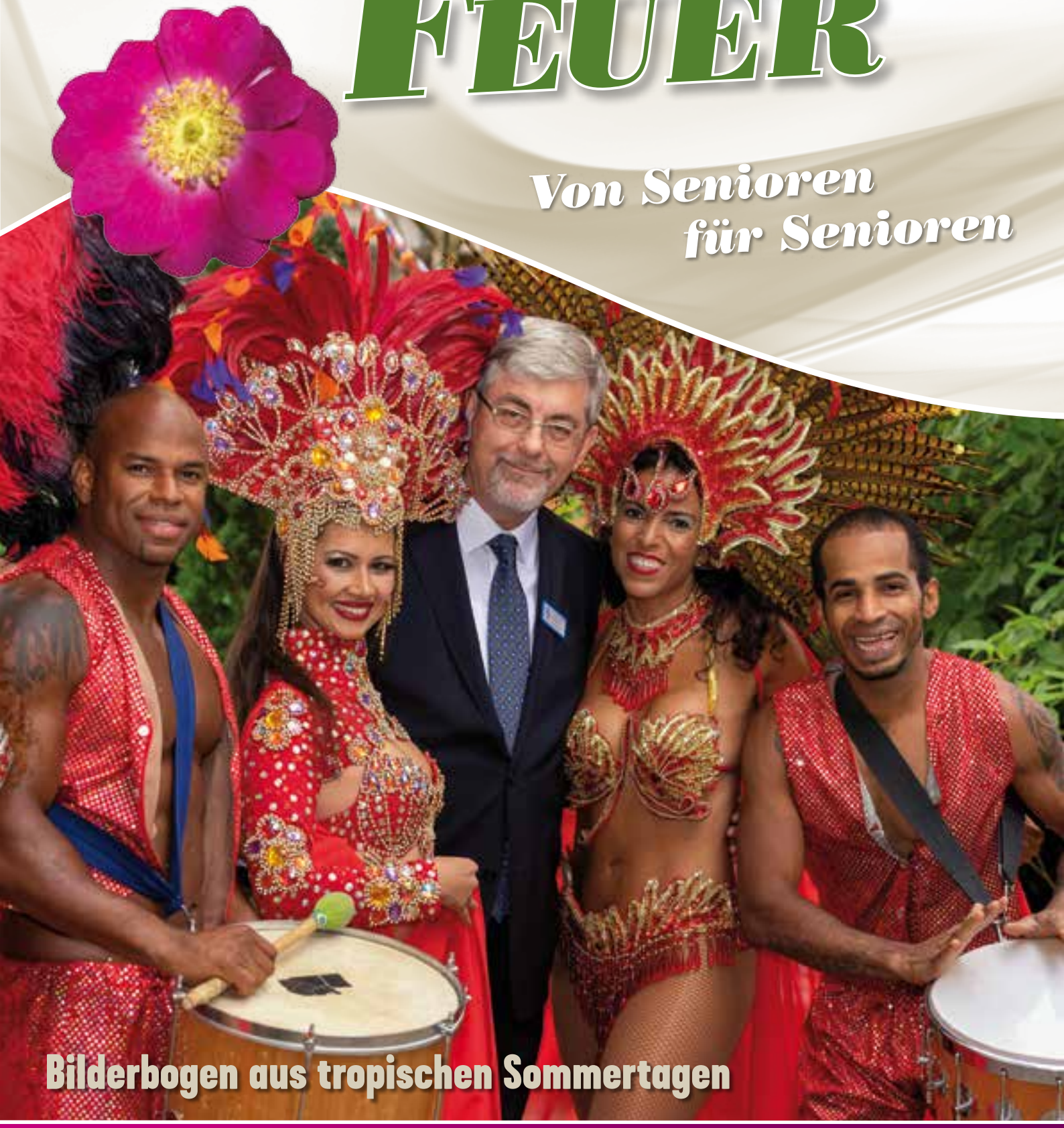
HERBST FEUER

Stiftung Senioren Prenzlauer Berg

Von Senioren für Senioren



Bilderbogen aus tropischen Sommertagen

68. AUSGABE AUGUST/SEPTEMBER 2018

NEUES AUS DER STIFTUNG
„Danke für Ihr Engagement!“ ... 4
Die richtige Ernährung ist das „A“ und „O“ ... 6
Mit dem Kiez verbunden ... 7
Mein Körper, meine Identität, mein Leben! ... 8

JAHRESZEITLICHES
Den Sommer genießen ... 9
Internationales Flair und mitreißende Rhythmen ... 10
Stimmung und gute Laune ... 12
Warum in die Ferne schweifen? Sieh, das Gute liegt so nah ... 14
Ausflugszeit in der Gürtelstraße 33 ... 15
Leinen los... ... 16
„Wat den eenen sin Uul, is den andern sin Nachtigall“ ... 19

EHRENAMT IN DER STIFTUNG
Einen Tag Freude schenken ... 20
Ausflug mit Google ... 21
„Es ist schön, zu merken, wie dankbar die Bewohner sind“ ... 22
„Noch einmal möchte ich so gerne...“ ... 24
Des Rätsels Lösung ... 24
Die Firma „Scout 24 AG“ hilft der Seniorenstiftung ... 25

REISENOTIZEN
„Reisen ist die Sehnsucht nach dem Leben.“ ... 26

AUS DER REDAKTION
Rätsel: Begriffe aus der Seefahrt ... 29

VORGESTELLT
10 Fragen an... Silke Sabin ... 30
„Wertschätzung und Herzlichkeit“ ... 32
10 Fragen an... Fritz Altnow ... 36
Impressum ... 37

AUS DEM LEBEN DER STIFTUNG
Veranstaltungshinweise ... 38
Ü80-Party | Gemütliches Beisammensein ... 40
Der „Internationale Tag der älteren Menschen“ ... 41
Ein stimmungsvoller Sommernachmittag ... 42
Monat für Monat etwas Neues ... 43
Sportliche Partnerolympiade. ... 44
Wo gehobelt wird, fallen Späne ... 47
Zu großem Dank verpflichtet... ... 48
WM-Vorbereitung in der Gürtelstraße 32 ... 49
Ein Hauch von Karibikluft in der Gürtelstraße 32 ... 50
„Die Natur ist die beste Apotheke“ ... 51

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

eigentlich wollte ich in dieser Ausgabe das Wetter gar nicht erwähnen. Es lässt sich aber nicht vermeiden. Mein Wunsch nach einem nicht zu heißen Sommer mit angenehmen Temperaturen wurde leider nicht erfüllt. Viele sehr heiße und trockene Tage liegen hinter uns. Mit der Auswahl des Termins unseres Sommerfestes in der Gürtelstraße hatten wir dagegen wohl den kühlsten Tag nach dem Ende des Winters erwischt. Dafür haben wir mit unserem bunten internationalen Programm gut eingeheizt. Eine Woche darauf in der Stavangerstraße nahm der Sommer dann einen neuen Anlauf um in den Hundstagen (23. Juli bis 23. August) dann zur Hochform aufzulaufen. Die Bilder von den Sommerfesten in diesem Heft zeigen, dass uns kein Wetter von fröhlichen Feiern abhalten kann.

Laut den Klimaexperten waren sowohl der regnerische Sommer 2017 als auch die lange Hitzewelle in diesem Jahr geprägt durch den Klimawandel, den die Menschen selbst verursachen. Auch wir werden uns kritisch hinterfragen müssen, was wir beitragen können, um unsere Erde lebenswert zu erhalten.

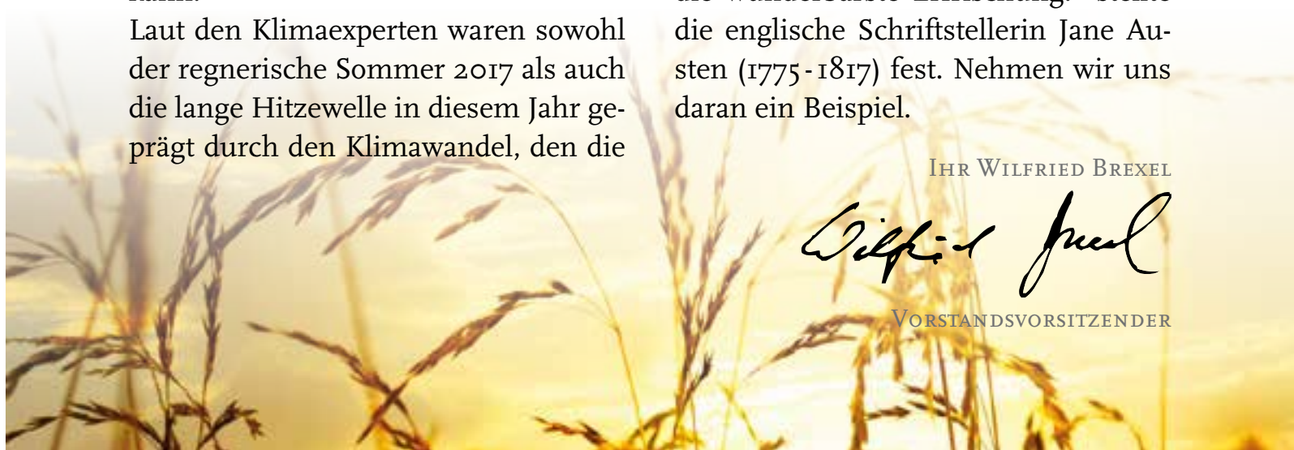
Wir freuen uns, dass Gesundheitssenatorin Dilek Kolat die Stiftung besucht hat, um sich vor Ort über die problematische Situation und Lösungsansätze bei der Besetzung von Pflegestellen zu informieren. Wie in den Jahren zuvor wehte die Regenbogenfahne am Christopher Street Day (CSD) vor unseren Einrichtungen, denn Akzeptanz, Friedfertigkeit und Toleranz sind auch Maximen des Zusammenlebens in den Häusern der Seniorenstiftung. Darüber und zu anderen Themen lesen Sie in dieser HERBSTFEUER-Ausgabe.

„An einem schönen Tag im Schatten zu sitzen und ins Grüne zu schauen ist die wunderbarste Erfrischung.“ stellte die englische Schriftstellerin Jane Austen (1775-1817) fest. Nehmen wir uns daran ein Beispiel.

Ihr Wilfried Brexel

Wilfried Brexel

Vorstandsvorsitzender



Senatorin Dilek Kolat (r.) und der Abgeordnete Tino Schopf (l.) im Pflegestützpunkt

„Danke für Ihr Engagement!“

Gesundheitssenatorin Dilek Kolat besuchte die Seniorenstiftung

Am 10. Juli 2017 hatte die Senatorin gemeinsam mit Vertretern der Pflegekassen den neuen Pflegestützpunkt in den Räumen der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg in der Gürtelstraße 33 eröffnet, der vor allem Menschen aus Weißensee, Heinersdorf und Prenzlauer Berg die Möglichkeit einer kostenlosen und individuellen Beratung gibt.

Anlässlich des einjährigen Bestehens besuchte sie genau ein Jahr später, am 10. Juli 2018, gemeinsam mit dem Wahlkreisabgeordneten Tino Schopf den Pflegestützpunkt. Im Anschluss nahmen sich die Gäste Zeit für den Gang durch einen Wohnbereich der Stiftung und für ein Gespräch mit den Leiterinnen und Leitern der Pflegedienste und der Einrichtungen, um sich über die drängenden Probleme vor Ort zu informieren. Es wurden sowohl die Anstrengungen und Erfahrungen der Seniorenstiftung ins Gespräch gebracht, wie auch neue Methoden bei der Berufsorientierung von zukünftigen Auszubildenden und während der Ausbildung.

Die Landesregierung und auch die Senatorin persönlich widmen sich dem Thema Pflege in besonderer Weise – daher wurde in ihrer Verwaltung auch ein eigenes Pflege-Referat eingerichtet und inzwischen ein „Pakt für die Pflege“ auf den Weg gebracht. Doch eine Lösung für die zunehmend schwierige Situation bei der Besetzung von Pflegestellen ist noch nicht in Sicht.

Lösungsansätze sieht Senatorin Kolat in:

► *der bedarfsgerechten Verbesserung der Ausbildungssituation*

Die Ausbildungsanstrengungen müssen verstärkt werden, aber für viele Jugendliche ist der Beruf nicht attraktiv. Da „chronisch unter Bedarf“ ausgebildet wird, sollen die Ausbildungsplätze bedarfsgerecht aufgestockt und Ausbildungshilfen angeboten werden.

Allerdings wiesen die Teilnehmer der Stiftung darauf hin, dass hier auch mehr ausgebildet würde, wenn mehr Interessenten kämen. Die Begleitung

Beim Besuch des Wohnbereichs...

Bei der anschließenden Beratung (v. l. n. r.): Tino Schopf, MdA, Senatorin Dilek Kolat und Lioba Zürn-Kasztantowicz (Stiftungsvorstand)

der Interessenten ist bereits vorher gegeben – eine zeitliche Investition, die sich die Stiftung leistet. Aber für mehr Auszubildende werden auch mehr Ausbilder benötigt. Dadurch entsteht ein ernsthaftes Problem, wenn insgesamt zu wenig Fachkräfte zur Verfügung stehen.

► *höherer Vergütung*

Auszubildende in Krankenhäusern und in der Altenhilfe sollen gleichgestellt werden; für Auszubildende wird ab 2019 ein Ausgleichsfonds geschaffen, der ab 2020 in eine Umlage-Finanzierung einfließen soll: Ausbildung kostet Geld – aber die Einrichtung, die ausbildet, soll dadurch nicht finanziell schlechter gestellt bzw. teurer sein.

