

Hauszeitung

Mein Zuhause Nienburg

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

Sommer
2022

ENDLICH
SOMMER!
WO IST MEIN
EIS?



RÄTSELECKE

In dieser Ausgabe finden Sie Gedicht-, Logik- und Matherätsel, die Ihre grauen Zellen trainieren

AKTUELLES

Am 10. Mai wurde mit Ton gearbeitet und es entstanden bunte Kunstwerke

BEGEGNUNGEN

Wir stellen Ihnen natürlich auch wieder neue Mitarbeiter/innen vor

Sommer 2021

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

AKTUELLES

- 8 Alles Liebe zum Valentinstag
- 10 Ausflug ans Steinhuder Meer
- 12 Weltfrauentag
- 14 Bummel zum Weserwall
- 15 Männer unter sich – Stammtisch
- 16 Frühjahrsspaziergang
- 18 Süßes für den Gaumen
- 20 Jahrmarkt
- 24 Spaziergang zum Wochenmarkt
- 26 Eierfärben zum Osterfest
- 27 Osterbrunch
- 28 Gemeinsame Gartenarbeit
- 30 Alles Liebe zum Muttertag
- 31 Kreatives Gestalten mit Ton



AUSFLUG ZUM STEINHUDER MEER

Am 3. März machten einige Bewohner/innen und Pflegekräfte einen Ausflug zum Steinhuder Meer und verbrachten einen wunderbaren Tag bei herrlichem Wetter.



GARTENARBEIT

Am 28. April versammelten sich einige Bewohner/innen im hauseigenen Garten, um gemeinsam mit den Betreuungskräften die Blumenkästen neu zu bepflanzen und ein Hochbeet auf Vordermann zu bringen.

RÄTSELECKE

- 32 Wer hat an der Uhr gedreht?
- 33 Rätselecke
- 34 Quiz: Die Europäische Union
- 35 Schon gewusst...?

ALLGEMEIN

- 36 Geburtstage
- 37 Lachen ist gesund

BEGEGNUNGEN

- 38 Mitarbeiter/innen stellen sich vor: Karolina Levanic



GEBURTSTAGE

Wir gratulieren herzlich allen Sommer-Geburtstagskindern und zeigen Ihnen, welche Stars ebenfalls in der heißen Jahreszeit ihren Geburtstag feiern.



MITARBEITER/INNEN

In dieser Ausgabe stellen sich zwei neue Mitarbeiterinnen vor: Karolina Levanic und Nina Schmidt erzählen kurz von sich und beantworten einige Fragen rund um die Jahreszeit Sommer.



Liebe Leserin, lieber Leser,

die Hitzeglocke hängt über dem Land, die Luft flimmert und es riecht nach trockenem Gras – es ist Sommer!

Die Temperaturen klettern aktuell bis 30 °C und höher, sodass man abendliche Spaziergänge in T-Shirt und kurzer Hose machen kann, sofern man sich nicht an den Mücken stört, die einen begleiten und nur auf die Gelegenheit warten, ihrem Opfer die erholsame Kühle der Nacht mit juckenden Stichen zu verderben.

Viele packen ihre Sachen und flüchten in andere Länder, um dem Alltag zumindest für zwei, drei Wochen zu entkommen und stattdessen das gute Wetter zur Entspannung und Erholung zu nutzen. Dabei zieht es die Deutschen im Sommer wie die Zugvögel im Winter in südliche Gefilde: Österreich, Italien und Spanien sind unsere beliebtesten Reiseziele innerhalb Europas. Da ist es nicht verwunderlich, dass es im Sommer regelmäßig zu langen Staus auf den Autobahnen in Richtung Süden kommt. Nur die Klimaanlage schützt die Menschen vorm Zerfließen in ihren fahrenden Backöfen, die sich dann nachmittags auf dem glühenden Asphalt stauen.

Im Urlaub angekommen, verspüren viele dann den Drang, ihre Eindrücke und Erlebnisse auch direkt mit Familie und Freunden zu teilen, sei es in Form von Texten, Bildern oder Videos. Dieses Bedürfnis ist nicht neu, denn schon vor der Erfindung des World Wide Web gab es die Tradition, aus dem Urlaub Grüße und kurze Berichte in Form von Postkarten zu versenden. Heutzutage geht das viel schneller: Man macht ein Foto und veröffentlicht es dann mit einem Klick im sozialen Netzwerk seiner Wahl. Grundsätzlich spricht ja auch nichts dagegen, andere an schönen Momenten des wohlverdienten Sommerurlaubs teilhaben zu lassen, doch übertreiben es viele mit dem Knipsen und vergessen dabei völlig, den Urlaub auch zu genießen. Passend dazu sang schon der Rapper und Sänger Alligatoah in einem seiner Lieder: „Hätt' ich nicht alles schon gepostet, gäb' es viel zu berichten.“ Tatsächlich kann es sehr schön sein, nicht alles live in den Äther hinauszublase, sondern die Eindrücke bewusst wahrzunehmen und nur wenige, aber dafür persönlich wertvolle Bilder zu machen, die man sich später ggf. an einem netten Abend gemeinsam ansehen kann.

Ansonsten hat man schnell das Problem wie ein Paar, das alles zusammen macht: Man hat sich nicht mehr viel zu erzählen.

Um der Hitze hier zu Hause etwas entgegenzusetzen, gibt es viele Möglichkeiten: ein Schwimmbecken oder zumindest ein kühles Fußbad, Ventilatoren, Sonnenschirme oder auch Speiseeis. Besonders bietet sich hier der Klassiker an: Eiskaffee. Einfach Kaffee kochen, kalt werden lassen und dann mit Vanilleeis und etwas Sahne verfeinern. Wer keinen Kaffee mag, kann sich mit ein paar simplen Zutaten einen leckeren Eistee selbst machen: Brühen Sie dazu einfach einen Liter Wasser mit vier Teebeuteln schwarzen Tees auf, lassen sie ihn 3-5 Minuten ziehen, gießen ihn in eine hitzebeständige Karaffe, rühren nach Belieben Zucker ein und lassen ihn dann abkühlen. Bevor sie ihn dann kalt genießen, pressen Sie eine Zitrone aus und geben Sie den Saft, Scheiben einer weiteren Zitrone und einige Blätter Minze hinein. So lecker kann der Sommer sein.

