AUSGABE 01/2026

DER LICHTBLICK

INTEGRA SENIORENPFLEGEZENTRUM
HAMBURG-BARMBEK

INTEGRA

Inhalts-verzeichnis

3 Vorwort

4 Vorstellung Bewohner

5 Chor mit der KiTa Kinderzimmer

6-7 Weinfest

8-9 Weihnachtsfeiern & Adventskonzert

10 Weihnachtliches Basteln & Malen

11 Heiligabend

12 Silvesterfeier & Neujahrskonzert

13 Kino Nachmittage

14 Besuch von PeterSilie & Luise: „Gute Clowne“

15 Geburtstage

16 Andacht

17 Wir nehmen Abschied

18 Für Rätselfreunde / Impressum

19 Veranstaltungskalender

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Angehörige, liebe Leserinnen und Leser,

der Winter liegt nun bald hinter uns, und mit den länger werdenden Tagen hält auch der Frühling Einzug. Eine Zeit des Neubeginns, der frischen Ideen und der Hoffnung – genau das spüren wir auch in unserer Gemeinschaft.

Mit dem neuen Jahr werden bestimmt einige Herausforderungen auf uns zukommen. Mal gute und mal schlechte, so wie das Leben eben manchmal spielt. Besonders freue ich mich persönlich auf meine neue Herausforderung als Pflegedienstleitung. Mit unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern und besonders auch mit Ihnen, unseren Bewohnerinnen und Bewohnern, gemeinsam unseren Weg weiter zu gestalten. Mit viel Herz und Freude, aber bestimmt auch mal mit ein paar Tränen.

Was uns dabei besonders wichtig ist, bleibt unverändert: das Miteinander. Gemeinschaft bedeutet für uns, füreinander da zu sein, sich zu unterstützen und gemeinsam nach vorne zu blicken. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter geben jeden Tag für unsere Bewohnerinnen und Bewohner ihr Bestes – mit großem Einsatz, Menschlichkeit und einem offenen Ohr für die Bedürfnisse unserer Bewohnerinnen und Bewohner.

Wir danken allen, die mit ihrem Engagement und ihrer Herzlichkeit dazu beitragen, dass sich unsere Einrichtung wie ein Zuhause anfühlt. Lassen Sie uns den Frühling gemeinsam willkommen heißen und mit Zuversicht in die kommende Zeit gehen.

Liebe Grüße
Nadine Ehrhardt

Unser Bewohner Gerhard Mohr

Moin, mein Name ist Gerhard Mohr.
Ich bin am 07. November 1945 in einem kleinen Dorf namens „Negernbötel“ geboren und aufgewachsen. Es liegt im Kreis Segeberg in Schleswig-Holstein. Zuletzt habe ich in Hamburg, in der Barmbeker Straße in „Winterhude“, gewohnt.

Die schönsten Erinnerungen sind die Familienzeiten – da war immer was los, besonders bei den Kinderfesten. Ich habe drei Töchter und bin geschieden. Meine Frau habe ich in Holland kennengelernt. Wir waren 50 Jahre verheiratet. Meine älteste Tochter kommt regelmäßig zu Besuch. Ich habe Fleischer gelernt, bin dann einige Jahre zur See gefahren und war auch in Hongkong. Später habe ich in Hamburg als Autoverkäufer gearbeitet. Ich habe auch Oldtimer verkauft und eingekauft und war dafür in Amerika.

Jetzt bin ich 80 Jahre alt und lebe seit Januar 2026 im INTEGRA auf Wohnbereich 4 mit der roten Farbe. Tja, wie war mein erster Eindruck … ich habe Glück gehabt. Ich muss mich nicht mehr um alles alleine kümmern, und meine Tabletten werden sortiert – dafür bin ich sehr dankbar. Ich bin zufrieden, alle sind sehr nett zu mir. Das Essen schmeckt mir auch. Ich mag Hausmannskost, und der Rotkohl war richtig gut. Ich setze mich gern vorne auf dem Flur in den Sessel am Fenster. Da kann ich rausgucken und die anderen Bewohner auf dem Flur sehen.

Ich habe mich über den Fernseher im Zimmer gefreut, den mein Zimmernachbar und ich bekommen haben, da ich gerne Dokumentationen und die Nachrichten schaue. Ich bin ein geselliger Mensch und habe hier schon einige Kontakte gefunden. Bei den Gruppenangeboten war ich auch schon dabei: beim Herrenstammtisch, beim Kino, bei der sportlichen Runde und bei Gesellschaftsspielen – die mag ich sehr. Auf die Frage, was ihm für die Zukunft am wichtigsten ist, antwortete Herr Mohr:
„Ich will lange gesund bleiben und morgens alleine aufstehen können.“

Chor mit der KiTa Kinderzimmer

Ein unvergesslicher Moment zum 95. Geburtstag.

