



Senioren- & Therapiezentrum Haus Burgwedel

BurgwedelBote

Ausgabe:
Januar bis März 2025



„Zuhause ist dort, wo man Geborgenheit findet.“



Inhaltsverzeichnis

Inhalt, Impressum	2	Veranstaltungen 2025	18 - 19
Grußwort	3	Besinnliches	20
Herzlich willkommen & Geburtstagswünsche	4	Gesundheitstipps	21
Portrait	5	Schmunzelseite	22
Informatives	6	Rätselseite	23
Wochenüberblick	7	Plattdeutsche Seite	24
Senioren in Bewegung	8	Jahreszeitliches	25
Rückblick	09 - 17	Abschiede	26
		Dienstleistungen	27

Unsere Hauszeitung erscheint dreimonatlich. Wir freuen uns über jeden aktiven Beitrag zu dieser Zeitung.

Wer von den Senioren, Angehörigen oder Lesern

Freude und Interesse hat, daran mitzuarbeiten, ist herzlich eingeladen. Ansprechperson für die Hauszeitung ist Elke Meyer (Sozialpädagogin/Altentherapeutin).

Impressum

Herausgeber: Senioren- und Therapiezentrum Burgwedel GmbH
Walter-Jungleib-Straße 1, 22457 Hamburg
Tel.: 040-559773-0
Fax: 040-559773-99
E-Mail: info@haus-burgwedel.de
Internet: www.haus-burgwedel.de

Redaktion: Elke Meyer
Satz + Layout: JanusVerlag, www.janusverlag.de
Bildquellen: Haus Burgwedel, JanusVerlag, pixabay.com
Auflage: 500 Stück

Frohes
neues Jahr

Begrüßung

*Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,
liebe Angehörige, liebe Leserinnen und Leser,*

zunächst möchte ich Ihnen an dieser Stelle alles Liebe, Gute und vor allem viel Gesundheit für das Neue Jahr 2025 wünschen.

Auch jetzt blicken wir wieder auf ein sehr ereignisreiches Jahr zurück mit vielen Veränderungen in der Welt und fragen uns, was uns das neue Jahr wohl bringen wird.

Glauben Sie an das Horoskop? Wer gerade zum Jahreswechsel in die Zeitungen und Zeitschriften schaut, findet darin das Jahreshoroskop 2025 für jedes Sternzeichen. Meistens ist jedes einzelne Horoskop nach Beruf, Gesundheit und Liebe & Beziehungen aufgebaut. Ich kann mir gut vorstellen, dass viele Menschen gern nachle-

sen, was ihnen das neue Jahr wohl bringen mag. Andere hingegen glauben nicht daran und lassen das neue Jahr einfach auf sich zukommen.

Egal, wie man es mag, Hauptsache ist doch, mit Freude und einer gewissen Spur Neugier an das Neue heranzugehen und sich darauf zu freuen. Denn gerade nach den vielen dunklen und trüben Tagen im November und Dezember freuen wir uns doch alle, wenn die Tage wieder heller werden und die Sonne wieder scheint.

Auch in diesem Jahr haben wir wieder ein abwechslungsreiches Programm für Sie zusammengestellt, welches Sie auf den nachfolgenden Seiten nachlesen können.



Einrichtungsleitung
Thomas Baganz

In diesem Sinne wünsche ich allen Lesern unserer Hauszeitung viel Spaß beim Studieren der aktuellen Ausgabe.

Es grüßt Sie herzlichst Ihr

T. Baganz

Herzlich Willkommen / Geburtstagswünsche

Herzlich willkommen an alle Neueingezogenen

Die Einrichtungsleitung und das Mitarbeiter-Team des Hauses Burgwedel wünschen Ihnen, dass Sie sich – nach einer anfangs mit vielem Ungewohnten verbundenen – Eingewöhnungszeit gut bei uns einleben und sich wohl fühlen in unserem Haus.

Sollten Sie Fragen haben oder Hilfe benötigen – sprechen Sie uns bitte an. Wir helfen Ihnen gern.

Wir gratulieren allen Geburtstagskindern...

der Monate Januar, Februar und März sehr herzlich zu Ihrem Ehrentag und wünschen Ihnen alles Gute – vor allem Gesundheit und Zufriedenheit.



Worte zum Geburtstag

Wir sollten jeden Tag wie ein neues Leben beginnen.
(Edith Stein (1891-1942))

Gib jedem Tag die Chance, der schönste deines Lebens zu werden.
(Mark Twain)

Laufe nicht der Vergangenheit nach, verliere dich nicht in der Zukunft. Die Vergangenheit ist nicht mehr. Die Zukunft ist noch nicht gekommen. Das Leben ist hier und jetzt.
(Siddhartha Gautama Buddha (550 -470 v.Chr.))

Willst du glücklich sein im Leben, trage bei zu anderer Glück, denn die Freude, die wir geben, kehrt ins eigene Herz zurück.
(Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832))

Blicke in dein Inneres! Da drinnen ist die Quelle alles Guten, die niemals aufhört zu sprudeln, solange du nicht aufhörst nachzugraben.
(Marc Aurel (121 -180))

Seelenruhe, Heiterkeit und Zufriedenheit sind die Grundlagen allen Glücks, aller Gesundheit und des langen Lebens.
(Christoph Wilhelm von Hufeland (1762-1836))

Unser Heimfürsprecher im Haus Burgwedel

Herr Christian Schmidt – Heisch

Liebe Bewohnerinnen, liebe Bewohner und liebe Angehörige!



unter vier Augen.

