

Mein Neandertal



Dezember 2025



SENIORENHEIM
NEANDERTAL

Inhalt

SEITE

2	Inhalt / Impressum
3	Sprechzeiten
4	Verabschiedung der Küchenleitung
5	Neuwahl des Bewohner-Beirats Mobiler Verkauf
6	Lichterfest
7	Tanznachmittag
8	Viren-Saison
9	Viren-Saison Dienstjubiläum
10	Weihnachtsmarkt
11	Veranstaltungskalender
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
Marwin Bremkamp (Geschäftsführer)
Talstraße 189
40822 Mettmann
www.seniorenheim-neandertal.de
www.aww.info

Redaktion:

Petra Neuland-Seibel, Claudia Montowski,
Gabriele von Mauschwitz,
Edeltraut Süther, Esther Weigt
Tel.: (02104) 987 - 0
Fax: (02104) 987 - 155
Auflage: 200 Ex. monatlich

Mittelpunkt Rezeption



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 Ute Mehlmann und Claudia Hoffmann Ihre Ansprechpartnerinnen.

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!

Verabschiedung der Küchenleitung



Ende Oktober hieß es Abschied nehmen: Unsere langjährige Küchenleitung Renate Schäfer

trat nach beeindruckenden 44 Jahren im Betrieb in den wohlverdienten Ruhestand. Zu diesem besonderen Anlass verwandelte sich unser Café in einen liebevoll dekorierten Pferdestall - ein Ort, der für die frisch gebackene Rentnerin eine besondere Bedeutung hat, da sie dort einen Großteil ihrer Freizeit verbringt.



In seiner Rede erinnerte Geschäftsführer Marwin Breckamp an vergangene Zeiten und förderte kleine Schätze aus Frau Schäfers Personalakte zutage. So las er nicht nur ihr Bewerbungsschreiben



vor, sondern überraschte alle Anwesenden auch mit einem Zeitungsartikel über ihren Sieg bei einem Wettbewerb des legendären Maggi-Kochstudio. Eine so außergewöhnlich lange Betriebszugehörigkeit lässt sich kaum in Worte fassen. Besonders hervorzuheben sind ihre unerschütterliche Loyalität, ihr unermüdlicher Einsatz, ihre Kreativität sowie die bemerkenswerte Flexibilität, mit der Frau Schäfer den vielfältigen Aufgaben und Veränderungen begegnet ist.



Wir wünschen Ihr von Herzen alles Gute und Gottes Segen für den neuen Lebensabschnitt und freuen uns auf ein Wiedersehen!



Neuwahl des Bewohner-Beirats



musste der Wahlausschuss per Losverfahren über die Reihenfolge entscheiden. Schließlich standen die 9 gewählten Beirats-Mitglieder fest, die nun ihre Amtszeit bis 12.11.2027 antreten



Fotos unseres aktuellen Beirats finden Sie an den Info-Tafeln auf jedem Wohnbereich.

Mobiler Verkauf

Wenn man selbst nicht mehr ins Geschäft fahren kann, muss dieses eben zu uns ins Haus kommen. So freuen wir uns je zweimal im Jahr über den mobilen Mode- und Schuhverkauf, der ein Einkaufen vor Ort möglich macht.



Bereits Ende Oktober war das Modemobil von Nadine Kirchner zu Gast. Frische Farben und freundliche Beratung brachten Freude ins Haus.

Neuer Termin für den Schuhverkauf ist nun **Donnerstag, der 18.12.2025 von 10–12 Uhr in unserem Foyer.**

Lichterfest



Bunt und stimmungsvoll präsentierte sich das diesjährige Lichterfest - auch wenn der Kindergarten seinen Besuch kurzfristig absagen musste.



In den Tagen zuvor waren in kreativen Gruppenangeboten farbenfrohe Laternen entstanden, die beim Fest zum Einsatz kamen und in der sanft abgedunkelten Kapelle leuchteten.



Beim gemeinsamen Singen von „Ich geh mit meiner Laterne“ und anderen bekannten Laternen-Liedern erfüllten viele Stimmen den Raum.



Mit Aufmerksamkeit verfolgten die Zuhörenden die Erzählung der traditionellen Legende des Sankt Martin. Wissenswertes gab es zudem über den „Weckmann“ zu erfahren, dessen Pfeife an den Bischofsstab des Sankt Martin erinnert.



Am Ende der Feier freuten sich die TeilnehmerInnen nicht nur über den besagten Weckmann, sondern auch über eine hübsche Topf-Blume, die wir einer freundlichen Spende des Blumenhaus „Ambiente Blumen & mehr“ aus Mettmann zu verdanken haben.



