

Mein Neandertal



März 2025



Leitartikel



*Liebe
Leserinnen
und Leser,*

... es ist schon wieder soweit... noch nicht ganz, wir befinden uns ja gerade am Anfang des Monats März, aber das Ende naht schon mit Schrecken! Am letzten Wochenende wird wieder die Uhr auf „Sommerzeit“ gestellt. Wer es nicht glauben will: Ich habe mir die Mühe gemacht, die gesetzliche Grundlage für diesen Akt jährlicher Quälerei herauszusuchen. Man bezieht sich dabei auf dem § 2 der

Verordnung über die Einführung der mitteleuropäischen Sommerzeit ab dem Jahr 2002

(1) Die mitteleuropäische Sommerzeit beginnt jeweils am letzten Sonntag im März um 2 Uhr mitteleuropäischer Zeit. Im Zeitpunkt des Beginns der Sommerzeit wird die Stundenzählung um eine Stunde von 2 Uhr auf 3 Uhr vorgestellt.

(2) Die mitteleuropäische Sommerzeit endet jeweils am letzten Sonntag im Oktober um 3 Uhr mitteleuropäischer Sommerzeit. Im Zeitpunkt des Endes der Sommerzeit wird die Stundenzählung um eine Stunde von 3 Uhr auf 2 Uhr zurückgestellt. Die Stunde von 2 Uhr bis 3 Uhr erscheint dabei zweimal. Die erste Stunde (von 2 Uhr bis 3 Uhr mitteleuropäischer Sommerzeit) wird mit 2A und die zweite Stunde (von 2 Uhr bis 3 Uhr mitteleuropäischer Zeit) mit 2B bezeichnet.

Ich habe mich gefragt, ob ich wohl eine Ordnungswidrigkeit begehe oder gar eine Straftat, wenn ich nicht an besagtem letztem Sonntag im März um 2 Uhr aufstehe, um meine Uhr auf 3 Uhr

vorzustellen. Bis jetzt hat mich zumindest noch niemand dabei erwischt, dass ich es nicht getan habe. Ich habe es auch noch nie geschafft, um 2 Uhr aufzuwachen, um mir das Spektakel mal anzuschauen, wenn meine Funkuhr automatisch per Fernsteuerung von 2 auf 3 Uhr zwangsumgestellt wird. (Dabei geht das schon seit 1980, also jetzt 45 Jahre so!).

Nun ja, alles Jammern hilft nichts. Verordnung bleibt eben Verordnung! Quälen wir uns also eine Stunde früher aus den Betten und trösten uns damit, dass die Sonne auch jeden Tag ein bisschen früher aufsteht und uns bald schon wieder früh morgens freundlich anlachen wird. ...wenn es dann wirklich Sommer geworden ist.

Solange genießen wir hoffentlich einen wunderschönen beginnenden Frühling. Den wünsche ich Ihnen zumindest von Herzen!

Ihr Wolfgang Schneider

Inhalt

SEITE

2	Leitartikel
3	Inhalt / Impressum
4	Sprechzeiten
5	Beschwingte Stunden
6	Beschwingte Stunden
7	Auflösung des Kinderhäuschens Dienst-Jubiläum
8	Karneval-Vorbereitungen Jahreszeitliches Basteln
9	Jahreszeitliches Basteln
10	Umweltschutz Bauarbeiten
11	Gedicht
12	Veranstaltungskalender
13	Veranstaltungskalender
14	Veranstaltungskalender
15	Rätsel
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 (Geschäftsführer)
Talstraße 189
40822 Mettmann
www.seniorenheim-neandertal.de
www.aww.info



Redaktion:

Claudia Montowski,
Petra Neuland-Seibel
Edeltraut Süther, 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, Pflegegeld) 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!

Beschwingte Stunde

In diesem Jahr feiert die Stadt Mettmann ein besonderes Jubiläum: 600 Jahre Freiheit. Im August 1424 wurde das Dorf „Medemen“ zur Freiheit erhoben, was ein bedeutender Schritt zur Entwicklung der Stadt Mettmann war, wie wir sie heute kennen.



Anstelle eines großen Festaktes feiert die Stadt das Jubiläum ein Jahr lang von August 2024 bis August 2025 mit unterschiedlichen Aktionen und Veranstaltungen für diverse Zielgruppen.



