Mein Neandertal

Januar 2024

Leitartikel

Liebe Leserinnen und Leser,

... ein langes Jahr liegt vor uns (genau 1 Tag oder 24 Stunden länger als das letzte). So viel ist gewiss.

Alles andere liegt im Bereich der Spekulationen. Es wird sich wahrscheinlich etliches wiederholen und so sein, wie wir es aus der Vergangenheit gewohnt sind. Es wird aber auch Ungewohntes geben, Pläne, die sich erfüllen oder eben auch nicht, und überraschende Situationen, mit denen wir überhaupt nicht gerechnet haben.

Es besteht die Möglichkeit auf neue Chancen ebenso wie auf neue Risiken.
... das Leben eben!

Wir können alles auf uns zukommen lassen (weil wir ja ohnehin nichts beeinflussen können). Wir können uns aber auch etwas Neues vornehmen, ob wir es „gute Vorsätze“ nennen oder einfach Veränderungen, die wir für unser Leben planen (weil wir als Menschen die Gabe besitzen, unser Leben bewusst zu gestalten).
Am Ende des Jahres werden wir dann wissen, was daraus geworden ist.

Zwischen diesen beiden Extremen wird sich unser Leben abspielen: hinnehmen, was wir nicht ändern können, und verändern, wo wir Lust auf Neues haben und sich uns Möglichkeiten bieten.

Das eine wie das andere, das Durch halten wie das Gestalten, benötigt Kraft. Beides lässt sich umso besser umsetzen, wenn wir uns die Freude am Leben bewahren.

Diese Freude wünsche ich Ihnen von ganzem Herzen – für die nächsten 366 Tage im Jahr 2024 und auch gerne darüber hinaus.

Ihr Wolfgang Schneider

Inhalt

SEITE

2	Leitartikel
3	Inhalt / Impressum
4	Sprechzeiten
5	Handwerker im Haus
6	Handwerker im Haus
7	Weihnachtszeit
8	Weihnachtszeit
9	Weihnachtszeit
10	Weihnachtszeit Jubiläen
11	Kreative Seite
12	Neujahrswünsche
13	Veranstaltungskalender
14	Veranstaltungskalender
15	Gedicht
16	Moment mal

„Mein Neandertal“ ist die Hauszeitung des AWW Seniorenheim Neandertal und erscheint monatlich.
Alle Leserinnen und Leser sind herzlich eingeladen, sich aktiv an der Gestaltung zu beteiligen.
Ideen, Themenwünsche, Texte und Leserbriefe werden von den Kolleginnen und Kollegen des Sozialen Dienstes gern entgegengenommen. Postalisch erreichen Sie uns unter der Impressumadresse mit dem Zusatz „Heimzeitung“. Emails empfangen wir über unsere Homepage unter „Kontakt“. Eine redaktionelle Bearbeitung behalten wir uns vor.

Wir freuen uns auf Ihren Beitrag.

Ihr
Redaktionsteam

Impressum

Herausgeber:
Seniorenheim Neandertal gGmbH
Wolfgang Schneider (Heimleiter)
Birgit Schneider (Heimleiterin)
Talstraße 189
40822 Mettmann
www.seniorenheim-neandertal.de
www.aww.info

Redaktion:
Elisabeth Jelinek,
Claudia Montowski,
Petra Neuland-Seibel
Esther Weigt
Tel.: (02104) 987 - 0
Fax: (02104) 987 - 155
Auflage: 200 Ex. monatlich

Mittelpunkt Rezeption

Wir sind für Sie da:

montags bis freitags 8.30 - 20.00 Uhr
samstags & sonntags 9.00 - 20.00 Uhr

Maike Mayer
Rezeption

Andrea Ostheide
Rezeption

Monika Müller
Rezeption

Sie können sich gern mit Ihren Fragen und Wünschen an unser Rezeptionsteam wenden.

Haben Sie Gesprächsbedarf mit der Heimleitung oder anderen Abteilungsleitungen, leiten wir Ihr Anliegen über die Rezeption weiter. Die zuständigen Personen werden sich mit Ihnen in Verbindung setzen.

Möchten Sie sich lieber schriftlich äußern, können Sie auch Ihre **„Anliegen - Kritik“** in den Einwurfschlitz unserer Informationstafel vor unserem Speisesaal werfen. Jeden Montag wird der Kasten geleert und der Inhalt an die Heimleitung weitergeleitet.

