



# Rundschau

Nr. 141 · Juli – September 2026



Aus der Residenz  
Unser Ausflug  
nach Mölln

Seite 6

Wissenswertes  
Vor die Tore  
der Stadt

Seite 16

Aus der Residenz  
Pflege und  
Betreuung im  
Wohnbereich Pflege

Seite 21

## Inhalt

- 2** Inhalt, Impressum
- 3** Editorial
- 4** Ein Besuch des Oktoberfestes in München
- 6** Unser Ausflug nach Mölln
- 8** Die Geschichte eines Buches
- 9** Lyrik: Seniorengebet
- 9** Lyrik: Fernweh
- 10** Oma Heitmann's Goorn und de lütt Hilde
- 11** Lyrik: Lyrik up platt
- 12** Tagebuch einer Weltreise 1964 – Teil 4:  
von Los Angeles nach Hawaii
- 15** In einer finsternen Hochsommernacht
- 16** Vor die Tore der Stadt
- 17** Das Rauschen der Bäume
- 18** Gut zuhören – auch wenn das Hören schwerfällt
- 21** Pflege und Betreuung im Wohnbereich Pflege
- 22** Persönliches

## Impressum

### Herausgeber

Wohnpark am Wiesenkamp gGmbH  
Wiesenkamp 16 · 22359 Hamburg  
Tel. 040 644 16 - 0  
Fax 040 644 16 - 915  
mail@residenz-wiesenkamp.de  
residenz-wiesenkamp.de  
Eine Gesellschaft der  
Immanuel Albertinen Diakonie  
Geschäftsführer:  
Andreas Mende, Andreas Schneider

### Redaktion

Ines Burmeister (v.i.S.d.P.),  
Petra Friedmann, Anke Grot,  
Elly Hamdorf, Irmgard Kroymann,  
Kläre Langfeld, Dr. Helga Pohl,  
Gerda Puhst, Ursula Standke,  
Helga von Thun, Christa Wohlers

### Mitarbeit

Peter Bork, Silvia Eggert,  
Klaus Döhrbeck, Sabine Kalkhoff,  
Nadja Karge, Sieglinde Lenzendorf,  
Gisela Pump, Ina Sarkander,  
Hilde Schulz

### Anzeigen und Vertrieb

Wohnpark am Wiesenkamp gGmbH

### Layout und Satz

Immanuel Albertinen Diakonie und  
DKKD, David Rathke

### Druck

Compact Media GmbH, Ruhrstraße 126,  
22761 Hamburg

### Titelbild

pixabay: jillwellington

### Fotos & Bilder

Peter Bork, Wohnpark am Wiesenkamp  
gGmbH, unsplash: cosmin-serban  
(S. 14), mark-paton (S. 19), pixabay:  
pexels (S. 4), christianakohn (S. 6)  
andreasgoellner (S. 10), jplenio (S. 17),  
susanneedele (S. 21), Wikimedia  
Commons (S. 12, S. 16)

Auflage: 700

Die Rundschau erscheint 4x jährlich.

### Redaktionsschluss

für die Rundschau Nr. 142,  
17. August 2026

## Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,



Urlaube sind oft mehr als nur eine Reise. Sie bedeuten, für eine Zeit aus dem Alltag herauszukommen und Neues zu erleben: andere Landschaften, andere Gerüche und andere Menschen. Besonders

spannend ist es, in eine andere Sprache einzutauchen. Genauso schön kann aber auch das erste Bad im Meer sein. Schon der Geruch von Meeresluft fühlt sich oft nach Urlaub an.

Die Themen dieser Ausgabe laden zu kleinen gedanklichen Reisen ein. Erinnerungen an Ausflüge und besondere Erlebnisse werden wach. Mal geht es zur Loreley, mal auf eine Weltreise von Los Angeles bis nach Hawaii oder zum Oktoberfest. Auch der gemeinsame Ausflug nach Mölln findet seinen Platz und lässt schöne gemeinsame Momente noch einmal lebendig werden.

Neben diesen Reisen in die Ferne und in Erinnerungen widmet sich die Rundschau auch dem Leben hier vor Ort. Einblicke in die Pflege und Betreuung sowie Beiträge zum Thema Hörbehinderung zeigen, wie vielfältig und engagiert unser Alltag in der Residenz gestaltet wird. Sie machen deutlich, wie wichtig Gemeinschaft, Unterstützung und Verständnis füreinander sind.

Literarische Beiträge laden zum Innehalten ein: Gedichte wie „Fernweh“, nachdenkliche Texte wie „In einer finsternen Hochsommernacht“ oder „Das Rauschen der Bäume“ sowie plattdeutsche Geschichten wie „Oma Heitmanns Goorn“ bringen unterschiedliche Stimmungen und Erinnerungen zum Klingen.

Vielleicht entdecken Sie beim Lesen auch neue Perspektiven: Ein vertrauter Gedanke erscheint in einem anderen Licht oder eine Geschichte erinnert an etwas, das lange zurückliegt und doch noch lebendig ist. Der Austausch darüber – sei es im Gespräch miteinander oder in stillen Momenten – kann bereichernd sein und uns einander näherbringen.

Der Sommer bedeutet nicht nur Erinnerungen. Er steckt auch in den kleinen Momenten des Alltags: ein Eis im Schatten, ein lauer Abend auf dem Balkon, das Lachen bei einem gemeinsamen Kaffee oder ein Spaziergang an warmen Tagen. Oft sind es gerade diese einfachen Augenblicke, die besonders guttun. Vielleicht bietet diese Jahreszeit auch Gelegenheit, Neues auszuprobieren oder Altbekanntes wieder neu zu genießen.

Wir hoffen, dass diese Ausgabe Ihnen Freude bereitet, zum Schmunzeln anregt und Sie auf viele kleine gedankliche Reisen mitnimmt.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen und eine schöne Sommerzeit voller kleiner Auszeiten und schöner Momente.

Herzliche Grüße  
Ihre

**Sabine Kalkhoff**

Gesamtleitung Residenz am Wiesenkamp  
und Gesellschaft für Diakonie

## Ein Besuch des Oktoberfestes in München



Vor längerer Zeit wollte ich mit einer Kollegin zusammen von Norditalien kommend das größte Volksfest der Welt besuchen. Wir ahnten schon, dass man wohl kaum ein Quartier in

oder um München finden würde und hatten als Notlösung den Nachtschnellzug nach Hamburg vorgesehen.

Der Empfangschef eines Hotels am Hauptbahnhof in München schnaubte uns missmutig an und erklärte, dass im Umkreis von 100 Kilometern kein freies Bett zu finden sei. Das war zwar theoretisch richtig, aber praktisch fanden wir über die Tourismus-Zentrale in einem netten Hotel unweit des Haupteingangs zum Oktoberfest ein Quartier, da dort eine Buchung storniert worden war.

Am Spätnachmittag stürzten wir uns ins Getümmel. Wir fanden sogar in einem großen Festzelt Plätze. Eine Blaskapelle erzeugte einen derartigen Lärm, dass eine Unterhaltung völlig unmöglich war. Am langen Tisch saßen wir neben einem japanischen Paar, mit dem wir uns ein wenig auf Englisch schreiend verständigen konnten.

Die Bedienung brachte schnell das bestellte Bier. Die Organisation im Festzelt wie auch draußen war sehr gut. Beispielsweise wurde keine Schlägerei geduldet und zahlreiche Aufsichtskräfte und bei Bedarf auch Polizeibeamte sorgten für Ordnung und Anstand.

Im Festzelt entdeckte ich unter meinem Sitz ein Portemonnaie und fragte die Tischnachbarn, ob jemand seine Geldbörse vermisst. Dies wurde verneint. Wir untersuchten den Fund in der Vorstellung, dass ein Name zu finden sei.



Überraschenderweise waren „nur“ DM 1.200,- in Geldscheinen, kein Hartgeld und auch sonst nichts Zweckdienliches zu finden. Wir staunten alle und wandten uns draußen an den nächsten Polizisten, der ebenso verblüfft war und sich den Vorgang samt unseren Namen notierte und uns dann anwies, die Fundsache in das Fundsachenzelt am Haupteingang zu bringen. Hier wurden wir auf unser Recht, 10 % der Summe als Finderlohn zu erhalten, zwar hingewiesen und auch mein Name und meine Telefonnummer wurde notiert; aber allen Beteiligten war klar, dass dies graue Theorie war.