Ich wünsche Ihnen eine angenehme und erlebnisreiche Sommerzeit!

Sören von Hertzberg

Die Nachtigall

von Theodor Storm

Das macht, es hat die Nachtigall

Die ganze Nacht gesungen;

Da sind von ihrem süßen Schall,

Da sind in Hall und Widerhall

Die Rosen aufgesprungen.

Sie war doch sonst ein wildes Blut

Nun geht sie tief in Sinnen,

Trägt in der Hand den Sommerhut

Und duldet still der Sonne Glut

Und weiß nicht, was beginnen.

Das macht, es hat die Nachtigall

Die ganze Nacht gesungen;

Da sind von ihrem süßen Schall,

Da sind in Hall und Widerhall

Die Rosen aufgesprungen.

VERANSTALTUNGSKALENDER

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

JUNI

Do	09.06.22	14:30 Uhr	Eisfest „Bella Italia“
Mi	22.06.22	15:30 Uhr	Andacht zu Pfingsten
Do	23.06.22	14:30 Uhr	Sommerfest unter dem Motto der 60er Jahre
Do	30.06.22		Ausflug zum Wolfcenter

JULI

Di	05.07.22	14:30 Uhr	Cocktail-Nachmittag
Fr	08.07.22	09:30 Uhr	Ausflug zum Wassarium
Do	14.07.22	10:30 Uhr	Andacht
Fr	15.07.22	09:30 Uhr	Ausflug zum Wassarium
Di	26.07.22	14:30 Uhr	Cocktail-Nachmittag

AUGUST

Do	04.08.22	10:00 Uhr	Eisvormittag
Mi	10.08.22	15:30 Uhr	Andacht
Do	11.08.22	14:30 Uhr	Blaubeerfest
Fr	19.08.22	09:30 Uhr	Picknick an der Weser Andacht

DER SOMMER VOR...

... 50 Jahren

Am 9. Juni 1972 änderte der Deutsche Bundestag das Bundeswahlgesetz und senkte damit das aktive Wahlalter von 21 Jahren auf 18 Jahre. Damit sollte jungen Menschen die Chance der Mitwirkung eröffnet werden. Heute wird sogar diskutiert, ob bereits 16-Jährige wählen dürfen sollten.



... 20 Jahren

Im Sommer des Jahres 2002 gelang dem damals 58-jährigen US-Amerikaner Steve Fossett die erste erfolgreiche Weltumrundung mit einem Heißluftballon. Nach sechs Fehlversuchen, von denen einer ihn beinahe das Leben gekostet hatte, schaffte er es schließlich, flog innerhalb von dreizehneinhalb Tagen einmal um den Globus und landete am 3. Juli wieder auf sicherem Boden.

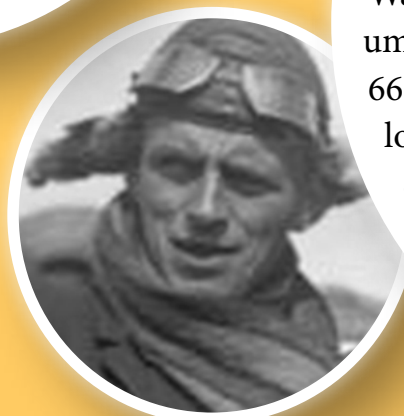


1972 fanden die Olympischen Spiele in München statt. Der US-amerikanische Athlet Mark Spitz gewann ganze sieben Goldmedaillen beim Schwimmen. Die Wettkämpfe wurden leider von einem Attentat überschattet, bei dem elf israelische Athleten von acht Terroristen zunächst als Geiseln genommen und dann ermordet wurden.



... 100 Jahren

Am 18. August 1922 stellte Arthur Martens, Student des Flugtechnischen Instituts der Hochschule Hannover, gleich drei Rekorde auf: Er startete vom Pferdskopf der Wasserkuppe, der höchsten Erhebung Hessens, umrundete den Berg zehnmal und landete nach 66 Minuten Flugzeit. Neben dem ersten motorlosen Stundenflug legte Martens eine Strecke von 8,9 km und 108 m Startüberhöhung zurück. Gleichzeitig nutzte er als erster Segelflieger den Aufwind mit der Technik der liegenden Acht.





ALLES LIEBE ZUM VALENTINSTAG

Valentinstag wurde in Deutschland erst Mitte des 20. Jahrhunderts bekannt. In Deutschland stationierte US-Soldaten brachten den Brauch aus Amerika mit, doch inzwischen hat sich der Valentinstag auch hierzulande als ein bekannter Brauch etabliert. In unserer Region schenken sich zum Valentinstag Verliebte vor allem Blumen - am häufigsten werden dabei rote Rosen gewählt - um

sich die Zuneigung zueinander zu zeigen.

Natürlich wurde am Valentinstag auch an die Bewohner/innen des *Mein Zuhause Nienburg* gedacht. Alle Senior/innen erhielten zum Valentinstag Geschenkpackchen mit leckerer Schokolade. Sie freuten sich sehr über die kleine Aufmerksamkeit und bedankten sich herzlich.





