

Der Egestorffer Bote

Informationen und Aktuelles rund um Egestorff.



Der Egestorffer Bote

Liebe Egestorffer,

unaufhaltsam rückt das Frühjahr näher und obwohl wir Anfang März noch Schnee hatten, erlebten wir in diesem Monat schon einige sonnige Tage. Die ersten warmen Tage sind immer etwas besonders: Die Luft wird weicher und es duftet intensiv nach Frühling und Wachstum.



Dieser Frühling ist für unsere Kollegen und die Bewohner in Egestorff auch aus einem anderen Grund besonders:

Nach drei Jahren Maskenpflicht dürfen endlich alle wieder ohne Maske zum Dienst kommen. Corona ist zwar nicht verschwunden, hat aber einen Großteil seines Schreckens durch Impfungen und fortschreitende Immunisierung verloren. Nahezu alle Beschränkungen wurden aufgehoben.

Wir freuen uns nun auf ein Osterfest ohne Auflagen und Regeln.



Das Frühjahr sorgt für mehr Licht, wir fühlen uns aktiver und sind schneller bereit etwas Neues auszuprobieren.

Wie wäre es da mit einem Besuch einer unserer Tagespflegen? Im Innenteil des Egestorffer Boden finden Sie tolle Fotos der renovierten Tagespflegeräumlichkeiten und Informationen rund um die Finanzierung ihres Tagespflegebesuches. Wir freuen uns über jeden neuen Gast!

Auf den Pflegewohnbereichen sorgen die Betreuungskräfte für Abwechslung im Alltag. Die Arbeit und die Aufgaben der Betreuungskräfte müssen koordiniert werden. Große Veranstaltungen und Feste wollen geplant, hausübergreifende Angebote wie die Filmnachmittage und das Gedächtnistraining sollen gut begleitet und verlässlich durchgeführt werden. All diese Aufgaben hat Frau Sabrina Jambor Mitte Februar von Frau Julia Bidmon übernommen.

Der Egestorffer Bote

Frau Jambor stellt sich Ihnen in dieser Ausgabe vor. Ein herzliches Willkommen in der Egestorff-Stiftung!



Schließen möchte ich einem Frühlingsgedicht von Theodor Fontane (1819 – 1898)

Frühling:

*Nun ist er endlich kommen doch
in grünem Knospenschuh.*

*„Er kam, er kam ja immer noch“,
die Bäume nicken sich's zu.*

*Sie konnten ihn all erwarten kaum,
nun treiben sie Schuß auf Schuß;
im Garten der alte Apfelbaum
er sträubt sich, aber er muß.*

*Wohl zögert auch das alte Herz
und atmet noch nicht frei,*

*es bangt und sorgt: »Es ist erst
März,
und März ist noch nicht Mai.«*

*O schüttele ab den schweren Traum
und die lange Winterruh',
es wagt es der alte Apfelbaum,
Herze, wag's auch du!*

In diesem Sinne Ihnen einen sonnigen Frühling und ein schönes Osterfest!

Ihre

A handwritten signature in blue ink, which appears to read 'Kersti Löwenau'.

In eigener Sache

Für eine einfachere Lesbarkeit der Texte haben wir uns entschieden auf eine getrennte männliche und weibliche Benennung zu verzichten.

Wir verwenden wie bisher üblich, ausschließlich die männliche Form, obwohl auch ausdrücklich das weibliche und das diverse Geschlecht gemeint sind.

Wir stellen uns vor: Die Tagespflegen in Egestorff

In unseren beiden Tagespflegen verbringen Sie den Tag mit Gleichgesinnten, nehmen an unseren Betreuungsangeboten teil, finden Freunde und neue Gesprächspartner, kommen raus aus ihren eigenen vier Wänden und können unser schönes Außengelände genießen.



Neben vielen Tieren lädt der Park zum Verweilen ein oder die Terrasse im Palmengarten zum Sonnenbaden.

Es gibt unzählige Möglichkeiten den Tag auf angenehme Weise in der Egestorff-Stiftung zu verbringen.

Die Räumlichkeiten der Tagespflege 1 im Altbau wurden über die Wintermonate komplett renoviert und strahlen nun eine helle Gemütlichkeit aus. Gerne können Sie uns für einen Probetag besuchen.



Die Verpflegung mit Mahlzeiten aus unserer Küche steht den Gästen unserer Tagespflegen ebenso zur Verfügung wie die Betreuung und Pflege. Frühstücken in gemütlicher Runde, ein gemeinsames Mittagessen und Kaffee mit Gebäck am Nachmittag sind inklusive.



Viele Kunden wissen gar nicht, dass die Pflegeversicherung zusätzlich zu ambulanten Pflegeleistungen die Kosten für den Tagespflegebesuch übernimmt. Das bedeutet:

- Bei Pflegegrad 2 sind 11 Besuchstage monatlich möglich
- Bei Pflegegrad 3 sind 19 Besuchstage monatlich möglich

- Bei Pflegegrad 4 und 5 kann die Tagespflege 5x wöchentlich besucht werden.

