

Pflege in Salzhausen aktuell

Kostenlos

Nr. 13 - 2021

Historisch gesehen

Das Haus unserer Vorfahren

Tipps

Das Geheimnis der krossen Bratkartoffeln

Eine weihnachtliche
Karrikatur von
Alexandra Eicks
(Siehe auch
„Im Portrait“
auf Seite 12)



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
a.oehler@pflegeinsalzhausen.de

Der Sender: Als Kettenanhänger
oder Armreif jederzeit griffbereit

Die Kosten sind geringer als Sie vielleicht vermuten und werden ab Pflegegrad 1 mit 25,50 € mtl. von den Pflegekassen übernommen. Ansprechpartnerin: Antje Öhler (Dipl. Sozialpädagogin).

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Bei der Vorbereitung zu dieser Ausgabe führten wir wieder mit vielen Menschen auch tiefere Gespräche. Dabei fiel auf, dass meistens Ältere eine größere Lebensfreude ausstrahlten als viele Jüngere. Dabei stößt man automatisch auf die immer wieder moderne Frage: Was ist Glück, was macht glücklich?

Vielleicht wissen erfahrenere Menschen besser: Das wirkliche Glück ist ein seltener und flüchtiger Moment. Und vor allen Dingen: Glück kann man nicht kaufen. Das dem so ist, wird vielen erst nach und nach bewusst.

Umso älter man wird, desto mehr lebt man in seinen Erinnerungen. Dabei sind die Jugend, die Schule, das Studium ganz nah, die Jahrzehnte dazwischen aber bleiben fast bedeutungslos zurück. Erst später wird klar, was Bedeutung hat und was nicht. Man versteht, dass der warme Sonnenschein, das Glas Wein, die Gespräche mit Freunden gute und wertvolle Erlebnisse sind. Nicht das vermeintlich ganz große Glück erwarten, ist das Geheimnis, sondern sich an den kleinen Dingen erfreuen. Sich faszinieren zu lassen von scheinbaren Kleinigkeiten, die anderen Leuten vielleicht gar nicht auffallen. Der Philosoph Richard David Precht hat das einmal als „den mystischen Funken, den man aus den kleinen Dingen schlägt“ bezeichnet.

In diesem Sinne: bleiben sie begeisterungsfähig und interessiert und sie werden viele zufriedene und vielleicht sogar glückliche Momente erleben.

Apropos Glück, dieses ist die 13. Ausgabe von Pflege in Salzhausen *aktuell*. In Deutschland und in wenigen anderen Ländern gilt die 13 als Unglückszahl. Was dahinter steckt, haben wir auf Seite 19 einmal versucht zu erläutern. Nur so viel sei vorweggenommen: Es ist ganz bestimmt ein Aberglaube und sie können sich daher dieses Heft gefahrlos zu Gemüte führen.

Ihre Teams der Pflege in Salzhausen



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



In diesem Heft

Nr.13 2021

Aus den Einrichtungen

- 4 Bärbel Sahlmann und Christa Stolz
- 6 Technik in den Pflegeeinrichtungen
- 7 Betten für die Auslandshilfe
- 8 Erweiterungsbau Tagespflege Salzhausen
- 9 Zum 25-Jährigen von Burkhard Knoop
- 11 Aus der Küche im Heidmarkhof

Portrait

- 13 Künstlerin Alexandra Eicks

Aus der Region

- 14 Das niederdeutsche Hallenhaus

Tipps

- 10 Das Geheimnis der krossen Bratkartoffeln

Rubriken

- 17 Plattdeutsche Seite
- 18 Wortbedeutung
- 20 Von uns gegangen
- 21 Das geistliche Wort
- 22 Geburtstage
- 22 Impressum



Christa Stolz (li.) und Bärbel Sahlmann bringt das Musizieren mit den Bewohnern echte Freude.

Wo man singt...

.... da lass Dich ruhig nieder, denn böse Menschen haben keine Lieder. Bestes Beispiel für die Gültigkeit dieser Volksweisheit sind Bärbel Sahlmann und Christa Stolz und natürlich die Bewohner und Bewohnerinnen des Senioren- und Pflegeheims Heidmarkhof und des Betreuten Wohnens. Mindestens wöchentlich intonieren sie alte und neue Lieder. Und nach dem gemeinschaftlichen Singen verbindet sie dann mindestens eines miteinander: ein gutes und befreites Gefühl.

Gewissermaßen als Gründungsmitglied darf sich **Christa Stolz** fühlen, denn bereits 1996, in dem Jahr, als das Betreute Wohnen im Maschensfeld in Salzhausen entstand, war sie – damals noch mit ihrem Ehemann – dabei und hat mit ihrer Ziehharmonika gemeinsam mit den Bewohnern Volkslieder angestimmt.

Die Kinder von Elsabe Rolle, der damaligen Leiterin der Einrichtung, gingen mit ihren Jungs gemeinsam zur Schule. So entstand der Kontakt, der nach dem frühen Tod ihres Mannes vor 20 Jahren für Christa Stolz so wichtig war. Denn Elsabe Rolle war es, die Christa Stolz in das Senioren- und Pflegeheim Heidmarkhof lotste, wo sie seitdem und bis heute sozusagen zum Team gehört. Nicht nur zum Musizieren ist sie zur Stelle, sondern auch wenn Hilfe benötigt wird, gleich welcher Art.

Mindestens zu den Mahlzeiten ist sie täglich unterstützend dabei und sorgt sich um das Wohlergehen der Bewohner.

Praktischerweise wohnt sie gleich neben dem Heidmarkhof. Geboren in Hützel und in Munster Schule und Ausbildung absolviert, wohnte sie ihr halbes Leben an der Eyendorfer Straße in Salzhausen, bis sie dann nebenan in die Schulstraße zog. „Hier, mitten in Salzhausen, fühle ich mich wirklich wohl“, sagt sie. Von dort startet sie ihre Spaziergänge und Fahrradtouren oder sie geht ins Schwimmbad, außerdem hat sie es auch nicht weit zur St. Johannis Kirche, wo sie gelegentlich die Küsterin vertritt. „Zum Glück habe ich nie Langeweile“, ist die fitte Rentnerin froh.

Eine solche kleine Ziehharmonika (ein Akkordeon dagegen ist das mit den Klaviertasten) hatte sie bereits als Zwanzigjährige.

Seit 60 Jahren Ziehharmonika-Spielen ganz ohne Notenlesen

„Frisch verheiratet hatte mir mein Mann das Spielen der Ziehharmonika erklärt“, erinnert sie sich. „Allerdings hatte er ‚vergessen‘ mir die Noten beizubringen.“ Also spielt sie seit über 60 Jahren dieses Instrument ohne Notenkenntnisse, nur mit Intuition. Davon hat sie ganz offensichtlich offenbar aber eine ganze Menge

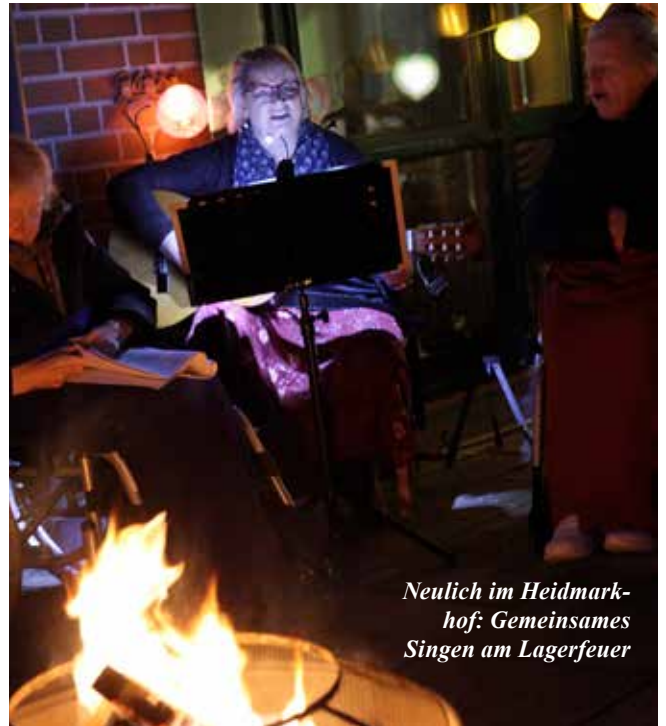
Ebenfalls ein Gefühls Mensch ist **Bärbel Sahlmann**. Wer sie kennenlernt, spürt ihre emotionale Power, die auch den letzten Bewohner zum Mitsingen animiert.

Die waschechte Hamburgerin wohnt in Dassendorf und der Leser, der weiß wo der Ort liegt, wird sich nun fragen, warum Bärbel Sahlmann den langen Weg von kurz vor Aumühle bis nach Salzhausen auf sich nimmt.

Die Antwort ist: die treue Fürsorge und die Freude am Musizieren von Bärbel Sahlmann sowie vor allem das Glitzern in den Augen der Bewohner beim gemeinsamen Singen.

Aus treuer Fürsorge besucht sie regelmäßig ihre Tante in einem Seniorenheim in Garstedt und dort entwickelte sich eine Freundschaft zu einer Bewohnerin, die auch fortbestand, als sie nach Salzhausen in das Betreute Wohnen wechselte. Bärbel Sahlmann zog sozusagen mit.

Nach einem Auftritt bei Klock dree schließlich konnte die Einrichtungsleiterin Sabine Frano sie glücklicherweise für das Senioren- und Pflegeheim Heidmarkhof gewinnen.



Neulich im Heidmarkhof: Gemeinsames Singen am Lagerfeuer

Obwohl aus sehr musikalischem Hause blieb ihre Begabung lange unentdeckt, denn ihr Vater, selber Musiker, wollte nicht, dass sie unter Druck ein Musikinstrument lernen solle. So zog es sich hin, bis sie dann eines Tages einem Freund beim Gitarrenspielen neidvoll zusah. Da sagte sie sich: das möchte ich auch können. Also besuchte sie einen Volkshochschulkurs und lernte in kurzer Zeit. Jetzt sattelt sie noch mit dem Keyboard ein weiteres Instrument drauf. Bei ihrem Talent wird das sicher auch bald gut klingen.

