



Senioren- & Therapiezentrum Haus Burgwedel

BurgwedelBote

Ausgabe:
Januar bis März 2024



„Zuhause ist dort, wo man Geborgenheit findet.“



Inhaltsverzeichnis

Inhalt/Impressum	2	Veranstaltungen	
Grußwort	3	im Januar / Februar / März	19
Herzlich willkommen /		Rezept	20
Geburtstagsgratulationen	4	Gesundheitstipps	21
Porträt	5	Schmunzelseite	22
Wochenüberblick	6	Plattdeutsche Seite	23
Informatives für Senioren & Angehörige	7	Rätselspaß	24
Senioren in Bewegung	8	Jahreszeitliches	25
Rückblick	9-17	In stillem Gedenken	26
Zum neuen Jahr	18	Dienstleistungen	27

Unsere Hauszeitung erscheint dreimonatlich. Wir freuen uns über jeden aktiven Beitrag zu dieser Zeitung.
Wer von den Senioren, Angehörigen oder Lesern

Freude und Interesse hat, daran mitzuarbeiten, ist herzlich eingeladen. Ansprechperson für die Hauszeitung ist Elke Meyer (Sozialpädagogin/ Altentherapeutin).

Impressum

Herausgeber: Senioren- und Therapiezentrum
Haus Burgwedel GmbH
Walter-Jungleib-Straße 1, 22457 Hamburg
Tel.: 040-559773-0
Fax: 040-559773-99
E-Mail: info@haus-burgwedel.de
Internet: www.haus-burgwedel.de

Redaktion: Elke Meyer
Satz + Layout: JanusVerlag, www.janusverlag.de
Bildquellen: Haus Burgwedel, JanusVerlag, pixabay.com
Auflage: 500 Stück

Begrüßung



*Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,
liebe Angehörige, liebe Leserinnen und Leser,*

zunächst möchte ich Ihnen allen alles Liebe, Gute und vor allem viel Gesundheit für das Neue Jahr 2024 wünschen.

Jahr zurück und fragen uns, was uns das Neue Jahr wohl bringen wird.

Auch jetzt blicken wir wieder auf ein sehr ereignisreiches

Ich habe ein sehr schönes Gedicht gefunden, welches ich Ihnen an dieser Stelle mit auf den Weg geben möchte:

Alltagsglück

*Ein Sonnenstrahl am Morgen, ein Licht in dunkler Nacht,
ein Gruß von einem Freund, ein Kind das herzlich lacht.
Ein sternklarer Himmel, ein Farbkleck an der Wand,
ein Blümchen an der Mauer, ein Klee am Straßenrand.
Kein Geld kann es ersetzen, kein Gold bringt es zurück,
wie wichtig ist im Leben, des Alltags kleines Glück.*

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Angehörige, liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, ich wünsche uns allen ein wunderschönes Jahr mit vielen schönen gemeinsamen Erlebnissen.

In diesem Sinne wünsche ich allen Lesern unserer Hauszeitung viel Spaß beim Studieren der aktuellen Ausgabe.

Das aktuelle Veranstaltungsprogramm hierzu entnehmen Sie bitte den folgenden Seiten.

Es grüßt Sie herzlichst Ihr

T. Baganz



Einrichtungsleitung
Thomas Baganz

Herzlich Willkommen / Geburtstagswünsche

Herzlich willkommen an alle Neueingezogenen

Die Einrichtungsleitung und das Mitarbeiter-Team des Hauses Burgwedel wünschen Ihnen, dass Sie sich – nach einer anfangs mit vielem Ungewohnten verbundenen – Eingewöhnungszeit gut bei uns einleben und sich wohl fühlen in unserem Haus.

Sollten Sie Fragen haben oder Hilfe benötigen – sprechen Sie uns bitte an.
Wir helfen Ihnen gern.

Wir gratulieren allen Geburtstagskindern...

der Monate Januar, Februar und März sehr herzlich zu Ihrem Ehrentag und wünschen Ihnen alles Gute – vor allem Gesundheit und Zufriedenheit.

Viele Lebensjahre

**Möge Gott dir
noch viele Lebensjahre gewähren,
denn er weiß ganz bestimmt,
dass die Erde zu wenig Engel hat,
während der Himmel davon überlaufen ist.**

(Irische Segenswünsche)

**Betrachte die Dinge von einer anderen Seite,
als du sie bisher sahst,
denn das heißt, ein neues Leben
zu beginnen.**

(Marc Aurel (121-180))

Wir sollten jeden Tag wie ein neues Leben beginnen.

(Edith Stein (1891 – 1942))

Worte zum Geburtstag

**Ich bekenne, dass ich das Leben
für ein Ding von der unantastbarsten Köstlichkeit halte
und dass die Verknotung so vieler Verhängnisse und
Entsetzlichkeiten mich nicht irremachen kann
an der Fülle und Güte
und Zugeneigtheit des Daseins.
Die meisten Menschen wissen gar nicht,
wie schön die Welt ist und wie viel
Pracht in den kleinsten Dingen,
in einer Blume, einem Stein,
einer Baumrinde oder einem Birkenblatt sich offenbart.**

(Rainer Maria Rilke (1875 -1926))



Der Fitnesstrainer für unsere Senioren
Herr Edmont Jäger

Ich bin Edmont Jäger, Fitness-Trainer.

Jede Bewegung, die wir noch selber ausführen können, erhält uns ein Stück Lebensqualität. Da ich der Meinung bin, dass der Körper bis ins hohe Alter trainierbar ist und ich mein Leben lang immer Sport betrieben habe, sah und sehe ich für mich die Herausforderung, meine Begeisterung für die Bewegung weiterzugeben. Dies erfolgt in einer fröhlichen Atmosphäre.

Im Laufe der Zeit habe ich mich immer stärker im Bereich Senioren-Mobilisation engagiert. Viele Jahre war ich für die Alzheimer Gesellschaft sowie in diversen Seniorenheimen tätig.

In folgenden Bereichen habe ich gearbeitet.

- Sitzgruppengymnastik,
- Rollstuhl- und Rollatoren-Training,
- Sturzprophylaxe
- sowie Einzelbetreuung
- in den genannten Bereichen
- Und das alles auch für Menschen mit Demenz.



Vor Corona war ich von 2005 – März 2020 im Haus Burgwedel tätig.

Nun kam auf mich die Anfrage, ob ich mir vorstellen kann, wieder für Burgwedel im Bereich Sturzprophylaxe tätig zu werden. Gehörtraining liegt mir sehr am Herzen. Sicherheit in der Bewegung und Selbstvertrauen sowie sich selbst einzuschätzen zu lernen ist mir ein Anliegen.

