



# RESIDENZBLÄTTCHEN

GBS SENIOREN RESIDENZ LÜNEBURG

**NR. 167**

FEBRUAR – APRIL 2024

„DIE NATUR GIBT JEDER ZEIT UND JAHRESZEIT IHRE EIGENEN SCHÖNHEITEN.“ — (CHARLES DICKENS)



# INHALTSVERZEICHNIS

04–06

BEWOHNERVERTRETUNG

WISSENSWERTES VON MITARBEITERN

AKTUELLES & INFORMATIONEN

07–08

VITALRESIDENZ – GESUNDHEITSGRUPPE

09–10

GESCHICHTEN, DIE DAS LEBEN SCHRIEB

11

GEDICHTE & LEBENSWEISHEITEN

12

SPIEL UND SPASS UND DIES UND DAS

13–18

VERANSTALTUNGSRÜCKBLICK

19

ABSCHIED

# VORWORT

**LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,**

zum neuen Jahr möchte ich Ihnen einen ganz herzlichen Gruß senden: Mitten in der schönen Stadt Lüneburg konnten Sie den Jahreswechsel begehen und das neue Jahr 2024 begrüßen. Vom Jahreswechsel geht eine ihm eigene Magie aus, der sich nahezu niemand entziehen kann: In dieser Zeit treten vielfältige Erinnerungen aus der Vergangenheit neben unsere Wünsche und Hoffnungen für die Zukunft in unser Bewusstsein, ermöglichen uns damit Vergleiche zwischen unseren individuellen Lebensphasen und -erfahrungen. Persönlich wichtige Erkenntnisse stellen sich mitunter ein, die Aufbruch bedeuten können – nicht nur die vielfältigen und weit verbreiteten Vorsätze zum neuen Jahr belegen dies, sondern auch das Resümieren von menschlichen, häufig familiären Beziehungen speziell in dieser Zeit.

Ja, die Welt ist weiterhin in Unruhe, ein Ende der Kriege mit unendlichem Leid nicht absehbar, ökonomische Folgen für jeden Einzelnen sind auf der ganzen Welt spürbar. Zudem wirken zahlreiche Neuerungen und Bilder täglich über die Medien auf uns ein, die unsere Anpassung an Vorgaben, aber auch das Verarbeiten und Einordnen der Bilder und Neuigkeiten

verlangen. Gerade in diesen herausfordernden Zeiten sehnen wir uns nach Kontinuität, Verlässlichkeit und Zuversicht, die für uns Beständigkeit, Sicherheit und das Vertrauen in unserer eigene Beurteilungskraft bedingen.

Genau dieses wollen wir Ihnen mit unserer Residenz bieten: Einen Ort der Beständigkeit, der Verlässlichkeit und der Zuversicht mitten in der Stadt, der durch Gemeinsamkeit, Sorge um Ihr Wohlbefinden, Pflege und erlebbare menschliche Nähe ein Zuhause bietet, das Ihnen Last und Zweifel abnimmt, Sie persönlich stärkt und persönliche Perspektiven nährt.

Lassen Sie uns daher 2024 gemeinsam angehen, helfen Sie uns, dass wir Sie mit dieser Zielsetzung erreichen dürfen, indem Sie uns Offenheit für unser Anliegen entgegenbringen und uns wohlwollend kritisch begleiten. Das ist mein Wunsch für 2024.

Herzliche Grüße

Ihr  
**Harald Pfannkuch**



Das **Redaktionsteam**

Hintere Reihe von links nach rechts: Frau Soltau, Frau Petrick, Frau Zerbe, Herr Opitz

Vordere Reihe von links nach rechts: Herr Funk, Frau Doeblner, Frau Heitmann

*Kraft tanken kann man da,  
wo man sich wohlfühlt.*

# AKTUELLES & INFORMATIONEN

## NACHRICHTEN VON UNSERER BEWOHNER-FÜRSPRECHERIN

Zu einem anregenden Gedankenaustausch von unseren Bewohnern mit unserer Bewohner-Fürsprecherin Frau Dr. Andersen treffen sich neuerdings recht viele Teilnehmer in der Bibliothek. Dort kommt vieles zur Sprache, was „gerade obenauf liegt“, was die Bewohner bewegt und was „schon immer mal gesagt werden müsste“. „Nur wenn wir gut informiert sind, können wir auch entsprechend handeln oder reagieren.“ Es lohnt sich also allemal, an diesen Treffen teilzunehmen. Verpassen Sie also auf keinen Fall das nächste Mal – herzlich willkommen!



Für unsere neuen Bewohner und Bewohnerinnen ist es nützlich und gut zu wissen, dass es in unserer Einrichtung zwei Briefkästen gibt, die gefüttert werden wollen mit Wünschen, Anregungen und Bitten, aber auch mit kritischen Bemerkungen oder Klagen – nur her damit! Trauen Sie sich und teilen Sie Ihre Anliegen mit, „denn wenn man nix weiß, dann...“ Nichts ist erfahrungsgemäß so gut, als dass man es nicht noch immer verbessern oder ändern könnte – das nennt man „KVP“. Häh? Na, ganz einfach: „kontinuierlicher Verbesserungsprozess“. Sie finden diese weißen Briefkästen am Haus 26 beim Eingang in den Speisesaal durch den Wintergarten und unten im Haus 25 rechts am Eingang zum Beschäftigungs-Zentrum und zum Friseur (gegenüber vom Gymnastik-Rondell).



## Einkaufsservice

Liebe Bewohner und Bewohnerinnen,  
nicht vergessen!

Wir kaufen für Sie ein! Möchten Sie mal eine Zeitschrift lesen oder ein leckeres Stück Schokolade naschen? Oder haben Sie Lust auf ein Stück Obst? Das können Sie bei uns bestellen.

