

PURPUR

Das Unternehmensmagazin von PUR VITAL | www.pur-vital.de

02
2020

10. Jahrgang

Titelthema

Freund- schaft

Die Würze des Lebens

Die Notfalldose

Rettung aus dem Kühlschrank

20-jähriges Bestehen

Pflegezentrum Garching/Alz feierte

Pflegezentrum
Straubing
**erstrahlt im
neuen Glanze**
nach Modernisierung



**Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,
liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,
liebe Freunde von PUR VITAL,**

lange hat es gedauert, aber jetzt ist es endlich wieder soweit – eine neue Ausgabe unseres Unternehmensmagazins PURPUR können wir Ihnen übergeben. Wir bedauern es sehr, dass so lange kein Magazin erschienen ist. Grund hierfür ist, dass die hauptproduzierende Mitarbeiterin in den letzten 12 Monaten immer wieder gesundheitliche Probleme hatte, was es unmöglich machte, eine Ausgabe zu erstellen.

Nichts hielt und hält immer noch die ganze Welt so in Atem wie die Corona-Pandemie! Wir hoffen, Sie sind gut durch die Krise gekommen und haben sich auch schon an die diversen Einschränkungen gewöhnt. Für uns war es und ist es weiterhin keine leichte Zeit. Wir denken, dass wir das Schlimmste hinter uns haben, sind aber auch auf eine neue Welle vorbereitet, soweit man sich darauf vorbereiten kann. An dieser Stelle auch ein herzliches Dankeschön an die vielen Angehörigen unserer Bewohner für Ihr Verständnis. Wir wissen, wie schlimm es für Sie war, dass Sie ihre Liebsten nicht sehen konnten und momentan auch nur eingeschränkt besuchen können. Wir sind aber zuversichtlich, dass sich zumindest kurzfristig die Lage weiter entspannt, so dass wieder regelmäßige Besuche stattfinden können.

Ob Mitarbeiter in der Pflege, Hauswirtschaft oder Verwaltung, jeder musste in den letzten Wochen seine Arbeit unter schwierigsten Umständen erledigen. Einige wurden posi-

tiv auf Covid-19 getestet und andere mussten sicherheitshalber in häusliche Quarantäne. Viele wuchsen über sich hinaus und neue eingeschlossene Teams bildeten sich. Vertraute Prozesse mussten von einem Tag auf den anderen geändert werden und bei der Schaffung von Schleusen oder Isolierzimmern wurde viel Zusammenarbeit bzw. Kreativität gezeigt. Vielen Dank dafür - Sie können stolz auf sich sein!

PUR VITAL hat in den letzten Wochen viel Zuspruch erhalten. Auch unsere Transparenz in der Krise wurde oft gelobt. Gerade der Covid-19 Ticker auf unserer Homepage stieß auf großes Interesse und wurde oft angeklickt. Dafür möchten wir uns bei Ihnen recht herzlich bedanken, alles Gute und bleiben Sie gesund!

Markus M. Mittermeier

Ihr Markus Mittermeier
Geschäftsführung PUR VITAL

Inhalt Magazin 02|2020

Aus den Häusern	Titelthema	Menschen & Werte	Innovation & Qualität	Leben & Gesundheit
03	14	17	24	31
Bewohnerurlaub im Zillertal	Freundschaft – Die Würze des Lebens	PUR VITAL ist bunt – und das ist gut so!	Es ist geschafft! Modernisierung im Pflegezentrum Straubing	Angaben zur Lebensmittelzutat werden genauer



Urlaub für die Bewohner vom Pflegezentrum Oberaudorf

Eine wunderschöne Zeit im Zillertal

Am Montag, den 21. Oktober 2019 ging es wieder los. Mit 8 Bewohnern des Pflegezentrums in Oberaudorf starteten Mitarbeiter die fünftägige Reise ins wunderschöne Zillertal. Das 4 Sterne Wohlfühlhotel Schiestl in Hochfügen sollte für diese Tage der Gastgeber sein. Schon kurz nach der Ankunft bezogen alle ihre wunderschönen, großen und zum Teil barrierefreien Zimmer. Gleich nach einer Stärkung am Jausenbuffet ging es los auf eine Fahrt über die Zillertaler Höhenstraße. Dort konnte man fantastische Ausblicke genießen, auch wenn einem ein ganz schön frischer Wind um die Nase wehte. Abends ließ man sich dann ein köstliches 4-Gänge Menü schmecken.

Am Tag 2 besuchten die Urlauber die Erlebnis-Sennerei in Mayrhofer. Die Joghurtverkostung war ein absolutes Highlight. Die Augen aller Teilnehmer strahlten und konnten gar nicht genug davon bekommen. Manch einer musste jede Sorte mehrfach testen, um auch wirklich sicher zu gehen, dass der selbstgemachte Joghurt so gut schmeckt. Ein I-Kuh Test, Einblicke in die Arbeit der Käseerei und abschließend eine Verkostung der eigens hergestellten Käsesorten im Restaurant der Sennerei rundeten diesen Ausflug ab. Mit vollen Bäuchen machte man sich auf den Rückweg. Am Nachmittag entspannten sich einige auf der Panorama-Dachterrasse des Hotels und genossen den strahlenden Sonnenschein. Auch fürs mitreisende Personal kam die kleine Pause sehr gelegen. Denn schon zwei Stunden später sollte es sportlich weitergehen, um das hauseigene Schwimmbad unsicher zu machen. Einige Bewohner trauten sich mit den Mitarbeitern in den beheizten Swimmingpool. Manche wollten gar nicht wieder raus – sie

genossen die Schwerelosigkeit des Wassers und ließen sich einfach treiben. Das Abendessen wurde vor allem für eine Bewohnerin trotz ihrer Demenzerkrankung unvergesslich. Denn Helga feierte ihren 81. Geburtstag. Dazu gab es ein Ständchen von der Wirtin persönlich und kleine Geschenke des Hauses, die die Helga für den Rest des Urlaubs bewachte wie ihren Augapfel!

Am Mittwoch ging es dann hoch hinaus. Mit der Spieljochbahn fuhren alle auf den Gipfel des Berges und genossen die wunderschöne Landschaft. Selbst die beiden mitarbeitenden Angsthäsen Sibylle und Mo, denen die Höhe und die enge der Kabinen ein mulmiges Gefühl bescherte, vergaßen ihre Ängste ganz schnell. Die Bewohner hielten ihnen die Hand und motivierten sie, die Fahrt zu genießen. Bei einer leckeren Pizza und einem guten Tropfen Wein oder alternativ bei einem kühlen Eis ließen alle die Eindrücke am Berg auf sich wirken. Am Nachmittag vertrieb man sich die Zeit mit verschiedenen Spielen. „Mensch ärgere die nicht“ stand dabei natürlich hoch im Kurs. Die Seniorin Maria R. war haushohe Siegerin. Am Abend dann noch ein musikalischer Höhepunkt. Die beiden Musiker „umschwärmten“ die mitreisenden Damen, die ganz verzückt die Musik genossen. Sogar ein kleines Tänzchen wurde gewagt.

Eine Schifffahrt auf dem Achensee rundete



den Urlaub ab. Das Wetter spielte leider nicht so ganz mit, sodass man sich leider nicht auf die Schiffsterrasse setzen konnte. Doch auch im Bauch des Ausflugsdampfers ließen sich die Landschaft und das Flair des wunderschönen Achensees genießen. Bei einem heißen Kakao wurde allen auch gleich wieder warm. Wenn schon Wellness-Hotel, dann wollten die Seniorinnen und Senioren natürlich auch noch einmal das Schwimmbaden nutzen. Also ab zur zweiten Runde plantschen. Vorher hatte das Personal eine kleine Pause verdient und gönnte sich einen Saunagang. Am Abend wurde es dann nochmal spielerisch. Die Gastgeberin lud zum Bingo-Spielen ein. Und tatsächlich – Sibylle, Mitarbeiterin des PUR VITAL, gewann den 1. Platz! Einen Wanderrucksack, einen Massagegutschein, eine große Flasche Wein und ein rosa Plüsch-Lama brachten ihre Augen zum Strahlen.

Dann war die Urlaubszeit auch schon wieder zu Ende. Die PUR VITAL Urlauber wurden sehr herzlich verabschiedet. Jeder bekam ein Glas selbstgemachte Marillen-Marmelade und für die Mitarbeiter gab es eine Flasche des selbstgebrannten Hausschnapses zur Erinnerung.

Alle waren sich einig, dass das nächste Jahr wiederholt werden muss! Leider wird Corona das Pflegezentrum Oberaudorf nun daran hindern, in diesem Jahr das Hotel noch einmal zu besuchen, aber für 2021 hat man schon reserviert!

Global Art Projekt for Peace

In Zusammenarbeit mit Schülern des Chiemgau Gymnasium Traunstein erstellten Bewohner des Pflegezentrum Traunreut Tangram-Spiele aus Holz für „paint with me art students“, Surf City, North Carolina (USA)

Cheryl Crane-Hunter
Paint With Me art students
819 S Topsail Dr
Surf City, NC 28445 USA

Traunreut, den 21.04.2020

Liebe Austauschpartner,
Cheryl Crane-Hunter,

wir sind sehr glücklich auch im Jahr 2020 im Rahmen des „Global Art Projekt for Peace“ die Vision, dass Frieden Wirklichkeit sein kann, mit zu unterstützen. In unserem Seniorenheim leben 119 alte Menschen. An dem Projekt beteiligten sich in allen Gruppen mehrere unserer Bewohnerinnen und Bewohner.

Wir haben uns in diesem Sinn das Motto „Spielen statt Streiten – Denken statt Kämpfen“ gewählt und Tangram Spiele hergestellt. Zuerst wurden Holzplättchen mit einer Laubsäge ausgesägt und vorbereitet. Dabei schirmgelten Bewohner unseres Seniorenheimes an mehreren Nachmittagen in der Gruppenstunde unserer Werk-Gruppe, um die Holzplättchen zu glätten.

Am 2. und 3. März wurden dann die Tangram Spiele und auch die Hüllen zur Verpackung der Spiele künstlerisch gestaltet. Die Holzteile wurden in Kollage-Technik beklebt und die Mappen mit symbolhaften Bildvorlagen zum Thema Frieden dekoriert. Anschließend wurden die fertigen Spielsteine noch mit Lack versiegelt.

An diesen zwei Tagen besuchten uns circa 30 Schülerinnen und Schüler der 7. Klassen des Chiemgau Gymnasiums aus der benachbarten Stadt Traunstein. Somit gestalteten junge Menschen im Alter von 13 und 14 Jahren zusammen mit hochbetagten Seniorinnen und Senioren die Tangram Spiele.

Ich hoffe, dass die Spiele Freude bereiten, dass das Spielen mit den Formen Spaß macht und die Wahrnehmung im Erkennen verbessert. Achtsamkeit ist eine Grundlage des Friedens, hiervon bin ich persönlich überzeugt.

Wir sind nun schon gespannt auf die Kunstwerke aus den USA.

Mit herzlichen Grüßen aus dem Pur Vital Pflegezentrum Traunreut und dem Chiemgau Gymnasium Traunstein in der Region Oberbayern, dem Chiemgau.

Anna Ruhland
Leitung der Sozialen Betreuung



Spende mit Herz

Schokoladige Wiederholung erfreut die Bewohner des Pflegezentrum Straubing

Auch im Jahr 2019 ließ es sich die Geschäftsführerin, Frau Michaela Stöberl, des in Straubing ältesten historischen Wirtshauses „Zum

Geiss“ nicht nehmen und besuchte das Pflegezentrum Straubing wieder rechtzeitig zur Vorweihnachtszeit, um ihren Herzenswunsch nachzugehen.

Seit ein paar Jahren bittet Frau Stöberl ihre Gäste, für Seniorinnen und Senioren in Straubings Pflegeeinrichtungen Adventskalender zu spenden. Und ihre Gäste kommen dieser Bitte immer zahlreich nach.

Diese verteilt dann Frau Stöberl in den Einrichtungen und macht damit den Bewohnern eine große Freude. Auch die Seniorinnen und Senioren des Pflegezentrum Straubing finden diese Aktion wunderbar und freuen sich immer „sakrisch“ auf das süße Geschenk.

Danke an Frau Stöberl, für diese tolle Aktion und vielen Dank an die Gäste, die durch ihre Spende so viel Freude schenken!



Text: Redaktion PURPUR

Schäffler tanzen sich in die Herzen der Bewohner

Im Februar besuchten Schäffler das Pflegezentrum Bergen und führten im großzügigen Vorgarten ihren traditionellen Schäfflertanz auf. Getanzt wurde in der traditionellen Schäfflertracht: rote Jacke, schwarze Kniebundhose, Schurzleder, weiße Kniestrümpfe, schwarze Schuhe und einer grünen Mütze. Die Fassbinder schwingen zu Klängen der Blasmusik gebundene Buchsbaumbögen und verbanden sich dabei zu komplizierten Figuren wie der Laube, der Krone oder der Schlange. Neben den Tänzern gab es auch einen Reifenschwinger, der sein Können zum Besten gab.

Dieses nur alle sieben Jahre stattfindende Ereignis ließen sich die Bewohner nicht nehmen und schauten begeistert den Tanzenden zu. Am Ende gab es reichlich Applaus!

Text: Redaktion PURPUR



Sportstudent Matthias Bauer zu Gast im Pflegezentrum Traunreut

Herr Matthias Bauer wählte letztes Jahr das PUR VITAL Pflegezentrum Traunreut aus, um dort eine Seminararbeit umzusetzen. Gerne öffnete das PUR VITAL ihm hierzu seine Türen. Herr Bauer befand sich im 5. Semester und studiert angewandte Bewegungswissenschaften in Regensburg. Er ist 22 Jahre jung.

Zunächst wohnte Herr Bauer bei den verschiedenen Sportangeboten im Pflegezentrum Traunreut bei und konnte sich durch mehrere Besuche der Einrichtung ein umfassendes Bild davon machen. Dafür waren auch Gespräche mit den Seniorinnen und Senioren nötig. Es wurden Fragen geklärt, wie wichtig ihnen Sport ist und wie häufig sie Sport in ihrem Alltag integrieren bzw. sich sportlich betätigen. Er hatte hierzu einen Erhebungsbogen selbst ausgearbeitet. Anschließend wertete Herr Bauer seine Befragungsbögen wissenschaftlich

aus und konnte somit erfolgreich seine Seminararbeit abschließen.

Herr Bauer äußerte sich im Gespräch mit der Leitung der sozialen Betreuung, Frau Ruhland, überrascht darüber, wie groß die Resonanz der Bewohner auf die Angebote im Haus ist. Besonders erstaunte ihn, dass der Fitnessraum so rege genutzt wird. Teilweise trainieren hier Seniorinnen und Senioren täglich. Dies hatte er so nicht erwartet.

Zu seiner Seminararbeit sagte er am Ende selbst folgendes: „Oberflächliches Ziel war es, einen Eindruck und den Ablauf von Bewegungsangeboten in Seniorenheimen zu erfahren. Tieferegehendes Ziel und großen Bestandteil meiner schriftlichen Arbeit war dann der Aspekt der Motivation. Warum machen die Bewohner Sport (was treibt sie an)? Macht es ihnen Spaß? Welche positiven Einflüsse hat die Bewegung in Seniorenheimen auf physischer, kognitiver und auch sozialer Ebene? Und welche Vorteile hat ein Altenheim bezüglich der Motivation von Rentnern, um Sport zu treiben im Vergleich zu Personen, die selbstständig wohnen?“ Dabei



zeigte sich in seiner Arbeit, dass der geeignete äußere Rahmen, der Sport im Alter vor Ort ermöglicht und der Sport selbst, sich durchaus positiv auf das emotionale Lebensgefühl auswirken scheinen.

