

Hauszeitung



Das ist die Drossel, die da schlägt,
Der Frühling, der mein Herz bewegt;
Ich fühle, die sich hold bezeigen,
Die Geister aus der Erde steigen.
Das Leben fließet wie ein Traum -
Mir ist wie Blume, Blatt und Baum.

Theodor Storm



Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,

der April macht was er will, so sagt man über diesen Monat. Meistens beziehen wir diesen Spruch auf das wechselhafte Wetter: Mal ist es kalt, mal warm, mal nass, mal trocken, mal kommt Regen, dann scheint wieder die Sonne, auch Gewitter, Schnee und Hagel sind nicht ungewöhnlich. All das bringt der April mit sich.

Eigentlich ist der April ein Frühlingsmonat. Der Dichter Jean Paul sagt:

***Das Schönste am Frühling ist, dass er immer kommt,
wenn man ihn am dringenden braucht.***

Ich finde, dem kann man aus tiefsten Herzen zustimmen. Jedes Jahr freuen wir uns nach dem kalten und trüben Winter auf wärmere Tage und das Erwachen der Natur. Die Vögel sind wieder zu hören und im Garten wird es bunter. Dazu passt unsere Einladung: Wir möchten Sie am 6. April zu einem Liedernachmittag mit Gitarre im Aufenthaltsraum einladen. So singen wir den Frühling und das schöne Wetter herbei.



Ein trauriges, aber auch gutes Ereignis im März war die Verabschiedung unserer Hauswirtschaftsleitung Frau Sonja Glorius. Nach 12 Jahren unermüdlichen Einsatzes in unserer Einrichtung geht Frau Glorius in den wohlverdienten Ruhestand. Wir wünschen ihr alles Gute, möge sie noch lange gesund und aktiv bleiben.

Ihre vielfältigen Aufgaben werden nun unter anderem von Frau Huntemann übernommen. Frau Huntemann wird sich um die Bereiche Gebäudereinigung, Wäscherei und den technischen Dienst kümmern. Sie steht Ihnen gerne als Ansprechpartnerin zur Verfügung und beantwortet Ihre Fragen.

Sie erreichen Frau Huntemann unter der Nummer 050 51 / **473-169**.

Des Weiteren möchten wir Sie darüber informieren, dass Frau Pfeiffer nun die Leitung der Küche übernimmt. Alle Fragen zur Speiseverversorgung und Lebensmittelqualität können Sie zukünftig direkt an Frau Pfeiffer richten.

Sie erreichen sie unter der Nummer 050 51 / **473 -251**.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Durchblättern dieser Zeitung und hoffen, dass der April reich an schönen Momenten für Sie sein wird.

Ihr Leitungsteam

Das war los bei uns im Februar und März

Ende Februar gab es eine weitere Verabschiedung in den Ruhestand. Unsere langjährige Mitarbeiterin Marianne Tiller war 17 Jahre lang Teil unseres Teams und hat uns als engagierte Fachkraft tatkräftig unterstützt. Wir bedanken uns für die Hingabe und Leidenschaft, die ihre Arbeit geprägt hat und sind dankbar, dass sie uns auch im Ruhestand erhalten bleibt und einige Dienste im Monat übernimmt.



Die Bewohnerinnen im Wohnbereich III waren kreativ und haben Osterhasen verziert und ausgeschnitten. Es hat allen Spaß gemacht. Und auch sonst wurde unser Haus österlich geschmückt.



Ja, mir san mit'm Radl da!

Dieses Lied, auch wenn es in bayrischer Mundart gesungen wird, kennen Sie doch sicher. Es erzählt von der Freude, mit dem Fahrrad unterwegs zu sein, die Landschaft und die Gemeinschaft mit anderen zu genießen und vielleicht noch einzukehren oder ein Picknick zu halten.

