

HESTIA

STRALSUND

25. Ausgabe I / 2008

Journal



Altenpflegemesse 2008

Am 12. und 13. Februar diesen Jahres fand die jährliche Altenpflegemesse in Hannover statt. Zum jährlichen Ereignis nahmen fünf Mitarbeiter der Hestia Pflege- und Heimeinrichtung GmbH teil.

Nach 5-stündiger Fahrt mit unserem hauseigenen Bus erreichten wir unser Hotel in Laatzen, bei Hannover.

Nach der Besichtigung unseres Hotels „Am Kamp“ starteten wir auch gleich durch zu der Messe.

Während der ausführlichen Inspektion der Hallen, nahmen wir viele, neue Eindrücke wahr, z. B. Sitz-Dusch-Wannen, Shampoo-Hauben, Verblisterungen, Stations- und Pflegewannen,

unterschiedliche Medizinschränke, Anti-Dekubitus- Matratzen und vieles mehr.

Die Altenpflegemesse war sehr informativ, interessant und wir konnten viele neue Eindrücke mit in unsere Einrichtungen übernehmen.

Zur weiteren Informationssammlung liegen Prospekte in der Einrichtung „Haus am Wald“ und „Inselhus“ aus.

Nadine Neujokath, Susanne Strohbach, Daniela Siemund, Andrea Sommer, Kathrin Forsberg

Frauentagsfeier beim Pflegeservice

Der Hestia - Pflegeservice veranstaltete eine Frauentagsfeier mit ihren Patientinnen.

Gefeiert wurde ausgelassen in den Räumen der Begegnungsstätte „Elling & Consorten“.

Mit einer gemütlichen Kaffeerrunde hat das Fest begonnen.

Der Kuchen wurde von Frau Garthoff zubereitet und fand großen Anklang – Aprikosenkuchen mit Pudding. „Lecker!!!“

Nachdem alle gestärkt waren, wurde das Café prompt zur Lesestätte und Spielarena umgewandelt. Frau May, die schon lange zu unseren Patienten gehört, brachte mit ihren Gedichten die Lachmuskeln an den Rand ihrer Möglichkeiten.

Manche von uns schlugen sich gegenseitig die Karten beim Mau- Mau-Spielen um die Ohren, die anderen schmissen sich beim Mensch-Ärgere-Dich-Nicht-Spiel immer zu raus.

Es war eine rund um schöne Feier mit ausgelassener Stimmung.

Wir freuen uns schon auf die nächsten Veranstaltungen.

Zur Information

Bisher hat man den Betriebsrat im Inselhus angetroffen, das ist nun anders. Die Wohngruppen sind gemeinschaftlich in die **Wolfgang-Heinze-Straße 10** gezogen.

Und genau dort finden nun, wie gehabt, **jeden letzten Donnerstag im Monat**, zwischen 12.30 Uhr bis 13.30 Uhr die Betriebsratssitzungen statt. Sollte den Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen also etwas auf dem Herzen liegen, wird Euch genau dort mit Rat und Tat zur Seite gestanden.

Im Auftrag – Der Betriebsrat

Die „Internationale Grüne Woche“ in Berlin



Wieder mal ein Highlight.

Die „grüne Woche“ in Berlin.

Ob es nun das Schaf mit den vier Hörnern, der längste Schweinebraten der Welt, das rasende Pferdefuhrwerk, die dicksten Kaninchen oder unserer Landwirtschaftsminister Till Backhaus ist, es ist immer ein Vergnügen und Erlebnis so etwas zu sehen, zu hören und zu bestaunen.

J.Z.



Paris

Keine Metropole hat mich so in den Bann gezogen wie Paris.

Es reicht nicht aus einmal nach Paris zu fahren, um die Angebote der Stadt kennen zu lernen.