AUSFLUG ANS STEINHUDER MEER

Das Steinhuder Meer bietet Urlaubsgefühl direkt vor der Haustür und ist immer wieder eine Reise wert. Da der beliebte Freizeit- und Badeort auch den Bewohner/innen des *Mein Zuhause Nienburg* in den letzten Jahren immer gut gefallen hat und auch die Sonne seit einigen Tagen wieder nach draußen lockte, machten sich die Bewohner/innen in Begleitung einiger Betreuungsmitarbeiterinnen am 3. März wieder einmal auf den Weg in die landschaftliche Idylle des Steinhuder Meeres. Die maritime Art, die faszinierende Landschaft, die netten Restaurants und das bunte Treiben rund ums Wasser - das Steinhuder Meer hat einiges zu bieten, weshalb es immer wieder ein ideales Ausflugsziel für jung und alt ist. Durch die landschaftliche Vielfalt und die magische Anziehungskraft des Wassers bekommt man vor Ort immer wieder das Gefühl von Urlaubsstimmung vermittelt.

Am Zielort angekommen, machten sich die Bewohner/innen schließlich auf den Weg, schlenderten bei strahlendblauem Himmel die Promenade entlang und ließen die Eindrücke auf sich wirken. Hierbei genossen die Senior/innen sichtlich den Blick auf den See und die malerische Umgebung. Immer wieder blieben sie stehen und schwelgten in Erinnerungen. Bei einem gemeinsamen Kaffeeklang der Tag schließlich an der wunderschönen Promenade des Steinhuder Meeres bei einem netten Gespräch aus.

Der gemeinsame Ausflug war wieder einmal ein gelungener Tag, der bei allen Teilnehmer/innen für sorglose Stimmung und sichtliche Zufriedenheit sorgte. Auch am Nachmittag unterhielten sich die Bewohner/innen noch angeregt über die eindrucksvolle Landschaft und schwelgten in positiven Erinnerungen.





WELTFRAUENTAG

Der Weltfrauentag soll daran erinnern, wie Frauen für ihre Rechte gekämpft haben. Bis heute ist es Tradition, Frauen an diesem Tag Blumen zu schenken, um ihnen Respekt und Wertschätzung entgegenzubringen. Erstmals fand der Frauentag im März 1911 statt und hat auch heute noch weiterhin Tradition. Deshalb erhielten natürlich auch die Mitarbeiterinnen der Einrichtung *Mein Zuhause Nienburg* an diesem Tag eine Rose als kleine Aufmerksamkeit. Anschließend stieß man gemeinsam mit einem Gläschen alkoholfreiem Sekt an. Zusätzlich hat unsere Pflegedienstleitung Herr Besleaga ein paar rührende Worte verfasst und vor allen Mitarbeiterinnen der Einrichtung vorgetragen:

„Heute ist der 8. März – es ist Weltfrauentag! Heute stehen allein die Frauen im Vordergrund.

Sie sind der Hauptbaustein dieser Gesellschaft: Sie sind Mütter, sie sind Schwestern, sie sind Ehefrau, Tochter, Schwiegertochter, Freundinnen. Sie sind sensibel und gleichzeitig stark. Sie haben so viele Sorgen und Verpflichtungen, ... sie gebären Kinder, arbeiten, erziehen, sorgen für Wohlbefinden und Harmonie auf dieser Welt. Heute ist der Tag, an dem wir allen Frauen Dankeschön sagen wollen.

Im Namen der Geschäftsleitung, unserer Einrichtungsleitung Frau Karin Bach und des gesamten Leitungsteams möchten wir euch alle auf diesem Wege alles Liebe zum Weltfrauentag wünschen.“

Die Mitarbeiterinnen freuten sich sichtlich über die gelungene Überraschung und nahmen die Rose dankend entgegen.





BUMMEL ZUM WESERWALL

Gemeinsam machten die Bewohner/innen in Begleitung einiger Betreuungsmitarbeiterinnen einen Bummel am Weserwall entlang und genossen das sonnige Wetter. Dabei beobachteten sie das rege Treiben sowie den Schiffsverkehr auf der Weser und genossen nette Gespräche. Immer wieder verweilten sie in der wohltuenden Sonne, denn diese hat auch im März schon ordentlich Kraft. Inspiriert vom schönen Wetter und der malerischen Umgebung stimmten die Bewohner/innen gemeinsam einige altbekannte Volkslieder wie beispielsweise „Das Weserlied“ an:

*Wo die Weser einen großen Bogen macht,
wo der Kaiser Wilhelm hält die treue Wacht.
Wo man trinkt die Halben in zwei Zügen aus,
da ist meine Heimat, da bin ich zu Haus,
da ist meine Heimat, da bin ich zu Haus.*

*Wir zieh `n ins Weserland,
ins schöne Heimatland,
dich will ich lieben, bis in den Tod.*

*Wir zieh `n ins Weserland,
ins schöne Heimatland,
dich will ich lieben, bis in den Tod*



MÄNNER UNTER SICH – STAMMTISCH

Am 16. März trafen sich die männlichen Bewohner des Hauses wieder einmal zum gemeinsamen Männerstammtisch. Begleitet wurde dieser von den Betreuungskräften des Hauses. Bei einem kühlen Bier tauschten sich die Herren des Hauses über verschiedene aktuelle Themen sowie über Anekdoten aus guten alten Zeiten aus. Bei typi-

schen „Männerthemen“ wie beispielsweise Sport und dem Karten spielen schwelgten die Bewohner in fröhlichen Erinnerungen und diskutierten angeregt miteinander. Der Männerstammtisch war für die Teilnehmer wieder einmal eine gelungene Abwechslung.



FRÜHJAHRSSPAZIERGANG

Am 21. März machten sich die Mitarbeiter/innen gemeinsam mit einigen Bewohner/innen des *Mein Zuhause Nienburg* auf den Weg zu einem gemeinsamen Frühjahrsspaziergang. Dick eingepackt startete die Gruppe bei Sonnenschein in Richtung Stadtpark. Vor Ort entdeckten die Bewohner/innen bereits die ersten Blumen und grünen Triebe an den Sträuchern und Bäumen. Alle waren von der Vielfalt zu dieser Jahreszeit sichtlich beeindruckt. Mehrfach blieben sie stehen und rätselten, um welchen Baum oder um welche Pflanzenart es sich handeln könnte und einige tauschten sich auch über Tipps und Tricks zum Thema Gartenarbeit aus.

