DER LICHTBLICK



INTEGRA SENIORENPFLEGEZENTRUM WESSELING



Inhaltsverzeichnis

- 3 Vorwort
- 4 Mitarbeitervorstellung
- 5 Mitarbeitervorstellung
- 6 O'zapft is!
- 8 Erntedank Mitarbeiterfrühstück
- 9 Einkaufstour im Ort
- 10 Besuch vom Streichelzoo
- 12 Reha-Gymnastik
- 13 Montagsmaler
- 14 Bewohnererinnerung
- 15 Unsere Geburtstagskinder
- 16 Abschiede / Bauernregeln
- 17 Andacht
- 18 Kreuzworträtsel / Impressum
- 19 Veranstaltungskalender

Viel Spaß beim Lesen!











Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, Angehörige und Freunde des Hauses,

das Jahr 2022 geht bald zur Neige – nach einem frischen Frühling, einem sehr heißen Sommer und einem goldigen Herbst steht Weihnachten kurz vor der Tür. Freuen Sie sich auf eine besinnliche Adventszeit mit vielen Traditionen und gemütlichen Tagen. Wir möchten mit Ihnen gemeinsam die Adventstage feiern, Plätzchen backen und die Weihnachtsmärkte besuchen. Die friedvolle Jahreszeit beginnt und alle genießen die gemeinsamen Stunden und die besinnliche Weihnachtsstimmung.

Heute halten Sie für dieses Jahr unsere letzte Ausgabe der Hauszeitschrift in Ihren Händen. Dies wollen wir nutzen, um die Höhepunkte des Herbstes und des gesamten Jahres 2022 noch einmal Revue passieren zu lassen.

Wir freuen uns nun auf den Winter und möchten diesen mit Ihnen gemeinsam gestalten und verbringen. Über diesen Weg möchten wir Ihnen schon mal Frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins Jahr 2023 wünschen. Wir freuen uns auf das nächste Jahr mit neuen Erlebnissen und neuen Ausgaben des Lichtblickes. Viel Freude beim Lesen dieser Hauszeitschrift.

Axel Bischoff
Einrichtungsleitung

Elisabeth Hanstein Pflegedienstleitung



Unser Mitarbeiter Patrick Dickopf

Mein Name ist Patrick, ich bin 26 Jahre alt und komme aus Wesseling. Groß geworden bin ich in Köln.

Ich habe einen Sohn, der im Dezember drei Jahre alt wird.

Seit Oktober 2022 arbeite ich hier im Bereich Haustechnik vorher war ich 10 Jahre Installateur und auf Baustellen tätig. In meiner Freizeit fahre ich Motorrad und spiele Handball beim SC Fortuna Köln.

Mir macht es viel Spaß, mit den Kollegen, Bewohnern und Angehörigen zu arbeiten.

Ich freue mich auf neue Herausforderungen und Erfahrungen.



Unsere Mitarbeiterin Bianca Landsberg

Mein Name ist Bianca Landsberg, ich bin 33 Jahre alt und komme aus der schönen Eifel. Ich bin tierverrückt und kümmere mich in meiner Freizeit um meinen Hund und mein Pferd. Seit ich 15 Jahre alt war, habe ich immer wieder in Pflegeeinrichtungen gearbeitet. Erst als Ferienjob und später als Pflegekraft. Seit 2015 bin ich Pflegefachkraft und 2021 habe ich einen Master in Pflegemanagement gemacht. Ich freue mich, jetzt hier im INTEGRA Wesseling als Wohnbereichsleitung für Wohnbereich 3 und 4 zu arbeiten.



Unsere Mitarbeiterin Elisabeth Hanstein

Mein Name ist Elisabeth Hanstein. Ich bin 62 Jahre alt, verheiratet, habe eine Tochter und wohne in der Nähe von Zülpich. In meiner Freizeit bin ich Oma aus Leidenschaft und ich reise gerne nach Frankreich.

Der Pflegeberuf ist meine Berufung. Seit dem 1.Oktober bin ich als Pflegedienstleitung bei INTEGRA Wesseling tätig und freue mich auf eine gute Zusammenarbeit mit den Mitarbeitern.