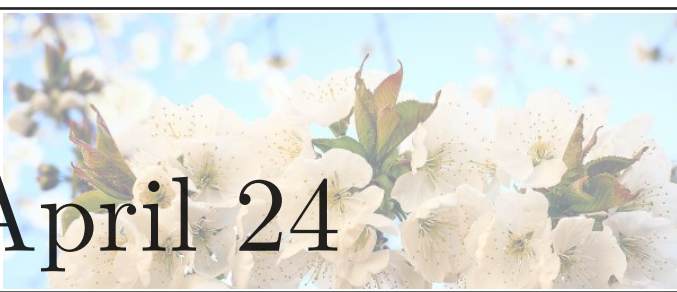
Das Fahrrad als Fortbewegungsmittel gibt es inzwischen seit gut 200 Jahren. Haben Sie das Fahrrad fahren gelernt? Und wann haben Sie ihr erstes Fahrrad geschenkt bekommen? Ich kann mich noch an mein erstes Fahrrad erinnern: Es war grün und nicht neuwertig, sondern wurde von meinen Eltern gebraucht gekauft. Ich habe mich trotzdem sehr darüber gefreut und war stolz darauf, Radfahren zu können. Es war gar nicht so einfach, weil es am Anfang etwas zu groß für mich war. Ich kam kaum an die Pedale und das Auf- und Absteigen war schwierig. Aber es gehörte mir. Natürlich habe ich es pfleglich behandelt, damit es lange hält. Solche Geschichten kennen Sie vielleicht auch noch. Ein Fahrrad war früher und ist auch heute noch ein teurer und wertvoller Gegenstand.

Das Auto als Fortbewegungsmittel hat das Fahrrad inzwischen von der Straße verdrängt. Schade eigentlich, wo es doch viel gesünder ist und umweltschonender. Weil der Umweltschutz in der Politik ein immer größeres Thema ist, gibt es inzwischen in vielen Städten wieder Bemühungen, dem Fahrrad mehr Raum zu geben. Viele neue Fahrradwege werden angelegt, Fahrradabstellflächen geschaffen. Es gibt sogar schon Parkhäuser nur für Fahrräder in einigen großen Städten.

Kennen Sie noch andere Namen, die man dem Fahrrad gegeben hat? Manche nennen es Drahtesel oder Stahlross. Daran wird deutlich, dass es aus Metall hergestellt wird. Die ersten Fahrräder waren übrigens aus Holz. Andere Namen für das Fahrrad sind Vehikel oder schweizerisch Velo. Zum Schluss noch etwas Lustiges: Sie kennen sicher ein Tandem, ein Fahrrad auf dem 2 Personen hintereinander sitzen. Aber wissen Sie auch was ein "Nebeneinander" ist? Das gibt es tatsächlich: Es ist ein Fahrrad, auf dem 2 Personen nebeneinander fahren können! Sehr lustig. Dafür kennen Sie aber sicher das "Nasenfahrrad"!



April 24



Mo

8

09:30 Uhr Andacht
10:00 Uhr Erinnerungsarbeit
15:45 Uhr Gemeindefrauen



Mo

Ostermontag

1



Di

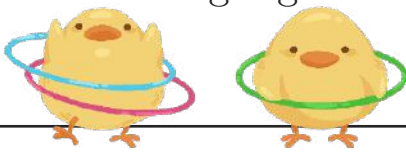
9

09:30 Uhr Andacht
10:00 Uhr Gesang & Poesie
15:45 Uhr Bewegungsrunde

Di

2

09:30 Uhr Andacht
10:00 Uhr Kindergarten-Kinder
15:30 Uhr Bewegungsrunde



Mi

10

09:30 Uhr Andacht
10:00 Uhr Menübesprechung
mit Frau Pfeiffer
15:45 Uhr Knobeln



Mi

3

09:30 Uhr Andacht
10:00 Uhr Zeitung lesen
15:45 Uhr Spiele auf den Wohn-
bereichen

Do

11

09:30 Uhr Andacht
10:00 Uhr Wochen-Speiseplan
15:45 Uhr Bewegung mit Musik

Do

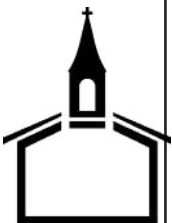
4

09:30 Uhr Andacht
10:00 Uhr Wochen-Speiseplan
15:45 Uhr Bewegung mit Musik

Fr

12

10:00 Uhr Denksport
17:00 Gottesdienst



Fr

5

10:00 Uhr Denksport



Sa

13

15:45 Uhr Beschäftigungs-
angebote auf den Wohn-
bereichen

Sa

6

15:45 Uhr Gitarrenmusik mit
Marc und Wilfried



So

14

10:00 Uhr Beschäftigungs-
angebote auf den Wohn-
bereichen

So

7

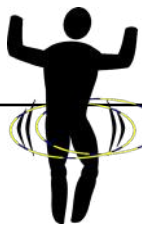
10:00 Uhr Beschäftigungs-
angebote auf den Wohn-
bereichen

