

LEBENSspiegel

Monatliche Zeitung
„Das Lebenswerk“
11. Jahrgang
03/2020



Ein Exemplar für Sie!

■ Impressum / Inhalt	2
■ Editorial / Anzeige	3
■ Monat März	4
■ Vorgestellt: Jessica Dunker	5
■ Geburtstage & neue Mitbewohner	6
■ „Fünfte Jahreszeit“ beim LEBENSWERK	7
■ Das Projekt „Leine-Lachs“	8/9
■ Veranstaltungen	10/11
■ Der Maler „Sandro Botticelli“	12
■ Gefiederte Frühlingsboten	13
■ Rätseln & Schmunzeln	14
■ Kulturhauptstadt: Graz	15
■ Anzeige „LEBENSWERK“	16

IMPRESSUM – **LEBENS**spiegel

Erscheinungsweise:	monatlich, Landkreis Hildesheim
Herausgeber:	Das Lebenswerk, Am Sonnenkamp 79-81 31157 Sarstedt Fon 0 50 66 / 90 48 90 info@daslebenswerk.de, www.daslebenswerk.de
Verantwortlich:	Susanne Palermo
Redaktion:	Wilfried Scholz, Mobil 0 16 3 / 1 63 10 57 marketing@daslebenswerk.de
Gestaltung/Umsetzung/ Anzeigenpool:	Gitte Gottschling, Mobil 01 73 / 60 20 281 gittegottschling@freenet.de, Mediadaten & Preise 12/2016
Druckerei:	Buchdruckerei P. Dobler GmbH & Co. KG • 31061 Alfeld/Leine

© Vervielfältigung und Auszüge nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers.



zentrum in Gronau besucht. Der LEBENSspiegel hält außerdem eine kleine Rückschau auf den Karneval.

Sie lernen eine Mitarbeiterin des Senioren- und Pflegezentrums Sonnenkamp in Sarstedt etwas näher kennen. Als Kulturhauptstadt wird diesmal die österreichische Stadt Graz vorgestellt. Und selbstverständlich ist auch an die Freunde von Rätseln und Schmunzeln gedacht, mit einigen Fragen, für deren Beantwortung manchmal ein bisschen „um die Ecke“ gedacht werden muss.

Wilfried Scholz

Liebe Leserinnen und Leser,

mit dem Monat März beginnt der Frühling. Frisches Grün, der Gesang der Vögel, all das kann ein Lächeln in das Gesicht der Menschen zaubern. Es ist die Jahreszeit, die uns das Erwachen der Natur, viele Blüten und den Aufbruch in die warme Zeit des Jahres bringt. Auch viele Poeten haben sich des Frühlings als Thema angenommen.

Aber da ist noch etwas Anderes, was bei Manchem durchaus geteilte Gefühle auslöst. Das Stichwort heißt Frühjahrsputz. Geteilte Gefühle deshalb, weil es natürlich eine Menge Aufwand bedeutet. Andererseits ist es natürlich schön, alles frisch und propper zu haben – bereit für den hellen Teil des Jahres nach den Wintermonaten. Und so sehe ich auch den Frühjahrsputz letztlich als Teil der Vorfreude auf eine schöne Jahreszeit.

Und was die manchmal angeführte Frühjahrsmüdigkeit angeht, so steht sie doch hinter der Hoffnung auf schöne Märztag zurück und ich wünsche Ihnen, dass sie einen Bogen um Sie macht.

In der neuen Ausgabe des LEBENSspiegel spielt der Frühling natürlich auch eine Rolle, Sie erfahren Etwas über gefiederte Frühlingsboten, die als Zugvögel zurückkehren und/oder uns mit ihrem Gesang erfreuen. Ein weiteres Thema befasst sich mit Bemühungen zur Wiedereinbürgerung des Lachses. Eine Gruppe von Seniorinnen und Senioren des Senioren- und Pflegezentrums Sonnenkamp hat das Norddeutsche Lachs-

Sie möchten ihren Kundenkreis durch eine Anzeige erweitern? Eine Mitteilung machen oder jemandem zum Jubiläum gratulieren? Dann rufen Sie uns an: 01 73 / 60 20 281 – wir helfen Ihnen gern.



FRÜHSTÜCKSBRÖTCHEN



In der Zeit von 7.00 – 11.00 Uhr

backen wir für Sie knusprige, leckere Brötchen und köstliche Croissants **jeden Samstag und Sonntag** und an **allen Feiertagen**

Wochenend-Brötchen-Shop
im Café am Sonnenkamp – Garteneingang

Weitere Informationen erhalten Sie hier:

Café am Sonnenkamp · Am Sonnenkamp 79-81 · 31157 Sarstedt
Telefon 0 50 66 / 90 48 90 · info@daslebenswerk.de · www.daslebenswerk.de

MÄRZ – DER FRÜHLING BEGINNT



Der März ist der dritte Monat des Jahres im gregorianischen Kalender. Er hat 31 Tage und ist nach dem römischen Kriegsgott Mars benannt. Unter Kaiser Commodus (180 bis 192 n. Chr.) wurde der Monat in Felix umbenannt, einer seiner Beinamen. Nach dem Tod des Kaisers erhielt er allerdings wieder seinen vorherigen Namen. Eine alte Bezeichnung für den Monat ist Lenz.

Der März markiert den Frühlingsanfang. Meteorologisch beginnt der Frühling auf der Nordhalbkugel am 1. März. Die Tagundnachtgleiche, der astronomische Frühlingsbeginn, ist in den nächsten Jahrzehnten meist am 20. März, so auch 2020. An diesem Tag steht die Sonne über dem Äquator im Zenit und geht dort damit genau im Osten auf und genau im Westen unter, der lichte Tag und die Nacht sind an diesem Tag annähernd gleichlang.

