LEBENSspiegel

Monatliche Zeitung
„Das Lebenswerk“
17. Jahrgang
11/2026



Ein Exemplar für Sie!

- Titelfoto Unsplash: Daniel J. Schwarz
- Inhalt / Impressum 2
- Editorial 3
- Monat November 4
- Vorgestellt: Frau Patrizia Bartels 5
- Geburtstage & Abschiede 6
- Steckbriefe: Frau Mühlast / Frau Lehmann 7
- Veranstaltungen im Buddes Hof 8/9
- Betreuungsangebote im November 10
- Kreativ mit Conny 11
- Veranstaltungen im Sonnenkamp 12/13
- Rätsel „Suchsel“ 14
- UNESCO Welterbe: Hansestadt Visby (Schweden) 15
- Anzeige 16

IMPRESSUM – **LEBENS**spiegel

Erscheinungsweise: monatlich, Landkreis Hildesheim

Herausgeber: Das Lebenswerk, Am Sonnenkamp 79-81
31157 Sarstedt
Telefon 0 50 66 / 90 48 90
info@daslebenswerk.de, www.daslebenswerk.de

Verantwortlich: Susanne Palermo

Redaktion: Ella Jahn, marketing@daslebenswerk.de

Gestaltung/Umsetzung/ Anzeigenpool: Gitte Gottschling, gittegottschling@freenet.de
Mediadaten & Preise 12/2025

Druckerei: Saxoprint GmbH, 01277 Dresden

© Vervielfältigung und Auszüge nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers.



Liebe Leserinnen und Leser,

der November zeigt sich oft von seiner kühlen, grauen und regnerischen Seite. Die Tage werden kürzer, die Temperaturen sinken und gemütliche Stunden zu Hause mit einer Tasse Tee oder einem guten Buch werden besonders schön. Doch auch draußen gibt es einiges zu erleben: Spaziergänge durch buntes Herbstlaub, Ausflüge in die Natur oder ein Besuch im Café sorgen für Abwechslung. Gegen Ende des Monats steigt dann die Vorfreude auf die Adventszeit, denn viele Weihnachtsmärkte öffnen ihre Tore und laden mit festlicher Beleuchtung, weihnachtlichen Düften, leckeren Köstlichkeiten und liebevoll gestalteten Ständen zum Stöbern und Verweilen ein. So läutet der November langsam die besinnliche Zeit des Jahres ein, auf die wir uns schon alle freuen.
Auch in der aktuellen Ausgabe des LEBENSspiegels zeigen wir Ihnen wieder, wie viel Freude wir im letzten Monat mit unseren Senioren hatten. Zu Beginn gehen wir auf den Monat November ein und stellen Ihnen im Anschluss Frau Patrizia Bartels näher vor. Danach gratulieren wir allen, die im November Geburtstag haben und zeigen Ihnen die Steckbriefe von Frau Mühlast und Frau Lehmann. Anschließend feiern wir mit dem Senioren- und Pflegezentrum Buddes Hof das Weinfest. Bei guter Musik und toller Stimmung hatten alle Teilnehmenden einen schönen Nachmittag. Außerdem ging es mit einigen Bewohnern aus Söhlde noch zum Lafferder Markt. Dieses Volksfest ist immer ein riesiges Event in Groß Lafferde und lädt mit seinen vielen Verkaufsständen und diversen Waren zum Besichtigen ein. Ein weiterer Höhepunkt im letzten Monat war die besondere Kreativgruppe mit Conny Grundke aus dem Senioren- und Pflegezentrum Sonnenkamp. Diese hat sich mal wieder etwas ganz Neues einfallen lassen, was die Senioren ausprobieren konnten. Daraus sind wunderschöne Erinnerungsstücke entstanden. Im Sonnenkamp in Sarstedt kam auch wieder die Firma DEKU-Moden mit ihrer mobilen Mode vorbei. Die Bewohner schauten sich die vielen Kleidungsstücke an und kauften auch das ein oder andere schöne Stück. Beim Geburtstagskaffee wurde gemeinsam der Geburtstag der Senioren gefeiert und beim Erntedankfest wurde dank Marion Stolze nicht nur der Gottesdienst zu etwas ganz Besonderem. Natürlich haben wir auch in diesem Monat wieder ein Suchsel für Sie vorbereitet, bei dem Sie Begriffe rund um den November finden können. Abschließend reisen wir mit Ihnen nach Visby in Schweden. Die Altstadt der Hansestadt gehört seit 1995 zum UNESCO Weltkulturerbe und ist geprägt durch ihre berühmte Stadtmauer. Bleiben Sie gesund!