Matthias Bauer ist selbst in Traunreut aufgewachsen und hat im Johannes-Heidenhain-Gymnasium sein Abitur gemacht. Daher auch der Gedanke, seine Seminararbeit in dem Seminar „Bewegung im Alter“, das er 2019 absolvierte, im Pflegezentrum Traunreut durchzuführen. Kontakt zu älteren Menschen hatte er bereits in seiner Schülerzeit, da er die Kurse zum Rettungssanitäter gemacht hatte und als solcher im Einsatz war.

Das PUR VITAL Pflegezentrum Traunreut wünscht Herrn Bauer viel Erfolg für sein Sportstudium und seine Visionen. Text: Redaktion PURPUR

Weltfrauentag – Fairtrade – Flower Power

Straubing engagiert sich seit längerem für den fairen Handel und darf sich seit dem 09.04.2013 zu den offiziellen Fairtrade-Städten zählen. Die Steuerungsgruppe für die Fairtrade-Kampagne in Straubing unter der Leitung von Stadträtin Maria Stauber will das vielfältige Engagement für den fairen Handel sichtbar machen und fördern. Gemeinsam mit Vertretern der Politik, der heimischen Wirtschaft und den Bürgern wird die Fairtrade-Stadt Straubing permanent weiterentwickelt. Die Stadt will dadurch zur Unterstützung eines gerechteren Wirtschaftssystems beitragen und zeigen, dass sie sich ihrer Verantwortung im Kampf gegen soziale Ungerechtigkeit in der Welt bewusst ist. Denn Jede und Jeder kann einen zählbaren Beitrag dazu leisten.

Fairtrade stärkt Frauen

In diesem Jahr verteilten daher die Mitglieder der Steuerungsgruppe der Stadt Straubing 1.000 „faire“ Rosen an alle Mitarbeiterinnen in der Alten- und Krankenpflege sowie in den Kindergärten. „Frauen in der Pflege und in Kindergärten müssen schwer arbeiten, erhalten wenig Anerkennung und wenig Lob. Diese Frauen haben unsere Wertschätzung verdient“, so Frau Stauber.

Herr Anton Zeller und Frau Sonja Seidel überraschten das PUR VITAL Pflegezentrum Strau-

bing mit den Fairtrade-Rosen. Michael Götz, stellvertretende Pflegedienstleitung, nahm diese dankend an und verteilte sie an alle Mitarbeiterinnen (und Mitarbeiter), die sich über diese Aufmerksamkeit sehr gefreut haben.

Warum Fairtrade-Blumen?

In Afrika und Lateinamerika arbeiten tausende von Frauen in der Blumen- und Pflanzenindustrie. Arbeiten wie Aufzucht, Zuschnitt, Ernte

und Verpackung der Schnittblumen erledigen insbesondere Frauen bei meist schlechten Arbeitsbedingungen, mangelnden Arbeitssicherheit und sehr geringer Bezahlung.

Aber nicht nur mit dem Kauf von Blumen, sondern auch mit weiteren Fairtrade-Produkten wie Kaffee, Tee, Schokolade oder Orangensaft kann der Konsument helfen, die Arbeits- und Lebensbedingungen in den Anbauländern zu verbes-

Text: Redaktion PURPUR



DVD zur „Laudatio auf Straubings 800 Jahre alte Neue!“

Historischer Zeitvertreib

Völlig überraschend erhielt das Pflegezentrum Straubing im März eine DVD von Sascha Edenhofer, Akteur & Kulturmacher aus Straubing, Strupinga – so der frühere Name der Stadt Straubing – feierte 2018 800 Jahre Neustadt. An der Festtafel im Rittersaal des Herzogschlusses Straubing saßen die Herzöge Lügge und Albrecht I., Agnes, Jakob, Simon, Mathias, Joseph, Alfred und Carmen. Gemeinsam ließen sie die vergangenen 800 Jahre Revue passieren. 30 Kinder im Alter von 8 bis 12 Jahren schlüpfen in die Rollen der Straubinger Berühmtheiten und erzählten in nostalgischen Gewändern geschichtsträchtige Ereignisse ab der Gründung der Neustadt.

Sogar Ministerpräsident Dr. Markus Söder nahm dies zum Anlass, im Rittersaal des Herzogschlusses mit zu feiern.

Sascha Edenhofer nahm dieses Ereignis auf DVD auf und spendete nun, zum Zeitvertreib und zur Überbrückung der Ausgangssperre, eines seiner Exemplare den Bewohnerinnen und Bewohnern des Pflegezentrum Straubing.

Vielen Dank Herr Edenhofer für diesen willkommenen Zeitvertreib!

Text: Redaktion PURPUR



Besuch des Straubinger Seniorenbeirats

Einblick in die Pflege und in die Strukturen einer Pflegeeinrichtung

Unlängst durfte das Pflegezentrum Straubing den Seniorenbeirat der Stadt Straubing begrüßen. Unter der Leitung von Herrn Alfred Zeitler kamen insgesamt 15 Seniorenvertreter sowie der zweite Bürgermeister ins PUR VITAL, um sich dort zu seiner Sitzung zu treffen.

Bei einem gemütlichen Mittagessen im hauseigenen Café gab es regen Austausch und viele Fragen an Petra Hegewald, Hausleitung des Pflegezentrums. Nach einer kurzen Vorstellung der Einrichtung durch die Hausleitung wurde ein Rundgang durch das Pflegezen-

trum Straubing gestartet. Die Resonanz der Seniorenvertreter war durchwegs positiv. Zum einen lobten sie die gute Küche, was sich auch bei dem ein oder anderen durch einen kleinen „Nachschlag“ zeigte und zum anderen waren sie vom Haus, das gerade frisch renoviert wurde, der Hilfsmittelausstattung sowie von der guten Stimmung bzw. Atmosphäre begeistert.

Laut Herrn Zeitler merke man, dass das Pflegezentrum Straubing ein familiäres Klima und gut gelaunte Mitarbeiter hat und man dies auch deutlich spüre.

Nach der Führung stellte Annette Ebner (Amtsleiterin im Amt für soziale Sicherung) dem Seniorenbeirat den Seniorenpass vor und Alfred Zeitler hatte noch einige Mitteilungen an den

Seniorenbeirat. Beim Verabschieden ließ man noch wissen, dass man gerne wieder zu Besuch kommen würde, worüber sich das Pflegezentrum Straubing sehr freuen würde!

Text: Petra Hegewald, Hausleitung im PUR VITAL Pflegezentrum Straubing



Fotoshooting im Pflegezentrum Straubing Straubing mal ganz anders

Wir wollen nicht nur „schwarz/weiß“!
Darum machen wir „BUNT“

Das Pflegezentrum Straubing wollte eine ganz andere Art von Fotografie machen lassen. Nicht nur schwarz/weiß oder in Vollfarbe, sondern vielmehr eine Kombination aus beiden und doch auffallend bunt. Um dies wahr werden zu lassen, hat Herr Markus Schütz, ein professioneller Fotograf, im Dezember letzten Jahres das Pflegezentrum Straubing ehrenamtlich bei diesem Vorhaben unterstützt.

Alle Bewohner wurden zu diesem besonderen Fotoshooting geladen und es haben sich zahlreiche „Models“ gefunden. Jeder wollte als erstes fotografiert werden! Frau Brigitte Herzog (Pflegerkraft im PUR VITAL), übernahm das Styling der Teilnehmer. Das Shooting hat allen riesig Spaß gemacht.

Bewohner wie auch Mitarbeiter waren ganz ungeduldig, die Ergebnisse zu sehen und waren mehr als überrascht, wie toll diese geworden sind. Ganz nach Heidi Klum „wir haben ein Foto für dich!“ gab es selbstverständlich für jeden persönliche Abzüge.

Die zahlreichen schönen Fotos zieren nun die verschiedenen Wohngruppen sowie das Café der Einrichtung.

„Ich bedanke mich bei Frau Anja Lehne für das Bereitstellen der Utensilien. Ebenso danke ich allen Bewohnern und Mitarbeitern für ihre Unterstützung beim Fotoshooting. Vor allem aber danke ich Herrn Markus Schütz, ohne den dies nicht möglich gewesen wäre. Er hat mir einen großen Herzenswunsch erfüllt.“, so Petra Hegewald (Hausleitung des Pflegezentrum Straubing).

Text: Petra Hegewald, Hausleitung im PUR VITAL Pflegezentrum Straubing



Treffen Ehrenamtlicher im Pflegezentrum Straubing Bunter Heimalltag durch „Helfer mit Herz“



Ehrenamt wird bei PUR VITAL groß geschrieben! Aus diesem Grunde lud das Pflegezentrum Straubing im Februar seine ehrenamtlichen Helfer zu einem Treffen mit kleinem Snack ein. In einer gemütlichen Runde wurde jeder Einzelne sowie seine jeweiligen ehrenamtlichen Einsätze vorgestellt. Petra Hegewald, Hausleitung des Pflegezentrums, bedankte sich bei allen für dessen herzliches Engagement, welches nicht als selbstverständlich anzusehen ist.

Fünf der „Helfer mit Herz“ begleiten das Pflegezentrum Straubing schon bis zu 20 Jahre. Das Team der Ehrenamtlichen im PUR VITAL ist im Laufe der Zeit auf stolze 16 Ehrenamtliche angewachsen. Die Truppe besteht teilweise aus Angehörigen von Bewohnern, Pflegerinnen, die sich auch noch in der Freizeit engagieren und anderen Freiwilligen. Oft sind sie durch Zufall zu

dem Ehrenamt gekommen und konnten nicht mehr davon lassen. Als kleines Dankeschön überreichte Frau Hegewald allen ein kleines Präsent.

Im Anschluss wurden in einer lockeren Runde die unterschiedlichsten Aufgaben eines ehrenamtlichen Helfers beleuchtet und festgestellt, dass es hier definitiv keine Grenzen gibt. Ob direkt am und mit dem Bewohner, fotografischer oder musikalischer Einsatz sowie handwerkliche Tätigkeiten – alles trägt zu einem guten Wohlbefinden und zur Abwechslung der Bewohner bei.

„Wir bedanken uns für die tolle Zusammenarbeit, Hilfe und die angenehme Stimmung. Unsere ehrenamtlichen Helfer sind uns sehr wichtig und deshalb wollten wir Ihnen mit diesem kleinen Fest die Möglichkeit geben, sich unter-

einander auszutauschen, kennen zu lernen und etwas zu entspannen.“, so Petra Hegewald, Hausleitung des Pflegezentrum Straubing.

Die vielen Ehrenamtlichen nahmen die Einladung zum gemeinsamen Austausch gerne an. Alles in allem ein schöner und gelungener Abend in einer sehr offenen und lustigen Runde. Das Pflegezentrum Straubing freut sich darauf, wieder in einer gemütlichen Runde zusammen zu treffen.

Ehrenamtliche sind besonders für die Bewohner wichtig, die keine Angehörigen haben, ebenso für demenziell erkrankte Bewohner, deren Betreuung für die Pflegekräfte sehr zeitintensiv ist. Auch wären die zahlreichen Angebote wie Ausflüge, Feste oder Schifffahrten ohne ihre Hilfe nicht möglich. „Wir brauchen Menschen, die unsere Bewohner ein bisschen im Alltag begleiten, ihnen zuhören, vorlesen oder zum Eis essen gehen. Spaß ist auch für die Helfer garantiert, da wir alle kein Trübsal blasen.“, betont Petra Hegewald. Sie stellt aber auch klar, dass niemand ins kalte Wasser geworfen wird. Die Helfer werden an die Hand genommen und jeder kann sich nach seinen zeitlichen Möglichkeiten und im Rahmen seinen Fähigkeiten einbringen.

Wenn Sie sich also ein Ehrenamt vorstellen könnten, würde sich jede der PUR VITAL Einrichtungen darüber sehr freuen!

Text: Petra Hegewald, Hausleitung im PUR VITAL Pflegezentrum Straubing

Wichtiger Schritt für die Inntaler Schachfreunde

Den Inntaler Schachfreunden gelang ein entscheidender Schritt Richtung Aufstieg in die Kreisliga Inn-Chiemgau

Im Februar fand ein Heimspiel der A-Klasse der Inntaler Schachfreunde gegen den SC Taufkirchen statt. Die Austragung fand im Spielort des Oberaudorfer Schachvereins, im PUR VITAL Pflegezentrum Oberaudorf statt.

Und das Heimspiel lief nicht so rund wie gehofft. Die DWZ-Wertungsüberlegenheit (DWZ=Deutsche Wertungs-Zahlen) der Inntaler Schachfreunde machte sich nicht bemerkbar. Mit einem knappen, am Ende jedoch verdienten Sieg behielten die Inntaler alle Trümpfe und Ambitionen fest in eigenen Händen. Lediglich ein Fehlgriff an Brett acht brachte zunächst die Gäste in Führung, doch Heinz Hinkelmann (Brett 7) gewann souverän, halbe Punkte erzielten Christian Zaißerer (Brett 6), Thomas Mix (Brett 3) und Dieter Schönleben (Brett 1). Brett



vier entschied der Taufkirchener Andreas vom Hofe für sich, bevor in überlegenen Endspielen Georg Karrer (Brett 2) und Werner Höller (Brett 5) den 4,5 :3,5-Gesamterfolg für die Inntaler Schachfreunde besiegelten.

PUR VITAL gratuliert den Inntaler Schachfreunden zu diesem Sieg! Text: Redaktion PURPUR



20-jähriges Jubiläum des PUR VITAL Pflegezentrum Garching/Alz

Bereits seit dem Frühjahr 2019 zierten große Banner die Eingangstüren des PUR VITAL Pflegezentrum Garching/Alz und verkündeten stolz „20 Jahre PUR VITAL Garching“.

Am 26. Juni 2019 war es dann endlich soweit - die Feierlichkeiten zum Jubiläum konnten beginnen. Bei herrlichem Wetter fanden sich Vertreter des Landkreises, der Gemeinde, zahlreiche Geschäftspartner wie Dienstleister, Lieferanten, Handwerker sowie Vertreter von Organisationen und Vereinen wie auch aus allen PUR VITAL Einrichtungen zur gemeinsamen Jubiläumsfeier zusammen.

Bedankt für die Einladung hat sich der stellvertretende Landrat des Landkreises Stefan Jetz, der sich vor allem darüber freut, dass bereits vor 20 Jahren PUR VITAL

in die Zukunft geplant und einen idealen Platz im Herzen der Gemeinde als Standort ausgewählt hat. Sein herzlicher Dank galt vor allem auch den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die sich täglich engagieren und den Bewohnern zugeneigt sind. Auch der 2. Bürgermeister Klaus Kamhuber bedankte sich herzlich für die Einladung und berichtete den geladenen Gästen, wie sich die Anfänge aus der Sicht der Gemeinde darstellten. Denn so mancher tat sich zunächst mit den Plänen schwer. Stimmen wurden laut: „Braucht's des? Ein eigenes Altenheim?“. Herr Kamhuber war damals schon Befürworter und auch, dass PUR VITAL ein privater Träger ist, sei nach seiner Sicht ein Vorteil. Denn so können Gewinne für Investitionen verwendet werden, damit das Haus auch in Zukunft attraktiv bleibt.

