

Juli '26



Muschelzauber

Am weiten Strand im warmen Sand,
sucht man nach Schätzen mit der Hand.
Eine kleine Muschel, bunt und rund,
liegt glänzend auf dem Meeresgrund.

Man hält sie leise sich ans Ohr,
da kommt ein Lied des Meeres hervor.
Es rauscht von Ferne, weich und lind,
und bringt im Traum den Sommerwind.



Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,



der Julianfang ist wieder Schützenfestzeit in Bergen. Folgende Veranstaltungen haben wir für Sie vorbereitet:

- **Am Freitag, den 3. Juli um 10.15 Uhr:** Der Schützenumzug Bergen zieht in der Kärnerstraße vorbei und bringt uns Ständchen.
- **Am Freitag, den 3. Juli um 14:00 Uhr:** Wir fahren mit Taxis zum Schützenplatz. Rückfahrt ist ca.: 17:00 Uhr.
- **Am Sonntag, den 5. Juli um 14:00 Uhr:** Der Spielmannszug Sülze bringt uns ein Ständchen im Garten.
- **Am Donnerstag, den 9. Juli um 19:00 Uhr:** Der Posaunenchor Bergen spielt für uns.



Wir wünschen Ihnen einen musikalischen Sommeranfang!



Nachtrag zum Interview mit Marlene Habermann

In der letzten Ausgabe hatte sich leider ein Fehler eingeschlichen. Marlene Habermann (geb. Kohlmann) lebte 25 Jahre in Bergen, bevor sie 1954 nach ihrer Heirat nach Becklingen zog. Im Interview wurde fälschlicherweise erwähnt, dass sie in Bleckmar geboren und aufgewachsen sei.

Leider hört unsere Fußpflege Fr. Michailow zum 1. August 26 aus persönlichen Gründen auf. Wir bedanken uns für Ihren engagierten Einsatz in den letzten Jahren und wünschen ihr alles Gute. Frau Klages ist es bis jetzt noch nicht gelungen, eine/n Nachfolger/in zu finden. Bitte melden Sie sich bei Frau Klages (Tel.: 473200), wenn Sie jemanden kennen, der dies in unserer Einrichtung übernehmen möchte.



**Erdbeerkuchen
& Philadelphia-Torte**

**Die Feier musste drinnen stattfinden,
da das Wetter sehr wechselhaft war ...**

**Musik, die zu
Schunkeln u
Mitsingen einl**

**kleines Fotoshooting
auf der Terrasse!**

**Vom Grill schmeckt
das Abendessen
besonders gut!**

**Der Sommerhut steht den Damen
doch ganz ausgezeichnet ...**



Sommerfest 2026

Am Mittwoch, den 10. Juni 2026 fand unser alljährliches Sommerfest unter dem Motto **Sommerfrische am Meer** mit Seemannsliedern und tollen Spiel- und Mitmachständen statt. Wir haben zusammen gesungen, geschunkelt und viel erzählt bei selbstgemachten Kuchen und Kaffee. Den schönen Nachmittag ließen wir bei Bratwurst und Kartoffelsalat ausklingen... ..



Der Shantychor aus Hambühren
sorgte mit maritimen Schlagern
und Seemannsliedern für beste
Stimmung!



Mitmachstände
passend zum Motto!

Mittagessen mit Gott

Es war einmal ein kleiner Junge, der unbedingt Gott treffen wollte. Er war sich darüber bewusst, dass der Weg zu dem Ort, an dem Gott lebte, ein sehr langer war. Also packte er sich einen Rucksack voll mit einigen Coladosen und mehreren Schokoladenriegeln und machte sich auf die Reise.

Er lief eine ganze Weile und kam in einen kleinen Park. Dort sah er eine alte Frau, die auf einer Bank saß und den Tauben zuschaute, die vor ihr nach Futter auf dem Boden suchten.