Ella Jahn



▲ Foto Unsplash: Monika Borys



▲ Foto Unsplash: Joseph Gonzalez

Der November ist der elfte Monat des Kalenders und er hat 30 Tage. Frühere Bezeichnungen sind Nebelung, Windmonat, Nebelmond oder dritter Herbstmond. In den Niederlanden wurde der Monat auch Schlachtmond (slachtmaand) genannt, da zu dieser Zeit das Einschlachten der Schweine üblich war. Alternativ hat man Jagdmond (jachtmaand), Blutmonat (bloedmaand) oder andere Ausdrücke verwendet. Im Kirchenjahr gilt der November als ein Monat der Besinnung und des Gedenkens. Am 1. November wird bei Allerheiligen an die Heiligen der römisch-katholischen Kirche gedacht und am 2. November bei Allerseelen an die Verstorbenen. Am 11. November ist der Martinstag, zu Ehren des Heiligen Martin von Tours und außerdem beginnt an diesem Tag um 11:11 Uhr die Faschingszeit. Die Gründe dafür sind vielfältig. Es hat einerseits mit der Zahl im Karneval zu tun. Denn die Elf ist eine Schnapszahl, eine Narrenzahl, wie man im Mittelalter gesagt hätte. Außerdem begann am 11. November, dem Martinstag, früher eine Fastenzeit, die bis Weihnachten dauerte. In dieser Zeit sollten die Menschen ihre Vorräte an Fleisch und anderen leckeren Speisen aufbrauchen, bevor die Fastenzeit der Enthaltsamkeit und Buße beginnt. Der Karneval bietet eine letzte Gelegenheit für ausgelassene Feiern, bevor die Fastenzeit startet.

PROMINENTE, DIE IM NOVEMBER GEBOREN WURDEN:

Karl Baedeker war ein deutscher Verleger, Buchhändler und Pionier der Reiseliteratur, der 1828 das Buch „Rheinreise von Mainz bis Cöln, Handbuch für Schnellreisende“ von Johann August Klein überarbeitete und mit dem bald nach ihm benannten „Baedeker“ (1835) den ersten modernen Reiseführer Deutschlands schuf. Er wurde am 3. November 1801 in Essen im Heiligen Römischen Reich (heute Deutschland) geboren und starb am 4. Oktober 1859 mit 57 Jahren in Koblenz. Sein Geburtstag jährt sich 2026 zum 225. Mal.

Uwe Seeler war ein deutscher Fußballspieler beim Hamburger SV (1953–1972), der 40-facher Spielführer der deutschen Nationalmannschaft (1954–1970) war, zu ihrem zweiten Ehrenspielführer (1972) ernannt wurde und als nahbarer Star mit Bodenhaftung geschätzt wurde. Er wurde am 5. November 1936 in Hamburg geboren und verstarb mit 85 Jahren am 21. Juli 2022 in Norderstedt. In diesem Jahr hätte er seinen 90. Geburtstag gefeiert.

Karl **Wolf Biermann** ist ein deutscher Liedermacher und Lyriker, der als 17-jähriger in die damalige DDR übersiedelte und von dieser später nach einem Auftritts- und Publikationsverbot (1965) bei einem Auftritt in Westdeutschland ausgebürgert wurde (1976). Er wurde am 15. November 1936 in Hamburg geboren. 2026 feiert Biermann seinen 90. Geburtstag.

Sophie Marceau bzw. Sophie Danièle Sylvie Maupu, so ihr richtiger Name, ist eine französische Schauspielerin (u.a. „Braveheart“ 1995, „James Bond 007 – Die Welt ist nicht genug“ 1999), die 1980 mit dem Teenager-Film „La Boum – Die Fete“ international bekannt wurde. Sie wurde am 17. November 1966 in Paris geboren. In diesem Jahr feiert Marceau ihren 60. Geburtstag.

Oliver **(Olli)** Michael **Dittrich** ist ein deutscher Schauspieler, Komiker und Musiker, der u.a. durch die Improvisations-TV-Sendung „Dittsche – Das wirklich wahre Leben“ (seit 2004) bekannt ist. Er wurde am 20. November 1956 in Offenbach am Main geboren und feiert 2026 seinen 70. Geburtstag.

