

# Hauszeitung

## Mein Zuhause Nürnberg

Das Magazin für Bewohner/innen, Angehörige, Mitarbeiter/innen und Interessierte

Frühling  
2022

DRAUSSEN  
WIRD ES END-  
LICH WIEDER  
BUNT!



### RÄTSELECKE

Beim Quiz dieser Ausgabe dreht sich alles um Vögel und ihre erstaunlichen Fähigkeiten

### AKTUELLES

Ein Kaninchen büxte aus und lieferte sich eine wilde Verfolgungsjagd mit Mitarbeiter/innen

### BEGEGNUNGEN

Wir stellen Ihnen natürlich auch wieder neue Mitarbeiter/innen vor

# Frühling 2021

- 2 Inhalt
- 4 Editorial
- 6 Veranstaltungskalender
- 7 Der Frühling vor...

## AKTUELLES

- 8 Christbaumkugeln und -schmuck
- 10 Nikolaus im Haus
- 11 Gutscheine & Präsentkörbe
- 12 Weihnachtsfest
- 14 Knalliger Silvesterempfang
- 15 Immer wieder lecker
- 16 Die frechen Kaninchen
- 18 Shopping war noch nie so einfach
- 19 Fachkräfte von morgen



### WEIHNACHTSFEST

Trotz strenger Beschränkungen organisierten die Betreuungsmitarbeiter/innen des *Mein Zuhause Nienburg* ein besinnliches, wohnbereichsbezogenes Zusammensein unter den aktuell geltenden Abstands- und Hygienemaßnahmen.



### DIE FRECHEN KANINCHEN

Einer der kleinen Langohren, die seit 2021 die Bewohner/innen des *Mein Zuhause Nienburg* erfreuen, brach kurz nach seinem Einzug aus dem Außengehege aus und lieferte sich eine wilde Verfolgungsjagd mit Mitarbeiter/innen und dem Nachbarn.

## RÄTSELECKE

- 20 Ab in den Süden
- 21 Rätselecke
- 22 Quiz: Vögel
- 23 Schon gewusst...?

## ALLGEMEIN

- 24 Geburtstage
- 25 Lachen ist gesund

## BEGEGNUNGEN

- 26 Mitarbeiter/innen stellen sich vor: Angela Moane
- 27 Mitarbeiter/innen stellen sich vor: Daniel Montag



### GEBURTSTAGE

Wir gratulieren herzlich allen Frühlings-Geburtstagskindern und zeigen Ihnen, welche Stars ebenfalls in dieser Jahreszeit ihren Geburtstag feiern.



### MITARBEITER/INNEN

In dieser Ausgabe stellen sich zwei neue Mitarbeiterinnen vor: Die beiden Pflegehilfskräfte Angela Moane und Daniel Montag aus dem *Mein Zuhause Nienburg* erzählen kurz von sich und beantworten einige Fragen rund um die Jahreszeit Frühling.



## Liebe Leserin, lieber Leser,

die Tage werden wieder länger, die Sonne zeigt ihr Gesicht häufiger und auch die Pflanzen wachen langsam wieder auf und wechseln vom kargen Braun und Grau ihres Winterschlafs zum lebhaften Grün: Es wird Frühling.

Astronomisch beginnt der Frühling bei uns auf der Nordhalbkugel am 20. März. Das ist der Tag des Primär-Äquinoktiums, die erste der zwei Tag-und-Nacht-Gleichen des Kalenderjahres. Phänologisch hingegen lässt sich der Frühling in Mitteleuropa in drei Phasen unterteilen: Vorfrühling, wenn Schneeglöckchen und Haselnuss blühen, Erstfrühling, wenn Forsythien blühen und die Stachelbeeren Laub austreiben und Vollfrühling, der vom Blühbeginn der Apfelbäume und des Flieders bis zum Blühen der Eberesche reicht. Der Zeitpunkt des phänologischen Frühlingsbeginns verändert sich von Jahr zu Jahr und es scheint sogar eine Tendenz zu geben, dass die Jahreszeit in Europa inzwischen früher beginnt, was wohl auf die globale Erwärmung zurückzuführen ist.

Mit den wärmeren Temperaturen kommen auch die Zugvögel, die auch als

Frühlingsboten gelten, aus dem Süden zurück in ihre Brutgebiete und beginnen mit dem Nestbau. Das hat den schönen Nebeneffekt, dass die Luft vom Gesang vieler Vogelstimmen erfüllt ist.

Doch auch die Menschen werden aktiver, wenn die Tage länger und die Sonnenstunden mehr werden: Man sieht wieder mehr Fahrräder auf den Wegen, Leute in Parks und Grünanlagen und einige Cafés stellen ihre Stühle wieder draußen auf. Allgemein stellen sich Frühlingsgefühle bei den Menschen ein. Doch was bedeutet das eigentlich und wie kommt es, dass man besonders im Frühling häufig vom Verlieben und vom Glück spricht?

Im Frühling scheint die Bereitschaft für Flirts und Verliebtheit besonders hoch zu sein. Neben optischen und olfaktorischen Reizen wie hellen, kräftigen Farben oder dem Duft von Gras, Erde und Moos hat vor allem das Sonnenlicht eine starke Wirkung auf unser Befinden. Durch die länger werdenden Tage sinkt auch die Konzentration des Schlafhormons Melatonin und macht uns wacher. Gleichzeitig steigen Serotonin und Dopamin, sodass wir uns glücklicher



und vitaler fühlen. Doch obwohl diese Faktoren im Frühling für besondere Leichtigkeit sorgen und unsere Stimmung heben, gibt es laut wissenschaftlichen Studien keinen messbaren Einfluss des Frühlings auf die Paarbildung. Auch die Geburtenrate spricht nicht dafür.

