AUSGABE 01/2024

DER LICHTBLICK

INTEGRA SENIORENPFLEGEZENTRUM
MENDEN

INTEGRA

Inhalts-verzeichnis

3 Vorwort

4 Unsere Alltagbegleiterin Sabine Matthäi / Wir gedenken unserer Verstorbenen

5 Unsere Eheleute Werth

6 10 Jahre Integra Menden

8 Der Nikolaustag

10 Weihnachtsmarkt

11 Neujahresempfang auf den Wohnbereichen

12 „Menden Helau!“

14 Mama Mia…

15 Glückwünsche zum Geburtstag

16 Abschiede / Bauernregeln

17 Andacht

18 Für Rätselfreunde / Impressum

19 Veranstaltungskalender

Viel Spaß beim Lesen!

Liebe Bewohner*innen, Angehörige und Freund*innen des Hauses,

die ersten Monate des neuen Jahres sind schon vergangen und die ersten Veranstaltungen haben wir gemeinsam erlebt.
„Die schönste Zeit im Leben sind die kleinen Momente, in denen du spürst, du bist zur richtigen Zeit am richtigen Ort.“
Getreu diesem Motto wollen wir auch weiterhin mit Ihnen unsere Zeit verbringen bei gemeinsamen Festen und Feierlichkeiten sowie tollen Gesprächen und schönen Gelegenheiten in unserer Einrichtung.

Herzliche Grüße
Ihre Miriam Manns
Einrichtungsleitung

Unsere Alltagbegleiterin Sabine Matthäi

Hallo zusammen, ich heiße Sabine Matthäi und bin seit Januar 2023 im INTEGRA Menden im Sozialen Dienst als Alltagsbegleiterin tätig.
Ich wohne seit zehn Jahren mit meinem Mann in Menden und wir fühlen uns hier sehr wohl.
Neben den lieben Kolleginnen und Kollegen an meiner Seite freue ich mich auf eine tolle Zusammenarbeit und Zukunft. Vor allem möchte ich viel Spaß und Freude mit unseren Bewohnerinnen und Bewohnern haben.
Hobbys habe ich keine, aber ich bin sehr unternehmungslustig und tanze gern.

Wir gedenken unserer Verstorbenen

04.12.2023 **Herr Gerhard Beckmann**
08.12.2023 **Frau Marita Ferlinc-Becker**
09.12.2023 **Frau Anita Pagenkämper**
10.12.2023 **Herr Heinrich Brüseke**
21.12.2023 **Frau Hedwig Frings**
10.01.2024 **Frau Sophia Anklam**
16.01.2024 **Frau Elfriede Schroer**
20.01.2024 **Herr Theodor Bongard**
21.01.2024 **Frau Maria Täubrich**
04.02.2024 **Frau Regina Trompetter**

Unser Ehepaar Werth

Frau Eta Werth kommt gebürtig aus Ostfriesland. Sie wollte ein bisschen von der Welt sehen und blieb gleich in ihrer ersten Station in Westfalen, wo es eine Wohnmöglichkeit bei Tante und Onkel und eine Arbeitsmöglichkeit für sie gab.
Heinz Werth wurde in Soest geboren und musste als Kind im Krieg mit seinen Eltern nach Bergkamen und Unna fliehen. Sein beruflicher Weg führte ihn dann nach Menden. Auf einem Fest lernten die beiden sich kennen und heirateten 1959.
Menden wurde ihr gemeinsamer Lebensort. Zuletzt wohnten beide in einer Eigentumswohnung im Ortsteil „Platte Heide“. Ihr gemeinsam in den Sechzigerjahren erbautes Haus im „Lahrfeld“ tauschten sie gegen die Wohnung des Sohnes.
Während seines Berufslebens hat Herr Werth viele Qualifikationen erworben. Seine Frau kümmerte sich um die drei Töchter und den Sohn, das Haus mit allen anfallenden Arbeiten und verbrachte viel Zeit an der Nähmaschine.
Es wurden gemeinsame Reisen unternommen, von der Nordsee bis in die Türkei.
Frau Werth erzählt lachend, dass sie als erstes für den gemeinsamen Haushalt ein Akkordeon gekauft haben, obwohl viele andere Dinge sinnvoller gewesen wären. Beide betonen, dass sie immer alles zusammen entschieden haben, manchmal auch gegen den Willen der Eltern oder Schwiegereltern.
Im Rentenalter widmete sich Heinz Werth dann intensiver dem Akkordeonspiel. Viele schöne Stunden verbrachten beide mit seiner Band, mit der auch abseits der Musik viel unternommen wurde.
Frau Werth konnte im September bei INTEGRA einziehen und für ihren Mann war dann im November ein Zimmer frei. Sehr viel ihrer Zeit nutzen sie für Spaziergänge und freuen sich über Besuche der Familie, zu der jetzt auch schon sieben Enkelkinder gehören.

