

# Mein Zuhause

HAUSZEITUNG SENIORENZENTRUM AN DER ELZ

Ausgabe 3 / 2024



## *Die 1970er Jahre*

Musik und Mode dieser Ära prägten das Lebensgefühl einer ganzen Generation

## *Der Indian Summer*

So wundervoll zeigt sich der Herbst in Nordamerika und Kanada

## *Rückblick*

Viele schöne Ausflüge und Aktivitäten im Seniorenzentrum An der Elz

# Liebe Bewohnerinnen und Bewohner

Mit dem Herbst beginnt die Zeit der Gemütlichkeit und des Beisammenseins. Zeit, um in Erinnerungen zu schwelgen. In dieser Herbstausgabe unserer Hauszeitung möchten wir Sie mit auf eine Reise in die 1970er Jahre nehmen – eine Zeit voller prägender Erlebnisse, die unseren Bewohnerinnen und Bewohnern bis heute lebhaft in Erinnerung geblieben sind. Die Musik und Mode dieser Zeit sind dabei zwei Schlüsselemente, die starke Erinnerungen wecken und uns immer wieder in ihren Bann ziehen.

Die 1970er Jahre waren ein Jahrzehnt voller musikalischer Neuerungen. Bands wie ABBA, die Bee Gees und Queen schufen Melodien, die uns bis heute begeistern. Viele unserer Bewohnerinnen und Bewohner verbinden mit diesen Liedern prägende Erinnerungen – ob es ausgelassene Feiern, die erste Liebe oder einfach nur ein Lieblingslied aus dem Radio war. Auch die Mode dieser Ära – bunte Schlaghosen, Plateauschuhe und wilde Muster – prägte das Lebensgefühl und steht symbolisch für den Freiheitsdrang und die Experimentierfreudigkeit dieser Generation.

In der Alltagsbegleitung greifen wir die persönlichen Erinnerungen unserer Bewohnerinnen und Bewohner auf, indem wir vertraute Erlebnisse und Erfahrungen aus ihrer Vergangenheit thematisieren. Durch gemeinsame Gespräche und Aktivitäten schaffen wir Momente des Austauschs, die Freude bereiten und die individuelle Lebensgeschichte auf besondere Weise lebendig werden lassen.

Genießen Sie daher mit uns diese Reise in die 1970er Jahre.  
Viel Spaß beim Lesen des Heftes wünscht Ihnen

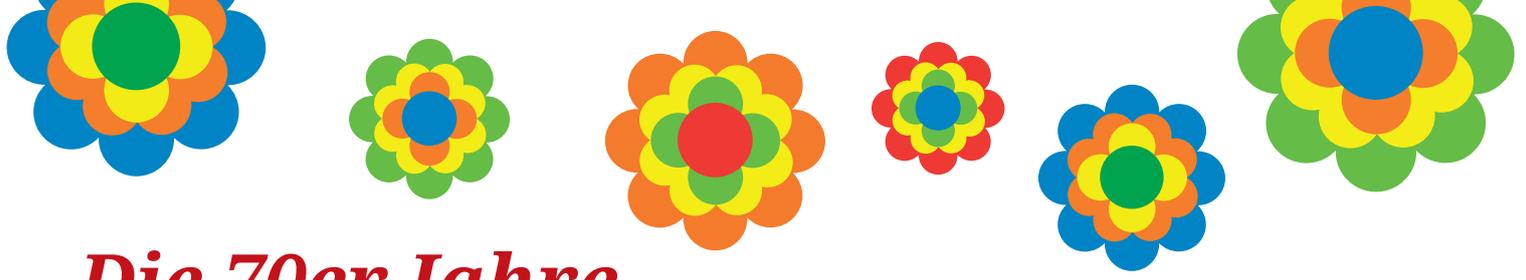


**Antje Kössl-Janssen M.Sc.**  
Geschäftsführerin



**Antje Kössl-Janssen M.Sc.**  
Geschäftsführerin





# Die 70er Jahre

Die 70er Jahre waren eine Dekade des Wandels und der Innovation, die bis heute in den Erinnerungen vieler Senioren lebendig ist. Diese Zeit war geprägt von einer einzigartigen Mischung aus Musik, Mode und Popkultur, die das Lebensgefühl einer ganzen Generation beeinflusste.

