

Pflege in Salzhausen aktuell

Kostenlos

Nr. 6 - 2018

Aus den Einrichtungen:

Die Azubildenden vom Heidmarkhof



Im Portrait:

**Die neuen Pastoren
Wiebke und Martin Alex**

Historie:

**Die Feste damals
bei uns im Dorf**



Mit Sicherheit zu Hause



- Für alle Haushalte in und um Salzhausen (Umkreis von ca. 20 km - nach Absprache)
- Knopfdruck genügt und Hilfe wird organisiert
- 24 Stunden an 365 Tagen
- Funksender ist klein wie eine Armbanduhr

Kontakt: 04172 / 98 20 10
e.rolle@pflegeinsalzhausen.de



Der Sender: Als Kettenanhänger
oder Armreif jederzeit griffbereit

Die Kosten sind geringer als Sie vielleicht vermuten und werden ab Pflegestufe I teilweise von den Pflegekassen übernommen. Ansprechpartnerin: Elsabe Rolle (Dipl. Sozialpädagogin).

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

das Interessante und Spannende in der Pflege ist die einfache Tatsache, dass hier Menschen für Menschen da sind - und das in einem ehr unmittelbaren und persönlichen Kontakt. Wie wir alle wissen, liegt im Miteinander die meiste Energie sowie Freude und Erfüllung. „Geben ist seliger denn nehmen“ ist nicht nur so ein dahingeschriebener Spruch, sondern zeugt von eben diesem Selbstverständnis eines normalen Menschen als soziales Wesen. Denn ohne den Mitmenschen, dem menschlichen Gegenüber, „ist alles nichts“. Möchten wir künftig aus Effizienzgründen von Robotern gepflegt werden? Was meinen Sie?

Der Kern jeder Gesellschaft ist die Familie. Damals in Zeiten der Großfamilien wurden die Bedürftigen selbstverständlich in dieser Gemeinschaft versorgt. Z. B. in der Heimat unserer Auszubildenden Latrevi Klimek (s. Seite 8), in Togo, ist es heute noch so. Daher waren ihr Pflegeheime auch unbekannt. In unserer Gesellschaft übernehmen nun Pflegeeinrichtungen diese Familienfunktion. Und wir versuchen das auch in Salzhausen. Wie in jeder Familie gibt es auch einmal Knatsch, der eine ist mal sauer und fühlt sich unverstanden oder der andere schlägt einen falschen Ton an. Aber die Basis des empathischen Miteinanders ist vorhanden und wird positiv gelebt. Das haben wir übrigens auch vernehmen dürfen, als wir für die Produktion der neuen Ausgabe von Pflege in Salzhausen aktuell mit den Mitarbeitern der Einrichtungen sprachen. Immer wieder kam der Vergleich: „Hier ist es so wie in einer Familie“. Diese oft sehr beiläufige Bemerkung ist aber in Wahrheit die höchste Auszeichnung für das gemeinsame Handeln.

Ihre Teams der Pflege in Salzhausen



Ein Team (v. l.): Sabine Frano (Heimleitung Senioren- und Pflegeheim Heidmarkhof), Reiner Schäfer (Geschäftsführung), Renate Becker (Pflegedienstleitung Pflege zu Haus), Elsabe Rolle (Leitung Betreutes Wohnen), Ulrich Magdeburg (Geschäftsführung) und Martina Mackenstein (Pflegedienstleitung Tagespflege Salzhausen)

In diesem Heft

Nr. 6 2018

Aus den Einrichtungen

- 4 Fahrsicherheitstraining
- 6 Heizeffrauen vom Heidmarkhof
- 8 Die Auszubildende der Einrichtungen

Menschen

- 14 Das neue Pastorenehepaar in der Gesamtkirchengemeinde Salzhausen - Raven

Aus der Region

- 12 Herrmann von Lütt-Hörpel
- 18 Historie: Die Feste im Dorf

Tipps

- 10 Der Pflegetipp: Stuhlgymnastik
- 11 Buchtipps von Charlotte Weyer
- 13 Die Zwei von Klock dree

Rubriken

- 16 Humor/Rätsel
- 20 Von uns gegangen
- 21 Das geistliche Wort
- 22 Geburtstage/Termine
- 22 Impressum



Einmal so richtig Gas geben oder mit voller Kraft auf die Bremse drücken: Im normalen Straßenalltag nicht zu empfehlen, beim Fahrsicherheitstraining auf dem ADAC-Trainingsgelände aber vom Fahrtrainer ausdrücklich gefordert. Anfängliche Ängstlichkeit wichen schon bald dem Fahrspaß und den berühmten „Aha-Erlebnissen“.

Fast einmal rund um den Globus: das ist die Fahrstrecke, die jeder Mitarbeiter von Pflege zu



Extraübung für die Fahrer der Tagespflege Salzhausen: ein vollbesetzter Bus bei extremer Kurvenfahrt (man bemerke die fliegende Pylone)

Haus und die Fahrer der Tagespflege Salzhausen beruflich zurücklegen. Denn es kommen täglich schon einige Kilometer zusammen, wenn die

Patienten besucht oder die Tagesgäste morgens abholt und nachmittags wieder nach Hause gebracht werden müssen.

Es ist bislang immer alles gut gegangen und die Wegstrecke ist bekannt und Routine. Aber was ist im Falle eines Falles. Was, wenn plötzlich ein Reh die Fahrbahn kreuzt oder die Fahrbahn stellenweise vereist ist. Wie reagiert das Auto im Grenzbereich bzw. vor allem: wie reagiere ich als Fahrer? Wichtige, nein überlebenswichtige Fragen, die rechtzeitig zu stellen sind.

Also hat die Geschäftsführung der Heidmarkhof Pflegen und Wohnen GmbH den Vielfahrern der Pflegebetriebe ein Fahrsicherheitstraining beim ADAC Fahrsicherheitszentrum Lüneburg zu spendiert.

Und los ging es: In zwei Gruppen, weil der Pflegebetrieb natürlich nicht unterbrochen werden konnte, und mit den Dienstfahrzeugen ging es Mitte März auf



Mit Karacho durch die Wasserwand: Da spart man auch die Autowäsche

das Übungsgelände am Rande von Embsen südlich von Lüneburg.

Als besonderer Gast war Tim Dreher, Geschäftsführer der Car Consulting Hamburg GmbH, dabei, der für

den günstigen Einkauf der Fahrzeugflotte der Pflegebetriebe sorgt.

Für die meisten war es das erste Mal, dass sie ein Auto außerhalb gesitteter Normen fahren sollten, und waren entsprechend in aufgeregter Erwartung.

Was ist das Ziel eines solchen Trainings? Vor allem die Grenzbereiche des Autos spüren bzw. wie das Fahrzeug in Extremsituationen reagiert.

Wenn am Ende etwas mehr das Gefühl vorherrscht, „das Auto fährt nicht mit mir, sondern ich fahre mit dem Auto und kann es kontrollieren“, ist ein wichtiger Schritt in die richtige Richtung gemacht. Vor allem geht es aber um das Bewusstmachen der herrschenden Kräfte und den Möglichkeiten, Risiken zu vermeiden oder zumindest zu reduzieren. Und: Spaß machen darf das Training natürlich auch!

Das die Ziele erreicht wurden, hatte schließlich vor allem mit den Trainern Detlef Behrens und Arne Thieleke. Jeder auf seiner Art konnte die Teilnehmer in den Bann ziehen und so eindrucksvoll den Erfahrungshorizont eines jeden erweitern. Ein Training, welches auch für Nicht-Berufsfahrer empfohlen werden kann.



Die Fahrzeugflotte von Pflege zu Haus am Start.



Tipps von den Profis

Bereits die Sitzposition und das Umfassen des Lenkrades sind wichtige Voraussetzungen für das Beherrschen des Autos und das Vermeiden von Verletzungen bei einem



Daumen nicht innerhalb des Lenkrades platzieren: Trainer Arne Thieleke demonstriert die Verletzungsgefahr

Unfall. Wichtig ist stabiles Sitzen und dass die Hände am Lenkrad („6 und 9 Uhr“) sind, wobei die Daumen nicht innen liegen sollten, damit sie beim eventuellen Aufgehen des Airbags nicht mitgerissen werden.

Der Sitz sollte so eingestellt sein, dass die Beine bei einer Vollbremsung angewinkelt bleiben. Außerdem muss die Oberkante des Kopfes mit der Oberkante der Kopfstütze abschließen.

Bei unerwartet auftauchenden Hindernissen - auf dem Trainingsge-



Warum eine feste Sitzposition so wichtig ist, merkt man beim sportlichen Umfahren der Pylonen

lände simuliert durch plötzliche eingeschaltete Wasserfontänen - gilt die



Beim Training noch Wasserspaß; in der Realität vielleicht ein gefährliches Hindernis

Grundregel: auf alle Fälle hart bremsen, um Zeit zu gewinnen und die Auffahrtgeschwindigkeit zu reduzieren. Mit ABS (Antiblockiersystem) ist gewährleistet, dass trotz einer Bremsung das Auto manövrierfähig bleibt. Außerdem sollte nicht nur das Hindernis anvisiert werden, sondern vielmehr ist ein vorausschauender und lösungsorientierter Blick wich-



Zu schnell in einer Kurve? Ein kurzes Anbremsen nimmt Tempo heraus und verhindert ein Ausbrechen



Wichtig bei einer Notbremsung: Mit ganzer Kraft auf die Bremse - bis das Auto steht!