Im März gibt es eine ganze Reihe von Feiertagen und besondere Tagen – einige Beispiele:

- 8.** März Weltfrauentag
- 15.** März In Deutschland Tag der Rückengesundheit
- 20.** März Weltglückstag
- 21.** März Internationaler Tag des Waldes
- 21.** März Welttag der Poesie
- 27.** März Welttag des Theaters

PROMINENTE, DIE IM MÄRZ GEBOREN WURDEN:

Uschi Glas ist eine Schauspielerin, die Ende der 1960er mit ihren Rollen in dem Film „Zur Sache, Schätzchen“ (1968) und der Filmreihe „Die Lümmel von der ersten Bank“ bekannt wurde und seither zu den populären Gesichtern des deutschen Films zählt. Geboren wurde sie am 2. März 1944 in Landau an der Isar.

Kurt Weill war ein Komponist, der mit der weltberühmt gewordenen „Die Dreigroschenoper“ (1928) seinen Durchbruch schaffte und nach seiner Emigration in die USA (1935) unter anderem mehrere Broadway-Musicals komponierte. Geboren wurde er am 2. März 1900 in Dessau und starb am 3. April 1950 mit 50 Jahren in New York City

Walentina Tereschkowa ist eine ehemalige Kosmonautin, die 1963 an Bord der Raumkapsel „Wostok VI“ die erste Frau im Weltraum war. Sie wurde am 6. März 1937 in Maslennikowo, Jaroslawl in der Sowjetunion geboren.

Peggy March ist eine besonders in den 1960er-Jahren erfolgreiche Pop- und Schlagersängerin, die in Deutschland mit „Mit 17 hat man noch Träume“ (1965) einen ihrer größten Hits hatte. Geboren wurde sie am 8. März 1948 in Lansdale, Pennsylvania in den Vereinigten Staaten.

Paul Ehrlich war ein Chemiker, Arzt, Immunologe, Begründer der Chemotherapie und ein Träger des Nobelpreises für Medizin 1908. Geboren wurde er am 14. März 1854 in Strehlen und starb mit 61 Jahren in Bad Homburg vor der Höhe.

Caroline Herschel war eine bedeutende Astronomin, u. a. die Entdeckerin mehrerer Kometen und Nebel, und Schwester des Astronomen Wilhelm Herschel. Geboren wurde sie am 16. März 1750 in Hannover und starb mit 97 Jahren in Hannover.

Wilhelm Conrad Röntgen war ein Physiker, Entdecker der Röntgenstrahlen und der erste Träger des Nobelpreises für Physik 1901. Geboren wurde er am 27. März 1845 in Lennep und starb mit 77 Jahren in München.

BAUERNREGELN:

- Märzsonne – kurze Wonne.
- Fürchte nicht den Schnee im März, darunter schlägt ein warmes Herz.
- Wenn im März die Veilchen blühen, an Ludwig (25. August) schon oft die Schwalben ziehn.
- Schnee, der erst im März weht, abends kommt und gleich vergeht.
- Säst du im März zu früh, ist's oft vergeb'ne Müh'.
- Wie's im März regnet, wird's im Juni regnen.
- Gibt's im März zu vielen Regen, bringt die Ernte wenig Segen.
- Märzstaub bringt Gras und Laub.
- Märzstaub und Märzwind guten Sommers Vorboten sind.
- Auf Märzregen folgt kein Sonnensegen.

VORGESTELLT: JESSICA DUNKER



in die Umgebung. Vor zwei Jahren hat sie ein neues Hobby für sich entdeckt. Regelmäßig einmal in der Woche geht sie zum Tanzen in eine Tanzschule nach Hildesheim. Ob Walzer, Disco-Fox oder Foxtrott – das Tanzen macht ihr einfach Freude. Gute Erinnerungen hat sie an eine Urlaubsreise mit einer Freundin an die Ostsee. Dort würde sie auch gern einmal wieder hin fahren. Jessica Dunker mag Tiere. Zu Hause gibt es Meerschweinchen und Kaninchen. Und zusätzlich kümmert sie sich auch zeitweise um die Katze ihrer Schwester.

GRATULATION ZUM JUBILÄUM



Glückwünsche im Sonnenkamp. Izabela Koper (li.) und Sandra Groß sind seit nunmehr 10 Jahren beim Lebenswerk dabei. Hierzu wurde von der Geschäftsleitung und von Kolleginnen und Kollegen herzlichst gratuliert. Und als Dank für Verbundenheit und Treue erhielten sie eine Urkunde, ein kleines Präsent sowie einen schönen Blumenstrauß.



Die Arbeit in der Pflege gefällt ihr, die Arbeit mit den Menschen im Senioren- und Pflegezentrum. Jessica Dunker gehört zum Pflegeteam der Einrichtung des Lebenswerkes im Sonnenkamp in Sarstedt.

Jessica Dunker wurde 1997 in Hannover geboren. Sie wuchs in Sarstedt auf und ging dort auch zur Schule. Mit dem Besuch der Hermann Nohl Schule in Hildesheim schlug sie dann den beruflichen Weg der Pflege ein. Dazu wurde sie auch aus der Familie angeregt. Sie hat gefallen an der Tätigkeit gefunden und schätzt auch Kollegialität im Haus. Das Senioren- und Pflegezentrum Sonnenkamp lernte sie zunächst im Rahmen eines Praktikums kennen.

In ihrer Freizeit trifft sich Jessica Dunker mit Freunden, fährt nach Hildesheim oder nach Hannover. Sie unternimmt gern Fahrradtouren



Wir suchen Lebensqualität-Macher!

Für unsere Senioren- und Pflegezentrum in Söhlde suchen wir ab sofort eine examinierte

Altenpfleger/in

Als Altenpfleger/in haben Sie den ganzen Menschen im Blick: Körper, Geist und Seele. Sie betreuen, beraten, unterstützen und pflegen ältere Menschen. Dabei arbeiten Sie im Team, teils auch mit Fachkräften aus anderen Berufen.