BAUERNREGELN:

- Novemberdonner schafft guten Sommer.
- Wenn der November regnet und frostet, dies der Saat das Leben kostet.
- Steht im November der Buche Holz im Saft, so wird der Regen stärker als der Sonne Kraft; ist es aber starr und fest, sich große Kälte erwarten läßt.
- Man muss schon im Herbst an die Christbescherung denken.

VORGESTELLT: PATRIZIA BARTELS



Seit Januar 2023 gehört Patrizia Bartels zum Kreativteam des Senioren- und Pflegezentrums Sonnenkamp. Die 61-jährige ist in Paderborn geboren und aufgewachsen. Nach ihrem Fachabitur arbeitete sie im Einzelhandel. „Ich war dabei in verschiedenen Bereichen tätig: Ich habe Textilien, Computer, Backwaren und Lebensmittel verkauft und habe auch als Personaldisponentin gearbeitet.“ 2003 zog sie der Liebe wegen nach Sarstedt. „Zuletzt habe ich einem Einrichtungshaus in der Baumarkt-Abteilung gearbeitet und das hat mir am meisten Spaß gemacht.“ Nachdem durch Corona dann Stellen bei ihrem alten Arbeitgeber abgebaut werden sollten, suchte sich Frau Bartels etwas Neues. „Eine Bekannte arbeitete als Betreuungskraft und meinte zu mir, dass ich mir das mal anschauen sollte. Beim Probetag habe ich dann schnell festgestellt, dass das genau mein Ding ist und kümmerte mich darum, dass ich die Weiterbildung machen konnte.“ Ein Teil der Weiterbildung ist ein Praktikum in einer Pflegeeinrichtung. Dieses machte Patrizia Bartels bei uns im Sonnenkamp in Sarstedt und wurde anschließend gleich übernommen.
Eine Betreuungskraft unterstützt Menschen, die im Alltag Hilfe, Gesellschaft und Beschäftigung brauchen. Das können ältere Menschen, Menschen mit Demenz oder Menschen mit körperlichen oder geistigen Einschränkungen sein. „Dabei muss man ganz individuell auf die Bedürfnisse jedes einzelnen eingehen und sie mit kreativen Ideen aus ihrem Alltagstrott rausholen.“ Diese Arbeit macht Frau Bartels sehr viel Freude, da sie nicht nur ihre Kreativität ausleben kann, sondern zusätzlich auch immer wieder die Dankbarkeit der Senioren erfährt. „Ich fühle, dass ich mein Hobby zum Beruf gemacht habe, und das erfüllt mich sehr.“
In ihrer Freizeit verbringt sie viel Zeit mit ihrem Hund Wilma und mit ihrem Garten. „Ich bin auch privat sehr kreativ und bearbeite Holz und Beton und nähe auch gerne. Ich liebe es, neue Sachen auszuprobieren, die ich dann mit in meine Arbeit einfließen lassen kann.“ Wenn es in den Urlaub geht, dann am liebsten an die Nordsee. Für die Zukunft wünscht sie sich mehr Zeit für sich, ihren Mann und ihren Hund. „Ich wünsche mir, dass wir gesund und ohne finanzielle Sorgen unsere Rente genießen können. Denn ich möchte noch viel erleben und eventuell sogar später mal auswandern.“ Besonders stolz ist Patrizia Bartels darauf, wer sie heute ist: Ein Mensch mit viel Selbstbewusstsein.

Sie möchten ihren Kundenkreis durch eine Anzeige erweitern? Eine Mitteilung machen oder jemandem zum Jubiläum gratulieren? Dann schreiben Sie uns unter: marketing@daslebenswerk.de – wir helfen Ihnen gern.



