

# AMALIE AKTUELL

Diakonisches Wohn- und Pflegezentrum Amalie Sieveking DEZ 2024-FEB 2025





## Zum Jahreswechsel

Liebe Bewohner:innen, liebe Angehörige,  
liebe Mieter:innen, liebe Leser:innen,

die kalte Jahreszeit hat uns fest im Griff und mit ihr beginnt eine besondere Zeit voller Gemütlichkeit, Besinnlichkeit und Vorfreude. Die Monate Dezember bis Februar laden nicht nur dazu ein, sich in warme Decken zu kuscheln und den Duft von Plätzchen zu genießen, sondern sie bieten auch Gelegenheit zum Rückblick und zur Planung des neuen Jahres.

Der Dezember bringt mit seinen Feiertagen Familie und Freunde zusammen. Weihnachten und der Jahreswechsel sind Momente, um innezuhalten, dankbar zu sein und auf das vergangene Jahr zurückzublicken. Welche Herausforderungen haben wir gemeistert? Welche Erfolge konnten wir feiern? Diese Zeit erinnert uns daran, wie wichtig Gemeinschaft, Unterstützung und Zuversicht sind – Werte, die uns das ganze Jahr über begleiten sollten.

Im Januar beginnt das neue Jahr voller Hoffnung und frischer Energie. Es ist die Zeit der guten Vorsätze und Pläne, sei es im privaten Bereich oder im Arbeitsumfeld. Was möchten wir im neuen Jahr erreichen? Welche Ziele setzen wir uns und wie wollen wir als Gemeinschaft wachsen?

Auch der Februar hat seinen ganz eigenen Charme. Die Tage werden langsam länger und der Frühling kündigt sich leise an. Doch bevor wir den Winter verabschieden, haben wir noch viele Gelegenheiten, die schönen Seiten dieser Jahreszeit zu genießen – ob bei einem gemütlichen Spaziergang im Schnee oder bei einer heißen Tasse Tee im Warmen.

In dieser Ausgabe unserer Hauszeitung blicken wir auf die besonderen Momente der letzten Monate zurück und werfen einen Blick auf das, was uns in den kommenden Wochen erwartet. Freuen Sie sich auf interessante Artikel, spannende Einblicke und viele Geschichten, die den Winter für uns alle ein wenig heller machen.

Ich wünsche Ihnen eine besinnliche Weihnachtszeit, einen gelungenen Start ins neue Jahr und viele schöne Momente im Kreise Ihrer Liebsten. Viel Freude beim Lesen und eine wundervolle Winterzeit!

Herzlichst, Ihre

Malgorzata Cwikla

Einrichtungsleitung

## Ein Katzensprung vom Troost zum Frohlocken



Die Advents- und Weihnachtszeit klopft an. Ob man sie mag oder nicht: Sie macht die Tür selbst auf. Zu unserem Leidwesen bereits Ende August in den Supermärkten in Form von Lebkuchen und anderem Gebäck. Und mitten in der eigentlichen Fastenzeit im Advent ruft uns ein Text in besonderer Art und Weise etwas zu. Wie ein Paukenschlag. Das 40. Kapitel des Jesajabuches fängt mit diesen Worten an: „Tröstet, tröstet mein Volk“. Mit Macht erklingen diese Worte. Und Trost ist etwas, das wir dieses Jahr, dieser Tage gebrauchen können. Hoffentlich ist es kein Vertrösten. In keinem Fall ein „irgendwann wird es besser“. Adventszeit ist ein bisschen so, als wenn man es mit dem Fasten in dieser Zeit ernst nähme und auf die Leckereien in den Regalen und den Weihnachtsmärkten verzichten würde. Ein bisschen vertrösten: noch ein Adventssonntag, noch eine Kerze am Kranz anzünden, dann ist Weihnachten. Haltet durch. Und das ist die Zeit, auf die sich nicht nur Kinder am meisten freuen. Wir geben es zu: Auch wir lieben den Weihnachtsbaum mit all seinem Schmuck, das Kripplein, die Weihnachtslieder. Das Durchhalten wird schwer.

„Tröstet, tröstet mein Volk!“ wird in der Wüste gesprochen oder auch: in die wüste Zeit hinein. Es wird das Kommen Gottes verheißen. Ist das „ver-

trösten“ auf bessere Tage? Nein! Es wird nicht vertröstet, wenn Gewissheit da ist, dass es so kommen wird. Da fällt uns das Fasten in der Adventszeit gleich leichter. Wir werden getröstet werden. Von dem Heiland, dem Friedefürsten, dem der in der stillen, heiligen Nacht geboren wurde.

