## *JAHRESLOSUNG für den das JAHR 2022*

Jesus Christus spricht: Wer zu mir kommt, den werde ich nicht abweisen.

Johannes 6,37 (E)

## *LOSUNG für den Monat JANUAR*

Jesus Christus spricht: Kommt und seht!

Joh 1,39 (L=E)

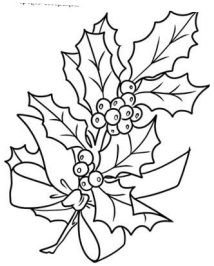
**********

# *Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag*

## *allen Geburtstagskindern im Monat JANUAR*

**********

## Wünsche zum neuen Jahr



Ein bisschen mehr Friede und weniger Streit
Ein bisschen mehr Güte und weniger Neid
Ein bisschen mehr Liebe und weniger Hass
Ein bisschen mehr Wahrheit – das wäre was

Statt so viel Unrast ein bisschen mehr Ruh
Statt immer nur Ich ein bisschen mehr Du
Statt Angst und Hemmung ein bisschen mehr Mut
Und Kraft zum Handeln – das wäre gut

In Trübsal und Dunkel ein bisschen mehr Licht
Kein quälend Verlangen, ein bisschen Verzicht
Und viel mehr Blumen, solange es geht
Nicht erst an Gräbern – da blüh'n sie zu spät

Ziel sei der Friede des Herzens
Besseres weiß ich nicht

Peter Rosegger (1843 – 1918)

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

# JANUAR 2022

# Kiek mol rin

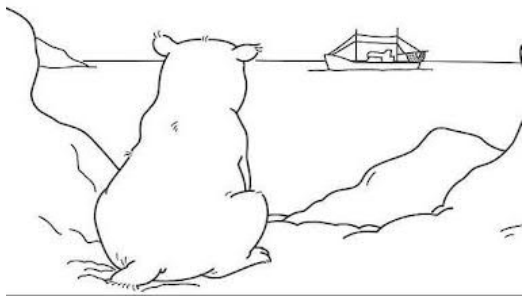
## Das alte Jahr vergangen ist

Das alte Jahr vergangen ist,
das neue Jahr beginnt.
Wir danken Gott zu dieser Frist.
Wohl uns, dass wir noch sind!

Wir sehn aufs alte Jahr zurück
und haben neuen Mut:
Ein neues Jahr, ein neues Glück.

Die Zeit ist immer gut.
Ein neues Jahr, ein neues Glück.
Wir ziehen froh hinein.
Und: Vorwärts, vorwärts, nie zurück!
soll unsre Losung sein.

Heinrich Hoffmann
von Fallersleben
(1798-1874)



# TERMINAUSWAHL JANUAR 2022

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

## Wöchentlich wiederkehrende Termine:

| | | |
|---|---|---|
| Dienstag: | 17.00 | KLAUSENABEND |
| | 18.30 | ANDACHT in der Kapelle |
| Mittwoch: | 09.30 | ROLLSTUHLFAHRERfahrt zum WOCHENMARKT |
| Donnerstag: | 10.00 | Das HEIMPARLAMENT tagt |
| | 18.30 | ANDACHT in der Kapelle |
| Samstag: | 10.00 | und am ganzen Wochenende: SFA-SENDUNG |
| | 16.00 | WOCHENSCHLUSSGOTTESDIENST |

## … und außerdem im JANUAR 2022:

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Mi. | 05. | 9.00 | SPARFACHLEERUNG | |
| | | 13.15 | MA-Besprechung | (Cafeteria Gartenhaus) |
| Do. | 06. | 10.00 | Es tagt das HEIMPARLAMENT mit Speiseplanberatung | (Dreitannen-Saal) |
| Do . | 20. | 10.00 | Es tagt das HEIMPARLAMENT mit Reinigungsgespräch | (Dreitannen-Saal |

## Fröhlich ins neue Jahr

"Hör mal, die Feuerwerksraketen, die du mir verkauft hast, funktionieren nicht mehr!" "Das verstehe ich nicht! Ich habe sie extra vorher ausprobiert!"

Auf einer Kreuzung stoßen zwei Autos in der Sylvesternacht zusammen. Ein Polizist eilt herbei und zückt seinen Notizblock. Daraufhin spricht ihn einer der Fahrer an: "Herr Wachtmeister, man wird ja wohl noch auf das neue Jahr anstoßen dürfen!"