Für unser Senioren- und Pflegezentrum in Sarstedt suchen wir ab sofort eine

Pflegefachfrau/-mann

Als Pflegefachfrau/-mann 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- & Pflegezentrum Sonnenkamp
Susanne Palermo · Am Sonnenkamp 79–81 · 31157 Sarstedt
www.daslebenswerk.de

Sonnenkamp
IHR SENIOREN- & PFLEGEZENTRUM
LEBEN · WOHNEN · WOHLFÜHLEN

BUDDES HOF



Anne Bewer
01.11.1941
85 Jahre



Ursula Bergmann
11.11.1937
89 Jahre



Friedegunde Hagemann
17.11.1934
92 Jahre



Wolf Hopf
29.11.1939
87 Jahre

SONNENKAMP



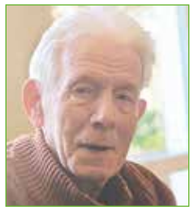
Renate Kieckeben
04.11.1942
84 Jahre



Christa Sander
06.11.1948
78 Jahre



Karin Jaeschke
09.11.1943
83 Jahre



Herbert Rössig
22.11.1938
88 Jahre

Wir nehmen Abschied!

Lars Eckert
* 14.11.1972
† 24.09.2026

Wir nehmen Abschied!

Ilse Hußmann
* 09.03.1934
† 29.09.2026



▲ Foto Unsplash: Oleksandr Brovko

Ingrid Mühlast



Rufname/Spitzname: Inge
Sternzeichen: Löwe
Heimatort/-land: Bolzum
Augenfarbe: Blaugrau
Haarfarbe: Früher blond / heute grau
Lieblingslied/-Band/-Genre: Das habe ich nicht
Lieblingsgericht: Ich esse alles gern
Das macht mich glücklich: Wenn ich Besuch bekomme
Das mag ich nicht: Nervige Menschen
Mein größtes Laster: Schokolade oder Chips
Das kann ich gut: Ich kann gut zuhören
Das mache ich, wenn keiner zusieht: Dann mache ich ein kleines Nickerchen
Das rate ich der jüngeren Generation: Nie respektlos anderen gegenüber sein
Das wünsche ich mir: Gesundheit

Buddes Hof
Ihr Senioren- und Pflegezentrum

Ingrid Lehmann



Rufname/Spitzname: Ingi
Sternzeichen: Zwillinge
Heimatort/-land: Bergen im Kreis Celle
Augenfarbe: Blau
Haarfarbe: Früher hellblond / heute silbrig-weiß
Lieblingslied/-Band/-Genre: Klassische Musik
Lieblingsgericht: Spargel mit Schnitzel
Helden meiner Kindheit: Meine ehemalige Nachbarin Tante Emma
Das macht mich glücklich: Meine Kinder und Großkinder
Das mag ich nicht: Zanken
Mein größes Laster: Ich nasche am liebsten Lindt Pralinen
Das kann ich gut: Handarbeit und Kochen
Das mache ich, wenn keiner zusieht: Ich lese oder sehe fern
Das rate ich der jüngeren Generation: Sie sollen nicht so gierig nach allem sein
Das wünsche ich mir: Das mein Mann bei mir wäre

Sonnenkamp
IHR SENIOREN- & PFLEGEZENTRUM

NOVEMBER 2026

VERANSTALTUNGEN IM BUDDES HOF



Im Senioren- und Pflegezentrum Buddes Hof wurde es kürzlich richtig gesellig, denn unser fröhliches Weinfest stand auf dem Programm. Bei verschiedenen Weinen gab es für die Teilnehmenden einiges zu probieren und natürlich wurde gemeinsam auf einen schönen Nachmittag angestoßen.











Für die passende Stimmung sorgte auch die musikalische Begleitung. Es wurde getanzt, geschunkelt und kräftig geklatscht – schnell war die Tanzfläche gut gefüllt und überall waren fröhliche Gesichter zu sehen. Die Stimmung war einfach großartig! Ein besonderer Höhepunkt des Festes war die Wahl unserer Weinkönigin. Unter viel Applaus wurde Frau Runge zur diesjährigen Weinkönigin gekürt. Sichtlich überrascht nahm sie ihre selbstgebastelte Krone entgegen. Dazu gab es eine Urkunde und natürlich eine Flasche Wein – eine gelungene Überraschung, über die sie sich sehr freute.



Auch für das leibliche Wohl war bestens gesorgt. Neben dem traditionellen Zwiebelkuchen wurde eine leckere Kürbiscremesuppe serviert. So konnten sich alle zwischendurch stärken und den geselligen Nachmittag und Abend in vollen Zügen genießen. Es war ein rundum gelungenes Weinfest mit guter Musik, leckerem Essen, fröhlicher Stimmung und vielen schönen gemeinsamen Momenten.

