Seniorenzentrum Hirschkamp GmbH & Co. KG

Hirschkamp ECHO

02/2017

Mechthild Schaut geht
„Saitenwind" kommt auf
Seite 3

Musik lag in der Luft
Konzerte im Hirschkamp
Seite 6

„Leben ist nicht genug"...

... sagte der Schmetterling. „Sonnenschein, Freiheit und eine kleine Blume gehören auch dazu."

Hans Christian Andersen

Hirschkamp ECHO

02/2017

Liebe Bewohner, Angehörige, Mitarbeiter und Freunde

des Seniorenzentrums Hirschkamp,

endlich schickt der Sommer seine Vorboten aus. Auch wir freuen uns schon auf die sonnigen Monate: So wird jetzt schon das Sommerfest geplant und geprobt.

Nachdem wir im letzten Jahr unser 20-jähriges Bestehen gefeiert haben, wollen wir 2017 einen Kunstwettbewerb mit dem Thema ALTENHEIM DER ZUKUNFT starten. Alle können mitmachen und ihre Kunstwerke bis zum 30. Juni einreichen, die ab dem 1. Juli in der Aula zu besichtigen sind. Egal, was Sie gestalten/malen/bildhauern: Es ist alles erlaubt, was nicht mehr als 1 Meter hoch, breit und tief ist. Auf unserem SOMMERFEST AM 9. JULI wird das schönste Kunstwerk prämiert!

Vielleicht sind ja auch Ideen dabei, die in die Planung des Umbaus einfließen?

Ich freue mich jetzt schon auf Ihre rege Beteiligung und auf die eingereichten Kunstwerke und lade Sie herzlich ein, die Ausstellung und unser Sommerfest zu besuchen.

Ihre
Ursula Eskes

Hirschkamp ECHO erscheint alle drei Monate und ist die offizielle Zeitschrift für die Bewohner des Seniorenzentrums Hirschkamp.
Redaktionsanschrift:
Seniorenzentrum Hirschkamp GmbH & Co. KG,
Neuer Weg 20, 45731 Waltrop

Redaktion: Ursula Eskes
Mitarbeiter: Gabriele Baitz, Andreas Kabbe, Annett Kalaba
Text: Gabriele Baitz, Ursula Eskes, Andreas Kabbe
Grafik: Altmann Marketing GmbH
Fotos: Hirschkamp (wenn nicht anders ausgewiesen)

Mechthild Schaut geht.

„SAITENWIND" KOMMT AUF.

MECHTHILD SCHAUT GEHT IN DEN WOHLVERDIENTEN RUHESTAND.

Sie geht zwar nicht mit einem „Paukenschlag", verabschiedete sich aber mit fetziger Musik vom Feinsten. Für ihren letzten Arbeitstag im Seniorenzentrum Hirschkamp hat sich die examinierte Pflegekraft etwas ganz Besonderes ausgedacht: Sie schenkte den Bewohnerinnen und Bewohnern des Hauses ein Konzert der Waltroper Gruppe „Saitenwind". Ein Ensemble, das seit 27 Jahren gekonnt mit Kirchenmusik und großen Evergreens vielen Menschen große Freude bereitet.

Bei dem Konzert hielt es die Senioren kaum auf den Stühlen. Sie sangen begeistert mit und nicht wenige waren sogar zu Tränen gerührt. Dieses Konzert bleibt den Bewohnerinnen und Bewohnern sicher noch lange in Erinnerung. Leb wohl, liebe Mechthild… Wir hoffen auf ein baldiges Wiedersehen.

ES GIBT NICHTS, WAS UNS DIE ANWESENHEIT EINES UNS LIEBEN MENSCHEN ERSETZEN KANN UND MAN SOLL DAS AUCH GAR NICHT VERSUCHEN; MAN MUSS ES EINFACH AUSHALTEN UND DURCHHALTEN; DAS KLINGT ZUNÄCHST SEHR HART, ABER ES IST DOCH ZUGLEICH EIN GROßER TROST; DENN INDEM DIE LÜCKE WIRKLICH UNAUSGEFÜLLT BLEIBT, BLEIBT MAN DURCH SIE MITEINANDER VERBUNDEN.