Neben Wachstum und Leichtigkeit steht der Frühling ebenso wie die Farbe Grün, die stark mit dieser Jahreszeit verbunden ist, symbolisch auch für die Hoffnung. Die Hoffnung auf ein gutes Jahr, gutes Wetter oder inzwischen auch die Hoffnung auf Rückkehr einer gewissen Normalität: Familienfeiern, Urlaubsreisen, der spontane Besuch eines Cafés mit einer Freundin, ohne dafür erst einen Impfnachweis vorzeigen, einen Test machen und eine Maske tragen zu müssen – auch solche Dinge erhoffen wir uns von 2022 und schauen dabei auf den Frühling, der mit steigenden Temperaturen auch Lockerungen verheißt.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen einen schönen Frühlingsanfang und hoffe, Sie können die Natur in dieser Zeit ganz besonders genießen.

*Sören von Hertzberg*

## *Frühlingserwachen*

*von Anita Menger*

***Häuser steh 'n im Rampenlicht***

***Schattenbilder zieren Straßen***

***Frühlingssonne wärmt noch nicht***

***In der Luft ein kühles Blasen***

***Kahles Filigrangeäst***

***Vogelnester in den Zweigen***

***Wartend auf das Blütenfest***

***Sich die ersten Knospen zeigen.***

***Drohend ziehen Wolken auf***

***Löschen aus die Schattenbilder***

***Setze an zum Dauerlauf***

***Hoffe morgen wird es milder.***



# VERANSTALTUNGSKALENDER

Ein Ausblick auf die Ausflüge und Veranstaltungen im *Mein Zuhause Nienburg* im Frühling 2022 (Änderungen vorbehalten).

## MÄRZ

Do	03.03.22	10:00 Uhr	Ausflug zum Steinhuder Meer
Mo	07.03.22	15:30 Uhr	Chor mit Frau Hecht   Andacht
Mi	16.03.22	10:00 Uhr	Männerstammtisch
Mo	21.03.22	15:30 Uhr	Chor mit Frau Hecht
Di	29.03.22	14:30 Uhr	Wir backen Waffeln

## APRIL

Mo	04.04.22	15:30 Uhr	Chor mit Frau Hecht   Andacht
Fr	08.04.22	09:30 Uhr	Jahrmarkt
Mi	13.04.22	09:30 Uhr	Wochenmarkt
So	17.04.22	14:30 Uhr	Kaffeenachmittag zu Ostern
Do	28.04.22	10:00 Uhr	Stadtbummel

## MAI

Mo	02.05.	15:30 Uhr	Chor mit Frau Hecht   Andacht
So	08.05.	14:30 Uhr	Muttertagskaffee
Fr	13.05.		Ausflug zum Vogelpark Walsrode
Mo	16.05.	15:30 Uhr	Chor mit Frau Hecht
Do	26.05.	10:00 Uhr	Frühschoppen zum Vatertag
Mo	30.05.	15:30 Uhr	Chor mit Frau Hecht

# DER FRÜHLING VOR...



## ... 50 Jahren

Am 22. Mai 1972 gab sich das Land Ceylon eine neue Verfassung, wurde eine Republik und gab sich den Namen *Sri Lanka*. Zuvor war der Inselstaat im Indischen Ozean sowohl von Portugal und den Niederlanden als auch Großbritannien als Kolonie erobert worden. Heute ist Sri Lanka bekannt für Produktion und Export von Tee (Ceylon), Kaffee, Kautschuk und Kokosnüssen.

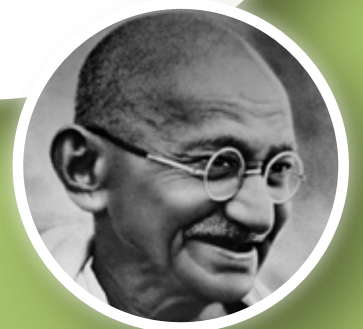
## ... 20 Jahren

Am 26. Mai 2002 verlor der Kapitän eines Schleppers das Bewusstsein, woraufhin die zwei Frachtkähne, die er bewegte, mit einem Stützpfeiler der Brücke der Interstate 40 kollidierten. Dies führte zum Einsturz eines Teils der Brücke, wobei 14 Menschen ums Leben kamen und weitere 11 verletzt wurden.



## ... 100 Jahren

Nachdem eine aufgepeitschte Menge im Rahmen einer Kampagne des zivilen Ungehorsams eine Polizeistation samt der darin stationierten Polizisten verbrannte, wurde der Initiator dieser Kampagne, Rechtsanwalt, Publizist und Morallehrer Mahatma Gandhi, am 18. März 1922 zu sechs Jahren Gefängnis verurteilt. Er wurde aber bereits zwei Jahre später wieder entlassen. Die offizielle Begründung dafür war eine unaufschiebbare Blinddarmoperation.



Anfang des Jahres 1922 wurde dem 13-jährigen Leonard Thompson tierisches Insulin injiziert, um seine gefährlich hohen Blutzuckerwerte zu senken. Dies war die erste erfolgreiche Behandlung dieser Art und der Beweis für die Wirksamkeit der Diabetestherapie der kanadischen Mediziner Frederick Banting und Charles Best.



