Wohlfühlzeit

Ausgabe 47 • Herbst 2026

Herr Lieck: In Wassenberg verwurzelt

PFLEGEDIENSTE Kuijpers

Liebe Leserin, lieber Leser, herzlich willkommen zu Ihrer *Wohlfühlzeit.*

Der Herbst kommt zunächst farbenfroh daher. Bunte Blätter winken uns von den Bäumen herunter. Doch je näher der Herbst sich dem Winter nähert, desto trister, grauer und dunkler wird er. Wenn dann auch noch Regen und Nebel den Tag verdunkeln, empfinden viele Menschen innere Kälte. Da nützt auch eine Heizung wenig.

Was aber helfen kann, sind liebevolle Menschen, die sich kümmern. Auch eine warme kuschelige Decke und ein heißer Kakao können gut tun. Und besonders können schöne Erinnerungen das Herz erwärmen.

In der ***Wohlfühlzeit*** lesen Sie von den Erinnerungen, die sich unsere Bewohnenden gerne ins Gedächtnis rufen. Außerdem schaffen wir mit vielen Angeboten neue Erinnerungen, die Lebensmut, Lebensfreude und Lebensqualität wecken. Die daraus gewonnene Kraft und Energie erwärmt viele Gemüter wie ein Abend am offenen Kamin.

(kj)

Impressum

PFLEGEDIENSTE Kuijpers

STATIONÄR · AMBULANT · TAGESPFLEGE · BETREUTES WOHNEN

Pflegedienste Kuijpers
Auf der Heide 33
41849 Wassenberg

Kontakt:
Klaudia Joschko
Tel.: 0151 64916868
Mara Diart
Tel.: 02401 8048225
E-Mail: medien@kuijpers.de

Design und Gestaltung:
Klaudia Joschko

Autoren:
Udo Göbbels (ugs)
Heike Simons (hs)
Marina Lang (mlg)
Stefanie Ostermann (so)
Mara Diart (md)
Varinka Silva-Mücke (vsm)
Antje Dittrich (ad)
Linda Kruzik (lk)
Lisa Dilger (ld)
Janine Fischer (jf)
Klaudia Joschko (kj)
Melanie Lütkemeyer (ml)
Verena Rauschen (vr)
Chat GPT

Fotografie:
Seite 1, 6, 11, 22, 23: Klaudia Joschko
Seite 3: Katja Jordan
Seite 5, 6: Heike Simons
Seite 8: Archiv Udo Göbbels, Marina Lang
Seite 9: Nezacet Berisha
Seite 10: Marika Lang
Seite 11: Archiv Schwonke
Seite 12, 16,17: Stefanie Ostermann
Seite 13: Mara Diart, Inge Pieters
Seite 3, 10 ,11, 14, 24, 25, 26, 30, 31: Canva
Seite 15: Carina Cholewa
Seite 18: Sabine Wagemann
Seite 19: Marina Lang
Seite 20: Dominik Fröls
Seite 21: Linda Kruzik
Seite 27: Janine Fischer
Seite 28: Mitarbeiter der Verwaltung
Seite 29: Olga Gladka
Seite 31: AOK

Rätsel

Wie heißen die Bäume, die wir hier suchen?
Verbinden Sie mit einem Stift die zueinandergehörenden Blätter, Bäume und Samen!

1
_ _ _ _ _ _ blatt

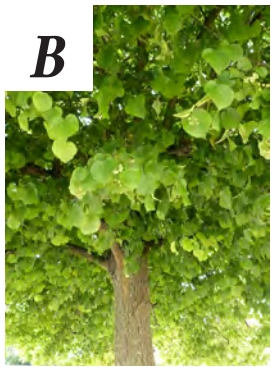
2
_ _ _ _ _ blatt

3
_ _ _ _ _ _ blatt

4
_ _ _ _ _ _ blatt

5
_ _ _ _ _ _ laub

A

B 

C

D

E

a

b

c

d

e

Lösung: Buche = 1/D/c, Ahorn = 2/C/d, Pappel = 3/E/a, Linde = 4/B/e, Eiche = 5/A/b)

Hier der Lieblingswitz von Frau Wolf aus dem Haus Seniorenhaus Witten-Stockum

„Was hat der Mann, der den Käse zum Bahnhof gerollt hat? –
Stinkige Finger!“

„Wer hat bloß den Käse zum Bahnhof gerollt?“ war ursprünglich ein alter Schlager aus den 1920er-Jahren von Franz Strassmann und war wohl laut der Bewohnerin relativ bekannt.

Herr Lieck: In Wassenberg verwurzelt

Herr Lieck und seine Frau auf dem Roller durch 70 Jahre Gemeinsamkeit

Das ist kaum zu glauben: 70 Jahre gingen Herr und Frau Lieck miteinander durch dick und dünn. Alle Höhen und Tiefen meisterten sie in blindem Vertrauen auf die Kraft des jeweils anderen. Nur gegen die Parkinson-Krankheit hatten sie keine Chance. Damit beide so lange wie möglich zusammen sein konnten, zog Herr Lieck sogar mit seiner kranken Frau ins Haus Am Waldrand in Wassenberg, wo er sich im Frühjahr, schweren Herzens, für immer von ihr verabschieden musste.

"Jetzt ist das Leben nicht mehr so spannend, nicht mehr so hell, nicht mehr so freundlich zu mir," erzählt Herr Lieck. "Wir beide haben ein sehr gutes Leben gehabt. Ich habe viel in meinem Leben erreicht, das ich ohne meine Frau nicht geschafft hätte. Nicht, dass sie mich angetrieben hätte, und doch war sie mein Antrieb. Nicht, dass sie mich tatkräftig unterstützt hätte, und doch war sie meine mentale Kraft. Für sie wollte ich unseren Weg bereiten. Sie war meine Freude und war – wenn ich das mal lyrisch ausdrücken darf – meine Muse. Sie war mein Wegweiser. Sie war der Grund, das zu tun, was ich auch immer tat.

Und ich habe in meinen 95 Lebensjahren viel Zeit gehabt, etwas zu bewirken. So war ich leidenschaftlich gerne Lehrer – und ich glaube, ein recht guter. Die Schüler mochten mich und hatten Vertrauen zu mir. Wenn ich in die Klasse kam, habe ich erst mal ein Lied auf den Lippen gehabt. Die Schüler stimmten dann alle mit ein. Dann war der Bann gebrochen und die Aufmerksamkeit der Schüler gehörte mir. Ich war spät berufener Lehrer. Weil mich mein Beruf als Finanzbuchhalter nicht mehr befriedigt hat, habe ich die Begabtensonderprüfung als Lehrer abgelegt. So konnte ich danach mit 35 Jahren anfangen, zu studieren. Ich habe keinen Tag bereut, dass ich meinen alten Beruf, in dem ich Aufstiegsmöglichkeiten gehabt hatte, an den Nagel gehängt habe. Ich wollte einfach mehr und meine Frau wusste, dass ich das kann. Sie hat mich unterstützt und ich bin ihr dafür sehr dankbar, denn das war die beste Entscheidung meines Lebens. Auch meine Frau war Lehrerin und 7 unserer Enkel sind ebenfalls Lehrer geworden.

Aber ich bin vor allem Wassenberger und ich liebe meine kleine Stadt. Sie wird immer schöner. In den letzten Jahren hat sie sich richtig rausgeputzt. Ich habe sie aber schon geliebt, als ich ein junger Bursche

war. In Wassenberg bin ich tief verwurzelt. Sogar Lieder habe ich über die kleine Stadt direkt an der Niederländischen Grenze geschrieben und gesungen – 27 Lieder in Mundart. Ich lief immer von Wassenberg-Oberstadt über Umwege nach Gerderath und bis nach Erkelenz und unterwegs sind mir dann die Lieder eingefallen, die ich unterwegs immer wieder gesungen habe. Zu Hause angekommen habe ich sie schnell aufgeschrieben. Von folgendem Lied habe ich mir 5 Strophen ausgedacht. Ich habe nie etwas daran verändert und das Lied war mein größter Erfolg.

Et schönnst Städtche hie im Rurtal,
dat is on blivt mie Wassenberg
et wurd jebuut vor dusend Johr all
un es noch alltied jong.

Wasseberg ich hann dich jer
van de Brühl bis an der Stär.
Wasseberg du schöne Stadt
Wasseberg du häs mie Hatt.

Erst letztens war ich mit meinem Sohn hier in der Oberstadt, im Heidekrug, auf ein Bier. So alle sechs Wochen machen wir das mal. Da war so richtig was los. Es war so, wie man sich eine Kneipe vorstellt. Für mich schien die Zeit stehen geblieben zu sein. Natürlich war ich mit meinen 95 Jahren, mit Abstand, der Älteste. Es war richtig laut und die Stimmung bestens. Da habe ich mich hingestellt und mal laut gebrüllt und um Ruhe gebeten. Überraschend schnell wurde es stiller und stiller. Man hat wohl doch noch Respekt vorm Alter. Als es leise genug war, habe ich mein Wassenberger Lied zu singen begonnen. Alle haben aufmerksam zugehört. Man hätte eine Stecknadel fallen hören können. Und als das Lied zu Ende war, wurde anerkennend applaudiert. So viel Bier, wie ich an diesem Abend angeboten bekommen habe, hätte ich unmöglich trinken können. Das war ein herrlicher Abend.

