

# HESTIA

## STRALSUND

24. Ausgabe IV / 2007

# Journal



### Jahresrückblick 2007

Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,

wenn ich nach draußen schaue, dann sieht es nicht so aus, aber es ist unweigerlich so, das Jahr geht zu Ende und Weihnachten steht vor der Tür. Es ist auch die Zeit der Rückschau.

So war das Jahr 2007 ein Jahr der Bewegung. Der Laden ist aus der Stadt in die Kedingshäger Straße gezogen ebenso der Pflegedienst, der den Standort am Grünhofer Bogen verlassen hat. Die Wohnungen im Jungfernstieg und Kastanienweg sind in die Wolfgang-Heinze-Straße gezogen. Aber alle Veränderungen haben zu einer Verbesserung der Wohn- und Arbeitsbedingungen beigetragen.



Die Auslastung der Wohn- und Pflegeplätze und die Nachfrage zur Versorgung durch unsere Dienste zeigen, dass wir eine erfolgreiche Arbeit leisten. Ich möchte die Gelegenheit nutzen, allen MitarbeiterInnen der Hestia für ihr Engagement und ihre Arbeit zu danken. Auch allen Bewohnern, Angehörigen und Betreuern möchte ich für

ihr Vertrauen, das sie uns entgegen bringen, Dank sagen. Ich wünsche allen Bewohnern und MitarbeiterInnen sowie allen Angehörigen und Betreuern ein gesegnetes Weihnachtsfest und ein glückliches neues Jahr.

Ihr Hans-Christian Offermann

### Einsatz im Tierpark Stralsund



Wir sind Ende Juli zu unserem Arbeitseinsatz im Stralsunder Tierpark aufgebrochen.

Um 9.30 Uhr sind wir von der Alten Gärtnerei losgefahren und waren um 10.00 Uhr im Tierpark angekommen.

Als wir auf dem Weg zu den Pferden waren, haben wir von unserem Chef Herrn Bendit eine kurze Belehrung bekommen. Eine Woche später haben wir mit unserer Arbeit im Tierpark begonnen. Die

### Zur Information

Immer wieder wird durch Mitarbeiter/innen gefragt, warum in der Zeitung nichts von der Geschäftsführung zu lesen ist. Dazu sei vermerkt, dass das Journal einmal im Quartal erscheint, während die Geschäftsführung monatlich einen Infobrief an alle Häuser verschickt, um alle wichtigen Dinge sofort weitergeben zu können. Die Redaktion

Arbeit im Tierpark macht mir sehr viel Spaß. Ich komme gut mit den Tieren aus.



Es grüßt Euch Euer Thomas Brand



## Ausflug zum Hansa-Park

Unsere gemeinsame Fahrt zum Hansa-Park war wieder einmal ein großes „Highlight“. Alle waren voller Erwartungen und schon ziemlich aufgeregt.

Wir haben mit einigen Heimbewohnern ein Interview geführt und deren Meinungen angehört.

### **Fr. Mehardel WG 1:**

Ich fand das gemeinsame Mittagessen und das Kaffeetassenkarussell gut. Das schlechte Wetter ließ zu wünschen übrig.

### **Axel HaW:**

Mir hat alles gut gefallen. Bei der Achterbahn hat es mir richtig im Bauch gekribbelt.

### **Hr. Frank AG:**

Mir bereitete die Wasserschaukel, die bunte Eisenbahn und die Achterbahn viel Freude. Mit der Achterbahn bin ich sogar dreimal hintereinander gefahren. Der Eisbecher und der Riesenburger schmeckten sehr gut. Auch die Gespensterbahn war für mich ein Erlebnis. Zurück in der „Alten Gärtnerei“ war ich total k.o. Einige Andenken habe ich mir gekauft, die mich an diesen Tag erinnern sollen.



### **Fr. Heiden IH:**

Ich fand gut, dass mich die Betreuerin in einige Karussells gesetzt hatten; auch wenn es sehr anstrengend war. Die Seehundshow war einfach Klasse.

### **Hr. Bradhering WG 1:**

Ich war gern in der Gemeinschaft der Heimbewohner der „Alten Gärtnerei“ besonders mit Fr. Mertens. Bin mit keinem Karussell gefahren.