Unsere Mitarbeiterin Joanna Schmidt

Liebe Leserinnen und Leser, ab dem 15. November darf ich mich als neue Leitung des Sozialen Dienstes bei Ihnen vorstellen. Ich freue mich riesig auf meine Aufgaben und natürlich auch darauf, Sie alle kennenzulernen.

Ganz nach dem Motto: Einmal INTEG-RA immer INTEGRA war ich bereits bei der INTEGRA 10 Jahre beschäftigt. Man könnte also auch sagen, dass ich "die alte Neue" bin.

Zu meiner Person: Ich bin Joanna Schmidt (54) und ein sehr geselliger Mensch, der offenherzig durch die Welt geht und ebenso auch allen Mitmenschen begegnet. Ich bin ein großer Spanien-Fan und möchte daher gerne noch irgendwann Spanisch lernen. Ich tanze viel – quasi immer.



Seit Neustem verbringe ich sehr viel Freizeit mit meiner 9 Monate alten französischen Bulldogge, was ein toller Ersatz ist, wenn die Kinder leider erwachsen und aus dem Haus sind.

Alles was sie noch von mir wissen möchten, erzähle ich Ihnen gerne persönlich und lade Sie hiermit ein, jederzeit mit mir ins Gespräch zu kommen.

Mit großer Vorfreude auf meine neue alte berufliche INTEGRA Zukunft in Wesseling. Ihre Joanna Schmidt



Am Mittwoch dem 21. September feierten wir gemeinsam unser alljährliches Oktoberfest. Morgens ging es direkt los mit einem typischen bayrischen Frühstück. Es gab Weißwürste mit süßem Senf, Brezeln und Obazda. Gestärkt ging es für viele Bewohner*innen dann vormittags auf unsere Oktoberfestkirmes. Alle hatten viel Spaß an den verschiedenen Ständen – vom Dosenwerfen über das Nägel-in-einen-Baumstamm-Hämmern bis hin zum Bierkrugschieben. Die Kirmes wurde von einigen als Gelegenheit genutzt,



zusammenzutreffen, miteinander zu lachen und zu tanzen. Im Anschluss gab es zum Mittagessen gegrillte Haxen, Würstchen und halbe Hähnchen mit Sauerkraut und Kartoffelpüree, zum Nachtisch eine Bayrisch Crème mit Erdbeersoße. Gegen den Durst gab es mittags und abends auf Wunsch Weißbier und Softgetränke. Nach einer Mittagspause ging es lustig weiter. Zu bayrischen Buchteln mit Puderzucker und Vanillesoße begann die Live-Musik. Den ganzen Nachmittag über wurde getanzt, gesungen und gelacht. Die Musik reichte von Volksmusik über den Twist zu verschiedenen Schlagern. Die Bewohner*innen konnten sogar Liederwünsche äußern, die prompt gespielt wurden. Da so eine gute Stimmung herrschte, blieb der Musiker sogar noch länger da als ursprünglich geplant und die Bewohner*innen zeigten beim Tanzen, was sie konnten. Der eine oder

andere versuchte sich sogar am Twist. Zum Abschluss des Oktoberfestes gab es zum Abendessen zusätzlich zu unserem alltäglichen Angebot noch einmal Weißwürste mit süßem Senf, Laugenstangen und Obazda. Von diesem Fest wurde noch Tage später immer wieder gesprochen und wir freuen uns schon sehr auf das Oktoberfest im nächsten Jahr.







Am 4. Oktober wurde bei uns der Erntedankgottesdienst gefeiert. Am Tag zuvor schmückten ein paar Bewohner*innen mit von der Küche bereitgestelltem Gemüse einen Erntedankkorb. Dieser wurde dann zum Gottesdienst selbst an den Altar gestellt. Der Gottesdienst wurde dieses Jahr von Diakon

Merkel von der katholischen Kirche abgehalten und gemeinsam mit unseren Bewohner*innen gefeiert. Am Tag darauf wurde das Gemüse dann auch von den Bewohner*innen geschält und geschnitten und von der Küche für das Essen verwendet.

