



Neckarparkblättle

Hausnachrichten

Pro Seniore Residenz Neckarpark

Januar · Februar · März 2026



pro  *seniore*

Grußwort

von Viktor Krohmer

3

Herzlich willkommen

4

Wir gratulieren

4

Persönliches

Mitarbeiter stellen sich vor

5

Termine

Vorschau auf Sonderveranstaltungen

6

Erlebnisse

Stammtisch mit Modenschau

8

Zwiebelkuchen backen

9

Ausflug mit der Weißen Flotte
auf dem Neckar

10

Besuch vom Marionettentheater

11

Ausflug nach Ludwigsburg zur

Kürbisausstellung

12

Ausflug zur Tropfsteinhöhle in Eberstadt

13

Ausflug zum Kloster Schöntal

14

Gesundheit

Die Kraft des Vagusnervs

16



Wir nehmen Abschied

19

Rückblick

Betreutes Wohnen:

Weißer Flotte Heilbronn

21

Unterhaltung

Sudoku

22

Impressum

„Neckarpark-
blättle“

ist die Haus-
zeitung der Pro
Seniore Residenz
Neckarpark

V.i.S.d.P
Viktor Krohmer

Redaktion
Mira Köhler,
Minela Hedzic,
Christel Sperlich

Fotos
IMAGO,
stock.adobe.com
Pro Seniore Archiv,
Mira Köhler,
Asta Titze,
Minela Hedzic

**Gestaltung und
Produktion**
Forum GmbH,
Saarbrücken

Druck
O/D media GmbH,
Ottweiler

Auflage 250

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Leserinnen und Leser!

Wir begrüßen Sie herzlich im neuen Jahr und hoffen, dass Sie die ruhigen Wintertage genießen konnten.

Der Januar lädt zum Innehalten ein, der Februar bringt erste Lichtblicke, und im März erwacht die Natur – mit ihr auch unsere Lust auf Begegnung und Bewegung.

Freuen Sie sich auf gemeinsame Aktivitäten, Ausflüge, Gespräche und Feste, die das Herz erwärmen. Möge das Quartal Ihnen Gesundheit, Freude und schöne Momente bringen.

Herzlichst,
Viktor Krohmer





Herzlich willkommen!

*Wir begrüßen alle neuen Bewohnerinnen und
Bewohner unserer Residenz.*

*Herzlichen Glückwunsch
zum Geburtstag!*

Wir wünschen allen Bewohnerinnen und
Bewohnern einen schönen Geburtstag.
Lassen Sie es sich weiterhin gut gehen
und bleiben Sie gesund und glücklich.

Wir gratulieren auch unseren Mitarbeiterinnen
und Mitarbeitern und wünschen ihnen alles
Gute im neuen Lebensjahr.

Mitarbeiter stellen sich vor:

Mein Name ist **Margit Dötschel**, ich bin verheiratet und wohne in Heilbronn.

Zum 1. Novembrr 2025 wurde ich im Pro Seniore Neckarpark als Betreuungsassistentin eingestellt und danke der Residenz- und Verwaltungsleitung, meiner Abteilungsleitung für diese Arbeitsstelle.

In meinem Ausbildungs- und Berufsleben habe ich mehrere Stationen durchlaufen unter anderem ein Studium zum Fachlehrer für Sport und Textiles Werken, Informatik (FH), MBA, sowie als letztes eine Ausbildung zur o.g. Betreuungsassistentin.

Meine letzte Anstellung war die einer Fitnesstrainerin in einem Fitnessstudio in Heilbronn. Aus privaten Gründen absolvierte ich letztgenannte Ausbildung als Betreuungsassistentin und wechselte meinen Beruf.

Zufrieden bin ich auch zu Hause bei meinem Mann, koche gerne und lade gerne Gäste zu mir nach Hause ein. Soweit möglich bin ich hilfsbereit und freundlich zu Jedermann und bin mit Rat und Tat, auch soweit möglich und erwünscht dabei.