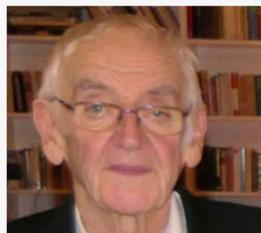
Bitte teilen Sie uns auf einem Zettel Ihren Wunsch so präzise wie möglich mit (bei Zeitschriften: den Titel, Zeitraum, Ausgabe, etc.).

**Versehen Sie bitte den Zettel mit Ihrem Namen und der Nummer Ihres Apartments.**

Wir bieten den Einkaufsservice für Sie **donnerstags** an. Bitte geben Sie Ihren Einkaufszettel bei den Pflegekräften oder beim Team der sozialen Betreuung bis **spätestens Mittwoch** ab.

Die Einkäufe werden umgehend nach dem Besorgen verteilt.

Liebe Grüße Ihr Team der sozialen Betreuung



## TRAUER UM HEINZ-GEORG KRETZER

Die Mitarbeiter und Bewohner der GBS Senioren Residenz Lüneburg trauern mit der Familie Kretzer über den plötzlichen Tod von Heinz-Georg Kretzer. Herr Kretzers Leben war die Musik, so beim Heeresmusik-Korps 3, bei vielen Chören als Dirigent und Organist in der St. Marienkirche. Wie viele, viele Jahre, so auch am 22. Dezember 2023 erwarteten wir Herrn Kretzer, seine Frau und Tochter zu unserer Weihnachtsfeier in unserem Hause. Doch leider hat die Kraft seines Körpers auf dem Wege zu uns versagt. Wir sind alle sehr traurig. Der Familie wünschen wir für die Zukunft viel Kraft.

Mit stillem Gruß  
Für die Bewohner und Mitarbeiter

Gisela Soltau



## UNSERE NEUE PFLEGEDIENST-LEITUNG STELLT SICH VOR

### SEHR GEEHRTE BEWOHNERINNEN, BEWOHNER UND ANGEHÖRIGE!

Es freut mich sehr, mich Ihnen auf diesem Weg als neue Pflegedienstleitung vorstellen zu dürfen. Seit dem 16. November bin ich mit großer Freude Teil des engagierten Teams der GBS Senioren Residenz.

In dem schönen Städtchen Zernien im Wendland habe ich ein kleines Stück Heimat gefunden. Die Verbundenheit mit dieser wunderschönen Region Lüneburg stärkt meine Motivation, die Senioren Residenz weiter zu einem Ort des Vertrauens, der Fürsorge und der Lebensqualität zu gestalten.

Mein beruflicher Werdegang ist geprägt von dem Wunsch, qualitativ hochwertige Pflege mit zu gestalten und den mir anvertrauten Menschen die bestmögliche medizinische und pflegerische Versorgung zukommen zu lassen. Um diesem Anspruch gerecht zu werden, habe ich ein Studium in Pflegemanagement erfolgreich abgeschlossen.

Vor meiner aktuellen Position war ich in der ambulanten Pflege tätig und hatte die ehrenvolle Aufgabe, als Teamleitung in einem Pflegedienst in Flensburg die Pflegequalität zu fördern und zu gewährleisten. Dort konnte ich meine Fä-

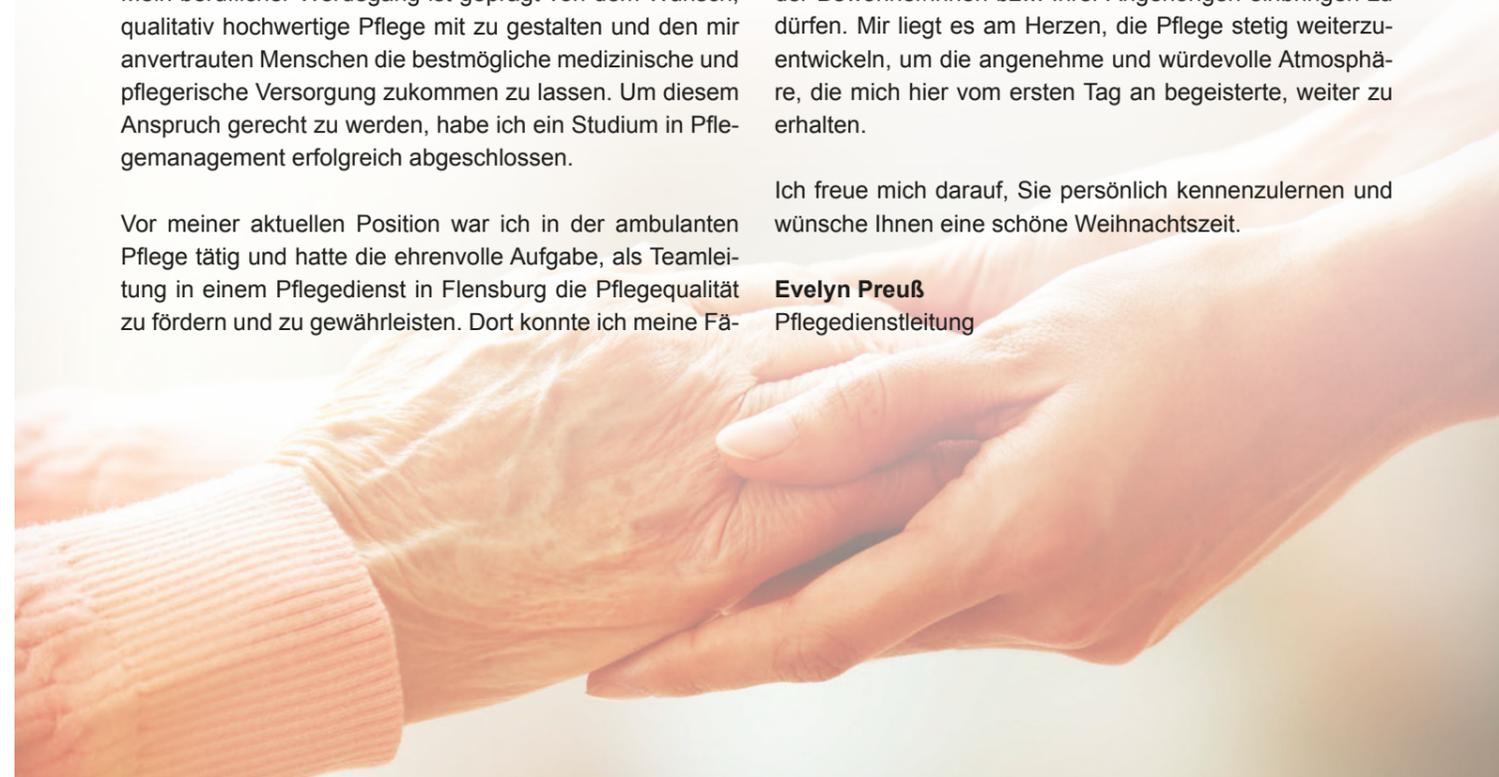
higkeiten in der Priorisierung von Aufgaben, der effektiven Kommunikation im Team und der adäquaten Versorgung in akuten Situationen verfeinern.