In der Adventszeit, also noch vor Weihnachten, erklingt zeitgleich ein anderer Paukenschlag. Der Aufschlag nämlich zu einem der bekanntesten Oratorien der Welt: Dem Weihnachtsoratorium. „Jauchzet, frohlocket, auf preiset die Tage!“. Wie herrlich, wie glänzend ist das! Wie verheißend! Es steht für uns direkt neben dem „Tröstet mein Volk“. Natürlich gehört das Weihnachtsoratorium für uns zu Weihnachten. Aber wie beim Gebäck ist es so: Vielleicht schadet es nicht, etwas früher einen Blick drauf zu werfen. Und so rückt der Trost unmittelbar neben die Erkenntnis: Gott kommt tatsächlich in die Welt, tröstet tatsächlich, lässt Freudentränen fließen.

So wünschen wir Ihnen allen eine gesegnete Adventszeit, in der Sie schon den Trost verspüren können, der zu Weihnachten in die Welt drängt.

Ihre Pfarrer Annika Rimpler und Georg Meyer

## Wie das Weihnachtsfest entstand

Heiligabend am 15. Mai? Undenkbar! Und doch hätte sich dieser Alternativ-Vorschlag beim ersten Konzil von Nicäa im Jahr 325 beinahe durchgesetzt, hätten sich die Bischöfe nicht zu guter Letzt doch noch auf den 25. Dezember als verbindliches Datum für das Weihnachtsfest geeinigt. Der Tag der Geburt Jesu ist nämlich historisch nicht belegt. Man hatte sozusagen die freie Terminwahl.

Für den 25. Dezember sprachen sowohl politische wie astronomische Gründe. Erstens wollte man den zahlreichen Anhängern des römischen Mithras-Kultes eine neue Heimat im Christentum bieten. Mithras galt als der Herr des Lichts. Sein Geburtstag: der 25. Dezember. Zweitens erhoffte man sich durch die

Wahl dieses Datums einen Zugewinn an Volkstümlichkeit. Denn seit dem Altertum fand um diese Zeit bereits das mehrtägige Fest der Wintersonnenwende statt. Heidnisches Brauchtum und christlicher Glaube wurden auf diese Weise geschickt miteinander verknüpft: Wie mit der neugeborenen Sonne nach dem 21. Dezember die Tage wieder länger wurden, sollte nun auch das neugeborene Jesuskind Licht in die dunkle Jahreszeit bringen. Das Licht hatte also von Beginn an für das Weihnachtsfest eine besondere Bedeutung.

Hinzu gesellte sich ab etwa 1570 ein weiteres Sinnbild: der Tannenbaum, der in manchen Gegenden auch heute noch „Jessebaum“ genannt wird. Er sollte an den Stammbaum Jesu erinnern und steht mit seinen immergrünen Blättern als kraftvolles Symbol für das Leben selbst. Aus der Kombination von Licht und Tanne entstand schließlich der kerzengeschmückte Christbaum, wie wir ihn heute kennen.

Der Brauch des allgemeinen Schenkens und Beschenktwerdens dagegen hat sich erst in der Mitte des 19. Jahrhunderts entwickelt – und seitdem immer mehr den ursprünglichen Sinn des Weihnachtsfestes verdrängt. Kein Wunder, denn





die Werbestrategen der Konsumgüterindustrie „versüßen“ uns die Wartezeit aufs Christkind heutzutage bereits ab dem Herbst mit ihren „frohen Botschaften“. Der Begriff „Weihnachtsstress“ ist eine Erfindung des späten 20. Jahrhunderts. Doch trotz aller herbeigeschwatzten Hektik verlieren zum Glück viele Menschen ihre Ruhe nicht und pflegen ihre – teils skurrilen – Bräuche, die sich rund um das Weihnachtsfest regional gebildet haben. In Österreich beharrt man standhaft auf das „Christkind“ und lässt den Weihnachtsmann amerikanischer Prägung einen guten, aber ansonsten unerwünschten Mann sein. In Skandinavien sollte man in Deckung gehen, denn dort werden die Ge-

schenke beim „Julklapp“ einfach durch die halb geöffnete Tür ins Zimmer geworfen. In Italien kennt man weder Christkind noch Weihnachtsmann, dort werden die guten Gaben von der Hexe Befana verteilt – am 6. Januar. Und in Russland feiert man Weihnachten traditionell sogar erst am 7. Januar, weil dieses Datum nach dem julianischen Kalender dem 25. Dezember unserer gregorianischen Zeitrechnung entspricht.

Doch egal, zu welchem Zeitpunkt und wo auch immer Weihnachten gefeiert wird – überall gilt: Es ist ein Fest der Freude. Und das sollte es auch bleiben.

# Angekommen

Nun lebe ich schon seit fast einem Jahr in der Amalie und ich kann sagen: Ich bin angekommen. Ich schätze meine kleine Wohnung, das Verweilen auf der Terrasse, das Miteinander im Haus, den nahegelegenen Seeliger Park und die – trotz Baustelle – wunderschöne Innenstadt. Ich kann immer wieder bei einem Eis oder einer Tasse Kaffee an den Krambuden sitzen, die Fachwerkhäuser bewundern, Menschen vorbeiziehen lassen und den kleinen Kindern am oder auch im Brunnen zuschauen. Ich habe auch schon Lieblingsorte. Das ist zum einen eine Sonnenbank im Seeliger Park mit seinem ganz besonderen Baumbestand und dem Stadtgraben. Besonders beeindruckt mich auch immer wieder der weit ausladende Baum an der Hauptkirche. Wenn ich am Stadtgraben sitze und die Natur, die Vögel und Enten sowie die im Sand spielenden Kinder beobachte, fühle ich, wie gut alles sein könnte, wären im Kopf nicht gleichzeitig auch die Bilder von zerstörerischen Kriegen, Tod und Gewalt.