Das konnte Markus Mittermeier, Geschäftsführer der PUR VITAL Gruppe nur bestätigen. Das Unternehmen PUR VITAL legte von Anfang an Wert auf Qualität und Weiterentwicklung. So wurde einige Jahre nach Eröffnung im Pflegezentrum Garching/Alz, genauer gesagt im Jahr 2009, groß umgebaut und es entstand die erste Pflegeoase Bayerns für schwerst dementiell Erkrankte im Pflegezentrum. Das Projekt wurde mit einem Förderpreis einer privaten Stiftung, vergeben durch die bayerische Staatsregierung, bedacht und über ein Jahr wissenschaftlich begleitet. Davor hatte man bereits einen speziellen „Sinnesgarten“ für Demenzerkrankte geschaffen. Bereits im Jahr 2002 folgte der Bau des Betreuten Wohnens gleich auf dem Nachbargrundstück. Bis heute haben sich das großzügige Raumangebot sowie das Gesamtkonzept im Pflegezentrum Garching/Alz bewährt. Im Jahr 2020 lässt Markus Mittermeier wissen, steht eine große Modernisierung an.

„PUR VITAL hat für alle Bedürfnisse das richtige Angebot, Essen auf Rädern, Ambulante Pflege, Tagespflege, Betreutes Wohnen und natürlich ein Wohnen mit Pflege im Pflegezentrum Garching/Alz. Das alles funktioniert aber nur, da sich PUR VITAL auf seine zahlreichen, hoch qualifizierten und engagierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu 100% verlassen kann.“, so Markus Mittermeier. Nach den Ansprachen wurden interessante Gespräche geführt, das Flying-Bufferet sowie erfrischende Getränke genossen.

Am Samstag, den 29. Juni 2019 meinte es Petrus erneut sehr gut mit den Garchingern - auch zum Sommerfest anlässlich der 20 Jahre-feier strahlte die Sonne vom Himmel.

Bereits am Vormittag formierte sich vor dem Pflegezentrum ein ansehnlicher Festzug aus Bewohnern, Angehörigen, Mitarbeitern und Ehrenamtlichen Mitarbeitern. Dieser zog, angeführt von der Hausleitung Anneliese Früchtl und der „Alztaler Blasmusik“ mit Marschmusik den „Schartner-Berg“ hinauf zur Pfarrkirche St. Nikolaus in Garching, an der die Festzugteilnehmer von der Gemeindeführerin Marianne Meisinger, Herrn Pfarrer Hans Speckbacher und Herrn Pfarrer Alexander Schmidt begrüßt wurden.

Gemeinsam zogen alle in die wunderschön geschmückte Kirche ein und feierten einen ökumenischen Gottesdienst, welcher vom PUR VITAL Mitarbeiter-Chor, musikalisch begleitet durch die Familie Niedersteiner aus Garching, würdevoll umrahmt wurde.

Nach dem Gottesdienst geleitete die „Alztaler Blasmusik“ unter der Leitung von Herrn Estaller den Festzug wieder hinunter zum Pflegezentrum und hinein in das wunderschön geschmückte Festzelt.

Frau Früchtl begrüßte alle Bewohner, Mitarbeiter, Ehrenamtliche und Angehörige sowie die Geistlichen, Musikanten und Abordnungen der geladenen Vereine. Sie führte die Anwesenden mit einem Rückblick auf 20 Jahre PUR VITAL in Garching durch die „Geschichte“ des Hauses und bedankte sich bei allen Mitarbeitern und Ehrenamtlichen Mitarbeitern für deren unermüdliches Engagement, denn „um hervorragende Pflege zu leisten, braucht's viele Menschen, die alle mit dem gleichen Ziel gut zusammenarbeiten“.

Im Anschluss ehrte die Hausleitung langjährige Mitarbeiter des Pflegezentrums sowie die langjährigen Ehrenamtlichen, die unermüdlich den Bewohnern mit Spielenachmittagen, Gottesdienstbegleitungen und Besuchsdiensten zur Seite stehen und einen bunten und abwechslungsreichen Alltag damit unterstützen und ermöglichen.



Für das leibliche Wohl aller Anwesenden sorgte der Festwirt Hubert Baumann. Seine fleißigen Bedienungen ließen keinen Wunsch der Gäste unerfüllt. Ein „Eismann“ kredenzte am Nachmittag den kleinen und natürlich auch den großen Gästen noch eine süße Abkühlung. Das Musiktrio „die Strandkorb-Boys“ heizte bereits am frühen Nachmittag den Feiernden mit Schlagern und Partymusik ein.

Die Stimmung fand langsam aber sicher ihren Höhepunkt, als sich am späten Nachmittag

die bekannte Coverband „Cheers“ im Festzelt einfand und zum Singen und Tanzen animierte. Die Mitarbeiter und Bewohner ließen sich nicht lange bitten und schon bald tanzten viele mit großer Begeisterung zu bekannten Klängen wie Macarena und dem Sirtaki.

Am Ende hielt es kaum jemanden auf seinem Platz und fast alle sangen und tanzten bei grandioser Atmosphäre auf den Bänken bis in den späten Abend hinein.



DANKKE!

Zahlreiche großartige Gesten in Coronazeiten berührten und erfreuten die Senioren wie auch die Mitarbeiter in den PUR VITAL Einrichtungen sehr! Dafür wollen wir uns bei ALLEN bedanken!!!

Zu Beginn der Coronakrise unbürokratisch versorgt haben uns

Stern Apotheke in Traunreut (Händedesinfektion)
Markt Apotheke in Teisendorf (Händedesinfektion)
Edeka Klück (regelmäßige Bestückung des Kioskwarens in Traunreut)
Christophorus-Apotheke (Kittel und Desinfektionsmittel)
Zimmerei Kendler Neukirchen (FFP2 Masken)
Andreas Meindl/Bauhof Bergen (FFP2 Masken)
Bartholomäus Metallbau Bergen (FFP2 Masken)
Fa. August Perchermeier Traunstein (FFP2 Masken)
Auto Huber Bergen (FFP2 Masken)

Vergünstigten Einkaufspreis

Firma Gauster Tacherting (Blumen)

Masken- & Händedesinfektionsspenden

Brigitte Schedlbauer, Edith Bernkopf,
Mode Frey (Cham), Teresa Zingler, Luisa Lehner,
Marlene Ernst (Mademoiselle Anders Straubing)
Kieferorthopädie-Praxis Dr. Kiefl (Schutzschilder)
Georg Friedrich (Händedesinfektion)

Gartenkonzerte

Hans & Sebastian in Straubing
„de´ Ausrangierten“ in Oberaudorf
Steffi, Christin und Birgit in Bergen
Vereinskindergarten Traunreut

Sonstige Spenden

Hochfellner Bergdeifen Bergen (Ostereier)
IG Metall (Ostereier)
Heindl Gabi (Osterkerze und Besorgungsfahrten)
Selbstvermarkterhof Marianne Zollner (Osterspeisen)
Firma Bergader (Käse)
Friseursalon „Style by Gül“ in Garching/Alz (Süßigkeiten)
Familie Höller, ev. Gemeindeverein Paulusgemeinde Traunreut (Süßigkeiten)
Herta Baeck, Trostberg (Süßigkeiten)
Firma Transgourmet mit Haagen Dasz (Eis)
Physiopraxis Alexander Feichtner, Kienberg (Massagebälle)

Kreativarbeiten für Bewohner und Mitarbeiter

Straubinger Bastelstube, WhatsApp-Gruppe
Sarah & Lukas Urenkel eines Bewohners in Trostberg
2 Enkelkinder (ehemaligen Bewohnerin) für Muttertag, Bergen
Kindergärten und Schule in Bergen
Kindergarten St. Georgen
Familie Danzl
Familie Wolferstetter
Angelika Zunhammer (Stadträtin Traunreut) mit Kindern
Familie Höller (ev. Gemeindeverein Paulusgemeinde Traunreut)
Frau Ludstock (Seniorenreferentin Garching/Alz)

Blumenspenden

Hagebaumarkt Schneider Garching/Alz
Hagebaumarkt Schneider (Herr Ingo Berghammer) Traunreut
Hornbach Straubing
Donaumarkt Gartencenter Gartenplanung GmbH Leibl in Straubing
Firma Fenis, Trostberg

Dank an Mitarbeiter seitens der Angehörigen

zahlreiche Briefe und motivierende Gespräche, selbstgenähte Masken, Süßigkeiten, Eis und Zuwendungen für die Trinkgeldkasse in allen PUR VITAL Pflegezentren

**PUR VITAL
dankt ALLEN
ganz herzlich!**

Wir hoffen, keinen übersehen zu haben. Wenn doch, bitte nicht böse sein!





Freundschaft

Die Würze des Lebens

Corona – (Un-)Wort des Jahres 2020. Das Virus hat viele Einschränkungen mit sich gebracht. Vor allem das Kontaktverbot von Familienmitgliedern, Verwandten, Bekannten und Freunden haben den meisten größte Probleme bereitet. Verständlich, denn der Mensch ist nun mal ein soziales Lebewesen, das den Kontakt mit „Artgenossen“ braucht. Vor allem aber braucht er gute Freunde.

Aber warum sind Freunde so wichtig?

Freundschaften bereichern unser Leben, machen es lebendiger, schöner, fröhlicher. Freundschaft gibt uns aber auch gleichzeitig Stabilität, Sicherheit und eine Verbundenheit. Diese zwischenmenschliche Beziehung kann tief wurzeln. Tief wie eine Liebesbeziehung, jedoch ohne körperliches (sexuelles) Verlangen.

Was macht eine Freundschaft aus?

Der Duden beschreibt Freundschaft

wie folgt: „Auf gegenseitiger Zuneigung beruhendes Verhältnis von Menschen zueinander“. Auf den ersten Blick ist das schon richtig, aber bei genauerer Betrachtung mag diese Beschreibung doch ein wenig oberflächlich erscheinen,

„Freundschaft: So etwas wie Liebe mit Verstand“ (Sabine Sauer)

denn auch bei Bekanntschaften liegt eine gegenseitige Zuneigung zu Grunde. Freundschaft macht viel mehr aus als nur eine gegenseitige Zuneigung. Freunde mögen uns mit all unseren Macken, sind in guten, aber auch insbesondere in schlechten Zeiten füreinander da. Sie kennen uns manchmal sogar besser, als wir uns selbst.

Freundschaft lässt sich schwer definieren. Jeder Mensch hat eine andere Vorstellung davon. Jedoch sind sie für uns wichtig. Sie werden bereits im Kindesalter, meist beginnend im Kindergarten, geschlossen. Ganz intuitiv suchen sich schon die Kleinsten Freunde. Sie entsprechen in der Regel nicht der Art von Freundschaft, wie



sie Erwachsene verstehen, denn die Kleinen sind noch sehr Ich-bezogen und können selten für einen Freund zurückstecken. Meist handelt es sich dabei eher um eine Zweckgemeinschaft wie gemeinsames Spielen. Diese Freundschaft kann dadurch auch mal nur einen Tag anhalten. Mit zunehmendem Alter verändert sich die Vorstellung von einer Freundschaft. Eltern haben immer weniger Einfluss auf die Freunde ihrer Kinder. Es kommt nicht selten vor, dass sie Freundschaften mit Kindern schließen, die ganz anders sind als sie selbst. Denn sie wissen, dass sie davon durchaus auch profitieren

können. Unterschiedliche Charaktere ergänzen sich oftmals sehr gut und man kann durch das andere Umfeld seines Freundes seinen eigenen Horizont erweitern. Gleichgesinnte wiederum verstehen die eigenen Probleme und Gefühlslage oft besser.

In der Pubertät spielt eine gute Freundin/ein guter Freund eine große Rolle. Vor allem bei den Mädchen hat die ABF (allerbeste Freundin) eine Schlüsselrolle. Mit ihr kann man über (fast) alles reden und man hat das Gefühl, sie versteht einen besser als die Eltern oder Geschwister. Geheimnisse werden einander anvertraut und man lacht und weint gemeinsam. Dabei gibt es laut Psychologen einen Unterschied zwischen Mädchen und Jungs, was Freundschaft betrifft. Während Mädchen und erwachsene Frauen meist mehrere Freundschaften haben, diese pflegen und sich gegenseitig sehr private, intime Dinge anvertrauen, haben Jungen zwar oftmals einen besten Freund, wenn dieser aber nicht kann, ist es meist kein Problem, sich mit einem anderen zu treffen. Auch Männer haben meist nur einen besten Freund, den Rest zählen sie eher zu Bekanntschaften. Auch gibt das männliche Geschlecht weniger gern Privates von sich preis.

In der heutigen Zeit rühmen sich viele der vielen Freunde in sozialen Netzwerken. Manche haben eine fast schier unendliche Freundesliste. Allerdings zweifeln hier Forscher an der Echtheit der Beziehung. Freundschaften finden im realen Leben statt. Hier kann man sich wirklich geborgen fühlen, gemeinsam lachen und weinen, etwas zusammen unternehmen. Vor allem aber zweifeln die Forscher die Ehrlichkeit im Netz an. Doch zählt Vertrauen zu einer der Grund Säulen einer guten Freundschaft. Das Internet bietet jedoch die Möglichkeit, Freundschaften aufrecht zu erhalten, gerade bei großen räumlichen Trennungen. So bleibt man in Verbindung und verliert sich nicht aus den Augen.

Freiheit statt Erwartungshaltungen

Einige Menschen haben ganz bestimmte Erwartungen an eine Freundschaft. Solche Erwartungen können zum Beispiel regelmäßige Treffen (am liebsten wöchentlich) sein, oder dass man sich für all seine Belange interessiert, dass nach seinem Befinden gefragt wird, ob es etwas Neues gibt, wie es privat und beruflich läuft. Sind diese Erwartungen erfüllt, liegt eine Freundschaft vor. Doch ist Freundschaft weit mehr als das. Das Füreinander und regelmäßiger Kontakt sind quasi „nur der Pflichtteil“. Freundschaften sind Beziehungen zwischen und mit Menschen. Da jeder Mensch ein Individuum ist, sind auch die Freundschaften ganz unterschiedlich. Zu viele Erwartungshaltungen grenzen Menschen ein. Sie können dann nicht so sein, wie sie gerne wären. Natürlich muss die Freundschaft gepflegt werden, dazu gehört regelmäßiger Kontakt. Gerade aber in unserer heutigen sehr stressigen Zeit, fällt es vielen Menschen schwer, sich in kurzen Abständen zu treffen. Damit entsteht ein ungesunder Druck in der Freundschaft. Freundschaft braucht Freiheit. Sie besteht auf freiwilligen Wunsch beider Parteien, Kontakt zu halten, ganz ohne Zwänge, Erwartungen und Druck.

Vertrautheit und Vertrauen

Eine gute Freundschaft weißt einige Merkmale auf, ohne jeglichen Zwang dahinter. Wer sich auf ein Treffen freut, sich dort sofort angekommen und wohl fühlt, egal wann man sich das letzte Mal gesehen hat und dort wieder weitermachen kann, wo es beim letzten Treffen geendet hat, den verbindet Vertrautheit. Aus Vertrautheit wächst Vertrauen. Denn einem Freund kann man alles erzählen, ohne dass man Angst haben muss, dass dieser gleich alles weiterposaunt oder aus seinem Wissen heraus hinter unserem Rücken schlecht über uns spricht.

