

# HERBST FEUER

Senioren  
Stiftung  
Prenzlauer  
Berg

Von Senioren  
für Senioren



REISENOTIZEN  
*Island*



**Die Stiftung wird  
zum Hofbräuhaus**

**Generationen verbinden. Gemeinsam feiern.**

Buntes Kinderfest – Spaß für Jung und Alt





Inhaltsverzeichnis

NEUES AUS DER STIFTUNG

Großer Bahnhof in der Gürtelstraße..... 4  
„Internationaler Tag der älteren Generation“ ..... 7  
„Nicht nur Symptome bekämpfen“ ..... 8  
Bewohnerbeirat stellt Tätigkeitsbericht vor ..... 10

JAHRESZEITLICHES

(M)Ein Sommerheld..... 11  
Grillfeste im Spätsommer..... 12  
„Kürbis Maximus“ ..... 13  
Oans Zwoa G'suffa...! – Die Stiftung wird zum Hofbräuhaus..... 14

EHRENAMT IN DER STIFTUNG

Im Rollstuhl über den Jüdischen Friedhof Weißensee..... 15  
„Kreativität, Gestaltungsbereitschaft und Sensibilität“ ..... 16  
Ein Igel im Garten ..... 17  
Margarete Fahlenbrach erinnert sich an ihre ehrenamtlichen Tätigkeiten..... 18  
Impressum..... 20

AUS DEM LEBEN DER STIFTUNG

Wer lesen kann ist klar im Vorteil..... 21  
Veranstaltungshinweise ..... 22  
Wenn Engel reisen ..... 24  
Generationen verbinden. Gemeinsam feiern..... 26  
Fröhliche Stunden mit meinen Ur-Enkeln..... 28  
Vive la France! ..... 29  
Deeskalationsseminar ..... 30

SERIE: REISENOTIZEN

Island – eine Reise auf einen anderen Planeten ..... 32

VORGESTELLT

10 Fragen an Frau Wesselowski..... 36

AUS DER REDAKTION

Ritter-Rätsel..... 38  
Des Rätsels Lösung..... 38

VORGESTELLT

10 Fragen an Kerstin Nowak..... 40  
Aus dem Leben der Stiftung  
Tierische Therapeuten..... 41

AUS DEM LEBEN DER STIFTUNG

Bewegung ist keine Frage des Alters..... 42

DANKSAGUNGEN UND NACHRUFE

Letzter Gruß von Thea Födisch – verbunden mit einem Dankeschön ..... 43

Vorwort

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

wie schön klingt fröhliches Kinderlachen, sei es beim Toben auf der Hüpfburg, beim Dosenwerfen und Sackhüpfen oder wenn die Kleinen einfach so über unseren Rasen rennen können. Unsere Kinderfeste sind für mich Höhepunkte im Reigen unserer vielen Feierlichkeiten. Berichte darüber finden Sie in diesem Heft genauso wie Erinnerungen an unsere Oktoberfeste und interessante Ausflüge. Gäste aus allen Bundesländern und von vielen Organisationen, die sich mit dem Thema „Demenz“ auseinandersetzen, hatten wir im September zu Gast. Unter großer Beteiligung von Medienvertretern aus Presse, Funk und Fernsehen starteten Bundesministerin Dr. Franziska Giffey und Bundesminister Jens Spahn bei uns in der Stiftung die Entwicklung einer „Nationalen Demenzstrategie“. Ein sehr wichtiges Thema, das viele Menschen betrifft. Auch der Berliner Senator Andreas Geisel besuchte unser Haus. Herr Geisel ist zuständig für die

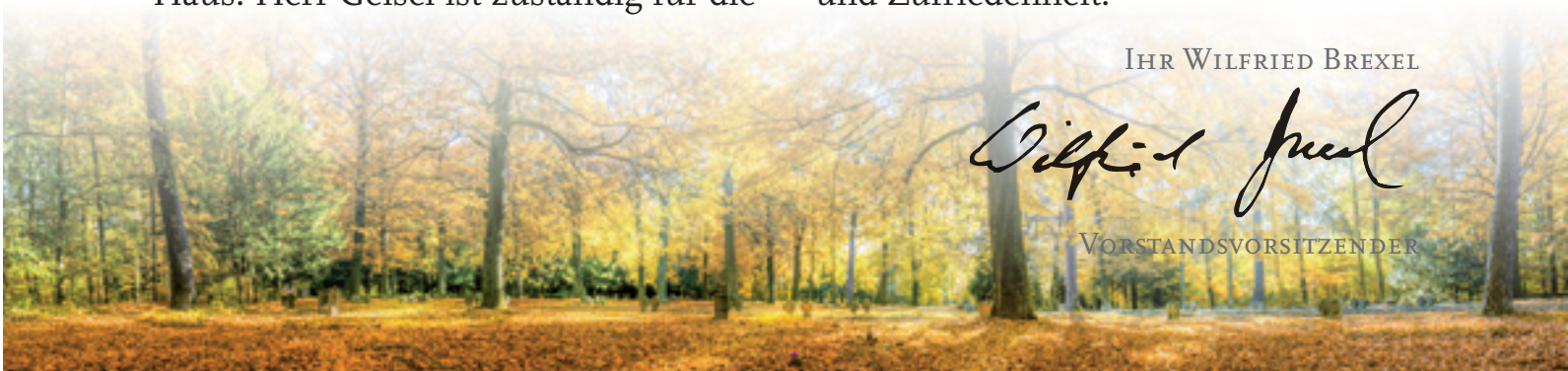


Polizei und damit für die Sicherheit der Bürger in Berlin. Keine Frage, dass das ein Thema von Bedeutung für alle Generationen ist. Der Sommer schenkt uns noch einen Nachschlag, sonnige Tage, einen „goldenen Oktober“. Doch der Herbst hält unübersehbar Einzug. Die Bäume verfärben sich. Der Wind weht stärker. Hoffentlich werden wir von einem Sturm, wie er im vergangenen Jahr über uns hinweg tobte, verschont. Überhaupt leben wir bislang klimamäßig auf der Sonnenseite. Erdbeben, Tsunamis, Vulkanausbrüche, Tornados, Katastrophenberichte aus allen Himmelsrichtungen. Bislang war uns Bequemlichkeit oft wichtiger als Klimaschutz. Ob wir uns da nicht ändern müssen? Schließlich gibt es nur eine Erde. Zeit auch darüber nachzudenken. Bis zum nächsten HERBSTFEUER wünsch ich Ihnen viel Freude, Glück und Zufriedenheit.

IHR WILFRIED BREXEL

*Wilfried Brexel*

VORSTANDSVORSITZENDER





HERBST  
FEUER

Neues aus der Stiftung



Bettina Tietjen, Minister Spahn, Ministerin Dr. Giffey und Vorstandsvorsitzender Brexel

## Großer Bahnhof in der Gürtelstraße

BUNDESMINISTERIN FÜR FAMILIE, SENIOREN, FRAUEN UND JUGEND DR. FRANZISKA GIFFEY  
UND BUNDESGESUNDHEITSMINISTER JENS SPAHN BESUCHTEN DIE SENIORENTSTIFTUNG

**A**m Mittwoch, dem 19. September 2018, hatten sich in der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg zahlreiche Gäste angesagt. Sie waren verbunden durch ein gemeinsames Anliegen: für eine nachhaltige Verbesserung der Lebensqualität der zunehmenden Zahl

von Menschen mit Demenz und ihrer Angehörigen zu sorgen. Nach Angaben der Bundesministerien leben in Deutschland derzeit 1,7 Millionen Menschen mit Demenz und jährlich werden es geschätzt 300.000 Betroffene mehr.



Die Stiftungsfahnen vor der Gürtelstraße 33 wehen im Wind



Demenz-Botschafterin Bettina Tietjen und der Vorstandsvorsitzende Wilfried Brexel

HERBST  
FEUER

Neues aus der Stiftung

Im September 2012 war von der Bundesregierung die „Allianz für Menschen mit Demenz“ ins Leben gerufen worden. Partner der Allianz sind Vertreter von Bund, Ländern, kommunalen Spitzenverbänden und Organisationen, die deutschlandweit Verantwortung für Menschen mit Demenz tragen, wie die Deutsche Gesellschaft für Gerontopsychiatrie und -psychotherapie oder der GKV-Spitzenverband. Den Co-Vorsitz neben den Ministerien hat die Deutsche Alzheimer Gesellschaft (DAzG). Das Ziel der Allianz bestand darin, konkrete Projekte zur Verbesserung der Bedingungen für Menschen mit Demenz in Deutschland zu beschließen und umzusetzen. 2014 wurde die Maßnahmen-Agenda beschlossen und zum Welt-Alzheimerstag 2016 ein erster Zwischenbericht veröffentlicht. Die „Allianz für Menschen mit Demenz“ war ein Schritt auf dem Weg zu einer nationalen Demenzstrategie. Dieser Schritt sollte nun gegangen werden. Der Termin war mit Bedacht gewählt, denn unter dem Motto



Großer Presseandrang vor der Gürtelstraße 33



Der Bericht über die Arbeitsergebnisse der Allianz

„Demenz – dabei und mittendrin“ fand vom 17. bis 23. September die bundesweite „Woche der Demenz“ statt. NDR-Moderatorin und Buchautorin Bettina Tietjen, die Botschafterin der Demenz Woche 2018, war ebenfalls vor Ort. „Demenz kann jeden und jede treffen. Wir dürfen Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen nicht allein lassen“, hatte sie bei ihrer Berufung gesagt. „Dafür setzte ich mich als Botschafterin der Woche der Demenz ein.“ Bevor der Vorstandsvorsitzende Wilfried Brexel als Gastgeber die Ministerin und den Minister in der Gürtelstraße 33 begrüßen konnte, hatten die Vertreter der Verbände und Institutionen aus dem Pflege- und Gesundheits-



HERBST  
FEUER

## Neues aus der Stiftung



Begrüßung bei der Ankunft von Ministerin  
Dr. Franziska Giffey

bereich noch die Gelegenheit, einen Demenz-Wohnbereich der Seniorenstiftung zu besuchen.