Nachdem mein Mann nun umgebettet ist, besuche ich auch gern den Friedhof. Auf meinem letzten Wegstück empfangen mich üppig blühende Pflanzen am Wegesrand oder ich laufe durch lauschige Wege mit alten Grabsteinen und himmlischer Ruhe.

Mein ganz besonderer Ort ist aber der Markt. Etwas so Schönes, Buntes und Vielfältiges kannte ich aus Duisburg nicht. Da waren die Märkte zum Teil überflutet von Ständen, an denen Klamotten angeboten wurden. Das Obst- und Gemüseangebot blieb dabei ein wenig auf der Strecke. Wir hatten zwar in der Innenstadt zweimal in der Woche einen sogenannten Bauernmarkt, der sich in der fußläufigen Straße entlangzog, doch er ist von der Atmosphäre her mit dem Wolfenbütteler Markt nicht zu vergleichen. Mein absolutes Highlight ist der Käsestand. Auch wenn ich eigentlich mit allem versorgt bin, werde ich hier immer schwach, um wieder einmal eine Käsesorte zu kaufen, die ich noch nicht kenne. Die Vielseitigkeit an Obst, z.B. Sauerkirschen, kannte ich schon seit Jahren nicht mehr auf unserem Markt. Die Düfte von Backwaren, Geräuchertem und Gebratenem machen Appetit aufs Probieren und Kaufen. Es gibt einen Wagen nur mit Milchprodukten, selbst hergestelltem Joghurt und warmem Milchreis, einen Wagen mit köstlich schmeckenden Waffeln und eine alte Dame, die ihre, ich nehme an, selbstgekochten Marmeladen anbietet.

Ach, eines muss ich auch noch erwähnen: das kulturelle Angebot. Was ich hier in dem einen Jahr

an Musik, Lesungen und Ausstellungen besuchen konnte, habe ich in Duisburg in den letzten fünf Jahren nicht erlebt.

Und nun steht schon der Advent vor der Tür. Ich liebe die Adventszeit. Zuhause war sie stets damit verbunden, tagelang zu schmücken, immer noch etwas aus den vielen Kartons zu holen und mich dann an allem zu freuen. Und sie war verbunden mit dem Duft von selbstgebackenen Plätzchen und mit dem Packen kleiner Päckchen für die Familie und für Freunde. Nun darf ich die Adventszeit

hier feiern. Die Deko ist viel, viel weniger geworden, aber meine Lieblingsstücke kommen alle wieder ans Licht, das sind vor allem Engel. Ich hatte viele gesammelt, wenige mitgenommen, aber die weiß ich nun besonders zu schätzen.

Ich wünsche Ihnen allen eine lichtvolle und gesegnete Advents- und Weihnachtszeit.

Ihre Lieselotte Lüdke  
Seniorenwohnen



# Fabelhafte Weihnachten

Die Tiere diskutierten einmal über Weihnachten. Sie stritten, was wohl die Hauptsache an Weihnachten sei. „Na klar, Gänsebraten“, sagte der Fuchs, „was wäre Weihnachten ohne Gänsebraten!“ „Schnee“, sagte der Eisbär, „viel Schnee!“ Und er schwärmte verzückt: „Weiße Weihnachten!“

Das Reh sagte: „Ich brauche aber einen Tannenbaum, sonst kann ich nicht Weihnachten feiern.“ „Aber nicht so viele Kerzen,“ heulte die Eule, „schön schummrig und gemütlich muss es sein, Stimmung ist die Hauptsache.“ „Aber mein neues Kleid muss man sehen“, sagte der Pfau, „wenn ich kein neues Kleid kriege, ist für mich kein Weihnachten.“ „Und Schmuck!“ krächzte die Elster, „jedes Weihnachtsfest kriege ich etwas: einen Ring, ein Armband, eine Brosche oder eine Kette, das ist für mich das Allerschönste an Weihnachten.“

„Na, aber bitte den Stollen nicht vergessen“, brummte der Bär, „das ist doch die Hauptsache, wenn es den nicht gibt und all die süßen Sachen, verzichte ich auf Weihnachten.“ „Mach's wie ich“, sagte der Dachs, „pennen, pennen, das ist das Wahre, Weihnachten heißt für mich: mal richtig pennen.“ „Und saufen“, ergänzte der Ochse, „mal

richtig einen saufen und dann pennen“ – dann schrie er „Aua“, denn der Esel hatte ihm einen gewaltigen Tritt versetzt. „Du Ochse, denkst du denn nicht an das Kind?“ Da senkte der Ochse beschämt den Kopf und sagte „Das Kind, ja das Kind, das ist doch die Hauptsache.“ – „Übrigens“, fragte er dann den Esel „Wissen das die Menschen eigentlich?“



