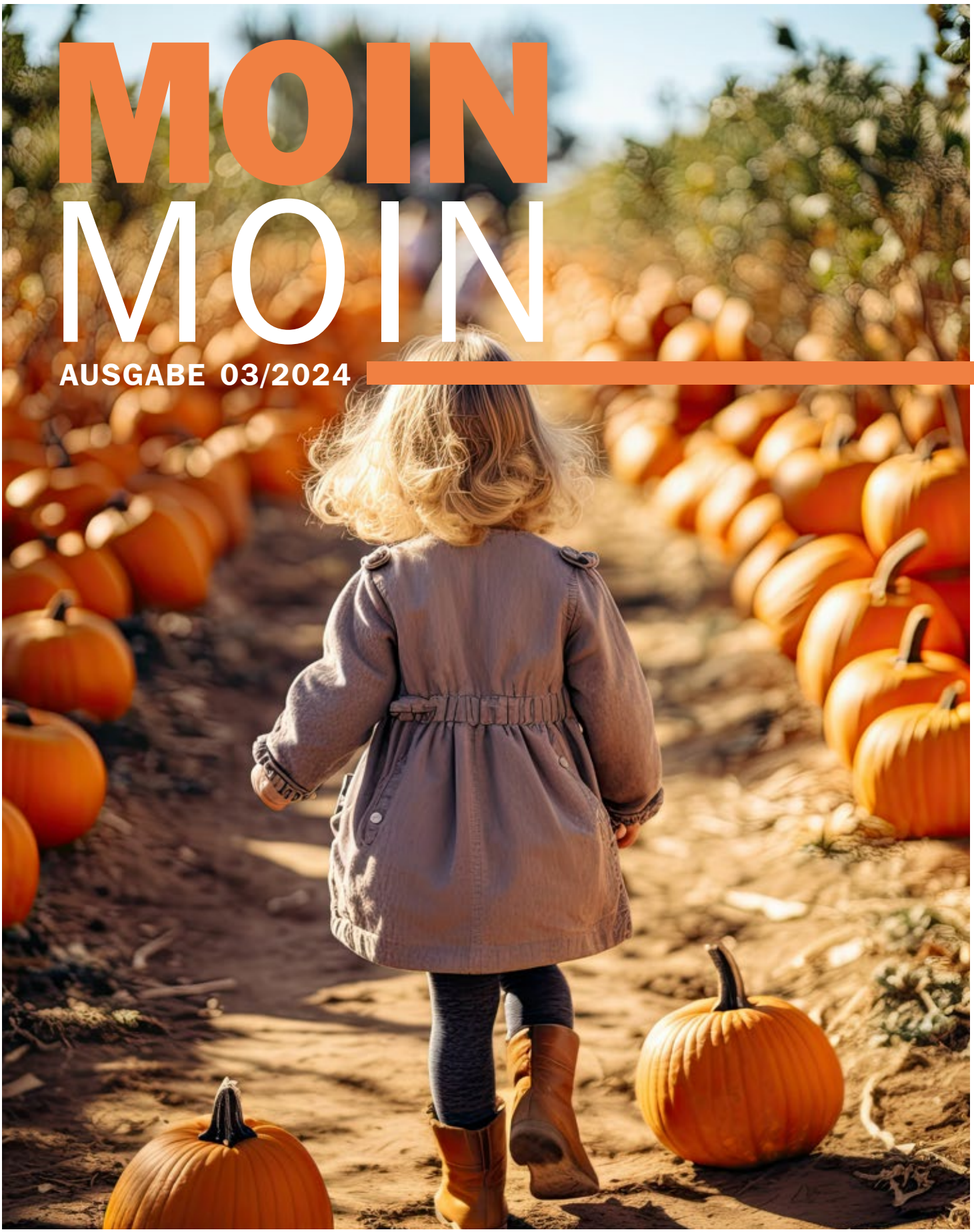
MOIN MOIN

AUSGABE 03/2024



WOHN- UND PFLEGEZENTRUM Breewaterweg

Das Leben im Wohn- und Pflegezentrum Breewaterweg in Oldenburg.