Dann zogen Bundesfamilienministerin Giffey und Bundesgesundheitsminister Spahn am 19. September Bilanz und legten einen Bericht über die Arbeitsergebnisse der „Allianz für Menschen mit Demenz“ vor. Er gab Auskunft über die erfolgten Maßnahmen der Allianzpartner in den Jahren 2014 bis 2018. Insgesamt wurden 450 unterschiedliche Projekte umgesetzt, von Forschungsprojekten bis hin zu speziellen Schulungsprogrammen. In der offiziellen Verlautbarung sagte Bundesfamilienministerin Dr. Franziska Giffey: „Der Bericht zeigt, dass es uns durch eine Fülle konkreter Maßnahmen vor Ort gelungen ist, die Lebenssituation vieler Erkrankter und ihrer Angehörigen zu verbessern. ... Nun starten wir die Entwicklung einer Nationalen Demenzstrategie. Dabei steht für mich eines im Vordergrund: Wir müssen es schaffen dass die Rahmenbedingun-



Minister Jens Spahn, Dr. Heidrun M. Thaiss  
(Bundeszentraler für gesundheitliche Aufklärung)  
und Ministerin Dr. Franziska Giffey

gen für Menschen mit Demenz bundesweit verbessert werden.“

Bundesgesundheitsminister Jens Spahn ließ verlauten: „Menschen mit Demenz und ihre Familien gehören in die Mitte der Gesellschaft. Es darf kein Tabu mehr sein, über Demenz zu sprechen. Wir brauchen eine demenzfreundliche Gesellschaft. ... Dazu gehört eine gute pflegerische und medizinische Versorgung genauso wie ein verständnisvoller Umgang im Alltag – in Arztpraxen, Krankenhäusern, Bürgerämtern oder im Supermarkt.“ Damit wurde zugleich der Startschuss für die Entwicklung einer „Nationalen Demenzstrategie“ gegeben. Im Herbst 2018 soll mit der Arbeit begonnen und eine Geschäftsstelle beim Deutschen Zentrum für Altersfragen eingerichtet werden, die von den beiden Bundesministerien gemeinsam finanziert wird. Anfang 2020 soll die „Nationale Demenzstrategie“ vom Bundeskabinett beschlossen werden.

JL

HERBST  
FEUER

## Neues aus der Stiftung

Großer Tanz- und Rate-Nachmittag am  
„Internationalen Tag der älteren Generation“

Bereits seit 1968 wurde – initiiert von der Kasseler Lebensabendbewegung (LAB) – regelmäßig auf die Rolle der Seniorinnen und Senioren in Deutschland aufmerksam gemacht. Damals fand dieser Aktionstag immer am ersten Mittwoch im Mai eines Jahres statt. Mit einem Beschluss der Vereinten Nationen wurde seit 1991 ein Internationaler Tag der älteren Generation festgelegt. Seither wird nun an jedem ersten Oktober durch Aktionen und Veranstaltungen auf die besondere Situation älterer Menschen hingewiesen. Erstmals wurde nun auch im Haus Gürtelstraße 32a dieser besondere Tag begangen. Im Rahmen eines lockeren und fröhlichen Nachmittags mit musikalischer Begleitung wurde ein interessantes Rateprogramm veranstaltet,

zu dem nicht nur Seniorinnen und Senioren der Stiftung eingeladen waren. Frau Krebs und Mitarbeiter des Betreuungsbereichs begleiteten durch den beschwingten Nachmittag, bei dem sowohl der Kopf wie auch das Tanzbein gefordert waren. Die Quizfragen bezogen sich auf Märchen, Sprichwörter und Redewendungen oder auf länderspezifische Themen und lockten bei richtiger Antwort mit attraktiven Preisen. Dazwischen kam die Musik nicht zu kurz, und wer wollte, konnte sich an den gemeinsam gesungenen Liedern oder beim Tanz versuchen.

Viele Gäste lobten im Anschluss das Engagement und die Gestaltung der Veranstaltung, die von nun an jährlich stattfinden wird.

FW







Senator Geisel (r.) bei der Begrüßung durch den Vorstandsvorsitzenden

## „Nicht nur Symptome bekämpfen“

INNENSENATOR ANDREAS GEISEL STELLTE ECKPUNKTE  
DER BERLINER SICHERHEITSPOLITIK VOR

**I**m Rahmen einer abendlichen Diskussionsveranstaltung am 26. September 2018 stellte der Berliner Innensenator Andreas Geisel in der Gürtelstraße 32a Eckpunkte eines von ihm vorgelegten sicherheitspolitischen Programms vor, das von den Berliner Sozialdemokraten auf ihrem nächsten Parteitag beschlossen werden soll. Dabei betonte er, dass Sicherheitspolitik umfassender gesehen werden müsse, als es in den allgegenwärtigen Forderungen nach mehr Polizei, weitreichender Überwachung und härteren Strafen zum Ausdruck kommt. „Sicherheit hat mit Verunsicherung zu

tun“, sagte Senator Geisel. „Zum Beispiel mit der Digitalisierung und ihren Folgen: dem Wegfall von Arbeitsplätzen. Die Globalisierung fegt über uns hinweg und viele denken: wo bleibe ich?“ Wer bietet den „überflüssigen Arbeitskräften“ eine Perspektive? Wohin entwickeln sich die Mieten, was ist mit den Stadtplätzen und Freiräumen? Auf Kriminalität muss reagiert werden, „aber Polizeipräsenz bekämpft nur Symptome. Wenn die Ursachen angegangen werden sollen, ist die Entwicklung sozialer Strukturen ebenso wichtig.“ Die Menschen kommen, ob es gefällt oder nicht. Die gesamte Stadt



muss sich wiederfinden in der „Urbanen Sicherheit“:

❶ **Sicherheit entsteht durch das staatliche Gewaltmonopol** – und allein dort, nicht im privaten Bereich. Die Polizei erhält mehr Geld, Personal, Ausbildung und Technik; hier gibt es in Berlin einen großen Nachholbedarf.

❷ **Sicherheit entsteht durch soziales Vertrauen und Zusammenhalt:** Nachbarschaft, Solidarität und Gemeinschaft stärken die Abwehr krimineller Bestrebungen. Angsträume sollen reduziert werden. Die Polizei wird stärker in Bauplanungen einbezogen, um Sicherheitsfragen im Vorfeld zu betrachten, und in Präventionsräten tätig. Problematische Stadträume sollen mit entsprechenden Ressourcen ausgestattet werden.

❸ **Sicherheit entsteht durch Anerkennung kultureller Unterschiede:** Vielfalt und Toleranz gehören in einer Metropole zusammen – Verschiedenheit anzunehmen und Grenzen zu akzeptieren, das macht Urbanität aus.

❹ **Sicherheit entsteht durch soziale Chancengleichheit** für alle, auch für Fremde: Integration ist nötig, nicht Ausgrenzung. Wenn der Berliner Sozialatlas und der Kriminalitätsatlas übereinander gelegt werden, ergibt sich eine erstaunliche Übereinstimmung: Bereiche mit niedrigem Einkommen sind auch Schwerpunkte der Kriminalität. Kriminelle Schwerpunkte sollen stärker beobachtet werden – aber die freie Gesellschaft darf nicht weiter eingeschränkt werden.

Die Stadt wächst und glänzt – aber sie verändert sich auch dadurch. Größere Vielfalt bleibt nicht folgenlos. Deshalb ist es besser, so der Senator, die Prozesse nicht sich selbst zu überlassen, sondern sie zu steuern. „Berlin ist eine freie Stadt – aber ich kann nur frei sein, wenn ich mich sicher fühle. Persönliche und soziale Sicherheit gehören zusammen – und zwar für alle, unabhängig von Herkunft, Geschlecht oder Kultur.“

JL



Innensenator Andreas Geisel (Mitte) steht Rede und Antwort



Blick in den gefüllten Saal der Gürtelstraße 32a





## Bewohnerbeirat stellt Tätigkeitsbericht vor

**A**m 17. September 2018 hatte der Bewohnerbeirat des Hauses 32 zur Bewohnerversammlung geladen und begrüßte eine große Anzahl interessierter Bewohnerinnen und Bewohner. In seinem Tätigkeitsbericht 2017/2018 fasste der Beiratsvorsitzende Horst Kolbe das vergangene Jahr zusammen und betonte nochmals verschiedene wichtige Punkte, zu denen insbesondere die Diskussion um die Personalsituation im Bereich der Pflege gehörte.

Die aktive Mitwirkung der Bewohnervertretung wird in der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg und ihren Tochterunternehmen und somit auch im Haus 32 besonders groß geschrieben. Konkret heißt das, dass der Beirat aktiv an Entscheidungen für die Bewohnerschaft mitwirkt und sich dabei mit der Einrichtungsleitung abstimmt. So wurde über diese Form der Zusammenarbeit

bereits über die Ersatzbepflanzung für die gefälltten Pappeln im vergangenen Jahr genauso beraten und entschieden, wie über die Auswahl der Veranstaltungen und Ausflugsziele, die Mahlzeitenauswahl zu besonderen Festen und Feiertagen und die farbliche Neugestaltung des Wohnbereichs 4 im Haus 32. Die Amtszeit des aktuellen Bewohnerbeirats im Haus 32 endet im November 2018 und es stehen Neuwahlen bevor, für die bereits die organisatorischen Vorbereitungen getroffen werden. Viel Hoffnung legen alle Beiratsmitglieder auf ein reges Interesse an der Beiratstätigkeit von Bewohnerinnen und Bewohnern möglichst aller Wohnbereiche. Zum Abschluss der Versammlung dankte Herr Kolbe noch seinen Beiratsmitstreiterinnen und auch Herrn Wernecke für die stets offene, informative und konstruktive Zusammenarbeit.

FW



Im Podium (v.l.n.r.): Margot Nicklitz (stellv. Beiratsvorsitzende/Schriftführerin), Inge Jahn, Frank Wernecke (Einrichtungsleiter Gürtelstraße 32/32a), Horst Kolbe (Beiratsvorsitzender), Gisela Zalejski und Erika Fieting



Herr Kolbe und Stiftungsgärtner Mike Tamsma bei der Sommer-Gartenpflege

## (M) Ein Sommerheld

**S**ommerliche Hitze und ausbleibender Regen machten in diesem Jahr allerorten der Natur zu schaffen. Besonders litten jedoch unsere vier jungen Obstbäume, gepflanzt im Dezember 2017 als Ersatz für die gefälltten Pappeln an der Zufahrt zum Haus 32. Auch der ringsherum gesäte Rasen drohte zu verdorren. In dieser Not trat mein Sommerheld auf den Plan: Herr Kolbe kam auf mich zu und bat darum, ihm einen Schlauch bereitzulegen – er würde die Bewässerung übernehmen. Seitdem schritt Herr Kolbe jeden Nachmittag zur Tat und alle Pflanzen in „sei-

nem“ Bereich erfreuten sich ihrer täglichen Dusche. Und auch der Rasen keimte und wuchs zu einer Höhe heran, die des Mähens bedurfte. Mit Hilfe unseres Akkumähers und nach detaillierter Einweisung meisterte Herr Kolbe auch diese Aufgabe. Lob und Anerkennung für so viel Engagement! Nein, Dank gilt natürlich auch allen anderen Sommerheldinnen und -helden, welche Balkonkästen pflegen, Blumenkübel „ausputzen“ oder sich mit diversen anderen Tätigkeiten in unseren Grünanlagen nützlich machen.