Der gemeinsame Spaziergang führte schließlich auch am Nienburger Stadtgraben vorbei, wo die

Gruppe einen Augenblick lang verweilte und die Enten am Ufer beobachtete. Einige der Enten waren sehr mutig und präsentierten aus nächster Nähe ihr hübsches Federkleid. Dabei stellten die Bewohner fest, dass das Gefieder der männlichen Enten doch viel schöner sei als das der weiblichen Enten. Die Bewohnerinnen in der Runde konnten das bestätigen, sagten aber auch, dass das bei den Menschen genau umgekehrt sei, was für herzliches Gelächter sorgte.

Wie es der Zufall so wollte, kamen die Spaziergänger/innen später noch an einer Holzwerkstatt vorbei, wo es viele wunderschöne, handgearbeitete Holzskulpturen zu bestaunen gab.





SÜSSES FÜR DEN GAUMEN

Waffeln sind bei den Bewohner/innen des *Mein Zuhause Nienburg* besonders beliebt, weshalb nicht verwunderlich ist, dass der Wunsch nach dem leckeren Gaumenschmaus häufig geäußert wird. Gesagt, getan! Die Betreuungsmitarbeiterinnen griffen die Idee auf und stellten abermals frische, schmackhafte Waffeln her. Diese wurden dann allen den ganzen Vormittag lang in der Cafeteria angeboten, sodass sich der leckere Duft im gesamten Haus verbreitete.

Natürlich kamen aber auch die Bewohner/innen auf den Wohnbereichen nicht zu kurz und beka-

men ihre Waffel im Zimmer oder aber zur Stärkung nach dem Gymnastikangebot gereicht. Hierbei konnten sie sogar selbst ihr Topping wählen: Es standen Streusel, Schokoladensoße und ganz traditionell Puderzucker zur Verfügung. Man konnte natürlich auch eine köstliche Mischung aus allen Komponenten wählen. Die kleine Köstlichkeit kam bei allen Bewohner/innen wieder einmal sehr gut an.





JAHRMARKT

Am 8. April organisierten die Betreuungsmitarbeiter/innen des *Mein Zuhause Nienburg* nach langer Veranstaltungsauszeit durch die Corona-Pandemie endlich wieder einen Jahrmarkt im Haus. Die Bewohner/innen hatten hierbei die Möglichkeit, sich bei verschiedenen Attraktionen wie Dosenwerfen, Ring- und Pfeilwurf sowie sich beim Erraten von Gegenständen zu beweisen. Eine Bewohnerin des Hauses hatte im Vorfeld sogar in mühevoller Handarbeit Taschen, Pullover und Socken gestrickt, die sie am besagten Tage

den Bewohner/innen an einem separaten Stand angeboten hat. Natürlich war auch für das leibliche Wohl gesorgt: Während der Veranstaltung gab es viele leckere Knabbereien und Erfrischungsgetränke. Um zusätzlich für ausgelassene Stimmung zu sorgen, wurde der Jahrmarkt durch abwechslungsreiche Musik begleitet. Am Nachmittag ließ man den Jahrmarkt langsam ausklingen, wobei es sich die Senior/innen nicht nehmen ließen, zum Abschluss noch ein paar altbekannte Schlagerlieder anzustimmen.









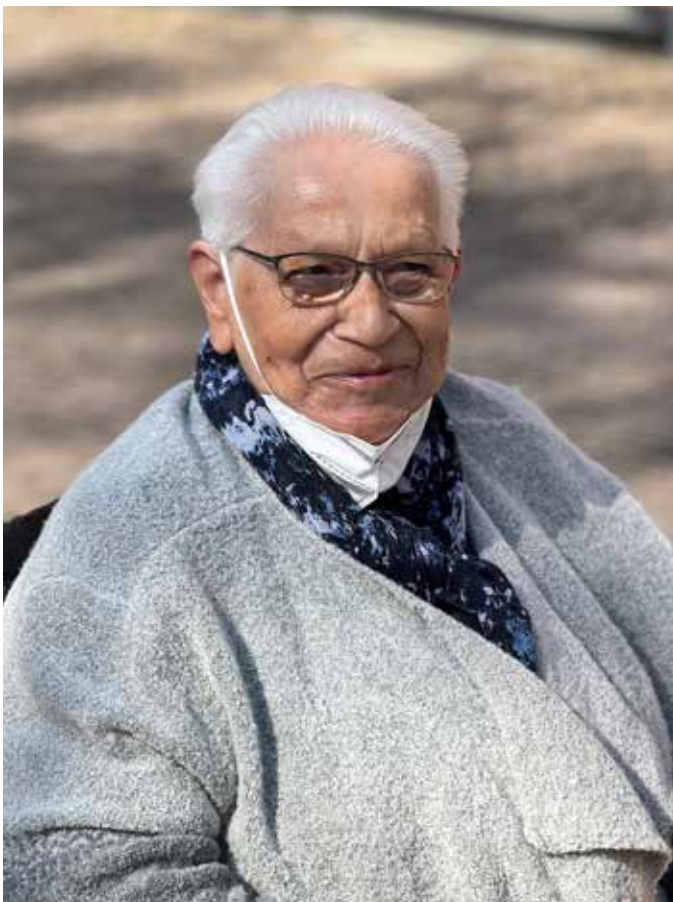
SPAZIERGANG ZUM WOCHENMARKT

Am 13. April trafen sich die Bewohner/innen, die Betreuungskräfte und die Ergotherapeutin zum gemeinschaftlichen Ausflug in das Stadtzentrum. Die Route dorthin führte durch den bekannten Stadtpark und so schlenderte die Gruppe die Parkallee entlang und betrachtete die Schönheit der Natur.