Kurz zu meiner Person. Mein Name ist Christian Schmidt-Heisch (45), ich arbeite in Teilzeit als Fallmanager im Jobcenter und wohne im schönen Barmbek. Geboren wurde ich übrigens in Schnelsen und bin in Rellingen (Egenbüttel) aufgewachsen, habe also einen

Seit Oktober 2024 bin ich Ihr Fürsprecher und vertrete Ihre Interessen gegenüber der Einrichtungsleitung. Alle zwei Monate bin ich persönlich bei Ihnen im Haus und wir können ins Gespräch kommen, gern auch vertraulich

räumlichen Bezug zu Ihrer Einrichtung. Wenn ich nicht gerade arbeite oder in Sachen Ehrenamt unterwegs bin, reise ich gern und verbringe vor allem am liebsten Zeit mit meinen Freunden.

Durch die jahrelange Begleitung meiner Schwiegermutter habe ich Erfahrungen im Bereich Pflege und Betreuung sammeln dürfen.

Sie möchten mit mir Kontakt aufnehmen? Wenden Sie sich gern an Frau Meyer oder senden mir eine Mail an christian.schmidt-heisch@web.de

Alle Anliegen werden selbstverständlich anonym und vertraulich behandelt.

Ich freue mich auf Sie!

Herzliche Grüße

Christian Schmidt-Heisch

Heimbeirat

Zur Information: Der Heimbeirat ist das wichtige Mitwirkungsorgan und die Interessenvertretung für die Bewohner/-innen im Heim. Über ihn wirken die Bewohner/-innen von Heimen in Angelegenheiten des Heimbetriebes mit, wie z. B. Heimordnung, Bedingungen des Heimaufenthaltes, Verpflegung, Freizeitgestaltung u. a.

In Fällen, in denen ein Heimbeirat nicht gewählt werden kann, können Heimfürsprecher/-innen die Aufgaben des Heimbeirates übernehmen. Gesetzliche Grundlagen diesbezüglich sind das Heimgesetz (HeimG) und die Verordnung über die Mitwirkung der Heimbewohner/-innen in Angelegenheiten des Heimbetriebes (HeimMitwirkungsV).

Informatives

Jubiläen von langjährigen Mitarbeiterinnen & Mitarbeitern
im Haus Burgwedel

Herzliche Gratulation an langjährige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für ihr engagiertes Wirken in den vielen Jahren ihrer Tätigkeit im Haus Burgwedel.

25 Jahre im Haus Burgwedel

Frau Fabiola Iozsa
Frau Sabine Hüll
Frau Ulrike Seetzen

20 Jahre im Haus Burgwedel

Frau Marianne Giesch

15 Jahre im Haus Burgwedel

Herr Marco Niens

10 Jahre im Haus Burgwedel

Frau Anna Wojchiechowska
Frau Manuela Lippmann

5 Jahre im Haus Burgwedel

Frau Nicole Pantelmann
Frau Lailoma Qayum
Frau Lara Sophie Griese
Frau Sariette Yolande Gatcha Kwenkeu
Frau Sadia Ahmed
Frau Melanie Peitz

Wochenplan

Regelmäßig stattfindende wöchentliche Aktivitäten:

Montag	09.15 Uhr 10.00 Uhr	Musiktherapie auf dem WB:B mit Marieke Bothe Bewegungs- und Wahrnehmungsförderung mit Frau Baudach-Jäger
Dienstag	09.30 Uhr 10.30 Uhr 14.30 Uhr 15.30 Uhr	Sturzprophylaxe mit unseren Ergotherapeutinnen Frau Frenzel und Frau Albrecht - unterstützt durch unsere BT- Mitarbeiterinnen - Fit-Bleiber-Gruppe für WB:A Fit-Bleiber-Gruppe für WB:C Fit-Bleiber-Gruppe für WB:B Fit-Bleiber-Gruppe für WB:D & E
	10.00 Uhr	Besuch von Frau Olszewski mit Hündin Raja (2x mtl.)
	14.30 Uhr 14.30 Uhr 14.45 Uhr 15.30 Uhr 15.45 Uhr	Wechselnde Angebote auf den Wohnbereichen z. B. Geburtstagsnachfeier bereichsübergreifend (vierteljährlich) Frau Magnussen kommt mit Besuchs-Pony Fridolin (zweimtl.) Besuch der Begegnungsclowns Lucky & Blumina (zweimtl.) Kunsttherapeutisches Malen mit Frau Seipt (2x mtl.) Kioskverkauf auf den Wohnbereichen
Mittwoch	14.30 Uhr 14.45 Uhr 15.45 Uhr	Spezialgymnastik / Geh-, Kraft- u. Balancetraining mit Eddi Jäger Musiktherapie auf dem WB:D mit Alexandra Schäfer Musiktherapie auf dem WB:E mit Alexandra Schäfer
Donnerstag	10.00 Uhr 10.00 Uhr 12.30 Uhr 15.00 Uhr 15.00 Uhr	Männergruppe Ev. Gottesdienst (1x mtl. am 2. Do.) Speiseplanbesprechung (1x mtl.) Denkfit-Gruppe Heimfürsprechersitzung (1x mtl.)
Freitag	10.00 Uhr 15.00 Uhr 15.00 Uhr 15.00 Uhr	Bingo Mode- und Schuhverkauf (ca. vierteljährlich) Musikangebote wechselweise auf den Wohnbereichen Vorbereitungen für Feste aller Art
Samstag od. Sonntag	15.00 Uhr	Musik im Erdgeschoss oder auf der Terrasse im Sommer (1x mtl.) - Änderungen vorbehalten -

Informatives aus dem Haus Burgwedel

Maßnahmen zur Sturzprävention / Sturzprophylaxe im Haus Burgwedel

Sturzprophylaxe als Gruppenangebot durch unsere Ergotherapeutinnen Frau Frenzel und Frau Albrecht – unterstützt durch BT-Mitarbeiterinnen – in der Dachstube

- 09.30 Uhr Fit-bleiber-Gruppe für WB:A
- 10.30 Uhr Fit-bleiber-Gruppe für WB:C
- 14.30 Uhr Fit-bleiber-Gruppe für WB:B
- 15.30 Uhr Fit-bleiber-Gruppe für WB:D & E

Sturzprophylaxe als Einzelangebot durch unsere Ergotherapeutinnen Frau Frenzel und Frau Albrecht findet **individuell nach Bedarf** auf den Wohnbereichen statt.

