



Rund um den

Glockenturm

Das Magazin des Hospitals zum Heiligen Geist



**Eröffnung von
Haus Pfingstrose**
Wir laden Sie
herzlich ein



**Die Weihnachts-
krippe**
Eine Geschichte
für Groß und Klein



**Glück ist kein
Zufall**
Schenken Sie
ein Lächeln

■ **Wir wünschen:**

Frohe Weihnachten und ein gutes neues Jahr

Einladung zur öffentlichen Hausbesichtigung
Mittwoch, 18. Januar 2017, 10 Uhr und 15 Uhr
Anmeldung unter Tel. 040 60 60 11 11

12/
01

Liebe Leserinnen und liebe Leser,

mit der neuen Ausgabe des Glockenturms für Dezember und Januar grüßen wir Sie herzlich! Jetzt in der Adventszeit haben zahlreiche festliche Veranstaltungen in unserem Festsaal begonnen. Besonders erwähnen möchten wir die jährlichen Besuche der fünf Hamburger Hauptkirchen. Jede Kirche zaubert mit einem eigenen kleinen Programm, mit Geschichten, Gedichten, viel Musik und dem Auftritt von Kitakindern eine adventliche Stimmung für unsere Bewohnerinnen und Bewohner. Dafür sind wir sehr dankbar.

Advent bedeutet Ankunft – und so freuen wir uns sehr über die neuen Mieter, die im Dezember nach und nach in unser neues Haus Pflingstrose einziehen. Am 7. Dezember möchten wir gemeinsam mit Ihnen allen die Einweihung feiern und die ersten Mieter willkommen heißen. In die Freude über das neue Haus mischt sich die schmerzliche Nachricht, dass wir Haus Mohnblume aufgrund der großen baulichen Mängel in den kommenden Monaten schließen müssen.



Mehr dazu lesen Sie in dieser Ausgabe. Den Beginn des neuen Jahres feiern wir nach alter Hospital-Tradition mit einem Festgottesdienst mit der Lichterverteilung gemeinsam mit unserer Pastorin und den Mitgliedern des Kollegiums der Oberalten. Dazu laden wir herzlich ein. Wir wünschen Ihnen allen eine gesegnete Adventszeit, ein frohes Weihnachtsfest und ein gutes, gesundes Jahr 2017.

*Dr. Hartmut Clausen
und Frank Schubert*



*Dr. Hartmut Clausen
Vorsitzender des Vorstandes*

*Frank Schubert
Vorstand*



horizont

Bestattung | Beratung | Begleitung

Niemand geht ganz allein.

Sie genießen das Leben, aber vielleicht beschäftigen Sie sich auch mit seiner endlichen Seite? Wenn Sie es tun, ist es gerade heute umso wichtiger, nicht allein zu sein, sondern sicher zu wissen, dass es einen Anwalt Ihres letzten Willens gibt, der die Fürsorge waltend lässt, die Sie sich wünschen.

Gehen Sie nicht ganz allein.

Reden Sie mit uns über Ihre Vorstellungen:

Telefon 040-63684858

www.horizont-bestattungen.de

Raphaela und Volker Winkler | Fuhsbüttler Straße 777 | 22337 Hamburg

INHALT



Pilgerwanderung

Eine deutsche Filmkomödie
über Hape Kerkeling



Neuer Fitness-Zirkel

Zusammen Sport treiben
und Spaß haben

Editorial 02

Moment mal

Geistliches Wort Pastorin Hirt 04

Gut zu wissen

Eröffnung Haus Pfingstrose 06

Schließung Haus Mohnblume 08

Energiemanagement 08

MDK-Prüfung in der Tagespflege 08

Arbeiten bei uns

Brücken bauen – Projekt „PaSS“ 09

Leben bei uns

Frohes Fest 24

Pia causa luminis 07

Nachruf auf Giesela Lembcke 30

Trauercafé 30

Titelgeschichte

Weihnachtskrippen 10

Natur & Gesundheit

Beweglich bleiben 16

Fitness-Zirkel in Haus Pfingstrose 17

Gesellschaft

Mitten im Leben sein 15

Glück ist wie ein Schmetterling 28

Hamburg, meine Perle 25

Humor

Gute-Laune-Seite 21

Genuss

Aktuelles aus dem Parkrestaurant ... 18

Spiel & Spaß

Preisrätsel 20

Veranstaltungen

„Des Kaisers neue Kleider“ 12

Kleiner Wochenmarkt 12

Bilderausstellung 13

Traditionelles Weihnachtskonzert 13

Winter-Schluss-Verkauf 14

Kinovergnügen 14

Lampenfieber 24

Aus dem Freundeskreis 26

Unsere Hobbykurse 31

Terminübersicht Dez./Jan. 32

Jubilare 34

Services 34

Kontakt-Adressen 35

Impressum 30



Schreiben Sie uns!

Unsere Redaktions-
briefkasten finden
Sie am Empfang des
Kundenzentrums.

Liebe Menschen im und um das Hospital!



Wir gehen jetzt in die Adventszeit und leben damit innerlich auch auf die Weihnachtszeit zu. Mir ergeht es so, und ich freue mich sehr auf eine fröhliche Weihnachtszeit.

Es gibt ein Lied aus unserem Gesangbuch, das im klassischen Sinne gar kein Weihnachtslied ist und doch als eines gelten kann: „In dir ist Freude in allem Leide!“ (EG 398). Was für ein fröhliches Lied das ist! Wer immer in seinem Leben es schon gesungen hat, hat die mitreißende Melodie im Ohr.

Auf Schritt und Tritt ist diesem Lied seine Herkunft als Tanzlied anzumerken. Man möchte gleich Stühle und Bänke beiseite rücken und zum Tanz aufrufen! Sie, liebe Leserin und lieber Leser, wissen sicherlich, dass es in den nordischen Ländern zu der weihnachtlichen Tradition gehört, um den Lichterbaum im Reigen zu tanzen und so seiner Freude Ausdruck zu verleihen!

Freude, dass ich mich zu Gott halte!“ wird in den ersten Worten des Liedes aufgenommen. Es bezieht sich auch auf Römer 8, 38f, wo Paulus schreibt: „Ich bin gewiss, dass weder Tod noch Leben, weder Gegenwärtiges noch Zukünftiges uns scheiden kann von der Liebe Gottes, die in Christus Jesus ist!“ Das Lied stützt sich zudem auf Verse aus dem zweiten Korintherbrief, wo es heißt: „Wir erweisen uns als Diener Gottes: ... als die Sterbenden, und siehe, wir leben; als die Traurigen, aber allezeit fröhlich, als die Armen, aber die doch viele reich machen, als die nichts haben, und doch alles haben!“ Vor allem aber rühmt das Lied Jesus Christus als den Heiland und Retter, als den großen Antipoden von Teufel, Welt, Sünde und Tod. Eine unerschütterbare Glaubensgewissheit spricht sich in dem Lied aus. Das Lied versteht sich als die Summe des Evan-

geliums! Sein Inhalt ist nicht minder schwungvoll als seine Melodie, komponiert von J.S. Bach. Und wenn zu dem Lied noch Posaunen und Trompetenklänge hörbar werden, dann schlägt jedes Christenherz schneller und höher – meines auf jeden Fall.

Aber wie steht es mit der Aussage „In dir ist Freude, in allem Leide!“? Wie steht es mit dem Verhältnis von Freude und Leid?

Nach unserer Erfahrung sind beide kaum miteinander vereinbar. Von dem



Vom Inhalt her erstrahlt das Lied von Freude und Zuversicht, eben wirklich weihnachtlich! Es bündelt eine Fülle von Bibelstellen, die von der Freude und dem Trost handeln. Der 73. Psalm „Das ist meine

berühmten Baseler Theologen Karl Barth wird berichtet, dass er im hohen Alter beim Geburtstagsbesuch zu seinem Fakultätskollegen sagte: „Lächeln kann ich noch, aber nicht mehr lachen!“ Und doch

wusste Barth zugleich, dass die Freude an Jesus die schützende Schale seines Lebens war, dass körperliche Schwäche, Sorgen und Leid zum Leben dazu gehören und hingenommen werden müssen.

Diese Freude an der grenzenlosen und unnachahmlichen Treue, die Jesus zu seinem Vater im Himmel gehalten hat, und allem, was Jesus Christus für uns Menschen getan hat, diese Freude prägte das Leben von Karl Barth. Sein ganzes Leben hatte Barth geforscht, nachgedacht, geschrieben und war sich sicher, was Jesus für uns getan hat: Unbeirrt geht Jesus seinen Weg zum Kreuz, um für uns alle zu sterben, damit wir Erlösung von Schuld und Tod erfahren. Für alle Menschen, für die gesamte Welt nimmt er diesen Leidensweg auf sich. Er setzt sich über menschliche Schranken hinweg und tritt für alle Menschen ein. Er fragt nicht nach ihrem sozialen Status, nach ihrer politischen oder religiösen Überzeugung oder nach ihrer Hautfarbe. Er unterteilt die Menschen nicht in Gute und Böse, in Angesehene und Verachtete, in Dumme und Gescheite, in Weiße und Schwarze, Gelbe oder Braune, Prominente und einfache Bürger, so wie wir es tun. Er wischt alle Urteile und Vorurteile beiseite und geht schließlich entschlossen seinen Weg in den Tod. Wahrhaftig, er verliert sein Leben, aber dennoch ist es ein sinnvolles und erfülltes Leben. Er gibt es hin und rettet damit die ganze Welt. Er hält es nicht krampfhaft fest, aber dennoch bleibt er Herr über sein Leben. Er geht in den Tod und schafft damit Leben, ewiges Leben sogar, das Leben im Angesicht Gottes. „Lächeln kann ich noch, aber nicht mehr lachen!“, hatte Karl Barth gesagt. Aber bis zu seinem Lebensende wusste er

sich eingehüllt von Gottes Freude und Gnade. „Es wird regiert!“ war eines seiner letzten Worte. Hier hatte die Zuversicht über alle Resignation gesiegt. In einem Gespräch hat mir eine Bewohnerin, die es schwer hatte, einmal gesagt: „Mit Gott kann ich nichts anfangen, aber der da“, und dabei deutete sie auf die aus Holz geschnitzte Christusfigur, „der hatte es ebenfalls schwer, der versteht mich!“ Darin lebte für sie unaussprechlicher Trost, denn sie wusste, dass sie nicht allein gelassen ist. Wer so reden kann, der verspürt in allem Leide dennoch Freude, und das heißt: Trost und Hoffnung. Und genau darin liegt die Botschaft dieses Liedes: Wir sind nicht geschieden von der Liebe Gottes.

Auf alten Kirchenorgeln findet sich manchmal in lateinischer Sprache der Satz: „Musica praeludium vitae aeternae!“ – „Die Musik ist ein Vorspiel des ewigen Lebens!“ Was wäre unser Leben und vor allem unser Leben vor Gott ohne die Musik! Wenn wir singen, dann sind wir frei von unseren Mühen und Lasten und ganz außer uns bei Gott. Unser Leben bekommt dadurch eine neue Dimension.

Und so wünsche ich Ihnen von Herzen eine gesegnete Adventszeit und eine fröhliche Weihnachtszeit, ein friedliches Jahr 2017 A. D. – und Momente, wo Sie mit einstimmen in die Lieder dieser so besonderen Zeit.