Mitarbeiterfrühstück

Als Dankeschön für den Einsatz insbesondere in schwierigen Zeiten sind bei uns alle Mitarbeiter*innen einmal im Monat zu einem gemeinsamen Frühstück eingeladen. Diese Wertschätzung ist nicht selbstverständlich und ist im Team zu spüren. Dabei gibt es außerdem Gelegenheit zum Austausch zwischen den Kolleg*innen der unterschiedlichen Bereiche. Ein besonderer Dank von uns Mitarbeiter*innen geht dabei an die Küche, die alles für uns vorbereitet.







In Begleitung von zwei Betreuungskräften haben sich unsere Bewohnerinnen auf den Weg in die Innenstadt von Wesseling gemacht, um dort durch die Fußgängerzone zu bummeln und einkaufen zu gehen. Gegen 10:15 Uhr morgens ging es los. Mit in der Tasche hatten sie eine lange Einkaufsliste mit Wünschen an Mitbringseln für die daheimgebliebenen Bewohner*innen. Unterwegs konnten die Damen sich gut umschauen, scherzten miteinander und hatten viel Spaß. Für den Rückweg gab

es zum Glück noch Unterstützung vom Haustechniker, der mit dem Auto kam, um die vielen schweren Taschen abzuholen. Zwei Bewohnerinnen stiegen direkt noch mit ein, da der Rückweg dann doch noch sehr lang war. Die Rückmeldung der Bewohnerinnen war jedoch eindeutig: "Das können wir gerne bald wieder machen!" und "Nächstes Mal müssen wir noch etxwas früher los, dann haben wir noch Zeit, uns zwischendurch in ein Café zu setzen.



Auf diesen Tag hatten sich viele gefreut. Am 13. November war es dann soweit. Wir bekamen Besuch vom Filmtierland Sickte. Noch während die Bewohner*innen beim Frühstück waren. ging es draußen los, denn im Garten wurden Gehege aufgebaut. Als die Gehege aufgebaut, mit Futter, Wasser, einem kleinen Planschbecken und diversen kleinen Häuschen bestückt waren, wurden die Tiere in den Garten geholt. Im großen Gehege waren Ziegen, Esel, Hängebauchschweine und ein Alpaka. Im kleineren Gehege tummelten sich Meerschweinchen, iapanische Seidenhühner und Laufenten. Ab Viertel vor Zehn war alles bereit, und die Bewohner*innen kamen nach und nach in den Garten. Zum Teil machten sie sich alleine oder in Kleingruppen auf Erkundungstour, zum Teil







in Begleitung von Angehörigen oder Betreuungskräften. Der Kontakt zu den Tieren wurde von vielen Bewohner*innen sehr genossen und auch die Tiere waren aufgeweckt und neugierig auf die Begegnung. Die Tierpfleger des mobilen Streichelzoos konnten auch einige Fragen zu den Tieren beantworten. Großzügig wurden von einigen Bewohner*innen auch Streicheleinheiten und Löwenzahnblätter an die Tiere verteilt. Insbesondere die Hängebauchschweine schienen sich bei uns sauwohl zu fühlen und machten sich direkt daran, mit den Schnauzen den Garten umzugraben. Ein Glück, dass sowieso geplant war, den Rasen für das nächste Jahr neu zu machen. Eine Überraschung gab es nachmittags noch, denn mit Ziege Maria und Hund Lito wurden auch unsere bettlägerigen Bewohner*innen auf ihren Zimmern besucht. Es war für viele eine besondere Freude, dass dann am Bett mal ein Hund oder eine Ziege gestreichelt werden konnte. Zwischen vier und fünf Uhr nachmittags waren die letzten Bewohner zu Besuch im Garten, bevor das Spektakel ein Ende hatte und der Streichelzoo wieder abreiste.