Spezialgymnastik / Geh-, Kraft- u. Balancetraining mit Fitnesstrainer Eddi Jäger
mittwochs 14.30 bis 16.30 Uhr in der Dachstube



Die Termine der Einzel- und Kleingruppenbetreuungen auf den Wohnbereichen durch unsere BT-Mitarbeiterinnen werden aktuell im Tagesblättchen und in den Aushängen am Fahrstuhl bekanntgegeben.

Betreuung auf den Dementenwohnbereichen:

Auf den Dementenwohnbereichen findet in der Woche von Montag bis Freitag jeweils vormittags und nachmittags sowie am Wochenende eine spezielle Dementenbetreuung statt, die in den Wochenaktivitätsplänen der Dementenwohnbereiche

Sitzgymnastik, Bewegungs- und Wahrnehmungsförderung mit Gymnastik-Übungsleiterin Frau Baudach-Jäger

montags 10.00 – 11.00 Uhr in der Dachstube

Sitzgymnastik und / oder ein Bewegungsangebot auf den Wohnbereichen als Gruppenangebot oder Einzelangebot findet **regelmäßig wöchentlich** für Senioren statt.



SENIOREN IN BEWEGUNG DIE TERMINE

reiche B, D, E ersichtlich ist. Einmal wöchentlich findet Musiktherapie mit einer Musiktherapeutin statt. Die Therapie-Robbe Paro kommt ebenfalls zum Einsatz.



Rückblick

Aufenthalte im Freien, z. B. auf dem Balkon, bei Spaziergängen, im Garten

21.09.24 MUSIKVERGNÜGEN MIT OSCAR BENITO

Heitere, leicht beschwingte weltbekannte Melodien erklangen, als der Musiker und Sänger Oscar Benito auf seiner Gitarre und seiner Harfe musizierte.

Mit den südamerikanischen Klängen wie auch mit den Evergreens aller Art begeisterte er das Publikum, welches spontan mit einstimmte, schunkelte und klatschte.



06.10.24 MUSIK ZUM ERNTEDANK MIT GERHARD TRATZ Stimmung im Saal bei einer Polonaise durch den Saal.



11.10.24 TANGONACHMITTAG MIT HERRN FUCHS & PARTNERIN



Rückblick

26.10.24 OKTOBERFEST MIT MICHAEL KLEPPIN

Die nächste fröhliche Musikveranstaltung folgte zum Oktoberfest mit Michael Kleppin, der das Publikum mit Stimmungsliedern aller Art in Fahrt brachte, so dass freudestrahlend mitgesungen, mitgeschunkelt und das Tanzbein ausgelassen geschwungen wurde.



Herbstliche Dekoration im Oktober



Herstellung von
herbstlicher Dekoration
z. B. zum Halloween
auf WB:D

Kürbis schnitzen

09.11.24 FRÖHLICHER MUSIKNACHMITTAG MIT MR. FUNBO

Mit Gesang und Keyboard gestaltete der Musiker und Sänger Mr. FunBo (Dieter van Bocksen) zum Beginn der närrischen Saison einen fröhlichen Musiknachmittag mit heiteren Karnevalsliedern zum Mitsingen, Mitschunkeln und Mittanzen.

Mit freundlicher Ansprache und humorvoller Moderation motivierte er die Anwesenden zum Mitsingen, Mitschunkeln und Tanzen. Er erfüllte viele Musikwünsche. Mit viel Beifall wurde der Musiker verabschiedet – verbunden mit dem Wunsch auf ein baldiges Wiedersehen und -hören.



Rückblick

10.10. / 14.11. / 12.12.24 EV. GOTTESDIENSTE IM HAUS BURGWEDEL



Monatlich finden regelmäßig ev. Gottesdienste im Haus Burgwedel statt. Das ist keine Selbstverständlichkeit in Zeiten personeller Engpässe. An dieser Stelle sei einmal Frau Pastorin Anja Stadtland und Kirchenmusikerin Frau Eguchi gedankt.

Am 14.11.24 erfreute während des Gottesdienstes zusätzlich der Gemeindegemeindechor, unter der Leitung der Kirchenmusikerin Frau Gudrun Kühn-Hoppe, unsere Senioren.



23.11.24 MUSIK ZUM 29. GEBURTSTAG DES HAUSES BURGWEDEL

Über das inzwischen 29-jährige Bestehen des Hauses Burgwedel freuten sich die Geschäftsführung, unser Einrichtungsleiter Herr Thomas Baganz und das gesamte Mitarbeiter –Team sowie alle, die sich dem Haus verbunden fühlten.

Der Hausgeburtstag wurde gewürdigt mit einem heiteren Musiknachmittag am 23.11.24 und kulinarischen Köstlichkeiten zu den verschiedenen Mahlzeiten.

Das Musiker-Duo Norbert & Tina-Larissa präsentierte mit Gitarre und Gesang ein abwechslungsreiches Programm, z. B. mit beliebten Schlagern der 50/60-iger Jahre, Titel von Elvis Presley oder aktuelle. Das Publikum im Saal & in den Zimmern (deren Türen geöffnet waren) stimmte begeistert mit ein: Es wurde gesungen, geschunkelt, mitgeklatscht und getanzt. Mit viel Applaus wurde das Duo verabschiedet.