Ihre



Ihre Pastorin Hanna Hirt

Vorschau

■ Gemeinsam mit Hauptpastor und Propst Dr. M. Vetter lade ich Sie herzlich zum Gottesdienst am **2. Advent, den 4. Dezember 2016, um 10.00 Uhr** ein. ■ Am **Dienstag, den 27. Dezember 2016**, lade ich Interessierte herzlich ein, mit mir zum konzertanten Krippengottesdienst in die **Hauptkirche St. Michaelis** zu fahren. Abfahrt vom Empfangszentrum um **16.30 Uhr** mit den Hospitalbussen (Rechtzeitige Anmeldung an der Rezeption erforderlich). ■ Am **Sonntag, den 29. Januar**, feiern wir um **10.00 Uhr** den **Festgottesdienst Pia Causa Luminis** gemeinsam mit dem Kollegium der Oberalten und dem Vorstand.

Herzliche Einladung zur Eröffnung von Haus Pfingstrose

Es ist soweit! Das neue Haus Pfingstrose ist nach einjähriger Bauzeit fertiggestellt worden. Vor kurzem wurde unser neues Haus im Wohnen mit Service offiziell an uns übergeben. Ab dem 1. Dezember ziehen die ersten Mieter der 59 seniorengerechten Wohnungen ein.

Die offizielle Einweihung möchten wir gern mit Ihnen feiern und laden Sie herzlich dazu ein.

Wir freuen uns sehr, Herrn Dr. Andreas Dressel, Fraktionsvorsitzender der SPD-Fraktion und Mitglied der Hamburgischen Bürgerschaft, bei der feierlichen Eröffnung begrüßen zu dürfen. Er wird neben dem Präses des Kollegiums der Oberalten, dem Vorstand des Hospitals sowie einem Vertreter des Bauträgers und der Architektin ein Grußwort an die Gäste richten. Unsere Pastorin Frau Hirt wird in einer

kleinen Andacht das Haus einweihen. Im Anschluss an die feierliche Eröffnung sind alle Gäste herzlich eingeladen, bei einem kleinen Schmaus und Umtrunk noch etwas zu verweilen. Wir freuen uns auf Ihr Kommen! ■ *Der Vorstand*

Mittwoch, 7. Dezember 2016 · 11.00 Uhr
Platz vor dem neuen Haus Pfingstrose

Hospital zum Heiligen Geist · Hinsbleek 10 · 22391 Hamburg



Einladung zum Gottesdienst mit Lichterverteilung



Am **Sonntag, den 29. Januar 2017 um 10.00 Uhr** feiern wir wieder einen besonderen Gottesdienst im Festsaal, zu dem das Kollegium der Oberalten Sie alle herzlich einlädt. Dieser Gottesdienst mit der symbolischen Übergabe des Lichtes „Pia causa luminis“ erinnert an eine alte Tradition aus der langen Geschichte des Hospitals. In früherer Zeit, als es noch kein elektrisches Licht gab, überreichten die Oberalten den Bewohnern des Hospitals zum Heiligen Geist Wachskerzen – die milde Gabe des Lichts. Heute verteilen wir als symbolisches Licht eine Marzipankerze.

Im Anschluss an den Gottesdienst findet wieder ein kleiner Empfang im Foyer des Festsaals statt. Mitglieder des Kollegiums der Oberalten werden anschließend in die Häuser gehen und dort an die Bewohner und Mitarbeiter Kerzen verteilen. ■

Dr. Michael Labe

Präses des Kollegiums der Oberalten

Gottesdienst
„Pia causa luminis“

Wann: Sonntag,
29. Januar, 10.00 Uhr

Wo: Festsaal

Hausgottesdienste im Dezember 2016

Pastorin Hanna Hirt	Di., 06.12.16	15.00 Uhr	Haus Dahlie	1. OG, Speisesaal
Pastorin Hanna Hirt	Mi., 07.12.16	15.00 Uhr	Haus Goldregen	3. OG, Gemeinschaftsraum
Pastorin Hanna Hirt	Mi., 14.12.16	15.00 Uhr	Haus Arnika	4. OG, Kaminzimmer
Pastorin Hanna Hirt	Do., 15.12.16	10.00 Uhr	Haus Begonie	EG, Oase

Hausgottesdienste im Januar 2017

Pastorin Hanna Hirt	Di., 10.01.17	10.00 Uhr	Haus Enzian	Nikolaikapelle
Pastorin Hanna Hirt	Do., 12.01.17	15.00 Uhr	Haus Hortensie,	EG, Tagespflege
Pastorin Hanna Hirt	Di., 17.01.17	10.00 Uhr	Haus Orchidee	EG, Speisesaal
Pastorin Hanna Hirt	Mi., 18.01.17	15.00 Uhr	Haus Goldregen	3. OG, Gemeinschaftsraum
Pastorin Hanna Hirt	Di., 31.01.17	10.00 Uhr	Haus Hortensie	1. OG, Speisesaal

Schließung Haus Mohnblume

In der vergangenen Zeit hat sich mehr und mehr gezeigt, dass die Gebäudesubstanz von Haus Mohnblume in einem sehr schlechten Zustand ist. Die umfangreichen Mängel in dem Haus hängen sowohl mit der Bungalow-Bauweise, als auch mit den großen Flachdachflächen zusammen. Im September mussten wir vorsorglich zwei Zimmer schließen. Eine daraufhin durchgeführte Bestandsaufnahme des Gebäudes hat ergeben, dass wir das Haus nicht

mehr lange nutzen können. In der Verantwortung für die dort lebenden und arbeitenden Menschen haben wir uns entschlossen, das Haus im Frühsommer 2017 zu schließen. Wir möchten an dieser Stelle versichern, dass wir sowohl für die Bewohner als auch für die Mitarbeiter von Haus Mohnblume eine Lösung für eine gesicherte Zukunft im Hospital finden werden. Mit allen Betroffenen sprechen wir persönlich.

Einführung eines Energiemanagements

Als große Senioreneinrichtung ist es uns ein wichtiges Anliegen, etwas für die Umwelt zu tun und unseren Energieverbrauch in den nächsten Jahren nachhaltig zu reduzieren. Wir haben uns daher zur Einführung eines „Energiemanagements nach DIN EN ISO 50001“ entschlossen. Ein funktionierendes Energiemanagement ist ein laufender Verbesserungsprozess, der alle Menschen, die bei uns leben und arbeiten, anspricht. Wir alle können dazu beitragen, das gesteckte Ziel zu erreichen, denn wir gehen alle jeden Tag mit energieverbrauchenden Dingen um, sei es die Heizung in den Räumen, die Beleuchtung oder der Umgang mit Gerätschaften in der Küche. Hier können wir beim sorgsamem Umgang vom Einschalten bis zum Ausschalten direkten Einfluss auf unseren Energieverbrauch nehmen. Die



Einführung eines dauerhaften Energiemanagements wird durch eine Gesellschaft zertifiziert, die das gesamte Verfahren nach vorgegebenen Richtlinien prüft.

MDK-Prüfung in der Tagespflege

Erstmals wurde vor kurzem unsere Tagespflege in Haus Hortensie vom Medizinischen Dienst der Krankenkassen geprüft. Die Prüfungen sind sehr gut

verlaufen und haben zu keinen Beanstandungen geführt. Darüber freuen uns mit dem Team der Tagespflege und ihrer Leitung Frau Siegmund.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'H. Clausen'.

Dr. Hartmut Clausen
Vorsitzender des Vorstandes

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'F. Schubert'.

Frank Schubert
Vorstand

Brücken bauen zwischen Jung und Alt

Das Projekt „PaSS“ fördert den Kontakt zwischen Schülern und älteren Menschen

Begegnungen aufbauen

„Nicht jedes Kind hat Großeltern oder ist mit ihnen oft zusammen. Dabei ist eine Begegnung zwischen den Generationen nicht nur für alte Menschen, sondern auch für Kinder und Jugendliche bereichernd und wichtig, um Verständnis zwischen den Generationen entstehen zu lassen.“ Das ist kurz gefasst das Ziel des Projektes PaSS, „Partnerschaften zwischen Schulen und Senioreneinrichtungen“, das 2013 von der Initiative „seniorTrainerin“ Hamburg ins Leben gerufen wurde.

Die Behörde für Gesundheit und Verbraucherschutz gab den Impuls dazu. Eine der Koordinatorinnen des Projektes ist Anneliese Kron. Für sie ist es das Ziel, dass sich Schüler- und Seniorengruppen über einen längeren Zeitraum regelmäßig zu gemeinsamen Aktivitäten treffen und so eine Barriere zwischen Jung und Alt gar nicht erst entstehen kann.

„Die Vorstufe kann ein Schulpraktikum sein. In diesen Fällen unterstützen wir seniorTrainer Schulen und Schüler gern bei der Vermittlung von Kontakten zu Senioreneinrichtungen. Wir tun dies immer in der Hoffnung, dass daraus einmal eine längerfristige Partnerschaft entsteht.“

Gemeinsam Zeit verbringen

Der 14-jährige Julian Alexander Robbe ist Schüler der 9. Klasse der Irena Sendler Schule in Wellingsbüttel und absolviert gerade sein zehnstündiges Praktikum in unserer Tagespflege Heilig Geist. Warum er gerade den Kontakt zu älteren

Menschen sucht, erklärt er so: „Mein Opa lebt auch in einer Senioreneinrichtung, von daher kenne ich das schon etwas, aber eine Tagespflege kannte ich bisher nicht“.

Nachmittags besucht der fröhlich-sympathische Schüler nun die Tagespflegegäste und unterhält sich mit ihnen, bastelt mit oder liest etwas vor. „Sie sind



alle sehr offen hier, und ich finde es gut, dass hier so viel zusammen gemacht wird.

Wir hatten schon viel Spaß zusammen“, stellt er fest. In seiner Freizeit reitet Julian gern und spielt außerdem Basketball. Ob die Erfahrungen im Umgang mit älteren Menschen vielleicht auch Einfluss auf seinen späteren Beruf haben werden, weiß er noch nicht, „ich könnte mir das aber vorstellen.“ ■ sh

Ihm gefällt es in der Tagespflege: Julian Alexander Robbe mit „Schnuppergast“ Peter Kliewe und der Leiterin der Tagespflege Katy Siegmund



Festlicher Anblick:
Unsere Krippe im Festsaal



Weihnatskrippen

Das Geschehen im Stall

So zog auch Josef von der Stadt Nazareth in Galiläa hinauf nach Judäa in die Stadt Davids, die Bethlehem heißt; denn er war aus dem Haus und Geschlecht Davids. Er wollte sich eintragen lassen mit Maria, seiner Verlobten, die ein Kind erwartete. Als sie dort waren, kam für Maria die Zeit ihrer Niederkunft, und sie gebar ihren Sohn, den Erstgeborenen. Sie wickelte ihn in Windeln und legte ihn in eine Krippe, weil in der Herberge kein Platz für sie war. (Lk 2,4-7)

Die Weihnachtsgeschichte aus dem Lukas-Evangelium ist wohl die schönste und bekannteste Geschichte einer Geburt. Sie gehört in der christlichen Welt zum Weihnachtsfest dazu und wird in Kirchen wie auch im häuslichen Bereich gern dargestellt. Krippen als Ort des Weihnachtsgeschehens sind fester Bestandteil des kirchlichen und häuslichen Weihnachtsschmucks und werden in allen erdenklichen künstlerischen Stilen und Materialien gefertigt.

