AUSGABE 03/2026

DER LICHTBLICK



INTEGRA SENIORENPFLEGEZENTRUM
RONNENBERG-EMPELDE

INTEGRA

Inhalts-verzeichnis

3	Vorwort
4-5	Mitarbeitervorstellungen
6	Bewohnervorstellung
7	Männerstammtisch
8-9	Erdbeerfest
10-11	Theateraufführung
12-13	Kein Sommerloch
14-15	Sommerfest
16	Geburtstage
17	Andacht
18	Für Rätselfreunde / Impressum
19	Veranstaltungskalender



Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Angehörige und Freunde des Hauses,

und schon neigt sich der Sommer wieder langsam, aber sicher dem Ende zu. Mir fiel beim Schreiben des Vorwortes auf, dass ich in den letzten beiden Jahren über einen recht nassen und wechselhaften Sommer berichtet habe. Das kann ich in diesem Jahr nun wirklich nicht, denn wir hatten viel Sonne und auch eine ordentliche Hitze, die am 11. Juli ihren absoluten Höhepunkt erreichte.

Wir berichten über unser diesjähriges Sommerfest, das unter dem Motto „Zirkus“ stand und ein einzigartiges Erlebnis war.

Wir sind aber auch schon wieder mit den Vorbereitungen für den Weihnachtsmarkt beschäftigt.

In dieser Ausgabe der Heimzeitung vermitteln wir Ihnen außerdem wieder viele Eindrücke, u. a. von unserem Männerstammtisch und dem Erdbeerfest. Frau Shalia Dahle, die neue Auszubildende in der Verwaltung, sowie Frau Angelina Fischer aus der Betreuung werden sich Ihnen vorstellen.



Ich möchte mich an dieser Stelle ganz herzlich bei allen Mitarbeitenden aus allen Funktionsbereichen für ihren unermüdlichen Einsatz bedanken!
„Jede und jeder von uns ist ein wichtiger Teil des Teams, und gemeinsam können wir alles erreichen.“

Ihre
Manuela Woite

Unsere Mitarbeiterin Frau Dahle

Hallo zusammen,
ich würde mich gerne bei Ihnen vorstellen. Ich heiße Shalia Dahle und bin seit dem 01.08.2026 die neue Auszubildende in der Verwaltung. Ich freue mich sehr, meine Ausbildung bei Ihnen machen zu können.



Ich habe die Ausbildung schon einmal begonnen und damals bereits das 1. Lehrjahr absolviert. Aus persönlichen Gründen musste ich die Ausbildung leider abbrechen. Umso mehr freue ich mich, dass ich nun die Möglichkeit bekommen habe, hier im 2. Lehrjahr wieder einzusteigen und meine Ausbildung fortzusetzen. Ich habe mich hier von Anfang an sehr wohlgefühlt und bin gespannt, was mich in der kommenden Zeit alles erwarten wird.

Ein paar Dinge, die ich besonders mag, sind Katzen, die Farben Pink und Rosa und Musik hören (am besten zu jeder Tageszeit). Ansonsten verbringe ich sehr gerne Zeit mit meiner Familie und unternehme gerne etwas mit Freunden. Ich bin aber auch immer für einen gemütlichen Abend zu Hause zu haben.

Ich freue mich sehr auf die kommende Zeit, besonders darauf, Sie alle besser kennenzulernen, viel Neues zu lernen und viele schöne Erfahrungen während meiner Ausbildung zu sammeln. Ich bin gespannt auf die gemeinsame Zeit mit Ihnen und freue mich, jetzt hier zu sein!

Unsere Mitarbeiterin Frau Fischer

Vier Monate, eigentlich gar nicht so lange. Und doch fühlt es sich manchmal an, als wäre ich schon viel länger hier.

Als ich als Betreuungskraft hier im Haus angefangen habe, war vieles neu für mich: neue Gesichter, neue Namen, neue Geschichten und ein neuer Alltag. Inzwischen kenne ich viele von Ihnen und durfte schon so viele besondere, lustige, manchmal auch nachdenkliche Momente mit Ihnen erleben.

Und genau das macht meine Arbeit für mich so besonders: die Menschen.

Ich bin Angelina und ich liebe es, gemeinsam mit Ihnen Zeit zu verbringen. Ob beim Gedächtnistraining, bei der Gymnastik, beim Basteln, Backen und Spielen, bei einem Ausflug, einem Fest oder bei einem gemütlichen Gespräch. Oft sind es die kleinen Dinge, die einen Tag besonders machen.

