

DER LICHTBLICK



INTEGRA SENIORENPFLEGEZENTRUM
HAMBURG-BARMBEK


INTEGRA

Inhaltsverzeichnis

- 3 Vorwort
- 4 Unser Mitarbeiter Lukas Spiewok
- 5 Unsere Bewohnerin Frau Ruhland
- 6 Kooperationsprojekte mit der Kita
- 7 Osterbasteln mit der Kita
Gemeinsames Chorserlebnis
- 8 Überraschungsbesuche der Kita
- 9 Herr Bremer liest vor
- 10 Osterschmuck
- 11 Ostereier bemalen
- 12 Gartenarbeit
- 13 Gemeinsames Backen
- 14 Besuch im Glasmuseum
- 15 Andacht
- 16 Glückwünsche zum Geburtstag
- 17 Wir gedenken unserer Verstorbenen
- 19 Für Rätselfreunde / Impressum
- 20 Veranstaltungskalender



Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Angehörige, liebe Leser*innen,



der Frühling ist eingezogen und der Sommer steht vor der Tür. Diese Jahreszeiten stehen für Leichtigkeit und die Freude am Zusammensein. Gemeinsam mit Ihnen möchten wir diese Zeit gestalten – voller Begegnungen, Erlebnisse und Herzensmomente. Die Osterzeit hat bereits viele schöne Erinnerungen geschaffen: Beim Basteln mit den Kindern aus dem benachbarten Kindergarten entstanden liebevolle Kleinigkeiten, die unser Haus geschmückt haben. Gemeinsam wurde gesungen, gelesen und gelacht – über Generationen hinweg und doch ganz nah beieinander. Auch unsere bunten Kreidebilder vor der Einrichtung, gemalt von kleinen und großen Künstlern, be-

scherten uns ein Lächeln ins Gesicht. Und auch der Mai zeigt einmal mehr, wie schön die Frühlingszeit im Haus sein kann – sei es beim gemütlichen Beisammensein am ersten Mai oder an den Tagen, wo die Mütter und Väter einmal mehr für Ihre Hingabe gefeiert werden. Diese Tage sind mehr als nur Programmpunkte – sie sind Ausdruck unseres geliebten Miteinanders, das von Vielfalt, gegenseitigem Respekt und echter Hingabe geprägt ist. Unsere Projekte mit dem Kindergarten sind inzwischen fester Bestandteil unseres Hauses: Ob bei gemeinsamen Chorserlebnissen oder bei Vorlesestunden – jedes Aufeinandertreffen bringt neue Impulse und viel Freude in unser Haus. Diese Begegnungen zeigen uns: Gemeinsame Zeit macht stark. Sie schafft Verbindung, Vertrauen und Erinnerungen, die im Herzen bleiben. Wir freuen uns auf einen farbenfrohen Frühling und einen lebendigen Sommer – und darauf, viele dieser Momente mit Ihnen zu teilen.

Herzliche Grüße,
Till Alexander Inhoff



Unser Mitarbeiter Lukas Spiewok

Hallo liebe Leser und Leserinnen, mein Name ist Lukas Spiewok, ich wurde am 3. März 2001 in Hamburg-Barmbek geboren. In einem ambulanten Pflegedienst habe ich meine Ausbildung zum Gesundheits- und Pflegeassistenten (GPA) erfolgreich abgeschlossen. In meinem beruflichen Alltag liegt mir besonders das Wohl und die individuelle Betreuung der Menschen am Herzen. In meiner Freizeit verbringe ich gerne Zeit mit meinen zwei Töchtern,

die sechs und ein Jahr alt sind. Wir sind oft draußen unterwegs, entdecken gemeinsam die Natur oder unternehmen kleine Ausflüge. Zu meinen Hobbys zählen außerdem das Zeichnen, Radfahren und Schwimmen. Dies sind Aktivitäten, bei denen ich gut abschalten und neue Energie tanken kann. Auch das Reisen begeistert mich sehr. Für meine herzliche Aufnahme hier im Hause INTEGRA bedanke ich mich sehr und freue mich auf das, was noch kommt.