Bei Fragen zu **Heimkosten** oder den Ihnen zustehenden **Sozialleistungen** (Sozialhilfe, Pflegewohngeld) sind Marwin Bremkamp und Claudia Hoffmann Ihre Ansprechpartner.

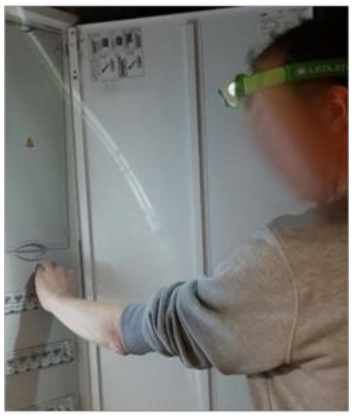
Sollte Ihnen der Weg zur Rezeption zu weit oder zu beschwerlich sein, können Sie sich mit Ihrem Anliegen natürlich auch jederzeit an die Kolleginnen und Kollegen des Pflegedienstes wenden!

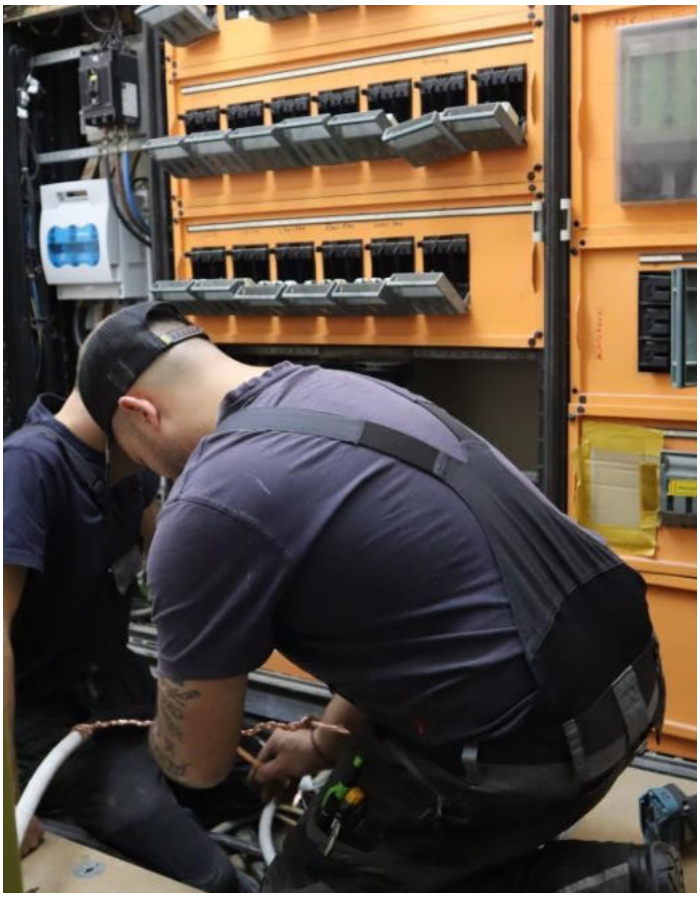
Handwerker im Haus

Pünktlich zum Tag des Nikolaus kamen am 6. Dezember Elektriker zu uns ins Haus, um Arbeiten zum Anschließen eines Notstromaggregats vorzunehmen. Hierzu musste für mehrere Stunden der komplette Strom im Haus abgeschaltet werden. Aufzüge, Lampen, Telefone, Spülmaschinen und alle sonstigen elektrischen Geräte konnten in dieser Zeit nicht genutzt werden.

Der Termin war im Vorfeld gut geplant worden, so dass alle vorbereitet in die Situation gingen.—In den Tagesräumen wurde sich die Zeit in gemütlicher und ruhiger Atmosphäre mit Sing– und Spielangeboten vertrieben. Auch BewohnerInnen, die auf dem Zimmer geblieben waren, wurden nicht alleine gelassen und regelmäßig besucht.