### **Hr. Brandt AG:**

Die Busfahrt war viel zu lang weil ich immer neugieriger wurde. Das Riesenrad war echt nicht schlecht. Die Wasserbahn war auch gut aber die Zeit war viel zu kurz. Das Herz ist mir fast in die Hose gerutscht als ich mit der Bahn durch die Höhle gefahren bin. Abends war ich ganz schön kaputt.

### **Fr. Barnekow IH:**

Die Wildwasserbahn, Wasserrutsche ist toll gewesen. Nur der Nieselregen war blöd.



### **M. Beu und Hr. Stysack WG 1:**

Wir waren begeistert von den Karussells und sind mit fast allen gefahren. Besonders die Turmfahrt und die Schiffsschaukel hat es uns angetan.

### **Hr. Ragus HaW:**

Die Seehundshow und das 3-D-Kino war ein Erlebnis aber auch die vielen Karussells.



**Die gemeinsame Hoffnung:** Dass wir das nächste Jahr wieder zum Hansa-Park fahren.

## Herbstfest im Inselhus

Am 15.11.2007 feierten wir im „Inselhus“ unser jährliches Herbstfest.

Alles war von den Mitarbeitern der Wohnbereiche Rügen/Hiddensee hervorragend geplant.

Zum Kaffee gab es selbstgebackene Schmalzkuchen. Ein herrliches Obstbuffet wurde gerichtet.

Als Highlight war der Einsatz der Eisbombe geplant.



Nach langer Spazierfahrt traf sie gegen 16:45 Uhr auch noch ein und der Jubel war entsprechend.

Natürlich wurde auch viel getanzt. Besonderer Beliebtheit erfreute sich der Stuhltanz. Sieger war Christian Ritter.

Der Küche ist wieder eine besondere Überraschung gelungen mit dem tollen Abendessen: Es gab selbstgemachten Nudel- und Kartoffelsalat nebst Bratwurst und Hähnchenschenkeln.

Als krönenden Abschluss kredenzte das Team den Bewohnern eine selbstbereitete Herbstbowle, natürlich alkoholfrei.

C. Mantey

## Urlaub in Spitzkuhn

Hallo! Wir, das sind B. Petroll, M. Pietsch, M. Ottenberg, T. Krüger und die Betreuer Fr. Ebel und Frau Ziepke, möchten von unserem Urlaub berichten.

Vom 24.-27. September 2007 waren wir in Spitzkuhn, ca. 3 km entfernt von Röbel.

Wir wurden herzlich aufgenommen und hatten ein wunderschönes Urlaubsdomizil.

Wir können es nur weiterempfehlen.

In Waren Müritz besuchten wir das Mürizeum und machten einen ausgedehnten Stadtbummel in dieser wunderschönen Kleinstadt.

Unseren zweiten Urlaubstag verbrachten wir mit einem Spaziergang in Röbel und einer Dampferfahrt auf der Müritz.

Natürlich kamen auch Eisbecher, Kuchen und schmackhafte Gerichte im angenehmen Ambiente nicht zu kurz.

Sehr schön waren auch unsere ausgiebigen Spaziergänge.

Viele Tiere konnten wir dabei beobachten, füttern und streicheln.

Es hat uns allen gut gefallen, und wenn möglich, wollen wir auch im nächsten Jahr wieder in den Urlaub fahren.

Bew. Rügen/ Hiddensee

## Die Bimmelbahn war da

Mit großer Erwartung wurde dieser Ausflug von den teilnehmenden Bewohnern aus Inselhus und Haus am Wald herbeigesehnt. Demnach war die Freude riesig, als der erwünschte Tag anbrach. Pünktlich um zehn Uhr traf die Bahn am Haus am Wald ein.

Alle Heimbewohner bewegten sich geschwind zur Bimmelbahn. Mit etwas Hilfe erhaschten alle einen Sitzplatz. „Juchu“ riefen freudige Stimmen, denn die Bahn hatte sich in Bewegung gesetzt. Entlang am Zoo, vorbei am Hauptbahnhof und durch die Tribseer Vorstadt sahen wir viele Menschen, vor allem auf Fahrrädern.

Aber bestaunt wurden, besonders von den Männern, die vorbeifahrenden Polizei- und Feuerwehrwagen.

