

Mein Zuhause

HAUSZEITUNG SENIORENZENTRUM AN DER ELZ

Ausgabe 1/2023



Der Frühlingsbeginn

Ein kleiner Überblick über die unterschiedlichen Definitionen des Frühlingsanfangs

Das Osterfest

Woher hat das Fest seinen Ursprung und warum feiern wir diese Tage?

Die Alltagsbegleitung

Unser Alltagsbegleiter-Team stellt sich vor und berichtet über seine Arbeit

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner

*Leise zieht durch mein Gemüt
Liebliches Geläute.*

*Klinge, kleines Frühlingslied,
Kling hinaus ins Weite.*

*Kling hinaus, bis an das Haus,
Wo die Blumen sprießen.*

*Wenn du eine Rose schaust,
Sag, ich lass sie grüßen.*



Antje Kössl-Janssen M.Sc.
Geschäftsführerin

Mit diesem schönen Frühlingsgedicht von Heinrich Heine möchte ich Sie herzlich zur Frühlingsausgabe unserer Hauszeitung begrüßen. Endlich ist es soweit: Der Winter verabschiedet sich und es wird wieder wärmer. Der beginnende Frühling ist eine wunderbare Zeit des Jahres, die von vielen Menschen sehnsüchtig erwartet wird. Die Tage werden länger, das Wetter wird milder und die Natur beginnt zu erblühen. Die wärmeren Temperaturen, der Duft von frischem Gras und blühenden Blumen sowie die längeren Tage können gerade für ältere Menschen eine erhebliche Verbesserung ihres Wohlbefindens bedeuten.

Unsere Alltagsbegleiter im Seniorenzentrum An der Elz haben wieder viele tolle Ideen zum Frühlingsbeginn und bieten Aktivitäten an, die auf den Frühling und Ostern abgestimmt sind, wie zum Beispiel Spaziergänge, Basteln, Ausflüge, Feste und Gottesdienste. Diese Aktivitäten fördern den sozialen Austausch, die geistige Stimulation und die körperliche Beweglichkeit und bringen neue Energie und Anregung in Ihren Alltag. Genießen Sie die Frühlingsmonate!

Die nächste Ausgabe erscheint im Juli 2023.
Viel Spaß beim Lesen des Heftes wünscht Ihnen

Antje Kössl-Janssen M.Sc.
Geschäftsführerin



Der Frühlingsbeginn 2023

Wann beginnt denn nun der Frühling? Am 19. März, 20. März, 21. März – oder 1. März?
Ein kleiner Überblick über die unterschiedlichen Definitionen des Frühlingsanfangs.

Kalendarischer Frühlingsbeginn

Am 20. März 2023 um 22:24 Uhr mitteleuropäischer Zeit (MEZ) hat der Frühling auf der Nordhalbkugel der Erde begonnen, also auch in Deutschlands. Das kalendarische Frühjahr startet immer zur sogenannten „Frühlings-Tagundnachtgleiche“, wenn die Sonne genau über dem Äquator steht und Tag und Nacht gleich lang sind. Diese tritt jedoch nicht jedes Jahr am selben Datum auf. In der mitteleuropäischen Zeitzone, zu der auch Deutschland gehört, findet die Frühlings-Tagundnachtgleiche in den nächsten Jahrzehnten immer am 20. März statt. Im letzten Jahrzehnt fiel sie zuletzt auf den 21. März und im Jahr 2048 wird sie erstmals auf den 19. März fallen.

Meteorologischer Frühlingsbeginn

Gemäß der meteorologischen Definition beginnt der Frühling am ersten Tag des Monats, in dem der kalendarische Termin stattfindet. In diesem Jahr hat der meteorologische Frühlingsbeginn somit bereits am 1. März 2023 begonnen. Meteorologen nutzen diese Definition aus statistischen Gründen, um die vier Jahreszeiten unabhängig vom Wetter immer in volle drei Monate einzuteilen. Der Frühling wird somit in die Monate März, April und Mai unterteilt.

