

DER LICHTBLICK



INTEGRA SENIORENPFLEGEZENTRUM
HANNOVER-STÖCKEN


INTEGRA

Inhalts- verzeichnis

3	Vorwort
4	Unsere Bewohnerin
5	Unser Mitarbeiter
6	Neuer Beirat
7	Ausstellung Vincent van Gogh
8	Valentienstag
9	Rosenmontag
10-11	Tag an der Nordsee
12	Osterfeuer
13	Alpakabesuch
14	Muttertag
15	Glückwünsche zum Geburtstag
16	Andacht
17	Wir nehmen Abschied
18	Für Rätselfreunde / Impressum
19	Veranstaltungskalender



Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Angehörige, liebe Mitleser und Mitleserinnen,

mit dieser Ausgabe unserer Hauszeitung blicken wir wieder auf viele schöne Momente der vergangenen Monate zurück. Es war wieder einiges los in unserem Haus: Die Wahl unseres neuen Bewohnerbeirates, der Ausflug zur Vincent-van-Gogh-Ausstellung, Valentinstag, Rosenmontag, unser Tag an der Nordsee, das Osterfeuer, der Besuch der Alpakas und Muttertag sowie auch Vatertag, haben für viele schöne Momente gesorgt.

Dabei wurde wieder deutlich, wie wichtig das gemeinsame Miteinander ist und wie es den Alltag verschönert. Ob beim Singen und Schunkeln, beim Staunen über Kunst, beim Genießen von Fischbrötchen, Schokolade oder Bratwurst, als auch beim Streicheln der Alpakas: solche Tage machen das Leben erst richtig lebenswert.

Nun steht der Sommer vor der Tür und wir freuen uns auf weitere gemeinsame Veranstaltungen. Besonders herzlich möchte ich Sie zu einem unserer Highlights in diesem Jahr einladen: unserem Familienfest am Samstag, den 20.06.2026 von 13:00 bis 17:00 Uhr. Es erwartet Sie ein bunter Nachmittag für Jung und Alt mit Livemusik, Hüpfburg, Kinderschminken, Kinderfeuerwehr, Gegrilltem, Getränken, Kaffee und Kuchen sowie vielen weiteren Überraschungen.

Auch handgemachte und regionale Schätze wird es zu entdecken geben.

Wir freuen uns sehr darauf, diesen Tag gemeinsam mit Ihnen, unseren



Bewohnern, Mitarbeitern und Familien zu verbringen. Kinder sind bei uns immer herzlich Willkommen, denn sie bringen Freude, Leben und Leichtigkeit in unser Haus. Schon im letzten Jahr war zu spüren, wie schön es ist, wenn alle Generationen zusammenkommen und gemeinsam eine gute Zeit verbringen.

Ich wünsche Ihnen nun viel Freude beim Lesen dieser Ausgabe und eine angenehme Sommerzeit.

Herzliche Grüße

Ihr Michael Janowski
Einrichtungsleiter

Unsere Bewohnerin

Hallo, mein Name ist Vera-Elke Schrader.

Ich wohne seit dem 03.01.2026 im INTEGRA. Davor habe ich in Hannover Vinnhorst gewohnt. Besonders schön war es für mich mit meinem Ehemann Eberhart zu reisen. Die Enkelkinder haben uns oft auf unseren Reisen begleitet, besonders an die Ost- oder Nordsee. Wir waren an vielen schönen Orten. In Ländern wie zum Beispiel der Türkei, Griechenland oder Österreich. Jedes Land schafft es, uns zum Wandern einzuladen. Wandern war das große Hobby meines Mannes also wurde es auch zu meinen. Reisen war immer eine große Bereicherung für uns. Ich habe viele schöne Momente festgehalten, die mir bis heute Kraft geben und mir ein Lächeln ins Gesicht zaubern. Auch viele Spielenachmittage mit der Familie, vor allem den Kindern, waren schöne Stunden, an die ich mich gerne erinnere. Nun bin ich im INTEGRA und fühle mich hier sehr wohl, gerade bei den Spielenachmittagen oder den Puzzlegruppen.



Das weckt Erinnerungen! Ich bin in guter Gesellschaft und habe hier viele Menschen getroffen, die ein ähnliches Schicksal haben und die gleichen Interessen teilen. Ich hatte ein wenig Sorge als ich wusste, dass ich es alleine nicht mehr zu Hause schaffe und nun bin ich zufrieden und positiv überrascht, was für tolle Augenblicke ich hier schon erleben konnte. Ich fühle mich geehrt und bedanke mich dafür, dass ich Ihnen etwas über meine Person erzählen durfte.