► *verbesserten Arbeitsbedingungen*

Es gibt gute Beispiele für Arbeitszeitgestaltung, Gesundheitsmanagement, damit Arbeit nicht krank macht. In der Seniorenstiftung ist

allerdings sehr viel davon bereits Realität. Derzeit gibt es allein in Berlin rund 120.000 pflegebedürftige Menschen – und ihre Zahl wächst stetig. Leistungen einzuschränken, weil Pflegekräfte fehlen, ist für Senatorin Kolat nicht hinnehmbar: „Es kann nicht sein, dass Arbeit mit Maschinen besser bezahlt wird als Arbeit mit Menschen.“ Die schwierige Lage wird sich weder kurzfristig noch im Alleingang lösen lassen. Im „Pakt für die Pflege“ arbeiten alle Akteure mit: Kassen, Krankenhäuser, Pflegeeinrichtungen. Zudem sind verschiedene politische Initiativen auf Landes- und Bundesebene eingeleitet worden bzw. werden kommen. Senatorin Kolat betonte ihre hohe Achtung vor der Arbeit der Pflegenden und verabschiedete sich mit den Worten: „Danke für Ihr Engagement!“

JL

Die richtige Ernährung ist das „A“ und „O“

Die gesunde Ernährung ab 60 stand am 24. Juli 2018 im Mittelpunkt einer öffentlichen Veranstaltung im Haus 32. Die Ernährungsexpertin Nicole Eisenhauer informierte darüber, was unter gesunder Ernährung überhaupt verstanden wird, worauf bei rheumatischen Erkrankungen und Diabetes geachtet werden muss und wie Mangelernährung vermieden werden kann. Dabei räumte sie im Kreis eines kleinen, aber sehr interessierten Publikums auch mit Ernährungsmythen auf und ging kritisch auf Fragen zu Nahrungsergänzungsmitteln und Herstellungsverfahren ein.

Abgerundet wurde der informative Nachmittag durch einen schnell und einfach von den Teilnehmern selbst zubereiteten Smoothie aus Banane, tiefgekühlten Beeren und etwas Fruchtsaft. Eine willkommene Erfrischung bei den heißen Temperaturen.

FW

Die Veranstaltungsteilnehmer fertigen selbst einen Smoothie an...

...und verkosten ihn im Anschluss

Ein kleiner aber interessierter Teilnehmerkreis lauscht den Ernährungstipps

Frank Wernecke und Christina Höhn präsentierten die breitgefächerten Angebote der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg auf dem diesjährigen Mühlenkiezfest

Mit dem Kiez verbunden

Auch in diesem Jahr nahm die Seniorenstiftung Prenzlauer Berg wieder am Mühlenkiezfest teil und präsentierte sich – neben anderen Anbietern – mit ihren Angeboten. Als Pflegeeinrichtung mit hohem Bekanntheitsgrad und sozialer Verantwortung geht es bei der Teilnahme an Stadtteilfesten nicht ausschließlich um „Kundenwerbung“. Gemeinsam mit den anderen Akteuren im Sozialbereich ist die Stiftung Teil eines wertvollen Netzwerks für Senioren, für Angehörige von Pflegebedürftigen und Menschen mit Fragen zur Versorgung im Alter. Ebenso gilt es, die Möglichkeiten eines beruflichen Einstiegs oder ehrenamtlichen Engagements bei der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg publik zu machen.

Ähnlich vielfältig waren auch die Anliegen der Besucher am Infostand, die unter anderem mit Fragen nach Pflegeplätzen und Möglichkeiten des Service-Wohnens an die Vertreter der Seniorenstiftung herantraten. Nette Kontakte ergaben sich auch über die Nachbarstände der Volkssolidarität, des Mietervereins und der Feuerwehr, so dass immer „Leben“ am Stand war. Die Kinder des Stadtteils zeigten sich sehr interessiert an Süßigkeiten und freuten sich über kleine gelbe Bälle mit dem Stiftungssymbol. Musik und fröhliche Gespräche schallten durch die Straßen des Viertels und so war auch dieses Kiezfest bei bestem Sommerwetter wieder ein informatives und fröhliches Zusammensein für alle Menschen der Nachbarschaft.

FW

Mein Körper, meine Identität, mein Leben!

Die Regenbogenflagge an den Häusern der Seniorenstiftung

Unter dem Motto „Mein Körper, meine Identität, mein Leben!“ stand der diesjährige Christopher Street Day (CSD), der am 28. Juli 2018 bereits zum 40. Mal in Berlin stattfand. Im Rahmen der Pride Weeks, die in den Wochen vor dem Christopher Street Day stattfinden, wurde an vielen öffentlichen Einrichtungen und Plätzen die Regenbogenflagge gehisst. Auch der Vorstand der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg hat sich zu einem Hissen der Regenbogenflagge an den Fahnenmasten in der Gürtelstraße 33 und der Stavangerstraße 26 entschlossen, um die Solidarität mit gleichgeschlechtlich orientierten Menschen zu bekunden und für eine volle rechtliche und gesellschaftliche Anerkennung und Akzeptanz einzutreten.

Die Fahne war bis zum CSD am 28. Juli zu sehen. Auch heute noch werden Homosexuelle diskriminiert und es wird über gewalttätige Vorfälle berichtet. Die Akzeptanz von sexueller Orientierung ist aber wichtig, um ein dauerhaftes friedliches und tolerantes Zusammenleben zu sichern. Die Vielfalt von Lebensentwürfen ist nicht nur eine ungemeine Bereicherung in unserem täglichen Leben, sie ist vielmehr auch Ausdruck von grundrechtlich geschützten Freiheiten und ein Ausdruck der persönlichen Identität, die jede Person für sich selbst bestimmt. Gegenseitiger Respekt ist die Grundlage für ein friedliches Zusammenleben. Das gilt für die Vielfalt sexueller Orientierungen genauso wie für unterschiedliche religiöse, nationale, ethnische Identitäten, für alle Geschlechter und Altersgruppen.

Der Name des Straßenumzugs geht übrigens auf eine der ersten Demonstrationen für die Rechte von Schwulen und Lesben zurück. Sie demonstrierten 1969 gegen mehrfache gewalttätige Razzien der New Yorker Polizei in einer Bar in der Christopher Street, die hauptsächlich von Schwulen besucht wurde.

Wilfried Brexel

Else Nathanson bereitet liebevoll die Erdbeeren vor

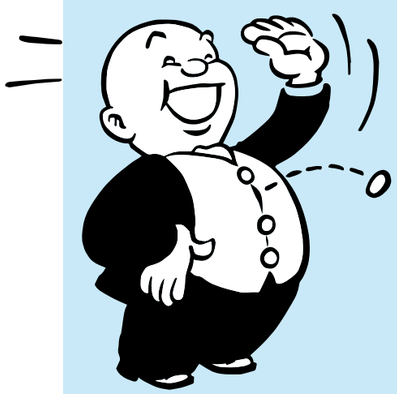
Dagmar Karl leistet ihren Beitrag zum Obstsalat

Den Sommer genießen

Nachdem es aufgrund kühler und regnerischer Witterung zunächst kaum zu erwarten war, brach dann doch der Sommer in seiner ganzen Pracht herein – für manchen wegen der großen Hitze vielleicht ein wenig zu prächtig. Dadurch war jedoch alles, was den Sommer in der Seniorenstiftung so angenehm macht, möglich: gemeinsame Gespräche auf dem Balkon oder anderswo im Freien, Spaziergänge durch die blühenden Gärten, Ausflüge oder Dampferfahrten – und natürlich auch die traditionellen Sommerfeste. Und da der Sommer so viele bunte und saftige Früchte bietet, gehört auch die gemeinsame Zubereitung von Obstsalaten und -cocktails dazu, wie die Fotos zeigen.

JL

+++ LACH MAL WIEDER +++ LACH MAL WIEDER +++ LACH MAL WIEDER +++



Gelehrte Konversation

Der Herr Professor wurde kürzlich von einem Freund gefragt, warum er immer, auch auf der Straße, mit sich selbst spräche? Er antwortete höflich: „Mein Lieber! Das tue ich aus dem Grund, weil ich gerne mit einem gescheiten Mann rede und aber auch gerne einen gescheiten Mann reden höre.“

Zwischenruf

Der Redner erklärt den Kursteilnehmern: „Bei naturgemäßer Ernährung soll man Obst möglichst in frischem Zustand essen. Schälen Sie es auch nicht, denn unmittelbar unter der Haut sitzt das Beste!“
Stimme aus dem Publikum: „Sehr richtig! Vor allem bei der Wurst!“

Internationales Flair und mitreißende Rhythmen

Schien es zu Beginn noch so, als wollte der 23. Juni 2018 der erste Herbsttag des Jahres werden, riss jedoch nach einem kurzen Regenschauer die dichte Wolkendecke auf und die Sonne zeigte sich. Doch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Stiftung waren vorbereitet: in beiden Gartenanlagen standen große Zelte, so dass die Besucher im Trockenen sitzen und das Programm genießen konnten. Und das hatte es in sich: Internationale Darbietungen sind in der Seniorenstiftung keine Seltenheit. Aber in diesem Jahr stand das Sommerfest in den Gärten der Gürtelstraße 32-33 ganz im Zeichen völkerverbindender Kultur. Musik und Tänze aus vier Kontinenten begeisterten Seniorinnen und Senioren wie auch die zahlreichen Gäste. Politische Prominenz hatte sich angesagt und nahm sich Zeit für ein Grußwort und Gespräche. Mit Tombola, Kinderschminken, Hüpfburg, Portraitzeichnen und Fußballwand war für Groß und Klein etwas dabei – und natürlich gab es traditionell Köstlichkeiten vom Grill, Kaffee und frischen Kuchen und vieles mehr.

JL

+++ IMPRESSIONEN VOM SOMMERFEST GÜRTELSTRASSE 32, 32A UND 33 +++

Fraktionsvorsitzender Udo Wolf aus dem Berliner Abgeordnetenhaus, Partei die Linke, war wieder gern in der Stiftung

Vorstandvorsitzender Wilfried Brexel mit der brasilianischen Gruppe

Kuratoriumsmitglied Ute Schnur, stellvertretende Vorsteherin der BVV Pankow nahm an allen Festen teil

Wilfried Brexel mit der Moderatorin Maira Rothe bei der Eröffnung

Fotos: Boris Heiland, Berlin

Die vietnamesische Tanz- und Gesangsgruppe hatte extra ein Lied geschrieben

Wilfried Brexel mit Petra Pau, Vizepräsidentin des Deutschen Bundestages, Partei dIe Linke und Tino Schopf, Mitglied des Berliner Abgeordnetenhauses, SPD

Die mexikanische Mariachi-Band El Dorado

Fächertanz aus Vietnam

Stargast Dagmar Frederic

Blumen für die Sängerin Mariamu aus Afrika

Irish Dance mit Publikum

Die vietnamesichen Gäste überreichen ein Geschenk an den Vorstandsvositzenden

Fotos: Boris Heiland, Berlin

Künstler bereicherten auch das Sommerfest am 30. Juni in der Stavangerstraße 26.
Im kleineren, aber feinen Rahmen und bei herrlichem Wetter wurde der Sommer gefeiert.

Stimmung und gute Laune

Am 30. Juni 2018 hieß es erneut:
Sommerfest in der Stavangerstraße – welch eine Freud.
Die Tische gedeckt, die Deko angebracht
und das Beste vom Feste, die Sonne lacht.
Die Getränke gekühlt, die Küche stand bereit,
es ging los, wir waren zum Schunkeln bereit.

Viele Gäste und noch mehr Bewohner waren schon ran
und mit Moderator Siggi Trzoß fingen wir zu feiern an.
Die Politik sprach einige Grußworte aus,
es gab dafür von allen Applaus.
Tino Less, der erste Musikant,
wunderbar singend und ein „Gute-Laune-Garant".

Dann kam die bekannte Ingrid Raack,
sang die alten Lieder, die jeder kennt und mag.
Gitarrensound im Countrystyle:
Harald Wilk unterhielt uns eine schöne Weil.
Kräftig bekam er großen Applaus,
denn Country-Musik hatten wir noch nicht im Haus.

Der nächste große DDR-Star wärmte sich auf,
denn Sandra Mo sollte auf die Bühne rauf.
Mit einem tollen Programm, auf's Publikum geschnitten,
musste sie nicht lange um Beifall bitten.
Eines ist in der Stavangerstraße schon klar,
ein Sommerfest ohne Klassik, wird nie wahr.

Hatten wir schon mit vielen Klassikgrößen zu tun,
entschieden wir uns diesjährig für Rainer Luhn.
Ein Sänger, wie nur Gott ihn schaffen kann,
fing uns alle zu begeistern an.
Die Freude war groß
und die Stimmung grenzenlos.

Mittlerweile hatte der frühe Nachmittag begonnen,
alle Gäste und Künstler waren noch da und
lauschten besonnen.
Auch ein noch nicht dagewesenes Talent,
mit seiner Puppe George auf die Bühne er rennt.
Denn er war vorher am anderen Ort,
ihm lief die Zeit ganz einfach fort.

Er begeisterte Groß und Klein,
als Bauchredner war er wirklich schick und fein.
Der nächste Künstler war allen bekannt,
Michael Hansen – ein jeder war gespannt.
Sein Alter möchte ich hier nicht verraten,
aber er wirkt alles andere als alt und verbraten.

Ein tolles Programm hat er sich überlegt
und die weiblichen Fans von den Stühlen gefegt.
Nun war die Hälfte der Zeit vergangen
und jeder Künstler hat mit einem neuen
Programm angefangen.
Um kurz vor 17 Uhr war es soweit,
der Stargast Dagmar Frederic kam auf
die Bühne geeilt.

