LEBENSspiegel

Monatliche Zeitung
„Das Lebenswerk“
15. Jahrgang
06/2024

Ein Exemplar für Sie!

Inhalt / Impressum	2
Editorial / Dienstjubiläum Torsten Beisert	3
Monat Juni	4
Vorgestellt: Maja Piwowarczyk	5
Geburtstage & neue Mitbewohner	6
Steckbriefe: Herr Grondke / Herr Deierling	7
Seniorenolympiade im Lebenswerk	8/9
Betreuungsangebote im Juni	10
Tanz in den Mai im Buddes Hof	11
Der Heimbeirat im Buddes Hof	12/13
Rätsel „Suchsel“	14
UNESCO-Welterbe: Pfahlbauten	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,

das Jahr schreitet mit großen Schritten voran und der Sommer ist nun da. In der aktuellen Ausgabe des LEBENSspiegels gibt es viel Neues zu entdecken und wir beginnen mit dem Monat Juni. Im Anschluss stellen wir Ihnen Frau Maja Piwowarczyk genauer vor. Die Pflegeassistentin im Senioren- und Pflegezentrum Sonnenkamp begleitet die Bewohner mit ihrer positiven Art durch deren Alltag. Anschließend gratulieren wie allen, die im Juni Geburtstag haben und zeigen Ihnen noch die Steckbriefe von Herrn Grondke und Herrn Deierling. Danach schildern wir Ihnen, wie unsere Seniorenolympiade war. Am Ende gab es sogar etwas zu gewinnen. Da waren die Sieger natürlich besonders stolz.
Im jetzigen Heft möchten wir Ihnen außerdem zeigen, wie schön der Maibaum im Senioren- und Pflegezentrum Buddes Hof in diesem Jahr aussieht. Beim Tanz in den Mai spielte Herr Stefan Basler stimmungsvolle Lieder auf seiner Gitarre und heimste dadurch den einen oder anderen Applaus ein. Zusätzlich möchten wir Ihnen den Heimbeirat näher bringen. Dieses bedeutende Gremium hat einige wichtige Aufgaben zu erledigen. In dieser Ausgabe stellen wir Ihnen zugleich den Heimbeirat im Buddes Hof in Söhlde näher vor, damit Sie einen Eindruck davon bekommen, wie dieser so arbeitet. Natürlich haben wir auch in diesem Monat wieder ein Suchsel für Sie vorbereitet, bei dem Sie Wörter rund um den Juni finden können. Schlussendlich reisen wir mit Ihnen in die Alpenregion. Hier gibt es noch viele Überreste von prähistorischen Pfahlbauten, die seit 2011 zum UNESCO-Welterbe zählen. Bleiben Sie gesund!

Ella Jahn

Leserbrief
Via E-Mail erreichte uns letztens folgender Leserbrief:

Sehr geehrte Frau Palermo, sehr geehrte Frau Jahn,
ich lese gern jeden Monat den neuen Lebensspiegel. Ich finde die Beiträge sehr interessant, das Rätsel spaßig und die Mischung des Heftes perfekt. Das wollte ich Ihnen nur einmal mitteilen. Ich wünsche einen schönen Tag.

Friedemann Casper

Auf diesem Weg möchten wir uns nochmal ganz herzlich bei Herrn Casper für seinen lieben Leserbrief bedanken. Wir freuen uns immer sehr über Rückmeldungen von Lesern. Vor allem, wenn sie so positiv ausfallen. Gerne mehr davon!

10-JÄHRIGES DIENSTJUBILÄUM

Die Geschäftsleitung, die Kolleginnen und Kollegen gratulieren **Herrn Torsten Beisert zum 10-jährigen Dienstjubiläum.**

Wir bedanken uns für das Engagement, die Verbundenheit und Treue dem Unternehmen gegenüber und wünschen Ihnen weiterhin viel Gesundheit und Kraft.