Kleine Krippengeschichte

Die Darstellung des Weihnachtsgeschehens geht zurück auf den Heiligen Franz von Assisi, der 1223 in einem Kloster im italienischen Greccio die Geburt Christi in einem echten Stall in einer Felsengrotte mit Ochs, Esel und einer Krippe nachstellte. Damit wollte er der Bevölkerung die Geburtsgeschichte von Jesus nahe bringen. Zur Zeit der Reformation waren es die Jesuiten- und Franziskaner-Orden, die sich um die Darstellung des Weihnachtsgeschehens bemühten und in den Kirchen kleine Kästchen mit biblischen Darstellungen aufstellten. Den Einzug in den privaten häuslichen Bereich erhielten die Krippen im 18. Jahrhundert,

zur Zeit von Kaiserin Maria Theresia und Joseph II. Diese hatten ein Krippenverbot in Kirchen verhängt und auch nachdem dies aufgehoben wurde, blieb der Brauch, an Weihnachten Krippen im Haus aufzustellen, erhalten. Im evangelischen Deutschland förderte im 19. Jahrhundert Gustav Jahn das Aufstellen von Krippen. Er war Leiter der Züllchower Anstalten und ließ von den dort lebenden Kindern Krippenfiguren fertigen.

Zartes Strohkunstwerk

Gertraude Steffens aus Haus Dahlie hütet seit 40 Jahren ihre wunderschöne, zarte Strohkrippe, deren Figuren sie selbst gebastelt hat. „Als damalige Leiterin der Evangelischen Bildungsstätte in Horn nahm ich teil an einem Bastelkurs mit Stroh. So sind nach und nach die Krippenfiguren entstanden, Maria und Josef, das Kind in der Krippe, die drei Weisen aus dem Morgenlande, der Erzengel und Schafe. Mein Mann hat dann später den Stall dazu gebaut, ebenfalls aus Stroh“, erzählt sie. Das Jahr über verwahrt sie die Krippe mit all ihren zarten Figuren sorgsam in einer großen Schachtel und baut sie jedes Jahr zur Adventszeit auf. „Das ist immer wieder eine Freude für mich“.

Krippe zum Spielen

Die fünfjährige Elisabeth, Tochter unserer Mitarbeiterin Carina Fehr, hat die einzelnen Teile ihrer Playmobil-Krippe vor zwei Jahren in ihrem Adventskalender vorgefunden. „Das Christkind kam Heiligabend noch dazu, als ich das letzte Türchen öffnen durfte“, erzählt sie. Seither wird die Krippe jedes Jahr in der Adventszeit wieder hervorgeholt. Elisabeth liebt es, ihre Krippe zusammenzubauen und damit zu spielen, am liebsten gemeinsam mit ihrer Kusine Magdalena. Die Weihnachtsgeschichte kennen beide gut und spielen das Geschehen im Stall von Bethlehem nach. „Das macht mir viel Spaß“, freut sich Elisabeth auch in diesem Jahr.

Krippe in unserem Festsaal

Sie ist wunderschön gestaltet, die Krippe, die jedes Jahr zu Weihnachten bei uns im Festsaal aufgebaut wird. Die Figuren der Krippe stammen aus einer traditionellen Holzschneidwerkstatt in Niedersachsen und sind handgefertigt aus Lindenholz, das anschließend bemalt wurde. Die Krippe ist eine Spende des Freundeskreises aus dem Jahr 2003. Seither wird sie mit viel Liebe jedes Jahr wieder aufgebaut zur Freude aller, die den Festsaal zu Weihnachten besuchen. ■ sh



Eine Freude für klein und groß:
Die Krippe lässt uns auf die ursprüngliche Bedeutung zurückkommen.



„Des Kaisers neue Kleider“

Die Henneberg Bühne lädt alle Bewohner und Mitarbeiter, groß und klein, herzlich zu dem beliebten Weihnachtsmärchen ein

Wie jedes Jahr gibt es ein traditionelles Märchen auf der Bühne im Festsaal zu sehen und wird unsere Bewohner und Mitarbeitenden und deren Kinder erfreuen.

Was dabei am Ende rausgekommen ist, werden die Schauspieler der Henneberg Bühne, die seit August proben, uns und den Besuchern im Festsaal am Freitag, den 2. Dezember präsentieren. Dieses eher lustig inszenierte Märchen (Regie: Rolf Beier) hat bereits während der Proben für sehr viel Spaß unter den Schauspielern gesorgt. Also, lassen Sie sich überraschen, welche neuen Kleider der Kaiser am Ende trägt. Während der Vorstellungen werden im Foyer kleine Speisen und Getränke durch Mitglieder der Henneberg Bühne zum Verkauf be-

reitgehalten. Weitere Aufführungen für alle Interessierten finden auch am Wochenende 3./4./9./10. und 11. Dezember statt. Kartenverkauf hierfür über das Kartentelefon: (040) 60 60 1-449 oder eine Email an: karten@hennebergbuehne.de. ■ kp



Der dänische Dichter Hans Christian Andersen veröffentlichte 1837 erstmalig diese Geschichte. Als Idee dazu diente ihm das damals durchaus übliche, überzogene Gehabe der Kammerherren und Hofdamen am dänischen Königshof, einschließlich der gekrönten Majestäten.

Weihnachtsmärchen für Bewohner und Mitarbeiter

Wann: Freitag, 2. Dezember 2016, 17.00 Uhr

Wo: Festsaal

Eintritt frei

Der kleine Wochenmarkt

8.30 – 13.00 Uhr
Kehre am Krämerladen

Montag, 12. Dezember 2016 * * * Montag, 9. Januar 2017



Die Verkaufsstände bieten Ihnen folgende Produkte an:

- * Obst und Gemüse aus dem Alten Land
- * Kartoffeln, Eier, Kürbisse, Kohl u.v.m.
- * Frische Berliner, Spritzkuchen, Quarkbällchen
- * Bonbons + Süßigkeiten
- * Käse-Spezialitäten
- * Grillwurst
- * Blumen und Pflanzen

Jeden 2. Montag im Monat

Einladung zur Bilderausstellung

„Schönheit liegt im Auge des Betrachters“ – Haus Hortensie zeigt Gemälde

Tamia Haun, Susanne Goldenbaum und Alfred Seyffarth haben eines gemeinsam: Sie malen leidenschaftlich gern in ihrer Freizeit. Doch ihre Bilder haben sehr unterschiedliche Stile und damit ihre eigene Entstehungsweise. Tamia Haun und Alfred Seyffarth waren früher Lehrerkollegen und haben sich später in der Malschule wiedergetroffen. Beide malen hauptsächlich in Öl. Sie bevorzugen ihre eigenen Farben und Themen für ihre Bilder. Susanne Goldenbaum, Mitarbeiterin in der Zentralküche, arbeitet mit Acrylfarben und weiteren Materialien, aus denen frei assoziierte, eher abstrakte Collagen entstehen. Mit einer gemeinsamen Bilderausstellung in der Kurzzeitpflege in Haus Hortensie wollen die Drei einige ihrer Werke ausstellen und dem Betrachter nahebringen.

„Schönheit liegt im Auge des Betrachters“ – so lautet das Motto der diesjährigen Ausstellung, zu der Sie herzlich eingeladen sind. Am **12. Dezember** um **15.30 Uhr** wird die Ausstellung mit einem kleinen Sektempfang eröffnet. Die drei Maler werden anwesend sein und freuen sich auf die Begegnung mit den Besuchern. Die Ausstellung wird bis Mitte März 2017 in Haus Hortensie zu sehen sein. ■ sh



Landschaftsbild
von Alfred Seyffarth

Ausstellungseröffnung

Wann: Montag,
12. Dezember,
15.30 Uhr

Wo: Haus Hortensie,
1. Etage

Eintritt frei

Traditionelles Weihnachtskonzert

Der Hamburger Knabenchor St. Nikolai erneut zu Gast in unserer „Kleinen Stadt“. Stimmungsvoller Abschluss aller Veranstaltungen in diesem Jahr

Wir freuen uns, dass der Hamburger Knabenchor St. Nikolai, der ein klassischer Knabenchor mit Knaben- und Männerstimmen ist, erneut den festlichen Abschluss unserer vielen Veranstaltungen im Hospital mit einem Konzert im Dezember gestalten wird.

Am Donnerstag, den 15. Dezember um 19.00 Uhr präsentiert der Hamburger Knabenchor live unter der Leitung von Kirchenmusikdirektorin Rosemarie Pritzkat, eine Auswahl aus ihrem umfangreichen Weihnachtsliederprogramm.

Ergänzt durch Beiträge von Hauptpastor und Propst Dr. Vetter werden wir auf die kommenden Weihnachtsfesttage eingestimmt. Wir laden alle Bewohnerinnen, Bewohner und Mitarbeitenden hiermit herzlich ein. Die Veranstaltung ist kostenfrei und findet ohne Pause statt. ■ kp

Wir laden alle Bewohnerinnen, Bewohner und Mitarbeitenden hiermit herzlich ein. Die Veranstaltung ist kostenfrei und findet ohne Pause statt. ■ kp



Weihnachtskonzert

Wann: Donnerstag,
15. Dezember,
19.00 Uhr

Wo: Festsaal

Eintritt frei

Winter-Schluss-Verkauf

**Bis zu 60 % Rabatt auf das gesamte Sortiment!
Vielleicht ist auch etwas Schönes für Sie dabei?**

Der ModeKurier lädt alle Mode-Interessierten zum Saison-Schluss-Verkauf am **18. Januar 2017 von 10.00 bis 16.00 Uhr** in den **Festsaal** ein. An diesem Tag gibt es auf das gesamte Sortiment Rabatte bis zu 60%! Ein Durchstöbern lohnt sich! Von den kuscheligen Pullovern des österreichischen Herstellers Karntner in den aktuellen Modetönen bis zu den sportlichen Shirts von Hans Schäfer in der angenehmen Baumwoll-Qualität ist alles reduziert worden. Natürlich auch



das bewährte Blusensortiment, gern in Kombination mit der passenden Weste. Klassiker wie Hosen – auch mit Komfortbund, schöne Accessoires, z.B. passende Tücher und Taschen komplettieren das Angebot an diesem Schlussverkaufs-Tag. Alle Bewohner sind herzlich eingeladen, an diesem Tag in den Festsaal zu kommen. Das Team vom ModeKurier berät Sie gerne und ist auch bei der Anprobe behilflich. Wir freuen uns auf Ihr Kommen! ■ kp

Schluss-Verkauf

Wann: Mittwoch,
18. Januar 2017,
10.00 – 16.00 Uhr

Wo: Festsaal

Eintritt frei

Kinovergnügen am Nachmittag

„Ich bin dann mal weg“ ist eine deutsche Filmkomödie und basiert auf dem gleichnamigen Bestseller von Hape Kerkeling, in dem er seine Pilgerwanderung auf dem Jakobsweg beschreibt.

Der Entertainer Hape Kerkeling bricht auf der Bühne zusammen. Ein Arzt verordnet ihm eine Zwangspause von mehreren Monaten. Bald erzählt er seiner verblüfften Agentin Dörte von seinem ganz besonderen Entspannungs- und Selbstfindungsplan: In Erinnerung an seine



gläubige Oma will Hape den Jakobsweg entlangpilgern. Im französischen Saint-Jean-Pied-de-Port angekommen, lernt er zwei andere Pilgerinnen kennen, die zurückhaltende Stella und die forsche englische Journalistin Lena, die er jedoch bald wieder aus den Augen verliert. Der steinige, steile Weg ist für den Sportmuffel Hape beschwerlich, die überfüllten, engen Pilgerherbergen sagen ihm nicht zu. Er will abbrechen, doch Lena, Stella und der südamerikanische Lebenskünstler Americo bringen ihn wieder auf Kurs, der Jakobsweg wird zum unvergessenen Erlebnis. Vor und während der Veranstaltung bieten wir Kaffee, Kuchen und Softgetränke an. ■ kp

Kinovergnügen

Wann: Mittwoch,
25. Januar 2017,
14.30 Uhr

Wo: Festsaal

Eintritt: 5,00 €

Mitten im Leben sein

**„Alt macht nicht das Grau der Haare,
alt macht nicht die Zahl der Jahre,
alt ist, wer den Humor verliert
und sich für nichts mehr interessiert“**

Gotthold Ephraim Lessing

Von dieser Erkenntnis haben mich bereits viele Bewohner in den vergangenen acht Jahren meiner Beschäftigung im Hospital überzeugt. Immer wieder ist es interessant und faszinierend, wenn mir Senioren aus ihrem Leben früher, aber vor allem von heute erzählen.

