***LOSUNG für den Monat Februar***
***Ihr seid teuer erkauft; werdet nicht der Menschen Knechte***
***1.Kor 7,23 (L)***

*Herzlichen Glückwunsch*
*zum Geburtstag*

*allen Geburtstagskindern*
*im Monat FEBRUAR*

## Lebensrezept

Nimm ein Krüglein vom klaren Quellwasser Gesundheit.
Fülle hinein fünf Esslöffel vom rosenroten Pulver der Liebe,
zwei Lot veilchenfarbige Güte
und zehn Gramm vom golden glänzenden Salz Gerechtigkeit.
Das mische gut durcheinander und schütte es
in den zuverlässigen Topf Zufriedenheit.
Lass alles sich mäßig aufwärmen auf dem wohltätigen Feuer
froher Arbeit und ganz zuletzt tue hinein
ein paar Messerspitzen von den köstlichen Kristallen,
die man nennt: Ehrfurcht vor dem Unbekannten,
Freude an der Natur, Liebe zum Schönen.
Hat sich's klar abgestellt,
gießt du es um in das bunte Fläschchen, das die Aufschrift trägt:
Humor und Fröhlichkeit, so wird's ein Trank,
der lässt dich in Ehren und Freuden zu hohen Jahren kommen.

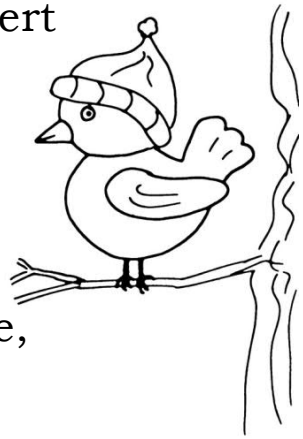
Bruno Hans Bürgel (1875 - 1948)

Stiftung DER HEIMLEITER und mehr
Haus Zuflucht gGmbH
☎ 05191-3044 • Fax 05191-15110
http://www.STHZ.de
Kostenlos für Bewohner, Mitarbeiter und Freunde der Stiftung
V.i.S.d.P.: DER HEIMLEITER
29614 SOLTAU
Lüneburger Straße 130

# FEBRUAR 2020 Kiek mol rin

## Winterlied

Mir träumt', ich ruhte wieder
Vor meines Vaters Haus
Und schaute fröhlich nieder
Ins alte Tal hinaus,
Die Luft mit lindem Spielen
Ging durch das Frühlingslaub,
Und Blütenflocken fielen
Mir über Brust und Haupt.



Als ich erwacht, da schimmert
Der Mond vom Waldesrand,
Im falben Scheine flimmert
Um mich ein fremdes Land,
Und wie ich ringsher sehe:
Die Flocken waren Eis,
Die Gegend war vom Schnee,
Mein Haar vom Alter weiß.

Joseph von Eichendorff (1788-1857)

# TERMINAUSWAHL FEBRUAR 2020

**--- Bitte beachten Sie auch die Tages- und Wochenaushänge!----**

## Wöchentlich wiederkehrende Termine:

| | | |
|---|---|---|
| Montag: | 09.00 | SENIORENGYMNASTIK mit Frau KRAHN |
| Dienstag: | 08.45 | NORDIC-WALKING-GRUPPE mit Frau KRAHN |
| Dienstag: | 18.30 | ANDACHT in der Kapelle |
| | 19.00 | KLAUSENABEND |
| Mittwoch: | 09.00 | SENIORENGYMNASTIK mit Frau KRAHN |
| | 09.30 | ROLLSTUHLFAHRERFAHRT zum WOCHENMARKT |
| | 16.00 | YOGA mit Frau EMMANN |
| Donnerstag: | 09.00 | SENIORENGYMNASTIK mit Frau KRAHN |
| | 10.00 | Das HEIMPARLAMENT tagt |
| | 15.00 | SENIORENTREFF – Kaffeetrinken im Festsaal |
| | 18.30 | ANDACHT in der Kapelle |
| | 19.15 | SINGKREIS für ALLE mit Frau PETSCHULL |
| Freitag: | 09.00 | SENIORENGYMNASTIK mit Frau KRAHN |
| | 15.00 | und am ganzen Wochenende: SFA-SENDUNG |
| Samstag: | 16.00 | GOTTESDIENST |
| Sonntag: | 16.00 | Geschichten, die das Leben schrieb mit Frau MATTHIAS |