UNSER ANGEBOT

- Familiäres Arbeitsklima & modernes Arbeitsumfeld
- Unterstützung durch unser Qualitätsmanagement
- entlastende elektronische Dokumentation
- Attraktive Vergütung
- Individuelle Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten

IHRE AUFGABEN

- Sicherung der Grund- und Behandlungspflege
- Betreuung der Bewohner nach anerkannten pflegewissenschaftlichen Erkenntnissen
- Fördern der Lebensqualität und Zufriedenheit unserer Bewohner
- Umsetzen des Unternehmens- und Pflegeleitbildes

IHR PROFIL

- gerne Berufserfahrung in der Pflege
- Teamfähig, motiviert und zuverlässig
- Dienstleistungsorientierte Arbeitsweise
- Ehrlichkeit & Freundliches Auftreten
- Freude am Umgang mit Menschen

FÜHLEN SIE SICH ANGESPROCHEN?

Dann senden Sie bitte Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen an:

Senioren- und Pflegezentrum Buddes Hof GmbH
Susanne Palermo · Bockmühlenstraße 6 · 31185 Söhlde
www.daslebenswerk.de

Buddes Hof
Ihr Senioren- und
Pflegezentrum

AMBULANTE PFLEGE



Horst Nowak
01.03.1936
84 Jahre



Karin Fiedler
23.03.1942
78 Jahre

BUDDES HOF



Anette Lindner
11.03.1934
86 Jahre



Irmgard Winter
16.03.1928
92 Jahre



Gerda Stahlberg
23.03.1925
95 Jahre

**Wir nehmen
Abschied!**

Johanna Funke
* 10.06.1930
† 04.02.2020

**MITARBEITERJUBILÄUM
UND VERABSCHIEDUNG**



▲ Verabschiedung Frau Elvira Dil (re.),
5-jähriges Jubiläum im Sonnenkamp
Jessika Schwarz (li.), Saliha Dere (mitte)

Glückwünsche und eine Verabschiedung
standen im Senioren- und Pflegezentrum
Sonnenkamp im Fokus. Jessika Schwarz
und Saliha Dere sind nun seit 5 Jahren
bei der Lebenswerk-Einrichtung.

Dazu gab es herzliche Gratulationen von
der Geschäftsleitung und von Kolleginnen
und Kollegen. In Anerkennung des Enga-
gements und als Zeichen des Dankes
für Verbundenheit und Treue erhiel-
ten die beiden eine Urkunde und natür-
lich auch einen schönen Blumen-
strauß. Frau Elvira Dil verlässt das
Haus und gute Wünsche für die Zukunft
Glück, Kraft, Gesundheit und viel Erfolg auf
ihrem weiteren Lebensweg begleiten sie.

SONNENKAMP



Gotthardt Anders
02.03.1931
89 Jahre



Lucia Konietzko
09.03.1931
89 Jahre



Ilse Trautmann
12.03.1927
93 Jahre



Erna-Helma
Lühmann
28.03.1934
86 Jahre

„FÜNFTE JAHRESZEIT“ BEIM LEBENSWERK



Die „fünfte Jahreszeit“ für alle Karnevalisten wird natürlich auch in den Einrichtungen des Lebenswerkes begangen. In jedem Jahr werden im Senioren- und Pflegezentrum Buddes Hof in Söhle und im

Senioren- und Pflegezentrum Sonnenkamp in Sarstedt für die Bewohner Faschingsfeiern vorbereitet. Und in Söhle kommen traditionell am Donnerstag vor Rosenmontag die Söhlder Fastnachtfrauen für eine kurze Visite in den Buddes Hof.

In der Cafeteria im Buddes Hof war für die diesjährige Faschingsfeier bunt und karnevalistisch dekoriert worden und für die Teilnehmer gab es ein buntes Hütchen, damit auch das „Outfit“ passte.



Als Grundlage gab es erst einmal Kaffee und fastnachtstypische Backwaren. Auf diese Weise gestärkt ging es in einen kurzweiligen Nachmittag. Das Kreativteam hatte mit Engagement und Fleiß

Einiges eingeübt, um für heitere Unterhaltung zu sorgen. Gespielte Sketche und humorvolle Kurzvorträge bereicherten die Veranstaltung in der Cafeteria, da ging es unter anderem um eine Begebenheit im Bus oder einen Besuch beim Arzt. Seniorinnen und Senioren spendeten reichlich Applaus für die Darbietungen.

Auch eine zünftige Polonaise durfte bei der Faschingsfeier im Buddes Hof nicht fehlen und sorgte für besondere Stimmung. Und auch



ein kleines Tänzchen wurde gewagt. Mit der Faschingsfeier war das karnevalistische Geschehen im Buddes Hof allerdings noch nicht beendet. Für den Donnerstag vor Rosenmontag hatten sich die Söhlder Fastnachtfrauen angekündigt. Jedes Jahr kommen sie ins Senioren- und Pflegezentrum und auch dieses Mal starteten sie ihren Zug durch den Ort im Buddes Hof. Und jedes Jahr gibt es eine neue Verkleidung. Ein großes Hallo (oder Helau) gab es dann, als viele

„Rotkäppchen“ in die Cafeteria einzogen – zur Komplettierung des Märchenthemas war auch ein „Wolf“ mitgekommen. Stimmungsvolle Lieder ließen die Zeit des Besuches schnell vorübergehen, ehe sich die Fastnachtfrauen verabschiedeten und traditionell im Ort weiter für einen guten Zweck sammelten.

Fasching feierten auch Bewohnerinnen und Bewohner des Senioren- und Pflegezentrums Sonnenkamp in Sarstedt, sie verbrachten gesellige Stunden im Café. Das war natürlich dem Anlass entsprechend dekoriert worden. Und im Vorfeld waren phantasievolle Kopfbedeckungen und sogar Masken gebastelt worden. Ein Höhepunkt des Nachmittages war hier der Auftritt eines Bewohners, der sich besonders vorbereitet und kostümiert hatte. Er sorgte für Stimmung und regte zum gemeinsamen Singen an.



