LEBENSspiegel

Monatliche Zeitung
„Das Lebenswerk“
16. Jahrgang
01/2025

Ein Exemplar für Sie!

- Titelfoto: Unsplash Paul Hermann
- Inhalt / Impressum 2
- Editorial 3
- Monat Januar 4
- Vorgestellt: Stefanie Delfs-Westphal 5
- Geburtstage & neue Mitbewohner 6
- Steckbriefe: Frau Weiterer / Frau Wullekopf 7
- Weihnachten im Lebenswerk 8/9
- Betreuungsangebote im Januar 10
- Ausflug ins Leine Center Laatzen 11
- Ausflug zum Weihnachtsmarkt Söhlde 12
- Fußballerinnen zu Gast im Sonnenkamp 13
- Rätsel „Suchsel“ 14
- UNESCO Welterbe: Vatikanstadt 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

Gestaltung/Umsetzung/ Anzeigenpool: Gitte Gottschling, gittegottschling@freenet.de
Mediadaten & Preise 12/2023

Druckerei: Qubus media GmbH, 30457 Hannover

© Vervielfältigung und Auszüge nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers.

Liebe Leserinnen und Leser,

die Feiertage sind vorüber und das neue Jahr ist da. Nun geht alles wieder seinen geregelten Gang und trotzdem sind wieder einige Veränderungen in unserem Leben und in unserem Land dazu gekommen: Für manche Arbeitnehmer verändert sich das Einkommen, weil der Mindestlohn ab dem 1. Januar auf nun 12.82 € steigt. Außerdem ändert sich auch das Renteneintrittsalter. Man darf nun erst mit 66 Jahren und vier Monaten regulär in Rente gehen. Hinzu kommt in diesem Jahr die elektronische Patientenakte. Ab dem 15. Januar wird sie in einigen Regionen erprobt und getestet und dann Schritt für Schritt bundesweit eingesetzt. Außerdem soll sich auch die Pflegesituation weiter verbessern, indem mehr Geld dafür zur Verfügung gestellt wird. Die Leistungsbeträge der Pflegeversicherung steigen zum 1. Januar 2025 um 4,5 Prozent – auch die Leistungen bei stationärer Pflege. Dies entlastet Pflegebedürftige bei pflegebedingten Ausgaben, die sie selbst tragen müssen. Das Porto wird leider auch teurer: Ein Standardbrief sowie die Postkarte kosten nun je 0,95 €. Hinzu kommt die Anhebung der Kosten für das Deutschlandticket. Das soll nun 58 € im Monat kosten, was für viele Pendler wichtig ist.

Aber bei uns bleibt vieles wie es ist und wir blicken nun gemeinsam in der aktuellen Ausgabe des LEBENSspiegels auf den letzten Monat zurück und zeigen Ihnen, was wir alles erlebt haben. Zu Beginn gehen wir auf den Monat Januar ein und stellen Ihnen Frau Stefanie Delfs-Westphal genauer vor. Anschließend gratulieren wir allen, die im Januar Geburtstag haben und zeigen Ihnen die Steckbriefe von Frau Weiterer und Frau Wullekopf. Es folgen die Weihnachtsfeiern im Lebenswerk, bei denen richtig viele Weihnachtslieder gesungen wurden. Hinzu kommen die Ausflüge: Das Senioren- und Pflegezentrum Sonnenkamp fuhr mit seinen Senioren ins Leine Center nach Laatzen für einen Weihnachtseinkauf. Dabei hatten alle Teilnehmenden richtig viel Spaß. Das Senioren- und Pflegezentrum Buddes Hof ging mit seinen Bewohnern auf den Weihnachtsmarkt im Körnkes Hof. Dieser findet alle zwei Jahre statt und sorgt mit seinen zauberhaften Ständen immer für große Begeisterung. Zusätzlich waren im letzten Monat auch die Fußballerinnen vom 1. FC Sartsedt im Sonnenkamp zu Besuch. Sie brachten neben allerlei leckeren Backwaren auch einige Weihnachtslieder mit und sorgten mit ihrer fröhlichen Art für eine lustige Stimmung bei den Bewohnern. Natürlich haben wir auch in diesem Monat wieder ein Suchsel für Sie vorbereitet, bei dem Sie Wörter rund um den Monat Januar suchen können. Abschließend reisen wir mit Ihnen noch in die Vatikanstadt. Der kleinste Stadtstaat der Welt zieht mit seinen vielen Sehenswürdigkeiten einige Millionen Besucher jährlich an.
Bleiben Sie gesund!

