

Mein Zuhause

HAUSZEITUNG SENIORENZENTRUM AN DER ELZ

Ausgabe 1/2024



Raus an die frische Luft
Schon ein kurzer Spaziergang
bis zur nächsten Parkbank
kann hilfreich sein

***Woher kommt der
Aprilscherz?***
Der Ursprung dieser Tradition
und lustige Beispiele

Rückblick
Wir blicken auf viele
schöne Aktionen in den
letzten Wochen zurück

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner

Der Frühling ist da und endlich sind auch wieder mehr Aktivitäten im Freien möglich: Durch Ausflüge und Spaziergänge in der Natur, das Betrachten von blühenden Blumen und Bäumen oder die gemeinsame Zeit in unserem Garten können unsere Bewohnerinnen und Bewohner unter der einfühlsamen Leitung unserer Alltagsbegleiter das Wiedererwachen der Natur hautnah erleben.

Diese Aktivitäten fördern nicht nur die körperliche Bewegung, sondern regen auch die Sinne und das Gedächtnis durch die Assoziationen von Farben, Düften und Erfahrungen an.

Zusätzlich organisieren unsere Alltagsbegleiter wieder jahreszeitliche Feste und basteln mit den Senioren passende Dekorationen, die den Frühling willkommen heißen. Dies schafft nicht nur eine wohnliche Atmosphäre, sondern regt auch die kognitiven Fähigkeiten an und stärkt die Gemeinschaft im Seniorenzentrum An der Elz.

In dieser Ausgabe widmen wir uns typischen Frühjahrsthemen wie dem wechselhaften Aprilwetter, der Tradition des Aprilscherzes und der Bedeutung des Siebenschläfer-Tages für den Verlauf des Sommers. Wir hoffen, Sie mit diesen Themen zu unterhalten und vielleicht ergibt sich auch das ein oder andere Gespräch über Erinnerungen und Erlebnisse in diesem Zusammenhang.

Die nächste Ausgabe erscheint im Juli 2024.
Viel Spaß beim Lesen des Heftes wünscht Ihnen



Antje Kössl-Janssen M.Sc.
Geschäftsführerin



Antje Kössl-Janssen M.Sc.
Geschäftsführerin



Raus an die frische Luft!

FrISCHE Luft ist wohltuend, und sie ist nicht nur für junge Menschen wichtig. Auch Senioren sollten sich regelmäßig im Freien bewegen. Es ist sicherlich nicht erforderlich, täglich ausgedehnte Waldspaziergänge zu unternehmen; schon ein kurzer Spaziergang bis zur nächsten Parkbank kann hilfreich sein.

Spaziergänge und Ausflüge sind ein wesentlicher Bestandteil der Arbeit unserer Alltagsbegleiterinnen und Alltagsbegleiter. Die Welt da draußen wartet darauf, entdeckt zu werden - und das Alter ist kein Hindernis! FrISCHE Luft und Sonnenschein sind für Menschen jeden Alters von unschätzbarem Wert, und gerade Senioren können enorm von regelmäßigen Outdoor-Aktivitäten profitieren. Es ist an der Zeit, die Tür zu öffnen, rauszugehen und die belebende Energie der Natur zu spüren!

Schon ein kleiner Spaziergang bei Sonnenschein bringt nicht nur den Geist zum Leuchten, sondern stärkt auch das Immunsystem und fördert die Gesundheit von Körper und Geist. Die Sonne schenkt uns das lebenswichtige Vitamin D und strahlt eine Wärme aus, die Herz und Seele berührt.

Jeder Schritt im Freien ist ein Schritt zu einem gesünderen, glücklicheren Leben. Genießen Sie die Pracht des Frühlings, spüren Sie den Wind in den

Haaren und lassen Sie sich von den Farben und Klängen der Natur inspirieren. Ihr Körper wird es Ihnen danken, und Ihr Geist wird sich lebendiger fühlen als je zuvor!

Schon ein kleiner Spaziergang durch Kollmarsreute, das Grün der Bäume, das Zwitschern der Vögel - all das ist eine wohltuende Abwechslung. Spüren Sie die Wärme der Sonne auf Ihrer Haut und tanken Sie neue Kraft und Vitalität.