Phänologischer Frühlingsbeginn

Neben den beiden starren Definitionen gibt es auch eine flexiblere Methode, um den Frühlingsbeginn festzulegen: Der phänologische Frühlingsanfang richtet sich danach, wie weit Pflanzen und Tiere im jeweiligen Jahr entwickelt sind und sich verhalten. Der phänologische Kalender unterscheidet insgesamt zehn Jahreszeiten und teilt den Frühling in Vorfrühling, Erstfrühling und Vollfrühling auf. Die Blüte der Haselnuss ist zum Beispiel ein Anzeichen für den Vorfrühling. Da sich der phänologische Frühlingsbeginn nicht genau vorhersagen lässt, kann er sich je nach Jahr nach vorne oder hinten verschieben.

Aber egal wie auch immer der Frühlingsanfang definiert wird, wir freuen uns über diese wunderbare Zeit des Jahres, in der die Natur zu neuem Leben erwacht und die warme Sonne unsere Herzen erwärmt.



Das Osterfest

Gründonnerstag, Karfreitag und Ostersonntag sind die wichtigsten Feiertage im Kirchenjahr und Ostern ist neben Weihnachten das wichtigste Fest im Jahreskreislauf. Ganz Deutschland feiert mit Familie und Freunden mit Ostereiern und Osterhasen. Aber woher hat das Fest seinen Ursprung und warum feiern wir diese Tage?

Warum feiern wir Ostern?

Ostern ist das wichtigste Fest im christlichen Kalender und wird gefeiert, um die Auferstehung von Jesus Christus zu feiern. Die christliche Tradition besagt, dass Jesus Christus am Karfreitag gekreuzigt und am dritten Tag, dem Ostersonntag, von den Toten auferstanden ist. Die Auferstehung von Jesus Christus ist ein zentrales Ereignis im christlichen Glauben und symbolisiert den Sieg über den Tod und das ewige Leben. Durch seinen Tod und seine Auferstehung hat Jesus Christus nach dem Glauben der Christen die Sünden der Menschheit gesühnt und den Weg zum Heil und zur Erlösung eröffnet.

Ostern ist daher ein Fest der Freude, des Dankes und der Hoffnung für Christen auf der ganzen Welt. Es ist auch eine Zeit der Versöhnung und der Vergebung, in der die Christen aufgefordert werden, ihre Beziehungen zu Gott und zu ihren Mitmenschen zu vertiefen und zu erneuern.



Wann wird Ostern gefeiert?

Ostern wird jedes Jahr an einem anderen Datum gefeiert, aber immer zwischen dem 22. März und dem 25. April. Der genaue Termin von Ostern wird durch den Mondkalender bestimmt und fällt immer auf den Sonntag nach dem ersten Frühlingsvollmond. Das bedeutet, dass Ostern frühestens am 22. März und spätestens am 25. April gefeiert wird. In der Regel fällt das Osterfest jedoch auf einen der Sonntage zwischen dem 22. März und dem 25. April.

Um das genaue Datum von Ostern jedes Jahr zu bestimmen, gibt es einen komplizierten Algorithmus, der als Osterformel bekannt ist und von der Kirche festgelegt wurde. Das genaue Datum von Ostern kann also von Jahr zu Jahr unterschiedlich sein, aber es fällt immer auf einen Sonntag und ist das wichtigste Fest im christlichen Kalender.





Was ist an den einzelnen Ostartagen laut Bibel passiert?

Palmsonntag

Am Palmsonntag zog Jesus auf einem Esel in Jerusalem ein, begleitet von einer jubelnden Menge, die Palmzweige schwenkte und „Hosanna“ rief. Dies erfüllte die Prophezeiung, dass der Messias in Jerusalem einziehen würde. Jesus trieb die Händler aus dem Tempel und heilte Kranke. Der Einzug Jesu in Jerusalem markierte den Beginn der Karwoche, die mit seinem Tod und seiner Auferstehung endete.

