

Kursana Residenzen in Österreich:

- Kursana Residenz Wien-Tivoli
Hohenbergstraße 58, 1120 Wien
Telefon: +43 (0)1 . 8 12 88 66 - 0
E-Mail: seniorenresidenz@
wien.tivoli.kursana.at



Anerkannte Einrichtung nach den
Förderrichtlinien des Fonds Soziales Wien,
gefördert aus Mitteln der Stadt Wien.

- Kursana Residenz Warmbad-Villach
Warmbader Straße 82, 9500 Warmbad-Villach
Telefon: +43 (0)42 42 . 30 34 - 0
E-Mail: seniorenresidenz@
warmbad.villach.kursana.at
- Kursana Residenz Linz-Donautor
Friedrichstraße 4, 4040 Linz
Telefon: +43 (0)7 32 . 70 95 - 0
E-Mail: seniorenresidenz@
linz.donautor.kursana.at

Weitere Informationen unter
www.kursana.at

Kursana Residenz in der Schweiz:

- Kursana Residenz am Spisertor
Moosbruggstraße 1, 9000 St.Gallen
Telefon: +41 (0) 71 . 2 28 82 - 82
E-Mail: info@kursana.ch

Weitere Informationen unter
www.kursana.ch



MIT FRAUENPOWER

Kreativ und wissbegierig bleiben



Jörg Braesecke,
Vorsitzender der Geschäfts-
führung Kursana

Liebe Leserin, lieber Leser,

vom großen Schriftsteller Erich Kästner ist dieser Satz überliefert: „Auch aus Steinen, die dir in den Weg gelegt werden, kannst du Schönes bauen.“ Wie ermutigend dieses Zitat ist, wurde mir erst klar, nachdem ich in einem unserer Kursana-Häuser, in Wien, eine ältere Dame traf. Ihr hohes Alter legte ihr manche Herausforderung auf. Die körperlichen Defizite machten ihr zu schaffen, die 90 Lebensjahre nun einmal mit sich bringen. Jedoch: Anstatt daran zu knabbern, wandte sie sich neuen Dingen zu. Sie begann zu malen, einfache Bilder, aber sie hatte Spaß daran. Und sie beschäftigte sich mit Kunst; etwas, für das sie als junge Frau nie Zeit gefunden hatte. Nun, im Alter von fast 90 Jahren, konnte sie kreativ sein. Die Kursana Residenz Wien-Tivoli gab den nötigen Rahmen und die wichtige Sicherheit.

Daher freue ich mich, dass die Residenzen heuer das Motto „Bleib kreativ und wissbegierig“ leben. Unsere Mitarbeiter unterstützen die Bewohner in allen Aspekten, damit sie ihre Neugier auf Neues stillen und den Austausch mit allen Generationen führen können. In dieser Ausgabe des Kursana Magazins werden sie vielen solchen Aktivitäten begegnen. Und wenn Sie selbst neugierig geworden sind auf Kursana, dann lade ich Sie herzlich ein, uns einmal zu besuchen.

Es grüßt Sie sehr herzlich

Inhalt

- 03 Kreative Frauenpower**
Die Burgschauspielerin Helma Gautier war zu Gast in der Kursana Residenz Wien-Tivoli – mit vielen weiteren starken Frauen im Gepäck
- 06 Leidenschaften pflegen**
„Bleib kreativ und wissbegierig“ lautet heuer das Motto der Kursana Residenzen. Und viele Bewohner werkeln, sporteln, malen und singen – mal für sich allein, mal gemeinsam
- 08 Ehrgeiz und Begeisterung**
In der Residenz Linz-Donauort halten sich die Damen mit Zumba im Sitzen fit und in Warmbad-Villach genießen die Herren ihren Männer-Stammtisch
- 09 Abwechslung als oberstes Gebot**
Wenn in der Kursana Residenz am Spisertor in St. Gallen Körper, Seele und Geist angeregt werden, gesellen sich häufig auch Bürgerinnen und Bürger der Stadt dazu
- 10 Streiflichter**
Ein kleiner Ausschnitt aus den Veranstaltungen, Engagements und Besonderheiten der Kursana Häuser
- 11 Rätselvergnügen & Impressum**

Titelbild: Burgschauspielerin Helma Gautier;
Fotograf: Bildagentur Zolles KG/Christian Hofer



Zwei „starke“ Frauen unter sich: Prof. Dr. Maria Klebl (links) und Helma Gautier

Kreative Frauenpower

Wann ist eine Frau eine „starke“ Frau? Die Begegnung mit der prominenten Schauspielerin Helma Gautier in der Kursana Residenz Wien-Tivoli gibt Aufschluss.