DAS PROJEKT „LEINE-LACHS“



Die Wiederansiedlung des atlantischen Lachses in der Leine und ihren Zuflüssen – das hat sich der Verein Leine-Lachs zum Ziel gesetzt. Dazu wird in Gronau im Kreis Hildesheim ein Lachszenrum betrieben. Dieses Lachszenrum war Ziel eines Ausfluges, den eine Gruppe des Senioren- und Pflegezentrums Sonnenkamp in Sarstedt unternahm.

Im Lachszenrum wurde die Gruppe aus Sarstedt vom Vereinsvorsitzenden Günter Ohnesorge im Cafe in Empfang genommen. Ohnesorge informierte die Besucher sachkundig über das Leben der Lachse als Wanderfische und die Arbeit des Vereins, dem gegenwärtig mehr als 30 Angelvereine angehören. Die Leine sei vor der Industrialisierung ein besonders lachsreicher Fluss gewesen. In der südlichen Leine wurden Mitte des 19. Jahrhunderts die letzten Lachse gefangen.

1999 beschlossen zwölf Vereinsvorstände das Projekt zu starten. Seitdem werden auf einer cirka 200 Kilometer langen



Strecke von Leine und auch Aller Zigtausende von jungen Fischen (Seit Beginn des Projektes mehr als eine Million) ausgesetzt. Als ersten Rückkehrer hat man im Dezember 2004 in Herrenhausen ein Lachsmännchen registriert. Im Laufe der Jahre sind die an der Strecke zum Meer liegenden Wasserkraftanlagen mit Fischwanderhilfen versehen worden, eine Verbesserung der Durchgängigkeit der Leine. Der Vereinsvorsitzende schilderte Gefahren und Risiken, denen die Fische bei ihrer Wanderung ausgesetzt sind.

Bei einem Rundgang durch das Lachszenrum erfuhren die Seniorinnen und Senioren weitere Einzelheiten über das große Engagement und den ehrenamtlichen Einsatz des Vereins. Mit einer Kaffeetafel im Cafe des Lachszenrums endete der Besuch in Gronau.

DAS LACHSZENTRUM

Ein wichtiger Schritt für das Projekt war die Einrichtung eines Lachszenrums für den Norddeutschen Raum in Gronau. Es befindet sich auf der Leineinsel und wurde 2005 eröffnet. Betreiber dieses Zentrums war bis 2012 Danmarks Center for Vildlaks, mit dem der Verein auch in den Folgejahren zusammen gearbeitet hat. Seit 2013 betreibt der Leine-Lachs e.V. das gesamte Lachszenrum mit seinen Teileinrichtungen wie Fischzucht, Seminarbereich, Büro, Bibliothek, Lager und Schulungsräume. Dazu gehört auch das Informationszentrum mit dem Info Cafe und dem Vortrags- und Versammlungssaal. Zum Info Zentrum gehört auch ein Aquarium mit vier Becken. **Information im Internet: www.leine-lachs.de**

DER ATLANTISCHE LACHS

Der Atlantische Lachs (*Salmo salar*) ist in Deutschland wiederholt zum Fisch des Jahres ernannt worden.

Lachse gehören, wie auch die Forellen, zur Familie der Salmoniden (Lachsfische). Sie beginnen ihr Leben im Süßwasser, suchen als Jungfische dann ihren Weg in die Meere, um als geschlechtsreife und ausgewachsene Tiere wieder an ihren Geburtsort im Süßwasser zurückzukehren, um dort zu laichen. Atlantische Lachse werden zirka 60 bis



100 Zentimeter lang und 3 bis 15 Kilogramm schwer, wobei einzelne Exemplare auch größer und schwerer werden können. Im Spätherbst ziehen die Lachse weit die Flüsse hinauf, um an den Oberläufen zu laichen. Die Fische benötigen zum Laichen Kiesgründe. Am Ende dieser „Laichwanderungen“ legen die Weibchen ihre Eier ab, und die Männchen befruchten diese.



Kurz vor der eigentlichen Laichzeit legen die Männchen eine Laichfärbung mit goldenen, roten und moosgrünen Farbtönen an. Der Unterkiefer des männlichen Fisches bildet sich dann zum charakteristischen „Laichhaken“ um. Einige Lachse sterben nach dem Laichvorgang und nur wenige wandern als so genannte Kelts wieder ins Meer ab.

Für die verschiedenen Altersformen des Lachses gibt es verschiedene Bezeichnungen. Als „Parr“ bezeichnet man Lachse, die höchstens zwei Jahre alt sind und sich von den „Smolts“ durch ihre „Parr – Zeichnung“ (dunkle senkrechte Balken auf den Flanken) unterscheiden. Als „Smolt“ bezeichnet man junge Lachse (aber auch Meerforellen) auf ihrer ersten Reise ins Meer. „Grilse“ ist der Name der Lachse, wenn sie zum ersten Mal zum Laichen aus dem Meer zurück in die Oberläufe der Flüsse aufsteigen.