WINTERZAUBER – WEIHNACHTSMARKT IM GARTEN FÜR SENIOREN UND ANGEHÖRIGE IM DEZEMBER

In diesem Jahr wurde in der Adventszeit auf der Terrasse jeweils am Freitagnachmittag von den Ergotherapeutinnen Frau Susanne Frenzel und Frau Emilia Albrecht – unterstützt durch die \$43b- BT - Kollegin Frau Yasmin Thie ein Winterzauber – Weihnachtsmarkt durchgeführt.

Für den Winterzauber wurde der Pavillon und die Terrasse weihnachtlich geschmückt, es wurden Waffeln gebacken und Früchtepunsch oder Heiße Schokolade angeboten, Weihnachtsmusik erklang im Hintergrund. Senioren, Angehörige und auch Mitarbeiter/-innen ließen sich gern einstimmen auf die Advents- u. Weihnachtszeit – es gab viel Lob für dieses Angebot, das von vielen an jedem Freitag angenommen wurde. Man traf sich in dicke Jacken oder Decken gehüllt und genoss die adventliche Atmosphäre bei netten Gesprächen und Waffelduft. Der Wunsch nach Fortsetzung dieses schönen Winterzaubers im Jahr 2025 wurde geäußert. Dieser Wunsch wird bestimmt erfüllt werden.



05./06./10./14./17.12.24

WEIHNACHTSFEIERN AUF ALLEN WOHNBEREICHEN

Gemeinsam feierten Senioren, Angehörige und Mitarbeiter/-innen auf allen Wohnbereichen ihre Weihnachtsfeiern. An den festlich geschmückten Kaffeetafeln genossen die Anwesenden die weihnachtlichen Festtagstorten, Weihnachtskekse, Kaffee und Sekt.

Umrahmt wurden vier Feiern vom stimmungsvollen Gesang und den Gitarren- und Harfenklängen des Musikers Oscar Benito u. auf dem WB:A vom Musiker Mr.FunBo. Als Weihnachtsmann oder -frau verkleidete

Mitarbeiter/-innen verteilten liebevoll verpackte Geschenke, Weihnachtsgedichte wurden vorgetragen. Gemeinsam sangen Jung und Alt bekannte Weihnachtslieder. Die Weihnachtsfeiern klangen aus mit Sekt und einem köstlichen Kalt-Warm-Buffer oder einem warmen Abendessen, das unser Küchen-Team gezaubert hatte, welches allen gut schmeckte.



Ein Sack voller Geschenke



14.12.24 DER SCHNELSENER POSAUNENCHOR MUSIZIERTE IM GARTEN DES HAUSES BURGWEDEL

Schon traditionell erfreut der Posaunenchor aus Schnelsen am Samstag vor dem 3. Advent unsere Senioren mit seinen Klängen. Auf Trompeten, Posaunen und Hörnern spielten die Männer und Frauen vor dem Haupteingang weihnachtliche Musik.

Die in dicke Jacken und Decken gehüllten Senioren genossen dieses besondere Ereignis. Auch Balkontüren auf den Wohnbereichen wurden geöffnet, damit unsere Senioren die Bläserklänge hören konnten.

Mehrere Senioren begaben sich auf die Balkone, um das Geschehen zu beobachten beim Zuhören. Es gab kräftigen Applaus für den Posaunenchor in der Hoffnung auf ein Wiedersehen/-hören und noch ein Aufwärmen bei heißen Getränken – Kaffee und Tee – und Weihnachtskekse.

Herzlichen Dank an den Posaunenchor unter der Leitung von Herrn Holger Mau für die musikalische Einstimmung auf die Weihnachtszeit.



20.12.24 BESUCH AUS DER BENACHBARTEN AHMADIYYA MUSLIM JAMAAT GEMEINDE

Überraschenden Besuch gab es für unsere Senioren in der Adventszeit, als eine Mädchengruppe im Alter von 7-15 Jahren in Begleitung von Müttern und Betreuerinnen ins Haus kamen, unsere Senioren mit selbstgebastelten weihnachtlichen Sternen – Karten mit guten Wünschen für die Zukunft sowie dem Singen eines Friedensliedes erfreuten.

Das Motto dieser sich als friedvoll und tolerant verstehenden islamischen Reformgemeinde heißt „Liebe für alle, Hass für keinen“. Das Engagement im Zeichnen von Frieden und nachbarschaftlichem, generationsübergreifenden Miteinander verschiedener Religionen wurde positiv aufgenommen und den Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen gedankt für den Einsatz um Frieden und Völkerverständigung.



24.12.24 WEIHNACHTLICHE MUSIK AUF DEN WOHNBEREICHEN AM HEILIGABEND

Der Sänger Christian Andersen erfreute nachmittags unsere Senioren und Angehörigen auf allen Wohnbereichen. Gemeinsam wurden bekannte Weihnachtslieder gesungen. Weihnachtsgeschichten u.-und -gedichte wurden vorgetragen, Gespräche in gemütlicher Runde geführt, sich erinnert an frühere Weihnachten.



26.12.24 WEIHNACHTSFEIER MIT DEM DUO ROMANTIC



Einen stimmungsvollen 2. Weihnachtstag bereitete das Duo Romantic den Anwesenden mit bekannten Weihnachtsliedern wie auch mit gefühlvollen Liebesliedern. Das Duo in seiner festlichen Kleidung war wieder ein Augenschmaus. Mit viel Applaus wurde das Duo und ihr Tontechniker verabschiedet.