Ich freue mich darauf, ab Januar jeden Donnerstag Nachmittag ab 14:30 Uhr Freude an der Bewegung zu vermitteln.

Regelmäßig stattfindende wöchentliche Aktivitäten:

Montag	10.00 Uhr	Bewegungs- u. Wahrnehmungsförderung mit Friederun Baudach-Jäger
Dienstag	10.00 Uhr	Kreatives Gestalten
	11.15 Uhr	Kioskverkauf auf den Wohnbereichen Wechselnde Angebote auf den Wohnbereichen z.B.
	15.15 Uhr	Wunschmusik mit DJ Gerd Reinhard (2x mtl.)
	14.30 Uhr	Frau Magnussen kommt mit Besuchs-Pony Fridolin (zweimtl.)
Mittwoch	14.30 Uhr	Geburtstagsnachfeier bereichsübergreifend (vierteljährlich)
	10.00 Uhr	Kreatives Gestalten mit Käthi Sorgatz
	10.00 Uhr	Heimfürsprechersitzung (zweimonatl.)
	10.30 Uhr	Musiktherapie auf dem WB:B mit Alexandra Schäfer
	14.45 Uhr	Musiktherapie auf dem WB:D mit Alexandra Schäfer
	14.45 Uhr	Besuch der Begegnungscloowns Lucky & Blumina (zweimonatl.)
Donnerstag	15.45 Uhr	Musiktherapie auf dem WB:E mit Alexandra Schäfer
	10.00 Uhr	Ev. Gottesdienst (1x mtl.)
	14.30 Uhr	Spezialgymnastik /Gehsicherheitstraining zur Sturzprophylaxe mit Eddi Jäger
	15.30 Uhr	Kunsttherapeutisches Malen (2x mtl.)
Freitag	15.00 Uhr	Mode- und Schuhverkauf (ca. vierteljährlich)
	10.00 Uhr	Bingo
	13.00 Uhr	Verschiedene Angebote: Speiseplanbesprechung (1xmtl.)
Samstag	14.00 Uhr	Vorbereitungen für Feste
	10.00 Uhr	Musik auf den Wohnbereichen oder im Erdgeschoss (1x mtl.)
oder Sonntag	15.00 Uhr	Musik im Erdgeschoss oder auf der Terrasse im Sommer (1x mtl.)

- Änderungen vorbehalten -

Informationen für Senioren und Angehörige Bekanntmachung MD Prüfung 2023

Am 07.und 08.09.2023 erfolgte die alljährliche Überprüfung unserer Pflegeeinrichtung durch den Medizinischen Dienst und durch die Wohn-Pflege-Aufsicht des Bezirkes Eimsbüttel.

Wir freuen uns sehr, dass wir auch im Jahre 2023 wieder ein sehr gutes Ergebnis erreicht haben. Die Geschäftsführung und die Einrichtungsleitung bedanken sich bei allen, die mit ihrem Einsatz dazu beigetragen haben, dieses sehr gute Ergebnis zu erreichen, d.h. der Dank gilt allen Mitarbeitern der Pflege, der Betreuung, der Küche, der Reinigung und der Wäscherei, der Haustechnik, der Verwaltung, der Pflegedienstleitung sowie auch allen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern, die mit ihrem Engagement die Lebensqualität für unsere Senioren in unserem Haus bereichern.

Als Zeichen des Dankes und der Wertschätzung erhielt das gesamte Mitarbeiter-Team Süßes mit Dankesaufschrift und es wurde eine Mitarbeiter-Feier mit einem leckeren Essen, Musik & guter Laune im Haus Burgwedel ausgerichtet.

Sie sind auf der Suche einer ehrenamtlichen Tätigkeit?

Sprechen Sie uns gern an: Wir freuen uns über jede kleine oder größere Tätigkeit, die Sie erbringen möchten, um unseren Senioren ihr Leben zu bereichern.

Mögliche Aktivitäten könnten sein:

- **Besuchsdienst:** z.B. mit Senioren klönen, spielen, ihnen vorlesen, gemeinsam rätseln, kleinere Spaziergänge durchführen, Begleitung von Senioren zu Veranstaltungen, Begleitung zum Arzt, zur Apotheke oder zum Einkaufen, Erledigung kleiner Besorgungen, Begleitung von Ausflügen, Krankenhausbesuche und evtl. auch Sterbebegleitung.

- **Interessen, Hobbys und Neigungen einbringen:** z.B. im Nähkreis aktiv sein, kreative Tätigkeiten, Lesezirkel, Gespräche aller Art, Spiele aller Art, gemeinsames Singen, Musizieren, Sitztanz, Bewegungen zur Musik, Mithilfe bei Gartenaktivitäten, Balkonbepflanzungen, Blumen gießen und pflegen, Unterstützen bei Aktivitäten im Haus (z. B: Backen, Mitarbeit in der Leihbücherei..)

- **Öffentlichkeitsarbeit:** Vertretung der Interessen von Bewohnern in öffentlichen Gremien, Gewinnen von ehrenamtlichen Helfern, Kontakte als Kooperationspartner für unser Haus herstellen zu anderen Institutionen z. B.: Kindergarten, Schulen, Vereinen; Kontakte zu Musikern oder anderen Künstlern vermitteln.

Für weitere Informationen, Anregungen, Fragen stehen Ihnen Herr Baganz oder Frau Meyer gern zur Verfügung (Erreichbar über Telefon 040 – 559773-0 oder per E-Mail: info@haus-burgwedel.de)

Neue medizinische Fußpflegerin im Haus Burgwedel: Frau Christine Klingenberg

Nachdem sich die langjährig im Haus Burgwedel tätige medizinische Fußpflegerin – Frau Sylvia Folkmann – zum September 2023 verabschiedet hatte, gibt es nun eine neue Kollegin: Frau Christine Klingenberg, die Mitte September 2023 die medizinische Fußpflege im Haus begann.

Die Preisliste für ihre Dienstleistungen sieht wie folgt aus:

Fußpflege	30 €
Fußbad	3 €
Fußmassage ca.10 Minuten	10 €
Fußreflexzonenmassage ca. 15 Min.	35 €
BS-Spange bei eingewachsenen Nägeln	39 €

Handpflege	17 €
Haarentfernung	
Oberlippe u. Kinn (Wachsen)	14 €
Hand- oder Fußlackierung auf Anfrage (Terminabsprache)	ab 10 €
Lack - Entfernung extra	5 €

Gutscheine zum Verschenken sind bei Frau Klingenberg erhältlich.

