

DER LICHTBLICK



Inhalts- verzeichnis

3	Vorwort
4	Unsere Bewohnerin
5	Unsere Mitarbeiterin
6	Ausbildung bei INTEGRA
7	Muttertag / Vatertag
8-9	Sommerfest
10	Gärtnerfantasien
11	Spargelessen
12	Matjesessen
13	Freude auf vier Pfoten
14	Neues aus dem Erzählcafé
15	Glückwünsche zum Geburtstag
16	Andacht
17	Wir nehmen Abschied
18	Für Rätselfreunde / Impressum
19	Veranstaltungskalender





Liebe Leserinnen und Leser,

der Oktober steht vor der Tür und mit ihm kündigt sich langsam der Herbst an. Die Tage werden kürzer, die Luft klarer – und wir spüren, dass das Jahr in eine neue, ruhigere Phase übergeht. Umso schöner ist es, in dieser Ausgabe unserer Hauszeitung noch einmal auf die lebendigen und fröhlichen Momente der vergangenen Wochen zurückzublicken.

Ein Höhepunkt war ohne Zweifel unser diesjähriges Sommerfest, das unter dem Motto „Rund um die Welt“ stand. Mit Köstlichkeiten, Musik und liebevoll gestalteter Dekoration sind wir gemeinsam auf eine kleine Weltreise gegangen – ganz ohne Kofferpacken. Ein wichtiges Zeichen in der heutigen Zeit, dass die Welt und die Menschen bunt und vielfältig sind. Besonders schön war es zu sehen, wie viele Bewohnerinnen und Bewohner, Angehörige und Mitarbeitende sich mit Ideen eingebracht und mit uns gemeinsam gefeiert haben. Ein herzliches Dankeschön an alle, die dieses Fest zu einem so schönen Erlebnis gemacht haben!

Auch über unsere sommerlichen Ausflüge berichten wir in diesem Heft – über die kleinen Fluchten aus dem Alltag, bei denen Natur, gute Gespräche, Gaumengenüsse und fröhliche Stimmung im Mittelpunkt standen.

Und wir dürfen eine neue Kollegin in unserem Team willkommen heißen: Unsere neue Praxisanleiterin Tanja Scheffler begleitet künftig mit viel Erfahrung und Herzblut unsere Auszubildenden auf ihrem Weg in die Pflege – ein wichtiger Baustein für die Zukunft unserer Einrichtung.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen, Erinnern und Schmunzeln – und uns allen einen goldenen, freundlichen Start in den Herbst.

Mit besten Grüßen,
Mareike Lindner
Trainee Einrichtungsleitung
und
Till Inhoff
Einrichtungsleitung

Unsere Bewohnerin Elfriede Braasch

Heute stellt sich unsere Bewohnerin Elfriede Braasch vor.

Sie wurde am 25.02.1934 in Hamburg-Winterhude geboren und lebte dort bis zu ihrer Hochzeit. Gemeinsam mit ihrem Mann zog sie nach Lockstedt. Dort wohnte sie mit ihm und den zwei Kindern in einem eigenen Einfamilienhaus.

Nach ihrem Schulabschluss erlernte Frau Braasch den handwerklichen Beruf der „Damenmaßschneiderin“. Nach der Ausbildung arbeitete sie in verschiedenen Firmen im Ein- und Verkauf von Kleidung.

Ihre wenige Freizeit widmete sie voll und ganz ihrer Familie und ihren Freundinnen und Freunden.

Nachdem die beiden Kinder ausgezogen waren und ihr Mann nach 67 Ehejahren verstarb, fühlte sich Frau Braasch in ihrem Haus sehr einsam. Sie zog daraufhin zu ihrem Sohn nach Lüneburg. Seit dem 12.09.2024 wohnte sie dort in einer Seniorenresidenz. Dort lernte sie viele neue Bekannte kennen und ihr Leben bekam neuen Schwung. Trotz aller Zufriedenheit ging die Seniorenresidenz insolvent, sodass Frau Braasch sich auf die Suche nach einer neuen Einrichtung machen musste und schließlich zu uns kam. Auch wenn sie sich langsam an unsere Einrichtung gewöhnt, vermisst sie noch immer die Lüneburger Umgebung. Dennoch ist sie sehr bemüht und offen gegenüber neuen Bewohnerinnen und Bewohnern sowie unseren Aktivitäten.