Der als veritabler Höhepunkt der Pariser Weltausstellung von 1889 errichtete Eiffelturm ist schon lange zu dem Wahrzeichen von Paris, wenn nicht ganz Frankreichs, geworden. Von der Spitze des 307 m hohen Turmes hat man einen herrlichen Rundblick auf Paris. Allerdings gelangt man zu Fuß über 350 bzw. 700 Stufen nur bis zur ersten (57 m) und zweiten Plattform (115 m). Vorzuziehen ist allerdings die Benutzung der Aufzüge. Von der 2. Plattform geht ein einziger Aufzug hinauf zur 3. Plattform in 247 m Höhe. Zu den Füßen des Eiffelturms befindet sich der ehemalige Truppenübungsplatz Champ-de-Mars, ein geschichtsträchtiger, heute aber erholsamer Park, der zu den Hauptschauplätzen der Französischen Revolution gehörte. Während eines Schiffsausflugs kann man die Ufer der Seine bewundern, die von der UNESCO zum Weltkulturerbe erklärt wurden. Auf diese Weise



kann man viele schöne Pariser Gebäude und andere Sehenswürdigkeiten entdecken. Paris ist eine zu jeder Zeit und auf jede Weise abwechslungsreiche Stadt.

Die Kultur- und Kunsthauptstadt Frankreichs besitzt jede Menge historische Bauten und Museen und hat bis heute ihren legendären Charme bewahrt.

Das Gesicht der Stadt ändert sich beinahe mit jedem Straßenwechsel.

Ich entdeckte das historische Paris, welches das moderne Paris harmonisch in sich aufgenommen hat, und jene Sehenswürdigkeiten, die zum Ruf von Paris beigetragen haben: der Louvre, die Champs-Élysées, der Arc de Triomphe, die Basilika Sacré-Coeur, das Château de Versailles. Da ich ein begeisterter Fan von Claude Monet (Maler 1840-1926) konnte ich nicht widerstehen, seinen schönen Garten mit den Seerosen und der japanischen Brücke in Geverny zu besuchen.

Paris ist eine Reise wert.

J.Z.

Herbstfest im Inselhus - Faschingsparty mit Hut (31.01.2008)

Pünktlich 15:00 Uhr begann im Inselhus mit allen 48 Bewohnern im Gemeinschaftsraum das langersehnte Kappenfest.

Am Tag zuvor wurde der Raum mit bunten Luftballons, Luftschlangen, Girlanden und Tischdekoration feierlich geschmückt. Jeder Bewohner hatte einen individuell gewählten



Kopfschmuck (Hexe, Hase, Pirat, Prinzessin u.v.m. Ein Highlight für alle Augen war Birgit Petroll, verkleidet als „Oberärztin Neudert. Das bunte Treiben nahm seinen Lauf; so gab es zu allererst für jeden Bewohner einen leckeren Pfannkuchen, dazu wurde Bowle gereicht.

Für Knabbereien war ebenfalls gesorgt, so dass es sich alle gut gehen lassen konnten. Aber nicht nur der kulinarische Teil war toll, sondern auch die Spiele und die zum Tanz einladende Musik wurden gut angenommen. Gleich nach



dem Kaffee wurde das Tanzbein geschwungen zusammen mit den Mitarbeitern. Die Stimmung stieg bei allen Teilnehmern.

Zu den Stimmungskanonen zählten Frau Behrend, Frau Reinold, Frau Pallentin, Frau Remien, Frau Neudert, Mandy und ich (Anne). Es wurde viel gelacht und sich bewegt. Die Spiele, bei denen es kleine Gewinne wie Puppen, Puzzle und Malbücher gab, erfreuten sich großer Beliebtheit. „Oh, ein puzzle von Susi und Strolch!“, vermochte man von Silke Reinke zu hören, als sie beim Autoaufrollspiel gewann. Auch Birgit Petroll, die bei diesem Spiel den dritten Platz belegte, freute sich sehr über ihren Preis: eine Puppe.

Beim Tanzen durfte Frau Röhrich nicht fehlen, sie gesellte sich gerne zum Tanzvolk und sang mit: „Bronze, Silber und Gold hab ich nie gewollt!“.

Am Abschlusspiel, dem allseits beliebten Stuhltanz, nahm sogar Christian Ritter mit seiner Laufkatze teil. Gewonnen hat jedoch Sven Parnow, der die Party sehr genossen hat,



besonders das Tanzen.

Der Spaß war riesig, aber wenn es AM Schönsten ist, soll man ja bekanntlich aufhören. So mussten wir auch hier dem Ende entgegensehen.

Zum Abendbrot war der Hunger zwar nicht mehr groß, dennoch war der Appetit angeregt durch den Duft der Pizza, von der so einige Stücke in den Mägen der Partymeute verschwanden.

Bis zur nächsten lustigen Party

FSJ-lerin Anne Schmidt Dat Inselhus

Mitarbeiter stellen sich vor...