Als nächstes fuhren wir zum Hafen. Dort sahen wir die Gorch Fock sowie unendlich viel Wasser.

Die letzte Anlaufstelle war die Stadt, wo die Kirchen, Marktplätze sowie das Rathaus angeschaut wurden.

Leider neigte sich die Fahrt nach einer Stunde ihrem Ende zu, so dass fleißig gewunken wurde. Zwar waren einige Bewohner traurig, dass die Fahrt bereits zu Ende war, aber an den glücklichen Gesichtern war erkennbar, dass dieses Erlebnis noch lange in den Köpfen bleiben und reichlich Erzählstoff bieten wird.

Bewohner und Mitarbeiter „Dat Inselhus“

## Der Moment

Gefolgt von der Hektik des Tages, hält mich die Angst vor dem Leben zurück.

Begeisterung in dem Moment der Entspannung, lässt die Hoffnung auf mein Leben wachsen.

Der Reiz des Lebens gibt mir die Kraft, den genervten Alltag zu besiegen.

Am Abend beginnt die Vereinigung, freudestrahlend nehme ich sie entgegen.

Dann beginne ich zu träumen,  
Von der großen weiten Welt.

Fr. Reinholz

## Mitarbeiter stellen sich vor...



Hallo,

Kurt Groenke ist mein Name, ich bin 20 Jahre jung und derweil über ein Jahr in der HESTIA Pflege- und Heimeinrichtung GmbH tätig.

Als gebürtiger Stralsunder habe ich die 10. Klasse in der Adolf-Diesterweg-Schule erfolgreich abgeschlossen und im Anschluss den

Beruf des Landschafts- und Gartenbauers erlernt. Als frisch gebackener Facharbeiter erhielt ich die Möglichkeit, mein Können u.a. im „Haus am Wald“, in der geschlossenen Einrichtung „Die Alte Gärtnerei“, dem „Inselhus“ sowie bei den Außenanlagen der Geschäftsstelle unter Beweis zu stellen.

In meiner Freizeit spiele ich leidenschaftlich gern Hockey und trainiere die Mädchenmannschaft des Stralsunder Hockeyclubs.

Mit der Unterstützung einiger Bewohner der „Alten Gärtnerei“ – aber auch der hilfsbereiten Unterstützung und Aufnahme aller Mitarbeiter und Bewohner ins „HESTIA-Leben“ wurde mir ein erfolgreiches erstes Jahr beschert.

Die Arbeit macht mir viel Spaß und deshalb nochmals vielen Dank an alle.

Euer Gärtner Kurt

## Dankeschön

Im Namen des Inselhauses möchte ich den Bewohnern und dem Ergoteam der „Alten Gärtnerei“ ein großes Dankeschön sagen für die ausgezeichnete Fahrzeugreinigung.

Silvana Käfer

## Mitarbeiterfest 2007



Ach dieses Jahr lud die Geschäftsführung ihre Mitarbeiter/innen zum „Dankeschönfest“ am 9. November 2007 in den „Goldenen Löwen“ zu Schmaus und Tanz ein. Gegen 19.00 Uhr hielt Herr Offermann eine kleine Einstiegsrede und eröffnete das Buffet.

Warme und kalte Speisen, in ihrer Vielseitigkeit wieder sehr schmackhaft, erfreuten die geladenen Gäste. Aufgrund des gut vorbereiteten DJs ließen sich schon recht zeitig einige Damen zum Tanz auf die Fläche bitten. Denn dadurch, dass bereits im Vorfeld Musikwünsche aus den einzelnen Arbeitsbereichen aufgelistet werden durften, war für jeden etwas dabei. Kleiner Einwurf meinerseits: „Gute Idee!“.



Im Nachhinein der Festlichkeit sprach man sehr positiv von der Veranstaltung. Die Befragten äußerten zwar teilweise das Bedauern der unzureichenden Teilnahme – waren aber vom Abend sehr nett angetan. Somit war das Fest auch in diesem Jahr eine vollkommen runde Sache.

Katja Reetz

## Weihnachtsgala 2007

Weihnachten steht vor der Tür und wir haben uns für unsere Bewohner etwas ganz besonderes einfallen lassen.