## Musik verbindet

Das Programm Musikalische Grundschule in Niedersachsen regt einen ganzheitlichen Schulentwicklungsprozess durch Musik an. Musik ist das verbindende Element für die Entwicklung von Unterricht, Personal und Organisationskultur. Neue Ideen und Methoden für den Unterricht aller Fächer, neue Impulse für das Schulleben, neue Kompetenzen im Kollegium und neue Kontakte zum kulturellen Umfeld der Schule werden gemeinsam im Kollegium entwickelt und im Schulprogramm nachhaltig verankert und gemeinsam evaluiert.

Einmal jährlich findet eine Jahrestagung der Musikalischen Grundschule Niedersachsen statt, bei der Lehrerinnen und Lehrer von Musikalischen Grundschulen Zeit für Begegnung und Austausch untereinander haben, an Workshops teilnehmen und neue Impulse für ihre Arbeit bekommen. In diesem Jahr fand die zweitägige Tagung am 9. und 10. September 2024 in der nahegelegenen Landesmusikakademie statt.

Im Rahmen der Tagung erarbeiteten die Teilnehmenden das Musikstück „Musik – den ganzen Tag!“ mit einem vielfältigen Instrumentarium: Butterbrotkamm, Violine, klingende Plastikröhren und Singstimmen sollten u.a. erklingen.

DEZEMBER 2024-FEBRUAR 2025

Da neue Kontakte zum kulturellen Umfeld einer Schule, Vernetzung und Kooperation ein wichtiges Entwicklungsfeld in einer Musikalischen Grundschule sind, vermochten die Teilnehmenden dieses gleich auf der Tagung umzusetzen. Am 10. September 2024 haben ca. 90 Lehrerinnen und Lehrer das Wohn- und Pflegezentrum Amalie Sieveking besucht und das eingeübte Stück „Musik – den ganzen Tag!“ aufgeführt. Als weitere Gäste sollten Kinder aus der benachbarten Kindertagesstätte Klangkinder dazustoßen, aber krankheitsbedingt war dies dann doch nicht möglich. Es konnten zahlreiche Gäste und Zuhörende begrüßt werden, die zum Mitmachen eingeladen wurden.

Ihre Kirsi Zimmermann

Landeskoordinatorin Musikalische Grundschule Niedersachsen



# Die Lebensordnung – eine der Kneipp'schen Säulen

Hallo liebe Leserinnen und Leser,

ein Wahlspruch von Sebastian Kneipp lautet: **„Alles zu seiner Zeit und alles im rechten Maß.“**

Lebensordnung ist das halbe Leben – Ausgeglichenheit kann man lernen! Die Lebensordnung ist nicht der festgelegte Ablauf eines Tages, einer Woche oder ganzer Jahre, sondern ein Leben im Einklang von Körper, Geist und Seele.

Die hohen Anforderungen der heutigen Zeit und die vielen Erwartungen, die an uns gestellt werden, lassen kaum Zeit zum Innehalten. Sie führen zu Unzufriedenheit, Nervosität, Selbstzweifeln, Antriebslosigkeit und depressiven Verstimmungen. Kurz: Wir fühlen uns überfordert und brauchen dringend eine Auszeit mit Zuwendung und Entspannung.

Es gibt viele Möglichkeiten, sich schöne Momente zu schaffen. Wir müssen es nur wollen! Wie wäre es mit einer geselligen Runde in der Familie, mit Freunden und guten Gesprächen, einem spannenden Buch, einer schönen Veranstaltung wie z. B. Theater- oder Konzertbesuch, vielleicht einer belebenden Dusche oder einer Tasse Tee, selbst ein Stückchen Schokolade kann uns glücklich und

zufrieden stimmen. Tun Sie sich etwas Gutes! Die bevorstehende Weihnachts- und Winterzeit lädt uns geradezu zum Innehalten ein.

Erinnern wir uns doch mal an die freudigen Erwartungen in unserer Kindheit. Der Dezember brachte immer eine gewisse Spannung mit sich: Heimlichkeiten, Vorfreude, Kerzenschein, Kekse backen, Wunschzettel und Weihnachtsmarkt. Selbst heute noch versetzt uns die Advents- und Weihnachtszeit in eine besondere Stimmung. Lassen wir uns doch davon gefangen nehmen und genießen sie.

Auch Januar und Februar haben einen besonderen Reiz. Schön anzusehen sind Schneekristalle, Raureif und eine verschneite Landschaft, sie hat einen besonderen Zauber inne. Es ist entspannend, unse-



re gefiederten Freunde an den Futterstellen zu beobachten. Bei einem Winterspaziergang, wir müssen ja nicht gerade bei Glatteis vor die Tür, erinnern wir uns sicher gern an sorglose Kindertage mit Schneemannbauen, Schlittenfahren und Schneeballschlacht.

