LEBENSspiegel

Monatliche Zeitung
„Das Lebenswerk“
15. Jahrgang
02/2024

Ein Exemplar für Sie!

- Inhalt / Impressum 2
- Editorial 3
- Monat Februar 4
- Vorgestellt: Jennifer Baisch 5
- Geburtstage & neue Mitbewohner 6
- Steckbriefe: Frau Skowronski / Herr Gerling 7
- Die Flucht und Vertreibung aus Schlesien – H. Scholz 8/9
- Betreuungsangebote im Februar 10
- Jubiläum: 70 Jahre Parkuhr 11
- Veranstaltungen im Sonnenkamp 12
- Veranstaltungen im Buddes Hof 13
- Rätsel „Suchsel“ 14
- UNESCO-Welterbe: Tikal (Guatemala) 15
- Anzeige 16

IMPRESSUM – **LEBENS**spiegel

Erscheinungsweise: monatlich, Landkreis Hildesheim

Herausgeber: Das Lebenswerk, Am Sonnenkamp 79-81
31157 Sarstedt
Fon 0 50 66 / 90 48 90
info@daslebenswerk.de, www.daslebenswerk.de

Verantwortlich: Susanne Palermo

Redaktion: Ella Jahn, marketing@daslebenswerk.de

Anzeigen: Mediadaten & Preise 01/2022

Druckerei: Qubus media GmbH, 30457 Hannover

© Vervielfältigung und Auszüge nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers.

Liebe Leserinnen und Leser,

der Februar ist da und die Faschingszeit endet bald. Die fünfte Jahreszeit geht langsam zu Ende und nicht nur in unseren Einrichtungen, sondern überall in Deutschland und auf der ganzen Welt wird Fasching gefeiert. Das macht den Februar bunt und fröhlich. Damit wird die Zeit, bis im März dann endlich der Frühling einsetzt, für uns verkürzt. Im Februar blühen meistens die ersten Schneeglöckchen und mit viel Glück auch schon die ersten Winterlinge und Krokusse. Der sogenannte Vorfrühling sorgt dafür, dass wir langsam aus unserer Winterstarre erwachen und wieder öfter rausgehen. Die Tage sind länger hell und das bemerken nicht nur wir, auch die Pflanzen und die Vögel werden wieder aktiver. Lassen Sie uns den Vorfrühling feiern, dann kommt die gute Laune von ganz alleine.

In der aktuellen Ausgabe des LEBENSspiegels schauen wir zu Beginn auf den Monat Februar und stellen Ihnen Frau Jennifer Baisch näher vor. Die neue Kollegin arbeitet seit kurzem im Senioren- und Pflegezentrum Buddes Hof und verbringt ihre Freizeit gerne an der frischen Luft. Im Anschluss gratulieren wir allen, die im Februar Geburtstag haben und zeigen Ihnen die Steckbriefe von Frau Skowronski und Herrn Gerling.

Im aktuellen Heft möchten wir uns ausnahmsweise mit einem schweren Thema auseinandersetzen, dass viele Senioren in unseren Einrichtungen und in Deutschland in ähnlicher Weise betroffen hat: Die Zeit des Zweiten Weltkriegs und die damit einhergehende Vertreibung und Flucht. Ich habe mich mit Herrn Helmut Scholz zusammengesetzt und er berichtete mir von seinen Erlebnissen als zehnjähriger Junge in Schlesien. Daraus ist ein kleiner Bericht entstanden.

Außerdem feiert die Parkuhr in Deutschland dieses Jahr ihr 70. Jubiläum. Im Senioren- und Pflegezentrum Sonnenkamp und im Buddes Hof fanden im letzten Monat einige Veranstaltungen statt, über die wir natürlich auch berichten. Vor allem der Besuch der Sternsinger in Söhlde und der Besuch des Kirchenchores aus Rössing in Sarstedt bleiben den Senioren noch lange in Erinnerung. Auch in diesem Monat haben wir wieder eine Suchsel für Sie vorbereitet, bei dem Sie Begriffe rund um den Februar suchen können. Abschließend reisen wir mit Ihnen nach Guatemala, um uns den Nationalpark Tikal anzusehen. Das UNESCO-Weltkulturerbe blickt auf eine lange Geschichte zurück und besitzt erstaunliche Bauwerke der Maya.

Bleiben Sie gesund!

Ella Jahn

Sie möchten ihren Kundenkreis durch eine Anzeige erweitern? Eine Mitteilung machen oder jemandem zum Jubiläum gratulieren? Dann schreiben Sie uns unter: marketing@daslebenswerk.de – wir helfen Ihnen gern.

Für unser Senioren- und Pflegezentrum in Sarstedt suchen wir ab sofort eine examinierte

Altenpfleger/in

Als Altenpfleger/in haben Sie den ganzen Menschen im Blick: Körper, Geist und Seele. Sie betreuen, beraten, unterstützen und pflegen ältere Menschen. Dabei arbeiten Sie im Team, teils auch mit Fachkräften aus anderen Berufen.

UNSER ANGEBOT
- Familiäres Arbeitsklima & modernes Arbeitsumfeld
- Unterstützung durch unser Qualitätsmanagement
- Entlastende elektronische Dokumentation
- Attraktive Vergütung
- Individuelle Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten

IHRE AUFGABEN
- Sicherung der Grund- und Behandlungspflege
- Betreuung der Bewohner nach anerkannten pflegewissenschaftlichen Erkenntnissen
- Fördern der Lebensqualität und Zufriedenheit unserer Bewohner
- Umsetzen des Unternehmens- und Pflegeleitbildes

IHR PROFIL
- Gerne Berufserfahrung in der Pflege
- Teamfähig, motiviert und zuverlässig
- Dienstleistungsorientierte Arbeitsweise
- Ehrlichkeit & freundliches Auftreten
- Freude am Umgang mit Menschen