Ich möchte nicht einfach nur Beschäftigungsangebote durchführen, sondern gemeinsam mit Ihnen schöne Momente schaffen. Momente, in denen gelacht wird, Erinnerungen geweckt werden oder ein altes Lied plötzlich wieder bekannt klingt.

Auch außerhalb des Hauses bin ich gerne kreativ. Ich koche und backe mit großer Leidenschaft und probiere immer wieder Neues aus. Außerdem liebe ich es, zu reisen und neue Orte zu entdecken. Und dann gibt es natürlich noch meine ganz besonderen Begleiter: meinen Lebensgefährten, mit dem ich seit fast neun Jahren zusammen bin, und meinen sechseinhalbjährigen Golden Retriever Luke. Er ist ein vollwertiges Familienmitglied und bringt mich mit seiner fröhlichen Art immer wieder zum Lächeln.

Eine weitere Seite von mir kennen vielleicht noch nicht alle: Ich bin auch Trauerbegleiterin. Denn zum Leben gehören nicht nur die fröhlichen Momente. Manchmal ist ein Mensch traurig, vermisst jemanden oder braucht einfach jemanden, der zuhört. Wenn Sie über einen Verlust, Ihre Erinnerungen oder etwas, das Sie beschäftigt, sprechen möchten, dürfen Sie jederzeit auf mich zukommen.

Manchmal braucht es keine großen Worte. Manchmal reicht es, wenn jemand einfach da ist.

Ich bin dankbar für all die Menschen, die ich hier kennenlernen durfte, und freue mich auf alles, was noch vor uns liegt: gemeinsame Aktivitäten, Ausflüge, Feste, viele Gespräche und ganz viele Momente, in denen wir miteinander lachen können.

Denn am Ende sind es genau diese gemeinsamen Augenblicke, die unseren Alltag besonders machen.

Schön, dass ich ein Teil davon sein darf.

Ihre
Angelina Fischer



Unsere Bewohnerin Frau Grundmann

Hallo, mein Name ist Heidelinde Grundmann. Ich bin Jahrgang 1944 und in Clausthal-Zellerfeld geboren. Die ersten Jahre meines Lebens verbrachte ich in Winninghausen am Deister, bis wir später nach Hannover in die Südstadt gezogen sind. Dort besuchte ich die Volksschule bis zur 9. Klasse. Damals wurde der 9. Jahrgang neu eingeführt, damit die Mädchen auf das Leben vorbereitet werden konnten (Kochen, Wohnungsgestaltung usw.).

Meine kaufmännische Ausbildung mit vielen zusätzlichen Kursen habe ich bei Herhold-Porzellan in Hannover abgeschlossen. Danach folgten verschiedene Anstellungen. Bei der DAS-Versicherung war ich in der Abteilung für Rechtsschutz tätig. Dort habe ich unter anderem Kundenakten angelegt. Nach ca. 10 Jahren wechselte ich zu einer Firma in Hannover, die Leuchtstofflampen verkaufte. Die Kundenberatung stand an erster Stelle, außerdem schrieb ich Angebote und Lieferscheine.

Doch mein beruflicher Weg sollte auch da nicht enden, und ein besseres Angebot konnte ich damals nicht ausschlagen. So verschlug es mich zur Firma ISTA, die Heizkostenabrechnungen für Haus- und Wohnungsbesitzer erstellte. Im Anschluss daran habe ich noch einige Jahre im „Ideenhaus, I. G. von der Linde“ gearbeitet, bis ich schließlich gemeinsam mit meinem Mann in Altersteilzeit ging.

In meiner Freizeit habe ich oft Nähkurse besucht und leidenschaftlich gerne Kleider, Kostüme und Hosenanzüge genäht. Auch unser Garten in einer Kleingartenkolonie war über 50 Jahre lang unser zweites Zuhause.

Nach zwei Schlaganfällen und anderen körperlichen Beschwerden habe ich mich entschieden, in dieses Haus einzuziehen. Ich bewohne seit Juni 2026 ein Einzelzimmer im Wohnbereich 1 und habe mich schon recht gut eingelebt.





