

# DER LICHTBLICK



INTEGRA SENIORENPFLEGEZENTRUM  
NORDSTEMMEN

  
INTEGRA

# Inhalts- verzeichnis

- 3 Vorwort
- 4 Bewohnervorstellung
- 5-6 Mitarbeitervorstellung
- 7 Hundebesuchdienst
- 8 Kekse backen Marienbergsschule
- 9 Nikolaus Muffins  
Humorvolles zu Weihnachten
- 10 Weihnachtsstück  
Geschenke der Marienbergsschule
- 11 Besuch AWO Kindergarten
- 12 Weihnachtsfeier  
WeihnachtsgrüÙe an Heiligabend
- 13 Silvester  
Neujahrsempfang
- 14 Sternsinger
- 15 Abschied
- 16 Glückwünsche zum Geburtstag
- 17 Andacht
- 18 Für Rätselfreunde / Impressum
- 19 Veranstaltungskalender



# Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Angehörige, liebe Freunde unserer Einrichtung,

mit großer Freude halte ich die neue Ausgabe unserer Hauszeitung in den Händen, eine Ausgabe, die zum Ende des Februars erscheint und damit den Übergang vom Winter in die hoffentlich bald spürbare Frühlingszeit begleitet.

Die vergangenen Wochen waren geprägt von ruhigen Momenten, gemeinsamen Aktivitäten und vielen kleinen Begegnungen, die unseren Alltag hier im INTEGRA so besonders machen. Gerade in der kalten Jahreszeit zeigt sich, wie wertvoll Gemeinschaft ist, ein freundliches Gespräch, ein gemeinsames Lachen, das Miteinander bei Veranstaltungen oder einfach eine aufmerksame Geste zwischendurch.

Als Pflegedienstleiter erfüllt es mich mit Stolz, täglich zu erleben, mit welchem Engagement und welcher Herzlichkeit unsere Mitarbeitenden für Ihr Wohl sorgen. Pflege bedeutet für uns weit mehr als Versorgung, sie bedeutet Zuwendung, Respekt und das ernsthafte Interesse an der Lebensgeschichte jedes einzelnen Menschen. Unser Ziel ist es, Ihnen nicht nur Sicherheit und professionelle Pflege und Betreuung zu bieten, sondern auch Lebensqualität und Geborgenheit.



Auch in den kommenden Wochen planen wir wieder abwechslungsreiche Angebote und kleine Höhepunkte im Haus.

Ein herzliches Dankeschön gilt ebenso den Angehörigen und Ehrenamtlichen, die unser Haus mit ihrer Zeit, ihrem Vertrauen und ihrer Unterstützung bereichern. Sie alle tragen dazu bei, dass unser INTEGRA Seniorenpflegezentrum ein Ort ist, an dem man sich zuhause fühlen kann. Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen dieser Ausgabe, schöne gemeinsame Momente und vor allem Gesundheit und Zuversicht für die kommende Zeit.

Mit herzlichen Grüßen  
Ihr Pflegedienstleiter

*Muhamet Jusufi*



## Bewohnervorstellung“ Frau Schütz“

Mein Name ist Marisa Schütz, geborene Macrì. Ich wurde am 4. Februar 1948 in Reggio Calabria im sonnigen Süden Italiens geboren. Dort bin ich gemeinsam mit meinen Eltern und meinen vier Geschwistern aufgewachsen. Nach meiner Schulzeit absolvierte ich in Italien meine Ausbildung zur Buchhalterin. Viele Jahre arbeitete ich bei der Firma Esso, einem Öl- und Benzinunternehmen, ebenfalls im Bereich Buchhaltung.

Meinem Ehemann begegnete ich auf ganz besondere Weise, beim Tanzen. Wir waren 52 Jahre verheiratet und wurden mit fünf gemeinsamen Kindern beschenkt, fünf Mädchen, die mein größter Stolz sind.

Im Jahr 1995 wagten wir gemeinsam einen großen Schritt: Wir zogen nach Deutschland, nach Hildesheim. Dort wuchsen unsere Kinder auf, gingen zur Schule und machten ihre Ausbildungen. Für mich stand immer eines im Mittelpunkt: meine Familie. Ich war für sie da, kümmerte mich um Haushalt, Alltag und Zusammenhalt. Zwischendurch arbeitete ich einige Monate in einem italienischen Feinkostladen in Hildesheim, ein Stück Heimat in der Ferne.

Hildesheim blieb über all die Jahre unser Zuhause.