Vergessen Sie nicht, dass jeder Schritt im Freien nicht nur gut für Ihren Körper, sondern auch für Ihre Seele ist. Die Natur ist ein wahres Wunderland der Gesundheit und des Glücks. Also worauf warten Sie noch? Schlüpfen Sie in Ihre Schuhe, öffnen Sie die Tür und lassen Sie sich von der Schönheit der Natur verzaubern. Das Leben ist ein Abenteuer, und die Welt wartet nur darauf, von Ihnen erkundet zu werden!



Woher kommt der Aprilscherz?

Der 1. April, der Tag an dem man nicht alle Dinge ernst nehmen und hinterfragen sollte – auch in manchen Zeitungen, im Fernsehen und im Radio kann man Aprilscherze finden. Aber woher kommt diese Tradition eigentlich?

Geburtstag von Judas als Erklärung

Eine Erklärung für die Tradition des Aprilscherzes am 1. April ist der angebliche Geburtstag des Judas an diesem Tag. Im Laufe der Zeit wurde es Brauch, am 1. April Streiche zu spielen und sich gegenseitig hereinzulegen, um an den Verrat des Judas zu erinnern.

Zudem soll der 1. April angeblich auch der Tag des Einzugs Luzifers in die Hölle und daher ein Unglückstag sein, an dem man sich besonders vorsehen muss.

Kalenderreform von Karl IX

Eine weitere Anekdote ist, dass Karl IX. in Frankreich der Auslöser für die Tradition des Aprilscherzes war. Dieser verschob anno 1564 mit der Einführung des Gregorianischen Kalenders den Jahreswechsel vom 1. April auf den 1. Januar.

Alle, die aus Unwissenheit oder Tradition weiter am 1. April Neujahr feierten, wurden als „Aprilnarren“ verspottet und wurden Ziel von Streichen und Scherzen.

Erster Aprilscherz im TV: Spaghetti-Ernte im Tessin

Der „Spaghetti-Ernte“ Aprilscherz im Fernsehen wurde am 1. April 1957 von der BBC ausgestrahlt. In diesem legendären Streich zeigte die Sendung „Panorama“ eine Dokumentation über die angebliche Spaghetti-Ernte in der Schweiz. Der Moderator berichtete, dass das warme Frühlingswetter dazu geführt habe, dass Spaghetti-Bäume eine reiche Ernte hervorbrachten. In den Bildern war zu sehen, wie Menschen Spaghetti von Bäumen pflückten und in Körben sammelten.

Dieser Scherz war für die Zuschauer zunächst glaubhaft, da viele damals nicht wussten, dass Spaghetti aus Teigwaren hergestellt werden. Die Sendung erhielt daraufhin zahlreiche Anfragen von Zuschauern, die wissen wollten, wie sie ihre eigenen Spaghetti-Bäume anbauen könnten. Der „Spaghetti-Ernte“ Aprilscherz gilt als einer der bekanntesten und erfolgreichsten Aprilscherze im Fernsehen und zeigte die Macht der Medien, Menschen zu täuschen und deren Bereitschaft, selbst Unglaubliches zu glauben.



Das launische Aprilwetter

Sonnenschein, Wolken, Regen und manchmal auch Schnee: Das Wetter im April macht, was es will. Das Gedicht von Heinrich Seidel hat aber durchaus einen meteorologischen Hintergrund.

Im April erwärmt sich die Nordhalbkugel allmählich, doch die Temperaturen steigen nicht überall gleichzeitig. Je weiter nördlich, desto später erwärmen sich Land und Luft. Im Mittelmeerraum steht die Sonne bereits höher als in Nordeuropa und erwärmt das Land früher. Dieses Temperaturgefälle erzeugt eine natürliche Ausgleichsbewegung.

Wenn warme, feuchte Luftmassen auf kalte, trockene Luft treffen, steigt die warme Luft aufgrund ihrer geringeren Dichte über die kalte Luft und kondensiert. Dies führt zur Bildung von Wolken und potenziell auch zu Niederschlägen wie Regen, Schnee oder Hagel. Die plötzlichen Temperaturwechsel und Wetterumschwünge sind charakteristisch für das Aprilwetter.

Eine weitere Ursache für das Aprilwetter sind die Sonneneinstrahlung und die verstärkte Verdunstung von Wasser, insbesondere von noch kalten Meeres- oder Seeflächen. Diese Faktoren tragen dazu bei, dass sich Wolken schnell bilden können, was zu einem wechselhaften Wetter führt.

Dieses Wetterphänomen ist auf der gesamten Nordhalbkugel verbreitet, jedoch besonders

April, April, der weiß nicht was er will. Mal Regen und mal Sonnenschein, dann schneit's auch wieder zwischendrein. April, April, der weiß nicht was er will.