Wir stiegen dann in eine Geisterbahn, die sich in schnellem Tempo, aber in der Ebene bewegte, denn von den Attraktionen, die den Gleichgewichtssinn zu sehr belasten, wollten wir lieber Abstand nehmen.

Bei der Fahrt in dieser Geisterbahn wurden wir im Halbdunkel von einem Gespenst, das uns fast umarmte, empfangen. Anschließend gaben uns eine Riesenspinne, eine grässliche Hexe und weitere Attraktionen das Geleit.

Als wir wieder wohlbehalten die Fahrt beendet hatten, setzten wir uns in ein Riesenrad, welches sich ganz gemütlich drehte. Oben hatten wir den schönsten Blick über die Stadt und fanden, dass dieses Gefährt uns lieber sei als alle wilden technischen Raffinessen, die ja heutzutage auf den Jahrmärkten zu entdecken sind.

Auf dem Rückweg zum Haupteingang entdeckten wir auf dem Boden sitzend neben einer dieser technischen und auch teuren Karussells völlig allein einen 16jährigen Jüngling mit blassgrüner Gesichtsfarbe weinend und von Brechreiz geplagt. Wir erfuhren, dass seine Freunde einfach weggegangen waren. Der Gesundheitszustand war doch so bedenklich,

dass wir beschlossen, ihn zum Zelt der Erste-Hilfe-Station zu begleiten. Wir erfuhren noch, dass seine Lederjacke, die ihm von seiner Großmutter zum Geburtstag geschenkt worden war, ihm auf diesem Jahrmarkt abhandengekommen war. Einige diesbezügliche Fragen brachten uns zu der Erkenntnis, dass Omas Jacke wohl endgültig verloren war.

Im Erste-Hilfe-Zelt nahm man den weinenden Jüngling sehr freundlich und medizinisch versiert auf, bettete ihn auf einer Liege und bald war der Patient eingeschlafen. In diesem Zelt warteten natürlich noch mehrere „Schnapsleichen“ auf ein Absinken ihres Alkoholpegels.

Auf den Wegen über das Oktoberfest fanden wir tatsächlich Besucher aus allen Ländern und Erdteilen. Manche hatten über die Jeans oder auch auf ihre landestypische Kleidung noch Lederhosen oder Dindlkleider gezogen und boten oft eine putzige Verkleidung.

Wir kamen noch an einem Schießstand vorbei, an dem ich erstaunlicherweise beim ersten Schuss einen ca. 50 cm großen Teddybären erstand. Dieser trug um den Hals ein Schild mit der Aufschrift „Hab mich lieb“. Ein etwa zehnjähriges Mädchen, das mit ihren Eltern das Geschehen beobachtet hatte, sah mit großen Augen auf meinen Teddybären. Ich schenkte dem Mädchen diesen Bären, die Familie bedankte sich herzlich.

Wir gingen dann zu unserem Hotel zurück und ließen in einem benachbarten Lokal unsere Erlebnisse Revue passieren. Wir fanden beispielsweise, dass der Fund der Geldbörse ein gutes Motiv für einen Kriminalroman sei.

**Dr. Helga Pohl**

## Unser Ausflug nach Mölln



Am 25.2.2026 war es so weit, der fast neue Bus des Unternehmens aus Kaltenkirchen stand bei uns bereit, um mit 22 Teilnehmern ins 52 km entfernte Mölln zu fahren. Es waren im Vergleich zu

anderen Ausfahrten verhältnismäßig wenig Teilnehmerinnen und Teilnehmer, viele hatten wegen der noch kalten Temperaturen den Ausflug nicht gebucht, aber wir hatten großes Glück! Über die A 24 und die „Alte Salzstraße“ erreichten wir nach einer Stunde die Stadt Mölln und unser Restaurant Seeblick im Hotel Schwanenhof. Wir waren etwas zu früh, aber der Service hatte sehr schnell die Tische in den frisch renovierten Räumen gedeckt. Vom Restaurant hatten wir einen sehr schönen Ausblick über den Schulseesee auf die Altstadt mit der auf einer Anhöhe stehenden St.-Nicolai-Kirche.

Nachdem die Sonne alle Wolken vertrieben hatte und wir das sehr gute Mittagessen, die meisten hatten sich für gebratenen Lachs entschieden, genossen hatten, stiegen wir erneut in den Bus. Wir fuhren ein kurzes Stück in das Altstadtzentrum und gingen von dort zum



Marktplatz, für die Personen mit Rollator nicht einfach, denn es ging auf schmalen Fußwegen stark bergauf. Dort wartete unser Gästeführer Herr Mahler und natürlich der Till Eulenspiegel-Brunnen auf uns. Der Marktplatz wird umrahmt von alten Fachwerkhäusern, dem in Backsteinromantik erbauten Rathaus und – etwas erhöht – von der St.-Nicolai-Kirche.

Herr Mahler ging mit uns hinauf zur Kirche, von dessen Vorplatz man Teile der Möllner Seenplatte sehen konnte, die alle wasserseitig miteinander verbunden sind. Der Ziegelsee wird vom Elbe-Lübeck-Kanal durchflossen. Dessen Vorgänger war der 1398 erbaute Stecknitzkanal, der für die Salztransporte von der Elbe (Lauenburg) zur Ostsee (Lübeck) erbaut wurde. Dieser hatte eine Höhendifferenz von 19 Metern, die über Schleusen überwunden wurden. Wichtig zu wissen ist, dass Mölln von 1359, mit kurzer Unterbrechung, bis 1683, also über 300 Jahre zur Hansestadt Lübeck gehörte. Mölln profitierte von dessen Reichtum und der Lage an der Wasserscheide des Kanals für die Salztransporte zwischen Lüneburg/Lauenburg und Lübeck.

Der Überlieferung zufolge wurde Till Eulenspiegel auf dem Kirchenvorplatz 1350 senkrecht begraben, da an einer Seite des Sargs das

Tragseil gerissen war und der Sarg dann nicht waagrecht abgesenkt werden konnte. Über dem Grab wurde ein Lindenbaum gepflanzt, wie es damals üblich war. Die Linde galt als Baum der Gerechtigkeit. Ein Gedenkstein in einer Nische der Kirche aus dem Jahre 1530 erinnert an die Grabstätte.

Wir gingen dann in die Kirche mit dessen Bau Anfang des 13. Jahrhunderts begonnen wurde, der Turm wurde bereits 1391 fertiggestellt. Herr Mahler hat in der Kirche auf folgende Besonderheiten hingewiesen: Eine Darstellung an der oberen linken Wand zeigt den heiligen Nikolaus (Nicolai-Kirche) und den heiligen Jacobus (Jacobsweg), das Taufbecken mit dem Holzdeckel, dem Hängeleuchter im Südschiff aus dem Jahre 1509 und der von 2018 bis 2022 renovierten Orgel, deren Vorgänger bereits 1766 fertig wurde.

Das Wichtigste kommt zuletzt, die Vorstellung des Till Eulenspiegel-Brunnens. Es wird allen empfohlen sich mit den Händen an den Fußspitzen und gleichzeitig an dem Daumen zu halten, sich dann etwas zu wünschen und danach laut zu sagen „Ich bin ein Narr“! Der Wunsch darf nicht verraten werden, man darf nur hoffen, er wird erfüllt. Wer war Till Eulenspiegel? Um es kurz zu sagen, ein in Norddeutschland umherstreifender Schalk, der sich dumm stellte, aber tatsächlich gerissen war und seinen Mitmenschen immer neue Streiche spielte. Ein 1510 publiziertes Buch über ihn wurde ein Bestseller.

Leider war damit unsere Besichtigung der Stadt Mölln beendet, wir gingen zurück zum Bus und waren gespannt auf das Kaffeetrinken. Ein Navi sollte uns hinführen, aber das Navi hatte nicht registriert, dass unser Fahrzeug ein Bus war, und so blieben wir in einer schmalen Straße stecken.

Wir fanden eine freundliche Passantin, die uns dann zum Kaffee lotste. Vorher musste unser Fahrer den Bus wenden, es war kompliziert. Der Vorteil war, der Bus hatte an jeder Seite drei Kameras nach hinten, sodass der Fahrer gut rangieren konnte. Trotzdem meine Hochachtung. Und wo gab es Kaffee und Kuchen? Das Café/Bistro Harlekin war eine etwas bessere Kantine in einer ehemaligen Kaserne, ohne schönen Ausblick auf einen der vielen Seen, wie ich es mir vorgestellt hatte. Schade, trotzdem ein sehr interessanter Ausflug ins geschichtsträchtige Mölln, an dem ersten Frühlingstag des Jahres.