## Die Musik

Ein zentraler Bestandteil der 70er Jahre war die Musik. Bands wie ABBA eroberten die Welt mit ihren eingängigen Melodien und unvergesslichen Hits. Songs wie „Dancing Queen“ und „Mamma Mia“ wurden zu Hymnen einer Generation und sind bis heute auf Partys und im Radio zu hören. Die Musik dieser Zeit war nicht nur Unterhaltung, sondern auch Ausdruck eines neuen Lebensgefühls, das von Freiheit und Lebensfreude geprägt war. Die Disco-Ära brachte Menschen auf die Tanzflächen und schuf ein Gemeinschaftsgefühl, das viele Senioren noch heute schätzen.

## Die Mode

Die Mode der 70er Jahre war ebenso revolutionär. Schlaghosen, bunte Muster und Plateauschuhe bestimmten das Straßenbild. Diese modischen Trends spiegelten den Wunsch nach Individualität und Ausdruckskraft wider. Viele Senioren erinnern sich noch heute an ihre ersten Schlaghosen oder an die bunten Hemden, die sie damals trugen. Die Mode war ein Statement und ein Ausdruck der persönlichen Freiheit. Auch Accessoires wie große Sonnenbrillen und auffälliger Schmuck

waren charakteristisch für diese Zeit und trugen zur unverwechselbaren Ästhetik bei.

## Die Popkultur

Auch im Bereich der Popkultur hinterließen die 70er Jahre ihre Spuren. Ein ikonisches Beispiel ist die Prillblume, die als Symbol für die bunte und unbeschwerte Ästhetik dieser Zeit steht. Die Prillblume zierte nicht nur Spülmittelflaschen, sondern fand auch ihren Weg in die Wohnkultur, als Aufkleber und Dekorationselement. Solche Designs weckten den Wunsch nach Farbe und Fröhlichkeit im Alltag. Werbung wurde bunter und kreativer, was den Konsum ankurbelte und neue Trends setzte.

Insgesamt waren die 70er Jahre eine Zeit des Aufbruchs und der Veränderung. Für viele heutige Senioren sind die Erinnerungen an diese Dekade mit einem Gefühl von Nostalgie und Freude verbunden. Die Musik, Mode und die Popkultur dieser Ära haben das Lebensgefühl einer ganzen Generation geprägt und sind bis heute ein wichtiger Teil ihrer Identität.





## ***ABBA: Unvergessliche Hits und ikonische Mode***

ABBA, die schwedische Popgruppe, bestehend aus Agnetha Fältskog, Björn Ulvaeus, Benny Andersson und Anni-Frid Lyngstad, hat die Musiklandschaft der 1970er und 1980er Jahre nachhaltig geprägt. Ihre zeitlosen Hits und ihr unverwechselbarer Stil haben Generationen von Fans begeistert und beeinflusst.

### ***Die Anfänge und der Durchbruch***

Der internationale Durchbruch gelang ABBA 1974 mit dem Gewinn des Eurovision Song Contests und ihrem Hit „Waterloo“. Dieser Song markierte den Beginn einer beeindruckenden Karriere, die die Band zu einer der erfolgreichsten Popgruppen der Welt machte. „Waterloo“ war nicht nur ein kommerzieller Erfolg, sondern auch ein kulturelles Phänomen, das die Popmusik revolutionierte.

### ***Zeitlose Klassiker und modische Statements***

ABBA ist bekannt für eine Reihe von Hits, die bis heute in den Köpfen der Menschen nachklingen. „Dancing Queen“, veröffentlicht 1976, ist wohl einer der bekanntesten Songs der Band. Mit seiner mitreißenden Melodie und dem unverwechselbaren Rhythmus wurde er zur Hymne einer ganzen Generation. Auch „Mamma Mia“, „Take a Chance on Me“ und „The Winner Takes It All“ sind Klassiker, die die musikalische Landschaft der 70er und 80er Jahre prägen.

### ***Der ikonische Modestil***

Neben ihrer Musik war ABBA auch für ihre auffällige Mode bekannt. Die Band trug oft glitzernde

Outfits, Plateaustiefel und bunte Kostüme, die zu ihrem Markenzeichen wurden. Diese modischen Statements spiegelten den Glamour und die Extravaganz der Disco-Ära wider. Besonders die Kombination aus glänzenden Stoffen, auffälligen Mustern und mutigen Schnitten machte ihren Stil einzigartig. Die Bühnenausfits von ABBA waren nicht nur ein visuelles Highlight, sondern auch Ausdruck ihrer künstlerischen Identität und ihres Innovationsgeistes.