Gespannt und bereit bin ich auf neue Kontakte mit MitarbeiterInnen und KollegenInnen aus allen Bereichen des Hauses, sowie sehr interessiert auf Erfahrungen mit den Bewohnern. Meine Kenntnisse und Fähigkeiten setze ich zur Zufriedenheit, Unterstützung



und professionellen Aufgabenerledigung für die Residenz Pro Seniore Neckarpark ein.

Für die nette und liebevolle Behandlung, aber auch für die fachliche Einweisung und die klare Struktur / Umgehen mit den Bewohnern und KollegenInnen innerhalb der Abteilung und im Hause bin ich sehr dankbar und werde meine Möglichkeiten für diese Residenz, die Bewohner und meine KollegenInnen einbringen.

Einen freundlichen Gruß und Gottes Segen wünsche ich Allen.

Margit Dötschel

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,

an dieser Stelle finden Sie unsere besonderen
Veranstaltungen, zu denen wir Sie herzlich
einladen.

Über **alle täglichen und regelmäßigen Ver-
anstaltungen** informieren wir Sie weiterhin
in unserem wöchentlichen Veranstaltungs-
plan und auf unseren Aushängen.
Wir freuen uns über Ihre rege Teilnahme!

Ihre Residenzleitung

Vorschau auf unsere Sonderveranstaltungen

Januar

1. Januar **8.00 Uhr**
Neujahrsbrunch im Speisesaal EG

5. Januar **15.00 Uhr**
Heimbeiratssitzung im Café

7. Januar **15.00 Uhr**
*Hundebesuch
auf Wohnbereich 4*

20. Januar **13.30 Uhr**
Speiseplanbesprechung im Café

21. Januar **10.00 Uhr**
*Evangelischer Gottesdienst
im Mehrzweckraum*

23. Januar **10.00 Uhr**
*Musiker Axel Bayer
auf Wohnbereich 1,2 und 4*

26. Januar **10.00 Uhr**
*Einkaufsfahrt zum Edeka
nach Sontheim*

30. Januar **14.00 Uhr**
*Männer- / und Frauenstammtisch
im Café*



Februar

2. Februar **15.00 Uhr**
Heimbeiratssitzung im Café

4. Februar **15.00 Uhr**
Hundebesuch auf Wohnbereich 4

10. Februar **13.30 Uhr**
Speiseplanbesprechung

12. Februar **14.00 Uhr**
Faschingsfeier

20. Februar **14.00 Uhr**
*Männer-/ und Frauenstammtisch
im Café*

23. Februar **10.00 Uhr**
*Einkaufsfahrt zum Edeka nach
Sonthheim*

25. Februar **10.00 Uhr**
*Evangelischer Gottesdienst
im Mehrzweckraum*

27. Februar **14.00 Uhr**
*Musiker Axel Bayer
auf Wohnbereich 3,5 und 4*

März:

2. März **15.00 Uhr**
Heimbeiratssitzung im Café

4. März **15.00 Uhr**
Hundebesuch auf Wohnbereich 4

10. März **13.30 Uhr**
Speiseplanbesprechung im Café

13. März **14.00 Uhr**
*Musiker Axel Bayer
im Café und auf Wohnbereich 4*

23. März **10.00 Uhr**
*Einkaufsfahrt zum Edeka
nach Sonthheim*

25. März **10.00 Uhr**
*Evangelischer Gottesdienst
im Mehrzweckraum*

27. März **14.00 Uhr**
*Männer- / und Frauenstammtisch
im Café*

**Änderungen vorbehalten.
Bitte entnehmen Sie die genauen
Termine und Veranstaltungen der Tafel
im Eingangsbereich.**

Stammtisch mit Modenschau

Im Seniorenheim fand im September ein ganz besonderer Stammtisch statt: Neben Kaffee, selbstgebackenem Kuchen und angeregten Gesprächen überraschten die Bewohner mit einer selbstorganisierten Modenschau.

Der Stammtisch ist seit zwei Jahren ein fester Bestandteil unseres Seniorenheims- ein Ort, an dem sich Bewohner regelmäßig treffen, um Neuigkeiten auszutauschen und gemeinsame Zeit zu verbringen.