Gründonnerstag

Am Gründonnerstag feierte Jesus das letzte Abendmahl mit seinen Jüngern und verkündete, dass einer von ihnen ihn verraten würde. Nach dem Abendmahl betete er im Garten Gethsemane und wurde von Judas verraten und verhaftet. Er wurde dann vor dem Sanhedrin verhört und von Petrus dreimal verleugnet. Schließlich wurde Jesus von Pilatus zum Tod am Kreuz verurteilt und gekreuzigt.

Karfreitag

Am Karfreitag wurde Jesus zum Tod am Kreuz verurteilt. Zuvor war er von den römischen Soldaten geißelt, mit Dornen gekrönt und verspottet worden. Jesus musste sein Kreuz zum Hügel Golgatha tragen, wo er gekreuzigt wurde. Während seiner Kreuzigung erlitt er unvorstellbare Qualen und rief

aus: „Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen?“

Schließlich starb er und wurde in ein Grab gelegt. Der Karfreitag gilt als der Tag, an dem Jesus Christus für die Sünden der Menschheit gestorben ist und ist ein wichtiger Feiertag im christlichen Kalender.

Ostersonntag

Am Ostersonntagmorgen besuchten einige Frauen das Grab von Jesus und fanden es leer. Ein Engel erschien ihnen und verkündete, dass Jesus auferstanden sei. Kurz darauf erschien Jesus selbst Maria Magdalena und später auch seinen Jüngern. Er offenbarte ihnen seine Wunden und erklärte, dass er von den Toten auferstanden sei. Die Auferstehung Jesu wird als das zentrale Ereignis des Christentums betrachtet und ist der Grund für die christliche Hoffnung auf ewiges Leben. Im christlichen Kalender nimmt der Ostersonntag deshalb eine bedeutende Stellung ein.

Ostermontag

In der Bibel gibt es keine spezifische Erwähnung von Ereignissen am Ostermontag. Der Ostermontag ist jedoch ein wichtiger Feiertag im christlichen Kalender und wird in vielen Ländern als gesetzlicher Feiertag begangen. Es ist üblich, am Ostermontag Gottesdienste zu besuchen oder mit der Familie zu feiern.





(von links) Stephanie Haberstroh, Christina Wehrle, Sarah Albrecht, Katja Wernet, Linda Beliard, Wolfgang Litzba, Rabiab Saengdara, Jason Bühler

Das Alltagsbegleiter-Team stellt sich vor

„Zuhause in Kollmarsreute“

Dies ist ein Auftrag, dem wir als Alltagsbegleiter gerecht werden wollen.

Unser Ziel ist es, die Selbstständigkeit zu fördern und zu erhalten. Wir möchten ein Umfeld schaffen, das die individuellen Bedürfnisse und Wünsche unserer Bewohner weitgehend berücksichtigt und sich an ihrem bisherigen Lebensverlauf orientiert. Soziale Kontakte und zwischenmenschliche Beziehungen sehen wir als eine der wichtigsten Grundlagen für deren Wohlbefinden. Wir gestalten die Tage mit verschiedenen Aktivitäten und Veranstaltungen. Unseren Bewohnern möchten wir so viel Abwechslung wie möglich bieten. In diesem Sinne haben wir ein Programm mit festen und regelmäßigen Angeboten gestaltet. Dazu gehören: Kreativ-Werkstatt, Literatur-Café, Sing-Kreis, Spielegruppen, Gymnastik, Männer- und Frauenstammtisch, wöchentliche Einkaufstour, Gottes-

dienste (evangelisch und katholisch) und Kino. Auf den Wohnbereichen ist die Aktivierung im Alltag – gerade mit biografischem Ansatz – verankert. Dazu gehören Kochen, Lesen und Vorlesen, Singen, Filmvorführungen, Spiele- und Bastelnachmittage, Einzelbetreuung, Biografiearbeit uvm. Der Erhalt von Tagesstrukturen wird ermöglicht. Weiterhin erarbeiten wir ein Programm für Veranstaltungen über das Jahr hinweg: jahreszeitliche Veranstaltungen, Feiern und Feste, Konzerte und Vorträge. „Highlights“ sind unsere Ausflüge, die lebendig gestaltet werden, und die sich nach den Interessen und Wünschen unserer Bewohner richten.