## … und außerdem im FEBRUAR 2020:

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Sa.** | **01.** | **16.00** | **GOTTESDIENST mit Abendmahl vor dem letzten Sonntag nach EPIPHANIAS am 2. Februar** | **(Kapelle)** |
| **So.** | **02.** | **15.00** | **Hausmusik mit Herrn WRIGGE am Klavier** | **(Fichtenhaus)** |
| **Di.** | **04.** | **13.15 – 15.00** | **MA-Fortbildung: Hilfsmittel** | **(Gartenhaus)** |
| | | **18.30 – 19.45** | **MA-Fortbildung: Hilfsmittel** | **(Gartenhaus)** |
| | | **19.00** | **KLAUSENABEND mit den „NEUEN ALTEN“ des MTV-Soltau, heute: Herr RAECK, Herr SOMMER und Herr KEMPER am AKKORDEON** | **(Wintergarten)** |
| **Mi.** | **05.** | **9.00** | **SPARFACHLEERUNG** | |
| | | **11.15** | **DDH-Sodexo Reinigungsgespräch** | **(Kaminzimmer)** |
| | | **13.15** | **MA-BESPRECHUNG** | **(Cafeteria GH)** |
| **Do.** | **06.** | **10.00** | **Es tagt das HEIMPARLAMENT - Speiseplanberatung** | **(Cafeteria)** |
| | | **15.00 - 21.00** | **Menschen im Gesundheitswesen (Herr AEVERN)** | **(Kaminzimmer)** |
| | | **15.45** | **Michael HÜFFERMANN an der Gitarre** | **(Festsaal)** |
| **Fr.** | **07.** | **10.00** | **HEILIGE MESSE für ALLE** | **(Kapelle)** |
| **So.** | **09.** | **15.00** | **Hausmusik mit Herrn WRIGGE am Klavier** | **(Glockenhaus)** |
| **Mo.** | **10.** | **17.00** | **Aufsichtsratssitzung der DDH** | **(Cafeteria)** |
| | | **18.30** | **Aufsichtsratssitzung der Stiftung Haus Zuflucht gGmbH und anschl. tagt das Kuratorium** | **(Cafeteria)** |
| | | **20.00** | **Gesellschafterversammlung der DDH** | **(Cafeteria)** |
| **Di.** | **11.** | **10.00** | **Plattdüütsche Plauderstünn mit Herrn CHRISTOFFER** | **(Glockenhaus)** |
| | | **10.00** | **WOHNBEREICHSLEITUNGSKREIS mit KÜCHENGESPRÄCH Fa. DDH SODEXO** | **(Kaminzimmer)** |
| | | **19.00** | **KLAUSENABEND mit den „NEUEN ALTEN“ des MTV-Soltau, heute: Frau ARTSCHWAGER und Frau WILKE** | **(Klause)** |
| **Do.** | **13.** | **11.00 - 18.00** | **F L O H M A R K T** | |
| | | **15.45** | **Die Tanz-AG der Wilhelm-Busch-Schule** | **(Festsaal)** |
| **Fr.** | **14.** | | **♥ ♥ ♥ VALENTINSTAG ♥ ♥ ♥** | |
| | | | **Frau ALKE, Nachtwache, gehört heute seit 20 Jahren zu unserem Haus** | |
| | | **15.00** | **- 17.00 Der BLINDENVEREIN tagt bei uns** | **(Klause)** |
| **Sa.** | **15.** | **19.00** | **Ungarisches Klassikkonzert mit Herrn Udvarnoki (Geige) und Herrn HEGES (Klavier)** | **(Blauer Saal)** |
| **Di.** | **18.** | **15.00** | **Hausmusik mit Herrn WRIGGE am Klavier** | **(Wintergarten)** |
| | | **19.00** | **KLAUSENABEND mit den „NEUEN ALTEN“ des MTV-Soltau, heute: Familie ELFERS** | **(Klause)** |
| **Mi.** | **19.** | **9.00** | **MA-Fortbildung: Kommunikation mit dem MDK** | **(Seminarräume)** |
| **Do.** | **20.** | **9.00** | **MA-Fortbildung: Kommunikation mit dem MDK** | **(Seminarräume)** |
| | | **10.00** | **HEIMPARLAMENT / Hausreinigungs-Besprechung** | **(Cafeteria)** |
| | | **15.00 - 21.00** | **Menschen im Gesundheitswesen (Herr AEVERN)** | **(Kaminzimmer)** |
| | | **15.45** | **Weiberfastnacht mit dem Heidemusikant** | **(Festsaal)** |
| **Fr.** | **21.** | **9.00** | **Gesellschafterversammlung der DS Soltau** | **(Kaminzimmer)** |
| **Mo.** | **24.** | | **♋●♋●♋ ROSENMONTAG ♋●♋●♋** | |
| **Di.** | **25.** | **15.00** | **Hausmusik mit Herrn WRIGGE am Klavier** | **(Wintergarten)** |
| | | **19.00** | **KLAUSENABEND mit den „NEUEN ALTEN“ des MTV-Soltau, heute: Familie THIEL** | **(Klause)** |
| **Do.** | **27.** | **15.45** | **Die SHANTY-SINGERS** | **(Festsaal)** |

