

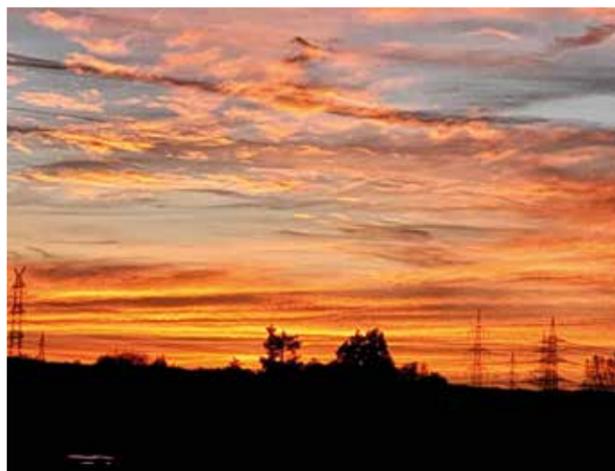
DER LICHTBLICK



Inhaltsverzeichnis

- 3 Vorwort
- 4 Unser Mitarbeiter Markus Bärhausen
Unser Mitarbeiter Khalil Nah
- 5 Elfter Elfter! / Lichterkinder
- 6 Es weihnachtet sehr!
- 7 Ein Weihnachtsgruß
- 8 In unserer Weihnachtsbäckerei
Der begehbare Adventskalender
- 9 Alle Jahre wieder... / Adventssingen
- 10 Unsere Weihnachtsfeier
- 11 Bescherung
- 12 Frohes Neues Jahr! / Sternsinger
- 13 Unsere Krippenfahrt
- 14 Bowling-Spaß mit den Mitarbeitenden
- 15 Bitte Lächeln!
- 16 Glückwünsche zum Geburtstag
- 17 Andacht
- 18 Für Rätselfreunde / Impressum
- 19 Veranstaltungskalender

Viel Spaß beim Lesen!



Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, Angehörige und Freunde des Hauses,

wir möchten Sie im neuen Jahr 2025 willkommen heißen. Nach einem wechselhaften Winter mit Sonne, Schnee und Regen hoffen wir auf einen schönen Frühling. Freuen Sie sich auf ein aufregendes und buntes Jahr mit vielen Traditionen, Festen und schönen Ausflügen. Nachdem wir nun schon gemeinsam Karneval gefeiert haben, lässt Ostern auch nicht mehr lange auf sich warten. Sie können sich schon auf ein leckeres Osteressen, unser Frühlingsfest und die Wahl der Maikönigin freuen.

Heute halten Sie für dieses Jahr unsere erste Ausgabe der Hauszeitschrift in den Händen. Darin möchten wir mit Ihnen noch einmal die Höhepunkte des

Winters und der Weihnachtszeit Revue passieren lassen.

Wir freuen uns darauf, gemeinsam mit Ihnen das neue Jahr zu gestalten, zu verbringen und diese neuen Erlebnisse in den nächsten Ausgaben des Lichtblicks festzuhalten.

Viel Freude beim Lesen unserer Hauszeitschrift!

Axel Bischoff
Einrichtungsleitung

Elisabeth Hanstein
Pflegedienstleitung



Unser Mitarbeiter Markus Bärhausen

Hallo, mein Name ist Markus Bärhausen und ich arbeite seit November 2021 im INTEGRA Wesseling, wo ich als Pflegehelfer auf Wohnbereich 3 tätig bin. Vorher habe ich 2 Jahre bei der Bundeswehr in der Marine gedient und war an der Nord- und Ostsee stationiert. In meiner Freizeit spiele ich Gitarre, gehe gerne angeln, spiele Fußball und bin Fan vom 1. FC Köln. Ich freue mich weiterhin auf die Arbeit mit den Kollegen und Bewohnern, denn der Pflegeberuf macht mir viel Spaß,



besonders, wenn man sieht, was man bei den Bewohnern bewirken kann.

