



Der Weihnachts **Kurier**

Ausgabe Nr. 27 (Weihnachten 2024)



Herausgegeben vom »Louise-Schroeder-Tagespflegezentrum«
und dem »Tagespflegezentrum am Steigerhaus«



Liebe Gäste, sehr geehrte Angehörige,

sicher gab es schon bessere Tage als die jetzige Zeit. Wir befinden uns inmitten einer Welt mit vielen kleinen und großen Kriegen, und auch in unserem Land läuft nicht wirklich alles optimal. Die Ampelregierung versuchte noch das Beste zu erreichen, aber bei einem Bündnis von SPD, den Grünen und der FDP waren Meinungsverschiedenheiten zu Themen wie Wirtschaft, Energiewende und Migration absehbar. Nun kam es zum endgültigen Bruch der Koalition und Neuwahlen werden folgen. Bis dahin muss die noch bestehende Minderheitsregierung versuchen, das Beste daraus zu machen. Was die Zukunft bringt, ist also mehr als fraglich, vor allem da sich Staaten in Europa und jetzt auch Amerika in Richtung Rechtspopulismus bewegen. Unzufriedenheit und Meckern geht natürlich immer und ist auch nicht schwer, aber konstruktiv ist das nicht. Vertrauen wir darauf, dass es die demokra-

tischen Parteien in Deutschland nach den Neuwahlen schaffen, sich zu einer handlungsfähigen Koalition zusammenzuschließen, um gemeinsam die Probleme unserer Zeit anzugehen.

Nichtsdestotrotz feiern wir auch in diesen Zeiten Weihnachten — und das sollten wir auch wie gewohnt ausleben. Die Werte, die Weihnachten vermittelt, bestehen für immer: Familie, Nächstenliebe, Zusammenhalt, sich gegenseitig unterstützen. Dieses sollte der gemeinsame Nenner unseres Zusammenlebens sein und eben nicht nur zu Weihnachten gelten.

In diesen Zusammenhang passt sehr gut, dass unsere Alteneinrichtungen sich seit diesem Jahr hinter dem „bunten Adler“ der Stadt Oberhausen eingereiht haben. „Der bunte Adler“ ist die Symbolfigur der Kampagne „Vielfalt ist unsere Heimat“ und steht für Zusammengehörigkeit aller Menschen (in Oberhausen), unabhängig von ihrer Heimat. Ein gutes





Miteinander ohne Hass und mit Akzeptanz des Gegenübers ist die Basis einer jeden Demokratie. Als sichtbares Zeichen werden alle unsere Einrichtungen im Eingangsbereich mit dem „bunten Adler“ der Vielfalt ausgestattet.

Aus dem Tagesgeschäft können wir berichten, dass die bisher erfolgten externen Qualitätsprüfungen gut vonstattengegangen sind. Hierzu zählen der Medizinische Dienst und die Heimaufsicht, die die Qualität der erbrachten Leistungen beurteilen. Sie prüfen also, ob es den Tagespflegegästen bei uns gut ergeht. In beiden Tagespflegezentren haben wir wieder mit sehr guten Beurteilungen abgeschnitten. Die Arbeit mit und für unsere Tagespflegegäste wurde erneut durchweg positiv bewertet. Besonders hervorgehoben wurden einmal mehr unsere vielfältigen Aktivitäten: Neben den gewohnten jahreszeitlichen Festivitäten (Karnevalsfeier, Maifeier, Sommerfest, Herbstfest bzw. Oktoberfest, Weihnachtsfeier) bildeten weitere verschiedene Ausflüge die Höhepunkte. So fuhren wir u.a. zum Schmücker Hof, zum SEA LIFE, zur Fronleichnamskirmes und zum BERO-Center. Besonders beliebt war auch in diesem Jahr unsere „Kaffeefahrt“ ins niederländische Venlo, bei der jedes Mal viele Erinnerungen geweckt werden. Fester Bestandteil sind die Besuche auf dem Weihnachtsmarkt am Centro als stimmiger weihnachtlicher Jahresabschluss. Eine Be-

sonderheit ist seit Herbst dieses Jahres unser Kinoangebot. Wir besuchen die Lichtburg in Oberhausen und können uns dort aktuelle Filme sowie beliebte Klassiker anschauen. Die Zusammenarbeit mit dem Kino ist hervorragend, so gibt es sogar Kaffee und Kekse gratis zum Film dazu!