Ein Patient fragt seinen Arzt nach der Untersuchung, ob er zu Sylvester ein Glas Sekt trinken dürfe. Darauf antwortet der Arzt: „Ein Glas ist schon in Ordnung, aber worauf um Gottes Willen wollen sie noch anstoßen?"

Ein Autofahrer gerät in der Sylvesternacht in eine Verkehrskontrolle. Auf die Frage, ob er etwas getrunken habe, antwortet er: "Nur einen kleinen Wachtmeister, Herr Jägermeister!"

"Wie hast du Sylvester gefeiert?„ "Keine Ahnung! Ich habe noch keine Fotos gesehen!"

## Was wollen Sie wissen? - Diesmal:

### „Weihnachten mit den Heiligen drei Königen“

Die 3 Könige folgen dem Stern und kommen so nach Bethlehem. Das Matthäus-Evangelium erzählt, dass sie Gold Weihrauch und Myrrhe mitbringen, - nichts, was eine junge Familie gebrauchen könnte, aber alles, um dem neu geborenen Heiland zu huldigen. In der katholischen Kirche werden die „drei Könige“ als Heilige verehrt. Ihr Hochfest ist das Fest der Erscheinung des Herrn (Epiphanie) am 6. Januar. Auch in den evangelischen Kirchen wird zu Epiphanias der Weisen gedacht. Die russisch-orthodoxe Kirche feiert jedoch am diesem 6. Januar Weihnachten, nach dem julianischen Kalender und damit 13 Tage später als wir.
Ein sehr alter heute meist katholischer Brauch am Dreikönigstag ist es, die Häuser zu segnen. Dazu schreibt man mit Kreide die Buchstaben C+M+B und die Jahreszahl an die Haustür und hofft, damit wieder für ein Jahr alles Übel fernhalten zu können. Die Buchstaben C+M+B stehen für die Bitte »Christus Mansionem Benedicat« (Christus segne dieses Haus). Sie werden mitunter aber auch als die Anfangsbuchstaben der Heiligen Drei Könige gedeutet: Caspar, Melchior und Balthasar.

„Vor dem zweiten Weltkrieg kamen an einem 6. Januar drei Sänger mit schwarzen Umhängen und Schlapphüten zu uns. Sie gingen singend von Haus zu Haus und sammelten Geschenke. Das war meine erste Erfahrung mit Sternsingen. An dem Tag kam der Weihnachtsbaum weg. Vorher wurden noch einmal die Kerzen angezündet.“ Eine Bewohnerin

# AUFGEFALLEN!

Erinnern Sie sich noch an Mausi, die rötlich gefärbte Katze? Diese von uns geliebte Katze wurde ja von der Tochter einer Bewohnerin portraitiert und sogar als Ölgemälde in den USA verkauft. (Wir berichteten).
Nun ist bei uns ein sehr ähnliches Katerportrait aufgetaucht. Es befindet sich auf der Einkaufstasche einer Bewohnerin. Eine, den Betrachter zuzwinkernde, verwegene Erscheinung ist das. Vielfache Mutmaßungen über ihn kursierten bereits im Dreitannenhaus: „Ist er ein Förster, ein Schwerenöter, gar ein Pirat, oder einfach nur Nachfahre unserer Mausi? Machen Sie sich selbst ein Bild! Spinnen erlaubt!

Eine Bewohnerin

## 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!**

## *Liebe Leserinnen und Leser,*

mein Name ist Sabrina Ulbrich und ich darf mich hier im Haus Zuflucht als neue Ergotherapeutin vorstellen. Ich arbeite hier in der Vertretung für Frau Krahn, die sich in Elternzeit befindet.
Ich bin in Soltau geboren und lebe auch hier. Für meine Ausbildung zur examinierten Ergotherapeutin war ich für die letzten drei Jahre in die Nähe von Bremen gezogen. Seit dem 1.12.2021 habe ich nun hier die Möglichkeit bekommen, den Einstieg ins Berufsleben zu wagen.
Zu meinen Tätigkeiten im Haus gehören unter anderem die Leitung der Seniorengymnastikgruppen und das Balancetraining zur Sturzprävention. Ich werde Sie bei der Bewältigung des Alltags unterstützen und Ihre Mobilität stärken, um Ihre Selbständigkeit bestmöglich zu erhalten und zu fördern. Ihr Wohlbefinden und Ihre Zufriedenheit liegen mir sehr am Herzen. Zögern Sie nicht mich anzusprechen. Ich bedanke mich für die herzliche Aufnahme und freue mich, Sie in meinen Gruppenangeboten willkommen zu heißen.