Ehrlichkeit und Verzeihen

Sich nicht verstellen zu müssen,



sein zu können, wie man ist und will, egal welche Macken man auch hat, das macht eine gute Freundschaft aus. Auch, dass man ehrlich zueinander ist, auch wenn die Wahrheit mal unangenehm ist. Allerdings sollte das Ganze auf respektvolle Weise erfolgen. Etwas Unangenehmes anzusprechen bedeutet nicht, dass man demjenigen etwas Schlechtes will oder über ihn herzieht, sondern dass er einem wichtig ist. Denn ansonsten könnte man ihn auch, wie es ja nicht selten im Alltag ist, einfach Anschwindeln oder gleich gar nichts zu seinen Anliegen und Problemen sagen. Und sollte es im ersten Moment doch erst mal schmerzen, verzeihen Freunde, deren Verbundenheit stark genug ist, einander wieder.

Treue

Ein wahrer Freund ist immer für einen da und hält auch in schlechten Zeiten zu uns. Auch, wenn er es nicht immer gut findet, was wir gerade machen, so wird er uns immer unterstützen. Gerade wenn sich alles gegen uns wendet, wenn man wirklich richtigen Mist gebaut hat, wenn andere sich von uns abwenden, dann ist der wahre Freund da. Sie waschen uns aber auch ab und an den Kopf, wenn wir uns dumm verhalten haben oder uns in eine befremdliche Richtung entwickeln oder sogar auf Abwege geraten. Manchmal wissen gute Freunde besser, was mit uns los ist, als wir selbst. Sie glauben an uns und unsere Möglichkeiten und freuen sich für uns, wenn wir glücklich oder erfolgreich sind.

Gewürz des Lebens

Um gute Freunde zu haben, muss man selbst auch ein guter Freund sein. Wir müssen die Freundschaft pflegen. Zeit ist das wichtigste Gut eines Menschen und diese Zeit sollten wir mit unseren Freunden teilen. Freundschaft braucht ein Miteinander, den Austausch untereinander und gemeinsame Erlebnisse. Desto mehr Zeit wir miteinander verbringen, umso tiefer die Freundschaft. „Freundschaft ist nicht nur ein köstliches Geschenk, sondern auch eine andauernde Aufgabe“ (Ernst Zacharias). Dabei ist jede Freundschaft anders, denn kein Freund gleicht dem anderen. Und das ist auch gut so! Freunde haben unterschiedliche „Aufgaben“. Bewusst oder unbewusst – wir suchen uns Menschen aus, die uns gut tun und unser Leben bereichern. So hat man Freunde, mit denen man gerne unterwegs ist, sportlich zum Beispiel, mit anderen könnten man bei einem Gläschen Wein stundenlang über Gott und die Welt sprechen, andere sind besonders einfühlsam und sind die besten Seelenröster. Gute Freunde tun einfach in jeglicher Hinsicht gut. Wissenschaftler haben herausgefunden, dass Menschen mit einem funktionierenden Freundeskreis zufriedener sind und gesünder leben. In ihrer Gegenwart haben wir ein höheres Selbstwertgefühl. Auch hat man mit Freunden einen anderen Blick auf das Leben. Denn mit vertrauten Menschen an seiner Seite empfinden wir Probleme als weniger schlimm. Laut Wissenschaft wirken gute Freunde „lebensverlängernd“. Ihre Rolle dabei ist entscheidender als die der eigenen Kinder. Allerdings ist dies nur dann gegeben, wenn die Freundschaft auch wirklich gleichberechtigt und vertrauensvoll ist. Oberflächige Freundschaften haben keinen Einfluss auf die Lebenserwartung. Freundschaften sind sinngesamt, man fühlt sich nicht allein und hat Hilfe bei wichtigen Entscheidungen. Mit

jemanden über seine Probleme sprechen zu können, oder aber für den anderen eine wichtige Rolle in seinem Leben zu spielen, stärkt das eigene Selbstbewusstsein. Gründe, die dafür sprechen, sich einen guten Freundeskreis aufzubauen. Wissenschaftler sind sich einig, wer gute Freunde hat, kommt leichter durchs Leben.

Wie gewinne ich neue Freunde

Freunde fallen nicht einfach so vom Himmel. Um neue Freunde kennen zu lernen muss man ein wenig aus seiner Komfortzone kommen. Denn Unternehmungen führen dazu, neue Menschen kennen zu lernen. Manche sind einem sofort sympathisch, andere dagegen weniger. Es gibt Bekanntschaften, bei denen das Bedürfnis entsteht, mehr Kontakt mit dieser Person haben zu wollen, diese besser kennen zu lernen. Hier sollte man sich nicht scheuen und seinen Wunsch durchaus äußern. Natürlich kann dies zu einer Absage führen. Das kann schon mal verletzen, aber auf der anderen Seite ist das unsere Chance, neue Beziehungen zu knüpfen. An die neue Freundschaft sollte man ohne große Erwartungen rangehen. Freundschaften müssen wachsen, lassen sich nicht erzwingen und Druck ist ein Killer. Hohe Erwartungen überfordern gerne sein Gegenüber. Das beste Rezept für eine gute Freundschaft hat Ralph Waldo Emerson trefflich beschrieben: „Der einzige Weg, Freunde zu gewinnen, ist, selbst einer zu sein.“ Das heißt, dass man am Anfang vielleicht mal ein wenig mehr als sein Gegenüber in die beginnende Freundschaft investiert, aber einer muss den Stein ja ins Rollen bringen.

Falscher Freund

Die Sehnsucht nach Freunden ist so alt wie die Menschheit selbst. Ab Kindesalter an sind wir auf der Suche nach „Seelenverwandten“. Manche Freundschaften halten ein Leben lang



– vom Kindergarten bis zum bitteren Ende. Andere Freundschaften dagegen verabschieden sich und neue kommen. Hierfür gibt es viele Gründe wie ein Umzug oder weil man sich selbst, oder aber auch der Freund sich in eine andere Richtung entwickelt. Oftmals ändert sich der Freundeskreis noch einmal ganz entscheidend, wenn Kinder kommen. Der Fokus der frisch gebackenen Eltern verändert sich zuerst mal, man bringt mehr Zeit für die Familie auf, hat weniger Zeit für Freunde. Die Freundschaft wird weniger gepflegt und verliert sich dadurch.

Manchmal muss man aber auch einfach feststellen, dass einem eine bestimmte Freundschaft gar nicht gut tut. Es gibt sogenannte „Freunde“, die deine Geheimnisse einfach weitertragen, hinter deinem Rücken schlecht von dir reden, dich gerne mal respektlos behandeln oder dich insbesondere vor anderen Menschen schlecht dastehen lassen. Andere erzählen immer nur von sich, benutzen dich wie einen „Abfalleimer“ indem sie all ihre Probleme bei dir abladen. Wenn man sie selbst braucht, haben sie keine Zeit oder können/wollen nicht zuhören und Verständnis für deine Situation aufbringen. Oft dauert es, bis man merkt, dass man sich in Gegenwart dieser Person verstellen muss, sich nicht wohl fühlt und am liebsten gar nichts von sich mehr preisgeben möchte. Dann ist es am besten, diese Freundschaft zu beenden. Denn so gut einem eine gute Freundschaft tun kann, so kann eine schlechte einem auch schaden und Kraft kosten.

Text: Redaktion PURPUR



PUR VITAL ist bunt – und das ist GUT so!

Das PUR VITAL Unternehmen ist mit seinem umfassenden Angebot rund um die Pflege in der Branche eine feste Größe

Mit insgesamt fast 700 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern engagiert sich PUR VITAL mit großer Freude und Begeisterung für eine optimale Versorgung und setzt sich für alle Belange pflegebedürftiger Menschen ein. Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter leisten hier Großartiges und sorgen mit ihrem Einsatz dafür, dass unsere Gesellschaft funktioniert. Je nach Quelle der aktuellen Zahlen wird die Zahl der Pflegebedürftigen Menschen bis zum Jahre 2030 auf 3,5 Millionen ansteigen. Und die Jahrgänge der Babyboomer beginnen da erst ihr Rentenalter. Es ist also nicht anzunehmen, dass darüber hinaus die Zahl der Pflegebedürftigen abnehmen wird. Wie sich die Verteilung der Versorgung auf eine ambulante oder stationäre Versorgung verschieben wird, darüber gehen die Meinungen auseinander. Sicher ist jedoch: alle müssen versorgt werden, und zwar in allen Bereichen und mit Respekt und unter Würdigung ihrer Lebensleistung!!

Eine große Herausforderung, vor der wir alle stehen: die Anzahl zu versorgender Menschen nimmt gewaltig zu und der Personalbedarf steigt zwangsläufig ebenso. Allerdings gibt es einen allgemeinen Rückgang der Erwerbstätigen, sodass sich auch in der Pflege das Personalangebot weiter reduzieren wird. Es ist eine große Personallücke zu erwarten. Eine Tatsache, welcher Deutschland auch heute bereits gegenübersteht. Dies zeigt sich zum einen in einer massiven Fachkraftproblematik, und zum ande-

ren auch in vielen anderen Handlungsbereichen in der Versorgung alter und hilfsbedürftiger Menschen. Überall ist die Rede davon, Abkommen mit unterschiedlichen Ländern abzuschließen, um Pflegekräfte zu gewinnen und somit die Versorgung sicherstellen zu können. Es ist also wichtig, dass sich die Pflege auf allen Ebenen öffnet und es möglich macht, Kolleginnen und Kollegen verschiedener Herkunft für die Arbeit mit den Menschen zu begeistern.

Im PUR VITAL Unternehmen ist dies bereits Alltag und für alle Beteiligten eine Selbstverständlichkeit. „PUR VITAL ist bunt, das ist gut so und ist stolz darauf!“. PUR VITAL steht für seine wichtigen Aufgaben nicht nur ein großes, sondern auch ein sehr vielfältiges Team zur Verfügung. Es bildet ganz unterschiedliche Professionen und Qualifikationen ab, es sind alle Altersgruppen vertreten, alle Religionen, viele Kulturen und eben auch sehr viele Nationalitäten. Ein knappes Viertel der Mitarbeiter präsentiert in den sechs Einrichtungen den „Rest der Welt“. Aus insgesamt 32 anderen Ländern rund um den Globus unterstützen sie die Kolleginnen und Kollegen von PUR VITAL.

Das stellt PUR VITAL natürlich auch vor neue und zusätzliche Herausforderungen, denn in einer solchen multikulturellen Gruppe kann es eben auch schwierig werden. Kulturelle und religiöse Unterschiede, verschiedene Erfahrungen, Ansichten und Überzeugungen sowie sprachliche Barrieren haben genügend Potential, die Zufriedenheit der Bewohner und Mitarbeiter sowie betriebliche Abläufe zu stören. PUR VITAL investiert Zeit und Energie, um sein Pflegeverständnis transparent zu machen: Um von einander zu lernen, wie weit sich „unser“ Umgang mit Krankheit ähnelt oder unterscheidet, wo „unser“ Werte konform gehen oder abweichen. Um



mit allen Gemeinsamkeiten und Unterschieden den PUR VITAL anvertrauten Mensch die Versorgung und Wertschätzung, den Respekt und die Zuwendung entgegen zu bringen, die in dieser Phase des Lebens wesentlich und unabdingbar ist.

Aber das alles birgt auch eine große Chance. Unsere Gesellschaft verändert sich laufend, sie wird immer vielfältiger in allen Lebensbereichen. Die Kollegen helfen PUR VITAL, zu hinterfragen, die Sicht zu öffnen, sensibler zu werden für unterschiedliche Bedürfnissen und Ansichten. Und nicht zuletzt helfen sie, die Aufgaben in der Versorgung pflegebedürftiger Menschen nachzukommen.

Und darum sieht sich PUR VITAL als das was es ist: Ein multikulturelles Team mit allen Herausforderungen und allen Chancen, die dieses Miteinander für uns und für SIE bedeutet !!!

Text: Christiane Schützdeller, Hausleitung im PUR VITAL Pflegezentrum Bergen

Nationalitäten bei PUR VITAL:

Deutschland	Rumänien	Tschechien	Eritrea	Aserbaidschan
Polen	Österreich	Slowakei	Irland	Nordmazedonien
Bosnien-Herz.	Vietnam	Guinea	Iran	Norwegen
Serbien	Spanien	Griechenland	Italien	Thailand
Türkei	Ukraine	Ungarn	Schweiz	Kosovo
Kasachstan	Philippinen	USA	Schweden	
Kroatien	Russland	Syrien	Afghanistan	

Zauberhafte Dienstjubiläumsfeier 2019

PUR VITAL bedankte sich bei seinen langjährigen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Einen Abend lang soll es nur um die Jubilare gehen, deshalb lud PUR VITAL auch 2019 wieder alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die im Jahr 2019 ihr 5-, 10-, 15- oder 20-jähriges Dienstjubiläum begingen, zu einem feierlichen Abendessen mit zauberhafter Unterhaltung ein.

Gefeiert wurde in der Angermühle in Altenmarkt an der Alz. Gefolgt waren der Einladung durch Geschäftsführer Markus Mittermeier über 50 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie die im Sommer mit der Ausbildung fertig gewordenen Altenpflegerinnen.

Zwischen den einzelnen Gängen des Menüs bat Markus Mittermeier jeden Mitarbeiter zu sich, um zum Dienstjubiläum zu gratulieren und

bedankte sich herzlich für die langjährige Treue und gute Arbeit. Symbolisch dafür gab es für jeden ein PUR VITAL-Lebkuchenherz.

Den Absolventen der Ausbildung zur Altenpflegerin hat Herr Mittermeier ebenfalls in diesem Rahmen herzlich gratuliert und ihnen für die nun vor ihnen liegende berufliche Zukunft gemeinsam mit PUR VITAL das Beste gewünscht.

Nach dem Essen ließen sich die Ehrengäste von der Zauberkünstlerin Orelíe begeistern, die einen Tisch zum Fliegen bringen und Geldscheine in Zitronen verstecken kann. Die Zaubershow bildete einen kurzweiligen Abschluss eines geselligen Abends!