Fahren jetzt sicherer: (linkes Foto v. l.) Petra Gellersen (Tagespflege Salzh.), Carola Uckermann, Julie Barz, Ela Danyszczuk (alle Pflege zu Haus), Fred Krebs (IT, Hausmeister), Wolfgang Jung (Tagespflege Salzh.); (rechtes Foto v. l.) Ulrich Magdeburg (Geschäftsführung), Uwe Oßwald (Tagespflege Salzh.), Alexandra Zydeck, Ann-Kathrin Mönter, Sonja Doose, Renate Becker, Petra Fells, Sabrina Oste (alle Pflege zu Haus), Tim Dreher (Car Consulting Hamburg)





Die Heinzelfrauen vom Heidmarkhof

Sie schaffen täglich - unermüdlich und ohne viel Aufhebens, sind aber so ungemein wichtig für das Senioren- und Pflegeheim Heidmarkhof. Denn die Hygiene und der Schutz vor Keimen ist eine wesentliche Voraussetzung für die professionelle Pflege älterer Menschen. Wer sind die fleißigen Frauen, die Einrichtung auf Vordermann halten? Wir haben nachgefragt und selbstbewusste Frauen kennengelernt, die durch ihre Persönlichkeiten beeindruckten.



Marina Krebs ist in der weißrussischen Hauptstadt Minsk aufgewachsen und vor 16 Jahren nach Deutschland gekommen. Grund waren damals die empfindlichen Ohren ihrer Tochter bzw. die dringende ärztliche Empfehlung, um eine dramatische Schädigung zu vermeiden, in eine gemäßigte Klimazone umzuziehen. Und tatsächlich wurde die Krankheit in Deutschland erfolgreich gebannt.

Nach vier Jahren in Garlstorf zog sie 2008 nach Salzhausen und wohnt seit 5 Jahren in Luhmühlen zusammen mit ihren zwei jüngeren Kindern und ihrem Mann, den sie übrigens während ihrer Zeit als Küchenangestellte im Heidmarkhof kennengelernt hatte – er versorgte das Seniorenheim regelmäßig mit Gütern vom Handelshof. In ihrer

Freizeit gibt die leidenschaftliche Tänzerin Kindern Ballettunterricht im TAF Salzhausen e. V. Außerdem liebt sie das Stricken, schließlich hat sie eine Berufsausbildung als Strickerin und war Obermeisterin im Trikotagenbereich.



Ebenfalls Mutter von drei Kindern ist **Petra Müller**. Die gelernte Pflegeassistentin ist in Hamburg-Winterhude groß geworden und in ihrem jetzigen Beruf gewissermaßen hineingewachsen, denn ihre Eltern führten damals ein Unternehmen für Gebäudereinigung. Wegen ihres Mannes kam sie nach Salzhausen und war hier einige Jahre im ambulanten Pflegedienst tätig bevor sie wegen der für sie vorteilhafteren Arbeitszeit als Raumpflegerin zum

Senioren- und Pflegeheim Heidmarkhof wechselte. Sie ist gerne mit älteren Menschen zusammen und genießt letztlich auch die Dankbarkeit, die ihr entgegengebracht wird. „Übrigens“, verrät Petra Müller, „wissen wir oft am besten, was im Betrieb los ist: wir haben mit allen täglich Kontakt.“ Hobbymäßig widmet sie sich der Aquaristik und hält (dem Autor bislang gänzlich unbekannt) Wabenkörten.



Vor mehr als 30 Jahren kam **Gülizar Tuma** zusammen mit ihrem Ehemann aus Süd-Anatolien in der Nähe von Syrien. Als Christin fühlte sie sich dort nicht mehr wohl und folgte daher ihrem Bruder, der bereits in Salzhausen wohnte.

„Seitdem waren mein Mann ich und nicht einen Tag arbeitslos,“ berichtet sie stolz. Nebenher zogen sie ihre drei Kinder groß, die noch auf hiesigen Gymnasien zur Schule gehen. Berufstätig war sie in den Küchen verschiedener Restaurants. Davon auch über zwei Jahre im leider niedergebrannten Josthof in Salzhausen.

Seit anderthalb Jahren ist sie nun im Senioren- und Pflegeheim Heidmarkhof tätig und fühlt sich hier pudelwohl. Als Ausgleich für die körperliche Arbeit hat sie übrigens

Qigong für sich entdeckt. Sie genießt die Kurse, die im Heidmarkhof angeboten werden: „Das ist richtig gut für die Seele“, schwärmt Gülizar Tuma.



Stephanie Rademacher lebt in Putensen und ist auch dort aufgewachsen. Dabei hatte sie ehrlich versucht, in Hamburg Fuß zu fassen. Einige Zeit wohnte sie in der Großstadt und war als gelernte Arzthelferin in einem Labor in Hummelsbüttel tätig. Aber sie merkte, dass sie ein Landkind bleiben würde und zog wieder in ihr Heimatdorf.

Nach der Geburt ihrer Tochter war ihr verständlicherweise der lange Anfahrtsweg nach Hamburg dann doch zu aufwendig und so suchte sie eine passende Tätigkeit in der Nähe. Wie gut, dass ihr eine Nachbarin den entscheidenden Tipp geben konnte. Als Hauswirtschaftlerin (und neuerdings zudem Sicherheitsbeauftragte) im Senioren- und Pflegeheim kann sie nun Beruf und Familie gut vereinbaren. Auch für ihre Hobbys hat sie wieder genügend Zeit. Neben Fitnesstrainings bei den „MTV Sportcats“ und der Trampolin-Gruppe „Supertramps“ hat sie sogar nach 20 Jahren wieder Muße zum Reiten.



Wie gut, dass es **Gisela Trinks** gibt, sagen ihre Kolleginnen. Denn obwohl in Rente, springt sie immer sofort ein, wenn - durch Krankheit oder Urlaub - Not an der Frau ist. Die gelernte Einzelhandelskauffrau wuchs in Itzehoe auf und lebte zunächst in Hamburg bevor es sie vor 40 Jahren nach Salzhausen zog, wo auch ihre Tochter auf die Welt kam. Heute wohnt sie zusammen mit ihrem Ehemann in Westergellersen.

Über 13 Jahre war sie für die Reinigung und Wäsche im Heidmarkhof verantwortlich. Warum sie auch heute noch immer wieder gerne aushilft? „Hier ist eine wirklich tolle Atmosphäre. Das Haus ist nicht so groß; man kann auch mal ein paar Worte mit den Bewohnern wechseln und ist nicht so gehetzt – und es wird viel gelacht!“



Das Hauswirtschaftsteam der Tagespflege Salzhausen (v. l.): Nicole Schlee, Petra Gellersen, Brigitte Ramm

Etwas anders sind die Aufgaben einer Hauswirtschaftlerin bei der Tagespflege Salzhausen. So ein bisschen Mädchen für alles, aber im Wesentlichen für das leibliche Wohl der Tagesgäste, sind die drei Damen zuständig.

Nicht zuletzt auch aus diesem Grund hat sich die Einrichtungsleitung als Nachfolgerin von Heike Laschka, die in den Ruhestand gegangen ist, für **Nicole Schlee** entschieden, denn sie ist nicht nur gelernte Hauswirtschaftlerin sondern auch leidenschaftliche Köchin. Mehr als acht Jahre hatte sie sich bei einem Party-Service in Sandkrug (Hatten), ihrem Heimatort nahe Oldenburg, ausprobieren können. Vor vier Jahren kam sie der Liebe wegen in unsere Gegend und lebt heute in Handorf. Nun ist sie ganz frisch Mitarbeiterin in der Tagespflege Salzhausen. Die Tagesgäste werden ihre Koch- und Backkünste sicherlich zu schätzen wissen.

Auch noch nicht so wirklich lange dabei ist **Petra Gellersen**. Denn erst seit dem vergangenen Oktober ist sie für die Einrichtung tätig. Wobei die Kernaufgabe eher im Chauffieren der Tagesgäste besteht. Aber sie hilft auch gerne im hauswirtschaftlichen Bereich. Übrigens kann sie mit Fug und Recht behaupten „Ich bin eine von hier“. Denn abgesehen von ihrer Geburt wohnte sie immer in Putensen. Heute zusammen mit ihrem Ehemann. Auch ihre Vorfahren stammen aus dem Ort: Ihr Vater war der Schmied von Putensen, den Betrieb führt jetzt ihr Bruder. Neben ihrer Berufstätigkeit gehört ihr Engagement schon seit vielen Jahren der Jugendarbeit im Wetzener Schützenverein. Die Anleitung und der Umgang mit den quirligen Kindern ist es, was ihr dabei besondere Freude macht.

Gewissermaßen die „erfahrene Häsin“ ist **Brigitte Ramm** (siehe auch Seite 10!). Anfänglich aushilfsweise ist sie nun mehr und mehr ins Team der Tagespflege Salzhausen hineingewachsen und neben der Hauswirtschaft auch in der Betreuung der Tagesgäste eine wertvolle Mitarbeiterin.

Gute Aussichten für Pflege in Salzhausen

Die Pflegeeinrichtungen der Heidmarkhof Pflegen und Wohnen GmbH können sich glücklich schätzen, diese motivierten Nachwuchskräfte ausbilden zu dürfen. Ob nach einer Phase der Orientierung und auf Umwegen oder auf direktem Wege. Alle sind überzeugt, den richtigen Beruf gewählt zu haben, und das merkt man ihnen auch an. Gerne stellen wir sie Ihnen einmal vor:

Mit 18 Jahren ist **Lea Rüknagel** die jüngste Auszubildende im Senioren- und Pflegeheim Heidmarkhof.



Neben den Erzählungen ihrer Mutter, die in der Pflege in Lüneburg tätig ist, war vor allem ihr positiver Eindruck im Heidmarkhof während eines Schul-

praktikums ausschlaggebend für ihre Entscheidung, nach Abschluss der Oberschule den Beruf der Altenpflegerin anzustreben. Daneben ist auch der Aspekt der Weiterbildungsmöglichkeiten für sie wichtig. Für das gute Arbeitsklima im Seniorenheim und unter den Auszubildenden nimmt sie auch die weite Entfernung zu Ihrem Freund in Artlenburg gerne in Kauf.