## CHRISTBAUMKUGELN UND -SCHMUCK

Weihnachtsdekoration steigert die Vorfreude auf das anstehende Weihnachtsfest. Deshalb begann am 22. November endlich wieder die langersehnte Dekorationswoche im *Mein Zuhause Nienburg* und seither erstrahlt die Einrichtung wieder in weihnachtlichem Glanze. Wie in jedem Jahr wurden gemeinsam mit den Bewohner/innen Tannenbäume in den Wohnbereichen aufgestellt und anschließend zusammen geschmückt. Dabei wurden Weihnachtslieder angestimmt und weihnachtliche Gedichte rezitiert. Alle genossen merklich die besinnliche Stimmung und das nette

Beisammensein in der Vorweihnachtszeit. Auch im hauseigenen Garten des Innenhofes wurde ein Weihnachtsbaum aufgestellt und ebenfalls mit hübschen Kugeln und einer Lichterkette bestückt. Auch dabei wurde gemeinsam gesungen und viel gelacht. Einige blieben hierbei jedoch lieber im warmen und schauten sich das Spektakel aufmerksam vom Zimmer aus an. Natürlich durfte zum Ende auch die Dekoration in der Cafeteria und im Empfangsbereich nicht fehlen, wo alle noch einmal tatkräftig mit anfassten und ihren Dekorationskünsten freien Lauf ließen.







## NIKOLAUS IM HAUS

Ob jung oder alt – wer freut sich nicht über eine Kleinigkeit am Nikolaustag? Es ranken sich viele verschiedene Geschichten um den bärtigen Mann, aber eines ist klar: Am Vorabend des Nikolaustags stellen insbesondere Kinder bekanntermaßen ihre blank geputzten Schuhe in der Hoffnung vor die Tür, vom Nikolaus mit Apfel, Nuss und Mandelkern beschenkt zu werden. Doch nicht nur für Kinder ist der Nikolaustag von großer Bedeutung,

sondern auch die älteren Generationen erinnern sich gern an die Adventszeit in Kindertagen zurück. Deshalb besuchten die Betreuungsmitarbeiter/-innen pünktlich zum 6. Dezember wieder einmal die Bewohner/-innen des *Mein Zuhause Nienburg* und überreichten kleine Leckereien in Form von Schokolade. Die Senior/-innen freuten sich sichtlich über die kleine Aufmerksamkeit und bedankten sich herzlich bei allen Beteiligten.





## GUTSCHEINE & PRÄSENTKÖRBE

Da die Mitarbeiter/innen des *Mein Zuhause Nienburg* im Jahr 2021 hervorragende Leistungen erbracht haben, sollten sie als Wertschätzung entsprechend belohnt und hervorgehoben werden. Deshalb entschied die Geschäftsleitung gemeinsam mit Einrichtungsleiterin Karin Bach, den Angestellten zum Ende des Jahres eine kleine Überraschung zu machen: Sie organisierten für alle Wohnbereiche und Schnittstellen üppig bestückte Präsentkörbe. Zusätzlich erhielten diejenigen, die im Jahr 2021 durch besonderen Einsatz beson-

ders aufgefallen waren, Gutscheine von einer bekannten, ortsansässigen Parfümerie oder Tankgutscheine. Für alle Personen fand Frau Bach bei der Übergabe die passenden Worte und sprach im Namen der gesamten Einrichtung ihren Dank aus. Unter tosendem Applaus wurden die Präsentkörbe und Gutscheine entgegengenommen. Alle freuten sich sichtlich über die gelungene Überraschung und bedankten sich herzlich für die schöne Wertschätzung.











## WEIHNACHTSFEST

Trotz strenger Beschränkungen organisierten die Betreuungsmitarbeiter/innen des *Mein Zuhause Nienburg* ein besinnliches, wohnbereichsbezogenes Zusammensein unter den aktuell geltenden Abstands- und Hygienemaßnahmen. Auch in diesem Jahr wurde das Beste aus der Situation gemacht, um den Bewohner/innen einen schönen Weihnachtstag zu bescheren. Wie auch schon in den vergangenen Jahren ging der Weihnachtsmann selbstverständlich gemeinsam mit seinem Weihnachtsengel durch die Wohnbereiche und verteilten Weihnachtsgeschenke. Natürlich durften an dieser Stelle die klassischen Weihnachtslieder und altbekannten Gedichte nicht fehlen.

Währenddessen wurde natürlich auch für das leibliche Wohl der Bewohner/innen gesorgt und leckerer Kuchen gereicht. Dazu gab es – für diejenigen, die wollten – wohlschmeckenden Glühweinpunsch. Nach dem gemeinsamen Schlemmen trugen die Betreuungsmitarbeiter/innen verschiedene lustige und auch tiefsinnige Gedichte vor und stimmten mit den Teilnehmer/innen das ein oder andere Weihnachtslied an. Anschließend erinnerte man sich in Gesprächen an Kindertage und es wurde von alten Traditionen und Weihnachtsbräuchen erzählt.



## KNALLIGER SILVESTEREMPfang

---

Mit viel guter Laune und Partymusik zogen die Mitarbeiter/innen am 31. Dezember durch die Wohnbereiche und beendeten das Jahr mit einem knalligen Auftritt. Hierzu wurde im Vorfeld der Servierwagen vorbereitet und mit kleinen Snacks bestückt. In Kleingruppen trafen sich die Bewohner/innen und Betreuungskräfte und ließen das Jahr gemeinsam Revue passieren. Zusammen schwelgte man in Erinnerungen an die letzten Jahre und tauschte sich aus. Während reger Unterhaltungen wurde gemeinsam auf das alte und auf das kommende neue Jahr angestoßen. Nach alter Tradition starteten die Bewohner/innen anschließend Tischfeuerwerke, um die bösen Geister des alten Jahres zu vertreiben. Wer nicht selbst

kommen konnte, wurde im eigenen Zimmer besucht, wo dann gemeinsam angestoßen und über das letzte Jahr philosophiert wurde.

„Das Jahr sagt „Tschüss, auf Wiedersehen!“

Wie wird es uns im neuen ergehen? Mulmig wird mir da im Herzen, grübelnd sitz ich hier bei Kerzen. Wieder ist ein Jahr vorbei, Zeit scheint hierbei einerlei.