Trotz Winter des Lebens in voller Blüte

„Wer rastet, der rostet“, sagt Emil Lucassen (94) aus Haus Krokus. „Das ist mein Lebensmotto, seit ich aus dem Berufsleben ausgeschieden bin.“ Er ist stets mobil: ob Kegeln, Gymnastik, ein ausgiebiger Spaziergang oder bei den Hamburger Jungs sein. Mit Stolz verrät er, wie seine drei Urenkel (neun, sieben und vier Jahre) ihn auf Trab und somit fit halten. Selbstverständlich kommt der Genuss nicht zu kurz, so gibt es zu jedem Mittagessen ein Glas Bier.

Sich niemals unterlassen

„Für 2017 habe ich mir bereits fest vorgenommen, mit meiner Tochter Hamburgs Hafen-City unsicher zu machen“, verkündet Wilfried Kühn (90) aus Haus Tulpe enthusiastisch. „Früher war ich im Bauwesen tätig und deshalb interessieren mich die Bauwerke dort ganz besonders.“ Wilfried Kühn erzählt von seinen zwei akut erlittenen Krankheiten und deren argen Folgen, mit denen er bis zum Ende seiner Tage leben muss und deshalb mitunter täglich starke Schmerzmittel einnimmt. „Jeden Morgen mache ich bei ge-

öffnetem Fenster meine von der Reha übernommenen Atemübungen und statt Fahrstuhl nehme ich grundsätzlich die Treppen zum 2. Stock – dadurch ist meine Kurzatmigkeit viel besser geworden. Außerdem schöpfe ich viel Kraft aus dem Glauben und interessiere mich sehr für Politik, Wirtschaft und das Weltgeschehen. Mir ist wichtig, jeden Vormittag unterwegs zu sein, ob ein strammer Spaziergang oder ein Besuch im AEZ.“ Aktivität ist für Wilfried Kühn die beste Ablenkung von seinen Beschwerden.

Geschenkte Zeit

Heute endlich alles zu unternehmen und zu tun, wozu früher selten Zeit blieb, weil berufliche und familiäre Verpflichtungen Priorität hatten, empfindet Magdalene Mähne (88) aus Haus Sonnenblume als ganz besonders schön im Alter. „Ich habe viele Interessen und somit ist mir nie langweilig“, sagt sie fröhlich. „Malerei interessiert mich ganz besonders und ich habe bereits viele Museen besucht. Heute habe ich viel mehr Zeit zum Lesen. Es macht mir Spaß, mein Wissen zu erweitern und mich im Anschluss mit anderen in netter Gesellschaft auszutauschen. Für mein Wohlbefinden gehe ich regelmäßig schwimmen, singen und zur Gymnastik.“

Auch Maria Stehn aus Haus Jasmin findet, dass das Alter Vorzüge bietet, beispielsweise mehr Frei-

heit und mehr Bewusstsein für die Freude an kleinen Dingen zu haben – ein freundliches Wort, die Blume am Wegesrand.

Wenn das keine starken Argumente sind! Da kann ich als „junges Gemüse“ nur von lernen, beispielsweise, dass man keine Angst vor dem Alter zu haben braucht, wenn man aktiv daran arbeitet, die innere Jugend und einen frischen Geist zu bewahren! ■

Jenny Schendel, Fitnesstrainerin



*Wilfried Kühn, Magdalene Mähne
und Emil Lucassen*

Beweglich bleiben

Warum wir schon mit einfachem Training beweglich und vitaler werden können

Ist es Ihnen auch schon aufgefallen? Sieht man einen Menschen spazieren gehen, kann man – auch ohne ihm ins Gesicht zu blicken – ungefähr abschätzen, wie alt er ist. Das liegt ganz einfach daran, dass sich ältere Menschen anders bewegen als jüngere. Im Alter lassen die allgemeine Beweglichkeit, Stärke und körperliche Spannkraft nach. Das „passiert“ zwar jedem von uns, aber wir können diesem normalen Alterungsprozess ein großes Stück entgegenwirken.

Der Teufelskreis ...

Bewegen wir unsere Gelenke und Muskeln nämlich nicht regelmäßig, werden sie unelastisch und steif. Das Bücken, das Recken und Strecken fallen dann immer schwerer. Und wenn schon bald ganz einfache Bewegungen Schmerzen bereiten, nehmen wir diese Einschränkung einfach als Abnutzungsprozess hin. In Folge treten weitere Schmerzen auf, die dazu führen, dass wir eine Schonhaltung einnehmen oder uns noch weniger bewegen. So wird die körperliche Aktivität immer weiter eingeschränkt, ganze Muskelgruppen erschlaffen und verkürzen sich und bringen den gesamten Körper aus dem Gleichgewicht.



... und wie wir ihn durchbrechen können

Neueste Studien haben nun aber belegt, dass wir unsere Muskelkraft bis ins hohe Alter erfolgreich trainieren können! Dabei geht es im höheren Alter natürlich nicht darum, wie ein durchtrainierter Athlet oder eine gestählte Muskel-Frau auszusehen, sondern uns auf moderate Weise beweglich und ausgeglichen zu halten.

Greifen Sie nach den Sternen

Hier eine kleine, aber wirkungsvolle Übung für zuhause, die Spaß macht und dabei Rücken, Schultern und Arme intensiv trainiert: Setzen Sie sich aufrecht auf einen Stuhl und greifen Sie in die Luft – so, als wenn Sie die Sterne vom Himmel holen wollen.

Vorbeugung auf ganzer Linie

Beweglichkeit im Alter kann nicht nur üblen Stürzen mit Knochenbrüchen vorbeugen, die Reaktionsgeschwindigkeit und das Gleichgewicht verbessern, sondern unserem gesamten Körper Gutes tun. Und schon durch einfaches, aber gezieltes Training wird sogar unsere Durchblutung deutlich verbessert, was sich wiederum positiv auf alle Organsysteme, unser Herz und unseren Kreislauf auswirkt.

Angebote nutzen

Nutzen Sie doch regelmäßig die vielen Trainingsangebote hier im Hospital zum Heiligen Geist, die Play-Fit-Anlage bei Haus Mohnblume und vielleicht auch das neue Angebot in Haus Pfingstrose. Freuen Sie sich, wenn Sie demnächst angesprochen werden: „Sie sind ja flott und beweglich!“ ■ *Andrea Vogt-Bolm*

Für mehr Beweglichkeit und körperliche Fitness

Ein neues Angebot in Haus Pfingstrose

In dem neuen, soeben fertiggestellten Haus Pfingstrose werden wir in Kürze im Erdgeschoss eine neue Aktivität anbieten können: Es entsteht der „Fitness-Zirkel“, ein Fitnessraum mit verschiedenen Trainingsgeräten für Menschen, die unter vorheriger Anleitung und Aufsicht ihre körperliche Fitness, Ausdauer und allgemeine Beweglichkeit gezielt verbessern möchten – vor allem im Alter.

Der Raum wird mit sechs Fitnessgeräten ausgestattet, die wie ein Parcours aufgestellt werden. Dazu zählen jeweils ein Oberkörper-, ein Fahrrad- und ein Halbsitzergometer, eine Sprossenwand, ein Crosstrainer und ein „Aktiv Tramp“ (siehe Abbildung). Letzteres ist ein besonders effektives Gerät, bei dem durch kleine, regulierbare Schwingungen Bewegungsabläufe und deren Koordination geübt werden, und das besonders für ältere Menschen gut geeignet ist.

Der Fitnessraum wird zunächst montags von 10.00 bis 12.00 Uhr, mittwochs von 14.00 bis 16.00 Uhr und freitags von 10.00 bis 12.00 Uhr geöffnet sein. Es werden pro Tag zwei Trainingsgruppen zu je maximal sechs Teilnehmern geplant, das heißt montags von 10.00 bis 11.00 Uhr die erste Gruppe, und von 11.00 bis 12.00 Uhr die zweite Gruppe. Trainieren kann man nach vorheriger Anmeldung allein, nach einem zuvor individuell erstellten Übungsprogramm. Eine fachkundige Aufsicht ist jederzeit vor Ort als Ansprechpartner und Berater während des Trainings.

Wir werden voraussichtlich Mitte Januar 2017 mit dem neuen Fitnessangebot

starten. Bei Interesse können Sie sich in der Physiotherapie beraten und für das Training vormerken lassen.



Auch entstehen Kosten pro Trainingsstunde in Höhe von 9,00 €, die über eine 10er-Karte abgegolten werden. Näheres dazu erfahren Sie bei den Mitarbeitern in der Physiotherapie unter Telefon 60 60 14 41.

Wir freuen uns auf das neue Angebot und auf viele Interessenten. ■

Michael Kölln

Leitung Physiotherapie Heilig Geist

Fitness-Zirkel

Öffnungszeiten:

montags und freitags

10.00 – 12.00 Uhr

mittwochs

14.00 – 16.00 Uhr

Wo: Haus Pfingstrose

Eintritt: 9,00 €/Stunde

Anmeldung:

Tel. 60 60 14 41

Aktuelles aus dem Parkrestaurant



Lunchbuffet im Advent

Am zweiten Advent, genauer gesagt am **4. Dezember**, bitten wir Sie zum letzten Mal zu unserem beliebten Lunchbuffet. Aber keine Sorge: es ist das letzte Lunchbuffet im Jahr 2016! Bereits am Neujahrstag geht es dann mit dem Neujahrbrunch weiter. Genießen Sie wieder nach Herzenslust unsere leckere Auswahl an warmen und kalten Speisen in festlicher Atmosphäre. Im Preis von 16,90 € ist wieder ein Begrüßungssekt enthalten. Bitte reservieren Sie rechtzeitig, denn das Lunchbuffet ist sehr nachgefragt.

Kaninchenbraten – mal so, mal so

Sie mögen gern auch mal etwas Besonderes essen, vielleicht einen Kaninchenbraten? Dann kommen Sie am **Dienstag, 13.** oder **Mittwoch, den 14. Dezember** zu uns ins Parkrestaurant. Unser Chefkoch hat sich verschiedene Gerichte mit Kaninchen ausgedacht, und Sie können wählen zwischen Rollbraten, Kaninchenkeule oder mariniertem Kaninchenbraten. Dazu gibt es winterliches Gemüse. In jedem Falle ein besonderes Essen, das Sie erwartet. Gern nehmen wir Ihre Reservierung entgegen unter Telefon 60 60 1-161.



Weihnachtliches Menü

Am **1. und 2. Weihnachtsfeiertag** freuen wir uns auf Ihren Besuch im Parkrestaurant und möchten Sie überraschen mit einer besonderen Weihnachtsmenükarte mit beliebten, traditionellen Gerichten zur Weihnachtszeit wie Gans und Ente. Wer lieber Fisch am Weihnachtsfeiertag vorzieht, kann sich auf ein Lachsgericht freuen. Mit einer Vorspeise und einem köstlichen Dessert wird ein festliches Weihnachtsmenü daraus. Wir bitten auch hier um rechtzeitige Reservierung. Heiligabend ist das Parkrestaurant geschlossen.