Ein großer Fanblock hatte sich aufgebaut,
und es wurde zum Ende noch mal richtig laut.
Alles in allem kann ich nur sagen
– und da können Sie gern andere Fragen.
Es war ein Sommerfest, wie man sich's
nur wünschen kann
und unser Moderator Siggi Trzoß und die
wunderbaren Künstler sind Schuld daran.

Bei allen möchte ich mich herzlich bedanken,
für die vielen Vorgespräche, das Entgegenkommen
und die eigenen tollen Gedanken.
Zusammen haben wir ein Fest kreiert,
dass wäre so allein, im stillen Kämmerlein, nie passiert.
Ich hoffe, dass es in guter Erinnerung bleibt
und dass es Sie nächstes Jahr, am 3. August 2019,
wieder zu uns in die Stavangerstraße 26 treibt.

Sandra Warnke, Einrichtungsleiterin Stavangerstr. 26

+++ IMPRESSIONEN VOM SOMMERFEST IN DER STAVANGERSTRASSE 26 +++

Begrüßung der Politiker – Petra Pau, Dr. Torsten Kühne und Klaus Mindrup durch Siggi Trzoß und Wilfried Brexel

Wilfried Brexel und Siggi Trzoß freuen sich über das Sommerwetter

Christian Schüler geleitet Petra Pau zur Bühne

„Volles Haus" beim Sommerfest im Garten

Dagmar Frederic und ihr Publikum

Bauchredner Mike Maverick sorgt für Stimmung

Dank an Einrichtungsleitung Sandra Warnke für die Organisation

Fotos: Boris Heiland, Berlin

Warum in die Ferne schweifen? Sieh, das Gute liegt so nah...

Sommerzeit ist Ausflugszeit in der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg. Mancher fährt nach Fernost oder nach Amerika; die Bewohnerinnen und Bewohner des Hauses Gürtelstraße 32 bevorzugten hier die näher gelegenen Ausflugsziele und erlebten vergnügliche Stunden in den „Gärten der Welt“ in Marzahn und im Freizeitpark Germendorf. Einige Bewohner gingen im Germendorfer Park mit den dort beherbergten Tieren auf Tuchfühlung, andere genossen die Blumen- und Blütenpracht in den wundervoll gestalteten „Gärten der Welt“. Regen gab es dabei kaum und wenn, dann wurde er als willkommene Erfrischung empfunden. In so netter Gesellschaft machten allen Mitreisenden die Ausflüge sichtlich Spaß und die nächsten „Reisen“ sind bereits in Vorbereitung...

FW

Erika Fieting, Hildegard Mundt und Gisela Zalejski im Blütenmeer

Auf Tuchfühlung

Das muss wahre Liebe sein

Irmgard Springer und Burkhard Lemke strahlen – trotz einiger Tröpfchen von oben – um die Wette

Herrliche Blüten waren in den Gärten der Welt zu sehen

Hildegard Hoffmann genießt ihr Eis

Sunnyboys

Der Marzahner Garten empfing uns mit strahlendem Sonnenschein

Christel Neumann mit Begleitung

Gertraud Knapp bewunderte im Erholungspark Marzahn die Pflanzenvielfalt

Zur Mittagszeit gab es in gemütlicher Runde eine kleine Stärkung

Die muntere Gruppe beim Spaziergang durch den Volkspark Friedrichshain

Ausflugszeit in der Gürtelstraße 33

In diesem Jahr zog es die Bewohner des PflegeWohnens wieder in die Gärten und Parks in und um Berlin. Es war für fast Jeden das passende Ziel dabei – und so starteten wir im Juni mit vielen helfenden Händen durch Mitarbeiter, Angehörige und Ehrenamtliche zu den Fahrten in die Natur. Besucht wurden in diesem Jahr der Tierpark Berlin – der an vielen Stellen mittlerweile in neuem Glanz erstrahlt – die Gärten der Welt, der Zoo Eberswalde und, für diejenigen, die keine lange Busreise auf sich nehmen wollten, der Volkspark Friedrichshain. Die Ausflugstage waren mit viel Sonnenschein gesegnet, so konnten alle Teilnehmer schöne Stunden an der frischen Luft verbringen und neue Kraft tanken. Vielen Dank allen fleißigen Helfern und ein großes Dankeschön auch an unsere Küche, die uns wieder mit liebevoll hergerichteten Vesperpaketen versorgte.

Team Betreuung, Gürtelstr. 33

Die treue Havel-Queen am Anleger

Leinen los...

Es war einer der heißesten Tage des Jahres, doch das hielt uns nicht davon ab, der Einladung des „Sozialwerk Berlin e.V.“ zu einer Dampferfahrt auf dem Tegeler See zu folgen. Natürlich kam nur mit, wer dies wollte und sich auch zutraute. Gut gestärkt mit Kaffee und Kuchen hieß es „Leinen los“ und die Havelqueen stach in See. Während der Fahrt sorgten der Schlösschenchor des Sozialwerks und Akkordeonspieler Joe Morris mit Seemannsliedern zum Mitsingen für gute Stimmung. Herzlichen Dank an Frau Hankewitz und ihre Mitstreiterinnen und Mitstreiter für diese wunderschönen Stunden.

Bettina Saegling, Einrichtungsleitung, Gürtelstr. 33

Gut geschützt mit Sonnenhut auf dem Wasser unterwegs

Ehepaar Kamieth genießt im Unterdeck die Fahrt mit der Havelqueen

Klaus Klingbeil genießt die frische Luft und den Ausblick vom Oberdeck

Peter Kluth freut sich, auch dieses Jahr wieder auf dem Dampfer mitfahren zu können

Renate Jakob fühlt sich auf dem Oberdeck so richtig wohl

Ausflugsimpressionen der Stavangerstraße 26

Dampfer-Ausblick zum grünen Ufer

Dies ist ein sehr fröhlicher Nachmittag für Anneliese Kockegei

Eine Seefahrt die ist lustig...
Ruth Schönwald, Marianne Milow & Ursula Körner

Zünftige Seemannslieder vom Schlösschenchor mit Akkordeonbegleitung

Bernd Günther erinnert sich bei dieser Dampferfahrt auch an frühere Bootsausflüge zurück

Ausflugsimpressionen der Gürtelstraße 32 und 33

Auch an Deck ließ es sich gut aushalten

Pflegekraft David Bartel und Esther Tisler genießen die fröhliche Schifffahrt

Erna Munzert und Annelies Heidenreich bei einem Stück Kuchen und Kaffee

Helmut Kühn und Christa Marschner lassen sich die frische Luft um die Nase wehen

Irma Grebe genoss den Ausflug auf dem Oberdeck der Havelqueen

Den Ausflüglern bot sich ein wundervoller Panoramablick auf das Ufer des Tegeler Sees

Brigitte Herold-Fistel lockt die Schafe aus der Reserve

Während Schwein Albert den Schatten aufsucht...

...bevorzugt Heinz ein Sonnenbad

Die Kaninchen sind einfach „platt“

„Wat den eenen sin Uul, is den andern sin Nachtigall“

...sagt schon der Volksmund. Alles hat seine zwei Seiten – und beide Seiten gehören zu dem einen Ganzen dazu. Schien zunächst gar kein Sommer kommen zu wollen, brach er dann mit aller Macht herein: mit Temperaturen, die sonst nur in tropischen Regionen als normal gelten. Für die Einen war die Hitze unerträglich – insbesondere beim Arbeiten im Freien oder im stickigen Büro. Die Anderen freuten sich, endlich wieder ohne Regenschauer auf dem Balkon sitzen oder im See baden zu können. Der Eine erfreut sich an den Mohnblumen im Feld – die Landwirte klagen über fehlenden Regen. Natürlich freuten sich alle Bewohnerinnen und Bewohner der Stiftung, wenn sich ein schattiges Plätzchen im Garten finden ließ, denn direkt in der Sonne war es einfach zu heiß. Die Zwei- und Vierbeiner im Tierhaus hatten ihre eigenen Vorlieben. Ob „Affenhitze“ oder „Jahrhundertsommer“ – wir können es nicht beeinflussen. Machen wir das Beste daraus!

JL

Bewohner und Google-Helfer in fröhlicher Runde in den Gärten der Welt

Einen Tag Freude schenken

Die Sonne scheint schon seit Wochen, die Blumen blühen, es zieht uns nach draußen. So auch unsere Bewohner. Was kann es Schöneres geben, als gemeinsam die Natur zu genießen? Die Mitarbeiter der Betreuung des Hauses 32a waren sich einig: Wir fahren in die „Gärten der Welt“, ein schönes Ziel für einen Ausflug. Auch viele Bewohner waren begeistert. Doch: Wer kann helfen? Da kam das Angebot der Firma „Google Germany GmbH“ genau richtig. „Wir möchten helfen! Was können wir tun?“ Dankend nahmen wir an.

Am Donnerstag, dem 21. Juni 2018, war es dann soweit. 25 Grad, Sonne-Wolken-Mix – perfekt. Bereits um 8.15 Uhr traf der erste Helfer von Google ein und brachte – man soll es kaum glauben – reich befüllte Lunchpakete für Bewohner, Mitarbeiter und Helfer mit. Wenig später trafen weitere Helfer ein: zehn Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Firma „Google Germany GmbH“ waren gut gelaunt und motiviert zur Abfahrt bereit. Nach dem ersten Kennenlernen konnten die Helfer den Umgang mit dem Rollstuhl üben. Gar nicht so leicht! Dann ging es los.

Es wurde ein ausgesprochen fröhlicher und wirklich schöner Tag! Gemeinsam wurde geschaut, erzählt, gescherzt, geschlemmt und bestaunt. Die Bewohner genossen die freudige Abwechslung, die Mitarbeiter der Betreuung freuten sich über die helfenden Hände und die Google-Mitarbeiter konnten Gutes tun und neue Erfahrungen sammeln. Der Regen, der dann doch noch kurz vor Schluss kam, konnte der Stimmung aber keinen Abbruch tun.

Vielen Dank nochmals an die engagierten Mitarbeiter der Firma „Google Germany GmbH“ und ihre besondere Freundlichkeit und Aufgeschlossenheit. Vielen Dank auch, dass sie noch zusätzlich eine monetäre Spende für die Seniorenstiftung angeboten haben. Sie haben in großem Maße dazu beigetragen, dass dieser Tag für unsere Bewohner des Hauses 32a zu einem unvergesslichen Erlebnis wurde.

Kerstin Mildner,
Ehrenamtskoordinatorin

Ursula Rausch und ihr Begleiter, Herr Fiedler

Ursula Künzel und Else Beckendorf mit Begleitern

Ausflug mit Google

Seit einigen Jahren haben es sich Mitarbeiter von Unternehmen auf die Fahne geschrieben, mit der Zustimmung ihrer Unternehmensleitung einen sogenannten „social day“, d.h. einen Tag des sozialen Engagements zu absolvieren. Zum wiederholten Male kamen zu uns Mitarbeiter der Firma Google, junge Leute aus aller Herren Länder, die hier in Berlin leben und arbeiten und mit denen wir schon vor einigen Jahren sehr gute Erfahrungen gemacht hatten. Wir freuten uns über die Unterstützung beim Ausflug mit dem Wohnbereich 5, der in diesem Jahr wieder mal in die Gärten der Welt nach Marzahn ging. Die Mitarbeiter wurden am Morgen von Frau Mildner im Rollstuhlschieben geschult, und dann ging es los. Jeder Mitarbeiter bekam „seinen“ Bewohner, den er durch die Gärten begleitet hat. Wir freuten uns besonders über die freundliche, aufgeschlossene und empathische Weise, mit der die Google-Mitarbeiter mit unseren Bewohnern umgegangen sind. Bei schönstem Wetter erlebten wir ein paar erlebnisreiche Stunden in den seit letztem Jahr erweiterten Gärten. Ein Höhepunkt waren die Wassergärten mit geräuschvollen Wasserfällen sowie natürlich das Picknick im Freien, zu dem die Google-Mitarbeiter auch einiges beigesteuert haben. Einige der jungen Leute waren ganz überrascht, hier im Bezirk Marzahn solch eine grüne Oase vorzufinden, und nahmen sich begeistert vor, mit ihren Familien auch einmal dorthin zu fahren.

Andreas Kapa

„Es ist schön, zu merken, wie dankbar die Bewohner sind“

Anette Leja engagiert sich ehrenamtlich in den Häusern der Gürtelstrasse

■ **Frau Leja, wie sind Sie zur Seniorenstiftung Prenzlauer Berg gekommen?**

Kennengelernt habe ich die Seniorenstiftung schon vor vielen Jahren, ungefähr 2008 oder 2009. Damals habe ich für meine Mutter einen Platz in einer Pflegeeinrichtung gesucht. Das Haus 33 war gerade neu gebaut worden. Da dachte ich mir: „Da hat was Neues aufgemacht, da gehste mal hin“. Man konnte sich noch alle Zimmer anschauen und ich habe ein Zimmer ausgewählt. Meine Mutter ist dann in das Haus 33 eingezogen und hat sechs Jahre hier gelebt.

■ **Welche Erinnerungen haben Sie an diese Zeit?**

Viele, denn ich hatte eine sehr enge Beziehung zu meiner Mutter. Ich war damals häufig hier, anfangs jeden Tag, und habe meine Mutter besucht. Auch als meine Mutter später dement wurde, lagen nie länger als drei Tage zwischen meinen Besuchen bei ihr. Da habe ich schon viel mitbekommen. Viel aus dem Pflegealltag, aus den Abläufen. Ich kannte alle Mitarbeiter im Wohnbereich meiner Mutter, ebenso die Betreuung, war auch bei Festen und Ausflügen dabei...