Text: Redaktion PURPUR



VIELEN DANK FÜR IHRE TREUE! Dienstjubiläum bei PUR VITAL

5 Jahre

Wart Natalia
Kobler Tanja
Luburic Miriam
Niederquell Tatjana
Heboul Sarah
Krylov Lydia
Schlier Romina
Kriller Thomas
Kammler Eric
Santl Birgit
Bischof Eva
Früchtl Anneliese
Ringstetter Brigitte
Rump Cornelia
Fritze Angelika
Bohne Sandra
Wisniewska Mirosława
Stadler Helmut
Szperlinski Gundula
Pöschl Alla
Hundseder Christine
Witting Claudia
Zenker Hanna
Gleixner Saskia-Undine

Haab Daniela
Eschenbach Sarah-Christin
Rohde Janina
Krüger Petronela Mihaela
Simonenko Yekaterina
Naake Ilona
Naake Sylvi
Jusic Nedžad
Harwalik Anita
Gröbner Brigitta
Zach Dominique
Glatz Rita
Ruhland Anna
Wagner Olga
Reitz Claudia
Emmanouilidis Eva
Charalampidou Swetlana
Felbinger Martin
Bernrieder Michaela
Ritter Michaela
Tremml Ineke
Neumann Lydia
Liedtke Annett
Beyerl Beate

10 Jahre

Lamert Galina
Pfenninger Anita
Wolfmeier Hannelore
Jacob Rolf
König Cornelia
Göring Irene
Kainz Silvia
Bruckner Christina
Hacibekiroglu Fatma
Wessely Claudia
Probst Dorette
Strauß Susan

15 Jahre

Pawlowska Barbara
Schwarzenböck Agnes
Kämpfer Robert

20 Jahre

Kanzler Swetlana
Angsüßer Jürgen
Fleißner Manuela
Heinze Katrin
Schulz Gudrun
Pilgram Manuela
Scherff Doris
Linke Lidija
Orth Julijana
Göricke Uta
Wentland Michaela



Wir gratulieren zur bestandenen Abschlussprüfung zum/r „AltenpflegerIn!“



PUR VITAL
Pflegezentrum Bergen

Martina Ugrinovich
Roswitha Lepenik

PUR VITAL
Pflegezentrum Garching/Alz

Christina Erl

PUR VITAL
Pflegezentrum Oberaudorf

Janina Rohde

PUR VITAL
Pflegezentrum Traunreut

Brigitte Krall

PUR VITAL
Mobiler Pflegedienst Trostberg

Samra Zukic

Herzlichen Glückwunsch zur bestandenen Fort- und Weiterbildung

Wohnbereichsleitung

Krüger Mihaela (PUR VITAL Pflegezentrum Straubing)



Palliativ Care Pflegefachkraft

Anna Maria Grosch (PUR VITAL Pflegezentrum Straubing)

ACP-BeraterIn

Michaela Wentland (PUR VITAL Pflegezentrum Bergen)
Markus Gonnermann (PUR VITAL Pflegezentrum Bergen)
Janina Rohde (PUR VITAL Pflegezentrum Oberaudorf)
Anna Maria Grosch (PUR VITAL Pflegezentrum Straubing)
Petra Hegewald (PUR VITAL Pflegezentrum Straubing)

Praxisanleitung

Beatrix Schader (PUR VITAL Pflegezentrum Bergen)
Laura Lang (PUR VITAL Pflegezentrum Oberaudorf)
Brigitte Solgun (PUR VITAL Pflegezentrum Straubing)
Carmen Bartoc (PUR VITAL Pflegezentrum Traunreut)
Peggy Pautze (PUR VITAL Mobiler Pflegedienst, Oberaudorf)

PUR VITAL heißt seine neuen Auszubildenden zur/m Altenpfleger herzlich willkommen!



PUR VITAL Pflegezentrum Bergen

Sandra Berghaus
Hassan Taheri

PUR VITAL Pflegezentrum Garching/Alz

Julia König
Dilara Kayaarslan
Monika Rascher

PUR VITAL Pflegezentrum Oberaudorf

Onelly Sanchez-Daviu
Magdalena Rieker

PUR VITAL Pflegezentrum Straubing

Elke Feiertag
Selina Schatz
Olga Block
Julia Weglmaier
Marcel Buhrke
Maximilian Kuhn

PUR VITAL Pflegezentrum Traunreut

Anja Federl
Nadine Meier
Andrea Osenstätter-Marstaller
Eva Emmanouilidis
Ksenija Juric
Tatjana Kommissarenko
Violeta-Rodica Stefan

PUR VITAL Pflegezentrum Trostberg

Peggy Vietze
Daniel Schneider

PUR VITAL Mobiler Pflegedienst Oberaudorf

Claudia Langer

PUR VITAL Mobiler Pflegedienst Trostberg

Bianca Unterforsthuber

PUR VITAL Auszubildenden-Ausflug 2019

Das Mammut-Museum Siegsdorf – eine Reise durch 250 Millionen Jahre Erdgeschichte



Die Auszubildenden besuchten beim Ausflug 2019 zunächst das PUR VITAL Pflegezentrum Bergen. Nach den Umbauarbeiten war es nun an der Zeit, den Auszubildenden aus den anderen Standorten das neu renovierte Haus zu zeigen.

Hausleitung Christiane Schützdeller begrüßte die Besucher herzlich und erzählte zunächst einige Fakten zum Haus. Anschließend ging es in mehreren Kleingruppen durch die Pflegeeinrichtung, wobei sich auch die hauseigenen Auszubildenden als Guide beteiligten. Es ist für die Schüler aus den anderen PUR VITAL Häu-

sern, besonders für die aus dem zweiten und dritten Lehrjahr, immer wieder interessant zu sehen, wie andere Häuser aufgebaut sind, wie diese arbeiten und mit welcher Ausstattung sie arbeiten. Und in der Gruppe unterwegs zu sein, regt natürlich auch zur Diskussion über das Gesehene an.

Nach dem Mittagessen und einem spontanen Geburtstagsständchen für die Köchin des Pflegezentrum Bergen ging es dann für die Auszubildenden weiter nach Siegsdorf ins Mammut-Museum. Dort erfährt man einiges über die geologische Geschichte Südostbayerns und kann die zahlreichen Ausstellungsstücke, die

einen Blick in die Steinzeit erlauben, bewundern. Kernstück der Ausstellung ist, wie der Name schon sagt, ein in der Nähe von Siegsdorf gefundenes 45.000 Jahre altes Mammutskelett – das größte und besterhaltene Mammutskelett Europas.

Nach dem Besuch des Museums gab es noch einen kleinen Einkehrschwung in die nahe gelegene Eisdielen, bevor es dann anschließend für die Schüler wieder zurück in die jeweiligen Ausbildungsorte ging.

Text: Redaktion PURPUR

Fortbildung zur Wohnbereichsleitung Herzlichen Glückwunsch Frau Krüger!

Im letzten Jahr haben einige Mitarbeiter die Schulbank gedrückt, um sich fortzubilden. So auch Mihaela Krüger, die sich zur Wohnbereichsleitung weiterbildete.

Frau Krüger fuhr für ein halbes Jahr, jeden Monat für eine Woche, nach Regensburg, um sich in der Döpfner Schulen das nötige Wissen anzueignen. Neben einer Projektarbeit musste Frau Krüger eine schriftliche wie auch mündliche Prüfung ablegen, welche sie erfolgreich bestand.

PUR VITAL gratuliert zur bestandene Fortbildung und wünscht Frau Krüger einen guten Start als Wohnbereichsleitung!

Text: Petra Hegewald, Hausleitung
im PUR VITAL Pflegezentrum Straubing



Wissen ist wichtig

Das PUR VITAL in Oberaudorf setzt - wie alle PUR VITAL Einrichtungen – auf Aus- und Weiterbildung

So viele Anforderungen strömen täglich auf die Pflegekräfte ein – so viel neues Wissen, das benötigt wird. Die Aus- und Weiterbildung der PUR VITAL Mitarbeiter ist daher unerlässlich und ein wichtiger Punkt in der Personalentwicklung. PUR VITAL freut sich sehr, dass sich immer wieder Mitarbeiter/innen finden, die Interesse haben sich für PUR VITAL weiterzubilden und dieses Wissen dann auch in die tägliche Arbeit mit den Bewohnern einfließen lassen wollen. In der Regel unterstützt PUR VITAL seine Mitarbeiter, indem es einen Teil der Arbeitszeit und die vollen Lehrgangskosten zur Verfügung stellt. In Ausnahmefällen sogar die gesamte Arbeitszeit. So will PUR VITAL die Mitarbeiter/innen animieren und motivieren, ihren Horizont ständig zu erweitern.

Derzeit absolvieren zwei Mitarbeiterinnen des Pflegezentrum Oberaudorf die Weiterbildung zur Gerontopsychiatrischen Fachkraft und haben den ersten Teil bereits mit Bravour gemeistert. Sie sollen allen anderen Kollegen künftig für Fragen rund um das Thema Demenz und den fachlich richtigen, individuellen Umgang mit dieser Erkrankung näher bringen. Nun wünscht das Team aus Oberaudorf viel Erfolg für Teil 2!

Hygiene und Qualität sind zwei Themen, die in einer Pflegeeinrichtung unverzichtbar sind. Seit März konnte das Pflegezentrum Oberaudorf eine Fachkraft gewinnen, die zum Wiedereinstieg nach der Elternzeit sich ausschließlich um



diese zwei Bereiche im Haus kümmert. Dazu gehört natürlich auch aktuelles Know-How. So startete sie erst einmal mit der Weiterbildung zur Hygienebeauftragten in Pflegeeinrichtungen, die sie bereits erfolgreich abgeschlossen hat. Im Herbst möchte sie dann die Weiterbildung zur Qualitätsmanagementbeauftragten anschließen. Sie wird damit eine starke Stütze für die Führungskräfte werden und ihnen das neue fachliche Wissen in diesen Themenbereichen vermitteln können.

Eine weitere Kollegin hat im Januar die Weiterbildung zur Beraterin in der letzten Lebensphase (ACP-Beraterin) begonnen. Sie soll spezielles Wissen erwerben, um den Senioren beim Erstellen einer rechtlich anerkannten Patientenverfügung und der Regelung diverser Angelegenheiten in der letzten Lebensphase zu unterstützen. Auf Grund der Corona-Pandemie musste diese nun kurzzeitig unterbrochen werden, doch hofft man, dass sie diese bald abschließen und ihr neu erworbenes Wissen zum Wohle der Bewohner einsetzen kann. Parallel hat sie im Mai mit der Weiterbildung zur Praxisanleitung begonnen. Sie selbst hat erst im letzten Jahr ihre Ausbildung abgeschlossen und möchte es sich nun zur Aufgabe machen, auch andere Auszubildenden auf deren Weg zur Fachkraft zu unterstützen. Dafür „toi,toi,toi!!!“.

Gespannt erwarten sie den September – drei der Pflegehelfer im Pflegezentrum Oberaudorf haben sich entschlossen, nun Fachkraft zu werden. Sie möchten die ersten im Hause sein, die sich im Rahmen der neuen generalistischen Ausbildung ausbilden lassen. Damit sie während ihrer Ausbildung keine finanziellen Einbu-

ßen haben, unterstützt sie PUR VITAL bei der Beantragung von Fördermöglichkeiten oder übernimmt ggfs. selbst ein erhöhtes Ausbildungsentgelt. So haben alle drei die Möglichkeit, ihren Lebensunterhalt, trotz Durchführung einer Ausbildung, weiter eigenständig zu verdienen.

Ab Juni bzw. Juli wird das Pflegezentrum Oberaudorf zwei Auszubildende in höheren Lehrjahren aus anderen Einrichtungen übernehmen. Im Mai hat man bereits eine Auszubildende von einem anderen Träger die Möglichkeit gegeben, zu PUR VITAL zu wechseln. So hat das PUR VITAL in Oberaudorf ab Juli 7 Auszubildende, die hoffentlich ganz schnell das Team bereichern und es mit aktuellstem fachlichen Wissen versorgen.

Nicht nur im Pflegezentrum Oberaudorf wurde und wird vielen Mitarbeitern eine Aus- und Weiterbildung ermöglicht, auch in den anderen PUR VITAL Pflegezentren wurden im Jahr 2019 viele Fortbildungen wahrgenommen und man durfte neue Mitarbeiter und Auszubildende willkommen heißen. PUR VITAL wünscht sich, dass der Wissensdurst der Mitarbeiter weiterhin so groß ist und man auch zukünftig vielen Mitarbeitern diese Entwicklungsmöglichkeiten anbieten kann.

Text: Hanna Zenker, Hausleitung im PUR VITAL Pflegezentrum Oberaudorf

PUR VITAL Betriebsausflug zum Winterfest Salzburg – Cie Akoreacro

Der letzte Betriebsausflug 2019 führte die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nach Salzburg, genauer gesagt in den Volksgarten Salzburg. Dort findet schon seit einigen Jahren immer von Ende November bis Anfang Januar ein Festival für zeitgenössische Zirkuskunst statt. In zwei Manegen zeigen hervorragende Kompanien aus der ganzen Welt ihr Können. Als Rahmenprogramm finden zudem Konzerte, Ausstellungen, Workshops und ein Pop-up-Flohmarkt statt.

PUR VITAL entschied sich für die Premiere von Cie Akoreacro aus Frankreich, die mit »Dans ton coeur« ein temperamentvolles Stück, das einen schelmischen Blick auf den scheinbar banalen Alltag eines Paares wirft, zeigte. Zwischen tanzenden Kühlschränken und schwebenden Badewannen flogen Claire Aldaya und ihre Artistenkollegen anmutig durch die Lüfte und ließen ihr Publikum atemlos zurück. Doch nicht

nur der Spagat zwischen Liebe, Arbeit und Familie stellte sich als echter Balanceakt heraus. Ein sehr kurzweiliges und temperamentvolles Stück. Musikalisch untermalt mit Live-Musik des Akoreacro Orchestra. **Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter haben sich mehr als gut unterhalten gefühlt und waren sowohl von dem Stück als auch von der ganzen Location mehr als begeistert!**

Text: Redaktion PURPUR



Weiterbildung zur Palliativ-Fachkraft

PUR VITAL gratuliert Anja Grosch zum erfolgreichen Abschluss

Anja Grosch, Pflegefachkraft im Pflegezentrum Straubing, schloss ihre Weiterbildung zur Palliativ-Fachkraft erfolgreich ab. Die Weiterbildung umfasst 160 Stunden und beinhaltet kulturell-gesellschaftspolitische, rechtlich-ethische, palliativ-medizinische,

pflegerische sowie psycho-soziale und spirituell-religiöse Themen. Ebenso werden organisatorische Aspekte rund um alle Palliativ-Gebiete vermittelt.

Alles in allem wird ein großes Spektrum beleuchtet und lehrt gezielt Grundkenntnisse der

Tumorschmerztherapie sowie der Symptomkontrolle und zeigt Aspekte der Krankheitsbewältigung und verschiedener Kommunikationsmodelle auf. Möglichkeiten der Grund- und Behandlungspflege bei Palliativversorgung wird schwerpunktmäßig vertieft und der sensible Umgang mit Sterben, Tod und Trauer geschult.

Palliativpflege ist ein sehr emotionales und weitreichendes Thema, welches weitaus mehr ist, als sich nur mit dem Tod zu beschäftigen. Frau Grosch war und ist fasziniert davon, welche Methoden und Möglichkeiten es gibt, Menschen in der Palliativpflege zu begleiten. Ihr neu erlerntes Wissen und ihre Begeisterung werden den Bewohnern, Kollegen sowie auch Angehörigen zu Gute kommen.

PUR VITAL wünscht ihr einen guten Start als Palliativfachkraft und wünscht sich eine lange, gute und erfolgreiche gemeinsame Zeit zusammen.

Text: Petra Hegewald, Hausleitung im PUR VITAL Pflegezentrum Straubing





Das Pflegezentrum Straubing war, nach der Fertigstellung des Pflegezentrums in Bergen, die nächste PUR VITAL Einrichtung, die umfassend modernisiert wurde. Die Arbeiten dauerten über ein Jahr und betrafen die gesamte Einrichtung. Ende 2019 war man mit der Modernisierung durch.