Ich wünsche Ihnen und mir selbst auch für die Zukunft viele schöne gemeinsame Gruppenaktivitäten und Feste. Im Sommer und auch gerne in unserem schönen Garten.

Ihre

Vera-Elke Schrader



Unser Mitarbeiter

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,

mein Name ist Oliver Kummer, ich bin 44 Jahre alt und seit mittlerweile 20 Jahren als Ergotherapeut tätig. Seit dem 01.04. gehöre ich nun zum Team dieses Hauses und freue mich sehr, hier ein Teil der Gemeinschaft zu sein. Mein Schwerpunkt liegt in der Behandlung neurologischer Erkrankungen, gleichzeitig arbeite ich aber auch sehr gerne im orthopädischen Bereich. Besonders wichtig ist mir dabei immer der persönliche Kontakt und die individuelle Unterstützung jedes einzelnen Menschen.

Privat bin ich stolzer Vater von zwei wundervollen Töchtern im Alter von 16 und 12 Jahren. In meiner Freizeit spiele ich leidenschaftlich gern Tennis. Das ist für mich der perfekte Ausgleich zum Berufsalltag.

Für INTEGRA und speziell dieses Haus habe ich mich entschieden, weil es bereits nach außen hin einen ausgezeichneten Ruf genießt. Nach meinen ersten Wochen hier kann ich sagen: Dieser Eindruck bestätigt sich absolut. Die herzliche Atmosphäre und das Miteinander haben mich sofort überzeugt. Wenn Sie, liebe Bewohner, körperliche Beschwerden jeglicher Art haben oder einfach mal reden möchten, dürfen Sie sich jederzeit gerne an mich wenden. Natürlich können Sie auch andere Mitarbeiter ansprechen, die mir dann Bescheid geben.



Ich freue mich darauf, Sie kennenzulernen und gemeinsam mit Ihnen eine schöne Zeit zu gestalten und vor allem Fortschritte zu machen, was Ihre körperliche Bewegung und das Wohlbefinden angeht.

Herzliche Grüße
Oliver Kummer



Neuer Beirat

In diesem Jahr standen die Wahlen für den neuen Bewohnerbeirat an. Dieser besteht aus 5 Bewohnerinnen und Bewohnern, die die Interessen unserer Bewohner vertreten. Dabei war die Kandidatenliste mit insgesamt 10 Bewohnern gut gefüllt.

Dazu vorab einen herzlichen Dank an den bisherigen Beirat für die tolle und konstruktive Zusammenarbeit in den letzten zwei Jahren.

Im März war es dann so weit. Die Wahl verlief über zwei Tage und jeder Bewohner war dazu stimmberechtigt und konnte seine Stimme abgeben.

Letztendlich setzte sich der neue Bewohnerbeirat aus drei aktuellen und zwei neuen Mitgliedern zusammen (v.l. Herr Lemmer, Frau Kotulla, Frau Franz, Herr Otte, Herr Janowski (Einrichtungsleitung), Herr Kaufhold).

Wir gratulieren den neu gewählten und wiedergewählten Vertretern des Beirates.

Auf eine gute und gemeinsame Zusammenarbeit im Sinne aller Bewohnerinnen und Bewohner.





Ausstellung „Vincent van Gogh“

Unser erster Ausflug des Jahres führte uns dieses Mal zu einer Ausstellung von „Vincent van Gogh“ auf dem Gelände des Madsack-Verlags in Hannover. Diese Ausstellung hielt etwas Besonderes für uns bereit.

Es konnten nicht nur seine Bilder betrachtet werden. Nein, es war auch eine virtuelle Ausstellung. Dabei wurden verschiedene seiner Werke an Wände projiziert, und das war noch nicht alles. Die Bilder bewegten sich, was sie zum Leben erweckte. Es hieß einfach nur staunen und genießen.

Auch sein Zimmer, in dem er früher wohnte, wurde nachgestellt. Jeder Besucher, der mochte, konnte sich – selbstverständlich auch wir – in dieses Zimmer begeben. Dabei ließ es sich keiner nehmen, darin auch fotografiert zu werden.

Im letzten Jahr waren wir schon einmal bei der virtuellen Ausstellung von Claude Monet mit seinen vielen Seerosen. Dieses Mal konnten wir die Werke von Vincent van Gogh bestaunen. Wir sind gespannt, welcher Künstler uns als Nächstes erwartet ...

Valentinstag

Was vielleicht einige von Ihnen noch nicht wissen, ist, dass der Valentinstag von der katholischen Kirche im Jahre 496 eingeführt wurde. Dieser war ein Gedenktag für den heiligen Valentinus, dessen Name sich auf mehrere Personen bezieht. Ob wahr oder nicht: Heute ist es der „Tag der Liebe“.