MAL RAUS!
Rikscha-Spazierfahrten für Leib & Seele

Das Erlebnis (nicht nur) für Senioren

Bernward Müller-Prange
Tel.: 0170 596 3880 Web: mal-raus-rikscha.de

JUNI

▲ Foto Unsplash: Sergey Shmidt

Der Juni ist der sechste Monat im Kalender und er hat 30 Tage. Er gehört meteorologisch zum Sommer und am 24. Juni beginnen im Bundesland Niedersachsen auch endlich wieder die Sommerferien an den Schulen. Die Kinder freuen sich schon alle sehr darauf. Am 20. Juni findet in diesem Jahr die Sommersonnenwende statt. Zur Sommersonnenwende hat die Sonne auf der Nordhalbkugel die größte Mittagshöhe über dem Horizont und somit findet da auch der längste Tag mit der kürzesten Nacht des Jahres statt. Der alte deutsche Monatsname für Juni ist Brachet oder Brachmond. In der Zweifelderwirtschaft und der Dreifelderwirtschaft des Mittelalters begann in diesem Monat die Bearbeitung der Brache. In Gärtnerkreisen spricht man auch vom Rosenmonat, da die Rosenblüte im Juni ihren Höhepunkt erreicht. Andere veraltete Bezeichnungen sind: Johannismond oder Weidemaent.

PROMINENTE, DIE IM JUNI GEBOREN WURDEN:

Ken Follett ist ein kommerziell erfolgreicher britischer Schriftsteller, dessen Bücher über 100 Millionen Mal verkauft wurden (u.a. „Die Nadel" 1978, „Die Säulen der Erde" 1990, „Die Tore der Welt" 2007). Er wurde am 5. Juni 1949 in Cardiff in Wales geboren. In diesem Jahr feiert Follett seinen 75. Geburtstag.

Annelies Marie **(Anne) Frank** war ein jüdisches deutsches Mädchen und Opfer des Holocaust, das mit ihrer Familie 1934 wegen der Nationalsozialisten in die Niederlande auswanderte und sich in einem Amsterdamer Hinterhaus versteckte. Kurz vor Kriegsende wurde sie deportiert und starb wenig später. Ihre Geschichte wurde nach dem Krieg durch die Veröffentlichung ihres Tagesbuches durch ihren Vater Otto Frank bekannt. Sie wurde am 12. Juni 1929 in Frankfurt am Main geboren und starb mit nur 15 Jahren im Februar 1945 im Konzentrationslager Bergen-Belsen. Dieses Jahr wäre sie 95 Jahre alt geworden.

Gianna Nannini ist eine auch als „Königin des Italo-Rock" gefeierte italienische Sängerin und Songschreiberin, die mit ihrem Welthit „Bello e impossibile" (1986), dem WM-Song „Un'estate italiana" (1990) und Liedern wie „Latin Lover" (1982) und „I Maschi" (1988) als erfolgreichste Rocksängerin Italiens gilt. Sie wurde am 14. Juni 1954 in Siena, Toskana in Italien geboren. 2024 feiert Nannini ihren 70. Geburtstag.

Lionel Brockman **Richie** ist ein populärer US-amerikanischer Sänger und Songwriter, der mit über 100 Millionen Plattenverkäufen von Songs wie „Endless Love" (1981), „All Night Long" (1983) und „Hello" (1984) weltberühmt und u.a. mit dem Oscar sowie mehreren Grammys ausgezeichnet wurde. Er wurde am 20. Juni 1949 in Tuskegee, Alabama in den Vereinigten Staaten geboren und feiert 2024 seinen 75. Geburtstag.

Mary Louise **(Meryl) Streep** ist eine US-amerikanische Schauspielerin (u.a. „Sophies Entscheidung" 1982, „Jenseits von Afrika" 1985, „Der Teufel trägt Prada" 2006, „Die Eiserne Lady" 2011, „Im August in Osage County" 2013, „Into the Woods" 2014) mit den meisten Filmpreisen, u.a. dreifache Oscar-Preisträgerin und acht Golden Globe Awards. Sie wurde am 22. Juni 1949 in Summit, New Jersey in den Vereinigten Staaten geboren und feiert 2024 ihren 75. Geburtstag.