Silvester bei uns

Zum Jahreswechsel möchten wir mit Ihnen das Jahr 2016 gemeinsam ausklingen lassen und feiern am **Samstag, den 31. Dezember von 14.30 Uhr bis 17.30 Uhr** eine kleine Silvesterfeier. Wir vom Parkrestaurant-Team servieren Ihnen prickelnde Getränke wie Sekt, Bowle, aber auch Kaffee und Kuchen oder kleine Speisen wie Hawai-Toast, Würstchen und Kartoffelsalat und andere. Für gute Stimmung und schwungvolle musikalische Unterhaltung sorgt wieder Jens Ahrendtsen mit seinem Keyboard. ■

Parkrestaurant-Team





Liebe Leserinnen und Leser!

Im zu Ende gehenden Jahr 2016 sagen wir allen unseren Gästen im Parkrestaurant ein herzliches Dankeschön!

Die neuen Mieter in Haus Pfingstrose heißen wir herzlich willkommen.

Ihnen allen wünschen wir ein frohes Weihnachtsfest und ein gutes, gesundes neues Jahr! Wir freuen uns darauf, auch im Jahr 2017 wieder für Sie da sein zu dürfen.

Ihr Parkrestaurant-Team

Wir kochen Ihr Lieblingsgericht!

Sie haben ein besonderes Gericht, das Sie gerne essen und das Sie früher oft selbst gekocht haben? Im Parkrestaurant starten wir eine neue monatliche Aktion: Nennen Sie uns Ihr Lieblingsrezept, und wir kochen es nach! Am folgenden Tag bieten wir es im Parkrestaurant an – für Sie und andere Gäste. So einfach geht es: Schreiben Sie die Zutaten und Zubereitung Ihres Lieblingsgerichtes auf einen Zettel (mit Namen und Anschrift) und werfen ihn in den roten Glockenturm-Briefkasten im Empfangszentrum. Vielleicht gibt es schon bald Ihre Lieblingspeise bei uns, über die wir dann im Glockenturm berichten!



Neujahrsbrunch

Mit „Volldampf“ starten wir im Parkrestaurant in das neue Jahr 2017. Gleich am Neujahrmorgen, am **01. Januar**, erwarten wir Sie **von 11.30 Uhr bis 14.00 Uhr** mit einem leckeren Büffet zum neuen Jahr. Zum Preis von 16,90 € dürfen Sie schlemmen, so viel Sie mögen. Ein kleiner Sekt zum neuen Jahr darf natürlich auch nicht fehlen. Und wer eher ein Katerfrühstück wünscht, der findet auch Fisch und allerlei Saures beim Büffet. Bitte reservieren Sie möglichst rechtzeitig unter Tel. 60 60 11 61, da wir bereits viele Voranmeldungen haben.

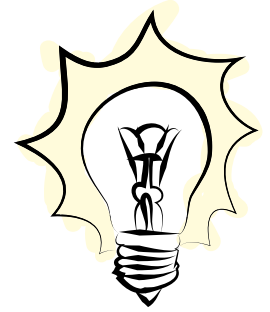
Tradition ist Trumpf: Karpfenessen

Schon in der Antike war der Karpfen ein beliebter Süßwasserspeisefisch. Ursprünglich in Südosteuropa und Asien zuhause, gibt es den Karpfen etwa seit dem Mittelalter auch bei uns. Karpfen werden am besten traditionell zubereitet, beliebt sind Karpfen blau oder Karpfen gebraten. Mit Kartoffeln und Meerrettich ergeben sie für jeden Fischliebhaber eine besondere Köstlichkeit. Von **Freitag, den 13. bis Sonntag, den 15. Januar** können Sie den Fisch in beiden Varianten bei uns genießen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Preisrätsel für Kenner

Die Buchstaben auf den hellgrün markierten Feldern ergeben – von oben nach unten gelesen – ein bekanntes Weihnachtslied.



1																			
2																			
3																			
4																			
5																			
6																			
7																			
8																			
9																			
10																			
11																			
12																			
13																			
14																			
15																			

Bitte einen Zettel mit dem Lösungswort bis zum 15. Dezember in den Redaktionsbriefkasten einwerfen. Name und Anschrift nicht vergessen! Den Gewinner erwartet ein kleines Weihnachtsgeschenk.

Auflösung des November-Rätsels
In der letzten Ausgabe des Glockenturms wollten wir wissen, wie man etwas nennt, das nur kurze Zeit Bedeutung hat oder besteht. Gesucht wurde die EINTAGSFLIEGE.

AU · AUS · BER · BIL · BIO · BOH · BRAND · BUT · CHEN · CKEN · DEN · DENK · DER · DI · DOK
EI · EIN · ENT · ERD · FIE · FLA · GEND · GE · GER · GRA · GUNG · HAU · HEIM · HER · HERZ · HO
IN · IN · JU · KAR · KU · LAND · LEB · LING · MAL · NA · NE · NIE · NORD · NUSS · ON · RE · RECK · REN
RING · SCHAFT · SCHE · SCHUL · SCHUTZ · SEN · TER · TI · TO · TRI · WAND · WEG · WEIN · WIRT · ZU

1. Lehrling 2. Bauerntum 3. süßes Gebäck vom Jahrmarkt 4. Teil der Berner Alpen 5. preisgünstige Unterkunft 6. Beschreibung der eigenen Lebensgeschichte 7. Deutsche Motorsport-Rennstrecke 8. Kreisstadt im Ruhrgebiet 9. süßer Brotaufstrich aus Nüssen 10. Praline mit Alkohol 11. manipulieren, gezielt lenken 12. Flüssigkeitsbehälter ohne Pfand 13. dauerhafte Sicherung von Kulturgütern 14. Vergebung, Verzeihung 15. Wiedergeburt

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----

GUTE LAUNE SEITE

Heute schon gelacht?

Von „echten“ Weihnachtsmännern

Als mein Sohn und mein Neffe noch sehr klein waren, beschlossen wir, Onkel Fritjoff als Weihnachtsmann zu engagieren. Der war auch gern bereit, dieses Amt zu übernehmen und bereitete sich gründlich auf seinen Auftritt vor. Er trug an seiner Hand gewöhnlich einen auffälligen blauen Siegelring. Als nun Heiligabend der Weihnachtsmann im roten Mantel, mit wallendem Bart und dem Sack mit den Geschenken durch die Tür stapfte, fing mein Sohn sofort an zu weinen und suchte Schutz auf dem Arm seines Vaters. Mein Neffe Florian jedoch war mutig, betrachtete ihn zunächst gründlich und sagte dann sogar ein kleines Gedicht auf. Doch etwas schien ihn zu verwirren, immer wieder starrte er auf die rechte Hand des Weihnachtsmannes. Als dieser polternd das Zimmer verließ, um wie er sagte, weitere Kinder zu besuchen, sprach Florian endlich das aus, was ihn die ganze Zeit lang so verwirrt hatte: „Komisch, der Weihnachtsmann trägt genau denselben Ring wie Onkel Fritjoff!“ sh



Machen Sie mit:

Sie haben einen Lieblingsswitz, eine spaßige Geschichte aus der Familie oder ein lustiges Foto? Dann freuen wir uns über Ihre Zuschrift im roten Glockenturm-Briefkasten im Empfangszentrum oder rufen Sie direkt bei Sabine Hinz an, Tel. 60 60 1-101. Wir freuen uns auf Ihre Einsendungen.



SCHWERHÖRIG

Zwei kleine Brüder übernachteten bei der Oma. Vor dem Schlafengehen sprechen sie noch ihr Abendgebet. Schreit der Kleinere: „Lieber Gott, ich wünsche mir vom Christkind einen Gameboy, ein Skateboard und Eislaufschuhe!“ Sagt der Große: „Was schreist du denn so, der liebe Gott ist doch nicht schwerhörig.“ Darauf der Kleine: „Der liebe Gott nicht, aber die Oma!“

DIE WEINSORTE

Der Lehrer fragt die Schüler: „Wer kann mir die Weinsorte nennen, die am Fuße des Vesuv wächst?“ Meldet sich Peter: „Das müsste der Glühwein sein!“

DAS ALTE JAHR HAT'S SCHLAD GEMACHT,
FORT IST'S BEI NEBEL UND BEI NACHT.
ZUM GROSSEN GLÜCK FÜR FERN UND NAH,
WAR AUF DER STELL EIN ANDRES DA.

Johann Peter Hebel

HEILIGEN-GEIST-APOTHEKE



Carola Lohrmann
Poppenbütteler Weg 194
22399 Hamburg

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 8.30 – 18.30 Uhr
Samstag 8.30 – 13.00 Uhr

Tel.: 6 02 40 70 • Fax: 65 49 13 65

KOSTENLOSER BOTENDIENST
Kompressionsstrümpfe



BLUMEN HAECKS
Inhaber: Stefan Haecks

Vierländer
Blumen

am Stormarnplatz
(S-Bahnhof Poppenbüttel)

Lieferung ins Hospital frei Haus

Montags bis freitags ab einem Einkaufswert
von 10,00 € Fleurop-Service

Öffnungszeiten

Montag – Freitag 7.30 – 18.00 Uhr
Samstag 9.00 – 15.00 Uhr
Sonntag 10.00 – 13.00 Uhr

Telefon 601 62 60

Therapeutisches Zentrum Wandsbek

Kooperationspartner HzHG
in den Fachbereichen

- **Logopädie**
- **Ergotherapie**
- **Physiotherapie** bei Bedarf
- **Hausbesuche**

Vital und gesund bis ins hohe Alter!
Dabei können wir Sie unterstützen!

Für Sie in **Haus Mohnblume** erreichbar

Tel./Fax (0 40) 60 60 12 88

Zentrale: Friedrich-Ebert-Damm 160A · 22047 HH
Tel. (0 40) 693 60 06 · Fax (0 40) 693 60 30

Anzeigen-Telefon: (0 40) 60 60 11 01

Wir sind an Ihrer Seite

Es tut gut, seinen Lebensabend wohl
umorgt und betreut zu verbringen.
Doch was passiert, wenn ein Leben
zu Ende gegangen ist?

Ihr Wille ist unsere Mission.

Schenken Sie uns Ihr Vertrauen
und wir werden in Ihrem Sinne,
mit Respekt und Einfühlungsvermögen,
alles für Sie regeln.

BESTATTUNGEN

Eggers

Ohlendieck 10

22399 Hamburg

Telefon (0 40) 602 23 81

info@bestattungen-eggers.de

www.bestattungen-eggers.de

Schöne Brillen!?

Ceffner!

Hausbesuche

Harksheider Str. 6
22399 Hamburg-Poppenbüttel
Telefon 6 02 21 80

**DAS MOBILE GARDINENSTUDIO
KOMMT ZU IHNEN NACH HAUSE!**

GARDINEN
ROLLOS
JALOUSSETTEN
PLISSEESTORES
SENKRECHTLAMELLEN



GARDINEN
ABNEHMEN,
WASCHEN
UND WIEDER
ANBRINGEN

AUSMESSEN · BERATUNG · MONTAGE

TEL.: 601 26 96

KLAUS BENKE · HAMBURG SASEL



*Fachliche Beratung
und Betreuung*

Markus Dieckmann
Der Hörakustiker

• Hörprüfung
• Batterieservice
• Reparaturservice
... und vieles mehr

Besser
Hören

Besser
Leben



Harksheider Straße 8:
(Poppenbütteler Markt)
22399 Hamburg

Gerne besuchen wir Sie auch zu Hause!