Der kleine Junge setzte sich zu der Frau auf die Bank und öffnete seinen Rucksack. Er wollte sich gerade eine Cola herausholen, als er den hungrigen Blick der alten Frau sah. Also griff er zu einem Schokoriegel und reichte ihn der Frau.

Dankbar nahm sie die Süßigkeit und lächelte ihn an. Und es war ein wundervolles Lächeln! Der kleine Junge wollte dieses Lächeln noch einmal sehen und bot ihr auch eine Cola an.

Und sie nahm die Cola und lächelte wieder – noch strahlender als zuvor. Der kleine Junge war selig.

Die beiden saßen den ganzen Nachmittag lang auf der Bank im Park, aßen Schokoriegel und tranken Cola – aber sprachen kein Wort.

Als es dunkel wurde, spürte der Junge, wie müde er war und er beschloss, zurück nach Hause zu gehen. Nach einigen Schritten hielt er inne und drehte sich um. Er ging zurück zu der Frau und umarmte sie.

Die alte Frau schenkte ihm dafür ihr allerschönstes Lächeln.

Zu Hause sah seine Mutter die Freude auf seinem Gesicht und fragte: „Was hast du denn heute Schönes gemacht, dass du so fröhlich aussiehst?“

Und der kleine Junge antwortete: „Ich habe mit Gott zu Mittag gegessen – und sie hat ein wundervolles Lächeln!“

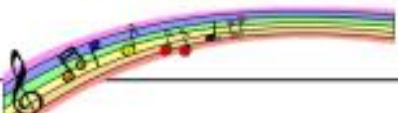
Auch die alte Frau war nach Hause gegangen, wo ihr Sohn schon auf sie wartete. Auch er fragte sie, warum sie so fröhlich aussah.

Und sie antwortete: „Ich habe mit Gott zu Mittag gegessen – und er ist viel jünger, als ich gedacht habe.“



*Verfasser unbekannt,
aus dem Englischen übersetzt*

 Juli '26	Mi 8 09:30 Uhr Andacht 10:00 Uhr Zeitung lesen 15:00 Uhr Clowns- Besuch 
Mi 1 10:00 Uhr Das Modemobil Kommt! 15:45 Uhr Knobeln 	Do 9 09:30 Uhr Andacht 10:00 Uhr Wochenspeiseplan 15:45 Uhr Bewegung mit Musik 19:00 Uhr Posaunenchor 
Do 2 09:30 Uhr Andacht 10:00 Uhr Wochen-Speiseplan 15:45 Uhr Bewegung mit Musik 	Fr 10 10:00 Uhr Denksport 
Fr 3 10:15 Uhr Schützenumzug 14:00 Uhr: Wir fahren zum Schützenplatz 	Sa 11 15:45 Uhr Beschäftigungs-angebote 
Sa 4 15:00 Uhr Einzelbetreuung & Zimmerbesuche 	So 12 10:00 Uhr Einzelbetreuung & Zimmerbesuche 
So 5 14:00 Uhr Der Spielmannszug Sülze bringt uns ein Ständchen im Garten! 	Mo 13 09:30 Uhr Andacht 10:00 Uhr Erinnerungsarbeit 18:30 Uhr Bingo 
Mo 6 09:30 Uhr Andacht 10:00 Uhr Erinnerungsarbeit 15:45 Uhr Gemeindefrauen	Di 14 09:30 Uhr Andacht 10:00 Uhr Gesang & Poesie 15:30 Uhr Bewegungsrunde
Di 7 09:30 Uhr Andacht 10:00 Uhr Gesang & Poesie 15:30 Uhr Bewegungsrunde 	Mi 15 10:00 Menubesprechung mit Herrn Reimers 15:45 Uhr Spielenachmittag 