Tanznachmittag

Eine schwungvolle Stunde verbrachten die Bewohnenden dreier Wohnbereiche an einem Nachmittag Mitte November.



Tanzlehrer Marcel Möhlenbeck vom Tanzhaus Mettmann kam gut gelaunt ins Haus - im Gepäck mitreißende Rhythmen und kleine Choreografien, um einen abwechslungsreichen Nachmittag mit Sitztanz zu gestalten.



Konzentriert machten die Teilnehmenden mit und trainierten dabei nicht nur ihre Muskulatur, sondern auch ihre Koordination. Zu bekannten Liedern wie „Lollipop“, „Rote Lippen soll man küssen“ und „Die kleine Schaffnerin“ sangen die Tanzenden nebenbei noch mit.



Zum Ende legte Herr Möhlenbeck zu „Let's twist again“ zur Freude aller noch eine flotte Sohle aufs Parkett.



Viren-Saison

Norovirus, Erkältungsviren oder deren lästige Verwandtschaft sind unliebsame Gäste in den kälteren Monaten. Das Gute: Auch wenn die Viren energisch auftreten, sind sie schlecht in Ausdauer – mit den richtigen Vorsichtsmaßnahmen verlieren sie schnell an Schlagkraft.



Unser Seniorenheim ist in der Viren-saison besonders wachsam. Hier ein kleiner Blick hinter die Kulissen – und ein paar Tipps, mit denen alle Bewohner und BesucherInnen dazu beitragen können, dass die kleinen Plagegeister draußen bleiben:



Händewaschen – der Klassiker, der immer gewinnt! Ob nach dem WC, vor dem Essen oder nach dem Kontakt mit Türgriffen: Eine halbe Minute Seife wirkt Wunder. Und wer mag, kann dabei sein

Lieblingslied summen – etwa zweimal „Hoch auf dem gelben Wagen“, dann passt die Dauer perfekt.



Händedesinfektion - In unserem Haus finden Sie am Eingang und neben den Aufzügen im B und C-Flur Desinfektionsspender vor. Ein kurzer Druck – und schon verliert so mancher Virus die Lust weiterzuziehen.



Verstärkte Reinigung - Unsere Mitarbeitenden aus Hauswirtschaft und Pflege sind wahre Heldinnen und Helden. Besonders häufig berührte Flächen wie Türgriffe, Handläufe und Tische werden jetzt öfter gereinigt und desinfiziert.

Frischlucht ist der beste Raum-Erfrischer! Regelmäßiges Lüften sorgt dafür, dass die Luft klar bleibt.

Viren-Saison

Besucher – sind herzlich willkommen, aber mit Umsicht! Wer selbst erkältet ist oder Magenprobleme hat, sollte vielleicht ein oder zwei Tage später vorbeischauen.



Wie sehr ein kleines Virus das Gemeinschaftsleben im Seniorenheim verändert, konnten wir im November spüren:

Es kursierte das Noro-Virus in unserem Haus und etwa ein Viertel der BewohnerInnen war betroffen.

Dank des schnellen Handelns, der umsichtigen Hygiene-Maßnahmen und der großen Mitarbeit aller Beteiligten gelang es uns, das Virus nach zwei Wochen einzudämmen. Vorübergehende Einschränkungen konnten erfolgreich wieder aufgehoben werden, abgesagte Veranstaltungen wurden neu terminiert.

Wir danken allen für Ihre Geduld, Unterstützung und Achtsamkeit in dieser Zeit! Nun freuen wir uns umso mehr auf eine schöne Vorweihnachtszeit mit stimmungsvollen Gemeinschafts-Aktionen!

Weihnachtsmarkt



Der Weihnachtsmarkt stellt für viele seit Jahren ein Highlight in der Vorweihnachtszeit dar. Auch wenn wir hier den vermutlich kleinsten Weihnachtsmarkt der Welt haben, hat dieser doch so einiges zu bieten:

Neben zwei kleinen Verkaufshäuschen mit Dekorations-Artikeln und Geschenken hat auch unser Design im Zirkuswagen seine Tore geöffnet. Auch hier darf gestöbert und gekauft werden.

Für das leibliche Wohl wird im süßen und deftigen Häuschen bestens gesorgt. Neben Waffeln, Kuchen, Kakao und Kaffee werden auch Pommes, Würstchen, Reibekuchen mit Apfelmus und Grünkohl angeboten.