Sir William Thomson war ein auch als „Lord Kelvin" bekannter irischer Physiker und Ingenieur, der u. a. die später nach ihm benannte absolute „Kelvin"-Temperaturskala (1848) einführte und eine „Gezeitenrechenmaschine" (1872) konstruierte.Er wurde am 26. Juni 1824 in Belfast in Nordirland geboren und starb am 17. Dezember 1907 mit 83 Jahren in Netherhall bei Largs in Schottland. 2024 jährt sich sein Geburtstag das zweihundertste Mal.

BAUERNREGELN:

- Bleibt der Juni kühl, wird`s dem Bauern schwül.
- Was bis September soll geraten, das muß schon im Juni braten.
- Kalter Juniregen bringt Wein und Honig keinen Segen.
- Bläst der Juni ins Donnerhorn, so bläst er ins Land das gute Korn.
- Der Sommer hat auch kalte Tage.

VORGESTELLT: MAJA PIWOWARCZYK

Maja Piwowarczyk gehört seit 3 Jahren zum Pflegeteam des Senioren- und Pflegezentrums Sonnenkamp. Die 29-jährige ist in Strzelce Opolskie in Polen geboren und aufgewachsen. Nach ihrem Schulabschluss studierte sie Pädagogik in Krakau und kam vor ungefähr acht Jahren nach Deutschland. Sie und ihr Mann kauften sich in Giesen ein Haus und ziehen dort seither zusammen den gemeinsamen Sohn groß. Sie unternehmen in der Freizeit viel mit dem Hund „Tuli", gehen oft in den Garten und sind allgemein recht aktiv.

Nach ihrem Sprachkurs fing Maja Piwowarczyk gleich bei uns im Sonnenkamp in Sarstedt an. „Ich fühle mich hier sehr wohl und kann mir gut vorstellen, zu bleiben." Sie ist als Kind mit ihren Großeltern aufgewachsen und hat diese immer unterstützt, wo sie nur konnte. „Ich habe die Geduld mit Senioren zu arbeiten und möchte mich gerne auch in diesem Bereich weiterbilden." Die Erfahrungen ihrer Kindheit und ihr freundlicher Charakter machen sich bei ihrer Arbeit sehr bemerkbar. Man merkt einfach, dass sie ihren Job mit Leib und Seele ausübt. „Ich empfinde meine Arbeit als sehr sinnvoll. Wenn ich nach dem Dienst nach Hause komme, kann ich jeden Tag zu mir sagen, dass ich etwas Gutes getan habe. Das erfüllt mich sehr." Ihren Beruf findet Frau Piwowarczyk außerdem so toll, weil die Senioren sehr dankbar sind für ihre Unterstützung und sie immer versuchen mitzumachen. „Ich unterstütze die Bewohner nicht nur bei der Grundpflege, sondern in ihrem gesamten Alltag. Es ist eben noch so viel mehr als nur Waschen und zur Toilette begleiten."

In ihrer Freizeit tanzt Maja Piwowarczyk leidenschaftlich gerne. So geht sie ab und an mit Freunden in Latino Clubs, um Salsa und andere lateinamerikanische Tänze tanzen zu können. Für ihre Zukunft wünscht sich Frau Piwowarczyk, dass sie sich hier bei uns im Sonnenkamp weiterbilden kann und sich dadurch auch weiter entwickelt. „Privat wünsche ich mir, dass bitte alles so bleibt, wie es jetzt ist. Ich bin mit meiner kleinen Familie sehr glücklich."

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

AMBULANTE PFLEGE

Christa Liebing
10.06.1932
92 Jahre

BUDDES HOF

Heinrich-Otto Bartel
06.06.1955
69 Jahre

SONNENKAMP

Anni-Helene Kopp
05.06.1932
92 Jahre

Brigitte Oklitz
06.06.1942
82 Jahre

Karl-Heinz Unger
08.06.1951
73 Jahre

Helga Krausz
16.06.1932
92 Jahre

Landa Piotrowski
20.06.1931
93 Jahre

Lucie Krüger
23.06.1939
85 Jahre

Wolfgang Möhle
27.06.1935
89 Jahre

Angelika Rohde
30.06.1950
74 Jahre

Wir nehmen Abschied!