In der Innenstadt angekommen, ließen sich die Bewohner von den vielfältigen Düften und dem reichhaltigen Angebot des Wochenmarktes beeindruckt sowie zum Probieren verleiten. Neben dem bekannten „Nienburger Spargel“ bietet der Markt Obst und allerhand Käse- und Wurstspezialitäten, aber auch Backwaren und weitere Le-

ckereien. Auch eine Auswahl an Fischerzeugnissen ist auf dem Markt zu finden. Die Senior/innen genossen den Spaziergang vorbei an den bunten Ständen und ließen sich Zeit dabei, die Eindrücke auf sich wirken zu lassen. Während die Bewohner/innen das reichhaltige Angebot betrachteten, kaufte eine Mitarbeiterin kurzerhand frische Erdbeeren und verteilte sie als kleine Überraschung am Spargelbrunnen, die sich über die leckere Aufmerksamkeit sichtlich freuten.

Der Ausflug zum Nienburger Wochenmarkt war wie immer eine gelungene Abwechslung und sorgte für viel Freude und gute Stimmung.





EIERFÄRBN ZUM OSTERFEST

Zum anstehenden Osterfest färbten die Betreuungskräfte des *Mein Zuhause Nienburg* viele bunte Ostereier zusammen mit den Bewohner/innen, die hierbei sichtlich gute Laune hatten und sich an das Ostereierfärben aus früheren Zeiten erinnerten. Sie tauschten sich munter aus und erzählten von ihren Erlebnissen zur Osterzeit aus Kindertagen. „Damals färbte man die Eier unter anderem mit Naturmaterialien“, verriet ein Bewohner.

„Man verwendete beispielsweise rote Beete oder rote Speisezwiebeln, um die Eier rot einzufärben. Um z.B. einen Blauton zu gewinnen, nahm man Fliederbeeren oder Rotkohlblätter als Färbemittel.“

Das gemeinsame Ostereierfärben bereitete den Teilnehmer/innen sichtliche Freude. Die gefärbten Eier soll es dann schließlich zum Osterfrühstück am Ostersonntag geben.



OSTERBRUNCH

Das Betreuungsteam lud die Bewohner/innen des *Mein Zuhause Nienburg* am Ostersonntag zum gemeinsamen Osterbrunch ein. Neben üppig eingedeckten Tischen mit liebevoller Osterdekoration durften natürlich auch die bunten Eier nicht fehlen, die die Bewohner/innen im Vorfeld gemeinschaftlich hergestellt hatten.

Zum Frühstück fanden sich die Bewohner/innen des Hauses im Speisesaal ein. Neben verschiedenen Wurst- und Käsesorten wurde den Bewoh-

ner/innen zur Feier des Tages auch leckerer Lachs gereicht. Nachdem alle genüsslich ihr Frühstück eingenommen hatten, trugen die Betreuungsmitarbeiter/innen verschiedene Ostergeschichten in den Wohnbereichen und der Cafeteria vor. Bei einem netten Plausch ließ man den Vormittag schließlich gemeinsam ausklingen.

Das Team des *Mein Zuhause Nienburg* wünscht allen Bewohner/innen und ihren Angehörigen schöne Osterfeiertage.



GEMEINSAME GARTENARBEIT

Am 28. April versammelten sich einige interessierte Bewohner/innen im hauseigenen Garten, um gemeinsam mit den Betreuungskräften die Blumenkästen neu zu bepflanzen und das Hochbeet des „Wohnbereiches Baum“ auf Vordermann zu bringen. Hierbei fassten alle tüchtig mit an und brachten sich ohne zu zögern aktiv mit ein. Gemeinsam wurden verschiedene bunte Blumen eingesetzt. Das Hochbeet wurde auf Wunsch der Bewohner/innen mit Kopfsalat, Schnittlauch, Petersilie, Tomaten und Erdbeeren bestückt, denn was gibt es Schöneres als im Vorbeigehen ein paar Früchte zu naschen oder später einen leckeren Sa-

lat aus frischem Gemüse herzustellen.

Einige Senior/innen haben es sich seither zur Aufgabe gemacht, die Pflanzen täglich zu wässern und sie im Auge zu behalten. Schließlich war der Garten für viele lange Zeit ein geliebtes Hobby, weshalb sich viele Senior/innen immer gerne in die Gartenarbeit einbeziehen lassen. Die Gartenaktivitäten sorgen nämlich für Wohlbefinden und Ausgeglichenheit. Das gemeinsame Schaffen an der frischen Luft sorgt auf jeden Fall immer wieder für gute Laune.





ALLES LIEBE ZUM MUTTERTAG

Am 8. Mai wurde anlässlich des diesjährigen Muttertages durch die Betreuungskräfte ein „Muttertags-Kaffeetrinken“ für die Bewohnerinnen veranstaltet. So trafen sich an diesem Tag das Personal der Betreuung sowie alle Damen des Hauses zum gemeinsamen Kaffeetrinken in der Cafeteria des *Mein Zuhause Nienburg*. In liebevoll dekoriertem Ambiente genossen die Bewohnerinnen das

fröhliche Beisammensein und tauschten sich aus. Zusätzlich wurde an diesem wunderbaren Tag schmackhafte Stracciatella-Torte gereicht. Es kam zu freudigem Austausch und vielen freudestrahlenden Gesichtern. Für zusätzliche Unterhaltung und fröhliche Stimmung sorgten die Mitarbeiterinnen der Betreuung, die zu Ehren der Mutter einige Gedichte vortrugen.