„Das Leben ist wie Fahrradfahren. Um die Balance zu halten, musst du in Bewegung bleiben.“
– Albert Einstein

# Wintererinnerungen

Der **Winter 1946** war nach meiner Erinnerung sehr kalt und schneereich. Wir bauten Schneemänner, Iglus, es gab tolle Schneeballschlachten, und das Rodeln von kleinen Erhebungen machte viel Spaß. Das alles ohne richtiges Schuhwerk; Lederschuhe gab es zu der Zeit bei uns nicht zu kaufen. Die Straßen waren voller Schnee, weil es nicht so eine Schneeräumung wie heutzutage gab. Besonders in Erinnerung bleiben mir die wunderschönen Fahrten mit der Pferdeschlittenkutsche durch die verschneiten Dörfer und den schönen Winterwald. Eine Bewohnerin

**Im Harz,** meiner Heimat, gab es früher immer viel und lange Schnee. Sehr oft nahm sich mein Opa Zeit, um mit uns zu rodeln. Wir nahmen den Schlitten, gingen einen Berg hinauf und sausten mit Freude bergab. Nach einigen Tagen meinte mein Opa: „Nun weißt du, wie das geht und jetzt fährst du mal alleine hinunter!“ Ich war 5 Jahre alt, setzte mich auf meinen Rodel, Opa gab mir noch einen kräftigen Schupps und los ging die Fahrt. Doch das Ganze nahm ein jähes Ende, als ich gegen eine Fichte knallte. Vor lauter Aufregung hatte ich vergessen, wie man bremst. Eine dicke Beule zierte meine Stirn. Oma legte mir zum Kühlen ein Brotmesser auf die Stelle. Und Opa bekam von ihr eine Standpauke: „Was bist du nur für ein Opa? Wie kannst du das Kind alleine den Berg hinunter rodeln lassen?!“ Ende gut, alles gut! Eine Bewohnerin

**Ski heil!**

Was machte es Spaß, früher im hohen Schnee Ski zu laufen, möglichst im Neuschnee, bei Sonnenschein, wenn der Schnee so herrlich glitzerte. Die Abfahrten konnten nicht steil genug sein. Schwer war es bergauf, denn Lifte gab es noch nicht. Mit meinen Freundinnen fuhren wir bei gutem Wetter jeden Nachmittag. Bevor es losging, mussten die Laufflächen erst gewachst werden. Für richtigen Wachs hatten wir kein Geld. Also wurden Kerzenstummel gesammelt. Sie wurden fest eingerieben und dann mit einem alten, heißen Bügeleisen auf der Lauffläche glattgestrichen. Und ab ging die Fahrt, am Liebsten, wenn ich die erste Spur fuhr.

Eine Bewohnerin

# RÜCKBLICK - ADVENT

**V**orweihnachtliches Basteln … gab es im Dezember in allen Bereichen, und das hat viel Spaß bereitet. Ob große Faltsterne oder kleine Wichtel, man hatte was zu tun und verschönerte damit die Räume oder sein eigenes Domizil.

~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~

**W**ir bekamen in der (Vor-) Weihnachtszeit wieder liebe Zeichen der Verbundenheit – hier der Gruß von den Kindern und MitarbeiterInnen aus dem Kindergarten Wiesenstrasse. „Danke“ allen! Wir haben uns sehr darüber gefreut.

~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~

**Ü**berraschungskisten gab es zu jedem Adventssonntag für die einzelnen Wohnbereiche. Herr Witzke und Herr Fries hatten Geschichten und Gedichte ausgesucht, Bastelvorlagen und -Material besorgt und etwas Süßes oder kleine Geschenke von Ehrenamtliche in die Kästen gepackt (Frau Rauch hat für uns ganz viele Nikolaussocken gehäkelten und mit tollen Überraschungen gefüllt – toll! Danke!). Für die Betreuungskräfte ergab sich vielfältiges Material, um daraus regelmäßig schöne Advents- und Weihnachtsnachmittage zu gestalten.

Herr Witzke vor seinen Überraschungskisten

# Neujahrswünsche

Ich habe es dieses Jahr besonders einfach: da meine guten Vorsätze vom letzten Jahr noch quasi unbenutzt sind, nutze ich sie ganz einfach nochmal!