Unsere Tagespflegeleitungen beraten Sie gern und bieten Ihnen unverbindlich einen kostenfreien Schnuppertag an. Sie erreichen die Tagespflege der Egestorff Stiftung unter Tel.: 0421 – 4272 121.



Über die Anfahrt müssen Sie sich keine Gedanken machen: Unser Fahrdienst holt Sie zu Hause ab und bringt sie am Ende des Tages auch wieder zurück in ihre Wohnung.



Melanie Löwemann
Fotos von Adnan Kasimovic

Neustart für das Butterkuchenbacken

Ab Mai soll das beliebte Butterkuchenbacken an jedem letzten Freitagnachmittag des Monats wieder stattfinden.

Ehrenamtliche Damen und Herren stehen bereit, um den Teig zu verarbeiten und den fertigen Butterkuchen zu servieren.

Leider fehlen tatkräftige Helfer für das Beheizen des Steinbackofens. Wer sich vorstellen könnte das Backteam mit der schönen Aufgabe des Heizens zu unterstützen melde sich bitte bei Frau Thom unter der Rufnummer 0421 – 4272 159.

Es erfolgt eine ausführliche Einweisung durch unsere Hausmeister.



Wahl zur Frauenbeauftragten 2023

Im Festsaal gab es am internationalen Frauentag, dem 08. März, ein ganz besonderes Ereignis:

Die erste Wahl zur Frauenbeauftragten in der Egestorff-Stiftung fand statt. Ursprünglich war die Wahl für Januar 2023 geplant, musste aber wegen Corona-Ausbrüchen verschoben werden. Der Heimbeirat hatte daher den 08. März als Ersatz gewählt, um der Wahl entsprechende Bedeutung zu verleihen.

Die Wohn- und Betreuungsaufsicht gibt vor, dass neben einer Gewaltschutzbeauftragten auch eine Frauenbeauftragte allen Mietern und Bewohnern zur Seite gestellt werden muss. Frau Silke Lindau stellte sich zur Wahl für das neue Amt der Frauenbeauftragten und jede Interessierte konnte sich einige Wochen vorher schon auf den aushängenden rosa Wahlplakaten über das anstehende Ereignis informieren.

Am Tag der Wahl begrüßten die Wahlhelferinnen die Wählerinnen an beiden Eingängen des Festsaaals, auch wenn die Wahlbeteiligung gering ausfiel. Mit dem Start um 16 Uhr stellte Frau Hensel als Vorsitzende des Heimbeirates zunächst das Amt

der Frauenbeauftragten vor und bezog sich dabei vor allem auf das Bremische Wohn- und Betreuungsgesetz: Die Frauenbeauftragte ist Ansprechpartnerin und berät die Bewohnerinnen insbesondere bei psychischer oder körperlicher Gewalterfahrung oder sexueller Belästigung.



Frau Lindau wurde vor der Abstimmung die Gelegenheit gegeben sich kurz vorzustellen.

Die gebürtige Bremerin wohnt seit Mai 2022 in der Egestorff-Stiftung. Sie ist bekannt aus dem bereichsübergreifenden Gedächtnistraining und als Mitglied des Heimbeirates. Außerdem trifft man sie regelmäßig in der Wohngruppe 2 des Nordflügels, wo sie ihr Zimmer bewohnt.

Silke Lindau wurde von den Anwesenden per Handzeichen einstimmig

Der Egestorffer Bote

als Frauenbeauftragte bestätigt. Sie freute sich über die Bestätigung und wird zukünftig ihr Amt als Frauenbeauftragte ausführen.

Erreichbar ist sie im Bedarfsfall als Frauenbeauftragte über das Diensttelefon der WG 2: 0421 42 72 165.

Frau Hensel hat angekündigt, dass der Heimbeirat demnächst Ausgänge gestalten wird, um die aktuellen Beiratsmitglieder, aber auch die neue Frauenbeauftragte und die Gewaltschutzbeauftragte vorzustellen.

Übrigens wurde zum Anlass der Wahl und des Weltfrauentags auch das bereichsübergreifende Gedächtnistraining an diesem Tag zum Thema „Frauen“ abgehalten. Die Gruppe suchte in guter Stimmung zum Beispiel nach weiblichen Vornamen, löste Konzentrationsaufgaben und ordnete Bilder berühmter Frauen ihren Namen und Berufen zu.

Sabrina Jambor

Durchgang zur Koblenzer Straße

Liebe Mieterinnen und Mieter,

ab sofort kann der Durchgang aus dem Haus Seekamp zur Koblenzer Straße wieder genutzt werden.

Die dafür benötigten Chips zur Türöffnung können gegen eine Kautions von 20 € erworben werden.

Bei Interesse melden Sie sich gerne bei Frau Müller in der Poststelle der Egestorff Stiftung.



Ausstrahlung ist alles

Sie [Tony Buddenbrook] haßte diese schwarzen Herren auf das bitterlichste. [...]