Außerdem ging es für einige Bewohner aus Söhlde noch zum Lafferder Markt. Der Lafferder Markt in Groß Lafferde zählt zu den traditionsreichsten Volksfesten der Region. Er findet jedes Jahr Ende September statt und verbindet seit Jahrhunderten Marktgeschehen mit geselligem Beisammensein. Zahlreiche Händler bieten ihre Waren an, während Fahrgeschäfte, Buden und kulinarische Angebote für Unterhaltung sorgen. Der Markt ist weit über Groß Lafferde hinaus bekannt und zieht jedes Jahr viele Besucher an. Besonders schön ist die Mischung aus traditionellem Jahrmarkt, regionalem Handel und fröhlicher Atmosphäre, die ihn zu einem beliebten Ausflugsziel macht. Auch unsere Senioren waren total begeistert von den vielen Menschen, den verschiedenen Ständen, den Marktschreiern und die großartige Auswahl, die dieser Markt zu bieten hatte.

Zur Stärkung gab es für alle eine Bratwurst und wer wollte eine Portion Pommes.







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

GEPLANT

07.11.26 ab 17:30 Uhr	Laternenumzug mit Posaunenchor
13.11.26 ab 10:30 Uhr	Kathol. Gottesdienst
18.11.26 ab 9:30 Uhr	Ev. Gottesdienst mit Abendmahl

SONNENKAMP

Tag	Ort	Uhrzeit	Angebote
Montag	WG 2	10:00 – 11:00	Gedächtnistraining mit Leserunde
	WG 5	16:00 – 17:00	Malen/Gestalten
Dienstag	WG 4	10:00 – 11:00	Bewegung im Sitzen
	WG 3	16:00 – 17:00	Singen
Mittwoch	WG 2	10:00 – 11:00	Malen/Gestalten
	WG 5	16:00 – 17:00	Gedächtnistraining
Donnerstag	WG 4	10:00 – 11:00	Hauswirtschaft/Backen
	WG 3	16:00 – 17:00	Gesellschafts- und Aktivitätenspiele
Freitag	WG 2	10:00 – 11:00	Bewegung im Sitzen
	WG 5	16:00 – 17:00	Kreativgruppe
Samstag	WG 3	10:00 – 11:00	Gedächtnistraining / Gesellschaftsspiele
Sonntag	WG 4	10:00 – 11:00	Bingo/Kegeln
Montags – Freitags 11:15 – 12:00 Uhr sowie 13:30 – 15:30 Uhr Individuelle Einzelbetreuung			

GEPLANT

04.11.26 ab 16:00 Uhr	Hörbuchnachmittag im Café
05.11.26 ab 8:15 Uhr	Männerfrühstück im Café
11.11.26 ab 13:00 Uhr	REWE Einkauf
18.11.26 ab 10:00 Uhr	Kegelturnier im Fitnessraum
23.11.26 ab 13:00 Uhr	Ausflug Hildesheimer Weihnachtsmarkt
25.11.26 ab 15:30 Uhr	Klang & Leben im Café

SPEZIELLE TRAININGSGRUPPE

Tag	Uhrzeit	Ort	Angebote
Montag	10 –11 Uhr	Fitnessraum OG	Mobilitätstraining
Dienstag	10 –11 Uhr	Fitnessraum OG	Kraft- und Balancetraining
Mittwoch	10 –11 Uhr	Fitnessraum OG	Mobilitätstraining
Donnerstag	10 –11 Uhr	Fitnessraum OG	Kraft- und Balancetraining
Freitag	10 –11 Uhr	Fitnessraum OG	Mobilitätstraining

! Hinweis: Änderungen vorbehalten!

KREATIV MIT CONNY



Conny Grundke von Kreativteam im Senioren- und Pflegezentrum Sonnenkamp lässt sich immer wieder etwas Neues einfallen und probiert das dann mit unseren Bewohnern aus. Dieses Mal wird es ganz kreativ mit Kinusaiga.



Kinusaiga ist eine traditionelle japanische Handarbeitskunst, bei der aus kleinen Stoffstücken farbenfrohe Bilder entstehen. Die Technik erinnert ein wenig an Patchwork, kommt jedoch ganz ohne Nähen aus.