Diese Erfahrungen haben nicht nur meine fachliche Kompetenz, sondern auch meine Leidenschaft für die Pflege von Menschen vertieft.

Ich freue mich sehr, meine bisherigen Erfahrungen, meine fachliche Qualifikation und meine persönliche Hingabe zu einer positiven Entwicklung der Pflegequalität zum Wohl der Bewohner/innen bzw. Ihrer Angehörigen einbringen zu dürfen. Mir liegt es am Herzen, die Pflege stetig weiterzuentwickeln, um die angenehme und würdevolle Atmosphäre, die mich hier vom ersten Tag an begeisterte, weiter zu erhalten.

Ich freue mich darauf, Sie persönlich kennenzulernen und wünsche Ihnen eine schöne Weihnachtszeit.

Evelyn Preuß  
Pflegedienstleitung



# „ALLES ÜBER MICH“

Mitarbeiter der Senioren Residenz verraten etwas über sich

Ich heiße: *Finn Jürß*

Mein Beruf: *Freiwilliges soziales Jahr*

In der Senioren Residenz arbeite ich seit: *15. Okt. 2023*

Ich bin hier tätig als: *Helfer in vielen Bereichen*



Das mag ich an meiner Arbeit: *Den Umgang mit Menschen*

Wenn ich gefragt werde, gebe ich dieses Alter an: *17 Jahre*

Meine Lieblingsfarbe: *Rot und Schwarz*

Meine Lieblingspflanzen: *Kirschblütenbäume*

Meine liebste Jahreszeit: *Winter*

Das mache ich gerne in meiner Freizeit: *Zeit mit Freunden verbringen*

Mein Lieblingsessen: *Pasta al Forno*

Mein Lieblingsbuch- oder Film: *„Oppenheimer“*

Ich bin ein Fan von: *FC Hansa Rostock*

Das ist mir wichtig: *Freude an dem, was ich mache*

Das mag ich überhaupt nicht: *Unfreundlichkeit*

Das würde ich mit einer Million anstellen: *Meinen Eltern schenken*

## VITALRESIDENZ – GESUNDHEITSECKE

### KLEINE GEISTLICHE HAUSAPOTHEKE



uns orientieren, wenn wir „Liebe üben“ wollen. Ja, es stimmt: Wir sollen „Liebe üben“, denn perfekt werden wir darin unser Leben lang nicht. Darum ist es notwendig, wenn wir an der Quelle der einzigartigen Liebe Gottes angeschlossen sind und bleiben. Nur so wird unser eigenes kleines „Liebesbrunnlein“ nicht versiegen. So geht die Liebe auch durch unsere Hände und berührt unsere Herzen und strömt deshalb über auf die Menschen, denen wir begegnen. Das soll auch unseren Alltag bestimmen und ausfüllen, auch wenn es manchmal mühsam ist und anstrengend. Da hast du schon die Türklinke in der Hand und musst ausgerechnet in dieses Zimmer 'rein, dabei hast du doch erst gestern... na ja... Aber stell dir vor: Liebe ist, wenn du sogar in einem schwierigen Zeitgenossen das Antlitz des lebendigen Gottes entdecken kannst. Es ist wie bei dem „Römischen Brunnen“ von Conrad Ferdinand Meyer (1825 – 1898).

Die Liebe ist nicht alles: Wir brauchen Essen, Trinken, gute Freunde, ein Dach über dem Kopf, Arbeit und viele Dinge mehr. Aber ohne Liebe ist alles nichts. Dabei wird dieses Wort „Liebe“ so inflationär gebraucht, dass uns kaum noch klar ist, was es eigentlich meint. Liebe ist nicht nur ein schönes Gefühl – das auch. Liebe ist: „Du kennst mich durch und durch – und liebst mich trotzdem.“ Du kannst Liebe nicht kaufen, auch nicht in der Apotheke. Du kannst sie dir nicht verdienen. Du kriegst sie geschenkt – so wie überhaupt alle entscheidenden und die wichtigsten Dinge im Leben. Der unverbrüchliche Maßstab ist die Liebe Gottes, die in Jesus Christus buchstäblich Hand und Fuß, ein Gesicht und einen unverwechselbaren Namen gekriegt hat. Daran sollen wir



Billiger geht's nicht, aber das reicht für ein ganzes Leben. Und je mehr wir Liebe verschwenden, desto reicher werden wir selber dabei. Das gereicht uns allen zum Vorteil, in jeder Hinsicht. Denn Liebe ist das einzige, das sich vermehrt, je mehr man sie verschwendet – dem lebendigen Gott zur Ehre und den Menschen zum Nutzen.