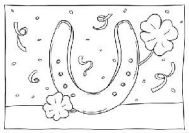
„Prosit Neujahr! Ob gut oder schlecht, wird später klar, doch bringt's nur Gesundheit und fröhlichen Mut und Geld genug, dann ist's schon gut.“ – Wilhelm Busch

**Wenn das neue Jahr so beginnt, wie das alte aufgehört hat, können wir uns auf etwas gefasst machen... Bleib heiter und ... frohes Neues!**

„Wenn's alte Jahr erfolgreich war, dann freue dich aufs Neue. Und war es schlecht, ja dann erst recht.“ - Albert Einstein

Möge das neue Jahr gut starten, großartig verlaufen und fabelhaft enden!
Ich wünsche es dir!

*„Will das Glück nach seinem Sinn dir was Gutes schenken,*
*sage Dank und nimm es hin, ohne viel Bedenken.*
*Jede Gabe sei begrüsst, doch vor allen Dingen*
*Das, worum du dich bemühst, möge dir gelingen.“*
*- Wilhelm Busch*



## *Gute Vorsätze*

Menschen wollen vieles ändern, ganz speziell im neuen Jahr,
dass es aber meistens scheitert, wird uns oft erst später klar.

Schluss mit den gemeinen Lastern Nikotin und Alkohol,
ein paar Kilo abtrainieren, und der Körper fühlt sich wohl.

Die Ernährung wird geändert, fort soll'n Speck und schlaffer Bauch.
Süßigkeiten nur in Maßen – Geld gespart wird dadurch auch.

Doch ich will mich gar nicht plagen, pfeife auf den Neubeginn.
Ich werd' nur das eine machen – und so bleiben, wie ich bin!

Mit freundlicher Genehmigung von © Norbert van Tiggelen

# Waldumbau am Oeninger Moor

Der Lions-Club Böhmetal Soltau hatte gemeinsam mit den Klimafreunden bei idealem Pflanzwetter – feucht, kühl, trübe – zu einer besonderen Baum-Pflanz-Aktion eingeladen. Die ehemalige Nadelholz-Monokultur zwischen Tannenweg und Oeninger Moor wurde fast vollständig gerodet, der Boden maschinell für die Neuanpflanzung aufbereitet. Fast 5000 Bäume ausgewählte Laubbäume werden nun neu und fachmännisch angepflanzt.
Bei dem Festakt, als Auftakt der Aktion, wurden symbolisch drei Bäume gepflanzt. Partner in dem Projekt sind die Lebenshilfe, das Jugendzentrum sowie die Stiftung Haus Zuflucht. Und eine Delegation von uns war zu dem Festakt eingeladen. Norbert Dieckmann, unser Geschäftsführer der Stiftung Haus Zuflucht, berichtete, das Waldstück sei für einen Spaziergang zu weit weg. Aber im Heimparlament waren sich alle einig, dass die Älteren etwas tun müssen für die kommenden Generationen.

Oben: Unsere Delegation mit Herrn Dieckmann (links) beim Zuschauen und bei der Arbeit (rechts)

# Heute stellen wir Ihnen unsere Tovertafel vor.

Anschaffen konnten wir sie uns durch zwei großzügige Spenden. Dafür ganz besonderen, herzlichen Dank !!!

Der Projektor wird über einem Tisch an der Decke angebracht, ist aber transportabel.

„Mit der Tovertafel zaubern wir ein Lächeln auf das Gesicht von Menschen – auch Demenzerkrankten. Die Tovertafel fordert unsere Zielgruppen auf unterhaltsame und spielerische Weise heraus, Fähigkeiten zu entwickeln oder zu erhalten," so die niederländischen Hersteller dieses Spielgerätes. Wir können diese Aussagen nach eigenen Spielerfahrungen bestätigen:
Die Tovertafel-Spiele bestehen aus interaktiven Lichtprojektionen, die von einem Deckenprojektor auf den Spieltisch übertragen werden. Diese Spiele helfen, kognitive Wirkung auf dem eigenen Niveau zu erzielen. Spiele mit körperlicher Wirkung rufen intuitive Bewegungen hervor und reagieren bereits auf kleinste Handbewegungen der Spieler. Das schafft Selbstbewusstsein und motiviert, sich zu bewegen. Spiele, die den sozialen Bereich ansprechen und bei denen es besonders um Bilder und Töne geht, fördern Interaktion und sozialen Kontakt zwischen allen. Die Sinne werden besonders angesprochen. Unsere Fotos zeigen: Das Spielen mit der Tover-Tafel macht richtig Spaß!

„Vögel füttern" (links) oder
„Laub fegen und darunter Käfer finden" (unten)

Gemeinsam puzzlen (o.) oder Silber putzen (u.)

Spieleauswahl: