LOSUNG für den Monat Mai
Weigere dich nicht, dem Bedürftigen Gutes zu tun, wenn deine Hand es vermag. Spr 3,27

Herzlichen Glückwunsch
zum Geburtstag
allen Geburtstagskindern
im Monat MAI

Der Kuckuck und der Esel

Der Kuckuck und der Esel,
Die hatten großen Streit,
Wer wohl am besten sänge
Zur schönen Maienzeit

Der Kuckuck sprach: „Das kann ich!“
Und hub gleich an zu schrei'n.
Ich aber kann es besser!
Fiel gleich der Esel ein.

Das klang so schön und lieblich,
So schön von fern und nah;
Sie sangen alle beide
Kuckuck, Kuckuck, i-a, i-a!
Kuckuck, Kuckuck, i-a!

Hoffmann von Fallersleben

Stiftung Das Alternativhaus ...und mehr
Haus Zuflucht gGmbH
☎ 05191-935-0 • Fax 05191-15110
http://www.STHZ.de
Kostenlos für Bewohner, Mitarbeiter und Freunde der Stiftung
V.i.S.d.P.: DIE HEIMLEITERIN
29614 SOLTAU
Lüneburger Straße 130

MAI 2023 Kiek mol rin

Das Birkenbäumchen

Ich weiß den Tag, es war wie heute,
ein erster Maitag, weich und mild,
und die erwachten Augen freute
das übersonnte Morgenbild.

Der frohe Blick lief hin und wieder,
wie sammelt er die Schätze bloß?
So pflückt ein Kind im auf und nieder
sich seine Blumen in den Schoß.

Da sah ich dicht am Wegesaume
ein Birkenbäumchen einsam stehn,
rührend im ersten Frühlingsflaume.
Konnt' nicht daran vorübergehn.

In seinem Schatten stand ich lange,
hielt seinen schlanken Stamm umfasst
und legte leise meine Wange
an seinen kühlen Silberbast.

TERMINAUSWAHL MAI 2023

--- 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
	15.00	SENIORENTREFF – Kaffeetrinken im Festsaal
Samstag :	10.00	und am ganzen Wochenende: SFA-SENDUNG
	16.00	GOTTESDIENST

… und außerdem im Mai 2023:

Mo.	01.	9.15	Ausfahrt ins Grüne für Bewohner	
Mi.	03.	9.00	SPARFACHLEERUNG	
		13.15	MA-Besprechung	(Cafeteria Gartenhaus)
Do.	04.	10.00	HEIMPARLAMENT mit Speiseplanberatung	(DT-Saal)
So.	14.		Heute ist MUTTERTAG	
Do.	18.		Heute ist CHRISTI HIMMELFAHRT	
Do.	25.		Seniorentreff – Kaffeetrinken im Festsaal	
			und anschl. Countrymusik mit IPPIE	
So.	28.	10.00	PFINGSTGOTTESDIENST	

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

(… Fortsetzung von S. 1)

Ein Wind flog her, ganz sacht, und wühlte
im zarten Laub wie Schmeichelhand.
Ein Zittern lief herab, als fühlte
das Bäumchen, dass es Liebe fand.

Und war vorher die Sehnsucht rege,
hier war sie still, in sich erfüllt;
es war, als hätte hier am Wege
sich eine Seele mir enthüllt.

Gustav Falke (1853-1916)

Ausbildung zur Krankenschwester begonnen und erfolgreich beendet. Anschließend arbeitete sie dann 3 Jahre dort in Delmenhorst im Krankenhaus auf unterschiedlichen Stationen. „Die Arbeit war sehr interessant und hat mir viel Freude bereitet. Besonders der persönliche Kontakt mit unseren Patienten erfüllte mich sehr!“

Aber beruflich reichte ihr das noch nicht. Sie ging nach Berlin und ließ sich dort zur Unterrichtsschwester ausbilden. Mit diesem Abschluss kam sie nach Soltau. „Mit Mitte 20 war ich angesprochen worden, ob ich in Soltau die Krankenpflegeschule übernehmen wollte. Damit war ich verantwortlich für die Ausbildung im gesamten pflegerischen Bereich und unterrichtete viele Fächer selbst. Die Bereiche Krankheitslehre, Anatomie und Physiologie wurden von einzelnen Fachärzten unterrichtet.“

Die Leitung der Pflegeschule behielt Frau Sürstedt-Quandt für ca. 40 Jahre, bis zu ihrer Pensionierung. Berechtigterweise ganz schön stolz, erzählt sie von den vielen Schülerinnen und Schülern, die bei ihr ausgebildet wurden. „Das waren etwa 500 junge Leute, und ich war gern für sie da, auch über die Rolle der Lehrerin hinaus, wenn sie Probleme hatten und ich persönlich helfen konnte. Bei jedem Krankenhausaufenthalt werde ich von Ehemaligen mit „Hallo Schwester Sabine“ begrüßt. Heute sind zwei von ihnen meine besten Freundinnen, die mich in allen Angelegenheiten unterstützen und sich intensiv um mich kümmern!“

„War die Aufgabe als Lehrerin nicht auch ganz schön schwer?“ frage ich sie. „Nein, für mich nicht! Ich hatte immer davon geträumt einmal Mutter zu sein, mit drei Kindern. Das war mir nicht vergönnt; aber so sind meine Schülerinnen und Schüler dafür ein wenig Ersatz gewesen!“

Was denn für sie als Lehrerin ein besonders wichtiges Anliegen gewesen sei, wollte ich am Ende eines sehr interessanten Gespräches wissen. „Sowohl in der Zeit als Krankenschwester als auch später als Unterrichtende standen für mich die Zu-Pflegenden immer im Mittelpunkt. Nicht nur die Krankheit zu sehen und sie medizinisch zu versorgen, sondern auch Zeit für den Menschen zu haben, gerade im Krankenhaus, diese Einstellung war Hauptmotiv meiner eigenen Arbeit und wichtigster Aspekt meiner Lehrtätigkeit! Ein sehr anstrengender Beruf, ja, manchmal ganz schön stressig, aber auch ein sehr schöner Beruf! Ich würde es immer wieder machen!“
~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~

Aus dem Leben erzählt

- Bewohner erzählen aus ihrem Leben -

Frau Sürstedt-Quandt :

„Ich würde es immer wieder machen!!“

Frau Sürstedt-Quandt (81) ist erst kürzlich bei uns im Wohnbereich 6 eingezogen und erzählt uns diesmal aus ihrem Leben: „Ich war früher ein sehr schüchternes Mädchen. Das ich einmal diesen Lebensweg gehen würde, habe ich damals nicht gedacht!“ Mit 18 Jahren hatte sie in Delmenhorst bei der Diakonie die

GROßDRUCK:

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!

Sicher gelandet

Über ein Jahr Vorbereitung benötigten wir, viele Verträge und Zoom-Konferenzen. Hinzu kam die Suche nach einer passenden Unterkunft - und dann die eigene Unsicherheit: oft fragten wir uns, ob dieser Schritt der Richtige sei.

Am 30.03.2023 war es dann für unser Haus soweit. Vier junge vietnamesische Frauen wurden vom Hamburger Bahnhof abgeholt. Seit dem 04.04.2023 kennen sie ihre Pflege/Wohnbereiche. Wir haben es geschafft! Die ersten Fachkräfte aus dem Ausland verstärken nun unser Pflegeteam. Noch müssen sie viel lernen und auch noch Prüfungen ablegen, um hier in Deutschland ihre Anerkennung als Pflegefachfrau zu erlangen. Gern begleiten wir sie durch diese Zeit, und gemeinsam werden wir auch diese Hürde meistern.

Jetzt lernen wir uns gegenseitig kennen. Glücklicherweise haben wir Frau Luu im Haus. Sie ist Vietnamesin, lebt schon lange in Deutschland und arbeitet schon lange in unserer Einrichtung. Sie hilft uns und den jungen Frauen, sich hier einzuleben.

(von l. nach r.): Frau HUYNH, Frau PHAM, Frau MANN (Stv. PDL), Frau LUU (WoBe 6-8), Frau NGUYEN, Frau PHAM

Wieder Seniorennachmittage

Ab 25. Mai soll es bei uns unter bewehrter Leitung von Frau Baumann wieder jeden Donnerstagnachmittag Seniorennachmittage geben. Wir setzen damit – durch Corona unterbrochen – eine bei uns sehr beliebte, langjähre Tradition fort. An diesen Nachmittagen laden wir um **15 Uhr**, mit Kaffee und Kuchen beginnend, wieder zu bunten Veranstaltungen ein. Von „Querbeet-Musik“ über Tanz, Besuch aus Kirche, Verein und Stadt bis zu Fotoreisen und thematischen Vorträgen wollen die Nachmittage eine vielfältige Angebotspalette bieten und damit gleichzeitig Kontakte zwischen unseren BewohnerInnen, Angehörigen und Gästen fördern. Deshalb laden wir dazu auch ausdrücklich Menschen aus der Stadt, Seniorenkreisen und allen anderen Interessierten ein und freuen uns über und auf ihr Kommen. Hier schon einmal das Programm für Mai und Juni:

25.05. „Oldies und Countrymusik“ mit IPPIE
01.06. DAVID PICKERING am Keyboard
08.06. „Querbeet-Konzert“ mit M. WARNECKE und H. LÖFFLER
15.06. „Shantys, Schlager und Musicalmelodien“ mit M. DONNERSTAG
22.06. „Schlager der 50er und 60er-Jahre“ mit S. THIELEN
29.06. Die Veersetaler Deerns mit ihren steirischen Handharmonikas

~~~~~~

WIR, IM DREITANNENHAUS

„Das Dreitannenhaus - für viele Menschen ein neues Zuhause“

<u>Bewohner des Dreitannenhauses erzählen und berichten:</u>
Wir wohnen hier in unserer Einraum- oder Zweiraumwohnung. Jeder richtet es sich für seinen Bedarf gemütlich und individuell ein. Es ist ein ruhiges, geräumiges Haus. Große Eigenständigkeit wird hier gelebt und doch ist Service in unserer Nähe: Die Küche bereitet für uns Mahlzeiten, mittags mit 2 Alternativen - ein schön gedeckter Tisch, freundliche Bedienung!

Winterliches Kunstwerk am Wintergarten des Dreitannenhauses

Dies und Das – bei uns im Haus

Immer wieder auch sehr **kreativ** geht es in unseren Wohnbereichen, wie hier im **Gartenhaus** zu. Schmetterlinge wurden ausgeschnitten und die „fliegen“ jetzt zu ihrem Lieblingsstrauch. „Das hat Spaß gemacht und ist ein schöner Hingucker!“

Einen interessanten Vormittag erlebte kürzlich die **Pfarrkonferenz** des Kirchenkreises Soltau in unserer Einrichtung. Eine kleine Andacht erklärte, warum wir als diakonische Einrichtung einen zwar alten, aber sehr schönen und treffenden Namen „Haus Zuflucht“ haben. Danach berichteten wir sehr konkret über die Situation und die aktuellen Baustellen in Altenheimen und speziell in unserem Haus Zuflucht und zeigten dann bei kleinen Haus-Führungen, wie das Leben und Wohnen bei uns gestaltet wird. Es gab viele neue Erkenntnisse und auch viel Lob.

(oben: Tuch am Kapelleneingang mit einem Vers aus Psalm 90)

Alles Tomate!

Als guter Gärtner muss man die Ernte früh vorbereiten! Wer im Sommer eigene Tomaten ernten will, muss die Pflanzen früh ziehen. Das wussten auch Bewohnerinnen aus dem Haupthaus, die sich dieser Arbeit Ende März widmeten. Und nun sind alle gespannt, was dabei herauskommt.

~~~~~~

Gespräch mit einer (ehemaligen) Testerin

Nach sehr langer Zeit gibt es nun endlich keine Testpflicht mehr. Ich habe mich letztens mit einer Kollegin aus der (jetzt abgebauten) Testecke unterhalten und sie erzählte mir, wie es ihr bei ihrer Arbeit ergangen ist:
„Es hat mir wirklich viel Spaß gemacht in der Testecke. Bevor ich diese Arbeit gemacht habe, konnte ich mir nicht vorstellen, wie viele unterschiedliche Nasen- und Rachenformen es doch gibt. Die meisten Leute haben eingesehen, dass es wirklich wichtig war, sie zu testen, um unsere Bewohner zu schützen. Aber es gab auch viele ängstliche Menschen. In diesem Fall haben wir uns Zeit gelassen und sie in einem freundlichen Gespräch ein wenig abgelenkt. So konnten wir ihnen die Angst nehmen. Bei Besuchern, die täglich zum Testen kamen, hat man sich dann auch schon mal Sorgen gemacht, wenn sie an einem Tag nicht erschienen. Einige von ihnen brachten uns regelmäßig „Nervennahrung“ in Form von Schokolade mit. Obwohl ich die Freude über das Ende der Testzeit gut verstehen kann und das „Nasenpulen“ nicht wirklich vermisse, werden mir die Kontakte und der nette Kollegenkreis sehr fehlen.“

Eine Mitarbeiterin

(Anm. d. Red.: Liebe Kollegin,
Ihr habt eine tolle Arbeit geleistet und ward dabei immer nett!
Ihr seid bei uns auch als BesucherInnen jederzeit herzlich willkommen!“)