KREATIVES GESTALTEN MIT TON

Im Rahmen der Gruppenangebote waren die Bewohner/innen am 10. Mai zum gemeinsamen kreativen Gestalten mit Ton eingeladen und probierten somit etwas völlig Neues aus. Als Material entschied man sich für lufttrocknenden Ton, denn dieser muss nicht gebrannt werden und kann ganz einfach an der Luft aushärten.

Die Arbeit mit Ton ist speziell für Senior/innen gut geeignet: Das Formen des Materials regt an und beruhigt gleichermaßen. Es erfordert außerdem Konzentration, etwas Geschick und ganz viel Fantasie. Wer mit Ton arbeitet, lässt seinen Geist arbeiten und die Hände ausführen. Mit dem Endergebnis belohnt man sich quasi selbst mit einer handgefertigten Vase, Schale oder Figur und hat somit immer ein direktes Erfolgserlebnis.

Heute gestalteten die Bewohner/innen anhand einer Vorlage ein Schmuckschälchen, wobei sie deutliches Geschick zeigten und später sogar eigene Ideen bei der Verzierung mit einbrachten.

Die schönen Unikate sollen später noch gemeinsam in der Gruppe bemalt werden.

Das Material Ton war den meisten bislang unbekannt und fühlte sich zunächst sehr ungewohnt an. Im Verlauf jedoch probierten sich die Senior/innen mehr und mehr aus und formten das Material als hätten sie nie etwas anderes getan – einige waren der Meinung, der Ton fühle sich ähnlich an wie der Teig beim Backen, nur dass man eben nicht davon naschen könne. Andere wiederum erinnerten sich daran, dass sie früher gerne gestrickt oder gestickt haben und möchten ihr damaliges Hobby nun wieder aufleben lassen. Die kreative Arbeit motivierte anscheinend und sorgte offenbar auch für Inspiration.

Zum Abschluss des kreativen Angebotes wurden schließlich verschiedene Fantasiewesen gestaltet, was allen sichtlich Spaß machte. Sicherlich wird das kreative Angebot nun noch öfter stattfinden.



WER HAT AN DER UHR GEDREHT?

Meistens vergisst man es und merkt dann erst im Laufe des nächsten Tages, dass man in der Nacht die Uhr hätte umstellen sollen, weil man zu spät zu einem Termin erscheint. Doch warum gibt es überhaupt eine Zeitumstellung?

„Im Frühling stellt man die Gartenmöbel vor die Tür und im Herbst stellt man sie dann wieder zurück in den Schuppen.“

Merksprüche wie dieser sollen dabei helfen, sich die Zeitumstellung merken zu können, die zweimal jährlich für Verwirrung sorgt.

Die mitteleuropäische Sommerzeit beginnt am letzten Sonntag im März, wenn die Uhren um eine Stunde von 2:00 Uhr auf 3:00 Uhr vorge stellt werden. Am letzten Sonntag im Oktober bekommt man die so verlorene Stunde schließlich wieder zurück, wenn die Uhren von 3:00 Uhr auf 2:00 Uhr zurückgestellt werden und damit die sogenannte „Zonenzeit“ wieder beginnt.

Die meisten technischen Geräte stellen sich inzwischen automatisch um, sodass man von der Zeitumstellung höchstens noch etwas mitbekommt, weil man etwas müder ist als üblich oder die analoge Armbanduhr nicht mehr mit dem Handydisplay übereinstimmt.

Die Idee der Zeitumstellung entstand Ende des 19. Jahrhunderts und wurde erstmals am 30.

April 1916 im Deutschen Reich und in Österreich-Ungarn eingeführt. Durch die Sommerzeit sollte inmitten der energieintensiven „Materialschlachten“ des Ersten Weltkriegs Energie eingespart werden, indem Sonnenstunden des Tages besser genutzt werden konnten und abends weniger künstliche Beleuchtung brennen musste. Nachdem die Sommerzeit einige Male eingeführt und wieder abgeschafft wurde, vereinheitlichte die Europäische Union 1996 schließlich die unterschiedlichen Sommerzeitregelungen.

Doch kamen in den 2010er Jahren neue Diskussionen über die Sinnhaftigkeit der Zeitumstellung auf, da die These, man würde damit den Energieverbrauch senken, nicht bestätigt wurde und die Umstellung noch weitere negative Nebeneffekte wie beispielsweise Müdigkeit, Konzentrationsprobleme oder eine höhere Unfallrate in den Tagen nach dem Wechsel mit sich bringt. Aus diesen logischen Gründen stimmte das EU-Parlament am 26. März 2019 für eine Abschaffung der Zeitumstellung. Nun ist nur noch eine Einigung mit allen Mitgliedsstaaten notwendig, damit das jährliche Drehen an der Uhr ein Ende hat.

RÄTSELECKE

Können Sie herausfinden, worum es bei diesen Rätseln geht?

*Wenn man nicht sieht,
so sieht man sie.
Wenn man aber sieht,
so sieht man sie nicht.*

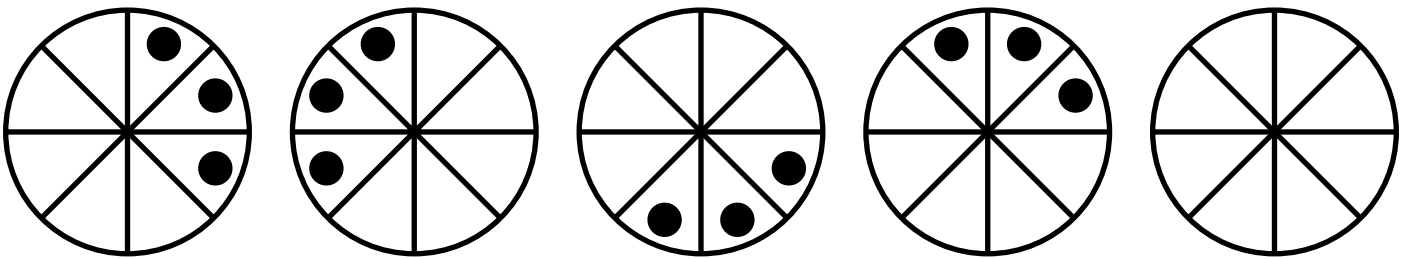
*Zwei sind's, die nebeneinander steh'n,
alles gut und deutlich seh'n;
nur immer eins das andre nicht,
und wär's beim hellsten Tageslicht.*