Singen befreit und entspannt

Beim Singen sind die Bewohner schnell mit Begeisterung dabei. Nicht nur weil die Schlager, die sie spielt, den meisten bekannt sind. „Singen hat etwas Befreiendes und lässt Emotionen heraus“, sagt Bärbel Sahlmann.

Dass dem so ist, hatte sie selber vor vielen Jahren leidvoll erfahren. Nach dem frühen Tod ihres Ehemanns war sie derart niedergeschlagen, dass sie kaum noch ein Wort heraus bekam. Durch das Musizieren konnte sie nach und nach wieder loslassen. „Die Musik hat mich leben lassen“, weiß sie heute.

In einem Jahr wird sie pensioniert. Auf die dann zusätzlich gewonnene Freizeit freut sie sich heute schon, denn dann will sie intensiv Portugiesisch lernen. Ihr Sohn ist nämlich mit seiner brasilianischen Frau und den beiden Kindern bei ihr eingezogen. „Endlich wieder Leben im Haus“, stahlt sie, „Und eine neue Sprache und eine neue Kultur kennenzulernen ist noch einmal eine Erweiterung fürs Leben“, ergänzt sie glücklich.

Technik, die erleichtert

Ziel der Pflege im Senioren- und Pflegeheim Heidmarkhof ist die Zufriedenheit und Lebensfreude in Geborgenheit und Selbstbestimmung. Dafür engagieren sich die Mitarbeiter vor allem durch menschliche und fürsorgliche Hinwendung zu den Bewohnern. Allerdings kommt die moderne Pflege natürlich nicht mehr ohne technische Hilfsmittel aus.

Das Wichtigste ist zugleich das Naheliegendste aber auch das mit materiell und finanziell Aufwendigste, nämlich das Bett. Im Bewusstsein wie wichtig gesunder und erholsamer Schlaf ist, hat das Senioren- und Pflegeheim Heidmarkhof vor einigen Monaten hier eine hohe Investition getätigt: Sämtliche Betten wurden inklusive der Matratzen komplett durch neueste Pflegebetten ersetzt.

Dabei lag nicht nur der Schlafkomfort im Fokus, sondern auch die Sicherheit.

Die neuen Niedrigbetten bieten speziell-



Schon erstaunlich, was Betten heutzutage alle ‚können‘. Auf Knopfdruck wird in die gewünschte und programmierte Position gefahren, ohne äußere Kraftaufwendung und ohne das Bett verlassen zu müssen.

len Schutz für besonders sturzgefährdete Bewohner. „Für diese Patienten kann ein Sturz aus dem Bett dramatische Folgen haben und zum Verlust der Eigenständigkeit führen“, erklärt Sabine Frano, Leiterin des Senioren- und Pflegeheims Heidmarkhof. Daher können diese Betten bis knapp über den Boden (22 cm) abgesenkt werden.

„Der geringe Abstand zwischen Bett und Boden bei niedrigster Höhe gibt sturzgefährdeten Pflegebedürftigen ein größeres Gefühl der Sicherheit und reduziert so die Wahrscheinlichkeit von Stürzen“, ergänzt sie. Außerdem ermöglicht eine individuelle Höhenspeicherung Bewohnern und Pflegekräften eine einfache Einstellung der gewünschten Höhe und Position, ohne dass

Victor heißt der (Lifter-) Kollege, der immer dann hineingeschoben wird, wenn jemand elegante und kräftige Hilfe verlangt.



sie jedes Mal wieder aufwendig gefunden werden muss.

Ebenfalls auf Knopfdruck fährt das Bett in eine angenehme Sitzposition. „Die Bewohner erhalten dadurch zusätzlichen Komfort und Freiheit. Sollten sie eine Zeit lang ans Bett gefesselt sein, können sie eigenständig die Bettposition nach ihren Bedürfnissen jederzeit verändern.“

Der mit Abstand stärkste Mitarbeiter im Senioren- und Pflegeheim Heidmarkhof heißt Victor. Allerdings ist er nicht ansprechbar, steht dafür aber Tag und Nacht zur Verfügung, denn es ist ein mobiler Lifter. 225 Kilogramm schafft er und er ist schnell. Sein Hersteller behauptet, er sei doppelt so schnell wie seine typischen Rivalen.

Jedoch geht es bei seinem Einsatz natürlich nicht um Geschwindigkeit, sondern um die Hilfe für die Bewohner. Denn sein Einsatz erlaubt es, dass ihnen auch im Falle von Immobilität ihre Verrichtungen ermöglicht werden und maximale Pflege zu Teil wird. „Unsere Pflegekräfte sind meist weiblich und keine Gewichtheberinnen“, bemerkt Sabine Frano schmunzelnd.

**„Investition in
Komfort und
Sicherheit“**



Sabine Frano,
Einrichtungsleiterin
Senioren- und Pflegeheim
Heidmarkhof

Gern weitergegeben!

Glücklicherweise konnten die ausrangierten Betten des Senioren- und Pflegeheims Heidmarkhof erhalten und weiter Verwendung finden und zwar in Kiew, wo sie dringend benötigt werden. Dort gibt es ein privates Krankenhaus, das ausschließlich von Spenden lebt und wo Ärzte ehrenamtlich mittellose und hilfsbedürftige Menschen versorgen.

„Wir sind sehr froh, dass wir mit diesen Betten helfen können“, freut sich Ulrich Magdeburg, Geschäftsführer der Heidmarkhof Pflegen und Wohnen GmbH, Träger der Senioreneinrichtung in Salzhausen.

Aber wer wusste um die Kiewer Klinik und wie kam der Kontakt zu Stande? Wie wir erfuhren, hatte sich die Leitung des Senioren- und Pflegeheims Heidmarkhof an Karin Bruns gewandt, die sich bekanntlich in der Auslandshilfe engagiert. Da sind wir neugierig geworden und haben Karin Bruns in Gördenstorf besucht, um Näheres zu erfahren.

„Vor sieben Jahre habe ich mein halbes Herz in Bulgarien gelassen“, beginnt Karin Bruns und erzählt voller Leidenschaft von Ihren Erlebnissen und darüber wie alles begann.

Einen unauffälligen Beruf in der EDV habe sie damals gehabt, berichtet die gelernte Großhandelskauffrau. Gesundheitsbedingt konnte sie aber dort nicht mehr weiter arbeiten. Was

Bei der Übergabe der Betten: Helmut Bedenbender (FeG Auslandshilfe Ukraine), Karin Bruns, Sabine Frano



allerdings auf diese Tätigkeit folgte war nicht weniger als eine ‚Berufung‘:

In der Freien evangelischen Gemeinde Hanstedt hörte sie von einem Hilfsgütertransport der FeG Auslandshilfe, einem Arbeitszweig der FeG Deutschland, und aus purer Neugier fuhr sie mit nach Sliven, einer Stadt im südöstlichen Teil Bulgariens.

„Bewegt von Gottes Liebe helfen wir“

(Leitmotiv der FeG Auslandshilfe)

Von dem, was sie dort erlebte, war sie dann derart beeindruckt, dass sie noch heute, sechs Jahre später, mit strahlenden Augen davon berichten kann. „Die Menschen leben dort wirklich in Armut und schon fast im Elend, aber die Warmherzlichkeit und aufrichtige Zuneigung der Menschen

ist einzigartig“, erzählt sie. Von da an beschloss sie, ihre Kraft für die Unterstützung der bedürftigen Menschen in Sliven einzusetzen. Seitdem organisiert sie unter der Überschrift „Pakete zum Leben“ Hilfsaktionen.

Mit Unterstützung der örtlichen EDEKA-Geschäfte initiiert sie u. a. ein- bis zweimal jährlich in Schneverdingen, Hanstedt, Rotenburg (Wümme) und in Garstedt Packaktionen, bei denen die Kunden durch Geld- oder Lebensmittelspenden die Pakete mit Grundnahrungsmitteln wie Öl, Mehl, Zucker, Multivitamin-tabletten, Reis und Nudeln im Wert von etwa ca. 10 Euro füllen können.

„Um die 900 Pakete kommen bei allen Aktionen im Jahr zusammen“, erzählt Karin Bruns. Von Norddeutschland startet jährlich im Herbst ein 40 Tonner LKW in Richtung Sliven, Bulgarien. Bei den zwei ehrenamtlichen Fahrern ist meistens ihr Ehemann Uwe dabei, der das Engagement von Frau Karin voll unterstützt.

„Über unseren Koordinator der Auslandshilfe Ukraine erfuhren wir von dem Bedarf an Betten für die dortige Klinik“, erzählt sie. Und so kam es, dass die Betten aus dem Senioren- und Pflegeheim Heidmarkhof zusammen mit anderen Hilfsgütern auf direktem Weg nach Kiew gelangten.

Wer Interesse hat, die Spendenaktionen von Karin Bruns zu unterstützen, kann sich gern direkt an sie wenden (0152 0173 8592) oder findet im Internet weitere Informationen (www.auslandshilfe.feg.de).



Direkte Hilfe für Kinder in einem Roma-Dorf nahe bei Sliven (Bulgarien)



*Der neue Raum wirkt hell
und großzügig.*

Eine raumgreifende

Vor einigen Wochen wurden sie fertiggestellt und für gut befunden: die zusätzlichen Räumlichkeiten für die Tagespflege Salzhausen.

Zwischen zwei Gebäudeflügeln entstand ein großzügiger Bereich, der zudem einen vorhandenen Aufent-



Im Sommer wird sich vieles draußen - wind- und sonnengeschützt auf der Terrasse abspielen...

haltsraum mit der Tagespflege verbindet. Durch diesen Anbau sind so über 100 qm zusätzlicher Platz sowie eine ausgedehnte und zum Teil überdachte Terrasse für die Gäste der Tagespflege Salzhausen entstanden.