Schon als Kind musste ich immer und überall singen. Bei den alten Nachbarn wurde ich auf einen Stuhl gestellt, um sie mit Volksliedern zu unterhalten. Das endete für die Zuhörer oft mit Tränen der Rührung. Ich weiß noch gut, dass ich als Kind zur Erholung geschickt wurde. Eigentlich sollte ich in die Schule kommen, aber ich war übernervös. Das war 1938. Eine junge Frau von der Stadt begleitete mich zum Kindererholungsheim. Ich erinnere mich, dass der Aachener Hauptbahnhof voller Soldaten saß. Ich sehe mich noch auf dem Stuhl stehen und höre mich auch noch für diese Soldaten, die in den Krieg zogen, singen. Ich sehe noch die Soldaten, die den Tränen nahe waren.

In meiner Zeit als Lehrer leitete ich auch einen Kinderchor und damit war ich sogar im Fernsehen. Nach einem Auftritt in Dremmen hieß es plötzlich, der WDR ist da, und dann sollten wir nochmal auf die Bühne.

Vom deutschen Sängerbund wurde ich letztes Jahr in Waldfeucht sogar, als Einziger, für 70 Jahre Treue zum Chorgesang ausgezeichnet."

Aber Herr Lieck war nicht nur musisch

begabt, sondern auch sehr sportlich unterwegs: "Ich habe einige Marathonläufe gemacht. Und 1991, mit 60 Jahren, bin ich deutscher Meister im Marathon in meiner Altersklasse geworden.

Zuspruch und Anerkennung habe ich oft und für viele meine Tätigkeiten erhalten. Sie waren mir aber nie so wichtig. Viel wichtiger war mir, dass meine Frau das alles gut fand, mich dafür geliebt hat und mir immer Rückendeckung gegeben hat.

Was soll ich mit Urkunden und Orden, außer sie mir an die Wand hängen. Da war mir die Liebe meiner Frau viel wichtiger.

Nein, im Ernst, über Auszeichnungen habe ich mich selbstverständlich auch sehr gefreut. Dass ich zum Beispiel die Verdienstmedaille des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland vom Bundespräsidenten Joachim Gauck verliehen bekommen habe, hat mich schon sehr geehrt, und darauf bin ich wirklich ein wenig stolz. Ob ich diese und einige weitere Ehrungen wirklich verdient habe, da bin ich mir nicht sicher. Ich habe doch immer nur getan, was mir wichtig war und was ich für

Eine Auswahl der Bücher vom Autor Karl Lieck

richtig und wertvoll gehalten habe, aber das tun viele andere Menschen auch ohne geehrt zu werden."

Und dann zeigt mir Herr Lieck seine literarischen Werke. Darunter Lehr- und Sachbücher, die er mit Kollegen zusammen geschrieben hat und die für Schulen im Kreis Heinsberg von großem Wert waren. Aber auch gesammelte Gedichte aus der Umgebung in Mundart hat er veröffentlicht. Zusammengetragene Sagen aus der Gegend, Plattdeutsche Geschichte und das Buch 'Heimweh', in dem Herr Lieck seine eigene Geschichte als Kind während des Krieges verarbeitet sind seiner Feder entsprungen. Auf sein Kinderbuch 'Lalü – Der kleinste Mensch der Welt' ist Herr Lieck besonders stolz, da es zunächst vom Verlag abgelehnt und dann doch über die Buchhandlung Gollenstede viele Male verkauft wurde. Herr Lieck hat in Wassenberg viele Menschen besucht und ihre Kriegsschick-

sale gesammelt und in seinen Büchern verewigt. Nicht zuletzt schrieb er auch eigene besinnliche und lustige Gedichte. Hier eine kleine Kostprobe von beidem:

Ein Gedicht zum Schmunzeln:

Der letzte Knopf
Der letzte Knopf an Krauses Hose
hat ein Problem, denn er ist lose.
Sein Schicksal hängt am seid'nen Faden.
Das könnte dem Herrn Krause schaden.
Dieser ahnet nichts davon,
betritt süß lächelnd den Salon.
Grüßt nach links, grüßt nach rechts
die Gäste beiderlei Geschlechts.
Als Macho macht er etwas her,
drum mögen ihn die Frauen sehr.
Doch plötzlich, wie vom Blitz getroffen,
fällt ab der Knopf, die Bux ist offen.
Vielleicht hät er sie können halten,
doch so schnell kann selbst er
nicht schalten.
Wie Adam steht der Arme da,
wie sonst ihn seine Frau nur sah.
Den Damen bleibt nur Spott und Hohn
und manch zerstörte Illusion.

Und was zum Nachdenken:

Zeit
Wir messen die Zeit nach
Minuten, Sekunden
Doch ist Zeit nicht gleich Zeit
Sind Minuten oft Stunden
panta rhei, alles fließt
hat nur seine Zeit
unerbittlich im Glück
tröstlich im Leid

Das Schreiben macht Herrn Lieck auch heute noch Spaß. Sein Laptop steht immer in Reichweite und er kommt mit seinen 95 Jahren prima damit zurecht. Nicht jeder Altersgenosse kann das von sich behaupten.

Sein zuletzt geschriebenes Gedicht über das Alter hat er uns zur Verfügung gestellt und Sie finden es in dieser Ausgabe der Wohlfühlzeit auf Seite 31. Ein herzliches Dankeschön dafür.

Herr Lieck berichtet: "Ich bin froh, dass ich jetzt, wo ich alleine bin, wenigstens in Wassenberg habe bleiben können, denn hier fühle ich mich wohl. Hier ist und bleibt meine Heimat. Ich freue ich mich an den Besuchen meiner Söhne. Der eine wohnt in der Nähe und kommt mir jeden Morgen einen schönen Tag wünschen. Der andere kommt, so oft es ihm möglich ist, und dann unternehmen wir etwas Schönes.

Mein Lieblingsort in Wassenberg ist das Zuhause meines Enkels, den ich oft besuchen fahre. Und dann sind da noch die Fahrten, die ich mit meinem Scooter unternehme. Zum Waldfriedhof, und zwischen der Grenze, Heinsberg und Erkelenz bin ich unterwegs und genieße meinen Tag. Und in der Mitte liegt mein geliebtes schönes Wassenberg." (kj)

Musik ist Trumpf

Hallo, mein Name ist Udo Göbbels. Seit August 2025 arbeite ich als Alltagsbegleiter im Haus St Josef in Kückhoven. Im Rahmen eines Praktikums zur Weiterbildung durfte ich schon im April 2025 für zwei Wochen im Haus tätig sein. Damals brachte ich zum ersten Mal meine Gitarre mit, um mit den Bewohnenden zu singen. Das kam so gut an, dass ich beschloss, das beizubehalten.

Mit 14 Jahren meinten meine musikalischen Eltern, ich solle Akkordeon spielen lernen. Also bekam ich ein Jahr lang regelmäßigen Unterricht. Aber richtig Freude hatte ich nie daran. Erst 10 Jahre später, mit 24, kaufte ich mir eine Gitarre und nahm zwei Jahre Unterricht in der Musikschule. Seit 1998 spiele ich in Bands. Erst spielte ich nur Gitarre, doch später traute ich mich auch ans Mikrofon. Von 2017 bis 2023 durfte ich Teil der Wood Butchers sein. Ein Quintett mit Musikern aus dem Kreis Viersen, Heinsberg und Mönchengladbach mit Auftritten in ganz NRW. Seit Anfang 2025 traue ich mich auch alleine vor das Mikrofon und mit unserem Akustik-Duo " Champagne Problems" aus Niederkrüchten sind wir auch wieder unterwegs. Dabei spielen wir neben Songs von Neil Young oder Bruce Springsteen auch eigene Songs – was natürlich sehr viel Spaß macht. Hier kann ich sehr frei und kreativ sein.

Auch bei meiner Arbeit als Alltagsbegleiter in Kückhoven kann ich mit meiner Musik viel bewirken. Mindestens einmal wöchentlich wird musiziert und gesungen. Mal im Rahmen eines Schlagerquiz, bei dem alte Schlager erraten und dann zusammen die Refrains gesungen werden. Auch das Singen aus unserem Liederheft, in dem ich alte Volkslieder und Song aus den 60er- und 70er-Jahren zusammengestellt habe, mit Evergreens wie " Rote Lippen soll man küssen " oder "Hoch auf dem gelben Wagen', ist sehr beliebt. Fasziniert bin ich immer wieder, wenn wir beispielsweise "Tulpen aus Amsterdam" singen und die meisten gar nicht in die Liederhefte schauen, sondern alles komplett auswendig mitsingen. Schön sind auch immer die Feste wie Oktoberfest, Weihnachten oder Karneval, zu denen wir gerne die jeweils passenden Lieder zusammen singen.