*Im Lenz erquick' ich dich,
im Sommer kühl' ich dich,
Im Herbst ernähr' ich dich,
im Winter wärm' ich dich.*

*Immer muss ich gehen,
niemals darf ich stehen,
darf weder langsam
noch zu schnell mich drehen.*

*An Form bin ich ganz kugelrund,
durchscheinend, leicht und herrlich bunt.
Ein schwacher Hauch macht, dass ich bin.
Durch einen Stoß bin ich dahin.*

Wohin gehören die Punkte im letzten Kreis?



Lösen Sie die Aufgaben in den Ballons, um das Endergebnis zu errechnen.

$7 \cdot 8$ $15 + 8$ $65 : 5$ $59 - 17$

+ - + =



QUIZ: DIE EUROPÄISCHE UNION

Der russische Angriffskrieg in der Ukraine macht deutlich, wie wichtig gerade jetzt internationaler Zusammenhalt ist. Testen Sie Ihr Wissen über die EU!

- 1 Wie viele Mitgliedsstaaten hat die EU?
 - a) 15
 - b) 27
 - c) 34
- 2 Welches dieser Länder ist kein Gründungsmitglied der EU?
 - a) Österreich
 - b) Luxemburg
 - c) Belgien
- 3 Welchen Preis erhielt die Europäische Union im Jahr 2012?
 - a) Oscar
 - b) Otto-Hahn-Friedensmedaille
 - c) Friedensnobelpreis
- 4 Wie viele Personen leben derzeit in der EU?
 - a) fast 275 Millionen
 - b) fast 450 Millionen
 - c) fast 700 Millionen
- 5 An welches Land grenzt die EU nicht?
 - a) Türkei
 - b) Russland
 - c) Georgien
- 6 Welche Stadt gilt als „Hauptstadt“ der EU?
 - a) Brüssel
 - b) Den Haag
 - c) Straßburg
- 7 Wie viele Amtssprachen gibt es in der EU?
 - a) 3
 - b) 15
 - c) 24
- 8 Welche Institution wird alle fünf Jahre von den EU-Bürger/innen gewählt?
 - a) Europäischer Rat
 - b) Europäisches Parlament
 - c) Europäische Kommission
- 9 Welche Personen treffen aufeinander, wenn der Europäische Rat tagt?
 - a) Präsidenten der wichtigsten EU-Organe
 - b) Außenminister der Mitgliedsstaaten
 - c) Staats- und Regierungschefs

SCHON GEWUSST...?

...dass Erdbeeren gar keine Beeren sind?

In der Botanik gilt eine Frucht, die aus einem oder mehreren verwachsenen Fruchtblättern hervorgegangen ist und mehrere Samen mit ihrem Fruchtfleisch einhüllt als Beere. Nach dieser Definition zählen auch Bananen, Gurken, Melonen, Kürbisse, Zitrusfrüchte, Datteln, Kiwis, Paprika, Auberginen und Tomaten zu den Beeren. Himbeeren und Brombeeren sind Sammelnussfrüchte, weil sie sich quasi aus mehreren winzigen Steinfrüchten zusammensetzen und Erdbeeren sind Sammelnussfrüchte, weil das rote Fruchtfleisch in Wahrheit nur der aufgequollene Blütenboden der Pflanze ist, auf dem viele kleine Nüsschen in Form von gelben Körnchen sitzen.



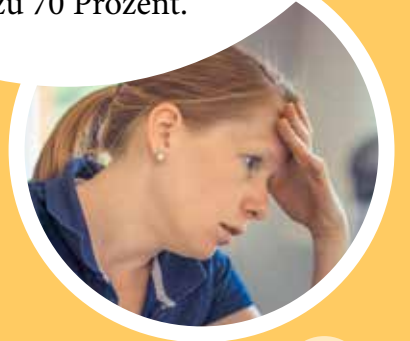
...woher unsere Kohlsorten stammen?

Grünkohl, Kohlrabi, Weißkohl, Spitzkohl, Rotkohl, Wirsing, Blumenkohl, Brokkoli, Rosenkohl und einige mehr sind nur unterschiedliche Zuchtformen des Gemüsekohls (*Brassica oleracea*). Diese Vielfalt ist hauptsächlich künstlich durch Züchtung entstanden. So ist Kohlrabi eine Form des „Urkohls“ mit gezielter Verdickung des Pflanzenstiels und Brokkoli entstand durch Selektion nach Stiel und Blüten.



...wie kurz wir uns konzentrieren können?

Länger als 90 Minuten am Stück können wir uns nicht konzentrieren. Danach brauchen unsere grauen Zellen eine Pause. Aber auch sonst schweifen unsere Gedanken ab: Laut Jonathan Schooler von der Universität von Kalifornien geben wir uns ganze 30 Prozent unserer Zeit irgendwelchen Tagträumen hin. Wenn wir eintönige Tätigkeiten ausüben, sind es sogar bis zu 70 Prozent.



...weshalb sich Menschen erinnern?

Erinnerungen sind meist multimedial: Sie enthalten bildhafte Elemente, Szenen, die wie ein Film ablaufen, Geräusche und Klangfarben, oft auch Gerüche und vor allem Gefühle. Erinnern hat neurologisch gesehen vor allem ein Ziel: ähnliche Anforderungen und Handlungen, vergleichbare Entscheidungen und Erfahrungen zu optimieren. Also aus der Vergangenheit und aus Fehlern zu lernen. Beim Erinnern geht es also nicht um den Blick zurück, sondern um die Vorbereitung auf die Zukunft.