FÜHLEN SIE SICH ANGESPROCHEN?
Dann senden Sie bitte Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen an: Senioren- & Pflegezentrum Sonnenkamp
Susanne Palermo · Am Sonnenkamp 79–81 · 31157 Sarstedt
www.daslebenswerk.de

Sonnenkamp
IHR SENIOREN- & PFLEGEZENTRUM
LEBEN · WOHNEN · WOHLFÜHLEN

FEBRUAR

▲ Foto Unsplash: Ainars Cekuls

Der Februar ist der zweite Monat des Jahres und er hat dieses Jahr 29 Tage. Es wird am Ende des Monats ein zusätzlicher Tag hinzugefügt, ein Schalttag. Einen Schalttag fügt der – im Jahr 45 v. Chr. von Julius Caesar im Römischen Reich eingeführte – Julianische Kalender genau alle vier Jahre ein. Dann hat der Februar 29 statt 28 Tage und ein solches Schaltjahr 366 statt 365 Tage. Im gregorianischen Kalender – zu dem nach der Kalenderreform 1582 n. Chr. übergegangen wurde – entfallen in einer Spanne von 400 Jahren drei dieser Schaltjahre durch die verbesserte Schaltregel. Dadurch ist die durchschnittliche Dauer eines Kalenderjahres besser dem die Jahreszeiten bestimmenden Sonnenjahr angepasst, sodass deren Unterschied nur ungefähr eine halbe Minute beträgt. Ein Sonnenkalender richtet sich im Unterschied zu einem Mondkalender nach dem Lauf der Sonne. Das davon bestimmte tropische Jahr hat eine Länge von 365,24219 Tagen (365 Tage, 5 Stunden, 48 Minuten und 45 Sekunden). Diesem Wert kommt unser genutzter Gregorianischer Kalender mit Hilfe von Einschaltungen mehr oder weniger nahe.

PROMINENTE, DIE IM FEBRUAR GEBOREN WURDEN:

Galileo Galilei war ein italienisches Universalgenie und Mitbegründer der modernen Naturwissenschaft, der sich vor allem als Astronom betätigte, das von Nikolaus Kopernikus postulierte heliozentrische Weltmodell untermauerte und darüber in einen heftigen Streit mit der katholischen Kirche geriet. Er wurde nach dem damals verwendeten julianischen Kalender am 15. Februar 1564 in Pisa in Italien geboren und verstarb mit 77 Jahren am 8. Januar 1642 in Arcetri bei Florenz in Großherzogtum Toskana, HRR (heute Italien). Sein Geburtstag jährt sich 2024 zum 460. Mal.

John Joseph **Travolta** ist ein US-amerikanischer Schauspieler, der Ende der 1970er in der Rolle als „Tony Manero" in „Saturday Night Fever" (1977) zum Star wurde und danach u.a. in „Grease" (1978), „Pulp Fiction" (1994) und „Schnappt Shorty" (1995) zu sehen war. Er wurde am 18. Februar 1954 in Englewood, New Jersey in den Vereinigten Staaten geboren. 2024 feiert Travolta seinen 70. Geburtstag.

Andreas Nikolaus **(Niki) Lauda** war ein österreichischer Rennfahrer und Unternehmer, der als dreifacher Weltmeister (1975, 1977, 1984) und mit seinem Unfall auf dem Nürburgring 1976 in die Formel-1-Geschichte einging, nach seiner Rennsportkarriere 1979 die Fluggesellschaft „Lauda Air" gründete und später u.a. als TV-Experte arbeitete. Er wurde am 22. Februar 1949 in Wien geboren und verstarb mit 70 Jahren am 20. Mai 2019 ebenda. Dieses Jahr wäre er 75 Jahre alt geworden.

Joachim Witt ist ein deutscher Musiker, der in der Zeit der „Neuen Deutschen Welle" mit dem Lied „Goldener Reiter" (1980) bekannt wurde und in den 1990ern mit dem Song „Die Flut" (1998) seinen größten Erfolg hatte. Er wurde am 22. Februar 1949 in Hamburg geboren und feiert in diesem Jahr seinen 75. Geburtstag.

Emil **Erich Kästner** war ein berühmter deutscher Schriftsteller und Drehbuchautor (u.a. Kinderbücher „Emil und die Detektive" 1929, „Pünktchen und Anton" 1931, „Das fliegende Klassenzimmer" 1931 und „Das doppelte Lottchen" 1949, Roman „Fabian" 1931). Er wurde am 23. Februar 1899 in Dresden geboren und verstarb am 29. Juli 1974 mit 75 Jahren in München. 2024 jährt sich sein Geburtstag das 125. Mal.

BAUERNREGELN:

- Guter Februar, schlechter Frühling.
- Ist der Februar sehr warm, friert man zu Ostern bis in den Darm.
- Im Februar hat es der Bauer lieber, der Wolf schaut zum Fenster herein als die Sonne.
- Gibt`s im Februar weiße Wälder, freuen sich Wies` und Felder.
- Im Winter beim Ofen, im Sommer im Feld.

VORGESTELLT: JENNIFER BAISCH

Buddes Hof
Ihr Senioren- und Pflegezentrum

Seit Januar 2024 gibt es im Senioren- und Pflegezentrum Buddes Hof eine neue Frau an der Rezeption: Jennifer Baisch. Die 49-jährige ist in Peine geboren und in Groß Lafferde aufgewachsen. Nach ihrem Schulabschluss machte sie eine Ausbildung als Kauffrau im Einzelhandel. Bereits während der Ausbildung und auch danach arbeitete sie im Büro in der Verwaltung. „Ich wurde dort irgendwie reingeworfen, weil zu der Zeit keiner zur Verfügung stand." Dabei ist es auch geblieben und nun arbeitet sie sich im Buddes Hof ein. „Ich wollte mein Berufsbild ändern. Ich habe vorher viele Jahre bei Möbel Schulenburg (die hießen früher Möbel Gröver) gearbeitet. Jetzt lerne ich viel Neues kennen und das gefällt mir sehr. Auch die Arbeitszeiten sind besser für mich."