Als Fazit kann ich nur sagen, dass die Musik uns verbindet, Erinnerungen weckt und wir zusammen in der Gruppe immer eine gute Zeit haben. Ich jedenfalls mache das sehr gerne und freue mich, wenn die Bewohner*innen mitsingen und Spaß haben.

(ugs)

Udo Göbbels erreicht die Bewohnenden auf seine ganz spezielle Weise

Sommerfest im Haus Am Waldrand –
ein rundum gelungener Tag

Bei herrlichem Sommerwetter wurde im Haus Am Waldrand ein fröhliches und geselliges Sommerfest gefeiert. Für die Bewohner*innen sowie alle Beteiligten war es ein schöner Tag voller Musik, guter Laune und kulinarischer Genüsse.

Ausgelassene Stimmung

Für die passende musikalische Unterhaltung sorgte die Sängerin Anni alias Anja Sylvia Schäfer. Mit ihrer ausdrucksstarken Stimme und einem abwechslungsreichen Programm brachte sie Stimmung in die Runde. Es wurde aufmerksam zugehört, mitgesungen und sicherlich auch das ein oder andere Tanzbein geschwungen. Die Musik lud zum Mitschunkeln und Genießen ein und sorgte für viele fröhliche Gesichter.

Herr Meyhöfer und Rita schwingen sogar das Tanzbein und genießen jeden Schritt

Unsere Grillmeister
Michael und Dominik

Auch für das leibliche Wohl war bestens gesorgt. Köstliches vom Grill, dazu verschiedene Salate und erfrischende, kühle Getränke ließen keine Wünsche offen. In gemütlicher Runde schmeckte das Essen gleich doppelt so gut.

Ein besonderer Höhepunkt des Nachmittags war die gemeinsame Eisrunde. Bei sommerlichen Temperaturen war das eine willkommene und süße Abkühlung. Die verschiedenen Eissorten sorgten für strahlende Gesichter und rundeten den gelungenen Festtag wunderbar ab.

So verging die Zeit wie im Flug. Das Sommerfest im Haus Am Waldrand bot viele schöne Momente, gute Unterhaltung und vor allem Gelegenheit, gemeinsam zu lachen, zu erzählen und zu genießen.

Ein herzliches Dankeschön gilt allen, die zum Gelingen dieses schönen Sommerfestes beigetragen haben. Es war ein rundum gelungener Tag, an den sich unsere Bewohner*innen sicher noch gerne zurückerinnern werden. (hs)

Mein Lieblingsfest

Ein Tanzabend, der das Leben von Gertrud Peschen veränderte. Im Tanzsaal Görisch begann eine ganz besondere Liebesgeschichte.

Es gab eine Zeit, in der der Tanzsaal Görisch in Hückelhoven der Treffpunkt für die Jugend war. In den 60er-Jahren wurde dort zu Rock 'n' Roll, Beatmusik und Schlagern getanzt, gelacht und gefeiert. Für viele junge Menschen waren die Abende dort etwas ganz Besonderes. Auch für mich, die schon früh eine große Leidenschaft fürs Tanzen hatte, waren die Abende im Tanzsaal Görisch, meinem absolutens Lieblingslokal, immer ein Fest.

Für einen solchen Abend machte ich mich besonders chic. Ein kurzes Kleid, perfekt gemachte Haare und ein wenig Make-up – schließlich wollte ich mich von meiner schönsten Seite zeigen.

Dann konnte es losgehen: Hinein ins Vergnügen und vor allem hinein in meine große Leidenschaft – das Tanzen. Doch zu dem besten Fest meines Lebens wurde ein ganz besonderer Abend, an dem noch etwas sehr Wichtigeres passierte: Ein großer, gut aussehender Mann, elegant gekleidet in einem schicken Anzug, forderte mich zum Tanz auf. Ich nahm die Einladung an – und damit begann ein Fest voller Musik, Freude, Lachen und mir damals noch unbekannter wunderschöner Gefühle. Wir tanzten und tanzten, bis die Füße irgendwann nicht mehr wollten. Wir hatten so viel Spaß, dass die Zeit wie im Fluge verging und der Abend viel zu schnell vorbei war. Doch was damals wie ein ganz gewöhnlicher Tanzabend begann, sollte mein ganzes Leben verändern. Denn aus dem Mann im schicken Anzug wurde später mein Ehemann. So ist dieser Abend im Tanzsaal Görisch heute für mich zu einer ganz besondere Erinnerung geworden – eine Erinnerung an Jugend, Musik, Tanz und vor allem an den Beginn einer großen Liebe. Und genau deshalb ist dieser Abend, an dem ich meinen Mann kennenlernen durfte, mein absolutes Lieblingsfest. Manchmal braucht es eben nur einen Tanz, um den Menschen fürs Leben zu finden.

(mlg)

50 Jahre Liebe: die Goldhochzeit von Margarete-Maria und Werner Schwonke. Ein halbes Jahrhundert gemeinsam durchs Leben gegangen zu sein, wurde gefeiert mit einem ganz besonderen Fest.
Am 29. November 2010 durften Margarete-Maria und Werner Schwonke ein ganz besonderes Jubiläum feiern: ihre goldene Hochzeit. Seit 50 Jahren gehen die beiden

gemeinsam durchs Leben – ein beeindruckendes Zeichen für Liebe, Zusammenhalt und gegenseitiges Vertrauen.

Kennen- und lieben gelernt haben sich Margarete-Maria und Werner auf der Kirmes in Wickrath. Was dort begann, sollte zu einer lebenslangen Verbindung werden. Für Frau Schwonke war schnell klar, dass es etwas Besonderes war. „Liebe auf den ersten Blick“, erinnert sie sich.

Zu ihrem Ehrentag erwartete das Jubelpaar eine besondere Überraschung: Die Nachbarschaft hatte die Feier ausgerichtet und damit ihre herzliche Verbundenheit mit Margarete-Maria und Werner zum Ausdruck gebracht. In festlicher Atmosphäre wurde gemeinsam gefeiert, gelacht und auf das Jubelpaar angestoßen.

50 gemeinsame Jahre, eine Liebe, die auf der Kirmes in Wickrath begann, und ein Fest, das von Herzen kam – für Margarete-Maria und Werner Schwonke war ihre Goldhochzeit ein unvergesslicher Tag und wohl eines der schönsten Feste ihres Lebens. (hs)

Frau Döhmling aus dem Haus Elisabeth in Lieck liebt Geburtstagsfeste: "Es ist so schön, wenn die Familie zusammenkommt. Ich habe vier Enkelkinder und drei Urenkel und ich freue mich so sehr, zu sehen, was aus ihnen wird. Es gibt viele schöne Feste im Jahr, aber die Geburtstage werden bei uns immer mit allen zusammen gefeiert. Das ist eine herrliche Sache. Groß und Klein, Jung und Alt kommen zusammen und das ist mir immer ein großes Vergnügen. Es wird erzählt, von früher, als meine beiden Kinder noch klein waren. Die Enkel freuen sich über die Geschichten ihrer Eltern. Wir erzählen von heute. Wer macht gerade was? Und wir erzählen von morgen – was wird wohl mal sein?

Ich habe auch noch einen älteren Bruder, den ich nur selten sehe. Je älter wir werden, umso schwerer wird es, zusammenzukommen. Aber zu den Geburtstagen machen wir das Treffen möglich. Das sind immer besondere Momente, wenn wir uns mal wiedersehen. Dann haben wir viel zu erzählen, auch wenn es immer die selben Anekdoten von früher sind. Ja, Geburtstage sind meine Lieblingsfeste. (kj)

Generationenprojekt:
Gemeinsam durch den Sommer

Seit etwa 15 Jahren bringt unser Generationenprojekt junge und ältere Menschen zusammen. Was einst als besondere Aktion begann, ist längst zu einer schönen Tradition im Seniorenhaus Mauritius geworden. Lediglich während der Coronapandemie musste das Projekt pausieren. Umso schöner ist es, dass die Zusammenarbeit mit der Johann-Conrad-Schlaun-Gesamtschule inzwischen wieder fortgeführt werden kann.

Vom 13. bis zum 16. Juli war erneut eine Schülergruppe der 8. Klasse bei uns zu Gast. An vier Vormittagen begegneten sich die Jugendlichen und unsere Bewohnerinnen und Bewohner, um gemeinsam ein eigenes Angebot zu entwickeln. In den ersten drei Tagen entstand Schritt für Schritt eine Rätselrunde rund um das Thema Sommer. Dabei blieb reichlich Zeit, sich kennenzulernen, zu erzählen und gemeinsam zu lachen.

Am Donnerstag folgte der Höhepunkt der Projektwoche: Bei der fertigen Sommerrätselrunde traten die Bewohnerinnen und Bewohner in mehreren Teams gegeneinander an. Wer die Antwort wusste, drückte auf den Buzzer und durfte die Lösung nennen. Das sorgte für Spannung, viel Gelächter und einen fröhlichen Wettbewerb.