Ein entschiedenes „Nein“ erhält man als Antwort, wenn man die Schauspielerin Helma Gautier fragt, ob sie sich für eine „starke“ Frau hält. Damit hätte man nicht gerechnet, schließlich steht sie mit 74 Jahren immer noch auf der Bühne. Zur Freude der Bewohner der Kursana Residenz Wien-Tivoli hat sie die Einladung angenommen, eine Lesung über „starke“ Frauen zu halten. Denn solche stehen im Mittelpunkt einer Veranstaltungsreihe der Kursana Residenz Wien-Tivoli aus Anlass des 100. Todestages der Friedensnobelpreisträgerin Bertha von Suttner. Die Bewohner lassen sich gern von „starken“ Frauen aus Vergangenheit und Gegenwart inspirieren. In der Lesung zitiert Helma Gautier aus Werken von und über Frauen wie Bertha von Suttner, Anna Freud, Marie Curie, Ida Pfeiffer, Hedy Lamarr, Gabriele Possanner oder Caroline Neuber. Sie alle haben sich unbeirrbar von ihrer Kreativität und Wissbegierde ►

„Antriebsmotor“ Kreativität



Helma Gautier inspiriert die BewohnerInnen bei ihrer Lesung mit Beispielen „starker“ Frauen



leiten lassen – selbst gegen härteste Widerstände. Kreativität ist ein „Antriebsmotor“ in jedem Menschen – einmal angeregt, bringt sie auf bisher „un-erhörte Gedanken“ und lässt Neues entstehen. Deshalb lautet heuer das Motto der Kursana Residenzen „Bleib kreativ und wissbegierig“. Die Bewohner werden ermutigt, sich selbst zu fordern, ihre Talente und Fähigkeiten einzusetzen oder neue zu entdecken und so in Bewegung zu bleiben – geistig und körperlich.

Ich schätze sie schon sehr lange

„Ich schätze Helma Gautier als Schauspielerin schon sehr lange und habe viele ihrer Auftritte im Burgtheater miterleben dürfen. Mit ihrer unermüdlichen künstlerischen Tätigkeit bis ins Alter ist sie für mich ein hervorragendes Beispiel für eine ‚starke‘ Frau und kann andere Frauen – aber auch Männer – dazu inspirieren, selbst kreativ tätig zu werden

– egal in welchem Alter“, meint eine der Zuhörerinnen. Mit dem bunten Schal zum weißen Oberteil, den markanten Ohrringen, der roten Jacke und der Sonnenbrille im Haar strahlt Helma Gautier eine jugendliche Frische aus. Sie ist nicht nur als Schauspielerin aktiv, sondern engagiert sich auch als Generalsekretärin des Vereins „Künstler helfen Künstlern“. In ihrer Freizeit hält sie ihr vierjähriges Enkelkind auf Trab, sie liebt es, Musik zu hören, zu „garteln“, zu reisen, zu lesen und geht leidenschaftlich gerne mit Freunden wandern. „Das Wichtigste ist, sich seine Neugier zu erhalten und einen Freundeskreis zu pflegen. Der persönliche Kontakt, das Gespräch ist das Um und Auf, um Herz, Hirn und Sprache funktionsfähig zu halten“, ist Helma Gautier überzeugt, „im Alter sollte man auch so lange

wie möglich Verantwortung für sich selbst übernehmen. Wohnangebote wie in den Kursana Residenzen sind dafür natürlich gut geeignet, weil die Unterstützung auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmt wird.“

