FSE Gruppe

Faires Soziales Engagement

magazin

04/2021

Sommerfeste
Höhepunkte des Jahres

Herbstimpressionen
Beste Zeit zum Pilzesammeln

Weihnachtsbräuche
Vorbereitungen auf das Fest

Impressum

Herausgeber
FSE
Förderung Sozialer
Einrichtungen gGmbH
FSE
Pflegeeinrichtungen gGmbH

Satz / Druck
vorDruck,
Inh. Dr. U. Hofmann
Tel. 030 97 00 81 74
Das Druckteam Berlin
Tel. 030 67 80 68 9-0

Bilder
FSE gGmbH,
FSE PE gGmbH,
vorDruck
Titel: ©SG-design –
www.stock.adobe.com;
US IV: ©dkfolio –
www.stock.adobe.com;
Alle anderen Bilder sind
direkt ausgezeichnet.

V.i.S.d.P.
FSE gGmbH und
FSE PE gGmbH

Vorwort 3

Aus den Häusern
Sommerfeste in den Einrichtungen –
mit den Künstlern vom Estrel in der Pflegeeinrichtung Käthe Kollwitz 4
mit neuer Terrasse in der Pflegeeinrichtung Treptow-Johannisthal 5
mit Herbstwetter in den Pflegeeinrichtungen Marzahn und Käthe Kern ... 6
Digitalisierung –
Einführung der digitalen Bewohnerakte in den Häusern der Pflege 7

Kolumne
Miss (Geschicke) 8

Kunst & Kultur
Buchtipps –
„Der Apfelbaum“ und „Sexualität und Demenz“ 9

Reisen & Ausflüge
Lissabon –
Eindrücke aus der Hauptstadt am Atlantik 10–11

Rätsel • Humor 12–13

Mal was Anderes
Herbst – Die Jahreszeit der Pilze 14–15
Zum Nachkochen – Frische Steinpilze mit Pasta 15
Bald nun ist Weihnachtszeit –
Wie das Fest der Feste in anderen Ländern begangen wird 16-17

Wissenswertes / Aktuelles
Nachtrag: Pilz ist nicht gleich Pilz 18
Jubiläen der Mitarbeiter im IV. Quartal 18

Übersicht über unsere Pflegeeinrichtungen
Adressen und Ansprechpartner 19

Liebe Leserinnen und Leser,

ist es Ihnen aufgefallen? Unser Magazin hat ein neues Gesicht! Und nicht nur das!

Es gibt auch wieder viele spannende Artikel! Wir nehmen Sie zum Beispiel mit nach Lissabon, kochen eine leckere Pasta mit Steinpilzen und schauen uns mal an, wie Weihnachten rund um den Globus gefeiert wird. Falls der eine oder andere noch einen Buchtipp für regnerische Tage braucht – auch damit können wir dienen. Für den kurzen Lesespaß finden Sie neben den Rätseln und Witzen auch wieder eine erfrischende Kolumne zum Thema Missgeschicke und Schadenfreude.

Am Jahresende schaut man ja auch gern zurück und lässt alles einmal Revue passieren. Nun, nach einem Jahr mit vielen Einschränkungen und Entbehrungen, wollen wir den Blick noch einmal auf unsere Sommerfeste lenken, die immer wieder Höhepunkte des Jahres sind und endlich wieder stattfinden durften.

Falls Sie Ideen, Wünsche oder Anmerkungen haben, die unser Magazin noch interessanter machen, teilen Sie uns diese gern mit unter m.schroeter@fse-gruppe.com.

Bis dahin wünsche ich Ihnen viel Spaß beim Lesen, und bleiben Sie gesund!

Charlyn Branig
Belegungsmanagement

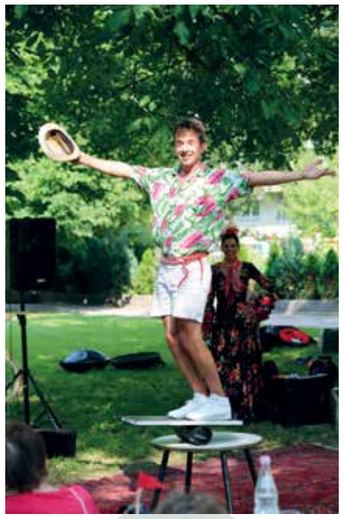
Rückblicke auf die Sommerfeste 2021 in unseren vier Pflegeeinrichtungen

ABBA in der Pflegeeinrichtung Käthe Kollwitz

Was war das für ein schöner Tag, an dem wir alle gemeinsam das Sommerfest 2021 in der **Pflegeeinrichtung Käthe Kollwitz** erleben durften!
Aufgrund der wagen Wetterlage entschieden wir uns, unter Beachtung der hygienischen Vorschriften, das Fest in unserem großen Speisesaal zu zelebrieren. Alles war schön gedeckt und gut organisiert.
Es war eine große Freude zu sehen, wie viele Angehörige zu Besuch gekommen waren. Unsere Bewohner haben sich sehr gefreut.
Und wir haben uns Gedanken gemacht, was wir ihnen an diesem Tag schönes bieten können.
Wir lagen richtig damit, sie mit tollen Lifeacts zu unterhalten: Den Anfang machte Maria mit Gesang und Gitarre und zum krönenden Abschluss des Abends, die „Stars in Concert“ aus dem Estrell mit ihrer ABBA-Performance. Die Menschen klatschten, tanzten, sangen und lächelten.
Unser Küchenteam zauberte ein tolles Buffet und alle waren an diesem Abend begeistert!
Das Fazit an diesem Abend: Es zählt der Moment der Freude, wenn man die Zeit mit seinen Liebsten genießen kann.
Wir haben unser Ziel an diesem Abend definitiv erreicht. Alle hatten einen schönen Abend und waren sehr glücklich. Ein großes Dankeschön geht an alle Mitarbeiter, die an der Organisation und Durchführung beteiligt waren.

C. Hotescheck
Einrichtungsleitung

Feiern auf der neuen Terrasse



Bei bestem Wetter konnten wir an einem wunderschönen Julitag unser Sommerfest im Garten der **Pflegeeinrichtung Treptow-Johannisthal** feiern.
Bei der Gelegenheit wurde auch gleich die neue Terrasse mit den neuen Pavillons eingeweiht, welche die Kollegen von der FSE Facility Management GmbH in den vergangenen Wochen aufgebaut haben. Mit saftigen Steaks und selbstgemachter Bowle war für das leibliche Wohl gesorgt. Eine Eismaschine versorgte alle Gäste mit köstlichem Eis und sorgte für die nötige Abkühlung.
Die „Künstlerhilfe jetzt“ kam mit verschiedenen Künstlern zu Besuch und verzauberte das Publikum mit atemberaubenden Shows. Neben einem Akrobaten und einem Ringkünstler traten auch eine Opernsängerin und eine Flamencotänzerin auf.
Auch ihnen war die Freude anzusehen, nach langer Zeit wieder auftreten zu dürfen.
Ein großes Dankeschön geht an alle Künstler und natürlich die Organisatoren im Haus, die dieses wunderschöne Fest mit ihrem Einsatz möglich gemacht haben.