Ganz andere Distanzen hat **Latrevi Klimek** bereits hinter sich. Geboren und aufgewachsen in Togos Hauptstadt Lomé, musste die damals 24jährige mit ihrer Familie aus



politischen Gründen fliehen. Glücklicherweise in Deutschland angekommen, gelangte sie über die Erstaufnahmeeinrichtung Horst nach Anklam, wo sie als Flüchtling anerkannt wurde. Anschließend arbeitete die gelernte Damenschneiderin in verschiedenen Unternehmen in Hamburg. Heute lebt sie mit ihrem Partner in Salzhausen. Ihre drei Kinder gehen hier zur Schule und jetzt will sie noch einmal einen beruflichen Neuanfang starten. Der Beruf der Altenpflegerin ist für sie in zweierlei Hinsicht optimal: zum einen bietet er eine zukunftsichere Perspektive und zum anderen entspricht er ihrem Naturell, Menschen helfen zu wollen.

In der letztjährigen Ausgabe von Pflege in Salzhausen *aktuell* hatten wir **Felix Toschek** noch vorgestellt als neuen FSJ'ler im Senioren- und Pflegeheim Heidmarkhof. Der Einstieg in das geplante Freiwillige Soziale Jahr verlief für den Eyendorfer allerdings der-



art, dass er sich sofort sicher war, diesen Beruf einmal ausüben zu wollen. Zufällig wurde auch ein Ausbildungsplatz frei, also griff er kurzentschlossen zu. Und er hat es nicht bereut. Männer sind im Pflegeberuf übrigens auch deshalb gefragt, weil sie im Zweifel einmal mit muskulärer Kraft aushelfen können. Um diese „Kompetenz“ weiter auszubauen, widmet er sich seit einiger Zeit zusammen mit einem Freund (eben-

falls im Pflegeberuf tätig) dem Kraftsport. Das wird nicht nur seiner Freundin gefallen sondern auch den Kolleginnen im Heidmarkhof.

Anna-Lena Pröhl möchte in Ihrem Leben etwas bewegen und will konkret anderen Menschen helfen. Um dieses umzusetzen, hat sie sich ganz bewusst für die Pflege und dort für die Altenpflege entschieden, weil sie „zu älteren Menschen meist ein gutes Verhältnis aufbauen kann“. Nach der Schulausbildung hat sie schon



einige „Jobs“ hinter sich und damit viel Lebenserfahrung gesammelt, die ihr künftig sehr helfen werden. Obwohl ihr Nachname darauf hinweisen könnte, hat sich allerdings bisher keine Zuneigung für Pflanzen eingestellt. „Ich kann nicht einmal einen Kaktus am Leben halten“, beschreibt sie ihren so gar nicht grünen Daumen. Da sind Hunde schon eher ihr Ding: Ein Chihuahua und ein Jack Russel Terrier fühlen sich bei ihr hundewohl. Und





Sozialen Jahr an der Oberschule bzw. in der Schulkindbetreuung wurde ihm klar, dass die Arbeit mit Menschen „sein Ding“ ist. Also hat er sich für die Ausbildung zum Altenpfleger entschieden. An seiner freundlichen und kommunikativen Art werden künftig sicher nicht nur die Patienten im Heidmarkhof Freude haben, sondern auch seine Kollegen und Freunde, mit denen er gerne Musik hört und viel auf Festivals unterwegs ist.

Ebenfalls einen beruflichen Schlenker hat **Annett Klatt** hinter sich. Die Putzenerin hatte zu-

nächst eine Ausbildung als Fachkraft im Gastgewerbe mit dem Schwerpunkt „Küche“ absolviert. Während dieser Zeit merkte sie allerdings, dass sie dort nicht die erhoffte Erfüllung finden würde, und wechselte in die Altenpflege. Hier schätzt sie besonders das „tolle Arbeitsklima“ und den respektvollen Umgang miteinander. Dass der Beruf der Altenpflege dazu außerdem krisensicher ist, kommt für sie noch als Positives hinzu. Nicht ganz so sicher scheint

für den Laien allerdings ihr Hobby zu sein, denn sie hat vor einiger Zeit ein „Stobbelfeldrennen-Team“ gegründet. Dort

wird mit extra hergerichteten, meist älteren PKW über einem brach liegenden Acker auf einem Parcours um die Wette gefahren. Das größte Rennen findet im August wieder Oldendorf statt. Dort wird sie voraussichtlich mit ihrem Polo an den Start gehen. Wir hoffen alle, dass sie wieder heil nach Hause kommt.

Dass er sich als Erwachsener im sozi-

alen Bereich einmal beruflich orientieren würde, war **Tim Lindemann** schon immer klar. Also versuchte er nach seiner Schulzeit die Richtung des Sozialassistenten und arbeitet im Kindergarten mit dem ganz kleinen Nachwuchs. Dass diese Umgebung für einen männlichen Sozialarbeiter nicht in jedem Fall passt, ist sicher nachvollziehbar. Nach einem zweiwöchigem Praktikum im Senioren-



und Pflegeheim sieht er jetzt für sich klarer: die Altenpflege ist genau das Richtige. Daher startet er nun einen beruflichen Neuanfang.

Seit Anfang Mai ist er bereits in der Einrichtung tätig, um im August mit der dreijährigen Ausbildung zu beginnen. In seiner Freizeit trifft er sich gerne mit seinen Freunden und engagiert sich entsprechend seiner soziale Grundausrichtung in einer politischen Partei.

Anzeigenwerbung wirkt, können die Manager der Heidmarkhof Pflegen und Wohnen GmbH beruhigt feststellen, denn **Vanessa Kollat** ist auf Grund einer Zeitungsanzeige, die ihr eine Freundin zeigte, auf den Pflegeberuf aufmerksam gemacht worden. Als 13jährige ist sie zusammen mit ihren Eltern und den zwei Geschwistern nach Salzhausen gekommen, weil ihr Vater berufsbedingt nach Hamburg wechselte. Nach dem Abitur wusste sie nicht so recht in welche Richtung sie sich orientieren sollte und dann kam der Impuls über das Print-



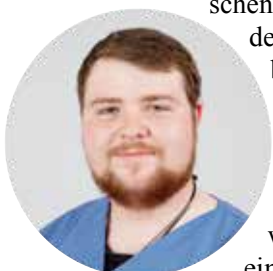
medium Bereut hat die gebürtige Kielerin diesen Schritt, in die Altenpflege zu gehen, zu keinem Zeitpunkt.

Den Vorteil z. B. gegenüber der Arbeit im Krankenhaus sieht sie darin, dass sie die Bewohner kontinuierlich begleiten und auch längerfristige Entwicklungen mit beeinflussen kann. „Hier fühlt sich jeder eher wie in einer Familie“, beschreibt sie das Senioren- und Pflegeheim Heidmarkhof.

nun hofft sie außerdem, auch einen passenden menschlichen Lebensgefährten zu finden.

Mit einiger Berechtigung könnte man behaupten, die Informatik sei so ungefähr das Gegenteil der Altenpflege. Und genau diese Gegenrichtung hatte **Tim Niklas Diekmann** ausbildungsmäßig bereits eingeschlagen. Auf dem Weg zum Informationstechnischen Assistenten wurde ihm allerdings

bewusst, dass ein berufliches Leben hinter einem PC „nicht so wirklich meins“ sein würde. Erst nach einem Freiwilligen



Nur nicht stillsitzen!

Bewegen, bewegen, bewegen ... Wenn etwas bei Gesundheitstipps immer wieder genannt wird, dann ist es der Rat, körperlich mobil zu sein. Und es muss ja nicht unbedingt der Marathonlauf sein oder der olympische Rekord im Gewichtheben.

Es gal in welcher Verfassung man ist, etwas Bewegung sollte fast immer drin sein.“ Das ist das Credo von Brigitte Ramm, die seit über 10 Jahren die Bewohner im Senioren- und Pflegeheim Heidmarkhof sportlich anleitet und zwar ganz ohne Stufenbarren und Hantelbank, sondern ganz einfach meist sitzend auf einem Stuhl.

Die gelernte Bankkauffrau ist erst relativ spät mit sportlichen Themen in Berührung gekommen. Aber nachdem ihre drei Söhne erwachsen waren, wurde sie von Sabine Frano, Leiterin des Senioren- und Pflegeheims Heidmarkhof, überzeugt, eine Gymnastikgruppe in der Pflegeeinrichtung aufzubauen. Dafür ging Brigitte Ramm bei ihrer Freundin Deti Kanefendt, renommierte Gymnastiklehrerin aus Salzhausen, in die „Lehre“ und holte sich das notwendige Rüstzeug für ein entsprechendes Training.

Im Folgenden gibt sie uns einige Tipps, wie wir uns fit halten können auch ohne größere Geräte, denn die Übungen

lassen sich wunderbar auch zuhause durchführen. Gymnastik im Sitzen eignet sich auch für Menschen mit körperlichen Einschränkungen z. B. in einer Reha-Phase.

Ziel der Übungen ist u. A. die Erhaltung und Verbesserung der Beweglichkeit. Durch sportliche Aktivität kann man eine Verbesserung der eigenen Lebensqualität erreichen. Es gibt eine Vielzahl an Übungen, die zur Kräftigung der Muskulatur, zur Schulung der Koordination, zum Mobilisieren und Entspannen führen. Wir bedanken uns bei Manuela Mewes, die uns diese Übungen einmal vorgeführt hat.

Brigitte Ramm



Versuchen Sie die Übungen in ihrem eigenen Tempo und wiederholen Sie sie in dem Maße, wie Sie sich dabei wohl fühlen. Nur nicht übertreiben!



Hände gegeneinander pressen: Sieht leicht aus, aber machen sie das mal 30 Sekunden lang...



Mit gestreckten Armen neben dem Körper in gleicher Richtung kreisen. Versuchen Sie es auch gegenläufig.



Ein Gymnastikband (Tipp: flechten Sie drei alte Nylonstrümpfe zu einem elastischen Seil) über dem Kopf auseinander ziehen.



Das gespannte Band mit gestreckten Armen in beide Richtungen beugen. Der Rumpf bleibt aufrecht.



Das Band hinter dem Rücken möglichst weit vom Körper mit gestreckten Armen langsam auseinander ziehen.