Nun seht, nun seht, wie es wieder stürmt und weht. Und jetzt, oh weh, oh weh, da fällt auch dicker Schnee. April, April, der weiß nicht was er will.

ausgeprägt in Europa. Nordamerika erwärmt sich gleichmäßiger im Frühling aufgrund seiner größeren Landmassen. In der Südhalbkugel, vor allem in Australien und Neuseeland, ist das Phänomen im Süd-Frühling zu beobachten. Das typische Aprilwetter ist daher geprägt von einem ständigen Wechsel zwischen Sonnenschein, Wolken, Regen und manchmal sogar Schnee oder Hagel, wodurch der Monat bekannt ist für seine launische Witterung.





Der Siebenschläfertag

Am 27. Juni ist Siebenschläfertag. Seinen Namen verdankt er aber weder Langschläfern noch dem gleichnamigen Nager, sondern einer Legende.

Die Legende der sieben Brüder

Gemäß der Legende des Siebenschläfertages flohen sieben Brüder - Johannes, Serapion, Martinianus, Dionysius, Constantinus, Maximus und Malchus - vor der Christenverfolgung unter Kaiser Decius im Jahr 251 n. Chr. Sie suchten Zuflucht in einer Höhle in der Nähe von Ephesus, um sich vor ihren Verfolgern zu verstecken.

Die Brüder wurden jedoch von ihren Verfolgern entdeckt und in der Höhle eingeschlossen. Nachdem sie dort eingemauert waren, fielen die sieben Brüder in einen tiefen Schlaf. Etwa 200 Jahre später, im Jahr 446, wurde die Höhle schließlich entdeckt und die sieben Brüder erwachten aus ihrem langen Schlaf am 27. Juni. Sie hatten in der Zwischenzeit unbemerkt die Herrschaft des tyrannischen Kaisers und die Christenverfolgung überlebt.

Heutzutage spielt der Siebenschläfertag vor allem als Wetteranzeiger in alten Bauernregeln eine bedeutende Rolle. Er wird als eine Art meteorologische Singularität betrachtet - das sind Großwetterlagen, die in bestimmten Zeiträumen innerhalb eines Jahres mit hoher Wahrscheinlichkeit auftreten. Die Bauernregel besagt, dass das Wetter

am Siebenschläfertag die kommenden Wochen bestimmt. Doch die ursprüngliche Regel ist etwas komplexer: Es heißt nicht nur, dass das Wetter am 27. Juni beständig bleibt, sondern dass diese Wetterlage für den Zeitraum von Ende Juni bis zum 7. Juli anhält.

Interessanterweise stammen diese Bauernregeln aus einer Zeit vor der Umstellung auf den gregorianischen Kalender, weshalb sie in ihrer ursprünglichen Formulierung auch nur für vier Wochen gelten, nicht für sieben. Also, wenn jemand enttäuscht ist, weil das Wetter am Siebenschläfertag besonders trüb ist, sollte er sich keine Sorgen machen - es gibt noch Hoffnung auf sonnigere Tage innerhalb der kommenden Wochen.

Und was hat nun der Siebenschläfer damit zu tun?

Im Mai oder sogar erst im Juni erwacht der Nager hungrig aus dem Winterschlaf. Es liegt nahe anzunehmen, dass der 27. Juni daher in Verbindung mit diesem Nager steht. Doch obwohl der Siebenschläfer eine mögliche Quelle für die Namensgebung sein könnte, hat er tatsächlich nichts mit dem Ursprung des Siebenschläfertags zu tun.

Biografiearbeit – Grundlage wertschätzender Alltagsbegleitung

von Wolfgang Litzba

Unsere Bewohnerinnen und Bewohner haben viele Jahrzehnte hinter sich. Sie haben gelebt, geliebt, sich eine Karriere aufgebaut, vielleicht eine Familie gegründet und unzählige Herausforderungen bewältigt. Die Vergangenheit ist eine wertvolle Ressource.

Die Biografiearbeit gehört zur Aktivierung. Gemeint ist die Beschäftigung mit der Lebensgeschichte eines Menschen. Das tiefgreifende Wissen rund um das Leben unserer Bewohner führt zu Wertschätzung und Verständnis. Dies trägt zu einer individuellen Begleitung bei, sei es in Gruppen- wie auch Einzelangeboten.