Bei der Lesung füllt die Stimme der zierlichen Schauspielerin kraftvoll den Raum – ein Mikrofon wie viele ihrer jüngeren Schauspielkollegen benötigt sie dank der früher üblichen, soliden Ausbildung in Sprechtechnik selbst auf großen Bühnen nicht. Unter den Bewohnern, die die Lesung hören, ist auch eine „starke“ Frau, die für ihre Verdienste besonders geehrt wurde. Prof. Dr. Maria Klebl wohnt seit 14 Jahren in der Residenz. Die emeritierte Universitätsprofessorin schrieb zahlreiche Biologielehrbücher und baute die Sexual- und Umweltschutzerziehung im Biologieunterricht auf –

„Starke“ Frauen inspirieren

eine Leistung, für die sie mit dem Goldenen Verdienstkreuz der Republik Österreich ausgezeichnet wurde. Heute gibt sie ganz nach dem Motto „Bleib kreativ und wissbegierig“ ihr umfangreiches Wissen in Vorträgen an interessierte Bewohner weiter, zuletzt über Gewürze und exotische Früchte. „Ich hatte das Glück, in meinem Leben sehr viel Interessantes lernen und erforschen zu dürfen, das möchte ich gerne weitergeben“, erklärt sie. Doch nicht nur Maria Klebl bringt sich aktiv ein. Auch die ehemalige Englisch-Lehrerin Hildegard Burian-Mattiazzi teilt ihr Wissen in der wöchentlich stattfindenden „English Conversation“ mit anderen Bewohnern. „Einmal Lehrer, immer Lehrer“, schmunzelt sie.

Inspiration Neues zu entdecken

Unendlich kreativ und wissbegierig sind vor allem Kinder. Jene vom nahegelegenen Kindergarten kommen regelmäßig zu Besuch und stecken die Senioren mit ihrem Einfallsreichtum und ihrer Energie an. „Zuletzt haben wir gemeinsam ‘gegartelt’. Wir haben den Kindern gezeigt, wie Blumen und Kräuter gesät werden“, erzählt ein Bewohner. Sogar ein „Generationenbaum“ wurde gemeinsam im Garten der Residenz gepflanzt. Welchen kreativen Aktivitäten die Bewohner der Kursana Residenzen sonst noch

nachgehen, ist im Beitrag ab Seite 6 nachzulesen.

Alle Aktivitäten belegen die Ergebnisse aktueller wissenschaftlicher Studien*, die mit dem Vorurteil aufräumen, alte Menschen seien nicht mehr daran interessiert, sich aktiv in die Gesellschaft einzubringen und Neues auszuprobieren. Ganz im Gegenteil gab die Mehrzahl der in den Studien befragten Senioren an, dass ein erfülltes Leben im Alter

voraussetzt, dass man selbst offen bleibt für neue Erlebnisse, Erfahrungen und Menschen. Sie möchten ihre Mitmenschen und vor allem die jüngeren Generationen mit ihrem Wissen und ihrer Lebenserfahrung unterstützen.

Auch Prominente wie Helma Gautier, die noch im Alter aktiv sind, helfen mit, das Bild von Senioren in der Gesellschaft zu ändern. Gleichzeitig sind sie für die Senioren selbst ein Vorbild. „Auch wenn sich Helma Gautier selbst nicht für eine ‚starke‘ Frau hält – die Begegnung mit ihr hat uns gezeigt, wie positiv sich Kreativität und Wissbegierde insbesondere im Alter auswirken und wie wertvoll es ist, wenn man wie sie andere an dieser Leidenschaft teilhaben lässt“, bringt es eine Bewohnerin auf den Punkt. „Für uns ist sie jedenfalls eine ‚starke‘ Frau.“

Ein „starkes“ Künstlerinnenleben

Helma Gautier entdeckte ihre Kreativität schon früh. Bereits als Kind war sie von der Schauspielerei fasziniert und durfte durch einen Zufall eine Rolle in einem Film übernehmen – der Beginn einer langen Karriere. Helma Gautier absolvierte mit Auszeichnung das Reinhardt-Seminar, war danach 40 Jahre lang Mitglied im Ensemble des Wiener Burgtheaters und spielte in zahlreichen Filmen und Fernsehserien mit – darunter im „Kaiser-mühlen Blues“, einer der erfolgreichsten Serien des ORF. Und sie steht im Alter von 74 Jahren immer noch auf der Bühne, zuletzt in der Hauptrolle des Stücks „Kalender Girls“, in dem Frauen mittleren Alters für den guten Zweck die Hüllen fallen lassen.