"Mutter!" sagte sie; "o Gott, man soll seinem Nächsten nichts Übles nachsagen... [...]. Aber das eine muß ich doch aussprechen, [...] dass nicht alle, die einen langen schwarzen Rock tragen und 'Herr, Herr!' sagen, immer ganz makellos sind! [...] So sind sie alle! Ha, so sind sie alle! [...] Die meisten sind Filous ja, das ist leider wahr!"



Eines Tages geschah es wahr und wahrhaftig, dass ein Missionar namens Jonathan, [...] ein Mann mit großen, vorwurfsvollen Augen vor sie hintrat und sie mit trauriger Strenge zur Entscheidung der Frage aufforderte, ob ihre gebrannten Stirnlocken sich eigentlich mit der wahren christlichen Demut vereinbaren ließen.

Sie schwieg während einiger Augenblicke, und man sah, wie ihr Hirn arbeitete. Dann aber kam es: Darf ich sie bitten, mein Herr Pastor, sich um ihre eigenen Locken zu bekümmern? Und Pastor Jonathan besaß äußerst wenig Haupthaar, ja, sein Schädel war nackt zu nennen!"

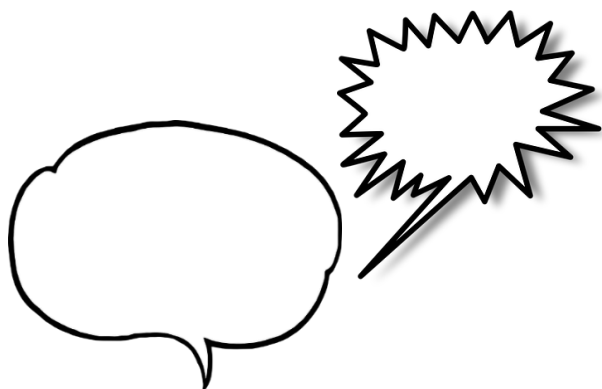
Soweit Tony Buddenbrook über ihren Pastor in Thomas Manns Roman. Pastor Jonathans Schädel war offenbar nicht nur von außen wüst und leer. Deswegen kam mit ihm eine große, unangebrachte Strenge in den Raum.

Wir strahlen aus, wie wir eingestellt sind. Unsere innere Haltung können wir nie verbergen. **Wir** prägen die Atmosphäre. **Wir** schaffen mit unseren Worten und Gesten eine bestimmte Stimmung.



Der Egestorffer Bote

Oft merkt man das im Raum. Wenn ich in einen Raum gehe, in dem ein angenehmes Gespräch geführt wird oder wo es angenehme Menschen gibt, dann fühle ich mich darin wohl. Die Wirkung auf den Raum hält auch danach noch an.



Wenn ich in einen Raum gehe, in dem viel geschimpft, gestritten oder mit Reizthemen wild und laut gezündelt wurde, dann fühle ich mich dort unwohl. Die Sprache und Ausstrahlung der Menschen prägen die Räume, in denen wir leben und arbeiten.

Wenn ich Gutes sehe oder höre, spüre ich das auch im Raum. Eine versöhnte Sprache und ein freundliches Gesicht schaffen eine Atmosphäre von Frieden und Versöhnung.

Die ersten Christen nannten deswegen Jesus das „Wort“. Er war kein Bullerballer und auch kein fundamentalistischer Bulldozerprediger. Er war ein Mann der leisen Töne in der intimen Begegnung - und ein Mann der vernehmbar offenen Töne

gegen Gewalt, gegen Ichsucht, gegen geistliche Dummheit und gegen menschliche Kaltschnäuzigkeit.

Er nahm Kinder in den Arm - und jagte die Krämerseelen aus dem Tempel.

Seine 2000 Jahre alte Botschaft ist nichts für besonders ausgesuchte fromme Leute, keine Geheimsprache und kein Code, der mühsam entziffert oder mit Gefühlen aufgepeitscht werden muss.

Das Evangelium können Kinder begreifen, einfache Leute, Menschen, die sich nicht wer weiß wie großartig vorkommen.



Die Selbstgefälligen, die Fundamentalisten, die Intoleranten, die Ignoranten und Machthungrigen verstehen nichts davon.

Es ist für ungeliebte und lieblose Menschen deswegen sehr schwer, an einen Gott der Liebe zu glauben. Deshalb ist es für sie auch so schwer,

Der Egestorffer Bote

die Freude des Evangeliums, die Frohbotschaft zu spüren und weiterzugeben. Fundamentalisten machen daraus eine lieblose Drohbotschaft. Ihre Einstellung verrät das Evangelium, zerreißt es in Fetzen und sperrt die Reste in dunkle Betonkirchen ein.

Aber Jesus ist nicht das Monopol von Fundamentalisten, Evangelikalen, Liberalen oder Katholiken, von Protestanten oder Konservativen, von Charismatikern oder Funktionären, von Jungen oder Alten. Jesus ist nicht zu einer Gruppe oder Partei gekommen. Auch nicht zu Dir, Ihnen oder mir allein. Für ihn ist jeder Mensch der Mühe wert. Er hat sich mit allen an einen Tisch gesetzt, sogar mit seinem Verräter.