INHALTSVERZEICHNIS

03 Vorwort
04 1. Mai Frühschoppen
05 Muttertag & Vatertag
06 Gemeindenachmittage & Einzelbetreuung
07 Kneten 1B
08 Sommeranfang & Wochenmarkt
09 Krippenkinder
10/11 Kreuzworträtsel
12/13 Wir genießen den Sommer
14/15 Gruß aus der Küche
16/17 Europameisterschaft
18/19 Interview
20/21 Sommerfest
22 Cafebesuch
23 Sei gut zu Dir
24/25 Musiker 1B & Rikscha / Besuch der Autorin
26/27 Horoskop & Auflösung Kreuzworträtsel

VORWORT

Liebe Bewohner, liebe Angehörige, liebe Freunde,

auch wenn der Sommer dieses Jahr nur langsam in Schwung kam, konnten wir viele schöne Veranstaltungen drinnen und draußen genießen.

Musikalisch starteten wir in den Wonnemonat Mai mit einem Frühschoppen im Café Utkiek (S. 4), auf das dann auch gleich der Muttertag und Vatertag (S. 5) folgten.

Für jede Menge gute Stimmung bei den Bewohnerinnen und Bewohnern sorgten die Krippenkinder, die uns wieder einen Besuch abstatteten (S. 9).

Jeden Sonnenstrahl nutzten wir für unsere zahlreichen Aktivitäten im Freien (S. 12-13). Und die EM-Spannung steigerten wir dann noch mit eigenen Spielen (S. 16-17).

Unser Highlieght der letzten Wochen war aber defintiv unser Sommerfest, das wir bei bestem Wetter feierten (S. 20-21).

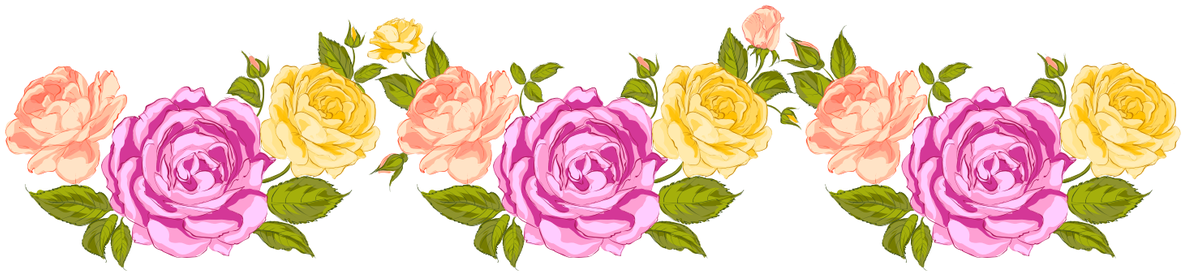
Und wer uns noch so besuchte, erfahren Sie am Ende der Ausgabe (S. 24-25).

Ihre
Xenia Jungmann
(Einrichtungsleitung Wohn- und Pflegezentrum)

1. MAI FRÜHSCHOPPEN

Zum 1. Mai haben wir uns im Café Utkiek zu Bier und Schluck verabredet. Musikalisch begleitet von Frank Voigt, wurde der Mai begrüßt und der Sommer eingeläutet.

MUTTERTAG



Zum Muttertag gab es für die Frauen in unserem Haus eine Überraschung. Nach dem Frühstück hat jede von ihnen eine Blume und leckere Erdbeerbowle bekommen.

Zum Vatertag haben die Herren der Einrichtung einen gemütlichen Vormittag mit Snacks und Bier verbracht.

VATERTAG

GEMEINDENACHMITTAGE

Die Gemeindenachmittage in der St. Johannes Kirche bieten eine schöne Abwechslung in tollem Ambiente.

