AUSGABE 02/2023

DER LICHTBLICK

INTEGRA SENIORENPFLEGEZENTRUM
HANNOVER-STÖCKEN

INTEGRA

Inhalts-verzeichnis

3 Vorwort

4 Unsere treueste Mitarbeiterin Gerda Zeisler

5 Unser Bewohner Albert Kurzer

6 Rosenmontag

7 Valentinstag

8 Schlagernachmittage

9 Weltfrauentag

10 Osterfeuer

11 Tanz im Mai

12 Handwerken

13 Unser erster Ausflug…

13 Wussten Sie, dass...

15 Unsere Geburtstagskinder

16 Abschiede / Bauernregeln

17 Andacht von Pastorin Annette Charbonnier

18 Buchstabengitter / Impressum

19 Veranstaltungskalender

Viel Spaß beim Lesen!

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

das Land, in dem Milch und Honig fließen, die gebratenen Tauben direkt in den offenen Mund fliegen und der Strom einfach aus der Steckdose kommt, fühlt sich, wenn man die Nachrichten schaut, so weit entfernt an wie selten im Leben vieler Menschen.

Die Politik findet keine Antworten auf die aktuellen Herausforderungen und die sogenannten Experten überbieten sich bei ihren düsteren Prognosen für dieses Land. „Entschuldigung, ist das der Zug nach Nirgendwo?“

Trotz allem gibt es Dinge, die Ihnen niemand nehmen kann. Sie sind Anker, die Sie auch in den schwersten Stürmen unbeirrt in Ihrem Hafen verbleiben lassen. Dinge wie Ihr Optimismus, das Wertschätzen der Familie und Freundschaften, die Freude an den kleinen Dingen des Lebens oder die Zuversicht, dass die Dinge am Schluss immer ein gutes Ende finden werden. Sie helfen Ihnen, das Glück auch in schweren Zeiten immer wieder zu finden.

Auf die Reise nach diesen Ankern und den wundervollen Eigenschaften, die nur Sie zu dem machen, was Sie sind, müssen Sie sich aber alleine begeben. Doch haben Sie einmal diesen „Anker des Glücks“ vor Ihren geschlossenen Augen, halten Sie ihn fest! So fest, wie man einen wunderschönen Gedanken nur festhalten kann, und trauen Sie sich, den Weg zur mentalen Unverwundbarkeit und Ihrem Glück einzuschlagen, auch wenn er lang und steinig zu sein scheint. Es wird sich lohnen! Wagen Sie etwas und fordern Sie sich selber heraus, denn es gibt keine größere Abteilung auf der Müllhalde gescheiterter Gelegenheiten, als jene, wo die nicht gewagten Möglichkeiten ruhen.

Also: Alles aussteigen aus dem Zug nach Nirgendwo!

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen unserer Hauszeitschrift.

Herzlichst,

Ihr Sascha Heuer

Unsere treueste Mitarbeiterin Gerda Zeisler

Hallo,
mein Name ist Gerda Zeisler und ich arbeite seit dem 1. Januar 2011 bei INTEGRA, also seit unser Haus eröffnet wurde. Damit gehöre ich nicht nur zum alten Eisen, sondern mittlerweile auch zum Inventar hier im Haus.

In meiner Freizeit habe ich eine große Leidenschaft: das Campen! Seit 35 Jahren habe ich einen festen Platz in Ehlershausen . Dort fahre ich immer wieder mit meinem Mann hin, mit dem ich schon über 20 Jahre verheiratet bin. Einen Sohn habe ich übrigens auch.

Auf dem Campingplatz gibt es immer etwas zu tun, aber dort kann ich auch wunderbar entspannen und treffe gerne gute Freunde und alte Bekannte. Deswegen freue ich mich auch schon auf meinen nächsten Urlaub.

Unser Bewohner Albert Kurzer

Hallo,
mein Name ist Albert Kurzer. Ich lebe seit dem 22. August 2022 im Seniorenpflegezentrum INTEGRA Hannover-Stöcken und fühle mich hier sehr wohl.

Aus beruflichen Gründen bin ich 1972 aus der Nähe von Hameln nach Hannover gezogen. Viele Jahre wohnte ich mit meiner Frau im Stadtteil Mitte zwischen Königswortherplatz und dem Klagesmarkt. Es war sehr schön und praktisch, so zentral zu wohnen, da wir die meisten Erledigungen und auch die Arbeitswege zu Fuß bewältigen konnten.