Einmal in der Woche treffen sich bei uns einige Bewohner*innen zur Rehagymnastik. Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit dem TuS Wesseling e.V. statt. Jeden Donnerstag Vormittag kommt die Trainerin Frau Schönknecht zu uns ins Haus und führt mit den Teilnehmer*innen Übungen durch, um ein gewisses Maß an Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer zu erhalten oder auszubauen und um Schmerzen vorzubeugen. Für die Übungen bringt die Trainerin Immer mal wieder unterschiedliche Hilfsmittel mit. Beispiele dafür sind Hanteln, Bälle oder Tücher. Die Teilnehmer*innen haben alle eine ärztliche Verordnung, um an dieser Rehagymnastik teilzunehmen, da die Kosten von den Pflegekassen

übernommen werden. Wer keine Verordnung vom Arzt hat, sich aber trotzdem mit etwas Bewegung fit halten möchte, kann auch an der Sitzgymnastik des Sozialen Diensts teilnehmen.







Die Veranstaltung findet zwar nicht immer montags statt, aber auch an anderen Tagen kommt dieses Angebot immer mal wieder gut an. Beim Montagsmaler zieht eine Person einen Begriff und versucht diesen bildlich darzustellen. Der Begriff darf weder selbst laut gesagt noch aufgeschrieben oder mit Worten erklärt werden. Die Bewohner*innen versuchen, nur durch die gemalten Hinweise zu erraten, welcher Begriff gemeint ist. Die Begriffe sind dabei unterschiedlich schwer zu malen und zu erraten. Es reicht von "Sonnenbrille" oder "Baumkrone" bis hin zu "Muskelkater", "Honigkuchenpferd" oder "Herzensbrecher". Dabei wird auf beiden Seiten das kreative Denken sowie bei denjenigen, die mitraten auch die Verarbeitung visueller Reize gefördert. Bei uns wird beim Montagsmaler ein Tageslichtprojektor verwendet, damit gleich eine ganze Gruppe gemeinsam raten kann. Gemalt wird von verschiedenen Mitarbeiter*innen und zum Teil sogar von mutigen Bewohner*innen. Besonders lustig wird es, wenn nicht direkt zu erkennen ist, was das Gemalte darstellen soll und von den Ratenden die unterschiedlichsten Vorschläge gemacht werden.

Bewohnererinnerung

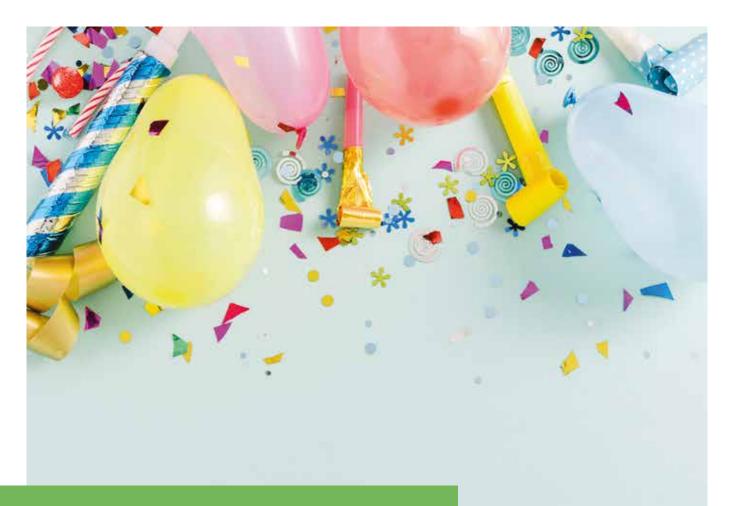
"Wir mussten viel kämpfen, aber es hat sich gelohnt"

Frau Raschke hatte Mitte der 60er Jahre mit ihrem Mann und zwei anderen Elternpaaren die Idee, einen Verein für Familien mit körperlich behinderten Kindern zu gründen. Laut Frau Raschke gab es damals nur wenige Informationen über Behinderungen bei Kindern und auch der Kenntnisstand der Ärzte war weitaus geringer als heute: "Damals wusste kein Mensch, was ein Spastiker ist." Frau Raschke war bereits vor der Geburt klar, dass ihre Tochter Beate eine Behinderung haben würde. Es stellte sich heraus, dass Beate ihr Leben lang einen Rollstuhl brauchen würde, dass sie außerdem eine Spastik im rechten Arm hatte, weshalb sie zum Beispiel keine Stifte halten konnte. Dafür besorgten ihr die Eltern später eine elektrische Schreibmaschine, auch wenn die in der damaligen Zeit noch sehr teuer war. Beate hatte auch Schwierigkeiten mit der Kommunikation, insbesondere damit, sich auszudrücken und in ganzen Sätzen zu sprechen. Laut Frau Raschke konnte sie aber alles verstehen, was ihre Familie jedoch eine lange Zeit nicht wusste. Sie wurde normal eingeschult und hatte beim Lernen keine Probleme. Sie hatte viele Freunde und war vielseitia interessiert.