Die Bewohner präsentierten ihre Lieblingsstücke und der „Laufsteg“ war im Café der mit Applaus zur Bühne wurde. Am Ende waren sich alle einig: Dieser Stammtisch mit Modenschau war ein voller Erfolg – und soll keinesfalls der letzte seiner Art bleiben.



Zwiebelkuchen backen

Gemeinsam Zwiebelkuchen backen – ein Fest für alle Sinne. Bei uns in der Pro Seniore Residenz Neckarpark wurde die goldene Herbstzeit mit einem besonderen kulinarischen Erlebnis gefeiert. Die Bewohnerinnen und Bewohner trafen sich zu einem gemeinsamen Backen, bei dem traditioneller Zwiebelkuchen auf dem Programm stand. Schon beim Schälen der Zwiebeln herrschte reges Treiben. Jeder brachte sich nach seinen Möglichkeiten ein: vom Teigkneten über Würzen bis hin zum Abschmecken. Während der Kuchen im Ofen goldbraun wurde, erfüllte ein köstlicher Duft den zweiten Wohnbereich in unserem Haus. Die Bewohner erinnerten sich



an frühere Herbsttage, an Familienfeste und an die Tradition, Zwiebelkuchen gemeinsam zu genießen. Das gemeinsame Backen war ein voller Erfolg und er zeigte, dass Traditionen auch im Alter lebendig bleiben können. Als der Zwiebelkuchen verspeist war waren sich alle einig: So ein herbstlicher Zwiebelkuchenvormittag gehört nächstes Jahr wiederholt!



Ausflug mit der Weissen Flotte auf dem Neckar

Ein Tag voller Sonne, Lachen und Gemeinschaft. Die Bewohner und Bewohnerinnen der Pro Seniore Residenz Neckarpark erlebten Anfang Oktober einen unvergesslichen Ausflug: Bei strahlendem Sonnenschein ging es an Bord der „Weissen Flotte Heilbronn“. Schon beim Fußmarsch zur Anlegestelle am Marrahaus war die Vorfreude spürbar. Das Schiff glitt gemächlich über den Neckar, vorbei am Hafen, historischen Brücken und herbstlichen Uferlandschaften. Die Bewohner genossen die Aussicht vom Sonnendeck. An Bord gab es kühle Getränke da kam schnell gesellige Stimmung auf. Der Ausflug war nicht nur eine



Abwechslung vom Alltag, sondern auch ein Erlebnis den wir so schnell nicht vergessen werden. Am Ende des Tages kehrten alle mit einem Lächeln und viele schönen Eindrücken zurück in die Residenz.





Besuch vom Marionettentheater

Im Pro Seniore Neckarpark erlebten die Bewohner einen besonderen Vormittag mit dem Marionettenstück „Rumpelstilzchen“. Die handgefertigten, kunstvoll geführten Figuren und die stimmungsvolle Aufführung sorgten für viel Freude, Applaus und Erinnerungen an Kindheitstage.

Nach dem Stück durften die Senioren die rund einen Meter großen Puppen aus nächster Nähe betrachten und anfassen. Großes Staunen und viele Gespräche löste der Kasperle der auf jedem Schoß der Bewohner Platz nahm aus. Der Besuch brachte Abwechslung, Nähe und Gemeinschaft- ein Erlebnis, das allem in schöner Erinnerung bleiben wird.