Mehr Informationen unter:

– <http://kundendienst.orf.at/starsimorf/gautier.html>

– <http://kundkwien.com/artist/14/>



Während ihrer langen Karriere verkörperte Helma Gautier viele „starke“ Frauen



Es ist nie zu spät für Neues: Maria Gaulhofer erlernte in der Residenz den Umgang mit dem Computer, und Rudolf Martinek kann sich hier ganz seiner Leidenschaft, der Malerei, widmen

Leidenschaften pflegen

„Bleib kreativ und wissbegierig“ lautet das heurige Motto der Kursana Residenzen. Das lassen sich die Bewohner nicht zweimal sagen. Ob mit Gartenkralle, Laptop, Pinsel oder Notenheft – Aktivität und Kreativität werden groß geschrieben.

„Nun sind wir bei meinem Lieblingsplatzler‘l, dem Teich angekommen. Wichtig ist, dass er regelmäßig gepflegt wird“, erklärt Josef Hlawaczek (Foto oben rechts) ganz in seinem Element. Der begeisterte Hobby-Gärtner nutzt einen herrlichen Sommertag, um mit einigen Bewohnern eine Führung durch den großen Garten der

Ich turne jeden Tag

Residenz zu machen. „Sonst muss man hier nicht viel machen. Es ist alles naturbelassen, genau das gefällt mir so gut“, schwärmt der ehemalige Mechaniker. Neben der Natur zählt der Sport zu seinen Leidenschaften. Früher ging er in seiner Freizeit am liebsten Ski und Rad fahren. „Ich betreibe seit über 30 Jahren Skigymnastik,

trotz Hüftoperation und einem desolaten Rücken turne ich jeden Tag“, berichtet der 89-Jährige stolz. Welche Herausforderung ihn noch lockt? „Ich würde gerne noch den Umgang mit dem Computer lernen!“

Da hat ihm Maria Gaulhofer etwas voraus – sie hat in der Residenz bereits einen Computerkurs besucht. Dafür staunt sie über sein gärtne-

risches Fachwissen. „Später muss ich das alles noch meiner Familie schreiben und ihr ein paar Fotos von unserem schönen Garten schicken.“ Die 93-Jährige nutzt jede freie Minute, um Freunden und Bekannten per E-Mail über ihre Erlebnisse zu berichten. Bis zu 70 Nachrichten pro Tag kommen da schon mal zusammen.

Rudolf Martinek betrachtet den Garten aus einem ganz anderen Blickwinkel: Der Maler sucht in den Blu-

men und Bäumen Inspiration für neue Motive. Derzeit sind im Foyer seine Werke zum Thema „Das alte Wien“ zu bestaunen. Erst in der Pension entdeckte er seine Leidenschaft und sein Talent zum Malen, und er hat in der Kursana Residenz Wien-Tivoli den optimalen Ort gefunden, um sich seinem kreativen Hobby zu widmen.

Ein ganz besonderes Talent hat auch Gretl Komposch in der Kursana

Talente entdecken und entfalten

Residenz Warmbad-Villach. „Während meines ersten Aufenthalts in der Residenz habe ich sofort das musikalische Talent der Bewohner entdeckt“, erzählt die über die Grenzen Kärntens hinaus bekannte Gründerin und langjährige Leiterin des Grenzlandchores Arnoldstein. „Also habe ich kurzerhand die Leitung des wöchentlichen Singkreises übernommen.“