Da es damals keine Perspektive für die Kinder mit Behinderung gab, schloss sich Frau Raschke mit ihrem Mann und zwei weiteren Ehepaaren zusammen um einen Verein zu gründen, doch zuerst herrschte viel Unsicherheit ob das überhaupt möglich wäre. Aber letztendlich sprachen sie mit dem Kinderarzt Dr. von Zimmermann, der sie in ihrer ldee bestärkte. Gemeinsam wurde der "Verein zur Förderung und Betreuung spastisch gelähmter und körperlich behinderter Kinder" gegründet.

Zu Beginn ging es vor allem um die Aufklärung der betroffenen Eltern über die Erkrankungen der Kinder. Dabei war es schon schwierig, die Eltern zu den monatlichen Treffen zusammenzubringen. Die betroffenen Kinder waren nicht immer dabei, aber wurden im Anschluss über die Treffen informiert und in Entscheidungen miteinbezogen.

Frau Raschke erzählt, dass ihre Tochter dabei Feuer und Flamme war. Der Verein gründete in den 70ern die erste integrative Kindertagesstätte in NRW und eröffnete nach einem Umbau in den 80ern ein Jugendhaus für Behinderte und Nichtbehinderte. Es wurden auch mehrere Wohngemeinschaften für Menschen mit Behinderung gegründet. Heute aibt es den Verein immer noch unter dem Namen "Miteinander leben e.V.", der 2015 sein 50jähriges Jubiläum feierte und vom Land NRW den ersten Inklusionspreis erhielt. Frau Raschke selbst war bis zum Tod ihrer Tochter im Jahr 2010 aktives Mitglied.



Unsere Geburtstagskinder

Wir gratulieren unseren Bewohner*innen zum Geburtstag und wünschen alles Gute!

September 2022		November 2022	
Gerda Große-Kleffmann	08.09.	Luise Olligschläger	05.11.
Matthias Gerhardus	09.09.	Marianne Jungbluth	08.11.
Willi Kozycki	19.09.	Maria Stüsser	10.11.
		Hildegard Graf	11.11.
		Paul Junkersdorf	16.11.
Oktober 2022		Herta Janda	26.11.
Anneliese Wilhelmine Polat	06.10.	Lorenz Neuhalfen	28.11.
Hedwig Lange	14.10.		
Bernhardine Follmann	16.10.		
Anna Maria Heyna	17.10.		
Ingeburg Bartelmehs	23.10.		
Gisela Trimborn	24.10.		



Das Schlimmste am Abschied von Menschen ist zu wissen, dass man ohne sie auskommen kann und wird.

Anne Morrow Lindbergh



Regnet es zu St. Nicolaus wird der Winter streng und graus.

Der Januar muss vor Kälte knacken, wenn die Ernte soll gut sacken.

Je tiefer der Schnee, um so höher der Klee.