DIETRICH BONHOEFFER

Das Seniorenzentrum ist lebendig.

Und alle sind dabei.

Ja, sind denn alle närrisch?

Karneval wird im Seniorenzentrum Hirschkamp groß geschrieben und gleich drei Mal gefeiert. Die traditionelle Sitzung, eine Woche vor Rosenmontag, ist der Höhepunkt der Feierlichkeiten.

Es folgen weitere Veranstaltungen am Freitag und Rosenmontag. Dieses Jahr fertigten die Bewohnerinnen und Bewohner schon einige Tage zuvor bunte Masken und Hüte an. Die geschminkten und kostümierten Narren waren nach ihrer Verwandlung kaum wieder zu erkennen. Der Soziale Dienst sorgte mit Büttenreden und Auftritten von „Knallkopp", „Matta und Lisbeth" und „Putzfrau Agnes" dafür, dass die Lachmuskeln der Jecken stark strapaziert wurden. Herr Schoppmann vom Moselbach-Duo Waltrop und Brunhilde Schmitz aus Brambauer sorgten für die musikalischen Stimmungswogen. Es regnete zwar keine „Kamelle", aber nach Knabbereien, Sekt und dem einen oder anderen Eierlikörchen sind sich auch in diesem Jahr wieder alle einig: Auch das Seniorenzentrum Hirschkamp ist eine karnevalistische Hochburg.

Entspannt zur Kirmes und zurück – das Seniorenzentrum Hirschkamp auf Tour

Am Mittwoch, dem 5.4.2017 besuchte eine Gruppe von Bewohnern und Begleitern des Seniorenzentrums Hirschkamp die traditionelle Recklinghäuser Palmkirmes. Für einige Bewohner war es der erste Besuch der Kirmes überhaupt und löste schon im Vorfeld große Freude aus. Riesenrad, Kettenkarussell und der Duft gebrannter Mandeln erinnerte an vergangene Zeiten. Bestaunt wurden besonders die modernen Fahrgeschäfte wie der „Gladiator" mit seinen sechzig Metern Höhe. Wunderbares Wetter, typische Kirmesleckereien und gute Laune sorgten für ein unvergessliches Kirmes-Erlebnis.

Musik lag in der Luft.

Das Seniorenzentrum Hirschkamp hatte am Sonntag, dem 19.2.2016 den Spielmannszug Heimatklänge Stadt Waltrop e.V. zu Gast.
Da es vielen der Bewohnern nicht mehr möglich ist, ein Konzert zu besuchen, war der Mix aus traditionellen Märschen und Karnevalsmusik ein außergewöhnlich schönes Erlebnis.

Auch Musiker Werner Backhaus beschert den Senioren regelmäßig einen Musik-Nachmittag zum Genießen.

Der Schubert-Kammerchor singt im Seniorenzentrum Hirschkamp

Der Schubert-Kammerchor 1948 Waltrop e.V. besingt in unserem Haus traditionell den Frühling und die Weihnachtszeit. Für die Bewohnerinnen und Bewohner ist das stets eine große Freude. Alte Volkslieder können mitgesungen werden und im Saal des SZ Hirschkamp verbinden sich die Stimmen zu einem großen harmonischen Chor. Am 8. April 2017 hat auch Nicole Moenikes, die Bürgermeisterin der Stadt Waltrop dem Konzert beigewohnt. Herzlich begrüßt wurden sie und der Chor von unserem neuen Pflegedienstleiter Taifun Türk.

Der Schubert-Kammerchor steht schon seit 1982 unter der Leitung des Dirigenten und Chorleiters Christoph Vatheuer. Das musikalische Repertoire des Chors umfasst sowohl lieb gewonnene Klassiker und Volkslieder als auch aktuelle, moderne Kompositionen und Arrangements.