Kniebeuge im Ausfallschritt (stellen Sie sicher, dass der Stuhl nicht wegrutschen kann!).



Die Füße soweit wie möglich vom Körper weg strecken und dann Fußspitzen so nah wie möglich an den Körper heranziehen.



Gewichtheben: Nehmen Sie einfach zwei gefüllte Wasserflaschen als Hanteln und heben Sie diese wechselseitig in aufrechter Körperhaltung.

Die Zwei von Klock dree

Ohne Heidemarie Zeller und Mandy Böckmann geht nun mal nichts beim Seniorentreff Klock Dree. Eindecken, Kaffeekochen, Bewirten bis hin zum Abräumen und Saubermachen – alle Aufgaben eines vorbildlichen Gastgebers, dafür stehen die beiden guten Geister des 14-täglichen Seniorentreffs in Salzhausen. Gerne stellen wir die beiden einmal vor, aber nicht, ohne sie am Ende nach ihrem liebsten Kuchenrezept zu fragen.

Wer kennt sie nicht, die Heidemarie (genannt Heide) Zeller aus Eyendorf. Denn dort, wo freiwillige Helfer gebraucht werden, ist sie oft eine von ihnen.

Ihre frühe Kindheit verbrachte sie in Berlin und so ein wenig „Berliner Schnauze“ ist bei ihr auch heute noch vorhanden. In Hamburg-Finkenwerder, wo auch ihre beiden Kinder zur Welt kamen, war sie einige Jahre als Verkäuferin tätig, bevor sie Anfang der 90iger Jahre zu ihrem Ehemann in die Versicherungsbranche wechsel-

te. Schon als sie noch berufstätig war, hatte sie in vielen Bereichen freiwillig geholfen, nach ihrer Pensionierung hat sich ihr ehrenamtliches Engagement noch einmal deutlich verstärkt.

Ob im Kulturbeirat des Verkehrs- und Kulturvereins Salzhausen oder im Mühlenverein, dem sie viele Jahre vorstand. Ob im Fundus-Kaufhaus oder seit einem Jahr für Klock dree, Heide Zeller ist da, wenn jemand gebraucht wird und der sieht, was getan werden muss und es dann auch tut. Besondere Freude bereitet ihr die Begleitung von Klock dree, denn sie ist gern mit Menschen zusammen und „es ist immer wieder eine wirklich herzliche Wiedersehensfreude bei allen Gästen“, berichtet sie begeistert.

Ebenfalls beeindruckt von der po-

sitiven Atmosphäre

von Klock dree ist Mandy Böckmann, Mitarbeiterin von Pflege zu Haus, die von Anfang an dabei ist. Anfänglich waren viele vermutlich eher wegen des gemeinsamen Kaffeetrinkens gekommen, jetzt sind wirklich alle auch an den vielfältigen Veranstaltungsinhalten interessiert. „Die Freude, mit der alle mitmachen, ist richtig ansteckend“, schwärmt die gebürtige Rostockerin und zweifache Mutter aus Tangendorf.

Fasziniert ist sie auch von den „unterschiedlichen Persönlichkeiten, die beim Treffen zusammenkommen und sich dennoch - oder vielleicht auch deshalb - so gut verstehen und interessiert sind.“



Heidemarie Zeller (l.) und Mandy Böckmann



Möhrentorte (saftig und lecker)

Der Einkaufszettel:

300 g Möhren
6 Eigelbe
150 g Rohrohrzucker
1 Msp. Salz
1 Bio-Zitrone
6 Eiweiß
300 g gem. Haselnüsse
100 g Vollkornmehl
Puderzucker z. Bestäuben

Für die Möhrendekoration:

150 g Marzipanrohmasse
75 g Puderzucker, rote und grüne Lebensmittelfarbe

Karotten sehr fein reiben; Eigelbe mit 1/3 des Zuckers, Salz und Zitronenschale schaumig rühren. Eiweiße steif schlagen, dabei restlichen Zucker einrieseln lassen und weiter schlagen, bis ein schnittfester Eischnee entstanden ist. Nüsse mit Mehl und Karottenraspeln vermischen. 1/3 des Eischnees unter das Eigelb mengen und sehr gut vermischen. Übrigen Eischnee darauf geben und Nussmischung darüber streuen. Alles mit einem Holzlöffel ganz vorsichtig unterheben. Springform mit Backpapier auslegen und den Teig einfüllen, glatt streichen und im vorgeheizten Backofen bei 180 °C (Umluft) etwa 60 Minuten backen. Herausnehmen und über Nacht in der Form auskühlen lassen. Anschließend auf ein Backpapier stürzen.

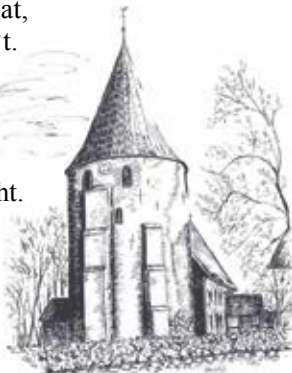
Für die Möhren Marzipanrohmasse mit Puderzucker schnell zu einem glatten Teig verkneten. Etwa 1/6 mit grüner Farbe, den Rest mit roter Farbe orange färben. Jeweils in 16 Stücke teilen und daraus kleine Möhren mit Grün formen.



DATT REISS-MICH-TÜCHTIG-MIDDEL

Ool Meyers Vadder harr datt slim,
He quäl sick all siet Wäken rümm.
De Wehdag wüss ook rein keen Maat,
Datt Reiß-mich-tüchtig harr em fat't.
He harr all smert mit Ichtiol,
He neum Togonal un neum Amol.
Ook Schaper Ast, de harr versөгt.

Tjer, Meyers Vadder güng datt slecht.
As alls nix hülp, do güng he dinn
Doch na en'n richtig'n Dokder hin.
Un sä: Herr Dokder, düsse Pien,
De kann ik nich mehr länger lie'n.
Se mött mi helpen, gans egal
Wott et ook köst't, dinn düsse Qual,
Datt hollt nich mal de Dübel ut,
De Reiß-mich-tüchtig mutt door rut.
De Dokder hätt em ünnersöcht
Un seggt: „Tjer, Vadder, datt is slecht,



Bi düsse Wehdag in de Arms,
Door helpt blos de gesunne Warms.
Kiek an, mi geiht datt ebenso.
Iek kleep dinn dicht an miene Froo
Un kusche! mi dinn örndlich warm
Mit minen Arm an ehren Arm.
Un düsse Warms, as ik di segg',
De nümmt de ganze Wehdag weg.

Datt süllen se mal probieren.
Ool Meyers Vadder kriegt datt plieren.
Un grient un seggt: „Datt lücht mi in,
Doch segg'ns mal, wott is datt dinn,
Gäwt se mi dinn ok glieks Bescheid,
Winn't ehre Froo mal passen deiht.“



Der Tischlermeister Hermann Kaiser war eine Institution in Salzhausen. Die Texte schrieb er aber unter dem Pseudonym „Hermann von Lütt-Hörpel“. Und das kam so: Sein Nachbar Louis Köster kam aus Hörpel (Ort zwischen Evendorf und Bisingen). Und da er diesen Umstand auch immer wieder erwähnten, wurde diese Ecke (Schulstraße/Eyendorfer Straße) auch Lütt-Hörpel genannt.

Neben dem erfolgreichen Ausbau seines Handwerksbetriebes, war Hermann Kaiser in Salzhausen Vereinen sehr aktiv und schrieb gerne Gedichte. Aber lesen wir doch einfach aus dem Vorwort, welches sein Sohn zu dem Versband 1995 verfasst hatte:

„Mien Vadder is an'n 16. März 1911 as drütt'tes Kind vun Adele un Peter-Friedrich Kaiser in Soltzhusen geborn. (...) Ende de twintiger Johr füng he an, un meuk to gegebene Anlässe lütte Riemels un Gedichte. Een Deil düs-ser Gedichte wür daumals in de „Winser-Zeitung“ oder in'n „Heideboten“ veröffentlicht. (...)

Hildegard Meinberg hätt vüle Gedichte vun mienen Vadder sammelt un vör-läst. Dordürch wür'n se wedder in Erinnerung bröcht.

Se weu et ok, de bi de Gemeinde Soltzhusen de Anregung geif, de Verse in Bauckform to veröffentlichen. De Bürgermeister Dr. Jürgen Quehl un de Gemeindedirektor Ulrich Magdeburg künn'n dan'n Gemeinderat öbertügen. De feinen Teicknungen to dütt lütt Bauck meuk Gerhard Lühr.

Un so müch ik mi (...) bedanken, datt se alle fliedig mitholpen hebbt, datt dütt Bauck druckt war'n künn, dormit de Verse vun mienen Vadder „Hermann vun Lütt-Hörpel“ noch vää Minschen Freid un Besinnung bringen künn.

Hans-Hermann Kaiser
Soltzhusen, Sommer 1995“



Gerhard Lühr, Friseurmeister und Ausbilder mit europaweitem Engagement. Seine Frisurenzeichnungen sind in einem Gestaltungsbuch veröffentlicht - mittlerweile ein Standardwerk im Friseurhandwerk



Ohne Hildegard Meinberg wären die Gedichte von Hermann Kaiser verloren gewesen



Der Gedichtband ist schon lange ausverkauft, daher hier noch ein Stück, nämlich die Liebeserklärung Hermann Kaisers an sein Salzhausen:

MIN DÖRP SOLTZHUSEN

*Ick weet en Land, so'n givt keen tweet't,
un stolz do ick bekennen,
dat ick de Lüneborger Heid
min Heimatland do nennen.*

*Ick weet en Sprak, so tru un woher,
de schönste Sprak vun allen,
min schöne plattdütsch Muddersprak
deit mi up best gefallen.*

*Ick weet en Döörp, so'n find's du nich
in widen Gottesgorden,
dat is min lebe Heimatort,
dat Döörp wo ick geboren.*

*Ick blew jo treu to jede Tid,
mag ok de Stormwind brusen,
min Heimatland, min Muddersprak,
un du, min Döörp Soltzhusen.*

„Diese Bücher sollten Sie lesen“

Woran liegt es, dass trotz der ganzen elektronischen Medien mit TV, Internet & Co. die Beliebtheit des Lesens nicht nur in Deutschland ungebrochen ist? Es ist der Zauber der Phantasie, der beim Lesen entsteht und der uns abtauchen lässt in eine vom Autoren und uns selbst geschaffen eigenen Welt, weit weg vom profanen Alltag und der oft eher grauen Realität.