Obwohl einige denken, dass der Valentinstag unnötig sei, freuen sich andere auf diesen Tag. Denn eigentlich ist der Valentinstag der Tag, an dem wir immer daran erinnert werden, den Menschen, die wir lieben oder wertschätzen, eine Freude zu machen.

Traditionell stehen an diesem Tag immer Blumen oder Schokolade hoch im Kurs. Aber manche lassen sich an diesem Tag auch mal etwas Ungewöhnliches einfallen, um jemanden zu beschenken.



Bei uns pflegten wir dieses Mal die Tradition, und es gab für jede Bewohnerin und jeden Bewohner leckere Schokoladenherzen. Aber auch das eine oder andere Glas Sekt durfte an diesem Tag nicht fehlen. Das sorgte für viele strahlende Gesichter.

Ob jemand den Valentinstag nun mag oder nicht: Im Grunde freuen wir uns doch immer, wenn jemand an uns denkt oder uns überrascht.



Rosenmontag

Die fünfte Jahreszeit ist im Rheinland bekanntlich genauso wichtig wie der Dom zu Kölle. Ob in Düsseldorf, Mainz oder Köln: Gefeiern wird überall. Wer jetzt glaubt, dass der Karneval bei uns im Norden keine Rolle spielt, der irrt.

Ob der Ossensamstag in Osnabrück, der Schoduvell in Braunschweig oder der Karnevalsumzug durch die City von Hannover: Gefeiern wird auch im Norden. In Hannover waren dieses Jahr mehrere Zehntausend Menschen dabei, um dies zu sehen. Denn was viele vielleicht nicht wissen: Hannover zählt in Norddeutschland zu den Karnevalshochburgen.

Aber auch wir sind eine kleine Karnevalshochburg. Wie auch in den letzten Jahren startete bei uns im Foyer unser Umzug durch das ganze Haus. Ob Bewohnerinnen, Bewohner oder

Mitarbeitende: Viele waren kostümiert und begleiteten unseren Rosenmontagsumzug.

Am Nachmittag ging es dann weiter. Ab 15:00 Uhr begann unsere Rosenmontagsfeier im Restaurant. Dazu gab es zu Kaffee und Kuchen traditionell Berliner, auch Krapfen genannt. Zur musikalischen Unterstützung war Thomas Klenke bei uns zu Gast, der für ordentlich Stimmung sorgte. Dabei wurde geschunkelt, geklatscht und auch getanzt. Außerdem wurde von unserer Küche eine Bowle zubereitet. Ob mit oder ohne Alkohol: Es war für jeden etwas dabei.

Als der Aschermittwoch kam, war bestimmt der eine oder andere schon in Gedanken:

„Was ziehe ich im nächsten Jahr wohl zu Fasching an?“



Tag an der Nordsee

Maritim wurde es Mitte März bei uns. Wie schon in den letzten beiden Jahren, zählt der „Tag an der Nordsee“ zu einem festen Bestandteil unserer jährlichen Veranstaltungen. Dazu war der Shanty-Chor bei uns zu Gast. Dieser sorgte für eine tolle Stimmung mit vielen bekannten Seemannsliedern. Dabei wurde kräftig mitgesungen und auch geschunkelt. Aber was wäre eine solche Feier ohne einen kulinarischen Höhepunkt? Jeder, der schon einmal an der Nord- oder Ostsee war, hat sich bestimmt darauf gefreut: frische Fischbrötchen!

Dafür wurden von unserer Küche 140 Brötchen frisch zubereitet. Ob mit Matjes, Bismarckhering oder Backfisch. Zwiebeln, Gurken oder Remoulade. Alles, was das Herz begehrt! Und passende Getränke wurden auch gereicht.

So genossen wir einen schwungvollen Nachmittag mit viel Freude, was uns die See wieder ein Stück näherbrachte. Denn manchmal muss man nicht in die Ferne schweifen, wenn die Dinge zu einem kommen. Ahoi!





Osterfeuer

In diesem Jahr fiel das Osterfest kalendarisch sehr früh, und zwar in die erste Aprilwoche. Das machte sich auch bei den Temperaturen bemerkbar. Zeitweise regnete es am Ostersonntag und am Ostermontag war es sehr windig. Um mit unserem Osterfeuer dazu beizutragen, das Winterwetter zu vertreiben, legten wir unser Osterfeuer dieses Mal auf den Ostermontag. Etwas untypisch, aber es sollte sich lohnen.