Hallo, ich bin Manuela Thürk und arbeite seit dem 01. August 2007 als Diplom Sozialpädagogin bei der HESTIA. Geboren wurde ich vor 29 Jahren in Stralsund. Aufgewachsen bin ich in Grimmen, wo

ich heute noch mein Domizil habe. Nach dem Abitur zog es mich in die Hauptstadt. Nach dreijährigem Aufenthalt, kehrte ich in das schöne Mecklenburg Vorpommern zurück und absolvierte mein Studium der Erziehungswissenschaft in Rostock. Bei der HESTIA bin ich im Sozialdienst (Komplementärbereich), sowie in der ambulanten Betreuung tätig. Außerdem nehme ich die Vertretung in den Häusern für Frau Jentsch wahr. Ich möchte mich auf diesem Wege bei den Mitarbeitern und den Bewohnern für die bisher gute Zusammenarbeit bedanken. Ich freue mich auf eine weitere tolle Zusammenarbeit.

Manuela Thürk

Bewohner stellen sich vor ...

Liebe Leser,
mein Name ist Jörg-Uwe Reif.
Seit dem 01.10.2007 lebe ich in der HESTIA Pflege- und Heimeinrichtung im „Haus am Wald“. Ich bin am 19.12.1953 in Greifswald geboren und 1961 mit meiner Familie nach Mesekenhagen umgezogen. Dort habe ich auch die Schule besucht. Nach der Schule wurde ich zum Facharbeiter für Tierzucht ausgebildet; habe aber schnell gemerkt, dass dieser Beruf nicht das Richtige für mich ist. Das Studium zum Offizier war für mich sehr interessant. Ich wurde bis zum Oberstleutnant ausgebildet. Im „Haus am Wald“ habe ich mich schnell eingelebt. Mein Zimmer gefällt mir sehr gut. Schön ist außerdem, dass meine Mutter nach Stralsund gezogen ist und so Wochenend-Besuche möglich sind.

Jörg-Uwe Reif

Die Hestia-Band



Die Hestia Band

Seit Oktober 2007 besteht die von Jens Schnibbe ins Leben gerufene Band der Hestia. Hier können sich 8 Heimbewohner ihrer Musikleidenschaft widmen. Zurzeit wird das Stück Solstorm von Patris erprobt. Sollte dies allen gut gelingen, wird es schon bald zur einer Vorführung kommen.

B. Lehmann

Entspannungstherapie in der Alten Gärtnerei

Seit Januar 2008 findet in der „Alten Gärtnerei“ die Entspannung statt.

Die Bewohner haben große Freude daran. Es nehmen ca. 3 – 4 Bewohner daran teil (auch die WG „Klatschmohn“, z.B. Herr Kandel, Herr Puls, Herr Lehmann, Herr Seidel).

Was machen wir da eigentlich?

1. Wir legen Mandalas (mit Naturmaterialien: Muscheln, Donnerkeile, Steine oder auch Knöpfe) in Form von Gemeinschaftsmandalas, jeder für sich oder Partnermandalas
2. Körperwahrnehmung
3. Massagen
4. Phantasiegeschichten usw.

Auch die Wünsche und Ideen der Bewohner werden natürlich mit eingeflochten. Mir gefallen am meisten die Massagen. Wir freuen uns schon auf das nächste Mal und sind für viele neue Ideen offen.

Herr Kandel / Frau Mertens

Gesundheitstipps

Wann haben Sie das letzte Mal einfach mal gar nichts getan? Sind nicht sofort ans Telefon gerannt? Haben nicht ständig Ihre E-Mails am Computer abgerufen oder sind nach einem stressigen Arbeitstag nicht noch schnell einkaufen gegangen? Termine haben die meisten Menschen viele - Zeit für sich selbst hingegen kaum noch.

Dabei leben wir gesünder und zufriedener, wenn wir uns ab und zu verlangsamen. Jeder ist sein eigener Entspannungskünstler. Lassen sie ihre Sinne mal wieder sprechen und richten sie sie nach außen. Hören sie zum Beispiel die Vögel im Wald, spüren sie die Luft auf der Haut. Wichtig ist, dass jeder selber schaut, wo er wieder Kraft und kleine Ruhemomente im Alltag findet.“

Auszeit für den Terminkalender

Täglich hetzen wir von Termin zu Termin und haben das Gefühl, der Zeit hinterher zu laufen. Viele planen ihren Tag von morgens bis abends durch. Zeit für wirkliche Entspannung ist im Terminkalender nicht vermerkt. Dabei lassen sich besinnliche Momente in den Alltag einbauen. „

Zivilisationsphänomen Eilkrankheit

Amerikanische Psychologen sprechen von der Eilkrankheit, wenn wir dauernd auf die Uhr schauen, ohne Terminkalender nicht mehr leben können und an der Supermarktschlange vor Ungeduld fast platzen.