Zu den Tätigkeiten von Frau Baisch gehören unter anderen neue Bewohner im Computerprogramm anlegen, Informationsgespräche mit den Interessenten führen und auch mal eine Heimführung machen, wenn sich jemand ein Zimmer anschauen möchte. „Ansonsten gehört natürlich viel Rechnungswesen, Postbearbeitung und vieles mehr dazu. Aber das macht die Stelle hier im Buddes Hof auch so abwechslungsreich. Diese Mischung aus mit Zahlen und Menschen arbeiten, ist genau das, was ich gesucht habe." Der Kontakt mit den Senioren und den Angehörigen macht ihr viel Freude.

In ihrer Freizeit fährt sie gerne Fahrrad, verreist mit ihrem Mann oder trifft sich mit Freunden. „Ich mache auch gerne Ausflüge mit meinem Ehemann: Mal geht es zu einem Tagesausflug, in eine Stadt oder zum Wandern in den Harz." Wenn Jennifer Baisch verreist, dann geht es in die Türkei, nach Ägypten, an den Gardasee nach Italien, aber auch nach Bayern oder an die Nord- und Ostsee zieht es sie manchmal hin. Für ihre Zukunft wünscht sie sich ein ruhiges, zufriedenes und ausgeglichenes Leben. „Am liebsten ohne Krieg!" Besonders stolz ist Jennifer Baisch darauf, dass sie beim DRK in ihrem Ort eingetreten ist. Zum Beispiel hilft sie dem DRK bei Blutspende-Terminen oder unterstützte auch das Erstaufnahmelager im Ort als die Flüchtlinge aus der Ukraine nach Deutschland kamen. "Ich freue mich, wenn ich anderen Menschen helfen kann und bin froh, dass ich mich mit meinen Mitmenschen immer so gut verstehe."

Café im Sonnenkamp
IHR SENIOREN- & PFLEGEZENTRUM
LEBEN · WOHNEN · WOHLFÜHLEN

FRÜHSTÜCKSBRÖTCHEN

ES GIBT SIE WIEDER!

Wir backen für Sie knusprige, leckere Brötchen und köstliche Croissants **jeden Samstag und Sonntag** und an **allen Feiertagen von 7.30 – 10.30 Uhr.**

Wochenend-Brötchen-Shop im Café am Sonnenkamp
– Garteneingang –

Weitere Informationen erhalten Sie hier:
Café am Sonnenkamp · Am Sonnenkamp 79-81 · 31157 Sarstedt
Telefon 0 50 66 / 90 48 90 · info@daslebenswerk.de · www.daslebenswerk.de

SONNENKAMP

Luiza Engelke
03.02.1924
100 Jahre

Anna Oltmanns
16.02.1928
96 Jahre

Wilhelmine Judek
20.02.1928
96 Jahre

Ottilie Mehler-Henning
25.02.1945
79 Jahre

Wir nehmen Abschied!

Erika Meister
* 15.09.1927
† 18.12.2023

BUDDES HOF

Wir nehmen Abschied!

Doris Wehrmann
* 14.03.1938
† 09.01.2024

▲ Foto Unsplash: Yoksel Zok

Margot Skowronski

Rufname/Spitzname: Margot
Sternzeichen: Fische
Heimatort/Land: Hildesheim
Augenfarbe: Grün-Blau
Haarfarbe: Früher schwarz / heute grau-weiß
Lieblingslied/-Band/-Genre: Operetten
Lieblingsgericht: Rinderroulade
Helden meiner Kindheit: Danielle, meine Schulfreundin
Das mag ich sehr gerne: Wenn man die Wahrheit sagt
Das mag ich gar nicht: Belogen werden; das gibt es leider oft heutzutage
Mein größes Laster: Schokolade
Das kann ich gut: Backen, vor allem Topfkuchen und Käsekuchen
Das mache ich, wenn keiner zusieht: Zeitung lesen. Letztens habe ich ein Buch über Hunde geschenkt bekommen, das ist auch schön
Das wünsche ich mir: Wahrheit

Sonnenkamp
IHR SENIOREN- & PFLEGEZENTRUM
LEBEN · WOHNEN · WOHLFÜHLEN

Konrad Gerling

Rufname/Spitzname: Konrad
Sternzeichen: Waage
Heimatort/Land: Hildesheim
Augenfarbe: Grünbraun
Haarfarbe: Früher: schwarz / heute: grau
Lieblingslied/-Band/-Genre: Klassische Musik und Schlager
Lieblingsgericht: Milchreis mit Apfelmus
Helden meiner Kindeheit: Meine Mutter
Das mag ich sehr: Meine Kinder
Das mag ich gar nicht: Streit
Mein größes Laster: Ich trinke abends gerne ein Bier
Das kann ich gut: Ich bin handwerklich begabt. Ich habe früher als Orthopädietechniker gearbeitet
Das mache ich, wenn keiner zusieht: Fernsehen
Das wünsche ich mir: Das meine Frau wieder bei mir wäre

Buddes Hof
Ihr Senioren- und Pflegezentrum

DIE FLUCHT UND VERTREIBUNG AUS SCHLESIEN –
ERINNERUNGEN VON HELMUT SCHOLZ

▲ Foto: Familie Scholz

Ich bin in Hermsdorf in Schlesien geboren worden und war 10 Jahre alt, als die russischen Truppen im Zweiten Weltkrieg Richtung Westen immer näher rückten. Wir waren eine sehr arme Familie. Nicht wie die Bauern, die immer etwas zum Tauschen hatten. Wir lebten nur von den Lebensmittelmarken. Mein Vater starb sehr früh, mein jüngster Bruder Dieter konnte ihn nicht mehr kennenlernen. Unsere Mutter Erna Scholz musste für uns vier Kinder ganz alleine sorgen. Außerdem hatte sich meine Mutter bereits mehrfach negativ zur Partei geäußert, sodass sie vorsichtig sein musste. Wer frei seine Meinung äußerte, wurde ganz schnell mal von der NSDAP bestraft. Und Unterstützer, die Informationen weitergeben würden, gab es überall.