VIELN DANK FÜR IHRE HILFE SAGT IHNEN  
DER STIFTUNGSGÄRTNER MIKE TAM SMA





HERBST  
FEUERHERBST  
FEUER

## Grillfest im Spätsommer

**M**it insgesamt 13 Bewohnern der 5. Etage verbrachten wir, bei sommerlichen Temperaturen, einen heiteren Grillabend. Während auf dem Balkon fleißig gegrillt wurde, tauschten sich die Damen und Herren untereinander und auch mit den Mitarbeitern des Betreuungsbereichs aus. Zwischen Bratwurst und Kartoffelsalat ließ sich der eine oder andere ein kühles Bier oder Likörchen schmecken.

TEAM BETREUUNG, GÜRTELSTR. 33



## Septembermorgen

Im Nebel ruhet noch die Welt,  
noch träumen Wald und Wiesen;  
bald siehst du, wenn der Schleier fällt,  
den blauen Himmel unverstellt,  
herbstkräftig die gedämpfte Welt  
in warmem Golde fließen.

EDUARD MÖRIKE (1804 - 1875),  
DEUTSCHER ERZÄHLER, LYRIKER UND DICHTER

## Herbsttag

Herr: es ist Zeit. Der Sommer war sehr groß.  
Leg deinen Schatten auf die Sonnenuhren,  
Und auf den Fluren lass die Winde los.  
Befehl den letzten Früchten voll zu sein;  
gib ihnen noch zwei südlichere Tage,  
dränge sie zur Vollendung hin und jage  
die letzte Süße in den schweren Wein.  
Wer jetzt kein Haus hat, baut sich keines mehr.  
Wer jetzt allein ist, wird es lange bleiben,  
wird wachen, lesen, lange Briefe schreiben  
und wird in den Alleen hin und her  
unruhig wandern, wenn die Blätter treiben.

RAINER MARIA RILKE (1875 - 1926),  
ÖSTERREICHISCHER LYRIKER UND ERZÄHLER

Hab Dank,  
du lieber Wind

Ich bin in den Garten gegangen  
und mag nicht mehr hinaus.  
Die goldigen Äpfel prangen  
mit ihren roten Wangen  
und laden ein zum Schmaus.

Wie ist es anzufangen?

Sie hängen mir zu hoch und zu fern.  
Ich sehe sie hangen und prangen  
und kann sie nicht erlangen  
und hätte doch einen gern!

Da kommt der Wind aus dem Westen  
und schüttelt den Baum geschwind  
und weht herab von den Ästen  
den allerschönsten und besten -  
hab Dank, du lieber Wind!

AUGUST HEINRICH HOFFMANN VON  
FALLERSLEBEN (1798 - 1874), DEUTSCHER  
SCHRIFTSTELLER, DICHTETE 1841  
DIE DEUTSCHE NATIONALHYMNE



## „Kürbis Maximus“

**U**nsere letzter Ausflug führte uns in diesem Jahr auf den Spargelhof Klaistow, der im Spätsommer und Herbst zum Kürbishof umfunktioniert wird. Eine tolle Ausstellung unter dem Motto „Kürbis Maximus“ erwartete uns dort. Zahlreiche Figuren aus dem Alten Rom wie z.B. Asterix und Obelix wurden dafür mithilfe vieler bunter Kürbisse dargestellt. Zudem konnten wir die Vielfalt an Kürbissorten, allerlei Köstlichkeiten und Weltrekorde bestaunen. Bei herrlichem Sonnenschein gönnten wir uns auch noch ein Eis. Es bleibt zu sagen: Der Erlebnishof Klaistow ist immer eine Reise wert.

AK



La-Ola-Welle auf dem Kürbishof



Frau Edith Brunschön  
zwischen komischen Fratzen



Sozialarbeiterin  
Frau Hebecker  
und Frau Hilde-  
gard Heide  
erfreuen sich  
an einer kühlen  
Erfrischung



Posieren für  
den Fotografen



HERBST  
FEUER

Jahreszeitliches

## Oans Zwoa G'suffa...!

DIE STIFTUNG WIRD ZUM HOFBRÄUHAUS

**B**lauweiß erstrahlte in der Woche ab dem 24. September 2018 nicht nur der Himmel über Berlin, nein, auch die Dekorationen der Festsäle und die Dirndl der Mitarbeiterinnen der Seniorenstiftung waren in diesen Farben gestaltet. Grund dafür waren die Oktoberfeste, die mit zünftiger Musik und bajuwarischer Gastlichkeit die Bewohnerinnen und Bewohner zu Kaffee, Kuchen, Bier und Schweinshaxe luden. Zwischen den kulinarischen Genüssen wurde das Tanzbein geschwungen und so manches bekannte Lied gesungen. Hofbräuhäuser stehen eben nicht nur in München, sondern auch in der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg.

HERBST  
FEUER

Ehrenamt in der Stiftung



Frau Anke Reuther (rechts) führte über den Friedhof

## Im Rollstuhl über den Jüdischen Friedhof Weißensee

**A**m 17. September 2018 trafen sich sieben Bewohner aus den drei Häusern der Gürtelstraße zu einer Führung über den Jüdischen Friedhof in Weißensee, sechs davon in Rollstühlen. Unter diesen gab es einige, die die denkmalgeschützte Anlage in der Nachbarschaft der Seniorenstiftung noch nicht kannten. Als Begleiter hatten sich sechs junge Mitarbeiter der Firma Gesobau AG bereit erklärt. Unsere Führerin war die Kulturwissenschaftlerin Anke Reuther, die diese Veranstaltung ehrenamtlich und kostenfrei für uns angeboten hatte. Sie geleitete uns an einige Wegekreuze im Zentrum und erklärte uns von dort aus die historischen Besonderheiten der Anlage sowie die Geschichte dieses größten erhaltenen Friedhofs Europas und führte uns zu einigen Grabstellen bekannter Persön-

lichkeiten. Ich kenne die bewegte Geschichte des Friedhofs durch häufige Besuche in den vergangenen 50 Jahren sowie einschlägige Literatur und war gespannt auf die Reaktion der heutigen Besucher. Frau Reuther gelang es, durch ihre Sachkompetenz und Stellungnahme das Interesse der Zuhörer zu wecken. Sie gab Tipps für weitere Erkundigungen des ausgedehnten Geländes. Wir Alten gaben gelegentlich unseren jungen Begleitern dazu einen Kommentar aus eigener Erfahrung. So war dieser Ausflug nicht nur ein Erlebnis neu gepflegter Alleen und Gräberfelder, sondern auch ein Beispiel dafür, wie in bewegten Zeiten das Gespräch und sachliche Information Brücken bauen können. Herzlichen Dank dafür.

CHRISTA HOELL,  
BEWOHNERIN IM HAUS 32A



HERBST  
FEUER

Ehrenamt in der Stiftung

## „Kreativität, Gestaltungsbereitschaft und Sensibilität“

TILMAN WILLIAMS IST 30 JAHRE ALT UND IST LEHRER FÜR SPORT, LATEIN UND PHILOSOPHIE. SEIT EINEM JAHR ENGAGIERT ER SICH EHRENAMTLICH IN DEN HÄUSERN GÜRTELSTRASSE 32A UND 33 DER SENIORENSTIFTUNG.

Tilman Williams am Akkordeon



■ Herr Williams, wie sind Sie zur Seniorenstiftung Prenzlauer Berg gekommen?

Die Seniorenstiftung habe ich im Internet gefunden. Damals habe ich nach sozialen Einrichtungen in Prenzlauer Berg gesucht und wollte mich mit musikalischen Beiträgen engagieren. Ich habe mich bei Ihnen gemeldet, erhielt eine schnelle und sehr freundliche Antwort.

■ Was hat Sie bewogen, sich ehrenamtlich in der Seniorenstiftung zu engagieren?

Ich war damals gerade erst nach Berlin gekommen und wollte die Stadt kennenlernen. Ich suchte nach neuen Aufgaben, die mir sinnvoll erschienen und zugleich eine kleine Herausforderung darstellten. So habe ich dann mein Engagement in der Seniorenstiftung begonnen.

■ Welche ehrenamtlichen Aufgaben haben Sie in der Seniorenstiftung übernommen?

Ich bin in zwei Häusern der Gürtelstraße tätig. Ich biete kleine Veranstaltungen an, auf denen ich Gedichte vortrage und Akkordeonspiele. Außerdem habe ich eine Besuchspatenschaft für einen Herrn übernommen und spiele für ihn Akkordeon.

■ Was gibt Ihnen die Tätigkeit mit älteren Menschen persönlich?

Gerade bei älteren Menschen hat Musik eine besondere Wirkung. Das Akkordeonspiel und der Vortrag von Gedichten wecken Erinnerungen. Manchmal singen die Bewohner mit oder stimmen in die Gedichte ein. Sie sind sehr dankbar für die Musik und die Gedichte, darüber freue ich mich.

HERBST  
FEUER

Ehrenamt in der Stiftung

■ Gibt es ein Ereignis, das Ihnen dabei besonders in Erinnerung geblieben ist?

Eines Nachmittags besuchte ich „meinen“ Bewohner; er wirkte etwas müde und zurückgezogen. Wir haben dann über Musik gesprochen und uns den Notentext vom „Fliegermarsch“ angeschaut. Er erinnerte sich an die Melodie und fing sofort an zu singen. Für mich war es beeindruckend zu sehen, wie schnell er das Stück am Notentext erkannt hat und mitsingen konnte.

■ Was sollte man Ihrer Meinung nach mitbringen, um ehrenamtliche Aufgaben erfüllen zu können?

Ich denke, ein Interesse für die Lebensgeschichte von älteren Menschen ist grundlegend. Geprägt durch die Kriegserfahrungen haben ältere Menschen häufig eine andere Lebenseinstellung als jüngere Menschen. Daraus können sich interessante Gespräche entwickeln.

Außerdem ist etwas Kreativität, Gestaltungsbereitschaft und Sensibilität für den Alltag der Bewohner hilfreich. Ob man diese Eigenschaften aber tatsächlich mitbringen muss, weiß ich nicht. Vielleicht entwickelt man sie auch erst durch die ehrenamtliche Tätigkeit.

■ Vielen Dank Herr Williams.