Waltraud Gremmel
* 26.03.1934
† 03.05.2024

▲ Foto Unsplash: Liana Mikahk

Eberhard Grondke

Rufname/Spitzname: Eberhard
Sternzeichen: Jungfrau
Heimatort/Land: Berthelsdorf in Sachsen
Augenfarbe: Blau
Haarfarbe: Früher blond, heute silbergrau
Lieblingslied/-Band/-Genre: Shantys und generell Musik mit Akkordeon
Lieblingsgericht: Obst und Pellkartoffeln mit Quark
Helden meiner Kindheit: Meine Brüder
Das macht mich glücklich: Musik
Das mag ich nicht: Unwetter
Mein größtes Laster: Ich habe früher gerne ein Altbier getrunken
Das kann ich gut: Fußball spielen und Musik machen; ich spiele Ziehharmonika
Das mache ich, wenn keiner zusieht: Sport im Fernsehen schauen, v.a. Fußball
Das wünsche ich mir: Gesundheit und Zufriedenheit

Buddes Hof
Ihr Senioren- und Pflegezentrum

Hans-Heinrich Deierling

Rufname/Spitzname: Als Kind „Hansel" und später Heinrich
Sternzeichen: Stier
Heimatort/Land: Sarstedt
Augenfarbe: Blau
Haarfarbe: Früher blond, heute grau
Lieblingslied/-Band/-Genre: Klassik, nur mittlerweile kann ich Musik nicht mehr so gut hören
Lieblingsgericht: Kartoffelpuffer und generell einfache Gerichte
Helden meiner Kinderheit: Meinen Bruder und meine Clique, wir wohnten in der Friedrich-Ebert-Straße und spielten gerne Klipp oder haben geköpft mit einem kleinen Gummiball
Das macht mich glücklich: Das ich jeden Tag mit meiner Tochter telefonieren kann, sie lebt in Amerika
Das mag ich gar nicht: Daran denke nicht so oft. Aber dass ich nicht mehr so gut hören kann, stört mich schon.
Mein größes Laster: Schokolade
Das kann ich gut: Sport, ich bin früher auch viel Rad gefahren. Mit meiner Frau haben wir Ausflüge gemacht.
Das mache ich, wenn keiner zusieht: Kreuzworträtsel lösen, telefonieren, schreiben und fernsehen
Das wünsche ich mir: Das der weiße Hautkrebs verschwindet

Sonnenkamp
Ihr Senioren- & Pflegezentrum
Leben · Wohnen · Wohlfühlen

JUNI 2024

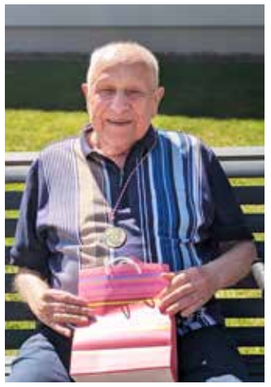
SENIORENOLYMPIADE IM LEBENSWERK

Auch in diesem Jahr gab es in den Einrichtungen des Lebenswerks wieder die traditionelle Seniorenolympiade. Hierbei gibt es immer verschiedene Disziplinen, bei denen die Bewohner bestehen und Punkte sammeln müssen. Am Ende wird zusammengezählt und die Gewinner werden ermittelt. Diese werden am Ende immer bei einer Siegerehrung bekannt gegeben und ausgezeichnet. Das macht den Senioren stets großen Spaß und sorgt für offenkundige Unterhaltung bei allen Anwesenden.

Im **Senioren- und Pflegezentrum Sonnenkamp** gab es vier verschiedene Disziplinen, davon waren zwei Stationen draußen im Garten und zwei drinnen im Café: Zum einen musste eine Kabeltrommel aufgerollt werden. Umso schneller der Teilnehmer war, umso mehr Punkte konnte man gewinnen. Dann wurde in diesem Jahr wieder Wäsche auf eine Leine gehangen. Wer hier die meisten Stücke innerhalb von 30 Sekunden auf die Leine bringen konnte, konnte pro Kleidungsstück einen Punkt bekommen. Bei der dritten Station musste man zusammengeknotete Tücher zu sich heran strampeln. Pro Tuch, das man innerhalb von 30 Sekunden zu sich heran strampeln konnte, gab es ebenfalls einen Punkt zu vergeben.