Er ist ein göttliches Angebot für alle Menschen aller Sprachen und Richtungen. In ihm hat Gott den Menschen erwählt, ihn in die Mitte gestellt, so, wie er ist. Der Mensch kann dem Menschen ein Wolf sein – und ein Heiliger. Und alles dazwischen.



In Jesus ist Gott auf die Seite der Machtlosen getreten, der Armen, der Schwachen, der Verletzten. Sein Evangelium will nicht spalten, es klärt und gibt eine schwerwiegende, aber klare Antwort auf die Frage nach dem tiefsten Sinn unseres Mensch- und Mitmenschseins. Eine klare Antwort auf die Frage: Wie können so viele unterschiedliche Menschen in dem Dorf, das Erde heißt, miteinander leben?



Und wie können wir tolerant sein, ohne den Frieden und damit unsere Demokratie selbst zu gefährden? Fundamentalisten jeder Couleur greifen die Toleranz gerne an. Doch wir leben in einem Rechtsstaat. Gott, den Vätern und Müttern des Grundgesetzes sei Dank!

Die Frage bleibt: Wie kommen Krieg und Gewalt, auch in geistlicher, persönlicher und seelischer Form, wo sie immer anfangen, zu einem Ende? Das Evangelium ist die Botschaft einer vergebenden und nüchternen

Der Egestorffer Bote

Liebe, die schmerzt, die gezeichnet ist von der Verrücktheit des Kreuzes. Das Gegenzeugnis so vieler Christen hat die Erwartungen vieler Menschen enttäuscht. Sie entscheiden sich für Humanität statt Christentum. Sie stellen sich vor eine falsche Alternative. Sie brauchen nicht zwischen beiden zu wählen. Es kann keinen Gegensatz geben zwischen wahrer Humanität und wahrem Christentum.

Wo sich Anhänger der Humanität von Christen abwenden, weil diese gläubig sind, ist ihr Menschsein verklemmt. Wo sich Christen abwenden von Menschen, weil diese andersgläubig oder nichtgläubig sind, ist ihr Christsein verbogen.



Das ist die überraschende, unvorstellbare Botschaft, die zu uns kommt in dem alten Bibelbuch. Im alten Evangelium, das die Menschlichkeit Gottes beschreibt. Es ist die allermenschlichste und allergöttlichste Botschaft aller Zeiten. Der

Gegensatz zu allen gängigen Ideologien.

Das Evangelium ist keine Lehre, kein Dogma. Das Evangelium ist Leben. Es braucht Zeugen. Liebevoller, verständiger Zeugen. Wer sagt: ich glaube an Gott, und dabei nicht an die Liebe, an das Leben, an den anderen und an sich glaubt, hat nichts verstanden, hat alles verraten und verloren.

In jeder Ideologie und in jeder Religion kommt zuerst die Doktrin, die korrekte Lehre. Im Evangelium kommt zuerst der Mensch, mit den liebevollen und durchschauenden Augen Gottes gesehen. Liebe heißt Ehrfurcht vor dem Leben haben und Menschen lieben, nicht Systeme, Parteien, Strukturen, Ordnungen, Glaubenslehren, Kirchen oder Bibelschriften. Menschen lieben, nicht die abstrakte Menschheit oder nur die, die mir passen.

Liebe ausstrahlen heißt: Wärme ausstrahlen und niemand verletzen. Feuer sein und niemand verbrennen. Liebe: Das ist keine Erfindung des Menschen.

Friedhelm Blüthner

Neue Koordination und Leitung der sozialen Betreuung

Als Neue hier in der Egestorff Stiftung möchte ich die Gelegenheit nutzen mich in der Frühlingsausgabe des Egestorffer Boten einmal vorzustellen.

Mein Name ist Sabrina Jambor und seit dem 15. Februar habe ich die Koordination und Leitung der sozialen Betreuung von meiner Vorgängerin Julia Bidmon übernommen.



Aus meiner Heimatstadt Hannover kam ich nach meiner Ausbildung im Jahr 2010 nach Bremen und habe mich schnell in die schöne Stadt an der Weser verliebt. So kam es, dass ich Bremen nur vorübergehend für ein Studium der Gerontologie verließ und direkt nach meinem Abschluss wieder zurückkehrte, um mich hier im grünen Stadtteil nahe der Universität niederzulassen.

Manch einem Mitarbeitenden und auch dem ein oder anderen Bewohner mag ich vielleicht aus meiner früheren Tätigkeit im Klinikum Bremen-Ost bekannt vorkommen. Dort habe ich fünf Jahre im sozialtherapeutischen Dienst der Gerontopsychiatrie gearbeitet und war manchmal in der Egestorff Stiftung zu Besuch, um Patientinnen und Patienten auf ihrem Weg hier her zu begleiten.