Nicht nur das Lesen sondern auch die Faszination des Schreibens scheint in nichts nachgelassen zu haben, denn jedes Jahr drängen viele tausend Neuerscheinungen auf einen übervollen Buchmarkt. Umso wertvoller ist für uns eine Orientierung, welche Bücher wir denn unbedingt lesen sollten. Daher haben wir Charlotte Weyer gefragt, Literaturliebhaberin und seit über 25 Jahren leitend im Kulturbeirat des Salzhausen e.V. (ehemals Verkehrs- und Kulturverein Salzhausen).

Hier sind ihre Empfehlungen:



Die Uhrmacherin und Juwelierin Charlotte Weyer ist seit vielen Jahren sozial engagiert und aus der Kulturszene in Salzhausen nicht wegzudenken.



Ein schönes, aber auch trauriges Buch von dem irischen Romanautor John Boyne: Das Lager Auschwitz aus Kinderaugen gesehen - ein neunjähriger Junge, Sohn des Lagerkommandanten, freundet sich mit einem jüdischen Jungen „hinter dem Zaun“ an und begreift nicht, was um ihn herum geschieht. Dieses Buch berührt, das Ende nimmt einen mit und bringt einen zum Nachdenken. Das Buch wurde sechs Millionen mal verkauft und in über fünfzig Sprachen übersetzt. Aufgrund des großartigen, internationalen Erfolgs wurde der Bestseller als Kinofilm umgesetzt.

John Boyne „Der Junge im gestreiften Pyjama“, Fischer Verlag, 240 Seiten, 10,00 €



© Chris Close

Der Roman „Pfaueninsel“ von **Thomas Hettche** ist einer der besten, die ich in den letzten Jahren gelesen habe. Die Idee, das 19. Jahrhundert und seine geschichtlichen und wissenschaftlichen Entwicklungen aus der Sicht einer Außenseiterin, die auf einer wie aus der Zeit genommenen Insel lebt, zu schildern, hat mich sehr fasziniert. Thomas Hettche hat ausgezeichnet recherchiert. Er schildert historische Personen und Gegebenheiten, von denen man sehr viel weiß, und gruppiert diese um die Hauptperson Marie, von der man historisch so ziemlich gar nichts weiß. Das erzeugt ein spannendes Leseerlebnis, das zwischen märchenhaft und historisch residiert.



Thomas Hettche „Pfaueninsel“, Kiepenheuer&Witsch, 352 Seiten, 19,95 €



© Schloss Leuk/Th. Andenmatten



Selma, eine alte Westerwälderin, kann den Tod voraussehen. Immer wenn ihr im Traum ein Okapi erscheint, stirbt am nächsten Tag jemand im Dorf. Unklar ist allerdings, wen es treffen wird. Davon, was die Bewohner in den folgenden Stunden fürchten, was sie blindlings wagen, gestehen, verschwinden lassen oder in Ordnung bringen, erzählt **Mariana Leky** in ihrem Roman – und natürlich noch viel mehr. Es passiert nicht wirklich viel in diesem Roman, man sollte nichts Spektakuläres erwarten. Und doch ist es spannend und man möchte wissen, wie es weiter geht. Das Buch lebt also weniger von der Handlung selbst, sondern vielmehr von dieser teilnehmenden und einfühlsamen Beschreibung.

Mariana Leky „Was man von hier aus sehen kann“, DuMont Buchverlag, 320 Seiten, 20,00 €



© Franziska Hauser

Da scheint etwas gut zu passen: Die neuen Pastoren Wiebke und Martin Alex in der St. Johannes Kirche Salzhausen.



Glaube ist nicht nur etwas für sonntags

Seit einigen Wochen sind sie da, die beiden neuen Pastoren in Salzhausen. Das Ehepaar Wiebke und Martin Alex füllen künftig die vakanten anderthalb Planstellen der Ev.-Luth. Gesamtkirchengemeinde Salzhausen – Raven. Natürlich waren wir neugierig und mussten sie unbedingt gleich kennenlernen. Woher kommen sie und was motiviert sie zu ihrem Beruf, wollten wir wissen. Aber lesen sie doch selbst:

Wir sind nicht gekommen, um alles besser zu machen“ war gleich ihr erster Satz. Dieses Selbstverständnis des Pastorenpaares Wiebke

und Martin Alex tauchte auch im Laufe des Gesprächs mehrmals auf und es wird deutlich: Hier zollen zwei empathische Pastoren den ehrenamtlichen sowie den

hauptamtlichen Mitarbeiter der Gesamtkirchengemeinde Salzhausen und Raven Respekt für das Geschaffene und sehen sich selber eher als Impulsgeber denn als Lehrmeister. Entsprechend freuen sie sich auf die Begegnungen mit den Menschen in der Gemeinde und der Vielfalt der Aufgaben,

Lust auf Kirche schaffen

die sie mit „Kreativität“ zusammen mit allen, „die die Gemeinde tragen“, gerne annehmen wollen. Denn teamorientiertes Wirken in einer Kirchengemeinde sind sie beide im wahrsten Sinne des Wortes von Kindesbeinen an gewohnt.

Wiebke Alex wuchs ganz in unserer Nähe im kleinen Ort Volkwardingen bei Bispingen als mittlere von drei Töchtern auf. Erste Erfahrungen in Sachen Teamleitung machte sie bereits als junges Mädchen, denn es war Usus in dem kleinen Dorf, dass die Konfirmierten die Jungschargruppe führten.

Besonders prägend hinsichtlich ihrer späteren beruflichen Orientierung war neben dem christlichen Elternhaus, der Kindergottesdienst und später die Jugendarbeit in der Kirchengemeinde Bispingen. Als der damalige Pastor die jugendlichen Mitarbeiter bat, in einer Andacht von ihrem Glauben zu erzählen, spürte sie: „Der Glaube ist nicht nur meine Privatsache. Wenn ich von meinem Glauben erzähle, könnte es für andere wichtig sein,“ schildert Wiebke Alex ihre Erinnerung.

Zwar flammte bereits damals kurz die Idee auf, Theologie zu studieren, aber weil sie in der Schule kein Latein belegt hatte, verwarf sie diese schnell wieder. Erst in der Zeit nach dem Abitur, als sie ihr Freiwilliges Soziales Jahr in einer Kirchengemeinde in Stockholm absolvierte, kam der Gedanke wieder und dieses mal auch der Mut, es trotz der Sprachbarriere zu versuchen.

Im Prinzip nicht unähnlich wie bei seiner späteren Ehepartnerin reifte auch bei Martin Alex erst nach und nach der Entschluss, Theologie zu studieren und schließlich Pastor zu werden. Und auch bei ihm war die Grundlage das christlich geprägte Elternhaus und der frühe und enge Kontakt in einer kirchlichen Gemeinschaft. Im Unterschied zu Wiebke Ahlers allerdings im fernen Rosenfeld, einem winzigen Dorf in der Nähe von Torgau in Sachsen an der Elbe.

Martin Alex erinnert sich heute an eine zufriedene Kindheit, die er zusammen mit seinem Bruder, der übrigens heute ebenfalls als Pastor wirkt, in ländlichem Idyll erlebte, „so mit im Winter Schweine schlachten in der Dorfgemeinschaft und Fußball spielen mit den anderen Jungs“. Volleyball war ebenfalls sein Faible, bei dem er immerhin in der Ausscheidung „Jugend trainiert für

Olympia“ erfolgreich war.

Was zu dem jugendlichen Wohlbefinden sicherlich außerdem beitrug, war die Leichtigkeit, mit der er die schulischen Anforderungen erfüllte. Das Abitur mit einer 1,4 zeugt davon. Allerdings versichert Martin Alex glaubhaft, kein „Streber“ gewesen zu sein.

Nach der Schulzeit bekam er über einen Bekannten die Möglichkeit, seinen Zivildienst in der Kirchengemeinde der Russlanddeutschen in Moskau zu leisten.

Der Weg zur Theologie war zwar im Laufe der Jahre und auch durch diese Erfahrung im Ausland bereits eingeschlagen, aber er war sich noch nicht sicher, ob er für ihn der Richtige wäre. Also nahm er sich die Zeit und beschäftigte sich am „Geistlichen Rüstzentrum Krelingen“ intensiver mit der Bibel. Dadurch bestärkt studierte er anschließend in Leipzig, Tübingen und Greifswald, wo er nach dem Examen einen wissenschaftlichen Forschungsauftrag übernahm.

In dieser Zeit in Greifswald lernte er auf einer Hochzeit eines gemeinsamen Freundes seine Frau Wiebke kennen, die inzwischen in Göttingen und Bonn Theologie studiert hatte und Vikarin in der Nähe von Diepholz war.

Um eine partnerschaftliche Beziehung über diese Entfernung aufzubauen, war natürlich nicht ganz einfach. Dass sie später Pastorin in Hanstedt und er Vikar in Patensen wurde, war dann auch nicht nur dem Zufall geschuldet. Denn irgendwann einmal in der schönen Nordheide anzukommen, war schon länger ein gemeinsamer Wunsch. Umso glücklicher sind sie, nun gemeinsam im neuen Pastorat in Salzhausen wohnen zu dürfen.