Die letzte Station war dann das Teller fischen. An einer Angel wurde ein Säckchen befestigt. Dieses Säckchen konnte man mittels der Angel auf einen der drei Teller legen und diesen dann zu sich heran ziehen. Man hatte drei Versuche und jeder Teller hatte unterschiedlich hohe Punkte. Am Ende zählte dann jeder Teller, der erfischt wurde.

Anschließend wurden die Punkte ausgezählt. Es haben ungefähr 20 Senioren teilgenommen und alle hatten immens viel Freude beim Lösen der einzelnen Disziplinen. Auf den dritten Platz war Frau Schmohl. Sie hat also die Bronze-Medaille bekommen und zusätzlich eine Handcreme und einen Lippenpflegestift erhalten. Auf den zweiten Platz war Frau W. und sie hat demnach die Silber-Medaille bekommen, sowie ein Deo und eine Handcreme. Auf den ersten Platz kam Herr Riechers, der selbst überhaupt nicht damit gerechnet hatte. „Letztes Jahr bin ich dritter geworden und meine Medaille habe ich immer noch in meinem Zimmer“, erzählte er ganz stolz. Er erhielt die goldene Medaille und dazu einen Igelball, eine Dose Creme und einen Lippenpflegestift.



Im **Senioren- und Pflegezentrum Buddes Hof** gab es sechs verschiedene Disziplinen. Bei der Station 1 mussten Bälle auf ein Ziel, hier Eierkartons geworfen werden. Man hatte mehrere Versuche und umso weiter man getroffen hat, desto mehr Punkte konnten gutgeschrieben werden. Die Station 2 war die Fühlbox. Diese war gefüllt mit Bohnen und in den Bohnen waren drei

Gegenstände versteckt, die gefunden und benannt werden mussten. Nur wer alles richtig hatte, bekam hier die volle Punktzahl. Bei Station 3 ging es darum drei gefüllte Säckchen, so weit wie möglich zu schießen. Dabei wurden die Säckchen auf die Schuhe der Senioren gelegt. Die Station 4 hatte einen Regenschirm verkehrt herum aufgespannt. Dort mussten so viele Bälle wie möglich hineingeworfen werden. Bei Station 5 musste man drei Bälle einfangen und zwar mit Hilfe einer Mikrowellenhaube. Diese wurde an eine Angel angebunden und die Senioren mussten die vorbeirollenden Bälle mit der Haube fangen. Schlussendlich konnte man bei Station 6 einen Ballon, der mit einer Glasmurmel gefüllt war, in einen Hula Hoop Reifen zielsicher werfen. Auch hier hatte man mehrere Versuche und konnte so einige Punkte zusammen bekommen.

Auch in Söhlde gab es um die 20 Teilnehmer, wobei nur die fitteren mitgemacht haben. Senioren mit einem hohen Pflegegrad werden separat nochmal untereinander einen Wettkampf bekommen, da ihre körperlichen Fähigkeiten mittlerweile zu stark reduziert sind. Deswegen wäre es unfair, sie gegen die fitteren Bewohner spielen zu lassen. Auf den dritten Platz kamen Herr Schünemann und Herr Beitzenkroll. Auf den zweiten Platz kamen Herr Bartel und Herr Domm und auf den ersten Platz kamen Frau Spill und Frau Radewahn. Gewinnen konnte man Kekse, Duschgel oder eine Handcreme inklusive einer Handmassage. Außerdem gab es für alle Teilnehmenden eine kleine Flasche Apfelsaft, weil sie so toll mitgemacht haben.