10 Jahre Integra Menden

am 15. November 2012 war die Grundsteinlegung für unsere Einrichtung in Menden, Richtfest war am 3. April 2013, sodass wir im November 2013 eröffnen konnten. Am 18. November konnten wir nun ein Jubiläum feiern: Zehn Jahre INTEGRA Menden.
Am Vormittag fand ein Sektempfang statt und es gab eine reichliche Auswahl an Häppchen, natürlich hausgemacht. Bei sanfter Jazzmusik wurde mit den Bewohner*innen und Besucher*innen angestoßen. Und wie es sich für eine Geburtstagsfeier gehört, gab es natürlich auch Kuchen.

Im schönen Sauerland, mitten im Herzen von Menden, betreuen wir nun seit einem Jahrzehnt pflegebedürftige Senior*innen. Unser Geburtstag war gleichzeitig ein Tag der offenen Tür. Interessenten wurden zu einer kleinen Hausführung eingeladen, bei der so manche Frage beantwortet wurde. Viele Besucher*innen überzeugte die moderne, bewohnerfreundliche Architektur unseres Hauses, unser durchdachtes Pflegekonzept sowie die Lage in der Nähe des Zentrums und des Hönneufers.

Der Nikolaustag

Mit weihnachtlicher Musik von Hardy´s Jazzband verging der Vormittag wie im Flug, viele der bekannten Weihnachtslieder wurden von unseren Bewohnerinnen und Bewohnern textsicher mitgesungen, Erinnerungen an die Kindheit wurden wachgerufen und es wurde der alten Zeiten gedacht.

Und oho, horch was kommt von draußen rein! Dann kam tatsächlich noch der Nikolaus. Traditionell in Bischofsrobe besuchte er die Bewohner*innen und hatte für jeden was dabei… Gleichzeitig fand auf Wohnbereich Orange die Weihnachtsfeier statt, auch diese hat er besucht und es war auch für unsere Mitarbeiter*innen eine schöne Überraschung.

Weihnachtsmarkt

Da der Weihnachtsmarkt im letzten Jahr so guten Anklang gefunden hatte: Warum dann nicht noch einmal? So hieß es am 10. Dezember: INTEGRA-Weihnachtmarkt, der zweite.
Unterstützung fanden wir wieder bei der Kinderfeuerwehr Bösperde, die fleißig Reibekuchen backte.
Es gab, so wie es sich gehört, Glühwein und Kinderpunsch, Rostbratwurst mit Brötchen und zum Stöbern für ein kleines Weihnachtsgeschenk, war auch etwas dabei, diesmal gab es sogar für unsere vierbeinigen Freunde selbstgemachte Hundeleckerchen.
Und natürlich durfte unsere heiße Nummer Mr. Tom nicht fehlen. Bei seiner Feuershow hielt wortwörtlich jeder den Atem an.
Wir freuen uns schon auf den nächsten Weihnachtsmarkt.

Neujahresempfang auf den Wohnbereichen

Am ersten Januar hieß es „Frohes Neues!“ auf den Wohnbereichen.
Zusammen mit unseren Bewohner*innen stießen wir mit einem Glas Sekt beim gemeinschaftlichen Frühstück an und begrüßten das Jahr 2024.
Es fanden Tischgespräche über die vergangen Jahre statt und wie man früher Silvester und den Neujahrsmorgen verbracht hat, man schwelgte in Erinnerungen. Es war schön zu sehen, wie unsere Bewohner*innen in der Gemeinschaft sich austauschten und unterhielten.

„Menden Helau!“

Die Narrenzeit begann wie immer offiziell im November. Die Symbolfigur Mendens, der Hoppedietz, wurde wie immer am 11. erweckt und am Aschermittwoch verbrannt.
Pünktlich um 15 Uhr öffneten wir am 6. Februar die Türen unseres Restaurants, das passend zur Karnevalsfeier geschmückt worden war. Der Zillertaler Bernd spielte karnevalistische Stimmungslieder und verbreitete gute Laune im Restaurant und im Foyer.
Es wurde geschunkelt, getanzt, gelacht und unsere Polonaise zog sich durchs ganze Erdgeschoss.
Und dann kam Oma Erna. Sie suchte eine Urlaubsreise und wünschte Beratung einer Reiseverkehrskauffrau. Zuvor beschwerte sie sich noch darüber, dass der Eingang nicht barrierefrei sei. Dann fand sie an allen angebotenen Reisen etwas zu bemängeln. Nichts war gut genug für sie und so meinte Oma Erna schließlich: „Dann bleibe ich lieber daheim!“.
Nach kurzer Zeit folgte dann der Sitztanz der Bewohner*innen zu dem Lied: “ Wir wollen die Eisbären sehen“.
Das Ballett war im Vorfeld einstudiert worden und die Tänzer*innen freuten sich über den stürmischen Applaus.
So verging ein schöner Nachmittag, über den die Bewohner*innen auch später noch viel erzählten.