EINZELBETREUUNG

Nicht nur in Gruppen, sondern auch in der „Eins zu Eins“ Betreuung gibt es viele spannende und schöne Momente. Es werden Briefe vorgelesen, Fotoalben angeschaut oder einfach nur geklönt.

1B KNETEN

Mit selbstgemachter Knete können die Bewohnerinnen und Bewohner kreativ werden.

SOMMERANFANG

Zum Sommeranfang gab es bei uns auf der Terrasse Bowle und Waffeln. Dazu noch ein schönes Gespräch in Gesellschaft und der Sommer kann kommen!

WOCHENMARKT

Jeder freut sich über einen Ausflug. So wie hier auf dem Weg zum Wochenmarkt.

KRIPPENKINDER

Die Besuche der Krippenkinder der Müller-vom-Siel-Straße sind für unsere Bewohnerinnen und Bewohner ein echtes Highlight. Hier freut sich einfach jeder!

KREUZWORTRÄTSEL

Horizontal ▶

(1) Ein Gemüse, das im Herbst geerntet und oft zu Suppe verarbeitet wird.

(2) Bunte Teile von Bäumen, die im Herbst von den Ästen fallen.

(3) Ein warmes Getränk aus Äpfeln, das im Herbst besonders beliebt ist, oft mit Zimt gewürzt.

(4) Der Feiertag im Herbst, an dem Kinder verkleidet von Tür zu Tür gehen und "Süßes oder Saures" sagen.

(5) Ein traditionelles herbstliches Fest, bei dem in Bayern viel Bier getrunken wird.