Unsere Flucht aus unserem geliebten Hermsdorf begann dann am 11. Februar 1945. Am Abend zuvor kehrten wir alle bei Bauer Ernst ein und schliefen auf dem Boden der Stube. Erst wenn die Partei den Befehl gab, durfte man das Gebiet verlassen. Gegen Mitternacht klopften zwei Soldaten ans Fenster. Also spannten wir die Pferde und Ochsen an, versorgten das Vieh, welches zurückbleiben musste, schlossen die Türen ab und zogen los in Richtung Riesengebirge.

▲ Foto: Altes Wohnhaus von Helmut Scholz und seiner Familie

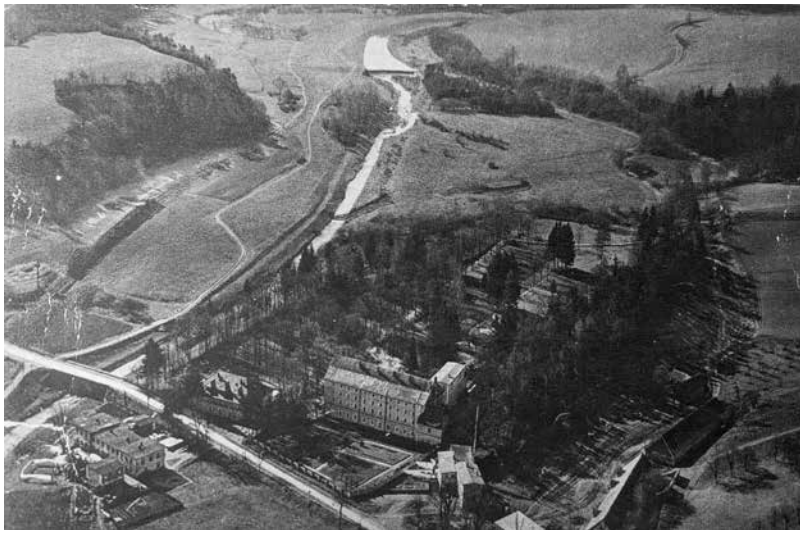
▲ Foto: Früheres Wohnhaus von hinten

Am ersten Fluchttag sind wir in 19 Stunden nur 10 km vorangekommen. Die Straßen waren völlig überlastet, alles voller Flüchtlinge und Militär. Die meiste Zeit standen wir bei Schnee und Kälte und warteten darauf, dass es endlich weiter ging. Für die Tiere hatten wir genug Futter mitgenommen, nur wir hatten kaum etwas zu essen. Nach einem langen Marsch in Eiseskälte waren Mensch und Tier völlig fertig. Der Weg über das Riesengebirge war sehr schwer. Die Pferde rutschten oft wegen ihrer Eisen aus. Die Ochsen hingegen bewältigten die glatten Strecken besser. Leider liefen sie sich dadurch schnell ihre Hufe durch. Wir haben sie mit Säcken umwickelt, um sie besser zu schützen. Aber das hat meist nur kurz gehalten. Oft übernachteten wir auf Bauernhöfen. Die Tiere wurden immer zuerst versorgt. Nichtsdestotrotz bekamen unsere Ochsen irgendwann die Maul- und Klauenseuche. Sie hatten Blasen im Maul und an den Klauen und konnten deswegen nichts mehr fressen. Das eine Mal fiel unser rot-bunter Ochse einfach um und lag da wie tot. Plötzlich kam aus dem Nichts ein Schlachter mit seinem Messer vorbei und wollte das Tier notschlachten. Unsere Mutter warnte ihn und sagte, er solle den Ochsen nicht anfassen. Nach einer halben Stunde hatte er ausgeschlafen, stand wieder auf und es ging weiter. Also machten wir erst einmal einen Tag Pause, damit wir uns alle etwas ausruhen konnten.
Nach 22 Tagen kamen wir endlich in Koititz an. Wir kamen auf dem Bauernhof vom Bauern Schrautzer unter. Der war im Krieg gefallen und seine Witwe bewirtschaftete den Hof mit einem polnischen Kriegsgefangenen. Die beiden hatten ein Verhältnis und Frau Schrautzer wurde schwanger. Da das von der Partei strengstens verboten war, wurde

der Kriegsgefangene hingerichtet und Frau Schrautzer kam ins KZ. Anschließend wurde der Hof von einem Treuhänder und einer Wirtschafterin verwaltet. Die Tiere hatten immer gutes Futter, aber wir kamen kaum über die Runden. Unsere Mutter hatte öfter Probleme uns alle satt zu bekommen. Anfang April wurde mein Bruder Günter mit 15 Jahren zum Volkssturm eingezogen. Das Kriegende rückte immer näher und das Militär war auf dem Rückzug. Am 08. Mai 1945 war der Krieg endlich vorbei und wir konnten unsere Rückreise planen. Zwei Tage nach Kriegsende kam Frau Schrautzer mit Kinderwagen und Baby nach Hause. Sie hatte das KZ überlebt und war deswegen sehr froh.

Die Rückreise war zwar ebenfalls schwierig, aber das Wetter war viel besser. Die Ochsen litten unter der Hitze und mussten immer wieder mit Wasser versorgt werden. Ich kann mich noch gut an Dresden erinnern. Als wir durch die Stadt zogen, lag alles in Schutt und Asche. Der Leichengestank war unerträglich. Auch wurden wir unterwegs von den russischen Truppen ausgeplündert. Sie nahmen sich, was sie gebrauchen konnten und dann durften wir weiterziehen. Als wir in Hermsdorf ankamen, standen alle Türen offen und die Fenster waren meistens kaputt. Das Rittergut Kaufmann war jetzt die russische Kommandantur. Zuhause erwartete uns unser Günter, er hatte die Ruhr und war fast am Ende. Er war aus der Kriegsgefangenschaft geflohen und freute sich riesig, uns wiederzusehen.