Damit auch die Bewohnerinnen und Bewohner von Seniorenheimen an den Feierlichkeiten teilhaben können, wurden vom Kultur-Dezernat die „Beschwingten Stunden“ ins Leben gerufen. Auch in unserem Haus durften wir zwei dieser besonderen Tanznachmittage erleben. Tanzlehrer Georg Stallnig aus Köln, der für diese Aktion



gebucht worden war, brachte mit seiner Begeisterung für Musik und Bewegung alle in Schwung. Sein musikalisches Repertoire reichte von klassischen Walzermelodien über bekannten Rockballaden der Rolling Stones, „Dancing Queen“ von ABBA bis hin zu schwungvollem Boogie-Woogie und stimmungsvollen Seemannsliedern. So war für wirklich jeden Geschmack etwas dabei.



Viele Gäste staunten über sich selbst: Mit Freude bewegten sie sich im Kreis, tanzten zum Rhythmus der Musik oder



Beschwingte Stunden



schunkelten gemeinsam mit ihren Sitznachbarn. Dabei entstanden auch neue Bekanntschaften.



Herr Stallnig bereicherte die Nachmittage zudem mit persönlichen Anekdoten aus seiner Tanzschulzeit und machte die Veranstaltung so zu einem besonderen Erlebnis.



Auch Frau Wagner von der Stadt Mettmann ließ es sich nicht nehmen, an den Tanzstunden teilzunehmen und sich selbst ein Bild von der gelungenen Aktion zu machen.



Zum Abschluss sah man in viele strahlende Gesichter und Herr Stallnig verabschiedete sich von jedem einzelnen Gast

Ein herzliches Dankeschön an die Stadt Mettmann für die Organisation und an Georg Stallnig für



seinen mitreißenden Einsatz. Die Beschwingten Stunden werden uns noch lange in Erinnerung bleiben!



Auflösung des Kinderhäuschens



Einige erinnern sich vielleicht noch an die Zeiten, als wir eine Kindertagespflege im Haus hatten. Da diese bereits schon länger nicht mehr betrieben wird, hat sich



die Geschäftsführung nun dazu entschlossen, sich auch vom nicht mehr benötigten Inventar und Spielsachen zu trennen. Zu diesem Zweck wurde eine



zweitägige Verkaufsaktion im Foyer gestartet, zu der vor allem Tagesmütter geladen waren. Auch Mitarbeiter- und BewohnerInnen des Hauses nutzten die Gelegenheit, um etwas Schönes für die (Enkel-) Kinder zu kaufen.

Dienst-Jubiläum



Viktoria Wilhauk feiert Anfang März ihr 10-jähriges Dienstjubiläum als Betreuungsassistentin im Sozialdienst.



Wir danken ihr für ihren langjährigen und tatkräftigen Einsatz in unserem Haus.

Karneval-Vorbereitungen

Eine kreative und motivierte Gruppe von Männern kam Mitte Februar zusammen, um die Ummantelung für die Karnevals-Wagen für den geplanten Umzug mit den Kindern des AWO-Kindergartens Mettmann vorzubereiten.



Aufgrund krankheitsbedingter Ausfälle musste der Umzug vonseiten der Kita

leider abgesagt werden, so dass unsere Tier-Kostüme weiterhin auf ihren Einsatz warten.



An Rosenmontag soll es dann soweit sein: Zwar ohne Kindergarten-Kinder dafür hoffentlich aber genauso fröhlich und bunt möchten wir einen kleinen Umzug durchs Haus starten. Außerdem sind an Rosenmontag und Veilchendienstag kleine Feiern auf den Wohnbereichen geplant.

Jahreszeitliches Basteln

Die zwitschernden Vögel im Park und das erste zarte Grün verkünden es bereits: Der Frühling steht vor der Tür! Mit ihm erwacht nicht nur die Natur zu neuem Leben, sondern auch die Lust auf frische Farben und fröhliche Dekoration.



Auch hier im Haus ist es an der Zeit, sich von der Winterdekoration in den

Wohnküchen zu verabschieden und Neues zu erstellen. Der Sozialdienst lud hierzu alle Interessierten zu einem Bastel-Vormittag ins Foyer ein.



Mit viel Freude am Gestalten brachten sich die TeilnehmerInnen mit ihren eigenen Fertigkeiten ein und halfen mit, bald den Frühling in unser Haus ein-

Jahreszeitliches Basteln



ziehen zu lassen. An mehreren Basteltischen wurde konzentriert gearbeitet. Handwerkliches Geschick war beim Befestigen von Blumen an Dekorationsringe gefragt.



Neben dem kreativen Tun gab es viel Gelegenheit, sich mit anderen auszutauschen, zu lachen und die geschäftige Atmosphäre zu genießen.



An einem anderen Tisch wurden Apfel- oder Kirschblütenblätter bemalt. Zudem wurde mal wieder mit der Servietentechnik gearbeitet und Styroporeier und Flaschen bunt beklebt.