Besuche von ihren Kindern, Enkelkindern und Urenkeln aus Hamburg und Lüneburg bereiten ihr große Freude. Sie bezeichnet sich selbst als Bücherwurm, hört unheimlich gern Radio und schaut Fernsehen. Frau Braasch ist viel zu Fuß unterwegs und erkundet die Umgebung.





Unsere Mitarbeiterin Tanja Scheffler

Moin, mein Name ist Tanja Scheffler. Ich bin 56 Jahre alt und seit Mai bei Integra als Praxisanleiterin beschäftigt. Geboren bin ich in Hamburg, aufgewachsen in Laßrönne und später nach Winsen gezogen. Meine Ausbildung zur Altenpflegerin sowie alle weiteren Qualifikationen habe ich in unserem Familienbetrieb in Hamburg gemacht, wo ich auch die letzten 40 Jahre gemeinsam mit meiner Familie gearbeitet habe. Letztes Jahr haben wir uns entschieden, unsere Einrichtung zu verkaufen, und ich musste mich neu orientieren. Da mir die Arbeit als Praxisanleiterin immer sehr viel Freude bereitet hat, habe ich mich dafür

entschieden, mein Wissen und meine Erfahrungen weiterzugeben. Glücklicherweise war hier in direkter Nachbarschaft eine Stelle frei.

Ich freue mich nun auf eine spannende Reise in die Welt der Pflege mit den Auszubildenden und Ihnen.

Anmerkung der Redaktion: Ab dieser Ausgabe wird es auch immer einen Beitrag der Auszubildenden und der Praxisanleiterin im Lichtblick zu lesen geben!

Mit besten Grüßen

Tanja Scheffler
Praxisanleitung



Ausbildung bei INTEGRA

Am 20.06. haben wir (Frau Scheffler und vier Auszubildende) uns am Bahnhof in Winsen getroffen, um gemeinsam ins Medizin-historische Museum nach Hamburg-Eppendorf zu fahren. Wir waren bester Stimmung und konnten uns alle besser kennenlernen.

Bei dem Rundgang durch die Ausstellung konnten wir alte medizinische Geräte, Instrumente und Modelle bewundern, die von früheren Zeiten bis hin zur modernen Medizin reichten. Besonders beeindruckend

fanden wir die Einblicke in die frühere Behandlung in der Psychiatrie sowie die Sammlung an historischen Arzneimitteln, die eine anschauliche Darstellung von medizinischen Behandlungen vergangener Jahrhunderte wiedergab.

Der Besuch war nicht nur lehrreich, sondern auch inspirierend, um die Bedeutung der medizinischen Forschung und Innovation zu erkennen. Abgeschlossen haben wir den Tag in einem netten italienischen Restaurant.



Muttertag und Vatertag – Feiern mit Herz, Musik und kleinen Überraschungen

Im Mai gab es bei uns gleich zwei besondere Anlässe zum Feiern: den Muttertag und den Vatertag. Beide Tage wurden liebevoll gestaltet und brachten viel Freude, Musik und schöne Momente in unseren Alltag.

Zum Muttertag wurden unsere Damen mit kleinen Aufmerksamkeiten überrascht: wunderschöne Seifentulpen, Eierlikör und feine Pralinen zauberten ein Lächeln auf viele Gesichter. Mit einem liebevoll geschmückten Wagen, begleitet von fröhlicher Musik, zog das Betreuungsteam durch die Wohnbereiche und verteilte die Geschenke.

Am Vatertag standen dann die Herren im Mittelpunkt. Auch hier war unser Musikwagen unterwegs, geschmückt und mit guter Laune beladen. Für die Männer gab es kleine Tütchen mit Chips und einem kühlen Bier

– ein Genuss, der bei vielen gut ankam und für gute Stimmung sorgte. Natürlich wurde auch gemeinsam gelacht, gesungen und der Tag in geselliger Runde genossen.





Unser Sommerfest

Am 20. Juni verwandelte sich das Außengelände unserer Einrichtung in einen Ort voller Musik, Farben und kulinarischer Genüsse aus aller Welt. Unter dem Motto „Rund um die Welt“ feierten Bewohnerinnen und Bewohner, zahlreiche Angehörige, Mitarbeitende und Gäste gemeinsam ein fröhliches Sommerfest – bei herrlichem Sommerwetter und ausgelassener Stimmung.

Das abwechslungsreiche Bühnenprogramm sorgte für beste Unterhaltung. Die Flamingo Singers eröffneten den Nachmittag mit einer schwungvollen Gesangseinlage, die gleich für gute Laune sorgte. Auch die Shantypiraten Elbmarsch ließen es sich nicht nehmen, mit maritimen Klängen echtes Seefahrer-Feeling aufkommen zu lassen.