VERANSTALTUNGEN IM MÄRZ 2020

BUDDES HOF

montags	10:00 – 11:00 Uhr 15:30 – 16:00 Uhr	Gesprächskreise zum Wochenstart, Kleingruppe Vorlesen
dienstags	10:00 – 11:00 Uhr 15:30 – 16:30 Uhr	Gymnastik/Gedächtnistraining Kleingruppe Gymnastik Spielenachmittag
mittwochs	10:00 – 11:00 Uhr 15:30 – 16:00 Uhr	Hauswirtschaft Kleingruppe Hauswirtschaft
donnerstags	10:00 – 11:00 Uhr 15:30 – 16:30 Uhr	Gymnastik/Gedächtnistraining Kleingruppe Gymnastik Singnachmittag
freitags	10:00 – 10:45 Uhr 15:30 – 16:00 Uhr	Kraft- und Balancetraining Kleingruppe Feinmotorik/Singen
samstags	10:00 – 11:00 Uhr	Wechselndes Wochenangebot In den übrigen Zeiten: Individuelle Einzelbetreuung

SONNENKAMP

Tag	Ort	Uhrzeit	Angebote
Montag	WG 2	10:00 – 11:00	Bewegung im Sitzen/ Aktivitätenspiele
	WG 4	10:00 – 11:00	Gedächtnistraining
Dienstag	WG 2	16:00 – 17:00	Gesellige Runde/Spaziergang
	Fitnessraum	16:00 – 17:00	Kegeln
	WG 2	10:00 – 11:00	Gedächtnistraining
	WG 4	10:00 – 11:00	Bewegung im Sitzen
Mittwoch	WG 5	16:00 – 17:00	Leserunde/Spaziergang
	WG 3	16:00 – 17:00	Singen/Wellnesstag
	WG 2	10:00 – 11:00	Backgruppe
	Fitnessraum	10:00 – 11:00	Singen/Spaziergang
	WG 4	16:00 – 17:00	Malen + Gestalten
	WG 2	16:00 – 17:00	Kreativgruppe
Donnerstag	WG 3	10:00 – 11:00	Bewegung im Sitzen/ Aktivitätenspiele
	WG 5	10:00 – 11:00	Kreativgruppe
	WG 3	16:00 – 17:00	Leserunde
Freitag	WG 5	16:00 – 17:00	Gesellige Runde
	WG 2	10:00 – 11:00	Gedächtnistraining/Spaziergang
	WG 5	10:00 – 11:00	Bewegung im Sitzen
Samstag	WG 2	16:00 – 17:00	Malen + Gestalten
	WG 4	16:00 – 17:00	Backgruppe
	WG 5/Fitnessr.	10:00 – 11:00	Bingo/Kegeln
	Fitnessraum	16:00 – 17:00	Entspannungsrunde
Bingo und Kegeln im wöchentlichen Wechsel			

GEPLANT

04.03.20 15.30 Uhr	Katjas Laden
13.03.20 10.30 Uhr	Kath. Gottesdienst
16.03.20 16.00 Uhr	Kehrwieder Kinderchor zu Gast
18.03.20 9.45 Uhr	Ev. Gottesdienst
18.03.20 13.00 Uhr	Heimbeirat-Sitzung
19.03.20 15.30 Uhr	Hort Söhlde zu Besuch
20.03.20 9.30 Uhr	Kindergarten kommt zum „Winteraustreiben“

GEPLANT

02.03.20 10.00 Uhr	Ausflug zum Rewe
09.03.20 8.00 Uhr	Frauenfrühstück im Café
11.03.20 15.00 Uhr	DRK Kleiderverkauf
16.03.20 10.00 Uhr	Ausflug zum Rewe
25.03.20 13.30 Uhr	Ausflug ins Leine Center
25.03.20 15.00 Uhr	Wafflessen im Cafe

SPEZIELLE TRAININGSGRUPPE

Montag 10 – 11 Uhr	Mobilitätstraining WG 2
Dienstag 10 – 11 Uhr	Kraft- und Balancetraining Fitnessraum OG
Mittwoch 10 – 11 Uhr	Mobilitätstraining WG 5
Donnerstag 10 – 11 Uhr	Kraft- und Balancetraining Fitnessraum OG
Freitag 10 – 11 Uhr	Mobilitätstraining WG 2

SÖHLDE

11.03.20	Sitzung des Ortsrates der Ortschaft Klein Himstedt
11.03.20	Jahreshauptversammlung, Verein zur Erhaltung historischer Mühlen in Söhlde e.V.
12.03.20	Seniorenachmittag, Ortsrat Feldbergen
13.03.20	Jahreshauptversammlung, Bürgeraktion Freibad Nettlein
14.03.20	Aktion „Saubere Landschaft“, Gemarkung Mölme
19.03.20	Jahreshauptversammlung, Dorfgemeinschaft Söhlde e.V.
21.03.20	Aktion „Saubere Landschaft“, Steinbrück
21.03.20	Aktion „Saubere Landschaft“, Jugendfeuerwehr Nettlein
24.03.20	Seniorenachmittag, Ortsrat Bettrum
27.03.20	Jahreshauptversammlung, Mühlenverein Nettlein e.V.
28.03.20	Aktion „Saubere Landschaft“, Ortsrat Söhlde
29.03.20	Bürgerfrühstück, Ortsrat Bettrum

HILDESHEIM

bis 31.05.20	Ausstellung Begegnungen: 5 Kulturen – 5000 Jahre, Roemer- und Pelizaeus-Museum
bis 31.03.20	Claudia Gatzke zeigt „Impressionen der Jahreszeiten“, Ausstellung im Rathaus Hildesheim
07.03. bis 08.03.20	Kunsttage Elze 2020 – Kunst und Kunsthandwerk – Bereits zum 11. Mal finden die Kunsttage in Elze statt. Rund 50 Künstler präsentieren sich. Schwerpunkte bilden diesmal die Themen Garten- und Dekoartikel, farbenfrohe Schmuckkreationen und textile Accessoires. Ort: Astrid-Lindgren-Grundschule
07.03.20	Honky Tonk® Kneipenfestival in Hildesheim, Veranstalter: Blues Agency Events e.K.
08.03.20	ADFC Fahrradmesse, Andreaspassage Hildesheim
08.03.20	Im 4. Kammerkonzert stehen Kammermusikwerke von Antonín Dvorak im Fokus. Theater für Niedersachsen (TfN)
10.03.20	Bella Donna, Komödie von Stefan Vögel. Theater für Niedersachsen (TfN)
15.03.20	Die Musikschule Hildesheim präsentiert ein Konzert unter dem Motto „Auf nach Angouleme“ im Goethegymnasium. Es spielen das Sinfonische Blasorchester, das Vororchester sowie Chiara Brandes als Solistin