Joachim Opitz

“  
**Aufsteigt der Strahl und fallend gießt  
 Er voll der Marmorschale Rund,  
 Die, sich verschleiern, überfließt  
 In einer zweiten Schale Grund;  
 Die zweite gibt, sie wird zu reich,  
 Der dritten wallend ihre Flut,  
 Und jede nimmt und gibt zugleich  
 Und strömt und ruht.**

**YOGA AUF DEM STUHL**



Schon zum zweiten Mal haben sich die Bewohner\*Innen auf das Experiment YOGA eingelassen. Nach einer Schnuppersequenz während des Fünf-Elemente-Kochens im September wurde es durch sehr viele Interessierte eng im Mittleren Rondell.

Neben Atemübungen haben wir Muskelgruppen gelockert, gedehnt und gekräftigt. Thema der Stunde war die Berghaltung: Geerdet, aufgerichtet und stabil wie ein Berg. Viele Teilnehmende waren so mutig, Socken und Schuhe auszuziehen und barfuß zu üben. Auch kraftvolle Übungen wie die rückenstärkende Stuhlhaltung konnten problemlos ausgeführt werden. Ein intensives Nachspüren und ein kräftig gesungenes OM bildeten den Abschluss dieser Yogastunde.



Alle Teilnehmenden hatten große Freude, konnten der Wirkung gut nachspüren, und blieben noch lange bei einem Tee zusammen. In entspannter Atmosphäre gab es Gelegenheit, Hilfestellungen für individuelle Themen zu bekommen.

Mir hat diese besondere Yogastunde in vorweihnachtlicher Atmosphäre sehr viel Freude gemacht und ich habe diese sehr gerne begleitet.

**Britta Schäfer**

**IN EIGENER SACHE – KORREKTUR**

Leider ist uns im letzten Heft ein Fehler unterlaufen. Auf Seite 8 wurden die Bildunterschriften bei Jan Eggers und Lenni Werbnick vertauscht. Wir stellen es hier richtig: Lassen wir uns überraschen, was für tolle Ideen unsere „jungen Wilden“ bereithalten.

**Wir bitten das Versehen zu entschuldigen!**



**Himmelsschaukel auf dem Michaelisfriedhof**  
Das Gedicht „Die Schaukel“ von Richard und Paula Dehmel hat Daniel Stickan in der Kantate „Luftmusik“ vertont, gesungen vom Jugendchor St. Michaelis unter [www.sankt-michaelis.de](http://www.sankt-michaelis.de)



Jan Eggers



Lenni Werbnick

Du siehst mich,  
wo ich schaukel.  
Du hörst mich,  
wo ich seufze.  
Du liebst mich,  
schenkst mir Weite.

# LEBENS GESCHICHTEN

## GESCHICHTEN, DIE DAS LEBEN SCHRIEB

**HOCHZEIT OHNE NOTEN**



Es ist schon lange her, dass ich geheiratet habe. Das war 1950 in Undeloh. Meine Braut wohnte in Undeloh und so haben wir in der dortigen Magdalenenkirche (aus dem 13. Jahrhundert) unseren Bund fürs Leben gegründet. Nun standen wir also vor

dem Altar und der Pastor verkündete, dass wir nun gemeinsam das Lied (den Titel weiß ich nicht mehr) singen würden. Dabei gab er dem in der hintersten Ecke sitzenden Harmoniumspieler ein Zeichen. Dieser reagierte jedoch nicht. Man hörte nur ein Rascheln. Die Stille dauer-

te an. Schließlich kam die Frau des Pastors nach vorne und flüsterte ihrem Mann zu: „Siegfried, Herr Dingshorst kann die Noten nicht finden!“ Peng - was nun? Der Pastor wusste Rat und kündigte einen anderen Gesangstitel an. Aber noch bevor er endete, meldete sich meine Schwiegermutter aus der ersten Reihe und rief: „Das werden wir nicht singen - das ist ja ein Beerdigungslied!“ Ob das stimmte, konnte ich nicht beurteilen. Aber zum Nachdenken blieb keine Zeit, denn meine Schwiegermutter stimmte sofort das Lied an, dass sie selbst vorher ausgesucht hatte... und die Gemeinde fiel ein. Yes, we can! Jeder konnte sich denken, dass dies das Hauptthema bei der anschließenden Feier war.

**Rolf Kiemann**

**WIEDER EINMAL SOLLEN SIE, VEREHRTE BEWOHNER UND BEWOHNERINNEN,...**

...zu Wort kommen. Wir wollten gerne von Ihnen wissen, wie Ihr ganz persönliches Jahr 2023 war. Welche Gedanken und Empfindungen bewegten Sie? Gab es besondere Erlebnisse und Erfahrungen? Hier nun der bunte Strauß Ihrer Beiträge. Vielen Dank, dass Sie mitgemacht haben!

“

Also, das macht mir schon Sorgen, was gerade so in der Welt passiert – besonders die schrecklichen Ereignisse in der Ukraine und in Israel. Aber der Nahe Osten war und ist schon immer ein Pulverfass. Dass das Morden und Sterben gar nicht aufhört, ist schon schlimm. Man denkt immer, ist ja weit weg, aber so einfach ist das dann doch nicht. Es rückt einem ziemlich auf die Pelle.

“

Ich verstehe nicht, dass die Menschen aus diesen ganzen Katastrophen der Kriege und so nichts lernen – es geht immer weiter. Warum nur? Man versteht es einfach nicht, und man kann da so gar nichts machen. Die Welt ist ein Tollhaus!