Ella Jahn

Ein neues Jahr bedeutet neue Hoffnung, neues Licht, neue Begegnungen und neue Wege zum Glück. Wir wünschen Ihnen alles Gute für 2025!

▲ Foto Unsplash: Robson Hatsukami Morgan

JANUAR 2025

JANUAR

▲ Foto Unsplash: Jack Blueberry

Der Januar ist der erste Monat des Jahres und er hat 31 Tage. Frühere Bezeichnungen sind: Hartung, Schneemonat, Eismond, Wintermonat oder Wolfsmonat. Benannt ist er nach dem römischen Gott Janus, der mit zwei Gesichtern dargestellt wird. Janus war ursprünglich ein Licht- und Sonnengott, das männliche Gegenbild der Jana oder Diana, und wurde erst allmählich zum Gott allen Ursprungs, des Anfangs und des Endes, der Ein- und Ausgänge, der Türen und der Tore, zum Vater aller Dinge (auch der Quellen) und aller Götter. Janus symbolisiert die Dualität in den ewigen Gesetzen, wie etwa Schöpfung/Zerstörung, Leben/Tod, Licht/Dunkelheit, Anfang/Ende, Zukunft/Vergangenheit, Links/Rechts usw. Er verkörpert dabei die Erkenntnis, dass alles Göttliche immer einen Gegenspieler in sich birgt. Beide Seiten der Dualität entziehen sich dabei immer einer objektiven Wertung und sind damit weder gut noch schlecht. Besondere Bedeutung hatte Janus für Unternehmungen, für die er Schutz und Unterstützung gewähren sollte. Er fungierte als Mittler zwischen Menschen und Göttern.

PROMINENTE, DIE IM JANUAR GEBOREN WURDEN:

Chiune Sugihara war ein auch als „japanischer Oskar Schindler" betitelter japanischer Diplomat, der tausende Juden vor dem Holocaust rettete indem er ihnen als Konsul in Litauen gegen die Dienstanweisungen Transitvisa über Japan nach Curaçao ausstellte. Er wurde am 1. Januar 1900 in Yaotsu, Gifu in Japan geboren und verstarb mit 86 Jahren am 31. Juli 1986 in Kamakura, Kanagawa. Sein Geburtstag jährt sich 2025 zum 125. Mal.

Jacob Ludwig Karl **Grimm** war ein deutscher Sprach- und Literaturwissenschaftler, Jurist, Begründer der deutschen Philologie und Altertumswissenschaft sowie mit seinem Bruder Wilhelm Grimm Sammler von Sagen und Märchen, die sie als „Kinder- und Hausmärchen" (1812–1858) herausgaben. Er wurde am 4. Januar 1785 in Hanau im Heiligen Römischen Reich (heute Deutschland) geboren und verstarb mit 78 Jahren am 20. September 1863 in Berlin. 2025 jährt sich sein Geburtstag zum 240. Mal.

Rowan Sebastian **Atkinson** ist ein britischer Schauspieler und Komiker, der international in seiner Rolle als „Mr. Bean" bekannt wurde. Er wurde Mitte der 1950er-Jahre am 6. Januar 1955 in Consett, County Durham in England geboren. 2025 feiert Atkinson seinen 70. Geburtstag.

Elvis Aaron **Presley** war ein US-amerikanischer Sänger und Schauspieler, der als einer der bedeutendsten Vertreter der Rock- und Popkultur („King of Rock 'n' Roll") und mit über einer Milliarde verkauften Platten (u.a. „Hound Dog" 1956, „Suspicious Minds" 1968) als weltweit erfolgreichster Solokünstler gilt. Er wurde am 8. Januar 1935 in Tupelo, Mississippi in den Vereinigten Staaten geboren und starb mit 42 Jahren am 16. August 1977 in Memphis, Tennessee. Dieses Jahr wäre er 90 Jahre alt geworden.