Die meisten Leute klappen gleich ihren Laptop auf oder telefonieren mit dem Handy.

Wer sich zwischendurch Ruhe gönnt, entdeckt ganz neue Seiten an sich. Ist kreativer und gelassener.

Nichtstun tut Körper und Seele einfach gut und ist gar nicht so schwer. Es ist gut, wenn man sich auf die Sache, die man tut, in diesem Augenblick konzentriert, wenn man zum Beispiel eine Tasse Tee trinkt und sich deren Vorbereitung widmet.



Lernen Sie die Ruhe zu schätzen und legen Sie mal eine Pause ein.

Auszug aus dem Internet

Durchfallerkrankungen- Enteritiden (Diarrhoe)

Durchfälle treten bei Entzündungen des Magen-Darm-Traktes auf, die meistens durch Bakterien oder Viren hervorgerufen werden.

Infektionswege:

Die Krankheitserreger gelangen über verdorbene Lebensmittel oder über den Kontakt mit Menschen oder Tieren, die an einer ansteckenden Darmkrankheit leiden, in den Körper. Zu den häufigsten Durchfallerregern gehören: Salmonellen, Shigellen (Ruhrer.), Rotaviren, Noroviren, Adenoviren und Clostridien diffizile

Bei Durchfallerkrankungen nach dem Verzehr von Lebensmitteln(Geflügel, Eier, Ei-Produkte, Fleisch und Milch) spielen zum Beispiel Salmonellen eine große Rolle. (orale Aufnahme)

Zur Vorbeugung von Durchfällen ist stets ein sorgfältiger Umgang mit Lebensmitteln zu gewährleisten, das heißt:

- die Lebensmittel haben eine einwandfreie Beschaffenheit
- das Mindesthaltbarkeitsdatum ist nicht überschritten
- Geflügel nur durchgebraten verzehren
- Eier nur frisch verbrauchen, möglichst hart kochen
- die Kühlkette von Speiseeis ist nicht unterbrochen(Eis war nicht an- oder aufgetaut)
- die Lagerschränke und Räume sind trocken und sauber
- die allgemeinen Regeln des Hygieneplans für Übungsküchen sind einzuhalten (Arbeitsblatt liegt vor)

Bei Kontakt zu Personen mit Enteritis können die Erreger, (oben aufgeführt) über direkten oder indirekten Kontakt über die Hände, Flächen, Gegenstände und Körperflüssigkeiten übertragen werden. Oftmals reicht ein Händegeben oder einatmen von Aerosolen bei Erbrechen Erkrankten für eine Infektion aus.

Die **Inkubationszeit** beträgt je nach Erreger Stunden bis mehrere Tage.

Symptome können sein:

- > Magenschmerzen bis hin zu Magenkrämpfe
- > Fieber
- > Appetitlosigkeit, Schwächegefühl
- > häufig flüssiger Stuhlgang

Behandlung/Therapie:

Da der Körper mit Durchfällen viel Flüssigkeit und Körpersalze verliert, ist es wichtig, diesen Verlust schnellstens wieder auszugleichen. Empfohlen wird vorzugsweise das Trinken von Tee. Außerdem ist eine fettarme Schonkost bis zum Abklingen der Symptome einzuhalten. Beim Auftreten von Durchfällen sollte ein Arzt konsultiert werden. Der Elektrolythaushalt muss u.a. kontrolliert werden.