**Klaus Döhrbeck**



## Die Geschichte eines Buches



„Einen Lenz schmeißt man nicht weg!“, sagte meine Frau. Und auch keinen Böll, keinen Grass, keinen Thomas Mann, keinen Surminski und ...

Wir waren gerade beim Packen für den Umzug in

die Residenz und mussten uns aus Platzgründen auch von vielen Büchern trennen. Das fiel uns schwer.

Aber ein Buch aus meiner Kindheit musste doch noch mit: „Der Lederstrumpf“ von J. F. Cooper. Es ist ein Romanzyklus, der im frühen 19. Jahrhundert entstand und grob gesagt einige Abenteuer- und Indianergeschichten erzählt. Die im Lederstrumpf zusammengefassten Bücher wurden damals weltberühmt. Keine große Literatur, aber auch nicht ganz ohne Tiefgang.

Ich habe das Buch (in der Neuauflage 1931) im Jahre 1955 von meinem Onkel Georg und meiner Tante Lotte geschenkt bekommen. Mit einer sehr persönlichen Widmung. Ich war damals 12 Jahre alt und habe das Buch geliebt. Es war ein Schatz. Und es hat mir die Freude am Lesen vermittelt. Lesen ist für mich auch heute noch sehr wichtig. Das Buch ist also Teil meiner persönlichen Entwicklung.

Allerdings ist das Buch in einem beklagenswerten Zustand (siehe Foto). Aber zeigen bei Kindern die am meisten abgegrabbelten Dinge nicht auch, dass sie besonders geliebt wurden? Ich habe das Buch jetzt zum Restaurieren gegeben.

Aber es gibt noch eine andere Geschichte, die mit dem Buch verbunden ist: Tante Lotte war die älteste Schwester meiner Mutter. Tante

Lotte hatte früh ihren einzigen Sohn, Heinz, bekommen. Ich dagegen kam spät in der Ehe meiner Eltern zur Welt. Deshalb war mein Cousin Heinz etwa 20 Jahre älter als ich. Während ich noch in den Windeln lag, war Heinz Soldat an der Ostfront. Er kämpfte 1944 in der fürchterlichen Schlacht bei Witebsk. Gegen weitaus überlegene sowjetische Truppen endete die Schlacht mit dem totalen Zusammenbruch der deutschen Heeresgruppe Mitte. Heinz galt als vermisst. Tante Lotte und Onkel Georg hofften noch bis lange nach Kriegsende, dass er in sowjetische Kriegsgefangenschaft gekommen sein könnte. Eines Tages besuchte sie ein Russland-Heimkehrer aus Heinz Einheit. Er berichtete ihnen, dass Heinz schwer verwundet worden war. Sowjetische Panzerverbände seien gerade im Vormarsch gewesen. Man habe ihn beim Rückzug zurücklassen müssen.

Nachdem 1955 die letzten deutschen Kriegsgefangenen aus Russland nach Hause zurückgekehrt waren, wurde Heinz für tot erklärt. Und Onkel Georg und Tante Lotte schenken mir das Buch, das sie ursprünglich ihrem Sohn geschenkt hatten, als er so alt war, wie ich es jetzt war.

**Peter Bork**



## Seniorengelbet

Jetzt in meinen alten Tagen  
will ich meinem Schöpfer sagen:  
Ach lieber Gott, im Knie Arthrose,  
der Bauch passt nicht mehr in die Hose,  
das Kreuz wird auch schon sichtbar krumm,  
die Hüfte knackt, das ist doch dumm.  
Auch der Kopf, er wackelt sehr,  
die Hände zittern immer mehr.  
Ach Gott, was hab' ich nur verbraucht  
verschlissen sind Gelenk und Knochen.  
Doch gibt's im Alter auch Geschenke:  
Künstliche Zähne und Gelenke.  
Wenn morgens sich kein Schmerz mehr regt,  
schnell prüfen, ob das Herz noch schlägt.  
Und dennoch Herr, will ich dir sagen:

Mag auch das Knacken noch so plagen,  
trotz aller Fülle von Beschwerden  
bin ich so gern auf dieser Erden.  
Wenn das Zwacken und das Zwicken  
wär' eines Tages ausgelitten  
und hörte alles plötzlich auf,  
wär' ja vorbei mein Lebenslauf:  
Drum lieber Gott,  
hör' auf mein Bitten:  
Lass es noch lange  
weiter zwicken!

*Verfasser unbekannt*  
eingebracht von  
**Gisela Pump**



## Fernweh

Es zieht mich in die Ferne  
ein Sehnen drängt mich  
zu Palmen, Strand und Meer  
Meeresrauschen, stille Grotten  
und einen blauer Himmel  
mit einer strahlenden, goldenen Sonne  
die im Abendrot im Meer versinkt  
Tahiti ist das Zauberwort.

Es zieht mich in die Ferne  
zu den fröhlichen Menschen  
die gern tanzen und singen  
vor langer Zeit schon zogen sie  
voll Abenteuerlust  
in ihren Einbäumen über die Meere  
Hawaii zu entdecken und zu besiedeln.

Doch mich zieht es an den Ursprung  
Tahiti ist das Zauberwort.

Es zieht mich in die Ferne  
zu einem hohen, dunklen Firmament  
an dem die Sterne blitzen und funkeln.  
Wie lange leuchten mir noch die Sterne  
auf diesem schönen, blauen Planeten?  
Werde ich die Traum-  
insel noch erleben?  
Die Schönheit mit  
eigenen Augen sehen  
Tahiti ist das  
Zauberwort.

**Gerda Puhst**



## Oma Heitmann's Goorn und de lütt Hilde



Över den Goorn vun mine Oma gift dat soveel to vertellen, ick weet gor nich woneem ick anfangen schall.

Hamfelln, dat erste Huus achter de Bahn, dat wör

mine Adress, so hett man mi dat bibröcht und de groote Goorn güng bit an den Bahndamm. Dat erste Enn vun t Huus wech, dat wör Sandboden, dor harrn Oma und Opa twee scheune Spargelbeete anlecht. Ja und an beede Sieden wussen wunnerscheune Montbretien, düsse lütten Glocken in Orange, de bleuht to de Tied, wo dat Spargelkruut all scheun greun is so in August bit September.

Beeten wieder lang wörn alle Sorten Gemüse, Kohl und Salat. De Lüüd in't Dörp wören doch Selbstversorger to de Tied. Jedeen harr so tämlich vun allns een beeten wat. Dormit kunnst du ok Tuuschen, to'n Bispill all de lütten Saaten orer Planten. Dat meeste wör sülbst dröögt över Winter und keem in Freuhjohr in de Eer.

Und ick harr dat groote Glück, dat mine Oma mi een lütt Beet trech makt hett, dor dörf ick denn Radieschen und Wöddel (Möhren) utseien. Dat wör scheun för mi, wiel ick ja sowieso nieschierig bin und girn taukieken will, wat woll ut de Eer rutwassen deit. De Radieschen keemen toerst mit so'n lüttbeeten Greun rut, de Wöddeln noch lang nich. Man Geduld is ok nich mine Saak.

Endlich kann ick de ersten lütten Radieschen ut de Eer rutpulen. Oma secht, nee tööf man noch een poor Daag. Ja, dat mook ick und frei mi över dat scheune, roode, runde Dings. Man rinbieten

– oh wat schmeckt de gediegen, nee Oma, de mach ick gor nich, de sünd mi to scharp! Mit de Wöddeln wör dat denn een beeten anners. No gefeuhte Ewigkeet sünd dor so'n poor Dinger mit een lütten Knubben boben an ... Nee secht Oma, dat duert noch een beeten, de dörfst du noch nich rut trecken. Ja ick weet Bescheed.

Man eenen Daag is Oma nicht o Huus und ick bün so neeschierig up mine Wöddeln, dat is doch min Beet, nu will ick dat weeten. Ganz vörsichtig mit mine lütten Finger verseuk ick dat und krieg dor ok wat rut. Man ick wull doch blots een lütt Wöddel hebben, nu sünd dat all fief lütte Dinger, och de buddel ick dor flink wedder in de Eer und denn köönt se ja wieder wassen.

Beeten Water hebbt se noch kreegen, man Oma hett mi düchtig utschmpt und ick heff mi dat bit hüüt markt. So, leewe Lüüd, dat wör de erste Deel vun den Goorn, ick glöv dat gift noch mehr dorvun to veertellen.