Telefon
040 - 611 37 038

www.derhoerakustiker.de · info@derhoerakustiker.de



Der Hörakustiker
Markus Dieckmann

Fußpflege
Ingrid Hald

(040) 66 99 73 31

Fußpflege
vom Feinsten,
mit Fußbad
und Fußmassage

Beseitigen
von Druckstellen,
Hornhaut und
Hühneraugen

Auf Wunsch
auch Maniküre

Neue Brille

MOBILE OPTIKBERATUNG

- ★ Hausbesuche
- ★ Augenprüfung
- ★ Beratung
- ★ kostenloser Abhol-
und Bringservice

Rufen Sie mich unverbindlich an:

040-513 10 524 oder **0172-540 52 46**

Joachim Schmitz, Optikermeister



Schneiderin
Natalia
Zuther

*nimmt Ihre
Änderungswünsche
dienstags
von 10 bis 11 Uhr
im Waschcenter
(Haus Robinie)
entgegen.*

*Hausbesuche
auf Wunsch.*

Telefon:
(040)
37 23 12

Wir wünschen unseren Lesern ein frohes Fest und ein gutes neues Jahr 2017.

Die Redaktion



Lampenfieber

Zu einem besonderen Konzert laden wir alle Bewohnerinnen und Bewohner am **Dienstag, den 17. Januar 2017** um **19.00 Uhr** in den **Festsaal** ein. Die jungen Musiker, Kinder und Jugendliche im

Alter von 8 bis 17 Jahren, präsentieren uns ihr Programm für den Regionalwettbewerb „Jugend musiziert“ Hamburg-Ost. Der Eintritt ist kostenfrei. Das Konzert findet ohne Pause statt. ■ kp

Konzert

Wann: Dienstag, 17. Januar 2017, 19.00 Uhr

Wo: Festsaal

Eintritt frei

Hamburg, meine Perle

Kurioses, Denkwürdiges und Döntjes aus Hamburg. Wissenswertes und Erstaunliches aus den Monaten Dezember und Januar. Eine zeitübergreifende Stadtchronik und interessante Heimatkunde.

Dezember
und
Januar



8. Dezember – 1882

„Unglaublich!“ „Famos!“ Die Menschen auf dem Hamburger Rathausmarkt halten den Atem an und die Hand schützend vor die Augen, als 16 Lichtbogenlampen (die Vorläufer der Glühlampe) den dunklen Dezembernachmittag mit gleißendem Licht erhellen. Das Zeitalter der elektrischen Straßenbeleuchtung hat begonnen. Strom ist zwar unglaublich teuer, trotzdem wächst die Nachfrage: Vornehme Geschäfte und Hotels beleuchten ihre Räume elektrisch und im Hafen wird nun auch nachts geladen und gelöscht. Bald kann sich niemand mehr vorstellen, wie das Leben ohne Strom möglich gewesen ist.



30. Dezember – 1911

Die weltweit bekannteste Hamburgerin kommt auf die Welt – oder besser gesagt: auf den Markt: die Nivea Creme. Die Käufer sind begeistert, denn das Produkt stellt jede bislang bekannte Kosmetik in den Schatten: Nivea ist lange haltbar, lässt sich angenehm verteilen, schützt vor Wind und Kälte und duftet nach einer Mischung aus Bergamotte, Orange, Lavendel, Rose, Flieder und Maiglöckchen. Für die Firma Beiersdorf beginnt mit der ersten industriell hergestellten Creme der internationale Siegeszug. Noch heute befindet sich der Hauptsitz der Firma in Hamburg-Eimsbüttel.

30. Januar – 1898

Mit einem Empfangsgebäude aus Backstein, das mit seinen Türmen an das Altonaer Stadtwappen erinnert, wird der Altonaer Hauptbahnhof eröffnet. Die vierschiffige Bahnhofshalle hat eine Länge von 160 Metern und überspannt 11 Gleise. Das Gebäude wird zum Wahrzeichen Altonas. Als 1974 der Bau der unterirdischen S-Bahn zum Hamburger Hauptbahnhof beginnt, wird das alte Bahnhofsgebäude mit der Begründung, es könne den Erschütterungen beim Bau nicht standhalten, trotz massivem öffentlichen Widerspruch samt Bahnhofshallen abgerissen. An gleicher Stelle wird ein zwei-stöckiger Bau aus grauen Betonfertigteilen errichtet.



14. Januar – 1955

Hamburger Jung durch und durch: Der für seine Darstellung norddeutscher Charaktere, oft auch in plattdeutscher Sprache, bekannte Schauspieler Jan Fedder wird in Hamburg geboren und wächst auf St. Pauli auf. Im Alter von 13 Jahren steht er das erste Mal auf der Bühne und vor der Kamera. Seine erste große Rolle spielt er in dem Film „Das Boot“. Seine größte Bekanntheit erlangt er als Polizist Dirk Matthies, den er seit 1990 in der Hamburger Vorabendserie Großstadtrevier mimt. Seit dem 15. März 2016 laufen die Dreharbeiten zur 30. Staffel mit 16 neuen Folgen.

Aus dem Freundeskreis



In diesem schönen Weihnachtsmonat erwarten wir Sie zu „Mögen Sie Gedichte?“ mit Frau Radener, dem Weihnachtssingen und wir überraschen Sie mit einem Trompeter in den Häusern. Zu diesen Veranstaltungen sowie zu unseren anderen Programmen laden wir Sie ganz herzlich ein.

Veranstaltungen im Dezember			
Andacht	Freitag, 2. Dezember	10.00 Uhr	Haus Mohnblume
Gesprächskreis	Montag, 5. Dezember	15.00 Uhr	Haus Enzian
Mögen Sie Gedichte?	Mittwoch, 7. Dezember Die Schauspielerin Bettina Radener bringt in der Reihe „Erlesene Dichter“ Lyrik und Prosa zur Weihnachtszeit.	15.15 Uhr	Friesenstube
Plattdeutsch Vorlesen	Donnerstag, 8. Dezember	16.15 Uhr	Haus Hortensie
Singen mit Trompeter	Donnerstag, 8. Dezember	ab 16.00 Uhr	Häuser A, B, C, G + O
Singen mit Trompeter	Freitag, 9. Dezember	ab 16.00 Uhr	Häuser D, E, M + H
Gesprächskreis	Dienstag, 13. Dezember	15.00 Uhr	Haus Dahlie
Gesprächskreis	Mittwoch, 14. Dezember	15.00 Uhr	Haus Begonie
Konversation in Englisch	Donnerstag, 15. Dezember	15.00 Uhr	Haus Robinie
Gesprächskreis	Donnerstag, 15. Dezember	15.00 Uhr	Haus Goldregen
Weihnachtssingen	Dienstag, 20. Dezember	15.00 Uhr	Festsaal
Plattdütschkring	Donnerstag, 22. Dezember	15.00 Uhr	Haus Enzian
Plattdütsch Vorlesen	Donnerstag, 22. Dezember	16.15 Uhr	Haus Hortensie

Zigeuners Weihnachten



Durch das Dunkel des Waldes überm Tannenreis,
da flackert's wie Lichter, so brennend und heiss.
Da traben die Wölfe und bellen und schrei'n
mir eine einsame Christnacht ein –
denn heut soll der Heiland geboren sein.

Müd' lös' ich die Riemen am rissigen Schuh
und lausch den verlorenen Glocken zu.
Durch so viel Land ich auch schon schritt,
stets zog mir das liebliche Märchen mit,
daß Gott am Kreuze für mich auch litt.

Und plötzlich werden die Augen mir nass,
ich wein' und bete und weiss nicht was.
„O du Gottessohn, du Marienkind,
erbarm' dich der Seelen in Wald und Wind,
die so wie ich in der Irre sind!“

Georg Busse-Palma

Der Freundeskreis wünscht Ihnen ein gesegnetes Neues Jahr!

Im neuen Jahr starten wir mit folgenden Veranstaltungen, zu denen wir Sie mit einem fröhlichen „Prosit Neujahr!“ einladen:

Veranstaltungen im Januar			
Plattdeutsch Vorlesen	Donnerstag, 5. Januar	16.15 Uhr	Haus Hortensie
Andacht	Freitag, 6. Januar	10.00 Uhr	Haus Mohnblume
Gesprächskreis	Montag, 9. Januar	15.00 Uhr	Haus Enzian
Gesprächskreis	Dienstag, 10. Januar	15.00 Uhr	Haus Dahlie
Gesprächskreis	Mittwoch, 11. Januar	15.00 Uhr	Haus Begonie
Konversation in Englisch	Donnerstag, 12. Januar	15.00 Uhr	Haus Robinie
Gesprächskreis	Dienstag, 17. Januar	15.00 Uhr	Haus Goldregen
Gesprächskreis	Donnerstag, 19. Januar	15.00 Uhr	Haus Arnika
Plattdeutsch Vorlesen	Donnerstag, 19. Januar	16.15 Uhr	Haus Hortensie
Plattdütschkring	Donnerstag, 19. Januar	15.00 Uhr	Haus Enzian
Gesprächskreis	Dienstag, 24. Januar	15.00 Uhr	Haus Calendula
Gesprächskreis	Donnerstag, 26. Januar	15.00 Uhr	Haus Orchidee
Bingo	Freitag, 27. Januar	15.00 Uhr	Haus Arnika

Gedicht

Der Weihnachtsmonat ist ins Land gezogen.
Manchmal kommt er auf schneeweißen Wogen.
Und wenn die erste Kerze brennt,
dann ist er da, der erste Advent.

Die Zeit der Stille und Besinnlichkeit.
Man wartet bald auf die Weihnachtszeit.
Was bringt uns stets das neue Jahr?
Zunächst einmal den Januar.

Wenn überall ist die weiße Pracht
und die Sonne hell vom Himmel lacht,
dann kann man mit Freuden eingesteh'n,
der Januar, der ist doch recht schön .

Karin Theis



Glück ist wie ein Schmetterling



Vom großen und kleinen Glück

Ein neues Jahr beginnt. Da wünschen wir uns gegenseitig viel Glück und hoffen auf ein gutes Jahr. Das Bestreben, glücklich zu sein ist wohl in jedem Menschen vorhanden. Aber ist das Glück wirklich so flatterhaft, wie in einem alten Schlager besungen? Oder ist jeder seines Glückes Schmied?

Forschungen zum Glück

Das Glück, das viele von uns für erfreulichen Zufall, Schicksal oder gar Fügung halten, ist in den vergangenen Jahren nicht nur in aller Munde gewesen, sondern hat eine eigene wissenschaftliche Disziplin bekommen: die Glücksforschung. „Ja, muss man denn alles erforschen?“, war mein erster Gedanke, als ich davon hörte. Als ich dann aber doch tiefer in das Thema einstieg, erfuhr ich, dass die Glücksforscher zwei Glücksarten unterscheiden: das Lebensglück und das Zufallsglück. Das Lebensglück wird als eine Art Wohlempfinden beschrieben, das wir durch Faktoren wie Familie, Lebensumgebung, positive Gedanken und menschliche Nähe zum Teil selbst

beeinflussen können. Beim Zufallsglück ist das allerdings nicht so einfach. Wie sagte schon der Dichter Heinrich Heine? „Es küsst dich rasch und flattert davon!“ Etwas ganz Wichtiges geben uns die

„Es küsst dich rasch und flattert davon!“

Heinrich Heine (1797–1856)

Glücksforscher aber mit auf den Weg: Beziehungen zu anderen Menschen sind ein wesentlicher Schlüssel zu unserem Glück. Damit meinen sie nicht die ganz große Liebe, sondern vertraute Menschen in unserer Umgebung, mit denen wir etwas von unserer Lebenszeit teilen.