Unsere Bewohnerin Frau Ruhland

Mein Name ist Irma Elli Ruhland und ich bin 1952 in Dersenow, Mecklenburg-Vorpommern, geboren. Ich bin verheiratet und habe zwei Kinder und ein Enkelkind, welches mein ganzer Stolz ist. Seit Januar 2024 lebe ich hier im INTEGRA. Zuvor habe ich in Alsterdorf mit meinem Mann in einem Haus mit Garten gelebt. Dort habe ich mich immer sehr wohl gefühlt. Des Weiteren bin ich gelernte Schneiderin und habe damals in einem Elektroladen in Hamburg-Hoheluft gearbeitet, das ein Unternehmen meines

Mannes war. Bis heute liebe ich es, handwerklich tätig zu sein. Besonders das Stricken macht mir große Freude. Dabei kann ich wunderbar abschalten und kreativ sein. Hier bei INTEGRA fühle ich mich sehr wohl. Es gibt häufig Ausflüge und abwechslungsreiche Angebote, an denen ich gerne teilnehme und die mir große Freude bereiten. Besonders schön finde ich die angenehme und herzliche Atmosphäre unter den Bewohnern.



Kooperationsprojekte mit der Kita

Mitte Februar 2025 hat die Kita Kinderzimmer seine Türen geöffnet. Die Kita befindet sich im Erdgeschoss im Altbau der INTEGRA Hamburg-Barmbek.

Kita Kinderzimmer hat mehrere Einrichtungen in Hamburg und steht dafür, den Kindern viele unterschiedliche Arten von Erfahrungen ermöglichen

zu wollen. Die Idee, eine Kooperation zwischen Kita Kinderzimmer und der INTEGRA Hamburg-Barmbek zu ermöglichen, ist vor ein paar Jahren entstanden. Nach langer Bauphase ist es seit Mitte Februar nun soweit und die Türen wurden für die Kinder geöffnet. Seitdem wurden bereits einige Projekte umgesetzt.

Jede Woche dienstags kommen die

Elementarkinder, genauer gesagt die „Krokodilgruppe“, zu dem Chor auf dem Wohnbereich Grüner Weg. So kann gemeinsam Zeit verbracht und gesungen werden. Ebenfalls findet jeden Mittwochvormittag die Vorlesestunde statt. Ein Bewohnerehepaar aus dem Haus besucht die Kita und taucht mit den Kindern in die Tiefen der Bücherwelt ab.

Osterbasteln mit der Kita

An einem schönen Frühlingvormittag saßen die Kinder der Krokodilgruppe der Kita Kinderzimmer am Stadtpark und einige unserer Bewohner beisammen, um für die Wohnbereiche und die Kita zu basteln. Mit großen Augen betraten die Krokodilkinder die Einrichtung. Es war alles sehr spannend und jeder Teil der Flure wurde genau unter die Lupe genommen. Auf dem Wohnbereich Blaue Brücke angekommen, freuten sich die Bewohner über den Besuch der Kinder und alle gingen in die Wohnbereichsküche um sich auf

einen Bastelvormittag vorzubereiten. So wurden fleißig Osterhasen und Ostereier ausgeschnitten und kleine Osterkörbe mit Ostereiern gebastelt und verziert. Die Osterkörbe wurden nach Fertigstellung von den Krokodilkinder mit in die Kita genommen. Beim Ausschneiden der Ostereier und Osterhasen erhielten die Bewohner*innen Hilfe von den Krokodilkindern, sodass diese auf allen Wohnbereichen aufgehängt werden konnten. Was für ein großartiger Start, um die Osterzeit zu beginnen.