Solche schönen Erinnerungen helfen uns, Ärger und Hektik des Alltags zu meistern. Positive Gedanken und schöne Momente schaffen Wohlbefinden und sind Futter für die Seele. Mein Rat: Lassen Sie sich nicht stressen! Entspannen Sie sich und genießen Sie jeden Tag.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine schöne Zeit und sage Tschüss bis zur nächsten Ausgabe von AMALIE AKTUELL.

Ihre Anke Fricke  
Mitglied im Kneipp-Verein

## Die Legende vom Schneeglöckchen

Als Gott sein Schöpfungswerk vollendet hatte, als Gras, Bäume und Blumen in den prächtigsten Farben prangten, da schuf er zuletzt den Schnee. Aber er ließ ihn ohne Farbe. Seine Farbe sollte der Schnee sich selbst aussuchen.

Da ging der Schnee zum Gras, zur Lilie, zum Veilchen, zur Rose und zur Sonnenblume und er bat jeden: „Gib mir etwas von deiner Farbe!“ Aber niemand wollte die Bitte erfüllen. Sie lachten nur über die merkwürdige Idee. Traurig setzte sich der Schnee an den Weg und klagte: „Wenn mir niemand seine Farbe gibt, werde ich unsichtbar bleiben wie der Wind, den auch niemand sieht, und ich werde so unbeliebt sein, wie er!“

Der Schnee hatte geglaubt, niemand höre seine Klage. Aber ein unscheinbares Schneeglöckchen, das neben ihm aus der Erde spross, hatte ihn wohl gehört. Es sprach zum Schnee: „Wenn dir mein bescheidenes Mäntelchen gefällt, magst du es gerne nehmen.“ Dankbar nahm es der Schnee an und seither ist er weiß. Das Schneeglöckchen ist das einzige Pflänzchen, das er in seiner Nähe duldet.

Ihre Gabriele Drewes





## Fantastisch, rau und naturbelassen

...und was es außer Dudelsack, Schottenrock und Loch Ness zu finden gibt. Ein Vorwort von Pablo Picasso wird zu unserem Reisemotto: vom Suchen und Finden. „Ich suche nicht – ich finde. Suchen – das ist das Ausgehen von alten Beständen und ein Finden-Wollen von bereits Bekanntem im Neuen. Finden – das ist das völlig Neue! Das Neue auch in der Bewegung. Alle Wege sind offen und was gefunden wird, ist unbekannt. Es ist ein Wagnis, ein heiliges Abenteuer! Die Ungewissheit solcher Wagnisse können eigentlich nur jene auf sich nehmen, die sich im Ungeborgenen geborgen wissen, die in die Ungewissheit, in die Führerlosigkeit geführt werden, die sich im Dunkeln einem unsichtbaren Stern überlassen, die sich vom Ziele ziehen lassen und nicht – menschlich beschränkt und eingengt – das Ziel bestimmen.“

### Ein kleiner Reisebericht

Aus dem Bauch der Fähre geht es sofort in den Linksverkehr; anders herum in etliche doppelte Kreisverkehre, bis wir endlich auf die schmalen Singletrack Roads kommen, die dünn besiedelte Landstriche beherrschen. Begegnungen und Ausweichmanöver auf schmalsten steilen Küstenpisten und durch die endlosen Weiten der Highlands sind täglich neue und nette Abenteuer!

Es wird gewinkt, begrüßt, „Hi ye...“ oder „Hello, guys...“ grüßen uns die Schotten aus den Autos, auf den Wanderwegen, in den kleinen Häfen, im Pub, im Supermarkt, auf den Schaffarmen. Wir sind für sie Gäste von weit her, vom Kontinent, was unser Autokennzeichen verrät. Man inte-



ressiert sich sehr, woher wir kommen. Niemand kennt Wolfenbüttel, aber Jägermeister! Großes ahhhhha, den kennen alle!

So durchstreifen wir endloses, grünes, unbesiedeltes Hügel land, nur betupft mit wolligen Schafen, und freuen uns an den niedlichen Lämmchen, die meist als Zwillinge herumtollen. Wir wagen uns die engsten Sträßchen hinunter zu winzigen Häfen der Hummerfischer, oft einem Leuchtturm als Ziel. Die Felsen der Steilküsten beleben Millionen Seevögel wie Basstölpel, Alkenvögel, Papageitaucher, die man stundenlang bei akrobatischen Landemanövern beobachten kann.

Immer wieder gern genießen wir das zweite Nationalgericht neben Haggis: Fish and Chips sind hier einfach unübertroffen gut und immer eine sättigende Mahlzeit.