Alles geht so rasend schnell, morgen schon alt, was gestern noch aktuell. Drum wünschen wir fürs neue Jahr viel Zeit, viel Frohsinn und viel Heiterkeit. Ganz viel Liebe soll dich umhüllen und all deine Wünsche sollen sich erfüllen.“





## **IMMER WIEDER LECKER**

---

Ein einladender Geruch lag in der Luft, sodass einem regelrecht das Wasser im Mund zusammen lief, denn die Betreuungskräfte haben für die Bewohner/innen des *Mein Zuhause Nienburg* wieder einmal frische Waffeln gebacken. Diese kamen diesmal in fruchtiger Begleitung daher, denn zu den Waffeln wurden leckere Sauerkirschen gereicht. Noch dampfend wurden die Waffeln im

Speisesaal oder im eigenen Zimmer serviert. Der leckere Duft von frisch gebackenen Waffeln, der sich hierbei über die Wohnbereiche ausbreitete, ließ die Bewohner/innen in Erinnerungen schwelgen und regte zum gemeinsamen Plausch an. Alle freuten sich sehr über den gelungenen Snack und ließen sich die warmen Waffeln mit Sauerkirschen sichtlich schmecken.





## DIE FRECHEN KANINCHEN

Tiere haben einen positiven Einfluss auf den Menschen. Dies ist schon lange bekannt und wurde bereits durch viele Studien belegt. Ob Hund, Katze, Maus oder Kaninchen – Tiere vermitteln bedingungslose Nähe, ermöglichen Körperkontakt und emotionale Wärme. Dies wirkt sich stimmungsaufhellend und positiv auf das Wohlbefinden der Tierhalter aus. Des Weiteren ermöglichen Tiere Körperkontakt und stärken so das Selbstwertgefühl der jeweiligen Person, die sich in diesem Augenblick als wertvoll und liebenswert empfindet. Natürlich kann ein Tier die Pflege und Betreuung nicht ersetzen, aber es aktiviert die Ressourcen der Bewohner/innen und sorgt für jede Menge Gesprächsstoff. Aus diesen Gründen entschied sich Einrichtungsleiterin Frau Bach dazu, den Bewohner/innen den Wunsch eines Haustieres nicht zu verwehren. Bereits im Jahr 2018 erhielt die Einrichtung *Mein Zuhause Nienburg* daher fünf Kaninchen, die für viel Freu-

de und positive Resonanz sorgten. Oft saßen die Bewohner/innen im Garten und beobachteten die Kleinen stundenlang. Gerne wurde auch bei der Versorgung mitgeholfen. Die Kleinen wurden aus dem Tierheim erworben. Leider waren sie zum Zeitpunkt ihrer Adoption schon älter, sodass mittlerweile alle Kaninchen altersbedingt verstorben sind. Nach einer längeren Trauerphase entschlossen wir uns nun dazu, das Kaninchengehege wieder neu zu besetzen.

Seit Juli 2021 dürfen sich die Bewohner/innen wieder an den tierischen Neuzugängen „Morle“, „Bambi“, „Caramello“ und „Ratatouille“ erfreuen. Nach ihrem Einzug erhielten die vier Nager zunächst jede Menge Streicheleinheiten durch die Mitarbeiter/innen und bekamen regelmäßiges Leinentraining mit dem Geschirr, was den Kaninchen sichtlich zu gefallen schien: Munter hoppelten sie hierbei durch ihr neues Territorium und erkundeten jede Ecke des Gartens. Hier und da





wurde geschnüffelt und frisches Grün probiert. Die Kaninchen übernachteten seitdem wieder im Gartenhaus, das 2018 extra zum Kaninchenstall mit reichlich Auslauf umfunktioniert wurde.

Nach einigen Wochen des intensiven Trainings wurden die Kaninchen dann schließlich auch den Bewohner/innen des *Mein Zuhause Nienburg* präsentiert. Alle waren sichtlich erfreut und schlossen die Kleinen direkt in ihr Herz. Seitdem finden innerhalb der Einrichtung wieder regelmäßig Tierbesuche und Kaninchengruppen statt, in denen die Tiere liebkost, gestreichelt und gefüttert werden. Doch auch die Pflegekräfte haben schon die ein oder andere lustige Situation mit den Tieren erlebt. Als die Kaninchen noch gar nicht lange im Heim waren, brach Ratatouille, der kleinste, aber wohl auch mustigste von allen, aus dem Außengehege aus! Ein besorgter Nachbar meldete sich und fragte,

ob ein Kaninchen vermisst würde. Anschließend begann eine rasante Verfolgungsjagd quer durch den Garten auf das Nachbargelände und wieder zurück. Hierbei sorgte Ratatouille nicht nur beim Nachbarn, Mitarbeiter/innen und Bewohner/innen für große Aufmerksamkeit – auch die Handwerker/innen von nebenan, die auf dem Nachbargelände mit Bauarbeiten beschäftigt waren, beobachteten das wilde Treiben und amüsierten sich köstlich. Alle rannten dem kleinen Ratatouille hinterher, der sich immer wieder unter der angrenzenden Hecke zu verstecken versuchte. Letztendlich waren vier Mitarbeiter/innen und der Nachbar involviert, um den kleinen Frechdachs mit vereinten Kräften wieder einzufangen. Die Fahndung nach dem Kaninchen dauerte schließlich dreißig Minuten, bis eine Mitarbeiterin der Betreuung das Kaninchen in Nachbars Garten durch einen beherzten Sprung mit einer Decke einfing. Alle Beteiligten blieben hierbei zum Glück unverletzt. Der Ausbruchversuch sorgte bei allen Beteiligten für heitere Stimmung. Insbesondere die zahlreichen Zuschauer/innen, die sich während des Spektakels versammelt hatten, fanden sichtlich Gefallen an der wilden Jagd und lachten herzlich.