Diese Angebote sind Höhepunkte unseres täglichen Zusammenseins, das sich ansonsten in eingespielten und verlässlichen Bahnen bewegt. Verlässlichkeit ist unser oberstes Ziel: Wir möchten unseren Gästen und ihren Angehörigen vor allem Verlässlichkeit bieten. Dass Sie als Angehörige ihre Familienmitglieder bei uns in guten Händen wissen, ist für uns der Ansporn, diese Qualität jedes Jahr aufs Neue einzuhalten.

Das Team im **Louise-Schroeder-Tagespflegezentrum** besteht aus der bewährten Leitung Andreas Bechert, Jörn Beuckmann, Cordula Scheier und unserer Betreuungsassistentin Ilona Grenzfeld. Ein besonderer Dank gebührt an dieser Stelle Elke Reimann, die seit Jahren ehrenamtlich die Tagespflegegäste mit ihrem Akkordeon erfreut und uns auch auf Ausflügen unterstützt. Dafür danken wir ebenfalls Belinda Blank.

Das **Tagespflegezentrum am Steigerhaus** wird geleitet von Elzbieta Jabkowski. Die weiteren Mitarbeitenden sind Marco Bianco, Michaela Kienelt, Ingrid Laskowki und in der Betreuungsassistenz Ruth Becker. Besonderer Dank gilt hier noch Evi-Nora Dungs, die seit ihrer Verrentung ehrenamtlich unsere Tagespflege bei Feiern und auf Ausflügen unterstützt. Als Altenpflegerin in Vollzeit unterstützt Anne Schmal beide Tagespflegezentren im wöchentlichen Wechsel.

Gemeinsam werden wir in beiden Tagespfleeinrichtungen weiterhin dafür sorgen, dass Sie sich als unsere Gäste wohl bei uns fühlen und auch 2025 gerne zu uns kommen. Dafür werden wir Tag für Tag unser Bestes geben, damit für uns alle das kommende Jahr zu einer gemeinsamen, schönen Zeit wird.

IMPRESSUM

ASO Alteneinrichtungen der Stadt Oberhausen gGmbH
Elly-Heuss-Knapp-Straße 3, 46145 Oberhausen
Vertretungsberechtigte Geschäftsführerin: Petra Stecker

Tel: 0208 691-201

E-Mail: petra.stecker@aso-ggmbh.de

Redaktionelle Erstellung, Text & Fotos:

Andreas Bechert, Pflegedienstleitung Louise-Schroeder-Tagespflegezentrum

Redaktionelle Begleitung: CONTENT NEWS (Jens Knetsch, jck)

www.content-news.de, Tel. +49 173 5830661

Layout & Satz: Georg Partes, www.mediendesign-nrw.de

Fotos: ASO gGmbH, Depositphotos



Im Dezember feiern folgende Gäste Geburtstag - wir gratulieren:

| | |
|---------------------------|------------|
| Frau Ingrid Fortkort | 4.12.1946 |
| Herr Hans-Jürgen Hillmann | 8.12.1943 |
| Herr Helmut Bastians | 15.12.1935 |
| Frau Hannelore Otte | 19.12.1945 |
| Herr Kurt Hansen | 24.12.1936 |
| Frau Brigitte Bonkhoff | 29.12.1944 |

Zu Ihrer Information - bitte beachten Sie:

Beide Tagespflegezentren sind an Heiligabend, am 1. und 2. Weihnachtstag sowie an Silvester geschlossen. An allen anderen Wochentagen sind sie normal geöffnet, auch „zwischen den Tagen“.



180 Jahre: Doppelter 90. Geburtstag!

Sozusagen ein doppelter 90. Geburtstag konnte in der Tagespflege der Alteneinrichtungen der Stadt Oberhausen gefeiert werden: Gemeinsam konnten Wilma Kalus und Norbert Schnapka auf ihren 90. Geburtstag anstoßen. Beide besuchen das Louise-Schroeder-Tagespflegezentrum der ASO gGmbH und feierten dort ihre Ehrentage, die nur einen Tag auseinanderliegen. Sie hatten beschlossen, gemeinsam mit den anderen Tagespflegegästen dieses besondere Ereignis in der vertrauten Gemeinschaft zu begehen.