**Hilde Schulz**



## Lyrik up platt

Heute habe ich für Sie ein Gedicht „up platt“. Es gefällt mir so „bannich good“ und ich hoffe, daß auch Sie Ihre Freude daran haben. Es handelt sich um die alte Sage von der Lorelei.

**De Loreley, Hein Köllisch Couplet Nr. 31**

Ik weet nich, wat sall dat bedüden,  
dat ick so gnadderich bün!  
So'n Quatschkroom ut uroole Tieden,  
de will mi gor nich ut'n Sinn.

De Luft, de is kühl – dat ward al düüster,  
dat speelt dor in de Gegend an'n Rhein!  
In de Luft, dor süht man rümflegen –  
Fladdermüüs, Uhlen un Kreih'n.

Un hoch boben op'n Felsen wie nüdlich –  
mit nix wieder an as'n Hemd,  
sitt'n Froonsminsch, so ganz gemüdligh;  
wat mookt se dor boben? Se kämmt –!  
Se kämmt sik mit engem Kamme!

Un sing'n deit se dorbi ok –  
dat heet: Wat se nu egentlich sing'n deit,  
dor ward keen Deubel ut klook!

Un ünn'n op'n Rhein kummt 'n Schipper,  
mit sien'n Kohn, bi den Felsen langssied.  
Wi de nu hüürt boben dat Gedibber,  
dor is de Kerl rein ut de Tüüt!

He süht ni de Felsenriffe –  
he kickt blots no boben rop.  
Dat schien em mächtig ti interessier'n –  
se seet em nämlich grood öber'n Kopp!

Wenn den Schipper de Wellen wegsnappen,  
ist gor nich to beduurn de Mann.

Wat geiht den dösigen Knappen  
dat Froonsminsch dor boben an?

Der Dichter Heinrich Heine schrieb es 1824 im französischen Exil ( auf hochdeutsch) und irgendwann kam Hein Köllisch die Idee, es in die plattdeutsche Sprache zu übersetzen.

**Die Lorelei von Heinrich Heine**

Ich weiß nicht, was soll es bedeuten,  
Dass ich so traurig bin;  
Ein Märchen aus uralten Zeiten,  
Das kommt mir nicht aus dem Sinn.

Die Luft ist kühl und es dunkelt,  
Und ruhig fließt der Rhein;  
Der Gipfel des Berges funkelt  
Im Abendsonnenschein.

Die schönste Jungfrau sitzet  
Dort oben wunderbar,  
Ihr goldnes Geschmeide blitzet,  
Sie kämmt ihr goldenes Haar.

Sie kämmt es mit goldenem Kamme,  
Und singt ein Lied dabei;  
Das hat eine wundersame,  
Gewaltige Melodei.

Den Schiffer im kleinen Schiffe  
Ergreift es mit wildem Weh;  
Er schaut nicht die Felsenriffe,  
Er schaut nur hinauf in die Höh'.  
Ich glaube, die Wellen verschlingen

Am Ende Schiffer  
und Kahn;  
Und das hat  
mit ihrem Singen  
Die Lorelei getan.

**Christa Wohlers**



## Tagebuch einer Weltreise 1964 – Teil 4: von Los Angeles nach Hawaii



Unser Aufenthalt in Los Angeles war für zwei Tage geplant. Der erste Tag umfasste eine Busrundfahrt durch LA mit Beverly Hills, Santa Monica und Hollywood mit dem Sunset Boulevard. Beverly Hills ist

hügelig mit parkähnlichen Gärten und prachtvollen Villen, der Rodeo Drive soll die teuerste Einkaufsstraße der Welt sein. Wir lernten bei der Rundfahrt Jess, einen Kubaner kennen, der uns abends einlud und uns seinen deutschen Freunden vorstellte, mit denen wir dann noch einen Tanzclub besuchten.

Auf den folgenden Tag hatte ich mich besonders gefreut, es war der Besuch von Disneyland in Anaheim. Der Vergnügungspark war 1955 eröffnet worden. Durch den dichten Verkehr benötigten wir zum 30 km südöstlich von LA gelegenen Park fast 80 Minuten. Der Eintritt kostete 6,40 \$, darin enthalten waren 10 Rundfahrten. Wir bummelten die „Hauptpromenade“ entlang direkt zum „Sleeping Beauty Castle“, rechts davon war das Matterhorn und dazwischen die vielen Märchengestalten wie Peter Pan und Alice im Wunderland usw. Wir fuhren mit der Street Car, der Alweg Bahn (Einschienebahn), dem U-Boot und machten den Dschungel Ride. Das war für mich die interessanteste Fahrt.

Man „fuhr“ auf einem alten Segler einen kleinen Fluss entlang und konnte an Land den Dschungel mit seinen Menschen und Tieren beobachten. Es war überall Bewegung, natürlich alles künstlich, aber fast perfekt. Das galt auch für den U-Boot Ride, überall bewegten sich künstliche

Fische. Disneyland, ein lohnendes Ziel, es waren erlebnisreiche Stunden!

Am nächsten Tag brachte uns der Bus über Bakersfield und Fresno nach Merced. Wir wollten von dort am nächsten Morgen weiter zum Yosemite National Park, erfuhren aber, dass um diese Jahreszeit kein Bus mehr in den Nationalpark fuhr. Unsere Wirtin wollte sich aber bei ihren Gästen nach einer Mitfahrgelegenheit erkundigen. Wir hatten Glück, eine ältere Dame meldete sich und wir konnten am nächsten Morgen um 6 Uhr mit ihr fahren. Es war eine landschaftlich sehr schöne Fahrt durch das enge Merced River Valley. Die Ankunft im Parkzentrum war um 9 Uhr und eine halbe Stunde später begann bereits unsere Rundfahrt durch den Nationalpark. Zuerst ging es zu den Riesenmammutbäumen, den Redwoods in der Mariposa Grove. Sie sind max. 90 m hoch und der älteste war ca. 2.700 Jahre alt. Der Durchmesser ist so gewaltig, dass wir mit dem Jeep durch den ausgehöhlten Stamm fahren konnten. Leider ist der Baum bei einem Wintersturm 1968 zusammengebrochen.

SS President Cleveland



Weiter bergauf ging es zum Glacier Point (2.500 m hoch) mit einer faszinierenden Aussicht über das Yosemite Valley und auf den halbkugelförmigen 2.693 m hohen Half Dome, einem Monolithen mit einer steil abfallenden Nordwestflanke. Ein weiteres Highlight des Parks war der 800 m hohe Wasserfall, der jedoch im Herbst nur wenig Wasser führte. Er wird abends illuminiert, aber das war nicht besonders aufregend. Übernachtet haben wir in einem „Zeltdorf“, das je Zelt zwei Liegen und einen kleinen Tisch hatte. Es war Herbst und dadurch in der Nacht schon etwas ungemütlich kühl.

Am folgenden Tag ging es mittags zurück nach Merced, dort haben wir die Koffer vom Hotel abgeholt und fuhren weiter nach San Francisco. Ein sehr schöner Blick auf die Stadt bietet sich dort von der Bay Bridge. „mein“ Schiff, die „President Cleveland“, lag schon am Pier. Abends bummelten wir noch durch das bunte Chinatown und das Stadtzentrum um den Union Square. Bis hier hatten wir von New York mit dem Greyhound Bus 4.390 Meilen oder 7.040 km zurückgelegt, eine Erholung war es nicht, aber dafür haben wir sehr viel gesehen.

Nachdem ich morgens das Büro der Reederei aufgesucht hatte, folgte eine Stadtrundfahrt. Es ging durch das Stadtzentrum, die Villenvororte, den Golden Gate Park, der Golden Gate Bridge und zum Fishermans Wharf. Anschließend unternahmen wir noch eine Hafenrundfahrt, vorbei an der Gefängnisinsel Alcatraz und natürlich eine Fahrt mit der Cable Car.

Beeindruckend war die Golden Gate Bridge, die das Tor zum Pazifischen Ozean überspannt, die längste Hängebrücke der Welt, 1937 erbaut mit einer Spannweite vom 1.281 m, einer Gesamtlänge von 2.793 m und einer Durchfahrts Höhe von 67 m. Leider ist die Brücke am Vormittag

fast immer im Nebel und die 227 m hohen Pfeiler sind dann kaum zu sehen. Abends haben wir in Chinatown gegessen und sind zum „Abschiedsdrink“ zum Turm des Fairmont Hotels in Nob Hill gefahren und hatten vom 29. Stock einem grandiosen Blick auf die Stadt. Der 10. September 1964, es war der Tag der Abfahrt und des Abschieds. Zur Vervollständigung meiner Garderobe habe ich noch einen Pullover und eine Hose gekauft. Mittags nahmen wir das Taxi zum Pier 50, an der Ostseite von San Francisco, südlich der Bay Bridge.