Auf einsamen abgelegenen Strecken leuchtet oft eine knallrote Telefonzelle (die wirklich noch mit Münzen funktioniert) aus einer grünen Hecke, der farblich passende Briefkasten ist auch nicht weit entfernt. Dafür gibt es nicht überall Internet, was sehr entspannend sein kann. Plötzliche Wetterwechsel, dichter Nebel, Regenschauer und Sturmböen gehören zu dem Land. Wir lernen von den Schotten, ganz gelassen zu bleiben und bei einem „Tea“ abzuwarten. Solange leisten uns Gummistiefel und Regenbekleidung gute Dienste.

Ein ganz besonderes Erlebnis: In einer Nacht im Mai leuchtete und waberte über dem sternklaren Himmel sogar für uns das Polarlicht! Insgesamt reisten wir knapp 3000 Kilometer durch dieses ursprünglich keltische Land und fanden so viel neue schmale Wege, die in keinem Reiseführer stehen.

Schottland, abseits der überlaufenen Sehenswürdigkeiten und Touristenströme, hat uns in seinen Bann gezogen. Wir hatten nette Begegnungen mit freundlichen Menschen und entdeckten fantastische, raue und naturbelassene Landschaften.

Ihre Gisela Schlee

## Alles auf Anfang

Vorab möchte ich meine Person kurz vorstellen. Mein Name ist Sebastian Wikert, ich lebe mit meiner Familie in Wolfenbüttel. Ich bin 33 Jahre jung, verheiratet, habe einen achtjährigen Sohn und einen mittlerweile zehnjährigen Hund. Seit 2009 bin ich meiner Leidenschaft mit dem schönen Namen „Pflege“ verfallen. Seitdem versuche ich täglich, den Pflegealltag mit viel Herz, etwas weniger Verstand, aber dafür mit viel Humor zu meistern. Einigen von Ihnen werde ich noch in Erinnerung geblieben sein, als ich mich im Februar 2023 in der Amalie als stellvertretende Pflegedienstleitung vorstellte. Im Frühjahr 2024 legte ich mein Amt recht still und kurzfristig nieder. Dennoch verbleib ich in der Amalie und sie konnten mich auf dem Pflegebereich 2 antreffen. Dort bin ich meiner ursprünglichen Tätigkeit als Pflegekraft nachgegangen.

Als nun mit dem Eintritt von Frau Cwikla als neue Einrichtungsleitung und Frau Kraus in der Funktion der neuen Pflegedienstleitung die Frage in meine Richtung aufkam, ob ich mein vorheriges Amt als stellvertretende Pflegedienstleitung wieder aufnehmen wolle, war nach kurzer Überlegung eine Entscheidung getroffen. „Ja, ich will!“ Somit bin ich seit

dem 01.10.2024 in alter Funktion für Sie da. Immer wieder werden Sie mich aber auch in der Pflege aktiv antreffen, da ich mir aktuell kaum vorstellen kann, diese Tätigkeit vollkommen aufzugeben.



„Jeder neue Anfang birgt die Chance, Großes zu erreichen.“ Und so wünsche ich mir in neuer Konstellation des Leitungsteams für die Amalie, ihre Bewohner:innen, Angehörigen, Mitarbeiter:innen und all die Zugehörigen eine tolle Zeit – eine Zeit, die sicherlich Höhen und Tiefen erleben wird, aber stets von einem offenen und wertschätzenden Umgang geprägt sein soll.

Ihr Sebastian Wikert

## „Winterlandschaft“

Pudermuckerfelder,  
Pudermuckerwälder –  
eine weiße Pracht.  
Kleine zarte Flocken  
wollen uns jetzt locken.  
Unser Herz, es lacht.

## „Manchmal tut ein Gespräch gut...“

- wenn Gedanken nicht zur Ruhe kommen wollen,
- wenn es gerade keine Möglichkeit gibt, mit einem vertrauten Menschen zu sprechen,
- wenn jemand gebraucht wird, der Zeit zum Zuhören hat,
- oder wenn Sie sich einfach einmal über etwas austauschen möchten,

dann können Sie sich gern an mich wenden. Mein Name ist Vera Jeske und ich bin ehrenamtliche Seelsorgerin.

Hier einige Informationen zu meiner Person: Nach meinem Arbeitsleben als Pädagogin habe ich eine Ausbildung zur Seelsorgerin bei der evangelischen Kirche gemacht und habe im Oktober meine eh-

renamtliche Tätigkeit im Amalie-Sieveking-Haus aufgenommen. Ich bin verheiratet, lebe in Sottmar, habe drei Kinder und darf Großmutter von sieben Enkeln sein.



In meinem Leben dreht sich viel um die Familie und es bleibt glücklicherweise noch Raum fürs Musikmachen, fürs Lesen, für kulturelle Veranstaltungen und für Freunde. Ich singe gern und am liebsten mit anderen im Chor.