Männerstammtisch

Manchmal möchten Männer ganz unter sich sein … aber ohne Frauen geht's einfach nicht, jedenfalls nicht ohne unsere weiblichen Betreuungskräfte.

Auf Wunsch einiger männlicher Bewohner haben wir einen Männerstammtisch ins Leben gerufen. Dieser findet in unserem „grünen Zimmer" statt, wo sich die Männer treffen, um zu plaudern.

Um die ganze Sache rund zu machen, werden Bockwürstchen mit Senf und ein kühles Bierchen angeboten.

Wir möchten unseren männlichen Bewohnern die Möglichkeit geben, sich untereinander auszutauschen und in netter Atmosphäre ungestört gemeinsame Interessen zu entdecken und zu pflegen.

Unser kleines Erdbeerfest

Dieses Jahr fand zum 6. Mal unser kleines Erdbeerfest statt. Und wie jedes Jahr spielte uns das Wetter mal wieder perfekt in die Karten. Auch wenn 31 Grad schon viel zu warm waren, schmeckte der selbst gebackene Erdbeerkuchen wunderbar frisch.



Zudem gab es ausreichend Getränke wie Wasser, verschiedene Säfte und natürlich unsere hauseigene Erdbeerbowle sowie Erdbeeren pur zum Naschen. So haben es sich unsere Bewohnerinnen und Bewohner mit einigen Angehörigen auf der Terrasse gut gehen lassen und den sonnigen Tag genossen.

Man kann schon fast von einem Ritual sprechen, denn das Duo „Die Evergreens“ darf auf unserem Erdbeerfest nicht fehlen. Mit einem Repertoire an flotter Musik im Gepäck sorgten die Evergreens für beste Stimmung.








Wir sind
"Die Evergreens"
und spielen Evergreens





Theateraufführung

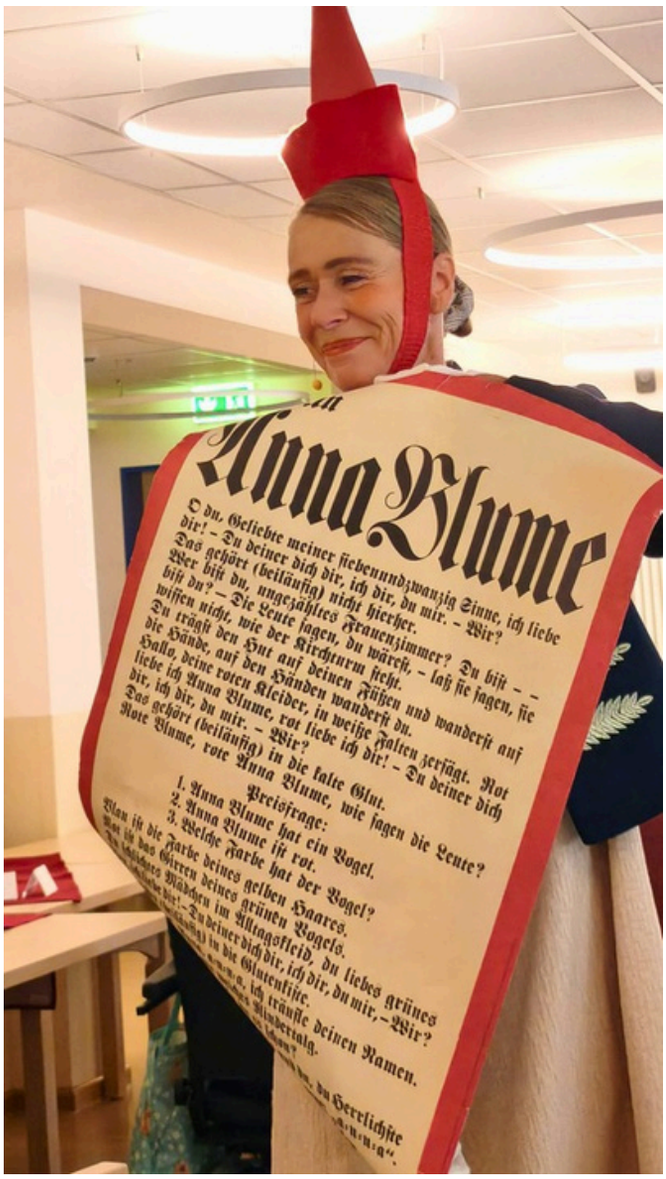
Mal ein ganz anderer Vormittag.
Am 17. August hatten wir Besuch vom mobilen Vaudeville-Theater aus Hannover: eine poetische Theaterinszenierung für und mit Seniorinnen und Senioren.