C. Büchner
Marketing

Sommerfeste mit Herbstwetter

Das Wetter! Nennen wir das Sommerfest lieber Herbstfest? Die Wettervorhersagen sagten eher ein Herbstfest, aber wir entschieden uns dann doch für ein Sommerfest, welches wir aber am 1. September vorsichtshalber ins Atrium der **Pflegeeinrichtung Marzahn** verlegt haben.
Das Betreuungsteam organisierte ein rundum abgestimmtes Rahmenprogramm. Zuständig für die Musik war der Alleinunterhalter „Vahls Musikexpress“ und für die besonders gute Stimmung der Clown WIDU. Den künstlerischen Part übernahm Herr Alexej Feser, der in Windeseile aus einem Scherenschnitt die Portraits der Bewohner hervorzauberte, was uns alle zum Staunen brachte.

Gott, was haben wir auf diesen Moment warten müssen. Mal wieder richtig schön in großer Runde Feiern können. Wir haben das vermisst. Den Alltag wenigstens für eine paar Stunden vergessen. Als ich durch das Atrium ging, blickte ich fast überall in strahlende Gesichter.
Die Küche wartete am Nachmittag mit einer fetten Erdbeertorte und Schlagsahne auf, dazu gab es frisch zubereitete Waffeln. Zum Abendbrot hatte man die Qual der Wahl: Kartoffelsalat, Nudelsalat oder doch lieber Schichtsalat. Der Melone-Schafskäse-Salat sieht aber auch recht verlockend aus…
Auf dem Grill lagen Putenfilets, Schweinekamm und Rostbratwürstchen.
Da konnte man nur einen guten Appetit wünschen!

Und in der **Pflegeeinrichtung Käthe Kern** die gleiche Ausgangssituation. – Das erste große Fest nach dem Lockdown und dann diese Wetterprognose. REGEN! Im letzten Jahr haben wir fünf kleinere Sommerfeste pro Etage durchführen müssen, weil die damals geltenden Hygieneregeln keine größere oder andere Hüfte schwang zum Takt der Musik mit. Es wurden die bekannten Lieder mitgesungen, unsere Bewohner waren textsicher wie immer.
Das Betreuungsteam hatte dann noch ein kleines Rahmenprogramm einstudiert: u.a. eine Tombola, die Geschichte „Der Hase im Rausch“, die Lieder „Vier Tauben auf dem Dach“, „Griechischer Wein“ sowie ein Alt-Berliner Gassenhauer mit Bolle.
Der Grill war wie immer mit unserem Hausmeister besetzt, der darauf die Fleisch- und Gemüsespieße zubereitete. Unsere Bewohner hatten die Spieße am Vormittag vorbereitet. Eine ziemlich gewaltige Menge, wie sich später herausstellte und natürlich viel zu viel.

Als Fazit kann man sagen, dass wir das Feiern nicht verlernt haben und uns auf alle weiteren Feste, die noch kommen mögen, freuen.

K. Dittner, Einrichtungsleiter
Pflegeeinrichtung Marzahn und Käthe Kern

Digitalisierung –

Einführung der digitalen Bewohnerakte in den Häusern der FSE Pflege

Die fortschreitende Digitalisierung betrifft alle Bereiche unseres Alltages. Die Überweisung tätige ich in der Bahn vom Smartphone aus, die Kaufentscheidung für den neuen Mantel wird nicht mehr in der Umkleidekabine, sondern vom Sofa aus gefällt, und bald kann ich auch meine Behördengänge digital erledigen.
Unsere schöne neue Welt ist bequem, kann uns viel von unserem Alltagsstress nehmen und erspart zahlreiche Autofahrten, stundenlanges Warten an der Kasse und Diskussionen mit Sachbearbeitern, welche in einigen Fällen sicher auch glücklich sind mit der neu gewonnenen Distanz zu ihren Kunden.

Spätestens mit der Coronakrise wurde in Deutschland eine breite Diskussion zum Stand der Digitalisierung im Gesundheitswesen angestoßen. Schockiert musste die breite Masse feststellen, dass die Kontaktnachverfolgung und die Erfassung von Covid-Fällen in den Gesundheitsämtern nur schleppend verliefen. Einer der Gründe war das Arbeitspferd der Bürokommunikation – das Faxgerät. Die übermittelten Datenmengen halten sich damit in Grenzen, eine händische Datenübertragung vom Papier in eine Datenbank ist mühselig und zeitaufwendig. Das Faxgerät, ein Flaschenhals und in der späteren Diskussion ein Symbol für veraltete Technik, die im Notfall wertvolle Zeit kostet.

Dabei erleben wir schon seit einiger Zeit bedeutende Veränderungen, auch im Gesundheitswesen. Die digitale Gesundheitskarte ermöglicht seit 2013 den vereinfachten Austausch von Patientendaten zwischen verschiedenen Fachärzten, in vielen Praxen kann man seit Kurzem seinen Termin online buchen, erste Modellprojekte zur digitalen Sprechstunde laufen bereits.

Auch vor uns macht die Digitalisierung nicht Halt und das ist auch gut so. Denn die Digitalisierung der bürokratischen Anteile in der Pflege spart wertvolle Zeit, Laufwege und sorgt für mehr Sicherheit. Gegen Ende des Jahres werden wir in unseren Häusern mit der Einführung der digitalen Bewohnerakte beginnen. Damit wird der Papieranteil in den Stationszimmern drastisch gesenkt. Die reguläre Dokumentation wird zukünftig vom PC aus geführt. Den Anfang machen unsere Pflegeeinrichtungen Marzahn und Käthe Kollwitz. Die Pflegeeinrichtungen Käthe Kern und Treptow-Johannisthal werden kurz darauf folgen. Bereits im Sommer fanden die ersten Schulungen statt. Für ein erfolgreiches Digitalisierungsprojekt ist es entscheidend, alle Kollegen mitzunehmen. Damit die Mitarbeiter sicher mit dem neuen Programm umgehen können, werden die Schulungen kontinuierlich weiter-

Foto: ©Dilok – www.stock.adobe.com

geführt. Mit der digitalen Bewohnerakte hat die Zeit der Bürokratie und der tausend Listen ein Ende, genauso wie das Suchen darin. Interne und externe Prüfungen werden künftig deutlich schneller und strukturierter durchführbar sein. Situationen, welche schnelles Handeln erfordern, werden leichter zu meistern sein. Im Falle einer Verlegung eines Bewohners ins Krankenhaus kann mit dem Programm beispielsweise ein Überleitungsbogen gedruckt werden – und zwar mit nur einem Knopfdruck. So bleibt mehr Zeit, welche nun nicht mehr mit lästiger Bürokratie, sondern mit den Bewohnern verbracht werden kann.

Auch die bereits hohe Pflegequalität in den FSE Pflegeeinrichtungen wird sich durch die Einführung der digitalen Bewohnerakte weiter verbessern. Zudem wird dem Datenschutz Genüge getan. Im Sinne der Datensparsamkeit werden nur Sachverhalte dokumentiert, welche für die pflegerische Versorgung nötig sind. Diese werden durch das Programm vorgegeben. Es lässt dabei weniger Spielraum als der klassische Dokumentationsbogen. Die Arbeit der Dokumentationsassistenten in den Häusern wird so einfacher. Überflüssig werden sie jedoch nicht, sie gewährleisten auch weiterhin eine hohe Qualität der nun digitalisierten Dokumentation und das ist am Ende das, worauf wir alle hinarbeiten. Eine hohe Pflegequalität in unseren Häusern, die sich auch belegen lässt.