Die Zeit in Hermsdorf war sehr schwer. Die Russen vergingen sich ständig an den Frauen und Mädchen und unsere Mutter und Günter mussten täglich bei ihnen auf dem Gut arbeiten. Dafür bekamen sie zwei Portionen Essen, was für die ganze Familie reichen musste. Günter hat sich in der Zeit wie ein Vater um uns gekümmert. Seit Herbst 1945 kamen immer mehr Polen in das Dorf und besetzten die Häuser. Das Verhältnis zwischen den Deutschen und den Polen war nicht gut. Im Juli 1946 mussten wir dann innerhalb von 30 Minuten unser Haus verlassen. Nur Handgepäck durfte mitgenommen werden. Es ging zum Bahnhof nach Heynau.



▲ Foto: Hermsdorf aus der Luft

▲ Foto: Herr Scholz nach dem Krieg bei der Arbeit.

Dort wurden wir in Viehwaggons gesperrt und es ging los. Wohin genau, wussten wir nicht. Wir kamen nach Kohlfurt, wo wir erst einmal entlaust wurden. Dann ging es weiter nach Bockenem. Später ging es für unsere Familie nach Klein Himstedt. Wohl haben wir uns anfangs nicht gefühlt, doch wir mussten das Beste daraus machen. Irgendwann bekamen wir eine kleine Stube mit einem Bett, einem Schrank und einem kleinen Ofen. Dort hat unsere Mutter noch acht Jahre gelebt, bis sie an Krebs verstorben ist. Ich machte eine Ausbildung in der Landwirtschaft, da ich schon immer die Tiere sehr mochte und mir die Arbeit auf dem Feld viel Freude bereitete. Damit war ich der glücklichste Mensch der Welt.

BUDDES HOF

montags	10:00 – 11:00 Uhr 15:30 – 16:00 Uhr	Gesprächskreise zum Wochenstart, Kleingruppe Vorlesen
dienstags	10:00 – 11:00 Uhr 15:30 – 16:30 Uhr	Gymnastik/Gedächtnistraining Kleingruppe Gymnastik Spielenachmittag
mittwochs	10:00 – 11:00 Uhr 15:30 – 16:00 Uhr	Hauswirtschaft Kleingruppe Hauswirtschaft
donnerstags	10:00 – 11:00 Uhr 15:30 – 16:30 Uhr	Gymnastik/Gedächtnistraining Kleingruppe Gymnastik Singnachmittag
freitags	10:00 – 10:45 Uhr 15:30 – 16:00 Uhr	Kraft- und Balancetraining Kleingruppe Feinmotorik/Singen
samstags	10:00 – 11:00 Uhr	Wechselndes Wochenangebot In den übrigen Zeiten: Individuelle Einzelbetreuung

GEPLANT

08.02.24 ab 15:00 Uhr	Faschingsfeier
09.02.24 ab 10:45 Uhr	Kathol. Gottesdienst
21.02.24 ab 9:45 Uhr	Ev. Gottesdienst
22.02.24 ab 15:30 Uhr	Winterolympiade

SONNENKAMP

Tag	Ort	Uhrzeit	Angebote
Montag	WG 2	10:00 – 11:00	Gedächtnistraining mit Leserunde
	WG 5	16:00 – 17:00	Malen/Gestalten
Dienstag	WG 4	10:00 – 11:00	Bewegung im Sitzen
	WG 3	16:00 – 17:00	Singen
Mittwoch	WG 2	10:00 – 11:00	Malen/Gestalten
	WG 5	16:00 – 17:00	Gedächtnistraining
Donnerstag	WG 4	10:00 – 11:00	Hauswirtschaft/Backen
	WG 3	16:00 – 17:00	Gesellschafts- und Aktivitätenspiele
Freitag	WG 2	10:00 – 11:00	Bewegung im Sitzen
	WG 5	16:00 – 17:00	Kreativgruppe
Samstag	WG 3	10:00 – 11:00	Bingo/Kegeln
	WG 4	16:00 – 17:00	Bingo/Kegeln
Montags – Freitags 11:15 – 12:00 Uhr sowie 13:30 – 15:30 Uhr Individuelle Einzelbetreuung			

GEPLANT

14.02.24 ab 15:00 Uhr	Faschingsfeier
28.02.24 ab 16:00 Uhr	Wintergrillen mit Glühwein

SPEZIELLE TRAININGSGRUPPE

Tag	Uhrzeit	Ort	Angebote
Montag	10 –11 Uhr	Fitnessraum OG	Mobilitätstraining
Dienstag	10 –11 Uhr	Fitnessraum OG	Kraft- und Balancetraining
Mittwoch	10 –11 Uhr	Fitnessraum OG	Mobilitätstraining
Donnerstag	10 –11 Uhr	Fitnessraum OG	Kraft- und Balancetraining
Freitag	10 –11 Uhr	Fitnessraum OG	Mobilitätstraining

! Hinweis: Änderungen vorbehalten!

JUBILÄUM: 70 JAHRE PARKUHR IN DEUTSCHLAND

▲ Foto Unsplash: Mika Baumeister

Unter dem Motto: „Eine Stunde, ein Groschen“ wurden 1954 in Duisburg die ersten Parkuhren in Deutschland aufgestellt. Die zwanzig Uhren hießen damals „Parkographen“ und wurden für jeweils 400 Mark Anschaffungskosten am König-Heinrich-Platz installiert. Damit sollte die Parkplatznot in der Innenstadt bekämpft werden. Im Volksmund bekamen die Parkuhren schnell den Namen "Groschengrab". Die Parkuhren waren nicht sehr beliebt: „Es gab wütende Proteste, sogar Klagen", schreibt das Deutsche Patent- und Markenamt über die Einführung in Duisburg.