Unser Mitarbeiter Khalil Nah

Hallo, mein Name ist Khalil Nah, ich bin 1989 geboren und komme aus Marokko. 2017 kam ich nach Deutschland und habe hier als Nachhilfelehrer gearbeitet. In Marokko habe ich einen Abschluss in Mathe, Physik und Französisch gemacht, der hier allerdings nicht anerkannt wurde. In Coronazeiten entschied ich mich, etwas Neues anzufangen und habe mich sehr für die Pflege interessiert, da es ein großer Bereich ist und man sich immer weiterentwickeln kann. Außerdem geht es darum, Menschen zu helfen, was mir sehr wichtig ist. 2020 habe ich deswegen meine Ausbildung zum Pflegefachmann angefangen. Nach meinem Abschluss habe



ich in einer Psychiatrie gearbeitet und gute Erfahrungen gesammelt. Und die möchte ich hier im INTEGRA gerne einsetzen und mich weiterbilden. Ich spiele in meiner Freizeit Gitarre und betreibe Kampfsport.



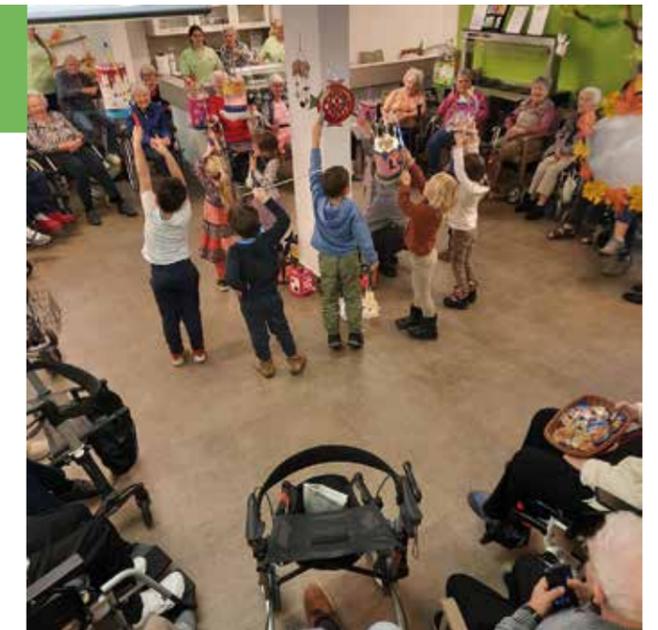
Elfter Elfter!

Der Auftakt der Karnevals-session am 11. November um 11:11 Uhr ist für viele Rheinländer ein hoher Feiertag. Natürlich wird das auch in unserem Haus gebührend gefeiert. Zu alten und neu-

en Karnevalsliedern wurde gesungen, geschunkelt und gelacht und eine Polonaise durfte dabei selbstverständlich auch nicht fehlen.

LichterKinder

Zu Sankt Martin haben uns die LichterKinder des Kindergartens Villa Kunterbunt besucht mit ihren schönen selbstgebastelten Laternen in Form von Kuchen, passend zu ihrem 10-jährigen Jubiläum. Das Zusammentreffen der Generationen ist für unsere Bewohner*innen immer ein großes Highlight. Alle haben es genossen, gemeinsam zu singen, Kakao zu trinken und Weckmänner zu essen.





Es weihnachtet sehr!

Besonders in der Adventszeit freuen sich viele von uns darauf, das eigene Reich mit weihnachtlicher Dekoration zu schmücken. Auch in den öffentlichen Bereichen unserer Einrichtung trägt die Dekoration natürlich beträchtlich zur Weihnachtsstimmung bei. Unsere Bewohner*innen hatten beim Schmücken tatkräftig mitgeholfen, egal ob es darum ging, die Weihnachtsbäume und Adventskränze zu schmücken oder die Tischgestecke für unsere Weihnachtsfeier zu gestalten.



Ein Weihnachtsgruß

Wir vom INTEGRA Wesseling haben viele Kooperationspartner, von Arztpraxen und Apotheken über Therapeut*innen bis hin zu Kirchenvertretern, Chor und Kindergärten. In der Weihnachtszeit wollten wir auch ihnen unsere Wertschätzung zeigen und sie mit kleinen Präsenten bedenken. Wir haben wir

uns dafür entschieden, eine winterliche Pflaumenmarmelade mit Zimt selbst zu kochen und in kleine Gläser abzufüllen. Gemeinsam mit einem Weihnachtsbrief wurden diese dann verschenkt. Natürlich gab es vorher für die Beteiligten beim Kochen auch eine Kostprobe mit dem Fazit: „Lecker!“

In unserer Weihnachtsbäckerei

Eine der schönsten Beschäftigungen in der Adventszeit ist doch immer noch das Plätzchenbacken. Zwischen Mehl und Teig und emsigem Beisammensein vergeht die Zeit viel zu schnell. Ein Blech nach dem anderen wurden Weihnachtsplätzchen gebacken und mit Streuseln und Schokolade verziert. Da konnten unsere Bewohner*innen förmlich sehen, wie fleißig sie waren. Und in einer Weihnachtsbäckerei darf auch



das Naschen nicht fehlen. Es musste ja probiert werden, ob die Plätzchen auch gut sind – und das waren sie!