Hygienische Schutzmaßnahmen beim Auftreten von Durchfällen in der Einrichtung, zutreffend für Bewohner und Personal:

- > Bewohner- und Personalbewegung zwischen den Wohnbereichen minimieren
- > Händehygiene einhalten
(waschen, desinfizieren unter Berücksichtigung der Einwirkzeit und Händegeben unterlassen)
- > Schutzkittel/ Handschuhe und erforderlichenfalls Mundschutz bei der Pflege Erkrankter und beim Umgang mit kontaminiertem Material
- > bei gehäuften Auftreten ggf. Kohortenisolierung
- > nach Kontamination von Flächen und Gegenständen ist eine gezielte Desinfektion mit einem viruswirksamen Mittel durchzuführen
- > handberührte Flächen (Türgriffe, Lichtschalter, Toilettenbrillen und Spülköpfe sollten des öfteren mit einem wirksamen Flächendesinfektionsmittel abgewischt werden
- > Wäsche:
kontaminierte Bewohnerwäsche ist mit desinfizierenden Waschmittel separat zu behandeln
die Waschmaschine sollte in diesen Fällen anschließend mit einem Kochprogramm thermisch desinfiziert werden
Leihwäsche ist in gesonderten Säcken für Infektionswäsche zu sammeln.
Die Ablagen (Körbe, Tische, Waschmaschine außen) sind desinfizierend abzuwischen.

Zur Erhaltung bzw. Wiederherstellung von Gesundheit der Bewohner und Mitarbeiter sind zur Unterbrechung der Infektionskette die Schutzmaßnahmen notwendig.

Das Hygieneteam Ute und Rita

in der nächsten Ausgabe:
grippaler Infekt / Virusgrippe

Suchnotiz

Die Ergotherapie sucht:

einfarbige und bunte Baumwollstoffe für die Puppenbettwäsche sowie Reißverschlüsse -
Farbe und Länge sind egal.

Auch Kerzenreste und Korken können
jederzeit im Laden oder den Ergo,s
abgegeben werden.

DANKE!!! Das Team der Ergotherapie

Kulturtipps

Die Strandburg – ein Ausflugsziel
Ein schönes Ausflugsziel ist die Strandburg auf Mönchgut in Alt Reddevitz auf der Insel Rügen. Sie liegt idyllisch auf der Landzunge Alt Reddevitzer Höft, von allen Seiten mit Wasser umgeben. Zu DDR-Zeiten war sie eine Bildungsstätte der Reichsbahn und Ferienanlage; so war die Strandburg auch früher schon ein beliebtes Ausflugsziel. Nach der Wende war die Immobilie dem Zerfall preisgegeben und wurde nach vielen Anstrengungen saniert. So hat im Juli 2007 das Ehepaar Fam. Kliesow die Mönchguter Hofbrennerei „Zur Strandburg“ eröffnet. Die moderne Schaudestillerie erzeugt Obst- und Kornbrände, Liköre, Fruchtsäfte und besten Obstessig. Ferner werden selbst



gemachte Marmeladen, Konfitüren und Gelees angeboten. Selbstverständlich gibt es hausgemachten Kuchen und auch Brot. Für

viele Überraschungen (Geschenkkideen) ist ebenfalls gesorgt. Im Sommer kann man von der Terrasse den Blick über die Bucht schweifen lassen. Also es lohnt sich, dieser Gegend einen Besuch abzustatten.

Dörte Behrend

Gratulation den Geburtstagskindern

Mitarbeiter

Käsler, Christin	24.04.
Clemens, Irmgard	27.04.
Harnisch, Mike	06.05.
Gardelin, Mandy	09.05.
Losch, Raik	09.05.
Hermann, Sebastian	12.05.
Ziethen, Jürgen	12.05.
Kohls, Günter	13.05.
Trettin, Manuela	19.05.
Dürkoop, Manfred	20.05.
Heidenreich, Ute	21.05.
Strohbach, Susanne	23.05.
Garthoff, Ramona	29.05.
Hömig, Ursula	01.06.
Reimann, Andrea	03.06.
Glaß, Brigitte	03.06.
Jentzsch, Franziska	04.06.
Voigt, Kerstin	10.06.
Numsen, Birka	11.06.
Zimmermann, Karin	16.06.
Kursawe, Robert	20.06.
Graap, Waltraud	24.06.
Redieck, Andreas	27.06.
Thürk, Manuela	27.06.
Heidemann, Steffi	30.06.
Weiterer, Enrico	30.06.

Heimbewohner

„Haus am Wald“

Schley, Franziska	29.04.
Fiebelkorn, Katja	13.05.
Kliese, Marco	04.06.
Komp, Anne	05.06.
Fischer, Nicole	12.06.
Fiedler, Ronny	12.06.
Schuckart, Liane	21.06.
Brüdgam, Jutta	28.06.
Köpp, Carola	30.06.