“

„Ich bin dem lieben Gott sehr dankbar, dass er es so gut mit mir meint. Mir geht es gut. Ich kann noch das meiste weitestgehend selbständig und werde hier mit allem versorgt, was ich so brauche. Was will ich mehr?“

“

Insgesamt war es ein schönes Jahr für mich. Gesundheitlich geht es mir recht gut – Gott sei Dank! Auch in der Familie ist alles gut und in Ordnung. Das ist ja gar nicht so ganz selbstverständlich.

“

Mir geht es gerade nicht so gut. Mir machen allerlei körperliche Gebrechen zu schaffen, sodass ich mich nicht so wohl fühle. Aber ich hoffe natürlich, dass es bald mal besser wird.

“

Also ich fühle mich insgesamt recht wohl hier. Sicherlich ist es nicht wie zu Hause und man muss schon immer wieder mal Kompromisse machen, aber ich mache halt das Beste draus.

“

Ich war dieses Jahr auf Reisen – das hat mir sehr gut gefallen und gutgetan. Das war ein schöner Höhepunkt für mich und eine schöne Abwechslung vom Alltag hier!

## FRAU ANDERSEN ERZÄHLT AUS IHREM LEBEN



Im Januar 1927 wurde ich in Schlesien geboren. Wir lebten damals fernab im Wald bei den Fischteichen, die mein Vater gepachtet hatte. Das war eine herrliche Umgebung für mich, bei Anna, die die Kühe (für Milch und Butter) versorgte. Bei Anna verbrachte ich viel Zeit. Wenn sie die Kühe melkte, sagte sie manchmal: „...leg doch

mal den Kopf an den Bauch und horch, ob da der Däumling drin ist und ruft: ‚Strip, strap, stroll, ist der Eimer nicht bald voll?‘“ Wenn ich heulen musste, lief ich zu Anna, die tröstete am besten.

Hühner, Gänse, Tauben, auch den Fuchs lernte ich kennen. Eine Kreuzotter gar lief über den Weg. Aber die Pacht lief aus – mein Vater bekam eine Stelle bei den Soldaten in Namslau. Wir zogen in die Stadt. Ich aber blieb als Pflege Tochter bei einer Gutsfamilie, deren einziges Kind, eine Tochter, nicht allein aufwachsen sollte. Das war für mich keine leichte Situation: Schulzeit auf dem Gutshof, Ferienzeiten bei den Geschwistern zu Haus. Als man den Privatunterricht nicht mehr gestattete, musste ich zurück zu den Geschwistern mit Schulbesuch in der Stadt. 1940 erwischte mich wieder ein Umzug: Eine Freistelle im Stift Heiligengrabe in der Mark Brandenburg. Die Jahre dort sind mir unvergesslich und halfen mir auf den Wegen der Flucht nach Schleswig-Holstein und Hessen, wo ich dann meine Familie wiedersah. Bald bekam ich die Möglichkeit, eine Kurzausbildung als Volksschullehrerin zu machen. Sehr große Klassen stellten große Anforderungen. Dazu kam die schwierige Suche nach einem eigenen Zimmer. Nach vielen Mühen und

Zufällen erwischte ich eine Dachkammer – vorerst ohne Ofen – und das in Wiesbaden. Mir gelang auch noch die Zweite Prüfung, die die Ausbildung abschloss.

Mit der Heirat zog ich nach Göttingen, wo mein Mann Studentenpfarrer war. Dort wurde auch unsere erste Tochter Bettina geboren. Der Umzug nach Hildesheim ins Gemeindepfarramt brachte neue Aufgaben. So musste ich es auch lernen, mit Bittstellern an der Haustür umzugehen – nicht einfach! Das Gehalt meines Mannes war ja auch nicht „unendlich“. Für die drei Kinder waren Garten und Hühnerstall eine interessante Welt. Nur schlachten durfte ich die Hühner nicht! „Nein, meine Suppe ess‘ ich nicht!“ Ich konnte es ja verstehen! Bald folgte der Umzug nach Loccum ins alte Kloster mit seinen Pflichten und Vorschriften, zum Beispiel keine Kinder im Seminartrakt! Aber ich konnte die Kinder ja nicht „anbinden“! Wenn eines der Kinder verschwunden war, nun – ich musste es nur mal im Zimmer eines bevorzugten Kandidaten suchen, wo es „zu Besuch“ war. Versteckspielen! Die schöne Zeit auf dem Land mit dem Gutshof und seinen Tieren nebenan und einer freundlichen alten Frau, „Tante Gack“, die immer eine Süßigkeit parat hatte, ging bald zu Ende. Der Umzug nach Lüneburg folgte. Nun begann das Leben in der Stadt mit Kindergarten und Schule – eine rechte Umstellung für alle. Alle vier Kinder sind hier in Lüneburg groß geworden. Nacheinander flogen sie aus. Mein Mann und ich zogen in das Haus „Auf dem Meere“, als er pensioniert wurde. Als er verstarb, blieb es „meine Heimat“, bis ich dann 2017 in die Senioren Residenz übersiedelte.

Ein großes Geschenk für mich war die Reise nach Schlesien mit der ältesten Tochter. Es tat gut, noch einmal an den Orten der Kindheit gewesen zu sein und sich ganz bewusst zu verabschieden, sogar mit einem alten Glaskeller als Geschenk; die Bäuerin hatte ihn dort gefunden.