Liebe Gäste und Angehörige,



Eigentlich ist es unfassbar: Mit der 27. Ausgabe des Weihnachts-Kuriers für das »Louise-Schroeder-Tagespflegezentrum« und das »Tagespflegezentrum am Steigerhaus« setzen wir nicht nur eine gute Tradition fort, sondern geben auch hier - wie im Alltag - ein wichtiges Zeichen für Beständigkeit.

Andreas Bechert gilt erneut mein Dank. Er kümmert sich in einer nicht enden wollenden liebevollen Art um diese jährliche Chronik. Und glauben Sie mir: Es ist erneut jede Menge persönliches Engagement, viel Liebe zum Detail und so manche Stunde Arbeit in dieses neue Heft eingeflossen, welches 2024 auch wieder neue Maßstäbe setzt.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen und Stöbern dieser Ausgabe sowie Ihnen allen ein schönes und besinnliches Weihnachtsfest, verbunden mit den besten Wünschen für das neue Jahr!

Petra Stecker (Geschäftsführerin ASO gGmbH)



Bastelanleitung für beleuchtete Flaschen

Ein schönes Geschenk für Jung und Alt

Material:

1 klare Weinflasche,
1 Motivserviette,
eine kleine Menge flüssigen Kleber oder Kleister,
Acrylfarbe passend zu dem Serviettenmotiv,
1 Stück Schwamm zum Farbe tupfen,
1 Korkenlichterkette je nach Größe der Flasche,
20 - 40 Lichter (im Bastelbedarf oder bei KIK,
Action oder Woolworth)

Anleitung - Arbeitszeit: ca. 1 Stunde:

Von der Serviette die oberste bedruckte Schicht ablösen, das Motiv zackig ausreißen.

Die Flasche auf den Tisch legen und das gerissene Motiv glatt auflegen. Dann leicht mit Kleber bestreichen, bis die Serviette hält.

Trocknen lassen!

Mit dem Schwamm die Acrylfarbe aufnehmen und die Flasche rund um das Motiv dünn be tupfen, bis kein klares Glas mehr zu sehen ist. Anschließend trocknen lassen!

Dann die Lichterkette und den Korken in die Flasche stecken. Nach Wunsch kann auch der Korken mit Acrylfarbe gestrichen werden. Der Flaschenhals kann auch mit Bändern oder Bast verziert werden.

Ruth Becker
(Tagespflegezentrum
am Steigerhaus)



Frau Reißmann und Frau Krüger bei der Bastelarbeit (v.l.n.r.).



„Einkaufen wie früher“... *auf dem Schmücker Hof*



Als tagespflegeübergreifendes Angebot haben wir in diesem Sommer mehrmals den Schmücker Hof in Bottrop Kirchhellen besucht. Auf diesem familiengeführten Landgut werden seit 1824 naturbelassene Erzeugnisse aus eigenem Anbau und der heimischen Umgebung (u.a. Äpfel, Birnen, Erdbeeren, Spargel, Blaubeeren, Kartoffeln) angeboten. Im Hofcafé und im Restaurant lässt es sich vom Frühstück bis zum Mittagessen nach Herzenslust einkehren und im benachbarten Hofladen nach eigenen Wünschen einkaufen. Davon machten unsere Gäste regen Gebrauch, erinnert der Hofladen doch sehr an das Einkaufen von früher. Nach einem hausgemachten Stück Kuchen und einer leckeren Tasse Kaffee

ging es frisch gestärkt wieder zurück in die Tagespflege. Seit 2015 kann man sich auf dem Schmücker Hof sogar standesamtlich trauen lassen, von diesem Angebot wurde jedoch von unseren Gästen Abstand genommen...



Frau Schwarz, Frau Fortkort, Frau Knierim, Frau Sailer, Frau Bartlock, Frau Tyborczik und Frau Otterpohl aus unseren beiden Tagespflegen (v.l.n.r.).

Besinnliche Gedichte



Weihnachtszeit

von Hoffmann von Fallersleben

O schöne, herrliche Weihnachtszeit,
was bringst du Lust und Fröhlichkeit!
Wenn der heilige Christ in jedem Haus
teilt seine lieben Gaben aus.

Und ist das Häuschen noch so klein,
so kommt der heilige Christ hinein,
und alle sind ihm lieb wie die Seinen,
die Armen und Reichen, die Großen und Kleinen.