Mo

15

09:30 Uhr Andacht
10:00 Uhr Erinnerungsarbeit
18:30 Uhr Bingo

Di 09:30 Uhr Andacht
10:00 Uhr Gesang & Poesie
15:30 Uhr Bewegungsrunde



Mi 09:30 Uhr Andacht
10:00 Uhr Zeitung lesen
15:45 Uhr Knobeln



Mi 09:30 Uhr Andacht
15:45 Uhr Spielrunde auf den Wohnbereichen

Do 09:30 Uhr Andacht
10:00 Uhr Wochen-Speiseplan
15:45 Uhr Bewegung mit Musik

Do 09:30 Uhr Andacht
10:00 Uhr Wochen-Speiseplan
15:45 Uhr Bewegung mit Musik

Fr 10:00 Uhr Denksport
17:00 Gottesdienst



Fr 10:00 Uhr Denksport
15:00 Uhr Geburtstagskaffee



Sa 15:45 Uhr Beschäftigungsangebote auf den Wohnbereichen

Sa 15:45 Uhr Beschäftigungsangebote auf den Wohnbereichen

So 10:00 Uhr Beschäftigungsangebote auf den Wohnbereichen

So 10:00 Uhr Beschäftigungsangebote auf den Wohnbereichen

Mo 09:30 Uhr Andacht
10:00 Uhr Erinnerungsarbeit
18:30 Uhr Kegeln

Mo 09:30 Uhr Andacht
10:00 Uhr Erinnerungsarbeit
18:30 Uhr Spieleabend



Di 09:30 Uhr Andacht
10:00 Uhr Gesang & Poesie
15:30 Uhr Bewegungsrunde

Di 09:30 Uhr Andacht
10:00 Uhr Gesang & Poesie
15:30 Uhr Bewegungsrunde



April 24

Frischlinge auf Tour

„Hallo Grete“, Hans klopfte die feuchte Erde von seinen Schuhen ab und betrat die Hütte. Bello stapfte hinterher. „Falls du jetzt im Wald Kräuter sammeln möchtest, musst du vorsichtig sein. Die Wildschweine haben Junge bekommen.“

„Oh, das ist aber schön.“, freute sich Grete.

„Ja, aber auch nicht ungefährlich. Die Bache verteidigen ihre Jungen. Wenn man ihnen zu nahe kommt, dann greifen sie an. Von einer hundert Kilogramm schweren Wildsau möchte ich nicht gerammt werden. Doch Bello hat mich rechtzeitig gewarnt und wir sind einen anderen Weg gegangen.“

Die trächtige Bache hatte sich vor einiger Zeit von ihrer Rotte getrennt. Sie hatte ein Nest gebaut, um ihre Jungen in Ruhe zur Welt zu bringen. Bei den Wildschweinen heißt das Nest Kessel. Es ist eine Kuhle, die Richtung Süden ausgerichtet ist, und warm mit Gras und Farn gepolstert wird. Sogar ein Dach hatte die Bache über diese Kuhle gebaut. Sieben Frischlinge hatte das Wildschwein zur Welt gebracht. Und weil es noch kalt war und die Neugeborenen nur ein dünnes Fell hatten, kuschelte die Mutter ein paar Wochen mit ihren Kindern in dem warmen Wurfkessel.

Jetzt aber waren die kleinen gestreiften Schweinchen schon so fit auf den Beinen, dass sie mit der Schweinemama zusammen spazieren gehen konnten. Frau Mutter Futter suchend vorneweg und die Kleinen stolperten, hüpfen und trippelten auf ihren kleinen Beinchen hinterher.

Die Bache war eine sehr fürsorgliche Mutter. Nicht nur, dass sie so ein schönes warmes Nest gebaut und sie sich von der wilden Horde getrennt hatte, während die Frischlinge so klein waren, sie säugte ihre Kinder auch fast vier Monate lang und verteidigte ihre Babys bis auf das Blut. Solange wie die Frischlinge gesäugt wurden, behielten sie ihre lustigen Streifen, danach bekamen sie ein hellbraunes Fell.

Hans und Grete passten jetzt sehr auf, wenn sie in den Wald gingen. So süß die Frischlinge auch waren, man durfte ihnen nicht zu nahe kommen, sonst gab es Ärger mit der Mutter.