Geboten wurde humorvoll dargestellte Poesie vom Duo Iris Brandner und Bernd-Arno Kortstock unter dem Titel „Unsinniges im Alltag".

Mit körperlichem Einsatz, in Liebe verwickelten Wörtern und viel Humor wurden Gedichte und Texte, z. B. von Kurt Tucholsky, Kurt Schwitters, Wilhelm Busch und vielen weiteren, unter die Lupe genommen.

Man kann sagen, dass es dem Duo gelungen ist, unseren Bewohnerinnen und Bewohnern ein Schmunzeln ins Gesicht zu zaubern.




Anna Blume
O du, Geliebte meiner siebenundzwanzig Sinne, ich liebe
dir! – Du deiner dich dir, ich dir, du mir. – Wir?
Das gehört (beiläufig) nicht hierher.
Wer bist du, ungezähltes Frauenzimmer? Du bist – –
bist du? – Die Leute sagen, du wärest, – laß sie sagen, sie
wissen nicht, wie der Kirchturm steht.
Du trägst den Hut auf deinen Füßen und wanderst auf
die Hände, auf den Händen wanderst du.
Hallo, deine roten Kleider, in weiße Falten zerfägt. Rot
liebe ich Anna Blume, rot liebe ich dir! – Du deiner dich
dir, ich dir, du mir. – Wir?
Das gehört (beiläufig) in die kalte Glut.
Rote Blume, rote Anna Blume, wie sagen die Leute?
Preisfrage:
1. Anna Blume hat ein Vogel.
2. Anna Blume ist rot.
3. Welche Farbe hat der Vogel?
Wenn ist die Farbe deines gelben Haares.
Das ist das Girren deines grünen Vogels.
Du liebes grünes
Blaues Mädchen im Alltagskleid, du liebes grünes
Du deiner dich dir, ich dir, du mir, – Wir?
Glutenkisse.
Ich kränkte deinen Namen.
Du Herrlichste





Kein Sommerloch im INTEGRA

Auch in den Sommermonaten ist im INTEGRA einiges los. Statt Sommerloch heißt es hier: Gemeinschaft, Kreativität und abwechslungsreiche Angebote.
Während andernorts im Sommer vielleicht etwas Ruhe einkehrt, bleibt es im INTEGRA lebendig. Auch in den warmen Monaten gibt es zahlreiche Aktivitäten und Veranstaltungen, die für Abwechslung sorgen und die Bewohnerinnen und Bewohner zusammenbringen.
Ein beliebtes Angebot war der Schuhverkauf, bei dem in aller Ruhe gestöbert, anprobiert und das passende Paar gefunden werden konnte. Für viele war dies eine schöne Gelegenheit, einmal wieder entspannt einzukaufen, und zwar direkt im eigenen Zuhause.
Auch das Geburtstagscafé durfte natürlich nicht fehlen. Bei Kaffee, Kuchen und gemütlichem Beisammensein wurden die Geburtstagskinder des Monats gefeiert. Solche gemeinsamen Momente sorgen für gute Gespräche, viele Lacher und ein herzliches Miteinander.
Kreativ wurde es bei den verschiedenen Backangeboten. Gemeinsam wurde geknetet, gerührt und gebacken. Der Duft frisch gebackener Köstlichkeiten zog dabei durch die Räumlichkeiten und machte nicht nur Appetit, sondern weckte bei so manchen auch schöne Erinnerungen an frühere Backtage.





Ein besonderer Höhepunkt war außerdem die Herstellung von Duftblüten. Mit viel Freude und Geschick entstanden kleine duftende Kunstwerke. Dabei konnten die Bewohnerinnen und Bewohner ihrer Kreativität freien Lauf lassen und gleichzeitig ihre Sinne ansprechen.

Natürlich kommt auch die Bewegung nicht zu kurz. Bei sportlichen Aktivitäten wird gemeinsam trainiert, gelacht und sich bewegt, ganz nach den individuellen Möglichkeiten. Denn Bewegung hält fit und macht in der Gemeinschaft gleich doppelt so viel Spaß.