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

12.06.24 ab 9:00 Uhr	Tagesausflug Steinhude
14.06.24 ab 10:30 Uhr	Kath. Gottesdienst
19.06.24 ab 9:45 Uhr	Ev. Gottesdienst
26.06.24 ab 15:00 Uhr	Erdbeerfest mit Angehörigen

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	Gedächtnistraining / Gesellschaftsspiele
Sonntag	WG 4	10:00 – 11:00	Bingo/Kegeln
Montags – Freitags 11:15 – 12:00 Uhr sowie 13:30 – 15:30 Uhr Individuelle Einzelbetreuung			

GEPLANT

07.06.24 ab 14:00 Uhr	Wochenmarkt Sarstedt
18.06.24 ab 9:00 Uhr	Tagesausflug Steinhude
26.06.24 ab 15:00 Uhr	Erdbeerfest im Garten

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!

TANZ IN DEN MAI IM BUDDES HOF

Im Senioren- und Pflegezentrum Buddes Hof wurde wieder einmal in den Mai getanzt. Zuvor wurden aber noch einige Vorbereitungen getroffen. Zuerst musste ein passender Maibaum besorgt werden. In diesem Jahr kam er wieder aus Osterlinde und wurde von Simon Sante kostenlos zur Verfügung gestellt. Elena Schwarz vom Kreativteam in Söhlde suchte ihn aus, sägte ihn ab und brachte ihn dann mit in den Buddes Hof.

Die Senioren waren vom Baum total begeistert, da er noch größer war als im letzten Jahr. Anschließend musste das gute Stück noch geschmückt werden. Das Kreativteam hatte mit den Bewohnern bunte Schleifen vorbereitet, die nun gemeinsam an der Krone befestigt wurden. Dann war es soweit, der Baum wurde aufgestellt und so fixiert, dass er auch bei stärkerem Wind nicht umkippen kann. Daraufhin sang man zusammen noch „Der Mai ist gekommen". Im Anschluss war Herr Stefan Basler dran mit Singen. Der Musiker aus Barsinghausen spielte Songs aus den 50er und 60er Jahren, aber auch modernere Lieder. Die Teilnehmenden tanzten und klatschten sehr eifrig und genossen das wunderschöne Wetter. Dazu gab es kühles Radler und Salzstangen zum Knabbern.

Der Tanz in den Mai wird traditionsgemäß am Vorabend des 1. Mais gefeiert. Man feiert den Beginn der warmen Jahreszeit und die Zeit der reichen Ernten. Ursprünglich wurde in dieser Nacht zu Ehren der heiligen Walburga getanzt und gejubelt. Deswegen ist es auch als Walpurgisnacht bekannt. Walburga (710 - 779) war eine angelsächsische Benediktinerin und Äbtissin des Klosters Heidenheim. Sie gilt als Schutzheilige gegen Krankheiten und Seuchen, Tollwut, Hungersnot und Missernte sowie als Patronin der Kranken und der Wöchnerinnen, aber auch der Bauern.

Die Senioren hatten jedenfalls einen schönen und unterhaltsamen Nachmittag. Am Abend grillte Rainer Marquardt noch ein paar Bratwürste für die Bewohner. Diese konnten die Würste dann entweder mit Nudel- oder Kartoffelsalat zum Abend essen. Das freute die Teilnehmenden sehr, denn eine schöne gegrillte Bratwurst kommt bei den Senioren immer gut an.

DER HEIMBEIRAT IM BUDDES HOF

Der Heimbeirat ist ein Gremium bzw. Interessenvertretung, durch das die Bewohner eines Heimes in den Angelegenheiten des Heimbetriebs mitwirken können. Die Anzahl der Mitglieder wird durch die Anzahl der Heimbewohner vom Gesetz her vorgegeben. Der Heimbeirat wird von den Bewohnern des Heimes für eine Amtszeit von in der Regel 2 Jahren gewählt und der Heimaufsicht gemeldet.

Im Senioren- und Pflegezentrum Buddes Hof gibt es fünf Bewohner, die in den Heimbeirat gewählt wurden und nun regelmäßig an den Sitzungen teilnehmen. Frau Hartmann ist die Vorsitzende und Frau Radewahn hat die Stellvertretung übernommen. Außerdem sind noch Frau Paul, Herr Domm und Herr Bartel Mitglieder im Heimbeirat.