Ein Team übernahm den Hol– und Bringedienst und erledigte notwendige Lieferungen in die Bereiche zu Fuß über die Treppenhäuser. Währenddessen erledigten die Techniker alle notwendigen Arbeiten, um den Strom schnell wieder in





Handwerker im Haus

Hierbei kamen riesige Kabel zum Einsatz: Die Zuleitung des Notstrom-Aggregats hat eine Stärke von 4 x 50 Quadratmillimeter. Im Vergleich hierzu nutzt man zu Hause gerade mal eine Kabelstärke von 1,5 Quadratmillimetern.

Zum Glück lief alles reibungslos und nach drei Stunden leuchteten in den ersten Fluren schon wieder die Lichter. Nun sind wir für den Fall eines tatsächlichen Stromausfalls gut gerüstet und auch schon etwas erprobter. Wir hoffen dennoch, dass uns eine solche „Krise“ nicht ereilt!

Arbeiten ganz anderer Art fanden im Dezember an unseren Wegen beim Teich statt: Um den Weg aufzubessern, wurden notwendige Pflaster-Arbeiten durchgeführt.

Weihnachtszeit

Zur Adventszeit hatte sich ein Rentier ins Neandertal verirrt und wärmte sich am Kaminfeuer in unserem Foyer. In der Woche vor dem ersten Advent gestaltete die Gruppe russlanddeutscher Ehrenamtlicher aus Mettmann wieder einen Nachmittag in unserer Kapelle. Im Oktober hatte die Gruppe bereits ein herbstliches Programm vorbereitet, nun hatte sie allerlei Lieder und Texte passend zur Weihnachtszeit im Gepäck.

Der Nachmittag war mit Tanzeinlagen

Weihnachtszeit

und der originellen weihnachtlichen Verkleidung der TeilnehmerInnen wieder sehr stimmungsvoll. Besonders das Weihnachtsbaumkostüm kam beim Publikum gut an—wann bekommt man schon einmal einen tanzenden und singenden Weihnachtsbaum zu sehen?
Besinnlicher und noch pompöser ging

es beim Adventskonzert einer Operettensängerin zu. Mit rotem wallenden Ballkleid und geübter Stimme trug sie neben Weihnachtsliedern auch einzelne bekannte Operettenstücke und einen Walzer vor.
Nach dem ersten Advent wurden auf den Wohnbereichen gemeinsam die Weihnachtsbäume geschmückt.
Zum Mitmachen lud auch das Adventsingen in der Kapelle ein. Neben

bekannten Weihnachtsliedern wurden Gedichte wie „Knecht Ruprecht“ angestimmt, die viele noch aus ihrer Kind-

heit kannten und mitsprechen konnten. Die Geschichte vom Lametta, das an Heiligabend ausgegangen und durch Sauerkraut ersetzt wurde, sorgte für heitere Momente.

Weihnachtszeit

Auch die Adventfeiern trugen dazu bei, dass Weihnachtsstimmung im Haus aufkam. Die alte Tradition des gemeinsamen Plätzchenbackens wurde aufgegriffen und jeder half nach seinen Möglichkeiten mit.

Während die Plätzchen im Ofen ausbackten, wurden Weihnachtslieder angestimmt und sich über alte Traditionen des Weihnachtsbaum-Schmückens ausgetauscht.

Auch auf den Wohnbereichen fanden weihnachtliche Betreuungsangebote statt. Beim Backen von Spritzgebäck musste ordentlich gekurbelt werden, um die „Teigwurst“ entgegennehmen zu können. Auch weihnachtliches Basteln stand auf dem Programm. Adventsgeschichten wurden vorgelesén und natürlich wurde auch in kleinerer Runde gesungen.

Ein Highlight stellte im Dezember der vermutlich kleinste Weihnachtsmarkt der Welt dar, der vor dem Haus aufge-

Weihnachtszeit

baut wurde. Besonders am späten Nachmittag und Abend versprühte der Markt mit seinen Lichtern eine besondere Atmosphäre. Besucher, BewohnerInnen

und Gäste des Hauses stärkten sich mit leckeren Pommes, Reibekuchen mit Apfelmus, einer Bratwurst, Grünkohl oder Champignons. Im süßen kulinarischen Häuschen wurden Waffeln, diverse Kuchen, heißer Punsch und Kaffee angeboten. Wer noch Inspiration für Geschenke benötigte, wurde in den kleinen Verkaufshäuschen und bei Design im Zirkuswagen fündig.