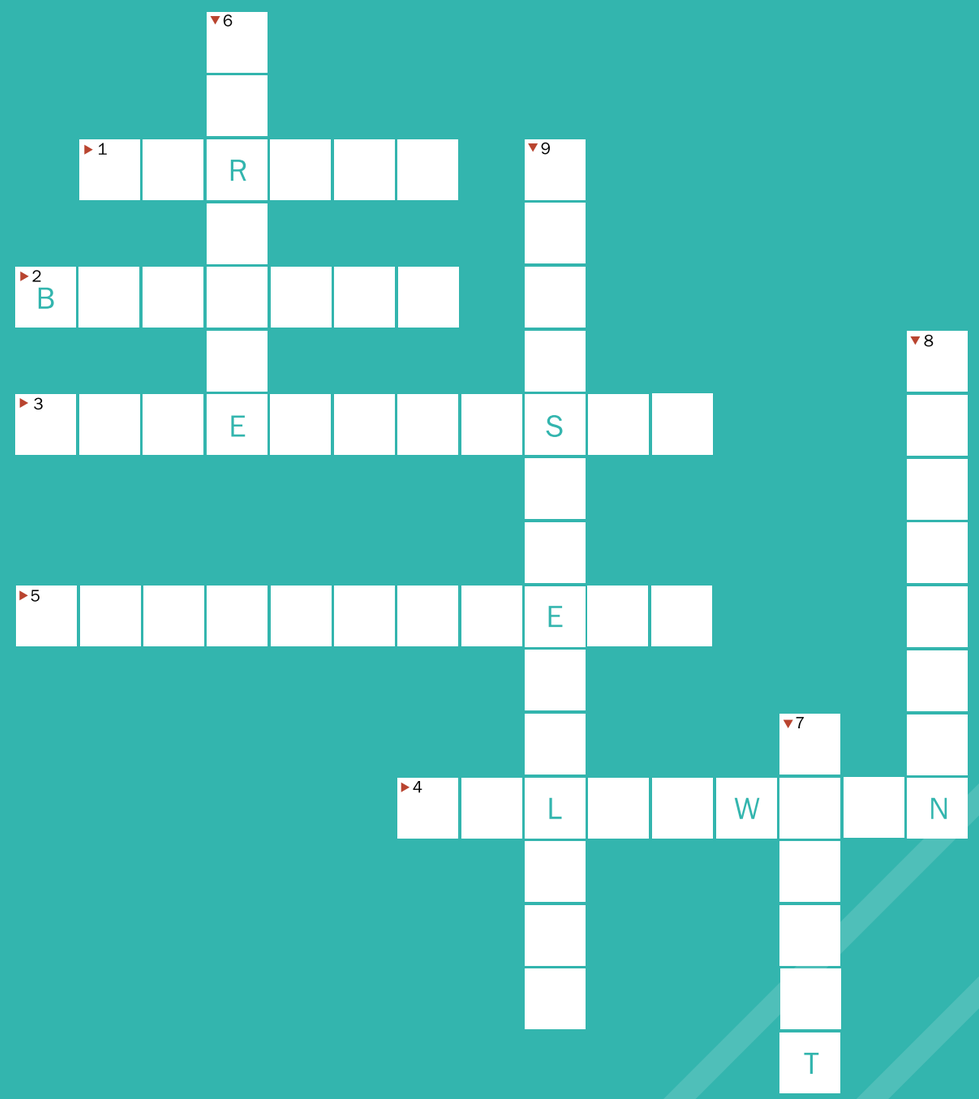
Vertikal ▼

(6) Ein Gemüse, das im Herbst für Eintöpfe und Salate geerntet wird und in verschiedenen Farben vorkommt, man sagt, es sei besonders gut für die Augen.

(7) Die Jahreszeit, die auf den Sommer folgt.

(8) Diese Früchte werden im Herbst geerntet und oft zu Marmelade verarbeitet.

(9) Eine Blume, die im Herbst blüht, giftig ist und die aktuelle Jahreszeit taucht in ihrem Namen auf.



WIR GENIEßEN DEN SOMMER

Die Sonne lockt und lädt ein, den Tag draußen zu verbringen.

So findet zu dieser Zeit jedes mögliche Angebot draußen statt. Hier ein paar Impressionen.

CREMIGE KÜRBISSUPPE

NÄHRWERTE PRO PORTION:
ca. 200 kcal
3 g Eiweiß
ca. 15 g Fett
ca. 16 g Kohlenhydrate

SCHWIERIGKEIT	ZUBEREITUNG	PORTIONEN
ganz einfach	45 Minuten	4 Personen

Zutaten:

- 1 Hokkaido-Kürbis (ca. 800 g)
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Kartoffel
- 1 Karotte
- 750 ml Gemüsebrühe
- 200 ml Kokosmilch/Sahne
- 2 EL Olivenöl oder Butter
- 1 TL Kurkuma
- 1/2 TL gemahlener Ingwer
- Salz und Pfeffer
- Petersilie oder Schnittlauch

Zubereitung:

Den Kürbis waschen, halbieren und die Kerne entfernen. Den Kürbis in Würfel schneiden (die Schale des Hokkaido-Kürbisses kann mitgekocht werden). Zwiebel, Knoblauch, Kartoffel und Karotte schälen und ebenfalls würfeln.

Das Olivenöl oder die Butter in einem großen Topf erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin glasig anbraten. Kartoffel, Karotte und Kürbiswürfel hinzufügen und kurz mitdünsten.

Die Gemüsebrühe hinzugeben und die Suppe bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse weich ist. Die Suppe mit einem Pürierstab oder im Mixer fein pürieren. Je nach gewünschter Konsistenz kann etwas mehr Brühe hinzugefügt werden.

Kokosmilch oder Sahne einrühren und die Gewürze (Kurkuma, Ingwer, Salz und Pfeffer) hinzufügen. Alles nochmals kurz aufkochen lassen. Die Suppe in Schalen füllen und mit frisch gehackter Petersilie oder Schnittlauch garnieren.

Tipp:

Diese Suppe kann gut vorbereitet und eingefroren werden. Auch eine kleine Scheibe Vollkornbrot oder ein paar Croutons eignen sich gut als Beilage.

Guten Appetit!