Zu meinem größten Hobby zählten viele Jahre das Reisen und das Fotografieren. Im Laufe der Jahre habe ich 26 Fotoalben voller wunderschöne Momente und Erlebnisse gesammelt. Eine der schönsten Reisen war die nach Grönland mit dem Kreuzfahrtschiff MS Bremen. Grönland war wunderschön und wir sind mit Schlauchbooten durch das halb gefrorene Meer gefahren an Eisschollen, Walen und Eisbergen vorbei. Leider konnten wir nicht den ganzen Urlaub genießen. Wir wollten uns die Arktis noch intensiver angucken und mussten für den Ausflug sogar extra einen Gesundheitscheck machen, doch leider musste ich am Knie operiert werden und der Urlaub war vorbei.

Große Reisen kann ich nicht mehr machen, aber die Erinnerungen an unsere Reisen begleiten mich täglich und sind unvergessliche Momente.
Zu meinen aktuellen Hobbies zählen Kreuzworträtsel, spazieren gehen, am Laptop lesen und Gedächtnistraining. Gerne nutze ich auch die Betreuungsangebote und freue mich auf gute Gesellschaft und eine schöne Zeit hier im Haus.

Ihr Albert Kurzer

Rosenmontag

Am Rosenmontag hieß es wie im letzten Jahr „Helau und Alaaf“ bei uns im INTEGRA. Im Foyer startete unser traditioneller Umzug mit einem Festwagen durch das gesamte Haus.
Dabei waren die Kostüme der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, der Bewohnerinnen und Bewohner sehr kreativ gestaltet. Es gab Piraten, Hippies, Wilma Feuerstein, Teufelchen, Leopard, Waschbär, Einhorn und viele andere. Sogar Julius Caesar gab sich an diesem Tag die Ehre. Um 10:00 Uhr startete der Festumzug mit stimmungsvoller und heiterer Musik, Kamelle und leckeren Likörchen auf jedem Wohnbereich und jedem Zimmer. Die Bewohnerinnen und Bewohner wurden eingeladen mitzufeiern und sich dem Tross mit anzuschließen. Also, falls mal ein Rheinländer Nachhilfe braucht, wie man einen tollen Festumzug macht: Er ist herzlich zu uns eingeladen. Helau und Alaaf und bis zum nächsten Jahr!

Valentinstag

Sein Herz verschenkt hat bestimmt jeder mindestens einmal in seinem Leben: ob bei der ersten Liebe, im zweiten Frühling oder an ein geliebtes Haustier. Und so wurden am Valentinstag Bewohner und Bewohnerinnen, Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen fleißig mit Herzen aus Schokolade beschenkt.
Das ließen sich unsere Einrichtungsleitung Herr Heuer und unsere Pflegedienstleitung Herr Janowski natürlich nicht nehmen. Dabei wurde manchmal sogar auf die Knie gegangen, was für heitere Stimmung sorgte.
Am schönsten im Leben sind nicht immer die großen Dinge, sondern die kleinen, die von Herzen kommen!

Schlager-nachmittage

An zwei Nachmittagen im Februar und März besuchte uns DJ Thomas Klenke und brachte mit seinen live gesungenen Schlagern aus den 70er und 80er ordentlich Stimmung ins Haus.
Dabei wurde an einem Tag Sangriabowle serviert und an dem anderen leckerer Fruchtsecco, was sehr gut ankam. Es wurde mitgesungen, geschunkelt und getanzt.
Ein besonderes Highlight gab es beim zweiten Schlagernachmittag. Da gaben die Einrichtungsleitung Herr Heuer und die Leitung des Sozialen Dienstes Herr Plotzke ihre Gesangskünste zum Besten. Bei „Wann wird es mal wieder richtig Sommer“ von Rudi Carrell wurden die warmen Temperaturen herbeigesehnt, was zumindest schon mal am Schlagernachmittag klappte. Eine Zugabe wurde laut gefordert, die wird es dann beim nächsten Mal geben.
Und so sind wir schon gespannt, was uns die nächste Feier an Überraschungen bereithält.