DAS GESPRÄCH FÜHRTE EHRENAMTSKOORDINATORIN KERSTIN MILDNER.



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

Kerstin Mildner

Gürtelstr. 33, 10409 Berlin

Tel. 428447-1109

✉ [ehrenamt@seniorenstiftung.org](mailto:ehrenamt@seniorenstiftung.org)

## Ein Igel im Garten

Im Laubhaufen versteckt,  
hab ich einen Igel entdeckt.  
Ich wunderte mich, als ich den Laubhaufen da  
ausgerechnet in dieser Ecke sah.

Ich erfasste das Laub, hob es hoch, oh Schreck,  
da hab ich den schlafenden Igel entdeckt.  
Vorsichtig deckte ich ihn wieder zu,  
denn für ihn begann nun die Winterruhe.

Ich lasse ihn schlafen bis die Sonne ihn weckt,  
er dann erwacht, sich räkelt und streckt.  
Unsere Gärten sind sein Revier,  
denn schließlich wohnt der Igel auch hier.

ROSEMARIE RÖHREICH-SCHULZ, MARGA-LEGAL-CLUB







Margarete Fahlenbrach

Ehrenamtliche Hausaufgabenhilfe  
für Kinder mit MigrationshintergrundFaschingsspaß mit Kindern  
mit Migrationshintergrund

„Die Menschen, denen wir eine Stütze sind, geben uns Halt im Leben.“

Marie Freifrau von Ebner-Eschenbach

## Margarete Fahlenbrach erinnert sich an ihre ehrenamtlichen Tätigkeiten

Als ich für die letzte „HERBSTFEUER“-Ausgabe mit meinem Mann unsere Reiseerinnerungen zusammentrug, tauchten auch plötzlich wieder Erinnerungen an meine langjährigen ehrenamtlichen Tätigkeiten auf. Unsere Betreuungsfachkraft Bettina Gromm bestärkte mich darin, doch auch einmal davon zu erzählen, da die Seniorenstiftung Prenzlauer Berg inzwischen sehr viele ehrenamtliche Helfer hat und über sie und ihre Arbeit im „HERBSTFEUER“ recht regelmäßig berichtet. Ich gehöre inzwischen

der Generation der ehemaligen Ehrenamtlichen in meiner alten Heimat Hessen an. Hier machte ich das Abitur, eine Banklehre und war auch einige Jahre als Direktionssekretärin in einer Bank angestellt. Durch meine Heirat und die Kinder gab ich meine Berufstätigkeit auf, aber schon schnell kam der Wunsch, sich doch zusätzlich für die Gemeinschaft nützlich zu machen. Diese gemeinnützige bzw. ehrenamtliche Arbeit war aber nur möglich, da mein Mann als Ingenieur recht gut verdiente und so unsere Familien- und Le-



bensunterhaltskosten gesichert waren. Eine Tätigkeit, an die ich mich als erste erinnerte, war die Hausaufgabenhilfe für Kinder aus Migrationsfamilien, die etwa in den 1970er Jahren mit ihren Eltern aus wirtschaftlichen Gründen aus Südeuropa, vor allem aus Italien, Portugal, Spanien sowie Jugoslawien und Ostanatolien (Türkei) nach Deutschland gezogen waren. Die Gemeinde in unserem Wohnort Babenhausen hat Freiwillige gesucht, die solch eine Hausaufgabenhilfe übernehmen würden. Zusammen mit einer Nachbarin erklärte ich mich dann sehr gern bereit, zweimal wöchentlich für die jüngeren Kinder und einmal wöchentlich für die älteren Kinder diese Hausaufgabenhilfe ergänzend anzubieten. Dass neben dem Lernen des Sprechens und Schreibens der deutschen Sprache für die Migrationskinder auch Spaß möglich war, zeigt das Farbfoto, auf dem wir uns alle zum Fasching verkleidet haben. Und grundsätzlich war nach der Hausaufgabenhilfe auch immer noch Zeit für gemeinsames Spielen eingeplant, bei dem man auch sehr gut die deutsche Alltagssprache fördern konnte. Eine zusätzliche Aufgabe bestand für uns Hausaufgabenhelfer außerdem darin, sich mit den Lehrern in der Schule abzustimmen, sowie die Elternhäuser der Migrationskinder regelmäßig zu besuchen, um das Einleben in den deutschen Alltag noch besser für alle Beteiligten zu ermöglichen. Es hat mich

schon sehr gerührt, als mich viele Jahre später einige der inzwischen erwachsen gewordenen Migrationskinder, die zu mir regelmäßig in die Hausaufgabenhilfe gekommen waren, öffentlich auf der Straße begrüßt haben.

Eine weitere wichtige Erfahrung war meine zwanzigjährige ehrenamtliche Tätigkeit bei der evangelischen Telefonseelsorge. Hier habe ich mindestens zweimal im Monat vor allem solche Dienste übernommen, die die zwei hauptamtlich eingestellten Telefonseelsorger nicht abdecken konnten, also an Sonn- und Feiertagen oder auch Nachtdienste und Urlaubsvertretungen. Da die Arbeit in der Telefonseelsorge sehr viel psychologisches Einfühlungsvermögen benötigt und die an einen herangetragenen Inhalte der Schweigepflicht unterliegen, erhielt ich anfangs eine gründliche mehrmonatige Ausbildung hierfür und es fanden für alle Telefonseelsorger sehr regelmäßig Supervisionen (eine Art psychologische Nachbereitung) statt, um die an einen herangetragenen Sorgen, wie z. B. Kummer, Krankheit und vor allem die Einsamkeit, für sich selbst verarbeiten zu können.

Das letzte ehrenamtliche Projekt, an das ich mich erinnere und welches ich mit persönlichem Einsatz und mit finanzieller Unterstützung vieler Mitglieder unserer evangelischen Gemeinde mit anschoß, war die Gründung des ersten „Eine-Welt-Ladens“ in Babenhausen.



HERBST  
FEUER

## Ehrenamt in der Stiftung

sen. In diesem Laden sollten vor allem Waren aus den Ländern der sogenannten „Dritten Welt“ fair verkauft werden, d.h. die Hersteller der Produkte sollten nicht in ihrem Lohn durch viele Zwischenhändler, die normalerweise kräftig mitverdienen, geschmälert werden. Aus diesem Laden, der hauptsächlich Kaffee, Zucker und handwerkliche Produkte aus Holz und Keramik und auch Schmuck anbot, und vielen anderen deutschlandweiten Eine-Welt-Laden-Projekten entstand eine große Organisation, die sich inzwischen nicht nur in Deutschland, sondern auch in Österreich und der Schweiz aktiv für fairen Handel mit Ländern der dritten Welt einsetzt. Aber jede Aktivität und jedes Tun hat auch seine Zeit. Und so beendete ich sehr bewusst mit dem Ein-

tritt meines Mannes ins Rentenalter im Jahr 1996 mein ehrenamtliches Engagement. Ich habe alle hier beschriebenen Tätigkeiten sehr gern gemacht und sie haben mich sehr vielseitig gefordert und erfüllt. Inzwischen bin ich selbst auf Hilfe und Unterstützung angewiesen, um meinen Alltag zu bewältigen. Aber ich blicke sehr gern zurück, auf das, was mein langes Leben ausgemacht hat, die gemeinsame Zeit mit meiner Familie, meine Freundschaften, meinen Glauben und mein ehrenamtliches Engagement, das mir viele soziale Kontakte ermöglicht und meine Sicht auf die Welt enorm erweitert hat. Wenn ich so zurückschaue, bin ich sehr dankbar, dies alles erlebt und aktiv mitgestaltet zu haben.

MARGARETE FAHLENBRACH,  
STAVANGERSTR. 26 & BG

## Impressum

## Seniorenstiftung Prenzlaue Berg – Vorstand

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

**Redaktion:** Bettina Gromm (BG), Nancy Hebecker (NH), Anne Kegel (AK), Elke Krebs (EK), Johannes Lehmann (JL), Nicole Morhard (NM), Frank Wernecke (FW)

**Ausgabe:** 69/2018 (Oktober/November 2018) **Auflage:** 30.000

**An dieser Ausgabe haben mitgewirkt:** Diana Caspari-Marschall, Margarete Fahlenbrach, Vera Hinz, Christina Hoell, die MitgliederInnen des Marga-Legal-Clubs, Kerstin Mildner, Elli Meltzer, Kerstin Nowak, Mike Tamsma, Christina Wallis, Gisela Wessolowski, Gudrun Wolff

Postalisch an eine uns bekannte Empfängeradresse gerichtete Zeitungen können Sie stets bei uns abbestellen. Die Verteilung des „HERBST-FEUERS“ als Postwurfsendung ist nicht im Einzelfall beeinflussbar. Titel, Umschlagentgestaltung 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 Prenzlaue Berg.

HERBST  
FEUER

## Aus dem Leben der Stiftung

## Wer lesen kann ist klar im Vorteil...

...UND WER NICHT (MEHR), DEM SOLLTE ES NICHT ZUM NACHTEIL GEREICHEN.

**B**ücher haben mich mein ganzes Leben begleitet, mein Wissen bereichert und meine Fantasie beflügelt. Ich wollte gern, dass sich diese Welt auch meinen Kindern erschließt, und so entdeckte ich die Freude am Vorlesen. Eine gute Geschichte ist für Leser und auch für Zuhörer immer eine kleine Seelenwanderung. Für mich ist es besonders schön, wenn ich nun auch Bewohner mitnehmen kann auf diese Ausflüge in die Welt der Fantasie. Soweit es möglich, ist gehe ich dabei natürlich auf die literarischen Vorlieben des Zuhörers ein. Ein Mitbewohner konnte, auf Grund eines Augenleidens, die Geschichte einer Familiendynastie nicht zu Ende lesen. Wie schön, dass wir nun gemeinsam den Weg dieser Familie verfolgen können.

Wenn sich alle Emotionen aus den Geschichten in den Gesichtszügen meines Gegenübers widerspiegeln, habe ich das Gefühl, gut vorgelesen zu haben. Eine halbe Stunde Einzelbetreuung vergeht so wie im Fluge.

CHRISTIANE WALLIS,  
MITARBEITERIN BETREUUNG

## Vorhang auf...

...und Augen zu, die Einzelbetreuung beginnt.



Wenn Christiane zu mir zum Vorlesen kommt dann ist es immer wie ein kleines Theaterstück. Die Dialoge werden so gut betont vorgetragen, dass man leicht in die Geschichte reinfindet und die handelnden Personen gut zu unterscheiden sind. Es ist uns beiden eine besondere Freude, dass wir die Leidenschaft für Kurzkrimis teilen. Ich freue mich schon immer auf diese spannende halbe Stunde, in der ich mich in einer anderen Welt befinde. An dieser Stelle ein großes Dankeschön an Christiane die mich immer mit auf die aufregende Suche nach dem Mörder nimmt.