Do 09:30 Uhr Andacht 10:00 Uhr Wochenspeiseplan 16 15:45 Uhr Bewegung Musik 	Fr 10:00 Uhr Denksport 24 15:00 Uhr Geburtstags- Kaffeetrinken  
Fr 10:00 Uhr Denksport 17:00 Gottesdienst 	Sa 15:45 Uhr Beschäftigungs- angebote 25 
Sa 15:45 Uhr Beschäftigungs- angebote 18 	So 10:00 Uhr Einzelbetreuung & Zimmerbesuche 26 
So 10:00 Uhr Einzelbetreuung & Zimmerbesuche 19	Mo 09:30 Uhr Andacht 10:00 Uhr Erinnerungsarbeit 27 18:30 Uhr Spieleabend 
Mo 09:30 Uhr Andacht 10:00 Uhr Erinnerungsarbeit 20 18:30 Uhr Kegeln 	Di 09:30 Uhr Andacht 10:00 Uhr Gesang & Poesie 28 15:30 Uhr Bewegungsrunde 
Di 09:30 Uhr Andacht 10:00 Uhr Gesang & Poesie 15:30 Uhr Bewegungsrunde 	Mi 09:30 Uhr Andacht 10:00 Uhr Zeitung lesen 29 15:45 Uhr Spielenachmittag 
Mi 09:30 Uhr Andacht 15:45 Uhr Knobeln 	Do 09:30 Uhr Andacht 10:00 Uhr Wochen- Speiseplan 30 15:45 Uhr Bewegung mit Musik 
Do 09:30 Uhr Andacht 10:00 Uhr Wochenspeiseplan 23 15:45 Uhr Bewegung mit Musik 	Fr 10:00 Uhr Denksport 31 17:00 Uhr Gottesdienst 

VERHALTEN bei großer Hitze

So bleiben wir gesund
und fühlen uns wohl. ♡



Ab ca. 30 °C
wird es für den
Körper
anstrengend.



VIEL TRINKEN

Mindestens 1,5 Liter
Wasser oder ungesüßte
Getränke über den Tag
verteilt trinken – auch
ohne Durst!



KÜHL HALTEN

Räume morgens und abends
lüften, tagsüber Fenster und
Rolläden schließen.



ANSTRENGUNG VERMEIDEN

Körperliche Anstrengungen
in der Mittagszeit (11–16 Uhr)
vermeiden und Aktivitäten in die
kühleren Morgen- oder Abendstunden
verlegen. Im Freien: Sonnenschutz
nutzen (Kleidung, Hut, Sonnencreme).



LEICHT KLEIDEN

Lockere, helle Kleidung aus
luftigen Stoffen tragen.



RUHE PAUSEN

Körperliche Anstrengung
vermeiden und regelmäßig
ausruhen.



LEICHT ESSEN

Leichte Mahlzeiten, Obst und
Gemüse bevorzugen.



ACHTEN SIE AUF SICH

Bei Schwindel, Übelkeit, Kopfschmerzen
oder Verwirrtheit bitte Hilfe holen und
Bescheid geben.



Schwindel



Übelkeit



Kopfschmerzen



Verwirrtheit

Gemeinsam gut durch die heiße Zeit! ♡

Wir sagen DANKE für 39 Jahre!



Jürgen, danke
für dein Engagement
und dass du unser
Kollege warst.

Alles Gute für den
neuen Lebensabschnitt!

Jürgen Müller, der 39 Jahre in unserer Einrichtung als Hausmeister tätig war, geht am 1. Juli in den Ruhestand. Die meisten von Ihnen kennen ihn gut. Er hat Ihnen Getränke gebracht, Bilder aufgehängt, Betten repariert usw. Er war immer zu einem kurzen Gespräch bereit.



Zwei Badenixen suchen Abkühlung

Zwei Nixen lachen in die Sonne,
das kühle Nass ist reine Wonne.
Mit Hut, Handtuch und Badeanzug,
kriegen wir vom Sommer nie genug!

Der Sommer funkelt auf der Haut,
während man tief ins Blaue schaut.
Ein Tag am Wasser, Hand in Hand –
das schönste Duo weit und breit im Land!

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.singliesel.de; chatGPT

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