Sir Roderick **(Rod)** David **Stewart** ist ein britischer Sänger und Songwriter, der zu den erfolgreichsten Rockstars von der Insel gehört und für seine markante Reibeisenstimme in Hits wie „Sailing" (1975), „The First Cut Is The Deepest" (1977), „Baby Jane" (1983) und „All for Love" (1993) bekannt ist. Er wurde am 10. Januar 1945 in Highgate, London in England geboren. 2025 feiert Stewart seinen 80. Geburtstag.

BAUERNREGELN:

- Sind im Januar die Flüsse klein, gibt`s im Herbst einen guten Wein.
- Werden die Tage länger, wird der Winter strenger.
- Wenn`s im Januar donnert überm Feld, kommt später große Kält`.
- Januar recht hoher Schnee, heißt im Sommer hoher Klee.
- Früher Vogelsang macht den Winter lang.

VORGESTELLT: STEFANIE DELFS-WESTPHAL

Buddes Hof
Ihr Senioren- und Pflegezentrum

Seit September dieses Jahres gehört Stefanie Delfs-Westphal zum Pflegeteam des Senioren- und Pflegezentrums Buddes Hof. Die 44-jährige ist in Neumünster in Schleswig-Holstein geboren und aufgewachsen. Früh wurde sie zum ersten Mal Mama und hat sich anschließend mit vielen kleineren Jobs und als Hausfrau und Mutter von mittlerweile drei Töchtern über Wasser gehalten. „Während meiner Jobs habe ich bemerkt, dass mir die Arbeit mit Senioren liegt und ich das gerne dauerhaft machen wollen würde. Also machte ich eine Schulung als Pflegehelferin, bei der ich sowohl in der Schule unterrichtet, als auch praktisch arbeiten durfte." Deswegen ging es dann für sie für zwei Jahre in eine Pflegeeinrichtung, in der sie sich auch sehr wohl fühlte. „Der Liebe wegen bin ich anschließend nach Ottbergen gezogen und mein Hausarzt hat mir den Buddes Hof in Söhlde als neuen Arbeitgeber empfohlen. Ein guter Tipp: Ich habe mich hier beworben und fühlte mich gleich wohl im Team." Seitdem arbeitet Stefanie Delfs-Westphal hier und wirkt sehr zufrieden. Der Beruf und die Arbeit hier in Söhlde scheint ihr viel Freude zu bereiten. „Was man in diesem Beruf an Dankbarkeit wiederbekommt ist enorm. Ein Lächeln oder eine liebe Geste sind so viel Wert. Ich bin gerne für die Senioren da und unterstütze sie, wo ich nur kann. Die Arbeit bereitet mir auch deswegen so viel Vergnügen, weil ich mich in dem Team hier im Buddes Hof so gut aufgehoben fühle. Das habe ich auch schon anders erlebt und in diesem Beruf ist das Arbeiten im Team besonders wichtig."

In ihrer Freizeit geht Frau Delfs-Westphal gerne spazieren oder geht mit ihren Töchtern schwimmen. Wenn es in den Urlaub geht, dann entweder in ihre alte Heimat nach Schleswig-Holstein oder auch mal weiter weg. „Das letzte Mal war ich mit meinen Kindern auf Fuerteventura und als nächstes ist eine Kreuzfahrt nach Skandinavien geplant. Darauf freue ich mich schon sehr." Für ihre Zukunft wünscht sich Stefanie Delfs-Westphal vor allem Gesundheit und Zufriedenheit für sich und ihre Familie. Besonders stolz ist sie natürlich auf ihre drei Töchter. Sie sind alle drei sehr sozial eingestellt und meine eine Tochter arbeitet mittlerweile sogar bei der Kinder- und Jugendhilfe. Außerdem bin ich sehr stolz auf uns vier, dass wir es alleine so gut gemeistert haben."