Ein ganz besonderer Vormittag stand uns bevor, als der Chor zusammenkam, um einen festlichen Anlass zu feiern: den 95. Geburtstag unserer lieben Bewohnerin Frau Leß. Es war eine Mischung aus wunderbaren Klängen, strahlenden Gesichtern und einer einzigartigen Stimmung – und das Schönste daran:

Das Geburtstagskind war von Herzen gerührt und erlebte einen Moment voller Freude und Anerkennung. Besonders berührend war der Augenblick, als der Chor mit den Anwesenden ein Geburtstagsständchen anstimmte. Frau Leß strahlte über das ganze Gesicht, und die herzlichen Glückwünsche wurden von allen mit fröhlichem Gesang begleitet. Es war ein harmonischer Klang, der unter die Haut ging und die gesamte Gemeinschaft tief berührte.

Weinfest
Ein Genuss für alle Sinne!

Unser diesjähriges Weinfest war ein wahrer Genuss und bescherte unserem Veranstaltungskalender einen festlichen Höhepunkt!
Inmitten einer gemütlichen Atmosphäre, die der Herbstzauber im November noch verstärkte, feierten wir gemeinsam und ließen uns von edlen Tropfen und kulinarischen Köstlichkeiten verwöhnen. Für das leibliche Wohl war bestens gesorgt: Neben erlesenen Weinen aus verschiedenen Anbaugebieten gab es eine Auswahl an köstlichen Leckereien, darunter liebevoll angerichtete Käseplatten, frisches Obst und süße Desserts – für jeden Geschmack war etwas dabei. Musikalisch begleiteten uns beschwingte Melodien, die eine entspannte und fröhliche Stimmung verbreiteten. Die Bewohner genossen nicht nur die Weine, sondern auch die wunderbare Gesellschaft und die gesellige Atmosphäre. Ein herzliches Dankeschön geht an die Küche für die liebevolle Zubereitung für die großartige Auswahl an Käse.

Weihnachtsfeiern und Adventskonzert

Die Weihnachtszeit hielt Einzug und bescherte uns unvergessliche Momente voller Glanz, Gemeinschaft und besinnlicher Stimmung. Unsere diesjährigen Weihnachtsfeiern waren ein voller Erfolg.

Bei gemütlichem Beisammensein, festlichem Essen und strahlenden Lichtern, die den Raum erleuchteten, herrschte eine Atmosphäre der Freude und des Zusammenhalts.

Es wurde gesungen, Gedichte vorgetragen und köstlicher Stollen genossen – die perfekte Einstimmung auf die bevorstehenden Feiertage. Ein weiterer Höhepunkt der festlichen Saison war das wunderschöne Adventskonzert, das für eine ganz besondere Stimmung sorgte. Der Musiker und Künstler Juraj Sivak, der mit seiner Musik den Raum erfüllte, verbreitete eine warme und friedvolle Stimmung.

Weihnachtliches Basteln und Malen

Im Dezember veranstalteten wir mehrere Bastel- und Malnachmittage - ganz im Zeichen der festlichen Jahreszeit! Bei einer gemütlichen Runde kreativ zu werden war für viele Bewohnerinnen eine willkommene Gelegenheit, dem Alltagsstress zu entfliehen und in weihnachtliche Stimmung zu kommen. Mit bunten Farben, Glitzer und allerlei Bastelmaterialien machten wir uns voller Elan ans Werk. Die Tische waren übersät mit Sternen, Engeln und weihnachtlichen Motiven, die mit viel Liebe zum Detail verziert wurden. Ob beim Malen von Tannenbäumen oder dem Basteln von Schneeflocken – die Ergebnisse waren genauso vielfältig wie die Ideen. Besonders schön war die entspannte Atmosphäre, in der alle zusammenarbeiteten, miteinander lachten und sich gegenseitig bei den kreativen Projekten unterstützten. Die Kinder der KiTa Kinderzimmer tauchten gemeinsam mit uns in die Weihnachtswelt ein und gestalteten mit viel Hingabe kleine Kunstwerke. Die Ergebnisse sind nicht nur bezaubernde Bastelstücke und Bilder, sondern auch eine Erinnerung daran, wie schön es ist, sich Zeit zu nehmen, um gemeinsam zu erschaffen und die Feiertage mit Kreativität und Herz zu feiern.

Unser Heiligabend – Gottesdienst und Bescherung

Der Heiligabend in unserem Haus war ein echtes Highlight und bot uns allen unvergessliche Momente der Besinnlichkeit, des Staunens und der Freude. Der Tag begann mit einem Gottesdienst mit Pastor Herrn Ehlbeck, mit der ehrenamtlich tätigen Frau Möhl und dem Betreuungsmitarbeiter Herrn Zimmermann.