Die schönen Ergebnisse gibt es in den nächsten Tagen dann auf den Wohnbereichen zu bewundern.



Rätsel-Lösung

- | | |
|-----------|----------|
| 1 Zeitung | 6 Gut |
| 2 Igel | 7 Teil |
| 3 Titus | 8 Miete |
| 4 Elle | 9 Stulle |
| 5 Tee | 10 Ulme |

Gedicht

Winter, ade!

Winter, ade!
Scheiden tut weh.
Aber dein Scheiden macht,
Dass jetzt mein Herze lacht.
Winter, ade!
Scheiden tut weh.

Winter, ade!
Scheiden tut weh.
Gerne vergess' ich dein,
Kannst immer ferne sein.
Winter, ade!
Scheiden tut weh.

Winter, ade!
Scheiden tut weh.
Gehst du nicht bald nach Haus,
Lacht dich der Kuckuck aus.
Winter, ade!
Scheiden tut weh.

Hoffmann von Fallersleben (1798 – 1874)

Veranstaltungs-Kalender

Karnevalsfeiern

An den beiden Karnevalstagen möchten auch wir ein wenig närrisch sein und auf den einzelnen Wohnbereichen feiern.

Rosen-Montag, 03.03.2025

ab 10 Uhr Wohnbereich 500
ab 15 Uhr Wohnbereich BC 300
Wohnbereich 600

Veilchen-Dienstag, 04.03.2025

ab 10 Uhr Wohnbereich A 300
Wohnbereich 400
ab 15 Uhr Wohnbereich 200
Wohnbereich 100



Mittwoch, 05.03.2025

15:00 Uhr, Speisesaal

Geburtstagsfeier

Eingeladen sind alle BewohnerInnen, die im Februar Geburtstag hatten.



Bei Kaffee und Kuchen, Musik, Sitztanz und einer kleinen Spielaktion rund um das Thema „Verbindungen“ möchten wir Ihren Ehrentag nachfeiern.

Mittwoch, 12.03.2025

15:00 Uhr, Foyer

Cocktail-Nachmittag

Nach dem langen Winter sehnen wir uns alle nach dem Sommer. Um Ihnen einen Vorgeschmack auf die heiße Jahreszeit mit Sonne, Strand und Meer zu geben, möchten wir Sie zu einem Cocktail-Nachmittag einladen. Lassen Sie sich von den Barkeepern mit leckeren alkohol-freien Cocktails verwöhnen!



Sie sind herzlich eingeladen!

Veranstaltungs-Kalender

Donnerstag, 13.03.2025

15:30 Uhr, Kapelle

Themennachmittag Erfindungen

Erinnern Sie sich noch an den Nachmittag zum Thema „Wasser“? Wir möchten gerne hieran anknüpfen und dieses Mal Wissenswertes rund um große Erfindungen, die unser Leben bereichert und beeinflusst haben, in Wort und Bild präsentieren.



Dienstag, 18.03.2025

10:30 Uhr, Kapelle

Spiele-Vormittag

Wir freuen uns im März wieder auf eine gemeinsame Aktion mit den Kindern des AWO-Kindergartens Mettmann. Bei gemeinsamen Bewegungsspielen ist Spaß für Groß und Klein garantiert.



Donnerstag, 27.03.2025

15:30 Uhr, Kapelle

Musikalischer Nachmittag

Erinnern Sie sich noch an das Konzert der Familie Schwindt im letzten Jahr? Auch im März begrüßen wir die Musikerfamilie wieder bei uns im Haus. Beim Konzert präsentieren die jungen Künstler ihr Können auf der Geige, dem Cello und dem Klavier.



Freuen Sie sich auf einen musikalischen Nachtmittag mit großen Talenten!

Sonntag, 30.03.2025

Zeit-Umstellung

Es ist wieder soweit: In der Nacht vom 30. auf den 31. März werden die Uhren von Winter- auf Sommerzeit vorgestellt. Die MitarbeiterInnen des Sozialdienstes unterstützen Sie gerne beim Einstellen Ihrer analogen Uhren.



Veranstaltungskalender

Bewegungsangebote

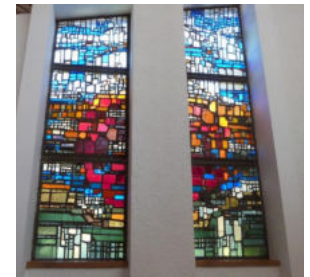
Gymnastik-Runden in der Kapelle finden an folgenden Terminen ab 10:30 Uhr für die aufgeführten Wohnbereiche statt.