Ein weiteres Ärgernis für die Parkenden waren dann schnell auch die Politessen, die extra für die Überwachung des ruhenden Verkehrs (z.B. Parkverstöße) eingestellt wurden. Die jungen Damen bekamen eigene Uniformen und sollten auch nett aussehen, damit der Ärger über die Knöllchen nicht zu groß wird. Knöllchen heißen die Strafzettel übrigens, weil die Zettel gerollt werden. Heutzutage heißen die Politessen Parkraumüberwacher. Es gibt nicht mehr nur Frauen, die den Job ausüben und man muss einen zweiwöchigen Lehrgang absolvieren, um in dem Beruf arbeiten zu können. Die Überwacher überprüfen dann nicht nur die Parkscheine in den Fahrzeugen, sondern achten auch auf Halteverbote, sowie die TÜV- und Umweltplakette.

▲ Foto: Deutsche Bundesbank

Erfunden wurde die Parkuhr 1935 von Carlton Cole Magee. Für den deutschen Markt wurden die Geräte von der Firma Roberto Ehrismann (heute Roberit AG) aus Lugano hergestellt. Außerdem begannen noch 1952 die Firmen Telefonbau und Normalzeit in Frankfurt am Main, die Kienzle Apparate GmbH in Villingen und die Deutsche Parkometer GmbH in Hannover mit der Produktion von Parkuhren. 1954 gab es in der Bundesrepublik Deutschland noch keine rechtliche Regelung, Autofahrer zum Bezahlen von Parkgebühren zu zwingen. Es war umstritten, ob Parkuhren mit dem deutschen Verkehrsrecht vereinbar waren. Am 1. Mai 1956 wurde die Straßenverkehrsordnung geändert und Parkuhren somit rechtlich legitimiert.

Ab den 1990er Jahren wurden in Deutschland immer mehr Parkuhren durch Parkscheinautomaten ersetzt. Mit Einführung des Euro 2002 wurden die meisten „Groschengräber“ abgebaut, sodass sie heute nur noch sehr selten an öffentlichen Parkplätzen zu finden sind. Im Duisburger Stadtmuseum lässt sich ein Original "Groschengrab" bis heute bestaunen.

VERANSTALTUNGEN IM SONNENKAMP

Das **Geburtstagskaffee** wurde auch wieder gut besucht und die Senioren feierten zusammen ihren Geburtstag. Die 13 Bewohner, die im letzten Quartal des Jahres Geburtstag hatten, saßen zusammen und gratulierten sich gegenseitig. Natürlich wurde auch ein Geburtstagslied gemeinsam gesungen. Frau Hoppe hatte sogar das Glück genau an dem Tag ihren Geburtstag zu feiern.

Wer hatte wann und wer hatte sogar am selben Tag Geburtstag? Das waren die Fragen, die gleich zu Beginn besprochen wurden. Zum Kaffee hat das Kreativteam kleine Küchlein gebacken und in das Küchlein eine kleine Kerze hineingesteckt. Diese konnte dann ausgepustet werden. Die Wünsche, die jeder einzelne hatte, wurden natürlich nicht verraten, damit sie auch in Erfüllung gehen können. Gemeinsam sang man noch bekannte Schlager und Volkslieder. Außerdem sprachen die Bewohner viel über die frühere Zeit: Was haben die Senioren früher beruflich gemacht, wo haben sie gewohnt, was ist mit dem Haus und dem Hausrat passiert als man in den Sonnenkamp zog. Das sind alles Themen, über die sich die Teilnehmenden unterhielten.

Außerdem wurde im Januar noch das **Neujahrskaffee** gefeiert. Der Raum war festlich dekoriert und die Senioren bastelten im Vorfeld viele schöne Sachen. Sowohl die Glücksschweine, als auch das glücksbringende Kleeblatt wurden mit aufbauenden und teilweise lustigen Sprüchen zum Neujahr versehen. Die Praktikantinnen bastelten mit den Senioren und dem Kreativteam zusammen ein großes Plakat, das an die Eingangstür gehängt wurde. Der große Höhepunkt der Veranstaltung war aber der Besuch des Kirchenchores aus Rössing. Der Chorleiter Herr Beat Duddeck begrüßte mit den zwölf Sängerinnen und Sängern die Teilnehmenden und brachte viele schöne Lieder aus der Weihnachtszeit mit. Teilweise waren die Lieder sogar aus anderen Ländern, wie Schweden, Polen, Amerika, Spanien und England. Diese wurden natürlich in die deutsche Sprache übersetzt und wunderschön vorgetragen. Aber auch bekannte Lieder, bei denen man mitsingen konnte, waren mit im Gepäck. Somit konnte man sich von der Weihnachtszeit gemeinsam verabschieden. Die Senioren waren total begeistert von dem Auftritt. Bei Herrn Weber, der selber früher im Chor sang, leuchteten richtig die Augen vor Begeisterung. Unsere Senioren sind fast alle sehr musikalisch: Frau Mehler spielte früher zum Beispiel Akkordeon. Mit zehn Jahren erlernte sie das Instrument und spielte bereits mit 13 alleine alle möglichen Lieder. Leider musste sie das Spielen nach einem Schlaganfall aufgeben. „Ich konnte noch die Melodie und die Begleitung spielen, nur beides war nicht mehr synchron. Auch andere Senioren spielten oder spielen noch Instrumente: Frau Mehler, Herr Holzinger und Herr Weber spielen zum Beispiel noch Mundharmonika. Aber auch dieser musikalische Nachmittag musste irgendwann zu Ende gehen. Mit „Oh du fröhliche“ wurde das Konzert beendet und die Senioren klatschten eifrig vor Begeisterung.