Der begehbare Adventskalender

Auch dieses Jahr haben wir wieder an der Aktion „Begehbare Adventskalender in Wesseling“ teilgenommen. Diesmal waren wir zuständig für das Adventsfenster des 5. Dezembers. In den Wochen zuvor wurde fleißig geplant, gezeichnet, ausgeschnitten und angeklebt. Das Ergebnis konnte sich sehen lassen.

Am Abend des 5. Dezember feierten wir die Öffnung von Wesseling's Adventskalendertürchen in großer Zahl. Es gab Glühwein und Apfelpunsch, es wurden Weihnachtsgeschichten vorgelesen, Weihnachtslieder gesungen und unser Prädikant der Evangelischen Kirche, Herr Eßer, leitete uns im Gebet an. Zum Abschluss freuten sich noch alle über die neue Ausgabe des Lichtblicks, die



gerade frisch herausgekommen war und die sich jeder mitnehmen konnte. Es war ein durch und durch gelungener Abend.



Alle Jahre wieder...

...kommen die Kinder des Kindergartens Villa Kunterbunt zu uns, um einen Weihnachtsbaum für unser Haus zu schmücken. Dafür bringen sie selbstgebastelten Baumschmuck aus dem Kindergarten mit. Diese Gelegenheit nutzen wir dann gerne, um noch gemeinsam Zeit zu verbringen, Weihnachtslieder zu singen und Kakao zu



trinken. Die Kinder haben sich auch noch über einen Schokoladennikolaus gefreut und das Zuhause unseres Weihnachtswichtels bestaunt, der in der Adventszeit bei uns im Erdgeschoss Einzug gehalten hatte und ein bisschen Schabernack getrieben hat.

Adventssingen

Einmal im Monat kommt ein Chor der Altapostolischen Kirche bei uns zu Besuch zu seiner Chorprobe mit einigen unserer Bewohner*innen. Im Advent fand nun nicht nur die Chorprobe, sondern ein Adventssingen für die Bewohner*innen auf allen Wohnbereichen statt. Keyboard und Gesang haben für eine schöne musikalische Begleitung und nettes Beisammensein gesorgt.





Unsere Weihnachtsfeier

Eine der größten Feiern des Jahres ist bei uns immer die Weihnachtsfeier, deswegen steigt auch schon einige Zeit vorher die Spannung und die Vorfreude. Mit einer Rede unseres Einrichtungsleiters, Herr Bischoff, wurde die Feier eröffnet. Kaffee und Kuchen wurden musikalisch untermalt von Herrn Weiler und seiner Mundharmonika. Im Verlauf des Nachmittags haben wir Weihnachtslieder gesungen und es wurden Weihnachtsgeschichten vor-

gelesen. Als Überraschung hat uns noch die KG Südstädter Weiß-Gold 1986 e.V. besucht. Sie haben kleine Weihnachtsgeschenke und selbstgebastelte Karten mitgebracht, die an unsere Bewohner*innen verteilt wurden. Abgerundet wurde der Abend dann noch mit einem vorzüglichen Abendessen mit Klößen, Rotkohl und Braten. So konnten am Schluss alle zufrieden ins Bett gehen.



Bescherung

Heiligabend – endlich war es wieder soweit! Nach dem ökumenischen Weihnachtsgottesdienst am Vormittag ist bei uns gleich eine ganze Schar von Weihnachtsmännern, -frauen und -kindern durch das Haus gezogen und hat die Geschenke verteilt. Das gesamte Leitungsteam und dessen Kinder haben unsere Bewohner besucht und vielerorts ein Lächeln auf die Gesichter gezaubert.





Frohes Neues Jahr!

Der Jahreswechsel regt uns dazu an, Vergangenes zu reflektieren und in die Zukunft zu schauen. Auch bei unserer Silvesterfeier haben wir die Gelegenheit genutzt, unsere Wünsche für das neue Jahr festzuhalten und jede*r zog eine Süßigkeit mit einem Spruch für das



kommende Jahr. Bei einem Quiz wurde geraten, wie auf welcher Sprache ein frohes neues Jahr gewünscht wird. Bei einem Gläschen Sekt oder Aperol kamen viele ins Erzählen und ein bisschen Musik rundete den fröhlichen Nachmittag gut ab.