Stattdessen werden Stoffreste in vorbereitete Vertiefungen einer Holz- oder Schaumstoffplatte eingearbeitet. Zunächst wird ein Motiv, zum Beispiel eine Landschaft, ein Blumenbild oder ein Tier, auf die Platte übertragen. Anschließend werden die einzelnen Flächen entlang der Linien vorsichtig eingeschnitten. Passende Stoffstücke werden ausgewählt und an den Rändern in diese kleinen Schlitze gedrückt. So entsteht nach und nach ein farbenfrohes Bild. Durch die unterschiedlichen Farben, Muster und Strukturen der Stoffe wirkt jedes Kunstwerk ganz individuell. Besonders schön an Kinusaiga ist, dass dafür auch kleine Stoffreste verwendet werden können, die sonst vielleicht keine Verwendung mehr finden würden. Die Technik fördert Kreativität, Geschicklichkeit und Konzentration und bietet gleichzeitig die Möglichkeit, in aller Ruhe ein persönliches Kunstwerk zu gestalten. Am Ende entsteht aus vielen kleinen Stoffstücken ein dekoratives Bild mit einem ganz besonderen, textilen Charakter.



Ein paar Seniorinnen haben sich daran getraut und probierten die Handarbeit aus. Auch wenn es zu Beginn noch zögerlich voran ging, verstanden die Teilnehmenden schnell, was sie machen mussten, und kamen zügig voran. Die Auswahl an den verschiedenen Stoffen und Farben war groß. Doch am Ende fand jede Dame, was sie für ihr Bild brauchte. Mit den Endergebnissen waren alle sehr zufrieden und sie freuten sich darüber, dass sie mal wieder etwas Neues ausprobieren durften.

NOVEMBER 2026

VERANSTALTUNGEN IM SONNENKAMP



DEKU-MODEN

Der Besuch von DEKU-Moden sorgte im Senioren- und Pflegezentrum Sonnenkamp für jede Menge Freude, Abwechslung und modische Entdeckungen. Unsere Senioren konnten nach Herzenslust stöbern, verschiedene Kleidungsstücke anprobieren und sich in aller Ruhe ihre Lieblingsstücke aussuchen. Ob schick, bequem oder farbenfroh – für jeden Geschmack war etwas dabei. Natürlich durfte auch das eine oder andere neue Kleidungsstück mit nach Hause genommen werden.





Doch was macht DEKU-Moden eigentlich so besonders? Das Unternehmen bietet Mode an, die direkt zu den Menschen kommt. Gerade für ältere Menschen, denen der Weg in ein reguläres Bekleidungsgeschäft schwerfällt, ist dieses Angebot eine wunderbare Möglichkeit, selbstständig und ganz entspannt neue Kleidung auszusuchen. So werden nicht nur der Einkauf und die Anprobe erleichtert, sondern auch Selbstbestimmung, Wohlbefinden und Lebensfreude gefördert. Denn sich schön und wohl in seiner Kleidung zu fühlen, kennt kein Alter.

GEBURTSTAGSKAFFEE

Alle Senioren, die in den vergangenen drei Monaten Geburtstag hatten, kamen zu unserem gemütlichen Geburtstagskaffee zusammen. Fast 20 Geburtstagskinder versammelten sich dabei an einem Tisch und brachten es gemeinsam auf stolze 1.588 Lebensjahre – wenn das kein Grund zum Feiern ist! Bei leckeren Torten, duftendem Kaffee und dem





obligatorischen Geburtstagsständchen wurde herzlich gelacht und gefeiert. Besonders angeregt unterhielten sich die Teilnehmenden über ihre ganz persönlichen Erfahrungen und tauschten sich über unterschiedliche Geburtstagstraditionen aus. Dabei gab es sicherlich die eine oder andere schöne Erinnerung und spannende Geschichten zu entdecken.



ERNTEDANKFEST

Auch unser Erntedankfest wurde zu einem stimmungsvollen Erlebnis. Der Raum war liebevoll und passend zum Anlass geschmückt und lud zum gemütlichen







Beisammensein ein. Beim anschließenden Kaffeetrinken warteten köstliche Kuchen auf unsere Bewohner: saftiger Pflaumenkuchen, fruchtiger Früchtekuchen und leckerer Apfelkuchen – natürlich mit frisch geschlagener Sahne. Da fiel die Auswahl wirklich nicht leicht. Für die passende musikalische und besinnliche Atmosphäre sorgte Marion Stolze. Sie besuchte uns mit ihrer Gitarre, spielte wunderschöne Lieder und gestaltete anlässlich des Erntedankfestes einen Gottesdienst. Ihre Musik und die gemeinsamen Momente luden zum Mitsingen, Innehalten und Dankbarsein ein. So konnten unsere Senioren einen rund um gelungenen Nachmittag erleben, an dem Gemeinschaft, Genuss und Besinnlichkeit im Mittelpunkt standen. Ein herzliches Dankeschön an Marion Stolze für diesen schönen Besuch. Wir freuen uns schon auf das nächste Mal.