Ausflug nach Ludwigsburg zur Kürbisausstellung



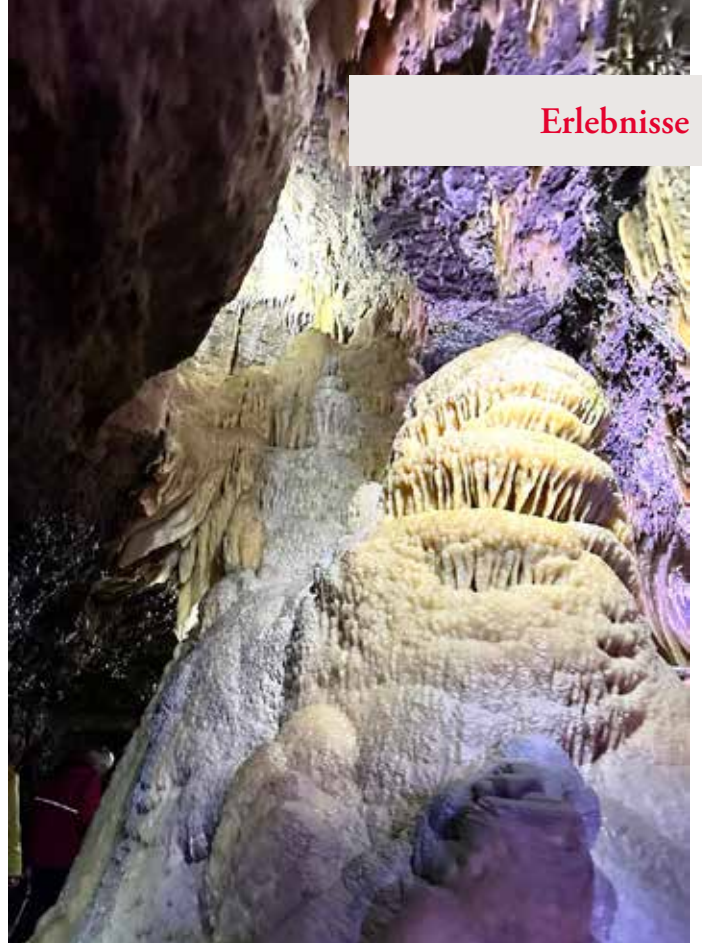
Am 17. September besuchten unsere Bewohner die Kürbisausstellung im Schlossgarten in Ludwigsburg. Das Wetter war wunderschön die Sonne strahlte. Das diesjährige Motto der



Ausstellung war „Großes Kino“. Alle Bewohner genossen die Ausstellung, das Wetter und die Köstlichkeiten aus Kürbis.



Ausflug zur Tropfsteinhöhle in Eberstadt



Der nächste Ausflug des betreuten Wohnens führte in die Tropfsteinhöhle in Eberstadt. Bei Regen betraten die Bewohner die Höhle und bei Sonnenschein ging es wieder nach draußen. Danach gab es leckeren Kaffee und Kuchen.





Ausflug zum Kloster Schöntal

Der Ausflug zum Kloster Schöntal war ein besonderes Erlebnis. Bei schönstem Sonnenschein startete der Ausflug. Dort angekommen genossen alle Bewohner die Atmosphäre der alten Gemäuer und schossen einige Bilder. Der Abschluss des Ausfluges führte zum Gasthof „Post“ mit leckeren Speisen.





GEMEINSAM STARK IN DER PFLEGE



Ich bin **STOLZ DARAUF**

- ... in einem der schönsten und sinnvollsten Berufe überhaupt zu arbeiten.
- ... hilfsbedürftigen Menschen ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen.
- ... Menschen Tag für Tag ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern.
- ... einen Teil dazu beizutragen, dass die Pflege genau die Anerkennung bekommt, die sie verdient.

Ich bin **PROUD TO CARE.**

Unsere Initiative proud to care hat es sich zur Aufgabe gemacht, Pflegekräfte aus ganz Deutschland zu vereinen, um gemeinsam für ein besseres Image des Berufsfeldes zu kämpfen und so wieder mehr Menschen für die Pflege zu begeistern.

WIR SIND PROUD TO CARE!
Jetzt mehr erfahren und mitmachen

   
#proudtocare

Die Kraft des Vagusnervs

Ein „Wundernerv“ soll er sein. Ein Nerv mit besten Fähigkeiten. Noch weitestgehend unbekannt, spielt er eine wichtige Rolle für **innere Balance** und **Entspannung**.