Sternsinger

Die Wesseling Sternsinger haben uns auf den Wohnbereichen besucht und ihren Segen an unser Haus und unsere Bewohner*innen ausgesprochen. Die Aufschrift der Aufkleber „20 C+M+B 25“ steht für Christus mansionem benedicat (auf Deutsch: Christus segne dieses Haus) im Jahr 2025. Die Aufkleber wurden auf jedem Wohnbereich angebracht und auch noch an die Bewohner*innen verteilt, sodass sie nach Wunsch auch an den Zimmertüren angebracht werden konnten.



Unsere Krippenfahrt

Vielerorts gibt es von Anfang Dezember bis in den Januar hinein schöne Krippen anzuschauen. Oft sind diese sogar erst nach Heiligabend komplett, da erst dann das Christuskind in die Krippe



hineingelegt wird. Eine solche Krippe haben wir uns also Anfang Januar in der St. Germanuskirche in Wesseling angeschaut. Die beiden Gruppen mit Bewohner*innen haben sich sehr gefreut.



Bowling-Spaß mit den Mitarbeitenden

Beim Bowlingabend für unsere Mitarbeitenden gab es eine Menge gute Laune, Teamgeist und ein paar Strikes! Mit viel Ehrgeiz haben die Kolleg*innen beim Bowling ihr Geschick unter Beweis gestellt und dabei aber nicht den Spaß an der Sache vergessen. Nach einer stärkenden Pizza ging es dann noch einmal richtig rund. Danke für diesen tollen Teamabend – wir freuen uns schon auf die nächste Runde!



Bitte Lächeln!

Unser Bewohner Herr Behrendt

Das Fotografieren ist die große Leidenschaft unseres Bewohners Herrn Behrendt. Angefangen hat das schon, als er zur Kommunion seine erste Kamera geschenkt bekam. Seitdem ist es sein großes Hobby, Fotos zu machen. Egal ob Familie, Tiere oder Landschaften – alles hält bei ihm als Motiv her. Im Laufe der Zeit haben diverse Kameras bei ihm ihren Dienst getan und es haben sich viele, viele Fotos angesammelt. Auch heute hat er in seinem Zim-



mer noch zwei Regale voll mit Fotoalben und er sagt, dass er in seinem Haus sogar über 7.000 Dias hatte. Inzwischen ist er auf das Handy umgestiegen, da das mittlerweile auch gute Fotos machen kann. Er macht weiterhin gerne Fotos von Sonnenauf- und -untergang vom Balkon oder von seinem Zimmerfenster aus. Auch die Ausflüge nutzt er gerne, um ein paar Fotos zu schießen. Auf dieser Seite sehen sie nur einige der Fotos, die Herr Behrendt in den letzten Monaten selbst gemacht hat.



Glückwünsche zum Geburtstag:

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

März

Heinrich Maria Gräber	01.03.
Marliese Wieland	04.03.
Elfriede Laufenberg	10.03.
Gisela Junghans	21.03.
Friedhelm Kasten	22.03.
Axel Schmidt	25.03.

April

Hildegard Axler	02.04.
Ralf Haubenreißer	02.04.

Maria Hartmann	09.04.
Katharina Klemmer	18.04.
Oswald Ley	18.04.
Eleonore Stippel	18.04.
Maria Wolf	25.04.
Christine Heinen	27.04.

Mai

Wilhelm Olligschläger	08.05.
Gertrud Felderer	08.05.
Erika Ernst	11.05.
Gisela Weidenhöfer	13.05.
Therese Müller	17.05.
Johannes Peters	18.05.
Karin Magnor	22.05.

Andacht

Fröhlichkeit gehört zum Christentum

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner unseres Seniorenzentrums Integra,

auch wenn ich davon ausgehe, dass die Hauszeitschrift Sie erst nach „tollen Tagen“ erreicht, möchte ich mit Ihnen einige Gedanken zu Karneval teilen. Karneval und der christliche Spaß an der Freude? Passt das zusammen? Warum sollen die Menschen nicht einmal im Jahr so richtig ausgelassen und lustig sein können? Sind Freude und Humor nicht eigentlich sehr christliche Tugenden?