Am Nachmittag entzündeten wir unseren Feuerkorb und die große Feuerschale. Dabei konnte sich jeder, der wollte, am Feuer erwärmen oder dieses bei einem leckeren Getränk genießen.

Aber das war noch nicht alles! Denn wir nutzten den Tag gleich für etwas anderes. Zum Osterfeuer wurde nämlich noch angegrillt.



Ob auf unserer Terrasse beim Osterfeuer, im Restaurant oder auf den Wohnbereichen:

Die leckeren Bratwürste wurden überall verteilt.

Nun bleibt uns nur noch die Hoffnung für das nächste Osterfeuer. Denn der Ostersonntag 2027 fällt auf den 28.03. Dazu wurde schon angemerkt, dass wir dann ein Osterfeuer mit Schnee und Glühwein haben werden. Aber wir lassen uns mal überraschen.



Alpakabesuch



Aber nicht nur die Sonne strahlte uns zu, sondern auch viele Augen der Bewohnerinnen und Bewohner.

Während des Alpakabesuchs gab es dann noch eine kleine Überraschung. Es gab Eis für alle, was den Nachmittag abrundete.

Nachdem uns im letzten Jahr Manfred, Bounty und Knödel besuchten, waren es dieses Mal Flocke, Willi und Helmut. Da blieb zum Abschluss nur noch die Frage, welche Alpakas wir im nächsten Jahr kennenlernen werden ...



Im April bekamen wir wieder tierischen Besuch vom Alpakadorf Braunschweig. Wie auch im letzten Jahr kamen drei Alpakas zu uns in den großen Garten. Aber... in diesem Jahr war es etwas Besonderes. Denn die Alpakas Flocke, Helmut und Willi kamen in voller Fellpracht, da sie erst an Himmelfahrt geschoren wurden. Und das konnte jeder fühlen.

Bei schönstem Aprilwetter mit strahlendem Sonnenschein und angenehmen Temperaturen konnte jeder, der wollte, die Alpakas bestaunen, streicheln, mit frischem Gras füttern oder sie an der Leine halten. Der eine oder andere machte sogar mit ihnen einen kleinen Spaziergang im Garten.





Muttertag

Der zweite Sonntag im Mai ist immer ein besonderer Tag. Dieser soll uns immer daran erinnern, wem wir im Leben viel zu verdanken haben. Unserer Mutter!

Und so gibt es den einen Tag im Jahr, der ausschließlich unserer Mutter gehört. Es gibt Geschenke, viele Aufmerksamkeiten und herzliche Umarmungen. Aber an diesem Tag wird der Mama auch alles abgenommen, damit sie ihren Tag genießen kann. Mittlerweile hat sich der Muttertag auch ein bisschen verändert. Es gibt viele Mütter, die den Muttertag ausschließlich für sich nutzen. So treffen sie sich mit einer besten Freundin, um einen Kaffee trinken zu gehen, spazieren zu gehen oder nehmen sich etwas Anderes vor.

Bei uns war es ein bisschen traditioneller und jede Bewohnerin wurde an diesem Tage besucht. Dazu gab es auch eine kleine Überraschung. Es gab für jede eine Rose und wer mochte, durfte auch mit einem Glas Sekt anstoßen. Selbstverständlich gab es diesen mit und ohne Alkohol.

Aber natürlich wurden unsere Väter nicht vergessen. Denn vier Tage später war der Vatertag. Dazu wurde auf unserer Terrasse für unsere Väter und Männer am Nachmittag gegrillt. Dazu durfte das obligatorische Fass Bier natürlich nicht fehlen.

So pflegten wir die Traditionen am Mutter- und Vatertag, was die Bewohnerinnen und Bewohner sichtlich genossen.



Glückwünsche zum Geburtstag

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

März

03.03. Frau Personn
04.03. Frau Beckmann
08.03. Herr Barresi
10.03. Frau H. Neugebauer
26.03. Herr Evers
30.03. Frau Wieloch
31.03. Herr Buch

April

13.04. Frau Kassner
14.04. Frau Rühle
18.04. Herr Stoy
20.04. Frau Oelze
26.04. Frau Packheiser
30.04. Frau Stansch

Mai

02.05. Frau Praß
02.05. Frau Schäfer
03.05. Herr Rodewig
08.05. Herr Kooock
12.05. Frau Krug
13.05. Herr Holz
14.05. Frau Klora
18.05. Herr Meister
19.05. Herr Meyer
20.05. Frau Watermann
21.05. Frau Rieger
30.05. Frau Freund



Andacht

Liebe Leserin, lieber Leser,

„Geh aus mein Herz und suche Freud, in dieser schönen Sommerzeit“...