Weltfrauentag

Was gibt es nicht alles für Tage! Tag der Milch (1. Juni), Tag des Hundes (26. August), Tag des Fahrrads (3. Juni) oder Tag der Schokolade (13. September). Aber ein Tag ist mittlerweile ein fester Bestandteil geworden, an dem wir die ehren, die das Leben erst lebenswert machen. Die Frauen!
Am 8. März ist „Weltfrauentag“ und dieser wurde natürlich auch bei uns gefeiert. So verschenkte unsere Einrichtungsleitung mit Unterstützung vom Sozialen Dienst an diesem Tag an jede Bewohnerin und Mitarbeiterin eine wunderschöne Rose.
Und wer könnte eine herzerwärmende Lebensweisheit besser formulieren als eine Frau?

„Träume dir dein Leben schön und mach´ aus diesen Träumen eine Realität.“
Marie Curie
(Physikerin, Chemikerin und zweifache Nobelpreisträgerin)

Osterfeuer

Auch in diesem Jahr schlossen wir uns dem Brauchtum an, den Winter und die bösen Geister mit einem Feuer zu vertreiben und den Frühling willkommen zu heißen. Die Temperaturen waren etwas angenehmer als im letzten Jahr und wir hatten dazu sogar zwei Feuer auf unserer Terrasse entzündet. So genossen wir am Ostersonntag nach dem Abendessen die wohltuende Wärme, stimmungsvolle Musik, nette Gespräche und auch das eine oder andere Getränk, das zur Erheiterung beitrug.
Dabei wurde auch zum ersten Mal ein Schokolikör angeboten, der bei allen sehr gut ankam. Und so genossen wir einen lauschigen und gemütlichen Abend in der Hoffnung, dass wir dazu beitragen konnten, den Winter zu vertreiben und wir einen sonnigen und warmen Frühling haben werden.

Tanz im Mai

Wie heißt es so schön: „Alles neu macht der Mai“. Und so machten wir es auch. Bei uns gab es nicht den Tanz in den Mai, sondern am 1. Mai den „Tanz im Mai“.

In unserem geschmückten Restaurant mit kleinen Maibäumchen, Kaffee, Torte und Maibowle feierten wir gemeinsam einen ausgelassenen Nachmittag. Dabei wurden wir musikalisch unterstützt von Herrn Ortmann, der für viel Stimmung sorgte. Es wurde mitgetanzt und mitgesungen. Anscheinend hatte es der Sonne so gut gefallen, dass sie uns am nächsten Tag gleich nochmal mit strahlendem Wetter besuchte.
Außerdem soll man eh die Feste feiern wie sie fallen. Und so werden wir es auch weiterhin machen und freuen uns jetzt schon auf die nächste Feier…

Handwerken

Traditionell stehen im Frühjahr immer verschiedene Arbeiten an. Ob Frühjahrsputz im Haus, das Bepflanzen im Garten oder das Steckenpferd der Männer: Heimwerken!

Obwohl: Eigentlich gibt es das ganze Jahr etwas zu tun. Bei uns wurde im April auch fleißig gewerkelt und das mit tatkräftiger Unterstützung einiger Bewohner. Nach einer kurzen Einweisung lief alles von selbst. Es wurden fleißig verschiedene Patten zugeschnitten, was bei strahlendem Sonnenschein umso mehr Spaß machte.
Wenn also unsere Haustechniker demnächst mal Unterstützung brauchen sollten, Handwerkerprofis haben wir im Haus genug.

Unser erster Ausflug…

…des Jahres ging ins „Café unterm Storchennest“ nach Luthe – ein gemütliches Fachwerkhaus mit einem stattlichen Storchennest auf dem Schornstein. Die Sonne lachte und der Frühling begrüßte uns schon Mitte April.
Dieses Café besuchten wir zum ersten mal und die Hoffnung war groß, schon die ersten Störche sehen zu können. Doch leider befanden sich Frau und Herr Adebar anscheinend noch auf dem Weg zu uns aus dem sonnigen Afrika.
So genossen wir den frühlingshaften Nachmittag mit selbstgemachtem Frankfurter Kranz, Blaubeer-Eierlikörtorte, Käsekuchen, Kaffee und dem einen oder anderen Frühjahrsbierchen.

Das Fazit unseres Ausflugs war, dass wir auf jeden Fall noch einmal ins „Café unterm Storchennest“ fahren werden und hoffen, dass uns dann Frau und Herrn Adebar begrüßen werden – vielleicht schon mit ihren Kleinen.

Wussten Sie, dass...