Die Maßnahmen bringen nicht nur optische, sondern auch funktionale Veränderungen mit sich. Es wurden neue Fußböden verlegt



Es ist geschafft

Nach dem Pflegezentrum Bergen wurde nun auch das Pflegezentrum Straubing umfassend modernisiert

und es gab einen frischen Innenanstrich. So hat jetzt jeder Wohnbereich eine sogenannte Signalfarbe, welche immer beim Betreten des Bereiches für alle gut sichtbar ist, sich auch im Gemeinschaftsraum wiederfindet und damit Orientierung für Bewohner und Besucher gibt. Ebenso wurde die alte Beleuchtung durch eine umweltbewusste und dem Sicherheitsbedürfnis sowie den altersgerechten Einschränkungen der Bewohner gerecht

werdenden LED-Beleuchtung ersetzt. So sorgen die Spots vor den Zimmertüren 24 Stunden lang für eine ausreichend helle Beleuchtung, was insbesondere nachts für Orientierung auf den Fluren sorgt. Das restliche Licht ist, je nach Tages- und Jahreszeit, mehrfach zuschaltbar. Auch die Liftanlage wurde überholt, der Motor sowie das Bedienfeld erneuert und das Interieur so gestaltet, dass der Benutzer das Gefühl hat, einen kleinen Ausflug in den Wald zu machen. Das Dach erhielt eine neue Isolierung, so dass ein noch besseres Wohnklima in den Wohnbereichen im Dachgeschoss gegeben ist. In diesem Jahr erfolgt noch ein neuer Außenanstrich und die Einfahrt wird ausgebessert.

In allen Räumen wurden die Fenster und Balkonelemente ausgetauscht und zur leichteren Bedienung mit elektrischen Jalousien ausgestattet. Das kommt insbesondere den Bewohnern zu Gute. Darüber hinaus legte man bei der Ausstattung und Gestaltung der Bewohnerzimmer großen Wert. So wurden die Bewohnerbäder mit neuen, schicken und funktionalen Armaturen und Mobiliar versehen. Die Haltegriffe sorgen für eine hohe Sicherheit für die Bewohner. Die speziellen Waschbecken bieten an den Seiten gute Griffmöglichkeiten. Ausreichend Stauraum für persönliche Badutensilien findet der Bewohner in dem großen Spiegelschrank



über dem Waschbecken. Dieser reicht bis auf die Höhe des Waschbeckens hinab, so dass sich die Bewohner auch im Sitzen gut darin sehen können. Neue Duschstühle, welche einfach in der Wand einzuheben sind, bieten den Senioren mehr Sicherheit beim Duschen. Die Balkonübertritte wurden ebenerdig gemacht und die Balkonböden neu verlegt.

Darüber hinaus erhielten die Bewohnerzimmer neues Mobiliar und neue Vorhänge. Alle Zimmer verfügen nun über ein Niedrigflurbett. Dies ist nicht nur für die Pflegekräfte ein enormer Gewinn, sondern auch für die Bewohner. Das Bettgestell kann auf die für die Pflegekraft passende Höhe gefahren werden und anschließend so tief abgesenkt werden, dass beim unbegleiteten Verlassen des Bettes für den Bewohner keine Sturzgefahr besteht. Neue deckenhohe Schränke mit abschließbaren Wertfach bieten

viel Stauraum. Und zu guter Letzt wurden die Voraussetzungen für ein flächendeckendes WLAN in allen Bewohnerzimmern geschaffen.

Auch für die Mitarbeiter gibt es seit dem Umbau mehr Komfort. Die Stationszimmer wurden mit modernen und funktionalen Möbeln ausgestattet und mehr Stauraum geschaffen. Neue Pflegewagen, zusätzliche Personenlifter und Personenwaagen sowie mehrere moderne Stationsbadewannen erleichtern die Pflege. Sämtliche Büroräume wurden mit elektrisch höhenverstellbaren Schreibtischen sowie mit modernem Mobiliar ausgestattet. Die Physiotherapie erhielt für ihre Behandlungen zusätzliche Gerätschaften.

Alles in allem hat der Umbau ein gutes Jahr gedauert und den Bewohnern wie auch den Mitarbeitern einiges an Verständnis und zusätzlicher

Arbeit abverlangt. Um bei einem bestehenden Betrieb eine umfangreiche Sanierung und Modernisierung vornehmen zu können, müssen alle an einem Strang ziehen. Bewohner müssen intern verlegt werden, was für die Mitarbeiter zusätzliche Arbeit bedeutet. Fertige Abschnitte erfordern besondere Reinigung, dann wieder die Rückverlegung der Bewohner und das Freimachen neuer Bereiche zur Renovierung. Zusätzlich belastet der Baulärm den Alltag. Für Bewohner wie auch Mitarbeiter des Pflegezentrum Straubing kein Problem – wenn auch in einzelnen Situationen mal eine „genervte Seele“ gestreichelt werden musste.

PUR VITAL bedankt sich bei den Bewohnern, Angehörigen sowie dem gesamten PUR VITAL-Team für das Durchhalten. Dafür wurden sie alle mit einer „frischeren“ Einrichtung und moderneren Ausstattung belohnt.

Text: Redaktion PURPUR



Erfolgreich durch die Zertifizierung

Pflegezentrum Straubing abermals nach DIN EN ISO 9001:2015 zertifiziert

All die Mühen haben sich abermals gelohnt! Am 11. und 12. November 2019 war es wieder soweit und das Pflegezentrum Straubing hat die erneute Zertifizierung nach DIN ISO 9001:2015 durch die Deutsche Gesellschaft zur Zertifizierung von Managementsystemen (DQS), vertreten durch Herrn Seisler, erfolgreich bestanden.

Das ganze Jahr über wurde daran gearbeitet, die neuen Normvorschriften umzusetzen und zeitgleich neue Vorgaben in das Handbuch einzuarbeiten.

Das Ganze erfolgte parallel zur Modernisierung der Einrichtung, was nicht immer leicht war. Dennoch schaffte es das Pflegezentrum Straubing mit Bravour. Alle Mitarbeiter haben fleißig analysiert, recherchiert und zu Blatte gebracht sowie letztendlich die vorgegebenen Strukturen umgesetzt. Das Anwenden der neuen Norm in der Praxis wird durch die Mitarbeiter mehr als nur gelebt!

Souverän und ruhig wurden die Fragen des Auditors beantwortet, Abläufe gezeigt und eigene Ideen vorgebracht.

„Einmal mehr hat es mir wieder gezeigt, welche geniale Truppe hier im Hause arbeitet. Alle ziehen an einem Strang, alle haben Spaß dabei und dadurch lässt der Erfolg nicht lange auf sich warten. Ich danke allen Mitarbeitern im Haus für dieses Engagement und diese Loyalität. Ihr seid einfach die Besten!“ so Hausleitung Petra Hegewald stolz.

Text: Petra Hegewald, Hausleitung im PUR VITAL Pflegezentrum Straubing



Pflegezentrum Straubing Kooperationspartner der Döpfer Schulen Regensburg



Die Döpfer Schulen aus Regensburg kam unlängst auf das Pflegezentrum Straubing mit der Bitte zu, Praktikumsplätze für Ergotherapeuten-Auszubildende zu ermöglichen.

Diesem Wunsch kam das PUR VITAL gerne nach. Die Ergotherapeutin des Pflegezentrum Straubing, Julia Schlag, leitete die ersten beiden Azubis mit großem Engagement an. Das kam so gut an, dass die Döpfer Schulen das Pflegezentrum Straubing mit einer Urkunde zum Kooperationspartner im Rahmen der Ausbildung zum Ergotherapeuten ernannte.

Das PUR VITAL ist darauf sehr stolz und dankt an dieser Stelle noch einmal Julia Schlag für ihren tollen Einsatz!

Text: Petra Hegewald, Hausleitung im PUR VITAL Pflegezentrum Straubing

Weitere Einrichtung im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements geschafft

Letztes Jahr stand das Pflegezentrum Trostberg im Mittelpunkt



Das letzte Jahr stand das PUR VITAL in Trostberg ganz im Zeichen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements. Bei dem Prozess wurde PUR VITAL wieder durch die Firma Motio Chiemgau und die DAK Gesundheit begleitet. Nach einer Auftaktveranstaltung fand zunächst für die Führungskräfte ein Workshop statt, um die Führungskräfte für die Thematik und ihre Vorbildfunktion als Führungskraft zu sensibilisieren.

Anschließend gab es mehrere Arbeitssituationsanalysen, um jeden Mitarbeiter im Rahmen eines Workshops die Möglichkeit zu geben, die individuellen Belastungen zu benennen. Das

Empfinden jedes Einzelnen ist anders und die Thematiken können von Person zu Person und von Arbeitsbereich zu Arbeitsbereich völlig unterschiedlich sein. Diese ganzen Einzelnennungen wurden anschließend zu verschiedenen Themenschwerpunkten, die den kompletten Bereich eines Arbeitsverhältnisses abdecken, zugeordnet. Solche Themenschwerpunkte sind Arbeitsorganisation, Arbeitstätigkeit, Arbeitsumgebung, Führungsverhalten, Kommunikation/Information und Gruppen-/Betriebsklima.

Neben den Belastungen wurden zusätzlich auch gleich zahlreiche Lösungsvorschläge für

die einzelnen Themen in den Arbeitssituationsanalysen gesammelt und mit aufgeführt. Wie sinnvoll oder umsetzbar sie sind, wurde später an anderer Stelle diskutiert. Primär geht es zunächst um die Sammlung von Lösungsvorschlägen.

Nach den Arbeitssituationsanalysen wurde ein Gesundheitszirkel gegründet, um die gesammelten Themen zu besprechen, Lösungsvorschläge zu bewerten bzw. neue Lösungsansätze zu erarbeiten. Der Gesundheitszirkel arbeitet mit einem Vertretersystem der verschiedensten Berufsgruppen sowie Vertreter der einzelnen Hierarchieebenen, damit die Gesamtheit des Personals im Haus so gut wie möglich abgedeckt werden kann.

In regelmäßigen Sitzungen wurden sämtliche Themen bearbeitet und Lösungsvorschläge gefunden, Apelle an die Mitarbeiter formuliert oder, wenn kein Verbesserungsvorschlag gefunden werden konnte oder es aufgrund äußerer Umstände nicht möglich ist, etwas zu verändern, wurde dies entsprechend festgehalten und begründet. Auf diesem Weg entstand ein einige Seiten umfassender Maßnahmenkatalog, der nun zukünftig regelmäßig überprüft und überarbeitet wird.

Zudem fanden in Zusammenarbeit mit der Firma Motio Chiemgau in der Einrichtung Arbeitsplatzprogramme statt, in denen sich eine Fachkraft der Firma Motio intensiv mit den Mitarbeitern besonders über Belastungen direkt am Arbeitsplatz beschäftigt und Tipps und Tricks zur Verbesserung der Situation vorgeschlagen hat.

Vielen Dank an die Firma Motio Chiemgau und die DAK Gesundheit für die Unterstützung bei der Umsetzung des Projektes!

Text: Redaktion PURPUR



DIN EN ISO 9001:2015

Seit 2019 ist das Pflegezentrum Bergen nach der neuen Norm zertifiziert

Das Pflegezentrum Bergen hat sich intensiv mit den neuen Anforderungen für die Zertifizierung nach DIN EN ISO 9001:2015 beschäftigt und eine Zertifizierung durch die unabhängige DQS GmbH (Deutsche Gesellschaft zur Zertifizierung von Managementsystemen) im letzten Jahr angestrebt.

Was ist die DIN EN ISO 9001

Die DIN EN ISO 9001-Zertifizierung ist ein weltweit anerkannter Standard. Dieser Standard legt Mindestanforderungen an ein Qualitätsmanagementsystem fest, denen eine Organisation zu genügen hat, um eine Dienstleistung (oder ein Produkt) bereitstellen zu können und die Kundenerwartungen sowie die behördlichen Anforderungen zu erfüllen. Ein wesentlicher Bestandteil ist dabei die Etablierung eines kontinuierlichen Verbesserungsprozesses. So soll sichergestellt werden, dass ein Unternehmen ständig bemüht ist, die bereits erreichte Qualität zu steigern. Mehr als eine Million Unternehmen sind weltweit nach DIN EN ISO 9001 zertifiziert. Damit ist die international anerkannte Norm der weltweit verbreitetste Standard. Im September 2015 veröffentlichte ISO

(International Organisation for Standardization) die neue Version der Qualitätsmanagementnorm.

Warum brauche ich ein Qualitätsmanagementsystem nach ISO 9001

Mit transparenten Prozessen und klar definierten Verantwortlichkeiten ist ein Qualitätsmanagementsystem (QMS) ein wichtiger Baustein für ein ganzheitliches Management. Ein wirksames QMS ist die Grundlage für eine sich kontinuierlich verbessernde Organisation und stellt somit die Weichen für eine erfolgreiche Unternehmensentwicklung.

Seit April 2019 nach neuer Norm zertifiziert

Da das Pflegezentrum Bergen seit Jahren nach DIN EN ISO 9001 zertifiziert war, arbeitet man bereits mit einem Qualitätsmanagementsystem-Handbuch. Jetzt galt es, die Vorgaben der neuen Norm nach DIN EN ISO 9001:2015 zu schaffen, umzusetzen und in das Handbuch aufzunehmen. Das Zertifizierungsaudit wurde im April 2019 durch die DQS durchgeführt und mit Bravour bestanden.

Mit dem großen Audit und der bestandenen Zertifizierung ist es nicht getan. Es werden regelmäßige Rezertifizierungen durchgeführt, um die Prozesse immer wieder den aktuellen Gegebenheiten anzupassen und sich weiter

zu entwickeln. Dies stand im März im Pflegezentrum Bergen an. Coronabedingt wurde das sogenannte Überwachungsaudit aber auf den Juni verschoben.

Text: Redaktion PURPUR

i Die 7 Grundsätze des Qualitätsmanagements

Die Norm ISO 9001 legt die Anforderungen an ein QMS fest, die Unternehmen umsetzen müssen, um die Erwartungen interner und externer Interessengruppen zu erfüllen. Sie stützt sich auf die sieben Grundsätze des Qualitätsmanagements (QM):

- Kundenorientierung und nachhaltiger Erfolg
- Führung und Leadership
- Engagement von Personen
- Prozessorientierter Ansatz
- Verbesserung
- Faktengestützte Entscheidungsfindung
- Beziehungsmanagement



Gesundheitliche Versorgungsplanung für die letzte Lebensphase

ACP-Berater in den PUR VITAL Pflegeeinrichtungen

Mit zunehmenden Lebensalter oder chronisch fortschreitenden Erkrankungen ist es wichtig, sich mit Fragen der physischen, psychischen, sozialen und religiösen Unterstützung sowie Fragen zu pflegerischen Maßnahmen und medizinischen Behandlungen in Vorbereitung auf die letzte Lebensphase zu beschäftigen. Vor diesem Hintergrund können nun zugelassene Pflegeeinrichtungen (i. S. d. §42 SGB XI) ihren gesetzlich versicherten Bewohnern nach § 132g Abs. 1 SGB V eine gesundheitliche Versorgungsplanung für die letzte Lebensphase anbieten. Diese orientiert sich am internationalen Konzept des „Advance Care Planning“ (ACP).

Was bedeutet dies in der Praxis?

Das Gesetz zur Verbesserung der Hospiz- und Palliativversorgung in Deutschland hat den § 132g SGB V in seiner heutigen Ausprägung geschaffen. Danach können die Pflegeeinrichtungen für ihre gesetzlich versicherten Bewohner sowie ihren Angehörigen bzw. gesetzlichen Betreuern eine gesundheitliche Ver-

sorgungsplanung für die letzte Lebensphase anbieten. Die Beratung soll individuell erfolgen und über die medizinisch-pflegerische Versorgung und Betreuung aufklären sowie Hilfen und Angebote der Sterbebegleitung aufzeigen.