„Jetzt haben wir die Möglichkeiten, noch vielfältiger und passgenauer auf die Bedürfnisse unserer Tagesgäste einzugehen“, freut sich Martina Mackenstein, Leiterin der Einrichtung. „Denn nun können wir in getrennten Gruppen unterschiedliche Angebote machen. Dadurch erhöhen wir die Motivation und damit auch die Freude am Miteinander.“

Das tägliche Programm für die Tagesgäste wird immer wieder neu zusammengestellt und erweitert. Neue Ideen – auch von den Tagesgästen – fließen mit ein und bieten so Abwechslung für alle. „Dennoch ist eine klare Struktur wichtig“, weiß Martina Mackenstein, „viele Tagesgäste benötigen entsprechende Orientierung.“

Im Vordergrund stehen die aktivierende Betreuung und der wertschätzende und empathische Umgang miteinander. „Vor allem der Erhalt und die Förderung der vorhandenen Fähigkeiten ist ein wesentlicher Punkt in unseren Bestrebungen.“



Maßnahme



Ein zusätzlicher Aufenthaltsraum mit Küche bietet viele Möglichkeiten für die Tagesgäste

Übrigens kann sich jeder frei von ärztlichen Attesten oder Bescheinigungen bei der Tagespflege anmelden. „Unser Angebot der Tagespflege richtet sich z. B. an ältere

oder pflegebedürftige Menschen, die zu Hause in ihrer gewohnten Umgebung wohnen, aber tagsüber aktivierende Pflege, Anleitung und Betreuung möchten“, erklärt Martina Mackenstein. „Sollte eine psychische oder soziale Beeinträchtigung vorhanden sein, so können wir für den so wichtigen strukturierten Tagesablauf sorgen.“

So kann eine Tagespflege natürlich auch eine Entlastung für pflegende Angehörige sein oder älteren Menschen eine Umgebung bieten, die sich einsam fühlen.

„Am besten ist, wenn sich Interessierte selbst ein Bild von unserer Einrichtung machen. Damit haben wir die besten Erfahrungen gemacht“, berichtet sie. Auch sog. Schnuppertage sind möglich. (Telefonkontakt: 04172 982040)



Burkhard Knoop (re.), seit 25 Jahren Haus-techniker der Wohnanlage Maschensfeld, und Ulrich Magdeburg

25 Jahre Mann für (fast) alle Fälle

1996, in diesem Jahr war Helmut Kohl noch immer Bundeskanzler, Bill Clinton amerikanischer Präsident und Deutschland wurde Fußball-Europameister. Aber für Burkhard Knoop als eingefleischten Formel-1-Fan war sicherlich noch bedeutender, dass Damon Hill auf William-Renault Weltmeister wurde.

Für ihn persönlich begann vor genau 25 Jahren auch offiziell der berufliche Start als Haustechniker in der Seniorenwohnanlage im Maschensfeld. „Eigentlich bin ich ja schon viele Monate vorher hier tätig gewesen, denn ich war als Elektroinstallateur für den Neubau zuständig“, erinnert sich der gelernte KFZ-Mechaniker an diese Zeit.

In seiner Ansprache zum 25-jährigen Jubiläum von Burkhard Knoop hob Ulrich Magdeburg, Geschäftsführer der Heidmarkhof Pflegen und Wohnen GmbH, dann auch genau diesen Umstand hervor: „Dass Herr Knoop genau weiß, welche Leitungen wo liegen und jeden Quadratzentimeter kennt, macht ihn zum unverzichtbaren Mitarbeiter.“ Volles Vertrauen habe man in seine technische Expertise und Kompetenz auch als Ansprechpartner für externe Firmen. Dabei sei er all die Jahre nicht „nur“ der Haustechniker gewesen, sondern leiste auch äußerst wertvolle soziale Arbeit. „Als jederzeit ansprechbarer Zuhörer und Helfer ist er nicht nur bei den Mitarbeitern der Tagespflege Salzhausen und Frau Antje Öhler, der Leiterin des Betreuten Wohnens, beliebt, sondern vor allem auch bei den Bewohnern nicht mehr wegzudenken.“

Das Geheimnis der *krossen* Bratkartoffeln



Die Nordheide ist mit dem sandigen Boden bekanntermaßen prädestiniert für den Kartoffelanbau. Ob mehlig oder festkochend, jeder hat meist so seine Vorlieben der Zubereitung. Was allerdings alle eint, ist die Schwäche für die wirklich krossen Bratkartoffeln. Wie gelingen sie ganz sicher?



Lars Schulenburg in seinem Restaurant in Luhmühlen

Wir haben jemanden gefragt, der es wissen muss, denn er ist von hier und seit über dreißig Jahren Koch: Lars Schulenburg. Und vorneweg verrät er uns die dafür wichtigste Zutat: Geduld.

Lars Schulenburg (54) ist quasi im kulinarischen Metier groß geworden. Schon sein Großvater hatte ein Feinkostladen in der Großen Bergstraße in Hamburg. Sein Vater führte das Geschäft bis Ende der siebziger Jahre weiter und gründete anschließend die Gastronomie im damals neuen Tenniskieker. Nebenbei entwickelte er erfolgreich einen Partyservice.

Der Standort befand sich damals in dem alten Bullenstall der Brennerei Kahnefendt. „Dort war der Großvater meiner Frau Petra noch Brennmeister gewesen“, erzählt Lars Schulenburg.

Nach der Schulzeit trat er dann gewissermaßen dann in die Fußstapfen seines Vaters, denn er lernte den Beruf des Kochs im Holyday Inn in Hamburg St. Georg und arbeitete anschließend fast 20 Jahre in einer Hamburger Großküche. 2008 war es schließlich soweit – der Partyservice war derweil gegenüber in den neuen Trakt der Hauptstraße 6 gezogen – und Lars Schulenburg übernahm das Unternehmen von seinem Vater.

Als ein weiteres Standbein eröffnete er 2011 (in Anlehnung an den Tenniskieker) den Peekieker in Luhmühlen.

Nach dem Motto „Wenn der Wind weht, bauen die einen Mauern und die anderen Windmühlen“, nahm er mit seiner Frau die Corona-Einschränkungen an und startete bereits im März 2020 einen Mittagstisch-Lieferservice. „Der wird so gut angenommen, den werden wir auch nach

der Corona-Zeit weiterführen“, versichert Lars Schulenburg.

Soweit, so gut. Nun wollen wir aber von ihm seine Tipps für die wirklich krossen Bratkartoffeln wissen, und zwar der Reihe nach:

Welche Kartoffelsorte für Bratkartoffeln?

„Weichkochende“ bzw. „mehlige“ Kartoffeln weisen einen hohen Stärkeanteil auf (etwa 16%) und sind daher für alles geeignet, das gestampft, geformt oder püriert wird (z. B. Püree oder Klöße). Festkochende dagegen haben einen geringeren Stärkeanteil (ca. 11 bis 13%) und zerfallen nicht so schnell.

Sollten die Kartoffeln vorgekocht werden?

Kann man beides machen, aber Vorkochen ist die sicherere Methode. Am besten am Vortag in der Schale etwas kürzer als gewohnt kochen, damit sie sich dann besser schneiden lassen. Profitipp: Kartoffeln nicht im Wasserbad kochen, sondern dämpfen, dann nehmen sie weniger Wasser auf und bleiben fester.

Welches Bratfett verwenden?

Unbedingt Butterschmalz: Es enthält keinen Milchzucker mehr und ist dadurch sehr hoch erhitzbar, hat aber trotzdem den Buttergeschmack.

Welche Pfanne nehme ich für die Bratkartoffeln?

Über Geschmack lässt sich nicht streiten.



Praktisch ist eine beschichtete Teflon-Pfanne, denn hier brennt definitiv nichts an. Profis nehmen eine gut eingebrannte Eisenpfanne, sie lässt sich noch stärker erhitzen und macht die Kartoffelscheiben noch krosser.

Worauf muss ich beim Braten achten?

Die Pfanne fast maximal erhitzen (bei rohen Kartoffeln nicht ganz so hoch, weil sie noch garen müssen – dauert also insgesamt etwas länger) und nur so viele Kartoffelscheiben hinein legen wie nebeneinander passen, denn ab der zweiten Schicht beginnen die Kartoffel an zu dämpfen, Wasser tritt aus und alles wird matschig.

Und nun das Wichtigste überhaupt: Geduldig bleiben! Jetzt nur nicht hektisch wenden - abwarten! Mindestens 3-4 Minuten ‚nix‘ machen! So lange bis sich auf der untersten Schicht eine schöne braune Kruste gebildet hat. Es wird nichts anbrennen – vertrauen Sie mir!

Und was ist mit Zwiebeln und Speck?

Zwiebeln und Speck am besten in einer zweiten Pfanne dünsten und erst, wenn die Bratkartoffeln fast fertig sind, dazugeben. Beide Zutaten geben Flüssigkeit ab, die die Bratkartoffeln auf Dauer nur matschig macht. Außerdem verbrennen sie schnell, deshalb auch erst zum Ende hin würzen.

Lecker, lecker!

So einzigartig jeder Mensch, so individuell sind seine Bedürfnisse und auch die Geschmäcker beim Essen. Weil dem so ist und alle Bewohner des Senioren- und Pflegeheims Heidmarkhof so gut es geht „sich wie zu Hause fühlen sollen“, versucht die Küche der Einrichtung ihr Möglichstes, um diesem Anspruch gerecht zu werden.

Daneben sind natürlich auch Unverträglichkeiten oder medizinische Vorgaben, die Berücksichtigung finden. Aber „vor allem stehen die persönlichen Vorlieben im Vordergrund“, bestätigt die Küchenleiterin Birgit Tasche. Die gebürtige Mecklenburgerin ist gelernte Krankenschwester und weiß, wie wichtig die Rücksichtnahme auf die Besonderheiten des Einzelnen ist.

Die Schutzmaßnahmen gegen die Corona-Pandemie haben dazu geführt, dass jedem die Mahlzeiten individuell angerichtet werden. Jeder bekommt seinen eigenen Brotkorb, Aufschnitteller, Marmelade usw. „Wir haben gemerkt, dass das gut funktioniert, und werden das so beibehalten.“ Selbstverständlich ist auch die Optik der Zubereitung wesentlich. „So, wie wir es auch gern hätten“, ist das Kredo der Küche im Heidmarkhof.

