



Im Pflegezentrum Hephata reichen die Fenster bis zum Boden. Vom Bett aus schaut man bis auf die Wiese und Bäume hinunter, die das Haus umgeben, selbst der Himmel ist zu sehen. Die Bewohnerinnen und Bewohner öffnen gerne die Fenster, um die spielenden Kinder des benachbarten Martin-Luther Hauses zu hören. Hin und wieder hört und sieht man auch die Tiere des dortigen Jugendbauernhofs.

Besonders spezialisiert und geschult sind unsere Mitarbeitenden auf die Versorgung von Menschen mit Demenz. Einmalig in Nürnberg ist das Angebot für jüngere pflegebedürftige Menschen. Sie erhalten in einem eigenen Wohnbereich extra für sie angepasste Pflege und soziale Betreuung.

Insgesamt bietet das Pflegezentrum 149 vollstationäre Pflegeplätze sowie Kurzzeitpflege für Menschen mit den Pflegegraden 2 bis 5 an.

## Bitte helfen Sie mit!

Der Bewegungspark soll mit insgesamt vier Geräten ausgestattet werden. Diese können auch Rollstuhlfahrer\*innen selbstständig nutzen:

- Ein **Sitzfahrrad** steigert die Ausdauer und fördert gelenkschonend die Beinmuskulatur.
- Ein **Duplex-Rückentrainer** fördert die Beweglichkeit der Wirbelsäule und lockert, dehnt und kräftigt die Muskulatur von Rücken, Hüfte und Gesäß.
- Ein **Rollstuhltrainer** kräftigt Rücken, Schulter und Arme.
- Ein **Zielwurfssystem** verbessert die Motorik und Hand-Augen-Koordination.

**Wie viel Sie auch geben können – jeder Beitrag zählt. Herzlichen Dank!**

### Spendenkonto:

Stadtmission Nürnberg e. V.  
IBAN: DE71 5206 0410 1002 5075 01  
BIC: GENODEF1EK1  
Evangelische Bank eG  
Stichwort: Lebensfreude durch Bewegung

Stadtmission Nürnberg e. V.  
Pirckheimerstraße 16 a, 90408 Nürnberg  
T. (0911) 35 05-108  
[spenden@stadtmission-nuernberg.de](mailto:spenden@stadtmission-nuernberg.de)  
[www.stadtmission-nuernberg.de](http://www.stadtmission-nuernberg.de)

Stadtmission  
Nürnberg

Gestaltung: www.muellertawny.de - 07/2019 · Fotos: Stadtmission Nürnberg · playfit GmbH

## Sich regen bringt Segen!



Ihre Spende bewegt pflegebedürftige Menschen



## Eine Bewohnerin erzählt



**Mein Name ist Heike Doß.** Ich bin 56 Jahre alt und lebe seit Januar 2017 im Pflegezentrum Hephata. Durch eine Gehirnblutung bin ich schon früh pflegebedürftig geworden und leider auf einen Rollstuhl angewiesen. In einem von meinen Söhnen gemütlich eingerichteten Einzelzimmer habe ich hier mein neues Zuhause gefunden. Gerne nutze ich die hausinternen Angebote des Sozialdienstes und bin so oft es geht im Freien.

Ich würde mich so freuen, käme der geplante Bewegungspark zustande. Dieser eröffnet mir ganz neue Möglichkeiten: Ich kann ihn selbstständig aufsuchen und die Geräte eigenständig nutzen! Aber auch die begleiteten Parcours-Besuche des Sozialdienstes will ich nutzen, um körperlich fit zu bleiben. Und ich bin gespannt auf das Trainieren in der Gruppe!

**Mit Ihrer Spende bewegen Sie viel!**

## Sehnsüchtig erwartet

**»Das ist ein Angebot, das hier noch fehlt. Dadurch können wir uns an der frischen Luft gezielt bewegen.«**

Wilhelm Meyer, 76 Jahre

**»Ich finde es gut, wenn es diesen Parcours gibt. Regelmäßiges Training ist sehr wichtig und lässt uns so manch' ungewohnte Bewegung wieder machen.«**

Elfrieda Krebs, 85 Jahre

**»Endlich könnte ich mich wieder selbstständig im Freien körperlich betätigen. Und hätte damit einen prima Ausgleich zum täglichen Sitzen im Rollstuhl!«**

Petra Hoffmanns, 51 Jahre

**»Sich regen bringt Segen. Sich an der frischen Luft zu bewegen, belebt und tut auch der Seele gut!«**

Andrew Scheffel, Einrichtungsleiter

## Wohltuend für Körper und Geist

Das Therapieangebot im Hephata möchten wir mit einem kleinen Bewegungsareal unter freiem Himmel erweitern. Dieses soll in unmittelbarer Nachbarschaft zum Martin-Luther-Haus entstehen. Der Standort ist ideal für Rollstuhlfahrer\*innen und Bewohner\*innen mit Rollatoren. In direkter Nähe sorgen eine Pergola und Sitzgruppe für Ruhe- und Beobachtungsbereiche.

Der Besuch des Bewegungsparks wird in das Wochenprogramm des Sozialdienstes eingebunden.

**Für die Finanzierung dieses Angebots für pflegebedürftige Menschen bittet die Stadtmission herzlich um Ihre Unterstützung!**