Vielleicht mache ich beim wöchentlichen Gedächtnistraining ja auch die ein oder andere neue Bekanntschaft mit Bewohnern, die ich noch nicht kenne? Das Gedächtnistraining findet bereichsübergreifend mittwochs um 15:30 Uhr im Gruppenraum in der Nähe des Haupteingangs statt.

Die Aufgaben, die hier auf mich warten – z.B. die Mitgestaltung und Planung von Veranstaltungen, die Mitwirkung am Egestorffer Boten, die Weiterentwicklung der sozialen Betreuung – sind mir auch schon aus meiner Arbeit in der Altenpflegeeinrichtung Haus am Kirchweg vertraut. Dort konnte ich auch vom letzten Sommer bis zur Schließung im Februar erste Erfahrungen in der Leitung von Betreuungskräften sammeln.

Als Gerontologin liegt mir das Wohlbefinden der älteren Generationen

Der Egestorffer Bote

besonders am Herzen. Ich kann es schwer aushalten, wenn alte Menschen nur wegen ihres Alters oder einer Erkrankung nicht ernst genommen werden und es kein Miteinander mehr gibt. „Alt“ ist für mich kein negativer Begriff.

Auch für neue Ideen und Wünsche möchte ich offen sein und diese mit Ihnen besprechen und an der Verbesserung mitarbeiten. Falls Sie als Bewohner, Mieter oder Mitarbeiter Einfälle haben, die zum Beispiel die Angebote und Veranstaltungen im Haus betreffen, so kommen Sie gerne auf mich zu. Ich prüfe dann, was möglich ist und kann dies zum Beispiel beim Bewohnerbeirat vorschlagen.

Wenn Sie ein Gespräch mit mir wünschen gelingt das am einfachsten, indem Sie sich bei Frau Hahn am Empfang melden. Sie stellt dann gerne den Kontakt zu mir her.

Falls Sie einmal einen Beitrag für den Egestorffer Boten schreiben oder vielleicht ein interessantes Thema anregen möchten, so wenden Sie sich ebenfalls gerne an mich.

Eine meiner liebsten Freizeitbeschäftigungen ist übrigens die Haltung und Pflege von Achatschnecken, den großen afrikanischen Verwandten unserer heimischen Schnecken.



Was wir von diesen gemächlichen und sozialen Tieren lernen können, würde ich gerne im nächsten Egestorffer Boten vorstellen.

Sabrina Jambor

Kreuzworträtsel „Frühling“



A crossword puzzle grid with 20 numbered starting points. The grid is composed of white squares for letters and grey squares for empty space. The numbers are as follows:

- 1: 10 letters, vertical
- 2: 10 letters, horizontal
- 3: 10 letters, horizontal
- 4: 10 letters, horizontal
- 5: 6 letters, vertical
- 6: 10 letters, horizontal
- 7: 6 letters, vertical
- 8: 10 letters, horizontal
- 9: 10 letters, horizontal
- 10: 5 letters, horizontal
- 11: 3 letters, vertical
- 12: 4 letters, horizontal
- 13: 6 letters, vertical
- 14: 4 letters, horizontal
- 15: 10 letters, horizontal
- 16: 10 letters, horizontal
- 17: 6 letters, vertical
- 18: 6 letters, vertical
- 19: 3 letters, horizontal
- 20: 4 letters, horizontal

Two additional images are included:

- Two geese flying in the sky on the left side.
- A photograph of a large white sheep and a small black lamb standing on a grassy field in the bottom left corner.

Der Egestorffer Bote

Fragen zum Kreuzworträtsel

1. In welchem Monat findet der Weltfrauentag statt?
2. Wie viele Tagespflegen gibt es in Egestorff?
3. Frühlingslied, Heirat zwischen Drossel und Amsel
4. Typischer großer Zugvogel
5. An welchem Wochentag findet das Kino in Egestorff statt?
6. Wie nennt man den Brauch zum ersten Tag in einem Frühlingsmonat andere zu veräppeln?
7. Jährliches Großreinemachen im Frühling
8. Elektrisches Utensil zum Boden reinigen
9. Woraus wachsen Frühblüher oft?
10. Typische Frühlingsblume, oft aus Holland importiert
11. Wie nennt man den Mai noch?
12. Wie nennt man das Kind eines Schafs?
13. Und wie das Kind einer Kuh?
14. Eine von zwei Farben in der Narzissen blühen
15. Wie nennt man den Tag vor Karfreitag?
16. Wie nennt man die 7 Wochen vor Ostern?
17. Allergie bei Pollenflug
18. Umstrittene Energiesparmaßnahme zweimal im Jahr
19. In welchem Monat sind die Eisheiligen?
20. Kehrgerät