Ronny Thom, Datenschutzbeauftragter
Christian Büchner, Marketing

Miss ... von Narrator

Wenn ich hier das Wort Miss schreibe, fällt dem einen oder anderen vielleicht sofort das englische „Fräulein“ ein. Nein, das meine ich aber nicht. Meine „Miss“ paart sich mit Geschick und gehört damit in die Abteilung „Pleiten, Pech und Pannen“ und natürlich auch in die der „Schadenfreude“.

Es gibt das kleine Missgeschick: Ein Glas Wasser umstoßen oder der Senflöffel, welcher auf der weißen Tischdecke landet. Wenn das in den eigenen vier Wänden passiert, ist das ärgerlich aber einfach zu reparieren.
Oder, was von den Zuschauern auch immer gerne angenommen wird, man greift im Lokal zum Salzstreuer und der Deckel war nicht richtig festgeschraubt und liegt dann in der Sauce.
Nun hebt ein freundliches Lachen an, und mit passenden Kommentaren von den mit am Tisch Sitzenden wird nicht gespart. Ja, auch am Nachbartisch hat es vielleicht jemand bemerkt und sieht nun zu, wie man den Deckel aus der Sauce klaubt. Hier paart sich dann Missgeschick mit Schadenfreude. Schön, wenn das Publikum auf Szenenapplaus verzichtet.

Das alles lässt sich natürlich auch noch steigern: Großes Missgeschick, gepaart mit peinlichem Geschehen hoch 3, traf mich im Urlaub auf Lanzarote. Wir saßen zu viert im Restaurant beim Essen und ich wollte mir Ketchup auf die Pommes Frites schütten. Gewohnheitsmäßig begann ich, die Flasche zu schütteln. Nach drei oder vier kräftigen Bewegungen löste sich der Deckel und mehrere Spritzer roter Sauce landeten nicht nur an der in Spanien üblichen weißen Wand, sondern ergossen sich auch ungeniert über Tante Gerdas hellen Rock und machten auch vor ihrer weißen Bluse nicht halt. Die Tante war direkt sprachlos. Entsetzt ergriff ich die vier Papierservietten vom Tisch und wollte versuchen, den Rock zu reinigen. Das gab ihr die Sprache wieder und sie begann mir eine Rede zu halten, deren Text ich schon vor langer Zeit aus meinem Gedächtnis verdrängt habe und verschwand in der Damentoilette. Ich begann mit der Grobreinigung von Tisch und Wand.
Seit diesem Erlebnis, und es ist schon eine Weile her, halte ich meinen Daumen immer auf den Flaschenverschluss.

Dann fällt mir noch die Panne ein. Der Duden sagt: ein Fehler, durch gedankenloses oder unvorsichtiges Handeln verursachtes Missgeschick.
Auf dem Weg zur Bushaltestelle kommt mir ein Mann entgegen und ich sehe, dass seine Hose nicht korrekt zugeknöpft ist. Ich schaue weg, doch mein Blick geht wieder zu ihm hin. Irgendwie doch peinlich, denke ich und gucke bei mir „gedanklich“ nach unten, ob alles in Ordnung ist.
An der Haltestelle angekommen, überlege ich, was ich machen soll. Vergesse ich die Knöpfe und lasse ihn mit offener Hose laufen oder gebe ich meinem Geschlechtsgenossen einen Tipp. Er schaut zu mir und ich tippe einfach vorne auf meine Hose. Er stutzt, dann lächelt er und bereinigt das Missgeschick. Er raunt mir ein „Danke“ zu und steigt vor mir ein. Als alter Pfadfinder kenne ich das: „Jeden Tag eine gute Tat vollbringen“ und ich weiß, mein Hinweis war nicht peinlich, sondern richtig.

Auf die Fenster vom Linienbus schlagen dicke fette Regentropfen und erzeugen wunderschöne Muster. Es sieht toll aus, ändert aber nichts an der Tatsache, dass ich an der nächsten Station aussteigen muss. Ich lächele, ich werde den Wettergott ärgern – ich habe nämlich meinen Schirm dabei! Schon am Ausgang habe ich meinen kleinen Schirm, den „Knirps“, in der Hand und verlasse den Bus.
Ich sehe, da ist ja noch der Überzieher, der verhindert, dass er dreckig oder gar nass wird. Meine Schritte werden schneller, während ich an der Hülle zottle. Beim Versuch, sie in die Tasche zu stecken, fällt sie in eine Pfütze – und wird nass. Die Rettung ist nun nahe. Ich habe einen wunderbar zusammengefalteten Schirm in der Hand, den ich versuche zu öffnen. Auf den Weg kann ich jetzt nicht mehr achten, trete in eine Pfütze und die Spritzer, getreu ihrem Namen, spritzen gegen mein anderes Hosenbein. Ich ziehe am Griff, eine Stange kommt heraus, wird immer länger – der Schirm aber bleibt zusammengeklappt. Meine linke Socke wird jetzt feucht, weil mein Schuh das Wasser nicht mehr halten kann. „Regen durchdringt meine Jacke“, hat Reinhard Mey gesungen – ich jetzt auch. Meine Schritte werden noch schneller, während ich versuche, dieses Wunderwerk der Technik in Gang zu setzen. Ich frage mich: Muss ich noch woanders drücken, oder irgendwo ziehen? Vor mich hin schimpfend, komme ich vor meiner Haustür an. Gott sei Dank ist wenigsten der Schirm noch trocken. Und während ich den Badewannenrand mit meiner tropfenden Kleidung dekoriere, überlege ich, welche Überschrift ich für diesen Abschnitt nehme, ach ja: „Missmut“ passt ganz gut. Der Duden meint: als Synonym kann man auch Ärger oder Wut nehmen.

Ich gehe in den Korridor und greife nach dem trockenen Schirm. Ich fasse in den zusammengefalteten Stoff und schiebe ihn nach oben und er klappt auf. Wow, jetzt kann ich es!

Buchtipps –
vorgestellt von Jessica Hein, Pflegeeinrichtung Treptow-Johannisthal

Der Apfelbaum

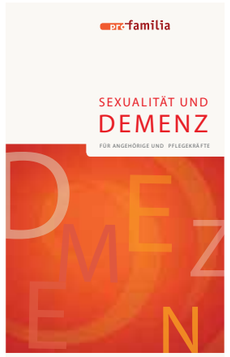
Verlag: Ullstein Buchverlage GmbH
Autor: Christian Berkel
Preis: zwischen 10 und 12 €

Eine ungewöhnliche Liebesgeschichte, in der Hörbuchversion gelesen vom Autor selbst. Sein autobiographischer Familienroman spielt vor dem Hintergrund eines ganzen Jahrhunderts deutscher Geschichte. In den 30er Jahren verlieben sich Berkels Eltern in Berlin. Berkels Mutter muss jedoch aufgrund ihrer jüdischen Herkunft Deutschland 1938 verlassen, sein Vater zieht als Sanitätsarzt mit der Wehrmacht in den Krieg.
Das Ende einer neuen, jungen Liebe?
Lassen Sie sich von Christian Berkels wohlklingender Stimme über drei Generationen von Ascona, Berlin, Paris, Gurs und Moskau bis nach Buenos Aires führen und erleben Sie diese wundervolle Geschichte zweier Liebender, die unterschiedlicher nicht sein könnten und doch ihr Leben lang nicht voneinander lassen.
Genießen Sie entweder etwas über 12 Stunden Hörbuchvergnügen oder lesen Sie 416 Seiten in der Printversion.