…sie an einer Supermarktkasse in Deutschland im Schnitt sieben Minuten stehen?
…an Wahltagen in Norwegen kein Alkohol verkauft werden darf?
…eine Ananas zwei Jahre braucht, um zu wachsen?
…sie 18 Monate bräuchten, um die gesamte Chinesische Mauer entlangzulaufen?
…der am längsten regierende Monarch Ludwig XIV. war?
Er regierte 72 Jahren und 110 Tagen. Ganz schön anstrengend!!!
…es in Japan üblich ist am Arbeitsplatz zu schlafen? Hart arbeitenden Menschen ist das gestattet. Manche stellen sich übrigens schlafend, um einen guten Eindruck zu machen.
…es in Berlin mehr Brücken gibt als in Venedig? In Berlin gibt es 700, in Venedig nur 409.

Unsere Geburtstagskinder

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

März

03.03.	Frau Personn
11.03.	Frau Bäumann
20.03.	Herr Becker
	Herr Wagner
24.03.	Frau Schütze
26.03.	Frau Leupold

April

02.04.	Frau Witt
13.04.	Frau Kassner
14.04.	Frau Rühe
22.04.	Frau Thiele
26.04.	Frau Packheiser
27.04.	Herr Schmidt

Mai

01.05.	Herr Fast
05.05.	Frau Weiser
10.05.	Herr Henze
21.05.	Frau Rieger
	Frau Szallermacher
28.05.	Frau Petro
	Herr Wiatrowski
30.05.	Frau Freund
	Frau Wolthausen

Wir nehmen Abschied

„Erst wenn du die Stadt verlassen hast, siehst du, wie hoch sich ihre Türme über die Häuser erheben."

Friedrich Nietzsche

Bauernregeln

Menschensinn und Juniwind ändern sich oft sehr geschwind.

Ein tüchtig Juligewitter ist gut für Winzer und Schnitter.

Stellt im August sich Regen ein, so regnet's Honig und guten Wein.

Andacht

Liebe Leserin, lieber Leser im INTEGRA,
ich weiß nicht, wie Sie es mit dem Gärtnern halten. Hatten Sie früher einen Garten und haben gern in der Erde gewühlt: säen, pflanzen, gießen, pflegen und hegen, ernten, haltbar machen, essen und alles wieder von vorn? Genießen Sie den schönen Garten rund um das INTEGRA? Viel Arbeit so ein Garten, aber auch wunderbar, wenn ich den Blick auf die Blumen und das, was da sprießt, genießen kann! Und es ist beides nötig: Die harte Arbeit und das Wissen darum, dass ich es letztlich nicht machen kann, dass etwas wächst. Es bleibt ein Wunder, ein Geschenk Gottes!
Doch manchmal stört besonders eines die ungetrübte Freude: das Unkraut.
Es kann einen richtig ärgern. Was tun, wenn Giersch das Beet im Griff hat oder der Löwenzahn nicht auszurotten ist?
Das ist ja auch im Leben so: Da gibt es manches, was mich ärgert, Menschen, die mir Mühe machen oder anderes, das ich trotz Anstrengung nicht in den Griff bekomme.
Dazu habe ich eine schöne Geschichte gelesen:
Eine Frau stört sich am Löwenzahn im Garten, sie probiert alles aus, um ihn wegzubekommen, doch nichts hilft. Da wendet sie sich an einen erfahrenen Gärtner. Er gibt ihr viele Ratschläge. Doch sie hat alles schon ausprobiert. Beide sitzen ratlos da, bis der Gärtner sagt: „Wenn denn alles, was ich dir vorgeschlagen habe, nichts nützt, dann gibt es nur einen Ausweg: Lerne, den Löwenzahn zu lieben!"
So will ich es in diesem Sommer versuchen, das, was ich nicht ändern kann, mit einem freundlichen Blick anzuschauen, gelassen zu werden und mich an Gottes Gaben zu freuen… Einen Versuch ist es bestimmt wert!
Einen bunten, frohen und gesegneten Sommer wünscht Ihnen Ihre Pastorin

Annette Charbonnier

(Annette Charbonnier)

Für Rätselfreunde: Buchstabengitter

In diesem Buchstabengitter befinden sich 15 Lösungswörter. Die Wörter können waagrecht oder senkrecht im Gitter angeordnet sein.