EUROPAMEISTERSCHAFT

Zu der Fußball-EM ist im Breewaterweg das Fußballfieber ausgebrochen. Zu den Spieltagen der deutschen Nationalmannschaft fanden verschiedene Betreuungsangebote statt. Von Dosenwefen über Tor schießen bis zu Säckchen

schmeißen oder Fußball-Quizze. Zu den Spielen wurde dann der Fernseher im Café eingeschaltet und Snacks und Getränke bereit gestellt.

EINBLICKE: INSA HESSE

NAME
Insa Hesse

TÄTIGKEIT IM HAUS
Wohnbereichsleitung Haus 1,
Stellv. Pflegedienstleitung

Was magst Du an Deiner Arbeit
im Wohn- und Pflegezentrum?
Die täglich neuen Herausforderungen und der Aufbau von Beziehungen zu langjährigen Bewohnern, da ich selbst schon 27 Jahre hier arbeite.

Was hat Dich dazu motiviert, in der Altenpflege
zu arbeiten?
Ein Jahrespraktikum mit 17 Jahren im Altenwohnzentrum.

Was darf in Deiner Pause nicht fehlen?
Kaffee und der Kontakt zu Mitarbeitern.

Wie entspannst Du Dich? Wie schaltest Du ab?
Mein Garten, Bücher lesen und meine Familie.

Wie würden Deine Freunde Dich in
drei Worten beschreiben?
Engagiert, ehrlich, gewissenhaft.

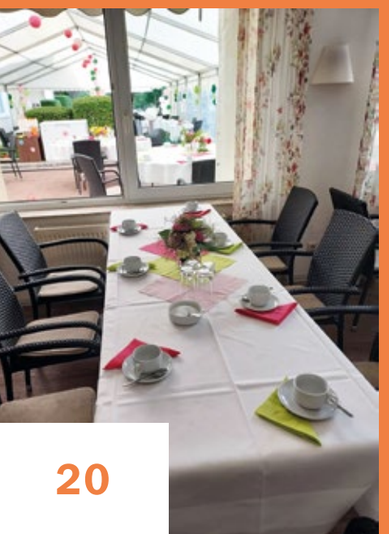
Was ist dein Lieblingsbuch oder -Film,
und was magst Du daran besonders?
Sturm der Liebe: Jeden Abend einfach nur 50 Minuten zum Abschalten ohne Nachdenken.

Was ist Dein Lebensmotto?
Nichts und Niemand ist perfekt.

SOMMERFEST

Das Sommerfest war bisher das Highlight des Jahres! Das gesamte Team vom WPZ hat sich ins Zeug gelegt, um den Bewohnerinnen und Bewohnern mit ihren Angehörigen einen unvergesslichen Tag zu bereiten.

Es gab ein riesiges Kuchenbuffet, Eiscreme und zum Abendbrot Würstchen und Salat frisch vom Grill. Das ganze musikalisch begleitet vom stimmungsvollen Akkordeonspieler Dominik.



CAFÉBESUCH

Das gute Wetter lockt die Menschen nach draußen. Gut, dass wir in Kreyenbrück Cafés und Einkaufsmöglichkeiten in unmittelbarer Umgebung haben. So kann auch der Nachmittagsspaziergang am örtlichen Bäcker für eine Tasse Kaffee oder ein Eis unterbrochen werden.

SEI GUT ZU DIR

1. Nehmen Sie sich ein Geschirrtuch oder ein Halstuch.

2. Knüllen und kneten Sie das Tuch abwechselnd mit beiden Händen.

3. Nehmen Sie das Tuch in eine Hand, lassen Sie es auseinanderfallen und knüllen es wieder mit einer Hand zusammen. Wechseln Sie die Hand.

4. Nehmen Sie das Tuch mit beiden Händen an den Enden und strecken Sie damit die Arme über den Kopf – halten Sie diese Position ein paar Minuten.

5. Bleiben Sie in dieser Position und strecken Sie sich erst nach links und dann nach rechts.

6. Führen Sie die Arme gestreckt dann nach vorne, legen Sie das Tuch auf Ihre Oberschenkel und schütteln Sie ihre Arme aus.