Mama Mia…

…hieß es auf Wohnbereich Orange. Auf Wunsch einiger Bewohner*innen wurde Pizza gebacken. Der Pizzateig wurde vorbereitet, die Tomatensoße gemischt und dann ging es an das Schnippeln der Zutaten: Schinken, Salami, Paprika, Tomaten und Zwiebeln. Es wurde reichlich belegt und dann kam alles in den Ofen.
Nach dem Backen ist vor dem Essen, die Pizza musste noch ein wenig auskühlen, konnte aber dann gemeinschaftlich verzehrt werden. Guten Appetit!

Glückwünsche zum Geburtstag:

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

Januar
01.01. Ilse Zenka
11.01. Annelise Kirchhoff
24.01. Franz-Josef Lohmann
24.01. Hildegard Maria Täubrich

Februar
03.02. Elfriede Schröer
07.02. Elfriede Ludwig
08.02. Herta Bolle
08.02. Agnes Josephine Neuhaus
14.02. Hannelore Morali
20.02. Wilhelm Lang
24.02. Getraude Luise Fricke
25.02. Ursula Elenore Hanenberg
26.02. Gisela Agnes Michel
28.02. Cäcilia Elisabeth Wiemann

März
02.03. Anneliese Brinkschulte
06.03. Margarete Maria Krutmann
09.03. Margarete Agatha Nolte
11.03. Paula Antonie Steuer
17.03. Giesela Maria Bley
18.03. Mechthildis Maria Bongard
24.03. Edeltraut Hannelore Horst
25.03. Hans-Georg Claaßen
28.03. Christa Diana Brigitte Claaßen

Wir nehmen Abschied

„Lebe so, als müßtest du sofort Abschied vom Leben nehmen, als sei die Zeit, die dir geblieben ist, ein unerwartetes Geschenk."

Marc Aurel (121 - 180 nach Christus)

Bauernregeln

Je größer der Staub im Märzen, desto schöner die Ernte der Erbsen.

Gehst du im April bei Sonne aus, lass nie den Regenschirm zu Haus.

Mairegen, mild und warm, tut den Früchten keinen Harm.

Andacht
Gedanken zum Osterfest

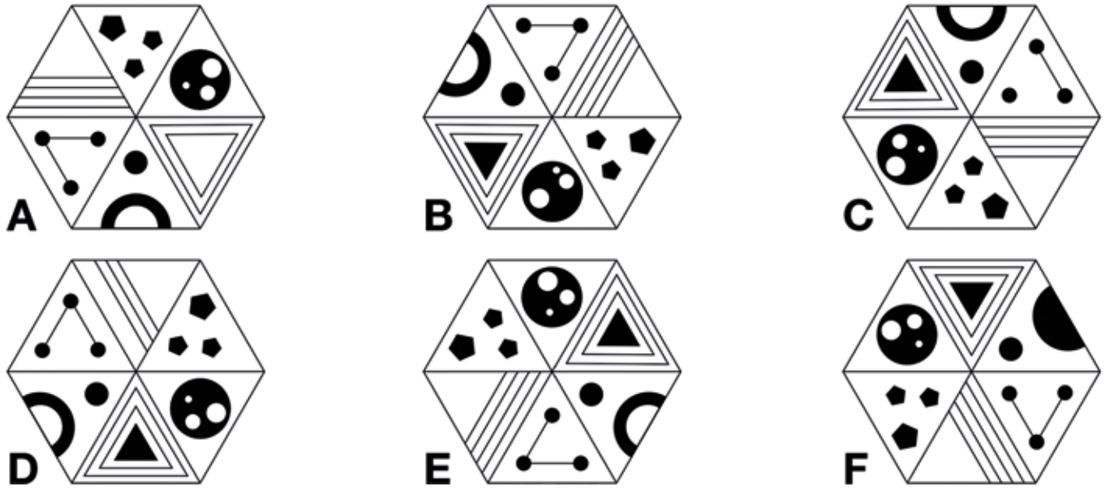
Die Festtage der Christenheit sind nicht nur nette Erinnerungen an das Leben eines Menschen vor 2000 Jahren, sondern sie haben etwas mit meinem Leben zu tun.
Zur Krippe gehört auch das Kreuz, zum Leben gehört der Tod. Leben ist nicht nur nett, freundlich harmonisch. Leben kann manchmal ziemlich wehtun. Angst und Einsamkeit, Krankheit und Schmerz, Tod und Verzweiflung werden bleiben. Und doch haben sie nicht das letzte Wort.
Das ist die Botschaft von Ostern. Dieses Fest nimmt das Dunkel nicht weg, aber es sagt zu mir, dass Gott mit mir geht, durch alle Dunkelheiten hindurch. Und das Osterfest ist die Zusage, dass nicht der Tod das letzte Wort hat, sondern das letzte Wort hat immer die Liebe.
Da fällt mir eine alte Legende, die Legende vom vierten König wieder ein:
Er macht sich ebenso wie die drei Könige zur Zeit der Geburt des Heilands auf, um ihm zu huldigen. Dieser vierte König erreicht sein Ziel aber erst nach dreiunddreißig Jahren; er wird auf seinem Weg aufgehalten, durch Menschen, denen das Leben nicht gut mitspielt. Seine ursprünglich für den neugeborenen König mitgebrachten Gaben gibt er diesen Menschen als Werke der Barmherzigkeit. Er kommt gerade noch rechtzeitig, um den Gekreuzigten auf Golgotha zu sehen.