Passende Musik zum Thema Sommer brachte zusätzlich Stimmung in die Runde und weckte so manche Erinnerung.

Die Jugendlichen übernahmen die Durchführung und wurden dabei von ihrer Lehrkraft sowie den Mitarbeitenden unserer Betreuung unterstützt.

Im Mittelpunkt standen nicht allein die richtigen Antworten, sondern vor allem das gemeinsame Erlebnis. Zum Abschluss durfte natürlich eine sommerliche Erfrischung nicht fehlen: Für alle Beteiligten gab es ein Eis.

Das Generationenprojekt zeigt immer wieder, wie schnell vermeintliche Unterschiede in den Hintergrund treten, wenn Jung und Alt gemeinsam aktiv werden. Berührungsängste werden abgebaut, Erfahrungen ausgetauscht und neue Erinnerungen geschaffen. Wir freuen uns schon auf das nächste gemeinsame Projekt! (so)

Die Bewohnenden wurden in Teams eingeteilt und konnten wie in einer richtigen Quizshow buzzern!

Aktiv im Flur – Bewegung, die verbindet

Ein bewegter Nachmittag voller Freude, Gemeinschaft und guter Laune in der Seniorenresidenz am CAP, bei "Aktiv im Flur".

Was auf den ersten Blick ganz einfach klingt, ist mittlerweile zu einem kleinen Bewegungserlebnis geworden: Bei unserem Angebot „Aktiv im Flur“ heißt es für die Bewohnenden der Seniorenresidenz am CAP: Aufstehen, bewegen, mitmachen und vor allem – Spaß haben!

Zum Auftakt stehen verschiedene Übungen an der Laufstange auf dem Programm. Beine werden angezogen und gestreckt, Arme und Oberkörper bewegt und mobilisiert. Dabei wird jede Übung an die individuellen Möglichkeiten angepasst, sodass alle im eigenen Tempo mitmachen können.

Frau Jahnke ist nicht die Einzige, die richtig Spaß an der Aktion hat

Nach einer wohlverdienten Trinkpause geht es mit einem abwechslungsreichen Zirkeltraining weiter. An vier Stationen warten unterschiedliche Aufgaben. Dabei sind Gleichgewicht, Koordination, Konzentration und Schnelligkeit gefragt. Jede Station bringt eine neue Herausforderung und die Möglichkeit, sich auszuprobieren.

Frau Zander konzentriert sich mit Erfolg auf ihre Aufgabe

Doch bei „Aktiv im Flur“ steht nicht nur die Bewegung im Mittelpunkt. Man lacht, feuert sich gegenseitig an und hilft einander. Kleine Erfolge werden gemeinsam gefeiert und auch bei schwierigeren Übungen gibt es aufmunternde Worte.

Am Ende war deutlich zu spüren: Bewegung macht nicht nur fit – sie verbindet und mit so viel gegenseitiger Unterstützung macht sie unglaublich viel Freude.

„Aktiv im Flur“ – ein Angebot, das zeigt: Jeder Schritt zählt, jede Bewegung tut gut und gemeinsam macht es einfach mehr Spaß!

(md, ChatGPT)

Humor verbindet

**Humor ist ein Schlüssel,
der viele Türen öffnet**

Die wichtigste Türe, die mir mein Humor öffnet, ist die Türe zu meiner eigenen Verschlossenheit. Mein Humor sorgt dafür, dass ich mich öffne. Das fühlt sich gut an und motiviert mich, an ein harmonisches Miteinander, privat und beruflich, zu glauben und daran zu arbeiten.

Habe ich mich geöffnet, braucht es Menschen, die sich mir öffnen. Auch dafür ist Humor ein möglicher Schlüssel. Trotz schwieriger Situationen, Herausforderungen, Konflikten oder auch nur der alltäglichen Misslichkeiten, die jede und jeder Einzelne mit sich herumträgt, öffnet Humor einen Raum der Verbundenheit. Diese Verbundenheit schafft Vertrauen mit dem man Probleme friedlichlösen kann oder mit dem diese erst gar nicht entstehen.

Egal, wie unterschiedlich wir sind, sei es Alter, Herkunft, Sprache, Religion oder Hautfarbe: Beim Miteinanderlachen spielt nichts davon eine Rolle. Ein Lächeln wird von jedem verstanden. Gemeinsames Lachen kann Brücken bauen, Nähe und Offenheit schaffen.

Für mich ist Humor mehr als ein bisschen Spaß. Humor ist eine wertvolle Möglichkeit, Menschen näher zusammenzubringen und das Zusammenleben angenehmer zu gestalten.

Ich lache gerne und lachen hat mehrere positive Effekte auf Körper und Geist: Es reduziert Stress, fördert die Gesundheit, hebt die Stimmung, entspannt die Muskeln, stärkt soziale Bindungen und unterstützt das Immunsystem.

Es ist einen Versuch wert, Humor irgendwie in unseren Alltag einzubauen, egal ob wir über uns selbst schmunzeln, mit Kolleg*innen über etwas Positives oder Lustiges sprechen oder mit den Bewohnern herumalbern. Mal sehen, wie sich unser Miteinander verändern wird. Ob es sich für uns gut anfühlt, ein ehrliches Lächeln im Gesicht zu haben und einem ehrlichen Lächeln zu begegnen?

Ich wünsche euch allen viel Spaß beim Ausprobieren.

Lisa

Ein Tag voller Lebensfreude

Sommerfest im Seniorenhaus Witten-Stockum

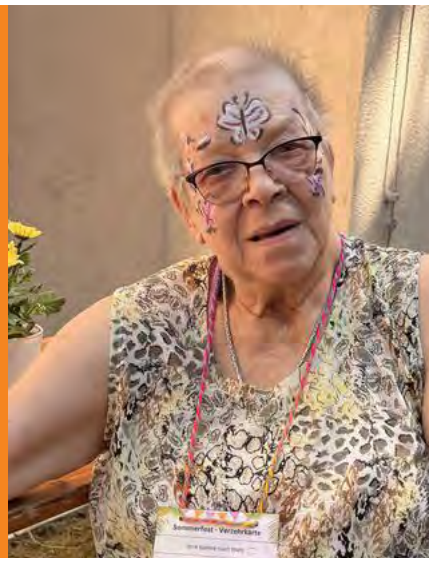
Strahlender Sonnenschein – strahlende Gesichter: Im Juli feiert das Seniorenhaus Witten-Stockum sein heiß geliebtes Sommerfest. Einrichtungsleiterin Helena Haupt freut sich: »Bewohner*innen, Angehörige, Freund*innen sowie zahlreiche Besuchende verbringen einen fröhlichen Nachmittag in unserem festlich geschmückten Garten. Die ausgelassene Stimmung und das herzliche Miteinander machen den Tag zu einem besonderen Erlebnis für alle. Der Bierwagen und auch der Eisstand sorgen für die passende Erfrischung bei den hochsommerlichen Temperaturen und großen Anklang findet in diesem Jahr das neue Angebot der leckeren Obstbecher und der fruchtigen Sommerdrinks am Cocktailstand. Zudem sorgen unsere kleinen Hand-Wasser-Zerstäuber für behagliche Abkühlung.«

Und in der Tat: Das Fest ist ein Erlebnis mit unterschiedlichsten Genüssen für Groß und Klein. An den Essensständen duftet es nach der beliebten Currywurst und vielen liebevoll zubereiteten Köstlichkeiten.

Auch für die jüngsten Gäste ist wieder bestens gesorgt. Beim Kinderschminken entstehen fantasievolle Kunstwerke und die verschiedenen Spiel- und Mitmachaktionen schaffen eine ausgelassene Stimmung und viele glückliche Kinderaugen. Einen schwungvollen Höhepunkt zaubert die Kindertanzgruppe des TuS Stockum aufs Parkett. Mit ihrem mitreißenden Auftritt begeistern die jungen Tänzer*innen das Publikum und entfachen gleich beste Stimmung. Die Begegnung zwischen den Generationen macht diesen Programmpunkt zu etwas ganz Besonderem.