Inzwischen bringen die beiden Töchter auch „reichlich Leben ins Haus“. „Kinder sind ein mächtiges Korrektiv“ stellt Wiebke Alex fest, „sie zeigen schnell, wenn die Aufmerksamkeit nur im Begrifflichen besteht.“

In der Ergänzung sieht das Ehepaar auch einen der Vorteile, wenn beide Partner als Pastoren tätig sind: „Der fachliche Austausch bzw. der professionelle, kritische aber konstruktive Blick des Gegenüber bereichert enorm.“

Partner und Kinder als wichtiges Korrektiv

Den Glauben in den Lebensalltag übersetzen, sehen die Pastoren als ihre Aufgabe. Dabei möchten sie die Menschen ansprechen, Beziehungen aufbauen und Räume und Gelegenheiten schaffen für Begegnung unter den Menschen und mit Gott. „Denn der Glaube findet nicht nur im Gottesdienst und in der Kirche statt.“

Die Außenanlage des neuen Pastorats ähnelt noch sehr einer Baustelle. Für Pastor Alex ist das nicht weiter tragisch. „Im Gegenteil, ich pflanze gerne Neues an.“ Manchmal passt eben alles...





So wie auf dem zeitgenössischen Bild (1532) von Hans Holbein festgehalten, stellen wir uns einen gut gekleideten, reichen Kaufmann im ausgehenden Mittelalter vor. Ob der hier dargestellte Georg Gisze aber im wahren Sinne der Redensart „gut betucht“ war, ist nicht überliefert.

Redewendung und ihre Bedeutung

Auch arme Menschen sind oft „gut betucht“

Redensarten haben sich oft im Mittelalter entwickelt, als die meisten Menschen noch nicht lesen und schreiben konnten und daher eine bildhafte Sprache ausgeprägter war, damit die Aussagen besser im Gedächtnis blieben. Außerdem flossen im Laufe der Zeit Ausdrücke aus anderen Sprachkulturen mit ein. So wie auch in diesem Fall.

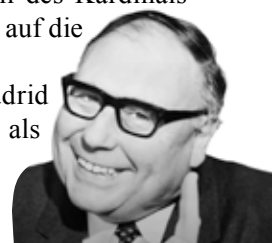
Diese Redensart ist nun zudem eine, über die sich viele von uns vermutlich keine weiteren Gedanken machen. Zu offensichtlich scheint die Bedeutung. Denn natürlich ist doch wohl mit dem „gut betuchten“ Menschen ein reicher gemeint. Aber wie so oft ist es auch in diesem Fall anders als es auf dem ersten Blick erscheint.

Wer Anzüge aus feinem Tuch trägt, mag in der Tat wohlhabend, also „gut betucht“ sein. Dennoch hat der Ausdruck mit Stofftüchern nichts zu tun, sondern kommt vom hebräischen „batuah“, das im Jiddischen zu „betuche“ geworden ist und was soviel wie „vertrauenswürdig, sicher“ bedeutet. Insofern überschneidet sich die vermutete und die wirkliche Bedeutung dieser Redensart in gewisser Weise, denn wer viel Geld hatte, mit dem konnte man natürlich meistens gut Kaufverträge abschließen, weil es ziemlich sicher war, dass er bezahlen würde. Allerdings wissen wir ebenso, dass begüterte Menschen nicht zwingend vertrauenswürdig sind. Daher sollten Sie nicht nur bei geschäftlichen Dingen eher auf den Charakter ihres Gegenüber achten, als auf die Tücher, die er trägt.

„Das Ei des Kolumbus“

Nicht ganz eindeutig ist die Etymologie dieser Redensart. Die verbreitetste geht so: Beim Festmahl des Kardinals Mendoza für den Admiral Kolumbus nahm dieser ein Ei und fragte, wer von den Anwesenden dieses auf die Spitze stellen könne. Als alle verneinten, nahm er das Ei und schlug ein Ende platt, woraufhin es stand.

Ganz anders sah das übrigens Heinz Erhardt. Er erläutert, dass Kolumbus nach seiner Rückkehr in Madrid eine reizvolle „Dame weiblichen Geschlechts“ erblickt und daraufhin erfreut „Ei“ ausgerufen habe, was als das „Ei“ des Kolumbus in die Geschichte eingegangen sei.



Mittelschwer

Ziemlich schwierig

Sudoku

Ziel beim Sudoku ist es, die leeren Zellen des Spielfeldes mit den Ziffern 1 bis 9 so auszufüllen, dass jede Ziffer in jeder Spalte, in jeder Zeile und in jedem Block (3×3-Unterquadrat) genau einmal vorkommt.

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

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

Clues:

- 1. Ltg. Pflege zu Haus
- 2. Bahn d. Salzhausen
- 3. förm. Anrede
- 4. Gene-sung
- 5. engl. hinzufügen
- 6. Landsch. in Nieders.
- 7. nahe
- 8. Ausruf
- 9. lat. er pflegt
- 10. Nichtmetall
- 11. Rohwolle
- 12. Popgruppe
- 13. Tier in der Heide
- 14. Hoftiere
- 15. Protestformen
- 16. Ort i. Süden d. Heide
- 17. Neben EDEKA
- 18. Heidmark...
- 19. Elan
- 20. in Ordnung
- 21. Behandlung
- 22. Stachel-tier
- 23. Vorname Trainerin i. Salzh.
- 24. Spule
- 25. Naut. Begriff
- 26. weibl. Vorname
- 27. Zeug
- 28. Wappen-tier Garlstorf
- 29. Kzf. Europa
- 30. Oxidation
- 31. Bürgermeister SG Salzh.
- 32. Fluss-raubtier
- 33. Hausmeister i. Salzh.
- 34. Zweck
- 35. Rund um Gut Schnede
- 36. Schnee-haus
- 37. Ehem. Währung
- 38. Weibl. Vorname
- 39. Herkunft
- 40. Unter-kunft
- 41. Druckerzeugnis
- 42. Ärzt. Verordnung
- 43. Rufn. Pflegerin i. Salzh.
- 44. Autoknz. Kreis Steinburg
- 45. Fluss i. d. Nordhei-de
- 46. ndt. Uhr
- 47. ndt. drei
- 48. f.z. gut außerdem
- 49. Kurzform Transport-fahrz.
- 50. Männl. Rufname
- 51. Jagd
- 52. weibl. Vorname
- 53. gesund
- 54. um-sorgen
- 55. Gewürz
- 56. Klang
- 57. Unterge-stell

Answers:

- 1. Wer ein klein wenig geübt ist, Kreuzworträtsel zu lösen, und sich außerdem in unserer Region etwas auskennt, für den ist dieses Rätsel keine wirkliche Herausforderung. Wenn Sie unten die Buchstaben in der richtigen Reihenfolge eintragen, wissen Sie außerdem, was die Mitarbeiter unserer Einrichtungen den Bewohnern und Patienten am liebsten geben:
- 2. Z. B. ...
- 3. Gute Besserung!
- 4. Know how
- 5. Passend

Alles nur Sprüche?

Z. B. ...

„Nächstenliebe findet man zum Beispiel bei Menschen, die Dienstvorschriften nicht einhalten“

Ezra Pound
(amerikanischer Dichter)

Gute Besserung!

„Gesund ist man erst, wenn man wieder alles tun kann, was einem schadet“

unbekannt

Know how

„Gebildet ist, wer weiß, wo er findet, was er nicht weiß.“

Georg Simmel
(Philosoph und Soziologe)

Passend

„Ein Opportunist ist ein Jenachdemer“

Wilhelm Busch
(Schriftsteller, Maler, Zeichner)

„Wer schaffen will, muss fröhlich sein“

- oder wie der Paaschberg zu seinem Namen kam

Die Gemeinschaft hatte in der vergangenen Zeit vor allem auf dem Land eine ungleich höhere Bedeutung als Heute. Das lag zum einen an der Überschaubarkeit des Dorfes und zum anderen an der Art des Wirtschaftens. Die Arbeit war damals überwiegend nur händisch in Teams zu bewältigen. Fährt beispielsweise heute ein Mähdrescher einsam seine Runden, nur mit einem Funkgerät zum Nächsten verbunden, waren damals Ernten eine Kollektivarbeit des gesamten Dorfes. Nach dem Motto und den Versen Goethes Schatzgräber „Tages Arbeit! Abends Gäste! Saure Wochen! Frohe Feste!“ hatten die gemeinsamen Feste in der damaligen Zeit einen hohen Stellenwert und waren für das Funktionieren der dörflichen Gemeinschaft gewissermaßen überlebensnotwendig. Also sprachen wir mit dem Heimatforscher Dr. Friedrich Wilhelm Reineke, um zu erfahren, welche Feste damals vor allem im ländlichen Dorf wichtig waren.

Generell können wir zwischen den christlichen bzw. jahreszeitlichen und den individuell ereignisbezogenen Festen unterscheiden“, beginnt Reineke. Typisch war, neben den kirchlichen Feierlichkeiten den erfolgreichen Abschluss einer gemeinschaftlichen Arbeit zu feiern. Gewissermaßen als ein Dankeschön an die Beteiligten in der Dorfgemeinschaft.

Schlachteköst

So ein Anlass war z. B. nach der Schlachtung eines Rindes oder Schweins die sogenannte Schlachteköst, die man mit den Nachbarn, die dabei geholfen hatten, gerne feierte. Die Schlachtung eines Schafes war dagegen nichts Besonderes und daher keine Schlachteköst wert. „köst“ bedeutet in diesem Zusammenhang „Fest“ erläutert Reineke und ergänzt

„damals – und auch z. T. noch heute – sind viele total unterschiedliche niederdeutsche Sprachen in unserer Region verbreitet. Allein schon zwischen den Ortschaften Oelstorf und Salzhäusen unterschied sich die Begrifflichkeit bei einigen Worten signifikant.“

Richteköst

Weil das ganze Dorf in besonderer Weise eingebunden war, hatte das „Richteköst“ eine ganz eigene Bedeutung. Stellen wir uns vor, ein Haus im Dorf war abgebrannt oder es war „in Dach und Fach durchlüchtig“, also altersschwach und baufällig. Dann ging der Bauer zum nächsten Holthing (Holzgericht) und beantragte Bauholz. Dieses bekam man damals kostenlos aus dem gemeinschaftlichen Wald angewiesen. Für ein normales Hofhaus (ca. 22 Meter lang) benötigte man ca. 15 Eichen. Der „Langsager“ sägte es und der „Amtszimmermann“ schnitt es auf der Erde liegend zu.