Womöglich haben Sie das Lied von Paul Gerhardt im Ohr, wenn Sie diese Zeile lesen. So langsam klopft der Sommer an, wie die Melodie in unserem Ohr, nehmen sich auch die Blätter an den Bäumen mit sattem Grün wieder mehr Raum, wenn wir den Blick zum Himmel richten. Die Abende werden wieder länger, es herrscht noch keine spätsommerliche Hitze, sondern alles fühlt sich noch voll und frisch an. Für mich ist dies die schönste Zeit!

Es geht dann ganz von allein, dass mein Herz Freude findet an der Schöpfung. Ich muss nicht suchen, nicht genau hinsehen oder hören, wie noch im Frühling, wenn ich morgens früh die ersten Vöglein zwitschern höre. Die Natur, die Fülle der Schöpfung, präsentiert sich im Frühsommer so stolz, dass mich die Freude darüber einfach überkommt.

Sie alle mögen Zeiten der Fülle kennen, die Momente im Leben, in denen sie nicht die Köpfe strecken müssen, um Dankbarkeit zu spüren. Genauso gibt es graue und neblige Phasen. Über beidem liegt Gottes Segen, wie der Psalmbeter in Psalm 119 singt: „Die Himmel erzählen die Ehre Gottes!“

Von Herzen wünsche ich Ihnen, dass Sie in diesem Frühsommer etwas von der Fülle spüren mögen.

Ihre Pastorin

Emelie Tille



Wir nehmen Abschied

Erinnerungen schenken uns Licht in dunklen Momenten.

03.03.2026

Herr Paul-Max Glondajewski

07.03.2026

Frau Detta Witte

10.03.2026

Frau Karin Schmidt

11.03.2026

Frau Tamara Reinhardt

14.03.2026

Frau Gisela Mayer

18.03.2026

Frau Margarete Neugebauer

23.03.2026

Frau Eva-Maria Kostik

26.03.2026

Frau Gudrun Niemann

01.04.2026

Herr Franz Seifert

08.04.2026

Herr Friedrich Evers

12.04.2026

Herr Volker Gropengießer

17.04.2026

Frau Marianne Wieloch

20.04.2026

Frau Ilse Blume

25.04.2026

Frau Elfriede Kremser

28.04.2026

Herr Lutz Keller



Verdrehte Schlagertitel

In diesem Rätsel werden bekannte Schlagertexte und typische Songzeilen leicht verändert oder in neue sommerliche Form gebracht. Ihre Aufgabe ist es, den ursprünglichen Schlager oder die bekannte Zeile dahinter zu erkennen.

Sonnencreme aus Amsterdam. **Tulpen** aus Amsterdam.

Die **Ostsee** ist ein seltsames Spiel. Die _____ ist ein seltsames Spiel.

Ich will keine **Sonnenbrille**. Ich will keine _____.

Die Hände zum **Cocktail**. Die Hände zum _____.

Du kannst nicht immer **im Urlaub** sein. Du kannst nicht immer ____ sein.

Blau **glänzt das Meer**. Blau _____ der _____.

Sonnencreme lohnt sich nicht. _____ lohnt sich nicht.

Er hat ein knallrotes **Erdbeereis**. Er hat ein knallrotes _____.

Ganz Paris träumt vom Sommer. Ganz Paris träumt von der _____.

Liebe, Schokolade, Himmel, 17, blüht der Einzian, Liebeskummer, Gummiboot, Liebe

Impressum

Herausgeber

INTEGRA Seniorenpflegezentrum
Hannover-Stöcken
Auf der Klappenburg 8 • 30419 Hannover
Tel.: 0511 / 22 00 8 - 0
Mail: hannover-stoecken@integra-sw.de
Web: www.integra-seniorenimmobilien.de

Auflage:

250

Erscheinungsweise:

Viermal jährlich

Erscheinungstermin nächste Ausgabe (geplant):

September 2026

Träger

INTEGRA Seniorenpflegezentrum
Hannover-Stöcken GmbH
Rolandsbrücke 4, 20095 Hamburg



Veranstaltungsvorschau

18.06.2026

Katholischer Gottesdienst „mit Herrn Habel“

20.06.2026

Familienfest

07.07.2026

Evangelischer Gottesdienst „mit Pastorin Charbonnier“

16.07.2026

Katholischer Gottesdienst „mit Herrn Habel“

16.07.2026

Italienischer Nachmittag „Der Eiswagen kommt!“

04.08.2026

Evangelischer Gottesdienst „mit Pastorin Charbonnier“

20.08.2026

Katholischer Gottesdienst „mit Herrn Habel“

20.08.2026

Cirkus Showkolade






INTEGRA