Ein besonderer Höhepunkt war der Auftritt unserer hauseigenen Singgruppe, bestehend aus engagierten Bewohnerinnen und Bewohnern sowie drei Ehrenamtlichen, die uns jeden Dienstag mit viel Herz und Musik begleiten.

Orientalische Atmosphäre zauberte schließlich die Bauchtanzgruppe Desert Flames auf die Bühne – eine bunte und faszinierende Darbietung, die viele begeisterte Blicke auf sich zog.

Auch kulinarisch wurde eine kleine Weltreise geboten: Ein internationales Buffet lockte mit Spezialitäten aus verschiedenen Ländern. Zur Erfrischung gab es Eis und kühle Getränke, die bei sommerlichen Temperaturen besonders gut ankamen.





Gärtnerfantasien

Jeden zweiten Monat bieten wir eine begleitete Ausfahrt in den Luhepark an. Der Luhepark ist unser örtliches Einkaufszentrum und bietet Bewohnerinnen und Bewohnern die Möglichkeit, Apotheke, Drogerie, Bekleidungsgeschäfte, Tabakladen oder Supermarkt auf eigene Faust oder mit Unterstützung zu besuchen. Hinterher wird gemeinsam an großer Tafel Kaffee getrunken. Oftmals bildet

sich auch eine spontane „Reisegruppe“ für einen Spaziergang durch die Winsener Luhegärten, um die Gärtnerfantasien zu bestaunen.

„Die Winsener Luhegärten sind ein Ort der Ruhe und Entspannung im Herzen von Winsen (Luhe) und besonders durch die Bekanntheit von der Landesgartenschau 2006 ein Magnet für Touristen und auch Bürger aus der Region.“ (Stadt Winsen)



Spargelessen

Zur Hochsaison der Spargelzeit machten wir uns auf nach Hoopte und besuchten das Hofcafé Löscher. Es erwarteten uns große Portionen Spargel, wahlweise mit Schinken oder Schnitzel. Nicht überraschend, dass es uns mal wieder großartig

geschmeckt hat.

Ganz nach dem Motto „Eis geht immer“ ließen sich einige von uns noch einen köstlichen Eisbecher schmecken. Wir kommen wieder, liebes Hofcafé Löscher!



Matjesessen

Nachdem wir im letzten Jahr schon geklärt hatten, dass nicht jeder Hering ein Matjes ist, aber auf jeden Fall jeder Matjes ein Hering, machten wir uns in diesem Jahr wieder auf ins Restaurant Vossbur nach Tangendorf,

um dort in geselliger Runde dem Genuss von holländischem Matjes zu frönen.

Es war so lecker und so gemütlich ... entnehmen Sie alles Weitere den Bildern!



Freude auf vier Pfoten – Die American Dance Cocker zu Besuch im INTEGRA

Ein ganz besonderer Nachmittag erwartete unsere Bewohnerinnen und Bewohner. Drei fröhliche Cocker Spaniel, liebevoll als die American Dance Cocker bekannt, traten gemeinsam mit ihrer Besitzerin auf und sorgten für strahlende Gesichter und viel Applaus.

Chopin, Mini und Jodie zeigten mit ihrem charmanten Auftreten ein vielfältiges Programm – von Drehungen und Sprüngen über kunstvolle Slomläufe bis hin zu witzigen Showeinlagen, wie zum Beispiel Wäsche abnehmen oder Skateboard fahren.

Die Besitzerin erklärte zwischendurch mit viel Herz, wie sie die Hunde mit Geduld und positiver Verstärkung trainiert hat.

Ihr Anliegen sei es, Freude zu verbreiten und den Bewohnerinnen und Bewohnern eine gute Zeit zu bescheren.

Doch nicht nur Zuschauen war gefragt – viele Bewohnerinnen und Bewohner wurden aktiv in die Vorführung einbezogen. Mit Kochlöffeln durften sie Leckerlis überreichen oder kleine Suchspiele für die Vierbeiner vorbereiten. Diese Mitmach-Aktionen sorgten für Begeisterung und ein Gefühl der Verbundenheit zwischen Mensch und Tier. Ein besonderes Highlight war die kleine Jodie, die sich gerne auf den Schoß setzen und sich ausgiebig kraulen und kuscheln ließ.

Danke, liebe American Dance Cocker, danke, Frau Gaßmann, dass Sie bei uns waren!