Christine Klingenberg
Medizinische Fußpflege
Lornsenstraße 1, 22869 Schenefeld
Telefon: **040 – 74322668.**



SENIOREN IN BEWEGUNG DIE TERMINE

Die Termine der Einzel- und Kleingruppenbetreuungen auf den Wohnbereichen durch unsere BT-Mitarbeiterinnen werden aktuell im Tagesblättchen und in den Aushängen am Fahrstuhl bekanntgegeben.

Betreuung auf den Dementenwohnbereichen:

Auf den Dementenwohnbereichen findet in der Woche von Montag bis Freitag jeweils vormittags und nachmittags sowie am Wochenende eine spezielle Dementenbetreuung statt, die in den Wochenaktivitätsplänen der Dementenwohnbe-

reiche B, D, E ersichtlich ist. Einmal wöchentlich findet Musiktherapie mit einer/m Musiktherapeutin/en statt. Die Therapie-Robbe Paro kommt ebenfalls zum Einsatz.



Rückblick

19.09./21.11.23 FRAU MAGNUSSEN BESUCHTE MIT BESUCHS-PONY FRIDOLIN DAS HAUS BURGWEDEL



Unsere Senioren freuen sich jedes Mal, wenn das Shetland-Pony Fridolin erscheint mit seinen braunen Augen, seinem kuscheligen Fell und seiner Ruhe und Gelassenheit. Anwesende beobachten ihn, streicheln ihn, sprechen spontan lächelnd mit ihm, erinnern sich dabei an eigene Pferdeerfahrungen, tauschen sich mit anderen aus über Fridolin und über ihre früheren Erfahrungen.

Da Fridolin gelassen ist, fährt er auch mit seiner Besitzerin und



Bezugsperson Angelika Magnussen ruhig im Fahrstuhl auf verschiedene Wohnbereiche, geht dort in den Tagesraum und in die Bewohnerzimmer, wo bettlägerige Senioren schon auf ihn warten oder sehr erstaunt sind, dass ein echtes Pony vor ihnen am Bett steht und mit einer Engelsgeduld wartet, bis sie auf ihn reagieren, z.B. ihn ansprechen, sanft berühren, streicheln. Fridolin schenkt uns unvergessliche Momente.

03.10.23 UND 21.10.23 HEITERE MUSIKNACHMITTAGE

Mit Gesang und Gitarre gestaltete das Duo Norbert & Nicole einen Musiknachmittag zum Tag der deutschen Einheit mit Melodien verschiedener Musikrichtungen. Sie motivierten die Anwesenden zum Mitsingen, Mitschunkeln und Tanzen.

Die nächste fröhliche Musikveranstaltung folgte zum Oktoberfest mit Michael Kleppin, der das Publikum mit Stimmungsliedern aller Art in Fahrt brachte, so dass freudestrahlend mitgesungen, mitgeschunkelt und das Tanzbein ausgelassen geschwungen wurde.



12.10./09.11./14.12.23 EV. GOTTESDIENSTE IM HAUS BURGWEDEL

Monatlich finden regelmäßig ev. Gottesdienste im Haus Burgwedel statt – das ist keine Selbstverständlichkeit in Zeiten personeller Engpässe. An dieser Stelle sei einmal Herrn Pastor Bruhn und Kirchenmusikerin, Frau Eguchi, sehr herzlich gedankt, dass diese Gottesdienste trotz der Erkrankung von Frau Pastorin Anja Stadtland über Monate so regelmäßig durchgeführt wurden. Eigentlich wollte Herr Pastor Bruhn im Dezember letzten Jahres endgültig in den Ruhestand gehen – aber... Wir sind dankbar für seinen Einsatz – dass er die Vertretung 2023 doch noch wieder übernommen hat. Vielen Dank auch an Frau Eguchi, die jedes Mal mit ihrem virtuosen Klavierspiel auf unserem E-Piano das Publikum verzaubert.



13.10.23 FREUDE AM TANGOTANZEN MIT HERRN FUCHS UND SEINER TANZPARTNERIN JULIANE



25.10./01.11./08.11./15.11./22./29.11.23 MÄRCHEN ERLEBEN

Im Rahmen eines Programmes zur Förderung psychosozialer Gesundheit von Pflegebedürftigen bot Herr Leon Trox von CCO Netzwerke (Institut für Organisations- u. Persönlichkeitsentwicklung) Märchenstunden an. Ziel war es, über Märchen das persönliche Wohlbefinden aufrechtzuerhalten und das eigene Selbstbewusstsein und die eigenen Fähigkeiten zu fördern. Mit Hilfe von Märchen, Fabeln, Geschichten und spielerischen Elementen wurden persönliche Werte und förderliche Denk- u. Verhaltensweisen



zum Thema gemacht, die – sofern möglich – danach auf das eigene alltägliche Leben übertragen werden konnten. Über die Märchen wird das Langzeitgedächtnis aktiviert. Somit können über dieses Projekt auch von Demenz betroffene Menschen erreicht werden. Über das Erzählen, Zuhören und z.B. kleinere Rätsel werden kognitive Ressourcen aktiviert. Über mit den Märchen verbundenen Bewegungen, Liedern, Klängen, passenden, mitgebrachten Gegenständen werden auch demenziell veränderte Menschen erreicht. Durch die Teilnahme an einer sozial anerkannten Aktivität, welche nicht alltägliche Defizite in den Vordergrund rückt, sondern die Aufmerksamkeit auf die Bewältigungsmethoden und individuelle Fähigkeiten richtet, werden gemeinsame und individuelle Erfolgserlebnisse ermöglicht. Während dieser Märchenstunden wurden viele Erinnerungen geweckt, unsere Senioren hatten viel Freude in gemeinsamer Runde in der Dachstube.

11.11.23 EINSTIMMUNG AUF DEN KARNEVAL MIT DJ MR. FUNBO



Mit Gesang und Keyboard gestaltete der Musiker und Sänger Mr. FunBo (Dieter van Bockschen) zum Beginn der närrischen Saison einen fröhlichen Musiknachmittag mit heiteren Karnevalsliedern zum Mitsingen, Mitschunkeln und Mittanzen. Mit freundlicher Ansprache und humorvoller Moderation motivierte er die Anwesenden zum Mitsingen, Mitschunkeln und Tanzen. Er erfüllte viele Musikwünsche. Mit viel Beifall wurde der Musiker verabschiedet – verbunden mit dem Wunsch auf ein baldiges Wiedersehen und -hören.