Heimbewohner

„Dat Inselhus“

Krüger, Dieter	20.04.
Gellentint, Roland	01.05.
Grabow, Andrea	11.05.
von Schmitterlöw, Bertram	16.05.
Krehmke, Detlef	18.05.
Seligmann, Hartmut	25.05.
Heiden, Petra	03.06.
Thomas, Simone	13.06.
Mallick, Heide Lore	13.06.
Birkner, Martin	14.06.
Remus, Margarete	18.06.
Kahmann, Bodo	28.06.
Scholz, Sven	30.06.

Heimbewohner „Die Alte Gärtnerei“

Brandt, Thomas	06.04.
Thomann, Wolfgang	01.05.
Schultz, Stefan	26.05.
Seidel, Jan	02.06.
Precht, Lutz	29.06.

Komplementärbereich Heimbewohner „WG I“

Müller, Frank	04.04.
Mehardel, Gabriele	05.04.
Glawe, Petra	17.04.
Fastenau, Gunnar	26.04.
Niclas, Gerhard	28.04.
Krüger, Helge	30.04.

Heimbewohner „WG II“

Möhl, Antje	24.04.
Dethloff, Frank	26.05.

Ambulante Betreuung

Seidel, Sirko	28.04.
Lobodsinski, Robert	26.05.
Kischnik, Andy	18.06.
Hank, Roland	25.06.

Rezeptecke

Norddeutsche Eintopf

Zutaten für 2 Portionen:

- 20 g Butter, 1 El Mehl,
- 200 g Kartoffeln,
- 150 g Möhren,
- 150 g Kohlrabi, Salz
- 100 g TK- Erbsen,
- 500 ml Milch, Pfeffer, Muskat,
- 4 El gehackte Petersilie, evtl. Katenschinken



1. Butter und Mehl verkneten und kalt stellen. Kartoffeln, Möhren und Kohlrabi schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. In 350 ml Salzwasser 13-15 Min. garen. 2 Min. vor Ende der Garzeit die TK-Erbsen zugeben, Kochwasser abgießen.

2. Milch aufkochen und die Mehlbutter in kleinen Stücken unterrühren, aufkochen. Gemüse zugeben. Suppe mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Mit gehackter Petersilie bestreuen und evtl. mit Katenschinken servieren. Guten Appetit!

S U D O K K U

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



Suchrätsel

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

Zum Schmunzeln



Funkspruch eines US-Flugzeug-trägerkommandanten.

Dies ist die Abschrift eines Funkgesprächs, das tatsächlich im Oktober 1995 zwischen einem US-Marinefahrzeug und kanadischen Behörden vor der Küste Neufundlands stattgefunden hat. Es wurde am 10.10.1995 vom Chef of Naval Operations veröffentlicht.

Amerikaner: Bitte ändern Sie Ihren Kurs 15 Grad nach Norden, um eine Kollision zu vermeiden.

Kanadier: Ich empfehle, Sie ändern IHREN Kurs 15 Grad nach Süden, um eine Kollision zu vermeiden.

Amerikaner: Dies ist der Kapitän eines Schiffs der US-Marine. Ich sage noch einmal: Andern SIE IHREN Kurs.

Kanadier: Nein. Ich sage noch einmal: SIE ändern IHREN Kurs.

Amerikaner: Dies ist der Flugzeugträger „US Lincoln“. das zweitgrößte Schiff in der Atlantikflotte der USA. Wir werden von drei Zerstörern und mehreren Hilfsschiffen

begleitet. Ich verlange, dass sie ihren Kurs 15 Grad nach Norden ändern oder es werden Gegenmaßnahmen ergriffen, um die Sicherheit dieses Schiffes zu gewährleisten.

Kanadier: Dies ist ein Leuchtturm. Sie sind dran.

1	Aerobic
2	Badminton
3	Basketball
4	Boxen
5	Dart
6	Federball
7	Fussball
8	Hockey
9	Klettern
10	Langlauf
11	Laufen
12	Motorsport
13	Radfahren
14	Reiten
15	Rudern
16	Schach
17	Schwimmen
18	Segeln
19	Tanzen
20	Tennis
21	Tischtennis
22	Turnspringen
23	Volleyball
24	Wandern
25	Wasserball

Impressum

Herausgeber:

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

Redaktion:

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

E-Mail der Redaktion

ziethen@hestia-hst.de

Druck:

TYBE Druck Stralsund

Auflage:

300 Exemplare