Nach diesem Vorfall wurde das Außengehege noch einmal überarbeitet, um weitere Ausbruchversuche zu vermeiden. Um dem großen Bewegungsdrang der Kaninchen nachzukommen, installieren die Mitarbeiter/innen seitdem regelmäßig verschiedene „Turngeräte“ im Hasenstall. Zuletzt wurde eine Wäscheleine, an der Möhren hingen, im Gehege aufgehängt. Hierbei stellten sich die Kaninchen auf die Hinterbeine, um an ihre Leckerbissen zu kommen.

Sobald es wieder wärmer wird und die Temperaturen es zulassen, kann man die Kaninchen auch wieder im hauseigenen Garten bei ihren munteren Turnübungen beobachten.





Lieferdienst

Basiskatalog 2 / 2021

## SHOPPING WAR NOCH NIE SO EINFACH

Vor großen Supermarktregalen fühlen sich Senior/innen nicht immer wohl und gerade zu Corona-Zeiten mag man sich nur ungern durch enge Gänge drängen. Seit September 2021 bietet das Personal des *Mein Zuhause Nienburg* den Bewohner/innen deshalb an, ganz unkompliziert und bequem von zu Hause aus zu shoppen und verschiedenste Hygieneprodukte, Knabberereien, Schreibwaren, Zeitschriften und vieles mehr über den sogenannten „Emma Lieferdienst“ zu bestellen. Innerhalb von 48 bis 72 Stunden kommt die Bestellung dann mit dem Paketdienst direkt

zu uns ins Haus. Das Vorsortieren der gelieferten Artikel hat hierbei bereits Emmas Lieferdienst übernommen, sodass die fertig gepackten Tüten nur noch an die Bewohner/innen verteilt werden müssen. Der Lieferdienst ist für alle eine große Bereicherung: mit Freude werden die Kataloge studiert und Waren ausgesucht. Die Mitarbeiter/innen der Betreuung übermitteln schlussendlich die Bestellwünsche über die Internetseite des Lieferdienstes – so entspannt und einfach war Shopping noch nie!





## FACHKRÄFTE VON MORGEN

---

Im April 2022 darf das Team des *Mein Zuhause Nienburg* neun neue Auszubildende begrüßen, die den Beruf als Pflegefachfrau/Pflegefachmann erlernen möchten. Damit startet bereits der dritte Ausbildungsjahrgang. Der theoretische Unterricht findet an verschiedenen Berufsschulen statt, die teilweise sogar außerhalb des Landkreises liegen. Die praktischen Unterrichtsstunden werden in den jeweiligen Betrieben absolviert. Schritt für Schritt werden die Schüler/innen an die Hand genommen und an den Berufsalltag und die vielfältigen Aufgaben herangeführt. Diese Aufgabe übernimmt im *Mein Zuhause Nienburg* die Praxisanleiterin Alina-Nicoleta Besleaga: Sie nimmt die Schüler/innen während ihrer Ausbildungszeit unter ihre Fittiche und vermittelt ihnen das nö-

tige Fachwissen. Durch Frau Besleagas pädagogische Kompetenzen und ihre aufgeschlossene und geduldige Art vermittelt sie den Auszubildenden hierbei Sicherheit, nimmt Ängste und fungiert somit auch als Vertrauensperson für die jungen Berufsneulinge. Im April wird es dann 24 Auszubildende in der Einrichtung geben. 22 davon machen die generalistische Ausbildung, zwei machen die Ausbildung nach altem Standard.

Die Pflegekräfte der Einrichtung freuen sich schon: „Es macht großen Spaß, zu beobachten, wie die Auszubildenden immer selbstsicherer werden und mit Begeisterung ihre Tätigkeiten ausüben. Wir freuen uns schon sehr auf die Neuen, die im April starten werden.“



## AB IN DEN SÜDEN

Im Herbst sieht man sie in Scharen am Himmel fliegen und im Frühling freut man sich, wenn man sie wieder aus den Wipfeln singen hört: Zugvögel. Doch woher wissen sie, wann und wohin sie jedes Jahr fliegen müssen?

In Deutschland brüten ungefähr 250 unterschiedliche Vogelarten. Gut die Hälfte davon sind Zugvögel, die den Winter in wärmeren Regionen wie Südeuropa oder Afrika verbringen. Die winterliche Kälte macht ihnen nicht viel aus, aber da die Insekten, die den Vögeln als Nahrung dienen, die kälteren Monate nicht überstehen oder sich wie Kröten und Frösche unter Baumrinde, in den Boden oder an andere unerreichbare Stellen zurückziehen, sind die heimischen Zugvögel gezwungen, sich in wärmere Gefilde zu begeben. Manche Zugvogelarten fliegen schon im August los, andere erst im Oktober oder noch später. Zwischen März und Mai kehren sie in ihre Brutgebiete zurück.

Dabei hilft ihnen eine Art Kalender im Kopf, den sie von ihren Eltern erben. So machen sie sich jedes Jahr ungefähr zur selben Zeit auf den Weg. Auf ihrer Reise reagieren sie aber dennoch auf unvorhergesehene Ereignisse wie schlechtes Wetter. Wenn der Winter in ihren Brutgebieten länger dauert, rasten sie und warten, bis das Wetter besser wird oder fliegen wie z. B. Kraniche wieder zurück in den Süden.

Neben einem Kalender haben Zugvögel aber auch noch eine Landkarte bzw. einen Kompass im Kopf. Auf ihren Routen folgen sie ihrem angeborenem Instinkt, der ihnen den Weg weist. Nachts orientieren sie sich am Sternenhimmel, tagsüber an Sonne und Landschaft, wobei sie Gebirgen und großen Wasserflächen ausweichen. Sie folgen aber Flussläufen, Meeresküsten und sogar Autobahnen.