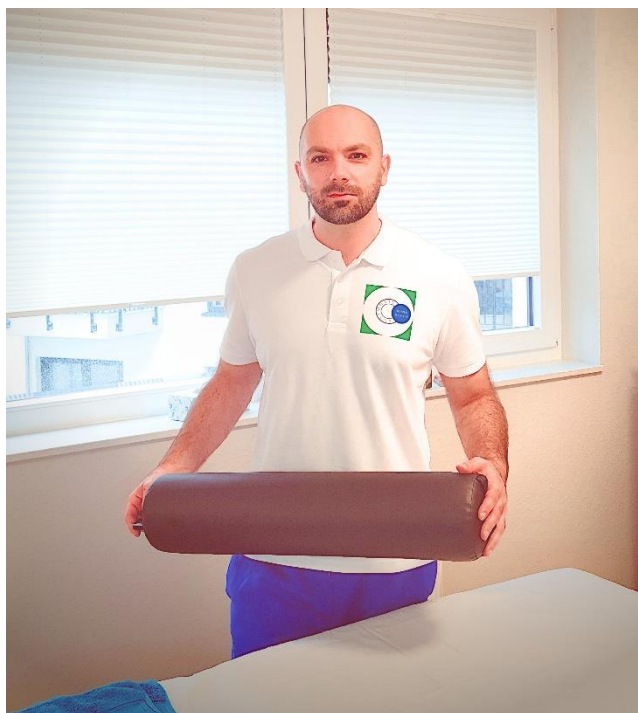
Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Neuer Physiotherapeut für Mitarbeitende

Herr Adnan Kasimovic ist einigen Mitarbeitenden und Bewohnern sicher schon aus dem Haus Poppe bekannt. Seit Juli 2019 arbeitet er dort im Obergeschoss als Pflegehelfer.

Nun übernimmt er ab April 2023 auch die Massagen für die Mitarbeitenden der Egestorff Stiftung und löst damit die Physiotherapiepraxis Grunert ab.



Als Physiotherapeut hat Herr Kasimovic schon viel Erfahrung gesammelt. Nach der Ausbildung in Serbien, hat er nicht nur dort, sondern auch in Libyen und seiner Heimat Bosnien als Physiotherapeut gearbeitet. Inzwischen besitzt er auch in Deutschland die Anerkennung seiner

Ausbildung und darf zusätzlich seit Oktober selbstständig als Physiotherapeut arbeiten.

Im Gespräch berichtet er was er an dem Beruf so gerne mag und wie gut sich die Pflege von Menschen mit Demenz und die Physiotherapie aus seiner Sicht vereinen lassen: In beiden Bereichen gehe es darum eine Verbindung zum Menschen herzustellen. Alle Sinne anzusprechen sei besonders bei Menschen mit Demenz wichtig. Der Kontakt lasse sich gut über Nähe wiederherstellen und Physiotherapie sei hierfür besonders gut geeignet.

Die Massagen für die Mitarbeitenden sieht Herr Kasimovic als wichtige Ergänzung zu den gesundheitsfördernden Maßnahmen im Betrieb. Jeden Montag zwischen 12 und 15 Uhr werden neun Termine angeboten. Jede Woche ist ein anderes Haus der Egestorff Stiftung an der Reihe.

Anmelden können sich die Mitarbeitenden über die Listen, die in den Häusern verteilt werden.

Für die Zukunft wünscht sich Herr Kasimovic sich mit qualitativer Physiotherapie für Menschen mit Demenz selbstständig zu machen. Weil dafür noch die Praxisräume fehlen, bleibt er der Egestorff Stiftung weiterhin als Pflegehelfer und Physiotherapeut erhalten.

Show-Kochen im Haus Seekamp

Am 27. März gab es eine besondere Abwechslung auf dem Speiseplan im Haus Seekamp: Frau Ayfer Öztörün führte vor, wie man mit der Küchenmaschine Thermomix verschiedene Pizzen zubereiten kann.



Das Show-Kochen wurde dank des gespendeten Thermomix der Familie Kruckenberg an das Haus Seekamp ermöglicht. Jeder der mochte konnte so drei verschiedene Pizzen ausprobieren: Vegetarisch, mit Thunfisch oder mit der türkischen Wurst Sucuk.



Zunächst gab es ein kleines Stück zum Probieren als Vorspeise zum Mittagessen. Die Probierstückchen kamen sehr gut an und Frau Öztörün wurde von allen Seiten sehr für ihre gelungenen Pizzen gelobt.



Am Abend konnte dann noch einmal so richtig geschlemmt werden, denn da wurden alle von Frau Öztörün vorbereiteten Pizzableche in den Ofen geschoben und der Duft von frischer Pizza erfüllte den Raum.



Alle waren sich einig: Frau Öztörün darf gerne noch einmal wiederkommen.

Wanderfalken in Bremen

Liebe Egestorffer Bote Leser,

in Bremen lebt ein sehr seltener Vogel direkt über Ihren Köpfen. Mit 360km/h darf er sich zu Recht als schnellstes Tier der Welt bezeichnen. Es ist der Wanderfalke.



Ein Greifvogel der nur in der Luft jagt und auch vorzugsweise in der Höhe brütet, wie zum Beispiel auf dem Bremer Funkturm in Walle oder auf dem Kraftwerk in Hastedt.