22.11.23 DIE BEGEGNUNGSCLOWNS WAREN ZU GAST IM HAUS BURGWEDEL



Heitere humorvolle Nachmittage erlebten unsere Senioren mit den Begegnungscloons Lucky & Blumina, die mit roter Nase und bunter Kleidung auf jeweils zwei Wohnbereichen unterwegs waren. Sie begrüßten die Anwesenden liebevoll, einfühlsam, wertschätzend und ruhig. Durch ihre liebevolle Zugewandtheit schufen sie eine vertrauensvolle Atmosphäre, welche Begegnung und Kommunikation ermöglichten.

Durch Improvisation aus Schauspiel, Wortwitz, Situationskomik und Gesang entstanden humorvolle Begegnungen/Dialoge mit unseren Senioren. Gern sangen unsere Senioren Lieder mit, als Blumina auf ihrer Ukulele bekannte heitere Melodien spielte. Es war spürbar, dass diese Begegnungen einen Lichtblick im Alltag schufen. Unsere Senioren lächelten, wirkten entspannt.

Rückblick

25.11.23 MUSIK ZUM 28. GEBURTSTAG DES HAUSES BURGWEDEL

Über das inzwischen 28-jährige Bestehen des Hauses Burgwedel freuten sich die Geschäftsführung, unser Einrichtungsleiter Herr Thomas Baganz und das gesamte Mitarbeiter-Team sowie alle, die sich dem Haus verbunden fühlten.

Der Hausgeburtstag wurde gewürdigt mit einem heiteren Musiknachmittag am 25.11.23 und kulinarischen Köstlichkeiten zu den verschiedenen Mahlzeiten. Das Musiker-Duo Norbert & Tina Larissa präsentierte mit Gitarre und Gesang ein abwechslungsreiches Programm, z.B. mit beliebten Schlagern der 50/60/iger Jahre, Titel von Elvis Presley oder aktuelle. Das Publikum im Saal & in den Zimmern (deren Türen geöffnet waren) stimmte begeistert mit ein: Es wurde gesungen, geschunkelt, mitgeklatscht und getanzt. Mit viel Applaus wurde das Duo verabschiedet.



02.12.23 BESUCH AUS DER BENACHBARTEN AHMADIYYA MUSLIM JAMAAT (GEMEINDE)



Überraschenden Besuch gab es in der Adventszeit, als eine Mädchengruppe im Alter von 5-15 Jahren in Begleitung von Müttern und Betreuerinnen ins Haus kamen, unsere Senioren mit Rosen, selbstgebastelten weihnachtlichen Karten mit guten Wünschen für die Zukunft sowie dem Singen eines Friedensliedes erfreuten. Das Motto dieser sich als friedvoll und tolerant verstehenden islamischen Reformgemeinde heißt „Liebe für alle, Hass für keinen“. Das Engagement im Zeichen von Frieden und nachbarschaftlichem, generationsübergreifenden Miteinander verschiedener Religionen wurde positiv aufgenommen und den Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen gedankt für den Einsatz um Frieden und Völkerverständigung.



02./05./06./7./15.12.23 WEIHNACHTSFEIERN AUF ALLEN WOHNBEREICHEN



Gemeinsam feierten Senioren, Angehörige und Mitarbeiter/-innen auf allen Wohnbereichen ihre Weihnachtsfeiern. An den festlich geschmückten Kaffeetischen genossen die Anwesenden die weihnachtlichen Festtagstorten, Weihnachtskekse, Kaffee und Sekt.

Umrahmt wurden die Feiern vom stimmungsvollen Gesang und den Gitarren- und Harfenklängen des Musikers Oscar Benito. Als Weihnachtsmann oder -frau ver-

Rückblick

kleidete Mitarbeiter/-innen verteilten liebevoll verpackte Geschenke, Weihnachtsgedichte wurden vorgetragen. Gemeinsam sangen Jung und Alt bekannte Weihnachtslieder. Die Weihnachtsfeiern klangen aus mit Sekt und einem köstlichen Kalt-Warm-Buffer oder einem warmen Abendessen, das unser Küchen-Team gezaubert hatte, welches allen gut schmeckte.



16.12.23 DER SCHNELSENER POSAUNENCHOR MUSIZIERTE IM GARTEN DES HAUSES BURGWEDEL

Schon traditionell erfreut der Posaunenchor aus Schnelsen am Samstag vor dem 3. Advent unsere Senioren mit seinen Klängen. Auf Trompeten, Posaunen und Hörnern spielten die Männer und Frauen – dieses Mal im Garten auf der Terrasse – weihnachtliche Musik.

Die in dicke Jacken und Decken gehüllten Senioren genossen dieses besondere Ereignis. Auch Balkontüren auf den Wohnbereichen wurden geöffnet, damit unsere Senioren die Bläserklänge hören konnten. Mehrere Senioren begaben sich auf die Balkone, um das Geschehen zu beobachten beim Zuhören.

Es gab kräftigen Applaus für den Posaunenchor in der Hoffnung auf ein Wiedersehen/-hören und noch ein Aufwärmen bei heißen Getränken – Punsch und heißen Kakao und Weihnachtskekse. Herzlichen Dank an den Posaunenchor unter der Leitung von Herrn Holger Mau für die musikalische Einstimmung auf die Weihnachtszeit.



AKTIVITÄTEN AUF DEN WOHNBEREICHEN

Kunsttherapeutisches Gestalten mit Frau Seipt



Adventskränze schmücken WB:E



HAUSWIRTSCHAFTLICHE AKTIVITÄTEN

Salatzubereitung auf WB:B



Weihnachtliche Karten gestalten mit Käthi Sorgatz



Weihnachtsbaum schmücken auf dem WB:B



Waffeln backen allen WB



Wäsche sortieren u. zusammen legen



Rückblick

NOV./DEZ.23 KEKSEBACKEN IN DER ADVENTSZEIT

Der Duft von frisch selbstgebackenen Keksen durchzog das ganze Haus, als fleißig verschiedene Teige ausgerollt, unzählige Kekse in verschiedenen Formen ausgestochen und verziert wurden mit allerlei Buntem, Schokostreuseln, Krokant, Nüssen, Pistazien, Puderzucker u. ä.. Die fertigen Kekse wurden in gemütlicher Runde genossen und sich dabei an früheres Keksbacken in der Familie erinnert.