Nach dem Tod meines Mannes im September 2025 stand ich vor einer schweren Entscheidung. Kurzfristig entschloss ich mich, in das INTEGRA Seniorenheim zu ziehen. Anfangs war ich unsicher und nicht überzeugt, doch

meine Kinder sagten mir, dass es besser für mich sei. Heute, einige Monate später, weiß ich: Es war die richtige Entscheidung.

Ich fühle mich hier sehr wohl. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter haben mich in meiner Trauer liebevoll aufgefangen, mir Trost gespendet und mir das Gefühl gegeben, angenommen zu sein. Durch die vielfältigen Angebote des begleitenden Dienstes, die ich sehr gerne nutze, finde ich Ablenkung, Struktur und neue Freude im Alltag. Alle hier begegnen mir mit Freundlichkeit, Respekt und Herzlichkeit, dafür bin ich sehr dankbar.

Ein großes Glück ist es, dass eine meiner Töchter ganz in der Nähe wohnt. So habe ich viel Kontakt zu meinen Kindern und acht Enkelkindern.

Und im Februar wartet ein ganz besonderes Ereignis auf mich: Ich werde Uroma ein kleiner Enkelsohn ist unterwegs.

Zum Schluss möchte ich einfach Danke sagen, für die Fürsorge, die Wärme und die Unterstützung, die ich hier täglich erfahre.



## Mitarbeitervorstellung Heidrun Macholl

Mein Name ist Heidrun Macholl, ich bin 49 Jahre alt und Mutter von drei Kindern (zwei Mädchen und einen Jungen). Ich wohne in Groß Escherde. Gelernt habe ich Bäckereifachverkäuferin und arbeite nebenbei im Biergarten im Service in Burgstemmen. Privat treffe ich mich gerne mit Freunden, meinen Kindern gehe ich am liebsten essen. Ich koche und backe sehr gern, fahre Fahrrad, gehe spazieren und höre Musik. Ich freue mich sehr, jetzt ein Teil des INTEGRA-Teams als Pflegehelferin im Service zu sein, ich fühle mich hier sehr wohl, alle sind sehr nett, sowohl die Kollegen als auch die Bewohner.



## Mitarbeitervorstellung Bettina Groh



Liebe Kolleginnen und Kollegen, ich heiße Bettina Groh, bin 54 Jahre alt, ledig und ohne eigene Kinder, dafür aber mit vielen Nichten, Neffen und einem Ur-Großneffen in meiner Umgebung. Seit 35 Jahren bin ich in der Pflege tätig, vor 28 Jahren habe ich die Ausbildung zur Altenpflegerin abgeschlossen. Ich wohne in Hildesheim und freue mich täglich darauf, Menschen mit Ruhe, Geduld und Fachkompetenz zu unterstützen. In meiner Freizeit lese ich gerne allerdings keine Liebesromane.

Ich schätze den kollegialen Austausch im Team, das gemeinsame arbeiten und die freundliche Arbeitsatmosphäre. Vielen Dank für das entgegengebrachte Vertrauen, ich freue mich auf die weitere Zusammenarbeit.

## Mitarbeitervorstellung Bettina Rankin

Liebe Kolleginnen und Kollegen,  
ich bin Tina Rankin, 59 Jahre alt, seit 33 Jahren in der Pflege tätig und seit dem 1. Januar 2026 Teil des INTEGRA-Teams. In meiner Freizeit lese ich gerne Thriller.

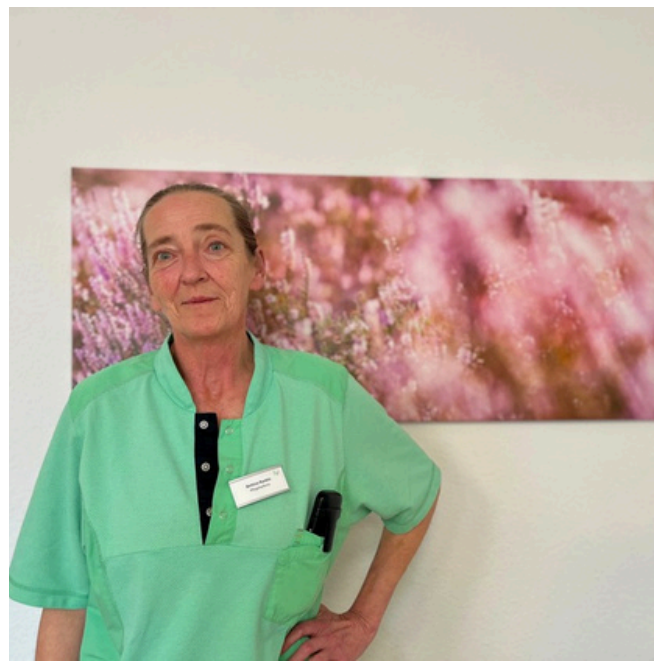
Privat habe ich einen Sohn und zwei Enkelkinder im Alter von 11 und 14 Jahren, Paul und Stella. Auch mein Kater gehört zur Familie, er braucht derzeit viel Liebe und Pflege aufgrund demenzieller Veränderungen, das übernehme ich mit Geduld und Hingabe.