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

Heinrich Bode
01.01.1930
95 Jahre

Ida Weiterer
10.01.1935
90 Jahre

Hartmut Eichel
15.01.1949
76 Jahre

BUDDES HOF

Karin Eilers
13.01.1943
82 Jahre

Karin Schulz
31.01.1938
87 Jahre

SONNENKAMP

Erika Oelze
08.01.1926
99 Jahre

Wir nehmen Abschied!

Guy Barbotin
* 21.11.1944†
23.11.2024

Wir nehmen Abschied!

Helmut Bild
* 23.04.1938
† 24.11.2024

Wir nehmen Abschied!

Hildegard Weicht
* 03.07.1945
† 08.12.2024

Wir nehmen Abschied!

Edith Olf
* 18.07.1933
† 21.12.2024

10-JÄHRIGES DIENSTJUBILÄUM

Die Geschäftsleitung, die Kolleginnen und Kollegen gratulieren **zum 10-jährigen Saliah Dere vom Senioren- und Pflegezentrum Sonnenkamp**. Wir bedanken uns für das Engagement, die Verbundenheit und Treue dem Unternehmen gegenüber und wünschen ihr weiterhin viel Gesundheit und Kraft.

Ida Weiterer

Rufname/Spitzname: Idchen
Sternzeichen: Steinbock
Heimatort/Land: Hildesheim
Augenfarbe: Grün
Haarfarbe: Mittelblond
Lieblingslied/-Band/-Genre: Glenn Miller
Lieblingsgericht: Kohlrouladen, gebratene Leber mit Kartoffelstampf
Helden meiner Kindheit: Meine Patentante Ida (nach der ich auch benannt wurde)
Das macht mich glücklich: Alles, was mit Wasser zu tun hat; ich bin immer noch aktives Mitglied bei Hellas 1899 Hildesheim e.V. (Schwimmverein)
Das mag ich nicht: Alles in Maßen, dann geht´s
Mein größtes Laster: Keine mehr
Das kann ich gut: Texte verfassen; schreibe gerne Kurzgeschichten und Erinnerungen
Das mache ich, wenn keiner zusieht: Fernsehen und Schreiben
Das wünsche ich mir: Das meine Verfassung so lange anhält, wie sie ist, damit ich mein jetziges Leben im betreuten Wohnen mit all 'meinen Aktivitäten fortführen kann. Besonders freue ich mich auf die monatlich stattfindenden Dienstagstreffen mit dem Schwimmverein.

Ambulante Pflege

Ilse Wullekopf

Rufname/Spitzname: Ilse
Sternzeichen: Zwillinge
Heimatort/Land/geboren: Seitendorf, Kreis Löwenberg (Schlesien)
Augenfarbe: Grün-Blau
Haarfarbe: Brünett
Lieblingslied/-Band/-Genre: Schlager & Volksmusik
Lieblingsgericht: Am liebsten Obst und Gemüse
Helden meiner Kinderheit: Mein Bruder Günter und meine Schwester Irmgard
Das macht mich glücklich: Meine Familie
Das mag ich nicht: Streit
Mein größes Laster: Schokolade
Das kann ich gut: Kochen
Das mache ich, wenn keiner zusieht: Basteln, Stricken, Malen
Das rate ich der jüngeren Generation: Zusammenhalt, vor allem in der Familie
Das wünsche ich mir: Das ich noch ein paar Jahre lebe – Ich bin froh, hier noch einige glückliche Jahre zu haben

Sonnenkamp
IHR SENIOREN- & PFLEGEZENTRUM
LEBEN · WOHNEN · WOHLFÜHLEN

WEIHNACHTEN IM LEBENSWERK

Natürlich haben wir auch in diesem Jahr wieder mit unseren Senioren Weihnachten gefeiert. Bei den Festlichkeiten gab es leckere Köstlichkeiten und das eine oder andere traditionelle Heißgetränk. Hier wurde einiges Geboten und alle hatten eine schöne Zeit.