Gemeinsames Chorerlebnis

Jeden Dienstagvormittag ist es soweit – die Kinder der Krokodilgruppe der Kita Kinderzimmer kommen zum Gemeinschaftsraum des Wohnbereichs Grüner Weg, um gemeinsam mit unseren Bewohner*innen zu singen und Zeit zu verbringen. Dabei ist zu beobachten, dass Kinder mit der Zeit immer offener gegenüber unseren Bewohner*innen

werden und sich mittlerweile auch trauen, auf die Bewohner*innen zuzugehen. Lieder wie „Hoch auf dem gelben Wagen“, „Auf einem Baum ein Kuckuck saß“ oder auch „Das Wandern ist des Müllers Lust“ wurden zusammen gesungen, es wurde gelacht und eine gute Zeit miteinander verbracht.



Überraschungsbesuche der Kita

Sowohl am Valentinstag als auch in der Osterzeit wurden unsere Bewohner*innen von den Kindergartenkindern und ihren Eltern überrascht. Passend zum Tag, an dem die Liebe und Nächstenliebe gefeiert wird, kamen die Kindergartenkinder, die Eltern und das gesamte Team der Kita Kinderzimmer am Stadtpark zu uns zu Besuch und brachten den Bewohner*innen Herzkekse. Eine tolle Geste, über die sich die Bewohner*innen sehr freuten. Ebenfalls war es für die Kinder, die Eltern und das Team eine tolle Möglichkeit, die Räumlichkeiten und die Bewohner*innen der INTEGRA Hamburg-Barmbek näher kennen zu lernen.

Auch zur Osterzeit kam uns die Krokodilgruppe besuchen und brachte uns tolle selbstgebastelte Küken, welche auf den Wohnbereichen an die Bewohner*innen verteilt wurden und bis heute einige unserer Bewohnerzimmer schmücken.

Einige der Bewohner*innen besuchten außerdem die Räumlichkeiten der Kita. Wir durften uns alle drei Gruppen sowie die kleinen Badezimmer und das Außengelände näher anschauen und erhielten Einblicke in die pädagogische Arbeit. Die Kita und INTEGRA Barmbek sind durch einen Glastunnel barrierefrei miteinander verbunden, was den gegenseitigen Besuch erleichtert.



Vorlesestunde

Das ist doch ein schönes Zusammentreffen! Der Kindergarten im selben Gebäudekomplex wie unser Seniorenzentrum. Alt und Jung nebeneinander. Jetzt müssen wir das nur noch mit Leben füllen. Besuche der Kleinen bei uns auf den Etagen, beim Chor und Vorlesen und Basteln in den so fantasievoll gestalteten Räumen des Kindergartens. Natürlich braucht das noch Zeit zum Eingewöhnen. Erfahrung dafür ist aus

früherer Zeit vorhanden. Nach unserem Ruhestand backte meine Frau regelmäßig mit den Kindern der Nachbarschaft Plätzchen und Kuchen. Meine Aufgabe war Vorlesen, Basteln und Musik vorführen. Es wurde viel gesungen und so den Kindern der Zugang zu Volksliedern vermittelt. Mir macht der regelmäßige Kontakt zu den Kindern großen Spaß.

Jürgen Bremer



Osterschmuck

Anfang April war es endlich soweit – die Vorfreude auf das Osterfest lag spürbar in der Luft. Die Tage wurden länger und überall kündigte sich der Frühling an. Auch in unserer Einrichtung machte sich eine fröhliche Aufbruchsstimmung breit: Die Osterzeit rückte näher, und die Bewohner*innen begannen gemeinsam mit dem Team der Sozialen Betreuung, sich auf das Fest einzustimmen. Mit viel Liebe zum Detail und jeder Menge Kreativität wurden die einzelnen Wohnbereiche frühlingshaft und österlich dekoriert. Bunte Ostereier, frische Blumen, selbstgebastelte Dekorationen und kleine Häschenfiguren fanden ihren

Platz in Fenstern, auf Tischen und an Wänden. Die Bewohner*innen waren mit großem Eifer und voller Vorfreude dabei – es wurde gelacht, erzählt und gemeinsam gebastelt. Dabei entstanden nicht nur wunderschön geschmückte Räume, sondern auch wertvolle Momente der Gemeinschaft. Jede*r brachte eigene Ideen ein und so wurde aus jedem Wohnbereich ein einzigartig gestalteter Ort, der zum Verweilen und Wohlfühlen einlud. Am Ende war deutlich zu spüren: Der Frühling war eingezogen – und mit ihm die festliche Osterstimmung. Nun kann das Osterfest kommen!