Die Formel für den Erfolg bei den Bewohnerinnen und Bewohnern ist einfach: Der Chor singt, die Laune steigt. Singen macht Spaß, Singen tut gut... Zudem werden mit bekannten Liedern und der Musik biografische Erinnerungen geweckt und besondere Erlebnisse in Verbindung gebracht. Schon jetzt freuen sich alle auf das Weihnachtskonzert am 17. Dezember 2017.

Der mit den Füßen schmeckt

Wer schön ist, der muss doch eigentlich nichts können, oder? Und schön sind sie, unsere sanften, lautlosen und meist bunten Gaukler. Doch obendrein haben sie einen Trick drauf, der sprachlos macht: Schmetterlinge schmecken mit den Füßen!
Dort sitzen nämlich Geschmacks-Sinneszellen, so genannte Sensillen, mit denen der Schmetterling quasi vorkosten kann, worauf er gelandet ist. Zwar können Falter auch „ganz normal" mit den Mundwerkzeugen und Fühlern schmecken, aber anders als die berühmte Raupe Nimmersatt kann man ja schließlich nicht jedes Blatt anbeißen, das einem beim Flug durch Wiesen, Felder und Gärten unterkommt. Dazu stehen dem Schmetterling auch passende Mundwerkzeuge gar nicht zur Verfügung: Währen der Unterkiefer zum Saugrüssel aufgemotzt ist, hat sich der Oberkiefer mangels Verwendung komplett zurückgebildet. Kauen ist damit jedenfalls nicht...

Dank der schmeckenden Füße legen Schmetterlingsweibchen ihre Eier nur auf Pflanzen ab, die ihrem Nachwuchs später mit Sicherheit munden. Die kleine Raupe muss also nicht erst lange suchen, sondern schlüpft bereits im kulinarischen Schlaraffenland.
Dabei ist der Geschmack der Schmetterlinge sehr speziell: Der Schwalbenschwanz wird z. B. nur dann zur Eiablage bewegt, wenn sich unter seinen Füßen ein für ganz wenige Pflanzen typischer Geschmacksteppich aus sechs bestimmten Chemikalien ausbreitet. Die Gegenprobe im Labor mit nur einem dieser Geschmacksstoffe allein auf einem künstlichen Blatt lässt den Flattermann kalt – erkennt er doch bereits am Geschmack mit den Füßen sogar das Alter und den Gesundheitszustand der Wirtspflanze. Eine sehr praktische Fähigkeit, denn damit das Projekt Fortpflanzung gelingt, empfiehlt sich doch statt einer vor sich hin welkenden lieber eine vor Gesundheit strotzende Futterpflanze – zumindest, bis die kleinen Nimmersatte ihre Arbeit aufnehmen...

GUT ZU WISSEN

Schmetterlinge beobachten

Tipps

- Schmetterlinge fliegen am liebsten bei gutem Wetter, wenn es trocken, sonnig und windstill ist.
- In der Stadt bieten Grün- und Kleingartenanlagen ideale Bedingungen zumindest für die häufigen Arten wie Kleiner Fuchs, Tagpfauenauge und Zitronenfalter.
- Seltenere Arten sind meist auf bestimmte Lebensräume wie feuchte Wiesen oder Moore spezialisiert.
- Einige Arten wie der Admiral saugen auch an Fallobst und lassen sich im Spätsommer auf Streuobstwiesen beobachten.
- Auch auf Nachtfalter lohnt sich oft ein zweiter Blick. Sie sind viel artenreicher und lassen sich wie das Rote Ordensband nach Einbruch der Dunkelheit mit Obstködern aus gekochten Birnen, Honig und Rotwein anlocken.

Die Erdbeere – Frucht oder Nuss?