ACP soll rechtzeitig vorbereiten und Selbstbestimmtheit sichern

In einem Beratungsgespräch soll entsprechend der Bedürfnisse des Patienten Aufklärung zu medizinischen-pflegerischen Abläufen, das Ausmaß, die Intensität, Möglichkeiten und die Grenzen medizinischer Interventionen sowie palliativ-medizinische und palliativ-pflegerische Maßnahmen in der letzten Lebensphase aufgezeigt werden. Ebenso sollen Notfallsituationen besprochen und geeignete Maßnahmen dargestellt werden. Bestandteil der Beratungsgespräche soll auch das Angebot zur Aufklärung über bestehende rechtliche Vorsorgeinstrumente (insbesondere Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsvollmacht) bzw. die Möglichkeit deren Aktualisierung sein. Dies kann die Einrichtung durch eigene Berater realisieren. Die Kosten für die Beratung übernimmt die gesetzliche Krankenversicherung des Bewohners. Die Inanspruchnahme durch den Bewohner ist freiwillig.



PUR VITAL bietet ACP an – Mehrwert für den Bewohner

Auch für die Einrichtungen ist das Anbieten von ACP keine Verpflichtung. PUR VITAL begrüßt dies jedoch sehr, bietet es doch einen Mehrwert für die Bewohner. Daher hat PUR VITAL schon im letzten Jahr damit begonnen, in seinen Einrichtungen Mitarbeiter zum ACP-Berater ausbilden zu lassen und unterstützt die Bewohner darin, ihre individuellen Wünsche zur Behandlung, Versorgung und Pflege für die letzte Lebensphase zu reflektieren und mitzuteilen. Im Beratungsprozess werden diese Wünsche dokumentiert und bei Bedarf wieder aktualisiert. Ziel ist es, dass der Bewohner in seiner letzten Lebensphase entsprechend seinen geäußerten Wünschen behandelt, versorgt und gepflegt wird, auch wenn er selbst nicht mehr in der Lage ist, sich dazu zu äußern. Das soll am Ende des Lebens eines Menschen sicherstellen, dass diese Zeit selbstbestimmt und nicht gegen seinen Willen aus rein medizinischer und pflegerischer Sicht gestaltet wird.

Text: Redaktion PURPUR



Das PUR VITAL Pflegezentrum Oberaudorf ist DIN ISO zertifiziert!

Nun sind alle PUR VITAL Pflegeeinrichtung zertifiziert

Immer wieder hatte es sich das Pflegezentrum Oberaudorf vorgenommen, doch so ein großes Projekt wie eine Zertifizierung will gut durchdacht und vorbereitet sein.

Nun hat es das Team vom PUR VITAL Oberaudorf geschafft! Seit Januar 2020 ist die Einrichtung offiziell nach DIN ISO 9001:2015 zertifiziert.

Die Firma DQS GmbH - Deutsche Gesellschaft zur Zertifizierung von Managementsystemen - hat die Mitarbeiter in diesem Prozess begleitet. Bereits im Oktober 2019 war die DQS zu einer ersten Systemanalyse im Haus. Sie haben sich vor allem die Prozesse in der Einrichtung angeschaut und Tipps und Hinweise gegeben, wie das bereits bestehende Qualitätsmanagement noch angepasst werden muss, um den Anforderungen des DIN ISO Systems gerecht zu werden. Nach einigen Änderungen konnte dann das Zertifizierungsaudit im Januar durchgeführt werden. An drei Tagen wurden die Mitarbeiter und das Haus von Herrn Seisler als Auditleiter auf Herz und Nieren geprüft. In einem Betriebsrundgang verschaffte er sich genauen Einblick in die Strukturen. Er schaute sich die verschiedensten Prozesse an: Führung, Qualitätsmanagement, Betreuung, Aufnahme neuer

Bewohner, Taschengeldverwaltung, schwerpunktmäßig natürlich die Pflege, die fachpraktische Ausbildung, die Themen Fortbildung, Einarbeitung und das Durchführen von Pflegevisiten, den Umgang mit Medizinprodukten sowie die Umsetzung der Hygienebestimmungen. Ebenso warf er einen Blick auf die Schnittstellen zu Küche, Reinigung und Haustechnik.

Nach drei anstrengenden Tagen dann die positive Nachricht: das Pflegezentrum Oberaudorf hat bestanden!

Nun wird das Pflegezentrum Oberaudorf künftig einmal pro Jahr einen Kurzbesuch von einem Tag erhalten, an dem sich Herr Seisler über die weitere Entwicklung im Haus ein Bild macht. Um das Zertifikat zu erneuern, ist im Dreijahresrhythmus eine erneute Zertifizierung notwendig. Das ganze PUR VITAL Team freut sich über diese positive Resonanz seiner Arbeit und die damit erhaltene Wertschätzung.

Stolz hängt das Zertifikat für alle sichtbar im Eingangsbereich des Pflegezentrum Oberaudorf. PUR VITAL dankt allen Mitarbeitern für ihr Engagement und Unterstützung, denn nur gemeinsam konnte man diesen Erfolg schaffen!



Und mit der Zertifizierung des Pflegezentrum Oberaudorf sind nun alle PUR VITAL Pflegezentren zertifiziert.

Text: Hanna Zenker, Hausleitung im PUR VITAL Pflegezentrum Oberaudorf

In diesem Jahr wurden bereits das Pflegezentrum Traunreut sowie das Pflegezentrum Bergen nach dem neuen Verfahren durch den MDK geprüft.

Das neue Qualitäts- und Prüfsystem für die vollstationäre Pflege startete sukzessiv am 01. Oktober 2019. Bei dem neuen Prüfverfahren werden keine Noten mehr vergeben. Vielmehr werden die einzelnen Bereiche nach Vorhandensein von Defiziten „bepunktet“. Daher ist ein Vergleich von Pflegeeinrichtungen untereinander nur dann möglich, wenn die zu vergleichenden Häuser entweder nach dem alten oder nach dem neuen Verfahren geprüft wurden.

Text: Redaktion PURPUR

2019 wurden
5 PUR VITAL
Pflegezentren
durch den
MDK geprüft und
für SEHR GUT
befunden



Im letzten Jahr wurden die PUR VITAL Pflegezentren in Bergen, Garching, Oberaudorf, Straubing und Trostberg durch den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) geprüft und alle Einrichtungen erhielten die Note SEHR GUT!

Angabe des Ursprungslandes von Lebensmitteln wird genauer

Herkunft der Hauptzutat muss angegeben werden



Für den Verbraucher ist es immer noch sehr schwer nachzuvollziehen, wo die Lebensmittel herkommen, vor allem dann, wenn es sich um verarbeitete Lebensmittel handelt, die aus mehreren Zutaten bestehen.

Damit mehr Licht ins Dunkel kommt, muss ab dem 1. April 2020 europaweit die Herkunft der Hauptzutat eines Lebensmittels angegeben werden, wenn diese vom Herstellungsort des Lebensmittels abweicht.

Wie sieht das konkret aus?

Ist auf dem Etikett eines Käses beispielsweise „Hergestellt in Deutsch-

land“ angegeben, die Milch als Hauptzutat kommt allerdings aus Holland, muss dies seit April auch deklariert werden. Allerdings muss nicht das konkrete Land angegeben werden. Angaben wie „EU“, „Nicht-EU“ oder „EU und Nicht-EU“ sind genau wie die Erklärung „stammt/stammen nicht aus“ ausreichend (Durchführungsverordnung (EU) 2018(775).

Diese Regelung soll eine Irreführung des Verbrauchers vermeiden und zumindest ein wenig mehr Klarheit über die Herkunft der Zutaten bringen. Text: Redaktion PURPUR

Neue Regeln für Heilmittel in der Gesetzlichen Krankenversicherung

Neue Richtlinie vereinfacht ab Oktober 2020 Verordnung von Krankengymnastik & Co.

Ab dem 1. Oktober 2020 tritt eine neue Heilmittel-Richtlinie in der gesetzlichen Krankenversicherung in Kraft. Diese betrifft physiotherapeutische Behandlungen wie Krankengymnastik oder Massagen, wie auch Ergotherapie oder andere Heilmittel.

Die Neuerung sieht vor, dass ab Oktober für gesetzlich Versicherte das System der Erst- und Folgeverordnung sowie Verordnungen außerhalb des Regelfalls entfallen. Stattdessen soll es nur noch ein Rezept pro Fall mit einer „orientierenden Behandlungsmenge“ geben. Somit können Ärzte bei medizinischer Notwendigkeit ohne besonderen Antrag mehr Behandlungseinheiten verordnen. Auch muss die Behandlung nicht mehr innerhalb von 14 Tagen nach Rezeptverordnung begonnen werden. Jetzt haben Patienten bis zu 28 Tage Zeit. Zudem kann eine Behandlung in begründeten Fällen für länger als 14 Tage unterbrochen werden, ohne dass das Rezept an Gültigkeit verliert.

Text: Redaktion PURPUR



Buddha-Bowls

Bunt, gesund und unendlich vielfältig

Sie haben sicherlich schon von dem neuen Foodtrend Buddha-Bowls gehört. Vor allem bei gesundheitsbewussten Essern hat die Buddha-Bowl bereits Einzug gehalten. Unendlich viele Rezept-Bücher sprießen in den letzten Jahren aus dem Boden, Influencer posten immer wieder ihre bunten und gesunden Kunstwerke. Und der Spruch „Das Auge isst mit“ trifft kaum besser zu, als bei einer gut kombinierten Buddha-Bowl.

Für die, die sich gerade fragen, was ist eine Buddha-Bowl? Ist das ein bestimmtes Lebensmittel? Oder eine besondere Zubereitung? Weder – noch! Es geht um die Art des Kombinierens und Anrichtens von Lebensmitteln. Die Buddha-Bowl ist eine Schale voller Köstlichkeiten, die sich leicht nach oben wölbt, wie der Bauch von Buddha. Eine Bowl ist also ein Gericht, bei dem verschiedene rohe oder/und gekochte Komponenten zusammen liebevoll in einer Schüssel angerichtet werden – wie ein kleines Kunstwerk. Dabei ist der Kreativität bei der Auswahl an Zutaten keine Grenze gesetzt. Man nimmt, was einem schmeckt, was zusammen passt und eine vollwertige und gesunde Mahlzeit ergibt. Das Gericht steckt voller Nährstoffe und Vitamine, hält lange satt und durch die farbenfrohen und frischen Zutaten ist es ein wahrer Augenschmaus!

Eine Bowl soll vor allem gesunde, ernährungsphysiologisch wertvolle Lebensmittel enthalten. Daher hat sie auch viele Anhänger unter der Clean-Eating-Bewegung, Vegetariern und Veganern. Doch auch Fleischliebhaber kommen nicht zu kurz. Denn bei diesem Food-Trend kommen alle auf ihre Kosten. Damit die Schale optisch einem Kunstwerk gleicht, gleichzeitig aber auch eine gesunde vollwertige Mahlzeit abgibt, sollte man diese mit fünf Komponenten füllen.

Sättigende Kohlenhydrate

Kohlenhydratreiche Komponenten sollen satt machen und liefern darüber hinaus reichlich Nährstoffe. Dabei legt man hier besonders auf glutenfreie Varianten wert. Gesunde Sattmacher sind neben Reis, Kartoffeln, Süßkartoffel, Hirse, Couscous, Glasnudeln auch Pseudoge-

treide wie Quinoa, Amaranth oder Buchweizen. Diese sollten mit frischen Kräutern und Gewürzen abgeschmeckt werden.

Ausgewogen durch eiweißreiche Nahrungsmittel

Eine vollwertige Mahlzeit sollte zu einem Drittel aus Proteinen bestehen. Wer kein Fleisch mag oder lieber darauf verzichten möchte, kann pflanzliche Alternativen verwenden. Dazu gehören unter anderem Tofu, Tempeh, Linsen und Kirchererbsen. Die Eiweißlieferanten lassen sich abwechslungsreich zubereiten als würziger Linsensalat, marinierter Tofu oder gebratene Tempehstreifen. Kichererbsen lassen sich wunderbar anrösten oder als Falafelbällchen dareichen.

Bunt und vitaminreich

Die bunten Highlights einer Buddha-Bowl sind Gemüse und Obst aller Art. Sie liefern wichtige Vitamine und Nährstoffe und machen so richtig Lust auf Essen. Bei der Zubereitung sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt: ob roh, gebraten, gedünstet, karamellisiert, mariniert, in Würfel oder Scheiben geschnitten oder geraspelt – alles ist erlaubt. Beliebtes Gemüse sind Möhren, Paprika, Zuckerschoten, Blattspinat, Cocktailtomaten, Radieschen oder auch Rote-Beete. Besonders die Avocado erfreut sich bei diesen Gerichten besonderer Beliebtheit.

Obst passt auch zu herzhaften Gerichten wie zum Beispiel Orangenfilets, Weintrauben, Granatapfelkerne, aber auch Äpfel und Ananas.

Soßen und Dips runden die Bowl ab

Selbstgemachte Soßen und Dips gehören unbedingt zu einer leckeren Bowl. Beliebte Klassiker sind der orientalische Dip Hummus, der sich leicht selbst herstellen lässt, aber auch Guacamole, Pesto oder Erdnusssoße. Rohkost lässt sich wunderbar mit Oliven-, Lein- oder auch Sesamöl und frischen Kräutern abschmecken, aber auch andere Vinaigrettes sind möglich. Auch ein Joghurt-Dip macht sich gut.

Toppings sind das i-Tüpfelchen

Originelle Toppings setzen die letzten Akzente. Frische Sprossen sind supergesund, gerösteter Sesam und klein gehackte Nüsse sorgen für einen knusprigen Biss. Aber auch Chia-Samen,

Safran-Fäden oder Goji-Beeren machen sich als Topping spitze.

Wer diese fünf Komponenten in einer Schale vereint, hat eine gesunde Mahlzeit auf dem Tisch, die mit ihrer bunten und frischen Farbenpracht so richtig Lust auf Essen macht. Und bei den vielen Variationen an Bowl-Rezepten wird es bestimmt nicht langweilig. Buddha-Bowls schmecken niemals zweimal gleich, denn das Kombinieren der Zutaten macht solchen Spaß, dass man sich gerne von der eigenen Kreativität leiten lässt.

In der asiatischen Esskultur besitzen Bowl-Speisen im übrigen schon eine lange Tradition – was sich im Namen Buddha-Bowl widerspiegelt. Jedoch erobern neue Kreationen weltweit die Herzen der Foodlover.

FRÜHSTÜCKSBOWLS

Grundlage ist ein warmer Brei wie ein Hirsebrei oder ein Porridge, der mit frischem Obst und Superfood angerichtet wird.

SMOOTHIE-BOWLS

Hierbei handelt es sich um einen dickeren Smoothie (zum Löffeln geeignet), der mit Haferflocken angedickt wird und ebenfalls mit frischen Beeren, Nüssen, Kernen und Samen getoppt wird.

LUNCH-BOWLS

Eine herzhafte Bowl zum Mittag- oder Abendessen. Mit allen fünf Komponenten liefert sie viele Nährstoffe und Vitamine, macht lange satt.

VEGAN-BOWLS

Es gibt viele vegetarische Bowl-Rezepte, aber sie lassen sich auch ganz einfach ohne tierische Produkte kreieren – ideal für Veganer.

RAINBOW-BOWLS

Bei dieser Variante liegt der Fokus ganz klar auf den bunten Farben der Zutaten. Sie können sowohl süß als auch herzhaft sein. Wer die Zutaten in der Schale hübsch arrangiert, hat ein wahres Kunstwerk.