Gertrud musste das Schiff um 3:30 Uhr pm verlassen. Es viel ihr schwer, vor allen Dingen stand ihr die Rückfahrt mit dem Bus nach New York sehr bevor. Sie winkte, als wir um 4 Uhr pm vom Pier ablegten.

Es war eine Ausfahrt bei schönstem Wetter, wie bisher an allen Reisetagen. Wir fuhren unter der Bay Bridge an der Alcatraz Insel vorbei mit direktem Kurs auf den Pacific. Nachdem wir die Golden Gate Bridge passiert hatten, tauchte sofort Hochnebel auf und vom amerikanischen Festland war kaum noch etwas zu sehen. Meine gebuchte Außenkabine mit Bullauge war nichts Besonderes. Es war eine Vier-Bettkabine in der sogenannten Economy Class, deren Passagiere alle im hinteren Schiffsteil untergebracht waren. Seeleute sagen dazu im „Hotel zur Schraube“. Um 6:30 Uhr pm war das Abendessen, die erste Sitzung „Weiße“ und danach Asiaten. Meine Tischnachbarn waren ein US-Student, der in Japan weiter studieren wollte, eine Engländerin auf Weltreise mit Ziel Japan und Australien, eine junge verheiratete Frau, die ihren Mann in Japan besuchen wollte und eine High School Schülerin, die auch Japan als Ziel hatte.

Unser Schiff, die „President Cleveland“, war 1947 erbaut worden, war 1960 modernisiert



Diamond Head auf der Insel Oahu, Hawaii

und hatte eine Vermessung von 18.962 GT, eine Länge von 185 m und eine Breite von 23 m. Mit dem Schwesterschiff der „President Wilson“, versah sie den Dienst von San Francisco über Honolulu, Yokohama, Hong Kong nach Manila. Das Schiff hatte Platz an Bord für 304 Passagiere in der ersten Klasse und 380 Passagiere in der Economy Klasse. In der ersten Klasse bedienten „Weiße“ und in der Economy Klasse „Asiaten“. Der Pacific-Passagierverkehr wurde 1969 eingestellt, danach wurden die Schiffe für Kreuzfahrten eingesetzt und 1974 abgewrackt. Die Passage kostete 360 US \$. Unser Sonnendeck war hinten auf dem Poopdeck. Es hatte sich schnell Gruppe von jungen Passagieren gebildet und abends spielten Dan und Marion, letzterer ein Passagier aus meiner Kabine, auf ihren Gitarren und wir sangen dazu. Das muss so gut gewesen sein, dass wir zur Talentshow in der ersten Klasse eingeladen wurden.

Die Trennung der beiden Klassen war ziemlich konsequent, aber wir fanden die „Übergänge“ und haben oft zwischen den Schornsteinen auf dem Sun Deck der 1. Klasse Ringtennis gespielt. Der erste Tag auf See begann natürlich

mit einem ausführlichen Frühstück. Am Tisch saßen zwei Mädchen aus Finnland, die auf einer einjährigen Weltreise waren. Um 10:30 Uhr war der obligatorische Seenotrettungsdrill. Abends konnte man ins Kino gehen. Das Wetter war nicht so berauschend.

Die Fahrt zum nächsten Stopp, der Stadt Honolulu auf der Insel Oahu dauerte für das mit 18 Knoten laufende Schiff 5 Tage. Einen Tag vor der Ankunft hatten wir unseren Landausflug organisiert. Mit 16 jungen Reisenden bestellten wir vier Kabrios der Marke Chevrolet, mit denen wir die Insel erkunden wollten. Abends wurden wir mit einem Filmbericht über Hawaii auf den Tag eingestimmt. Die Gruppe der Hawaii-Inseln zieht sich auf Länge von fast 3000 km von Ost nach West, beginnend mit der größten Insel Hawaii und im Westen die kleine Insel Midway. Hier hat Mitte 1942 die entscheidende Seeschlacht stattgefunden, die den Wendepunkt des Pazifikkrieges einleitete. Die Japaner verloren dabei vier große Flugzeugträger. Die Inselgruppe ist seit dem Jahr 1959 der 50. US-Bundesstaat.

Am 15.09.1964 passierten wir um 7 Uhr den Diamond Head, die höchsten Erhebung auf der Insel Oahu. Vorbei an der Waikiki Beach lagen wir eine Stunde später am Aloha Tower Pier. Der Agent für die Autos wartete auf uns in der ersten Klasse. Trotzdem fanden wir ihn und unsere „Fahrer“ holten die Autos. So konnten wir um 10 Uhr starten, nachdem wir alle den hawaiischen Blumenkranz erhalten hatten. Dan, einer aus unserer Gruppe, hatte eine kambodschanische Freundin. Sie hieß Terry (sehr hübsch) und studierte an der Uni in Honolulu, und sie bot sich uns als Guide an. Zuerst zeigte sie uns die sehr moderne Uni, gelegen in einem parkähnlichen Gelände, sie wird zu fast 80 % von wohlhabenden Asiaten besucht.

Bei hochsommerlichen Temperaturen ging es weiter entlang an dem Waikiki Beach, dem Diamond Head zum östlichsten Punkt der Insel, dann zu einer kleinen Bucht zum Baden und Lunchen, aus den vom Schiff mitgegebenen Lunch Paketen. Durch Zuckerrohrplantagen und Ananasfelder (sah ich zum ersten Mal) fuhren wir zur nächsten Bucht und badeten wieder im schönen kristallklaren Wasser.

Weiter ging es entlang an der nordöstlichen Küstenstraße bis zum nördlichsten Punkt und dann zurück Richtung Süden. Zum Schluss fuhren wir vorbei am Ehrenmal für die 2.400 Toten des japanischen Überfalles auf Pearl Harbor am

7. Dezember 1941. Leider fehlte uns die Zeit zur Besichtigung. Weiter ging es auf eine Anhöhe. Von hier sahen wir einen phantastischen Sonnenuntergang, mit einem sehr hübschen Blick auf den Diamond Head und die Stadt Honolulu.

Abends um 7 Uhr waren wir nach der Inselumrundung zurück am Schiff. Marion und ich sind dann in der Altstadt von Honolulu Essen gegangen und wollten uns danach an Bord nur kurz ausruhen. Leider haben wir dann die nächtliche Ausfahrt verschlafen. Schade, es ist Brauch zum Abschied Blumen ins Meer zu werfen, um sicherzustellen, dass man wiederkommt.

**Klaus Döhrbeck**

## In einer finsternen Hochsommernacht



In einer finsternen Hochsommernacht bin ich aufgewacht und bin auf den Balkon hinausgetreten, und da hat mich die Pracht des Sternenhimmels geradezu erschreckt und erschüt-

tert. In solcher Fülle und Klarheit hatte ich ihn noch nie gesehen, in solcher Einsamkeit unter und gleichsam wandelnd zwischen den Sternen habe ich mich noch nie gefühlt. Die blaue Decke des Tages war weggezogen, und nun erglänzte auf der purpurnen Finsternis die Unendlichkeit Stern an Stern in aller Fülle des Lichtes – vom Zenit bis zum Horizont. Von Ost über Süd bis zum West in aller Klarheit stand das Bild der Unermesslichkeit, der Ewigkeit des Allmächtigen vor mir. Es war mir, als stünde ich mutterseelenallein vor der Herrlichkeit des Herrn, und die funkelnden

Sterne wären meine Brüder, und ich fühlte tief das Menschenglück dieses Schauens der unsagbaren Schönheit, mit dem sich mir, dem Erdenwurm, die Allmacht Gottes offenbarte. In dieser feierlichen Stunde ging es mich nichts an, was und wie die Sterne sind; ich war so ganz ohne Kunde von ihnen, und nur meine Augen nahmen diese Wunderwelt in meine Seele auf. Kein Wissensgedanke störte mich, ob ich der Bruderschaft mit den Sternen würdig, ob ich klein oder groß sei; aber mit Ehrfurcht fühlte ich, dass ich sei, und dass auch mich, wie den Sternenhimmel, des Schöpfers Wille auf meinen Wegen leite, ja, es kam über mich, als ob auch ich teil hätte am schauenden Auge Gottes, des ewig Schaffenden.