Die christliche Bedeutung des Festes wurde auf wunderschöne Weise vermittelt, und wir erlebten gemeinsam einen ruhigen Moment der Besinnung und des Gebets. Lieder wurden gesungen und die festliche Botschaft von Liebe und Frieden erfüllte den Raum. Nach dem Gottesdienst ging es dann zur Bescherung – ein Höhepunkt, auf den alle gespannt warteten.

Der Weihnachtsmann, begleitet von seinen Helfern, zog durch die Flure und verteilte Geschenke. Mit einem fröhlichen „Ho ho ho“ und einem Sack voller Überraschungen zauberte allen ein strahlendes Lächeln ins Gesicht. Es war ein toller Moment, wie alle gemeinsam den Zauber der Weihnacht erlebten – beim Auspacken der Geschenke und Staunen über die kleinen Überraschungen, die den Tag noch festlicher machten.

Ein großes Dankeschön geht an den Nachbarschaftsverein Q21 für die vielen liebevoll verpackten Geschenkspenden!

Silvesterfeier und das Neujahrskonzert

Der Silvesterabend in unserem Haus war ein festlicher und fröhlicher Höhepunkt, der das alte Jahr würdevoll verabschiedete und das neue Jahr mit viel Freude begrüßte. Die Feier begann mit einer traditionellen „Dinner for One"- Vorstellung, die wie jedes Jahr für herzliche Lacher und gute Stimmung sorgte. Als der Abend weiter voranschritt, warteten alle gespannt auf das große Feuerwerk. Die Lichter und Farben, die den Himmel erleuchteten, waren der perfekte Abschluss eines Jahres.

Das Glitzern der Raketen und das leuchtende Spektakel am Himmel ließen die Herzen höherschlagen und erinnerten uns daran, wie wertvoll es ist, gemeinsam in das neue Jahr zu starten. Mit einem Glas Sekt in der Hand stießen wir alle zusammen auf ein glückliches, gesundes und erfolgreiches Jahr an. Es war ein Moment der Gemeinschaft, des Dankes und der Vorfreude auf das, was vor uns liegt.

Kino-Nachmittage

Unsere Kinonachmittage sind weiterhin ein voller Erfolg. In gemütlicher Atmosphäre schauen wir regelmäßig Klassiker, Dokumentationen oder Konzertfilme, die für Abwechslung und viele schöne Momente sorgen.

So genossen wir bereits zahlreiche TV-Klassiker und Dokumentationen. Die vielfältige Auswahl bietet für jeden Geschmack etwas und lädt immer wieder zum Staunen, Mitsummen oder Erinnern ein.

Mit Popcorn, kleinen Knabbereien und erfrischenden Getränken ausgestattet, verwandelt sich unser Restaurant regelmäßig in einen kleinen Kinosaal.

Besonders schön ist es zu beobachten, wie viele persönliche Erinnerungen durch die Filme und Konzerte wach werden – an vergangene Zeiten, an gemeinsame Kinobesuche oder an Lieblingskünstler und -schauspieler von früher. So entsteht nicht nur ein Kinonachmittag, sondern ein echtes Gemeinschaftserlebnis, das verbindet.

Besuch von PeterSilie & Luise: „Gute Clowne“

Anfang Januar besuchten uns PeterSilie & Luise, bekannt als „Gute Clowne“, und sorgten für strahlende Gesichter. Mit ihrem Akkordeon im Gepäck füllten sie den Raum mit Musik – es wurde gesungen, geschunkelt und das Tanzbein geschwungen.

Doch nicht nur die Musik machte Freude: Mit lustigen Ballonspielen, kleinen Albernheiten und viel Humor luden PeterSilie & Luise die Bewohnerinnen ein, mitzuspielen und den Alltag für einen Moment zu vergessen.

Die Zeit verging wie im Flug, und alle hatten viel gute Laune. Es war ein schöner Vormittag, an dem gemeinsam gelacht, gesungen und getanzt wurde – ein bisschen Musik und Humor machten den Tag für uns alle besonders.