An Heiligabend, der in diesem Jahr auf den 4. Advent fiel, ging es im ganzen Haus festlich zu. In den Wohnbereichen und im Speisesaal fanden Feiern mit

Weihnachtszeit

BewohnerInnen und Angehörigen statt.

Bei Kaffee, Punsch und weihnachtlichem Gebäck, genossen sie das Beisammensein. Die Weihnachtsgeschichte wurde mit verteilten Rollen vorgelesen. Weihnachtslieder wurden gesungen.
Für Überraschung sorgte Frau Schlingensiepen mit ihrer Familie. Die Kinder verteilten Süßigkeiten, die gerne von den Bewohnern angenommen wurden. Und ein Weihnachtslied wurde vorgetragen.
So verging ein gemütlicher und besinnlicher Heiligabendnachmittag wie im Fluge.

Jubiläen

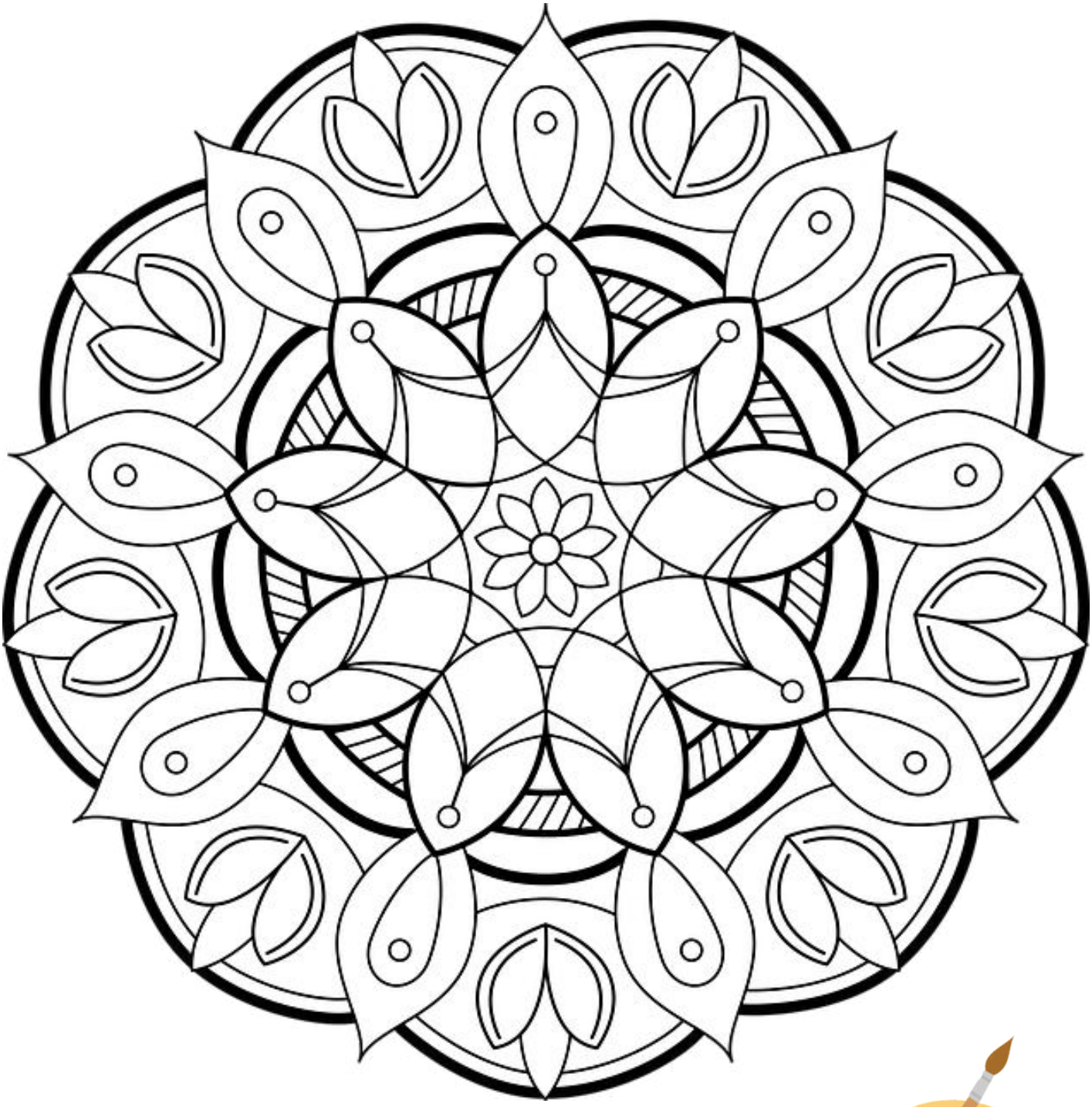
Sabine Sowa, Mitarbeiterin in der Küche, feierte im Dezember ihr 30-jähriges Dienstjubiläum