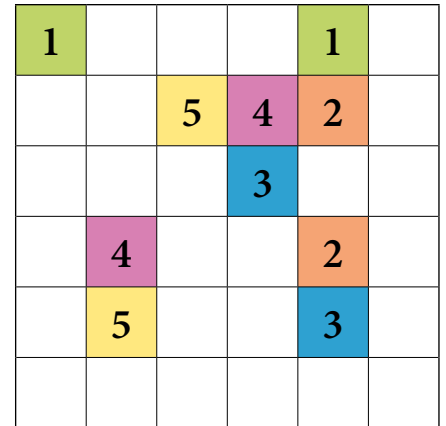
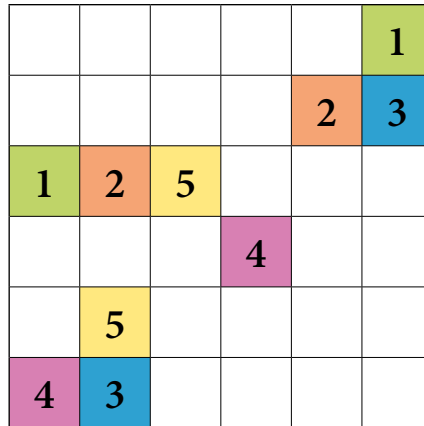
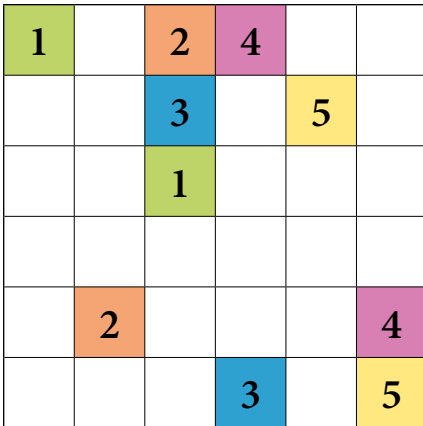
Der kleinste Zugvogel Europas ist das Sommergoldhähnchen. Der kleine Vogel hat nur 13 Zentimeter Flügelspannweite, ein Gewicht von sechs Gramm und düst jedes Jahr zum Mittelmeer und zurück. Ein naher Verwandter von ihm, das Wintergoldhähnchen, bleibt auch im Winter bei uns, woher auch sein Name kommt.

Den weitesten Weg zwischen Sommer- und Winterresidenz nehmen Küstenseeschwalben auf sich: Sie pendeln jedes Jahr zwischen ihren Brutstätten am Nordmeer und der Antarktis hin und her, also zwischen 30.000 bis 50.000 Kilometer! Dabei nutzen sie die starken Ozeanwinde und legen so am Tag gut 500 Kilometer zurück.



# RÄTSELECKE

Verbinden Sie gleiche Nummern mit Linien, ohne ein Feld zweimal zu nutzen.



Können Sie die nächste Zahl der entsprechenden Zahlenreihe vorhersehen?

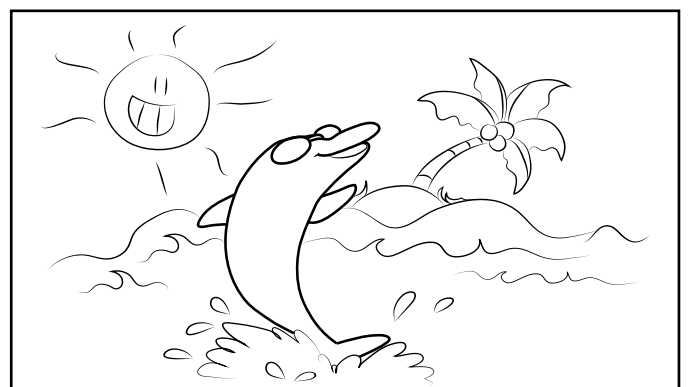
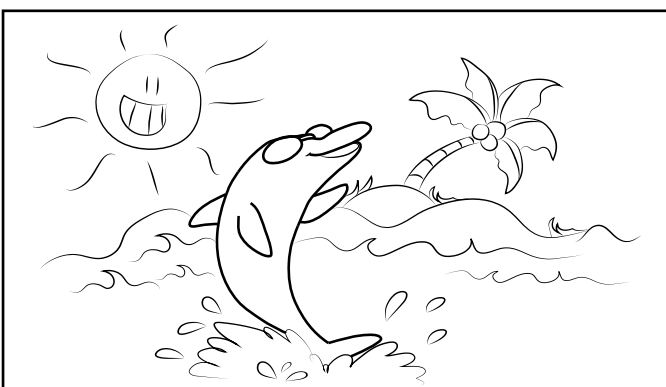
2	4	6	8	10	12	14	16	
---	---	---	---	----	----	----	----	--

99	105	83	89	67	73	51	57	
----	-----	----	----	----	----	----	----	--

2	4	3	6	5	10	9	18	
---	---	---	---	---	----	---	----	--

33	34	36	39	43	48	54	61	
----	----	----	----	----	----	----	----	--

Im rechten Bild haben sich zehn Fehler eingeschlichen. Können Sie alle finden?





## QUIZ: VÖGEL

Der Frühling ist auch die Zeit, in der die Vögel wieder ihre Lieder erklingen lassen und mit dem Nestbau beginnen. Testen Sie Ihr Wissen!