Ostereier bemalen

In der Woche vor dem Osterfest wurde es in unserer Einrichtung besonders farbenfroh und lebendig: Auf jedem Wohnbereich kamen zahlreiche Bewohner*innen zusammen, um gemeinsam Ostereier zu bemalen. Mit viel Freude und Kreativität entstanden dabei echte kleine Kunstwerke. Besonders beliebt waren in diesem Jahr die marmorierten Muster, die den Eiern einen einzigarti-

gen, fast schon zauberhaften Glanz verliehen. Die bunten Eier, welche am Ende mit kleinen Osterhasenstickern verziert wurden, wurden am Ostersonntag und Ostermontag an alle Bewohner*innen verteilt. So bringt jedes Ei nicht nur Farbe, sondern auch ein Lächeln und ein Stück Gemeinschaft zum Osterfest.



Gartenarbeit

Der Frühling ist da – und unsere Balkone erstrahlen in neuem Glanz! In den letzten Wochen wurden die Balkonkästen neu bepflanzt. Dabei wurde nicht nur auf schöne Blumen, sondern auch auf die passende Farbwahl geachtet: Jede Bepflanzung wurde farblich liebevoll auf den jeweiligen Wohnbereich abgestimmt.

Viele Bewohner*innen packten tatkräftig mit an und halfen beim Einsetzen, Gießen und Gestalten. Auch die großen Töpfe auf der Terrasse vor den Balkonen wurden mit bunten Frühling Blumen geschmückt.

Jetzt laden die blühenden Balkone zum Verweilen ein – ob bei einem Plausch, einem Buch oder einfach zum Genießen der warmen Sonnenstrahlen.



Ein herzliches Dankeschön an alle Helfer*innen, die diesen kleinen Frühlingzauber möglich gemacht haben!



Gemeinsames Backen

An einem gemütlichen Nachmittag trafen sich unsere Bewohner*innen mit einer Betreuungskraft, um zusammen einen frischen Hefezopf zu backen. Die Vorfreude auf das gemeinsame Tun war groß – Teig wurde geknetet, geformt und mit liebevoller Sorgfalt vorbereitet. Es wurde viel gelacht, erzählt und sich ausgetauscht – ein schönes Miteinander, worüber sich alle freuten. Die duftenden Aromen des frisch gebackenen Zopfs füllten bald den Raum und steigerten die Vorfreude auf den anschließenden Genuss.

Nachdem der Hefezopf goldbraun gebacken war, setzten sich alle gemütlich zusammen, um ihn gemeinsam mit leckerer Marmelade zu genießen. Bei einer Tasse Kaffee oder Tee klang der



Nachmittag mit schönen Gesprächen und einem herzlichen Beisammensein aus – ein gelungener Tag voller Gemeinschaft und Genuss.



Besuch im Glasmuseum

Vor Kurzem stand wieder ein gemeinsamer Ausflug zum Glasmuseum direkt um die Ecke auf dem Programm. Viele unserer Bewohnerinnen und Bewohner nahmen begeistert daran teil und freuten sich auf einen abwechslungsreichen Nachmittag. Obwohl das Glasmuseum regelmäßig besucht wird, gibt es dort immer wieder Neues zu entdecken – sei es eine besondere Ausstellung, spannende Hinter-

grundgeschichten oder faszinierende Details in den kunstvollen Glasobjekten. Auch dieses Mal war die Freude groß, und es wurde viel gestaunt, erzählt und gelacht. Der Ausflug bot nicht nur kulturelle Eindrücke, sondern auch Gelegenheit zum Austausch und für gemeinsame Erlebnisse – ein schöner Tag, der allen in guter Erinnerung bleibt.