16 Bewohner (darunter 6 Rollstuhlfahrer) und 7 Mitarbeiter aus dem Inselhus und dem Haus am Wald fuhren am Abend des 30.11.2007 nach



Grimmen zur Weihnachtsgala.

Es war nicht anders zu erwarten: der Saal war gefüllt mit knapp 600 Gästen.

Wir wurden freundlich empfangen, und der Abend begann mit einem leckeren Abendessen.

Danach ging es dann in den großen Festsaal.

Moderator Hans-Jürgen Beyer begrüßte die Zuschauer mit seinem Schlagerhit „Ein wunderschöner Tag“. Und natürlich fehlte auch das Lied „Tag für Tag“, das ihn 1974



bekannt werden ließ, nicht.

Im ersten

Block stellten sich die Sänger mit ihren Songs vor, nach der Pause gab es Weihnachtsmelodien.

Ein neuer Stern am Volksmusikhimmel kam mit Jessica Ming auf die Bühne. Mit „Sing a Song“ kam sie 2006 beim Grand Prix der Internationalen Volksmusik ins Finale und siegte.

Munter plaudernd und mit voluminöser Stimme nahm Ingrid Peters das Grimmener Publikum für sich ein.

Mit dem Titel „Komm doch mal rüber“ hatte ihre Karriere gestartet.

Star des Abends: Hein Simons. 1996 siegte er elfjährig bei einem Talentewettbewerb in Holland mit „Mama“.

Mit einem bunten Mix aus dieser Zeit, „Heidschi Bumbeidschi“, „Oma so lieb“ und „Ich bau Dir ein Schloss“ begeisterte er das Publikum.

In der Pause umlagerten die Gäste den Autogrammstand der Interpreten, auch wir hatten das Glück, einige Autogrammkarten zu bekommen. Alle Bewohner hatten ihren Spaß, sangen tüchtig mit und schunkelten zur Musik. Am Ende kauften sich einige Bewohner noch die CD dieser



Weihnachtsgala. Unseren Bewohnern hat es sehr gut gefallen und sie freuen sich schon jetzt auf das nächste Mal zur Frühlingsgala.

## Heimbewohner erzählen ...

Liebe Leser,

mein Name ist Manuela Reinholz. Zurzeit wohne ich hier in der „Alten Gärtnerei“.



Viele Krankenhausaufenthalte habe ich schon hinter mir. Bis es jetzt gar nicht mehr ging und ich hier in der Hestia Einrichtung der „Alten Gärtnerei“ aufgenommen wurde..

Nun versuche ich hier mein Leben mit Hilfe des Personals der HESTIA

wieder auf die Beine zu stellen.

Ich versuche mir die Zeit so angenehm wie möglich zu gestalten. Gemeinsam mit Herr Ziethen haben wir uns überlegt, dass wir so eine Art Leserbrief für die Hestia Zeitung erstellen möchten.

Es wäre dann möglich, sich über die Texte Gedanken zu machen und gegebenenfalls, wenn Ihnen Fragen dazu einfallen, diese zu beantworten. Diese sind dann bitte über die Hauspost an mich zu stellen.

Ich würde mich freuen, wenn Sie mir Ihre Fragen zuschicken würden. Vielen Dank im Voraus.

Mit freundlichen Grüßen.

Manuela

## Unser Audit

vom 20. bis 23.11.2007

Zum 8. Mal führten wir vom 20. – 23. November 2007 unser Selbstbewertungsaudit durch.

Dazu fuhren wir (Hr. Offermann, Hr. Redieck, Hr. Drath, Hr. Jesse, Fr. Trettin, Fr. Käfer und Fr. Hömig)



in bewährter Weise ins „Ringhotel Speicher Barth“. Gleich nach Ankunft und Bezug der Unterkünfte legten wir los.

Frau Hömig als Qualitätsmanagementbeauftragte hatte wieder alles optimal vorbereitet. So blickten wir zurück anhand der Qualitätszirkelprotokolle, TÜV-Audit-Berichte, dem Reviewbericht, dem Kennzahlenbericht und dem Maßnahmeplan auf die im Jahr 2007 von allen Mitarbeitern unserer Einrichtung geleistete Arbeit.