■ **Und es hat Ihnen so gut gefallen, dass Sie nun zurückgekehrt und ehrenamtlich hier tätig sind?**

Ja, tatsächlich. Im Februar dieses Jahres bin ich in den Ruhestand gegangen und schon vorher dachte ich mir: „Wenn ich mal aufhöre, muss ich raus. Irgendwas machen“. Mir war wichtig, dass ich noch mindestens einen festen Termin in der Woche habe, auch ohne Berufstätigkeit. Und das Haus kannte ich ja. Auch nach dem Versterben meiner Mutter war ich immer wieder im Haus 33. Entweder zur Fußpflege oder ich habe eine Bewohnerin besucht, die damals mit meiner Mutter befreundet war. Der Kontakt ist also niemals abgebrochen. Ich wusste „Die brauchen immer jemanden“. Außerdem weiß man ja nicht, wie es einem selbst mal geht. Da freut man sich dann vielleicht auch auf Hilfe durch Ehrenamtliche.

■ **Seit wann üben Sie jetzt ein Ehrenamt in der Seniorenstiftung aus?**

Seit März dieses Jahres.

■ **Welche ehrenamtliche Aufgabe haben Sie in der Seniorenstiftung übernommen?**

Ich begleite Bewohner aus den Häusern der Gürtelstraße zu Arztterminen. So lerne ich viele Bewohner kennen und auch viele Ärzte. In den Wartezimmern werde ich häufig angesprochen und bin auch dadurch ständig im Kontakt mit Menschen.

■ **Das ist eine wichtige Tätigkeit. Viele unserer Ehrenamtlichen wünschen sich dagegen eher den engen und festen Kontakt zu einem Bewohner...**

Ja, aber für mich ist es genau das Richtige. So bin ich viel unterwegs, lerne viel kennen. Außerdem kann ich meine Zeit frei einteilen, kann auch mal „nein“ sagen. Und muss mich nicht auf einen festen Tag in der Woche festlegen.

■ **Was gibt Ihnen die Tätigkeit mit älteren Menschen?**

Es ist schön, zu merken, wie dankbar die Bewohner sind. Ich finde es auch sehr interessant, Geschichten aus dem Leben der Bewohner zu hören. Irgendwie habe ich den Eindruck, dass mich die Erlebnisse meiner Mutter mit den Bewohnern verbinden. Ich habe ein Gefühl für das Alter und das Leben in einer Pflegeeinrichtung.

■ **Was sollte man Ihrer Meinung nach mitbringen, um diese ehrenamtliche Aufgabe leisten zu können?**

Sympathie für ältere Menschen. Die Lebensgeschichten der Bewohner respektieren. Und es hilft, wenn man ein Gespür für die aktuelle Stimmung des Bewohners hat.

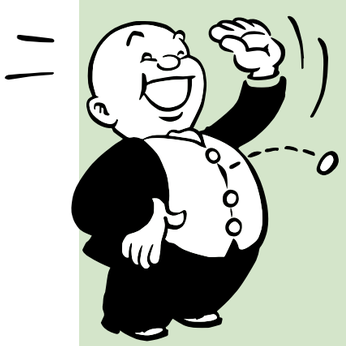
Vielen Dank Frau Leja.

Das Gespräch führte Ehrenamtskoordinatorin Kerstin Mildner.

Bei Interesse an einer ehrenamtlichen Tätigkeit wenden Sie sich bitte an:

Kerstin Mildner
Gürtelstr. 33, 10409 Berlin
Tel. 4284471109
ehrenamt@seniorenstiftung.org

+++ LACH MAL WIEDER +++ LACH MAL WIEDER +++ LACH MAL WIEDER +++



Der rechte Mann

Es läutete an der Flurtür. Frau Flemming machte auf. Ein junger Mann stand draußen und hielt höflich den Hut in der Hand.
„Gnädige Frau“, begann er mit einem bescheidenen Lächeln, „wie ich unten an der Haustüre an Ihrem Schild sehe, suchen Sie einen höflichen, gebildeten, jungen Mann mit guten Manieren als Privatchauffeur. Ich glaube, Ihnen versichern zu können, dass ich der Mann bin, den Sie suchen.“
Frau Flemming bedauerte liebenswürdig: „Es tut mir aufrichtig leid – der Posten ist bereits vergeben.“ Da schrie der Mann: „Warum nehmen Sie denn dann das Schild nicht rein, Sie blöde Gans?“

„Noch einmal möchte ich so gerne…“

Ehrenamtliche erfüllen Wünsche für Bewohner

Noch einmal ins Theater gehen, noch einmal meine Freundin besuchen, noch einmal Berlin anschauen, noch einmal…

Gibt es Dinge, die Sie häufig getan haben, als Sie noch nicht auf Hilfe angewiesen waren? Gibt es Menschen, die Sie getroffen haben und denen Sie gern nochmal begegnen würden? Möchten Sie Orte wiedersehen, an denen Sie früher einmal waren?

Haben auch Sie Wünsche, Träume, Erinnerungen…? Sind Sie Bewohner/in oder Mieter/in bei uns? Oder sind Sie ein Angehöriger, der seinem Verwandten bei uns gern eine besondere Freude bereiten würde? Vielleicht können wir gemeinsam versuchen, Ihre Träume Wirklichkeit werden zu lassen! Unsere Ehrenamtlichen sind bereit und warten auf Ihre Wünsche!

Gemeinsam planen wir und schauen, was wie umsetzbar und möglich ist. Wenn Sie in einer unserer Einrichtungen leben und einen stillen Wunsch haben, wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an mich. Gern stelle ich den Kontakt zu den ehrenamtlichen „Wunsch-Erfüllerinnen“ her und helfe bei der Organisation.

Kerstin Mildner, Ehrenamtskoordinatorin, Tel. 428447-1109
ehrenamt@seniorenstiftung.org

Des Rätsels Lösung

Dieses Mal war das mit dem Lösungswort aus unserer Ausgabe Nr. 67 richtig schön. Immer wenn eine Karte oder eine Mail bei mir ankam, hatte ich sofort die Melodie im Kopf und wollte am liebsten singen und tanzen. Vielen Dank für die vielen richtigen Einsendungen. Die Lösung lautete **„Der letzte Walzer mit dir“.** Gewonnen haben **Frau Jennifer Mrobs, Frau Anneliese Slateff und Herr Frank Leischer.** Herzlichen Glückwunsch und viel Spaß beim Besuch unseres Restaurants oder eines unserer Cafés.

Bitte achten Sie auf unser zusätzliches Rätsel in dieser HERBSTFEUER-Ausgabe. Mit der Lösung dieses Rätsels können Sie ebenfalls gewinnen. Sie müssen nur den Abschnitt ausschneiden und am Montag, dem 1. Oktober 2018, zu unserer Veranstaltung anlässlich des „Internationalen Tages der älteren Generation“ in die Gürtelstraße 32 a mitbringen. Hier werden dann während der Veranstaltung fünf Gewinner gezogen, die dann auch einen Gutschein im Wert von 10,00 € erhalten. Viel Glück! EK

Beim Ausflug in die nahe wunderschöne Natur

Die Helfer nach getaner freiwilliger Arbeit

Die Firma „Scout 24 AG“ hilft der Seniorenstiftung

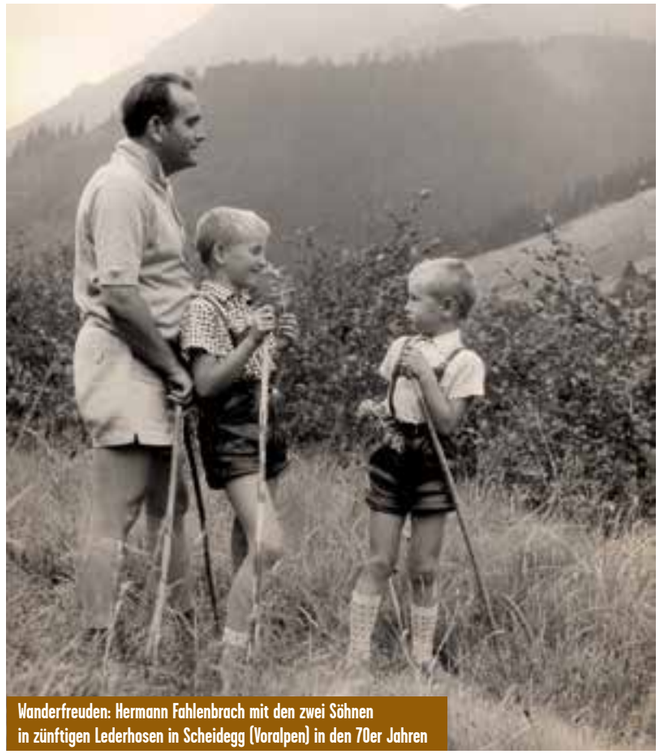
„Wir von Scout 24 möchten Sie unterstützen. Auch in diesem Jahr stehen wir Ihnen wieder einen Tag lang zur Verfügung. Am 29. Juni ist es soweit“. Dieses Angebot der Firma „Scout 24 AG“ freute uns sehr und kam genau zur richtigen Zeit. Einen Tag vor unserem Sommerfest in der Stavangerstraße war allerhand zu tun, so dass jede helfende Hand gebraucht wurde. Morgens um 8.30 Uhr trafen sieben fröhliche, dynamische und motivierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Firma bei uns ein und begannen nach einer Begrüßung auch gleich mit der Arbeit. Alles musste für das morgige Fest vorbereitet und aufgebaut werden. Tische und Stühle beschaffen, reinigen, aufstellen. Das gleiche mit Sonnenschirmen, Ständen und weiteren Utensilien. Bei fast 30 Grad im Schatten war das eine außerordentliche und sehr hilfreiche Leistung! Weiter ging es mit dem Anfertigen von ca. 40 Blumengestecken. Nach dreieinhalb Stunden hatten sich die Helfer eine geruhsame Mittagspause redlich verdient.

Danach ging es weiter mit den Aufräum- und Vorbereitungstätigkeiten. Außerdem wurden ca. 150 Luftballons aufgeblasen und zusammengeknotet. Vier Helfer von „Scout 24 AG“ begleiteten am Nachmittag Bewohner des Hauses bei einem Spaziergang durch den Kiez. In den nahe gelegenen Kleingärten wurden die Sommerblumen bestaunt und die vielfältigen Gerüche wahrgenommen. Ein wirklich sehr aktiver und schaffensreicher Tag ging letztlich zu Ende. Vielen Dank nochmals an alle Helfer der Firma „Scout 24 AG“. Ohne sie wären die Vorbereitungen für unser Sommerfest in dieser Kürze und Effektivität nicht möglich gewesen. Und unsere vier Bewohner wären an diesem Tag nicht in den Genuss des kleinen Ausflugs gekommen. Wir hoffen auf ein Wiedersehen!

Kerstin Mildner,
Ehrenamtskoordinatorin

Badespaß: Margret Fahlenbrach mit den Kindern Claus und Hermann junior auf der Luftmatratze in der Nordsee, Mitte der 1960er Jahre

Margret Fahlenbrach mit Anfang 70 auf Ellis Island vor der New Yorker Skyline (USA)



Wanderfreuden: Hermann Fahlenbrach mit den zwei Söhnen in zünftigen Lederhosen in Scheidegg (Voralpen) in den 70er Jahren

Fotos: Familie Fahlenbrach

„Reisen ist die Sehnsucht nach dem Leben."

Kurt Tucholsky

Auf der Suche nach Bewohnern, die gern von ihren früheren Reisen im Rahmen dieser Serie berichten würden, öffneten mir Margret und Hermann Fahlenbrach, die früher in Babenhausen (Hessen) gelebt hatten, sehr gern ihre Reisekoffer – pardon: ihre Reisefoto-Schatzkisten – und überraschten mich mit einer sehr großzügigen Bildauswahl.

Ihre ersten Fotos aus den 1960er und 70er Jahren von Reisen an die See und ins Gebirge wurden noch in schwarz/weiß aufgenommen und zeigen, wieviel Spaß und Freude sie dabei mit ihren noch kleinen Söhnen Hermann (Junior) und Claus hatten.

Im Sommer 1992, die Söhne waren bereits erwachsen, zog es sie – nun zu zweit – an die Ostsee, auf den Darß, nach Ahrenshoop. Von hier aus machten sie u.a. einen Abstecher ins interessante Bernstein-Museum in Ribnitz-Damgarten und schipperten mit einem nachgebauten Mississippi-Schaufelraddampfer über die anliegenden Boddengewässer. 1994 ging es wieder hinauf in die Berge, diesmal nach Zermatt in der Schweiz. Mit der Gornergrat-Bergbahn fuhren sie gemeinsam auf ca. 3000 m Höhe und genossen von hier aus die wunderbare Aussicht über die Schweizer Berge. Ebenfalls in den 1990er Jahren unternahmen beide eine Reise ins Oderbruch und besuchten hier die Gedenkstätte Seelower Höhen, die an die größte Schlacht auf deutschem Boden kurz vorm Ende des II. Weltkriegs mit mehr als 100 000 hier gefallenen Soldaten erinnert.

Im Jahr 2007 waren die Fahlenbrachs nach langer Zeit wieder zusammen mit ihren großen Söhnen unterwegs. Sie reisten nach Frankreich und machten hier ein schönes Erinnerungsfoto in Arbois, einem Ort, der von einem großen Weinanbaugebiet umgeben ist.