Doch es gibt noch weitere Höhepunkte, erfahren wir von Helena Haupt. »Für außergewöhnliche Spannung sorgt die große Tombola. Dank großzügiger Sponsoren, die mit ihren zahlreichen Sachspenden unsere Tombola erst möglich machen, ist die Vorfreude auf attraktive Preise bei allen spürbar. Ob Fernseher, Tablet oder viele weitere großartige Gewinne: Jedes Los lässt auf das große Glück hoffen.«

Ein herzliches Dankeschön sagt Frau Haupt auch allen Mitarbeitenden, ehrenamtlich Helfenden, Angehörigen sowie allen Gästen, die mit ihrem Engagement und ihrer guten Laune zum Gelingen dieses Tages beitragen. »Unser Sommerfest zeigt einmal mehr, was unser Seniorenhaus ausmacht: Gemeinschaft, Herzlichkeit und viele schöne Begegnungen. Wir blicken mit großer Freude auf diesen gelungenen Tag und freuen uns schon heute auf das nächste gemeinsame Fest!« (vsm, ad)



Mit einem fröhlichen Motiv im Gesicht und einem Lächeln auf den Lippen genießt Frau Gedicke das bunte Treiben des Sommerfestes

25 Jahre Seniorenhaus Mauritius –
ein Fest voller Erinnerungen

Am 15. August feierte das Seniorenhaus Mauritius sein 25-jähriges Bestehen. Nachdem der ursprüngliche Termin wegen der großen Hitze verschoben werden musste, spielte das Wetter diesmal mit. Zahlreiche Bewohnerinnen und Bewohner, Angehörige, Mitarbeitende und Gäste kamen zusammen, um diesen besonderen Geburtstag gemeinsam zu feiern.

Den Auftakt bildete ein Film mit historischen Aufnahmen von der Grundsteinlegung, dem Richtfest und der Eröffnung des Hauses im Jahr 2001. Viele Gäste erlebten dabei noch einmal die Anfänge des Seniorenhauses. Ein besonderer Dank galt unserem Hausmeister, der das alte Videomaterial gerettet und damit ein wertvolles Stück Hausgeschichte bewahrt hat.

25 Jahre Seniorenhaus Mauritius: Dahinter stehen unzählige Arbeitstage und Dienste, viele Tassen Kaffee, viel Einsatz und natürlich auch schöne, schwierige und bewegende Momente. Vor allem aber stehen dahinter die Menschen, die hier gelebt, gearbeitet und das Haus geprägt haben.

Im weiteren Verlauf begrüßte Geschäftsführer Herr Krings die Gäste. Auch die Bürgermeisterin gratulierte mit einer Videobotschaft zum Jubiläum. Ein besonders schöner Moment war die Ehrung unserer langjährigen Mitarbeitenden. Hervorgehoben wurden dabei Conny und Nadja, die als Mitarbeiterinnen seit der Eröffnung zum Seniorenhaus Mauritius gehören.

Mitarbeiterinnen der ersten Stunde: Nadja & Conny werden von Geschäftsführer Oliver Krings geehrt.

Nach dem offiziellen Teil wurde gemeinsam gegessen, erzählt und gefeiert. Die Fotoausstellung im Innenhof lud zu einem

Sehenswert waren die Impressionen aus 25 Jahre Seniorenhaus Mauritius

weiteren Blick auf 25 Jahre Mauritius ein.

Clown August sorgte mit seiner Zaubershow für Unterhaltung, während Glücksrad, Hüpfburg, Eiswagen und weitere Angebote für Abwechslung bei Jung und Alt sorgten. Am Nachmittag rundeten Kaffee und Kuchen das Programm ab.

Spannung kam bei der Preisvergabe der Mauritius-Rallye auf. Im Vorfeld hatten sich die Bewohnerinnen und Bewohner mit Fragen und Aufgaben rund um das Haus und seine Geschichte beschäftigt. Die Preise wurden von der Zeus Taverna, der Blumendiele Nordkirchen, Mario Erdmann Osteopathie, dem Schlaun-Café, der Provinzial-Geschäftsstelle Nordkirchen und der Gemeinde Nordkirchen gestiftet. Dafür bedanken wir uns noch einmal herzlich.

Übergabe des Hauptgewinns unserer Mauritius-Rallye

Tatkräftige Unterstützung erhielten wir von Schülerinnen und Schülern der Johann-Conrad-Schlaun-Gesamtschule. Mit ihrem Einsatz trugen sie viel zum Gelingen des Festes bei. Als Dankeschön erhielten sie eine Spende für ihren Abiball.

Ein solches Jubiläum wäre ohne die vielen Menschen, die geplant, vorbereitet, aufgebaut, begleitet und im Hintergrund mit angepackt haben, nicht möglich gewesen. Ihnen allen gilt unser herzlicher Dank.

25 Jahre sind ein guter Anlass, auf die gemeinsame Geschichte zurückzublicken. Noch wichtiger ist aber, dass dieser Tag einmal mehr gezeigt hat, was das Seniorenhaus Mauritius ausmacht: viele unterschiedliche Menschen, die gemeinsam dafür sorgen, dass aus einem Haus ein Zuhause wird.

Zuhause. Hier bei uns.

(so)

Ein Tänzchen in Ehren …
… zeigt, dass wir Familie sind

Sommer, Tiere und gute Laune im Odenkirchener Tierpark

Was für ein schöner Tag! Bei strahlendem Wetter machten sich unsere Bewohnenden vom Haus Am Waldrand auf zu einem erlebnisreichen Ausflug in den Odenkirchener Tierpark.

Dort gab es jede Menge zu erleben: Tiere beobachten, ihnen ganz nah kommen und natürlich auch das ein oder andere Tier streicheln – da war die gute Laune vorprogrammiert. Mit viel Freude wurden die verschiedenen Tiere beobachtet und bestaunt. Besonders schön war es, den Tieren ganz nah zu kommen und einige von ihnen sogar zu streicheln. Dabei entstanden viele schöne Momente und so manches Lächeln.

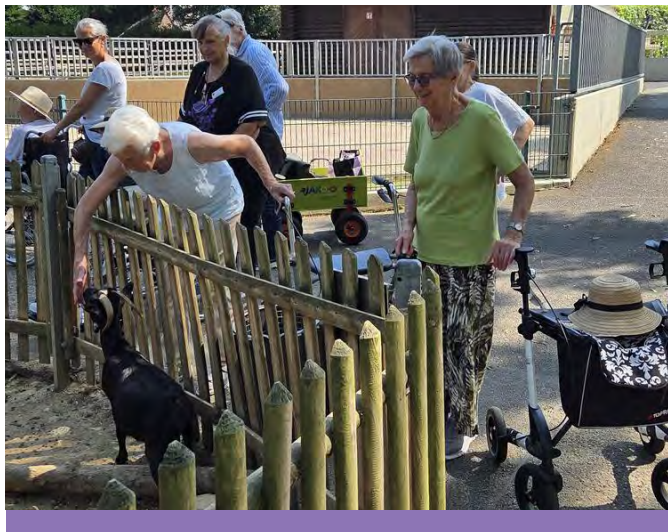
Frau Jantos hat keine Berührungsängste und streichelt liebevoll einen Esel

Zwischendurch blieb natürlich genügend Zeit, die sommerliche Atmosphäre zu genießen und sich in aller Ruhe umzuschauen. Der Tierpark bot dabei eine wunderbare Gelegenheit, gemeinsam Zeit in der Natur zu verbringen und den Alltag für ein paar Stunden hinter sich zu lassen.

Nach so vielen Eindrücken durfte eine gemütliche Pause natürlich nicht fehlen. Im Restaurant des Parks wurde für das leibliche Wohl bestens gesorgt und gemeinsam ließ man es sich richtig gut gehen: frisch gebackene Waffeln mit heißen Kirschen und Sahne bei einem kühlen Milchshake.
Am Ende waren sich alle einig: Dieser Ausflug war ein voller Erfolg! Sonnenschein,

„Genuss pur“ im Café des Tierparks. Größer hätten die Waffeln nicht sein dürfen.

Tiere, gutes Essen und vor allem die gemeinsame Zeit machten den Besuch im Odenkirchener Tierpark zu einem rundum gelungenen Sommertag, an den wir gerne zurückdenken. (hs)



Das Füttern der Tiere weckte Mutterinstinkte

Buntes Fest in der Hückelhovener City

Gemeinsam mit unseren Bewohnerinnen Frau Müller-Merkey, Frau Claßen-Buchholz und Frau Lurz machten wir uns auf den Weg zum Cityfest in Hückelhoven, um dort einen abwechslungsreichen und geselligen Nachmittag zu verbringen. Es gab viel zu sehen, zu entdecken und vor allem jede Menge Gesprächsstoff.

Unsere „Reise" begann auf dem kleinen Trödelmarkt. Zwischen alten Schätzen und allerlei Kuriositäten wurden Erinnerungen an vergangene Zeiten geweckt. Immer wieder hörte man ein fröhliches: „Das hatte ich auch!" – und schon zauberten angeregte Gespräche ein Lächeln auf die Gesichter.

Auch rund um die Hüpfburg gab es einiges zu beobachten. Das fröhliche Kinderlachen und die kleinen Abenteurer, die sich beim Klettern ganz groß und mutig fühlten, sorgten für so manches Schmunzeln. Gleichzeitig regten die Eindrücke dazu an, Erlebtes aus der Kindheit miteinander zu teilen.

Besonders beeindruckend war auch der handwerkliche Bereich. Selbstgemachter Schmuck, wunderschöne Kerzen und kreative Dekorationen zeigten, wie viel Schönes mit geschickten Händen entstehen kann. Mit großen Augen wurde gestaunt, bewundert und natürlich auch über eigene kreative Erfahrungen gesprochen.