Besonders eindrucksvoll beschreibt das der Physiologe und Chronobiologe Maximilian Moser: „So wie der Tausendfüßler nicht nachdenken muss, wie er seine bis zu 700 Beine bewegt, müssen wir Menschen, wenn wir gesund sind, nicht nachdenken, wie wir atmen, wie unser Herz schlägt, wie Hormone produziert werden oder unsere Verdauungsperistaltik anläuft.“ All das übernehme unser vegetatives Nervensystem. Der Vagusnerv ist Teil dieses Systems und steuert als längster Nerv des Parasympathikus lebenswichtige, autonom ablaufende Körperfunktionen – wie Verdauung, Stoffwechsel, Herzschlag und Atmung.

Der Vagusnerv sei „ein Wanderer“, folgt man der wörtlichen Übersetzung. Im Unterschied zu den sympathischen Nervenzellen, die sich im Rückenmark im mittleren Bereich der Wirbelsäule befinden, erstrecken sich Tausende von Vagusnervenfaser vom Hirnstamm über den Kopf- und Halsbereich bis in den Bauchraum. Durch seine feinen Verästelungen ist er mit vielen Organen wie der Bauchspeicheldrüse, dem Herzen, der Lunge und den Nieren verbunden und an der Funktion fast jedes inneren Organs beteiligt. Er ist, vereinfacht gesagt, für Erholung, Ruhe und Verdauung zuständig.

Sympathikus und Parasympathikus werden oft als Gegenspieler bezeichnet. Reguliert das



sympathische Nervensystem die Organfunktionen in Stresssituationen oder bei Aktivität, sorgt das parasympathische Nervensystem für Entspannungsphasen. Zum parasympathischen Nervensystem zählt zudem auch das Nervengeflecht des Darms, das diesen weitgehend unabhängig reguliert.

Der Sympathikus erhöht bei lebensbedrohlichen Gefahren Herzschlag und Atemfrequenz und verbessert die Durchblutung. Das steigert die körperliche Leistungsfähigkeit, die in Extremsituationen notwendig ist. Der Sympathikus ist also eine Art Warner in der Not, ein Aktivierungs- und Rettungssystem. Der Parasympathikus dagegen entspannt – und beruhigt Herz und Atmung. So ist der Vagus der eigentliche Heiler nach starken Stressbelastungen. „Unter seinem Einfluss erholt sich der Körper, zum Beispiel im Schlaf. Das Herz kann sich regenerieren und der gesamte Körper verjüngt sich“, meint Universitätsprofessor Maximilian Moser.

In seinem Buch „Die heilende Kraft des Vagus“ erklärt der Leiter des Human Research Instituts für Gesundheitstechnologie und Präventionsforschung, wie wichtig der Vagusnerv für unsere Gesundheit, unser Wohlbefinden und unsere Psyche ist. So könne man den Vagusnerv auch als den „Steuermann des Schlafs“ bezeichnen. Ähnlich wie die rhythmischen

schen Wechsel zwischen der REM- und der Non-REM-Schlafphase sei auch seine Aktivität in Tiefschlafphasen durch solche rhythmischen Wechsel charakterisiert, die den Regenerationsprozess begleiten.

Es ist also ein Zusammenspiel von Sympathikus und Parasympathikus. Beide ergänzen und bedingen einander wie Yin und Yang. Stets kommen die Körperfunktionen zum Einsatz, die in der jeweiligen Situation am sinnvollsten sind. Also doch keine Gegenspieler, sondern eher Kooperationspartner, die den Körper in Balance halten.

Wer zu Dauerstress neigt, sollte seinen Vagusnerv aktivieren, rät auch die Münchener Schauspielerin Nicola Tiggeler, bekannt aus der TV-Erfolgsserie „Sturm der Liebe“. Für sie ist der Vagusnerv „eine Schaltzentrale in unserem Körper, die uns dabei helfen kann, aufzutanken, uns zu regenerieren und wieder mit Motivation ans Werk zu gehen“. Er verbinde Gehirn und Organe – vom Hirn zum Darm, von oben nach unten und von links nach rechts. „Ein Superheld. Die Soforthilfe für Stimme und Wohlbefinden“, da er neben seiner vegetativen Funktion auch an der Atmung und an der Steuerung von Kehlkopf, Stimme, Rachen und der oberen Speiseröhre beteiligt ist.