Davon abgesehen steht natürlich die Qualität der Speisen im Vordergrund. Vieles wird übrigens frisch direkt aus der ‚Nachbarschaft‘ gekauft. „Ob die Brötchen und das Brot vom örtlichen Bäcker, die Eier vom nächsten Hof oder der Spargel, die



Erdbeeren und Heidelbeeren direkt von der hiesigen Nachbarschaft“, erzählt Birgit Tasche.

Die Hauptzutaten für das Mittagessen werden tiefgefroren angeliefert und im Heißluftofen erhitzt. Dieses Verfahren ist nicht nur praktisch, sondern schont auch die Vitamine.



Leitet seit fünf Jahren die Küche im Senioren- und Pflegeheim Heidmarkhof: Birgit Tasche. In Plau am See geboren, lebt sie heute in Garstedt, ist verheiratet und hat drei Kinder.

Nur bei den Kartoffeln ist es anders. „Die kochen wir selber.“ Beim Schälen helfen freiwillig gern die Bewohner, denn Essen ist nicht nur Genuss, sondern auch Anlass für ein gemeinschaftliches Beisammensein.





Im kreativen Prozess, darunter das Ergebnis. Neben der malerischen Fertigkeit ist es vor allem ‚die Idee‘, die Alexandra Eicks zur einzigartigen Künstlerin macht.

Außergewöhnlich für eine Künstlerin: Alexandra Eicks hat ein ausgeprägtes Verständnis für Zahlen. Eine Eigenschaft, die auch harmonisch an das Interessengebiet Ihres Ehemanns und Mathematikprofessors Günter Krauthausen anknüpft. Auslöser ihres Kennenlernens war übrigens eine NDR-Fernsehsendung, in der Alexandra Eicks porträtiert wurde, und die den Mathematiker veranlasste, bei ihr ein Kunstwerk zu bestellen...



Alexandra Eicks'

Gespür für Farben

Als Künstlerin aber auch als Kunstvermittlerin und Dozentin ist Alexandra Eicks über die Grenzen der Nordheide und den Hamburger Raum hinaus bekannt. Höchste Zeit, sie einmal kennenzulernen. Dafür haben wir sie in ihrem Haus in Salzhausen besucht und wollten u. a. von ihr eine Antwort auf die immer junge Frage: Was ist eigentlich - Kunst?

Bereits seit 25 Jahren wohnt Alexandra Eicks hier in Salzhausen, nur unterbrochen durch die biographischen Volte, wie sie ihre Ehe-Trennungsjahre in Hamburg nennt.

„Als die Kinder auf der Welt waren, wollten wir aus Hamburg aufs Land ziehen“, beschreibt sie ihre damaligen Beweggründe für einen Umzug nach Salzhausen. Also bauten sie zusammen mit Ihren Eltern ein Mehrgenerationenhaus, das noch heute als solches funktioniert. Denn ihr Vater lebt heute in dem einen Teil und Alexandra Eicks mit ihrem jetzigen Ehemann, dem emeritierten Professor für Mathematikdidaktik Günter Krauthausen, im hinteren Bereich und in wenigen Wochen wird ihre Tochter Fiona zusammen mit ihrem Ehemann mit einziehen. „Nach zehn Jahren in Hamburg möchte sie für ihr Kind auch gerne die dörfliche Umgebung – so wie wir damals“, sagt sie. „Alles hat eben seine Zeit.“

Geboren wurde Alexandra Eicks in Köln. Anfang der siebziger Jahre zog sie mit ihrer Familie zusammen mit ihrer etwas älteren Schwester und dem damals einjährigen Bruder berufsbedingt nach Harburg. Die Eltern waren damals beide Industriekaufleute. Ein Berufszweig, der eigentlich nicht unbedingt auf die künstlerische Begabung der Tochter hindeutet.

Das war allerdings nur vordergründig so. „Meine Mutter hatte viel gemalt und mit ihren kreativen Fähigkeiten immer auch ausgestellt und dazuverdient“, erzählt sie. Auch ihr Vater ist in diese Richtung begabt. „Weil er farbenblind ist, malt er nicht, sondern drückt sich künstlerisch im Zeichnen aus.“

Man sagt, dass Nachkommen von Farbenblinden besonders farbsensibel seien. Und bei Alexandra Eicks ist es ganz offensichtlich so. „Ich nehme Farben in sehr vielen Nuancen wahr, vermutlich mehr als die meisten Menschen“, weiß die Künstlerin. „Immer wieder machte ich die Erfahrung, mehr zu sehen als andere und wunderte mich stets, dass meine Sicht erklärungsbedürftig schien.“ Daher war für sie bereits als Teenager die Kunst

ein „über-lebenswichtiger Ausdruck der enorm starken Eindrücke“, die auf sie einwirkten.

„Ich kann das Leben schlicht nicht aushalten, wenn alles in meinem Kopf bleibt; und die Kunst hilft mir, zu kanalisieren und zu fokussieren, was sonst in meinem Hirn beständig kreisen würde“, beschreibt sie ihre Gefühle und Perspektive.

Daher liegt für sie die Bedeutung von Kunst eher in der Bezeichnung von ‚Künden‘ als von ‚Können‘.

„Es ist das noch nicht Dagewesene,
das Kunst ausmacht.“

In diesem Zusammenhang unterscheidet sie zwischen ‚Großer Kunst‘ und ‚kleiner Kunst‘. Während letztere Bilder und Eindrücke vielleicht auch handwerklich attraktiv reproduziert bzw. Bekanntes darstellt, schafft die große Kunst etwas Neues, noch nicht Dagewesenes. Insofern sei dann das technische Können eher sekundär.

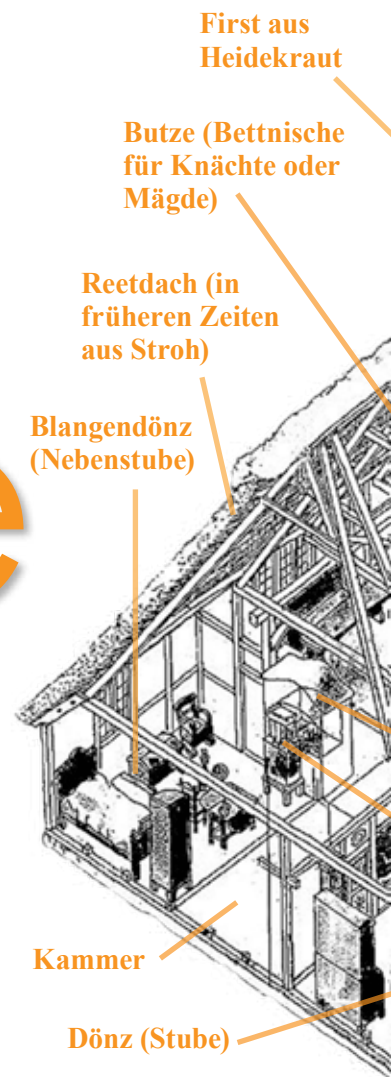
Im Vordergrund steht für sie die Frage: Spricht mich das Werk an? Sagt es mir etwas? Dabei sei es auch nicht einmal wichtig, es zu verstehen, entscheidend seien die Wirkung und der Zauber, die von der Arbeit ausgingen.

Und dieses Kunstverständnis war übrigens auch ein Grund, warum sie sich nicht für den Lehrerinnenberuf entschieden hatte. Denn obwohl sie von sich weiß, dass sie gut Wissen vermitteln kann, möchte sie Kunst nie in Noten zensieren. So entschied sie sich für den schwierigeren Weg einer freien Künstlerin.

„Als Künstler ein materielles Auskommen zu haben, ist nicht leicht“, ist sie sich im Klaren. Daher weiß sie um ihre privilegierte Situation, von Aufträgen für Kunstwerke und Grafiken sowie von Kursunterricht gut leben zu können. Aber nicht nur dieses Wissen lässt sie demütig sein. „Ich hatte als 14-jähriges Kind einen lebensgefährlichen Unfall und feiere seitdem zweimal im Jahr Geburtstag“, erzählt sie. Vielleicht ist es diese Kombination aus Talent, Sensibilität, Kunstverständnis und Dankbarkeit, die sie zu einer so besonderen und großen Künstlerin werden ließen.

All Inclusive

In der Zeit vor Beginn der Industrialisierung im 19. Jahrhundert lebte der ganz überwiegende Teil der norddeutschen Bevölkerung auf dem Land. Und noch während der Reichsgründung 1871 lag der Anteil bei über 75 %. Deshalb können wir davon ausgehen, dass fast alle unserer norddeutschen Vorfahren irgendwann einmal in einem sogenannten ‚niederdeutschen Hallenhaus‘ gelebt haben müssen. Ein Haustyp, der von der niederländischen Nordseeküste bis zur Danziger Bucht und vom südlichen Westfalen bis nach Schleswig-Holstein allgemein üblich war und sich nur hinsichtlich Klima, Baustoffen und Wohlstand leicht unterschied. Grund genug also einen Prototyp eines solchen Hauses, in dem unsere Ahnen damals lebten, einmal näher anzuschauen.