In einem offensichtlich sehr sonnigen Frühling im wunderschönen Monat Mai des Jahres 2010 waren Margret und Hermann auf Erkundungen in Dänemarks Hauptstadt Kopenhagen unterwegs. Im selben Jahr, Margret ist bereits 80 und Hermann 78 alt, machten beide bestens ausgerüstet noch einen sehr aktiven Wanderurlaub in der Sächsischen Schweiz, im Elbsandsteingebirge. Berge und Gebirge schienen eines ihrer Reiselieblingsziele zu sein. Wen wundert es da, dass sie 2011 noch einmal an einen besonders hoch gelegenen Ort zurückkehrten, wo sie bereits 1958 ihre Hochzeitreise, zu neudeutsch: Flitterwochen, verbracht hatten. Der Ort liegt in den Voralpen und ist vor allem durch die jährlich stattfindende Vierschanzentournee berühmt geworden: das in den Allgäuer Alpen liegende Oberstdorf!

2013 besuchen Margret und Hermann Fahlenbrach ihren Sohn Claus in Berlin. Höhepunkt dieses Besuchs in der Hauptstadt war der gemeinsame Besuch einer zu dieser Zeit gerade stattfindenden Ausstellung der mexikanischen Malerin Frida Kahlo.

Doch nicht nur in Europa sind die Fahlenbrachs unterwegs gewesen. Sie haben sich auch zu weit entfernten Zielen auf den Weg gemacht. Mitte der Neunziger Jahre reisten sie gemeinsam mit Freunden und Bekannten

2002 in New York: Margret Fahlenbrach gemeinsam mit ihrem Sohn Claus auf dem Empire State Building

Mitte der 1990er Jahre unterwegs in Jordanien

Fotos: Familie Fahlenbrach

Serie: Reisenotizen

In den 90er Jahren: Gemeinsamer Besuch der Gedenkstätte Seelower Höhen an der Oder

Sommer 2011 – wieder in Oberstdorf (Voralpen): Hier verbrachten die Fahlenbrachs bereits 1958 (vor rund 60 Jahren!) ihre Hochzeitsreise

Fotos: Familie Fahlenbrach

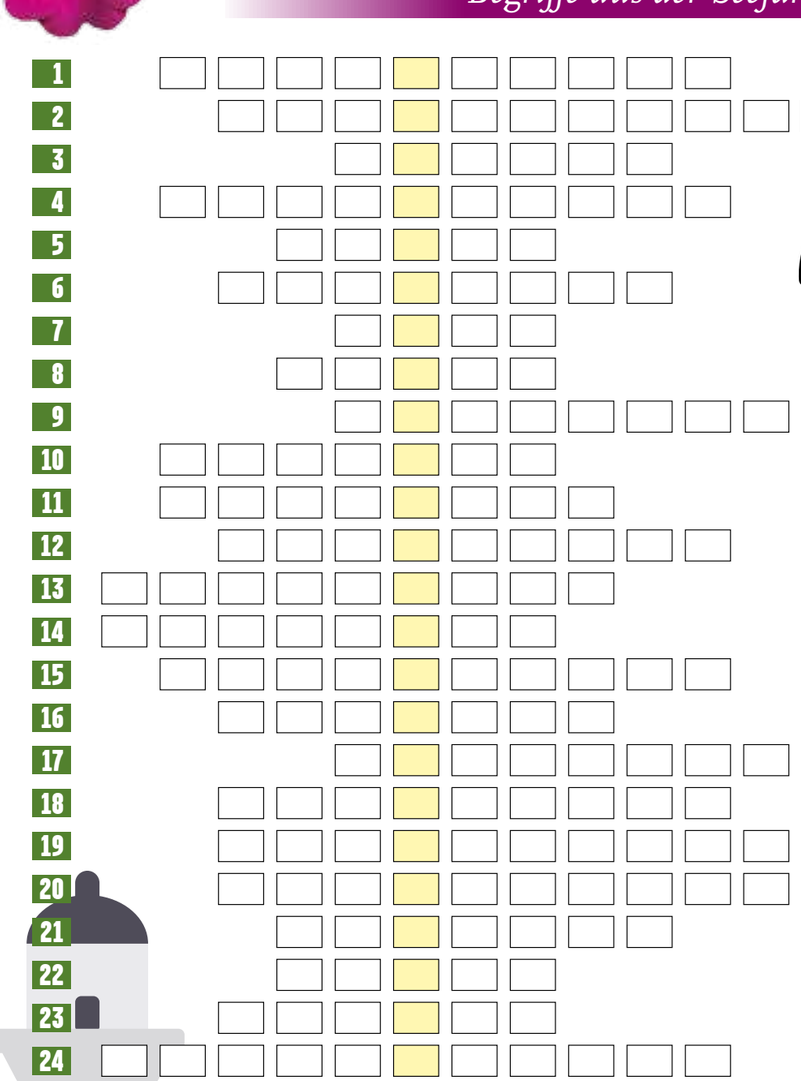
von der evangelischen Kirche mit dem Flugzeug in Richtung Südosten nach Jordanien und hier dann sehr gemächliche weiter mit den berühmten Wüstenschiffen, denn Kamele sind immer noch ein sehr wichtiges Transportmittel in den Wüstenregionen.

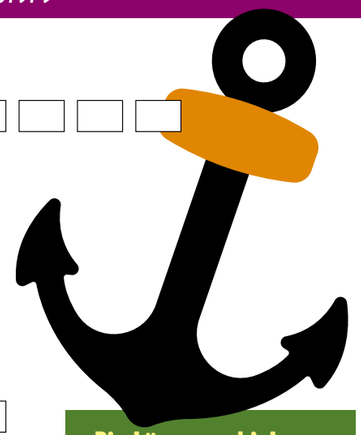
Und dann bot sich auch die Gelegenheit eines Transatlantikfluges nach New York (USA) im Jahr 2002. Zusammen mit ihrem Sohn Claus konnte Margret mit Anfang 70 im Rahmen eines Wohnungstausches für eine Woche in einer privaten Wohnung im 26. Stock eines Apartmenthauses direkt gegenüber der Metropolitan Oper und in unmittelbarer Nähe des Central Parks in Manhattan wohnen. Margret beeindruckte vor allem das quirlige Leben und das riesige Kulturangebot in dieser Stadt. Besonders fasziniert war sie vor allem von einem in etwa gleichaltrigen, ehrenamtlichen „Big Apple Greeter“ (dt. „Begrüßer“; „Big Apple“ ist ein Spitzname von New York), der sie auf einer ca. dreistündigen Tour durch seinen Stadtteil Queens geführt hat. Da der ehrenamtliche Stadtführer auch sehr gut Deutsch sprach, ergab sich ein sehr intensiver Austausch zwischen allen dreien.

Auch wenn heute so lange Reisen für Margret und Hermann nicht mehr möglich sind, begeben sich die Fahlenbrachs mit Unterstützung ihres Sohnes Claus ab und zu noch auf Kurzreisen übers Wochenende an die Ostsee nach Ahrenshoop. Das Reisen scheint das sympathische Ehepaar neben vielen anderen Dingen sehr lebendig und immer wieder aufgeschlossen für Neues zu halten. Es war mir eine besondere Freude, diesen Artikel voller sehr persönlicher Reise-Erinnerungen zusammen mit Ihnen und der Unterstützung ihres Sohnes Claus bei der Foto- und Textzusammenstellung vorzubereiten. Ich wünsche Margret und Hermann Fahlenbrach, dass sie noch viel gemeinsame und kostbare Reise-Lebenszeit miteinander verbringen können.

BG und Margret & Hermann Fahlenbrach, Stavangerstr. 26

Begriffe aus der Seefahrt





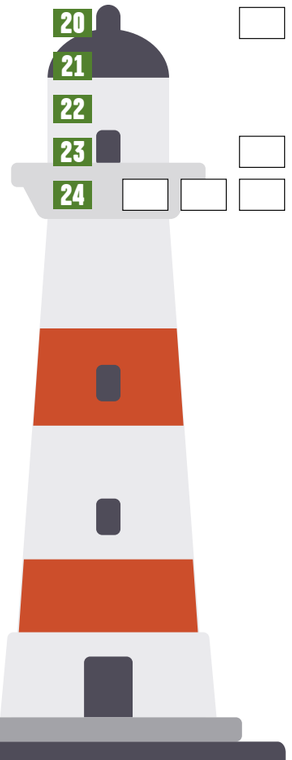
Die Lösung schicken Sie bitte an:

Seniorenstiftung
Prenzlauer Berg
HERBSTFEUER
Gürtelstr. 32a
10409 Berlin

per Fax an:
428447-4111
oder per Mail an:
elke.krebs@senioren-stiftung.org

Aus den Einsendern werden wieder drei Gewinner gezogen, die je einen Restaurant-/Cafégutschein im Wert von 10,- EUR erhalten.

Viel Glück!



1. Dreimastsegler mit Quersegeln am vorderen Mast
2. Maß zur Angabe des Raumgehaltes eines Schiffes
3. Entspricht bei Angaben von Schiffsgeschwindigkeiten einer Seemeile
4. Rückwärtiger Teil des Deckes
5. Gemeinsamer Speise- und Wohnraum der Schiffsbesatzung
6. Abwechselndes Spiel von Ebbe und Flut
7. Hinterteil des Schiffes
8. Schiffsanlegestelle
9. Linke Seite des Schiffes
10. Sich am Kamm überstürzende Wellen
11. Die seitlich angebrachten Schiffstreppen
12. Ältester Unteroffizier der Berufsmannschaft
13. Mit dem Komando über mehrere Schiffe betrauter Linienschiffskapitän
14. Nautisches Maß = 1853 m
15. Erhöhte Plattform am Mast zur Aufnahme von Personen
16. Schiffsführer
17. Tauleiter mit Holzsprossen
18. Ein Schiffskellner
19. Segler mit drei (mitunter auch mehr) Vollmasten
20. Rechte Seite des Schiffes
21. Nach geographischer Länge und Breite angegebene Schiffsposition
22. Er navigiert Schiffe aus schwierigem Fahrwasser
23. Oberster Teil der Bordwand eines Schiffes
24. Konstante Seitenneigung eines Schiffes durch Wassereinbruch

In unserer Rubrik „10 Fragen an...“ stellen wir Ihnen in jeder Ausgabe eine/n Mitarbeiter/in der Seniorenstiftung vor.

Silke Sabin

10 Fragen an...

■ **Welchen Berufswunsch hatten Sie als Kind?**

Ich wollte immer Krankenschwester werden. Die Note 3 im Fach Chemie machte das, zu Ostzeiten, jedoch unmöglich. So wurde ich Fachverkäuferin für Waren des täglichen Bedarfs. Komischerweise stand hier die Note 3 in Mathematik nicht im Wege...

■ **Möchten Sie uns eine Jugendsünde erzählen?**

Ich bin mit zwei älteren Brüdern aufgewachsen, da gab es immer Schabernack und Blödsinn. Wenn ich jetzt alle Jugendsünden aufzählen sollte, würde das echt den Rahmen sprengen.

■ **Wie sind Sie zur Seniorenstiftung Prenzlauer Berg gekommen?**

Ich kannte die Stiftung bereits durch meine Leasingtätigkeit. 2016 ging ich in der Stavangerstraße 26 und der Gürtelstraße 33 oft ein und aus. Nach meiner Bewerbung im Oktober 2017 bin ich dann in der Gürtelstraße 32 gelandet.

■ **Welches Ereignis während Ihrer Tätigkeit in der Seniorenstiftung ist Ihnen besonders in Erinnerung geblieben?**

Für irgendwelche gravierenden Ereignisse ist meine Zeit in der Stiftung leider noch zu kurz.

■ **Was schätzen Sie am meisten an Ihrer Arbeit?**

Mit dem Einstieg in die Altenpflege im Jahr 2001 hat sich mein Leben gravierend verändert. Als Altenpflegerin sieht man das gesamte Leben aus einem anderen Blickwinkel. Man entwickelt ein ganz spezielles Feingefühl, entdeckt Sensoren, die man vorher noch nicht einmal erahnte. Man lebt das Leben bewusster, schätzt den Tag, nicht das Jahr. Die „Alten“ sind sehr weise und so manch einen guten Ratschlag sollte man zu schätzen wissen. „In den Schuhen des anderen gehen“ – wenn einem das gelingt, ist man der Menschheit ein Stück näher gekommen und man sieht viele Dinge anders.

■ **Was würden Sie an oder durch Ihre Arbeit ändern, wenn Sie es könnten?**

Der Pflegenotstand ist wirklich beängstigend. Auch wenn versucht wird, den Notstand durch „Importkräfte“ aus anderen Ländern zu lindern, sollte man dennoch bedenken: Die Pflege ist kein Fußballspiel, bei dem man sich kommunikationslos versteht! Ich denke, wir werden mit dem Pflegenotstand leben müssen, daran wird sich in Deutschland vorerst nichts ändern.

Was noch so ziemlich nervt, sind die Bürokratie und das Betteln. Für jede Verordnung, für jedes Hilfsmittel, für jeden Krankentransport, um alles muss man bei den Krankenkassen betteln. Das kostet uns viel, viel Zeit am Schreibtisch und am Telefon – Zeit, die eigentlich den Bewohnern zusteht!

■ **Haben Sie ein Hobby?**

Immer wieder gerne das Handwerkern, mit all seinen Facetten: etwas entstehen zu lassen, zu verändern oder etwas zu verschönern. Da entsteht Ausgeglichenheit. (Natürlich hätte ich auch Schönheitschirurg werden können, aber das Handwerkern ist auch in Ordnung.)

■ **Was ist Ihr Lieblingsbuch oder Ihr Lieblingsfilm?**

Mein Lieblingsbuch z. Zt. „Ein ganzes halbes Jahr“ von Jojo Moyes und mein Lieblingsfilm natürlich: „Ziemlich beste Freunde“. Für alle Leseratten in der Pflege empfehle ich das Buch „Schauen Sie sich mal diese Sauerei an“ von Jörg Nießen. Er beschreibt mit großer Bravour in einer humoristischen Glanzleistung die Arbeiten des Rettungsdienstes. Ich musste das in einem Stück lesen und klatschte mir dabei beim Lachen mehrmals mit den Händen auf die Schenkel.