MUSIKER 1B

Viele unserer Bewohner haben eine musikalische Vergangenheit und können gut Singen oder Instrumente spielen. Beim Besuch vom Gitarristen ist deswegen immer Mitmachen die Devise.

RIKSCHA

Bei Sonnenschein durch Kreyenbrück fahren. Das ermöglicht der ehrenamtliche Verein Radeln ohne Alter. Diese Touren genießen die Bewohnerinnen und Bewohner besonders bei gutem Wetter.

AUTORENBESUCH

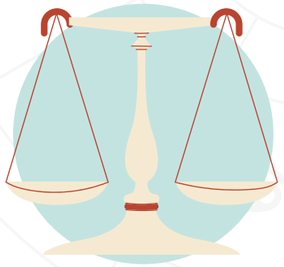
Die Autorin Ann Marie Keil-Tag war für einen kurzweiligen Nachmittag bei uns im Haus. Sie las einige ihrer Geschichten vor, die zum Träumen einluden.

Nehmen Sie sich die Zeit und Muße, mehr über eine gesunde, ausgewogene Ernährung zu erfahren. Das alles kommt Ihnen in der Zukunft zugute. Sie werden umschwärmt. Die Folge: Ihre bessere Hälfte zeigt Ihnen wieder aufs Neue, was Sie ihr bedeuten.

Achten Sie darauf, sich nicht mehr auzubürden, als Sie gerade noch stemmen können. Wenn Sie merken, dass der Stress überhand nimmt und das Nervenkostüm flattert, ist es ganz wichtig, dass Sie sich eine kleine Auszeit gönnen. Musizieren oder malen Sie. Hauptsache, Sie finden etwas, was Sie wieder innerlich ruhig werden lässt.

JUNGFRAU

24.08. – 23.09.



WAAGE

24.09. – 23.10.

SKORPION

24.10. – 22.11.

Sie sind immer darauf ausgerichtet, dass es Ihnen gut geht. Jede freie Minute kommt Ihnen wie Gold vor. Planen Sie Ihre Freizeit sorgfältig, aber vergessen Sie nicht auch unvorhergesehenes einzuplanen. Sonst kann eine böse Überraschung folgen. Neuanschaffungen bekommen Ihnen im November sehr gut, da Ihnen die kalte Jahreszeit gar nicht liegt. Am liebsten würden Sie stunden lang vor dem Kamin sitzen und das Feuer betrachten. Nutzen Sie die Zeit.

LÖSUNGEN KREUZWORTRÄTSEL SEITE 10-11

(1) Kürbis
(2) Blätter
(3) Apfelpunsch
(4) Halloween
(5) Oktoberfest
(6) Karotte
(7) Herbst
(8) Pflaumen
(9) Herbstzeitlose

ANSTEHENDE VERANSTALTUNGEN

SONNTAG, DEN 29. SEPTEMBER — 10 UHR
Herbst-Klönschnack im Café

MONTAG, DEN 30. SEPTEMBER
Kramermarkt im Breewaterweg – Leckereien und eine Überraschung

DONNERSTAG, DEN 03. OKTOBER
Tag der Deutschen Einheit – Thementag im Café

MITTWOCH, DEN 16. OKTOBER
Das Modemobil kommt ins Haus

SAMSTAG, DEN 09. NOVEMBER
Martinsmarkt – Verkaufsstände verschiedener Art mit gemütlichem Beisammensein im Café

WOHN- UND PFLEGEZENTRUM Breewaterweg

IMPRESSUM

HERAUSGEBER:
Wohn- & Pflegezentrum Breewatwerweg GmbH
Breewaterweg 20
26133 Oldenburg
Telefon: 0441 – 944220
info@wpz-breewaterweg.de

REDAKTION:
Xenia Jungmann, Michael Arhelger

MOIN MOIN erscheint vierteljährlich
Auflage: 200
Druck: Unidruck GmbH & Co. KG
Weidendamm 19 | 30167 Hannover