## GEDICHTE &amp; LEBENSWEISHEITEN

“

Heute kennt man von allem den Preis,  
von nichts den Wert.  
(Oscar Wilde, 1854 - 1900)

“

Das Vergleichen ist das Ende des Glücks und  
der Anfang der Unzufriedenheit.  
(Søren Kierkegaard, 1813 - 1855)

“

Beurteile den einzelnen Tag nicht nach der Ernte,  
die du einfährst, sondern nach der Saat,  
die du pflanzt.  
(Robert Louis Stevenson, 1850 - 1894)

“

**Ein Jahres- nein, ein Lebensprogramm:**

Der Weisheit Anfang ist die Furcht des HERRN,  
und den Heiligen erkennen, das ist Verstand.  
(Buch der Sprüche 1,7)



**Dieses Rezept hat Katharina Elisabeth Goethe,  
die Mutter v. Johann Wolfgang von Goethe, aufgeschrieben:**

Man nehme zwölf Monate,  
putze sie ganz sauber von Bitterkeit,  
Geiz, Pedanterie und Angst und zerlege  
jeden Monat in 30 oder 31 Teile,

so dass der Vorrat für ein ganzes Jahr reicht.  
Nun wird jeder Tag einzeln angerichtet  
aus einem Teil Arbeit  
und zwei Teilen Frohsinn und Humor.

“

Wer deine Last nicht getragen hat,  
hat keine Ahnung, wie viel sie wiegt.  
Mündlich überliefert

“

Wenn wir an unseren Stärken zweifeln,  
stärken wir unsere Zweifel.  
(Tse Tang)

“

**Zu Neujahr**

Will das Glück nach seinem Sinn  
Dir was Gutes schenken,  
Sage Dank und nimm es hin  
Ohne viel Bedenken.  
Jede Gabe sei begrüßt,  
Doch vor allen Dingen:  
Das, worum du dich bemühst,  
Möge dir gelingen.

Wilhelm Busch, 1832 - 1908

Mein Kind,  
Ich kannte dich schon,  
bevor du geboren wurdest.

Jeremia 1,5

*Kein quälend Verlangen, ein bisschen Verzicht.  
Und viel mehr Blumen, solange es geht.  
Nicht erst an Gräbern - da blühen sie zu spät.*

*Ziel sei der Friede des Herzens.  
Besseres weiß ich nicht.  
(Peter Rosegger, 1843-1918)*

# SPIEL & SPASS

## Hätten Sie's gewusst...?

- ☺ Wer es macht, der sagt es nicht. Wer es sagt, der macht es nicht. Wer es nimmt, der kennt es nicht. Wer es kennt, der nimmt es nicht.
- ☺ Wie kann man die Zahl 666 um die Hälfte vergrößern, ohne sie durch eine Rechenoperation zu verändern?
- ☺ Sechs Seiten hab' ich und 21 Augen, und doch kann ich nicht sehn. Kannst du's verstehn?
- ☺ In Zeitungen mag leicht es jeder missen, gebraten aber ist's ein Leckerbissen.
- ☺ Wenn kleine Affen Äffchen heißen, wie heißen dann kleine Maden?

## Stilblüten aus Schulaufsätzen

- ☺ Die Periode der Königin Elisabeth dauerte 30 Jahre.
- ☺ Bei uns dürfen Männer nur eine Frau heiraten. Das nennt man Monotonie.
- ☺ Die Christen wollten, dass sich alle Menschen lieben, und sie taten das auch bei jeder Gelegenheit. Da hatten aber die Römer was dagegen.
- ☺ Bei uns hat jeder sein eigenes Zimmer. Nur Papi nicht, der muss immer bei Mami schlafen.

## Da kannst mal sehen – Wissen, das keiner braucht

- ☺ Zu den Nebenwirkungen von Aspirin gehören Kopfschmerzen.
- ☺ In Maryland ist es verboten, einen Löwen mit ins Kino zu nehmen.
- ☺ In der Londoner U-Bahn werden pro Jahr 75.000 Regenschirme vergessen.
- ☺ 1500 v. Chr. begannen die Menschen in Nordeuropa damit, Eigentum zu umzäunen.
- ☺ 95 Prozent der Babys lutschen lieber am rechten Daumen als am linken.
- ☺ Wer gegen ein Minimum an Aluminium immun ist, hat eine Aluminiumminimumimmunität.

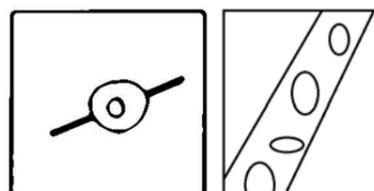
**Kommt ein Mann mit einer Ente ins Kino.** Da bremst die Dame an der Kasse: „Sie können hier aber nicht mit der Ente 'rein! Gehen Sie lieber mit ihr in den Zoo!“ – Da antwortet die Ente: „Da waren wir gestern schon. Heute will er ins Kino...!“

**Stehen zwei Kühe auf der Weide.** Da fängt die eine an zu zittern und ihr Euter kräftig zu schütteln. Fragt die andere: „Was soll das? Warum machst du das?“ – „Gleich ist es 18:00 Uhr – da kommt wieder der Melker mit den kalten Händen...!“

## Finden Sie alle acht Fehler?



## Was mag das wohl sein...?



**Sie:** "Wir können bei der Bank auch mehrere Kontos eröffnen."  
**Er:** Konten.  
**Sie:** "Wieso können wir das nicht mehr?"  
**Er:** Aber sie ist hübsch



**Lösungen:** Falschgeld; man dreht die Zahl einfach um; ein Würfel; die Ente

# RÜCKBLICK VERANSTALTUNGEN

## ZEITGEIST MIT FRAU DR. KELLER

Unter dem Motto „Das Miteinander im heutigen Alltag“ nahm Frau Dr. Keller uns im Oktober mit auf die Reise in das weite Feld der Kommunikation. „Man kann nicht kommunizieren!“ Auch wenn wir nicht sprechen, kommunizieren wir durch unsere Körpersprache - dies erläuterte Frau Dr. Keller mit viel Wortwitz und an lebhaften Beispielen. Auch konnten wir viel darüber er-

fahren, warum wir fremde Personen nach ihrem äußeren Erscheinungsbild beurteilen und damit aber in der heutigen Zeit oft falsch liegen. Leider verging die Stunde mit Frau Dr. Keller viel zu schnell. **Fazit:** Sie muss einfach noch mal wiederkommen!