Freitagnachmittags bin ich ab 14.30 Uhr im Amalie Sieveking Haus und habe

Zeit für Gespräche in einem vertraulichen Rahmen. Beim Sozialen Dienst (Frau Pleßmann) können Sie Bescheid geben, wenn Sie ein Gespräch wünschen. Dann komme ich Sie gern besuchen, wenn ich das nächste Mal im Haus bin. Möglicherweise klopfe ich auch einfach einmal bei Ihnen an und frage, wie es Ihnen geht und ob Sie sich mit mir unterhalten möchten.

Ich freue mich sehr darauf, mit Ihnen ins Gespräch zu kommen.

Ihre Vera Jeske

## von Helga Schettge

Sanftes Innehalten,  
winterliches Walten:  
eine Zauberwelt.

Kinder sind so glücklich  
und zwar augenblicklich,  
weil der Schnee nun fällt.

## Hospizarbeit – Einblick in ehrenamtliche Tätigkeit

In unserer Gesellschaft sterben Menschen immer seltener zu Hause, sondern meistens in Krankenhäusern und Senioreneinrichtungen. Aus dieser sozialen Not heraus ist die Hospizbewegung entstanden, damit Menschen würdig ambulant und stationär betreut werden können. Die ehrenamtliche Betreuung sterbenskranker Menschen und ihrer Angehörigen ist dabei zentral und unentbehrlich.

Wie kam ich vor ca. vier Jahren zu dieser Tätigkeit? Als mein Mann vor zwölf Jahren an einem unheilbaren Krebs erkrankte und wir uns entschlossen hatten, die letzten Tage meines Mannes im Braunschweiger Hospiz zu verbringen, lernte ich in dieser für uns beide schweren Lebensphase die Arbeit ehrenamtlicher Hospizhelfer kennen, die mich unterstützten und mir sehr viel Zuwendung gaben.

Nach dem Tode meines Mannes beschloss ich, mich ebenfalls als ehrenamtliche Hospizhelferin zu engagieren. Dazu ist eine einjährige Ausbildung notwendig. Ich wurde zusammen mit anderen zukünftigen ehrenamtlichen Hospizbegleitern zu unterschiedlichen Themen der Hospizarbeit ausgebildet. Eine wichtige Voraussetzung für

die Qualifizierung und für das Ehrenamt ist, dass man selbst nicht trauert. Ein möglicher Trauerfall sollte daher mindestens zwölf Monate her sein.

Nach der Qualifizierung bekam ich durch die festangestellten Koordinatoren des Hospizvereins meine erste „Betreuung“ zugewiesen. Die erste Kontaktaufnahme mit den zu Betreuenden liegt in der Hand der Koordinatoren, die dann die ehrenamtliche Begleitung dazu auswählen.

Ich war in meinem Beruf als Diplom-Psychologin tätig und bringe daher viel Lebenserfahrung beim Umgang mit Menschen mit. Daher hatte ich auch keine Ängste, sondern war eher gespannt auf meine Betreuung, die bei unserem ersten Treffen mir gegenüber nicht distanziert war, sondern eher daran interessiert, mir viele Dinge mitzuteilen. Sie war in einem Stadium, wo sie gern mit mir ins Gespräch ging. Sie freute sich auf meinen Besuch, so ihre Aussage. Eine weitere Dame betreute ich, die seit 30



Jahren keinen Kontakt zu ihrer Tochter hatte. Hier hatte ich anfangs Probleme, Zugang zu finden, da sie auf meine Angebote abweisend reagierte. Sie ließ es zu, ihre Hand zu streicheln. Sie hatte nur noch den Wunsch zu sterben.

So lernte ich in meinem Ehrenamt bis jetzt sehr unterschiedliche Personen kennen und schätzen. Ich bin erstaunt, wie Menschen in ihrer letzten Phase doch noch viel Kraft entwickeln und auch Wünsche äußern, z. B. „vor die Tür zu gehen und nicht immer im Zimmer sitzen zu müssen.“ Bei hochbetagten Menschen überwiegt allerdings der Wunsch, nicht mehr so lange „hier“ zu sein: „Ich möchte sterben, hoffentlich dauert es nicht so lange...“



Inzwischen habe ich in den Jahren die unterschiedlichsten Menschen begleitet. Wenn ich von meiner Arbeit als ehrenamtliche Begleitung erzähle, kommt oft die Aussage meiner Gesprächspartner: „Ich könnte das nicht...“. Worauf ich erwidere: Ich bekomme ganz viel von meinen Begleitungen zurück, seien es ein offener, liebevoller Blick oder ein Händedruck. Daher mein Fazit: Ich bin auf dem richtigen Weg!