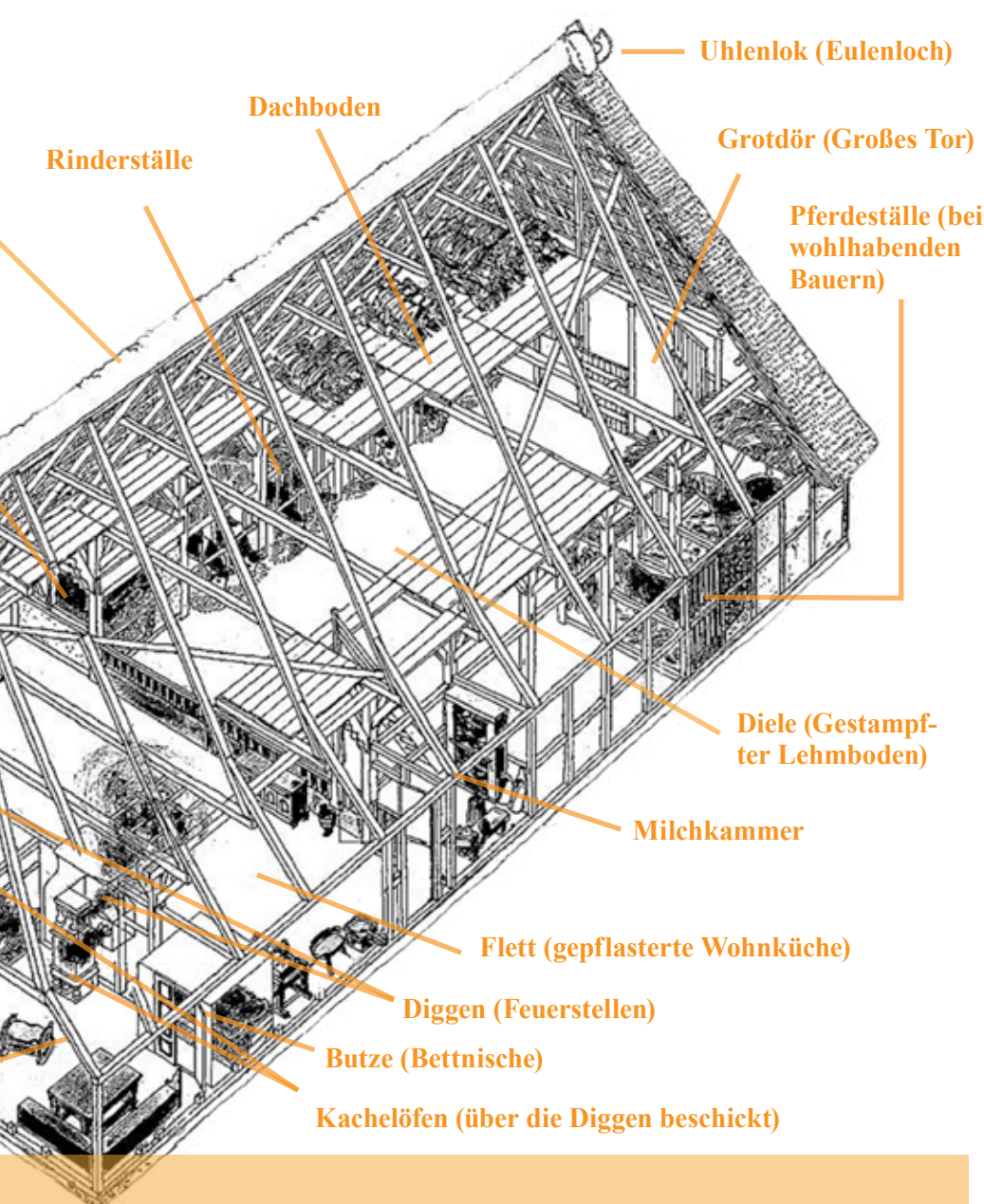
Ein Blick in das Zentrum des Hauses: Küchen in unserem heutigen Sinne waren damals unbekannt. Ursprünglich wurde an offenen Feuerstellen in der Mitte des Fletts gekocht. Unter einem Holzdeckenkonstrukt schwebte der Kessel an einem gezahnten Kesselhaken, um den Behälter höher oder niedriger zu hängen (daher auch der Spruch:

einen Zahn zulegen).

„An dieser Stelle, unter den Rehmen, spielte sich vorzugsweise das häusliche Leben ab. Hier schaffte die Frau, gleichzeitig über Diele und Hof spähend und das Gesinde beaufsichtigend, hier spielten und lernten die Kinder, hier spannen und plauderten die Mägde, hier fanden sich nach dem Abend-

essen auch der Bauer und die Knechte ein, zumal im Winter, da der Stubenofen, wenn überhaupt einer vorhanden war, nur selten geheizt wurde, hier lauschte man im Rauch und beim Licht eines Kienspans, den Rätseln, Döntjen, Kriegs- und Spukgeschichten“(*)

Nicht zuletzt aus Brandschutzgründen (um das Verschleppen des Feuers



Überall in den Dörfern aber auch in größeren Ortschaften sehen wir noch heute diese typische Hausform mit den tiefgezogenen Walmdächern und großen Toren auf der einen Firstseite, die allerdings meist so umgestaltet sind, dass man den ursprünglichen Aufbau des Gebäudes kaum mehr erkennt. Also haben wir uns zum Kiekeberg begeben, wo diese Art von Hallenhäusern im Original besichtigt werden können.

Dort begleitete uns Chris Stölting, wissenschaftlicher Mitarbeiter und Ausstellungskurator am Freilichtmuseum Kiekeberg, und gab einen Einblick in die Wohnverhältnisse der damaligen Zeit.



Der Pringenshof wurde um 1800 in Kakensdorf, einer Gemeinde zwischen Buchholz und Tostedt, erbaut. Heute ist es im Freilichtmuseum am Kiekeberg zu besichtigen.



durch Federvieh und Katzen zu verhindern), wurden vermutlich bereits ab dem 16. Jhd. Wandherde, die sogenannten ‚Diggen‘, mit einem gewölbeähnlichen Aufsatz und Türen an die Herdwand angebaut.

Weit verbreitet – wie hier – waren zwei Herde. „Der kleinere gehörte zu den sog. Altenteilern, also die Eltern im

Ruhestand,“ erklärt Chris Stölting vom Freilichtmuseum Kiekeberg. „Nicht nur getrennte Kochstellen, sondern bis ins Detail wurde das Zusammenleben mit den Altenteilern vertraglich geregelt, um den Hausfrieden zu erhalten.“

(*) Eduard Kück, 1906, Das alte Bauernleben der Lüneburger Heide

„Diese Häuser verbanden Wohn- und Wirtschaftsfunktion in einem offenen Raumsystem unter einem Dach, wobei der Wohnbereich, der Stall und Erntespeicher kaum voneinander getrennt waren. Da die Häuser noch bis ins 19. Jhd. keine Schornsteine besaßen, wurden sie auch als „Rauchhäuser“ bezeichnet“, erläutert Stölting. Entsprechend vermengte sich alles relativ ungehindert miteinander: Staub, Dreck, Gerüche, Nahrung und Abfall, Mensch und Tier.

Aber lassen wir doch einfach einen Zeitzeugen zu Wort kommen, nämlich den mährischen Staatsmann Karl von Zierotin (1564 - 1636), der seine Eindrücke über die Bauernhäuser der Lüneburger Heide äußerst anschaulich schilderte: „Man kann die Häuser eher Ställe nennen; denn diesen gleichen sie am meisten. Das ganze ist Rohbau, zu unterst Kot und Mist, oben ein

Strohdach und im Innern alles voll Rauch.

Der Ankömmling findet ein riesiges Tor, das für das größte Gebäude ausreichen würde. Durch dasselbe gelangt man in einen förmlichen Stall, allwo Pferde, Ochsen, Kühe, Schweine und Schafe mit der Familie des Hauses die Wohnstätte teilen, und am gleichen Orte in der äußersten Ecke hocken die Gäste am Herde oder stehen mitten im Rauche, der auch durch die Tür oder die Fenster entweichen kann.

*Von der Decke herunter hängen Speck, Schweinskeulen, Fleisch
() Über den Fußboden laufen mitten durch die Gäste Hennen, Gänse, Hühner, Frischlinge, Lämmer, Böcklein und ähnliche Tierchen mit vielem Behagen; von Zeit zu Zeit finden sich auch Mutterschweine und Kälber ein, nichts zeigt sich dem Verkehr mit den Menschen entfremdet; ja alles ist im Gegenteil so zutraulich, dass den Unvorsichtigen die Speise von diesen unberufenen Gästen aus den Händen oder vom Tisch genommen zu werden pflegt.*

Die Wände sind nicht getüncht, wohl aber vom Rauch geschwärzt, dass es nichts Schwärzeres geben kann. Nicht anders sehen die Fenster aus, da ja durch sie der Rauch entweicht und nur spärliches Licht eindringt. Schemel und Bänke sind mit Funken und Asche bedeckt.

Die andern Teile des Gebäudes gleichen in Hinsicht der Reinlichkeit dem geschilderten. Meist befindet sich in der Nähe dieses Vorplatzes die Stube, nicht sehr verschiedenen von letzterem, aber ohne den lästigen Rauch, da die Tür gut verschlossen und das Fenster offen ist.“

Tatsächlich konnte damals von einem Wohnwert nach heutigen Maßstäben kaum die Rede sein. Aber man kannte nichts anderes und der Nachbar wohnte ähnlich.

Grundsätzlich war dieser Haustyp auf Ackerbau und Viehzucht ausgerichtet. Da aber zu dieser Zeit auch Handwerker und andere Gewerbetreibende auf Nebenerwerb aus der Landwirtschaft angewiesen waren, entsprachen auch deren Häuser die-

sem herkömmlichen Muster, nur eben in der Größe angepasst. So gab es auf der Geest nur mit wenigen Ausnahmen kein Wohngebäude ohne agrarisch genutzten Wirtschaftsteil.

„Vor allem die Breite der Diele bzw. des Fletts war Zeichen des Wohlstandes. Das Ausreizen der Statik führt manchmal dazu, dass zusätzliche Stützen notwendig waren, damit das Haus nicht einstürzte“, bemerkt Stölting.

Vom Mittelalter bis weit hinein ins 19. Jhd. blieb diese Hausarchitektur im Prinzip unverändert. Auch Innovationen wie Schornsteine wurden nur zögerlich eingeführt, denn auf den Vorteil, dass der Rauch die

Ernte trocknen und die Schädlinge fernhalten konnte, wollte man nicht verzichten.

Erst mit dem Aufkommen größerer landwirtschaftlicher Maschinen begannen sich die baulichen Anforderungen anzupassen.