VERA HINZ, GÜRTELSTR. 33



Christiane Wallis und Vera Hinz im Reich der Krimis



## HERBST FEUER



Aus dem Leben der Stiftung

### +++ 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, 21. Oktober 2018

Sonntag, 18. November 2018

Sonntag, 16. Dezember 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



**Jetzt neu:** Auch in der Stavangerstraße 26, 10439 Berlin (nahe U-Bhf. Vinetastraße) steht Ihnen Herr Ziesche kostenfrei für Beratungen zu diesem Thema zur Verfügung. Jeden Donnerstag zwischen 10-12 Uhr, Konferenzraum 1. Etage. Wir bitten um Terminvereinbarung über den Empfang: Tel. 428447-8000.

#### Vorsicht vor falschen Polizeibeamten und ebensolchen Enkeln

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



## HERBST FEUER

Aus dem Leben der Stiftung

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.

#### TERMINVERSCHIEBUNG:

#### Stammtisch für Angehörige von Menschen mit Demenz

Der Stammtisch für Angehörige von Menschen mit Demenz findet nicht, wie ursprünglich geplant, am 18. Oktober 2018 statt, sondern am

**Montag, 29. Oktober 2018**

Beginn: 15.00 Uhr, Gürtelstraße 32a

Besprechungsraum E.05. Um Anmeldung wird gebeten. Der Stammtisch wird von unserer neuen Mitarbeiterin Nancy Hebecker begleitet.



#### Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Angehörige

ich möchte mich Ihnen als neue Mitarbeiterin der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg vorstellen. Mein Name ist Nancy Hebecker, ich bin 34 Jahre alt und lebe seit 2004 in Berlin. Ich habe Soziale Arbeit mit dem Schwerpunkt Altenarbeit studiert. Seit dem 1. September 2018 arbeite ich im Sozialdienst der Häuser 32 und 32a und zukünftig auch in der Stavangerstraße 26. Ich freue mich Sie alle nach und nach kennenzulernen.



Frau Thoms war bei der letzten Modenschau dabei

#### Modenschau mit Frau Strupp

Freitag, 9. November 2018

Beginn: 15.30 Uhr, Gürtelstraße 32a

Der Eintritt ist frei, um Anmeldung wird gebeten.

#### Tanztee für Menschen mit Demenz

Dienstag, 13. November 2018

Beginn: 15.00 Uhr, im Saal der Gürtelstraße 32a. Der Eintritt ist frei, um Anmeldung wird gebeten.

#### „Erkennen Sie die Melodie?“

Mittwoch, 21. November 2018

Beginn: 15.00 Uhr, Gürtelstraße 32a  
Fröhlicher Nachmittag mit vielen musikalischen Rätseln und Tanz. Der Eintritt ist frei, um Anmeldung wird gebeten.

Alle Leserinnen und Leser sind ganz herzlich zu unseren Veranstaltungen eingeladen.  
Es wäre schön, wenn Sie sich bei den Empfangsmitarbeitern der jeweiligen Häuser anmelden.  
Die Rufnummern finden Sie auch auf der letzten Seite unserer Zeitung.



HERBST  
FEUER

Aus dem Leben der Stiftung



## Wenn Engel reisen ...

...SAGT MAN, WIRD DAS WETTER SCHÖN.

**S**o war es auch am 29. August in diesem Jahr. Die Mieter der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg buchten für den o.g. Mittwoch eine Tagesfahrt nach Bad Saarow. Es sollte ein schöner Tag werden, immerhin hat-

ten wir Ende August und hofften im Voraus auf einen regenfreien Tag, an dem wir uns seelisch und moralisch von dem sehr warmen Sommer verabschieden und uns auf den Herbst einstellen könnten. Doch Petrus meinte es

HERBST  
FEUER

Aus dem Leben der Stiftung

sehr gut mit uns. Schon in den frühen Morgenstunden strahlte die Sonne am azurblauen Himmel, im Laufe des Tages bekamen wir ganze 29 Grad Celsius. Nach einem kurzen Aufenthalt in Bad Saarow ging es nach Wendisch Rietz. Dort erwartete uns ein schmackhaftes Mittagessen im idyllischen Biergarten des Restaurants „Eddys am Kanal“. Anschließend fuhren wir zurück nach Bad Saarow. Jeder hatte die Möglichkeit, am Nachmittag seinen eigenen Interessen nachzugehen. Wichtig war nur, dass sich alle pünktlich um 16.00 Uhr unversehrt an der vereinbarten Stelle wieder finden. So nutzten einige die Zeit für eine zweistündige Dampferfahrt, andere, die nicht mehr so „gut zu Fuß“ sind, konnten auf einer Bank oder gar auf der Sonnenliege das herrliche Wetter genießen. Manche spazierten um den hervorragend ausgebauten, mit reichlichen Sitzelementen ausgestatteten Weg um den Scharmützelsee und genossen zwischen-



durch Kaffee und Kuchen. Aber das ist noch nicht alles. Wofür ist ein See da? Natürlich, um zu baden. Das dachten sich auch drei unserer Mieter und stürzten sich in die Fluten des Sees. Herr Schmidt präsentierte uns sogar einen Kopfsprung – mit dem Respekt aller Zuschauer.

Leider geht auch jeder schöne Tag einmal zu Ende. Auf der Rückreise bot sich uns die Möglichkeit, in der „Köllnitzer Fischräucherei“ ein paar frische Fischhappen für zu Hause zu besorgen. Es war ein sehr gelungener erholsamer Tag und alle kamen mit einem Lächeln nach Hause.

Liebe Leserinnen und Leser, es ist immer ein Platz im Bus frei und wenn Sie Lust haben, dann fahren Sie einfach mit uns.

Ach ja, was ist nun mit dem Herbst? Keine Bange, der kommt bestimmt, aber später.

GUDRUN WOLFF  
KOORDINATION SERVICEWOHNEN







## Generationen verbinden. Gemeinsam feiern.

### BUNTES KINDERFEST – SPASS FÜR JUNG UND ALT

**A**m 1. September gab es beim bunten Kinderfest im Garten der Häuser Gürtelstraße 32 und 32a für alle etwas zum Staunen, Erleben, Beobachten und Mitmachen. Eingeladen waren zahlreiche Kinder und Familien aus der Nachbarschaft und den umliegenden Kindergärten, aber auch Angehörige unserer Bewohner und Mitarbeiter.

Gleich zu Beginn sorgte der beliebte und allseits bekannte „Ulf der Spielmann“ für musikalisch-fröhliche Unterhaltung bei Jung und Alt. Kinder wie Erwachsene waren zum Mitsingen, Mitmachen, Tanzen und Spaß haben eingeladen.

Außerdem gab es viele Angebote zum Mitmachen: An sieben Stationen konnten alle Kinder ihre Geschicklichkeit trainieren, Spaß haben, ausprobieren und oftmals auch kleine Preise gewinnen. Mit dabei waren die beliebten Riesenseifenblasen, aber auch Aktivitäten wie Büchsen werfen, Sackhüpfen, Torwand schießen, Kartoffellauf und ein kreativer Bastelstand. Betreut wurden die Aktionsstände von vielen ehrenamtlichen Helfern, die sich mit viel Herz und Freude einbrachten und unterstützten. Eine lange Schlange bilde-

te sich manchmal beim Kinderschminken, denn fast jedes Kind und auch so mancher Erwachsene nutzte die Gelegenheit, sein Gesicht mit fröhlichen Motiven verzieren zu lassen. Auch für das kulinarische Wohl der Gäste und Bewohner war gesorgt: Der Popcornstand erfreute sich bei allen Generationen großer Beliebtheit. Außerdem gab es Bratwurst, Getränke und allerlei süße Leckereien.

Zufrieden saß Frau Szczepanski in ihrem Rollstuhl und ließ den Blick über die spielenden Kinder schweifen, während ihre Augen vor Freude glänzten. Der siebenjährige Benjamin hatte es sich derweil an einem Tisch mit mehreren Bewohnern gemütlich gemacht. „Mir gefällt es hier gut“, erklärte der Grundschüler, während er genüsslich in eine Bratwurst biss und seiner betagten Sitznachbarin ein herzliches Lächeln schenkte.

Vielen Dank an alle Ehrenamtlichen, die uns an diesem Tag ganz selbstverständlich unterstützt haben! Sie haben uns geholfen, das Kinderfest zu einem fröhlichen und gelungenen Ereignis zu machen!

KERSTIN MILDNER,  
EHRENAMTSKOORDINATORIN



Heiß begehrt war der Popcornstand mit seinen jungen Helferinnen



Das Zielwerfen erforderte höchste Konzentration



Die Kinder hatten beim Sackhüpfen viel Spaß



Beim Kinderschminken wurde so manches Kind zu einem großen Helden



Ulf der Spielmann sorgt für Stimmung und gute Laune bei Jung und Alt





Aus dem Leben der Stiftung

## HERBST FEUER



### Fröhliche Stunden mit meinen Ur-Enkeln

EINE BEWOHNERIN BERICHTET VOM SENIORENTSTIFTUNGSFEST MIT TRADITION

**A**m Samstag, dem 1. September 2018 hatten wir in unserer Senioreneinrichtung in der Stavangerstraße 26 unser jährliches Kinderfest. Als eine Betreuerin ein paar Tage vorher an unserem Esstisch erzählte, dass in diesem Jahr so wenig Kinder kämen, rief ich meine Enkel an und fragte, ob sie Lust hätten, mit meinen Urenkeln zum Fest zu kommen. Meine Freude war sehr groß, als sie pünktlich hier am Samstagnachmittag ankamen. Zuerst haben wir im Saal gemeinsam Kaffee und Saft getrunken und Kuchen gegessen. Es waren extra kleine, für Kinder sehr leckere Stücke. Dann



Elli Meltzer mit ihren Urenkeln beim Kinderfest

gingen alle Kinder in die ersten Reihen vor der großen Bühne und das Mitmach-Theaterstück von den „Bremer Stadtmusikanten“ begann. Der Künstler verstand es, mit Fragen und Scherzen alle Kinder zum Mitdenken zu begeistern. Es war wirklich erstaunlich, wie er mit so wenigen Mitteln alle kleinen und großen Zuschauer begeistern konnte. Neben mir saß meine dreieinhalbjährige Urenkeltochter. Es war mir und allen anderen eine Freude zu sehen, wie begeistert sie mitgezählt und geklatscht hat. Sie ging sogar allein auf die Bühne und hat mitgetanzt.