Das Hastedter Falkenpaar kann mit etwas Glück auch am Himmel über Osterholz-Tenever gesichtet werden. Da der Wanderfalke ein mehrere Kilometer großes Revier hat, jagt er natürlich auch über unseren Köpfen in Osterholz-Tenever, wo es bekanntlich Tauben satt gibt.

Auch auf dem Dach des Hochhauses in der Neuwiederstr. 23 in Tenever wurde ein Brutkasten installiert.



Das Foto zeigt den Kasten auf dem Hochhaus, der leider noch nicht vom Wanderfalken besetzt wurde.

Nun ist Brutzeit bei den Falken und wie zu Ostern passend legt das Weibchen im März bis April ihre Eier. So auch dieses Jahr auf dem Funkturm. Das erste Ei wurde in diesem Jahr am 6. März gelegt und alle zwei bis zweieinhalb Tage legt sie ein weiteres.

In diesem Jahr durfte ich Zeuge dieses Ereignisses sein. So anstrengend es für das Falkenweib war, so interessant und spannend ist es für mich gewesen.

Das Gelege eines Wanderfalken kann im günstigsten Fall auch schon mal fünf Eier umfassen. Am Bremer Funkturm sind es aber meist vier, was schon ein guter Schnitt ist.

Leider ist das erste Ei durch unglückliche Umstände beschädigt worden, so dass am nächsten Tag nur noch Reste von Schalen zu finden waren. Dennoch lässt sich das Weibchen nicht vom Eierlegen abhalten, da in

Der Egestorffer Bote

ihrem Körper das Gelege schon „vorproduziert“ ist. Bis zum 16.03.23 legt sie noch vier Eier nach.



Das Bild zeigt den stolzen Wanderfalken mit dem ersten Ei.

Das letzte Ei steht dann wohl auch unter keinem guten Stern und zu meinem Bedauern musste ich feststellen, dass wieder eines zerstört war.



Das Foto zeigt wie der Falke die Eier zum Brüten zurechtlegt.

Nun bebrütet das Wanderfalkenpaar das übrig gebliebene Dreiergelege abwechselnd 30 bis 32 Tage bis die Küken schlüpfen.



Hoffen wir, dass alle drei das Licht der Welt erblicken.

Die Fortsetzung folgt im nächsten Boten...

Sven Eppler

Tipps vom Fachmann

Heute gibt Ihnen unser Hausmeister-team Tipps zum **Laden von Akkus und der Haltbarkeit von Batterien.**



Elektronische Geräte mit wiederaufladbaren Batterien oder Akkus sind aus dem modernen Alltag kaum wegzudenken.

Auch wer kein Handy oder Smartphone besitzt, nutzt Akkus oder wiederaufladbare Batterien doch häufig, zum Beispiel in Hörgeräten, der Fernbedienung oder einer elektrischen Fahrhilfe – sei es nun ein Rollstuhl oder ein E-Bike.

Akkulaufzeit nennt man die Zeit, die ein Gerät läuft, bevor es wieder aufgeladen werden muss.

Die *Lebensdauer des Akkus* ist hingegen die Zeit, in der die Batterie verwendet werden kann, bevor man sie ersetzen muss.

1. Extreme Temperaturen vermeiden

Wenn ein Gerät zu hohen oder zu niedrigen Temperaturen ausgesetzt ist, leidet nicht nur die *Akkulaufzeit* darunter. Extremtemperaturen sind auch für die Zeit des Ladevorgangs zu vermeiden, weil sonst die *Lebensdauer des Akkus* leidet.

Als Richtwert gilt: Laden Sie den Akku nicht außerhalb eines Temperaturbereichs von 10 bis 35 °C.

2. Auf die Ladestände achten

Besonders die modernen Akkus können Schaden nehmen, wenn sie zu voll oder zu leer geladen sind, das verringert die *Lebensdauer*.

Falls Sie eine Ladestands-Anzeige für Ihr Gerät haben, empfiehlt es sich beim Aufladen zwischen 20% und 80% zu bleiben.

3. Energiesparmodus auswählen

Manche Geräte haben einen sogenannten Energiesparmodus. Dieser schont die *Akkulaufzeit*, Beachten Sie, dass das Gerät so nicht mehr die volle Leistung bringen kann.

Wenn es sich um ein Smartphone handelt, schließen Sie alle Anwendungen, die nicht mehr benötigt werden. Das erhöht die *Akkulaufzeit*.

Anzeige – Café Schwanensee



Liebe Leserinnen und Leser,

erfreulicher Weise sind die meisten Coronaeinschränkungen weggefallen und das „normale“ Leben kann wieder zurückkehren.

Seit Beginn des neuen Jahres gibt es bei uns jeden Dienstag ab 17 Uhr ein leckeres Abendessen. Mal etwas Warmes und auch mal ein schönes Brot mit Fisch, Käse und anderen Leckereien.

Wie schon gewohnt, bitten wir hierfür um verbindliche Anmeldung spätestens drei Tage im Voraus unter der Telefonnummer 0162 737 55 68 oder direkt im Café. Hier ist die Teilnehmeranzahl auf 20 Personen begrenzt.