Bei uns ist kein Tag wie der andere! Es macht unsere Arbeit spannend, die Möglichkeit zu schaffen, dass unsere Bewohner Kreativität (er)leben und ihren Gefühlen Ausdruck verleihen.



Wolfgang Litzba

Koordinator Alltagsbegleitung

Mein Name ist Wolfgang Litzba. Seit 15 Jahren arbeite ich als Alltagsbegleiter, was mir hilft, die Bedürfnisse unserer Bewohner zu verstehen und ihnen bestmögliche Unterstützung zu bieten.

Bestandteil meiner Arbeit ist die Planung und Steuerung des Einsatzes unseres Teams, weiterhin der Dialog mit Angehörigen und den zu Betreuenden. Einen Schwerpunkt sehe ich im Außenauftritt unseres Hauses.

Ich freue mich, als Koordinator der Alltagsbegleitung tätig zu sein und dazu beitragen zu können, dass unsere Bewohner ein unabhängiges und erfülltes Leben führen können.

Jahresprogramm 2023

- 12.02.** Fasnetumzug in Buchholz
- 16.02.** Schmutziger Dunschdig
- 08.03.** Planetarium Freiburg
- 15.03.** Café Duft, Freiamt
- 30.03.** St. Peter, Klosterführung
- 01.04.** Künstlermarkt Emmendingen
- 08.04.** Osternacht mit Osterfeuer
- 09.04.** Osterfrühstück
- 14.05.** Muttertags-Frühstück
Picknick am Kollmarsreuter See (Termin folgt)
- 10.06.** „Lavendelfest“, Buchholz (in Planung)
- 17.06.** Frühlingsfest
- 09.07.** Pavillionkonzert im Stadtgarten Emmendingen
- 06.08.** Sommerfest
Ausflug „Stadtrainsee“, Waldkirch (Termin folgt)
- 16.09.** Dorffest Kollmarsreute
- 17.09.** „Zwiebelkuchenfest“, Gundelfingen
- 23.09.** Stadtteilstadt Bürkle-Bleiche, Emmendingen
Ausflug Botanischer Garten, Freiburg (Termin folgt)
- 02.10.** Oktoberfest im Seniorenzentrum
- 03.10.** Erntedankgottesdienst
- 01.11.** Gedenkgottesdienst (Allerheiligen)
Konzert „Flötenchor Freiburg“ (in Planung)
- 02.12.** Weihnachtsmarkt Bürkle-Bleiche, Emmendingen
- 03.12.** Adventsfeier
- 06.12.** Nikolausfeier
- 09.12.** „Singender Weihnachtsbaum“, Waldkirch
Weihnachtsfeier (Termin folgt)



Rückblick auf unsere Aktivitäten

Wir können wieder auf viele tolle Aktivitäten im Seniorenzentrum An der Elz zurückblicken. Vielen Dank an alle Mitarbeitenden, die sich immer wieder etwas Neues einfallen lassen. Ein kleiner Rückblick auf die letzten Wochen.

26.01. Ausflug nach Emmendingen

Unsere Bewohner besuchten die Ausstellung „50 Jahre Große Kreisstadt Emmendingen“. Stadtarchivarin Juliane Geike begeisterte die Bewohner mit ihrer Führung und dem Vortrag mit Fotos, Dokumenten und auch Kuriositäten. Bewegend war der Besuch, da die Bewohner diese Ausstellung auch mit der eigenen Geschichte in dieser Stadt verbinden. Kulinarischer Abschluss war der Besuch des „Café Dackler“.



12.02. Fasnetumzug der „Möslegeister“ in Buchholz

Unter dem Motto „Seniorenzentrum An der Elz – Rock am Stock“ besuchten wir bei schönstem Sonnenschein den Umzug der „Möslegeister“ in Buchholz. Es wurde gesungen, geklatscht und gelacht – ein Riesenspaß für alle!