Anja Zerbe



## TANZ-CAFÉ

Am 29. Oktober gab es endlich wieder die Möglichkeit zu tanzen - nach dreieinhalb Jahren „Corona-Pause“. Wir starteten schwungvoll mit dem Wiener Walzer „Rosen aus dem Süden“ von Johann Strauß. Es folgten verschiedene klassische Tanzlieder, größtenteils von Hugo Strasser und seinem Orchester. Die schöne alte Musik animierte dazu, in die Lebensfreude und Bewegung zu kommen. Jeder Tanz wurde kurz vorgeführt. Unsere FSJlerin Lea übernahm gern professionell die Herrenposition im Tanz.

So folgten einige Bewohnerinnen der Einladung zum Tanz von Foxtrott, langsamen Walzer bis Cha Cha Cha. Wer nicht mehr sicher auf den Beinen war, konnte die Musik im Sitzen genießen und in Erinnerungen schwelgen. Zum Abschluss unseres schönen Nachmittags gab es für jeden Bewohner und für jede Bewohnerin eine Rose.

Astrid Rahlfs und Lea Maschmann





**BARDOWICK IST IMMER EINE REISE WERT...**

Davon konnten sich Frau Althusmann, Frau Denzer, Frau Duddeck, Frau Lichte und Frau Steinke überzeugen. Beim Besuch im Dom gab es jede Menge zu bestaunen; wir hörten auch einiges über die (Bau-) Geschichte vom Dom und seine Innenausstattung. Wenn man schon so eine Kirche besucht, ist es klar, dass man auch einen Choral zur Ehre Gottes anstimmt: „Lobe den Herren, den mächtigen König der Ehren!“. Ein Ehepaar, das den Dom ebenfalls besichtigte, stimmte kräftig mit ein. Wir haben auch Kerzen angezündet und dabei an Menschen gedacht, die uns wichtig sind. Anschließend waren wir in Vögelsen im Hofcafé bei Iris und Peter Hoffmann. Dort haben wir uns mit Kaffee und Kuchen nach Herzenslust verwöhnen lassen. Das Besondere in diesem Café ist die Innenausstattung, aber vor allem die zum Verkauf angebotenen Dinge, die einfach schön und sehr geschmackvoll sind. Danke für diesen schönen Nachmittag bei allen, die mitgefahren sind! Es hat viel Spaß gemacht!

*Ramona Hettwer, Joachim Opitz*



**BESUCH IM KINDERGARTEN AM MARIENPLATZ**

Wir sind der Einladung des Kindergartens Am Marienplatz gerne gefolgt und haben mit Frau Althusmann, Frau Denzer und Frau Vieths einen fröhlichen Vormittag verbracht. Zu Tränen gerührt hat uns die Vorführung des „Dornröschen-Spiels“ der Kinder. Wir haben gemeinsam mit Vivien Melchin (Tochter von Frau Mareile Denzer) auch ein Lied gesungen. Wir danken Vivien ganz herzlich für ihre musikalische Begleitung, dass sie sich für uns und die Kinder Zeit genommen hat! Wir hoffen, dass der Kindergarten uns bald mit einem Gegenbesuch beehrt.

*Ramona Hettwer*



**AM ERSTEN ADVENTWOCHENENDE...**



...hatten wir wunderbaren musikalischen Besuch von unserem langjährigen Freund Roman Antonyuk. Über viele Jahre kommt Herr Antonyuk schon mit seiner Bandura in unser Haus und verwöhnt uns mit tollen Klängen.

Bei seinem diesjährigen Benefizkonzert hatte er neben deutschen auch ukrainische, polnische und englische Weihnachtslieder in seinem Repertoire. Eine tolle musikalische Reise, die wie immer auch zum Mitsingen einlud!

*Anja Zerbe*

**INS „BEWIKER HUS“...**

...nach Bardowick ging es mit einigen Bewohnern am 7. Dezember. Gemeinsam mit vielen anderen Senioren kamen wir in den Genuss eines Adventskonzertes! Organisiert wurde das ganze von der Alzheimer Gesellschaft. Zwischen Stollen und Spekulatius wurden weihnachtliche Liedklassiker vorgetragen, die natürlich zum Mitsingen animiert haben. Unsere Bewohner waren begeistert und haben den Nachmittag sichtlich genossen.

*Yvonne Reich*



**MUSIK MACHT FREUDE...**

...dem Kirchenchor aus Bienenbüttel und uns Bewohnern aus der Residenz. Es war sehr schön mit vielen unbekannten Liedern und Texten, die der Chor mit wunderbaren Stimmen dargeboten hat. Auch Zuhören macht froh, wenn auch einige Bewohnerinnen gerne

mitgesungen hätten. Es war ein wunderschönes Konzert am 1. Advent, das gerne wiederholt werden könnte – herzlichen Dank!

*Ilse Doeblner, Roswitha Straßburger*



### ADVENTSKONZERT VON „LIVE MUSIC NOW“

Auch Musikstudenten aus Hamburg verwöhnten uns wieder musikalisch wie auch schauspielerisch in der Adventszeit. Das Gesangsduo Yekatarina Badeso (Sopran) und Laurence Kalaidjan (Bariton) harmonisierte wundervoll in Begleitung von Daria Podushko am Klavier. Sie nahmen uns unter anderem mit in

die Welt der Zuckerfee aus Peter Tschaikowskis „Der Nussknacker“. Ferner hörten wir das lustige Duett „Pa pa pa“ sowie die Arie „Der Vogelfänger bin ich ja“ aus „Die Zauberflöte“ von W.A. Mozart. Wir waren alle wie verzaubert - so ein schöner Nachmittag!