Toast herstellen auf dem WB:B



Vanillekipferl auf dem WB:B



Kekse backen auf dem WB:E



Weihnachtskekse backen im EG /WB:A

Freude an der Bewegung: WB:D



Rückblick

Gemeinsames Fußballschauen



Malen auf dem WB:D



Spiele



Freude mit der Besuchshündin Bella



Musiktherapie mit der Musiktherapeutin Alexandra Schäfer auf den Wohnbereichen



Spaziergänge in die Natur



IHRE ANREGUNGEN SIND GEFRAGT FÜR UNSER HAUSKINO .

Wir wollen im Haus Burgwedel wieder regelmäßige Kinonachmittage anbieten mit Filmen, die im Erdgeschoss per Beamer auf eine große Leinwand projiziert werden sollen. Haben Sie Vorschläge für Filme, die Sie gern sehen oder wiedersehen würden? Dann teilen Sie den Mitarbeiterinnen der Betreuung diese gern mit. Das BT-Team freut sich auf Ihre Anregungen.



ZUM NEUEN JAHR

Nun ist das alte Jahr – rasch wie ein Traum –
in die Vergangenheit hinabgeflossen.
Ein neuer Ring hat sich – bemerklich kaum –
der langen Zeitenkette angeschlossen.
Was vor uns lag verborgen und verhüllt,
das liegt nun hinter uns, so klar und offen
und mancher ist enttäuscht, weil unerfüllt
geblieben ist sein Sehnen und sein Hoffen.
Wer aber frisch und froh die Tage nahm,
wie sie das alte Jahr ihm hat gegeben;
wem alles, Glück und Not und Freud und Gram,
wie Tag und Nacht, zum Segen ward fürs Leben;
der kann nicht klagen um verlorenes Glück
und das alte Jahr ihn hätt' betrogen;
ihn trieben vorwärts nur ein gutes Stück
die Stürme und des Lebens wilde Wogen.
Glück auf! Und frisch ins neue Jahr!
Mit Gott voran! So ist's stets gelungen.
Das Leben ist ein Kampf voll Müh' und Pein;
an jedem neuen Tag heißt 's neu errungen.
So soll es sein! Wer bis zum letzten Schlag
im Lebenskampf sich nicht lässt unterkriegen,
der freut an seines Lebens Feiertag
sich wie ein Held, der kämpfte, um zu siegen!
*(Karl Friedrich Mezger
(1880 -1911))*

SCHICKSALSJAHR

Ernst war das Jahr, das nun geendet,
ernst ist das Jahr, das nun beginnt.
Dass sich die Welt zum Besseren
wendet,
sei Mensch, zum Besseren gesinnt.
Bedenk: Das Schicksal aller Welt
ist mit in deine Macht gestellt,
und auch das Kleinste in der Zeit
ist Bild und Keim der Ewigkeit.

*(Friedrich von Logau
(1605 -1655))*

Veranstaltungen

Veranstaltungen im Januar 2024

- Di. 09.01. 15.30 Uhr Kunsttherapeutisches Malen mit Fr. Seipt
Do. 11.01. 10.15 Uhr Ev. Gottesdienst
Fr. 12.01. 14.30 Uhr Geburtstagsnachfeier für September-/Oktober-/
November-/Dezembergeborene
Sa. 13.01. 10.15 Uhr Neujahrskonzert mit dem Pianisten Juraj Sivak
Di. 16.01. 14.30 Uhr Fr. Magnussen ist mit Besuchs-Pony Fridolin zu Gast
Sa. 27.01. 15.30 Uhr Karnevalsfeier mit den Moorreger Karnevalisten
Di. 30.01. 15.30 Uhr Kunsttherapeutisches Malen mit Fr. Seipt

Besondere Veranstaltungen im Februar 2024

- Fr. 02.02. 15.30 Uhr Tangonachmittag mit Herrn Fuchs & Partnerin
Di. 06.02. 15.30 Uhr Kunsttherapeutisches Malen mit Fr. Seipt
Do. 08.02. 10.15 Uhr Ev. Gottesdienst
Sa. 10.02. 15.00 Uhr Musik zum Karnevalswochenende
Di. 20.02. 15.30 Uhr Kunsttherapeutisches Malen mit Fr. Seipt
Sa. 24.02. 15.00 Uhr Fröhlicher Schlagernachmittag
Mi. 28.02. 14.45 Uhr Die Begegnungsclovnas Lucky & Blumina kommen

Besondere Veranstaltungen im März 2024

- Sa. 02.03. 10.00 Uhr Musikvergnügen auf den Wohnbereichen
Di. 12.03. 15.30 Uhr Kunsttherapeutisches Malen mit Fr. Seipt
Do. 14.03. 10.15 Uhr Ev. Gottesdienst
Sa. 16.03. 15.00 Uhr Musik zum Frühlingsbeginn
Di. 19.03. 14.30 Uhr Fr. Magnussen kommt mit dem Besuchs-Pony Fridolin
Di. 26.03. 15.30 Uhr Kunsttherapeutisches Malen mit Fr. Seipt
So. 31.03. 15.00 Uhr Osternachmittag mit Musik
mit dem Duo Norbert & Tina Larissa

Steinbuttfilet mit Weißwein-Senfsauce



Zutaten für 4 Personen:

Wein-Senf-Sauce:

60 g Schalotten
20 g Butter
200 ml Weißwein
(z. B. Riesling)

200 ml Fischfond

200 ml Schlagsahne

Salz, Pfeffer

2 El grober Dijon-Senf

Steckrübenstampf:

500 g Steckrüben

500 g Kartoffeln Salz

20 g Butter (weich)

Fischfilets:

2 Tomaten (200 g)

30 g Holsteiner Schinken

(dünne Scheiben)

50 g Butter

4 Steinbutt Filets

Salz, Pfeffer

4 El Rapsöl

2 Stiele Dill

Zubereitung

- Für die Sauce die Schalotten in feine Würfel schneiden. Butter in einem kleinen Topf erhitzen und die Schalotten darin glasig dünsten. Mit Weißwein ablöschen und auf die Hälfte einkochen lassen. Den Fond zugießen und einkochen lassen. Dann die Sahne zugießen und erneut einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Sauce fein pürieren und den Senf unterrühren.
- Für den Stampf die Steckrüben und Kartoffeln schälen und in 3-4 cm große Stücke schneiden. Anschließend in kochendem Salzwasser bei mittlerer Hitze 20-25 Minuten kochen. Abgießen, ausdämpfen lassen. Dann die Butter dazugeben und alles grob zerstampfen.
- Inzwischen für den Steinbutt die Tomaten in kochendem Wasser kurz blanchieren und in kaltem Wasser abschrecken. Tomaten häuten, vierteln, entkernen und in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Schinkenscheiben quer in feine Streifen schneiden.
- 40 g Butter in einem kleinen Topf erhitzen, Schinken darin goldbraun braten. Tomaten zugeben und abgedeckt warmhalten. Die Fischfilets jeweils quer halbieren und leicht mit Salz und Pfeffer würzen. Restliche Butter mit Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Filets darin goldbraun braten. Filets mit Steckrüben-Kartoffel-Stampf und der Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten. Tomaten und Schinken über den Filets verteilen. Nach Geschmack mit abgezupftem Dill garnieren.