Liebe Bewohnerinnen und Bewohner. liebe Angehörige und Mitarbeitende,

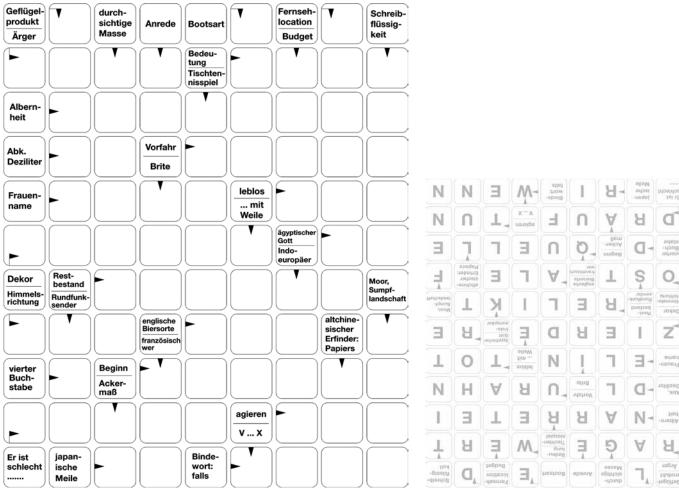
Advent, Advent, ein Lichtlein brennt: Die Kerzen auf dem Adventskranz, der beleuchtete Weihnachtsbaum – ich liebe die Lichter in der Advents- und Weihnachtszeit. Bei mir können es gar nicht genug Kerzen sein in der dunklen Jahreszeit. Und in diesem Jahr brauche ich sie ganz besonders! Denn diesmal ist es nicht nur draußen dunkel, sondern die vielen Kriegs- und Krisennachrichten sind manchmal schwer auszuhalten. Wie aut, dass die Botschaft vom Weihnachtslicht nicht von Strom oder Gas abhängig ist...

Auch das erste Weihnachtsfest fand unter schwierigen Bedingungen statt: Maria, minderjährig, schwanger, ob sie auf Josef zählen konnte, wusste sie nicht so genau, ihr Heimatland brutal besetzt. Viel Dunkelheit – da mag manche Sorge an Maria gezerrt haben – und jede

und jeder von Ihnen kennt das wohl auf eigene Weise in den letzten Monaten. Und mitten da hinein trifft die Botschaft des Engels: Fürchte dich nicht! Gott kommt. Er wählt den Weg des kleinen auf Liebe angewiesenen Kindes, um uns nah zu sein, tritt mit seiner Liebe an unsere Seite, teilt unser Leben. Die Kerzen im Advent helfen mir innezuhalten, dem Karussell der schlechten Nachrichten im Kopf Paroli zu bieten und an den zu denken, um den es an Weihnachten geht: "Ich bin das Licht der Welt, wer mir nachfolgt, der wird nicht wandeln in der Finsternis, sondern wird das Licht des Lebens haben", so sagt es Jesus. Daran will ich mich halten. Eine lichtvolle Adventszeit und gesegnete Weihnachten wünscht Ihnen Ihre Pastorin

Annelle Charbonnes (Annette Charbonnier)





Impressum

Herausgeber

INTEGRA Seniorenpflegezentrum Wesseling Keldenicher Straße 26, 50389 Wesseling

lel. 02236 / 89 52 - 0

Mail: wesseling@integra-sw.de

Web: www.integra-seniorenimmobilien.de

Träger

INTEGRA Seniorenpflegezentrum Wesseling GmbH Rolandsbrücke 4, 20095 Hamburd

Auflage:

125

Erscheinungsweise:

Viermal jährlich

Erscheinungstermin nächste Ausgabe (geplant):

März 2023



Veranstaltungsvorschau:

Dezember 2022

- 04.12. Adventsfrühstück WB 1
- 06.12. katholischer Gottesdienst & Nikolaus
- 11.12. Adventsfrühstück WB 2
- 13.12. 20:00 Uhr Fußball-WM 1. Halbfingle
- 14.12. Bewohnerweihnachtsfeier
- 14.12. 20:00 Uhr Fußball-WM 2. Halbfingle
- 17.12. 16:00 Uhr Fußball-WM Spiel um Platz 3
- 18.12. Adventsfrühstück WB 3
- 18.12. 16:00 Uhr Fußball-WM Finale
- 21.12. ökumenischer Weihnachtsgottesdienst
- 24.12. Heiligabend mit Bescherung
- 31.12. Silvester

Januar 2023

03.01. evangelischer Gottesdienst

Februar 2023

- 07.02. katholischer Gottesdienst
- 16.02. 20.02. Karneval

Jeden Donnerstag um 10:15 Uhr Reha-Gymnastik mit Frau Schönknecht auf WB 4