Richtig gelesen: Diese Frage sorgt stets für große Augen. Erdbeeren sind tatsächlich keine Früchte, sondern Nüsse. Aber welcher geniale Plan von Mutter Natur steckt dahinter? Botaniker stürzen Genießer und Hobbygärtner ja gerne mal in tiefe Verwirrung. Im Hinblick auf die Zuordnung der schlankmachenden Vitamin-C-Bombe gelingt das vorzüglich. Aber Ihr Hirschkamp-Echo macht Sie sattelfest; Aufschluss gibt nämlich die Entwicklung einer Erdbeere:

Noch vor dem sichtbaren Austrieb legt die Pflanze im Inneren die Blüte an. Nach dem Besuch der Biene entwickelt sich an jedem befruchteten Fruchtknoten ein Nüsschen. Dieses Nüsschen wird durch den wachsenden roten Blütenboden in kleine Teile gesprengt. Die Erdbeere ist also eine Scheinfrucht – aber was für eine leckere! Das kann man auch daran sehen, dass sich im Inneren der Erdbeere keine Samen befinden. Die sitzen außen und sind von einer harten Schale umgeben, wie es sich für richtige Nüsse gehört.

Und was hat sich die Natur jetzt dabei gedacht? Der tiefere Sinn der saftig roten Leckerbissen liegt tatsächlich nicht darin, unter einer Haube aus Schlagsahne unseren Gaumen zu verwöhnen, sondern in einer ausgeklügelten Überlebensstrategie: Vögel und kleine Säugetiere naschen von den Erdbeeren, wobei auch die Samen in ihrem Bauch landen. Die harten Nüsschen kommen jedoch unbeschadet wieder heraus und keimen so oft weit entfernt von der Mutterpflanze. Mäuse, Igel, Amsel und Rotkehlchen verbreiten so die Erdbeeren, machen uns aber auch die Ernte streitig. Eine Ernte, die wir übrigens auch mit dem Wissen, dass Erdbeeren eigentlich Nüsse sind, guten Gewissens genießen dürfen. Nicht verwirren lassen: Erdbeeren bleiben mit spärlichen 32 Kilokalorien je 100 Gramm immer noch ein schlankes Vergnügen. Vor allem im Vergleich zu ihren entfernten Verwandten wie Erd-, Kokos- und Macadamianüssen...

Neben ihrem hohen Gehalt an verdauungsfördernden Ballaststoffen enthalten Erdbeeren mehr Vitamin C als Zitronen. Außerdem Mineralstoffe wie Kalzium, Kalium, Eisen, Zink und Kupfer sowie Polyphenole, die Krebs und Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorbeugen helfen.

Rezeptidee:

Erdbeereis selbstgemacht

Zutaten für 8 Portionen

200 g Zucker
2 EL Zitronensaft
100 ml Milch
300 g Mascarpone
600 g pürierte Erdbeeren
100 g ganze Erdbeeren

Zubereitung

Den Zucker in der Milch auflösen und langsam die Mascarpone einrühren. Erdbeeren gemeinsam mit dem Zitronensaft im Mixer pürieren. Dann die Erdbeeren mit der Mascarpone-Creme verrühren und in einen frostfähigen Behälter füllen. Nach 30 min im Gefrierschrank nochmal umrühren, damit die Masse nicht zu fest wird. Nach etwa 1 1/2 h ist die Eiscreme servierfertig. Die restlichen Erdbeeren waschen, putzen und in dünne Scheiben schneiden. Mit etwas Zucker in einer Schüssel anziehen lassen. Vorsicht, nicht zu viel rühren! Portionsweise anrichten und mit den geschnittenen Erdbeeren garnieren.