Im Senioren- und Pflegezentrum Sonnenkamp gab es einen bunten Teller mit typischem Weihnachtsgebäck: Baumkuchen, Stollen, Lebkuchen, Dominosteine und verschiedene Plätzchen. Jeder konnte sich nehmen, worauf er Appetit hatte. Dazu wurde neben Kaffee auch heiße Schokolade serviert. Als Besonderheit wurde in diesem Jahr eine Leinwand aufgestellt,

bei der winterliche und weihnachtliche Landschaftsvideos abgespielt wurden. Zum Beispiel waren darauf ein verschneiter Wald oder eine beleuchtete Hütte zu sehen. Dazu erklangen Weihnachtslieder, damit die Stimmung auch schön weihnachtlich ist. Zwischendurch konnten die Senioren in Sarstedt Glühwein oder Punsch trinken und das Kreativteam machte ein buntes Programm rund um das Thema Weihnachten. Natürlich sang man auch gemeinsam Weihnachtslieder und sagte ein paar Gedichte auf. Die Bewohner erzählten dann nebenher von ihren Weihnachts-Anekdoten: Frau Elsner erzählte, dass an ihrem Weihnachtsbaum früher Schokoladenkringel hingen. Die wurden dann immer heimlich weggenascht und keiner war es gewesen. Oder Frau Krausz, die von einer Situation in der Kirche berichtete. „Früher wurde sogenanntes Engelshaar

an den Weihnachtsbaum gehangen. Weil wir aber keines mehr hatten, habe ich dafür Bindfäden genommen. Als am Baum dann aber die Kerzen angezündet wurden, brannten WUSCH die ganzen Fäden ab. Gott sei Dank ist dabei weder der Baum, noch die Kirche abgebrannt“, erzählte sie unter Lachen.

Im Senioren- und Pflegezentrum Buddes Hof war die Stimmung ebenfalls grandios. Nachdem es zum Kaffee auch einen bunten Teller mit Weihnachtsgebäck gab, wurden ganz viele Lieder gesungen, Geschichten und Gedichte vorgelesen und ein bisschen gerätselt. Der große Höhepunkt war aber der Besuch vom Weihnachtspony Jupp. Der kommt mittlerweile regelmäßig in Söhlde vorbei und brachte auch in diesem

Jahr wieder tolle Geschenke mit. Ihm zur Hilfe waren auch zwei Weihnachtsengel mitgekommen und diese haben dann die Geschenke an die Bewohner verteilt. Die milden Gaben kamen in diesem Jahr vom ASB, die mit ihren Besuchshunden regelmäßig im Budde Hof vorbeikommen. Sie haben Jupp für jeden Bewohner einen Glücksbringer in den Sack gelegt, einen lieben Weihnachtsgruß und auch einen Fotokalender mit den beiden Hunden vom ASB. Darüber haben sich alle Teilnehmenden sehr gefreut. Abschließend kam dann noch das festliche Abendessen. Carsten Domm hat in der Küche wieder gezaubert: Es gab Kalbsragout mit Champignons und Spar-gel

in einer Sherrysauce mit Butterspätzle und als Nachtisch gab es Semifreddo (halbgefrorenes Eis) Kaffee mit einer Streuselhaube sowie Schokoladenverzierung und frischen Früchten. Vor allem das Eis war ein echter Hingucker. Den Senioren hat es auch noch sehr gut geschmeckt und so ging auch hier eine ereignisreiche Weihnachtsfeier zu Ende.

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

10.01.25 ab 10:45 Uhr	Kathol. Gottesdienst
15.01.25 ab 9:45 Uhr	Ev. Gottesdienst
15.01.25 ab 15:00 Uhr	Filmnachmittag
22.01.25 ab 10:00 Uhr	Besuchshunde vom ASB

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

08.01.25 ab 15:00 Uhr	Geburtstagskaffee
22.01.25 ab 15:00 Uhr	Waffelessen

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!

AUSFLUG INS LEINE CENTER LAATZEN

Pünktlich zur Vorweihnachtszeit ging es mit den Bewohnern vom Senioren- und Pflegezentrum Sonnenkamp wieder ins Leine Center nach Laatzen. Das Wetter war leider sehr bescheiden an dem Tag, aber das konnte uns nicht aufhalten. Vor Ort angekommen, konnten wir die wunderschöne Weihnachtsdekoration im Einkaufzentrum bewundern und auch schon die ersten Geschenke für die Liebsten kaufen. Natürlich schauten sich die drei Damen auch um, ob sie etwas für sich selbst ergattern können.