Neues aus dem Erzählcafé

Im Erzählcafé sprachen wir über die Spiele in der Kindheit unserer Bewohnerinnen und Bewohner. In den 1930er und -40er Jahren machte Not erfinderisch. Es war Kreativität und Selbstorganisation entscheidend, wenn man spielen wollte.

Es wurden aus verschiedenen Materialien wie Steinen, Schnüren und Stöckern Spielideen erfunden. Straßen, Wiesen und Wälder waren die Tummelplätze zum Spielen. In den Städten waren viele Wege noch nicht gepflastert und es gab nur wenige Autos, daher konnten die Kinder auf der Straße spielen.

Da gab es Kreisspiele wie z. B.:

- „Der Plumpsack geht rum“
- Seilspringen
- Blinde Kuh
- und weitere

Sehr beliebt waren auch Ballspiele wie z. B.:

- Völkerball
- Ball über die Schnur
- Geschichtenball (wenn der Ball gefangen wurde, musste man eine Kurzgeschichte erzählen)

Beim Murnelspiel benötigte man eine Mulde, diese erzeugte man durch Drehen auf einer Hacke. Dann wurden Tonkugeln (und später auch Glasmurneln) geworfen. Ein Klassiker, der bis heute beliebt ist, sind Fang- und Versteckspiele.

Bei den Mädchen waren Hüpfspiele wie „Himmel und Hölle“ (oder auch Hinkefuß genannt) und die Meiersche Brücke sehr beliebt.

Beim Hüpfspiel „Himmel und Hölle“ wurde auf einem Kreidefeld ein Stein geworfen. Das erste Feld wurde übersprungen. Dann hüpfte man auf einem Bein weiter bis zum letzten Feld, drehte und hüpfte zurück. Bei nebeneinanderliegenden Feldern wurde mit beiden Beinen gleichzeitig gehüpft.

Die Meiersche Brücke wurde singend gespielt: „Die Meiersche Brücke, die Meiersche Brücke, die ist so sehr zerbrochen. Wer hat sie zerbrochen? Wer hat sie zerbrochen? Der Wolf mit seinen Knochen.“ Zwei Kinder bilden mit den Armen die Brücke und lassen diese zusammenfallen. Das Kind, das gerade durchging, wurde gefangen.

Bei den Jungen war Fußball und „Kibbel-Kabbel“ angesagt. In der damaligen Zeit hatten Jungen ein Taschenmesser zum Schnitzen. Aus einem Haselnusszweig wurde ein Rundholz mit zwei Spitzen geschnitzt, dem „Kibbel“. Aus dem Rest des Astes wurde ein langer Stock von einer Elle geschnitzt, dem „Kabbel“. In den Boden wurde eine tiefe Rille gegraben, diese war das Mal. Darauf wurde der Kibbel gelegt. Mit dem Kabbel schleuderte man den Kibbel weit weg. Die gegnerische Mannschaft musste diesen fangen.

Es war eine Zeit, in der mit wenig Material draußen gespielt wurde. Unsere Bewohnerinnen und Bewohner erinnern sich mit großer Freude an die vielen schönen Spiele ihrer Kindheit und kamen darüber ins Gespräch – erinnern Sie sich an Ihr Lieblingsspiel?



Glückwünsche zum Geburtstag

Wir gratulieren unseren
Bewohnerinnen und Bewohnern zum
Geburtstag und wünschen alles
erdenklich Gute!

Juli

06.07. Frau Aldag
06.07. Frau Gehrdau
07.07. Herr Fornahl
09.07. Frau Rohde
14.07. Herr Dobschlaff
14.07. Herr Glawe
16.07. Herr Lubert
19.07. Herr Christiansen
24.07. Frau Kock
26.07. Frau Lühr

August

17.08. Frau Appl
19.08. Frau Zapfe
21.08. Frau Schwoppe
21.08. Frau Keller
27.08. Frau Lindemann
28.08. Frau Geier

September

04.09. Frau Bierschenk
09.09. Frau Reher
10.09. Frau Stelter
12.09. Frau Fock
12.09. Frau Kersten
17.09. Frau Kübler
18.09. Frau Porteset
19.09. Frau Fittkau
20.09. Herr Utesch
22.09. Frau Petters
22.09. Frau Prast
23.09. Frau Wittschack
25.09. Frau Flocke
26.09. Frau Klug



Andacht

Das „Wir“ wird kleiner

Neulich war ich zur Andacht im Kindergarten und erzählte die Geschichte vom „Barmherzigen Samariter“. Bei der Stelle, wo zwei Männer an dem Verwundeten vorbeigehen, fragte ich, was da los sei. Die Antwort kam schnell: „Das Wir wird kleiner.“

Ich musste genau hinhören, doch dann hatte ich verstanden. So pointiert hatte ich Jesu Wort von der Nächstenliebe jedoch noch nie gehört. Wir leben in einer Gesellschaft, in der das „Wir“ immer kleiner wird – schlicht, weil wir immer weniger aufeinander angewiesen sind. Jede und jeder kommt allein zurecht.