SARSTEDT

07.03. bis 08.03.20	24 Stunden Schwimmen im Innerstebad Sarstedt - Der Förderverein Innerstebad Sarstedt e.V. lädt ein, als Mannschaft oder auch alleine dabei zu sein
07.03.20	Jahreshauptversammlung Ortsfeuerwehr Heisede
14.03.20	Müllsammelaktion in Schliekum, Veranstalter: Ortsrat Schliekum
14.03.20	Blues & Rocknacht bei der Kulturgemeinschaft Sarstedt, Veranstaltungsort: Haus am Junkernhof. Internet: www.kulturgemeinschaft-sarstedt.de
21.03.20	Sarstedt putz(t) - Eine Stadt putzt sich raus.
21.03.20	Aktion Saubere Landschaft in Hotteln
27.03.20	Robby Ballhause in Sarstedt, Kulturgemeinschaft Sarstedt
28.03.20	Umwelttag in Ruthe
28.03.20	„Ein Dorf räumt auf“ in Giffen
29.03.20	Bosseln des Arbeitskreises Dorfleben Heisede e.V.

Alle Angaben ohne Gewähr!

DER MALER „SANDRO BOTTICELLI“



◀ Foto: Wikimedia – Vermutliches Selbstbildnis, Detail aus der Anbetung der Heiligen Drei Könige (Zanobi-Altar), Uffizien, Florenz

Einer der bedeutendsten italienischen Maler der frühen Renaissance war Sandro Botticelli. Er wurde 1445 in Florenz geboren und starb im Jahr 1510. Florenz war Lebensmittelpunkt des Malers.

Botticelli malte Andachtsbilder, Altarbilder sowie Bilder aus dem Themenbereich der griechischen Mythologie und Allegorien mit Gegenwartsbezug. Von herausragender Bedeutung ist seine Porträtkunst. Ab 1464 wurde Botticelli für drei Jahre Schüler der in Prato gelegenen Werkstatt des damals berühmtesten Malers der Stadt Fra Filippo Lippi. Zwischen 1465 und 1470 fertigte Botticelli eine Reihe von Madonnenbildern an.



▲ Foto Wikimedia – Die Geburt der Venus, ca. 1485/86, Uffizien, Florenz

1470 eröffnete Botticelli seine eigene Werkstatt. Wiederholte Kontakte mit den Medici und die besondere Förderung durch Lorenzo de' Medici gewährten ihm politischen Schutz, sicherten ihm kontinuierliche öffentliche Aufträge für die nächsten 20 Jahre und boten ideale Voraussetzungen für die Schaffung zahlreicher Meisterwerke. Botticelli war als Porträtmaler in seiner Vaterstadt bekannt und beliebt. Den engen Zusammenhang mit dem humanistischen Gedankengut der Zeit und die schöpferische Phantasie des Künstlers zeigen seine reiferen Meisterwerke nach 1475, insbesondere seine allegorischen Darstellungen Der Frühling, auf dem das Erwachen der Natur durch blumenbekränzte Mädchen in einer paradiesischen Landschaft verkörpert wird, und Die Geburt der Venus, auf dem die aus dem Meeresschaum geborene Liebesgöttin in einer Muschel

zur Küste treibt. Wie diese Werke, so verbinden auch die Andachtsbilder des Malers aus dieser Zeit (unter anderem Die Anbetung der Heiligen Drei Könige und Die Krönung Mariä) dieses zeitgenössische Gedankengut mit älteren, der Gotik nachempfundenen Bildvorstellungen. Zwischen 1481 und 1482 wurde Botticelli von Papst Sixtus IV. nach



◀ Foto: Wikimedia – Porträt einer jungen Frau (als Vorbild diente wahrscheinlich Simonetta Vespucci)



◀ Foto: Wikimedia – Junger Mann mit einer Medaille Cosimo de' Medici

Rom berufen. In einem Team stattete er die neu errichtete Sixtinische Kapelle mit großen Wandgemälden, welche Ereignisse aus dem Leben Jesu und des Moses darstellen, und mit Porträts früherer Päpste aus. Der Tod von Lorenzo de' Medici im Jahr 1492 bedeutete vorerst das Ende der glänzenden Epoche florentinischer Kunst und den Beginn von sozialen und kirchlichen Unruhen. Nach seinem Tod 1510 wurde Botticelli auf dem Friedhof der Kirche Ognissanti in jenem Florentiner Viertel beerdigt, in dem er den Großteil seines Lebens verbracht hatte.

GEFIEDERTE FRÜHLINGSBOTEN



▲ Foto: Mauersegler,
Copyright: NABU

Vögel zeigen uns in zweifacher Weise den Frühling an. Es ist natürlich die Rückkehr der Zugvögel und es ist das Vogelkonzert das im Frühjahr erklingt besonders zum Beginn der Balz und des Brutgeschäftes. Bereits ab Februar kehren

zu den bereits anwesenden Amseln, Meisen, Buchfinken, Zaunkönigen und Rotkehlchen weitere Vogelarten aus ihren Überwinterungsgebieten zurück und bereichern das Vogelkonzert zusätzlich. Im Februar sind es Stare und Singdrosseln, später kommen Zilpzalp, Haus- und Gartenrotschwanz, Kuckuck und erst im Mai treffen Mauersegler und Nachtigall ein.