Titelbild: https://www.thalia.de/shop/home/artikeldetails

Sexualität und Demenz

Verlag: pro Familia
Autor: pro Familia in Kooperation mit der dt. Alzheimer Gesellschaft
Preis: kostenlose PDF



Hand hoch! Wer kennt sie nicht, die zwei Wörter, die man z.B. als Kind seiner Eltern „nie“ in einem Satz hören möchte? Richtig, Eltern und Sex(ualität). Für viele Menschen scheint aber auch das Thema Alter und Sexualität im Generellen ein Tabu zu sein, sei es aus Unwissenheit, Scham oder erziehungsbedingt. Sexualität endet jedoch nicht ab einem bestimmten Alter oder an der Pforte der stationären Einrichtung. Und sowohl Angehörige als auch Pflegekräfte sollten damit umgehen können.
Diese 32 Seiten lange oder 248 KB große Publikation bezieht sich speziell auf das Thema Sexualität und Demenz. In ihr wird kurz, knapp, aber verständlich beschrieben, was bei einer Demenz im Gehirn passiert, wie Demenz das sexuelle Verhalten oder eine Partnerschaft beeinflussen kann, zudem gibt es nützliche Tips zum Umgang für Angehörige und Pflegekräfte, Adressen von Beratungsstellen u.v.m.

Link: https://www.profamilia.de/publikationen?tx_pgextendshop_pi1%5Baction%5D=show&tx_pgextendshop_pi1%5Bcontroller%5D=Item&tx_pgextendshop_pi1%5Bproduct%5D=144&cHash=982d8dbfebc47b3711668e8431181197

Lissabon – die Hauptstadt am Atlantik hält wundervolle Plätze und Eindrücke bereit

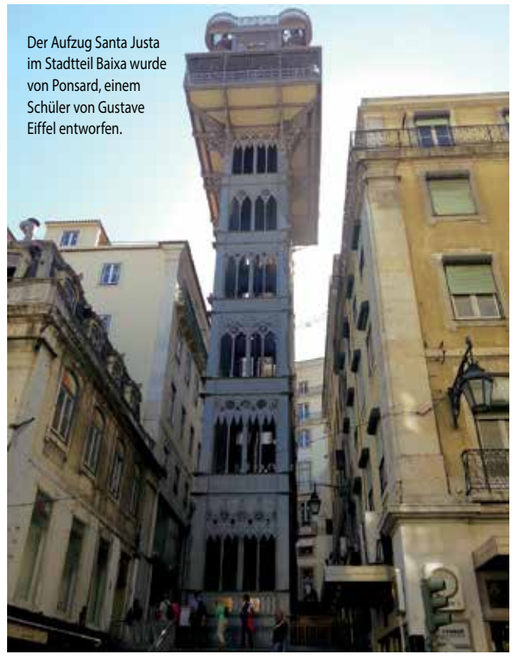
„Sitzen Sie im Flugzeug auf der linken Seite, wenn Sie nach Lissabon fliegen.“ Diesen Tipp haben wir immer beherzigt, denn mit Blick aus dem Fenster kann man direkt in die charismatische und lebhafte Stadt eintauchen.
Der Tejo unter uns und zur linken Seite Belém, wo man eines der wichtigsten Wahrzeichen der Stadt, den Torre de Belém, bereits aus der Luft sehen kann. Nicht sehen kann man die Bäckerei Fábrica Pastéis de Belém, in der vor über 150 Jahren die erste Pastel de Nata kreiert wurde. Aus dem Flugzeug sieht man nun die Brücke Ponte de 25 Abril, an dessen rechter Seite Cristo Rei seine Arme schützend über die Stadt ausbreitet. Portugal blieb von den Auswirkungen des Krieges verschont und so wurde die Statue als Dank an Gott errichtet. Nach rund zehn Jahren Bauzeit wurde die Statue am 17. Mai 1959 eingeweiht. Von dem 82 Meter hohen Sockel ist der Ausblick über den Tejo, Lissabon, Almada und noch weiter bis hin zum Atlantik einfach einzigartig. Kleine Fähren verbinden Lissabon mit seinen Vororten und man hört in der Ferne das Rauschen der Fahrzeuge auf dem Ponte de 25 de Abril.

Pastel de Belém – die Blätterteigpastetchen mit Cremefüllung sind eine süße Verführung; zu Christo Rei gehört eine 80m hohe Aussichtsplattform mit atemberaubenden Blick über die Stadt

Hier oben ist jedoch von der Geschäftigkeit der Stadt nichts zu spüren. Noch ein kleines Stück den Tejo entlang und schon senkt sich das Flugzeug über der 17 Kilometer langen Brücke Vasco da Gama. Sie war bei ihrer Eröffnung zur Weltausstellung 1989 die längste Brücke Europas.

Es gibt zahlreiche Möglichkeiten, die Stadt und die Vororte zu erkunden. In nur 40 Minuten erreicht man beispielsweise Cascais mit seinen tollen Sandstränden, dem Yachthafen und einer ehemaligen königlichen Sommerresidenz. Am anderen Ufer, gegenüber von Lissabon und nahe der Mündung des Tejo liegt die Costa da Caparica, ein wunderbares Ausflugsziel. Hier verbringen viele Städter ihre Mittagspause oder auch das ganze Wochenende. Die City von Lissabon lässt sich gut zu Fuß erkunden. Unzählige Plätze, Hinterhöfe und Geschäfte laden zum Besuch und zum Verweilen ein. Gute Gespräche finden sich in den kleinen Cafés und Restaurants.

Wer über Fußball sprechen möchte, besucht am besten ein Café in der unmittelbaren Nähe des Estadio da Luz und verbindet das mit einer Stadiontour, um auch die Weißkopfseeadlerdame Vitória kennenzulernen, die vor jedem Heimspiel ihre Runden dreht.
Der Elevador de Santa Justa verbindet die Unter- und die Oberstadt. Es finden sich weitere Fahrstühle an anderen Orten der Stadt und alle sind eine Fahrt wert, an deren Ende man immer in eine andere Welt eintauchen kann.



Der Aufzug Santa Justa im Stadtteil Baixa wurde von Ponsard, einem Schüler von Gustave Eiffel entworfen.

Eine ziemlich ruckelige Fahrt mit einem Tuk Tuk zum Castelo de Sao Jorge belohnt am Ziel mit viel Geschichte und einem einzigartigen Blick über die Stadt und über den Tejo. Die gelbe Straßenbahn 28 ist eines der bekanntesten Verkehrsmittel Lissabons und fährt auf ihrer Route durch die beliebten Touristenzentren Graca, Alfama, Baixa und Estrela. Zu weit sollte man seinen Kopf oder die Hände während der Fahrt nicht aus der Bahn halten, da die Tram sehr nah an den Häusern entlangfährt. Manchmal geht es auf den steilen, engen Gassen und in den scharfen Kurven einfach nicht weiter, weil dort ein Auto parkt.