- 1 Welcher dieser Vögel kann nicht fliegen?
  - a) Eisvogel
  - b) Kanarienvogel
  - c) Strauß
- 2 Welcher Vogel frisst gerne Aas?
  - a) Geier
  - b) Meise
  - c) Sperling
- 3 Welcher dieser Vögel ist kein Raubvogel?
  - a) Bussard
  - b) Specht
  - c) Adler
- 4 Mit welcher Nonstop-Strecke stellte ein Pfuhlschnepfenweibchen 2007 einen Weltrekord auf?
  - a) ca. 7.500 Kilometer
  - b) ca. 9.500 Kilometer
  - c) ca. 11.500 Kilometer
- 5 Wie oft brüten Amseln pro Jahr in der Regel?
  - a) Einmal
  - b) Zweimal
  - c) Dreimal
- 6 Im Wald kommunizieren Kohlmeisen über Distanzen von 120 Metern. Wie groß ist ihre Kommunikationsdistanz in der Stadt?
  - a) 90 Meter
  - b) 60 Meter
  - c) 30 Meter
- 7 Welcher flugfähige Vogel hat die weltweit größte Flügelspannweite?
  - a) Wanderalbatros
  - b) Steinadler
  - c) Andenkondor
- 8 Woraus ist der Schnabel vieler Vogelarten?
  - a) Knochen
  - b) Horn
  - c) Knorpel
- 9 Welche Geschwindigkeit kann ein Wanderfalke im Sturzflug erreichen?
  - a) 220 km/h
  - b) 320 km/h
  - c) 420 km/h



## SCHON GEWUSST...?

### ...wie der älteste bekannte Geheimcode der Welt funktioniert?

Der älteste bekannte Geheimcode der Welt ist die sogenannte „Skytale“. Sie wurde bereits vor mehr als 2500 Jahren vom griechischen Militär und insbesondere den kriegerischen Spartanern verwendet. Der Name bedeutet so viel wie „Stab“ oder „Stock“ und weist damit bereits auf den essenziellen Bestandteil der Geheimsprache hin: Es wurde ein Pergamentstreifen oder Lederband wendelförmig um einen Holzstab geschlungen und quer darauf eine Botschaft geschrieben. Abgewickelt war dann nur eine scheinbar willkürliche Buchstabenfolge zu sehen, die teilweise sogar als Gürtel umgebunden wurde.



### ...wie schnell Sternschnuppen am Himmel unterwegs sind?

Sternschnuppen sind die Leuchterscheinungen von Meteoriten am Himmel. Ihr Name leitet sich von der „Schnuppe“, der Bezeichnung für das glimmende Dochtende einer Kerze, ab. Sie rasen mit einer Geschwindigkeit von 250.000 km/h durch das Weltall. Das ist zehnmals schneller als ein Spaceshuttle und wird sogar als Donnergeröll hörbar, wenn sie in die Atmosphäre eindringen.



### ...dass man früher Bücher wortwörtlich aufgeschlagen hat?

Im Mittelalter wurden Buchseiten häufig mit Buchdeckeln aus Holz eingefasst. Das Papier nahm mit der Zeit Feuchtigkeit auf und wurde dicker. Damit sie trotzdem zusammenhielten, besaßen fast alle Bücher seitlich ein bis zwei Schließen aus Metall. Um es zu öffnen, legte man es auf einen Tisch und schlug auf den Deckel, wodurch es aufsprang.



### ...wie verrückt die Deutschen nach Brot sind?

Private Haushalte in Deutschland kauften laut der Gesellschaft für Konsumforschung (GfK) im Jahr 2018 ca. 1.681.000 Tonnen Brot und generierten damit einen Umsatz von mehr als 4,2 Milliarden Euro. Das bedeutet, dass 2018 jeder Deutsche im Schnitt 45,5 mal Brot gekauft hat. Derzeit gibt es über 3.000 Brotspezialitäten, die im Deutschen Brotregister des – wie könnte es auch anders sein – Deutschen Brotinstituts registriert sind. Am beliebtesten sind Mischbrote aus Weizen- und Roggenmehlen.





## GEBURTSTAGE

Wir gratulieren all unseren Frühlings-Geburtstagskindern und wünschen von Herzen nur das Beste, viel Glück und Gesundheit!



ELIZABETH II.

Queen Elizabeth Alexandra Mary Windsor ist die Königin des Vereinigten Königreichs von Großbritannien und Nordirland, die seit ihrer Thronbesteigung im Jahr 1952 seit 70 Jahren das Staatsoberhaupt des United Kingdoms sowie der Commonwealth-Mitgliedsstaaten und damit die am längsten gediente Monarchin der britischen Geschichte ist. Sie wurde am 21. April 1926 in Mayfair, City of Westminster, London in England geboren und feiert 2022 ihren 96. Geburtstag.



FRANK ELSTNER

Timm Maria Franz Elstner, wie er mit richtigem Namen heißt, ist ein deutscher Fernsehmoderator und TV-Produzent, der die deutsche Fernsehlandschaft als Erfinder zahlreicher Fernsehformate, zu denen unter anderem „Die Montagsmaler“ (1974) und auch „Wetten, dass...?“ (1981) zählen, nachhaltig geprägt hat. Er wurde am 19. April 1942 in Linz in Österreich geboren und feiert in diesem Jahr seinen 80. Geburtstag.



# LACHEN IST GESUND

Wenn wir lachen, wirkt sich das auf Körper und Seele aus. Lachen kann Stress abbauen, entspannen und soll Glückshormone freisetzen. Es hilft sogar gegen Schmerzen. Deswegen lesen Sie unbedingt wieder die Witze dieser Ausgabe!