Weterrätsel

1. Wer macht Wettervorhersage?

a. Urologe b. Astrologe c. Meteorologe

2. Sehr wechselhaftes Wetter nennt man?

a. Märzwetter b. Aprilwetter c. Maiwetter

3. Wann kann man einen Regenbogen sehen?

a. nach starkem Regen, wenn die Sonne scheint b. nach einem Sandsturm
c. im Nebel

4. Woraus bestehen Hagelkörner?

a. Eisklumpen b. Schneeflocken c. Sand

5. Zu welcher Jahreszeit gibt es häufig Nebelbildung?

a. Frühling b. Sommer c. Herbst

6. Wer gehört nicht zu den Eisheiligen?

a. Sophie b. Marie c. Pankratius

7. Wie heißen die Wassertröpfchen, die morgens Pflanzen bedecken?

a. Nebel b. Tau c. Raureif

8. Wie werden Volkssprüche über das Wetter genannt?

a. Wetterbeobachtungen b. Wettervorhersagen c. Bauernregeln

9. Wie werden Cumuluswolken auch genannt?

a. Haufenwolken b. Federwolken c. Regenwolken

10. Blitz und Donner gehören zu welcher Wettererscheinung?

a. Gewitter b. Regen c. Sturm

11. Wie wird Windstärke 12 auch genannt?

a. Sturm b. starker Wind c. Orkan

12. Welches Tier wird mit einer Wetterregel verbunden?

a. Fuchs b. Siebenschläfer c. Schmetterling



Die Rückkehr der Vögel

Jedes Jahr, wenn zu Frühlingsbeginn die Vögel aus wärmeren Ländern zurückkehren, ist das immer wieder ein schönes Naturerlebnis am Himmel. In Scharen und Formationen kündigen sie sich mit lautem Gezwitscher und Geschnatter an. Schon bald werden Partner gesucht und Nester gebaut. Und auch wir werden wieder munterer und bewegen uns mehr. Das milder werdende Wetter lockt uns nach draußen. Viele von Ihnen gehen wieder mehr spazieren, ob in Begleitung oder allein.

Wer nicht gut zu Fuß ist: Man kann sich auch im Sitzen noch bewegen. Es gibt viele schöne Frühlingslieder, die man aus Freude nicht nur mitsingen, sondern auch mit Bewegungen versehen kann. Ein Beispiel dafür ist das unten abgedruckte Lied. Versuchen Sie es doch einmal mit Bewegungen mitzusingen. Viel Freude dabei!



Kommt ein Vogel geflogen

1. Kommt ein Vogel geflogen,
mit den Armen wie mit Flügeln schlagen

setzt sich nieder auf mein' Fuß,
nach unten schauen und mit dem rechten Zeigefinger auf den Fuß zeigen

hat ein' Zettel im Schnabel,
mit dem linken Zeigefinger auf den Mund zeigen

von der Mutter ein' Gruß.
mit beiden Händen winken

2. Lieber Vogel, flieg weiter,
den Vogel fiktiv auf der ausgestreckten Handfläche in die Luft heben

nimm ein' Gruß mit und ein' Kuss,
mit beiden Händen einen Kuss in die Runde werfen

denn ich kann dich nicht begleiten,
den Kopf schütteln und gleichzeitig den rechten Zeigefinger aufrecht nach links und rechts bewegen

weil ich hierbleiben muss.
beide Hände aufs Herz legen





Regen

Da draußen regnet es weit und breit.
Es regnet graugraue Verlassenheit.
Es plaudern tausend flüsternde Zungen.
Es regnet tausend Erinnerungen.
Der Regen Geschichten ums Fenster rauscht.
Die Seele gern dem Regen lauscht.

Der Regen hält dich im Haus gefangen.
Die Seele ist hinter ihm hergegangen.
Die In sich Gekehrte ist still erwacht,
Im Regen sie weiteste Wege macht.
Du sitzt mit stummem Gesicht am Fenster,
Empfängst den Besuch der Regengespenster.

Max Dauthendey

IMPRESSUM

Herausgeber

Alten- und Pflegeheim Bergen

Bahnhofstr. 44

29303 Bergen

Telefon: 05051 473 151

Telefax: 05051 473 075

Redaktion & Layout

Gabriele Wolfram-Perschke (V.i.S.d.P.), mal-alt-werden.de; www.aktiv-mit-senioren.de

Bildnachweise: www.pixabay.com, G. Wolfram-Perschke & Betreuungsteam