Guten Appetit!

Gesundheitstipps

Stärkung des Immunsystems

Die Wetterumstellung von kalt auf warm im Frühling ist eine Herausforderung fürs Immunsystem. Wie können wir es stärken?

Tipps zur Stärkung der körpereigenen Abwehrkräfte

Gesunde Ernährung:

Eine gesunde, ausgewogene Ernährung mit viel frischem Obst und Gemüse und wenig verarbeiteten Lebensmitteln trägt zur Stärkung der Abwehrkräfte bei. Warmer Haferbrei zum Frühstück stärkt zum Beispiel schon zu Beginn des Tages das Immunsystem. Dieser versorgt den Körper mit verdauungsfördernden Ballaststoffen. Eine gut funktionierende Verdauung ist von großer Bedeutung, weil sich 70 Prozent aller Abwehrzellen im Darm befinden.

Ausreichend Trinken

Der Körper braucht ausreichend Flüssigkeit, damit der Stoffwechsel bestmöglich arbeiten kann. Daher lautet die Empfehlung, über den Tag verteilt reichlich zu trinken. Bei der individuellen Menge ist der sonstige Gesundheitszustand (z. B. Herzgesundheit u. a.) zu berücksichtigen. Geeignet sind vor allem stilles Wasser und ungesüßte Kräutertees oder Saftschorlen, die im Verhältnis 1 zu 2 gemischt werden.

Aufenthalt im Freien

Bewegung im Freien steigert die Produktion des Glückshormons Serotonin, regt den Stoffwechsel an, verleiht neue Energie und stärkt die Abwehrkräfte. Empfehlenswert sind regelmäßige Spaziergänge. Sie trainieren den Kreislauf und bringen die Immunabwehr in Schwung. Gleichzeitig wird durch die Bewegung Stress abgebaut, was sich wiederum positiv auf die Abwehrkräfte auswirkt.

Viel Lachen

Lachen macht nicht nur glücklich, sondern stärkt das Immunsystem, denn Lachen lässt den Gehalt an Immunglobulinen im Blut ansteigen.

Guter Schlaf

Ein guter und erholsamer Schlaf ist sehr wichtig für das Immunsystem. Studien haben gezeigt, dass Menschen, die über eine längere Zeit schlecht oder zu wenig schlafen, anfälliger für Infekte sind. Wie viel Schlaf ein Mensch braucht, ist individuell unterschiedlich. Von Bedeutung ist, dass der Organismus in den durchschnittlich sieben bis acht Stunden, die geschlafen wird, alle Schlafphasen durchläuft, um sich ausreichend zu erholen. Dabei darf die Temperatur im Schlafzimmer nicht zu warm sein. Sie sollte zwischen 16 und 18 Grad liegen.



LACH MAL WIEDER



„Ach Omi, die Trommel von dir war wirklich mein schönstes Weihnachtsgeschenk.“
 „Tatsächlich?“, freut sich Omi.
 „Ja, Mami gibt mir jeden Tag 2 Euro, wenn ich nicht darauf spiele!“

„Ach Peterchen“, sagt die Tante,
 du bist doch mein Sonnenschein!“ –
 „Nein, widerspricht Peter,
 „ich scheine für die ganze Familie!“

Herbert ist stolz auf seine Steinesammlung.
 Wieder einmal erklärt er einem Besucher:
 „Das ist versteinertes Holz, ein Brocken vom Gibraltarfels“ „Und das hier?“,
 will der Besucher wissen. –
 „Das ist ein Stück vom Kuchen, den meine frischvermählte Frau erstmals gebacken hat.“

Er: „Ich war doch gestern gar nicht so betrunken, oder?“
 Sie: Doch, du hast den Duschkopf in den Arm genommen und gesagt, er solle aufhören zu weinen!“

Chef: „Müller, ich weiß.
 Dass Ihr Gehalt nicht ausreicht, um zu heiraten.
 Aber eines Tages werden Sie mir richtig dankbar sein!“

Enkel: „Sag mal Opa! Zu Deiner Zeit gab's doch keine Handys, kein Internet, kein Google, keine Rechner. Was habt Ihr in der Schule benutzt?“ –
 „Unseren Kopf!“

Der Apotheker zu einem unzufriedenen Kunden: „Wenn Ihnen alle meine Tabletten nicht geholfen haben und Sie keine Nacht schlafen können,
 dann würde ich Ihnen raten:
 Werden Sie doch Nachtwächter!“

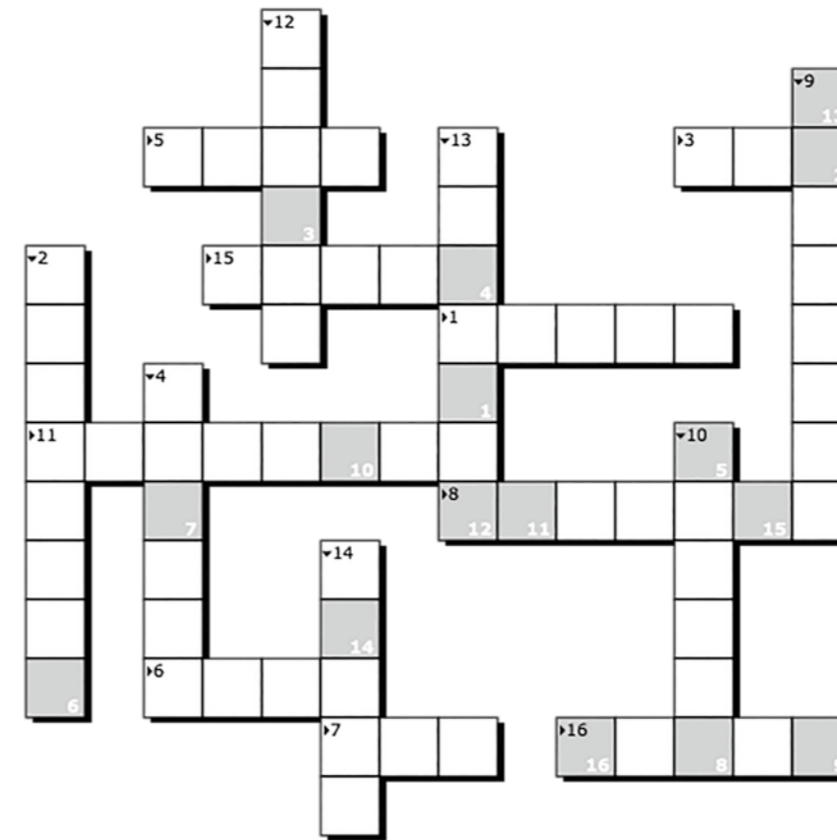
Der Arzt zum Patienten: „Sie gehen jetzt auf die 60 zu, Herr Schmidt, da sollten mehr an Ihre Gesundheit denken und sich mehr an der frischen Luft bewegen.“ – Okay, ich werde zukünftig mit offenem Fenster Auto fahren.“