Mira Schlingensiepen, Leitung der Hauswirtschaft, feierte im Dezember ihr 10-jähriges Dienstjubiläum

Allen Mitarbeiterinnen danken wir für ihren langjährigen und tatkräftigen Einsatz in unserem Haus!

Kreative Seite

Wenn es draußen kalt und grau ist, machen Sie es sich doch bei einer Tasse Tee und schöner Musik gemütlich. Sie sind herzlich eingeladen, kreativ zu werden und sich mit bunten Farben die Zeit zu vertreiben und dieses Mandala auszumalen. Sollten Sie keine passenden Stifte zur Verfügung haben, sprechen Sie die KollegInnen des Sozialdienstes ein. Gerne stellen wir Ihnen Stifte zur Verfügung!



Viel Freude beim Ausmalen!

Neujahrswünsche

Veranstaltungskalender

Mittwoch, 10.01.2024
15:00 Uhr, Speisesaal

Geburtstagsfeier

Eingeladen sind alle BewohnerInnen, die im November und Dezember des letzten Jahres Geburtstag hatten. Bei Kaffee und Kuchen, Musik und einer kleinen Aktion rund um das Thema „Hab Sonne im Herzen“ möchten wir Ihren Ehrentag nachfeiern.

Sonntag, 14.01.2024
15:30 Uhr, Kapelle

Konzert der Jugend-Musikschule Mettmann

Übung macht den Meister! Den Gedanken haben auch die SchülerInnen der Jugend-Musikschule Mettmann, die sich und Ihr musikalisches Können einem Publikum präsentieren wollen.

Freuen Sie sich auf einen Nachmittag mit jungen MusikerInnen. Es werden unterschiedliche Instrumente und Musikgenre präsentiert, so dass Sie ein abwechslungsreiches Programm erwartet.

Montag, 15.—Freitag, 19.01.2024
19:00 Uhr, Kapelle

Allianzgebetswoche

Die Advent- und Baptisten-gemeinde sowie die christlich-freikirchliche Gemeinde und die evangelische Kirche Mettmann gestalten gemeinsam eine Gebets-woche. In Gemeinschaft beten und das Deutschlandweit—Seien auch Sie mit dabei!

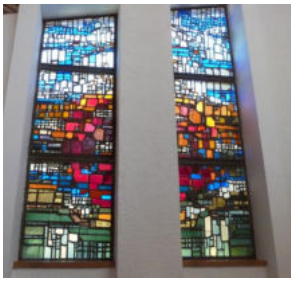
Veranstaltungskalender

Bewegungsangebote

Gymnastik-Runden in der Kapelle finden an folgenden Terminen ab 10:30 Uhr für die aufgeführten Wohnbereiche statt.

Montag	WB 600
Dienstag	WB 400 + A 300
Mittwoch	WB 200
Donnerstag	WB C 300
Freitag	WB 500

Gottesdienste



- An den Samstagen finden von 10 - 11 Uhr **adventistische Gottesdienste** in unserer Kapelle statt. Anschließend findet ein Austausch zu den Bibel-Lektionen statt.
- In der Regel findet an jedem 3. Mittwoch im Monat ein **katholischer Gottesdienst** statt (s. Tagespläne).
- Die Termine für **evangelische Gottesdienste** entnehmen Sie bitte den Tagesplänen.

Gruppenangebote auf den Wohnbereichen

Ein buntes Programm an Gruppenangeboten findet auf den Wohnbereichen statt. Die Mitarbeiter des Sozialdienstes informieren Sie über die Angebote und laden dazu ein!

Café

Unser Café ist zu folgenden Zeiten geöffnet:

Mo - Mi	15:00 - 17:00 Uhr
Do + Fr + Sa	geschlossen
So + Feiertags	14:30 - 17:30 Uhr

(Änderungen s. Aushang am Café)

Gedicht

Zum Jahreswechsel

„Die Zeit ist um!“…
So rief der Lehrer sehr vernehmlich
ins still brütende Publikum
und sammelte die Hefte ein.
Und war ich auch noch nicht bereit,
es half doch nichts: Vorbei die Zeit!