Lissabon ist die Stadt der sieben Hügel, entsprechend steil geht es in der engen Altstadt zu. Für die Straßenbahnen kein Problem.

Mit der Metro hingehen taucht man in den Tunnel ein, ohne dass Hindernisse die Fahrt behindern. Nicht nur der Bahnhof Gare do Oriente ist ein architektonisches Meisterwerk. Das ehemalige Expo-Gelände ist sehenswert und wer möchte, kann das Gelände aus der Luft entdecken, denn über dem Tejo fährt eine Seilbahn.

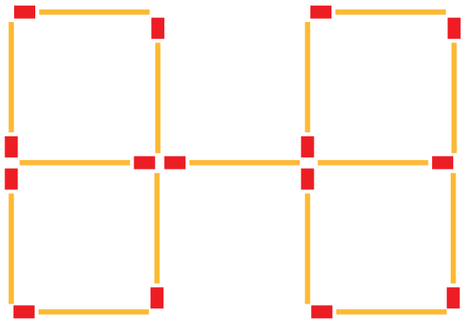
Lissabon hält viele wunderbare TOP-Sehenswürdigkeiten für jeden Geschmack parat, die man hoffentlich gesehen hat, bevor das Flugzeug wieder in Richtung Heimat startet.

Viola Blänsdorf, Sozialarbeiterin
Pflegeeinrichtung Treptow-Johannisthal

Textaufgaben

- Hanni gibt Nanni ein Rätsel auf: „Ich habe genauso viele Wellensittiche wie Kaninchen. Alle Wellensittiche sind 5 Jahre und alle Kaninchen 4 Jahre alt. Zusammen sind alle Tiere 27 Jahre alt. Wie viele Kaninchen und Wellensittiche haben ich?“
- Ein Auto darf insgesamt mit 560 kg beladen werden. Wie viel darf das Gepäck wiegen, wenn zwei Erwachsene mit je 78 kg, 2 Kinder mit 23 kg bzw. 35 kg sowie ein Hund mit 16 kg in den Urlaub fahren?
- Emma kauft folgende Produkte ein: 2 Stück Butter zu je 0,89 €, 3 Tüten Milch zu je 0,49 €, 5 Becher Joghurt zu je 0,35 €. Wie viel bekommt sie zurück, wenn sie mit einem 5-€-Schein bezahlt?

Streichholz-Quadrate



Die 10 Streichhölzer links bilden vier Quadrate.

Legen Sie 2 Streichhölzer so um, dass aus den vier Quadraten fünf werden.

Sudoku

In jede Zeile, jede Spalte und in jedes Feld mit jeweils 3 x 3 Kästchen muss jede Ziffer von 1 bis 9 genau einmal eingetragen werden.

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

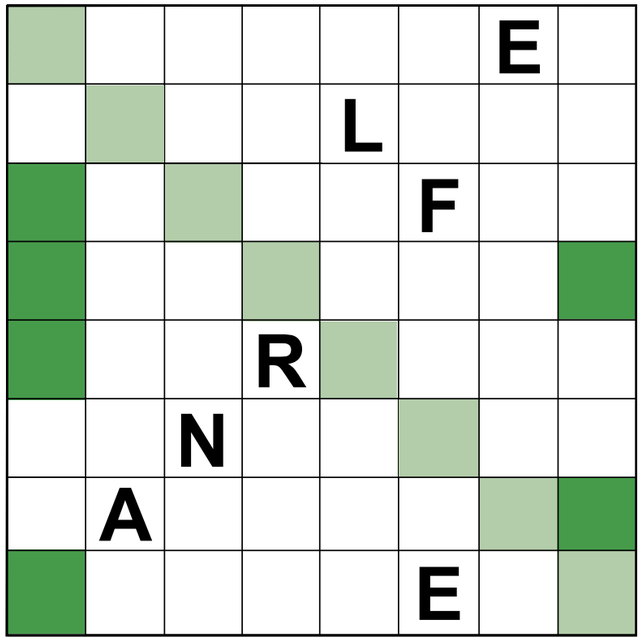
Quellen:
Textaufgaben: https://klassenarbeiten.de;
Quadraträtsel: https://zauber-kiste.de;
Bilderrätsel: ©Lunnaya – https://stock.adobe.com

Bilderrätsel

Im rechten Bild gibt es 10 Unterschiede. Finden Sie diese heraus?

Kammrätsel

Unser Suchbegriff darf in der vorweihnachtlichen Backstube als begehrte Zutat nicht fehlen.



Herrenhut

nordeuropäischer Staat

Fußbekleidung

Paarhufer heimischer Wälder

Früchte einer Edelkastanie

Orchesterwerk

Weihnachtsbaumschmuck

pralinenähnliche feine Backware

Humor

Gabi fragt ihren großen Bruder: „Sag mal, du hast heute drei Äpfel gegessen und bist vorher jedes Mal Duschen gegangen. Wieso machst du das?" „Weil Mutti gesagt hat, dass wir Obst niemals ungewaschen essen dürfen."

Lisa zu ihrer Mutter: „Mammi, kannst du mir bitte einen Euro für einen alten Mann geben?" „Ich freue mich, dass du helfen willst. Wo steht er denn?" „Vor dem Spielplatz und verkauft Erdbeereis."

Fragt eine Rosine die andere: „Warum hast du einen Helm auf?" Antwortet diese: „Ich muss heute noch in den Stollen."

Herbst – Die Jahreszeit der Pilze

Fotos: oben ©DoraZett – www.stock.adobe.com; rechts ©euthymia – www.fotolia.com

Mit Beginn der bunten Jahreszeit zieht es viele von uns in die Natur. Der Wald lädt nun zu ausgedehnten Spaziergängen ein, bei denen wir die farbenfrohe Blätterpracht der Bäume und das eine oder andere Eichhörnchen bei der Nahrungssuche begutachten können.

Auch für uns Menschen hat der Wald in dieser Jahreszeit den Tisch reichlich gedeckt. Unter dem Laub verstecken sich wahre Delikatessen. Steinpilze, Pfifferlinge und Maronen locken so manchen Feinschmecker in den Wald. Bewaffnet mit Körbchen und Pilzmesser trifft man sie, dem Trieb des Jägers und Sammlers folgend, auf der Suche nach den Zutaten für die Pilzpfanne, welche man am Wochenende stolz der Familie servieren möchte. Einigen ist der Erfolgsdruck anzusehen, für die Meisten ist das Pilzesammeln jedoch ein Quell der Entspannung und eine schöne Möglichkeit, dem Stress und dem Krach des Stadtlebens zu entfliehen. Entschleunigung ist hier das Stichwort.

Dabei gibt es beim Pilze sammeln einiges zu beachten. Natürlich sollten nur genießbare Exemplare im Körbchen landen. Auch das beste Pilzbuch ist kein Garant dafür, dass sich kein giftiges Exemplar unter die genießbaren Pilze schummelt. Im Botanischen Garten (Königin-Luise-Str. 6-8, 14195 Berlin) und in den Räumlichkeiten der Stiftung Naturschutz (Potsdamer Str. 68, 10785 Berlin) kann man seine gesammelten Schätze präsentieren und eine kostenlose Pilzberatung in Anspruch nehmen. Bei 1.500 verschiedenen Pilzarten, welche sich in den Wäldern Berlins und Brandenburgs tummeln, kann man schon fast von einer Wissenschaft statt von einem Hobby sprechen. Gerade unerfahrenen Sammlern wird daher die Pilzberatung oder die Teilnahme an einem der zahlreichen Pilzseminare empfohlen.