Danach ging es in den Garten, wo die große Hüpfburg eine Riesenfreude war. Die Kinder konnten stundenlang hüpfen und sich fallen lassen. Wir Älteren bedauerten es, nicht mitmachen zu können. Einige haben es aber mit Unterstützung doch ausprobiert. Danach ging es ans Büchsenwerfen, Sackhüpfen und Kartoffellaufen. Für alle Gewinner gab es kleine Naschereien als Preise. Meinem sechsjährigen Urenkel machte natürlich das Fußballspiel besonderen Spaß. Dann entdeckten wir am Rande einige Hula-Hoop-Reifen. Einige konnten damit noch sehr gut umgehen und schwangen gekonnt die Hüften. Ich musste an die Kinderfeste meiner Jugend denken. Es war damals Krieg. Als Überraschung konnte man damals eine



Aus dem Leben der Stiftung

## HERBST FEUER



Wundertüte oder einen Lutscher gewinnen. Besonders beliebt war bei uns Kindern das Brausepulver... Als unser diesjähriges Kinderfest zu Ende war, gingen meine Besucher fröhlich nach Hause und ich selbst war glücklich, mich an ihnen erfreut zu haben.

ELLI MELTZER, STAVANGERSTR. 26



Gemeinsam kreativ am Basteltisch



**M**it einem „Bonjour Mesdames et Messieurs!“ begrüßten wir am 19. September 2018 die Teilnehmerinnen und Teilnehmer am Französischen Vormittag. Als Einstimmung auf die darauffolgende Küchenaktion „Ein Tag in Frankreich“ mit Croissants und anderen Köstlichkeiten als Hauptmenü, hatten sich zahlreiche Bewohnerinnen und Bewohner eingefunden, um mehr über Frankreich zu erfahren. Die Präsentation führte durch Frankreichs bekannteste Regionen mit ihren Besonderheiten, es gab eine kleine Vokabelkunde, Sehenswürdigkeiten, französische Musik und berühmte Persönlichkeiten von damals und heute wurden vorgestellt. Abgerundet wurde der Vormittag durch kulinarische Genüsse in Form von Calvados, Cidre und kleinen Baguette-Häppchen mit Aufstrichen und Käsespießen. Mal sehen, wohin uns die nächste Reise führt.

AK







Die Teilnehmer des Deeskalationskurses in der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg

## Deeskalationsseminar

### DIE ETWAS ANDERE ART DER FORTBILDUNG

**E**rstmalig wurde in der Seniorenstiftung, genau genommen in der Stavangerstraße 26, ein Deeskalationskurs angeboten, der Mitarbeiter aus dem Bereich Pflege & Betreuung im Umgang mit Konfliktsituationen schulen und stärken sollte. Sensibilisiert durch Mitarbeitergespräche und Erfahrungsberichte, erfuhr der Betriebsratsvorsitzende, Herr Kappler, von diesen speziellen Deeskalationskursen und Trainingsmöglichkeiten. Er sah eine Chance diese in der Seniorenstiftung zu etablieren und stellte einen Erstkontakt her.

Die Vielschichtigkeit des vorgestellten Seminars durch Supervision und praktische Übungen, sowie die jahrzehntelange Erfahrung und Weiterentwicklung der Trainer veranlassten Frau Mehnert, u. a. zuständig für den

Bereich Personalentwicklung, diesen Kurs zusätzlich in das Fortbildungsprogramm 2018 mit aufzunehmen. Mit der Pflegedienstleiterin Frau Powierski wurden vorab mögliche Inhalte besprochen, die Räumlichkeiten besichtigt – und der Kurs konnte starten.

Am Dienstag, den 11. September 2018, morgens um neun Uhr – ohne im Detail zu wissen was einen erwartet, gespannt und neugierig – begann eine ganz andere Art von Fortbildung. Frau Mehnert eröffnete den Kurs. Dann stellten sich die Brüder Detlef und Henry Böttcher als Deeskalationstrainer für die nächsten drei Tage vor.

Anfänglich stand das Gefühl im Raum, nicht der gewohnten Arbeit nachzugehen und sich nun auf Deeskalation einzulassen zu müssen. Doch schon nach wenigen Minuten (sichtlich be-



eindrückt von der Optik des einen Trainers: Personenschützer und Bodybuilder) lag der Fokus auf einem selbst. Jeder einzelne Mitarbeiter berichtete von erlebten Situationen im Pflegealltag und von der Suche nach Lösungsansätzen für manche Formen herausfordernden Verhaltens: Wie verhalte ich mich bei verbalen und nonverbalen Übergriffen, vor allem, wie schütze ich mich und andere? Wie reflektiere ich das eigene Verhalten in Krisensituationen ohne dabei abzustumpfen oder zu zerbrechen? Antworten auf diese Fragen zu bekommen, war der Schwerpunkt des ersten Tages.

Sicher werden auch andere Mitarbeiter das Gefühl eines sich anbahnenden Konfliktes oder einer eskalierenden Situation kennen. Wie gehe ich damit um, wie wehre ich mich bei Attacken, die nicht immer absehbar sind? Auf diese „emotionale Achterbahn“ begaben sich die Kursteilnehmer am zweiten Tag und erlernten eine Methodik, aufgebaut auf Körpersprache und Kör-

perhaltung, ein „Handwerkzeug“, um das Selbst zu stärken und die Verteidigungsreaktionen in Fleisch und Blut übergehen zu lassen.

Am dritten und letzten Tag wurde das Erlernte gefestigt und geschaut, ob noch Eingangsfragen offen geblieben waren. Abschließend lässt sich sagen, dass ein gruppenspezifischer Prozess entstanden war, der bei jedem Einzelnen eine persönliche und fachliche Reflexion ausgelöst hat. Die Seminarteilnehmer haben mit großem Interesse, innerer Beteiligung und Freude die Angebote aufgegriffen und auf ihre spezifischen Situationen adaptiert. Der laut geäußerte Wunsch, das Seminar noch weiter zu vertiefen, spiegelte die Begeisterung aller Teilnehmer wider.

An dieser Stelle ein großes Dankeschön an Frau Mehnert und Herrn Kappler, dass für die Mitarbeiter neue Wege gesucht werden, mit krisenhaften Situationen umzugehen, um Lösungsansätze für herausforderndes Verhalten zu finden.

DIANA CASPARI-MARSHALL

## BITTE JETZT SCHON VORMERKEN

### Weihnachtsmärkte in der Seniorenstiftung

Auch in diesem Jahr erwarten können Sie sich auf unseren Senioren-Weihnachtsmärkten direkt „vor der Tür“ auf die Advents- und Weihnachtszeit einstellen: mit Grillwurst und Glühwein, heißem Kakao, Waffeln oder anderen Leckereien und vielen kleinen Geschenkideen.

Freitag, 30. November 2018 16 - 18 Uhr Stavangerstraße 26  
Freitag, 7. Dezember 2018 15 - 18 Uhr Gürtelstraße 33





HERBST  
FEUER

An der Küste Islands



Islandponys



Beeindruckend: der Wasserfall Gullfoss

## Island – eine Reise auf einen anderen Planeten

Nach nur dreieinhalb Flugstunden erreicht man den Inselstaat Island im Nordatlantik. Im Isländischen setzt sich der Landesname aus *ís* „Eis“ und *land* „Land“ zusammen – und in der Tat kann man von fast überall auf der Insel ganzjährig Eis und Schnee sehen. Aber nicht nur Eis, Schnee und Gletscher, sondern auch spektakuläre Vulkanlandschaften, unzählige Wasserfälle, Geysire, Lavafelder, Thermalquellen, schroffe Gebirge, ein tosendes Meer, märchenhafte Mooslandschaften, Polarlichter und nicht zuletzt die Islandponys prägen das Land und machen eine Reise nach Island einzigartig und faszinierend.

Mit nur 350.000 Einwohnern ist Island das am dünnsten besiedelte Land Europas. Über 60 Prozent der isländischen

Bevölkerung leben in der Hauptstadtregion von Reykjavík. Die wichtigste Verkehrsverbindung der Insel ist die Ringstraße Nr.1, sie führt nicht weit entfernt von der Küste einmal um die gesamte Insel und ist somit auch für Besucher der Insel ein wichtiger Orientierungs- und Ausgangspunkt für eine Rundreise. Die Tour, die in diesem Bericht beschrieben wird, führt einen Teil entlang der südlichen Ringstraße sowie auf die Halbinsel Snæfellsnes im Westen Islands.

Wir besuchten die Insel im März 2018, nasskaltes Nieselwetter empfing uns am Flughafen in Reykjavík. Ein isländisches Sprichwort lautet sinngemäß: passt dir das Wetter auf Island nicht, dann warte fünf Minuten. Das Wetter ist ganzjährig sehr wechselhaft. Von

HERBST  
FEUER

der einen auf die andere Sekunde ziehen Wolken auf und es beginnt zu regnen und zu stürmen, oft folgt kurz darauf Sonnenschein und ein wunderschöner Regenbogen ist zu sehen. Die Temperaturen sind ganzjährig mild und ozeanisch kühl. Im Sommer wird es selten wärmer als 15 Grad, im Winter selten kälter als minus zwei Grad.

Am Flughafen holten wir den Mietwagen ab, einen rustikalen Geländewagen mit Allradantrieb. Bereits auf dem Weg zur ersten Unterkunft waren wir froh, diese Wahl getroffen zu haben. Verlässt man nämlich die asphaltierte Ringstraße, sind die Wege oft sehr ursprünglich, matschig und voller Schlaglöcher. Eine holprige Ruckel- und Rutschpartie führte uns zu unserer ersten Unterkunft in Borgarnes.

Von dort aus erkundeten wir am nächsten Morgen die Halbinsel Snæfellsnes. Man nennt diese Halbinsel auch „Island in Miniatur“, weil sich dem Besucher alles bietet, wofür Island bekannt ist. Auf unserer Fahrt über die Halbinsel immer in Küstennähe umrundeten wir den 1.446 m hohen Vulkan Snæfellsjökull. Majestätisch schön und schneebedeckt thronte der Schneeberggletscher in der Mitte der Halbinsel. Ein Aufstieg war zu dieser Zeit jedoch zu gefährlich. Uns genügte es, einfach nur der Hauptstraße zu folgen und die atemberaubenden Ausblicke und Zwischenstopps zu genießen. Am Strand von Ytri-Tunga beobachteten wir See-

hunde, die sich im eiskalten Meer treiben ließen und am Strand ausruhten. Wir erkundeten den schwarzen Sandstrand Djupalonssandur: Hier sind die Wrackteile von zwei Schiffswracks, die vor einigen Jahrzehnten verunglückt waren, über den Strand verteilt. Bei der weiteren Umrundung sahen wir immer wieder große und kleine Wasserfälle und malerische Fischerdörfer.