Die monatlichen Angebote hängen im Café aus.

Ab Ostern wird bei uns auch wieder der Grill in Betrieb genommen; los geht es (wenn es das Wetter zulässt) am Karfreitag, 7.4.23 mit Bratwurst, Nackensteaks und Salaten. Auch hier bitten wir um rechtzeitige Anmeldung!

Die Eistruhe ist auch aus ihrem Winterschlaf zurück; dafür legt das Waffeleisen eine Sommerpause ein.

Wir freuen uns auf einen weiteren Sommer mit Ihnen!

Herzliche Grüße

Familie Bädeker

Veranstaltungen im Frühjahr

Herr Brahmkamp und seine Gitarre sind zurück!



Vor der pandemiebedingten Pause erfreuten sich die Schlagernachmittage mit Herrn Brahmkamp großer Beliebtheit – nun können wir mit neuem Programm wieder frisch starten. Der keltische Nachmittag mit Liedern und Geschichten aus Irland und Schottland wird das gewohnte Programm zukünftig ergänzen.

Do **13. April** um 10:00 Uhr
Schlagerstunde im Festsaal

Di **25. April** um 15:30 Uhr
Keltischer Nachmittag im Festsaal

Do **11. Mai** um 15:30 Uhr
Schlagerstunde im **Lila Salon**

Di **23. Mai** um 15:30 Uhr
Keltischer Nachmittag bei gutem Wetter im Rosenhof, sonst im Festsaal

Do **08. Juni** um 10:00 Uhr
Schlagerstunde im Festsaal

Di **20. Juni** um 15:30 Uhr
Keltischer Nachmittag bei gutem Wetter im Rosenhof, sonst im Festsaal

Auch das **Butterkuchenessen** wird in den Sommermonaten bei gutem Wetter wieder am letzten Freitag des Monats stattfinden. Hier kann man Herrn Brahmkamp ebenfalls einmal mit seiner Gitarre zur musikalischen Begleitung antreffen.

Außerdem gibt das **Bremer Kammerorchester** ein **Frühlingskonzert**: Am Sonntag, den **30. April** um 15:30 Uhr in unserem Festsaal.

Das **Sommerfest** im Rosenhof ist dieses Jahr für den **24. Juni** von 12:00 bis 17:00 Uhr geplant. Begleitet wird das Fest für alle Bewohner und Mieter von DJ Werner Thier und den Brokser Gassenhauern.

Termine der Gottesdienste und der Andachten

Seit dem Advent 2022 feiern wir die Gottesdienste in unserer Kirche immer im Wechsel: alle zwei Wochen **sonntags um 10:00 Uhr** und alle zwei Wochen **dienstags um 16:00 Uhr**.

Der Grund: es gibt immer weniger Pastoren, die vertreten können, und ich selbst habe mit meiner halben Stelle in Egestorff zusätzlich auch in anderen Gemeinden am Sonntag regelmäßige Gottesdienste. Mit der aktuellen Reihenfolge können wir aber in Egestorff nach wie vor vier Gottesdienste im Monat feiern, die meisten halte ich selbst:

immer Sonntag - Dienstag - Sonntag - Dienstag usw.



Gottesdienste in der Kirche ab April 2023

Dienstag, 04. April

um 16 Uhr mit F. Blüthner

Karfreitag 07. April

um 10 Uhr mit F. Blüthner

Ostersonntag 09. April

um 10 Uhr mit F. Blüthner

Sonntag, 16. April

um 10 Uhr mit U. Oetken

Dienstag, 25. April

um 16 Uhr mit F. Blüthner

Sonntag, 30. April

um 10 Uhr mit B. Wille

Dienstag, 09. Mai

um 16 Uhr mit F. Blüthner

Sonntag, 14. Mai

um 10 Uhr mit V. Leder

Dienstag, 23. Mai

um 16 Uhr mit F. Blüthner

Pfingstsonntag 28. Mai

um 10 Uhr mit F. Blüthner

Dienstag, 06. Juni

um 16 Uhr mit F. Blüthner

Sonntag, 11. Juni

um 10 Uhr mit F. Blüthner

Dienstag, 20. Juni

um 16 Uhr mit F. Blüthner

Sonntag, 25. Juni

um 10 Uhr mit V. Leder, usw.

Friedhelm Blüthner

*Wir wünschen Ihnen
frohe Ostern und eine sonnige
Frühlingszeit!*



Impressum

Herausgeberin: Melanie Löwemann

Redaktion und Gestaltung:

Der Redaktionsausschuss

Anschrift: Egestorff - Im Alter zuhause gGmbH,
Stiftungsweg 2, 28325 Bremen

Telefon: 0421 4272-0

Druck: Werkstatt Bremen

Mitwirkende:

Alle an diesem Egestorffer Boten Mitwirkende sind namentlich unter dem jeweiligen Artikel erwähnt. Wir bedanken uns ganz herzlich dafür.

**Auflösung des
Kreuzworträtsels:**

Pfingsten