ABBA hat mit ihren unvergesslichen Hits und ihrem ikonischen Stil eine ganze Generation geprägt. Ihre Lieder und ihr modisches Erbe sind zeitlose Klassiker, die auch heute noch Menschen auf der ganzen Welt begeistern und inspirieren. Die Magie von ABBA lebt weiter, und ihre Musik und Mode werden auch in Zukunft Generationen verbinden.





## *Tanzen als Lebenselixier*

Der Tanz ist eine Bewegungsform, die viele unserer Bewohnerinnen und Bewohner noch aus ihrer Jugend kennen. Dadurch kann unsere Alltagsbegleitung an biografische Erinnerungen anknüpfen und diese zur Aktivierung nutzen.

Das Tanzen wirkt sich auf vielerlei Weise fördernd auf den Gesamtzustand unserer Bewohner aus. So werden durch die körperliche Aktivität Kreislauf, Muskulatur und Koordinationfähigkeit gefördert und durch die persönliche Interaktion werden die Bewohner besser in das soziale Leben unserer Einrichtung integriert. Isolation oder gar Depressionen werden vermieden.

Nicht zuletzt hat Tanzen positive Auswirkungen auf die Gedächtnisleistung. Es ist immer wieder spannend zu erleben, wie alte Erinnerungen geweckt werden. Traurige Augen beginnen zu strahlen – wo die Sprache verloren scheint, kommt der Gesang. Songs von ABBA, den Beatles oder Elvis entführen in eine frühere Zeit.

„Ich war an jedem Wochenende beim Tanz. Daheim konnte mich nichts halten“, erzählt Frau M. „Meine Frau Julia hab ich beim Tanzen kennengelernt“, erinnert sich Herr W. Und Frau R. legt einen Line Dance zu „Rivers Of Babylon“ hin und singt den englischen Text einwandfrei. „Schließlich war ich Tänzerin und Sängerin“, meint sie stolz.

Im Rhythmus der Musik strecken sich die Hände zur Decke, während selbst der Rollstuhl in Be-

wegung gerät und der Rollator unbeachtet in der Ecke stehen bleibt. Die Bewohnerinnen und Bewohner lassen sich von der Musik tragen, ihre Gesichter strahlen Freude und Lebendigkeit aus. Jeder Schritt, jede Bewegung erzählt von der Freiheit, die der Tanz ihnen schenkt. In diesem Moment zählt nur der Takt der Musik, der sie alle verbindet und den Raum mit einer besonderen Energie erfüllt.

Die Melodien erwecken Erinnerungen an vergangene Tanzabende und Feste, schaffen eine Brücke zwischen Vergangenheit und Gegenwart. Sie schenken den Senioren ein Gefühl von Zugehörigkeit und Lebensfreude, öffnen die Herzen und lassen den Alltag mit neuer Leichtigkeit erstrahlen.

*Warum kann unser Altenheim  
denn sonntags keine Disco sein?  
Der große Speisesaal  
wird dann zum Tanzlokal.  
Und aus dem Kofferradio  
erklingt noch heute ebenso  
wie damals Hit für Hit,  
und alle tanzen mit.*

Song von Tony Marshall, 2018



## *Der Indian Summer*

Nicht nur wir freuen uns über die schönen Tage im Altweibersommer. Der Indian Summer in Nordamerika ist zweifellos eine der zauberhaftesten Phänomene, die die Natur zu bieten hat. So wundervoll zeigt sich der Herbst in Nordamerika und Kanada.

Die Wälder verwandeln sich in ein Meer aus leuchtenden Rot-, Orange- und Gelbtönen, während der Himmel strahlend blau ist. Es ist, als ob die Natur ein letztes Mal alle Register zieht, bevor sie sich für die kalte Jahreszeit zur Ruhe begibt.

Ein besonders schöner Indian Summer entsteht, wenn die ersten Nachtfröste Einzug halten und gleichzeitig ein längerfristiges Hochdruckgebiet warme Luftmassen aus dem Süden an die Ostküste Nordamerikas bringt.