Mitten in der Nacht weckt die Frau eines Tierstimmenimitators ihren Mann. „Du, da sind Einbrecher im Haus!“ Da fragt er sie flüsternd:
 „Was meinst du, Schatz, soll ich knurren oder bellen?“

Verzweifelt bemüht sich ein Besucher, das Gespräch in Gang zu halten. „Eine wunderbare Vase“, sagt er zur Dame des Hauses, „was ist denn da drinnen?“ – Die Asche meines Mannes.“ – „Ich bitte vielmals um Entschuldigung“, stottert der Gast. – „Kein Grund, sich zu entschuldigen. Mein Mann ist einfach zu faul, sich einen Aschenbecher zu holen, wenn er raucht.“



KREUZWORTRÄTSEL



1. gefrorene Wettererscheinung
2. närrische Jahreszeit
3. Zeitmesser
4. Hilfsmittel zum Sehen
5. Haustier
6. Lasttier
7. gefrorenes Wasser
8. Lebensmittel
9. Jahreszeit
10. Erkältungssymptom
11. Frühlingsblume
12. Wintermonat
13. Zusammenkunft
14. Kreatives Hobby
15. Verwandte
16. Ausreichend



Lösungswort:
 Beginn einer Jahreszeit

WORTANFANG GESUCHT

Gesucht wird ein Wortanfang, welcher – allen Wortenden vorangestellt – jeweils ein sinnvolles Wort ergibt:

- 1.-BAHN
- 2.-BERG
- 3.-HERR
- 4.-POST
- 5.-STECHER

Hinweise zur Lösung:

1. Sie fährt auf schnell verlegten schmalen Schienen
2. Name des höchsten Berges im Schwarzwald
3. Veraltete Bezeichnung für einen Heerführer
4. Verbindung der Truppe mit der Heimat
5. Historische Bezeichnung für ein Fernrohr.

BUCHSTABENWECHSEL

Streichen Sie von den unten genannten Wörtern den ersten Buchstaben und hängen dafür einen anderen letzten Buchstaben an, so dass neue sinnvolle Wörter entstehen, die angehängten zeigen das gesuchte Lösungswort.

PLAGE - GLATT - OMA - BEIN - BLIND - HERDE

Kreuzworträtsel: 1. Frost, 2. Karneval, 3. Uhr, 4. Brille, 5. Hund, 6. Esel, 7. Eis, 8. Nahrung, 9. Frühling, 10. Husten, 11. Narzisse, 12. Januar, 13. Treffen, 14. Malen, 15. Tante, 16. Genug, Lösungswort: Frühlingssanfang, Wortanfang: FELD- Buchstabenwechsel: Lager - Latte - Ems - Linde - Erden - Reisen

Plattdeutsche Seite

Kann sik wiß keeneen wat ünner vörstelln': „Karton-Schoh“. Avers ik swör ju to... hett se geven. Man blot's bi mien Oma...or villicht ok bi anners eene Oma? Also bi mien Oma gung dat so...an jichtens eenen schönen Dag wull Oma in de Stadt...treck sik eere Sünndags-Nahmeddags-Utgahschoh an un denn snackte se mit sik sülm: „Man Miete, du brukst notwennig`n poor niege Schoh... Düsse sünd nu würrklich nich mehr „stadtfein“, de musst Du wull mol utrangeeren.“

Dat heeß bi Oma ümfunktionieren... nämlich vun Stadtschoh in normale Dages-Rundum-Schoh. Denn de brukte man fröher... een poor Schoh för Tohuus, üm, na`n Bäcker un na`n Melkman to gahn. Puuschen för binnen un Holtlatschen för buten. Dat sünd de man buten för de Huusdöör stahn laten mutt, weil Schiet un Dreck buten blieben möß. Tja, un denn ganz wichtig de Sünndags-Nahmed-dags-Stadt-Hochtieds-Konfermatschoon-Beerdigungs- un Utgahschoh. Un solke wull Oma sik nu köpen... Man so eenfach weer dat alln's nich... Oma möß erstmol Geld hebben wo Schoh opstunn. Denn bi Oma eere lütte Rente kunn se nich glieks losgahn un welk köpen. Also duurte dat Schoh köpen noch' ganze Weil. Avers denn gung't los...Omas säh meist vör-

OMASKARTON-SCHOH

her Bescheed: „Morgen föhr ik in de Stadt... ik will nu endlich, n poor niege Schoh köpen. Mol kieken wi düür de sünd.“ Oma tellte eere Moneten ut eern Sporstrümp un den makte se sik fein, sette eern Karpotthoot op un af na Salamander (vörn tosamen un achtern utenaner) weer fröher unsen eegen Werbespröök för de Firma! In Niemünster ganh klor bi Hei Fu (Heinrich Fuhlendorf op'n Kohbarg. Eenmol bün ikmit Oma dorhin west...Verkörperinnen in eeren dunklen, blanken Kittel stunden noog in den Laden un töften blots op miene Oma. Ik dörfte op so' lütten Footschemel sitten, hörte nipp un nau un funn dat to schön, wenn Oma`s Foot in den niegen Schoh verswunn un Oma op un af gung. Ik dor is för mi de Grundsteen för mien Beruf leggt wurrn. Ik heff de feine Tüt na Huus dragen un ik kregg noch för'n Gruschen les. Aver nu glövt man jo nich, dat Oma de niegen Schoh an neegsten Sünndag antrocken hett...Nee. Nee...dat sehg buten `n beten düüster ut...kunn noch regen geven. Un so blev dat eenige Jahr... de niegen Schoh keem mol an de Fööt, avers Oma treckte ümmer wedder de olen an... se wull de niegen noch'n beten wat schonen... un so harr mien Oma jümmers Karton-Schoh in't Schapp...dat brukte se.

vun Inge Rohwer



WINTER

Und dräut der Winter auch noch so sehr mit trotzigem Gebärden,
und streut er Eis und Schnee umher,
es muss doch Frühling werden.