In der Bibel, genauer im Buch der Sprichwörter des Alten Testaments, können wir zum Beispiel lesen: „Ein fröhliches Herz tut dem Leib wohl, /ein bedrücktes Gemüt lässt die Glieder verdorren.“ (Sprüche 17,22). Die Freude und der Humor des Karnevals hat allerdings nichts mit der heute oft beschworenen „Spaßgesellschaft“ zu tun. Im Gegenteil: Es gilt, sehr genau zwischen „Spaß“ und „Freude“ zu unterscheiden: „Der Spaß geht schnell vorüber, die Freude währt länger und reicht viel tiefer. Denn die Freude und die Fröhlichkeit sind für das Christentum tatsächlich etwas Zentrales und keine Nebensächlichkei-

Albert Schweitzer drückte es einmal so aus: „Fröhlichkeit gehört zum Christentum wie der Duft zu einer Blume.“ Auch der heilige Franz von Assisi legte großen Wert auf die Fröhlichkeit: Das sicherste Mittel gegen die tausend Schlichen

und Fallen des Bösen, so versicherte der Heilige, sei nämlich die Fröhlichkeit des Geistes.

Auch wenn mit dem Aschermittwoch die Fastenzeit beginnt, wird also nicht die Freude auf Eis gelegt. Diese Freude soll auch dann noch da sein, wenn Schwierigkeiten und Probleme auftreten, wenn die Tretmühle des Alltags scheinbar alle Freude am Dasein nimmt. Christliche Freude ist mehr als Fröhlichkeit, sie umfasst Hoffnung und Gelassenheit in Bezug auf die Dinge dieser Welt. Christliche Freude ist in Christus begründet und trägt auch in „schlechten“ Zeiten. Eine in den Herausforderungen des Lebens gereifte Freude kann für uns zur bestimmenden Kraft werden, springt auf andere Menschen über und schenkt ihnen Zuversicht. Und diese im Herzen wachsende Freude wünschen wir uns als Christen durch das ganze Jahr. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Freude „un Spaß an dä Fräud“ an allen Karnevalstagen!

Ihr Diakon Paul-Jürgen Schiffer



Für Rätselfreunde: Sudoku

1	6	7			2			
			9	8			6	7
	9	5		4		3		
	1		8				3	
	4	3		1	6			8
			3		5		1	
3			1	5	8			9
6	8			7			4	
7	5		4	6				

7	5	1	4	6	9	2	8	3
6	8	9	2	7	3	1	4	5
3	2	4	1	5	8	6	7	9
9	7	8	3	2	5	4	1	6
2	4	3	7	1	6	9	5	8
5	1	6	8	9	4	7	3	2
8	9	5	6	4	7	3	2	1
4	3	2	9	8	1	5	6	7
1	6	7	5	3	2	8	9	4



Veranstaltungsvorschau

März

- 02.03. Wesseling Karnevalszug
- 04.03. Evangelischer Gottesdienst
- 05.03. Geburtstags- und Begrüßungskaffee Februar
- 11.03. Seniorenmode
- 20.03. Frühlingsfest
- 25.03. Chor-Besuch

April

- 01.04. Katholischer Gottesdienst
- 02.04. Geburtstags- und Begrüßungskaffee März
- 17.04. Ostereier färben
- 18.04. Karfreitagsgottesdienst
- 20.04. Osterbrunch
- 29.04. Chor-Besuch
- 30.04. Maiköniginnenwahl

Mai

- 06.05. Evangelischer Gottesdienst
- 07.05. Geburtstags- und Begrüßungskaffee April
- 11.05. Muttertag-Sekfrühstück
- 27.05. Chor-Besuch
- 29.05. Vatertag-Frühschoppen

Impressum

Herausgeber
 INTEGRA Seniorenpflegezentrum Wesseling
 Keldenicher Straße 26, 50389 Wesseling
 Tel. 02236 / 89 52 - 0
 Mail: wesseling@integra-sw.de
 Web: www.integra-seniorenimmobilien.de

Träger
 INTEGRA Seniorenpflegezentrum
 Wesseling GmbH
 Rolandsbrücke 4, 20095 Hamburg

Auflage:
125

Erscheinungsweise:
Viermal jährlich

Erscheinungstermin nächste Ausgabe (geplant):
Juni 2025


INTEGRA