17 Jahre war ich mit einem Schotten verheiratet, daher sind wir öfter in den Urlaub dorthin gefahren, um die Familie zu besuchen.

Ich freue mich auf eine gute Zusammenarbeit im Team und bin gespannt auf neue Ziele um unsere Bewohner glücklich und zufrieden zu sehen.

Danke für eurer entgegengebrachtes Vertrauen.

Eure Tina





## Hundebesuchsdienst vom ASB

Aktuell kommt Frau Weidemann mit ihrer Hündin Bella alle zwei Wochen zu uns in die Einrichtung. Gemeinsam mit einer Kollegin aus der Sozialen Betreuung geht sie durch die Wohnbereiche. Die Fellnase zaubert vielen Bewohnerinnen und Bewohnern ein Lächeln ins Gesicht, die Nähe zum Hund wird gern genutzt. Viele genießen es, Bella zu streicheln, zu kuscheln und sich von ihrer Ruhe und Freude anstecken zu lassen.

Wir freuen uns sehr, den ASB Hundebesuchsdienst als Kooperationspartner regelmäßig hier begrüßen zu dürfen.

Der Besuch stärkt das Wohlbefinden, fördert den sozialen Austausch und bietet den Bewohnerinnen und Bewohnern eine wohltuende Abwechslung im Alltag.

Ein herzliches Dankeschön an Frau Weidemann, Bella und das Team des ASB für dieses bereichernde Angebot!



## Kekse backen mit der Marienbergsschule

Tolle Aktion der Marienbergsschule. Vor Weihnachten waren zwei Schülerinnen der Marienbergsschule Nordstemmen zu Besuch im INTEGRA, um im Rahmen eines Sozialprojekts Kekse zu backen. Die Aktion stieß auf große Resonanz. Viele Bewohnerinnen nahmen teil und verwandelten unsere Therapieküche in eine fröhliche Weihnachtsbäckerei.

Der Duft war herrlich, die Stimmung super! Die Kekse wurden nach dem Backen liebevoll verziert und eingepackt, sodass sich die Bewohner und Schüler ihre eigene Tüte mitnehmen konnte.

Danke an alle Beteiligten für diesen wundervollen Tag!

## Nikolaus Muffins

Die leckersten Nikolaus-Muffins! Unsere Köche, Herr Kutscher und Herr Bargellini, haben für den Nikolaustag wunderschöne Muffins gebacken. Die Bewohnerinnen und Bewohner haben

sich sehr über die festlichen Muffins auf den Tischen gefreut.

Ein herzliches Dankeschön an unsere fleißigen Bäcker!

## “Humorvolles zu Weihnachten”

Am 8. Dezember besuchten uns Markus Maria Winkler und Jürgen Wegscheider mit ihrer szenischen Lesung Humorvolles Zur Weihnacht. In ihrem Programm präsentieren die beiden Schauspieler auf humorvolle Weise eine vorweihnachtliche Stimmung mit Geschichten und Gedichten bekannter Autoren wie Kurt Tucholsky, Christian Morgenstern,

Joseph Freiherr von Eichendorff, Theodor Fontane und Klabund, ergänzt durch eigene Texte.

Wir freuten uns über heitere, besinnliche Momente zur Adventszeit, mal humorvoll, mal nachdenklich und stets mit einem Augenzwinkern.

Die Bewohnerinnen und Bewohner haben viel Gelacht und hatten viel Spaß bei der Veranstaltung!



## Weihnachtsstück St. Johannis Kindergarten

Weihnachtliche Begegnung mit dem Kindergarten St. Johannis

In der festlich geschmückten Vorweihnachtszeit durften wir einen besonderen Moment erleben:

Der Kindergarten St. Johannis präsentierte eine kleine Vorführung über eine leise tanzende Schneeflocke.