Doch nicht nur zuzuschauen machte Freude: Das Cityfest lud auch zum Mitmachen ein. Das eine oder andere Spiel wurde kurzerhand ausprobiert – natürlich ganz nach dem Motto: Dabei sein ist alles!

Ein Highlight zum Abschluss war die Präsentation der Oldtimer. Hier leuchteten die Augen unserer Bewohnerinnen ganz besonders. Alte Fahrzeuge weckten Erinnerungen und plötzlich wurde aus dem gemeinsamen Bestaunen ein kleiner „Fachgesprächskreis". Mit viel Freude wurde Wissen über die Fahrzeuge ausgetauscht und die eine oder andere Anekdote erzählt.

Nach so vielen Eindrücken durfte natürlich auch das leibliche Wohl nicht zu kurz kommen. Den gelungenen Nachmittag ließen wir bei einer klassischen Currywurst mit Pommes ausklingen – schließlich musste der Hunger nach so einem erlebnisreichen Tag auch gestillt werden.

So wurde unser Besuch auf dem Cityfest zu einem rundum gelungenen Nachmittag voller Begegnungen, Erinnerungen, Gesprächen und gemeinsamer Freude. Ein schöner Ausflug, der einmal mehr gezeigt hat, wie wertvoll es ist, etwas gemeinsam zu erleben. (mlg)

Die Damen sind fasziniert von den Autos aus ihrer Zeit

Linda Kruzik: Qualitätsbeauftragte stellt sich vor

Hallo zusammen!

Mein Name ist Linda Kruzik und seit dem 01.05.2026 bin ich als Qualitätsbeauftragte in unserem Unternehmen tätig. Da ich mich inzwischen ein wenig eingelebt habe, möchte ich mich euch einmal persönlich vorzustellen und ein bisschen über mich erzählen.

Mein beruflicher Weg hat mich durch ganz verschiedene Bereiche im Gesundheits- und Pflegewesen geführt. Ich bin gelernte medizinische Fachangestellte (MFA), Pflegefachkraft (PFK). Darüber hinaus habe ich die Fachweiterbildung zur Pflegedienstleitung (PDL) absolviert. Durch diese verschiedenen Stationen durfte ich viele unterschiedliche Erfahrungen sammeln und habe dabei auch ganz verschiedene Blickwinkel auf den Berufsalltag kennengelernt. Genau diese Erfahrungen kann ich heute in meine Tätigkeit im Qualitätsmanagement einbringen.

Die Arbeit als Qualitätsbeauftragte ist für mich eine neue und spannende Herausforderung. Besonders interessant finde ich die Möglichkeit, Prozesse und Abläufe nicht nur aus einer theoretischen Sicht zu betrachten, sondern meine praktischen Erfahrungen einfließen zu lassen. Für mich bedeutet Qualitätsmanagement nicht, einfach nur zu kontrollieren, ob alles nach Vorgabe läuft. Viel wichtiger finde ich es, gemeinsam mit den Kolleg*innen Lösungen zu finden, Verbesserungspotenziale zu erkennen und Dinge, die vielleicht schon gut funktionieren, noch ein Stück besser zu machen. Dabei ist mir ein offener und ehrlicher Austausch sehr wichtig. Ich möchte gerne zuhören, Fragen stellen und natürlich meine Erfahrungen weitergeben. Gleichzeitig bin ich immer offen dafür, selbst Neues zu lernen.

Und wer bin ich privat?
Ich bin generell ein Mensch, der sehr gerne lacht. Humor gehört für mich einfach zum Leben. Ich finde, dass man nicht alles zu ernst nehmen sollte und dass ein gemeinsames Lachen manchmal die beste Möglichkeit ist, einen stressigen Tag ein bisschen leichter zu machen.

Auch im Berufsalltag finde ich eine positive Atmosphäre sehr wichtig. Natürlich gibt es Tage, an denen nicht alles nach Plan läuft und Herausforderungen anstehen.

Trotzdem versuche ich, mir meine positive Art zu bewahren. Ich gehe grundsätzlich offen auf Menschen zu und freue mich über nette Gespräche und neue Kontakte. Ich finde es schön, Menschen kennenzulernen, unterschiedliche Persönlichkeiten zu erleben und voneinander zu lernen.

Wenn ich mich mit ein paar Worten beschreiben müsste, würde ich sagen: Ich bin ein absoluter Familienmensch. Meine Familie steht bei mir an erster Stelle. Ich lebe gemeinsam mit meinem Mann und unserem Sohn in unserem eigenen Haus und genieße es sehr, Zeit mit der Familie zu verbringen. Für mich bedeutet Familie vor allem Zusammenhalt, füreinander da zu sein und gemeinsam schöne Momente zu erleben. Dabei müssen es nicht die großen Dinge sein. Oft sind es gerade die kleinen Momente im Alltag, die mir besonders viel bedeuten: gemeinsam essen, erzählen, lachen, einen gemütlichen Abend verbringen oder einfach Zeit füreinander haben.

Zu unserer Familie gehört außerdem unsere Hündin Charly. Natürlich darf sie bei einer persönlichen Vorstellung nicht fehlen. Sie ist unsere treue Begleiterin, die für jede Menge Bewegung und so manche Überraschung sorgt. Die gemeinsamen Spaziergänge gehören für mich zu den schönen

Dingen im Alltag. Gerade nach einem langen Arbeitstag genieße ich diese Zeit sehr. Ich kann einfach einmal durchatmen, abschalten und den Alltag für einen Moment hinter mich lassen.

Wenn ich in meiner Freizeit nicht gerade Zeit mit meiner Familie verbringe oder mit unserem Hund unterwegs bin, backe ich sehr gerne. Backen ist für mich mehr als nur etwas, das man täglich erledigen muss. Ich habe Spaß daran, neue Gerichte auszuprobieren, Rezepte zu testen und verschiedene Zutaten miteinander zu kombinieren. Besonders schön finde ich es natürlich, wenn anschließend alle gemeinsam am Tisch sitzen und das Essen genießen. Mit Backen verbinde ich vieles, was mir wichtig ist: Kreativität, Genuss und vor allem gemeinsame Zeit mit der Familie.

Sowohl privat als auch beruflich ist mir ein respektvoller und ehrlicher Umgang miteinander sehr wichtig. Ich gehe gerne auf Menschen zu und finde es schön, wenn man miteinander lachen, sich austauschen und auch einmal ungezwungen miteinander reden kann. Ich versuche, grundsätzlich positiv an Dinge heranzugehen und auch bei Herausforderungen gute Lösungen zu finden. Natürlich klappt nicht immer alles sofort und perfekt – aber ich glaube, dass eine positive Einstellung und ein gutes Miteinander vieles leichter machen können.

Gerade deshalb freue ich mich auf meine neue Aufgabe im Qualitätsmanagement. Ich möchte viele neue Menschen kennenlernen, gemeinsam lachen, Erfahrungen austauschen, mich einbringen, und natürlich auch gemeinsam etwas bewegen. In diesem Sinne: Auf eine schöne gemeinsame Zeit, eine gute Zusammenarbeit und viele positive Momente!
Lebensfrohe Grüße

Linda Kruzik

Sommerfeste im Haus Elisabeth

Was für ein Spaß! Ein hervorragendes Programm lud Bewohnende und ihre Angehörigen zum Sommerfest ins Haus Elisabeth nach Lieck ein. Die Mitarbeitenden des Soziale Dienstes und unsere Heimleitung haben wieder mal ihr Organisationstalent unter Beweis gestellt. Der Ablauf verlief, wie nicht anders zu erwarten, reibungslos und es war natürlich für alles gesorgt. Ein so engagiertes Team ist aller Ehren wert. Danke, für euren leidenschaftlichen Einsatz.

Das Event wurde von einer Bauchtanzgruppe, in der unsere Olga Gladka vom Sozialen Dienst mitwirkt, temperamentvoll eröffnet.

Außerdem trug der Kirchenchor Karken mit stimmungsvollen Liedern zur abwechslungsreichen Unterhaltung bei. Darüber freute sich besonders unsere Bewohnerin Frau Wambach, die früher mit in diesem Chor gesungen hat und von den ihr bekannten Sänger*innen eingeladen wurde, den Chor mit ihrer Stimme zu unterstützen. Und das war für sie ein großes Vergnügen.

Ein überraschend zahlreiches Publikum erfreute sich ebenfalls an der Darbietung der Dudelsackpfeifer. Unser Geschäftsführer Oliver Krings hat seine Leidenschaft für das Dudelsackspiel entdeckt und ließ uns an einem wunderbaren Auftritt teilhaben.

Natürlich glänzte auch unser Küchenteam. Mit schmackhaften Salaten, köstlichem Gegrillten und mit hervorragenden Hamburgern stellten sie, laut einigen Genießern, jeden McDonalds in den Schatten.

Erfrischende Getränke, Eis und Überraschendes aus der Cocktailbar rundeten das Angebot ab.