Die Familie als Gemeinschaft, in die ich hineingeboren werde, verliert an Bedeutung. Füreinander da sein als Überlebensstrategie verliert ebenso an Bedeutung.

Aber: Jeden Tag kann jede und jeder das „Wir“ größer machen. Ein gutes Wort, ein paar Minuten gemeinsame Zeit reichen oft aus. **WIR.**

Ihr

Kay Oppermann

Pastor aus Nordstemmen





Wir nehmen Abschied

Erinnerungen schenken uns Licht in dunklen Momenten.

07.06.2025 – Frau Kahlau

29.06.2025 – Frau Hinrichs

17.07.2025 – Frau Adler

20.07.2025 – Frau Schmidt

02.08.2025 – Frau Henning

12.08.2025 – Frau Tiedemann

14.08.2025 – Herr Dr. Seifert

16.08.2025 – Frau Banse

28.08.2025 – Frau Krüger

11.09.2025 – Frau Arinka



Redewendungen – Was fehlt hier?

Setzen Sie das passende Wort in die Redewendung ein.

Ein alter _____ ist kein D-Zug.

Morgenstund hat _____ im Mund.

Wer anderen eine Grube gräbt, _____ hinein.

Viele Köche verderben den _____.

Lügen haben _____.

Wie man in den Wald hineinruft, _____ heraus.

Es ist nicht alles _____, was glänzt.

Was du heute kannst besorgen, das _____.

_____ kein Preis.

Den Nagel _____ treffen.

Mann; Gold; fällt selbst; Brei; kurze Beine; so schallt es;
verschiebe nicht auf morgen; ohne Fleiß; Kopf

Impressum

Herausgeber

INTEGRA Seniorenpflegezentrum
Winsen-Luhe
Luhdorfer Straße 55 • 21423 Winsen (Luhe)
Tel.: 04171 / 79 00 - 0
Mail: winsen-luhe@integra-sw.de
Web: www.integra-seniorenimmobilien.de

Träger

INTEGRA Seniorenpflegezentrum
Winsen-Luhe GmbH
Rolandsbrücke 4, 20095 Hamburg

Auflage:

225

Erscheinungsweise:

Viermal jährlich

Erscheinungstermin nächste Ausgabe (geplant):

Dezember 2025



Veranstaltungsvorschau

Oktober

- 01.10. 15:45 Uhr Männerrunde (Restaurant)
- 02.10. 14:00 Uhr Ausfahrt in die Stadt (Treffen im Foyer)
- 03.10. Aktion zum 3. Oktober
- 16.10. 16:00 Uhr Gottesdienst (Restaurant)
- 18.10. 15:45 Uhr Plattdeutsche Runde (Restaurant)
- 28.10. 10:30 Uhr Gottesdienst (Restaurant)
- 29.10. 15:45 Uhr Kegeln (Restaurant)
- 31.10. 10:00 Uhr Feiertags-Bingo

November

- 11.11. 14:00 Uhr ModeMobil (Foyer)
- 12.11. 15:45 Uhr Männerrunde (Restaurant)
- 15.11. 15:45 Uhr Plattdeutsche Runde (Restaurant)
- 25.11. 10:30 Uhr Gottesdienst (Restaurant)
- 27.11. ab 14:00 Uhr Adventsgestecke basteln (Restaurant)

Dezember

- 06.12. 16:00 Uhr „Zauber der Weihnacht“ - Lesung mit Markus Maria Winkler (Foyer)
- 11.12. 16:30 Uhr Adventskonzert Fidelissimo (Foyer)
- 16.12. 16:00 Uhr Konzert Steller Chor (Foyer)
- 18.12. 15:00 Uhr Bewohner-Weihnachtsfeier (Restaurant und Foyer)
- 24.12.-26.12. Buntes Weihnachtsprogramm
- 31.12. Veranstaltung zum Jahresabschluss





@INTEGRA_WINSENLUHE

INTEGRA 