*Anja Zerbe*

### WAS MACHT MAN MIT EINER UNGLAUBLICHEN MENGE AN SCHÖNEN POSTKARTEN?

Unsere Bewohnerin Frau Käthe Perschmann hat darauf eine sehr feine Antwort gefunden: „Das sind wirklich schöne Karten, die zum Wegwerfen einfach zu schade sind.“ Als praktisch veranlagte und an das Zupacken gewöhnte Pfarrfrau hatte sie eine sehr nette Idee: „Ich kann zwar nicht mehr richtig gucken, und meine Finger wollen auch nicht so das, was ich will, aber...“ Also gestaltete sie in mühevoller Kleinarbeit aus mindestens 50 Karten mit Bibel- und Gesangbuchversen und anderen trostreichen Worten Geschenkkarten zum Weitergeben.

Sie wollte damit Menschen eine Freude machen, die zum Beispiel als Emigranten Haus und Heimat verloren haben und hier bei uns in der Gegend neu anfangen müssen. Sie bat dabei Mitarbeiter aus unserem Hause um Unterstützung beim Verteilen. Dieser Sache nahm sich Ramona Hettwer an und brachte daraufhin etwa die Hälfte der Karten nach Bardowick zum Dom zur weiteren Verwendung. Liebe Frau Perschmann, damit haben Sie bestimmt vielen Menschen jetzt in der Adventszeit eine große Freude bereitet – vielen Dank!

*Joachim Opitz*



### ADVENTS- UND WEIHNACHTSZEIT

Im Folgenden sehen Sie auf einigen Bildern eine kleine Auswahl von den zahlreichen Höhepunkten in der Advents- und Weihnachtszeit.



An den Adventswochenenden gab es einige musikalische Höhepunkte. Darüber hinaus fanden etliche weihnachtliche Angebote, wie z.B. fröhliche Lichterfahrten, statt. Und alle Jahre wieder: Unsere Weihnachtsfeier (die in diesem Jahr leider nicht ungetrübt stattfinden konnte; siehe den entsprechenden Hinweis in diesem Heft auf Seite 4), in diesem Jahr bereits am 22. Dezember, und natürlich die Silvesterfeier.

Es waren schöne und abwechslungsreiche Begegnungen und Erlebnisse. Danke an alle, die fleißig alles mit vorbereitet und durchgeführt haben!



### EINEN BESONDEREN MUSIKALISCHEN HÖHEPUNKT...

...erlebten wir – wie immer! – mit Herrn Juraj Sivak bei unserem Neujahrskonzert. Herr Sivak ist ja nicht nur ein wunderbarer Pianist, der uns immer wieder erfreut und begeistert mit seinem umwerfenden und mitreißenden Klavierspiel. Er ist auch gleichermaßen Entertainer. So stimmte er uns auf das neue Jahr nicht nur mit seinen Liedern ein, bei denen er sich auf dem Klavier virtuos begleitete und zum Mitsingen und Mitschunkeln einlud.



In diesem Jahr bot er auch einige Kostproben dar von dem unvergessenen Heinz Erhardt. So machte er die Anwesenden bekannt mit dem traurigen Schicksal des Ritters Fips und wusste die äußerst elementare Frage endlich und final zu beantworten, warum die Zitronen sauer sind... Selten so gelacht! Das war ein Vormittag so recht nach unserem Geschmack. Solchermaßen mit Humor gestärkt und geimpft kann das neue Jahr getrost kommen – wir sind für alles gewappnet...!

**Anja Zerbe, Joachim Opitz**

# WIR NEHMEN ABSCHIED

*Ich elender Mensch! Wer wird mich erlösen von diesem Leib des Todes? Dank sei Gott durch Jesus Christus, unsern Herrn!*

Brief an die Römer, Kap. 7, 24-25

**Christa Lakemann**  
(verstorben am 21. Oktober 2023)

**Alfred Maluck**  
(verstorben am 11. November 2023)

**Ursula Köpsell**  
(verstorben am 22. Oktober 2023)

**Lucie Adam**  
(verstorben am 25. November 2023)

**Christa Enning**  
(verstorben am 11. November 2023)

**Werner Schütt**  
(verstorben am 15. Januar 2024)





# IMPRESSUM

## HERAUSGEBER

GBS Senioren Residenz  
Neue Sülze 25/26  
21335 Lüneburg

Telefon 04131 / 71 90  
Telefax 04131 / 71 940  
E-Mail [senioren-residenz@gbs-sozial.de](mailto:senioren-residenz@gbs-sozial.de)  
Web [www.gbs-sozial.de](http://www.gbs-sozial.de)

Das Residenzblättchen erscheint vierteljährlich.

## DESIGN & LAYOUT

MACO Vision GmbH | [www.maco-vision.com](http://www.maco-vision.com)

## BILDNACHWEIS

GBS Senioren Residenz

Adobe Stock: 220630384 | Alexander Raths,  
244969944 | exclusive-design, 53669844 | Yong Hian Lim,  
621557194 | May Thawtar, 314327563 | mizina, 44578039  
| ninami, 124430217 | EVERST, 88124567 | rakop\_ton,  
75313743 | Africa Studio, 202004130 | vitaliy\_melnik,  
177112670 | fottoo, 299155997 | alinakho

## URHEBERRECHT

Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen einzelnen  
Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt.  
Die Rechte liegen bei der GBS Senioren Residenz.