Wir bedanken uns bei allen, die mit ihrem Kommen dazu beigetragen haben, dass die Stimmung an diesem Nachmittag so unsagbar harmonisch, locker und fast so

traumhaft schön war wie Urlaub am Meer.

Hatte am Nachmittag noch unser Kuijpers-Eigener DJ für musikalische Unterhaltung gesorgt, so legten am Abend die Kolleg*innen selbst ihre Lieblingsmusik auf. Denn nach der Verabschiedung unserer Gäste und nachdem die Bewohnenden für die Nacht versorgt waren, ging das Fest für die Mitarbeitenden weiter. Das war eine Gaudi!

Noch lange spiekste der ein oder andere Bewohnende aus dem Fenster und gönnte uns unseren Spaß.

Ein köstliches Buffet sorgte für die nötige Kraft und das Durchhaltevermögen, denn es war doch ein langer Tag. Aber davon lassen sich feierfröhliche Mitarbeitende nicht abschrecken. Mit guter Laune bei Rock-, Pop-, Karnevals- und einigen anderen Musikrichtungen kam tolle Stimmung auf.

Die Erkenntnis aus diesem Feiertag für Bewohnende, Angehörige und Personal war klar: Wir gehen respektvoll miteinander um, meistern unsere Herausforderungen, und auch wenn nicht immer alles rund läuft gelingt es uns, das Wesentliche in den Vordergrund zu stellen und das Beste daraus zu machen. Wir alle zusammen schaffen ein gutes Klima für unsere Bewohnenden und für uns.

Wir sind ein gutes Team! (kj)

Energie

**Energie ist die Lebenskraft,
die unseren Tag bestimmt**

Ohne Energie fühlen wir uns, als wäre unser Tank leer. Leider können wir nicht mal eben zur Tankstelle fahren und ihn auffüllen. Und doch gibt es auch für uns Möglichkeiten, unsere Lebenskraft zu aktivieren.

Dabei spielt unser Schlaf eine wichtige Rolle. Im Schlaf verarbeiten wir unseren Tag und regenerieren unsere Ressourcen. Wer gut schläft, ist auf den kommenden Tag gut vorbereitet und kann ihn genießen.

Nicht zu unterschätzen sind auch die tägliche Aktivitäten und sogar die kleinen Bewegungen, die dazu beitragen, dass wir uns besser fühlen. Zwar macht uns Anstrengung auch müde, sie sorgt aber dennoch dafür, dass wir agil und leistungsfähig bleiben. Jede Bewegung schmiert unsere Gelenke. Doch nach der Aktion ist Entspannung eine wertvolle Abwechslung.

Eine gesunde Ernährung ist selbstverständlich für die Erhaltung der Lebensenergie unverzichtbar. Je abwechslungsreicher, um so besser. Je vielseitiger Sie essen, um so sicherer können Sie sein, mit allen möglichen wertvollen Nährstoffen wie Vitaminen, Ballaststoffen, Mineralstoffen, Proteinen und Fetten versorgt zu sein. Dazu gehört es natürlich auch, täglich ca. 1,5 Liter Wasser zu trinken. Essen und Trinken sind Energie pur.

Auch dem Waldbaden und Bäumeumarmen wird nachgesagt, eine besondere Energie freisetzen zu können. Nun: Schaden kann es jedenfalls nicht. Probieren Sie es einfach einmal aus. Vielleicht stärkt es auch Sie.

Und wenn das mit dem Waldbaden wirklich klappt, wie viel Energie wird dann wohl erst freigesetzt werden, wenn uns unsere Kinder und Enkel umarmen oder eine liebe Freundin oder ein lieber Freund? Die menschliche Zuwendung ist so kostbar für den persönlichen Antrieb. Liebe, Zuwendung und Kontakte bauen uns auf. Sie bringen Lebensfreude, Lebensmut, und Lebenskraft, Lebenswillen und folglich Lebensqualität.

Somit sind wir bei den seelischen Kraftstoffen angekommen, die neben den existenziellen nicht weniger wichtig sind.

Was macht das mit uns, wenn uns einer lobt?

Wie fühlen wir uns, wenn wir eine Herausforderung gemeistert haben?

Was geht in uns vor, wenn uns jemand zum Lachen bringt oder uns zu Tränen rührt?

Wir spüren uns. Wir werden mutig und blühen auf. Wir sprühen plötzlich förmlich vor Energie.

Es kann so einfach sein!.

(kj)

Lieblingsherbstrezept Bratapfelkuchen

Zutaten für den Teig:

150 g Butter
125 g Zucker
250 g Mehl
1 Ei
1/2 Päckchen Backpulver

Aus diesen Zutaten einen Teig kneten, in einer Backform auslegen und einen 3 cm hohen Teigrand ausformen.

Zutaten für die Füllung:

8 mittelgroße Äpfel
(Boskop oder Cox Orange)
3/4 l Sahne
1 Vanillepudding zum Kochen
125 g Zucker

Die Äpfel schälen, halbieren und wieder zusammenlegen. Die "ganzen" Äpfel auf den Teig stellen – einen in die Mitte und sieben darum herum.

Mit Sahne, Puddingpulver und Zucker einen Pudding herstellen und heiß zwischen die Äpfel gießen.

Anschließend den Kuchen bei 175 °C für eine Stunde in den Backofen schieben.

Lassen Sie es sich schmecken!

Keine Chance der Vergesslichkeit –

Bewohner entwickeln ihr eigenes Wörterbingo

Ein neues Bingospiel erobert das Seniorenhaus Witten-Stockum. Das Besondere daran: Die Idee stammt von unseren Bewohnenden selbst. Gemeinsam entwickelten sie ein Spiel, das ganz auf ihre Lebenswelt und den Alltag im Seniorenhaus zugeschnitten ist. So finden sich auf den Bingokarten Begriffe wie „Bewohnerbeirat", „Rollator" oder „Sommerfest".

Die Idee entstand nach einer gemeinsamen Bingorunde. Warum nicht einmal ein Bingo mit Begriffen aus dem eigenen Alltag gestalten? Im Rahmen der Gehirnjoggingrunde erzählten die Bewohner*innen schließlich Frau Silva vom Sozialen Dienst von ihrem Vorhaben. Die Mitarbeiterin war sofort begeistert und stellte der Gruppe verschiedene Möglichkeiten vor. Nach gemeinsamer Beratung fiel die Entscheidung schließlich auf ein Wörterbingo statt eines Geschichtenbingos.

Nun begann der eigentliche Entwicklungsprozess. Als kleine „Hausaufgabe" sammelten die Bewohnenden jede Menge Begriffe aus ihrem Alltag im Seniorenhaus. Über Wochen wurde überlegt, aufgeschrieben und ergänzt. Welche Orte, Personen, Veranstaltungen oder Gegenstände begegnen uns regelmäßig? Nach und nach entstand eine beeindruckende Liste mit mehr als 50 Wörtern, die Frau Silva in eine Bingovorlage übertrug. Dann erstellte sie entsprechende Karten. Doch damit war die Arbeit noch nicht beendet: Mit viel Engagement halfen die Bewohnenden beim Laminieren und Zuschneiden der Bingokarten.

Ausgedacht, gesammelt, gestaltet und selbst mit hergestellt: So entstand Schritt für Schritt das ganz eigene Wörterbingo des Seniorenhauses Witten-Stockum.

Was zunächst nach einem unterhaltsamen Zeitvertreib aussieht, bietet gleichzeitig zahlreiche Möglichkeiten zur geistigen Anregung. Die Begriffe stammen aus der vertrauten Lebenswelt unserer Bewohnenden und können Erinnerungen und Gespräche anregen. Fällt beispielsweise das Wort „Sommerfest", wird nicht nur das passende Feld gesucht. Schnell entstehen Gespräche wie: „Weißt du noch: die leckeren Früchtebecher im letzten Jahr?"

„Das Spiel regt den Sprachfluss an und weckt Emotionen", erklärt Frau Silva, Mitarbeiterin des Sozialen Dienstes. „Gerade für Bewohnende mit beginnenden kognitiven Einschränkungen kann diese Form des Worterkennens und Erinnerns eine schöne Möglichkeit sein, sich spielerisch einzubringen. Und das Wichtigste: Es gibt kein Richtig oder Falsch – es geht um das gemeinsame Erleben."

Das Wörterbingo macht deutlich: Gute Ideen entstehen dort, wo Menschen ihren Alltag gemeinsam gestalten – bei unseren Bewohnerinnen und Bewohnern. (vsm)

Zwei Praktika – zwei Generationen, viele neue Eindrücke

Zurzeit absolvieren zwei Praktikanten ihr Praktikum in der Seniorenresidenz am CAP. Obwohl zwischen ihnen ungefähr 40 Jahre Altersunterschied liegen, verbindet sie die Freude am Umgang mit Menschen.