Genesung für die Kunst

Elisabeth Essletzichler streicht sich vor dem Spiegel noch eine Haarsträhne zu recht. Sie kommt gerade vom Friseur. Heute will die 82-Jährige besonders gut aussehen, denn gemeinsam mit anderen Bewohnern besucht sie ein Konzert in der Stadt. „Ich freue mich schon lange darauf. Noch vor ein paar Monaten wäre ein solcher Ausflug undenkbar gewesen.“ Die kulturinteressierte Niederösterreicherin kam nach schwerer Erkrankung und monatelangem Krankenhausaufenthalt in die Kursana Residenz Wien-Tivoli zur Rehabilitation. Da sie davor lange nicht körperlich aktiv war, trainierte sie mit ei-

ner Physiotherapeutin insbesondere ihre Muskeln und die Ausdauer. Die gute Versorgung und Pflege durch das hilfsbereite und erfahrene Personal machten es möglich, dass sie ihre Kräfte wieder aufbauen konnte, um aufs Neue ihren Vorlieben nachzugehen: klassische Musik, Kunst und Theater. Schon in ihrer Jugend lauschte sie oft auf den Stehplätzen den Vorstellungen in der Staatsoper oder im Burgtheater. Die Salzburger Festspiele besuchte sie sogar drei Mal. „Mein Ziel ist es, 100 Jahre alt zu werden und noch lange Konzerte besuchen und die Musik genießen zu können. Und vielleicht lerne ich ja noch einen charmanten Herren kennen, mit dem ich meine Leidenschaft

teilen kann“, meint sie mit einem Augenzwinkern. In der Residenz hat Elisabeth Essletzichler nicht nur ihre Kräfte wiedererlangt, sondern auch ein neues Zuhause gefunden. Sie kann sich gut vorstellen, für immer zu bleiben.



Ehrgeiz und Begeisterung

Brasilianische Rhythmen, ein neues Trainingsgerät oder ein Raum nur für Männer: Oft braucht es nicht mehr, um den Funken der Begeisterung auf andere überspringen zu lassen und Erfolgserlebnisse zu verspüren.



Zunächst leise, dann immer deutlicher sind beim Gang durch die Kursana Residenz Linz-Donautor brasilianische Rhythmen zu hören. Sie kommen aus dem Gymnastikraum: Gerade findet das wöchentliche Zumba-Training im Sitzen statt. Man sollte sich jedoch nicht von den ausgelassenen Klängen täuschen lassen – alle Teilnehmer sind hochkonzentriert bei der Sache, beseelt vom Ehrgeiz, trotz körperlicher Einschränkungen fit und aktiv zu bleiben. Im Takt der Musik stampfen die SeniorInnen mit den Füßen auf den Boden, setzen abwechselnd einen Schritt vor und wieder zurück. Dann werden Armbewegungen dazu kombiniert und schon ist eine schön anzusehende Choreografie entstanden. „Man glaubt gar nicht, wie einen diese Bewegungen ins Schwitzen bringen können“, sagt eine Teilnehmerin etwas außer Atem, aber sichtlich stolz auf ihre Leistung.

Zumba ist nicht der einzige Fitness-Trend, mit dem sich die Senioren der Kursana Residenz fit halten. Auch der „Smovey“ hat bei vielen wieder Lust an der Bewegung geweckt. Das schlauchförmige Trainingsgerät mit Stahlkugeln im Inneren wird mit den Händen geschwungen. In Bewegung

wiegt es aufgrund der Fliehkräfte bis zu fünf Kilogramm und vibriert dabei in einer Frequenz, die genau dem Taktmuster des Menschen entspricht. „Smovey hilft mir, die Übungen mit besserer Körperhaltung auszuführen, und die Vibrationen sind wie eine Massage“, berichtet ein Bewohner.

Ungeahnte Energien werden auch freigesetzt, wenn Männer endlich wieder einmal unter sich sein können. Beim Männerstammtisch in der Kursana Residenz Warmbad-Villach geht es beim Armdrücken, Kegeln und „Wettfischen“ hoch her. „Zuerst dachte ich: „Das haben wir doch als Kinder gespielt!“ Aber sofort packte uns der Ehrgeiz, jeder in der Runde wollte die meisten Fische angeln!“, berichtet einer der Teilnehmer. Thomas Ribisel, Fachsozialbetreuer in Ausbildung und Praktikant in der Residenz, hatte die Idee zum Männerstammtisch. „Der Spieltrieb ist tief in uns Menschen verankert. Es lohnt sich, ihn auch im Alter zu aktivieren“, sagt er. „Im Spiel wird nicht nur die Kreativität angeregt, sondern es werden Ehrgeiz und Kampfgeist geweckt, die zu Höchstleistungen anspornen und für Erfolgserlebnisse sorgen.“