Aktivitäten auf den Wohnbereichen und in der Dachstube

Kunsttherapeutisches Malen mit Frau Seipt



Rückblick

Kreatives Gestalten

Weihnachtliche Karten gestalten



Nikolausstiefel basteln



Ausmalen von Weihnachtsmotiven



Adventskränze schmücken

Hauswirtschaftliche Aktivitäten



Kekse backen

Waffeln backen,
Salate zubereiten



Rückblick

Männeraktivitäten in der Männergruppe: Bau von Vogelhäusern



Freude an der Bewegung



Sitzgymnastik &
Ballspiele

Gehsicherheits-, Geh-, Kraft-
und Balancetraining
mit Fitnesstrainer Eddi Jäger



Blumina & Lucky



Freude mit den Besuchstieren: Pony Fridolin, Hündinnen Bella & Raja



Besondere Veranstaltungen

Veranstaltungen im Januar 2025

Fr.	03.01.	15.00 Uhr	Wunschmusik mit Monika
Di.	07.01.	10.00 Uhr 15.30 Uhr	Frau Olszewski kommt mit Hündin Raja Kunsttherapeutisches Malen mit Frau Seipt
Do.	09.01.	10.00 Uhr 15.00 Uhr	Ev. Gottesdienst Heimfürsprechersitzung
Fr.	10.01.	15.30 Uhr	Tango mit Herrn Fuchs und Partnerin
So.	12.01.	10.15 Uhr	Neujahrskonzert mit dem Pianisten Juraj Sivak
Di.	14.01.	14.30 Uhr	Geburtstagsnachfeier für Oktober/-November/-Dezembergeborene
Di.	21.01.	10.00 Uhr 14.30 Uhr	Frau Olszewski kommt mit Hündin Raja Frau Magnussen ist mit Besuchs-Pony Fridolin zu Gast
Di.	28.01.	15.30 Uhr	Kunsttherapeutisches Malen mit Frau Seipt
Fr.	31.01.	15.00 Uhr	Musiknachmittag auf den Wohnbereichen

Veranstaltungen im Februar 2025

Di.	04.02.	10.00 Uhr	Frau Olszewski kommt mit Hündin Raja
Mi.	05.02.	10.00 Uhr 10.45 Uhr	Stark im Kopf mit Leon Trox Sing dich stark mit Leon Trox
Di.	11.02.	15.30 Uhr	Kunsttherapeutisches Malen mit Frau Seipt
Mi.	12.02.	10.00 Uhr 10.45 Uhr	Stark im Kopf mit Leon Trox Sing dich stark mit Leon Trox
Do.	13.02.	10.15 Uhr	Ev. Gottesdienst
Fr.	14.02.	15.00 Uhr	Musik zum Valentinstag
Di.	18.02.	10.00 Uhr 14.45 Uhr	Frau Olszewski kommt mit Hündin Raja Die Begegnungscloowns Lucky & Blumina kommen

Mi.	19.02.	10.00 Uhr 10.45 Uhr	Stark im Kopf mit Leon Trox Sing dich stark mit Leon Trox
Fr.	21.02.	15.00 Uhr	Schuhverkauf der Firma Schuilwerve
Sa.	22.02.	15.30 Uhr	Karnevalsfeier mit den Moorreger Karnevalisten
Di.	25.02.	15.30 Uhr	Kunsttherapeutisches Malen mit Frau Seipt

Veranstaltungen im März 2025

Di.	04.03.	10.00 Uhr 15.30 Uhr	Frau Olszewski kommt mit Hündin Raja Kunsttherapeutisches Malen mit Frau Seipt
Fr.	07.03.	15.00 Uhr	Musikvergnügen auf den Wohnbereichen
Mi.	12.03.	10.00 Uhr 10.45 Uhr	Stark im Kopf mit Leon Trox Sing dich stark mit Leon Trox
Do.	13.03.	10.00 Uhr	Ev. Gottesdienst
Di.	18.03.	10.00 Uhr 14.30 Uhr	Frau Olszewski kommt mit Hündin Raja Frau Magnussen kommt mit dem Besuchs-Pony Fridolin
Mi.	19.03.	10.00 Uhr 10.45 Uhr	Stark im Kopf mit Leon Trox Sing dich stark mit Leon Trox
Sa.	22.03.	15.00 Uhr	Frühlingsfest
Di.	25.03.	15.30 Uhr	Kunsttherapeutisches Malen mit Frau Seipt
Mi.	26.03.	10.00 Uhr 10.45 Uhr	Stark im Kopf mit Leon Trox Sing dich stark mit Leon Trox

– Änderungen vorbehalten –

Besinnliches

*Am Grunde des Herzens eines jeden Winters
liegt ein Frühlingsahnen,
und hinter dem Schleier einer jeden Nacht
verbirgt sich ein lächelnder Morgen.*

(Khalil Gibran (1883-1931))

*Achte gut auf diesen Tag,
denn er ist das Leben,
das Leben allen Lebens.
In seinem kurzen Ablauf
liegt alle Wirklichkeit
und Wahrheit des Daseins,
die Wonne des Wachsens,
die Herrlichkeit der Kraft.
Das Gestern ist nichts als ein Traum,
und das Morgen nur eine Vision.
Aber das Heute — richtig gelebt —
macht jedes Gestern
zu einem Traum voller Glück
und das Morgen
zu einer Vision voller Hoffnung.
Achte daher gut auf diesen Tag.*

(aus dem Sanskrit)

Stilles Reifen

*Alles fügt sich und erfüllt sich,
musst es nur erwarten können
und dem Werden deines Glückes
Jahr und Felder reichlich gönnen.
Bis du eines Tages jenen
reifen Duft der Körner spürest
und dich aufmachst und die Ernte
in die tiefen Speicher führst.*

(Christian Morgenstern (1871-1914))

*Lass deinen Geist still werden
wie einen Teich im Wald.
Er soll klar werden wie Wasser,
das von den Bergen fließt.
Lass trübes Wasser zur Ruhe kommen,
dann wird es klar werden,
und lass deine schweifenden Gedanken
und Wünsche zur Ruhe kommen.*

(Siddhartha Gautama Buddha (550 -470 v.Chr.))