An Ostern geht es um das Leben, um mein Leben:
Lassen wir uns ein auf das Leben, so wie Gott es uns zumutet!
Lassen wir uns ein auf die Menschen, die uns begegnen (wie der vierte König es tat).
Fühlen wir uns ein in die Menschen, denen wir begegnen!
Dann finden wir in jedem Menschen das göttliche Kind und leben in unserem Leben die christliche Botschaft von Weihnachten und Ostern, die Botschaft der Nächstenliebe!

Monika Schröder,
Wortgottesdienstleiterin

Für Rätselfreunde: Symbolrätsel

Welche Symbolfigur wurde fehlerfrei gedreht?



Lösung: Symbolfigur E

Impressum

Herausgeber
INTEGRA Seniorenpflegezentrum Menden
Am Wasserrad 27, 58706 Menden
Tel. 02373 / 17 40 - 0
Mail: menden@integra-sw.de
Web: www.integra-seniorenimmobilien.de

Träger
INTEGRA Seniorenpflegezentrum
Menden GmbH
Rolandsbrücke 4, 20095 Hamburg

Auflage:
125 Exemplare

Erscheinungsweise:
Viermal jährlich

Erscheinungstermin nächste Ausgabe (geplant):
Juni 2024

Veranstaltungen

Unsere Betreuungsangebote

- **Gymnastik „Fit in die Woche“** jeden Montag Vormittag *(außer an Feiertagen)*
- **Balancetraining mit und ohne Rollator**
- **Wöchentlicher Marktbesuch am Freitag** (wetterabhängiges Angebot)
- **Großes Bingo** wöchentlich Vormittag/Nachmittag im Wechsel
- **Evangelischer Gottesdienst** um 10:15 Uhr im Restaurant, jeden 1. Donnerstag im Monat
- **Katholischer Gottesdienst** um 15:30 Uhr im Restaurant, jeden 3. Dienstag im Monat
- **Gedächtnistraining**
- **Musikalische Angebote**
- **Damentisch** 1x monatlich
- **Herrentisch** 1x monatlich
- **Kegeln**

Hauswirtschaftliche Angebote

- **Waffel backen**,14-täglich auf den Wohnbereichen
- **Kreativangebote**
- **Spaziergänge in Einzelbetreuung oder als Gruppen** (wetterabhängiges Angebot)
- **Bunte Runde** „Angebote nach Wünschen unserer Bewohner“

9. März	**Schlagerkonzert mit Hardy Siering** ab 15:00 Uhr
1. April	**Gemeinschaftliches Osterfrühstück auf den Wohnbereichen**
6 und 7. April	**Mendener Frühling in der Innenstadt**
17. bis 21. Mai	**Besuch der Pfingstkirmes**
22. Mai	**Erdbeerfest mit Heidi** ab 15:00 Uhr

Weiter Veranstaltungstermine werden in der nächsten Heimzeitschriftbekannt gegeben.
Terminabweichungen werden frühzeitig bekannt gegeben.

INTEGRA