Bewegung kennt kein Alter



Mit Begeisterung dabei: beim Training mit dem Smovey (oben), beim Armdrücken (Mitte) und beim Wettfischen (unten)

Kursana Residenz St. Gallen

Am Rande des historischen Altstadt gelegen, öffnete die Kursana Residenz St. Gallen 1988 erstmals ihre Türen. Das Haus beherbergt 52 Appartements, in denen die Seniorinnen und Senioren unabhängig und individuell leben. Sollte es ihr Gesundheitszustand erfordern, stehen den Bewohnern elf Pflegezimmer zur Verfügung – Kursana bietet alle gängigen Pflege- und Betreuungsformen an. Wer innerhalb des Hauses nicht umziehen möchte, wird auch im eigenen Appartement gepflegt und betreut. Neben der Residenz betreibt Kursana das im Haus befindliche „Hotel am Spisertor“ sowie das Restaurant. Das ist wegen seiner guten Schweizer Küche auch bei Mitarbeitern aus umliegenden Behörden beliebt. Zudem gibt es einen Coiffeur, eine Physiotherapie- und Massagepraxis sowie einen Supermarkt.



So wichtig wie Abwechslung: liebevolle Betreuung

Abwechslung als oberstes Gebot

Vom Kafichränzli zur Gymnastikstunde, vom Nachmittagskonzert zum Jassen: Die Kursana Residenz St. Gallen setzt bei ihren Veranstaltungen auf Abwechslung.

„**Du sollst nicht** langweilen“, lautet das oberste Gebot für das Team der Animation in der Kursana Residenz St. Gallen. Das ist auch dem monatlichen Veranstaltungsplan des Hauses anzumerken, der für Geist, Körper und Seele die passenden Angebote parat hat.

Geist

Jassen ist nicht nur Nationalsport in der Schweiz, das Kartenspiel verlangt auch volle Konzentration, ein gutes Gedächtnis und schnelles Rechnen. Kein Problem für die Seniorenrunde, die sich jede Woche zusammenfindet, um ihr Können unter Beweis zu stellen. Wer Kartenspiele nicht mag, trotzdem aber etwas gegen das Vergessen tun will, ist beim Gedächtnistraining richtig. Hier schulen die Bewohner mit verschiedenen Knobelaufgaben und Rätseln ihre Gedächtnisleistung.

Körper

Wer rastet, der rostet. Und so sorgt die St. Galler Residenz immer wieder für Bewegung, zum Beispiel mit Gymnastikkursen zur Rückenstärkung und Verbesserung des Gleichgewicht-

sinn. Bewohner, die es ruhiger angehen wollen, kommen bei regelmäßig organisierten Ausflügen auf ihre Kosten. Dann heißt es: Hinaus aus den eigenen vier Wänden, hinein in die Nachbarskantone. Regelmäßig geht die Kursana auf Reisen und die Touren erfreuen sich größter Beliebtheit.

Seele

Unterhaltung versprechen auch die zahlreichen Veranstaltungen im Haus. Von philippinischen Tanzvorführungen über Klassikkonzerte bis hin zu Kunstkursen und Besinnungsstunden ist für jeden Geschmack etwas dabei. Und da gutes Essen ebenfalls unentbehrlich für die Seele ist, darf das typisch schweizerische Kafichränzli natürlich nicht auf dem Programm fehlen.

Weil sich die Kursana Residenz als fester Teil der Stadt St. Gallen versteht, stehen viele der Veranstaltungen auch Besuchern aus der Umgebung offen. Denn auch das sorgt für Abwechslung: neue Gesichter, die neue Geschichten mitbringen. ■

Streiflichter

Diese Rubrik stellt einen kleinen Ausschnitt aus der Vielfalt an Veranstaltungen, Engagements und Besonderheiten der Kursana-Häuser vor, alles wertvolle Beiträge für den gegenseitigen Austausch.