Montag	WB 600 + 100
Dienstag	WB A 300 + 400
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 wird ein Austausch zu den Bibel-Lektionen angeboten.
- In der Regel findet an jedem 3. Mittwoch im Monat ein **katholischer Gottesdienst** statt (s. Tagespläne).
- In der Regel findet an jedem 2. Donnerstag im Monat ein **evangelischer Gottesdienst** statt (s. Tagespläne).



Gruppenangebote auf den Wohnbereichen

Ein buntes Programm wie Bewegungsangebote und Sitz-Yoga, Gedächtnistraining, gemeinsames Singen, Mal- und Bastelaktionen sowie Gesellschaftsspiele 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 – Do	15:00 - 17:00 Uhr
Fr + Sa	geschlossen
So + Feiertags	14:30 - 17:30 Uhr

(Änderungen s. Aushang am Café)



Rätsel

Im März ist es wieder soweit: Die Uhr wird um eine Stunde vorgestellt und auch unser Wach- und Schlafrythmus wird verschoben. Da kann schon mal etwas durcheinander geraten. In diesem Sinne versuchen sie einmal einige Buchstaben des Wortes **ZEITUMSTELLUNG** zu verschieben Welche Begriffe können aus dem Wort entstehen? Mit unseren Hinweisen, geben wir ein paar Tipps:

1 Nachrichten in Papierform

— — — — —

2 Tier mit Stacheln

— — — —

3 männlicherName

— — — — —

4 Körperteil des Arms

— — — —

5 Getränk

— — —

6 Großes Gehöft

— — —

7 Ein Stück von etwas

— — — —

8 Monatlicher Betrag für die Wohnung

— — — — —

9 Butterbrot

— — — — —

10 Baumart

— — — —



Moment mal ...

„Meine Schafe hören auf mich. Ich kenne sie und sie folgen mir.“

Johannes 10,27 (Gute Nachricht Bibel)

Ich liebe es, draußen unterwegs zu sein, vor allem im Wald. Nicht nur die herrliche Luft ist fantastisch, ich finde es auch besonders spannend, Tierspuren zu entdecken und zu deuten.

Hund? Hase? Fuchs oder ein Reh? In der Jägersprache nennt man diese Spuren Trittsiegel. Dieser Begriff verdeutlicht, wie einzigartig und unverwechselbar die Abdrücke sind. Doch nicht nur Tiere hinterlassen Spuren, sondern wir alle tun es; oft ohne es zu bemerken. Was hinterlasse ich eigentlich tagtäglich? Morgens mein zerwühltes Bett? Oder die Krümel auf dem Tisch? Oft kann ich steuern, ob meine Spuren bleiben oder nicht: Ich kann beispielsweise entscheiden, ob ich meinen Müll im Wald liegen lasse oder wieder mit nach Hause nehme und entsorge. Manche Spuren hingegen bleiben unwillkürlich: meine DNA oder meine Fingerabdrücke, mein ureigener Körpergeruch, selbst bei penibler Körperhygiene. Ich hinterlasse Spuren, ob ich will oder nicht. Es gibt aber auch solche, die unbedingt sichtbar sein sollen: Ich möchte im Leben meiner Familie und meiner Freunde Spuren der Liebe setzen, will Geborgenheit schenken und liebevoll mit meinen Nächsten umgehen.

Viele berühmte Menschen hinterlassen eindrucksvolle Spuren auf dieser Welt. Eine dieser Personen berührt mich ganz besonders: Jesus von Nazareth. Seine Spuren kann ich vor allem in der Bibel entdecken. Ich finde es inspirierend, wie liebevoll und heilend sich Jesus besonders solchen Menschen zugewandt hat, die ausgegrenzt, verzweifelt oder von Schuldgefühlen zerfressen waren. Meine Lebensspur soll der von Jesus ähneln. Dafür begeben sich immer wieder auf Spurensuche, zum Beispiel in der Bibel, und versuche immer besser zu verstehen, wer dieser Jesus eigentlich war und wie sein unverwechselbares „Trittsiegel“ aussieht. Ich will auf seine Worte hören und seinen Spuren folgen, wie es im Johannes-text heißt.

Ob meine Spuren seinen ähneln, weiß ich nicht, das können nur diejenigen beurteilen, die irgendwann einmal auf meine Spuren zurückschauen werden. Jetzt kann ich nur eines tun: die guten Abdrücke und Spuren in meinem Leben verstärken. Mit dieser Motivation gehe ich in den heutigen Tag.

Beate Strobel