Doch der Aufwand lohnt sich. Pilze sind unterschätzte Vitaminbomben und versorgen uns nebenbei mit zahlreichen Mineralien, wie Kalzium und Magnesium. Zusätzlich bestehen sie zu einem großen Teil aus Wasser und Ballaststoffen und unterstützen uns bei der Gewichtsabnahme, was den Neujahrsvorsätzen vieler Pilzsammler entgegenkommen dürfte.

Die Gefahr durch radioaktive Stoffe, welche nach dem Reaktorunfall von Tschernobyl über Teilen Deutschlands abregneten und von Pilzen aufgenommen werden können, ist in unserer Region eher gering. Untersuchte Pilze aus den Wäldern rund um Berlin zeigen Strahlenwerte weit unterhalb der festgelegten Grenzwerte an. Doch die Angst vor einer möglichen Strahlenbelastung oder giftigen Pilzen ist weit verbreitet und so kaufen die meisten Leute Ihre Pilze lieber im Geschäft oder auf dem Markt. Doch auch die Händler müssen beliefert werden und die begehrten Steinpilze lassen sich bislang nicht kultivieren, müssen in freier Wildbahn gesammelt werden. So schleichen auch professionelle Sammler durch die Wälder, welche kiloweise Pilze ernten, um diese dann auf den Wochenmärkten zu verkaufen. Eine Praxis, die übrigens verboten ist. Es gilt die „Handstraußregel", nach der man für den Eigenbedarf sammeln darf. Wie hoch der Eigenbedarf ist, das kann man jedoch selbst bestimmen. In der Regel kommt man ab einer Menge von mehr als zwei Kilogramm vor dem Förster in Erklärungsnot.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Spaß beim Pilze sammeln und einen erholsamen Tag in der Natur.

C. Büchner
Marketing

... und nun noch etwas zum Nachkochen

Bald nun ist Weihnachtszeit –
Wie das Fest der Feste in anderen Ländern begangen wird

Weihnachten steht vor der Tür – und mit ihm eine ganze Reihe althergebrachter Weihnachtsbräuche, die weltweit unterschiedlich sind.
Der weit verbreitete Adventskranz hat heute vier Kerzen, eine für jeden Sonntag vor dem Weihnachtsfest. Ursprünglich bestand der Adventskranz jedoch aus 24 Kerzen und war aus Holz. Sein Erfinder war Hinrich Wichern, ein evangelischer Theologe und Erzieher. 1839 übergab er den Kranz an seine Schützlinge. So konnten diese selbst abzählen, wie viele Tage sie noch auf das Weihnachtsfest warten mussten. Heute hat fast jedes Kind, auch Katze und Hund einen Adventskalender.
Die Zeit rund um das Weihnachtsfest steckt voller Traditionen. Einige Sitten und Gebräuche, die wir heute mit der Weihnachtszeit verbinden, haben sich aus unseren Gefilden über die ganze Welt verbreitet. So stehen heute in kamerunischen Wohnzimmern Weihnachtsbäume und Chinesen bummeln über Weihnachtsmärkte in Shanghai.
Rund um den Globus feiern die Menschen die Geburt Christi – mal besinnlich, mal ausgelassen, aber es ist immer ein ganz besonderes Fest. Hier ein kleiner Blick auf die Weihnachtsbräuche unserer Nachbarn und in die Welt.

Bei uns in **Deutschland** ist es bei vielen ein Brauch zu Heilig Abend in die Kirche zu gehen. Es wird meist im Kreise der Familie gefeiert, oft zu gut gegessen und ein Christbaum bzw. Weihnachtsbaum darf auch nicht fehlen. In meiner Familie wurde der Baum noch mit Wachskerzen bestückt, und nur am 1. Feiertag zum Mittagessen wurden diese angezündet. In der heutigen Zeit wird viel mit LED und bunten Lichtern geschmückt.

In **Polen** dreht sich alles um das Essen. Zu Heiligabend werden zwölf (stehen für die 12 Apostel) vegetarische Speisen aufgetischt, und es wird im Kreise der Familie gespeist. Es wird immer ein Gedeck zusätzlich aufgestellt für den Fall, dass ein Gast kommt, der keine Familie hat. Laut einer polnischen Legende können außerdem Tiere in der Weihnachtsnacht sprechen.

In **Tschechien** wird ebenfalls üppig gegessen und ein quer geschnittener Apfel dient dazu, die Zukunft vorher zu sagen. Sieht das Kerngehäuse des Apfels wie ein Stern aus, bedeutet das Glück und Gesundheit. Ein Kreuz sagt Unheil voraus.

Für die **Franzosen** beginnt das Familienfest mit der Mitternachtsmesse in der festlich geschmückten Kirche. Das Festessen könnte aus einem mit Kastanien gefüllten Truthahn, Austern, gestopfter Gänseleber, Fisch oder Käseplatten bestehen. Geschmückt wird oft mit Stechpalmenzweigen, die Glück fürs nächste Jahr bringen sollen.

In **Italien** wird gleich viermal Weihnachten gefeiert. Den Anfang macht der Tag des San Nicola am 6. Dezember. Eine Woche später, am 13. Dezember, wird Santa Lucia gefeiert – an diesem Tag werden die Armen beschenkt. Am Morgen des 25. Dezembers wird das eigentliche Weihnachtsfest zelebriert. Am 6. Januar wird die Hexe La Befana erwartet, die braven Kindern Geschenke in deren Strümpfe legt und den unartigen Kindern Kohlestücke bringt.

In **Bulgarien** wird am 24. Dezember, als Abschluss der Fastenzeit, eine ungerade Zahl an fleischlosen Gerichten aufgetischt. Dabei gibt es immer Pitka, ein hausgemachtes Brot aus Hefeteig, in dem eine Münze eingebacken wird. Dem Brauch nach wird der Finder im nächsten Jahr Glück haben und gesund sein – dafür muss er die Münze unter das Kopfkissen legen. Traditionell wird der Tisch nach dem Essen nicht abgeräumt, damit in der darauffolgenden Nacht auch die Verstorbenen speisen können.

Fotos: ©dglimages - www.stock.adobe.com; linke Seite: MEV-Verlag

In **Russland** wird das russisch-orthodoxe Weihnachtsfest erst am 06. Januar gefeiert. Dort kommt Väterchen Frost begleitet von seiner Enkelin Schneeflöckchen in der Neujahrsnacht und beschenkt artige Kinder.

Weihnachtsbräuche in **Mexiko** haben ihren Ursprung in der spanischen Kolonialzeit. Dort werden prächtige Posadas (Umzüge) gefeiert. Diese sollen die Herbergssuche der Heiligen Familie darstellen.