Himmel und Hölle

Die Weisheit einer jüdischen Geschichte

Liebe Leserinnen und Leser,
manchmal liegen Himmel und Hölle sehr nah beieinander – und wir Menschen können dies sehr wohl bewirken, wie folgende Geschichte zeigt: Ein Rabbi wollte unbedingt den Unterschied zwischen Himmel und Hölle wissen. Da hatte er einen Traum: Ein Engel erschien ihm und führte ihn in eine große Tropfsteinhöhle. Dort hing ein wunderschöner Duft nach köstlichem Essen in der Luft. Ein großer Topf mit einer wunderbaren Suppe köchelte da vor sich hin – doch leider saßen drum herum lauter traurige, dünne und abgemagerte Menschen, die offensichtlich nichts zu essen bekamen. Als der Rabbi näher kam, verstand er auch, warum: Die Menschen hatten jeweils einen langen Löffel. Mit diesem überlangen Löffel versuchten sie, die Suppe zu essen. Aber: Der Löffel war zu lang, die Suppe fiel immer herunter. Keiner wurde satt! Ein trauriger Ort, dachte der Rabbi. Da führte der Engel ihn weiter in eine andere Tropfsteinhöhle: Auch hier hing ein wunderbarer Geruch nach einer wunderbaren Suppe in der Luft, auch hier köchelte ein riesiger Suppentopf über einem Feuer, auch hier saßen viele Menschen mit überlangen Löffeln um den Topf herum – doch alle waren fröhlich und lustig miteinander... Und: Alle waren wohlgenährt und satt.

Als der Rabbi näherkam, sah er, warum: Hier waren die Menschen füreinander da und gaben sich mit den ihren langen Löffeln gegenseitig zu essen! Da sagte der Engel zum Rabbi: Der erste Ort, an dem die Menschen nur an sich gedacht haben – das ist die Hölle! Der zweite Ort, an dem die Menschen an ihren Nachbarn denken und füreinander da sind – das ist der Himmel.

Mit lieben Grüßen
Ihr Pastor Sven Lundius



Glückwünsche zum Geburtstag:

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

Juni

Herr Klaus-Peter Szentpeteri 01.06.
 Herr Arold Sanmann 02.06.
 Frau Karin Czyganowski 03.06.
 Herr Jürgen Bremer 04.06.
 Frau Monika Hammer 05.06.
 Herr Ulrich Eduardt Schröder 06.06.
 Frau Ingetraut Bremer 08.06.
 Herr Hans Ulrich Schmitz 09.06.
 Herr Herbert R. Hausadowski 10.06.
 Herr Michael Jahn 11.06.
 Frau Renate Neißer 15.06.
 Herr Hans-Jürgen Herffurth 22.06.
 Herr Peter Arp 28.06.

Juli

Herr Horst Pothmann 04.07.
 Frau Brigitte B. F. Gromm 06.07.
 Frau Gisela Karin Wohlfahrt 11.07.

Frau Rosemarie Tiedemann 15.07.
 Frau Hannelore Wasner 15.07.
 Frau Charlotte Emma Kunz 17.07.
 Frau Hildegard K. M. Lange 17.07.
 Frau Ingrid Sieglow 22.07.
 Frau Irmtraut Kleiner 24.07.
 Frau Edith Grahn 26.07.

August

Frau Margot Kaross 02.08.
 Frau Jutta Renate Schmidt 03.08.
 Frau Hilda Schön 03.08.
 Frau Hanna Meier 04.08.
 Frau Cornelia Pentzien 08.08.
 Frau Erika Gertrud Hansen 10.08.
 Frau Hildegard Elli Sauppe 19.08.
 Herr Claus Niemann 22.08.
 Frau Eva Ruth Hüseler 23.08.
 Frau Elke M. Spector-Steffens 23.08.
 Herr Bernd Manfred Ludwig 26.08.
 Frau Erika Stooss 27.08.
 Frau Margot Carstens 29.08.