Gesundheitstipps

Heißhunger stoppen

Tipps, wie man Hunger stoppen kann, der einen überfällt oft in Folge von Stress oder Unterzuckerung, weil vielleicht eine Mahlzeit fehlte:

Zähne putzen

Mit Zahnpasta die Zähne reinigen oder den Mund mit einem milden Mundwasser spülen. Der frische Minzgeschmack soll gegen Hunger-Anfälle helfen.

Vanille - Aroma schnuppern

Der Duft von echter Vanille entspannt uns und soll nach wissenschaftlichen Erkenntnissen auch Heißhunger auf Süßes reduzieren. Beim Schnuppern von Vanille wird nämlich im Gehirn Serotonin (Glückshormon) ausgeschüttet.

Kaugummi kauen

Zuckerfreie Kaugummiarten, die den Geschmack exotischer Früchte enthalten, schmecken so intensiv, dass man glaubt zu naschen und dabei die Lust auf Süßigkeiten vergisst (z. B. Tropical- oder Mangoaromen)

Akupressur-Punkte drücken

Mit dem Finger den Punkt zwischen Nase und Oberlippe drücken. Oder zwei Fingerbreit unterhalb des Bauchnabels anlegen: Die Stellen je 10 Sekunden drücken, fünf- bis zehnmal wiederholen.

Blau Kringel malen

Die Farbe Blau wirkt nicht appetitanregend. Z. B. mit blauen Stiften Kringel oder Kreise aufs Papier malen und das Werk ein Weilchen anschauen.

Starre Regeln,

wie z. B. nie wieder Schokolade zu essen, vermeiden. Diese bewirken eher das Gegenteil, fördern noch die Lust auf Süßes.

Den Magen besänftigen

Nicht auf leeren Magen etwas Süßes essen – das fördert den Heißhunger noch stärker. Lieber eine große Portion warmes Gemüse oder Gemüsesuppe essen.

Finger-Yoga

Den Daumen der einen Hand auf das zweite Glied des Mittelfingers der anderen Hand drücken. Zwei Minuten halten. Fünfmal am Tag.

Ein hart gekochtes Ei (Eiweiß)

kann den Hunger eindämmen.

Sich satt atmen

Anhänger des Ayurveda bevorzugen die beruhigende Tiefenatmung. Luft einströmen lassen, so dass sich der Bauch wölbt. Gut ausatmen. Wiederholen, bis das Hungergefühl weniger wird.



LACH MAL WIEDER

AUS DER SCHULE

Lehrerin: „Wenn ich sage: Ich komme nicht, du kommst nicht, er kommt nicht. Was bedeutet das, Birgit?“
 „Dass keiner Lust hat zu kommen!“

GERICHT

„Nun zu Ihrer Vorstrafenliste!“, erhebt der Richter seine Stimme. – „Aber nicht, dass Sie mir hinterher vorwerfen,“ meint der Angeklagte, „ich hätte die Verhandlung unnötig in die Länge gezogen.“

VERKEHR

Sagt der Lehrer: „Karl, wie heißt die Befehlsform von schweigen?“ Karl denkt angestrengt nach. Dann hellt sich sein Gesicht auf, und er sagt, glücklich darüber, die Lösung gefunden zu haben: „Die Befehlsform von schweigen heißt „PSST!“

Nachts schwankt ein Betrunkener auf einen Fußgänger zu und erklärt ihm, dass er sein Auto nicht mehr findet. „Fahren Sie doch mit dem Bus“, rät der Fremde. – „Das hilft nichts“, jammert der Betrunkene, „der passt ja nicht in meine Garage.“

GOTTESDIENST

„Erik, wenn du sagst: Das Lernen macht mir Freude, was ist das für ein Fall?“
 „Ein seltener Fall, Frau Lehrerin!“

Hinweis an der Kirchentür:

„Verehrte Messbesucher. Gott ruft uns auf verschiedene Weise. Aber ganz gewiss wird er Sie nicht über Handy anrufen. Deshalb bitten wir Sie höflich, dass Sie vor dem Betreten der Kirche Ihr Handy ausschalten!“

ARBEIT

Herr und Frau Schmidt stehen vor den Pyramiden in Ägypten. „Daran ist über 2000 Jahre lang gebaut worden!“, sagt der Fremdenführer. – „Siehst du“, sagt Herr Schmidt zu seiner Frau, „die hatten schon damals Schwierigkeiten mit den Handwerkern!“

IM ZOO

Die Tante geht mit ihrem Neffen durch den Zoo. „Wenn wir uns beeilen, können wir die Seelöwen beim Füttern beobachten. Dann kannst du sehen, mit welchem Genuss diese die Fische verschlingen.“ Darauf Lothar: „Willst du nicht lieber sehen, wie ein kleiner Junge eine Schokotorte verschlingt?“