Die jungen Besucherinnen und Besucher waren zauberhaft gekleidet in weiße Gewänder, mit Kronen und einer funkelnden Schneeflocke als Krönung.

Allesamt trugen die Kids ihre Texte frei vor und verzauberten damit Jung und Alt. Die ruhige Stimme der Schnee-

flocke, begleitet von strahlenden Lächeln, ließ die Räume warm werden und schenkte unseren Bewohnerinnen und Bewohnern einen Moment voller Magie in dieser dunklen Jahreszeit.

Vielen Dank an die kleinen Darstellerinnen und Darsteller und das Team des Kindergartens für diesen wunderbaren Vormittag. Ihr Beitrag hat unsere Herzen erwärmt und die Adventszeit noch heller gemacht. Wir freuen uns auf weitere gemeinsame, jahreszeitliche Momente der Freude und Gemeinschaft.



## Geschenke von der Marienbergschule

Liebes Lehrerteam, liebe Schülerinnen und Schüler der Marienbergschule in Nordstemmen, vielen herzlichen Dank für die schöne Überraschung, die Sie unseren Bewohnerinnen und Bewohnern bereitet haben.

Die Freude war groß, unsere Bewohnerinnen und Bewohner haben sich sehr darüber gefreut.

Ein besonderer Dank gilt allen Schülerinnen und Schülern, die an dieser liebevollen Aktion beteiligt waren.



## Der AWO Kindergarten war zu Besuch, um mit den Bewohnern gemeinsam zu singen

In der Adventszeit waren die Kinder des AWO Kindergarten Nordstemmen zu Besuch. Gemeinsam sangen die über 40 kleinen Besucher begeistert Weihnachtslieder und verbreiteten festliche Stimmung im Haus. Das Favoritenlied der Kids war eindeutig „In der Weihnachtsbäck-

erei“, wobei alle textsicher mitsangen. Die Bewohnerinnen und Bewohner strahlten dabei mit funkelnden Augen, ein zauberhafter Moment der Vorfreude auf Weihnachten. Vielen Dank an den Kindergarten für diesen fröhlichen Vormittag!

## Weihnachtsfeier

Unsere Feier zog sich durch alle Wohnbereiche und das Restaurant, festlich geschmückt und voller Wärme. Es gab Bratäpfel mit Vanillesauce, selbst gebackene Kekse, Glühwein und heißen Kakao. Gedichte und Weihnachtsgeschichten wurden vorgelesen und gemeinsam gesungen,



erstaunlich, wie textsicher alle Bewohnerinnen und Bewohner waren! Musik von Frau Peters, inklusive Querflöte und Gitarre, rundete den Tag ab. Ein wunderbares Gemeinschaftserlebnis, das Herz und Sinne erwärmte.



## Weihnachtsgrüße an Heiligabend

Am Vormittag des Heiligen Abends machten sich Frau Schmidt-Strube, Herr Jusufi und Frau Marahrens auf den Weg, um unseren Bewohnern ein kleines Geschenk zu überreichen und ihnen frohe Weihnachten zu wünschen.

Auf dem Wagen standen Geschenke bis unter die Dachkante, und ein kleiner Lautsprecher füllte den Flur mit festlicher Weihnachtsmusik. Im Haus trafen wir auf Kollegen, die sichtlich gut gelaunt waren.

Viele trugen fröhliche Weihnachtsmützen oder Haarreife mit glitzernden Kugeln.

Die warme Stimmung und das gemeinsame Miteinander brachten Freude in den Alltag unserer Bewohner und ließen die Vorfreude auf die Festtage spürbar werden. Ein herzlicher Besuch, der zeigt, wie wichtig Gemeinschaft und Fürsorge in unserem Zentrum sind.

Frohe Weihnachten an alle.

## Silvester

Am Silvesterabend bereitete Herr Apelt den Raum mit Getränken und Knabberereien vor, Frau Marahrens hatte den Raum bereits eingedeckt und dekoriert. Nach dem Abendessen traf man sich dort zu einer gemütlichen Silvesterstunde. Es war eine schöne Gelegenheit, das Jahr in fröhlicher Runde ausklingen zu lassen.

Ein besonderes Dankeschön geht an

Thomas Apelt. Er hatte seinen Bruder und seine Schwägerin mitgebracht, um gemeinsam mit unseren Bewohnerinnen und Bewohnern einen schönen Abend zu verbringen.