Der heilige Christ an alle denkt,
ein jedes wird von ihm beschenkt.
Drum lasst uns freu'n und dankbar sein!
Er denkt auch unser, mein und dein!

Gefunden von Marianne Keller
(Tagespflegezentrum am Steigerhaus)



Zum 24. Dezember

von Theodor Fontane

Noch einmal ein Weihnachtsfest
Immer kleiner wird der Rest
Aber nehm' ich so die Summe
Alles Grade, alles Krumme
Alles Falsche, alles Rechte
Alles Gute, alles Schlechte
Rechnet sich aus all dem Braus
Doch ein richtig Leben heraus
Und dies können ist das Beste
Wohl bei diesem Weihnachtsfeste

Gefunden von Heinz Ingenfeld
(Tagespflegezentrum am Steigerhaus)



Virtuelle Reisen oder Spiele: Das Prowise-Board aktiviert alle!

Die Alteinrichtungen der Stadt Oberhausen gGmbH gehen seit Jahren den Weg der Digitalisierung. Seit Mitte diesen Jahres verfügen wir in unseren Einrichtungen über zwei digitale Prowise-Boards. Diese Boards sind eine interaktive Tafel, ein digitaler Bildschirm, den man sich wie einen riesigen Fernseher vorstellen kann.



Mit diesem Board kann man Filmklassiker, alte Wochenschauen, Werbungen aus den 50ern und vieles mehr anschauen. Das alles in groß und in Kinoqualität. Darüber hinaus lassen sich mittels Google Earth virtuelle Reisen an alte und aktuelle Wohnorte unserer Gäste oder beliebte Feriendomizile unternehmen. Das Erstaunen unserer Gäste ist jedes Mal groß. Des Weiteren lässt sich die Touchscreen-Funktion des Boards wie eine „normale“ Tafel nutzen. So können Gedächtnistraining wie z.B. Montagsmaler, „Galgenmännchen“, Anagramme u.ä. angeboten werden. Das natürlich auch in verschiedensten Farben, die Möglichkeiten sind scheinbar unerschöpflich.

Schlussendlich lässt sich das Board durch Umklappen zu einem Tisch „verwandeln“, an dem gleich vier Personen Platz nehmen können und auf dem virtuellen Spielfeld verschiedene Aktivierungen spielen können.



Dieses ist am ehesten mit virtuellen Brettspielen zu vergleichen. Was für eine tolle Möglichkeit!



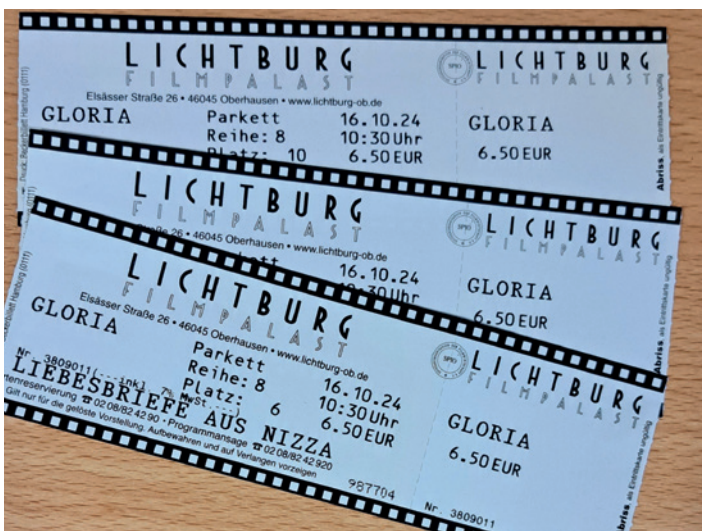
Lichtburg: Vorhang auf - Film ab!



Späßige Auszeit im Kino: Hr. Weitun, Frau Schroeder, Frau Weiß, Frau Linneman, Herr Förster (von hinten) und Frau Bollenbach

Große Begeisterung kam bei unseren Tagespflegegästen bei unseren Kinobesuchen in der Lichtburg auf. Bei den Filmen „Alles Fifty Fifty“ mit Laura Tonke und Moritz Bleibtreu und „Thelma – Rache war nie süßer“ blieb kein Auge trocken. Teilweise vor Rührung, aber auch vor Lachen. Viele unserer Besucher waren schon seit vielen Jahren nicht mehr in der Lichtburg. Es kam Gänsehaut-Atmosphäre auf. Einhellige Meinung war: „Oh, viel hat sich hier ja nicht geändert und das ist schön so“. Wir werden jetzt immer mal wieder Ausflüge in das Kino in Oberhau-

sen-Stadtmitte unternehmen, das Team der Lichtburg empfängt uns stets mit offenen Armen. Vielen Dank dem Kino hierfür an dieser Stelle.