Und was gehört zu einem richtigen Sommer? Natürlich ein erfrischender Eiskaffee auf der Terrasse! Bei sommerlichen Temperaturen konnten die Bewohnerinnen und Bewohner dort die Sonne genießen, miteinander plaudern und sich eine kleine Auszeit gönnen. Die Terrasse wurde so kurzerhand zum beliebten Treffpunkt für gemütliche Sommerstunden.

All diese Angebote zeigen: Im INTEGRA gibt es auch im Sommer kein Sommerloch. Im Gegenteil: Mit vielen kleinen und großen Aktionen wird dafür gesorgt, dass jeder Tag etwas Besonderes bereithält.

Denn letztlich sind es nicht nur die Veranstaltungen selbst, die den Alltag bereichern. Es sind vor allem die Begegnungen, die Gespräche, das gemeinsame Lachen und das Gefühl, Teil einer Gemeinschaft zu sein.

So wird der Sommer im INTEGRA zu einer Zeit voller Leben, Freude und schöner gemeinsamer Erinnerungen.









Sommerfest

Das Motto unseres diesjährigen Sommerfestes haben wir der Zirkuswelt gewidmet.
Hierzu war der kleine „Circus Showkolade“ bei uns zu Gast, der seine eigene Manege gleich mitgebracht hatte. Mit beeindruckenden akrobatischen Darbietungen wurden unsere Bewohnerinnen und Bewohner, Angehörigen und Mitarbeitenden zum Staunen gebracht. Der Clown durfte natürlich auch nicht fehlen und sorgte für einige Lacher.
Die Betreuung hat sich für die Dekoration mal wieder mächtig ins Zeug gelegt und mit vielen kreativen Ideen und Engagement zum Fest beigetragen.
Unser Küchenteam hat wie immer leckere Salate zubereitet und den Grill angefeuert. Auch die Vegetarierinnen und Vegetarier unter uns konnten sich freuen und zwischen gegrillten Gemüsespießen und vegetarischen Würstchen wählen.
Zudem waren verschiedene Stände aufgebaut, an denen man Cocktails, Slush-Eis, frisch gezapftes Bier oder Waffeln mit heißen Himbeeren erwerben konnte.
Wer Lust hatte, konnte sich im Schminkatelier das Gesicht passend zum Motto verschönern lassen.
Um die passende Hintergrundmusik hat sich unser Musiker Herr Volker gekümmert.
Gegen Ende des Festes bekamen wir noch Besuch von der Tanzschule Amaro aus Badenstedt. Eine Tanzgruppe von ca. 15 Kindern hat ihre super einstudierten Hip-Hop-Tänze aufgeführt und viel Applaus bekommen.
Mal wieder ein gelungenes Sommerfest mit bester Stimmung, gutem Wetter und viel Spaß.


WE ARE
OPEN













Glückwünsche zum Geburtstag

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

Mai

04.05. Waltraud Bohmfalk
07.05. Ottilia Barnert
15.05. Anna Sauer
24.05. Grete Vook
25.05. Heidelinde Grundmann
27.05. Anneliese Engelke
29.05. Rosalie Knappe

Juni

10.06. Manfred Weiß
13.06. Renate Gras
15.06. Antoni Brzeski
20.06. Martha Menzel
27.06. Ewa Maria Brzeski

Juli

02.07. Ingrid Marx
03.07. Rita Herrmann
08.07. Friedrich Grösche
23.07. Felizitas Glöde
23.07. Klausjürgen Schnoege
26.07. Margrit Bürgel
27.07. Gabriela Koltonski
28.07. Günter Luther

Andacht

Wenn der Herbst kommt, werden die Tage kürzer. In den Gärten und auf den Feldern ist vieles reif geworden. Äpfel und Birnen hängen an den Bäumen, Kürbisse liegen auf den Feldern, die Kartoffeln sind gerodet und das Korn ist abgeerntet. Vielleicht erinnern Sie sich, wie Sie selbst in Ihrem Garten standen, Obst und Gemüse ernteten und anschließend in den Keller und die Vorratskammer trugen: Gläser mit Apfelmus oder Kompott, Marmelade, Bohnen und Gurken sowie Säcke mit Kartoffeln.

Erntedank erinnert uns aber nicht nur an die Früchte, die auf unserem Teller liegen. Es lädt uns ein, auch auf die Früchte unseres Lebens zu schauen:

Was ist in meinem Leben gewachsen?