Yvonne (54) macht ihr Praktikum im Rahmen ihrer Fortbildung zur Betreuungskraft im Sozialen Dienst. Nach 35 Jahren im Büro hat sie sich bewusst für einen beruflichen Neuanfang entschieden. Sie möchte ihre letzten Berufsjahre in einer sinnstiftenden Tätigkeit verbringen, bei der der Mensch im Mittelpunkt steht.

„Ich stehe morgens mit Freude auf und komme jeden Tag gerne hierher", erzählt sie. Besonders glücklich macht sie das Gefühl, den Bewohnenden Zeit zu schenken und ihnen schöne Momente zu bereiten. Auch wenn sich manche Menschen später vielleicht nicht mehr daran erinnern können, ist sie überzeugt: Das gute Gefühl bleibt. Für Yvonne steht fest: Sie hat ihren Herzensberuf gefunden.

Bennett (16) besucht das Heilig-Geist-Gymnasium und absolviert sein Schülerpraktikum im sozialen Bereich. Für die Seniorenresidenz am CAP hat er sich entschieden, weil seine Oma ganz in der Nähe wohnt und er gerne mit Menschen arbeitet. Sein Berufswunsch ist es, später Polizist zu werden. Zunächst konzentriert er sich auf den Umgang mit der älteren Generation. Spannend dürfte auch das werden.

Zu Beginn war Bennett von der ruhigen Atmosphäre, besonders beim Frühstück, überrascht. Da er bisher kaum Berührungspunkte mit einer Seniorenresidenz hatte, wirkte vieles zunächst ungewohnt. Doch schon nach kurzer Zeit änderte sich sein Blick. Heute erlebt er vor allem die Herzlichkeit der Bewohnenden, viele schöne Gespräche und die Lebensfreude, die trotz des hohen Alters spürbar ist.

Die beiden Praktikanten zeigen, dass ein Praktikum in jedem Lebensalter bereichernd sein kann. Ob als beruflicher Neuanfang oder als erster Einblick ins Arbeitsleben: Beide nehmen wertvolle Erfahrungen mit und bereichern mit ihrem Engagement den Alltag in unserer Seniorenresidenz am CarlAlexanderPark, kurz CAP.

Man lernt nie aus, aber immer dazu – und sich selbst immer besser kennen

Mit Bewegung zu mehr Gesundheit –
unser Bonusheft geht in die nächste Runde

Gesundheit am Arbeitsplatz liegt uns bei den Pflegediensten Kuijpers besonders am Herzen. Als BGM-Beauftragte freue ich mich immer wieder, zu sehen, wie viele Mitarbeitende unsere Gesundheitsangebote nutzen und aktiv etwas für ihr Wohlbefinden und ihre Gesundheit tun.

Ein fester Bestandteil unseres betrieblichen Gesundheitsmanagements ist inzwischen das Bonusheft. Im Aktionszeitraum vom 1. Juni 2025 bis zum 31. Mai 2026 konnten unsere Mitarbeitenden bei verschiedenen Angeboten wie BALLance-Kursen, Lauf- und Walkingrunden, Bewegungs- und Entspannungskursen sowie weiteren BGM-Aktionen Stempel sammeln. Ab acht Stempeln gab es einen „Heinsberg schafft mehr"-Gutschein, mit einem vollständig gefüllten Heft wartete zusätzlich die Chance auf tolle Gewinne.

Ich freue mich sehr, dass die Aktion auch in diesem Jahr wieder so gut angenommen wurde. Besonders schön finde ich, dass dabei nicht der Wettbewerb im Vordergrund steht, sondern die gemeinsame Bewegung und der Spaß daran, etwas für die eigene Gesundheit zu tun.

Den Abschluss bildete unsere Preisverleihung am 20. Juli 2026 in der Zentralverwaltung in Wassenberg. Über den ersten Platz und einen MyDays-Gutschein durfte sich Frau Rainers aus dem Haus Elisabeth freuen. Frau Frenken, ebenfalls aus dem Haus Elisabeth, gewann eine Smartwatch und Frau Schunk aus dem Haus Am Waldrand einen Reisegutschein.

Herzlichen Glückwunsch an unsere Gewinnerinnen!

Natürlich wurden auch die „Heinsberg schafft mehr"-Gutscheine an alle Mitarbeitenden verteilt, die erfolgreich an der Aktion teilgenommen haben. So konnten sich viele Kolleginnen und Kollegen über eine Anerkennung für ihr Engagement freuen.

Ich freue mich schon auf die nächste Bonusheftrunde. Die neuen Hefte für den Aktionszeitraum 2026/2027 liegen bereits in den Einrichtungen bereit. Wer Ideen für neue Gesundheitsangebote oder Aktionen hat, kann sich jederzeit gerne bei mir melden – ich freue mich über jede Anregung. Gemeinsam möchten wir bei den Pflegediensten Kuijpers Gesundheitsförderung fest in unseren Arbeitsalltag integrieren. Denn schon kleine Schritte können viel für das persönliche Wohlbefinden und die Gesundheit bewirken.

Bleibt gesund und aktiv
eure BGM-Beauftragte

Verena Rauschen

Sich fühlen wie früher

Die Sonne lädt geradezu dazu ein, sich mit einem leckeren Eisbecher zu verwöhnen. Und so packen Heike Schaake und Aleksandra Korab-Kuchta vom Sozialen Dienst die Autos mit möglichst vielen Bewohner*innen voll und kutschieren Richtung Eisdiele.

Frau Zerbe erzählt nachher: "Das war ein so schöner Nachmittag. Ich war, wegen meines kranken Beines, lange nicht mehr unterwegs, und ich habe es richtig genossen, mich so frei zu fühlen. Außerdem bekam ich am Sonntag eh keinen Besuch und da passte das genau. Wir haben so schön draußen gesessen, das Wetter war prima, nicht zu kalt, nicht zu heiß, und die Stadt war voller Menschen. Es gibt nichts Schöneres, als gemütlich irgendwo zu sitzen und sich die Leute anzugucken, die vorbeigehen. Na ja, der Eiscafé war auch nicht zu verachten. Er war sogar richtig lecker. Und jeder durfte sich aussuchen, was er wollte. Das war toll."
Auch Frau Plömacher ist begeister: "Ich liebe diese kleinen Ausflüge aus dem Heimalltag. Nicht, dass ich mich nicht wohlfühle. Im Gegenteil, das Haus Elisabeth ist mein Zuhause geworden. Aber als ich da so gemütlich mit den anderen zusammensaß, das Leben, die Leute, die Familien an mir vorbeiliefen und wir uns an den tobenden Kindern erfreut haben, habe ich mich dazugehörig gefühlt. Ich fühlte mich so normal, so wie früher, als aktiven Teil der Gesellschaft. Und wir waren alle sehr aktiv. Wir haben viel erzählt, zugehört und herzlich gelacht. Ich fühlte mich, wie ich in jung. Danke dafür!"

Aleksandra Korab-Kuchta und Heike Schaake waren sehr zufrieden mit sich und dem gelungenen Besuch im Eiscafé: "Es war ein sehr entspannter Nachmittag und für uns ist es immer eine Bestätigung, wenn unsere Leutchen sich so wohl fühlen und ihnen das Glück und ihre Unbeschwertheit in den Gesichtern geschrieben steht. Dann haben wir das richtige Programm, am richtigen Ort und zum richtigen Zeitpunkt ausgeführt.

Natürlich ist so ein Ausflug nicht jede Woche möglich, aber es soll ja auch etwas Besonderes sein. Und wir sind verständlicherweise um Abwechslung bemüht. So wird es auch in Zukunft weitere Auszeiten geben, von denen immer andere Bewohnende profitieren können. Jeder Ausflug ist auf die Möglichkeiten der entsprechenden Teilnehmenden abgestimmt, sodass alle mal auf ihre Kosten kommen. Und wenn wir immer so viel positive Resonanz bekommen wie im Eiscafé, dann ist das der beste Lohn für unsere Arbeit." (kj)

Die Highlights des Nachmittages sind Eis, Freiheit, Genuss und Sonnenschein

Gedanken über das Alter

Wer will nicht immer jung und glücklich sein
und leben ohne Sorgen,
ganz in den Tag hinein,
als gäb' es keinen Morgen?

Doch bleiben wir nicht immer jung,
es bleibt nur die Erinnerung.
Und wenn dich dann der Mut verlässt,
Wehwehchen geben dir den Rest.

Husten, Schnupfen, Heiserkeit,
ein kurzer Weg ist dir zu weit.
Oft liegen wir mittags noch im Bett,
nicht wundern, wenn wir dick und f... .

Muss so, mein Freund, das Alter sein?
Ich sag' nur heiter NEIN!
Und bleibe lieber Optimist.
Das Leben ist doch sonst nur trist.

Es hat doch, ohne Frage,
DER HERBST NOCH SCHÖNE TAGE!

©Karl Lieck

AOK

Geh mit deinem Schweine-hund Gassi.

Nachhaltig abnehmen: mit kostenlosen Bewegungs- und Gesundheitskursen der AOK.
Jetzt starten: **aok.de/kurse**

AOK. Die Gesundheitskasse.