Der Indian Summer kann in Nord-Kanada und in den Bergen schon Ende August beginnen und wandert dann weiter in Richtung Süden. Den Höhepunkt erreicht er meist Anfang Oktober in Kanada und Ende Oktober im Nordosten der USA. Diese Großwetterlage ist vergleichbar mit dem Altweiber-Sommer oder dem Goldenen Herbst in Mitteleuropa.

### *Woher kommt der Begriff?*

Der Ausdruck „Indian Summer“ stammt aus Nordamerika und wurde erstmals im 18. Jahrhundert verwendet. Er beschreibt jenen ungewöhnlich warmen und sonnigen Zeitraum, der im Herbst auftritt, nachdem die ersten Kälteeinbrüche bereits registriert wurden.

Die genaue Herkunft des Begriffs ist umstritten, doch er hat sich fest in unserem Sprachgebrauch etabliert.





Eine beliebte Theorie besagt, dass der Begriff auf die Ureinwohner Nordamerikas zurückgeht. Diese nutzten diese Wetterperiode im späten Herbst mit seinen warmen Tagen und kühlen Nächten, um ihre Vorräte für den Winter zu sammeln. Daher wird der Ausdruck „Indian Summer“ manchmal auf die Vorliebe der indigenen Menschen für diese Jahreszeit zurückgeführt. Der Herbst war schon immer die Haupt-Jagdzeit der damaligen Ureinwohner Nordamerikas und es ranken sich einige indianische Sagen um die Zeit im Herbst, in der sich die Wälder an der Ostküste Nordamerikas und rund um die Großen Seen in bunt leuchtende Szenarien wandeln.

Dennoch hat der Begriff heute nichts mehr mit den amerikanischen Ureinwohnern zu tun, sondern er beschreibt eine magische Zeit, in der die Natur noch einmal in ihrer vollen Pracht erstrahlt, bevor der graue Winter Einzug hält.

### **Laubwälder der Ostküste**

Während im Westen Kanadas hauptsächlich Nadelwälder vorherrschen, sind im Osten eher Laubwälder und Mischwälder anzutreffen.

Besonders der im Osten Nordamerikas verbreitete Zucker-Ahorn ist für die weltweit einzigartige intensive Laubfärbung in kräftigen Rot- und Orangetönen verantwortlich.

Neben seinem bunten Laub ist der Zucker-Ahorn, wie sein Name schon sagt, der Hauptlieferant für Zuckersaft, der in Kanada, den USA und zunehmend auch bei uns als Ahornsirup bekannt und beliebt ist.

### **Ahornsirup**

Um den Ahornsaft zu gewinnen, wird der Baum am Stamm angebohrt und mit einem Tropfhahn ausgestattet, der es ermöglicht, den Saft aus dem Stamm fließen zu lassen.

Dieser Ahornsaft wird dann weiterverarbeitet, indem er eingedickt und zu dem köstlichen Ahornsirup verarbeitet wird, den wir in vielen kulinarischen Anwendungen genießen können.

### **Ursprung**

Die Legende besagt, dass einem irokesischen Jäger der süße und aromatische Duft über der heimischen Kochstelle aufgefallen ist. Seine Frau hatte offensichtlich Regenwasser aus einem ausgehöhlten Stamm unterhalb eines Ahornbaumes verwendet.

Die zubereitete Mahlzeit schmeckte überraschend süß und von da an ritzen die Irokesen die Rinde der Ahornbäume mit ihren Tomahawks an und sammelten den herausrinnenden Saft auf. Sie erhitzen Steine und tauchten sie in den Saft, um den dickflüssigen Sirup herzustellen.



# Rückblick auf unsere Aktivitäten

Unsere Alltagsbegleitung hat sich wieder viele tolle Ausflüge und Aktivitäten einfallen lassen. Hier ein paar Impressionen der letzten Veranstaltungen und Ausflüge.

## 22.07. Konzert mit der Musikschule Nördlicher Breisgau



## 07.08. Markttag



## 20.08. Ausflug nach Freiamt in Traudel's Café



## 23.09. Oktoberfest





## Herbstwörter:

Können Sie die Wörter finden?