Vielleicht sind es die Menschen, die uns begleitet haben: Eltern, Geschwister, Freundinnen und Freunde, Nachbarinnen und Nachbarn. Vielleicht eine Ehe, Kinder, Enkelkinder und Urenkelkinder.

Vielleicht Erinnerungen an eine erfüllende Arbeitsstelle, an Reisen, Hobbys, Feste und Begegnungen. Vielleicht auch an Erfahrungen, die nicht leicht waren, an denen wir aber gewachsen sind.

Manches in unserem Leben ist wie eine reiche Ernte. Manches bleibt aber auch klein oder wird oder wurde nicht so, wie wir es uns gewünscht haben. Und manches müssen oder mussten wir loslassen.

Gerade im Alter dürfen wir auf unser Leben zurückblicken und sagen:

Da ist vieles, wofür ich dankbar sein kann.

Dankbarkeit heißt dabei nicht, dass alles gut sein muss. Sie bedeutet vielmehr, das Gute wahrzunehmen, das uns geschenkt wurde, manchmal auch in kleinen Dingen:

Ein freundliches Wort, eine Hand, die uns hält, ein Besuch, ein Sonnenstrahl am Fenster, ein vertrautes Lied.

Wenn wir heute auf die Früchte unseres Lebens schauen, dann dürfen wir dankbar sein: für das, was gewachsen ist, für die Menschen, die uns begleitet haben, und auch für die Kraft, die uns durch schwere Zeiten getragen hat.

Nicht alles war vollkommen, nicht alles ist so geworden, wie wir es uns gewünscht haben. Aber über allem dürfen wir darauf vertrauen: Gott ist bei uns und seine Güte bleibt.

So heißt es im Psalm:

„Halleluja! Danket dem Herrn; denn er ist freundlich, und seine Güte währet ewiglich.“ (Psalm 106,1)

Das dürfen wir heute ganz persönlich nehmen und sagen:

Danke, Gott, für die Früchte unseres Lebens.

Danke für alles, was uns geschenkt wurde.

Und danke, dass deine Güte uns begleitet: gestern, heute und auch morgen.

Amen.

Der Herbst ist da – Ergänzen Sie den Reim!

Lesen Sie das Gedicht laut. Am Ende der Zeile fehlt ein Wort.
Es reimt sich auf die Zeile davor. Erkennen Sie, welches Wort passt?

Die Blätter fallen bunt und **leicht**,

bis jeder Baum sein Kleid _____ .
Der Wind, der pfeift ums alte **Haus**,

und treibt die letzten Blätter _____ .
Am Morgen liegt der Nebel **grau**,

auf Wiese, Feld und nasser _____ .
Die Sonne scheint noch mild und **klar**,

ach wie ist das _____ .
Bald wird es früh am Abend **kalt**,

dann zünden wir die Kerzen _____ .
Wir sitzen warm bei Kuchen, **Tee**,

und freu'n uns auf den ersten _____ .



erreicht; raus; Tau; wunderbar; halt; Schnee

Impressum

Herausgeber
INTEGRA Seniorenpflegezentrum
Ronnenberg-Empelde
Nenndorfer Straße 1 • 30952 Ronnenberg
Telefon: 0511 / 27 08 9 - 0
Mail: empelde@integra-sw.de
Web: www.integra-seniorenimmobilien.de

Träger
INTEGRA Seniorenpflegezentrum
Ronnenberg-Empelde GmbH
Rolandsbrücke 4, 20095 Hamburg

Auflage:
400

Erscheinungsweise:
Viermal jährlich

Erscheinungstermin nächste Ausgabe (geplant):
Dezember 2026



Veranstaltungsvorschau

23.10.2026 15:00–18:30 Uhr
Oktoberfest

10.12.2026 15:30–19:00 Uhr
Weihnachtsmarkt

16.12.2026 15:00–17:00 Uhr
Weihnachtsfeier

Wöchentlich

- Gymnastik
- Gedächtnistraining
- Angewandte Basale Stimulation
- Kreativangebote / Stoff und Faden
- Spaziergänge

14- tägig

- Musikangebote
- Bowlen mit der Wii

Monatlich

- Heimbeiratssitzung
- Evangelischer / katholischer Gottesdienst
- Geburtstagskaffee


INTEGRA