Bewohnervertreter haben folgende Aufgaben:

- Maßnahmen beantragen, die den Bewohnern dienen
- Beschwerden und Anregungen weitergeben und diese verhandeln
- Neuen Bewohnern helfen, sich einzuleben
- Vor Ende der Amtszeit einen Wahlausschuss bilden und eine neue Wahl vorbereiten
- Mindestens einmal jährlich eine Bewohnerversammlung durchführen und dort Bericht über die eigene Tätigkeit abgeben
- Bei Maßnahmen zur Förderung der Qualität der Betreuung mitwirken
- Bei Maßnahmen mitarbeiten, die de Förderung der Selbstbestimmung der Bewohner dienen und die Teilhabe am Leben in der Gesellschaft betreffen
- Mitwirkung bei:
  - Formulierung und Änderung der Musterverträge
  - Gestaltung der Grundsätze von Unterkunft, Betreuung und Verpflegung
  - Planung und Durchführung von Veranstaltungen sowie der Alltags- und Freizeitgestaltung
  - Aufstellung und Änderung der Hausordnung
  - Maßnahmen zur Vermeidung von Unfällen
  - Wesentliche Veränderungen des Angebots
  - Zusammenschluss mit anderen Einrichtungen
  - Umfassende Baumaßnahmen und Instandsetzungsarbeite
  - Maßnahmen der sozialen Betreuung und Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft
  - Unterkunft, Betreuung und Verpflegung
  - Erweiterung, Einschränkung oder Einstellung des Heimbetriebes
  - Leistungs-, Qualitäts-, Prüfungs- und Vergütungsvereinbarungen mit den Pflegekassen und Sozialhilfeträgern

▲ Foto: Frau Radewahn

▲ Foto: Frau Paul

Der Heimbeirat im Buddes Hof in Söhlde besteht schon eine Weile und kann auf eine gewisse Erfahrung zurückblicken. Deswegen schauen wir uns mal an, was sie zum Heimbeirat zu sagen haben. Warum möchten die Bewohner im Buddes Hof überhaupt im Heimbeirat mitmachen? Frau Radewahn sagte dazu ganz klar: „Seitdem ich hier wohne, interessiert es mich sehr, was hier passiert."

▲ Foto: Frau Hartmann

Auch Frau Hartmann meinte: „Ich möchte gerne auf dem Laufenden bleiben und mögliche Fragen können in diesem Gremium einfach beantwortet werden." Warum ist der Heimbeirat eigentlich so wichtig? Hier sind sich alle einig. Man kann Probleme, Fragen und Anregungen bei den richtigen Parteien im Heim ansprechen, sodass sich das Leben in der Einrichtung verbessern kann. „Man hört sich an, was andere vorbringen und wenn man es nachvollziehen kann, stellt man es in der Sitzung vor und bespricht es. So kommt man gemeinsam zu Lösungen" erklärte Frau Paul. Was konnte denn zum Beispiel schon geändert werden, seitdem dieser Heimbeirat besteht? Hierbei fällt auf, dass das Essen ein großes Thema ist. Frau Radewahn sagte, dass es nun wieder häufiger Bratkartoffeln gäbe. Herr Bartel meinte, dass sich das Essen nicht mehr so oft wiederhole. Aber nicht auf alle Bedürfnisse und Wünsche könne man eingehen. Nichtsdestotrotz fühlen sich die Senioren ernst genommen. Zu guter Letzt stellt sich noch die Frage, ob es viel Arbeit mache, Mitglied im Heimbeirat zu sein? Auch hier sind sich alle einig. Alle Mitglieder sagten, dass es nicht viel Zeit koste und auch nicht viel Mühe mache, daran teilzunehmen. „Meistens dauert so eine Sitzung eine Stunde. Die kann man schon mal erübrigen", sagte Frau Hartmann. „Auch nach sieben Jahren, in denen ich hier wohne, fühle ich mich immer noch sehr wohl. Ich werde hier bleiben bis zum Ende." Das nenne ich mal ein schönes Kompliment von Frau Hartmann.