VERANSTALTUNGEN IM BUDDES HOF

Buddes Hof
Ihr Senioren- und Pflegezentrum

Im Senioren und Pflegezentrum Buddes Hof war im letzten Monat auch wieder einiges los. Zum neuen Jahr gab es einen bunten Nachmittag, rund um die Traditionen zu Silvester und Neujahr. Anna Geibel vom Kreativteam legte sich richtig ins Zeug und zog ihr Schneemädchen-Kostüm an. Dann erklärte sie den Bewohnern, was es mit dem Kostüm auf sich hat. Frau Geibel kommt ursprünglich aus Kasachstan und dort gibt es andere Traditionen zu Silvester und Neujahr als bei uns in Deutschland. Zum neuen Jahr kommt bei den Kasachen der Weihnachtsmann (Väterchen Frost) nicht alleine, sondern mit seiner Enkelin, dem Schneemädchen. Gemeinsam verteilen sie dann Geschenke und gehen von Haus zu Haus. Anschließend wurden dann die weiteren Traditionen gegenübergestellt: Wie läuft Silvester und Neujahr bei uns ab und wie lief es früher bei Anna Geibel. Das fanden die Senioren sehr spannend. Es gibt sogar Traditionen für die Zeit zwischen den Feiertagen: Zum Beispiel soll man keine Wäsche waschen und aufhängen, weil sonst Unheil ins Haus geholt wird. Diese Tradition ist allen Bewohnern gut bekannt.

Außerdem wurden auch noch Spiele zum Thema Silvester und Neujahr gespielt und es gab einige Rätsel zu lösen. Natürlich durfte der klassische Sekt zum Anstoßen nicht fehlen. Dazu sang man „Ein Prosit“ und gemeinsam wünschten sich alle Teilnehmenden ein gesundes und frohes neues Jahr. Zwischendurch gab es noch ein lustiges Mitsprechgedicht „Ein Kuss vom Schornsteinfeger“, worüber alle viel lachen konnten. Der lustige und bunte Nachmittag ging dann mit einem Knall zu Ende: Für alle gab es Knallbonbons und zum Mitnehmen einen Glücksbringer.

Im neuen Jahr gab es auch wieder einen neuen Segen für das Haus und die darin lebenden Personen: Die Sternsinger kamen vorbei. Herr Geesen von der katholischen Kirche kam gleich mit vier Sängerinnen und Sängern in den Buddes Hof nach Söhlde. Die Kostüme der Kinder wurden vor 50 Jahren von einer Schneiderin aus Steinbrück angefertigt und sie sehen immer noch sehr gut aus. Alle hatten viel Freude daran und die Senioren freuten sich über den kurzen aber schönen Besuch.

FEBRUAR **SUCHSEL**

Finden Sie die versteckten Wörter!
Sie können waagerecht, senkrecht oder diagonal versteckt sein!

S	W	Y	S	R	W	K	H	M	H	T	C	S	C	H	A	L	T	J	A	H	R	U	N	D
C	S	W	A	C	M	W	A	R	O	R	A	A	W	L	B	T	S	E	G	R	M	T	A	U
H	C	I	C	G	H	C	Z	M	I	N	G	T	L	I	S	I	W	I	I	C	Y	D	Q	F
N	H	N	X	K	F	N	B	A	I	S	D	R	W	D	N	D	E	S	R	J	S	F	J	N
E	L	T	F	B	G	U	E	E	R	N	C	K	F	Q	E	T	Q	I	I	E	W	N	J	O
E	I	E	T	B	V	H	U	E	S	L	F	H	A	P	W	J	E	G	J	F	U	O	L	W
F	T	R	A	V	X	A	U	L	F	C	S	E	A	L	K	G	W	R	Z	C	C	N	Q	I
L	T	S	S	E	Q	L	U	I	K	L	H	H	U	L	E	B	R	H	F	B	H	C	U	N
O	S	C	C	R	L	B	R	T	Y	S	O	N	R	E	T	N	B	T	B	E	I	P	A	T
C	C	H	H	S	F	J	O	I	C	T	N	C	E	A	R	T	D	D	I	N	L	E	S	E
K	H	L	L	C	E	A	H	U	Z	C	N	H	K	I	U	M	A	E	H	U	S	L	O	R
E	U	A	I	H	B	H	G	K	D	C	U	L	H	E	T	O	X	G	R	P	S	P	N	M
N	H	F	T	N	R	R	W	I	N	T	E	R	L	A	N	D	S	C	H	A	F	T	N	ä
T	L	R	T	E	U	E	N	B	G	R	I	U	Q	P	W	S	F	T	D	A	C	F	E	R
E	A	E	E	I	A	S	D	J	H	M	G	E	F	A	ä	C	E	S	V	C	B	R	N	C
T	U	Y	N	T	R	F	M	H	O	R	N	U	N	G	R	H	B	T	B	S	I	O	K	H
N	F	U	F	P	S	E	W	S	V	H	T	H	K	M	M	N	R	U	Z	C	N	S	A	E
V	A	P	A	H	T	R	G	A	E	H	K	V	U	T	F	E	U	R	P	K	M	T	L	N
C	N	B	H	R	U	I	S	Q	O	N	R	N	S	N	L	E	A	M	E	E	V	I	E	L
Q	V	U	R	H	R	E	J	Z	A	R	L	Z	G	W	A	B	R	M	U	Y	G	G	N	O
O	I	T	T	I	M	N	C	T	V	D	B	C	Y	X	S	A	I	O	N	Q	N	X	D	P
R	K	A	L	E	N	D	E	R	R	E	F	O	R	M	C	L	U	N	D	D	F	Y	E	X
L	B	A	N	M	D	F	S	B	W	Z	B	L	F	P	H	L	S	D	X	U	K	H	R	Z
G	S	S	U	L	U	I	E	G	D	X	W	V	A	D	E	D	E	Z	F	N	U	R	R	Y
L	C	I	X	H	T	P	S	K	Z	E	T	L	U	N	F	Y	L	I	H	Y	D	Y	D	Z

Diese Wörter sind versteckt:
Schlittschuhlaufen, Mondkalender, Wärmflasche, Verschneit, Sturmmond, Winterschlaf, Kaminfeuer, Schalttag, Februarsturm, Wintermärchen, Frostig, Schlittenfahrt, Schneeflocke, Sonnenkalender, Hornung, Winterlandschaft, Februarius, Winterfell, Eisig, Schneeball, Beschneit, Schneeflocken, Halbjahresferien, Kalenderreform, Schaltjahr.