Wir gedenken unserer Verstorbenen

Frau Christa Lühr

† 14. März 2025

Frau Ursula Westphal

† 17. März 2025

Frau Raissa Schneider

† 21. März 2025

Frau Alije Mustafa

† 29. März 2025

Frau Katharina Schadt

† 31. März 2025

Her Jürgen Hüllmann

† 1. April 2025

Herr Gerhard Otto Franz Donath

† 5. April 2025

Herr Reinhold Wilhelm Günther Mengel

† 7. April 2025

Frau Christa Richter

† 22. April 2025

Frau Hildegard Katharina Marie Lange

† 2. Mai 2025

Frau Heidi Krambeer

† 5. Mai 2025





Für Rätselfreunde: Brückenwörter

Basket	<input type="text"/>	Spiel	
	4 Buchstaben		
Haupt	<input type="text"/>	Führung	
	5 Buchstaben		
Puppen	<input type="text"/>	Tür	
	4 Buchstaben		
Obst	<input type="text"/>	Blatt	
	5 Buchstaben		
Berg	<input type="text"/>	Pferdchen	
	3 Buchstaben		
Wasser	<input type="text"/>	Maschine	
	5 Buchstaben		
Diesel	<input type="text"/>	Öl	
	5 Buchstaben		
Kinder	<input type="text"/>	Bank	
	5 Buchstaben		
Welt	<input type="text"/>	Bus	
	5 Buchstaben		
Vanille	<input type="text"/>	Becher	
	3 Buchstaben		
Brot	<input type="text"/>	Monster	
	6 Buchstaben		

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Monster	Krumel	Brot	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Becher	Eis	Vanille	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Bus	Reise	Welt	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Bank	Spiel	Kinder	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Öl	Motor	Diesel	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Maschine	Dampf	Wasser	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Pferdchen	See	Berg	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Blatt	Salat	Obst	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Tür	Haus	Puppen	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Führung	Stadt	Haupt	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Spiel	Ball	Basket	

Veranstaltungsplan:

Juni

03.06 + 05.06

09:30-11:30 Uhr INTEGRA on Tour zum Erdbeerhof mit Herrn Treutmann

09.06.

10:00 Uhr Pfingstrallye

18.06.

13:30 Uhr Erdbeertag / Kuchenbacken auf jedem Wohnbereich

25.06.

15:30 Uhr Schlagerparty mit Uwe Oswald

30.06.

10:00 Uhr „Mensch ärgere dich nicht“ Turnier

Juli

02.07.

15:00 Uhr Ausflug Lesecafé im Stadtpark

11.07.

15:00 Uhr Sommerfest

15.07. + 17.07.

09:30-11:30 Uhr INTEGRA on Tour mit Herrn Treutmann

25.07.

15:00 Uhr Ausflug zum Museum für Arbeit

31.07.

10:00 Uhr „Mensch ärgere dich nicht“ Turnier

August

05.08. + 07.08

09:30-11:30 Uhr INTEGRA on Tour mit Herrn Treutmann

14.08.

15:30 Uhr Konzert mit Juraj Sivak

20.08.

15:30 Uhr Cocktailnachmittag mit Frau Ollmann

29.08

10:00 Uhr „Mensch ärgere dich nicht“ Turnier

Außerdem bieten wir Ihnen wie immer auch spontane Veranstaltungen und Ausflüge an.

Impressum

Herausgeber

INTEGRA Seniorenpflegezentrum Hamburg-Barmbek
Andreas-Knack-Ring 2, 22307 Hamburg
Tel. 040 / 80 60 07 - 0
Mail: hamburg-barmbek@integra-sw.de
Web: www.integra-seniorenimmobilien.de

Auflage:

390 Exemplare

Erscheinungsweise:

Viermal jährlich

Erscheinungstermin nächste Ausgabe (geplant):

September 2025

Träger

INTEGRA Seniorenpflegezentrum
Hamburg-Barmbek GmbH
Rolandsbrücke 4, 20095 Hamburg


INTEGRA