Die nächste Etappe unserer Reise führte uns Richtung Süden und wir begaben uns zurück auf die Ringstraße Nr. 1. Für diesen Tag hatten wir uns die „goldene Rundfahrt“ vorgenommen, eine bei Touristen sehr beliebte Route, welche die bekanntesten Sehenswürdigkeiten Islands verbindet. Wir besichtigten den Nationalpark Thingvellir, wo ein einzigartiges geologisches Phänomen bestaunt werden kann: die Almannagja-Schlucht. Hier treffen die amerikanische und die eurasische Kontinentalplatte aufeinander oder besser gesagt: gehen auseinander. Aber keine Sorge, so schnell wird sich die Erde an dieser Stelle nicht auftun. Die Platten verschieben sich jährlich nur um etwa zwei Zentimeter. Besucher können also noch eine ganze Weile zwischen beiden Kontinenten spazieren gehen.

Zur „goldenen Rundfahrt“ gehört auch das Geothermalgebiet Haukadalur mit vielen heißen Quellen und den Geysiren Großer Geysir, Litli Geysir und Strokkur. Schon von weitem ist starker Schwefelgeruch zu vernehmen, es



HERBST  
FEUER

dampft und brodeln überall. 80 – 100 Grad heiß sind die blubbernden Quellen – also besser Finger weg! Am beeindruckendsten ist der Geysir Strokkur. In regelmäßigen Abständen von ungefähr zehn Minuten schießt eine bis zu 20 m hohe Fontäne aus dem Erdloch. Abgerundet wurde diese Reiseetappe vom Besuch des Wasserfalls Gullfoss. Schon auf dem Parkplatz vernimmt man das mächtige Donnern des in die Tiefe stürzenden Wassers und beim Näherkommen verschlägt es einem schier den Atem. Über zwei gewaltige Kaskaden stürzt das Wasser eines Gletscherflusses in eine 2,5 km lange und 70 m tiefe Schlucht. Im Reisebuch des dänischen Königs Frederik VIII im Jahre 1907 heißt es: „Kein Wasserfall in Europa kann sich mit dem Gullfoss messen. In seiner Unbändigkeit und Raselei übertrifft er sogar die Niagarafälle

in den USA.“ Eine weitere Etappe unserer Reise war die Wanderung zu den Ausläufern des Eyjafallajökull. Vielen wird der Vulkan mit dem unaussprechlichen Namen sicherlich noch ein Begriff sein. Er besteht genaugenommen aus einem Vulkan, der komplett von einer Eiskappe bedeckt ist. Im Jahr 2010 hatte er eine gigantische Aschewolke ausgespuckt und damit wochenlang den europäischen Flugverkehr lahmgelegt. Als wir den Vulkan besuchten, hatte er sich zum Glück beruhigt. Wasserfälle begegneten uns auf der Reise regelmäßig. Große und kleine, wilde und ruhigere. Besonders faszinierend ist der Seljalandsfoss. Aus einem Fluss stürzt hier das Wasser 66 m in die Tiefe. Das besondere ist jedoch ein schmaler, rutschiger Weg, der hinter dem Wasserfall von der einen zur anderen Seite führt. Eine tolle Perspek-

Jökulsárlón, die Gletscherlagune



Polarlichter



Mondlandschaft

HERBST  
FEUER

tive – aber allzu lange lässt sich dahinter nicht verweilen, denn die Wassermassen bespritzen unaufhörlich die Besucher.

An den nächsten Tagen wurde es eisig. Wir fuhren weiter in Richtung Osten um die Gletscherlagune Jökulsárlón zu bestaunen. Eine Gletscherlagune entsteht wenn ein Gletscher zu schmelzen beginnt. Dann entsteht eine Art See, in dem große Eisblöcke und Eischollen treiben. An der tiefsten Stelle misst dieser See 240 m. Die vom Gletscher abgebrochenen Eisberge, die darin treiben, messen bis zu 30 m. Es ist ein Naturschauspiel, das sich durch wechselnde Witterungsbedingungen stets verändert. Nach der Tour durch das ewige Eis wärmten wir uns in einer der unzähligen heißen Quellen der Insel auf. Aufgrund der geothermischen Aktivität gibt es viele unterschiedliche Thermalquellen und Naturpools. Diese Bäder sind bei Reisenden und Einheimischen gleichermaßen beliebt. Unter freiem Himmel mit Blick auf die Berge, lässt es sich wunderbar im warmen, dampfenden Wasser entspannen.

Auf unserer gesamten Reise begegneten uns immer wieder Islandpferde, auch Isländer oder Islandponys genannt. Im Isländischen gibt es nur das Wort „hestur“ für Pferd und mangels anderer Rassen auf der Insel ist keine weitere Unterscheidung nötig. Islandpferde sind robust, mit kräftigem und gleichzeitig mollig gemütlichem Körperbau,

die sich bei Wind und Wetter meist im Freien aufhalten. Menschen nähern sich Islandpferde meistens freundlich und mit gespitzten Ohren. Langsam kommen sie zum Zaun getrabt, warten neugierig und lassen sich behutsam streicheln. Im Verlauf der Reise machten wir immer wieder Halt, um etwas Zeit mit diesen kontaktfreudigen Vierbeinern zu verbringen.

Gegen Ende unseres Abenteuers wurden wir etwas nervös. Wir hatten nur noch wenige Tage, aber noch immer keine Polarlichter gesehen. Nordlichter sind fast acht Monate im Jahr sichtbar, am besten in der dunklen Jahreszeit von Anfang September bis Ende April. Dennoch braucht man jede Nacht aufs Neue Glück mit dem Wetter und die entsprechende Solaraktivität. In unserer letzten Nacht war es schließlich soweit: der Himmel wolkenlos und die Solaraktivität hoch. Kurz nach ein Uhr nachts zogen langsam grünliche Schleier auf, die immer stärker wurden. Die Aurora Borealis – wie man das Polarlicht auch nennt – ist ein sehr beeindruckendes Naturphänomen und krönte unsere Reise.

Am letzten Tag fuhren wir die gesamte Strecke von der östlichen Stadt Höfn zurück zum Flughafen in Reykjavik. Auf der langen Fahrt ließen wir noch einmal die unzähligen Eindrücke unserer Entdeckungsreise Revue passieren. Wir kommen mit Sicherheit wieder ins Land aus Eis, Feuer und Wasser. NH





Vorgestellt

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?

Ich bin in Prenzlau in der schönen Uckermark aufgewachsen.

### ■ Möchten Sie uns eine Jugendsünde erzählen?

Mit 17 Jahren musste ich immer schon um 22 Uhr zu Hause sein. Das hat mir natürlich nicht gefallen. Ich habe mich dann abends bei meiner Mutter angemeldet, bin rauf in mein Zimmer, habe zehn Minuten gewartet und bin dann heimlich wieder nach draußen.

Mir fällt noch etwas ein. Einmal war Rummel, auf den ich von meiner Mutter aus natürlich nicht gedurft hätte. Also sagte ich, dass ich ins Kino wolle. Da es damals in allen öffentlichen Räumen sehr kalt war, hat meine Mutter mir einen Ziegelstein im Backofen vorgewärmt, den ich dann zum Aufwärmen mitnehmen sollte. Was sollte ich aber mit dem Ziegelstein auf dem Rummel? Also habe ich zugesehen, dass ich den unterwegs irgendwo ablege. Auf dem Rückweg dann war der Ziegelstein am Boden angefroren. Meine Freunde hatten ihre liebe Not, den wieder loszubekommen. Die wussten ja auch was ihnen blüht, wenn ich zu Hause Ärger bekommen würde.

Gisela Wessolowski



Frau Wessolowski im Jahr 1946 mit 25 Jahren als junge Verkäuferin in einem selbstgemachten Kleid aus einem Laken.

### ■ Was war der schönste Tag in Ihrem Leben?

Der schönste Tag in meinem Leben war, als ich meinen lieben Mann kennengelernt habe. Das war ein Glücksgriff. Wir haben 55 Jahre glücklich zusammengelebt.

### ■ Welchen Beruf haben Sie ausgeübt?

Ich habe erstmal eine Ausbildung zur Verkäuferin gemacht und als solche auch gearbeitet. Später habe ich dann am Theater in Prenzlau als Requisiteurin gearbeitet. Ich war für die vielen Handrequisiten zuständig. Einmal musste ich zum Beispiel für ein Brecht-



Vorgestellt

Stück ein bestimmtes Brot beschaffen. Noch viel mehr hat mir aber meine anschließende Arbeit als Souffleuse am selben Theater gefallen.

### ■ Wofür interessieren Sie sich heute am meisten?

Früher habe ich mich viel für Handarbeiten, fürs Theater und für gesellschaftliche Anlässe interessiert. Momentan interessiere ich mich für nicht allzu viele Dinge, da ich hier noch nicht richtig angekommen bin. Es ist eine sehr große und auch schmerzvolle Umstellung für mich, nicht mehr zu Hause zu wohnen. Daran muss ich mich erst einmal gewöhnen.

### ■ Wie würden Sie sich mit drei Worten beschreiben?

Ich bin grundsätzlich ein lustiger Mensch, immer zu einem Späßchen aufgelegt. Forsch bin ich auch – was ich anpacke gelingt mir. Und sparsam bin ich – ich schalte heute noch überflüssiges Licht aus.

### ■ Was war der Grund für Ihren Umzug in die Seniorenstiftung?

Eine schwere Krankheit zwang mich zum Umzug in die Seniorenstiftung. Es ging mir sehr schlecht und meine Kinder hatten große Sorge, mich allein zu Hause leben zu lassen.

### ■ Welches Ereignis in der Seniorenstiftung ist Ihnen besonders in Erinnerung geblieben?

Ich habe die Initiative ergriffen und für das Klavier im Foyer um einen Kla-



vierstimmer gebeten. Mein großer Wunsch ist, dass das Klavier wieder auf Vordermann gebracht wird und mein Urenkel, begleitet von meiner Enkelin, darauf spielen kann. Damit würde für mich ein großer Wunsch in Erfüllung gehen.

### ■ Was würden Sie hier ändern, wenn Sie es könnten?

Den Satz „Wir haben keine Zeit“ finde ich schlimm, höre ich aber oft. Auch wenn ich verstehe, dass man wenig Zeit hat, fände ich mehr kleine Gefälligkeiten schön.