Fit und Gesund durch den Winter

Es ist wieder soweit und die kalte Jahreszeit hat Einzug gehalten. Eines vorweg, eine Erkältung ist keine Grippe (Influenza), sondern ein grippaler Infekt, d.h. eine Infektion der oberen Atemwege durch Atemwegsviren (Rhinoviren). Umgangssprachlich zwar oft gleichgesetzt wird eine „richtige“ Grippe durch Influenzaviren ausgelöst und beginnt sofort mit starken Körperschmerzen und Fieber. Eine „einfache“ Erkältung hingegen ist auch eine Virusinfektion, sie beginnt aber eher langsam und mit mildereren Symptomen mit leicht erhöhter Temperatur, aber keinem Fieber ($>38,5^{\circ}\text{C}$).

Erkältete Menschen fühlen sich „schlapp“, sind aber meistens nicht schwer krank und brauchen auch in der Regel keinen Arzt. Die Beschwerden klingen meistens nach wenigen Tagen wieder ab. Dennoch ist eine Erkältung lästig. Folgendes hilft zur Vorbeugung:



Frische Luft: Täglich frische Luft ist sehr wichtig, da beheizte und trockene Wohnräume schlecht für die Schleimhäute sind, diese sollte man feucht halten. Daher im Schlafzimmer eher nicht heizen und immer mal wieder stoßlüften.

Bewegung: Auch im Alter sollte man sich viel bewegen, regelmäßige Spaziergänge (auch mit Rollator) sollten täglich unternommen werden.

Gesunde Ernährung: Ausreichend trinken ist in jedem Alter wichtig und beim Essen auf Vitamine zu achten. Allgemein wird eine mediterrane Ernährung befürwortet, d.h. wenig Fleisch, gute Öle, viel Gemüse und Obst. Bei Alkohol sollte man vorsichtig sein auch wenn der Glühwein im Winter noch gut schmeckt.

Abstand halten: Häufig steckt man sich an, wenn man angestrichelt oder angehustet wird. Die aus der Coronazeit bekannten „Regeln“ wirken immer gut: Abstand halten, häufiges Händewaschen, „Niesetikette“ und beim Husten die Armbeuge vorhalten. Auch sollte der Kontakt mit den eigenen Schleimhäuten vermieden werden, d.h. sich nicht an Nase und Augen reiben.

Wenn man sich trotz allem erkältet hat, dann sollte man sich schonen! Die Schleimhäute sind weiter feucht zu halten. Tipp: Viel trinken und eine leckere warme Suppe zu sich nehmen.

Bei einem grippalen Infekt helfen aus der Apotheke Lutschpastillen (Halsschmerzen), Nasensprays (Schnupfen), Hustenstiller (nächtlicher Husten), Hustenlöser (Husten tagsüber) und als Schmerzmittel Paracetamol.



WICHTIG: Die Medikamente helfen nicht direkt gegen die Erkältungserreger, sie lindern nur die Symptome. Falls die Erkältung nach vier Tagen nicht abgeklungen ist oder Fieber hinzukommt, sollte eine Ärztin oder ein Arzt aufgesucht werden.



Ein Mädchen mit schwarzen Haaren

Der Tag war hässlich. grau, fast lichtlos, mit tiefhängenden Regenwolken über der Stadt. Es nieselte. Im Autobus der Linie 12 herrschte Gedränge. Feuchtigkeit, aus Kleidern aufsteigend, machte die Luft schwer, stickig und dumpf.