Die Landkarte des Glücks

Jüngst wurde wieder einmal der deutsche Glücksatlas veröffentlicht. Und siehe da: Man fand heraus, dass die Deutschen heute so glücklich sind, wie seit zehn Jahren nicht mehr! Dabei stehen die Schleswig-Holsteiner nicht nur geographisch gesehen ganz weit oben, sondern auch auf der Glücksskala. Hamburg erreichte immerhin Platz sechs.



Aber was ist eigentlich das viel gepriesene, immer wieder besungene und in höchsten Tönen beschriebene Glück? Mich zum Beispiel macht es glücklich, wenn im Frühling die kleinen „Fallschirme“ der Löwenzahn-Samen über meinem Rasen sanft durch die Luft schweben. Meinen Nachbarn dagegen bringen sie zur Weißglut.

„Dem Glücklichen schlägt kein Gewissen.“

Wilhelm Busch (1832–1908)

An diesem kleinen Beispiel kann man erkennen, dass jeder Mensch seine ganz eigenen Glücksgefühle hat. Und sind wir doch mal ganz ehrlich: Je älter wir werden und je mehr Erfahrung wir im Leben gesammelt haben, umso besser wissen wir, was uns wirklich glücklich macht. Andererseits wünscht sich jeder, glücklich zu sein, aber die wenigsten behaupten, wirklich glücklich zu sein.

Glück als Staatsziel

Vielleicht hat man es in einem Land im Himalaya richtig gemacht. Dort in Bhutan hat der König in den 1970er Jahren das Glück zum wichtigsten Staatsziel ernannt. In einer Rede sagte er: „Das Bruttonationalglück ist wichtiger als das Bruttonationalprodukt!“ Vielleicht wusste dieser König instinktiv, was Glücksforscher erst Jahre später herausgefunden haben: Positive Gefühle können im besten Sinne unseren Körper beeinflussen. Menschen, die regelmäßig Freude und Zufriedenheit erleben, zeigen beispielsweise im EKG einen guten Herzrhythmus und haben ein verringertes Infarkttrisiko. Außerdem soll das Immunsystem von glücklichen Menschen entzündliche Geschehen besser abwehren.

Kleine Anleitung zum Glücklichensein

Arbeiten wir doch einfach an unserem Glück, indem wir uns wohl fühlen. Lächeln wir doch einfach mal den Menschen an, über den wir uns in der vergangenen Woche so schrecklich geärgert haben. Vielleicht ist er so überrascht, dass er voller Begeisterung zurück lächelt. Und streichen wir Wendungen wie „Ich muss ...“ aus unserem Sprachschatz und ersetzen sie durch „Ich möchte!“, „Ich kann!“ und „Ich werde!“ – und schon haben wir das unguete Gefühl der Unfreiheit in unserem Handeln in den Hintergrund gedrängt.

Fragen wir doch mal bei unserer nächsten Begegnung mit anderen Menschen, was sie unter Glück verstehen – wer weiß, vielleicht ist es das kleine Glück, das auch uns ein bisschen zufriedener machen kann. ■

Andrea Vogt-Bolm



Mich zum Beispiel macht es glücklich, wenn im Frühling die kleinen „Fallschirme“ der Löwenzahn-Samen über meinem Rasen sanft durch die Luft schweben.

Andrea Vogt-Bolm

Nachruf auf Giesela Lembcke

Wir trauern um Giesela Lembcke, die am 17. November 2016 im Alter von 83 Jahren in Haus Calendula verstorben ist. Als ein echtes „Urgestein“ war Frau Lembcke fast ihr ganzes Leben lang mit dem Hospital eng verbunden. 1953, im Alter von 20 Jahren, begann die



gebürtige Langenhornerin in Haus Calendula in der Küche zu arbeiten. Sie wohnte auch im Haus, was zur damaligen Zeit noch möglich war. 40 Jahre lang arbeitete Giesela Lembcke bei uns, sie hatte viel erlebt und viele Menschen kennengelernt, bevor sie in den

Ruhestand ging und Mieterin in Haus Sonnenblume wurde. In den letzten Jahren lebte sie in Haus Calendula. Giesela Lembcke war immer positiv und sehr aufgeschlossen gegenüber dem Leben und den Veranstaltungen im Hospital. Viele von uns kennen sie

noch gut, denn sie war immer dabei. Nun trauern wir um Giesela Lembcke und werden sie stets in guter Erinnerung behalten.

Der Vorstand, die Mitarbeiter aus Haus Calendula und alle, die sie kannten

Das Trauercafé im Hospital



Das Trauercafé ist ein offenes Angebot für Menschen, die mit Trauer und Verlust umgehen müssen. Eine erfahrene Trauerbegleiterin sowie ausgebildete Hospizhelferinnen betreuen die Gäste. Wir laden Sie ein, in einem behüteten Raum gemeinsam zu trauern und neue Wege zu suchen. Das Trauercafé findet regelmäßig **jeden letzten Donnerstag im Monat um 16.30 Uhr statt**. Im Dezember findet es am **15. Dezember 2016** statt. ■ sh

Trauercafé

Wann: Donnerstag, 15. Dezember 2016, 16.30 Uhr

Wo: Bibliothek Haus Orchidee

Das Magazin erscheint monatlich · Hrsg.: Hospital zum Heiligen Geist · Hinsbleek 11 · 22391 Hamburg
 Tel. 040 60 60 11 11 · Fax 040 60 60 12 09 · www.hzhg.de · Verantwortlich: Dr. Hartmut Clausen · Redaktion:
 Sabine Hinz · Autoren: Sabine Hinz (sh), Karen Moriz (km), Pastorin Hanna Hirt, Andrea Vogt-Bolm, · Anzeigen:
 Sabine Hinz (sh) · Tel. 040 60 60 11 01 · hinz@hzhg.de · Veranstaltungen: Kerstin Petrowski (kp) · Tel. 040 60 60 11 60
 Layout: Ehrenberg 360° Kommunikationsagentur · Michael Wassenberg · Druck: v. Stern'sche Druckerei GmbH &
 Co KG · Auflagenhöhe: 3.200 · 28. Jahrgang · Artikel aus der Leserschaft werden in Eigenverantwortlichkeit der
 Verfasser veröffentlicht · Spendenkonto: Hamburger Sparkasse · BLZ 200 505 50 · Konto 1299 / 12 37 84 · IBAN:
 DE95 2005 0550 1299 1237 84 · BIC: HASPDEHHXXX · Spendenkonto der Curator-Stiftung für das Hospital zum
 Heiligen Geist in Hamburg: Hamburger Sparkasse · BLZ 200 505 50 · Konto 1299 / 12 22 99 · IBAN:
 DE32 2005 0550 1299 1222 99 · BIC: HASPDEHHXXX · Bildquellen: Hospital zum Heiligen Geist; agaes8080,
 by-studio, Dar 1930, dmitrymoi, Jürgen Fälchle, victoria p., Quade, Valentina R., Romolo Tavani,
 thommy1973, timolina, Denis Vermenko, Volff (stock.adobe.com); Ralf Stumpp; Christoph Ruhland
 (aboutpixel.de); Warner Bros. Ent., shutterstock



Aktiv durch die Woche – Hobbykurse im Überblick

MONTAG	Kreatives Gestalten	09.00 – 14.00	Hobbytreff, Haus Robinie	Fr. Harder
	„Zeit zum Zuhören“	10.00 – 11.00	Haus Orchidee	Fr. Brietzke
	Sütterlin-Stube	10.00 – 11.00	mit Anmeldung, Tel. 6 40 02 66	Hr. Fries
	Bibliothek	14.00 – 17.00	Haus Orchidee	Fr. Plewe, Hr. Seyffarth
	Internetcafé	14.00 – 17.00	Haus Orchidee	Hr. Behrens
	Gedächtnistraining	14.30 – 15.30	Saal, Haus Orchidee	Fr. Kerler
	Stuhl-Yoga	15.00 – 16.00	Haus Iris, Erdgeschoss mit Anmeldung Tel. 32 96 74 61	Fr. Steinhardt
	Hamburger Jungs	15.00 – 16.30	Haus Begonie, Erdgeschoss	Hr. Kuhnert
DIENSTAG	Kreatives Gestalten	09.00 – 14.00	Hobbytreff, Haus Robinie	Fr. Harder
	Gymnastik	09.30 – 10.00	Festsaal	Fr. Schendel
	Stuhl-Yoga	09.15 – 10.30	Haus Iris, Erdgeschoss mit Anmeldung, Tel. 32 96 74 61	Fr. Steinhardt
	Sütterlin-Stube	10.00 – 11.00	mit Anmeldung, Tel. 6 40 02 66	Hr. Fries
	Gymnastik	10.15 – 10.45	Festsaal	Fr. Schendel
	Stuhl-Yoga	10.45 – 11.45	Haus Iris, Erdgeschoss mit Anmeldung, Tel. 32 96 74 61	Fr. Steinhardt
	Gymnastik	11.15 – 11.45	Haus Orchidee	Fr. Schendel
	Kegeln	14.00	Kegelbahn	Fr. Götttsche
MITTWOCH	Bibel-Kreis	15.00 – 16.00	Saal, Haus Orchidee	Fr. Theis
	Kreatives Gestalten	09.00 – 14.00	Hobbytreff, Haus Robinie	Fr. Harder
	Bibliothek	09.00 – 11.00	Haus Orchidee	Fr. Brietzke
	Internetcafé	09.00 – 11.00	Haus Orchidee, mit Anmeldung	Hr. Johansson
	Denksport	09.00 – 09.45	Haus Iris, Begegnungsraum	Fr. Schendel
	Denksport	10.15 – 11.00	Haus Robinie, Begegnungsraum	Fr. Schendel
DONNERSTAG	Skat und Rommé	14.00 – 17.00	Kegelbahn	Hr. Schmidt
	Kreatives Gestalten	09.00 – 14.00	Hobbytreff, Haus Robinie	Fr. Harder
	Schach/Briefmarken	14.00	Kegelbahn	Hr. Hoffmann
	Bibliothek	14.00 – 16.00	Haus Orchidee	Fr. Göpfert
	Internetcafé	14.00 – 16.00	Haus Orchidee	Fr. Göpfert
FREITAG	Bridge-Nachmittag	15.00 – 17.00	Parkrestaurant	Fr. Körnert
	Kreatives Gestalten	09.00 – 14.00	Hobbytreff, Haus Robinie	Fr. Harder
	Bibliothek	09.00 – 11.00	Haus Orchidee	Fr. Lampe
	Internetcafé	09.00 – 11.00	Haus Orchidee	Fr. Lampe
	Gymnastik	09.30 – 10.00	Festsaal	Fr. Schendel
	Gymnastik	10.15 – 10.45	Festsaal	Fr. Schendel
	Gymnastik	11.15 – 11.45	Haus Orchidee	Fr. Schendel
Kegeln	14.00	Kegelbahn	Hr. Moje	

Terminübersicht Dezember 2016

Termine Dezember				
Weihnachtsmärchen für Bewohner und Mitarbeiter	Fr., 02.12.16	17.00 Uhr	Festsaal	Seite 12
Einweihung Haus Pfingstrose	Mi., 07.12.16	11.00 Uhr	Pfingstrose	Seite 6
Mögen Sie Gedichte?	Mi., 07.12.16	15.15 Uhr	Friesenstube	Seite 26
Kleiner Wochenmarkt	Mo., 12.12.16	ab 08.30 Uhr	Kehre am Krämerladen	Seite 12
Bilderausstellung Eröffnung	Mo., 12.12.16	15.30 Uhr	Haus Hortensie	Seite 13
Trauercafé	Do., 15.12.16	16.30 Uhr	Bibliothek	Seite 30
Knabenchor St. Nikolai	Do., 15.12.16	19.00 Uhr	Festsaal	Seite 13
Blindenverein Infotisch	Fr., 16.12.16	15.00 – 16.00 Uhr	Friesenstube	
Weihnachtssingen Freundeskreis	Di., 20.12.16	15.00 Uhr	Festsaal	Seite 26