NOVEMBER 2026

NOVEMBER **SUCHSEL**

Finden Sie die versteckten Wörter!
Sie können waagerecht, senkrecht oder diagonal versteckt sein!

SUCHSEL.NET

N	L	T	L	M	F	A	B	E	K	B	E	K	R	W	J	V	G	B	J	W	N	Y	M	M
E	Z	U	B	A	I	M	T	H	I	A	T	E	I	N	S	C	H	L	A	C	H	T	E	N
B	U	B	E	L	T	P	A	Z	G	I	R	I	G	K	O	N	Q	D	F	W	J	K	B	H
E	A	Z	U	R	A	E	H	R	G	F	Y	N	W	E	R	H	J	Y	L	W	E	N	S	V
L	L	W	B	V	Y	U	R	N	T	G	J	S	E	G	D	G	E	M	O	D	R	E	I	T
U	L	B	A	O	V	B	B	N	P	I	F	Z	M	V	D	E	T	Y	C	L	I	B	I	H
N	E	F	L	L	N	Y	B	H	E	Y	N	W	T	L	A	K	N	D	D	D	I	E	U	B
G	R	A	L	K	A	E	U	M	A	N	R	S	K	H	A	L	P	K	S	M	K	L	H	D
N	S	S	E	S	R	K	C	S	N	R	U	U	T	B	G	V	S	A	E	U	I	D	C	R
O	E	T	R	T	R	A	H	C	C	O	K	M	I	A	D	V	G	B	X	N	Z	U	G	A
V	E	E	H	K	E	S	E	W	I	H	V	E	Z	Q	G	Q	L	G	E	T	L	N	V	C
E	L	N	E	A	N	T	C	J	H	R	L	E	N	U	M	J	U	B	E	G	B	S	S	H
M	E	Z	I	U	Z	A	K	M	H	F	A	A	M	P	G	O	L	W	I	Z	I	T	G	E
B	N	E	L	E	A	N	E	X	W	U	L	B	C	B	A	L	I	L	U	R	K	N	N	N
E	I	I	I	R	H	I	R	I	Q	X	Y	Y	Y	H	E	U	L	S	J	Y	E	J	N	S
R	D	T	G	T	L	E	N	A	I	R	O	Z	G	C	T	R	Z	B	X	B	L	U	I	T
D	Z	S	E	A	P	N	U	S	D	P	Q	J	V	I	Q	M	S	M	C	U	V	K	W	E
O	D	F	N	G	B	E	S	I	N	N	U	N	G	O	Q	E	O	C	K	Q	O	C	M	I
N	W	A	L	D	S	P	A	Z	I	E	R	G	A	N	G	K	H	N	H	Z	B	Q	F	G
N	O	A	T	O	T	U	Y	W	C	K	W	I	Y	U	E	L	S	F	D	N	H	P	W	E
E	E	C	F	N	E	B	E	L	M	O	N	D	E	H	B	D	O	A	M	B	E	X	D	N
R	M	C	V	Q	G	O	J	U	P	W	J	R	G	D	M	L	L	B	R	Z	L	E	T	Y
Q	Q	S	E	L	F	U	O	R	O	W	I	N	D	M	O	N	A	T	K	C	B	Y	F	U
E	E	I	C	H	E	L	N	A	S	F	S	X	U	P	O	H	S	Z	L	F	A	J	A	T
Z	Z	T	O	T	E	N	S	O	N	N	T	A	G	N	T	H	F	O	E	N	D	R	K	A

Diese Wörter sind versteckt:
Einschlachten, Schlachtmond, Allerseelen, Gedenken, Waldspaziergang, Novemberschnee, Allerheiligen, Totensonntag, Novemberdonner, Karnevalsbeginn, Bucheckern, Eicheln, Laubharken, Narrenzahl, Kastanien, Volkstrauertag, Windmonat, Drachensteigen, Fastenzeit, Besinnung, Nebelmond, Martinstag, Laternenumzug, Nebeldunst, Nebelung.