STÖRCHE

Im NABU-Artenschutzentrums Leiferde im Landkreis Gifhorn gilt das Warten besonders dem Storch „Fridolin“ und seiner Partnerin. In diesem Jahr kehrte „Fridolin“ schon am 9. Februar in seine Sommerresidenz nach Leiferde zurück. Seine Partnerin „Mai“ kam



◀ Foto:
Storch Fridolin.
Copyright:
NABU/Bärbel
Rogoschik

in den vergangenen zwei Jahren erst im März. Störche sind so genannte Langstreckenzieher. Ihre Winterquartiere haben sie in West-, Ost- und Südafrika.

SCHWALBEN

Ab Ende März bis Mitte Mai kommen die Schwalben aus ihren Winterquartieren nach Mitteleuropa zurück. Dabei treffen Rauchschnalben früher ein als Mehlschnalben. Häufig sind sie schon Ende März zu sichten. Die Hauptankunftszeit der Mehlschnalben liegt zwischen Mitte April und Mitte Mai. Schwalben kehren an ihre alten Niststandorte zurück. Ist kein Nest vorhanden, beginnen die Schwalben je nach Witterung ab Mitte April mit dem Bau ihrer Nester. Sobald sie fertig gestellt sind, legen die Schwalben-Weibchen ab Mitte Mai bis Mitte Juni ihre Eier.



▲ Foto: Gartenrotschwanz,
Copyright: NABU/Marco Frank

GARTENROTSCHWANZ

Gartenrotschwänze überwintern südlich der Sahara und kehren im April zurück. Das Männchen trägt dann seine typische Gesangsstrophe gerne von einem Baumwipfel vor. Das Nest wird ab Ende April in Baumhöhlen, Fels- oder Mauerlöchern, Mauersimsen, Nistkästen und manchmal in alten Schwalbennestern eingerichtet. Dort baut das Weibchen ein lockeres Nest, in das sie Anfang bis Mitte Mai sechs bis sieben Eier legt.



▲ Foto: Amsel, Copyright:
NABU/Dagmar Jelinek

AMSEL

Die Amsel ist die in Deutschland am häufigsten vorkommende Vogelart. Amseln sind keine Zugvögel. Die Männchen sind im Frühjahr kaum zu überhören. Der melodiose und laut vorgetragene Reviergesang der Männchen erklingt ab Anfang März und kann bereits vor der Morgendämmerung beginnen.

Amseln sind tagaktiv und haben sich in unseren Städten und Dörfern so gut eingelebt, dass sie meist schon bis zu dreimal im Jahr, zwischen März und Juli, brüten.

RÄTSELN & SCHMUNZELN

Lieber Leser und Leserinnen,

auch in dieser Ausgabe des LEBENSspiegel können sich Rätselfreunde wieder an ein paar **Fragen** versuchen, für deren Beantwortung mitunter ein bisschen „um die Ecke“ gedacht werden muss. Ich hoffe, Sie haben ein wenig Freude daran. Und wenn Sie nicht gleich allein auf die Lösung kommen, fragen Sie vielleicht jemand, der ebenfalls gern rätselt. Unten auf der Seite **Antworten** zu den Fragen aus dem Vorheft, für Sie zum Vergleichen.

Hier nun zunächst die neuen Fragen:

- ❓ Peters Mutter hat vier Kinder. Drei von ihnen heißen Januar, März und Mai. Wie heißt das vierte Kind?
- ❓ Was hat sechs Füße und singt?
- ❓ Welcher Vogel ist meistens traurig?
- ❓ Welche Schrift muss der Postbote lesen können?
- ❓ Welches Rad wird am wenigsten abgenutzt, wenn ein PKW mit Vorderradantrieb in eine Linkskurve fährt?

Auflösung im nächsten Heft des **LEBENS**spiegel!

Antworten zu den Fragen aus dem Vorheft:

- ❗ Was mit Aschenputtel geschah während die 7 Zwerge in den Wald gehen, ist nicht überliefert, auf alle Fälle sind sich Aschenputtel und die 7 Zwerge nie in einem Märchen begegnet.
- ❗ Es ist die Plaudertasche, in die man nichts stecken kann
- ❗ Eine Pudel-Mütze ist eine „Kopfbedeckung für einen Vierbeiner“.
- ❗ Der Welt-Raum hat weder Fenster noch Türen.
- ❗ Die Nadel ist es, die ein Loch hat, ein Loch hinterlässt und auch hindurch wandert.
- ❗ Der Schatten ist am Morgen lang, am Mittag kurz und klein, am Abend wieder lang und bei dunkler Nacht gar nicht da.
- ❗ Wenn „ich“ in der Mitte steht, links und rechts ein „e“ angefügt wird ergibt das: Eiche.
- ❗ Es ist das Wort „aus“ – mit H ein Obdach (Haus), Mit M vier Füße (Maus), Mit L sechs Füße (Laus).

WISSEN SIE ES? – NEUE DENKAUFGABEN

Wie weit kann ein Hirsch in den Wald laufen (Der Wald hat einen Durchmesser von zwei Kilometern)?

Welche drei Zahlen ergeben beim Plus-Rechnen dasselbe Ergebnis wie beim Mal-Rechnen?

Welche Frage kann niemand mit „ja“ beantworten?

Frühlingsanfang

Wacht auf, ihr Tiere groß und klein
ihr habt recht lang geschlafen.
Verschlafte sonst den ersten Sonnenschein
in Wiesen, Feld und Garten.

Das zarte Grün, es sprießt
an Ästen, Strauch und Zweigen.
Frühjahrsblumen erblühen
im Frühjahrssonnenschein.

Ein weißes Glöckchen wieget
sich sacht im Frühlingswind,
Frau Amsel und Frau Drossel,
mit dem Nestbau nun beginnt.

Hannelore Vogt

KULTURHAUPTSTADT: GRAZ – HISTORISCHE ALTSTADT



▲ Foto: Graz Tourismus – Harry Schiffer, Schlossberg Uhrturnm

Graz ist die Landeshauptstadt der Steiermark und mit circa 280.000 Einwohnern die zweitgrößte Stadt der Republik Österreich. 2003 war Graz die Kulturhauptstadt Europas.