Dr. Anne-Rose Haarmann

## Kontakt und Impressum

**Diakonisches  
Wohn- und Pflegezentrum  
Amalie Sieveking gGmbH**

Schulwall 2  
38300 Wolfenbüttel  
Tel. 05331 80040  
[www.dachstiftung-diakonie.de/](http://www.dachstiftung-diakonie.de/)  
amalie-sieveking

### Ausbildungskooperation

Diakonie-Kolleg Wolfenbüttel  
[www.diakonie-kolleg-wolfenbuettel.de](http://www.diakonie-kolleg-wolfenbuettel.de)

Auflage: 500 Stück | Nächste Ausgabe: 01.03.2025 |  
Redaktionsschluss: 10.02.2024 | Gestaltung und Konzept:  
WARMBEIN kommunikation | Redaktion: Malgorzata  
Cwikla (v.i.S.d.P.), Martina Pleßmann, Andreas Warmbein



Im Verbund der  
**Dachstiftung  
Diakonie**

# Veranstaltungskalender

## Dezember

- 04.12. Ev. Gottesdienst / Pastor Diederichs (SW)
- 05.12. Wunschlieder-Singen / Prof. Haux
- 05.12. Spielerunde / Frau Piel
- 06.12. **Adventsmarkt für Bewohner:innen, Mieter:innen, Angehörige, Ehrenamtliche und Gäste**
- 10.12. Yoga im Sitzen
- 11.12. Grundschule Harztorwall
- 12.12. Tierbesuchsdienst
- 12.12. Spielerunde / Frau Piel
- 12.12. **Trauerkurs für Angehörige, Mieter:innen und Ehrenamtliche**
- 16.12. Bewohnervertretungssitzung
- 17.12. Cardio-Drums
- 18.12. Christlicher Gesprächskreis (SW)
- 18.12. Kindergarten Kerschensteiner Weg
- 18.12. Grundschule Harztorwall
- 18.12. „Singkreis Wolfenbüttel“
- 19.12. Wunschlieder-Singen / Prof. Haux (SW)
- 19.12. Spielerunde / Frau Piel
- 20.12. Ev. Gottesdienst / Pastor Kiel
- 24.12. Festgottesdienst
- 24.12. **Festandacht, anschl. gemütliches Beisammensein im Speisesaal**
- 27.12. Kath. Gottesdienst / Pfarrer Eggers
- 30.12. Mietertreffen
- 31.12. **Silvesterfeier**

## Januar

- 01.01. Ev. Gottesdienst / Pastor Diederichs (SW)
- 02.01. Wunschlieder-Singen / Prof. Haux
- 02.01. Spielerunde / Frau Piel
- 03.01. Ev. Gottesdienst / Propst Schultz-Seitz
- 06.01. Sternsinger
- 07.01. Yoga im Sitzen
- 08.01. Herrenrunde
- 09.01. Spielerunde / Frau Piel
- 12.01. Tierbesuchsdienst
- 13.01. Kino
- 15.01. Christlicher Gesprächskreis (SW)
- 16.01. Spielerunde / Frau Piel
- 17.01. Ev. Gottesdienst / Pastor Kiel
- 20.01. Bewohnervertretungssitzung
- 21.01. Ehrenamtlichen Treffen
- 23.01. Wunschlieder-Singen / Prof. Haux (SW)
- 23.01. Spielerunde / Frau Piel
- 24.01. Kath. Gottesdienst / Pfarrer Eggers
- 27.01. Mietertreffen
- 27.01. Lichtbildervortrag
- 28.01. Cardio-Drums
- 28.01. Tierbesuchsdienst
- 30.01. Wunschlieder-Singen / Prof. Haux
- 30.01. Spielerunde / Frau Piel

## Februar

- 03.02. Lichtbildervortrag Afrika
- 03.02. Tierbesuchsdienst
- 05.02. Ev. Gottesdienst / Pastor Diederichs (SW)
- 06.02. Wunschlieder-Singen / Prof. Haux (SW)
- 06.02. Spielerunde / Frau Piel
- 07.02. Ev. Gottesdienst / Propst Schultz-Seitz
- 10.02. Kino „Pfarrer Kneipp“
- 11.02. Yoga im Sitzen
- 12.02. Herrenrunde
- 13.02. Wunschlieder-Singen / Prof. Haux
- 13.02. Spielerunde / Frau Piel
- 17.02. Bewohnervertretungssitzung
- 19.02. Christlicher Gesprächskreis (SW)
- 20.02. Wunschlieder-Singen / Prof. Haux (SW)
- 20.02. Spielerunde / Frau Piel
- 21.02. Ev. Gottesdienst / Pastor Kiel
- 24.02. Mietertreffen
- 25.02. Cardio-Drums
- 27.02. **Verein Antirost und Verkehrswacht  
Wolfenbüttel (Vortrag, Parcours,  
Überprüfung Rollatoren und Rollstühle)**
- 27.02. Wunschlieder-Singen / Prof. Haux
- 27.02. Spielerunde / Frau Piel
- 28.02. Tierbesuchsdienst
- 28.02. Kath. Gottesdienst / Pfarrer Eggers

**Bitte beachten Sie auch die regulären  
Wochenpläne der sozialen Betreuung.**

Einzelheiten bzw. Änderungen sind den  
jeweiligen Aushängen zu entnehmen.

SW = Seniorenwohnen

# Herbstliches Shopping in der Amalie

Das Modemobil von Britta Damm macht es möglich