Schließlich sorgten Brandschutzbestimmungen und nicht zuletzt auch steigende Komfortansprüche dafür, dass „glücklicherweise nicht die Hallenhäuser abgerissen und ersetzt wurden, sondern lediglich grundlegende Änderungen in der Raumaufteilung im Inneren erfuhren“, ergänzt Stölting. So prägten die niederdeutschen Hallenhäuser bis heute das Erscheinungsbild unserer Dörfer.



Das Uhlenlok bzw. Eulenloch war der Rauchabzug, bevor Schornsteine zur Pflicht wurden. Wie die Bezeichnung andeutet, war es auch Einfluglöcher für Eulen. Aber ebenso Schwalben waren gern gesehene Gäste im Haus, reduzierten sie doch das Mäuse- und Fliegenaufkommen im Sinne der Bewohner. Das Uhlenlok wurde mit Flachbrettern gegen Ausfransungen gesichert und deren Verlängerungen unterschiedlich geschnitzt. Berühmt sind die entweder zu- oder abgewandten Pferdeköpfe, deren ursprüngliche Bedeutung nach wie im Unklaren liegt.



Die Stube (Döns) konnte auf Grund ihrer relativ geringen Größe und niedrigen Deckenhöhe besser geheizt werden als das offene Flett, in dem die Wärme des Herdfeuers größtenteils in die Diele, den Bodenraum und durch die undichten Türen entwich. Fenster und Türen der Stube waren deutlich genauer verarbeitet und hielten die

Strahlungen des Ofens wesentlich besser. Der Fußboden bestand aus Holz und wurde regelmäßig mit weißem Sand bestreut und anderntags wieder abgefegt - so wurde versucht, die Flohbrut zu verhindern. Beschickt wurde der meist aus Kacheln gearbeitete Ofen vom Flett aus durch den Diggen (Herdstelle), so

blieb die Stube rauchfrei.

Da die Außenwände nur wenig isoliert waren, wurde es bei starkem Frost auch in der Stube empfindlich kalt. Also behalf sich der Bauer, indem er bis hoch zum Fenster an den Außenmauern Mist aufstapelte, was zwar die Stube mehr wärmte aber auch den Geruch stark intensivierte.

Nikolausdag

von Carl-Friedrich Bautsch



Nu is dat bald wedder sowied, an'n 6. Dezember ward al siet Johrhunderten Nikolausdag fiert. De Ursprung sall ja van den Bischof Nikolaus van Myra, de in 4. Johrhundert leevt hett, ofstammen. Sien ganzet Vermögen hett he spend, üm de velen armen Kinner to hölpfen. He weer as de heilige „Sankt Nikolaus“ ok de Schutzpatron van de Fischer, Schiffer und Flößer, daarher överall de Nikoleikarken. Ok Schutzpatron van de Apothekers, de Bäcker, de Buurn, de Getreidehändler un sogar van de Räuber und Gaukler.

Nikolausdag weer fröher sogar in manche Länder een Fierdag, hüt noch in Spanien.

Bi uns weet wi, dat an düssen Dag all de Kinner enen Schoh vör'd Finster stellt un töövt, dat he daar Schokolade und Nööt rinlegt. Adventstied is een Tied, waar man an siene Kindheit denkt. In een Gedicht heet dat: „Olle Lüüd in griesen Hoor, denkt torügg an ehre Kinnerjohr und in golden Talglichtschimmer singt se Wiehnachtsleder mit de Enkelkinner.“

Wat weer dat fröher schön, as wi Kinner noch an Wiehnachtsmann glöven deen. Schon av 1. Advent stell'n wi uns blankputzt Schoh vör'd Finster un harrn Angst, dat daar keen Rouh (Rute) in stecken dee.

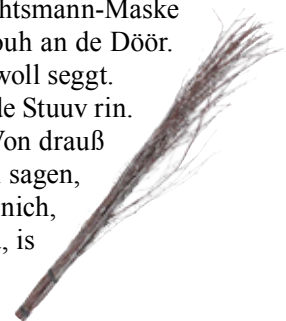
Weet de Kinner hüt noch, wat een Rouh is? Manche Kinner worden seggen, dat is een Bessen. Man mooten ordentlich und artig wesen, denn wenn daar mal eene

Rouh in Schoh liggen dee, wurr de nich wegschmeten, sondern vör alle Fälle up't Schapp leggt. Wenn de Wiehnachtsmann hüt noch een Rouh bringen dee, moten man em ja anzeigen, wiel Prügelstraav ja verboten is.

Nikolausdag, so weer dat fröher, muss man ok eenen Wunschzettel, de man sülmst schreiben harr, in Schoh oder Pantüffel leggen. Dat heet, akkurat schreiben ohn Fehlers und bescheiden mit sien Wünsche ween. Wenn denn annern Dag morgens de Nikolaus oder „Knecht Ruprecht“ de Zettel rutnohmen harr, weer alles kloor.

Domals geev dat nich so veele Schnökersaken wi hüt. Nikolausdag freu man sik, wenn een Wiehnachtsmann ut Schokolade, Kringel un Haselnööt in Schoh legen. Een Keerl, de an sien Kindheit dacht, see maal to sien Froo: „Düttjohr will ik mi maal as Wiehnachtsmann verkleden. De Kinner söllt dat ok maal erleben, wi dat in uns Kindheit weer.“ He koff sik een Wiehnachtsmann-Kostüm, trock sien Gummistevel an, sett ene Wiehnachtsmann-Maske mit langen Boort up und klopp mit de Rouh an de Döör. Minsch, dacht he, wat de lüttgen Kinner woll seggt.

De Froo see; „Herein“ un he stappst in de Stuuvin. Denn see he mit verstellt groff Stimm: „Von drauß vom Walde komm ich her, ich muss euch sagen, es weihnachtet sehr.“ Wieder keem he nich, denn sien lütt Jung see ganz luut: „Mama, is Papa besapen?“



Wir hatten Elsabe Rolle gefragt, ob sie eine Idee für eine weihnachtliche Geschichte auf Plattdeutsch wüsste. Die ehemalige Leiterin vom Betreuten Wohnen Salzhausen ist seit vielen Jahren im Vorstand des Vereins „För Platt“, der sich im Landkreis Harburg für die Pflege der niederdeutschen Sprache einsetzt.

Gefunden hat sie die kleine Geschichte von Carl-Friedrich Bautsch in dem Internetportal www.de-plattsnackers.de, eine zwar in die Jahre gekommene Internetseite, die jedoch viele auch ganz aktuelle plattdeutsche Geschichten und Gedichte vorhält. Wer Interesse an der plattdeutschen Sprache hat, sollte hier unbedingt einmal stöbern, denn es lohnt sich. Lohnen tut sich auch ein Blick auf die Internet-Seite



www.foer-platt.de. Neben den Informationen rund um den Verein, findet man hier auch die Hinweise auf künftige Veranstaltungen, an denen jeder teilnehmen kann - von Plattdeutsch-Nachmittagen über Konzerte bis hin zu niederdeutschen Theateraufführungen.

Als Vorschlag zur Illustration der kleinen Anekdote von Carl-Friedrich Bautsch hatte Frau Rolle übrigens ein Foto (re.) beigefügt, welches die „Fleißarbeit“ ihrer 4-jährigen Enkeltochter Evi als Vorbereitung für den Nikolaustag zeigt, die Schuhe „extra ein bisschen von der Tür weg, damit der Nikolaus nicht gleich stolpert.“



Aber glauben



Früher wurde behauptet, Hexen würden sich in schwarze Katzen verwandeln, um so unerkannt ihr Unheil anzurichten. So versuchte man auch während der Hexenverfolgungen die Katzen auszurotten. Besonderes Unheil wurde erwartet, wenn sie von rechts (der guten Seite) zur linken (der bösen) den Weg kreuzte.

Nach vierzehn Spielen ohne Niederlage war es soweit: „Werder entzaubert Lattecks blauen Pullover“ titelten die Zeitungen, denn der 1. FC Köln hatte in der Saison 86/87, bei dem Udo Latteck Sportdirektor gewesen war, 2:1 gegen Werder Bremen verloren. Seit Saisonbeginn saß der ehemalige Kulttrainer in demselben blauen Pullover auf der Tribüne und sagte: „Den ziehe ich erst wieder aus, wenn wir ein Spiel verlieren.“

Boris Becker schnürte seine Schuhe vor den Spielen immer auf dieselbe Weise, Björn Borg hatte früher, sobald ein großes Turnier begann* aufgehört sich zu rasieren, und Serena Williams, lange Zeit die beste Tennisspielerin der Welt,



Boris Becker fühlte sich unsicher, wenn er nicht die Schuhe in einer bestimmte Reihenfolge geschnürt hatte.

wusste nach einer Niederlage, woran es gelegen hatte: Sie hatte die Schnürsenkel nicht wie gewohnt gebunden und ihre Badelatschen sowie ihren zweiten Tennisdress nicht wie üblich in ihrer Sporttasche gehabt, als sie den Platz betrat, und obendrein habe sie es versäumt, den Ball vor dem Aufschlag fünfmal aufpral-

len zu lassen. „Ich wusste, es war eine Fügung“, erklärte sie.

Selbstverständlich haben sich nicht nur Tennisspieler oder Sportler solche Gewohnheiten bzw. Riten angeeignet. Allerdings lassen sich bei Wettkämpfen



Serena Williams hatte ein ganze Reihe von Angewohnheiten, bevor sie auf den Platz ging.

oder auch Glücksspielen besonders gut die vorher getätigten Handlungen mit den Ergebnissen in Beziehung bringen.

Bei der Verknüpfung von tatsächlich völlig unabhängigen Begebenheiten entsteht Aberglaube

Besonders dann, wenn diejenige oder derjenige besonders häufig diese Situationen durchlebt.

Wenn z. B. ein Spieler sich erinnert, dass er vor einem Sieg sich den linken Schuh zuerst angezogen hat, glaubt er vielleicht, das dort ein Zusammenhang bestanden hat.

So wie in dem berühmten Experiment des Psychologen B. F. Skinner, der mit

Mäusen und Tauben die instrumentelle Konditionierung veranschaulicht hatte, in dem er zeigte, wie die Tiere lernten, wie sie durch bestimmte Betätigung Futter bekamen.