Die Stimmlehrerin hat einige Übungen und Techniken zur Stimulation des Vagusnervs zusammengestellt, um sich in gute Balance und Stimmung zu bringen. Kein Wunder, verläuft doch der Vagusnerv an den Stimmbändern und der Speiseröhre entlang und kann so durch Tönen aktiviert werden.

Atemübungen

Bewusst tief in den Bauch atmen. Herzschlag und Blutdruck sinken, der Stoffwechsel wird angeregt, das Immunsystem aktiviert. Entspannung entsteht. Versuchen Sie ohne An-

strengung auf etwa sechs Atemzüge pro Minute zu kommen. Atmen Sie anfangs durch die Nase ein und durch den Mund aus, so, als ob Sie Seifenblasen blasen.

- Kohärente Atmung: gleichmäßige Ein- und Ausatmung, beispielsweise fünf Sekunden einatmen, fünf Sekunden ausatmen.
- Stressreduzierende parasympathische Atmung: mit verlängerter Ausatmung – vier Sekunden ein, sechs Sekunden ausatmen oder drei Sekunden einatmen und sechs Sekunden aus, eine Sekunde halten.

Tönen

Da der Vagusnerv an den Stimmbändern und der Speiseröhre entlang verläuft, können Sie ihn durch Tönen aktivieren. Lassen Sie beim Ausatmen ein leises, entspanntes „Ooooh“ oder „Aaaah“ ertönen. Entspannen Sie dabei die oberen Halswirbel. Singen oder summen Sie, spüren Sie die Resonanz in Ihrem Brustbein, Schädel und Brustkorb. Auch sanftes Gurgeln hilft.

Augenbewegungen

Rhythmische Augenbewegungen bewirken nachweislich Entspannung und entlasten die Augen. Sitzen Sie aufrecht und halten Sie den Kopf ruhig. Bewegen Sie nur die Augen, jeweils fünfmal nach oben und unten, nach links und rechts sowie im Uhrzeigersinn. Fixieren Sie abwechselnd einen nahen und einen entfernten Punkt. Wichtig: Atmen Sie dabei entspannt.



Bewegung

Bewegung, gleich welcher Art, stimuliert nicht nur das Nervensystem, sondern sorgt bei überwiegender Bildschirmtätigkeit für den nötigen Ausgleich. Spaziergehen, schnelles Walken, Fitnesstraining, Yoga, Tanzen: Hauptsache regelmäßig und mit Freude. Auch kleine Einheiten über den Tag verteilt sind hilfreich.

Schlaf

Nicht nur der Parasympathikus, der gesamte Körper entspannt und regeneriert durch erholsamen Schlaf.

Lachen ist gesund

Selbst künstlich initiierte Lacheinheiten fühlen sich irgendwann echt an. Versuchen Sie morgens, abends oder zwischendurch einfach mal grundlos zu lachen.

Massage

Massagen können stimulieren und entspannen. Aktivieren Sie den Vagusnerv unter anderem mit einer sanften Selbstmassage am seitlichen Hals neben der Hauptschlagader. Wenig Druck genügt bereits. Auch Kopf-, Gesichts-, Hand- und Fußmassagen sowie Kieferlockerungsübungen sind wohltuend.

In der Traditionellen Chinesischen Medizin kann der Druck auf bestimmte Akupunkturpunkte Blockaden lösen, die den Energiefluss im Körper stören. Solche mit dem Vagusnerv verbundenen Punkte befinden sich unter anderem an den Ohren. Durch sanften Druck in der Mulde am Gehörgang sowie oberhalb des Gehörgangs, oder auch hinter der Ohrmuschel, wird der Vagusnerv aktiviert. Drücken Sie entsprechende Punkte mehrmals 30 Sekunden lang, indem Sie die Haut hin- und herschieben. Da der Vagusnerv links und rechts am Halswirbel verläuft, lässt er sich durch sanfte Nackenmassagen stimulieren. In der Vorstellung der Chinesischen Medizin ist der Vagusnerv