82 Jahre - 205 PS



Bewohner Johann Wiessmüller war 40 Jahre lang als leidenschaftlicher Busfahrer auf den Straßen Europas unterwegs. In seiner Pension träumte er davon, sich noch einmal hinter das Steuer eines Busses setzen zu können, um die Kraft des Motors zu spüren. Gemeinsam mit den Wiener Linien erfüllte die Kursana Residenz Wien-Tivoli ihm diesen Herzenswunsch: Unlängst lenkte der 82-Jährige unter Anleitung eines Fahrlehrers auf dem Werksgelände der Wiener Linien freudig einen 205 PS starken Bus.

Grenzenlos

Bei der Erfüllung von Herzenswünschen kennt die Kursana Residenz Warmbad-Villach keine Grenzen. Bewohnerin Maria Puganigg hatte nie richtig schwimmen gelernt und wollte das unbedingt nachholen – obwohl ihre Beine in der Bewegung stark eingeschränkt sind. Zunächst

wurde sie im Wasser noch von helfenden Händen „getragen“, doch schon bald war die Freude der ehrgeizigen Dame grenzenlos, als sie mit Schwimmflügeln einige Runden alleine auf dem Rücken schwamm.



Gemeinsam gärtnern

Generationenübergreifende Aktivitäten stehen in der Kursana Residenz Wien-Tivoli regelmäßig auf der Tagesordnung. Im Frühjahr wurde gemeinsam gegärtnert: Mit den Kindern eines benachbarten Kindergartens pflanzten die Bewohner einen jungen Quittenbaum und säten Kräu-



ter, Gemüse und Blumen. Den Senioren bereitete es große Freude, ihre wertvollen Erfahrungen mit den wissbegierigen Kindern zu teilen. Diese freuen sich bereits auf den nächsten Besuch, wenn das Gemüse für eine gemeinsame Jause geerntet wird.

Erlebnis für die Sinne

Einen farbenfrohen Nachmittag erleben die Bewohner der Kursana Residenz Linz-Donautor beim Besuch im Botanischen Garten. Blühende Pfingstrosen, Kirschblüten, Orangen- und Zitronenbäume ließen bei strahlendem Sonnenschein die Lebens-



geister erwachen und waren ein besonderes Erlebnis für die Sinne. Bei manchen weckten die Blumen die Erinnerung an den eigenen Garten, und die exotischen Pflanzenarten entführten den einen oder anderen Bewohner gedanklich wieder in früher bereiste Länder.

Spreizschritt beim Ballett	Komödienart	engl. Flächenmaß (Mz.)	türk. Großgrundherr	ein Unwetter	plötzlicher Kursverfall	elektr. geladenes Teilchen	unannehmlich	Skat-ausdruck
				Erdzeitalter				
	6		rotierendes Werkzeug	'König der Tiere'				1
ein Getränk (Kw.)		eine Mischfarbe		5		Vorname d. Rennfahrers Moss		Abk.: Royal Navy
				ein Planet		dt. Rundfunksender (Abk.)		
Ostseeinsel		7	Dreschgerät	Gartengerät zum Graben				
Spendensammlung	männliches Arbeitstier	Frau des nord. Gottes Odin				persönliches Fürwort (3. Fall)	2	Sportkleidung
						Futterpflanze		Mutter Marias
				engl. Frauenkurzname		durchsichtig		
bäuerliches Nutzland		Zustimmung (Abk.)	Konfekt					3
gerade jetzt						Donau-Zufluss in Österreich		
widerwärtig					US-Spielerstadt (Las ...)			

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

Impressum

Kursana Magazin
Seniorenzeitschrift der
Dussmann Group

Kursana Residenzen GmbH
Mauerstraße 85, 10117 Berlin
Telefon 030 . 20 25 25 25
Telefax 030 . 20 25 25 40

Herausgeber
Jörg Braesecke (V.i.S.d.P.)
Chefredaktion
Michaela Mehls
E-Mail: mehls@dussmann.de

Redaktionelle Mitarbeit
Anne Honisch (S. 9), Mag. Beate
Wohlschlager, Dr. Martina Zowack

Fotos
Bildagentur Zolles KG/Christian Hofer,
Cornelis van der Luijt (S. 9), Kursana
Residenzen GmbH

Layout und Satz
Dussmann Stiftung & Co. KGaA
Abteilung Marketingkommunikation

Druck und Versand
Print Produktion Laube