„Immer wenn ich es eilig habe, komme ich in den Verkehrsstau.“ „Immer stehe ich an der Kasse in der Schlange, bei der es am längsten dauert.“ Kennen Sie das auch?

Bei ein- oder zweimaligem zeitlichen Zusammentreffen von zwei Ereignissen wird ein kausaler Zusammenhang und eine ursächliche Verbindung angenommen: ein abergläubisches Verhalten entsteht.

Aberglauben gibt es natürlich schon lange. Der Begriff selbst geht zurück auf eine Übersetzung des lateinischen Begriffs *superstitio* (wörtl. ‚Übergläubigkeit‘) wobei ‚aber‘ ursprünglich ‚nach, wieder oder hinter‘ bedeutete. Das Wort war in der Vergangenheit die Abweichung der vorherrschenden religiösen Lehre, d.h. von der christlichen Glaubenslehre abweichende Glaubensinhalte und -formen.

Aberglaube galt als heidnisch, als unmoralisch und ketzerisch. Ab dem Zeitalter der Aufklärung im 17. und 18. Jahrhundert wandelte sich die Vorstellung vom rechten Glauben zunehmend in eine Vorstellung naturwissenschaftlicher Belegbarkeit.

Mit überholten Vorstellungen aufzuräumen und dem Mensch durch Bildung zur geistigen Freiheit zu verhelfen, schrieb sich nun die europäische Geistesbewegung auf die Fahnen. Sie sah Aberglauben als ein historisches und soziales Bildungsproblem und er-

klärte den Menschen zum vernunftbegabten Wesen. Nun galt nicht mehr der Götzendienst, sondern die Unvernunft als Sünde.

Rituale und Aberglaube geben ein Gefühl von Sicherheit

Heute bezeichnet der Begriff Aberglaube Glaubenssätze und Praktiken, die eigentlich wissenschaftlich unbegründet sind und die nicht dem erreichten Kenntnisstand der Gesellschaft entsprechen, zu der man gehört.



*„Der Aberglaube ist die Poesie des Lebens, beide erfinden eingebildete Wesen, und zwischen dem Wirklichen, Handgreiflichen ahnen sie die seltsamsten Beziehungen; Sympathie und Antipathie waltet hin und her.“
(Johann Wolfgang von Goethe)*

Dennoch gibt es wohl kaum einen Mensch, der von Gewohnheiten, Gesten und Gedanken frei ist, welche letztlich einem Aberglauben entspringen.

Psychologen sagen, dass Rituale und Aberglauben auch eine Art von Befriedigung des Bedürfnisses nach Halt und Sicherheit in einer nur schwer überschaubaren Welt waren und sind.

Und so lange der kleine tägliche Aberglaube nicht zur Obsession mutiert oder ins Okkulte im Sinne einer „Rückbildung des Bewusstseins“ (T. W. Adorno) abdriftet, ist dagegen bestimmt nichts einzuwenden.



*Paraskavedekatriaphobie.
Dieser komplizierte Namen
steht für die krankhafte
Angst vor dem
Datum Freitag,
den 13.*

Die Vorstellung, dass Freitag, der 13. Pech bringt, sie stammt wohl nicht aus dem finsternen Mittelalter, sondern ist erst später in katholischen Gegenden entstanden. Da galt jeder Freitag als kleiner Trauertag, denn Jesus ist der Überlieferung nach an einem Freitag gekreuzigt worden.

Die 13 wiederum hatte eine unheilvolle Bedeutung, weil der Apostel Judas beim letzten Abendmahl der 13. in der Runde war. Er war derjenige, der Jesus gegen 30 Silberlinge verraten hatte.

Doch lange Zeit waren der Freitag und die Zahl 13 in keinerlei Aberglaube miteinander verbunden. Der Ethnologe Gunter Hirschfelder untersuchte, wann die beiden Unglücksraben zusammenkamen: 1869 brachte erstmals ein US-amerikanischer Journalist Kursschwankungen

an der Börse mit einem Freitag, den 13. in Verbindung und ein Börsenroman aus dem Jahr 1907 mit dem Titel Friday the 13th fand weite Verbreitung.

In Deutschland erlangte das Datum 1916 Bekanntheit durch den Film „Freitag der 13.“ des Regisseurs Richard Oswald, der von einer Familie handelte, deren Mitglieder allesamt an einem Freitag, den 13. starben.

Die deutsche Kinokomödie „Freitag der 13.“ des Regisseurs Erich Engels von 1944 nährte den Aberglauben dieser Datumskonstellation weiter und schaukelte sich in der Bevölkerung bereitwillig weiter auf.

In anderen Ländern und Kulturen sind die Verbindungen zu Daten und Zahlen übrigens ganz andere.

Den Italienern graut eher vor Freitag, dem 17. Die Spanier wiederum

fürchten eher Dienstag, den 13. wie der Teufel das Weihwasser.

In der jüdischen Tradition ist die 13 sogar eine Glückszahl. Jüdische Jungs feiern am 13. Geburtstag ihre Barmitzwa, etwa mit der Konfirmation vergleichbar.

Bei den Chinesen und Japanern ist es die Vier, die ausgesprochen negativ belastet ist. Das chinesische Wort für vier ist im Wortklang identisch mit dem Wort für den Tod. Die Zahl wird daher sorgfältig gemieden. Man achtet beispielsweise darauf, bei Einladungen niemals zu viert am Tisch zu sitzen und in chinesischen Hochhäusern wird man kein Stockwerk finden, welches das Wort vier enthält: kein viertes, kein 14., kein 24. usw. Auch die Etagen 40 bis 49 werden einfach übersprungen.

Verrückt? Ja schon, aber hierzulande fehlt in Hotels oft das 13. Stockwerk oder das Zimmer Nummer 13. Außerdem ist bei einigen Airlines die 13. Sitzreihe im Flieger einfach nicht vorhanden.

Dabei gibt es durchaus beruhigende Untersuchungen. Die Verkehrsstatistik belegt, dass am Freitag, den 13. nicht mehr Unfälle passieren als an jedem anderen Freitag. Und eine Versicherung hat sogar herausgefunden, dass am ominösen Freitag, den 13. sogar 10 % weniger Schadensfälle gibt als an übrigen Freitagen.

Übrigens: Der nächste Termin ist Freitag, der 13. Mai 2022.

Das Gedicht gegen den Winter-Blues

Morgenwonne

**Ich bin so knallvergnügt erwacht.
Ich klatsche meine Hüften.
Das Wasser lockt. Die Seife lacht.
Es düstet mich nach Lüften.**

**Ein schmuckes Laken macht einen Knicks
Und gratuliert mir zum Baden.
Zwei schwarze Schuhe in blankem Wachs
Betiteln mich „Euer Gnaden“.**

**Aus meiner tiefsten Seele zieht
Mit Nasenflügelbeben
Ein ungeheurer Appetit
Nach Frühstück und nach Leben.**

Joachim Ringelnatz

Joachim Ringelnatz (eigentlich Hans Gustav Böttcher) war ein deutscher Schriftsteller, Satiriker, Maler, Dichter und Kabarettist (1883 – 1934).

Unter Pseudonymen veröffentlicht er Gedichte in einer satirischen Zeitschrift. Seine ersten Bücher kommen 1910 auf den Markt: zwei Kinderbücher und ein Gedichtband.

Ringelnatz – damals noch weit von jedwedem Bestsellerstatus ent-

fernt – war chronisch mittellos. Seine Schriftstellerei brachte ihm kaum Einkünfte. Erst nach seinem Tod entfaltete sich die Begeisterung für Ringelnatz, die sich heute in zahlreichen nach ihm benannten Preisen, Straßennamen und anderen Ehrenbezeugungen äußert.

Während des Nationalsozialismus wurde Ringelnatz teilweise Auftrittsverbot erteilt, dadurch verdüsterte sich

die finanziell ohnehin prekäre Lage noch weiter.

Für einen Sanatoriumsaufenthalt des mittlerweile an Tuberkulose erkrankten Künstlers wurden Spendensammlungen im Freundeskreis organisiert.

Joachim Ringelnatz starb am 17. November 1934 in Berlin an den Folgen seiner Krankheit.



Wir nahmen Abschied

Senioren- und Pflegeheim Heidmarkhof

Lieselotte Bornemann
Anneliese Garbe
Erika Gehrke
Marianne Holst
Hilde Kaltentaler
Irmgard Kneifel
Ingrid Meyer
Katharina Quint
Rolf Ringeltaube
Ilse Springer
Waltraut Walter

Betreutes Wohnen

Günter Jaekel
Uwe Neumann
Gerhard Springer



Sprichwörtlich

Als Kind war mein kostbarster Besitz ein Büchlein, in dem ich Sprichwörter sammelte. Meine Mutter und meine Oma wären wohl sehr erstaunt gewesen, wenn sie gewusst hätten, dass sich dort in trauter Einigkeit ihre Lebensweisheiten tummelten, denn die beiden hatten, bis auf ihre Vorliebe für Sprichwörter, wenig Gemeinsamkeiten. Und so reichten auch die Sprüche meiner atheistisch erzogenen Mutter eher von „Abends werden die Faulen fleißig“ bis „Zwei Dumme, ein Gedanke“, während bei meiner tiefreligiösen Oma meistens der liebe Gott im Spiel war. Was sie sagte, ließ sich in der Regel in der Bibel finden, auch wenn sie es oft etwas einfacher ausdrückte. „Der Mensch denkt und Gott lenkt“ (Sprüche 16,9: Des Menschen Herz erdenkt sich seinen Weg; aber der Herr allein lenkt seinen Schritt). Darüber konnte meine Mutter nur müde lächeln.