Alles in allem war es eine gelungene Silvesterstunde, ruhig, herzlich und entspannt. Wir freuen uns schon auf viele weitere solche Momente im kommenden Jahr.



## Neujahrsempfang

Festliche Stimmung, gute Gespräche und ein vielversprechender Start ins neue Jahr

Am 2. Januar 2026 hat unser Neujahrsempfang die Hausgemeinschaft stilvoll ins neue Jahr begleitet. Das Restaurant war festlich dekoriert, und mit einem Glas Sekt in der Hand wurden Ansprache und Jahresrückblick gemeinsam genossen.

Die Silhouetten der Gespräche trugen zu einer angenehmen Atmosphäre

bei, in der sich Bewohnerinnen, über gute Vorsätze, Neujahrstraditionen und persönliche Ziele austauschten.

Wir wünschen allen Bewohnern und Angehörigen einen guten Start ins Jahr 2026, möge es geprägt sein von Gesundheit, Freude und Gemeinschaft. Vielen Dank an alle, die zum Gelingen des Empfangs beigetragen haben, und auf ein erfolgreiches Jahr in unserer Hausgemeinschaft!



## Sternsinger

Am 5. Januar 2026, waren die Sternsinger zu Besuch im INTEGRA und haben unser Haus gesegnet. Die diesjährige Aktion Dreikönigssingen steht unter dem Motto: "Schule statt Fabrik, Sternsingen gegen Kinderarbeit".

Kinderarbeit wird dort beschrieben, wo Kinder zu jung sind, um Einkommen zu erzielen, wodurch sie vom Schulbesuch abgehalten werden und deren Gesundheit und Entwicklung Schaden nehmen. Trotz globaler Bemühungen hat die Weltgemeinschaft das Ziel, Kinderarbeit bis 2025 zu beenden, bislang nicht erreicht.

Laut Schätzungen arbeiten weltweit 138 Millionen Kinder im Alter von 5 bis 17 Jahren; 54 Millionen davon unter besonders gesundheitsschädlichen und ausbeuterischen Bedingungen.

Produkte aus Kinderarbeit gelangen auch nach Deutschland in den Handel.

Das Motto der Sternsinger Aktion 2026 lenkt den Fokus auf die Bedeutung von Bildung, insbesondere für Kinder in Bangladesch und macht aufmerksam, dass Kinder oft arbeiten müssen, statt zur Schule gehen zu können. Durch Spenden sammeln die Sternsinger Mittel, um Kindern neue Perspektiven zu eröffnen und ihnen Bildung und Zukunftschancen zu ermöglichen. In unserem Haus wurden Spenden gesammelt, danke an alle, die dazu beigetragen haben!

Gemeinsam setzen wir ein Zeichen für Bildung statt Ausbeutung und unterstützen Kinder dabei, eine bessere Zukunft zu erreichen.

# Abschied

## Frau Schmidt-Strube

Liebe Leserinnen, liebe Leser, nach 8 Jahren und 8 Monaten bei der INTEGRA Nordstemmen blicke ich mit Stolz und großer Dankbarkeit auf eine gemeinsame Zeit zurück, in der wir viel bewegt und miteinander erlebt haben. Für den würdevollen Abschied, den Sie mir bereitet haben, möchte ich mich von Herzen bei den Bewohnerinnen und Bewohnern, der Geschäftsführung sowie meinen Kolleginnen und Kollegen bedanken. Ihr Vertrauen, Ihre Wertschätzung und die vielen Begegnungen werden mir stets in liebevoller Erinnerung bleiben. Zum 01.02.2026 habe ich eine Vorstandsposition im Hospital zum Heiligen Geist in Hamburg übernommen. Dennoch werde ich die gemeinsame Zeit hier in Nordstemmen nicht vergessen und Sie alle in meinem Herzen tragen. Am 01.03.2026 beginnt der neue Einrichtungsleiter seine Tätigkeit. Heißen Sie ihn bitte ebenso herzlich willkommen, wie Sie einst mich aufgenommen haben. Ich bin mir sicher, dass eine spannende Zeit mit vielen schönen Momenten und Begegnungen vor Ihnen liegt.



Wie die Jahreszeiten es uns zeigen: Das Alte weicht, damit Neues entstehen kann.

In diesem Sinne sende ich Ihnen viele herzliche Umarmungen und wünsche Ihnen von Herzen alles Gute.