Dabei wurde das eine oder andere Kleidungsstück anprobiert, manchmal auch nur zum Spaß. Den hatten die Teilnehmenden sehr, da die Stimmung sehr ausgelassen und gut war. Das Einkaufszentrum ist recht groß und weil wir nichts verpassen wollten, haben wir uns alles angesehen. Da kamen viele Schritte zusammen und die Seniorinnen waren irgendwann etwas erschöpft. Am Ende saßen wir alle noch ganz entspannt beisammen und tranken gemeinsam einen Kaffee im Eiscafé Venezia. Das war ein schöner Abschluss eines tollen und lustigen Tages.

AUSFLUG ZUM WEIHNACHTSMARKT SÖHLDE

Buddes Hof
Ihr Senioren- und Pflegezentrum

In diesem Jahr gab es ihn wieder, den Söhlder Weihnachtsmarkt auf Körnkes Hof. Die örtlichen Junggesellen mit Ring haben wieder ihr Bestes gegeben und einen wunderschönen Weihnachtsmarkt auf die Beine gestellt, mit einigen Hütten draußen im Hof und ganz vielen Ständen innen. Da konnte man reichlich stöbern und das eine oder andere Schmuckstück mitnehmen. Auch für das leibliche Wohl war gesorgt: Neben süßen und herzhaften Sachen gab es natürlich auch Glühwein und andere Köstlichkeiten. Auch die Tombola war wieder dabei. Hier konnten Lose gekauft werden, die dann in kleine Preise eingelöst wurden und dabei gilt: Jedes Los gewinnt!

Die Senioren waren schön warm eingepackt und schauten sich alles ganz interessiert an. Leider mussten wir in diesem Jahr auf den Söhlder Posaunenchor verzichten, da dieser krankheitsbedingt ausgefallen ist. Das tat der guten Laune aber keinen Abbruch. Für jeden Bewohner gab es Schmalzgebäck und entweder Glühwein oder eine heiße Schokolade, je nachdem was bevorzugt wurde. Damit haben sie es sich richtig gut gehen lassen. Am Ende kam auch noch der Weihnachtsmann vorbei und hat allen ein frohes und besinnliches Weihnachtsfest gewünscht.

FUSSBALLERINNEN ZU GAST IM SONNENKAMP

Sonnenkamp
IHR SENIOREN- & PFLEGEZENTRUM
LEBEN · WOHNEN · WOHLFÜHLEN

Die Frauenfußballmannschaft vom 1. FC Sarstedt kam vor Weihnachten zu Besuch ins Senioren- und Pflegezentrum Sonnenkamp. Sie wollten sich für die jahrelange Unterstützung bedanken und brachten viele verschiedene, selbstgebackene Kuchen mit. Vom klassischen Schokokuchen, über Käsekuchen bis hin zu bunt verzierten Muffins war alles dabei. Die Senioren freuten sich sehr über den Besuch und die leckeren Köstlichkeiten. Natürlich wurde auch gemeinsam gesungen. Zur Adventszeit gab es zahlreiche Weihnachtslieder, die gemeinsam angestimmt wurden. Als der Kuchen dann probiert wurde, setzten sich die Fußballerinnen zu den Senioren und redeten über die schöne Weihnachtszeit und natürlich auch übers Backen. Da gab es den einen oder anderen gut gemeinten Ratschlag, so von einer Generation zur anderen.

Der Besuch verstand sich prima mit unseren Bewohnern und man will sich nun öfter mal besuchen kommen. Auch die Senioren wollen mal zu einem Spiel fahren und die Frauen in Aktion erleben. Eine Seniorin meinte, dass sie das mit dem Frauenfußball richtig gut findet. Sie könne sich noch daran erinnern, dass ihr Mann da früher nicht so überzeugt von war. Aber sie findet es klasse, dass sich die Frauen bei dieser Sportart bewiesen haben und auch sehr erfolgreich sind.