Terminübersicht Januar 2017

Termine Januar 2017				
Kleiner Wochenmarkt	Mo., 09.01.17	ab 08.30 Uhr	Kehre am Krämerladen	Seite 12
Konzert „Jugend musiziert“	Di., 17.01.17	19.00 Uhr	Festsaal	Seite 24
Winterschlussverkauf ModeKurier Modeverkauf	Mi., 18.01.17	10.00 – 16.00 Uhr	Festsaal	Seite 14
Öffentliche Hausbesichtigung	Mi., 18.01.17	10.00/15.00 Uhr	Friesenstube	
Kinovergnügen	Mi., 25.01.17	14.30 Uhr	Festsaal	Seite 14
Trauercafé	Do., 26.01.17	16.30 Uhr	Bibliothek	Seite 30

Vorankündigung Februar 2017

Termine Februar 2017				
Café Freundeskreis	Do., 02.02.17	15.00 Uhr	Festsaal	
Sonntagskonzert	So., 05.02.17	15.00 Uhr	Festsaal	
Musik verbindet	Di., 07.02.17	16.30 Uhr	Friesenstube	

Gottesdienste im Dezember 2016 und Januar 2017

Gottesdienste finden sonntags um 10.00 Uhr im Festsaal statt, der zugleich als Kirche dient. Stiller **Abendsegen** jeden Donnerstagabend um 17.00 Uhr in der Nikolaikapelle: Lichtentzünden – Lucenarium – Schriftlesung – Stille – Abendsegen. Andachten fin-

den in der Nikolaikapelle statt. Sie befindet sich im Untergeschoss des Hauses Enzian. **Abendmahl** feiert die Gemeinde in der Regel am 1. Sonntag im Monat und in der Regel an hohen kirchlichen Festtagen.

Gottesdienste			
Hauptpastor Dr. Martin Vetter und Pastorin Hanna Hirt 2. Advent (mit Abendmahl)	So., 04.12.16	10.00 Uhr	Festsaal
Pastorin Hanna Hirt, 3. Advent	So., 11.12.16	10.00 Uhr	Festsaal
Pastorin Rinja Müller, 4. Advent	So., 18.12.16	10.00 Uhr	Festsaal
Pastorin Hanna Hirt, Christvesper anschließend kleine Kaffeetafel im Foyer	Sa., 24.12.16	14.30 Uhr	Festsaal
Pastorin Hanna Hirt, Christvesper	Sa., 24.12.16	16.30 Uhr	Haus Hortensie 1. Stock
Pastorin Hanna Hirt Weihnachtsgottesdienst (mit Abendmahl)	So., 25.12.16	10.00 Uhr	Festsaal
Pastorin Hanna Hirt, Weihnachtsgottesdienst	So., 25.12.16	14.00 Uhr	Haus Mohnblume
Hauptpastor Alexander Röder, Ausfahrt mit Pastorin Hanna Hirt zum konzertanten Krippengottesdienst nach St. Michaelis, Anmeldung unbedingt nötig	Di., 27.12.16	16.30 Uhr	Abfahrt Rezeption
Pastorin Hanna Hirt, anschließend Kirchenkaffee und frische Neujahrswaffeln	So., 01.01.17	10.00 Uhr	Festsaal
Pastorin Hanna Hirt (mit Abendmahl)	So., 08.01.17	10.00 Uhr	Festsaal
Prädikantin Imke Diermann	So., 15.01.17	10.00 Uhr	Festsaal
Pastorin Hanna Hirt	So., 22.01.17	10.00 Uhr	Festsaal
Pastorin Hanna Hirt, Festgottesdienst Pia Causa Luminis mit dem Kollegium der Oberalten und dem Vorstand	So., 29.01.17	10.00 Uhr	Festsaal
Pastorin Hanna Hirt (mit Abendmahl)	So., 05.02.17	10.00 Uhr	Festsaal
Katholische Andacht			
Anne Weichert und Karin Holdt	Fr., 02.12.16	10.00 Uhr	Nikolaikapelle (Haus Enzian)
Anne Weichert und Karin Holdt	Fr., 06.01.17	10.00 Uhr	Nikolaikapelle (Haus Enzian)

Herzlichen Glückwunsch!

Im Dezember und Januar feiern mehrere Bewohnerinnen und Bewohner unseres Hospitals einen hohen Geburtstag. Wir gratulieren ganz herzlich!

90. Geburtstag

08.12.2016 **Barbara Kapitza**, Haus Orchidee
 20.12.2016 **Jens-Peter Hillmer**, Haus Hortensie
 03.01.2016 **Edith Gerhardt**, Haus Hortensie
 15.01.2017 **Lieselotte Disselbach**, Haus Calendula
 17.01.2017 **Jutta Joehncke**, Haus Begonie
 19.01.2017 **Josef Schymura**, Haus Hortensie
 21.01.2017 **Hildegard Carlsen**, Haus Iris
 21.01.2017 **Gerda Bremer**, Haus Goldregen
 30.01.2017 **Elisabeth Burmeister**, Haus Enzian

95. Geburtstag

05.12.2016 **Ruth Tschepe**, Haus Arnika
 12.01.2017 **Erika Luft**, Haus Begonie
 15.01.2017 **Agnes Homolla**, Haus Robinie
 17.01.2017 **Erika von Dratel**, Haus Dahlie

104. Geburtstag

29.01.2017 **Helene Faust**, Haus Goldregen

Wir freuen uns über Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die schon sehr lange bei uns sind

25. Dienstjubiläum

01.12.2016 **Danuta Gawlowski**, Mohnblume
 01.12.2016 **Dorothea Schankowski**, Hortensie
 01.01.2017 **Laure-Anne Brahm**, Begonie
 01.01.2017 **Petra Sawallisch**, Mohnblume
 01.01.2017 **Jeannette Gosch**, Enzian



Services

Handy und Internet

Herr Johansson
Mittwochs, 9.00 – 11.00 Uhr
Wo: Bibliothek und Internetcafé

Wasch- und Servicecenter

Donnerstags, 9.30 – 10.30 Uhr:
 Annahme von Kleidung zur Reinigung,
 Wäscherei sowie Schuhreparaturen
Dienstags, 10.00 – 11.00 Uhr:
 Änderungsschneiderei
Wo: Haus Robinie

Hörgeräteservice

Hörakustiker Markus Dieckmann
Mittwoch, den 18. Januar 2017,
15.00 – 17.00 Uhr
Wo: Haus Sonnenblume, Erdgeschoss

Brillenservice

Optiker Schmitz
Mittwoch, den 14. Dezember 2016
und Mittwoch, den 11. Januar 2017
9.30 – 11.30 Uhr
Wo: Haus Sonnenblume

Wir freuen uns auf Sie!

Eine Anmeldung zum Hörgeräte- und Brillenservice ist nicht erforderlich.

So erreichen Sie uns

Hospital zum Heiligen Geist · Hinsbleek 11 · 22391 Hamburg
 Tel. 040 60 60 11 11 · Fax 040 60 60 13 09 · www.hzhg.de · E-Mail: info@hzhg.de

Vorstand

Dr. Hartmut Clausen (Vors. d. Vorstandes)

Sekretariat

Angela Arzer: Tel. 60 60 1-201,

E-Mail: arzer@hzhg.de

Carina Fehr: Tel. 60 60 1-102,

E-Mail: fehr@hzhg.de

Frank Schubert (Vorstand)

Sekretariat

Anja Kukemüller:

Tel. 60 60 1-302,

E-Mail: kukemueller@hzhg.de

Maike Schröder-Jans:

Tel. 60 60 1-303,

E-Mail: schroeder-jans@hzhg.de

Pflegedirektion

Dina Horn

Tel. 60 60 1-301, E-Mail: horn@hzhg.de

Kundenzentrum

Sylvia Benke

Tel. 60 60 1-111, E-Mail: info@hzhg.de

Evangelisches Pfarramt

Pastorin Hanna Hirt

Tel. 60 60 1-114, E-Mail: hirt@hzhg.de

Katholisches Pfarramt

Katholische Kirchengemeinde

St. Bernard im Alstertal, Tel. 60 04 97 60

Wohn- und Hausbeirat

Gerda Petschke (Vorsitzende), Tel. 6 02 25 02

Freundeskreis des

Hospitals zum Heiligen Geist e.V.

Wulf Burckas: Tel. 6 04 94 37

Karin Theis: Tel. 6 02 36 77

Koordinatorin Ambulanter Hospizdienst

Monika Ohnesorge-Heims: Tel. 60 60 1-105

Curator-Stiftung für das Hospital zum Heiligen Geist

Carina Fehr: Tel. 60 60 1-107

E-Mail: curator-stiftung@hzhg.de

Spendenkonto bei der Haspa: 1299/12 22 99

BLZ 200 505 50 · IBAN: DE32 2005 0550 1299 1222 99

BIC: HASPDEHHXXX



Am besten heute alles regeln –
 am besten GBI
040 - 24 84 00
 Kostenlose Hausbesuche

Ich bin ein Vorsorger!

Ich geh' gern auf Nummer sicher – auch bei meinem Finale auf Erden. Komme, was wolle: Alles ist jetzt in besten Händen.

GBI
 Fuhlsbüttler Straße 735
 22337 HH-Ohlsdorf
 www.gbi-hamburg.de

GBI
 Großhamburger
 Bestattungsinstitut rV

KLIXX

STOCKHALTER

Mit unserem neuen Stockhalter **KLIXX** fällt Ihnen das Aufhängen oder Anstellen Ihres Gehstocks ab sofort ganz leicht.

Hängen oder stellen Sie Ihren Stock z.B. einfach an die Tischkante, Stuhllehne oder Fensterbank – dadurch haben Sie ihn immer griffbereit.

Machen Sie sich zu Weihnachten selbst eine Freude und bestellen Sie **KLIXX** für nur 9,95€ einfach unter **Telefon (0 40) 60 43 21 27**.

pharmedical UG · Bergstedter Markt 1
22395 Hamburg · www.pharmedical.de

Möbelhaus Deubelius

seit 1919

Qualität seit Jahrzehnten

Beratung
auch
bei Ihnen zu
Hause

- **Senioreneinrichtungen nach Maß**
- **Seniorengeeignete Umzüge**
- **Objekteinrichtungen**

Hoheluftchaussee 19 · 20253 Hamburg

Telefon (0 40) 4 20 27 12

www.moebelhaus-deubelius.de

LEBENSQUALITÄT VERBESSERN

K+T



Hilfsmittel für zu Hause und unterwegs. Für Rehabilitation, Pflege und Therapie

Hilfsmittel:

Rollstühle und Elektromobile, Therapeutische Bewegungsgeräte, Elektrotherapiegeräte, XXI-Produkte

Weitere Hilfsmittel für:

Bod., Gehen, Sitzen und Liegen, Wund- und Stomaversorgung, Sauerstoff- und Atemtherapie, Inkontinenz und Pflege

Serviceleistungen:

Beratung zu Hause, Ausstellung, Werkstatt und Kundendienst, Abwicklung aller Formalitäten mit den Krankenkassen

Wir sind für Sie da:

Mo. - Do. von 8⁰⁰ bis 16⁰⁰ Uhr Fr. von 8⁰⁰ bis 13⁰⁰ Uhr

Im unserer Ausstellung bieten wir Ihnen die Möglichkeit, viele Hilfsmittel auszuprobieren.



Sie erreichen uns telefonisch unter: **040 - 60 60 450**