*HansThoma (1839 – 1924), Maler und Grafiker  
eingebracht von  
Elly Hamdorf*

## Vor die Tore der Stadt



So unglaublich es klingen mag – angesichts der damals völlig autofreien Hamburger City – aber schon in der Mitte des 19. Jahrhunderts erschien ein paar Kaufleuten die Stadtmitte zum Wohnen

zu lebhaft. Sie sahen sich um, ob es nicht vor den Stadttoren geeignetes Baugelände gäbe. Das fanden sie am Harvestehuder Weg. Der war damals – vor dem Dammtor, das ja ein leibhaftiges Tor war – ein Stück freier Natur, das man allenfalls im Sommer aufsuchte.

Als nun der aus England nach Hamburg gekommene Robert Sloman und der Sohn von Bürgermeister Ascan Wilhelm Lutteroth-Legat 1848 allen Ernstes daran gingen, am Harvestehuder Weg Häuser zum ganzjährigen Wohnen zu bauen, hielten ihre Bekannten sie für nicht recht gescheit. „Haben Sie auch an den Winter gedacht, bester Lutteroth? Wie wollen Sie von da draußen in Wind und Wetter in Ihr Comptoir kommen?“ „Frische Luft ist gesund“, meinte Lutteroth. „Da draußen haben wir’s ruhig.“

„Aber Sie haben ja nicht einmal Geschäfte in der Nähe. Ihre verehrte Madame wird in größte Schwierigkeiten kommen.“ „Das haben wir schon bedacht. Immerhin finden wir einen Bäcker in der Alten Rabenstraße und auch ein Schlachter ist nicht weit. Verhungern werden wir schon nicht. Vielleicht bekommen wir sogar in den nächsten Jahren eine Wasserleitung.“ „Richtig, daran habe ich noch gar nicht gedacht. Sie werden ja wirklich fern von jeder Kultur leben.“ „Wir lassen uns Wasser vom Feldbrunnen kommen. Aber ich sage Ihnen eines: Sloman und ich werden nicht lange allein bleiben.“



Harvestehude ca. 1789 bis 1796

Ich gehe eine Wette ein: in 50 Jahren wird am Harvestehuder Weg ein Haus am anderen stehen.“ „Wenn Sie sich da nur nicht irren. Ich wette dagegen, dass Sie schon bald reumütig in die Stadt zurückkehren werden.“

Aber Lutteroth gewann seine Wette noch viel eher. Schon 1855 hatten sich namhafte Honoratioren der Stadt ihre Grundstücke am Harvestehuder Weg gesichert; als da waren neben den Lutteroths und Slomans die Schroeders und die Chapeaurouges, die Amsincks und Gabes, die Refardts und Eybes. Aber bereits 20 Jahre später gaben viele der „Siedler“ vor den Toren der Stadt (die 1860 für immer geöffnet wurden) ihre Grundstücke wieder auf; es wurde ihnen zu laut und unruhig.

**Christa Wohlers**

## Das Rauschen der Bäume



Ihr stattlichen Bäume, mit eurem Rauschen erzählt ihr so unermesslich viel aus eurem langen Leben. Ich höre euch immer wieder voller Demut zu. Um nicht zu vergessen was ihr erzählt versuche ich, es in Buchstaben festzuhalten.

Auf der ganzen Erde seid ihr vertreten. Bei uns in Europa wachsen prächtige Eichen. Die gehören zur Familie der Buchengewächse und können uralte werden. In der Mecklenburgischen Seenplatte in einem Waldstück bei Stavenhagen stehen seit über 1000 Jahren einige eurer ältesten Vertreter. Mit einem Durchmesser von 1,00 Meter und einer Höhe von 12,40 Meter habt ihr schon eine Lebenszeit von 600 bis 800 Jahren erreicht. Mit einem Umfang von 11,86 Meter und 850 Jahren steht eine eurer mächtigsten Stieleichen bei uns in Ivenack, in der Mecklenburger Schweiz – einer der dichten immergrünen Wälder Mitteleuropas ist der Schwarzwald.

Euer von uns Menschen Urwald genanntes Gebiet ist ein Wald, dessen Baumwipfel so nah beieinanderstehen, dass nur vereinzelt Licht durchdringt. Er ist die Heimat unzähliger Tiere. Dort stehen aus euren Familien Kiefern, die bis zu 1000 Jahre alt werden und Buchen, die mit mehreren 100 Jahren schon sehr betagt sind. Unter euren Füßen im Waldboden wimmelt es von Leben. Einer der letzten eurer Vertreter dieser Urwälder ist der in Polen beheimatete Białowieża Nationalpark.

Dschungel – Wildnis – nennen wir Menschen tropische Regenwälder. Der Amazonas-Dschungel ist der größte der Welt. Im Dschungel lebt ihr

zusammen mit unzähligen Pflanzen und Tieren und auch vielen Menschen. Diese Ureinwohner – sogenannte Indigene – leben seit Jahrhunderten mit euch und im Einklang mit der Natur. In eurem Daintree Regenwald in Queensland, Australien, sind einige von euch mit einem geschätzten Alter von 100 Millionen Jahren vertreten und damit die ältesten im tropischen Regenwald.

Von euch Eichen gibt es über 400 Arten, sowohl Laub- als auch Nadelhölzer. Ihr spielt eine große Rolle im Brauchtum. In der Baumsymbolik stehst du, majestätische Eiche, als „Königin des Waldes“ für Werte wie Stärke, Freiheit, Ehre, Kraft, ewiges Leben, schlicht Unsterblichkeit.

Aus euren Familien der Fichten können einzelne Exemplare bis zu 300, Tannen bis zu 600 und Eiben und Linden, wie ihre Freunde die Eichen, sogar auch bis zu 1000 Jahren alt werden.

Mir ist bewusst, dass wir Menschen euch in den letzten Jahrhunderten sehr schlecht behandelt haben. Wir hatten wenig Respekt vor euch, doch allmählich stellt sich bei uns die Erkenntnis ein, dass ihr uns immer sehr gute Luft zum Atmen schenkt. Jetzt verstehen wir, dass ihr sehr wohl ohne uns weiterleben könnt, wir jedoch ohne euch nicht.

**Gerda Puhst**



## Gut zuhören – auch wenn das Hören schwerfällt

Nach unserem letzten Beitrag über das Leben mit einer Sehbehinderung soll es diesmal um ein anderes, oft unsichtbares Thema gehen: die Hörbehinderung.

Viele Menschen in der Residenz – und allgemein im höheren Alter – kennen das Problem: Wer schwerhörig ist, kann Töne nicht mehr richtig hören oder verstehen – ist das Hörvermögen nahezu ganz verloren, spricht man von Gehörlosigkeit.

### Auswirkungen auf Alltag, Kommunikation und Sicherheit

Hörprobleme betreffen oft alle Lebensbereiche. Gespräche fallen Betroffenen schwer, da nur Bruchstücke des Gesagten ankommen. Das Sprechen und Verstehen an lauten oder halligen Orten (z.B. Restaurant, Bus, ...) strengt besonders an. Viele Schwerhörige ziehen sich deshalb nach und nach aus Unterhaltungen zurück und unternehmen weniger. Dies kann zu sozialer Isolation führen: Man fühlt sich ausgegrenzt oder versteht nicht mehr, was im Familienkreis oder in der Runde gesagt wird. Studien zeigen außerdem, dass unbehandelte Schwerhörigkeit das Risiko für depressive Verstimmungen und den Grad von Ängstlichkeit erhöht. Um Fähigkeiten und Fertigkeiten zu erhalten, muss das Gehirn regelmäßig Reize bekommen. Deshalb ist es günstig, rechtzeitig Hörgeräte zu tragen, um einer evtl. späteren Demenz vorzubeugen.

Auch die Sicherheit leidet. Wer schlecht hört, nimmt wichtige Warnsignale (Autohupe, Kinderlärm, Türklingel, Feueralarm, ...) schlechter wahr und ist im Straßenverkehr weniger sicher. Experten betonen deshalb: Besseres Hören schafft Lebensqualität. Sie stellen fest, dass

Menschen mit gut angepassten Hörhilfen sich sicherer bewegen und viel aktiver am Leben teilnehmen – Kinobesuche und Gespräche werden wieder verständlicher, und selbst Vogelgezwitscher ist kein Rätsel mehr.