Wer jetzt Lust auf eine Bowl hat, findet zwei Rezepte zum Probieren. Es lassen sich aber auch viele Rezepte online finden – egal ob orientalisch mit Hummus und Tahin (Sesampaste), asiatisch angehaucht mit Tofu, Soja und Reis, mexikanisch mit Nachos und selbstgemachter Guacamole oder einfach nur eine kunterbunte Komposition verschiedenster Zutaten – mit ein bisschen Fantasie und Essenskunde gelingt eine Buddha-Bowl ganz leicht.

Text: Redaktion PURPUR

Rezept Süßkartoffel-Bowl

ZUTATEN FÜR ZWEI PORTIONEN

1 kleine Süßkartoffel
50 g Quinoa
150 g frischen Blattspinat (wahlweise tiefgefroren)
½ Avocado
100 g Feta
Granatapfelkerne

FÜR DAS DRESSING

½ Limette (Saft davon)
Olivenöl
Essig (z.B. Condimento bianco)
Honig
gehackter Basilikum
Salz & Pfeffer

ZUBEREITUNG

- Die Süßkartoffel schälen, klein würfeln (ca. 1 cm) und die Würfel in einer Pfanne mit Öl/Butter/Ghee anbraten – mit etwas Salz und Pfeffer (nach Geschmack auch mit Curry) würzen
- Nebenbei das Quinoa nach Anleitung kochen und ebenfalls etwas mit Salz und Pfeffer würzen
- Frischer Spinat kann entweder kalt (Salatvariante) oder in einer Pfanne kurz angebraten und gewürzt (Gemüsevariante) verwendet werden
- Den Feta in kleine Würfel schneiden oder zerkrümeln
- Die Avocado halbieren, den Kern entfernen, in Streifen schneiden und das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale lösen
- Alle Zutaten des Dressings mischen (ausreichend davon machen)



ANRICHTEN

Süßkartoffel, Quinoa, Spinat sowie die Avocado nebeneinander in zwei kleine Schüsseln (Bowls) geben, die Granatapfelkerne sowie den Feta darüber streuen und mit dem Dressing übergießen.

Rezept Sushi-Bowl

ZUTATEN FÜR ZWEI PORTIONEN

FÜR DEN REIS

200 g Sushi-Reis
220 ml Wasser

FÜR DAS TOPPING

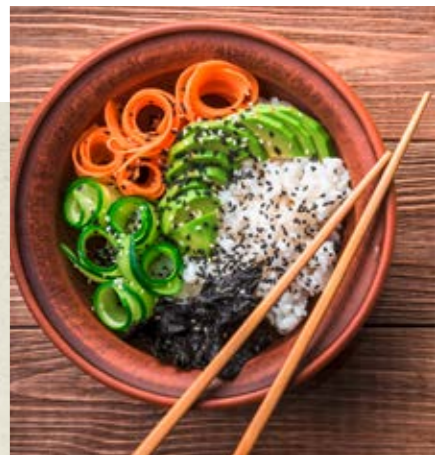
1/2 Nori-Algenblatt
1 Karotte
120 g Salatgurke
1 Avocado
2 Tl eingelegten Ingwer (wer ihn mag)
2 Tl Sesam

FÜR DAS DRESSING

2 El Sojasauce
3 El Sesam-Öl
20 ml Reissessig
2 Msp. Wasabi-Paste (Vorsicht scharf!)
2 El Wasser

ZUBEREITUNG

- Den Reis mit kaltem Wasser gründlich abwaschen, mit 220 ml kaltem Wasser in einen Topf geben und 30 Minuten einweichen. Anschließend nach Anleitung kochen.
- Während dessen das Nori-Blatt mit einer Schere in dünne Streifen schneiden. Karotte und Gurke waschen, mit einem Sparschäler dünne Scheiben abschälen. Die Avocado entkernen, in feine Scheiben schneiden und das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale lösen.
- Für das Dressing Sojasauce, Sesam-Öl, Reissessig, Wasabi-Paste und Wasser in eine kleine Schale geben und gut vermengen.



ANRICHTEN:

Den abgekühlten Reis auf zwei Bowls verteilen, mit Karotten-, Gurken-, Nori-Blätter- und Avocadoscheiben garnieren und jeweils mit 1 Teelöffel eingelegtem Ingwer sowie mit einem 1 Teelöffel Sesam toppen bzw. bestreuen. Dazu das Dressing servieren bzw. darüber geben.

Rettung aus dem Kühlschrank

Die Notfalldose

Laut Umweltbundesamt stieg die Zahl der Haushalte zwischen den Jahren 2000 und 2018 um 9,7 Prozent auf 41,4 Millionen, wobei die mittlere Haushaltsgröße auf 2,0 Personen pro Haushalt sank. Dies liegt an der überproportionalen Zunahme der Ein- und Zwei-Personen-Haushalte. Im Jahr 2018 lebte bereits in 41,9 Prozent der Haushalte in Deutschland nur noch eine Person. Jede fünfte Person lebte in einem Ein-Personen-Haushalt. Die Zunahme der Ein-Personen-Haushalte ist zum einen durch einen Anstieg der Zahl der Rentnerhaushalte beeinflusst und geht zum anderen auf Verhaltensänderungen, wie die frü-

here Gründung eigener Haushalte durch junge Erwachsene sowie die seltenere und spätere Gründung einer Familie mit Kindern zurück. Diese Tendenz hin zu kleineren Haushalten dürfte sich in Zukunft fortsetzen.

Um im Notfall gerüstet zu sein, haben immer mehr Menschen eine Notfallmappe, eine Patientenverfügung, einen Allergiepass, einen Medikationsplan oder ähnliches zu Hause. Doch wenn der Patient im Notfall aufgrund Ohnmacht oder Bewusstlosigkeit nicht ansprechbar ist oder in der Stresssituation keine klaren Angaben machen kann, sind diese Maßnahmen oft nutzlos. Denn für die Hilfeleistenden (insbesondere der Rettungskräfte) ist das Auffinden der oft lebensrettenden Informationen in der Woh-

nung fast unmöglich. Hier kann die sogenannte Notfalldose Abhilfe schaffen.

Die lebensrettende Dose aus dem Kühlschrank

Die Notfalldose soll vor allem Senioren oder Menschen mit gesundheitlichen Problemen die Möglichkeit bieten, ihre medizinischen Daten für den Rettungsdienst leicht auffindbar zu machen. Die Notfalldose besteht aus einer verschließbaren Dose, einem Notfall-Infoblatt sowie zwei Aufklebern. Auf dem Notfall-Infoblatt sollen Vorerkrankungen, benötigte Medikamente, Allergien und ggf. vorhandene Kontaktpersonen angegeben werden. Die beiden Aufkleber dienen dazu, den Rettungsdienst darauf aufmerksam zu machen, dass sich eine



Foto: ©acavi.com



Notfalldose im Kühlschrank befindet. Dazu werden ein Aufkleber auf der Innenseite der Haustüre, sowie ein weiterer Aufkleber auf der Kühlschranktür angebracht. Das Notfall-Infoblatt, eventuell eine Kopie der Patientenverfügung etc. befinden sich in der Notfalldose, welche in der Kühlschranktür aufbewahrt wird.

Jetzt fragen Sie sich sicherlich, warum gerade im Kühlschrank. Der Kühlschrank ist im Gegensatz zu anderen Schränken für den Anwender eher nicht zu privat. Auch ist für die Rettungskräfte das Auffinden der Dose im Kühlschrank sehr einfach, verfügt doch jeder Haushalt über eine Küche und dadurch auch über einen Kühlschrank. Auch ist das Öffnen des Kühlschranks zum Entnehmen der Notfalldose für eine fremde Person, in dem Fall des Retters, rechtlich unbedenklich. Diese Vorgehensweise wird im

Übrigen bereits auch im Ausland sehr erfolgreich praktiziert.

Sind die Retter also bei Ihnen eingetroffen und sehen die Aufkleber „Notfalldose“, so kann diese sofort aus Ihrem Kühlschrank entnommen werden und es sind alle wichtigen und notfallrelevanten Daten verfügbar. Nicht jedem gelingt es in einer Notfallsituation Angaben zum Gesundheitszustand und anderen wichtigen Details zu machen. Auch kann es sein, dass in einer solchen Stresssituation ein wichtiges Detail vergessen wird zu beschreiben. So ist die Notfalldose in jeder Hinsicht eine unter Umständen sogar lebensrettende Maßnahme.

Weitere Infos finden Sie unter: www.notfalldose.de

Text: Redaktion PURPUR



i

So geht es richtig

NOTFALL-INFOBLATT mit den aktuellen Angaben zu seinem Gesundheitszustand, Allergien, Medikamenten, Kontaktpersonen und anderen Einzelheiten ausfüllen und in die Notfalldose geben.

Für jede im Haushalt lebende Person sollte ein eigenes Notfall-Infoblatt ausgefüllt werden – keine eigene Dose! Es können mehrere Infoblätter in eine Dose gegeben werden.

Kleben Sie ein **FOTO ZUR BESSEREN ZUORDNUNG** auf das Notfall-Infoblatt, wenn mehrere Personen im Haushalt leben.

Platzieren Sie die Notfalldose **GUT SICHTBAR** in der Kühlschranktür.

Kleben Sie einen Aufkleber außen auf die Kühlschranktür.

Kleben Sie einen Aufkleber auf die Innenseite der Wohnungs-/Haustüre.

Stellen Sie sicher, dass Ihr Notfall-Infoblatt **SO AKTUELL WIE MÖGLICH** ausgefüllt und mit Datum und Unterschrift versehen ist.

DER RICHTIGE NOTRUF

Hierfür sind zwei Dinge wichtig:

Wählen Sie die Notrufnummer 112

Wichtige Angaben zum Notruf, d.h. auf diese 5 „W“ ist der Disponent in der Leitstelle angewiesen, damit er Ihren Notruf bearbeiten kann:

5W

WO ist es passiert?

WAS ist passiert?

WIE VIELE Verletzte gibt es?

WELCHE Arten von Verletzungen/Erkrankungen liegen vor?

WARTEN Sie auf mögliche Rückfragen

Es macht Sinn, bereits Kindern die Regeln eines Notrufes zu vermitteln. Denn auch Kinder können Leben retten und das bereits schon im Vorschulalter. Allerdings sollte man sie darauf hinweisen, dass ein missbräuchlicher Anruf auf der Notfallnummer für die Erziehungsberechtigten teuer werden kann.



Impressum

Herausgeber

PUR VITAL Altenhilfe GmbH
Haidenholzstr. 42 | 83071 Stephanskirchen
redaktion@pur-vital.de

V.i.S.d.P. Katharina Zimmerer

Redaktion Bernadette Bichler, Kerstin Denk, Anna Ruhland, Christine Hempel, Christiane Höhn, Gabriele Stadler, Beatrix Schader, Katharina Zimmerer
Auflage 2.000

Erscheinungstermine 3x jährlich (März, Juli, November)

Design HOCH ZWEI GmbH,
Gießereistr. 6, 83022 Rosenheim

Fotos: stock.adobe.com (©Photographie.eu; ©Orlando Florin Rosu; ©Dima Aslanian; ©ty; ©Robert Kneschke; ©Marzanna Syncerz; ©Halfpoint; ©jandruk; ©K.-U. Häßler; ©BillionPhotos.com; ©Rasulov; ©psdesign; ©alex White; ©fotomek; ©Stockwerk-Fotodesign; ©ilkercekk; ©Ivan)

Die Redaktion behält sich Textkürzungen bzw. -änderungen vor. Es besteht kein Anspruch auf Veröffentlichung. Auch behält sich die Redaktion vor, Texte, je nach Inhalt, bei späteren Ausgaben zu verwenden. Der Verfasser hat die entsprechende Genehmigung für die Verwertung von Bildmaterial einzuholen und der Redaktion zu übergeben. Der Verfasser haftet der Redaktion gegenüber für Urheber- und Persönlichkeitsrechtsverletzungen. Veröffentlichte Artikel spiegeln nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Wenn Sie unsere Unternehmenszeitung nicht mehr erhalten möchten, teilen Sie uns dies bitte unter den E-mail-Adressen info@pur-vital.de bzw. redaktion@pur-vital.de mit. Wir werden Ihre Daten dann unverzüglich aus dem Verteiler löschen.

Besuchen Sie uns
auch im Internet:

www.pur-vital.de

oder

facebook.com/purvital

**PUR VITAL
PFLEGEZENTRUM
BERGEN**

Steirergraben 3
83346 Bergen
Tel. 0 86 62/487-0
Fax 0 86 62/487-111
bergen@pur-vital.de

**PUR VITAL
PFLEGEZENTRUM
GARCHING/ALZ**

Tassilostraße 1
84518 Garching a. d. Alz
Tel. 0 86 34/98 28-0
Fax 0 86 34/98 28-500
garching@pur-vital.de

**PUR VITAL
PFLEGEZENTRUM
OBERAUDORF**

Sankt-Josef-Spital-Str. 6
83080 Oberaudorf
Tel. 0 80 33/30 450-0
Fax 0 80 33/30 450-100
oberaudorf@pur-vital.de

**PUR VITAL
PFLEGEZENTRUM
STRAUBING**

Krankenhausgasse 43c
94315 Straubing
Tel. 0 94 21/942-0
Fax 0 94 21/942-100
straubing@pur-vital.de

**PUR VITAL
PFLEGEZENTRUM
TRAUNREUT**

Adalbert-Stifter-Str. 27
83301 Traunreut
Tel. 0 86 69/35 580-0
Fax 0 86 69/35 580-100
traunreut@pur-vital.de

**PUR VITAL
PFLEGEZENTRUM
TROSTBERG**

Traunsteiner Str. 12
83308 Trostberg
Tel. 0 86 21/506-0
Fax 0 86 21/506-2200
trostberg@pur-vital.de

**PUR VITAL
MOBILER PFLEGEDIENST
OBERAUDORF**

Sankt-Josef-Spital-Str. 6
83080 Oberaudorf
Tel. 0 80 33/30 450-111
Fax 0 80 33/30 450-100
oberaudorf-mobil@pur-vital.de

**PUR VITAL
MOBILER PFLEGEDIENST
TROSTBERG**

Tassilostraße 5
84518 Garching a. d. Alz
Tel. 0 86 21/506-800
Fax 0 86 21/506-822
trostberg-mobil@pur-vital.de

**PUR VITAL
BETREUTES WOHNEN
GARCHING/ALZ**

Tassilostraße 1
84518 Garching a. d. Alz
Tel. 0 80 36/90 851-0
Fax 0 80 36/90 851-25
vermietung@pur-vital.de

**PUR VITAL
SERVICEWOHNEN +PFLEGE
OBERAUDORF**

Sankt-Josef-Spital-Str. 6
83080 Oberaudorf
Tel. 0 80 33/30 450-0
Fax 0 80 33/30 450-100
oberaudorf@pur-vital.de

**PUR VITAL
TAGESPFLEGE TROSTBERG**

Traunsteiner Str. 12
83308 Trostberg
Tel. 0 86 21/506-1110
Fax 0 86 21/506-2200
trostberg-tagespflege@pur-vital.de

**PUR VITAL
PHYSIO- & ERGOTHERAPIEPRAXIS**

Traunsteiner Str. 12
83308 Trostberg
Tel. 0 86 21/506-1152
Fax 0 86 21/506-2151
physio-ergo@pur-vital.de