Schon hierbei fielen uns viele Entwicklungspotentiale auf, die wir uns gleich für den 4. Tag (Maßnahmeplan für 2008) notierten.

Bewusst wurde uns, dass im Jahr 2007 viele Arbeitsabläufe vorangetrieben und damit stabilisiert wurden; so z.B. im ambulanten Pflegedienst und in der Alten Gärtnerei.

Am 2. Tag begannen wir gleich nach dem Frühstück mit der Bewertung der einzelnen Elemente Qualitätsmanagement, Dokumentation, Verantwortung der Leitung, Management der Ressourcen, Produktrealisierung, Messung, Analyse und Verbesserung.

Dazu zogen wir uns auf unsere Zimmer zurück und arbeiteten als Grundlage dafür die 66 Seiten des Qualitätsberichtes unter Anwendung des Leitfadens zur Anwendung der DIN ISO EN 9001:2000 durch. Herr Offermann fungierte auch dieses Jahr in bewährter Weise als Moderator dieser 4 Tage und fand am 2. Tag die Möglichkeit, mit den Leitungskräften jeweils das Beurteilungsgespräch durchzuführen.

Die gemeinsame Bewertung mit Diskussion und Zusammentragen weiterer Verbesserungspotentiale führten wir am 3. Tag durch. Erstmals schafften wir es, an einem Tag mit der Gesamtbewertung fertig zu werden. Wir erzielten 2007 im Vergleich zum Vorjahr eine Qualitätssteigerung um 7 %.

Am 23.11.2007, dem letzten Tag des Audits, übertrugen wir alle bereits notierten Verbesserungspotentiale in den Maßnahmeplan 2008.

Ihr dürft gespannt sein.

Silvana Käfer / Andreas Redieck

## Umzug geschafft!

Ab 05.12.2007 wohnen die ehemaligen Wohngruppen Jungfernstieg und Kastanienweg gemeinsam in der Wolfgang-Heinze-Straße 10. Wochenlang vorher wurden die Bewohner für diese



neue Wohnform sensibilisiert und neugierig gemacht. Am 25.11.2007 war es dann endlich soweit, Bewohner und Angehörige konnten erstmals das neue Domizil begutachten. Alle waren von der Großzügigkeit der Wohnungen begeistert, sofort wurde gedanklich mit der Einrichtung der Zimmer begonnen. Das Haus bietet Platz für 19 Personen, jeweils 2 Bewohner teilen sich eine Zwei-Raum-Wohnung mit Bad, für besonders Selbständige steht eine Küchenzeile bereit. Somit können wir unseren Klienten eine weitestgehend eigenständige Lebensführung ermöglichen. Für alle anderen stehen zwei große Gemeinschaftsräume zur Verfügung, wo nach wie vor unter Anleitung die Versorgung organisiert wird.

Aber nicht nur für die Bewohner verbessern sich die räumlichen Bedingungen erheblich, sondern auch für die Betreuer. Ein geschmackvoll eingerichtetes Büro, aber vor allem endlich ein Personalbad wird zum Wohlfühlen am Arbeitsplatz beitragen

An dieser Stelle noch einmal ein großes Dankeschön an alle Mitarbeiter und Angehörige, die zum Ende des Jahres dieses große Projekt überaus engagiert mitwirkten. Unseren Bewohnern wünsche ich, dass sie sich schnell einleben, untereinander wieder neue Kontakte knüpfen, sich mit den anderen Mietern gut verstehen.

Roland Jesse

Leiter Komplementärbereich

## Kulturtipps

### Travis „The Boy with no Name „

Vier Jahre sind seit dem 4. Album der schottischen Pop-Feinströmer vergangen, Zeit genug für das Quartett, um für die markante sanfte Stimme Francis Healys Kraft zu schöpfen und neue prächtige Pop-Perlen aufzureihen.

Bis auf 2 Ausnahmen ein klasse Album.

### Joe Cocker „Hymn for my Soul „

Cocker hat überraschender Weise diesmal ein gutes Album ohne glatte Mainstreamopolitur abgeliefert. Feeling und Seele pur, so haben wir klasse Blues, Rock und auch Gospel.

Alles aufgenommen mit einer klasse Band im Rücken und seiner Stimme, die keine Alterserscheinungen kennt.