„Die Zeit ist um! …
Fahr rechts ran“, schallt ´s vom Rücksitz her.
Erlöst nahm ich - vor Glück ganz stumm -
den Führerschein aus Prüfers Hand.
So lang geübt, nun war ´s so weit:
Ich hatt ´s geschafft: Vorbei die Zeit!

„Die Zeit ist um!“…
Mal war ich froh, mal sehr geknickt
mal fand ich ´s gut, mal fand ich ´s dumm.
mal hab ich meine Chance genutzt
und mal vertan, dann tat ´s mir leid,
weil nichts mehr ging: Vorbei die Zeit!

„Die Zeit ist um!“ …
Doch Hand aufs Herz, ich leb´ doch nicht
danach in einem Vakuum.
Das Leben hält nicht einfach still,
es bietet mir die Möglichkeit
zum Neustart, eine neue Zeit.

„Die Zeit ist um!“ …
Ein altes Jahr hat ausgedient,
das neue Jahr geht auch mal ´rum.
So will ich nutzen, was ich hab,
dankbar und mit Zufriedenheit
bedenken: Gott schenkt mir die Zeit.

Wolfgang Schneider

Moment mal ...

„Ich schaue hinauf zu den Bergen – woher wird meine Hilfe kommen? Meine Hilfe kommt vom Herrn, der Himmel und Erde gemacht hat."

Psalm 121,1–2 (Neues Leben Bibel)

Beim Durchblättern eines Buches fand ich ein altes Lesezeichen mit den eben zitierten Versen, die mir den Psalm wieder in Erinnerung riefen. Der Psalm 121 gehört zu den 15 sogenannten Pilgerliedern oder Wallfahrtsliedern für den Weg nach Jerusalem. Jerusalem war zur damaligen Zeit das religiöse Zentrum in Israel. Die Stadt lag im judäischen Bergland. Kleinere Hügel und hohe Berge wechselten sich ab und machten die Reise dorthin zu einem körperlichen Kraftakt. In Schluchten und Höhlen lauerten aber auch Gefahren durch Räuber. Das Singen von Wallfahrtsliedern während der Reise ermutigte und erleichterte die beschwerliche Tour.

Ich finde in diesen Versen einen schönen Vergleich für unser Leben. Ein aufregendes und wechselvolles Jahr ist gerade zu Ende gegangen. Wir stehen am Anfang eines neuen Jahres und manchmal sehen wir vor Bergen den Weg nicht. Die Berge heißen Sorgen, Probleme und Ängste. Woher wird Hilfe für den beschwerlichen Weg durch das neue Jahr kommen? Ich glaube, vom Dichter dieses Liedes ist diese Frage im zweiten Teil des ersten Verses nicht rhetorisch gemeint, obwohl die Antwort bei einer Pilgerreise offensichtlich sein sollte. Er schaut hinauf und von dort über den Bergen kommt die Hilfe. Er kennt den Begleiter, der ihn mit Treue und Fürsorge bei der gefährlichen Reise bis ans Ziel bringen wird. Gleich im zweiten Vers stellt er die Kompetenz Gottes unter Beweis, indem er ihn als Schöpfer, der stärker und mächtiger als alles andere ist, beschreibt. Es ermutigt und tröstet mich, dass ich diesem Gott vertrauen kann, dass ich in ihm Geborgenheit finde und dass er nicht nur meine SOS-Signale empfängt, sondern dass ich Hilfe erfahren kann. Meine Sorgen – die Berge – sind zwar real, aber ich muss nicht resignieren, sondern gebe all das im Gebet an meinen Schöpfer ab. Er wird mich hindurchbringen und lässt mich seine Gnade erfahren. Der Psalm endet mit den Worten: „Der Herr behütet dich, wenn du kommst und wenn du wieder gehst, von nun an bis in Ewigkeit." (V. 8 NLB) Das sind gute Wünsche für dich und mich im neuen Jahr!

SieglindeWilke

© Advent-Verlag Lüneburg - mit freundlicher Genehmigung; http://www.advent-verlag.de