Konzert	Trompete	Staatstheater
Eintrittskarte	Kontrabass	Musikinstrument
Veranstaltung	Gitarre	Notenblatt
Mikrofon	Klarinette	Publikum
Operette	Schlagzeug	Klavier

B	E	Z	F	T	O	L	W	B	E	Z	F	T	I	L	W	S	K	V	B	M	N	P	E
R	E	M	U	S	I	K	I	N	S	T	R	U	M	E	N	T	W	M	B	R	K	H	C
Y	O	C	V	B	N	S	H	Y	X	C	V	B	N	S	H	U	L	L	E	E	T	I	A
I	F	A	P	U	B	L	I	K	U	M	A	O	X	G	R	M	Y	T	N	I	L	C	F
Z	S	L	J	N	E	R	Z	Z	O	L	J	N	E	I	Z	U	I	L	K	N	F	Y	X
O	T	A	R	Y	T	R	O	M	P	E	T	E	X	T	N	E	E	H	P	T	B	E	S
T	A	E	D	U	E	I	K	T	Z	E	D	U	E	A	K	A	E	U	E	R	W	N	Q
E	A	U	S	C	H	L	A	G	Z	E	U	G	V	R	E	R	N	X	V	I	I	O	M
I	T	E	T	R	Z	M	A	I	W	E	T	R	Z	R	A	N	V	S	G	T	S	T	W
W	S	H	L	S	E	W	Q	J	W	P	I	X	E	E	Q	D	S	C	U	T	O	E	S
S	T	W	F	K	L	A	R	I	N	E	T	T	E	W	E	C	Y	H	R	S	M	N	T
E	H	G	I	Z	A	E	S	E	A	G	I	Z	A	I	S	K	Z	X	E	K	A	B	A
U	E	E	L	F	F	M	U	K	O	N	T	R	A	B	A	S	S	A	D	A	C	L	M
W	A	I	H	N	L	R	K	E	H	Y	H	F	A	Q	R	Z	P	U	G	R	T	A	L
R	T	J	V	E	R	A	N	S	T	A	L	T	U	N	G	Q	O	B	A	T	M	T	S
I	E	E	T	R	R	M	A	I	W	Z	T	R	K	M	A	N	V	X	G	E	S	T	W
W	R	Q	A	A	I	N	Q	W	F	H	L	C	L	W	A	D	S	R	U	I	O	G	S
S	F	Y	F	E	K	O	N	Z	E	R	T	E	A	D	E	D	Y	A	R	X	M	N	X
E	A	G	I	Z	A	W	G	E	N	A	P	Z	V	I	O	P	E	R	E	T	T	E	A
U	M	I	K	R	O	F	O	N	P	E	L	F	I	M	E	T	Z	V	D	K	C	L	L
W	H	B	K	N	E	A	K	L	H	K	V	E	E	A	K	L	M	C	I	R	T	W	N
R	G	J	N	U	T	I	R	X	G	J	N	U	R	I	R	Q	O	I	A	N	M	U	S

Konzert	**Trompete**	**Staatstheater**
Eintrittskarte	**Kontrabass**	**Musikinstrument**
Veranstaltung	**Gitarre**	**Notenblatt**
Mikrofon	**Klarinette**	**Publikum**
Operette	**Schlagzeug**	**Klavier**

Impressum

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

Träger
INTEGRA Seniorenpflegezentrum
Hannover-Stöcken GmbH
Rolandsbrücke 4, 20095 Hamburg

Auflage:
250 Exemplare

Erscheinungsweise:
Viermal jährlich

Erscheinungstermin nächste Ausgabe (geplant):
September 2023

Veranstaltungsplan

Juni 2023

06.06. Evangelischer Gottesdienst mit Pastorin Charbonnier
14.06. Frau Kuck kommt zu Besuch
21.06. Katholischer Gottesdienst mit Frau Reinecke
29.06 Brillen-Mobil „Optikertag“

Juli 2023

04.07. Evangelischer Gottesdienst mit Pastorin Charbonnier
07.07. Frau Kuck kommt zu Besuch
12.07. Veranstaltungsreihe
19.07. Katholischer Gottesdienst mit Frau Reinecke
19.07. Veranstaltungsreihe
26.07. Veranstaltungsreihe

August 2023

01.08. Evangelischer Gottesdienst mit Pastorin Charbonnier
02.08. Veranstaltungsreihe
09.08. Veranstaltungsreihe
16.08. Katholischer Gottesdienst mit Frau Reinecke
16.08. Veranstaltungsreihe

Dazu bieten wir Ihnen wie immer auch spontane Veranstaltungen, Ausflüge und Überraschungen an.

Wenn Sie uns auf Instagram folgen möchten, scannen Sie bitte den QR-Code mit Ihrem Smartphone.

INTEGRA