Lassen Sie sich bei Tannenduft, Lichterschein und Musik weihnachtlich einstimmen. Genießen Sie die Atmosphäre, treffen Sie sich mit anderen und wärmen Sie sich mit einem heißen Kakao oder einer Tasse Punsch auf!

Wir freuen uns auf viele BesucherInnen und einen belebten Weihnachtsmarkt!

Veranstaltungskalender

Mittwoch, 03.12.2025

15:00 Uhr, Speisesaal

Geburtstagsfeier

Eingeladen sind alle BewohnerInnen, die im November Geburtstag hatten.



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

Montag, 08.12.2025

10:30 Uhr, Kapelle

Bewohner-Vollversammlung

Eingeladen sind alle BewohnerInnen des Hauses. Der neue Beirat sowie die neue Geschäftsleitung und die Abteilungsleitungen werden sich vorstellen.



Aktionen in der Adventszeit

Mittwoch, 03.12.2025 - 16:00 Uhr

Posaunen-Chor der ev. Kirchengemeinde Hochdahl, Weihnachtsmarkt

Sonntag, 07.12.2025 - 15:15 Uhr

Advents-Singen im Foyer

Sonntag, 14.12.2025 - 15:15 Uhr

Advents-Singen im Foyer

Sonntag, 21.12.2025 - 14:30 – 16:30 Uhr

Weihnachts-Fotoaktion im Foyer



Veranstaltungskalender

Advent-Feiern für BewohnerInnen



Donnerstag, 04.12.2024 – 15:00 Uhr im Speisesaal

Advent-Feier für BewohnerInnen der Wohnbereiche 500 + 600

Dienstag, 09.12.2024 – 15:00 Uhr im Speisesaal

Advent-Feier für BewohnerInnen der Wohnbereiche A 300 + 400

Mittwoch, 10.12.2024 – 15:00 Uhr im Speisesaal

Advent-Feier für BewohnerInnen des Wohnbereichs 200 + BC 300

Dienstag, 16.12.2024 – 14:30 Uhr im Wohnbereich 100

Advent-Feier für die BewohnerInnen der Wohnbereiche 100

Stimmen Sie sich in geselliger Runde auf die Weihnachtszeit ein, lauschen Sie Gedichten und singen Sie mit uns Weihnachtslieder – die MitarbeiterInnen des Sozialdienstes freuen sich auf Sie!

Veranstaltungskalender

Mittwoch, 24.12.2025

16:30 Uhr, Kapelle

Musikalisches Heiligabend-Programm

Sie sind herzlich eingeladen zu unserem musikalischen Heiligabend-Programm. Harfenistin Lili Vanryne wird ihrem wunderschönen Instrument himmlische Klänge entlocken. Zudem werden wir zur Klavierbegleitung bekannte Weihnachtslieder singen und einen festlichen Nachmittag begehen.

Da nur begrenzt Platz zur Verfügung steht, richtet sich das Programm ausschließlich an die BewohnerInnen des Hauses.



Mittwoch, 31.12.2025

16:30 Uhr, Kapelle

Silvester-Feier

Am letzten Tag des Jahres lassen wir es noch einmal so richtig krachen. Das Küchen-Team wird ein leckeres Essen servieren. Der Sozialdienst gestaltet ein unterhaltsames Rahmenprogramm.

Bei Musik, Sitztanz und auch Besinnlichen lassen wir das alte Jahr ausklingen und begrüßen das neue im festlichen Rahmen.

Sie sind herzlich eingeladen zu einer geselligen Feier!



Veranstaltungskalender

Bewegungsangebote

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

Dienstag	WB 400
Mittwoch	WB 200 + 600
Donnerstag	WB A + BC 300
Freitag	WB 500 + 100



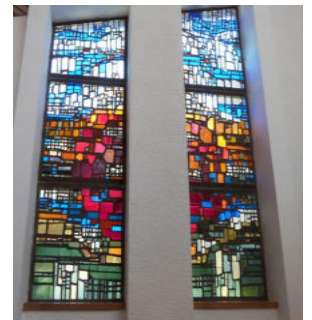
Gruppenangebote auf den Wohnbereichen

Ein buntes Programm wie Bewegungsangebote, Sitz-Yoga, Gedächtnistraining, Gesprächsrunden, Musikalisches, Kreatives sowie Gesellschaftsspiele findet auf den Wohnbereichen statt. Die Mitarbeiter des Sozialdienstes informieren Sie über die Angebote und laden dazu ein!