In **Griechenland**, so sagt eine alte Tradition, versuchen sogenannte „Kalikanzari“, kleine Unterweltkobolde, einen Baum zu fällen. Kurz bevor sie ihr Werk vollbringen, wird Jesus geboren. Die Kobolde verlassen die Unterwelt und kommen zu den Menschen, um diese 12 Tage lang zu ärgern und Schabernack zu treiben. Um sich vor den Plagegeistern zu schützen, brennen die Kamine in Griechenland 12 Tage lang.

Die Herero sind ein Hirtenvolk, dessen Mehrheit heute in **Namibia** lebt. Dort werden Ochsen und Ziegen geschlachtet. Das Fell wird mit den Haaren nach unten vor einem heiligen Feuer ausgebreitet. Dann trampeln die Männer des Volkes darauf herum. Dieser Brauch soll angeblich Glück bringen.

In **Äthiopien** wird in der Nacht vom 6. auf den 7. Januar Weihnachten gefeiert. Die Gläubigen feiern, ganz in Weiß gekleidet, einen mehrstündigen Gottesdienst. Danach wird das 43-tägige Fasten gebrochen und ein großes Festmahl mit der Familie zelebriert.

In der zweiten Hälfte des 4. Jahrhunderts hat sich das Weihnachtsfest rasch in Nordafrika, Spanien und dem Orient verbreitet. Bald entwickelte es sich zum beliebtesten christlichen Fest.
Der Brauch des Schenkens wurde 1535 von Martin Luther propagiert. Damit wollte er die Aufmerksamkeit der Kinder auf Christus lenken. Inzwischen ist dieser Gedanke in Kommerz umgeschlagen, und die Ausgaben für Geschenke sind in Deutschland in den letzten 10 Jahren von rund 340 auf 500 Euro pro Person gestiegen!

Noch recht jung ist die Tradition, in der Vorweihnachtszeit eine deutsche Glühweinkönigin zu krönen. Auf den zahlreichen deutschen Weihnachtsmärkten gibt es eine Vielzahl an heißen Weingetränken z.B. Winterlicher Grog, Orangenpunsch, weißer Glühwein oder Apfelglühwein.

Also ganz egal wie Sie feiern oder sich auf das Fest vorbereiten – ich wünsche allen Lesern eine besinnliche und zufriedene Weihnachtszeit.

M. Falkenberg, Einrichtungsleitung
Pflegeeinrichtung Treptow-Johannisthal

Nachtrag: Pllz ist nicht gleich Pilz

Wenn wir hier über Pilze schreiben – egal ob frisch aus dem Wald, der Zuchtgärtnerei oder selbst zu Hause getrocknet – meinen wir doch die, die wir in der Küche zu einer leckeren Mahlzeit verarbeiten. Aber diese eigene Lebensform charakterisiert sich nicht nur über ihre überirdischen Fruchtkörper. Pilze kommen praktisch überall vor und sind für uns Menschen mal nützlich und mal schädlich.
Dank eines Zufalls entdeckte Alexander Fleming in den 20er Jahren des letzten Jahrhunderts, dass grüne Schimmelpilze seine Bakterienkultur zerstört haben. Die bakterientötende Substanz aus dem Schimmelpilz nennt er Penicillin, mit ihm beginnt die Zeit der Antibiotika.
Die krankheits- oder sogar todbringenden Schimmelpilze sind die an Lebensmitteln wie Brot oder Obst, wenn sie zu lange ungekühlt gelagert wurden. Oder die an feuchten Wänden, deren Sporen in unseren Atemwegen gefährliche Schäden anrichten. Andere Pilze sind in Nahrungsmitteln bewusst enthalten, sie unterstützen bei der Verarbeitung oder sind selbst zu Delikatessen geworden. Solche Edelschimmelpilze finden wir nicht nur in leckeren Käsesorten wie Gorgonzola und Roquefort. Der Kefir wird im Haushalt gezüchtet und zum prima Joghurtersatz. Und der Hefepilz sorgt dank Wärme und Zucker dafür, dass Kuchen und Pizza gelingen.
Pilze bilden riesige unterirdische Netzwerke. Über ihr Geflecht tauschen sie im Wald Nahrung mit den Bäumen aus und verbreiten deren Nachrichten an andere Bäume weiter. Auch in den Weltmeeren sind zehntausende Arten (meist noch unerforscht) zu finden. Wissenschaftler erhoffen sich, mit ihnen in der Krebsforschung Fortschritte zu machen oder auch neue Kosmetika herzustellen.
Mit dem Myzelium, dem gesamten Wurzelwerk aus den fadenförmigen Zellen von Pilzen, soll künftig die Herstellung von Dämm- und Baumaterial bis hin zum Betonersatz vorangetrieben werden. Die Zellen werden mit Biomüll und Holzspänen vermischt, entzieht man ihnen dann das Wasser, wird das Produkt hart wie ein Ziegel. Heute schon werden auf diese Art Pilzgeflechte von Designern zum Möbelbau verwendet. Ein natürlich nachwachsender Rohstoff, der sich wieder in die Natur einfügt, wenn man ihn nicht mehr braucht.

Herzlichen Glückwunsch und Dankeschön!

Wir gratulieren herzlich unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die im IV. Quartal 2021 ein Dienstjubiläum feiern und bedanken uns hiermit für die geleistete Arbeit!
Weiterhin alles Gute und viel Freude bei Ihrer Arbeit in unseren Einrichtungen!

zum 5-jährigen Jubiläum für

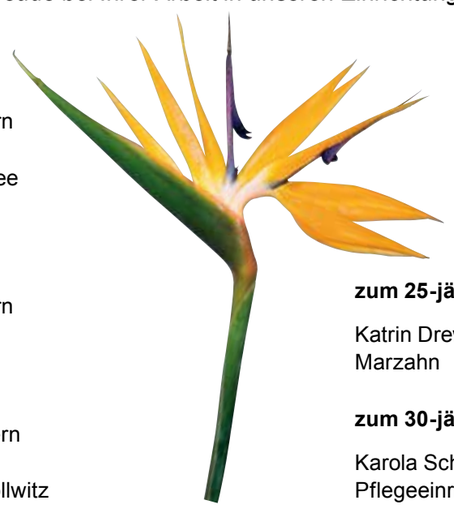
Katrin Yildiz und Michael Hensch
in der Pflegeeinrichtung Käthe Kern
Liane Walk
in der Pflegeeinrichtung Südostallee

zum 10-jährigen Jubiläum für

Christine Ludwig
in der Pflegeeinrichtung Käthe Kern

zum 20-jährigen Jubiläum für

Janet Fischer
in der Pflegeeinrichtung Käthe Kern
Iwona Arndt
in der Pflegeeinrichtung Käthe Kollwitz



zum 25-jährigen Jubiläum für

Katrin Drews in der Pflegeeinrichtung Marzahn

zum 30-jährigen Jubiläum für

Karola Schmidt in der Pflegeeinrichtung Marzahn

Zentrale
FSE gGmbH & FSE
Pflegeeinrichtungen gGmbH
Kaulbachstraße 65
12247 Berlin
Tel. 030 6706568-0

Pflegeeinrichtung
Käthe Kollwitz
Kaulbachstraße 65, 12247 Berlin
Frau Hotescheck Einrichtungsleitung
Tel. 030 771108-11
Frau Prignitz Pflegedienstleitung
Tel. 030 771108-12
Herr Ziaja Pflegedienstleitung
Tel. 030 771108-23
Herr Khan Sozialdienst
Tel. 030 771108-13