# Neue Rubrik: Was wollen Sie wissen?

**Gerne können Sie auch Fragen an uns richten, wir recherchieren für Sie! Die erste Frage aus unserer Redaktion: Wie groß ist die größte Pflegeeinrichtung in Deutschland?**

**„Kleine Stadt für Senioren“** – so lautet der Untertitel Deutschlands größter stationären Pflegeeinrichtung. Es handelt sich um das Hospital zum Heiligen Geist in Hamburg. Die Anlage verfügt über 950 Pflegeplätze und beherbergt insgesamt rund 1.100 Bewohner im Pflegebereich und betreutem Wohnen.

## G R O ß D R U C K:

**Kennen Sie Bewohner, denen die Schrift zu klein ist? Sprechen Sie sie an. Die „Kiek mol rin“ ist an der Rezeption auch im Großdruck erhältlich!**

## Eine halbe Seite …. „über das Alter“

(wieder einmal zusammengestellt von unserem belesenen Bewohner)

**Altern** ist ein Vorgang, in dessen Verlauf die Zukunft sich immer schneller in Vergangenheit verwandelt. *Ron Kritzfeld*

**Wir** sollten uns über das Älterwerden nicht ärgern. Manche Leute bekommen diese Chance gar nicht. *Unbekannt*

**Wie** fangen wir’s an? Das sage mir einer!
Lang leben will jedermann, alt werden keiner! *E. von Bauernfeld*

**Kein** Weiser hat sich je gewünscht, jünger zu sein. *J.Swift*

**Nicht** die Jahre in unserem Leben zählen, sondern das Leben in unseren Jahren. *A.E. Stevenson*

**Je** älter man wird, desto mehr ähnelt die Geburtstagstorte einem Fackelzug. *K. Hepburn*

**Alt** ist man, wenn man nicht mehr zusammen mit seinen Zähnen schläft. *E. Petrucci*

**Alt** werden heißt – sehend werden. *Marie von Ebner-Eschenbach*

## „Ein kleiner Schatz …!“

Vor vielen Jahren von zwei inzwischen verstorbenen Bewohnern aufgebaut, ist sie nach wie vor ein Blickfang – unsere Modelleisenbahn „Am Markt“. Mancher Urenkel kommt angeblich vorwiegend wegen ihr zu Besuch bei Uroma, aber auch die Erwachsenen stehen gern eine Weile vor ihr und bestaunen die Anlage. Leider fährt in der letzten Zeit nur noch ein Zug. Die anderen haben nicht Pause, aber sind nicht mehr mobil, weil die Gleisanlange verstaubt ist und die Züge keinen Strom mehr bekommen. Schade. Aber wir hoffen, die Situation verbessert sich absehbar. Herr Janson hat sich unserer Anlage angenommen und ist in diesen Wochen dabei, Funktionen und Optik wieder flott zu machen. Ob ihm das komplett gelingt, bleibt bei dem Zustand des Gleisbettes abzuwarten; aber schon jetzt wird, wenn er kommt, regelmäßig vor der Modelleisenbahn gefachsimpelt. „Wir drücken Ihnen alle Daumen!“