16.02. Schmutziger Dunschdig

Pünktlich um 11.11 Uhr startete unsere Faschnachtsparty. Schon Wochen vorher wurde für den großen Tag gebastelt und gemalt. Es gab Faschnachtsmusik auf allen Wohnbereichen, es wurde geschunkelt, getanzt und gelacht. Die Krabbenzunft kam auch ins Haus und feierte mit. Narri, Narro!!



Basteln für Ostern

Basteln und Malen aktivieren die motorischen Fähigkeiten. Teils werden sie neu erlernt, teils kommen längst vergessene Fähigkeiten wieder zurück. Und mit Ihnen auch die Erinnerung. In den letzten Wochen wurde fleißig für Ostern gebastelt und die Ergebnisse können sich wie immer sehen lassen!



Unsere Rätselecke

Finden Sie fünf Unterschiede!



Finden Sie zwei gleiche Eier



Welches Tier findet den Osterhasen?



Finden Sie zwei gleiche Gegenstände!



Geburtstage und Gedenken



**Wir gratulieren herzlich
zum Geburtstag!**

11.03.2023 Danner, Elfriede
13.03.2023 Schätzle, Hermann
16.03.2023 Adams, Jutta
17.03.2023 Wangler, Anna
20.03.2023 Linkhorst, Ingeborg
02.04.2023 Gerber, Mina WG Hochburg
07.04.2023 Gruoner, Rolf
17.05.2023 Schindler, Hannelore
21.05.2023 Tebbit, Therese
22.05.2023 Pauer, Heidi
31.05.2023 Amann, Edith
03.06.2023 Würz, Manfred
05.06.2023 Metzger, Franz
07.06.2023 Lopert, Oliver
08.06.2023 Schüssler, Peter
11.06.2023 Mörder, Hilda
14.06.2023 Rich, Martha
15.06.2023 Eberle, Helga WG
26.06.2023 Schulz, Eva Maria WG
27.06.2023 Galle, Alfred
30.06.2022 Lorenz, Rosa-Maria

**Wir nehmen Abschied und gedenken
unserer Verstorbenen**

09.01.2023 Schmidt, Ewald
10.01.2023 Buderer, Helmut
10.01.2023 Just, Heidi
14.01.2023 Strauß-Pettinger, Heike
15.01.2023 Scholl, Gudrun
25.01.2023 Willmann, Gertrud
01.02.2023 Linkhorst, Ingeborg
16.02.2023 Keller, Anna
27.02.2023 Kiene, Ulrich

*„Wir sollen nicht trauern,
dass wir die Toten verloren haben,
sondern dankbar dafür sein,
dass wir sie gehabt haben,
ja auch jetzt noch besitzen:
denn wer heimkehrt zum Herrn,
bleibt in der Gemeinschaft
der Gottesfamilie und ist
nur vorausgegangen.“*

Hieronymus (347-420)



Ihre Ansprechpartner im Seniorenzentrum An der Elz



André Lemper

Heimleitung
lemper@seniorenzentrum-elz.de
Tel. 07641 95509-101



Michael Wunsch

Pflegedienstleitung
wunsch@seniorenzentrum-elz.de
Tel. 07641 95509-102



Stephanie Scheibel

Hauswirtschaftsleitung
scheibel@seniorenzentrum-elz.de
Tel. 07641 95509-355



Stephanie Henning

Verwaltung
info@seniorenzentrum-elz.de
Tel. 07641 95509-100



Cornelia Graf-Wolf

Verwaltung
info@seniorenzentrum-elz.de
07641 95509-103



**Seniorenzentrum
An der Elz**

Impressum

Herausgeber: Seniorenzentrum An der Elz gGmbH, Fabrikstraße 4, 79312 Emmendingen-Kollmarsreute,
Tel: 07641 95509-0, Fax: 07641 95509-111, info@seniorenzentrum-elz.de

Redaktion: André Lemper (verantwortlich)

Gestaltung: Monika Herzberg - **Auflage:** 150

Gender-Hinweis: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.