■ **Wo sehen Sie sich in zehn Jahren?**

Keine Ahnung. Soweit plane ich nicht mehr im Voraus. Und außerdem: es kommt doch sowieso anders, als man denkt...

■ **Können Sie sich vorstellen in der Seniorenstiftung zu leben, wenn Sie selbst pflegebedürftig sind?**

Mir wird nichts anderes übrig bleiben... Ob es nun die Stiftung wird, das entscheidet letztendlich meine Tochter. Trotzdem wäre es schon eine interessante Erfahrung wenn sich das Blatt dann wendet und man nicht mehr selber die Pflegerin, sondern die Pflegebedürftige ist. Naja, wie die Klingel funktioniert, weiß ich bis dahin hoffentlich noch.

Vielen Dank für das Gespräch.

„Wertschätzung und Herzlichkeit“

Die Kuratoriumsvorsitzende, Bezirksstadträtin Rona Tietje

Das Kuratorium als ehrenamtliches Aufsichtsorgan der Stiftung entscheidet über wesentliche Vorhaben und überwacht die ordnungsgemäße Führung der Geschäfte im Sinne des Stiftungszwecks. Als 1996 die Seniorenstiftung Prenzlauer Berg gegründet wurde, legte die Satzung fest, dass im Kuratorium Vertreter bezirklicher Gremien mitwirken sollen, damit die sozialen Anliegen des Bezirks in der Arbeit der Stiftung Berücksichtigung finden. Deshalb sind Mitglieder der Bezirksverordnetenversammlung, Mitarbeiter des Bezirksamts, ein Mitglied der Seniorenvertretung des Bezirks Pankow sowie unabhängige Fachleute vertreten. Den Vorsitz führt satzungsgemäß das für Soziales zuständige Mitglied des Bezirksamts Pankow, seit 2016 Bezirksstadträtin Rona Tietje.

„Pankow ist in den letzten Jahren stark gewachsen. Was viele nicht wissen: eine der am stärksten wachsenden Gruppen sind dabei die über 80Jährigen“, erklärt sie. „Deswegen ist es wichtig, Einrichtungen im Bezirk zu haben, die älteren Menschen ein behagliches Zuhause und gute Pflege bieten. Deswegen ist die Seniorenstiftung eine unverzichtbare Institution im Bezirk.“

Ihr Angebot zu erhalten und perspektivisch auszubauen sei ein Hauptanliegen der Arbeit des Kuratoriums. Auch die Nachfrage von Menschen, die nicht pflegebedürftig sind, sich aber bestimmte Serviceleistungen in Ihrem Wohnumfeld wünschen, wächst stark. „Deswegen begrüße ich, dass die Stiftung in den letzten Jahren auch den Bereich des ServiceWohnens ausgebaut hat.“

Foto: Christiane Trabert

1981 in Schleswig-Holstein geboren und aufgewachsen in einem kleinen Dorf in der Nähe von Schleswig, begann sie bereits hier, sich politisch zu engagieren. Das beeinflusste auch ihre Berufswahl, als sie nach dem Abitur

2001 nach Berlin zog, um an der Humboldt-Universität Jura zu studieren – mit weiterführendem Interesse an Geschichte und Literaturwissenschaft.

Während ihres Referendariats nach dem ersten juristischen Staatsexamen war Rona Tietje u.a. an der Volksbühne und in der Verwaltung des Deutschen Bundestages tätig. Im Oktober 2006 wurde sie erstmals in die Bezirksverordnetenversammlung von Pankow gewählt, wo sie mit Beginn der folgenden Wahlperiode auch den Vorsitz der SPD-Fraktion übernahm.

Nach dem zweiten Staatsexamen in einer mittelständischen Rechtsanwaltskanzlei mit Schwerpunkt Urheber- und Medienrecht tätig, wechselte Rona Tietje 2013 als wissenschaftliche Mitarbeiterin für die SPD-Fraktion ins Berliner Abgeordnetenhaus und zwei Jahre später zur Senatsverwaltung für Finanzen. Seit Ende des Jahres 2016 ist sie als Bezirksstadträtin für die Bereiche Jugend, Wirtschaftsförderung und Soziales verantwortlich. „Offenheit – das ist es, was ich am stärksten mit der Seniorenstiftung verbinde“, so äußert sich die Vorsitzende nach rund eineinhalb Jahren im Stiftungskuratorium. „Die Seniorenstiftung ist offen für Ideen, zum Beispiel, wenn es darum geht, neue Mitarbeiter zu gewinnen. Vor allem aber ist die Stiftung offen für Menschen. Ich bin immer wieder beeindruckt von der Freundlichkeit der Mitarbeiter und der Gastfreundschaft mit der man in der Stiftung empfangen wird. Das spürt man nicht zuletzt bei den vielen Festen, die wir gemeinsam in der Stiftung feiern.“

Was die Arbeit der Stiftung besonders auszeichnet, ist ihre Verwurzelung im Kiez: in der Nachbarschaft verankert

Die Kuratoriumsvorsitzende (r.) im Gespräch mit Siggi Trzoß beim Sommerfest 2018 in der Stavangerstraße 26

und mit offenen Türen. „Die Seniorenstiftung ist als Institution im Bezirk sichtbar. Sie lädt immer wieder ein“, fährt die Kuratoriumsvorsitzende fort. „Wie erfolgreich dieser Weg ist, sieht man am besten daran, dass viele Nachbarn bereit sind, sich ehrenamtlich in der Stiftung zu engagieren. Die Erfahrungen der ehrenamtlichen ‚Wunscherfüllerin‘ und der jungen Frau, die gemeinsam mit ihrem Hund Bewohner in der Stiftung besucht, über die im HERBSTFEUER berichtet wurde, haben mich sehr beeindruckt.“

Wie auch in anderen Einrichtungen wird es zukünftig vor allem darum gehen, Menschen für Berufe in der Pflege zu begeistern. Die Seniorenstiftung ist bereits gut aufgestellt: geht zum Beispiel in Schulen, um Auszubildende zu gewinnen. „Wichtig wären aber auch bessere Rahmenbedingungen in der Pflege – und hier ist vor allem die Bundespolitik gefragt.“ Auf die Frage, welches Prädikat Frau Tietje der Stiftung geben würde, antwortet sie: „In der Seniorenstiftung wird aus meiner Sicht hervorragende Arbeit geleistet. Mit dieser Einschätzung bin ich nicht allein: die Prüfungen des Medizinischen Dienstes der Krankenkassen, bei denen die Häuser der Seniorenstiftung regelmäßig mit ‚Sehr gut‘ abschließen, sprechen für sich. Genauso wichtig ist, dass die Wertschätzung und Herzlichkeit gegenüber den Menschen, die hier leben und arbeiten, spürbar ist. Deswegen freue ich mich jedes Mal, wenn ich in die Seniorenstiftung komme.“

JL

EINLADUNG ZU DEN KINDERFESTEN DER SENIORENSTIFTUNG

Samstag, 1. September 2018

10.00 - 14.00 Uhr
im Garten der Gürtelstraße 32 - 32a

14.00 - 18.00 Uhr
im Garten der Stavangerstraße 26

Es erwartet Sie:
Unterhaltungsprogramm, Dosenwerfen, Kinderschminken, Torwandschießen, Popcorn, Kartoffellauf und vieles mehr

Wir freuen uns über viele teilnehmende Bewohnerinnen und Bewohner, Angehörige, Kinder, Enkel, Urenkel... sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit ihren Kindern.

Stiftung Senioren Prenzlauer Berg

Seniorenstiftung Prenzlauer Berg

Geborgen in guten Händen

www.seniorenstiftung.org

In unserer Rubrik „10 Fragen an...“ stellen wir Ihnen in jeder Ausgabe eine/n Bewohner/in der Seniorenstiftung vor.

10 Fragen an...

■ **Wo sind Sie aufgewachsen?**
Bis ich neun Jahre alt war in Schernow (Kreis Weststernberg), einem Ort zwölf Kilometer entfernt von Küstrin. Dann wurden wir jedoch im März 1945 ausgewiesen und begaben uns zu viert, meine Mutter, meine zwei Geschwister und ich, auf die Flucht in Richtung Berlin. Hier kamen wir im Juni 1945 an und wohnten zuerst zu sechst in einem Zimmer in der Mendelssohnstraße bei meiner Tante. Später bekamen wir eine eigene kleine 1,5-Zimmer-Wohnung in der Christinenstraße im Prenzlauer Berg zugewiesen.

■ **Möchten Sie uns eine Jugendsünde erzählen?**
Ich war immer ein lustiger Vogel, hatte aber eine sehr strenge Erziehung in der Schule gehabt und bin deshalb nie unangenehm aufgefallen. Aber während der Fluchtzeit mussten wir, um nicht zu hungern, öfter mal Essen stehlen. Da es eine besondere Notsituation war, kann man dieses Essenstehlen aber nicht als Sünde bezeichnen.

■ **Was war der schönste Tag in Ihrem Leben?**
Es war nicht nur ein Tag, sondern ich hatte eine wirklich schöne Zeit: 23 Jahre lang zusammen mit meiner Frau.

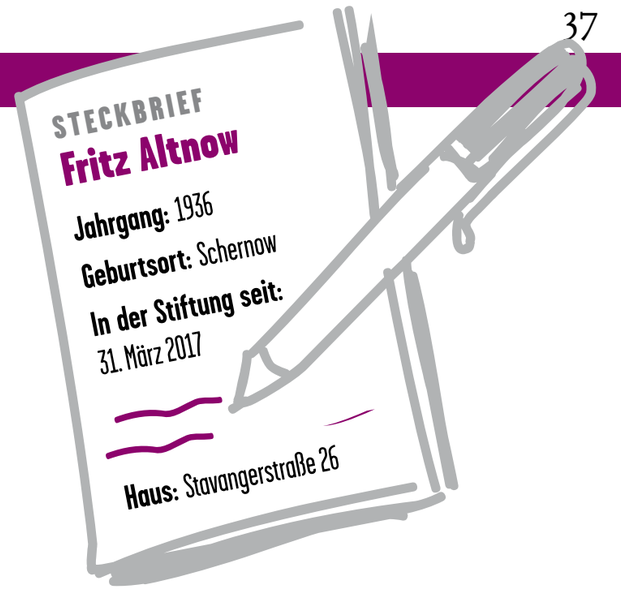
■ **Welchen Beruf haben Sie ausgeübt?**
Ich bin gelernter Maurer und habe in diesem Beruf als Brigadeleiter gearbeitet.

■ **Wofür interessieren Sie sich heute am meisten?**
Ich möchte meine körperliche und geistige Beweglichkeit erhalten, deshalb besuche ich sehr regelmäßig die Sportangebote, einmal wöchentlich das Kraft- und Balancetraining und zweimal wöchentlich die Lübecker Bewegungswelten, und dann gehe ich auch noch zweimal wöchentlich nachmittags zum Skatspielen. Außerdem freue ich mich immer über ein gutes Gespräch mit meinen Mitmenschen.

■ **Wie würden Sie sich mit drei Worten beschreiben?**
Ich bin ein fröhlicher und geselliger Mensch.

■ **Was war der Grund für Ihren Umzug in die Seniorenstiftung?**
Es war mir nicht mehr möglich, mich zu Hause selbst zu versorgen, und eine häusliche Krankenpflege kam nicht in Frage.

■ **Welches Ereignis in der Seniorenstiftung ist Ihnen besonders in Erinnerung geblieben?**
Als ich hier einzog, dachte ich, ich habe nicht mehr viel Zeit auf dieser Welt. Aber dann erlebte ich hier – sowohl von der Pflege als auch von der Betreuung – so viel motivierende Zuwendung, dass ich selbst wieder aktiv werden konnte, um z. B. jeden Tag bei schönem Wetter selbstständig in den Garten zu gehen.



■ **Was würden Sie hier ändern, wenn Sie es könnten?**
Gar nichts, weil ich zufrieden bin und mich hier pudelwohl fühle.

■ **Wem würden Sie Ihr letztes Hemd geben?**
Meiner Tochter, die sehr regelmäßig zu mir zu Besuch kommt und sich um all meine Belange sehr zuverlässig kümmert.

Vielen Dank für das Gespräch.

Impressum

Seniorenstiftung Prenzlauer Berg – Vorstand

Verantwortlicher im Sinne des Pressegesetzes: Wilfried Brexel, Vorstandsvorsitzender, Gürtelstr. 33, 10409 Berlin

Redaktion: Cathrin Densky (CD), Bettina Gromm (BG), Christina Höhn (CH), Anne Kegel (AK), Elke Krebs (EK), Johannes Lehmann (JL), Nicole Morhard (NM), Frank Wernecke (FW)

Ausgabe: 68/2018 (August/September 2018) **Auflage:** 30.000

An dieser Ausgabe haben mitgewirkt: Fritz Altnow, Wilfried Brexel, Margret und Hermann Fahlenbrach, Andreas Kapa, Patrick Keiderling, Horst Kolbe, Sonja Lenkisch, Ina Lindstedt, Gabriele Müller, Silke Sabin, Bettina Saegling, Sandra Warnke.