Religiöse Angebote

- 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 finden an jedem 3. Mittwoch im Monat ein **katholischer Gottesdienst** und an jedem 3. Donnerstag im Monat ein **evangelischer Gottesdienst** statt.
- In der Regel findet einmal im Monat ein **adventistischer Bibelkreis** in der Kapelle statt (s. Tagespläne).

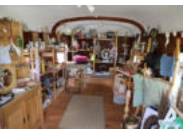


Lädchen + Design im Zirkuswagen sind zu folgenden Zeiten geöffnet:



Lädchen

Mo – Fr 10:00 – 11:00 Uhr



Design im Zirkuswagen

zu den Öffnungszeiten des Weihnachtsmarktes

Café

Unser Café ist zu folgenden Zeiten geöffnet:

Mo – Do	15:00 – 17:00 Uhr
Fr + Sa	geschlossen
So + Feiertags	14:00 – 17:00 Uhr



Gedicht

Vom Honigkuchenmann

Keine Puppe will ich haben -
Puppen geh'n mich gar nichts an.
Was erfreu'n mich kann und laben,
ist ein Honigkuchenmann,
so ein Mann mit Leib und Kleid
durch und durch von Süßigkeit.

Stattlicher als eine Puppe
sieht ein Honigkerl sich an,
eine ganze Puppengruppe
mich nicht so erfreuen kann.
Aber seh'ich recht dich an,
dauerst du mich, lieber Mann.

Denn du bist zum Tod erkoren -
bin ich dir auch noch so gut,
ob du hast ein Bein verloren,
ob das andre weh dir tut:
Armer Honigkuchenmann,
hilft dir nichts, du musst doch dran

Hoffmann von Fallersleben (1809-1894)



Moment mal ...

„Mein Lächeln brachte ihr Vertrauen wieder; sah ich sie freundlich an, so strahlten sie.“

Hiob 29, 24 (Gute Nachricht Bibel)

Ich besuchte ein Seminar, das die Leiterin ungewöhnlich begann: Sie forderte alle Teilnehmenden dazu auf, 60 Sekunden lang durchgehend zu lächeln. Etwas irritiert und peinlich berührt machten wir mit. Faszinierenderweise lachte nach den 60 Sekunden jeder ungekünstelt und herzlich. Alle bestätigten, sich nun lockerer und wohler zu fühlen. Wir erfuhren, dass unser Gehirn nach 60 Sekunden ununterbrochenen Lächelns verstärkt Serotonin, also Glückshormone, ausschüttet. Das Geschenk des Lächelns hat eine immense Macht. Es dauert nur einen Augenblick und doch kann es im Leben und in der Erinnerung meines Gegenübers unauslöschlich nachhallen.

Auch ich durfte schon erleben, dass mir das Herz aufging und mein Tag heller wurde, wenn mir ein Lächeln geschenkt wurde. Ein Lächeln bereichert uns, ohne dabei den Menschen ärmer zu machen, der es aussendet. Mit einem Lächeln können wir also alle etwas Gutes bewirken und andere Menschen beschenken. Manchmal kostet es ein wenig Überwindung, doch wer sich traut, der wird belohnt. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass Menschen, denen ich ein Lächeln schenkte, sofort zurücklächelten. Von dieser Erfahrung berichtete auch Hiob. Er fügte sogar noch hinzu, dass sein Lächeln Vertrauen bei den Mitmenschen aufgebaut hat. In der Übersetzung Hoffnung für alle heißt es: „Den Mutlosen lächelte ich aufmunternd zu, und mein froher Blick gab ihnen neue Zuversicht.“ Ist es nicht großartig, was ein Lächeln bewirken kann? Studien besagen, dass Lächeln das Leben verlängert, das Immunsystem schützt, den Stresspegel senkt und glücklicher macht. Sind das nicht wunderbare Gründe, um so viel wie möglich zu lächeln? Ein Lächeln kann einem Menschen Trost, Zuversicht, Wertschätzung, Freude, Hoffnung und Mut schenken und ein Seelentröster sein.

Ein irisches Sprichwort besagt: „Gott hat dir ein Gesicht gegeben, lächeln musst du selbst“ (Autor unbekannt). Ich wünsche dir im Alltag viele lächelnde Gesichter und den Blick für die Menschen, denen du ein Lächeln zuwerfen kannst. Vielleicht magst du den heutigen Tag auch mit 60 Sekunden des Lächelns beginnen, am besten vor einem Spiegel. Du wirst überrascht sein, wie gut das tut.

Nicole Günther