▲ Foto: Herr Bartel

Der Heimbeirat im Senioren- und Pflegezentrum Sonnenkamp wurde in diesem Jahr frisch gewählt. Über ihn wird in der kommenden Ausgabe berichtet werden

▲ Foto: Herr Domm

JUNI **SUCHSEL**

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

SUCHSEL.NET

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

Diese Wörter sind versteckt:
Sonnenschein, Junikäfer, Sommersonnenwende, Storchschnabel, Johannismond, Weidemond, Schwimmbad, Rosenmonat, Junihitze, Fingerhut, Frühsommer, Brachmond, Sonnenschirm, Rosenblüte, Sonnenbrand, Vogelgezwitscher, Sonnencreme, Sommerferien, Bartnelke, Bienen, Schmetterling, Margeriten, Sandalen, Akelei.

UNESCO-WELTERBE: PRÄHISTORISCHE PFAHLBAUTEN UM DIE ALPEN

▲ Foto Unsplash: Lisa Fecker, Pfahlbaumuseum in Unteruhldingen

Die Pfahlbauten sind alle zwischen 5.000 bis 500 vor Chr. entstanden. Die UNESCO führt 111 Fundstellen in der Alpenregion auf, wobei insgesamt fast 1.000 bekannt sind.
Die Relikte der prähistorischen Pfahlbauten um die Alpen stammen hauptsächlich aus dem Jungneolithikum (4400 bis 3500 v. Chr.), der Bronzezeit (2200 bis 800 v. Chr.) und der frühen Eisenzeit (ab 750 v. Chr.). Die feuchten Umgebungen bieten ideale Erhaltungsbedingungen für organische Materialien wie Holz, Pflanzenreste und Textilien. Die Funde geben Einblicke in den Alltag, Landwirtschaft und Viehzucht der frühen Bauern. Technische Innovationen wie Einbäume, Räder und Wagen erzählen vom Handel und der Mobilität. Die ältesten Radfunde und Textilien Europas aus der Zeit um 3000 v. Chr. zählen zu den bedeutenden Funden. Die Größe solcher Siedlungen variierte stark. Sie können bis 60.000 m² bedecken. Die neuere Forschung geht davon aus, dass derartige Bauten nicht nur im Uferbereich von Seen (also an offenen Gewässern) existierten, sondern auch in sumpfigem Gelände.

Die ersten derartigen Bauten entdeckte man im Winter 1853/54 am Zürichsee, der seinerzeit einen ungewöhnlich niedrigen Wasserstand hatte. Deshalb wollte man dem Gewässer eine größere Landfläche abgewinnen und zog Mauern und Dämme. Als die Arbeiter den Seegrund zum Füllen der neu gewonnenen Flächen abtrugen, stießen sie auf eine dunkle Schicht mit regelmäßigen Pfahlreihen und Überresten einer menschlichen Kultur. Der Schweizer Altertumsforscher Ferdinand Keller interpretierte sie als Reste von Siedlungen und prägte den Begriff Pfahlbauten. Diese Entdeckungen lösten europaweit ein großes Interesse an den Pfahlbauten sowie ihren Bewohnern aus.

Das Pfahlbaumuseum Unteruhldingen ist das älteste europäische Pfahlbaumuseum. Am und auf dem Wasser des Bodensees wurden Ufersiedlungen aus verschiedenen Epochen rekonstruiert. Die ersten beiden Häuser des Freilichtmuseums wurden 1922 erbaut. In der Zwischenzeit entstanden 21 weitere Rekonstruktionen. 2007 entstanden drei weitere Steinzeithäuser am Ufer, die originalgetreu für die Fernsehdokumentation Steinzeit – Das Experiment. Leben wie vor 5000 Jahren der ARD/SWR nachgebaut wurden. Dem Museum sind ein Museum mit Originalfunden und ein Forschungsinstitut angegliedert.

▲ Foto: Markus Bock

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