Quelle: www.spass.net

Der Verkäufer preist ein Hörgerät an: „Dieses Gerät kann ich ihnen sehr empfehlen. Ich trage es nämlich selbst.“ Der Kunde fragt: „Und was kostet es?“ Darauf der Verkäufer: „Nein, es ist eine gute Qualität. Das Gerät rostet nicht!“

Zwei Möbelpacker sollen ein Klavier in den achten Stock eines Hauses tragen. Schon nach ein paar Stufen fängt der eine an zu stöhnen: „Du, ich muss dir dringend etwas sagen!“ Darauf der andere: „Das muss warten, bis wir oben sind.“ Oben angekommen fragt der eine: „Und, was wolltest du mir jetzt so Dringendes sagen?“ Antwortet der andere: „Wir sind im falschen Haus...“

Ein Jäger, ein Angler und ein Politiker kommen in den Himmel. Sagt der Engel: „Auf dem Weg dorthin kommt ihr durch einen Sumpf. Und je nach dem wie viel ihr in eurem Leben gelogen habt, steckt ihr mehr oder weniger tief im Sumpf.“ Der Angler sinkt bis zu den Knien ein. Neben ihm der Jäger. Dem reicht der Sumpf nur bis zu den Knöcheln. „Das verstehe ich nicht. Du hast doch sicher genau so viel gelogen wie ich mit deinem Jägerlatein und so“ sagt der Angler. „Sicher“ sagt der Jäger, „aber ich stehe auf den Schultern des Politikers...“

„Sagen Sie, mag dieser große Hund dort auch kleine Kinder?“ „Sicher, aber ich empfehle Ihnen Hundefutter zu kaufen, das kommt auf Dauer billiger...“

69	33	35	57	51	73	67	89	83	105	99
17	2	18	16	14	12	10	8	6	4	2

LÖSUNG RÄTSEL S. 21

## MITARBEITER/INNEN STELLEN SICH VOR

Wir stellen Ihnen in dieser Ausgabe zwei neue Mitarbeiter/innen vor, die kürzlich das Team im *Mein Zuhause Nienburg* erweitert haben.

### ANGELA SHIRLEY LORRAINE MOANE

**Welchen Beruf üben Sie aus?**

Ich bin Pflegehilfskraft.

**Was gefällt Ihnen an Ihrer Arbeit? Warum haben Sie diesen Beruf ergriffen?**

Ich wollte mal etwas Neues ausprobieren. Inzwischen kann ich mir nicht mehr vorstellen, etwas anderes zu machen. Ich liebe es, den Menschen zu helfen und sie zu unterstützen. Ihre Dankbarkeit ist ein tolles Gefühl.

**Mit welchen drei Wörtern würden Sie sich selbst beschreiben?**

Organisiert, teamfähig, zuverlässig.

**Woran machen Sie für sich fest, dass der Frühling begonnen hat?**

Im Frühling scheint die Sonne endlich wieder mehr und die Blumen fangen an zu blühen.

**Was mögen Sie am Frühling?**

Die Sonne – sie lässt das Gemüt aufblühen.

**Worauf freuen Sie sich im Frühling?**

Am meisten auf die Spaziergänge mit meiner Tochter.

**Haben Sie Frühlingstraditionen?**

Nein, eigentlich nicht.

**Was gehört für Sie unbedingt zu Ostern dazu?**

Ein großes Essen mit der Familie.

**Was wünschen Sie sich für dieses Jahr?**

Ich würde mich gerne endlich wieder mit der ganzen Familie treffen dürfen. Ansonsten natürlich Gesundheit und Zufriedenheit.

**Mit welcher Person würden Sie sich gerne einmal unterhalten?**

Da fällt mir tatsächlich niemand ein.

**Was war das schönste Geschenk, das Sie jemals bekommen haben?**

Meine Tochter.



## DANIEL DAVID MONTAG

### Welchen Beruf üben Sie aus?

Ich bin seit Anfang des Jahres als Pflegehilfskraft im *Mein Zuhause Nienburg* beschäftigt.

### Was gefällt Ihnen an Ihrer Arbeit? Warum haben Sie diesen Beruf ergriffen?

Mir gefällt es, den Bewohner/innen bei Sachen zu helfen, die sie nicht mehr eigenständig absolvieren können. Es freut mich immer, wenn ich sie zum Lächeln bringen kann.

### Mit welchen drei Wörtern würden Sie sich selbst beschreiben?

Hilfsbereit, teamfähig und humorvoll. Ich nehme mich selbst nicht zu ernst.

### Woran machen Sie für sich fest, dass der Frühling begonnen hat?

Im Frühling bin ich besonders aktiv. Die Pollen machen mir den Frühlingsbeginn zwar etwas schwer, aber ich freue mich dennoch sehr auf den Frühling.

### Was mögen Sie am Frühling?

Die blühenden Wiesen und das schöne Wetter. Es geht auf den Sommer zu und das ist meine Lieblingsjahreszeit.

### Worauf freuen Sie sich im Frühling?

Auf die Osterglocken und auf das gute Wetter. Man merkt auch an seinen Mitmenschen, dass

der Frühling kommt – die Laune wird automatisch besser.

### Haben Sie Frühlingstraditionen?

Der altbekannte Frühjahrsputz. Das Dekorieren mag ich auch gerne, insbesondere die Weidenkätzchen sind meine Lieblingssträucher zum Osterfest.

### Was gehört für Sie unbedingt zu Ostern dazu?

Das Frühstück mit der Familie.

### Was wünschen Sie sich für dieses Jahr?

Dass meine Familie und Freunde gesund bleiben und dieser ganze Wahnsinn endlich auch mal ein Ende hat.

### Mit welcher Person würden Sie sich gerne einmal unterhalten?

Helene Fischer. Ich habe sie schon mehrfach live gesehen, aber noch nie mit ihr gesprochen. Das wäre einer meiner größten Träume. Warum gerade Helene? Sie fasziniert mich, mit ihrer Art.

### Was war das schönste Geschenk, das Sie jemals bekommen haben?

Es gibt viele schöne Geschenke, aber das schönste ist meine Familie, dass ich gesund bin und meine Familie auch.

## *Mein Zuhause Nienburg*

**Adresse** Marienstraße 3 | 31582 Nienburg

**Telefon** 05021 - 89411 - 0

**Telefax** 05021 - 89411 - 490

**E-Mail** [nienburg@perfekta-pflege.de](mailto:nienburg@perfekta-pflege.de)

**Web** [www.perfekta-pflege.de](http://www.perfekta-pflege.de)