Postalisch an eine uns bekannte Empfängeradresse gerichtete Zeitungen können Sie stets bei uns abbestellen. Die Verteilung des „HERBSTFEUERS“ als Postwurfsendung ist nicht im Einzelfall beeinflussbar. Titel, Umschlaggestaltung sowie Art und Anordnung des Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nachdruck und Übersetzungen sind – auch auszugsweise – nicht gestattet. Nachdruck oder Reproduktion, gleich welcher Art, ob Fotokopie, Mikrofilm, Datenerfassung, Datenträger oder Online nur mit schriftlicher Genehmigung der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg.

+++ VERANSTALTUNGSHINWEISE +++

Jeden 3. Sonntag im Monat

Tanztee mit Live-Musik

in der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg
15.00-17.30 Uhr, Stavangerstraße 26

An jedem dritten Sonntag im Monat laden wir Sie von 15.00-17.30 Uhr zum Tanztee in die Stavangerstraße 26 ein. Darüber hinaus haben Sie auch die Möglichkeit, unser Haus zu besichtigen. Wir freuen uns auf Sie und bitten um vorherige Anmeldung:
Tel. 428447-8000
Kostenbeitrag: 2,50 EUR

Die nächsten Tanztee-Termine bei Live-Musik, jeweils ab 15 Uhr:
Sonntag, 16. September 2018
Sonntag, 21. Oktober 2018

Ehrenamtliche Beratung zum Thema

Vorsorgevollmacht, Patienten- und Betreuungsverfügung

Jeden Freitag nimmt sich Herr Ziesche zwischen 10 und 12 Uhr Zeit für Sie in der Gürtelstraße 32a, Besprechungsraum E.05. Vorherige Terminvereinbarung über den Empfang ist nötig:
Tel. 428447-4000

„Netzwerk Altenhilfe“

Hilflos im Alter – das muss nicht sein

Mittwoch, 12. September 2018
Beginn: 17.00 Uhr
Restaurant Gürtelstraße 33

Referentinnen sind Frau Gudrun Becher, Pflegeberaterin des Pflegestützpunktes Pankow, und Frau Bettina Saegling, Einrichtungsleitung des PflegeWohnens Haus 33. Die Veranstaltung ist kostenlos, es wird jedoch um Anmeldung unter der Telefonnummer 428447-2000 gebeten.

+++ VERANSTALTUNGSHINWEISE +++

Klänge von Land, Küste und See

Dienstag, 18. September 2018
Beginn 15.30 Uhr, Gürtelstraße 32a

Lassen Sie sich vom Shantychor Köpenick mit traditionellen und modernen Liedern auf eine musikalische Reise über Land bis zur See mitnehmen. Der Eintritt ist frei, um Voranmeldung wird unter der Telefonnummer 428447-4000 gebeten.

Internationaler Tag der älteren Generation

Montag, 1. Oktober 2018
Beginn 15.00 Uhr, Gürtelstraße 32a
Um Anmeldung wird gebeten!

„Vorsorge treffen“

Ein Überblick über die Möglichkeiten Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung

Dienstag, 2. Oktober 2018
Beginn: 17.00 Uhr
Restaurant Gürtelstraße 33

Referentin ist Frau Katinka Teetz vom Betreuungsverein Pankow des HVD (Humanistischer Verband Deutschlands). Die Veranstaltung ist kostenlos, es wird jedoch um Anmeldung unter der Telefonnummer 428447-2000 gebeten.

Stammtisch für Angehörige von Menschen mit Demenz

an jedem 1. Donnerstag eines geraden Monats in der Gürtelstraße 32a

Nächster Termin, abweichend:
Donnerstag, 18. Oktober 2018
Beginn: 15.00 Uhr
(Besprechungsraum E.05)
Um Anmeldung wird gebeten.

Vorsicht vor falschen Polizeibeamten und ebensolchen Enkeln

Wie Kriminelle versuchen, an Ihr Geld zu kommen und wie Sie sich dagegen schützen können.

Mittwoch, 24. Oktober 2018
Beginn: 15.30 Uhr
Restaurant Gürtelstraße 33

Referent ist Polizeioberkommissar Michael Kühl vom Landeskriminalamt Berlin, Zentralstelle für Prävention. Die Veranstaltung ist kostenlos, es wird jedoch um Anmeldung unter der Telefonnummer 428447-2000 gebeten.

Alle Leserinnen und Leser sind ganz herzlich zu unseren Veranstaltungen eingeladen. Bitte melden Sie sich vorher bei den Empfangsmitarbeitern der jeweiligen Häuser an. Die Rufnummern finden Sie auch auf der letzten Seite unserer Zeitung.

Bei uns geht es schwungvoll durch den Nachmittag

Unser Musiker Kiri hat den Jubilaren ein ganz besonderes Ständchen vorgetragen

Hier das Jubiläumspaar bei einem Gläschen Sekt

Ü80-Party

Am 7. Juni 2018 fand wieder unsere Ü80-Party im Haus Gürtelstraße 32a statt. Mit zahlreichen Bewohnern und Gästen haben wir an diesem Nachmittag viel getanzt und gesungen. Es gab dann noch eine ganz besondere Überraschung. Liselotte und Horst Bläsing begingen an diesem Tag ihren 66. Hochzeitstag. Da heißt es in einem bekannten Lied von Udo Jürgens: „Mit 66 Jahren da fängt das Leben an“. Im Falle unseres Jubiläumspaares müsste man sagen, „Nach 66 Jahren...“. Beide leben in unserem Haus. Während Frau Bläsing im Mai 2017 zu uns in die Pflege kam, ist Herr Bläsing im Januar 2018 zu uns ins Servicewohnen gezogen. Jetzt kann er seine Frau jeden Tag besuchen und hat nicht mehr den weiten Weg von seiner alten Wohnung bis hierher. Sie können beide gemeinsam in der Seniorenstiftung ihren Lebensabend genießen. Alle Anwesenden hatten viel Spaß an diesem Nachmittag und die Zeit verging wie im Fluge.

EK

Gemütliches Beisammensein

An einem schönen Juli-Nachmittag haben wir es uns zusammen mit den Bewohnern des Erdgeschosses auf der Terrasse gemütlich gemacht und ein kleines Picknick veranstaltet. Zur Abkühlung gab es bei strahlendem Sonnenschein kleine Eisbecher mit Apfelmus und Sahne. Die Augen der Bewohner strahlten und einige blieben noch lange nach der Kaffeezeit auf der Terrasse sitzen um das schöne Wetter zu genießen.

NM

Die ersten Bewohner genießen die kühle Erfrischung im Sonnenschein.

Der „Internationale Tag der älteren Menschen“

In den vergangenen Jahrzehnten hat sich die Bevölkerungsstruktur deutlich verändert: steigende Lebenserwartung, sinkende Geburtenraten und andere Faktoren haben in den Industrie- und Schwellenländern – aber auch darüber hinaus – einen „demografischen Wandel“ erzeugt. Die Prognosen zur Bevölkerungsentwicklung für die Europäische Union weisen auf große soziale, ökonomische und politische Herausforderungen hin, die durch die steigende Zahl älterer, die sinkende Zahl jüngerer Menschen sowie den Rückgang an Erwerbstätigen auf die Länder zukommen. Wie werden Menschen in Zukunft zusammenleben? Wie können Altersarmut und Diskriminierung verhindert, können Teilhabe und Gesundheit auch im hohen Alter gewährleistet werden? Um auf die Herausforderungen dieses Wandels hinzuweisen, zugleich aber auch Leistungen und Beitrag der älteren Generation für das gesellschaftliche Leben zu würdigen, haben die Vereinten Nationen für den 1. Oktober den „Internationalen Tag der älteren Menschen“ ins Leben gerufen. Bereits 1990 beschlossen, hat der Gedenktag in Deutschland allerdings bislang nur wenig Aufmerksamkeit gefunden. Aber zunehmend würdigen verschiedenste Akteure den 1. Oktober bundesweit mit Veranstaltungen und Aktionen.

JL

Liebe Leserinnen und Leser, auch die Seniorenstiftung Prenzlauer Berg möchte diesen Tag begehen. Wir möchten mit Ihnen einen schönen, fröhlichen aber auch kniffligen Nachmittag verbringen und laden Sie dazu ganz herzlich am **Montag, dem 1. Oktober 2018, um 15.00 Uhr in das Haus Gürtelstraße 32a** ein. Damit sich Ihr kommen auch lohnt, haben wir ein **Volksliederquiz** in dieser Ausgabe. Wenn Sie den Abschnitt mit den Lösungen am Veranstaltungstag mitbringen, stecken Sie diesen, mit Namen versehen, in unsere Lostrommel und im Laufe des Nachmittags werden fünf Gewinner gezogen, die einen Gutschein in Höhe von 10,- € erhalten. Um telefonische Anmeldung unter 4284474000 bis zum 21. September wird gebeten.

Name: _____ **Vorname:** _____

In diesem Rätsel werden verschiedene Begriffe aus Volksliedern gesucht.
Schreiben Sie den Begriff hinter der jeweiligen Zeile.

1. Von welcher Jahreszeit tut das Scheiden nicht weh? _____
2. Welcher berühmte Felsen am Rhein ist Titel eines bekannten Volkslieds? _____
3. Welche Bäume weisen in einem bekannten Lied die Sterne? _____
4. In welcher Landschaft sucht der Jägersmann seine Freude? _____
5. Wohin setzt sich der Vogel am Anfang einer Liedzeile? _____
6. Unter welchen Bäumen finden wir uns in dem Lied „Kein schöner Land“? _____
7. Welches Gebäude steht an einem rauschenden Bach? _____
8. Welche Tiere spannt der Bauer „im Märzen“ an? _____
9. Wessen Lust ist das Wandern? _____
10. Wie heißt die Sagengestalt in dem Lied „Hohe Tannen“? _____

Ruth Schoenwald testet den Campari-Orange-Cocktail

Karsten Noack mit seiner Tenorposaune in Aktion

Petra John sorgt hinter der Bar für den perfekten Cocktail-Mix

Ein stimmungsvoller Sommernachmittag

Cocktail-Party mit Posaune in der Stavangerstrasse 26

An einem Juninachmittag mit angenehm sommerlichen Temperaturen konnten Bewohner und Mieter im Garten und Foyer unseres Hauses einen sehr geselligen Nachmittag mit Cocktails und einem wahren Posaunen-Potpourri genießen. Mag mancher vielleicht skeptisch gegenüber Posaunenmusik sein, so hat doch das professionelle und abwechslungsreiche Spiel von Karsten Noack sehr schnell die Zuhörer überzeugt. Und ergänzend führte Moderator Hellmuth Henneberg, der manchem vielleicht noch als Fernsehgärtner einer beliebten Gartensendung des RBB bekannt ist, sehr kompetent durch dieses musikalische Sonderprogramm. Die Zuhörer konnten sich von der Betreuung einen frischen Cocktail (auf Wunsch auch ohne Alkohol) mixen lassen und kleine Sonderwünsche, wie ein kühles Blondes oder ein Gläschen Sekt, wurden ebenfalls gern erfüllt. Allen Besuchern unserer Cocktail-Party mit Posaune bleibt bestimmt dieser stimmungsvolle Sommernachmittag im Juni gern in Erinnerung.

BG

Moderator Hellmuth Henneberg und Posaunenspieler Karsten Noack

Ingrid Leciejewski geniesst einen Grüne-Wiese-Cocktail

Beim Dart-Spielen können sich die Männer beweisen

Herr Mann fühlt sich offensichtlich wohl

Ein Prosit der Gemütlichkeit

Volle Konzentration bei Lothar Lieder

Monat für Monat etwas Neues

Der „Männertreff“ ist im Haus 32 eine beständige Größe, der von vielen heiß ersehnt, von anderen gefordert wird. So kommt es, dass unsere männlichen Mitarbeiter der Betreuung Burkhard Lemke, Patrick Keiderling und unser Ehrenamtlicher Thomas Humboldt sich Monat für Monat etwas Neues einfallen lassen.

Oft gibt es sportliche Aktivitäten wie Dart, Bowling und vieles mehr, aber auch Vorträge über einschlägige Männerthemen wie z. B. Autos oder Züge. Manchmal reichen auch ein paar (raue) Witze, die von allen sehr freudig kommentiert werden. Immer gibt es etwas Leckeres zu essen: vom Toast-Hawaii bis zum Grillen war schon alles dabei. Aber Vorsicht! Nach gutem Essen kommt auch der Durst. Zum Glück wissen sich Burkhard und Co. auch da zu helfen: ein, zwei Kräuterschnäpse oder Eierlikör löschen jeden Durst. Gemeinsam wird die Musik ausgesucht, jeder bekommt die Chance seine Lieblingsmusik zu hören; meist hat irgendjemand eine Schallplatte dabei, denn von der Platte hört es sich immer noch am besten an.

Wir als Bewohner werden ermutigt von uns oder von Themen, die uns interessieren zu erzählen. Das findet reichlich Anklang und so wird es nie langweilig. Wir erfahren Geschichten wie man sie sonst nur aus Büchern kennt.