Glückwünsche zum Geburtstag

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

März

01.03. Griszat, Werner
02.03. Clemens, Jürgen
03.03. Jungblut, Dieter
15.03. Schäfer, Gita
15.03. da Lages Torres, Antonio
16.03. Drevsen, Marianne
18.03. Vierecker, Jürgen
19.03. Schneemann, Ingrid
21.03. Ruhland, Irma
25.03. Weinert, Gottfried
29.03. Neumann, Heidi
29.03. Ratbauer, Michael

April

02.04. Kaik, Gertrud
06.04. Borth, Renate
06.04. Denstädt, Gifty Nana
08.04. Christiansen, Hannelore
11.04. Siggelkow, Elisabeth
12.04. Rößiger, Renate
13.04. Hempel, Wolfgang
14.04. Krack, Horst
27.04. Von Bülow, Waltraut
30.04. Meyer, Barbara

Mai

05.05. Köhler, Hannelore
06.05. Klenke, Frauke
08.05. Meyer, Doris
10.05. Kruse, Joachim
13.05. Stühlmacher, Jutta
16.05. Melzer, Rosemaraie
18.05. Karabulut, Seyranus
21.05. Zagewski, Annelise
24.05. Grabowski, Marianne
29.05. Seemann, Heidi
29.05. Edemann, Hannelore

Andacht
Meine Zeit steht in deinen Händen

Nun ist schon wieder ein Monat vergangen, Weihnachten ist auch fast vergessen und wir merken: die Zeit schreitet voran! Wie oft fragen wir uns: Wo ist nur die Zeit geblieben? Die Bibel, der 31. Psalm, weiß darauf eine Antwort: Die Zeit steht in Gottes Händen. Da steht sie. Sie liegt nicht, sie flattert nicht, sie zittert nicht, nein, sie steht! Denn sie ist gehalten von einer guten, festen Hand. Wir kennen diese Hand, nicht wahr? Es ist die Hand, die uns schuf und formte und uns das Leben schenkte. Es ist die Hand, die die Kinder segnet. Es ist die Hand, die die Hungrigen speist. Es ist die Hand, die die Kranken heilt. Und wenn wir fallen, können wir nicht tiefer fallen, als nur in eben diese feste, treue Hand. Die Zeit steht in dieser Hand, aber nicht irgendeine Zeit, sondern unsere, deine und meine Zeit. So kann man getrost durch die Zeit gehen und getrost erwarten, was da kommen mag.

Eine gute Zeit wünscht

Ihr Pastor
Olaf Krämer
von St. Gabriel

Wir nehmen Abschied

Erinnerungen schenken uns Licht in dunklen Momenten.

08.12.2025 Frau Irmgard Plümke

10.12.2025 Herr Lutz Peter Müller

12.12.2025 Frau Ingrid Drews

22.12.2025 Frau Helga Stiller

02.01.2026 Frau Barbara Weigt

05.01.2026 Herr Herbert Richard Hausadowski

24.01.2026 Herr Maciej Golinski

31.01.2026 Herr Horst Pothmann

02.02.2026 Herr Georg Fritz Riebeling

05.02.2026 Frau Karin Ingeborg Möller

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
Hamburg-Barmbek
Andreas-Knack-Ring 2 • 22307 Hamburg
Telefon: 040 / 80 60 07 - 0
E-Mail: hamburg-barmbek@integra-sw.de
Web: www.integra-seniorenimmobilien.de

Träger
INTEGRA Seniorenpflegezentrum
Hamburg-Barmbek GmbH
Rolandsbrücke 4, 20095 Hamburg

Auflage:
300
Erscheinungsweise:
Viermal jährlich

Erscheinungstermin nächste Ausgabe (geplant):
Juni 2026

Veranstaltungsvorschau

März

10.03.2026	09.30 Uhr	**INTEGRA on Tour**
17.03.2026	09.30 Uhr	**INTEGRA on Tour**
26.03.2026	10.00 Uhr	**Garten österlich dekorieren mit der KiTa**
30.03.2026	15.00 Uhr	**Herrenstammtisch**
30.03.2026	10.00 Uhr	**Eier bemalen**
31.03.2026	10.00 Uhr	**Österliches Backen**

April

01.04.2026	15.00 Uhr	**Osterfeuer am Nachmittag**
03.04.2026	10.00 Uhr	**Osterkonzert mit Juraj Sivak**
04.04.2026	10.00 Uhr	**Ostereiersuche**
15.04.2026	09.30 Uhr	**INTEGRA on Tour**
16.04.2025	09.30 Uhr	**Blumen basteln mit der KiTa**
21.04.2026	15.00 Uhr	**Herrenstammtisch**
29.04.2026	09.30 Uhr	**INTEGRA on Tour**

Mai

01.05.2026	10.00 Uhr	**Maibaum aufstellen**
07.05.2026	09.30 Uhr	**Blumenpflanzen im Hochbeet mit der KiTa**
10.05.2026	15.00 Uhr	**Muttertag – Kaffeetafel im Garten**
14.05.2026	15.00 Uhr	**Vatertag – Grillen im Garten**
19.05.2026	09.30 Uhr	**INTEGRA on Tour**
21.05.2026	09.30 Uhr	**INTEGRA on Tour**
24.05.2026	10.00 Uhr	**Pfingstrallye**
28.05.2026	15:00 Uhr	**Herrenstammtisch**

INTEGRA