Zum Aufrichten des Gestells kam nun das ganze Dorf zusammen. Nicht nur für die Bühnung (= Aufrichtung) waren viele Hände not-

wendig, sondern nun wurden die 7 Trägerbalken darüber gelegt, die die Nachbarn dem Bauherrn schenkten. Denn es war ungeschriebenes Gesetz, dass jeder Hof einen Eichenstamm vorrätig lagert, damit ein Dorfnachbar (oder ihm selbst) bei Bedarf die nötigen Balken zur Verfügung stand. Diese Querbalken musste nämlich durchgetrocknet sein, dass andere Holz konnte auch frisch eingebaut werden. Da ein Dorf meist aus sieben Höfen bestand, war ein Neubau insofern gewährleistet. Abschließend brachten die Nach-



Ein Bauernfest - zeitgenössisches Gemälde von Wilhelm von Kobell anno 1796



Der Ursprung des Faslam ist nicht eindeutig geklärt. Belegt ist allerdings ein Brauch aus dem mittelalterlichen Lüneburg, nachdem alljährlich zur Lichtmesse (2. Februar) ein Patriziersohn zusammen mit seiner Braut in ein Fass gesperrt und hinter ein Pferd gespannt unter großem Spektakel durch die Straßen gerollt wurde. Daher vielleicht die Bezeichnung Faslam?

barn das Stroh für das Dach (Reed war damals noch nicht üblich) und so konnte ein Haus in der typischen Art innerhalb von 14 Tagen erbaut sein. Ein sicherlich nachvollziehbarer Anlass für ein gemeinsames Fest.

Nochmal so richtig gefeiert wurde dann beim Einzug in das neue Haus. Dabei war es üblich, dass die Nachbarn dem neu Eingezogenen ein Bleifenster zum Geschenk mitbrachten. Die in Blei eingefassten Fensterscheiben wurden vom Amtsmalermeister (Glaser und Maler war übrigens damals ein einziger Beruf) hergestellt und waren mit Symbolen des Dorfes bzw. des Bauherrn bemalt. Und weil zu diesem Anlass ausgiebig Hochprozentiges und vor allem Bier getrunken wurde, sind diese Art von Scheiben als Fensterbier bekannt. Diese sogenannte Fensterköst sollen der Überlieferung zur Folge derart ausschweifend gewesen sein, dass sie schließlich verboten wurden.

Erntefeste

Ein besonderer Tag im Bauernleben war der, an dem „der Erntehahn geholt“ (Arnhahn), das heißt das letzte Fuder mit Getreide in die Scheune gefahren wurde. Jung und Alt bestiegen den mit Getreide gefüllten Erntewagen. Vorn saß die erwachsene Tochter des Bauern. Sie hielt den mit Blumen und bunten Bändern gezierten Erntehahn, der neben dem großen Einfahrtstor befestigt wurde und dort bis zur Ernteköst im nächsten Jahr hängen blieb.

Ebenfalls Erntefeste mit gutem Essen, geistigen Getränken, Musik und Tanz waren die „Brakel-“, und „Kantuffelköst“. Nachdem die Kartoffeln (der Feldanbau wurde übrigens in der Nordheide erst 1775 eingeführt) eingefahren und der Hanf- und Flachs geerntet waren, gab es guten Grund, sich mit einem gemeinsamen Fest zu belohnen. Der Begriff „Brakeln“ weist auf die Verarbeitung des Flachsgewächses hin: die Rinde musste gebrochen (brakeln) werden, um das Gewebe freizulegen.

Burnräken

Das „Burnräken“ (Bauernrechnen) ist noch heute eine bekannte Veranstaltung in unserer Region und hatte folgenden Ursprung: Früher wechselte das Amt des Burmesters (Meister der

Bauern) jährlich am 2. Februar (Lichtmesse) in der Folge wie man in der Reihe nebeneinander wohnte. Zu den Pflichten des Burmesters gehörte: er musste den Deckbullen und den Deckeiber im Dorf halten. Vor allem aber musste vom ganzen Dorf die Steuern eintreiben und einzahlen (eventuell auf seine eigenen Kosten!).

Im Gegenzug war er von der Einquartierung der Soldaten (Kasernen gab es auf dem Land damals nicht) und den Steuern befreit. Und er bekam das Burdeel (= Bauerteil), eine Landfläche, für die er keine Abgaben zahlen musste und die er zur Bewirtschaftung nutzen konnte.

Zum Burnräken wurde nun der Deckbulle geschlachtet. Das Fleisch durfte der (ehemalige) Burmester behalten. Das Fell reichte aus, um das ganze Bier, welches bei der Veranstaltung getrunken wurde, zu bezahlen. Das ist übrigens auch der Ursprung der Redensart „Das Fell versaufen“.

Am Abend kamen die Frauen zum Bullenstöten (so nannte man den öffentlichen Tanz) dazu. Das klang nicht nur deftig, „das war es dann auch meist“, stimmte Reinecke lächelnd zu.

Kirchliche Feiertage

Die kirchlichen Feste wurden mit Bräuchen ergänzt, die ebenfalls regional unterschiedlich begangen wurden. Z. B. gab es vor dem eigentlichen Oster- und Weihnachtstag den sogenannten „Vollbuksabend“. Wie der Name schon erahnen lässt, erlaubte es die Tradition an diesen Abenden so viel zu essen, wie man konnte. Dabei nahm man auch das Vieh nicht aus und gab es soviel wie es wollte.

Zu Ostern, dem damaligen Jahresbeginn, und zur Sommersonnenwende bzw. dem Johannistag (in Salzhausen das Kirchweihfest), wurden große Feuer entfacht, die man dort entbrannte, von wo aus sie möglichst weit sichtbar waren. Denn der Aberglaube sagte, dass soweit wie der Lichtschein sichtbar ist, das Feuer Segen bringt. Die höchste Stelle Salzhausens war auf dem Paaschberg. Daher kommt auch der Name: Paasch ist plattdeutsch für Ostern und stammt vom Lateinischen Pascha (=Ostern) bzw. dem jüdischen Pessach-Fest (Erinnerung an den Auszug aus Ägypten).

Das Feuerritual und beispielwei-

se auch der Pfingstbrauch, bei dem Birken als Zeichen der erwachenden Fruchtbarkeit in Dorf verteilt wurden, zeigt, wie im Laufe der Zeit heidnische und christliche Feste verwoben



Der Sprung über das Osterfeuer mit rußverschmierten Gesicht: alte heidnische Riten im Kontext christlicher Feiertage.

wurden. So wurde eine harte Ausschließlichkeit der kirchlichen Doktrin zu Gunsten einer wohlwollender Vereinnahmung bestehender Bräuche zurückgestellt. Denn oberster Zweck der Feierlichkeiten war die Eintracht und damit das gütliche Auskommen aller Dorfbewohner.

Das Einhänseln

„Niemand muss sein Brot so sauer verdienen wie der, der es erheiratet“ sagt eine alte Weisheit. Folglich musste der neue Ehemann einer Hoferin erst einmal sehen, dass er in die Dorfgemeinschaft hinein kam. Also lud er zum „Einhänseln“.

Diese Feierlichkeit, natürlich nur unter Männern, unterstand ebenfalls festen Regeln: Er musste ein Fass Bier stellen, dass so viel fasste wie vier Kühe am Tag Milch brachten (damals ca. 40 Liter). Außerdem einen grünen Käse, der so groß war, dass sich eine Frau darauf setzen konnte und dennoch den Rand nicht überragte. Die eingehende Begutachtung dieser Bedingung geriet natürlich zu einem großen Spaß, denn man muss wissen: die Damen trugen damals keine Unterwäsche.

Nach dem Einhänseln war der Mann, denn nur ein solcher durfte einen Hof führen und im Dorf mitbestimmen („Obwohl die Frauen letztlich das Sagen hatten“ ergänzt Reinecke augenzwinkernd), gleichberechtigtes Mitglied der Dorfgemeinschaft und darf sogar Burmester werden.

Mondnacht

*Es war, als hätt' der Himmel
Die Erde still geküßt,
Daß sie im Blütenschimmer
Von ihm nun träumen müßt'.*

*Die Luft ging durch die Felder,
Die Ähren wogten sacht,
Es rauschten leis' die Wälder,
So sternklar war die Nacht.*

*Und meine Seele spannte
Weit ihre Flügel aus,
Flog durch die stillen Lande,
Als flöge sie nach Haus.*



Joseph Karl Benedikt Freiherr von Eichendorff, (1788 bis 1857) war einer der bedeutendsten Lyriker seiner Zeit. Er gilt als der typische Vertreter der deutschen Romantik im 19. Jahrhundert. Über 5000 seiner Werke wurden anschließend vertont. Auch als Prosadichter („Aus dem Leben eines Taugenichts“) ist er bekannt. Eines der berühmtesten Gedichte aus dem Genre Naturlyrik ist die „Mondnacht“, welches 1835 entstand und 1837 erstmals veröffentlicht wurde.

Dieses Mal erfüllen wir gerne Elsabe Rolle, Leiterin Betreutes Wohnen Salzhausen, eine Herzensangelegenheit, denn sie wünschte sich das Gedicht „Mondnacht“ von Joseph von Eichendorff. Ein Gedicht, welches sie schon seit ihrer Schulzeit begleitet. „Im Einklang mit der Natur wird Ruhe und Harmonie ausgestrahlt. Und die Seele, im Vergleich mit einem Vogel, der weit seine Flügel ausspannt, ist für mich ein Bild der unendlichen Freiheit.“ Eine wahrlich treffende Interpretation, meinen Sie nicht?