So ist es ein kleines altersweises Werk geworden.

I. Rohrschneider

## Gesundheitstipps

### Depressionen

Omas Hausmittel Nr. 1

Unterstützend und in leichten Fällen hilft Baldrian-Wurzeltee. Vermischen Sie Baldrianwurzel mit einem Teelöffel Basilikum, brühen Sie die Mischung mit 100 ml kochendem Wasser auf. 15 min. ziehen lassen und seihen. In kleinen Schlucken trinken.

Omas Hausmittel Nr. 2

Linderung verschafft auch Johanniskraut, Melissen oder Lindenblütentee. Übergießen Sie zwei Teelöffel Lindenblüten mit einer Tasse kochendem Wasser. Lassen Sie die Mischung zehn Minuten lang ziehen und seihen Sie ab. Trinken Sie mindestens vier Wochen lang täglich zwei bis drei Tassen davon.

## Gratulation den Geburtstagskindern

### Mitarbeiter

Helga Schulert	02.01.	Alexander Pötzsch	24.03.	Kruse, Waltraud	14.02.
Manuela Schadek	04.01.	Monika Pruß	26.03.	Röhrich, Ute	14.02.
Rebecca Rosenfeldt	05.01.	Steffi Gacek	27.03.	Vellguth, Claus-Peter	18.02.
Jörg Thober	06.01.	Fanziska Wendt	29.03.	Glandt, Jürgen	26.02.
Astrid Böhm	19.01.			Gnodtke, Joachim	11.03.
Roswitha Freese	19.01.	<b><u>Heimbewohner</u></b>		Friedel, Axel	12.03.
Claudia Vierk	23.01.	<b><u>„Haus am Wald“</u></b>		Slafzinski, Fabian	14.03.
Manuel Wackrow	28.01.	Strußenberg, Dietmar	01.01.		
Martina Wolter	30.01.	Lemke, Jens	08.01.	<b><u>Heimbewohner</u></b>	
Toni Jürgens	30.01.	Blohm, Werner	10.01.	<b><u>„Die Alte Gärtnerei“</u></b>	
Katrin Ehrke	03.02.	Kloock, Madlen	15.01.	Reinholz, Manuela	15.01.
Ute Günnel	08.02.	Netz, Mandy	21.01.	Walter, Jörg	16.02.
Petra Jahnke	08.02.	Sonntag, Michael	21.01.	Kaminski, Ole-Christoph	22.03.
Birgit Neitzel	08.02.	Becker, Denise	29.01.	Gäbel, Stefan	30.03.
Fanny Pauketat	10.02.	Lippert, Bernd	30.01.		
Jana Salewski	11.02.	Jung, Torsten	06.02.	<b><u>Komplementärbereich</u></b>	
Ingo Rohrschneider	14.02.	Roll, Andreas	07.02.	<b><u>Heimbewohner „WG I“</u></b>	
Wenke Marmulla	17.02.	Tredup, Egbert	20.02.	Beu, Martin	10.02.
Petra Burchardt	19.02.	Friedemann, Nino	26.02.		
Sebastian Lange	22.02.	Zander, Michael	07.03.	<b><u>Heimbewohner „WG II“</u></b>	
Daniela Siemund	25.02.	Casper, Christian	11.03.	Pirrwitz, Jeanette	13.01.
Carola Hübscher	27.02.	Marzian, Philipp	17.03.	Gipp, Michel	06.02.
Marion Schurig	29.02.	Rüsch, Andreas	22.03.		
Margitta Thämlitz	01.03.	Heldt, Thomas	27.03.	<b><u>Heimbewohner „WG III“</u></b>	
Marianne Henk	02.03.	Heuck, Matthias	29.03.	Zentner, Liane	08.02.
Doreen Krabbe	08.03.			Ulrich, Rosemarie	16.02.
Katja Reetz	08.03.				
Katrin Berndt	09.03.	<b><u>Heimbewohner</u></b>		<b><u>Ambulante Betreuung</u></b>	
Cornelia Dahlke	10.03.	<b><u>„Dat Inselhus“</u></b>		Neumann, Oliver	22.01.
Gilda Waterstrat	13.03.	Beier, Andre	05.01.	Rüger, Martin	27.01.
Katrin Colla	14.03.	Barnekow, Hannelore	01.02.	Bohm, Katrin	04.03.
Susanne Fritz	16.03.	Dunker, Ingrid	02.02.		
Antje Polz	18.03.	Diekelmann, Ehrenfried	04.02.		