Pflegeeinrichtung
Treptow-Johannisthal
Südostallee 212, 12487 Berlin
Frau Falkenberg Einrichtungsleitung
Tel. 030 632235-11
Frau Ottenberg, Pflegedienstleitung
Tel. 030 632235-12
Frau Hein, Pflegedienstleitung
Tel. 030 632235-15
Frau Blänsdorf, Herr Khan Sozialdienst
Tel. 030 632235-13

1

2

3

4

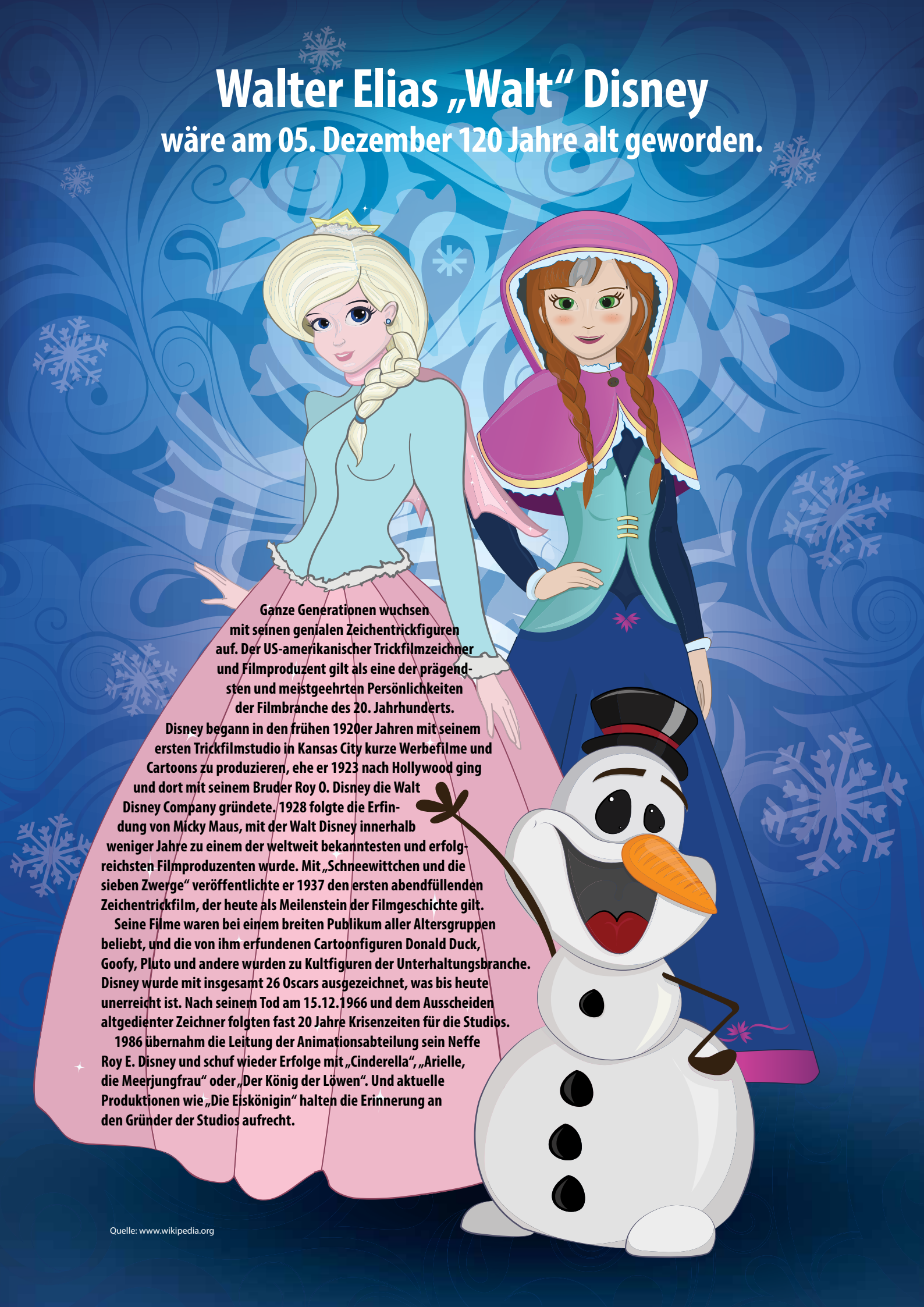
Pflegeeinrichtung Marzahn
Wittenberger Straße 38, 12689 Berlin
Herr Dittner Einrichtungsleitung
Tel. 030 936670-19
Frau Wenzel Pflegedienstleitung
Tel. 030 92253-141
Herr Loitesberger Pflegedienstleitung
Tel. 030 92253-145
Frau Ehrenteit Sozialdienst
Tel. 030 92253-179
Frau Louis Sozialdienst
Tel. 030 936670-21

5

Pflegeeinrichtung Käthe Kern
Woldegker Straße 21, 13059 Berlin
Herr Dittner Einrichtungsleitung
Tel. 030 927076-18
Frau Jäckelmann Pflegedienstleitung
Tel. 030 927076-26
Frau Roch Pflegedienstleitung
Tel. 030 927076-27
Frau van Vügt Sozialdienst
Tel. 030 927076-17

Walter Elias „Walt“ Disney

wäre am 05. Dezember 120 Jahre alt geworden.



Ganze Generationen wuchsen mit seinen genialen Zeichentrickfiguren auf. Der US-amerikanischer Trickfilmzeichner und Filmproduzent gilt als eine der prägendsten und meistgeehrten Persönlichkeiten der Filmbranche des 20. Jahrhunderts.

Disney begann in den frühen 1920er Jahren mit seinem ersten Trickfilmstudio in Kansas City kurze Werbefilme und Cartoons zu produzieren, ehe er 1923 nach Hollywood ging und dort mit seinem Bruder Roy O. Disney die Walt Disney Company gründete. 1928 folgte die Erfindung von Micky Maus, mit der Walt Disney innerhalb weniger Jahre zu einem der weltweit bekanntesten und erfolgreichsten Filmproduzenten wurde. Mit „Schneewittchen und die sieben Zwerge“ veröffentlichte er 1937 den ersten abendfüllenden Zeichentrickfilm, der heute als Meilenstein der Filmgeschichte gilt.

Seine Filme waren bei einem breiten Publikum aller Altersgruppen beliebt, und die von ihm erfundenen Cartoonfiguren Donald Duck, Goofy, Pluto und andere wurden zu Kultfiguren der Unterhaltungsbranche. Disney wurde mit insgesamt 26 Oscars ausgezeichnet, was bis heute unerreicht ist. Nach seinem Tod am 15.12.1966 und dem Ausscheiden altgedienter Zeichner folgten fast 20 Jahre Krisenzeiten für die Studios.

1986 übernahm die Leitung der Animationsabteilung sein Neffe Roy E. Disney und schuf wieder Erfolge mit „Cinderella“, „Arielle, die Meerjungfrau“ oder „Der König der Löwen“. Und aktuelle Produktionen wie „Die Eiskönigin“ halten die Erinnerung an den Gründer der Studios aufrecht.

Quelle: www.wikipedia.org