Als passenden Hintergrund haben wir ein Gemälde des amerikanischen Malers Ralph Albert Blakelock (1847 bis 1919) ausgesucht, dessen vornehmliche Motive Mondnächte waren. So wie auch dieses hier, welches er 1885 schuf und folgerichtig „Moonlight“ titelte.

Wir nahmen Abschied

Senioren-und Pflegeheim Heidmarkhof

Charlotte Blume

Betreutes Wohnen

Ellen Bock

Urte Kerst

Waltraud Kraftsik

Friedrich-Wilhelm Hornbostel

Tagespflege Salzhausen

Schmidt, Lieselotte

Für einen Neuanfang ist es nie zu spät...

Von Superintendent Christian Berndt aus Winsen

Vor einigen Jahren habe ich kurz nach Ostern in einem kleinen Altenheim auf einem Dorf ein Erlebnis gehabt, das mich seit dem immer wieder begleitet.

In dem Heim begleitete ich einen alten Mann aus meiner Kirchengemeinde.

Er lag dort im Sterben – das wusste er. Er war immer sehr ehrlich zu mir gewesen. Im Laufe der Zeit hatte er mir viele Geschichten von sich früher erzählt.

Er hatte davon berichtet, wie er und seine Alkoholsucht seiner Familie so stark zugesetzt hatten. Er war sich bewusst, wie viel Schuld er auf sich geladen hat.

Nun ging es dem Ende zu, und ein Wunsch von ihm ging in Erfüllung. Seine drei Kinder kamen noch einmal an seinem Sterbebett zusammen. Die Kinder waren schon über 50 – aus ganz unterschiedlichen Ecken Deutschlands waren sie gekommen. Die Pflegekräfte hatten alles vorbereitet in dem winzigen Einzelzimmer. In der Hektik des Pflegealltags hatten sie ein Gespür dafür, dass dies für den alten Mann ein wichtiger Moment würde.

Sein Bett stand in der Mitte des Zimmers. Eine Osterglocke auf dem Nachttisch.

Und alle im Haus wussten, dass wir nicht gestört werden sollten. Ein Segen, dass alle Mitarbeitenden so umsichtig handelten.

In dem kleinen Zimmer standen seine Kinder und ich um den alten Mann herum.

Wir feiern gemeinsam Andacht. Wir beten Psalm 23, „Der Herr ist mein Hirte, mir wird nichts mangeln...“.

Wir sangen gemeinsam: „Jesu geh voran“ und „Geh aus, mein Herz, und suche Freud in dieser lieben Som-



merzeit.“ Und der Sterbende im Bett sang auswendig mit.

Und als ich durch die Abendmahls-liturgie führte, da wussten alle, welche Schuld zwischen ihnen stand.

Und der Vater bat seine Kinder um Verzeihung. Und Vergebung war greifbar. Wir fassten uns alle an den Händen und beteten das „Vater Unser“.

Trotz des Abschieds merkte ich eine Leichtigkeit im Raum. Ein neuer Anfang mitten im Leben.

Und dann – als die gemeinsame Andacht eigentlich schon zuende war – da griff der Schwerkranke meine Hand und hielt mir eine kurze Osterpredigt:

„Wissen Sie Herr Pastor; ich bin ja Christ. Da ist es nicht so schlimm, wenn man stirbt. Ich weiß ja, wohin ich gehe.“

Einige Wochen später ist er in dieser Gewissheit eingeschlafen.

Und beim Trauergespräch erzählten

die Kinder, wie wichtig diese gemeinsame Zeit am Sterbebett gewesen ist. Und wie dankbar sie waren, dass Menschen dies mit möglich gemacht haben.

Christian Berndt (48) ist seit 2012 Superintendent des Kirchenkreises



Winsen und damit zuständig für 30 Pastoren und 16 Kirchengemeinden.

Davor war er 10 Jahre lang Gemeindepastor in Müden (an der Örtze) und Faßberg.

Er hat zusammen mit seiner Frau Kirsten, Lehrerin am Gymnasium in Winsen, zwei Töchter und zwei Söhne.

Besondere Geburtstage

80 Jahre

Heino Müller am 13.05.2018

Maria Skendrowitsch am 12.06.2018

85 Jahre

Marianne Wegner am 16.04.2018

Gerda Riebesel am 08.05.2018

Horst Klose am 21.05.2018

Jörg Rohde am 14.09.2018

90 Jahre

Gerhard Kühl am 08.07.2018

Gerda Hellwig am 09.09.2018



92 Jahre

Dr. Klaus Eichhorn am 13.05.2018

93 Jahre

Margret Stallbaum am 11.04.2018

Karl-Heinz Henne am 07.06.2018

94 Jahre

Ursula Rost am 29.06.2018

Eva Hoth am 13.08.2018

95 Jahre

Elise Lotte de Bock am 29.06.2018

Termine

Klock dree

Der neue Seniorentreff in Salzhausen (aktuelle Veranstaltungen siehe Seite 9); alle 14 Tage - immer am Mittwoch - immer um 15.00 Uhr; Treffpunkt „Uns Kaffeestuv“, Hauptstraße 6. Wollen Sie abgeholt werden? Tel. 04172 / 98 20 10

Erzählcafé

Kommen Sie zum Erinnern und Erzählen!

Christiane Laußat und Doris Bündgens (Ltg.)

- 14-tgl. donnerstags, 9.30 -11.00 Uhr (ab 28.09.2017)
- „Heidmarkhof“ - Betreutes Wohnen in „Uns Kaffeestuv“, Salzhausen, Hauptstr. 6 B
- 20 Std., 10 Termine, 65,00 € (für Bewohner/innen des Betreuten Wohnens kostenfrei)

Qi Gong für Senioren und Menschen mit Bewegungseinschränkungen

Die sanften, fließenden Bewegungen des Qi Gong werden im Sitzen ausgeführt. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Bettina Krysz, Beratung: 04173 / 6390

- wöchentlich donnerstags, 16.45 – 18.15 Uhr (ab 07.09.2017)
- „Heidmarkhof“ – Betreutes Wohnen im „Kaminzimmer“, Salzhausen, Hauptstr. 6 B
- 22 Std., 11 Termine, 59,00 € (für Bewohner/innen des Betreuten Wohnens kostenfrei)

Evangelische Andachten im Heidmarkhof:

20. Juni, 15. August 2018

Weihnachtsfeier im Heidmarkhof am 14. Dezember 2017

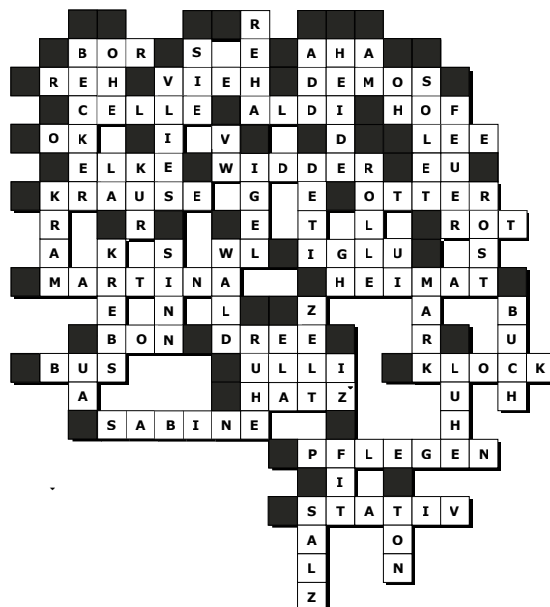
Lösungen:

Mittelschwer

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

Ziemlich schwierig

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



Impressum

Herausgeber

Heidmarkhof Pflegen und Wohnen GmbH
Barmbeker Str. 2, 22303 Hamburg
Verantwortlich: R. Schäfer, U. Magdeburg
www.pflegeinsalzhausen.de
Auflage 5.700 Exemplare
Erscheinungsweise: halbjährlich

Redaktion

Text: Frithjof Plautz
Fotos: Frithjof Plautz, Fotolia (S. 10, 11, 20)

Konzept und Gestaltung

plamacom, Frithjof Plautz
Hauptstraße 6 B, 21376 Salzhausen
T.: 04172 / 987 2144, M.: 0170 57 93 410
plautz@plamacom.de

Druck

Buch- und Offsetdruckerei Häuser KG
Venloer Straße 1271, 50829 Köln

Heidmarkhof Pflegen und Wohnen GmbH ist Mitglied im Deutschen Berufsverband für Pflegeberufe und im Bundesverband privater Anbieter sozialer Dienste e.V.



Kontakt

Senioren- und Pflegeheim Heidmarkhof

Sabine Frano, T.: 04172 / 900 10

Pflege zu Haus

Renate Becker, T.: 04172 / 90 01 21

Tagespflege Salzhausen

Martina Mackenstein, T.: 04172 / 98 20 40

Betreutes Wohnen

Elsabe Rolle, T.: 04172 / 98 20 10

Klock dree

Elsabe Rolle, T.: 04172 / 98 20 10

www.pflegeinsalzhausen.de

Pflege in Salzhausen

www.pflegeinsalzhausen.de



**Das familiäre Senioren-
und Pflegeheim
mitten in Salzhausen**

Tel.: 04172 / 900 10



**Die Tagespflege in häusli-
cher Atmosphäre**

Tel.: 04172 / 98 20 40



**Der inklusive Seniorentreff -
alle 14 Tage, immer mitt-
wochs um Klock dree**

Tel. : 04172 / 98 20 10



**Die Seniorenwohnungen
im Herzen von Salzhausen**

Tel.: 04172 / 98 20 10



**Der ambulante Pflegedienst
für Salzhausen und
Umgebung**

Tel.: 04172 / 90 01 21



Der Seniorentreff in Salzhausen

Wir leben den Inklusionsgedanken:

„Menschen akzeptieren Menschen so, wie sie sind.“

- Alle 14 Tage - immer mittwochs
- Um 15.00 Uhr in der Hauptstraße 6 B
- Infos: www.klock-dree.de
- Telefon: (04172) 98 20 10