## Rezeptecke

### Advents-Tiramisu

Zutaten für 4 Portionen

200 g Sahne, 250 g Mascarpone, 250 g Quark (Magerquark), 100 g Zucker, 1 Pck. Vanillezucker 200 g Spekulatius, 400 g Beeren, gemischt, TK

Zubereitung

Sahne steif schlagen; Mascarpone, Quark, Zucker und Vanillezucker verrühren, Sahne unterheben.

In eine eckige Auflaufform ca. 3 EL von der Creme verteilen, darüber eine Schicht Spekulatius legen.

Die Beeren drauf verteilen (kann man gut mit den gefrorenen Früchten schon am Vorabend zubereiten, es zieht dann gut durch). Restliche Creme darauf streichen und mit Spekulatius bedecken. 4 – 5 Stunden oder über Nacht kühl stellen. Vor dem Servieren mit Puderzucker bestreuen.

Besonders schön sieht es aus, wenn man mit einer Schablone noch Sterne aus Kakao aufstäubt.

Schwierigkeitsgrad: simpel

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

S  
U  
D  
O  
K  
U

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

### Suchrätsel

R	E	F	F	E	F	P	A	K	R	T	L
N	S	Z	L	A	S	S	I	Z	S	E	P
E	S	B	O	I	Y	K	E	R	Z	Y	Z
H	E	B	E	W	K	S	U	T	B	I	Z
C	N	R	U	A	E	W	I	S	M	W	P
U	F	A	E	A	Y	N	S	E	N	F	U
K	S	T	K	R	H	A	O	M	U	I	H
T	S	W	R	C	L	P	R	M	D	S	C
B	B	U	S	A	M	A	Y	O	E	C	T
O	C	R	T	P	F	F	G	P	L	H	E
P	Y	S	C	H	A	S	C	H	L	I	K
M	F	T	R	E	G	R	U	B	M	A	H

Bratwurst - Currywurst - Fisch - Gyros - Hamburger - Kaese Ketchup - Kuchen - Mayo - Nudel - Pfeffer - Pizza - Pommes Reis - Salat - Salz - Schaschlik - Schnitzel - Senf - Steak

## Zum Schmunzeln



Eine Blondine und ein Rechtsanwalt sitzen nebeneinander im Zug.

Dem Rechtsanwalt ist langweilig und er denkt daran, mal eben die Blondine abzuzocken: „Entschuldigen Sie, hätten Sie Lust auf ein Spiel? Wir stellen uns gegenseitig eine Frage, und wer keine Antwort hat, gibt dem anderen 5 Euro.“

Die Blondine will aber ihre Ruhe haben und lehnt ab.

Der Anwalt bleibt hartnäckig und erhöht zu ihren Gunsten den Einsatz, weil sie bestimmt eh nichts weiß-: „Sie bekommen 50 Euro, ich weiterhin nur 5 Euro für jede nicht beantwortete Frage.“

Die Blondine lässt sich darauf ein.

Der Anwalt stellt eine lange, komplizierte, juristische Frage und nachdem sie keine Antwort wusste, bekommt er seine 5 Euro.

Dann ist die Blondine dran: „Was hat vier Beine, wenn es einen Berg rauf geht und drei Beine, wenn es herunterkommt?“

Der Anwalt überlegt lange und gibt schließlich der Blondine 50 Euro.

Sie steckt sie ein und dreht sich um.

„Ok“, meint der Anwalt, „Und was ist die Antwort?“

Darauf dreht sich die Blondine um und gibt ihm 5 Euro.....



## Impressum

Herausgeber:

**HESTIA Pflege- und  
Heimeinrichtung GmbH  
Hansestadt Stralsund**

Redaktion:

**D. Behrend, A. Redieck,  
J. Ziethen, I. Rohrschneider,  
K. Reetz, B. Laue, C. Vierk**

Druck:

**TYBE Druck  
Stralsund**

Auflage:

**300 Exemplare**