### ■ Wem würden Sie Ihr letztes Hemd geben?

Das würde ich jedem geben, der in Not ist.

Vielen Dank für das Gespräch.





## Rätsel über die Ritterzeit



## Des Rätsels Lösung

Die Begriffe aus der Seefahrt waren vielleicht nicht ganz so einfach oder es lag an dem Thema und viele waren möglicherweise bei der großen Hitze, die wir in den Sommermonaten hatten, selber auf oder am See, denn es sind zu diesem Rätsel nicht so viele Einsendungen eingetroffen wie sonst. Wir haben aber trotzdem einige Einsendungen erhalten, die uns auch die richtige Lösung „**Eine Seefahrt die ist lustig**“ nennen konnten. Gewonnen haben dieses Mal Frau Elli Densch, Herr Manfred Oertel und Herr Werner Sommer. Allen Gewinnern herzlichen Glückwunsch, viel Spaß beim Besuch unseres Restaurants oder unserer Cafés und allen Leserinnen und Lesern viel Glück mit unserem Ritterrätsel. EK

EK



*Aus der Redaktion*

- 1 Feier bei der ein Mann zum Ritter geschlagen wurde
- 2 Ein Junge zwischen 14 und 21 Jahren bevor er Ritter werden konnte
- 3 Wohnteil der Burg
- 4 Kleidungsstück aus vernieteten Ringen
- 5 Herrscher der Rittern etwas lieb
- 6 Die einzig beheizten Räume einer Burg
- 7 Ort eines Wettstreites der Minnesänger
- 8 Rittergestalt des Sagenkreises um König Artus
- 9 Schildknappe in einem Roman von Cervantes
- 10 Kampf der auf Pferden ausgetragen wurde
- 11 Frz. Dichter und Minnesänger
- 12 Lieder in denen edle Frauen verehrt wurden



- 13 Eine ritterliche Tugend
- 14 Dt. Humanist und Ritter
- 15 Fernwaffe der Ritter
- 16 Schutz für die äußere Burgmauer
- 17 Teil des Burgtores
- 18 Mittelalterliche Hieb- und Stoßwaffe
- 19 Ritterliches Versprechen
- 20 Zeichen ritterlicher Ehre gegenüber den edlen Frauen
- 21 Hauptturm einer Burg, Zufluchtsort bei Belagerungen
- 22 Ethik des japanischen Rittertums
- 23 Rüstung aus Eisen

**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@seniorenstiftung.org**

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

**Viel Glück!**

**+++ ACHTUNG! TRICKBETRUG! +++ ACHTUNG! TRICKBETRUG! +++**

**Liebe Leserinnen und Leser des HERBSTFEUERS,**  
leider wurden wir darüber in Kenntnis gesetzt, dass angebliche Vertreter der Seniorenstiftung in Einzelfällen bei Privatpersonen versucht haben, Spendengelder einzusammeln.

**Die Seniorenstiftung Prenzlauer Berg und ihre Tochterunternehmen haben KEINE Spendensammler beauftragt.**

Jedwede Spende ihrerseits ist absolut freiwillig und in keinem Fall bar oder gar an der Haustür zu entrichten. Sollten Sie auf eine Spendenzahlung angesprochen werden, so leisten Sie diese bitte in keinem Fall. Wenn Sie uns eine Zuwendung zuteil werden lassen möchten, so nutzen Sie bitte ausschließlich den in den HERBSTFEUER-Ausgaben enthaltenen Überweisungsträger. Sollten Sie Hinweise über diese Spenden-/Trickbetrüger haben, leiten Sie diese bitte an uns weiter oder wenden Sie sich direkt an die Polizei, die wir bereits über diese Vorgänge informiert haben. **Vielen Dank.**



HERBST  
FEUER

Kerstin Nowak



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

## 10 Fragen an...

■ Welchen Berufswunsch hatten Sie als Kind?

Ich habe schon immer gerne gelesen. Oftmals habe ich es mir schon in der Bibliothek gemütlich gemacht und bin in den Büchern versunken, die ich ausleihen wollte. Daraus resultierte schon sehr früh der Wunsch, Bibliothekarin zu werden.

■ Möchten Sie uns eine Jugendsünde erzählen?

Da gibt es bei mir nichts Interessantes.

■ Wie sind Sie zur Seniorenstiftung Prenzlauer Berg gekommen?

Ich habe nach meiner Ausbildung lange Zeit in einem andern Pflegeheim

gearbeitet. Leider wurde es geschlossen und ich musste mich neu orientieren. 2009 habe ich mich bei der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg beworben und dann auch viele Jahre als Pflegefachkraft gearbeitet, bevor ich aus gesundheitlichen Gründen in den Bereich der Betreuung wechselte.

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

Besonders positiv fand ich den super Ablauf und die tolle Zusammenarbeit aller Beteiligten während der Evakuierung von Bewohnern der Stavanger Straße nach dem Bombenfund im August 2016.

■ Was schätzen Sie am meisten an Ihrer Arbeit?

An meiner Arbeit schätze ich sehr die Vielseitigkeit der Angebote für unsere Bewohner.

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

Durch meine Arbeit versuche ich weiterhin zu zeigen, wie wichtig der Bereich der Betreuung für unsere Bewohner ist.



Kerstin Nowak mit einem treuen Begleiter

HERBST  
FEUER

■ Haben Sie ein Hobby?

Hobbys habe ich so einige: Lesen, Wandern, Reisen, das Training mit unserem Hund im Hundclub. Im Winter kommt auch noch das Nadel- und Nuno-Filzen dazu.

■ Was ist Ihr Lieblingsbuch oder Ihr Lieblingsfilm?

Zurzeit lese ich gerne Bücher von Simon Beckett. Mein Lieblingsbuch ist „Stolz und Vorurteil“ von Jane Austen.

■ Wo sehen Sie sich in zehn Jahren?

In zehn Jahren genieße ich hoffentlich gesund und munter meine Rente.

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

Ich würde gerne so lange wie möglich zu Hause leben. Sollte es aber erforderlich werden, warum nicht?

Vielen Dank für das Gespräch.



## Tierische Therapeuten

Der Kontakt zwischen Mensch und Tier wird auch in unserem Haus groß geschrieben. Deshalb besucht uns regelmäßig die Kynotherapeutin Simone von den Little Big Dogs. Egal ob im Einzel- oder Gruppenangebot, die Freude bei unseren Bewohnern darüber ist immer sehr groß. Durch die Kynotherapie werden lang vergessene motorische und psychische Ressourcen geweckt.

TEAM BETREUUNG



Helga Rachel freut sich über die Nähe zu den Therapiehunden



HERBST  
FEUER

Aus dem Leben der Stiftung



Die Kinder sind auf dem Weg behilflich



Frau Gisela Kramer nutzt die Gelegenheit, um selbst einmal die Schaukel auszuprobieren



Gemeinsames Ballspielen fördert nebenbei Koordination und Reaktion



In der Gruppe geht es zurück

*Bewegung ist keine Frage des Alters...*

...jedenfalls, wenn es nach der Meinung unserer Bewohner geht. Am 6. September 2018 trafen wir uns mit unserem kooperierenden Kinderladen „Kleine Riesen“. Üblicherweise besucht uns der Kinderladen im Haus, gibt ein kleines Programm zum Besten und nachfolgend ist Zeit für gemeinsame Aktivitäten mit den Bewohnern. Diesmal sollte es anders sein: An besagtem Tag fand das Treffen auf einem nahe gelegenen Spielplatz statt. Die Kinder holten uns mit ihren Erziehern ab und es ging im Gänsemarsch und in Zweierreihen dorthin. Neben tollen Klettermöglichkeiten gab es einen großen

Sandkasten, Schaukeln und viel Platz zum freien Spiel. Und wenn Sie glauben, dass nur die Kinder ihren Spieltrieb ausleben konnten, dann schauen Sie sich die nachfolgenden Aufnahmen an. Es wurde Ball oder Fangen gespielt und es trauten sich sogar einige Bewohner auf die Schaukeln, auf denen sie vermutlich seit Jahrzehnten nicht mehr gesessen hatten. Geschafft, aber glücklich von all den Aktivitäten ging es dann gemeinsam wieder nach Hause. Wir freuen uns auf das nächste Highlight mit den Kindern und sind gespannt, wer dann über sich hinaus wächst.

AK

HERBST  
FEUER

Danksagungen und Nachrufe

*Letzter Gruß von Thea Födisch  
– verbunden mit einem Dankeschön**Lebet wohl*

Mein Herz hat aufgehört zu schlagen,  
habe nicht bemerkt, wie spät es ist,  
konnte einfach nichts mehr sagen.

Abschied für kürzere oder längere Zeit  
nimmt man oft im Leben.

Man sagt dann bis bald oder Auf Wiedersehen.

Nach dem letzten Abschied nehmen  
gibt es kein Wiedersehen.



Ich sende letzte Grüße verbunden  
mit einem Dankeschön  
an alle Freunde und Bekannten,  
die mir nahe standen und noch stehen.  
Ihr sollt' nicht traurig sein und weinen,  
keiner kann ewig auf Erden bleiben.  
Wichtig ist, das Gute und die Treue  
zueinander stets zu wahren,  
denn jeder von Euch wird auch älter mit den Jahren.

(ADIEU - LEBET WOHL. AUSZUG AUS DEN  
ABSCHIEDSGRÜßEN VON THEA FÖDISCH)

Ein großes Dankeschön an alle Pflege- und Betreuungskräfte des Wohnbereiches 2, Haus 32a in der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg, für die Pflege und Betreuung meiner Frau und Mutti. Die letzten vier Jahre ihres Lebens hat sie hier verbracht. Wir haben hier viel Zeit miteinander verbracht und des Öfteren auch mal gelacht. In der letzten Zeit hat sie kaum noch gesprochen, aber immer gelächelt. Das war ihre Kommunikation mit der Außenwelt. Die Familienangehörigen werden diese Zeit nie vergessen. Anfang August ist sie nun im Alter von 87 Jahren friedlich eingeschlafen. Für die Zukunft wünschen wir allen Pflege- und Betreuungskräften der Seniorenstiftung weiterhin viel Kraft und Freude bei ihrer Arbeit mit den älteren Menschen.

GÜNTER FÖDISCH (EHEMANN) SOWIE TOCHTER PETRA DENSKY



# GEBORGEN IN GUTEN HÄNDEN



## 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](http://www.seniorenstiftung.org)

[info@seniorenstiftung.org](mailto: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