Horst Kolbe, Bewohner, Gürtelstr. 32

Sportliche Partnerolympiade

Mein Tag in der Seniorenstiftung

Für den 12. Juni 2018 war für alle Schüler der 10. Klassen unserer Schule, des Rosa-Luxemburg-Gymnasiums Berlin-Pankow, ein „Sozialer Tag“ vorgesehen. Meine ursprüngliche Idee war, diesen Tag in einer Kindereinrichtung zu absolvieren, aber alle meine Bewerbungen schlugen fehl; überall wurde mir erklärt, dass es nicht möglich wäre, ohne eine mehrtägige vorbereitende Ausbildung Zeit mit den Kindern zu verbringen!
So schrieb ich mich für das Projekt ein, das von unserer Schule vorgeschlagen

Kuni Stübbe und seine junge Partnerin Sonja, die Artikelschreiberin, waren ein gutes Team

Die Parkbank lädt ein zu Gesprächen und gemeinsamem Lachen

wurde: Eine sportliche Partnerolympiade zusammen mit den Bewohnern der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg. Gemeinsam mit etwa 30 Mitschülern traf ich am Morgen des 12. Juni in der Seniorenstiftung, Stavangerstraße 26 ein. Wir wurden zunächst von Frau Mildner, der Ehrenamtskoordinatorin, und Frau John, der leitenden Betreuungsfachkraft, freundlich begrüßt und „vorgewarnt“, dass einige der Bewohner möglicherweise keine Lust auf das Zusammensein hätten, da sie der „Jugend von heute“ nicht so ganz trauten. Wir haben dann noch bei den letzten Vorbereitungen geholfen und die Pokale beklebt sowie mit Schokokugeln befüllt. Danach hat jeder von uns einen Zettel gezogen mit dem Namen seines Partners oder seiner Partnerin für diesen Tag, die wir dann von ihren Zimmern abholen sollten.
Mein Partner Kunibert saß bereits wartend unten im Foyer. Ich begrüßte ihn nervös und stellte mich vor, aber er sagte sofort ganz entspannt: „Nenn mich

Auch Hauskater Fussel ist mit von der Partie

Margarete Döbler und ihr junger Partner spurten beim Hindernislauf

Jennette Rudawski und ihre Partnerin Laura verstehen sich sehr gut

Felicitas lauscht den Erzählungen von Sigrid Schulze

Kuni!“, damit war das Eis gleich gebrochen. Ich bekam von meinem Partner auch noch die Hauskatze Fussel gezeigt, die uns den Tag über bei den sportlichen Aktivitäten begleitete. Kuni erzählte mir von seiner Kindheit, seiner Arbeit und seinem Leben und stellte auch mir viele Fragen über meine Schule, meine Freizeit und meine Wünsche für die Zukunft.

Mittlerweile waren wir nach draußen gegangen, wo im Garten die sportlichen Wettkämpfe stattfinden sollten. Wir begannen mit dem Zielwerfen, danach folgten noch Dosenwerfen, Kegeln und ein Hindernisparcours, den die Schüler mit Ball und die Bewohner ohne Ball durchlaufen sollten. Tatkräftig feuerten wir uns gegenseitig an und hatten dabei großen Spaß! Nach der letzten Station war eine Stärkung vorgesehen mit Obst und Getränken, und Kuni und ich fanden uns mit weiteren Schüler-Bewohner-Paaren zusammen und führten interessante Gespräche. Kuni wollte alles über meine Unterrichtsfächer wissen, außerdem unterhielten wir uns angeregt über meine Familie und besonders über meinen Großvater, der schon 91 Jahre alt ist. Kuni erklärte mir nach dem Essen, dass er erstaunt sei, wie freundlich wir Jugendlichen tatsächlich alle seien – dies konnte ich nur zurückgeben!

Die Zeit verging wie im Flug, und schon war die Siegerehrung! Einen Pokal haben Kuni und ich nicht gewonnen, aber jeder bekam eine Teilnahmeurkunde, und zum Schluss wurde noch ein Gruppenfoto gemacht. So ging ein Vormittag zu Ende, der sicher allen – den Älteren und den Jüngeren – Spaß gemacht hat. Und letztendlich bin ich froh, dass meine Bewerbungen in den Kindergärten abgelehnt wurden, denn ich hatte einen wunderbaren Tag!

Sonja Lenkisch, 10. Klasse,
Schülerin des RLG

Margret Fahlenbrach und ihre Partnerin Luisa bei der Siegerehrung als Gewinner der Disziplin Zielwerfen

Peter Kluth und sein junger Partner Daniel sind das erfolgreiche Gewinnerteam aller Disziplinen!

Renate Jakob und ihre Partnerin Marlene sind stolze Gewinner der Disziplin Büchsenwerfen

Bernd Schlüter beim Werkeln

Das Shoppen im Baumarkt...

... macht Horst Kolbe sichtlich Spaß

Daumen hoch für das fertige Werk

Wo gehobelt wird, fallen Späne

Am 30. Juni 2018 trafen sich zum ersten Mal vier gestandene Männer in der Werkstatt des Hauses Gürtelstraße 32 zur Holzgruppe. Viele wussten mit dem Namen „Holzgruppe“ nichts anzufangen. Doch neugierig waren sie! Von ihrer Neugier angelockt und vom Tatendrang getrieben kamen Herr Kolbe, Herr Voß, Herr Preuß und Herr Schlüter in den Keller. Sie zeichneten, leimten, hämmerten, als wenn sie nie etwas anderes getan hätten. Die Stunde verging wie im Fluge und an ein Ende dachte niemand. Stolz auf die eigene Leistung, einen Werkzeugkasten gebaut zu haben, verabredeten sie sich für die nächste Woche wieder. Die Motivation der Gruppe nahm nicht ab, viele brachten eigene Ideen ein und so wurde schnell klar: „wir brauchen mehr Material“.

Gesagt, getan: Wir fuhren gemeinsam in den Baumarkt, fast überwältigt von dem riesigen Angebot, fühlten sich die Männer sichtlich wohl. Sie staunten, erinnerten sich und erzählten von ihren Erfahrungen, nach einiger Zeit fiel uns dann aber wieder ein, weshalb wir hingefahren waren und besorgten die benötigten Teile. Unsere Truppe war sehr zufrieden und wir freuen uns schon auf das nächste Treffen in der Werkstatt.

Patrick Keiderling, Mitarbeiter
Betreuung, Gürtelstr. 32

Vorstandsvorsitzender Wilfried Brexel (rechts) und Einrichtungsleiter Frank Wernecke dankten den Eheleuten Merkel für die großzügige Sachspende

Sicher und mit viel Gefühl intonierte Frau Merkel bekannte Melodien

Zu großem Dank verpflichtet...

Die Gürtelstrasse 32a hat ein neues Klavier

Musik verbindet Menschen jeden Alters und jeder Kultur, sie kann Leiden lindern und Freude schenken und sie stärkt das Gefühl von Geborgenheit. Musik ist ein wichtiges Element in Leben der Seniorenstiftung – wie auch im Leben von Herrn und Frau Merkel. Als langjähriger Pfarrer in Malchow, Falkenberg und Lindenberg lag Herrn Merkel beruflich wie auch privat viel an den Wirkungen der Musik. Frau Merkel erfreute zeitlebens Menschen und Gemeinden mit ihren musischen Fähigkeiten an Orgel und Klavier und unterstützt auch heute nach Kräften die Gottesdienste in der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg.

Da das Klavier im Haus 32a leider deutlich in die Jahre gekommen war und sich nicht mehr hundertprozentig stimmen ließ, entschloss sich Herr Merkel, das Stiftungsklavier durch das seine zu ersetzen – und hat sich im Zuge dessen ein neues beschafft. Als Pfarrer musste er häufig seine pragmatische Art bemühen, um Dinge im Sinne des Gemeindewohls umzusetzen, die er für wichtig erachtete. Somit „vergeudete“ er auch bei diesem Vorhaben keine Zeit und machte der Seniorenstiftung mit seiner überraschenden Sachspende eine sehr, sehr große Freude.

Im Rahmen einer kleinen, aber erlesenen Teilnehmergruppe fand am 23. Juli 2018 die feierliche Übergabe des Klaviers statt. Der Vorstandsvorsitzende, Wilfried Brexel, und Lioba Zürn-Kasztantowicz, Mitglied des Vorstands der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg, bedankten sich im Namen aller Bewohnerinnen, Bewohner und Mitarbeitenden beim Ehepaar Merkel und genossen im Anschluss noch eine von Frau Merkel vorgetragene Liederauswahl. FW

Köstlichkeiten werden vorbereitet

Für jeden gab es einen leckeren Spieß

WM-Vorbereitung in der Gürtelstraße 32

Fussball verbindet – auch ohne Pokal

Dass unsere Nationalelf bei der diesjährigen Fußball-Weltmeisterschaft bereits in der Vorrunde gegen Südkorea ausscheidet, konnte am 14. Juni 2018 noch keiner ahnen. Wir trafen uns an besagtem Tag mit unseren Bewohnern zur „WM-Eröffnung“ und gestalteten einen Vormittag. 27 Interessierte (darunter 17 Frauen!) beantworteten Fragen rund um das Thema Fußball, angefangen von „Wieviele Spieler hat eine Fußballmannschaft?“, „Wie lange dauert eine Verlängerung?“ bis zu „Wo befand sich die deutsche Nationalmannschaft im Training?“ und „In welcher Gruppe spielt Deutschland?“. Dem Einzelhandel sei Dank, besorgten die Mitarbeiter der Betreuung kleine Köstlichkeiten passend zum Thema und bereiteten Deutschlandspieße zu (schwarze Oliven, Käse, Tomate). Herr Mann lieferte noch einen Beitrag zu seiner „Fußballkarriere“ und zu früheren Spielen, die er besucht hatte. Zum Schluss bleibt nur noch zu sagen: Nach der WM ist vor der WM! AK

Eine Präsentation führte durch den Vormittag

Ina Linstedt serviert erfrischende Obstspieße

Burkhard Lemke und Eva Kaufmann genießen den schönen Nachmittag

Ein Hauch von Karibikluft in der Gürtelstraße 32

Am 4. Juli 2018 trafen sich um 15.00 Uhr alle interessierten Bewohner zu einem Cocktailnachmittag. Der Garten war wunderschön dekoriert, die Mitarbeiter der Betreuung hatten Blüten im Haar oder trugen bunte Ketten und Röckchen.

Die Sonne strahlte mit uns um die Wette. Für die musikalische Umrahmung sorgte die „Liederkarawane“ mit lateinamerikanischen Klängen. Die Stimmung war großartig, auch dank der gut gemixten und liebevoll mit frischen Erdbeeren und Minze dekorierten Cocktails. Natürlich gab es auch eine Variante ohne Alkohol. Neben erfrischenden Getränken konnten die Bewohner auch selbst zubereitete Spieße mit exotischen Früchten genießen.

Die Zeit verging wie im Fluge, da alle Bewohner und Mitarbeiter mit ins Programm einbezogen wurden und sich ein multiprofessionelles Team aus allen Betreuungsmitarbeitern, unserer Verwaltungsangestellten Frau Müller und – stellvertretend für die Pflege – der Wohnbereichsleiterin Inez Mittscherlich beteiligten. Der nächste Sommer kommt bestimmt...

Gabriele Müller in Zusammenarbeit mit Ina Lindstedt

Die „Liederkarawane“ sorgte für gute Laune

Ein bisschen Spaß mus sein...

Jürgen Krappig testet mit Ilona Sitte den Barfuß-Parcours

Bei einer sanften Igelballmassage lässt es sich wunderbar entspannen

Anneliese Heider genießt eine erfrischende Dusche

„Die Natur ist die beste Apotheke.“

...sagte Pfarrer Sebastian Kneipp, der sein Leben den Naturheilverfahren widmete. Schon im letzten Jahr hatte, angelehnt an die fünf Säulen der Kneipp´schen Lehren, im Haus 33 der erste „Kneipp-Tag“ stattgefunden. Einen ganzen Vormittag ging es dort um die Gesundheit und Wahrnehmung. (Wir berichteten davon in der Ausgabe 62.) Da dieses Angebot so viel Lob erhielt, gab es in diesem Jahr eine Wiederholung.

Bei strahlendem Sonnenschein versammelte sich an einem sommerlichen Nachmittag im Juli eine Gruppe Senioren im Garten des Hauses. Schnell waren Schuhe und Strümpfe ausgezogen und die Ersten „ertasteten“ den Rasen unter den Füßen. Viel zu selten erfahren die Füße heute einen anderen Sinneseindruck, als das Gefühl der Strümpfe und glatten Sohlen. So war es für alle Teilnehmer ein Genuss die frische Luft und die stoppelige Wiese zu spüren.

Kerstin Nowak eröffnete dann die muntere Runde mit einer kurzen Gymnastikeinheit. Es folgten erfrischende Wassergüsse und entspannende Igelball-Massagen, die unsere Bewohner äußerst dankbar annahmen. Auch ein Spaziergang über die Wiese und der Barfuß-Parcours gehörten wieder zum Programm. Wer diesen Termin verpasst haben sollte, braucht nicht traurig sein. Es folgen noch in diesem Jahr weitere „Kneipp-Tage“.

Betreuungsteam der Gürtelstr. 33

Geborgen in guten Händen

Senioren Stiftung Prenzlauer Berg

Seniorenstiftung Prenzlauer Berg
Geschäftsstelle:
Gürtelstraße 33, 10409 Berlin
Tel. (030) 42 84 47-11 10
Fax (030) 42 84 47-11 11

www.seniorenstiftung.org
info@seniorenstiftung.org

Informationen zu freien Zimmern:
Tel. (030) 42 84 47-12 34

KOMPETENZZENTRUM FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ, FÜR HÖRGESCHÄDIGTE UND FÜR PALLIATIVE PFLEGE

Seniorenheim Gürtelstraße 32
Gürtelstraße 32, 10409 Berlin
Tel. (030) 42 84 47-60 00
Fax (030) 42 84 47-61 11

Seniorenheim Stavangerstraße 26
Stavangerstraße 26, 10439 Berlin
Tel. (030) 42 84 47-80 00
Fax (030) 42 84 47-81 11

Seniorenheim Gürtelstraße 32a
Gürtelstraße 32a, 10409 Berlin
Tel. (030) 42 84 47-40 00
Fax (030) 42 84 47-41 11

Seniorenheim Gürtelstraße 33
Gürtelstraße 33, 10409 Berlin
Tel. (030) 42 84 47-20 00
Fax (030) 42 84 47-21 11