Mai

2017 18 MAI — Geburtstagsfeier mit Kuchenbuffet
Beginn: 15:00 Uhr in der Aula

2017 19 MAI — Livemusik mit Herrn Funke
Beginn: 15:30 Uhr in der Aula

2017 24 MAI — Wunschkochen in allen Wohnbereichen
Beginn: 14:00 Uhr, Aula

2017 26 MAI — Livemusik mit Frau Schmitz
Beginn: 15:00 Uhr in der Aula

Juni

2017 1 JUN — Livemusik mit Herrn Backhaus
Beginn: 15:30 Uhr in der Aula

2017 6 JUN — Service für Hörgeräteträger
11:00 – 12:00 Uhr im Friseursalon

2017 9 JUN — Livemusik mit Frau Schmitz
Beginn: 15:00 Uhr in der Aula

2017 12 JUN — Sitzung des Bewohner-Beirates
Beginn: 14:15 Uhr in der Aula

2017 14 JUN — Wunschkochen in allen Wohnbereichen
Beginn: 15:00 Uhr

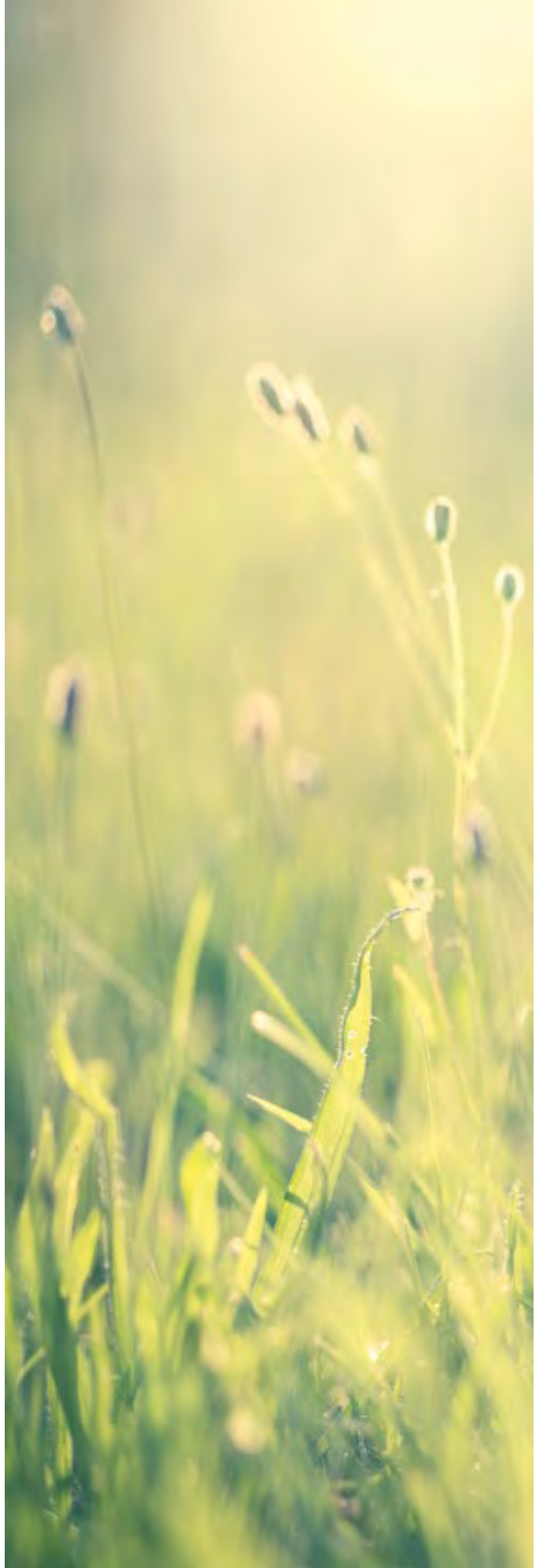
2017 16 JUN — Livemusik mit Herrn Backhaus
Beginn: 15:30 Uhr in der Aula