UNESCO WELTERBE: DIE HANSESTADT VISBY – MITTELALTERLICHES ERBE AUF GOTLAND



▲ Foto Unsplash: Adam Mechedal

Auf der schwedischen Insel Gotland, mitten in der Ostsee, liegt die historische Hansestadt Visby. Mit ihren mittelalterlichen Gassen, alten Kirchenruinen und der beeindruckenden Stadtmauer gehört sie zu den bedeutendsten historischen Städten Nordeuropas. Seit 1995 steht die Altstadt von Visby auf der UNESCO-Welterbeliste. Die UNESCO würdigt damit vor allem den außergewöhnlich gut erhaltenen mittelalterlichen Stadtgrundriss und die Verbindung von Handelsgeschichte, Architektur und Stadtleben.



▲ Foto Unsplash: Magnus Jonasson

Visby entwickelte sich bereits in der Wikingerzeit zu einem wichtigen Handelsplatz. Vom 12. bis zum 14. Jahrhundert wurde die Stadt zu einem bedeutenden Zentrum der Hanse und spielte eine zentrale Rolle im Ostseehandel. Kaufleute aus verschiedenen Ländern errichteten hier Lagerhäuser, Wohnhäuser und Kirchen. Im 13. Jahrhundert entstand die rund 3,4 Kilometer lange Stadtmauer, die mit



▲ Foto Unsplash: Magnus Jonasson

zahlreichen Türmen und Toren bis heute das Stadtbild prägt. Noch heute umschließt sie die mittelalterliche Altstadt fast vollständig. Besonders eindrucksvoll ist der Blick auf die Mauer bei einem Spaziergang entlang der ehemaligen Befestigungsanlagen. Ein weiteres bedeutendes Zeugnis der Vergangenheit sind die mittelalterlichen Kirchenruinen. Visby besaß einst mehr Kirchen als jede andere Stadt Schwedens: Innerhalb der Stadtmauern standen 15 Kirchen, hinzu kamen zwei weitere außerhalb. Heute erinnern unter anderem die Ruinen von St. Karin, St. Drotten und St. Clemens an diese Zeit. Viele der Kirchen wurden nach der Reformation im 16. Jahrhundert aufgegeben und verfielen. Ihre erhaltenen Mauern sind heute charakteristische Bestandteile des Stadtbildes.

Eine besondere Stellung nimmt der Dom zu Visby, St. Maria, ein. Er ist die einzige der mittelalterlichen Kirchen innerhalb der Stadtmauern, die bis heute als Kirche genutzt wird. Seine Baugeschichte zeigt die unterschiedlichen Einflüsse, die durch die internationalen Handelsbeziehungen nach Visby gelangten. Ebenfalls typisch für das UNESCO-Welterbe sind die zahlreichen mittelalterlichen Kaufmannshäuser und Lagerhäuser. Mehr als 200 historische Gebäude sind aus dieser Zeit erhalten geblieben. Viele wurden aus dem für Gotland typischen Kalkstein errichtet und erinnern an Visbys große Zeit als Handelsmetropole. Zusammen mit dem mittelalterlichen Straßennetz vermitteln sie bis heute einen Eindruck davon, wie eine bedeutende Hansestadt im Mittelalter ausgesehen hat. Das Besondere an Visby ist dabei nicht nur ein einzelnes Bauwerk. Die UNESCO hebt vielmehr das gesamte historische Stadtbild hervor. Stadtmauer, Straßen, Kirchenruinen, Kaufmannshäuser und die Lage am Meer bilden gemeinsam ein außergewöhnlich gut erhaltenes Beispiel einer mittelalterlichen europäischen Handelsstadt. Gleichzeitig ist Visby keine reine Museumsstadt, sondern bis heute eine bewohnte und lebendige Stadt.

das LebensWerk









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
- Wellnessbad
- Urlaubsbetreuung, Kurzzeitpflege
- Vollstationäre Pflege
- Modernes, öffentliches Café, Mo – So von 14.30 – 17.30 Uhr, Mittwoch ist Ruhetag

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

info@daslebenswerk.de · www.daslebenswerk.de