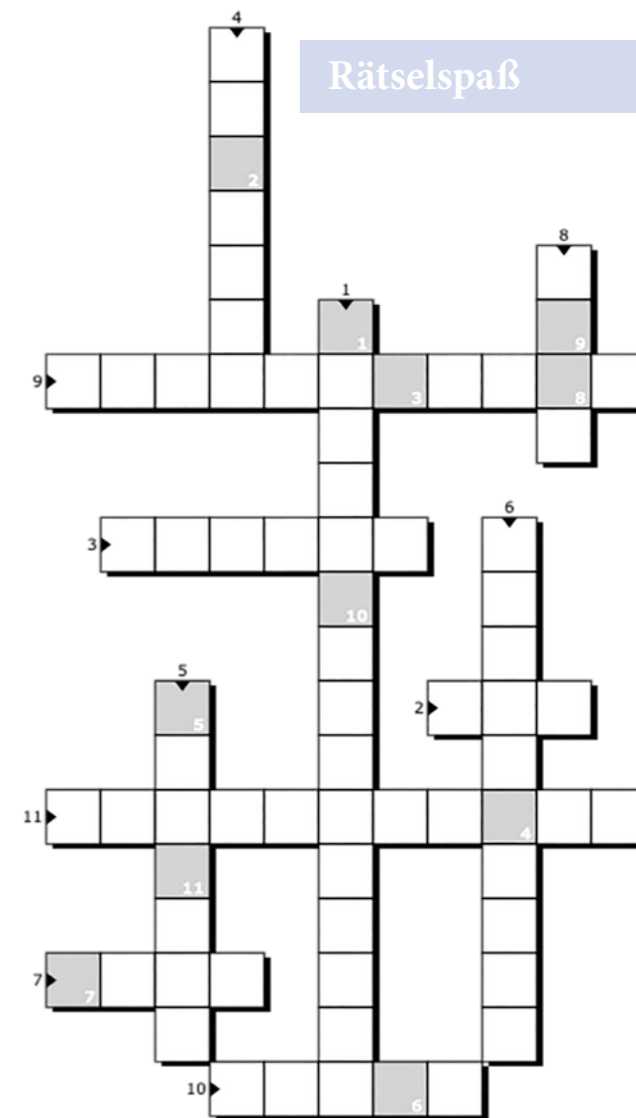


©Roger Schmidt, www.karikatur-cartoon.de

KREUZWORTRÄTSEL

1. Internat. Wettkampf im Winter
2. gefrorenes Wasser
3. Niederschlag im Winter
4. Fußkleidung im Winter
5. Sportart für Paare auf Kufen
6. Blühende Winterblume
7. Streumaterial gegen Glätte
8. Behälter
9. Winterspeise
10. Frühlingsmonat
11. Haupttag der Karnevalsumzüge

Lösungswort:
 Bewegung in der kalten Jahreszeit



WORTANFANG GESUCHT:

Gesucht wird ein Wort, das den unten genannten Wörtern vorangestellt wird und damit neue Begriffe geschaffen werden.

- 1.-BUCHE
- 2.-RACHE
- 3.-FINK
- 4.-WURZ
- 5.-BANK

Kleine Hilfen:
 1. ein heimischer Laubbaum
 2. eine Form der Selbstjustiz
 3. er wird auch Gimpel genannt
 4. er wird auch „Aufrechtes Fingerkraut“ genannt
 5. eine Bank, bei der man Geld weder einzahlen noch abheben kann

NEUE WÖRTER BILDEN

Bitte von den unten stehenden Wörtern den ersten Buchstaben streichen und dafür einen anderen letzten Buchstaben anhängen, sodass neue sinnvolle Wörter entstehen. Die angehängten Buchstaben ergeben das Lösungswort:

ODOR - USUS - BRAUT - FRAU - EDAM - PLAGÉ

Neue Wörter gesucht: DORF-SUSI-SISIRAU-TE-RAUB-Dame-Lager = FIEBER

Anfangswort: BLUT

11. Rosenmontag, Lösung: Wintersport

Kreuzworträtsel: 1. Wintertropfen, 2. Eis, 3. Schnee, 4. Stiefel, 5. Eistanz, 6. Christrose, 7. Sand, 8. Topf, 9. Kohleintopf, 10. März.

MINSCHEN MIT LÜTTE MACKEN

Künnt wi de Tokunft von uns Welt alleen de Realisten överlaten, or de, de jümmers as ersten an Drücker sünd? Or de Minschen, de in jede Lebenslaag den besten Dörchblick hebbt? Villicht künnt wi op de vertraun, de in jedeene Situatschoon funkzioneert, de alln's fast in Griff hebbt? An bestenweer't am Enn uns Welt in de Hannen vun de Minschen ut'n Management to leggen...de mit den grooten Überblick. Se gaht jeden Dag in eern besten Zwirn in de Firma. Künnt in riesengroote Konzerne de Arbeit good verdeelen un organiseert un dilligert!!! Schulln wi düsse Minschen uns Welt anvertruun? Avers to'n Wohl vun uns Welt hört veel mehr. Wi brukt Dröömer un Minschen, de sik'n beten wat ut eere Kinnertied bewohrten. De eenfach mol dörch'n Springseil löpt ...op de

Steed en Clown speelen künnt, mit nakelte Fööt op'n Rasen lopt... un af un an ok mol Versager sünd. Un denn brukt wi de Dänzer un Musikanten, de blots to Freid för de Minschen op eere Vigelin fiedelt ...de echten Levenskünstler!

Heel nödig brukt wi de Minschen, de noch lachen un weenen künnt...de mol den Bus verpasst, weil se een lüttjen Buttjer sien Ball vun de Straat halt, em de Rotznäs afwischt... und dorbi nich op de Klock kiekt...Sachs de Minschen makt uns Welt bunt un menschlich... jüst dat is de Mischung Minsch, de den leven Gott an't Hart wussen is...Also brukt wi uns nicht to verännern, behoolt wi all uns lütten Macken."

vun Inge Rohwer

*Do wat ji wüllt,
de Lüüd snackt doch.*

*Wenn eener kummt un to mi seggt:
„Ik mak dat allen Minschen recht!“
segg ik to em:
„Min Fründ, mit Gunst lehr mi
ok düsse swore Kunst!“*

*„De best is jümmer“,
seggt Jochen Brümmer,
„sik an sin egen Nees to faten
un anner Lüüd in Roh to laten.“*

**IN DER WINTERNACHT**

Es wächst viel Brot in der Winternacht,
weil unter dem Schnee frisch grünet die Saat;
erst wenn im Lenze die Sonne lacht,
spürst du, was Gutes der Winter tat.
Und deucht die Welt dir öd und leer,
und sind die Tage dir rau und schwer:
Sei still und habe des Wandels acht.
Es wächst viel Brot in der Winternacht.