2017 20 JUN — Ausflug in den Zoo:
siehe gesonderter Aushang

2017 23 JUN — Livemusik mit Herrn Funke
Beginn: 15:30 Uhr in der Aula

2017 29 JUN — Geburtstagsfeier mit Kuchenbuffet
Beginn: 15:00 Uhr in der Aula

2017 30 JUN — Livemusik mit Frau Schmitz
Beginn: 15:00 Uhr in der Aula



Juli

2017 3 JUL — Sitzung des Bewohner-Beirates
Beginn: 14:15 Uhr, Aula

2017 4 JUL — Service für Hörgeräteträger
11:00 – 12:00 Uhr im Friseursalon

2017 7 JUL — Livemusik
Beginn: 15:00 Uhr in der Aula

2017 9 JUL — Hirschkamp-Sommerfest
14:30 Uhr – 17:00 Uhr

2017 17 JUL — Grillfest Wohnbereich 1

2017 18 JUL — Grillfest Wohnbereich 2

2017 19 JUL — Grillfest Wohnbereich 3

2017 21 JUL — Livemusik
Beginn: 15:00 Uhr in der Aula

2017 27 JUL — Geburtstagsfeier mit Kuchenbuffet
Beginn: 15:00 Uhr in der Aula

2017 28 JUL — Livemusik
Beginn: 15:30 Uhr in der Aula

Programmänderungen vorbehalten

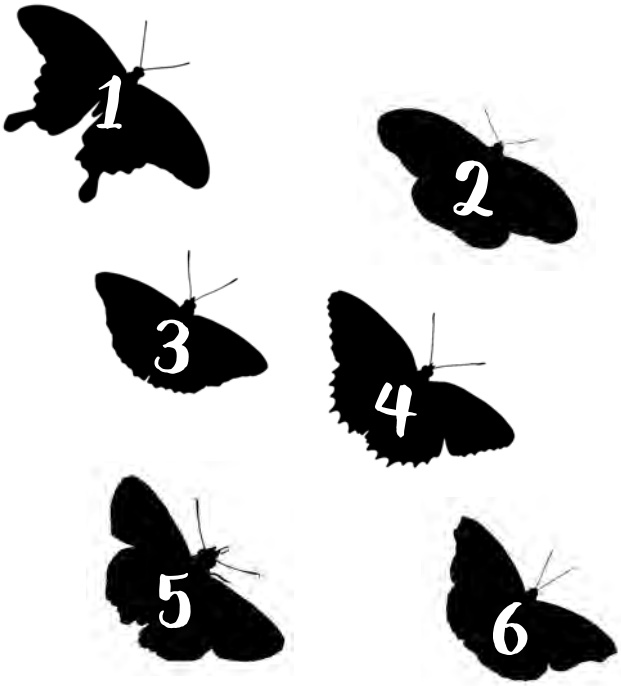
Gute Unterhaltung!

Lachkasten

Erich Honecker lässt sich mit Margot über das Land fahren. Sie sehen eine Frau auf der Straße kehren und lassen anhalten: „Liebe Genossin, was machen Sie denn da?" „Ich sammle Pferdeäpfel." „Und was machen Sie damit?" „Die kommen an die Erdbeeren." „Siehst du, Margot, es muss nicht immer Schlagsahne sein!"

schöne Schattenseiten

Welchen Schatten wirft der bunte Schmetterling?



Gewinnspiel

Gewinnen Sie einen Überraschungspreis! Beantworten Sie einfach die Gewinnspielfrage und geben Sie den ausgefüllten Coupon **bis 15. Juli 2017** im Sekretariat ab. Gewinner werden aus allen Teilnehmern ausgelost und benachrichtigt.
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Wir drücken Ihnen die Daumen!

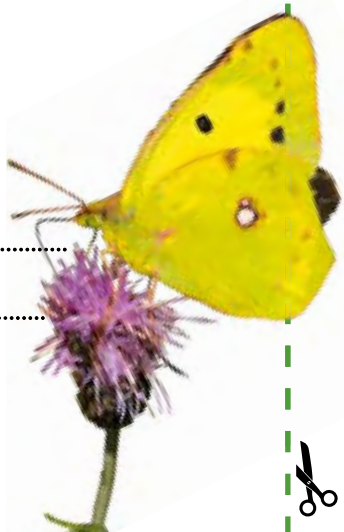
GEWINNSPIELFRAGE

Wie heißt der Schmetterling des Jahres 2017?

- ◯ Silberne Sieben
- ◯ Goldene Acht
- ◯ Falscher Fuffziger

Ihr Name: .....

Wohnbereich: .....



Gewinnerin der letzten Ausgabe:
Elfriede Winter

Herzlichen Glückwunsch! Sie haben eine Aromamassage gewonnen.