Regen, Laub, Äpfel, Stroh, Pilze, Igel, Nebel



S	R	E	G	E	N	L	Ä	K	M
T	H	O	B	Ö	D	J	P	L	N
G	L	A	U	B	P	T	F	Ä	U
S	H	V	C	H	I	K	E	D	T
T	J	P	S	X	L	Ü	L	W	W
R	D	Q	Y	P	Z	S	D	H	K
O	D	I	F	N	E	B	E	L	L
H	G	Q	W	R	Z	I	G	E	L

## Geplante Aktivitäten im Herbst & der Weihnachtszeit

14.11. Gedenkfeier

01.12. Adventssingen – 1. Advent

06.12. Nikolausfeier

08.12. Adventssingen – 2. Advent

14.12. Adventsmarkt im SZE

15.12. Adventssingen – 3. Advent

20.12. Winterplausch Kollmarsreute

19.12. Weihnachtsfeier

22.12. Adventssingen – 4. Advent



# Geburtstage und Gedenken



**Wir gratulieren herzlich  
zum Geburtstag!**

01.10.2024 Haas, Peter  
12.10.2024 Fabricius, Heinrich  
29.10.2024 Ganswind, Alexander  
03.11.2024 Jäger, Elisabeth  
04.11.2024 Kofel-Huber, Antonie  
05.11.2024 Rohrer, Werner  
07.11.2024 Schröter, Gisela  
10.11.2024 Bogun, Gerta  
11.11.2024 Lang, Waltraud  
11.11.2024 Sauer, Ingrid-Sylke  
21.11.2024 Josef, Michael  
22.11.2024 Meyer, Rosa  
27.11.2024 Dufner, Hedwig  
04.12.2024 Leucht-Maurath, Rosemarie  
09.12.2024 Wunsch, Brigitte  
11.12.2024 Löffler, Else  
17.12.2024 Burkhardt, Christel  
17.12.2024 Grätz, Bernhard  
18.12.2024 La Fata, Francesco  
21.12.2024 Feierabend, Ursula  
23.12.2024 Kaufmann, Waltraud

**Wir nehmen Abschied und  
gedenken unserer Verstorbenen**

30.05.2024 Dohm, Hildegart  
11.07.2024 Schuble, Sebastian  
16.07.2024 Lange, Edith  
30.07.2024 Morelli, Elisabeth  
01.08.2024 Gruoner, Rolf  
18.08.2024 Stachel, Hanno  
23.08.2024 Felber, Helga  
27.08.2024 Klauke, Eva-Brigitte  
09.09.2024 Renk, Katharina  
18.09.2024 Welzel, Stefanie  
21.09.2024 Burkert, Annemarie  
27.09.2024 Patsenker, Sofiya

*„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



Unser Seniorenzentrum An der Elz ist ein modernes und helles Pflegeheim im Herzen von Kollmarsreute mit insgesamt 82 Pflegeplätzen. Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams ab sofort (m/w/d)

## **Pflegekräfte und Hauswirtschaftskräfte**

**Voll-, Teilzeit, Minijob oder mit Ehrenamtsvergütung**

**Wir bieten:**

- neben Bezahlung mit vielfältigen Zuschlägen, Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten, Jobrad, zusätzlicher Altersvorsorge und Zusatzkrankenversicherung und Beteiligung an Kinderbetreuungskosten,
- an Ihre Lebenssituation angepasste Arbeitszeitmodelle mit Vereinbarkeit von Familie und Beruf,
- einen Platz in einem stabilen Team mit einer positiven pflegerischen Grundhaltung zu unseren Bewohnern.

**Wir wünschen uns:**  
Eine neue Kollegin (m/w/d), die

- gerne in einem netten Team arbeitet,
- abwechslungsreiche Aufgaben schätzt,
- Anerkennung und Unterstützung sucht,
- gerne ein positives Feedback und Lob für gute Arbeit erhält.



**Haben Sie Interesse, Teil des unseres Teams zu werden?**  
Dann sollten wir uns bald kennenlernen! Gerne per Schnellbewerbung über den QR-Code oder per E-Mail: [bewerbung@seniorenzentrum-elz.de](mailto:bewerbung@seniorenzentrum-elz.de)  
Seniorenzentrum An der Elz gGmbH | André Lemper  
Fabrikstraße 4 | 79312 Emmendingen-Kollmarsreute  
Tel. 07641 95509-0 | [www.seniorenzentrum-elz.de](http://www.seniorenzentrum-elz.de)

## **Impressum**

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

**Redaktion:** André Lemper (verantwortlich)

**Gestaltung:** Monika Herzberg • **Auflage:** 150