(Emmanuel Geibel (1815-1884))

WINTER ADE!

So hört doch, was die Lerche singt!
Hört, wie sie die frohe Botschaft bringt!
Es kommt auf goldenem Sonnenstrahl
der Frühling heim ins Tal.
Er streuet bunte Blumen aus
und bringt Freud in jedes Haus.
Winter ade! Frühling, juchhe!
Der Winter sagt ade! Ade!

(August Heinrich Hoffmann von Fallersleben (1798-1874))

ER IST'S (1829)

Frühling lässt sein blaues Band
wieder flattern durch die Lüfte,
süße, wohl bekannte Düfte
streifen ahnungsvoll das Land.
Veilchen träumen schon,
wollen balde kommen.
Horch von fern ein leiser Harfenton!
Frühling, ja du bist's!
Dich hab ich vernommen.

(Eduard Mörike (1804 -1875))

OSTERMORGEN

Die Lerche stieg am Ostermorgen
empor ins klarste Luftgebiet,
und schmettert hoch im Blau verborgen
ein freudig Auferstehungslied.
Und wie sie schmetterte, da klangen
tausend Stimmen nach im Feld:
wach auf, das Alte ist vergangen,
wach auf du froh verjüngte Welt!
Wacht auf und rauscht durchs Tal ihr Brommen
und lobt den Herrn mit frohem Schall!
Wacht auf im Frühlingsglanz der Sonnen
Ihr grünen Halm' und Läufer all!
Ihr Veilchen in den Waldesgründen;
Ihr Primeln weiß, ihr Blüten rot,
Ihr sollt es alle mitverkünden.
Die Lieb ist stärker als der Tod.

(Emanuel Geibel (1815-1884))



Abschiede

In stillem Gedenken

*Wir gedenken unserer verstorbenen Senioren,
die in den vergangenen drei Monaten von uns gegangen sind.
Wir werden sie stets in guter Erinnerung behalten
und ihnen ein ehrendes Andenken bewahren.*

*Unsere Anteilnahme gilt den Angehörigen,
Freunden und Bekannten der Verstorbenen.*



Besinnliches

Worte des Trostes


Wenn ich traurig bin und
spazieren gehe,
so finde ich Trost in der Macht und
Wahrheit der Natur.
(Jacob Grimm (1785 -1863))


Mache, dass ich danach trachte,
zu trösten, statt getröstet zu werden,
zu verstehen, statt verstanden zu werden,
zu lieben, statt geliebt zu werden.
Denn wir können nur empfangen,
wenn wir geben.
(Franz von Assisi (1181 -1226))

Was wir ausstrahlen in die Welt,
die Wellen, die von unserem Sein ausgehen,
das ist es, was von uns bleiben wird,
wenn unser Sein längst dahingegangen ist.
(Viktor E. Frankl)

Wenn durch einen Menschen ein wenig mehr
Liebe und Güte,
ein wenig mehr Licht und Wahrheit
in der Welt war,
hat sein Leben einen Sinn gehabt.
(Alfred Delp)

Betrachte die Dinge von einer anderen Seite,
als du sie bisher sahst,
denn das heißt, ein neues Leben
zu beginnen.
(Marc Aurel (121-180))





Termine nach Vereinbarung
Tel.: 040 - 74 32 26 68
Mobil 0163 - 71 84 84 6

ROSI'S BLUMENKUNST

Nach telefonischer
Vereinbarung
Mobil 0160/91984906

BLUMEN



IHR PERSÖNLICHER BERATUNGSCOUPON

Senioren- und Therapiezentrum Haus Burgwedel GmbH
Haus Burgwedel
Walter-Jungleib-Straße 1
22457 Hamburg

Die Einrichtungsleitung und ihr Mitarbeiter-Team stehen Ihnen täglich, gern auch an Sonn- und Feiertagen, für eine unverbindliche Information zur Verfügung. Auf Wunsch beraten wir Sie auch bei Ihnen zu Hause. Wir sind Vertragspartner der Pflegekasse und der öffentlichen Kostenträger. Sie haben Fragen oder Wünsche? Einfach Coupon ausfüllen und an uns zurücksenden.

- Bitte senden Sie mir Informationsmaterial
- Ich wünsche einen Beratungstermin
- Ich wünsche eine Beratung bei mir Zuhause

Name: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon: _____

Wunschtermin: _____



Senioren- & Therapiezentrum

Haus Burgwedel



DAS HAUS

Am 22.11.1995 wurde das „Haus Brugwedel“ eröffnet. Es liegt im Stadtteil Burgwedel, ca. zwei Minuten vom Geschäftszentrum entfernt und verfügt über eine sehr gute Bus- (Metrobus Nr. 5) und Bahnanbindung (AKN Nr. 1)

DIE LEISTUNGEN

- Betreuung der Pflegegrade 1-5
- Demenxbetreuung
- Kurzzeitpflege
- Beschäftigungstherapie
- Ärztliche Betreuung durch den eigenen Hausarzt
- Seelsorgerische Betreuung
- Krankengymnastik
- Ergotherapie
- Snoezelen
- Hauseigene Wäscherei
- Friseur und Fußpflege
- Freies WLAN

DIE AUSSTATTUNG

Wohnliche voll- oder teilmöblierte Ein- und Zweibettzimmer mit Bad.

FREIZEITGESTALTUNG

- Ausflüge & Festlichkeiten
- Musikveranstaltungen
- Gymnastikstunden
- Singkreise
- Kreatives Gestalten
- Plattdeutscher Gesprächskreis
- Bingo
- Diavorträge
- Geburtstagsfeiern
- Gedächtnistraining
- Spielenachmittage u.v.m.

Senioren- und Therapiezentrum Haus Burgwedel GmbH

Walter-Junglieb-Straße 1 • 22457 Hamburg

Tel.: 040 559773-0 • Fax: 040 559773-99 • Mail: info@haus-burgwedel.de • www.haus-burgwedel.de