JANUAR **SUCHSEL**

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

SUCHSEL.NET

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

Diese Wörter sind versteckt:
Schneeflocke, Dualität, Schneemann, Neuanfang, Handschuhe, Januarfrost, Winterruhe, Janus, Frostbeule, Neujahr, Wolfsmonat, Eismond, Hartung, Wintermonat, Eisblume, Vorsatz, Winterschlaf, Pudelmütze, Schlitten, Meisenknödel, Apfelwinterpunsch, Schneemonat, Kakao, Raureif, Eiskunstlauf.

UNESCO WELTERBE: VATIKANSTADT

▲ Foto Unsplash: Julien di Majo

Die Vatikanstadt ist sowohl nach Fläche als auch nach Bevölkerungszahl der kleinste allgemein anerkannte Staat der Erde und der einzige mit Latein als Amtssprache. Der Stadtstaat liegt innerhalb der italienischen Hauptstadt Rom und ist damit als Enklave vollständig von Italien sowie als einziger Staat der Erde vollständig von einer Stadt, Rom, umgeben. Der Staat ist eine absolute Wahlmonarchie, deren Monarch der Papst ist. Dieser wird von den Kardinälen gewählt und scheidet nur durch Tod oder Rücktritt aus diesem Amt aus. Bereits seit 1984 gehört das gesamte Gebiet der Vatikanstadt zum UNESCO Welterbe und ist damit der einzige Staat der Welt, dessen komplettes Territorium von der UNESCO geschützt ist.

„Vatikan" bezeichnete zunächst einen am rechten Tiberufer gelegenen Hügel (lateinisch mons vaticanus). Dort befand sich in der Antike der Zirkus des Kaisers Nero, in dem Martyrien und Hinrichtungen zahlreicher Christen und Juden stattgefunden haben sollen. Nördlich des Zirkus befand sich ein kleiner Friedhof, auf dem angeblich der Apostel Petrus begraben wurde. Später wurde dort ein Denkmal gebaut, und im 4. Jahrhundert

▲ Foto Unsplash: Woody van der Straeten

ließ Kaiser Konstantin an dieser Stelle eine große Grabeskirche errichten – die erste Peterskirche. Der Vatikan wurde zum zentralen Wallfahrtsort der Petrusverehrung. Der Bischof von Rom konnte im Verlauf der Spätantike seinen Anspruch auf Vorrang innerhalb der Christenheit weitgehend durchsetzen und kann spätestens seit Gregor dem Großen (um 600) als Papst bezeichnet werden. Nach dem Zerfall des Römischen Reiches beanspruchten die Päpste unter Berufung auf die „Konstantinische Schenkung" (als Fälschung entlarvt) die weltliche Herrschaft über das Territorium um Rom, das zur Keimzelle des künftigen Kirchenstaats wurde. Im Jahr 751 wurde ihnen dieser Staat durch die Pippinische Schenkung endgültig garantiert. Die Päpste residierten zunächst nicht im Vatikan, sondern im Lateranpalast; die Kathedrale des Papstes als Bischof von Rom ist bis heute die Lateranbasilika außerhalb der Vatikanstadt. Der Vatikanische Hügel wurde erst gegen Ende des 14. Jahrhunderts mit der Rückkehr der Päpste aus Avignon (1377) und dem Ende des Schismas (1417) zum päpstlichen Regierungssitz, Standort der römischen Kurie und damit zum Zentrum des Kirchenstaats sowie der römisch-katholischen Kirche insgesamt.

Es folgten die Jahre des Aufbaus, bei denen große Bauprojekte realisiert wurden: Es entstanden Kirchen, Kapellen, Verwaltungsgebäude, Wehranlagen, Unterkünfte und andere Bauwerke auf dem Vatikanischen Hügel. 1506 begannen die Arbeiten am Petersdom. 1589 gab Sixtus V. den Bau des Apostolischen Palastes in Auftrag, der noch heute die Wohnung des Papstes und wichtige Verwaltungsorgane enthält. 1626 wurde der Petersdom eingeweiht, der Endausbau dauerte bis 1650. Kurz darauf erhielt der Petersplatz seine heutige Form.

▲ Foto Usplash: Pierre Voisin

▲ Foto Unsplash: Ilnur Kalimullin

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