Das Grazer Feld war in der römischen Kaiserzeit eine dicht besiedelte Agrarlandschaft. Im 6. Jahrhundert wurde hier eine Burg errichtet, von der sich der Name Graz ableitet. Von 1379 bis 1619 war es habsburgische Residenzstadt.

Heute setzt Graz im Tourismus vor allem auf die historische Substanz der Altstadt und auf die südliche Atmosphäre. 2012 erhob die Agrarmarkt Austria Marketing Gesellschaft Graz zur „Genuss-Hauptstadt“ Österreichs. Große Bedeutung kommt Graz auch als Kongressstadt zu.

Die historische Grazer Altstadt und ihre Dachlandschaft wurden 1999 wegen ihres sehr guten Erhaltungszustandes und der Sichtbarkeit der baugeschichtlichen Entwicklung im Altstadtbild zum UNESCO-Weltkulturerbe erklärt und 2010 auf „Stadt Graz – Historisches Zentrum und Schloss Eggenberg“ erweitert. Die meisten Grazer Sehenswürdigkeiten befinden sich in der Altstadt. Auch außerhalb der Altstadt gibt es viele historische Gebäude, vor allem in den Bezirken St. Leonhard und Geidorf.

SCHLOSSBERG

Im geographischen Zentrum der Stadt liegt der Schlossberg, der zwischen 1125 und 1809 als Festung diente. Nach der erfolgreichen Verteidigung der Anlage gegen die Truppen Napoleons und dem Friedensschluss erfolgte die Sprengung der Schlossbergfestung. Die Grazer Bürger kauften den Uhrturnm und den Glockenturm frei, so dass beide bis in die Gegenwart erhalten sind. Ab 1839 begann der Ausbau des kahlen Felsens zur Parkanlage. Neben den beiden Türmen sind noch einige Festungsreste und denkmalgeschützte Bauwerke aus der Zeit erhalten geblieben.



◀ Foto: Graz Tourismus – Harry Schiffer, Hauptplatz Rathaus

GRAZER „STADTKRONE“

Am Fuß des Schlossberges befindet sich die Grazer „Stadtkrone“. Sie besteht aus vier Monumentalbauten: dem gotischen Dom (Domkirche St. Ägidius), dem bedeutenden manieristischen Bau des Mausoleums mit der integrierten Katharinenkirche aus dem 17. Jahrhundert, der alten Jesuiten-Universität und der Grazer Burg.



▲ Foto: Graz Tourismus – Harry Schiffer, Joanneumsviertel



▲ Foto: Graz Tourismus – Harry Schiffer, Schloss Eggenberg



▲ Foto: Graz Tourismus – Harry Schiffer, Schlossberg

SCHLOSS EGGENBERG

Das Schloss Eggenberg wurde ab 1625 im Auftrag Hans Ulrichs von Eggenberg zur repräsentativen Vierflügelanlage ausgebaut. Schloss Eggenberg ist nach einer Zahlensymbolik entworfen. Die vier Ecktürme stehen für die vier Himmelsrichtungen und die vier Elemente. Die Anlage besitzt 365 Außenfenster für die Tage eines Jahres. Im zweiten Stock befinden sich 52 Außenfenster für die Wochen eines Jahres. Jedes Stockwerk im Haus hat 31 Räume für die maximale Anzahl der Tage eines Monats. Im zweiten Stock sind außen ringförmig 24 Prunkräume angeordnet, die die Stunden eines Tages symbolisieren.

Da Graz während der Monarchie ein beliebter Sitz von Adeligen und höheren Beamten war, findet man auf dem Stadtgebiet viele Schlösser und Palais. Neben den Innenstadtpalais sind es vor allem Schlösser und Edelhöfe die das Grazer Erscheinungsbild in den Randbereichen prägen.

Das LEBENS WERK




Buddes Hof

Ihr Senioren- und
Pflegezentrum

- Hohes Maß an persönlichem Service
- Vollstationäre Pflege
- Urlaubsbetreuung, Kurzzeitpflege
- Hauseigene Küche
- Kompetente Pflege und Betreuung in familiärer Atmosphäre
- Umfassende persönliche und telefonische Beratung
- Lichtdurchflutete, hochwertig ausgestattete Zimmer
- Gartenanlage mit Sonnenterrasse

Bockmühlenstr. 6 · 31185 Söhlde
Telefon: 05129 97 150

Sonnenkamp

IHR SENIOREN- & PFLEGEZENTRUM
LEBEN · WOHNEN · WOHLFÜHLEN

- Kompetente Pflege und Betreuung
- Hohes Maß an persönlichem Service
- Umfassende persönliche und telefonische Beratung
- Betreuung demenziell Erkrankter
- Hochwertig ausgestattete Zimmer
- Parkanlage mit Sonnenterrasse
- Hauseigene Küche und Friseur
- Modernes, öffentliches Café
- Wellnessbad
- Urlaubsbetreuung, Kurzzeitpflege
- Vollstationäre Pflege
- Probewohnen

Am Sonnenkamp 79-81 · 31157 Sarstedt
Telefon: 05066 90 48 90

Ambulante Pflege

ZUHAUSE RUNDUM VERSORGT

- Teilpflege zuhause
- Intensivpflege: Alternative zum Heimaufenthalt
- Versorgung mit Mahlzeiten
- Hauswirtschaftliche Hilfe
- 24 Stunden Notrufbereitschaft
- Betreuung rund um einen Krankenhausaufenthalt
- Serviceleistungen rund um die Wohnung
- Maßnahmen zur Förderung der Gesundheit
- Hilfestellung bei formellen Angelegenheiten
- IWG Wundtherapie Stützpunkt

Osterstr. 33 · 31134 Hildesheim
Telefon: 05121 133 783