Das Mädchen hatte schwarze Augen, schwarze Haare und einen dunkel getönten Teint. Es mochte 12 Jahre alt sein oder drum herum. Es war hübsch. In einer engen Kurve legte sich der Omnibus unvermutet schräg, die Menschen, die für einen Moment keinen Halt fanden, wurden durchgeschüttelt. Plötzlich schrie eine Frau die neben dem Mädchen stand laut gellend: „Sie hat mich gestoßen! Sie hat mich geboxt, das freche Ding, das ausländische“. Die Frau war mittleren Alters, sie war gut gekleidet, gepflegt. Eine reife Schönheit. Die Passagiere schauten betreten zu Boden oder starrten auf die von Feuchtigkeit beschlagenen Scheiben. „Unerhört so was“, die Frau steigerte sich sichtlich in Wut. „Von diesem Ausländergesindel muss man sich herumschubsen lassen. Fahrer, bitte anhalten! Werfen sie die Unverschämte raus. Hören sie Fahrer! Das Ausländerbalg hat kein Recht, anständige Bürger zu belästigen. Sie soll zu Fuß gehen. Das muss sie dort, wo sie herkommt, auch tun. Fahrer, sie sollen halten! Ich verlange, dass sie die unverschämte Ausländergöre von der Weiterfahrt ausschließen.“



Die Leute neben ihr drehten sich zur Seite, wiesen ihr den Rücken zu. Die Verlegenheit war offenkundig, aber niemand sagte etwas. Nur das kleine Mädchen setzte zum Sprechen an. Vielleicht wollte sie etwas erklären oder sich für den unverschuldeten Rempeler entschuldigen. Doch nach dem unbändigen Wutausbruch der Frau schwieg auch sie. Mit großen schwarzen Augen voller Angst und Ratlosigkeit starrte sie auf die Schreiende. „Ja, hilft mir denn niemand?“ Die Frau giftete in einem unnatürlich hohen Tonfall. „Ist eine anständige deutsche Frau in diesem Land wehrlos dem Angriff eines dahergelaufenen Fratzen ausgesetzt! Fahrer, in welchem Land leben wir eigentlich? So halten sie doch endlich, sie sollen die Un-



gezogene hinausweisen!“ Der Omnibus bremste, Haltestelle. Der Fahrer drehte sich um. Er schob seine Mütze in den Nacken, so dass sein volles, blondes Haar darunter hervorschaute. Er war noch jung. „Das Mädchen bleibt da!“, sagte er kurz und knapp „Es ist meine Tochter.“ Die Gesichtszüge der Frau schienen sich zu versteinern, das Wort hatte sie getroffen wie ein Hieb, sie rang nach Luft, wollte etwas sagen, vielleicht neuerlich schreien, aber die Stimme versagte ihren Dienst. Aus ihrem Körper schien plötzlich alle Spannung gewichen, erschlafft stand sie einen Moment unentschlossen, dann sprang sie in einem Augenblick bevor die Türen zischend schlossen aus dem Autobus. Sie entschwand den Blicken der Zurückgebliebenen im regengrau der Straße. Wie ein Aufstöhnen der Erleichterung ging es durch den Wagen. An der Endhaltestelle, die letzten Fahrgäste hatten das Fahrzeug verlassen, kam das Mädchen nach vorne zum Fahrer. Es deutete einen Knicks an, eine Hand kam zaghaft auf ihn zu. „Danke!“, sagte das Mädchen. Mehr brachte es in ihrer Aufregung nicht heraus. „Ist schon gut“, sagte der Fahrer und nahm ihre Hand. Dann lachte er sie an. „Ich habe tatsächlich eine Tochter, wirklich“, sagte er. „Ihr werdet ungefähr gleich alt sein, und sie hat fast so schöne Augen wie du...“



Gefunden von Renate Bollenbach
(Louise-Schroeder-Tagespflegezentrum).



Wünsche zum neuen Jahr



*Ein bisschen mehr Friede und weniger Streit
Ein bisschen mehr Güte und weniger Neid
Ein bisschen mehr Liebe und weniger Hass
Ein bisschen mehr Wahrheit – das wäre was*

*Statt so viel Unrast ein bisschen mehr Ruh
Statt immer nur „Ich“ ein bisschen mehr „Du“
Statt Angst und Hemmung ein bisschen mehr Mut
Und Kraft zum Handeln – das wäre gut*

*In Trübsal und Dunkel ein bisschen mehr Licht
Kein quälendes Verlangen, ein bisschen Verzicht
Und viel mehr Blumen, solange es geht
Nicht erst an Gräbern – da blüh'n sie zu spät*

*Ziel sei der Friede des Herzens
Besseres weiß ich nicht*

Peter Rosegger (1843 – 1918)

*Gefunden von Fr. Isolde Dahms
(Tagespflegezentrum am Steigerhaus)*