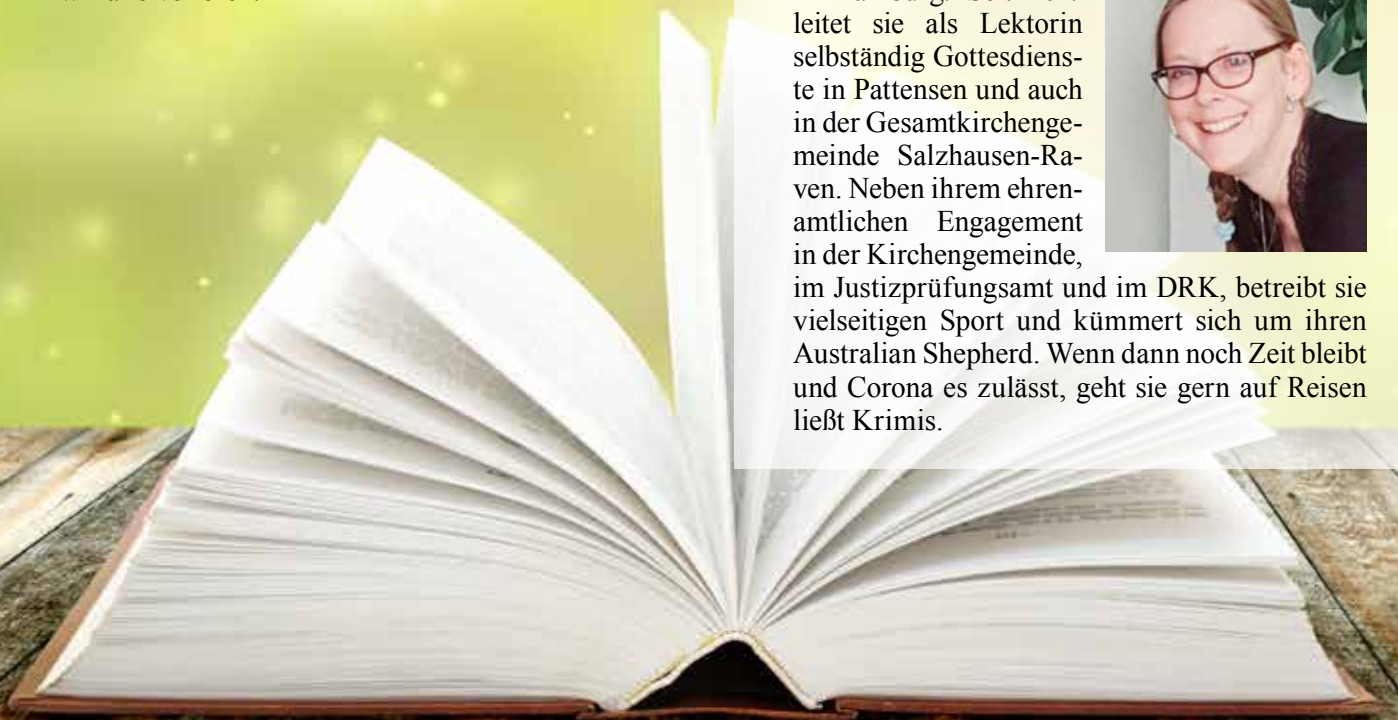
In einem waren sich die beiden aber seltsam einig: „Wenn du eine hilfreiche Hand brauchst, dann greife an deinem rechten Arm hinunter, da findest du sie“, pflegte meine Mutter gelegentlich sarkastisch die fehlende Hilfsbereitschaft ihrer Mitmenschen zu kommentieren. „Hilf dir selbst, dann hilft dir Gott“, hieß das bei meiner Oma.

Kann sich jemand mein Erstaunen vorstellen, als ich anfang in der Bibel zu lesen und feststellte: Das steht da gar nicht! Und nicht nur das, im Laufe der Zeit lernte ich: es ist eigentlich ein zutiefst unchristlicher Spruch, denn wir alle sind auf Gottes Hilfe und auf seine Gnade angewiesen. Mehr noch: Wenn Gott nicht denen helfen würde, die unfähig sind, sich selbst zu helfen, wären wir alle verloren.

War meine tiefgläubige Oma nun keine gute Christin? Doch, das war sie! Sie hatte zwei Weltkriege, Hunger, Seuchen und Wiederaufbau erlebt und durch beherztes Eingreifen oft genug nicht nur sich selbst, sondern auch andere vor Not und Elend bewahrt. Und bei all dem hat sie immer Gott an ihrer Seite gewusst und auf ihn vertraut. Herumzusitzen und zu warten, dass Gott die Dinge für sie erledigt, das war ihre Sache wohl nicht. Aber wenn sie mit dem Rücken an der Wand stand und nur noch beten konnte, dann hat Gott sich nicht lange bitten lassen. Und auch wenn nicht immer das eintrat, was sie sich vielleicht gewünscht hätte, hat sie ihren Schritt vertrauensvoll von Gott lenken lassen.

Ob meine Oma, die eine einfache Frau war, wohl wusste, dass einer ihrer Lieblingssätze über Gott gar nicht in der Bibel steht? Manchmal stelle ich mir vor, dass ich es ihr erzähle und sie schaut mich verdutzt an und wird ein bisschen rot und verlegen und dann lacht sie und sagt „Joi Mädele, macht nichts. Hauptsach bist fröhlich und betest, das ist was Gott will.“ Ja und DAS steht nun wirklich in der Bibel, wenn auch mit etwas anderen Worten: Seid allezeit fröhlich, betet ohne Unterlass, seid dankbar in allen Dingen; denn das ist der Wille Gottes in Christus Jesus für euch. (1. Thessalonicher 5, 16-18)

Katja Stachnow ist gebürtige Flensburgerin und wohnt seit 1996 in Pattensen. Die Mutter von zwei erwachsenen Söhnen wirkt als Richterin am Landessozialgericht in Hamburg. Seit 2017 leitet sie als Lektorin selbständig Gottesdienste in Pattensen und auch in der Gesamtkirchengemeinde Salzhausen-Raven. Neben ihrem ehrenamtlichen Engagement in der Kirchengemeinde, im Justizprüfungsamt und im DRK, betreibt sie vielseitigen Sport und kümmert sich um ihren Australian Shepherd. Wenn dann noch Zeit bleibt und Corona es zulässt, geht sie gern auf Reisen liebt Krimis.



Besondere Geburtstage

75 Jahre

Ilona Klären am 05.01.2022
Irene Soeth am 07.02.2022
Ursula Hoever am 17.04.2022
Ilsechristel Hauff am 21.04.2022

80 Jahre

Rolf Kruse am 21.03.2022
Dr. Anke Dennhardt am 27.05.2022

85 Jahre

Brita Oswald 15.03.2022
Margrit Frommann am 29.04.2022

90 Jahre

Lydia Lührs am 27.12.2021
Dr. Harm Henschen am 01.05.2022

91 Jahre

Käthe Strozik am 21.06.2022

92 Jahre

Erna Lorange am 18.06.2022

93 Jahre

Klara Löwenkamp am 05.01.2022

94 Jahre

Gisela Zander am 21.06.2022

96 Jahre

Lieselotte Leck 19.12.2021
Dr. Klaus Eichhorn 13.05.2022

97 Jahre

Margret Stallbaum am 11.04.2022



Termine

Klock dree

Klock dree findet aufgrund der coronabedingten Einschränkungen nicht statt. Sobald die Treffen wieder erfolgen können, werden wir Sie über die Medien und Aushänge benachrichtigen.

Erzählcafé

Kommen Sie zum Erinnern und Erzählen!
Mit Gisela Ackermann

- wöchentlich freitags, 10-11:30 Uhr
- Heidmarkhof, Kaminzimmer, Hauptstr. 6 B
- für BewohnerInnen des Betreuten Wohnens kostenfrei
- weitere Informationen über Antje Öhler 04172/982 010

Gerade in der jetzigen Zeit, in der viele Dinge nicht stattfinden können, hat dieses Erinnern und Austauschen eine besondere Bedeutung. Es macht allen Teilnehmern große Freude.

Qi Gong für Senioren und Menschen mit Bewegungseinschränkungen

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

Tina Stobbe-Auen, Beratung: 04172 / 6299

- wöchentlich dienstags, 16.30 – 17.30 Uhr
- Heidmarkhof, Kaminzimmer, Hauptstr. 6 B
- fortlaufend, 5,80 €/Std. **(für Bewohnerinnen und Bewohner des Betreuten Wohnens kostenfrei)**
- Schnupperstunden möglich

Impressum

Herausgeber

Heidmarkhof Pflegen und Wohnen GmbH
Barmbeker Str. 2, 22303 Hamburg
Verantwortlich: R. Schäfer, U. Magdeburg
www.pflegeinsalzhausen.de
Auflage 6.000 Exemplare

Konzept und Gestaltung

plamacom, Frithjof Plautz
Ahornbogen 37, 21376 Salzhausen
T.: 04172/245309, plautz@plamacom.de

Redaktion

Text und Fotos: Frithjof Plautz
Fotos Seiten 11, 18 - 22:
Shutterstock

Druck

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



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
Antje Öhler, T.: 04172 / 98 20 10



Klock dree
Antje Öhler, T.: 04172 / 98 20 10

www.pflegeinsalzhausen.de
www.klock-dree.de



**Senioren- und Pflegeheim
Heidmarkhof**

Die Einrichtung mit Herz



Der ambulante Pflegedienst für Salzhausen und Umgebung *

- » Behandlungspflege nach SGB V (Leistungen der Krankenkassen)
- » Häusliche Pflege nach SGB XI (Leistungen der Pflegekasse)
- » Urlaubs- und Verhinderungspflege
- » Dementenbetreuung
- » Spezialisierte ambulante Palliativ-Versorgung
- » Hauswirtschaftliche Versorgung
- » Anleitung von pflegenden Angehörigen
- » Beratungsgespräche
- » Hilfe bei Pflegegradanträgen
- » ...

Rufen Sie uns unverbindlich an.
Gerne geben wir Ihnen
Hilfestellung bei allen
Fragen rund um die Pflege.

 **04172 900 121**

Das Ergebnis der Qualitätsprüfung
von Pflege zu Haus:



www.pflegeinsalzhausen.de

* Samtgemeinde Salzhausen
Samtgemeinde Hanstedt
(Weitere Orte auf Anfrage)