Zur Biographie gehört das persönliche, subjektive Erleben. Was hat der Bewohner erlebt und gefühlt? Wohin ging es in den Urlaub? Wie feierte man Familienfeste?

Erlebnisse können sein: das Leben während des Krieges, die Nachkriegszeit, das Heimatland verlassen zu müssen und andernorts einen Neuanfang wagen.

Welche Bedeutung haben jahreszeitliche Ereignisse? Über welche Filme kann der Bewohner Tränen lachen und welche Musik tut ihm gut?

Es ist eine bereichernde Aufgabe den Bewohner als Individuum zu erkennen, welche Persönlichkeit in den Senior*innen steckt. So ist es möglich, die Bewohner zu erreichen und Aktivierung anzupassen, und das Wohlbefinden soll gewährleistet sein.



Rückblick auf unsere Aktivitäten

Unsere Alltagsbegleitung hat sich wieder viele tolle Veranstaltungen einfallen lassen. Hier ein paar Impressionen der letzten Aktivitäten bei uns im Haus.

Narri, Narro - Fasnacht im Seniorenzentrum An der Elz



Der Singkreis



Ausflug nach Emmendingen



Unsere Rätselecke

*Alle Vögel sind schon da,
Alle Vögel, alle!
Welch ein Singen, Musizieren,
Pfeifen, Zwitschern, Tierelie'r'n!
Frühling will nun einmarschier'n,
Kommt mit Sang und Schalle.*



Geburtstage und Gedenken



**Wir gratulieren herzlich
zum Geburtstag!**

16.03.2024 Adams, Jutta
24.03.2024 Herlyn, Elisabeth
29.03.2024 Weise, Peter Karl
05.04.2024 Eisenmann, Gertrud
07.04.2024 Gruoner, Rolf
01.05.2024 Korp, Adolf
04.05.2024 Neumaier, Bernhard
14.05.2024 Blum, Erika
15.05.2024 Welzel, Stefanie
21.05.2024 Voßler, Gertrud
31.05.2024 Amann, Edith
04.06.2024 Distler, Elke
05.06.2024 Metzger, Franz
07.06.2024 Lopert, Oliver
09.06.2024 Fischer, Franz-Josef
11.06.2024 Mörder, Hilda
15.06.2024 Eberle, Helga
18.06.2024 Schultes, Luzia
19.06.2024 Haurin, Hannelore
22.06.2024 Lange, Edith
26.06.2024 Schulz, Eva Maria
27.06.2024 Galle, Alfred
30.06.2024 Lorenz, Rosa-Maria

**Wir nehmen Abschied und gedenken
unserer Verstorbenen**

03.12.2023 Oesterle, Helga
27.12.2023 Latza, Manfred
11.01.2024 Butz, Elfriede
17.01.2024 Tritschler, Werner
18.01.2024 Schüssler, Peter
29.01.2024 Eigendorff, Rainer
02.02.2024 Märtin, Else
10.02.2024 Willmann, Peter
21.02.2024 Conradi, Karl
01.03.2024 Modlich, Ellen
03.03.2024 Rich, Martha
16.03.2024 Kaufmann, Hans

*„Wir sollen nicht trauern,
dass wir die Toten verloren haben,
sondern dankbar dafür sein,
dass wir sie gehabt haben,
ja auch jetzt noch besitzen:
denn wer heimkehrt zum Herrn,
bleibt in der Gemeinschaft
der Gottesfamilie und ist
nur vorausgegangen.“*

Hieronymus (347-420)



Ihre Ansprechpartner im Seniorenzentrum An der Elz



André Lemper
Heimleitung
lemper@seniorenzentrum-elz.de
Tel. 07641 95509-101



Michael Wunsch
Pflegedienstleitung
wunsch@seniorenzentrum-elz.de
Tel. 07641 95509-102



Stephanie Scheibel
Hauswirtschaftsleitung
scheibel@seniorenzentrum-elz.de
Tel. 07641 95509-355



Cornelia Graf-Wolf
Verwaltung
info@seniorenzentrum-elz.de
07641 95509-103



Impressum

Herausgeber: Seniorenzentrum An der Elz gGmbH, Fabrikstraße 4, 79312 Emmendingen-Kollmarsreute,
Tel: 07641 95509-0, Fax: 07641 95509-111, info@seniorenzentrum-elz.de

Redaktion: André Lemper (verantwortlich)

Gestaltung: Monika Herzberg - **Auflage:** 150