Ihre  
*Bianca Schmidt-Strube*



## Glückwünsche zum Geburtstag

**Wir gratulieren unseren  
Bewohnerinnen und Bewohnern zum  
Geburtstag und wünschen alles  
erdenklich Gute!**

### Dezember

20.12.2025 Christel Moniac  
28.12.2025 Vera Hoffmann

### Januar

03.01.2026 Irmgard Bettels  
07.01.2026 Ingeburg Erbe  
24.01.2026 Ute Stichweh  
29.01.2026 Karin Maul

### Februar

04.02.2026 Marisa Schütz  
05.02.2026 Eckhard Schnigenberg  
09.02.2026 Elfriede Thiele  
12.02.2026 Anna Manhart  
25.02.2026 Rotraud Baurhenn  
27.02.2026 Hildegard Hühne  
28.02.2026 Rita Nitz



# Andacht

## 100 Worte – 1 Gedanke

Ach, wäre das schön, wenn Gott alles neu machen würde. Ich hätte da gleich ein paar Wünsche: Meinen schmerzenden Rücken, mein altes Auto und bitte auch das Verhältnis zu Onkel Karl. Zu kurz gedacht?

Dann bitte auch eine neue Ukraine, eine neue Einstellung zum Frieden bei den Supermächten und bitte auch das Klima unseres Planeten. Genau das hat die Künstlerin Dorothee Krämer auf ihrer Illustration der Jahreslosung 2026 angedeutet. Die Weltkugel ist im Kontakt mit Gottes Kraft. Anfang und Ende (A und O) werden erneuert. Gott nimmt beides in den Blick: das Vergangene und das Künftige.

Glauben Sie nicht? Dann schauen Sie doch einmal aus das Werden und Vergehen in der Natur. Gewaltige Veränderungen warten in ein paar Wochen auf uns und auch wir verändern uns ständig. Gott nimmt und er schenkt. Ich muss nur loslassen und die Hand aufhalten.

Ihr

*Kay Oppermann*



# Anfangsbuchstaben

Nennen Sie jeweils ein Wort, das zum Frühling passt und mit dem Anfangsbuchstaben der jeweiligen Reihe beginnt. Vielleicht finden Sie noch mehr?

F \_\_\_\_\_

R \_\_\_\_\_

Ü \_\_\_\_\_

H \_\_\_\_\_

L \_\_\_\_\_

I \_\_\_\_\_

N \_\_\_\_\_

G \_\_\_\_\_



Frühblüher; Regenbogen; Übergangszeit; Hummeln; Licht; Insekten; Natur; Garten

## Impressum

### Herausgeber

INTEGRA Seniorenpflegezentrum Nordstemmen

Lange Maße 17 • 31171 Nordstemmen

Tel.: 05069 / 55 05 - 0

Mail: nordstemmen@integra-sw.de

Web: www.integra-seniorenimmobilien.de

### Träger

INTEGRA Seniorenpflegezentrum

Nordstemmen GmbH

Rolandsbrücke 4, 20095 Hamburg

### Auflage:

180

### Erscheinungsweise:

Viermal jährlich

### Erscheinungstermin nächste Ausgabe (geplant):

Juni 2026



## Veranstaltungsvorschau

### Wöchentlich:

- Spaziergänge
- Gymnastik
- Bingo
- Gedächtnistraining
- Angewandte Basale Stimulation

### 14 tägig:

- Besuche durch den CJD Kindergarten Nordstemmen
- Hunde-Besuchsdienst organisiert durch den ASB
- Bowlen mit der Nintendo Switch oder Frühschoppen
- Kreativangebote
- Wellness

### Monatlich:

- Filmvorführungen durch Reinhold Redweik vom DRK Ortsverein Nordstemmen
- Evangelischer Gottesdienst mit Pastor Oppermann
- Katholischer Gottesdienst mit Frau Burgdorf und Frau Lütke

### März

- 12.03.2026** Teestunde
- 26.03.2026** Tag der Familie –Fototermin-
- 30.03.2026** Gottesdienst

### April

- 05.04.2026** Osterrunde
- 27.04.2026** Gottesdienst

### Mai

- 01.05.2026** Maibaum aufstellen am Marktplatz
- 07.05.2026** An Grillen
- 10.05.2026** Überraschung zum Muttertag für Frauen
- 14.05.2026** Hoch auf den gelben Wagen Überraschung zu Himmelfahrt für die Männer



  
INTEGRA