einer der bedeutendsten Meridiane, der die Kommunikation zwischen Gehirn und Organen ermöglicht. Als Teil des autonomen Nervensystems schafft er ein Gleichgewicht zwischen Yin und Yang – und hält die Harmonie zwischen den Organen aufrecht. Durch die Förderung der Energiebalance kann er Beschwerden wie Verdauungsstörungen lindern. Auch Maximilian Moser empfiehlt mentale Übungen zur Stärkung des Vagusnervs und zum Aufbau einer resilienten Gesundheit. Dazu gehören zum Beispiel Wut und Ärger zu regulieren, ein inneres Lächeln zu üben, Dankbarkeit zu praktizieren sowie eine wertfreie Tagesrückschau vor dem Einschlafen zu halten. Diese innere Distanz helfe dabei, die vagale Hemmung, die durch innere Anspannung entsteht, zu lösen und besser zu schlafen.

Dem Lärm der Welt entfliehen, in die Natur gehen, entschleunigen, Wellnesskuren oder Heilbäder auch zu Hause genießen – selbst eine kalte Dusche oder das Waschen des Gesichts mit kaltem Wasser kann den Vagusnerv aktivieren. Bestimmte Meditationspraktiken und Achtsamkeitsübungen wie Progressive Muskelentspannung, Qigong, Taiji oder achtsamkeitsbasierte Stressreduktion (MBSR) wirken beruhigend auf das Nervensystem und stimulieren den Vagusnerv.

In seiner Forschung entwickelte Maximilian Moser neue Methoden zur Messung des vegetativen Nervensystems. In seinem Buch beschreibt er, wie man den „Wundernerv“ und die Herzratenvariabilität messen und stärken kann. In der Medizin wird die Aktivierung des Vagusnervs bereits gezielt genutzt, zum Beispiel bei Depressionen.

Christel Sperlich

Wir nehmen Abschied...

... von unseren verstorbenen
Bewohnerinnen und Bewohnern

Erinnert euch an mich,
aber nicht an dunklen Tagen.
Erinnert euch an mich
in strahlender Sonne,
wie ich war, als ich noch alles konnte.

Unbekannter Autor

Betreutes Wohnen: Weiße Flotte Heilbronn





SUDOKU

Alle Felder des Spielfelds sind so mit Zahlen auszufüllen, dass jede Zahl in jeder Zeile, jeder Spalte und jedem Teilquadrat des Spielfelds nur einmal vorkommt.

A) sehr leicht

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

B) leicht

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

C) mittelschwer

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

Lösungen

A

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

B

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

C

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



at the heart of healthcare

WIR SIND DA, WENN SIE UNS BRAUCHEN!

Seit 30 Jahren versorgen wir bundesweit chronisch kranke und pflegebedürftige Menschen mit medizinischen Produkten und Dienstleistungen.

Wir möchten dazu beitragen, die Lebensqualität und Mobilität unserer Patienten zu stärken und zu verbessern.

Unser Service für Sie:

- Versorgung in den Therapiebereichen enterale Ernährung, IV-Therapien, Stoma, Tracheostoma, Wundversorgung, ableitende Inkontinenz und Diabetes.
- Beratung durch einen persönlichen Ansprechpartner vor Ort.
- Abstimmung der Versorgung mit dem behandelnden Arzt.
- Schnelle und zuverlässige Lieferung der benötigten Produkte, einfach auf Rezept.

Sie möchten nähere Informationen?

Dann fragen Sie nach uns. Wir sind regelmäßig in Ihrer Einrichtung.

Kostenlose Informationen:

0 800-33 44 800

Mediq Deutschland GmbH • 66661 Merzig
kundenservice@mediq.de • www.mediq.de



Pro Seniore Residenz Neckarpark
Kaiser-Friedrich-Platz 9 · 74072 Heilbronn
Telefon 07131 612-09 · Fax 07131 612-899
heilbronn.neckarpark@pro-seniore.com
www.pro-seniore.de