### Umgang mit Scham und Rückzug

Viele Betroffene empfinden ihre Hörminderung zunächst als peinlich und möchten sie verbergen. Doch Therapeuten und Fachleute raten: Schwerhörig zu sein, ist kein Makel und kein Grund zur Scham. Im Gegenteil: Offen über das Problem zu sprechen, erleichtert allen das Leben.“ Für Menschen mit Hörproblemen ist es wichtig, diese nicht zu verstecken. Schwerhörig zu sein ist kein Grund, sich zu schämen oder zurückzuziehen. „Es hilft, sich selbst gegenüber nachsichtig zu sein und die Einschränkung anzunehmen.

Selbstvertrauen zu entwickeln und Hörhilfen anzunehmen, wird als wichtiger Schritt beschrieben, denn richtige Hörgeräte verbessern die Lebensqualität und erleichtern den Alltag erheblich. Freundliche Motivation von Angehörigen und das gemeinsame Beschreiten des Weges zum Arzt können Ängste lösen.

### Möglichkeiten der Diagnostik

Anzeichen für eine Hörminderung sind etwa häufiges Nachfragen, lauter Stellen des Radios oder Probleme im Gespräch mit mehreren Leuten. Sobald diese Hinweise auftauchen, sollte man ärztliche Hilfe suchen. Meist beginnt man bei einem Hals-Nasen-Ohren-Arzt (HNO-Arzt). Im Arztgespräch werden Beschwerden und Begleitsymptome erfragt, dann werden die Ohren untersucht (z. B. Ohrspiegelung auf Entzündungen oder Ohrenschmalz).

Anschließend folgen sogenannte Hörtests. Dabei setzt man einen Kopfhörer auf und gibt Töne verschiedener Frequenzen und Lautstärken über die Ohren ab. Der Patient signalisiert, ab welcher Lautstärke er die Töne hört. Oft wird danach ein Sprachaudiogramm durchgeführt: Man wiederholt Zahlen oder Worte um das Sprachverstehen zu überprüfen.

Neben dem HNO-Arzt können auch Hörakustiker testen. Diese Fachleute bieten oft schnelle Höranalysen an und beraten zu Hörhilfen. Laut Experten sind regelmäßige Hörkontrollen ratsam – etwa ab dem 50. Lebensjahr jährliche einen Test zu machen um Veränderungen früh zu bemerken. Eine rechtzeitige Diagnose ist wichtig, weil man so schnelle Gegenmaßnahmen (Reinigung, medikamentöse Behandlung, Hörgerät) ergreifen kann.

### Technische Hilfen und Unterstützung

Es gibt heute eine Fülle technischer Hilfsmittel, die Alltag und Kommunikation erleichtern. Hörgeräte sind die wichtigste Maßnahme bei mittlerer bis hochgradiger Schwerhörigkeit. Sie verstärken leise Töne, schwächen überlaute Geräusche und leiten den Schall optimiert in das Innenohr. Moderne Geräte sind sehr individuell einstellbar und unauffällig – manche sitzen komplett im Ohr, andere hinter dem Ohr. Viele Hörgeräte verfügen über Bluetooth-Funktionalität: Sie koppeln sich kabellos mit Smartphones, Fernsehern oder Musikanlagen, so dass der Ton direkt ins Ohr übertragen wird.

Ist das Innenohr sehr stark geschädigt, können Cochlea-Implantate helfen: Diese kleinen Implantate wandeln Töne in elektrische Impulse um, die direkt an den Hörnerv weitergeleitet werden.



Weitere Hilfen für den Alltag sind: Seniorentelefone oder Telefonverstärker (sie bieten extra laute Klingel- und Sprechlautstärke) und Fernsehverstärker (z. B. Kopfhörer oder TV-Sendemodule.) Für das Klingeln der Türklingel, Telefon oder Wecker gibt es Lichtsignalanlagen: Sie wandeln akustische Signale in helle Lichtblitze oder starke Vibrationen um, z. B. an einer Leuchte oder einem Vibrationskissen. Spezielle Vibrationswecker schütteln das Bettkissen, damit man auch im Tiefschlaf den Weckruf spürt. In öffentlichen Gebäuden (Theater, Bank) oder zu Hause können Induktionsschleifen (Hörschleifen) installiert sein, die das Signal direkt ins Hörgerät übertragen. Solche Hilfen machen es leichter, den Alltag trotz Hörminderung sicher und komfortabel zu meistern.

### Tipps für bessere Kommunikation

#### Für das Umfeld

#### (Angehörige, Freunde, Pflegepersonal):

- Sprechen Sie die hörbehinderte Person direkt an und wenden Sie sich beim Sprechen Ihrem Gegenüber zu. Achten Sie darauf, deutlich und in normaler Lautstärke zu sprechen (Schreiben hilft nicht).

- Sorgen Sie für gute Sichtverhältnisse: Stehen Sie genug im Licht und schauen Sie, dass Ihr Gesicht sichtbar ist (keine Maske oder Hand vor dem Mund). Verzichten Sie auf Sprechen mit vollem Mund oder vor einer Plane, denn das Erkennen der Lippenmimik erleichtert das Verstehen.
- Reduzieren Sie Hintergrundgeräusche: Schalten Sie Radio, Musik oder einen laufenden Fernseher aus, wenn Sie ein Gespräch beginnen. Nebengeräusche lenken nur ab.
- Haben Sie Geduld: Wiederholen Sie Ihre Aussage bei Bedarf auf eine andere Weise und fassen Sie in größeren Runden gegebenenfalls kurz zusammen, worum es geht. (Unterstützen Sie den Schwerhörigen, indem Sie ihm zwischendurch kurz wiedergeben, was gerade besprochen wird – so fühlt er sich eingebunden.)
- Haben Sie Verständnis: Zuhören ist für Schwerhörige anstrengend. Bieten Sie in Gesprächen Pausen an und fragen Sie ruhig nach, ob alles verstanden wurde. Loben Sie es, wenn sich jemand traut, um Wiederholung zu bitten.

#### Für Betroffene:

- Sprechen sie Ihre Hörbehinderung offen an – etwa gegenüber Familie, Freunden oder dem Pflegepersonal. Tragen sie Ihr Hörgerät sichtbar (z.B. hinter dem Ohr). Viele Menschen erkennen so, dass sie lauter sprechen oder deutlicher formulieren müssen.
- Positionieren Sie sich günstig: Setzen oder stellen Sie sich gegenüber von Ihrem Gesprächspartner, so dass Sie sein Gesicht gut sehen. Achten Sie auf genügend Raumlicht, damit Sie die Lippenbewegungen besser ablesen können
- Sprechen Sie langsam und deutlich, wenn Sie selbst reden – das motiviert Ihr Gegenüber, es Ihnen gleichzutun.

- Wenn Sie etwas nicht verstanden haben, sagen Sie das offen und bitten Sie um Wiederholung oder Erklärung. Vortäuschen von Verständnis führt meist zu Verwirrung bei allen.
- Setzen sie sich neben vertraute Personen, wenn Sie an Veranstaltungen oder Familientreffen teilnehmen, denn so bekommen Sie leichter mit, worüber geredet wird.

Diese Tipps sollen helfen, Gespräche weniger belastend zu gestalten Denken Sie daran: Gute Kommunikation ist keine Einbahnstraße – Offenheit und Rücksicht von beiden Seiten machen den Alltag leichter.

Abschließend gilt wer sein Hörproblem aktiv angeht, gewinnt viel zurück. Verbessertes Hören bedeutet mehr Sicherheit im Alltag, mehr Teilnahme an Gesprächen und mehr Lebensfreude. Lassen sie sich beraten, probieren sie Hörhilfen und Trainings aus uns nutzen Sie bestehende Angebote. So kehrt ein großes Stück Lebensqualität zurück.

Technische Hilfsmittel wie Hörgeräte oder Hörverstärker sind heute sehr leistungsfähig, allerdings kein Ersatz für ein verständnisvolles Miteinander. Verständnis, Geduld und gegenseitige Rücksicht bleiben die wichtigste Hilfe. Wer selbst eine Hörminderung hat, sollte sich nicht scheuen, offen darüber zu sprechen. So entsteht Klarheit – und ein Klima, in dem niemand ausgeschlossen wird. Denn gutes Verstehen ist keine Selbstverständlichkeit, aber gute Verständigung ist immer möglich, wenn wir uns ernsthaft darum bemühen. Wenn Sie weitere Unterstützung benötigen, wenden Sie sich an Ihren HNO-Arzt.