## Ansichten über das Älter werden

Das „Winterlied“ auf der ersten Seite ist auch ein Lied über den Herbst und Winter des Lebens. Wir diskutierten das Gedicht und unsere ***eigenen Ansichten über das „Älterwerden“*** in der Redaktion der Hauszeitung. Einige Redaktionsmitglieder schrieben Ihre Ansichten für Sie als Anregung auf:

„Schon als ich 50 Jahre alt wurde, wünschte ich mir, wie meine Großeltern mindestens 80 zu werden. Mein Wunsch ging in Erfüllung. Bevor ich aber 82 Jahre alt wurde, bekam ich Panik, weil ich dachte, nun ginge ich auf das Ende zu. Meine Tochter beruhigte mich und nun bin ich 90. (Ich kann es manchmal gar nicht glauben!) Nun lebe ich seit 2017 hier in Haus Zuflucht, bedingt durch Unfall und Operationen. Einige Zeit brauchte ich, um mich einzugewöhnen. Die Wohnungsauflösung und der Abschied von vielen liebgewordenen Sachen war nicht einfach. Aber ich bin hier angekommen und nun zufrieden. Schön, dass ich noch selbstständig bin. Ich merke aber auch, dass die Kräfte weniger werden. Ich wünsche mir, noch lange „selber“ denken zu können, zu schreiben oder meine Handarbeiten noch zu schaffen. Ich möchte neugierig bleiben und die Freude an kleinen Dingen behalten.“

*„Ich weiß, dass ich älter werde und gehe damit bis jetzt ohne Betrübnis um. Ich versuche, positiv zu denken und innerlich ausgeglichen und zufrieden zu sein. Ich erfreue mich an vielen kleinen Dingen. Ich gehe mit der Zeit und bin noch sehr neugierig auf alles Neue. Was mir auffällt:*
*- Jetzt im Alter suche ich und freue ich mich über Gespräche mit jungen Menschen.*
*- Mit dem Alter lassen die Kräfte nach; deshalb habe ich mich von Vielem getrennt oder losgelassen.*
*- Ich blicke zurück auf eine gelebte Zeit. Jetzt möchte ich auswählen und das machen, was mir gefällt. Ich versuche nicht auf die Zukunft zu leben, sondern im Gelingen des heute zu sein.*
*So genieße ich jetzt mein Alleinsein und lebe mein Leben mit Dankbarkeit.“*

Zwei Bewohnerinnen

***– und was denken Sie?***

## „Immer wieder bezaubernd“

Etwa zweimal im Jahr, im Sommer und kurz vor Weihnachten, kommt der Schulchor der Wilhelm-Busch-Schule zu einem Konzert zu uns ins Haus. Diesmal war es etwas kompliziert … es kamen nämlich 40 (!) Kinder in den Wintergarten. „Überfüllung? Nein, schön kuschelig, wir sind uns wieder menschlich nahe gekommen !“ „Einen Sack Flöhe hüten? Nein ! Sehr diszipliniert und immer wieder ein Ohrenschmaus!“ Und im Flur die Eltern mit Familie, ohne Stuhl!?- „Wir sind froh, dass wir das auch miterleben dürfen!“ Flotte Klaviermusik von der begleitenden Lehrkraft und Kinder, die „uns wieder verzaubert haben.“ **Es war einfach wieder schön! Danke!**