(Friedrich Wilhelm Weber (1806-1871))

VORFRÜHLING

Die Hänge streift ein goldner Hauch
und in die süße Stille
blüht feierlich ein Schlehdornstrauch.
Am Waldrand äst ein Reh.
In Spalt und Ackerrille,
und wohl am armen Herzen auch,
liegt noch ein wenig Schnee.

(Josef Weinheber (1892 -1945))

WINTER ADE!

So hört doch, was die Lerche singt!
Hört, wie sie die frohe Botschaft bringt!
Es kommt auf goldenem Sonnenstrahl
der Frühling heim in unser Tal.
Er streuet bunte Blumen aus
und bringet Freud in jedes Haus.
Winter ade, Frühling juchhe!
Der Winter sagt ade!Ade!
Was uns die liebe Lerche singt,
in unserem Herzen wiederklingt.
Der Winter sagt ade!Ade!
Und hin ist Kälte, Reif und Schnee
und Nebel hin und Dunkelheit-
Willkommen, süße Frühlingszeit!
Winter ade! Frühling Juchhe!

*(August Heinrich Hoffmann von Fallersleben
(1798-1874))*



Abschiede

In stillem Gedenken



*Wir gedenken unserer verstorbenen Senioren,
die in den vergangenen drei Monaten von uns gegangen sind.
Wir werden sie stets in guter Erinnerung behalten
und ihnen ein ehrendes Andenken bewahren.*

*Unsere Anteilnahme gilt den Angehörigen,
Freunden und Bekannten der Verstorbenen.*

Worte des Trostes

Von guten Mächten wunderbar geborgen
erwarten wir getrost, was kommen mag.
Gott ist mit uns am Abend und am Morgen
und ganz gewiss an jedem neuen Tag.

(Dietrich Bonhoeffer (1906 – 1945))

Legt alles still in Gottes Hände,
das Glück, den Schmerz,
den Anfang und das Ende.

Und meine Seele spannte weit ihre Flügel aus,
flog durch die stillen Lande,
als flöge sie nach Haus.

(Joseph von Eichendorff (1788-1859))

Alles hat seine Zeit.
Es gibt eine Zeit der Freude, des Glücks,
eine Zeit der Stille,
eine Zeit des Schmerzes, der Trauer
und eine Zeit der dankbaren Erinnerung.

Sterben ist kein ewiges Getrenntwerden.
Es gibt ein Wiedersehen
an einem helleren Tag.

(Michael Ferdinand Faulhaber (1869-1952))

Was bleibt,
wenn alles Vergängliche geht,
ist die Liebe.

FUßPFLEGE
— Christine Klingenberg —

Termine nach Vereinbarung
Tel.: 040 - 74 32 26 68
Mobil 0163 - 71 84 84 6

ROSI'S BLUMENKUNST

Nach telefonischer
Vereinbarung
Mobil 0160/91984906

BLUMEN

IHR PERSÖNLICHER BERATUNGSCOUPON

Senioren- und Therapiezentrum Burgwedel GmbH
Walter-Jungleib-Straße 1
22457 Hamburg

Die Einrichtungsleitung und ihr Mitarbeiter-Team stehen Ihnen täglich, gern auch an Sonn- und Feiertagen, für eine unverbindliche Information zur Verfügung. Auf Wunsch beraten wir Sie auch bei Ihnen zu Hause. Wir sind Vertragspartner der Pflegekasse und der öffentlichen Kostenträger. Sie haben Fragen oder Wünsche? Einfach Coupon ausfüllen und an uns zurücksenden.

- Bitte senden Sie mir Informationsmaterial
- Ich wünsche einen Beratungstermin
- Ich wünsche eine Beratung bei mir Zuhause

Name: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon: _____

Wunschtermin: _____



Senioren- & Therapiezentrum

Haus Burgwedel



DAS HAUS

Am 22.11.1995 wurde das „Haus Burgwedel“ eröffnet. Es liegt im Stadtteil Burgwedel, ca. zwei Minuten vom Geschäftszentrum entfernt und verfügt über eine sehr gute Bus- (Metrobus Nr. 5) und Bahnanbindung (AKN Nr. 1)

DIE AUSSTATTUNG

Wohnliche voll- oder teilmöblierte Ein- und Zweibettzimmer mit Bad.

DIE LEISTUNGEN

- Betreuung der Pflegegrade 1-5
- Demenmbetreuung
- Kurzzeitpflege
- Beschäftigungstherapie
- Ärztliche Betreuung durch den eigenen Hausarzt
- Seelsorgerische Betreuung
- Krankengymnastik
- Ergotherapie
- Snoezelen
- Hauseigene Wäscherei
- Friseur und Fußpflege
- Freies WLAN

FREIZEITGESTALTUNG

- Ausflüge & Festlichkeiten
- Musikveranstaltungen
- Gymnastikstunden
- Singkreise
- Kreatives Gestalten
- Plattdeutscher Gesprächskreis
- Bingo
- Diavorträge
- Geburtstagsfeiern
- Gedächtnistraining
- Spielenachmittage u.v.m.

Senioren- und Therapiezentrum Burgwedel GmbH

Walter-Junglieb-Straße 1 • 22457 Hamburg

Tel.: 040 559773-0 • Fax: 040 559773-99 • Mail: info@haus-burgwedel.de • www.haus-burgwedel.de