GEBURTSTAGE

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



HELENE FISCHER

Helene Fischer ist eine deutsche Schlagersängerin, die mit ihren millionenfach verkauften Tonträgern seit Mitte der 2000er-Jahre große Erfolge feiert (u. a. Alben „So wie ich bin“ 2009, „Für einen Tag“ 2011, „Farbenspiel“ 2013 mit „Atemlos durch die Nacht“). Sie wurde am 5. August 1984 in Krasnojarsk in der Russischen SFSR, Sowjetunion (heute Russland) geboren und feiert 2022 ihren 38. Geburtstag.



GÜNTHER JAUCH

Günther Johannes Jauch ist ein deutscher Moderator, Journalist und Produzent, der als Radiomoderator und mit dem „Aktuellen Sportstudio“ (1988–1997) bekannt wurde und dank der Dauerbrenner „sternTV“ (1990–2011) und „Wer wird Millionär?“ (seit 1999) eines der populärsten Fernsehgesichter Deutschlands ist. Er wurde am 13. Juli 1956 in Münster geboren. 2022 feiert Jauch seinen 66. 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!



Jonathan sitzt in der Schule. Der Lehrer fragt ihn: „Warum ist ein Eisbär weiß?“ Jonathan entgegnet: „Wenn er rot wäre, müsste er ja Himbär heißen.“

Unterhalten sich zwei Mütter. Sagt die eine: „Wissen Sie, mein kleiner Oskar sitzt bereits. Und das, obwohl er erst 6 Monate alt ist!“ Antwortet die andere: „Oh nein, die Jugend von heute! Was hat er denn angestellt?“

Ein Mann geht im Einkaufszentrum in ein Geschäft. Er stellt sich an den Tresen und sagt „Guten Tag, ich bräuchte bitte eine neue Brille.“ Darauf antwortet die Frau hinter dem Tresen: „Ja, stimmt. Sie sind hier beim Bäcker.“



Warum summen Bienen? Weil sie den Text nicht kennen.

Was essen Autos am liebsten? Parkplätzchen.

50 = 23 + 42 - 56 + 13

59 - 17 65 : 5 15 + 8 7 · 8

Uhr, Seifenblase
Dunkelheit, Augen, Baum,
LÖSUNGEN RÄTSEL S. 33

MITARBEITER/INNEN STELLEN SICH VOR

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

KAROLINA LEVANIC

Welchen Beruf üben Sie aus?

Ich bin Krankenschwester.

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

Mir bereitet mein Beruf Freude, weil ich anderen Menschen helfen kann.

Mit welchen drei Wörtern würden Sie sich selbst beschreiben?

Hilfsbereit, was sich ja auch in meiner Berufswahl widerspiegelt, humorvoll und verantwortungsbewusst. Wer mit Menschen arbeitet, muss auch Verantwortung tragen können.

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

Wenn ich auf der Terrasse sitzen oder schwimmen gehen kann.

Was mögen Sie am Sommer?

Die hohen Temperaturen. Ich freue mich, wenn es so richtig schön warm ist.

Worauf freuen Sie sich im Sommer?

Auf den Sommerurlaub im Speziellen und im Allgemeinen, dass das Leben mehr draußen stattfindet.

Wohin wollten Sie schon immer mal gerne in den Urlaub fahren?

Ich würde gerne nach Istanbul reisen, weil mich die Kultur und die Geschichte dieser Stadt besonders interessiert.

Wie verbringen Sie warme Sommertage am liebsten?

Am Strand, denn da kann ich so gut die Sonne genießen.

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

Ein Urlaub, den mir meine Eltern zur bestandenen Abschlussprüfung geschenkt haben.

NINA SCHMIDT

Welchen Beruf üben Sie aus?

Ich arbeite als Altenpflegerin.

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

Die Zusammenarbeit mit Menschen, es kommt keine lange Weile auf und man lernt viele neue Menschen und Situationen kennen. Bewegend. Schöne und bereichernde Erfahrungen mit Menschen und ihren Lebensgeschichten.

Mit welchen drei Wörtern würden Sie sich selbst beschreiben?

Zuverlässig, belastbar, ergebnisorientiert.

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

Sonnencremeruch. Der Duft von Sonnencreme riecht nach Sommer und guter Laune. Wenn ich den zum ersten Mal in einem Jahr rieche, ist Sommer.

Was mögen Sie am Sommer?

Sommerregen – wenn nach einem schönen, warmen Tag ein Gewitter aufzieht, spürt man so richtig die Gewalt der Natur. Ansonsten liebe ich den Duft von frisch gemähtem Rasen.

Worauf freuen Sie sich im Sommer?

Barfuß laufen, Eis essen, Blumen pflanzen, Urlaub, Wasser und Sommerregen, Grillen und zusammen sitzen, Spontanität.

Wohin wollten Sie schon immer mal gerne in den Urlaub fahren?

Portugal! Dort gibt es tolle Strände, mildes Klima, vielfältige Attraktionen, eine generelle Gastfreundschaft und Herzlichkeit.

Wie verbringen Sie warme Sommertage am liebsten?

Mit der Familie zusammen draußen im Garten. Da grillen wir dann gemeinsam oder gehen schwimmen.

Mit welcher Person würden Sie sich gerne einmal unterhalten?

Reiner Calmund. Ich mag den Ausdruck seiner Stimme, seinen Humor und seine Geschichte.

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

Meine Tochter. Sie ist eindeutig das schönste Geschenk meines Lebens.

Mein Zuhause Nienburg

Adresse Marienstraße 3 | 31582 Nienburg

Telefon 05021 - 89411 - 0

Telefax 05021 - 89411 - 490

E-Mail nienburg@perfekta-pflege.de

Web www.perfekta-pflege.de