**Silvia Eggert, Nadja Karge, Ina Sarkander**  
Ergotherapeutinnen der  
Residenz am Wiesenkamp

## Pflege und Betreuung im Wohnbereich Pflege



Im Wohnbereich Pflege der Residenz am Wiesenkamp steht die Pflege und Betreuung der Bewohnerinnen und Bewohner im Mittelpunkt einer engen Zusammenarbeit verschiedener Berufsgruppen.

Pflegefachkräfte, Betreuungspersonal, Ärzte, Therapeuten und Sozialarbeiter arbeiten Hand in Hand, um den zu Betreuenden ein möglichst selbstbestimmtes und würdevolles Leben zu ermöglichen. Um die Lebensqualität der Bewohnerinnen und Bewohner zu erhalten und zu fördern, steht bei der Arbeit im Team der Austausch von Wissen, eine offene Kommunikation und die gegenseitige Unterstützung im Vordergrund.

Ein zentrales Element der Zusammenarbeit im Team ist der regelmäßige Austausch. Wöchentliche Besprechungen dienen dazu, individuelle Pflegepläne abzustimmen, aktuelle Herausforderungen zu besprechen und Lösungen gemeinsam zu erarbeiten. Besonders wichtig ist dabei die Einbeziehung aller Beteiligten, um so ein umfassendes Bild über die Bedürfnisse der zu Betreuenden zu erhalten. Dabei werden die Angehörigen, soweit möglich und gewünscht, in den Betreuungsprozess integriert. Das gilt auch für die im Wohnbereich Pflege sehr engagiert tätigen Ehrenamtlichen.

Die interdisziplinäre Kooperation ermöglicht es, auf die vielseitigen Anforderungen im Pflegealltag flexibel zu reagieren. Während die Pflegekräfte für die tägliche Grundpflege sowie die medizinische Versorgung zuständig sind, kümmern sich die Betreuungskräfte um die soziale und emotionale Unterstützung.

Physiotherapeuten, Ergotherapeuten und Logopäden ergänzen das Angebot durch gezielte Therapien und fördern die Mobilität sowie die Selbstständigkeit der Bewohnerinnen und Bewohner.

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die Fort- und Weiterbildung des Teams. Durch regelmäßige Schulungen wird das Pflegepersonal fachlich auf den neuesten Stand gebracht und kann neue Erkenntnisse direkt in den Alltag einbringen. Dies unterstützt nicht nur die Qualität der Pflege, sondern stärkt auch den Zusammenhalt im Team.

Insgesamt zeigt sich, dass die Zusammenarbeit im Pflegebereich von großer Bedeutung für das Wohlbefinden der zu Betreuenden ist. Nur durch ein koordiniertes, wertschätzendes Miteinander aller Beteiligten können die individuellen Bedürfnisse erkannt und optimal erfüllt werden. So ist die stationäre Pflege in der Residenz am Wiesenkamp ein Ort, an dem Menschen nicht nur betreut, sondern auch ganzheitlich begleitet und unterstützt werden.

**Anke Grot**  
Wohn-Beirat Pflege



## Herzlichen Glückwunsch

### Juli

Karin Ahlf, Gisela Böhm,  
Helga Boor,  
Margrit Darandik,  
Inge Eutert, Elfriede Fieger,  
Gisela Gerke, Veronika Gluba,  
Sabine Grabner,  
Anke Grot, Barbara Hackbarth,  
Brigitte Helms,  
Johanna Henneberg,  
Christa Lang,  
Sieglinde Lenzendorf,  
Erhard Lührs, Nora Matthaei,  
Anne Neuber,  
Else Pahling, Dr. Helga Pohl,  
Regina Schmidt-Knippling,  
Ingrid Schulte,  
Hannelore Sieg,  
Ursula Standke,  
Renate Tabarrok,  
Waldtraut Wunstorf

### August

Helga Albien,  
Irmgard Andresen,  
Andreas Behrens,  
Hildegard Blohm,  
Ingetraud Bohl,  
Peter Bork,  
Charlotte Erdmenger,  
Sonja Faasch,  
Ingrid Flügge, Inge Gebauer,  
Marlies Göring,

Ilse Graf, Elly Hamdorf,  
Ute Hiller, Edith Koepke,  
Winfried Krahwinkel,  
Dagmar Kruschinski,  
Waltraud Kühn,  
Karin Laaroussi,  
Rosemarie Langenbacher,  
Margret Ludwig,  
Joachim Nowald,  
Elli Öhm, Bärbel Pfefferle,  
Dorothea Presser,  
Gerda Reinholdt,  
Ina Riemann,  
Ursel Sattelmeyer,  
Dr. Friedrich Schliemann,  
Horst Selis,  
Annemarie Stoecker,  
Ingeborg Stempel,  
Gabriele Ullrich,  
Hubert Winkler,  
Lieselotte Winter,  
Christa Wohlers

### September

Heinz Asmussen,  
Inge Bartels,  
Horst Werner Burgarth,  
Niels Düsedau,  
Petra Friedmann,  
Peter Hansen,  
Sieglinde Hellgardt,  
Klaus Janson, Arnold Jensen,  
Hildegard Jüttner,  
Else Kappauf, Ingeborg Knaak,  
Nora Langner,  
Andre Lenzendorf,  
Inge-Maria Löwenberg,  
Adolf Neudeck, Walter Otto,  
Rosemarie Preussler,  
Rudolf Rehr,  
Karla Roggenkamp,  
Sieglinde Schmidt,  
Barbara Tester,  
Helga von Thun,  
Renate Weisswange

## Herzlich willkommen

### Haus 1

Marlies Harmsen,  
Trygve Radmann

### Haus 2

Ingrid und  
Hans Günther Ahrens

### Haus 3

Viktoria Brieger-Witt,  
Elke Kruse, Dr. Friedrich Schliemann

### Haus 4

Bernd Burmester, Peter Nagel,  
Doris Röthig, Bernd Tunnermann



## In stillem Gedenken an:

Irmgard Bargmann (98), Maria Breuer (96), Detlef Hagge (90),  
Christof Fritz Henne (90), Friederike Kirschstein (88), Reinhard Kramolowsky (90),  
Hildegard Krütfeldt-Junker (95), Erwin Möller (90), Jürgen Peters (87),  
Elfriede Scheufler (91), Margrit Schläger (97), Manfred Schloesser (87),  
Horst-Dieter Schröder (85), Margret Schwegmann (93), Ellen Wagner (85)

## Wir kümmern uns um Ihre Gesundheit!



Greifenger Str. 57b  
22147 Hamburg  
Telefon: (040) 609 025 30  
Telefax: (040) 609 025 35  
info@greifenberg-apotheke.de  
www.greifenberg-apotheke.de



Grönlander Damm 1  
22145 Hamburg  
Telefon: (040) 678 65 77  
Telefax: (040) 679 41 152  
nordland.apo@t-online.de  
www.nordland-apotheke-hamburg.de

Gerne beraten wir Sie in allen Gesundheitsfragen. Was immer Sie benötigen, beschaffen wir kurzfristig. Wir passen Ihnen -ebenfalls nach Absprache- Kompressionsstrümpfe an und beraten Sie eingehend dazu. Oder kommen Sie einfach vorbei. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Wohin soll's gehen?  
Wir gehen mit.



## STOLLE Reha- und Orthopädie-Technik

Wussten Sie schon, dass STOLLE Sie mit orthopädischen Hilfsmitteln und Hilfsmitteln für die Pflege und Rehabilitation ausstattet, für Sie die Abwicklung mit den Krankenkassen übernimmt und für einen reibungslosen Ablauf Ihrer Versorgung sorgt?

STOLLE Sanitätshaus GmbH & Co. KG

Zentrale Hamburg

Friedrich-Ebert-Damm 309  
22159 Hamburg

040 6 45 96-0

Wir halten ein breites Sortiment für Sie bereit und beraten Sie bei der Auswahl Ihres Produktes. Persönlich und mit Rat und Tat. Die Rezeption der Residenz organisiert gerne einen Beratungstermin für Sie!

stolle-ol.de

- Rollatoren
- Rollstühle
- Alltagshilfen
- Kompressionsstrümpfe
- Mieder
- und vieles mehr

**STOLLE**  
SANITÄTSHAUS

**Residenz am Wiesenkamp**

Wiesenkamp 16

22359 Hamburg

Tel. 040 644 16 - 0

Fax 040 644 16 - 915

[mail@residenz-wiesenkamp.de](mailto:mail@residenz-wiesenkamp.de)

**[residenz-wiesenkamp.de](http://residenz-wiesenkamp.de)**

**[immanuelalbertinen.de](http://immanuelalbertinen.de)**