NATIONALPARK TIKAL (GUATEMALA)

▲ Foto Unsplash: Jenrike Official

Tikal ist eine antike Stadt der Maya in den Regenwäldern des Petén im nördlichen Guatemala (Mittelamerika) mit bemerkenswerten Stufentempeln. Sie war eine der bedeutendsten Städte der klassischen Maya-Periode (3. bis 9. Jh.).

Die früheste Besiedelung fand ungefähr um 900 v. Chr. statt, was anhand von Keramikfunden festgestellt wurde. Es dauerte rund fünfhundert Jahre, bis komplexere Bauten entstanden. Etwa um 400 v. Chr. entwickelte sich Tikal zu einem führenden Zentrum der präklassischen Periode (ging bis 200 n. Chr.). Mitte des fünften Jahrhunderts begann die erste expansive Phase der Stadt Tikal mit den ersten auf Stelen festgehaltenen Kriegszügen unter König K'an Chitam. Um 700 begann die zweite expansive Phase in Tikals Geschichte. Die Zeit des späten 7. und gesamten 8. Jahrhunderts war somit eine Zeit großen Wohlstands, beschleunigten Wachstums und extensiver Bautätigkeit, während der zahlreiche Paläste und Tempel erweitert wurden. Anfang des neunten Jahrhunderts begann der plötzliche Niedergang der Stadt. Das Verschwinden datierter Stelen scheint mit einem Machtverlust der Eliten und einer weitgehenden Abwanderung (oder gar einem Massensterben) der Bevölkerung in Verbindung zu stehen. Die genauen Ursachen für den Kollaps der gesamten Maya-Zivilisation zu diesem Zeitpunkt sind bis heute nicht genau geklärt. Die letzte Datierung einer Stele Tikals stammt aus dem Jahr 879, womit sie eine der am längsten überlebenden klassischen Maya-Städte war.

Tikal erstreckt sich über ein Gebiet von etwa 65 Quadratkilometern, wovon der zentrale Bereich rund 16 Quadratkilometer einnimmt und über 3.000 Bauten aufweist. Schätzungsweise an die 10.000 Gebäude, insbesondere in den Außenbereichen, sind noch nicht ausgegraben und erforscht worden. Man schätzt, dass die Einwohnerzahl des Stadtzentrums auf dem Höhepunkt der Macht in der klassischen Periode (8. Jahrhundert) mindestens 50.000 Menschen betrug. Das Zentrum Tikals bildet der sogenannte Große Platz. Er wird eingerahmt von den Tempeln I und II in Ost-West sowie von der Nord- und der Zentralakropolis in Nord-Süd-Richtung. Vermutlich diente der ganze Platz als Verkörperung des Weltbildes der Maya, eine Art „kosmischer Raum": Der „Himmel", die Nordakropolis mit weiteren Stufenpyramiden, war der Ort, an dem die Herrscher Tikals begraben wurden, während der Palast südlich des Platzes die „Unterwelt" verkörperte. Die beiden den Großen Platz flankierenden Tempel I und II gehören mit ihren Höhen von 47 m und 40 m zu den höchsten Stufentempeln Mittelamerikas. In der Dimensionierung und Ausrichtung der Gebäude in Tikal finden sich Hinweise auf eine Codierung der Mayakalender und für die Menschen bedeutsamer Zyklen. So ist etwa vom Eingang der Tempelpyramide IV an zwei für Maya heiligen Tagen der Sonnenauf- und -untergang exakt im Dachkamm der in der Gebäudeachse liegenden Tempelpyramide I zu sehen. Wie die Maya die dazu notwendige bauliche Präzision ohne technische Hilfsmittel erreichen konnten, ist unbekannt.

Das gesamte Gebiet rund um Tikal wurde zum Nationalpark erklärt und gehört seit 1979 zum UNESCO-Weltkulturerbe.

▶ Foto Unsplash: Franz Schafer

das LebensWerk

Buddes Hof
Ihr Senioren- und Pflegezentrum

- Hohes Maß an persönlichem Service
- Vollstationäre Pflege
- Urlaubsbetreuung, Kurzzeitpflege
- Hauseigene Küche
- Kompetente Pflege und Betreuung in familiärer Atmosphäre
- Umfassende persönliche und telefonische Beratung
- Lichtdurchflutete, hochwertig ausgestattete Zimmer
- Gartenanlage mit Sonnenterrasse

Bockmühlenstr. 6 · 31185 Söhlde
Telefon: 05129 97 150

Sonnenkamp
IHR SENIOREN- & PFLEGEZENTRUM
LEBEN · WOHNEN · WOHLFÜHLEN

- Kompetente Pflege und Betreuung
- Hohes Maß an persönlichem Service
- Umfassende persönliche und telefonische Beratung
- Betreuung demenziell Erkrankter
- Hochwertig ausgestattete Zimmer
- Parkanlage mit Sonnenterrasse
- Hauseigene Küche und Friseur
- Wellnessbad
- Urlaubsbetreuung, Kurzzeitpflege
- Vollstationäre Pflege
- Modernes, öffentliches Café, Mo – So von 14.30 – 17.30 Uhr, Mittwoch ist Ruhetag

Am Sonnenkamp 79–81 · 31157 Sarstedt
Telefon: 05066 90 48 90

Ambulante Pflege
ZUHAUSE RUNDUM VERSORGT

- Teilpflege zuhause
- Intensivpflege: Alternative zum Heimaufenthalt
- Versorgung mit Mahlzeitem
- Hauswirtschaftliche Hilfe
- 24 Stunden Notrufbereitschaft
- Betreuung rund um einen Krankenhausaufenthalt
- Serviceleistungen rund um die Wohnung
- Maßnahmen zur Förderung der Gesundheit
- Hilfestellung bei formellen Angelegenheiten
- IWG Wundtherapie Stützpunkt

Osterstr. 33 · 31134 Hildesheim
Telefon: 05121 133 783

info@daslebenswerk.de · www.daslebenswerk.de