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

10 Dinge, die man im Mai tun sollte

1. Eine Maiwanderung mit Freunden machen und anschließend Picknicken
2. Etwas am Aussehen verändern. Wer mutig ist, traut sich an einen neuen Haarschnitt, wer etwas weniger mutig ist probiert mal eine ausgefallene Nagellackfarbe oder wechselt mal den Lippenstift
3. Das erste Mal im Jahr schwimmen gehen (egal ob das Wasser erst 15 oder schon 25 Grad hat)
4. Heiraten, oder sich zumindest zu einer Hochzeit einladen lassen.
5. Unter gar keinen Umständen Mutter- und Vatertag vergessen.
6. An einem sonnigen Tag in den Zoo gehen und dort einen schönen Tag verbringen.
7. Wer es bis jetzt noch nicht geschafft hat, Frühlingsputz zu machen – (oder es einfach guten Gewissens bleiben lassen).
8. Einen Tag lang die eigene Stadt erkunden.
9. Im Park die vielen Blumen ansehen, die schon blühen.
10. Und: Wer’s bis jetzt noch nicht getan hat: Angrillen!

Die Hausreinigung säubert unsere Wohnungen je nach Wunsch monatlich oder wöchentlich. Die Hausmeister sind in der Nähe. Bei Erkrankung und kleinem Pflegebedarf sind die PflegemitarbeiterInnen aus dem Nachbarbereich da - pflegerisch, medizinisch. Wir haben eine Klingel, mit der wir Hilfe rufen können, auch nachts. Und das Haus bietet uns viel Abwechslung: Musik, Spiele, Yoga, Bingo, Wassertreten oder unsere Walking-Gruppe, Frisör, Kochgruppe oder Ausflüge.
Aber auch untereinander gibt es gute Nachbarschaft, wenn man es möchte. Das Haus organisiert für uns Fahrten zu Veranstaltungen und wir können mit dem hauseigenen Bus 3x in der Woche vormittags in die Stadt fahren. Jede Frage und Meinung wird gehört und beantwortet. Mir geht es hier sehr gut. Einfach ein Haus zum Wohlfühlen. *Frau Vogt*

Das Dreitannenhaus wurde 1993 erbaut. Die BewohnerInnen hier sind noch sehr fit und selbstständig. Es besteht zum Teil keine Pflegestufe. Es gibt unterschiedliche Wohnungen. Sie können mit eigenen Möbeln ausgestattet werden. Es gibt in den Wohnungen eine kleine Kochnische mit Herdplatten, Kühlschrank und Gefrierfach. Im Erdgeschoss des Dreitannenhauses befindet sich ein großer Speisesaal, wo Frühstück und Abendessen in Büfettform angeboten werden. Der schöne Saal wird auch für Konzerte genutzt. Die Bewohner des Dreitannenhauses haben auch einen eigenen Eingang mit einem Haustürschlüssel. Dort am Eingang befinden sich die Briefkästen, mit einer Sprechanlage zu den Wohnungen. Vor dem Eingang gibt es auch einen Parkplatz. Im Keller befinden sich zwei Waschmaschinen, ein Trockner und eine Bügelstation, für BewohnerInnen, die ihre Wäsche selbst waschen wollen. Ansonsten hat Haus Zuflucht eine eigene Wäscherei. In den Kellerräumen gibt es außerdem ein Becken zum Wassertreten, einen Gymnastikraum (Sport und Yoga) und eine Küche für unsere Kochgruppe. *Frau Löhrke*

Ich habe das Glück, in einer Zweizimmerwohung zu wohnen, mit sehr schönem, gemütlichem Ambiente. So habe ich genügend Platz für meine „Lebensgefährten“ (Rollstühle, Rollator und weitere Gehhilfen), die mir ein Leben in Eigenregie ermöglichen. Darin eingeschlossen kann gelegentlich eine „Karussellfahrt“ auf dem Rollstuhl durch die Wohnung sein – für den Fall, dass mich mal der Hafer sticht. Aber Vorsicht, Wände! *Frau Schmitto*
~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~

Unser Hauseingang mit
der Briefkastenanlage

„Meine 1-Zimmer-Wohnung“

Ein schönes, modernes Haus mit viel Licht

Wir, im Dreitannenhaus
Bildergalerie

Der Saal für Frühstück und Abendessen
(o.) ist auch als Konzertsaal geeignet (u.)

„Meine 2-Zimmer-Wohnung“

Im Aktivbereich im Keller:
Das Wassertret-Becken u.v.m.

Blick vom Laubengang in den Park