**********

Unsere letzte Ausflugsfahrt mit dem Club-Kreativ brachte uns im Dezember zu den **„Nordic Women“** in die Peter und Paul-Kirche nach Schneverdingen.
Die abendliche Fahrt führte durch weihnachtlich geschmückte Ortschaften und endete auf dem leuchtenden Weihnachtsmarkt vor der Kirche. Das war eine schöne Einstimmung.
„Nordic Women“, das sind sechs Damen, die sich der nordischen Musik zugewandt haben. In der Kirche stimmte zunächst ein Dudelsackpfeifer auf die Reise in den Norden ein. Danach ließen uns die elfengleichen Sängerinnen mit ihrer mystischen Musik an ihrer Nordreise über Irland, Schottland, Island und Skandinavien teilhaben. Sie rissen uns mit … und von den Bänken. Tosender Beifall zeigte unsere Begeisterung. Ein schöner Abend,
Dank dafür an unsere Ausflugsorganisatoren.

**Am 4. Wochenende im Februar- und an den Tagen danach ist Karneval. Brauchen Sie noch eine Büttenrede?**

**„Die Oma und ihre Enkelin“**

Enkelin Adelche betritt die Bühne, die Oma kommt hinkend hinterher.

**Oma:** Siehst aber nicht gut aus heut', Adelche.
Enkelin: Schlecht geschlafen, hatte die ganze Nacht solche Zahnschmerzen.
Oma: Kann mir nicht passieren! Meine Zähne und ich schlafen getrennt.

**Oma:** Gott sei Dank hast deinen neuen Hund nicht dabei.
Enkelin: Wieso?
Oma: Weißt doch, dass ich vor dem großen Tier Angst hab'.
Enkelin: Brauchst kein Angst zu haben, so alte Knochen frisst der nicht.

**Enkelin**: Tja Oma, bist halt schon im Metall-Alter.
Oma: Metall-Alter?
Enkelin: Gold in de Zähn, Blei in den Knochen und Silbereisen hören.

**Oma**: Ich hab' mir auch eine neues Hörgerät gekauft. Jetzt hör' ich alles.
Enkelin: Und was kostet das?
Oma: Das rostet überhaupt nicht.

**Oma**: Du machst doch grad' ein Praktikum in der Apotheke?
Enkelin: Ja unten am Marktplatz.
Oma: Habt ihr auch Kukident?
Enkelin. Klar!
Oma: Gehhilfe und Nachtstuhl?
Enkelin: Logo!
Oma: Und auch Stützstrümpfe und Windelhosen?
Enkelin: Oma, warum fragst das alles?
Oma: Ich hab' hier im Altenheim einen kennen gelernt und wir wollen heiraten. Da könnten wir bei euch in der Apotheke doch den Hochzeitstisch machen.

**Enkelin**: Ich hab dich Mittwoch aus der Fahrschule Maier kommen sehen. Was wolltest du denn da?
Oma: Wollt' mich für den Busführerschein anmelden.
Enkelin: Oma! Mit 85 noch den Busführerschein machen, das ist doch Quatsch!
Oma: Nee, mich hat letztens ein Polizist angehalten und gemeint, ich soll besser Bus fahren.

**Oma**: Und, wie ist dein neuer Freund? Ist er denn wenigstens vermögend?
Enkelin: Und ob! Der hat so viel Geld, dass er jedes Jahr 5 Monate auf Sylt, 5 Monate auf Teneriffa und 5 Monate auf den Bahamas leben kann.
Oma: Moment mal, das sind doch 15 Monate!
Enkelin: Da siehst du mal Oma, was man mit Geld alles machen kann.

## Melanie Seidel – Fachtherapeutin Wunde und Wundbeauftragte in Stiftung Haus Zuflucht

Frau Seidel absolvierte bereits die Ausbildung zur examinierten Altenpflegefachkraft in unserem Hause. Doch damit nicht genug – auf eigenen Wunsch und von der Stiftung Haus Zuflucht gefördert folgte eine Weiterbildung zur Wundexpertin. In dieser Basisqualifikation und im folgenden Kurs zur Fachtherapeutin Wunde lernte sie die Versorgung chronischer Wunden und Wunden aller Art zu übernehmen. Dabei absolvierte Frau Seidel 200 Unterrichtsstunden, plus 80 Stunden im Praktikum beim Langenhagener Gefäß- und Wundspezialisten Dr. Glockemann und im Bremer Klinikum Links der Weser. Frau Seidel nimmt jährlich am Bremer Wundkongress und Fachfortbildungen teil, um auf dem aktuellsten Stand zu bleiben und somit unseren Bewohnern die bestmögliche Wundversorgung zu ermöglichen. So gehören Hautkrankheiten, Tumorwunden, postoperative Wunden, Brandwunden, Schürfwunden und alle weiteren Wunden zu ihrem Aufgabengebiet. Auch die Kompressionstherapie sowie Auswahl der richtigen Hilfsmittel, z.B. die richtige Schuhversorgung bei diabetischem Fußsyndrom, aber auch die Vermeidung der Wundentstehung gehören dazu.

Wichtig ist, als Fachtherapeutin Wunde gemeinsam mit unseren Fachkräften die Organisation einer wundversorgenden Einheit zu gestalten und ein Netzwerk zu entwickeln. Alle 4 Wochen besucht Frau Seidel Bewohner mit Wunden, und bespricht mit Ihnen und den Fachkräften die aktuelle Situation. Es werden Wundfotos angefertigt, Heilungsfortschritt beurteilt und gemeinsam evaluiert. Es ist ihr sehr wichtig, die Wundversorgung individuell an den Bewohner mit seinen Wünschen und Sorgen anzupassen, um so Wohlbefinden und Lebensqualität zu fördern und zu verbessern. Der Hausarzt erhält einen Wundbericht mit Empfehlung der weiteren Versorgung.

Die Ärzte freuen sich über diese Entlastung und nehmen die gewissenhaft zusammengestellten Therapievorschläge von Frau Seidel stets gern an und stellen entsprechende Rezeptierungen und Verordnungen aus.

In enger Kommunikation mit Bewohnern, unseren Fachkräften, Angehörigen, dem Hausarzt, dem Diabetologen, den Sanitätshäusern und Physiotherapeuten kann somit eine optimale Wundversorgung durchgeführt werden.

- „ Gut, dass wir Sie haben!!“

Wir begrüßten das neue Jahr mit der Jahreslosung
„Ich glaube; hilf meinem Unglauben!“
vorgestellt von unserem Superintendenten Heiko Schütte.

Wir bekamen Rückblick und Ausblick in das Leben unserer Einrichtung von Kuratoriumsmitglied Reiner Klatt.

Von links:
Fr. Mertens-Krug
Fr. Antoni,
Hr. Aufmkolk,
Hr. Klatt
Fr. Sellhorn,
Hr. Fries,
Fr. Zappe,
Sup. Schütte

# „Alle Jahre wieder ….“

… starten wir in das neue Jahr mit unserem Neujahrsempfang.

**Dann wurden unsere Ruheständler und Jubilare aus 2019 von unserem Diakon Udo Fries geehrt:**

Besondere Ehrung erhielt Herr Aufmkolk, unser ehemaliger Chef, der Ende November in den Ruhestand ging.

Frau Zappe, in Ruhestand

Frau Antoni, 25 Jahre

Frau Sellhorn, 30 Jahre

Frau Mertens-Krug, 10 Jahre

**Unser Interims-Geschäftsführer**
**Herr Asendorf**
**übergibt Blumen und Geschenke**