

# DONAUWELLE



**Bayerisches  
Rotes  
Kreuz**  
Kreisverband Regensburg

**Rotkreuzheim Regensburg**  
**Februar bis April 2022**

## AUF EIN WORT ...

### Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, Angehörige, Mitarbeiter und Freunde des Hauses,

das Jahr 2022 ist zwar schon wieder einen ganzen Monat alt, trotzdem darf ich Ihnen noch von Herzen ein gesundes, zufriedenes und glückliches Jahr wünschen und mich bei Ihnen für Ihr Vertrauen im vergangenen Jahr bedanken.



Das vergangene Jahr hat uns allen wieder sehr viel abverlangt. An dieser Stelle darf ich mich bei meinen Mitarbeitern für ihre stets wunderbare Arbeit bedanken – ich bin sehr stolz auf mein Team! Auch für das Verständnis und das Vertrauen in mich und meine, manch schweren Entscheidungen, möchte ich mich bedanken. Auch nach zwei Jahren der Pandemie kämpfen wir noch immer mit dem Unverständnis so mancher BesucherInnen, für die Umsetzung der uns auferlegten Maßnahmen und sind Anfeindungen sowie Beleidigungen ausgesetzt. Hierzu denke ich immer gerne an ein Zitat des Schauspielers Denzel Washington: „So viel Dinge kommen zurück und werden wieder in. Kann es kaum erwarten, bis Moral, Respekt und Intelligenz wieder im Trend sind.“ ... doch schauen wir nach vorne.

Die Tage werden wieder heller, aus der Erde blinzeln die ersten Frühjahrsblüher und in den Menschen regt sich neue Energie – es wird Frühling!

Ab jetzt werden die Tage wieder länger, die schönste Jahreszeit bricht an und die damit verbundenen Frühlingsgefühle stellen sich ein. Während also Krokusse und Schneeglöckchen ihre Köpfe in den Himmel heben, beginnt bei vielen Menschen ein Kribbeln und ein Erwachen. Plötzlich fühlt man wieder neue Energie in sich und die Vorfreude auf die kommende Blütenpracht und sonnige, helle Tage ist da. Es werden wieder Pläne geschmiedet und auch in zwischenmenschlichen Beziehungen wird vieles wesentlich leichter genommen als im dunklen und kalten Winter.

Frühling ist dann, wenn die Seele wieder bunt denkt – ein Sprichwort, das den Nagel auf den Kopf trifft.

Ich möchte Sie ermutigen, die Kraft des Frühlings zu nutzen! Seien Sie dabei, wenn die Natur, das Licht und die Menschen wieder sichtbar werden.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine angenehme Zeit.

**Ihre Sabine Hasenöhrl**  
**Heimleiterin**

## INHALT

- 03 Herzlich Willkommen
- 04 Wichtige Veranstaltungen
- 05 Unser Dienstleistungsangebot
- 06 Für Ihr leibliches Wohl  
ist gesorgt
- 07 Gruppenangebote
- 08 Für Rätselmäuse
- 09 St. Martinstag /  
Verabschiedung
- 10-11 Flucht ins Ungewisse
- 12-13 Wellnessangebote
- 14 Adventsfloristik
- 15 Adventswerkstatt
- 16 Nikoläuse zu Besuch
- 17 Jugend-Trachtengruppe
- 18-19 Bewohner-Erinnerungen
- 20 Weihnachtspost
- 21 Rengschburger Herzen
- 22 Weihnachtsandacht
- 23 Dienstjubiläum
- 24-25 Weihnachtsfeiern
- 26 Preisrätsel, Gewinner  
des letztens Rätsels
- 27 Wir gedenken in  
stiller Trauer

## IMPRESSUM

### REDAKTIONSTEAM:


Sabine Hasenöhrl,  
Ulrike Schrettenbrunner,  
Gabi Röckl, Claudia Hagen,  
Doris Rankl, Karin Lippert

### HERAUSGEBER:

BRK Rotkreuzheim Regensburg  
Rilkestr. 8, 93049 Regensburg  
Tel.: 0941 - 29 88 - 0  
Fax: 0941 - 27 02 56  
info-rkh@kvregensburg.brk.de  
www.rotkreuzheim.de

## Herzlich Willkommen

Wir begrüßen herzlich unsere neuen MitbewohnerInnen und wünschen ihnen eine angenehme, unterhaltsame und friedvolle Zeit in unserem Hause.



Aus Gründen des Datenschutzes  
online nicht bereit gestellt.

## Wichtige Veranstaltungen und Termine

**Liebe LeserInnen,**

falls die Großveranstaltungen wegen Corona nicht stattfinden können, finden Aktionen auf den Wohnbereichen im kleinen Stil statt. Bitte beachten Sie die Plakate an der Litfaßsäule.

### Februar 2022

**Freitag, 18. Februar, 14.00 Uhr im großen Saal:**

Hausfasching, Motto: „Musik ist Trumpf“ mit Live-Musik, Kaffee, Krapfen, Getränken und Snacks

### März 2022

**Dienstag, 08. März, 14.00-16.00 Uhr im Foyer:**

Kleiderverkauf der Firma Gebhard Moden

**Dienstag, 15. März, 14.00 Uhr im großen Saal:**

Tanztee mit Siegfried Reißer, Kaffee und Gebäck

### April 2022

**Dienstag, 05. April, 14.00 Uhr im großen Saal:**

Osterwerkstatt mit Osterbasar mit Backen, Basteln und Floristik

# Unser Dienstleistungsangebot

## Hauskapelle



### Krankensalbung:

Nach Wunsch durch Pfarrer Börner 0941 - 227 72

### Evang. Gottesdienst:

Montag, 07. Februar und Montag, 04. April 2022, jeweils von 10.30 bis 11.00 Uhr

## Zahnarzt



### Zahnarztpraxis:

Abteilung Tagespflege, Zi. Nr. 014 Sprechstunden: Montags ab 15.00 Uhr und nach Bedarf. Terminvergabe am Empfang oder nach telef. Vereinbarung: 0941/78036530

## Kasse



**Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag** ist die Kasse von **9.45 bis 11.45 Uhr** geöffnet, am **Donnerstag** zusätzlich von **13.30 bis 16.00 Uhr**. Am **Freitag** ist **geschlossen**. Die Kasse wird von Frau Florian (Verwaltung EG) geführt.

## Friseur



**Donnerstag und Freitag** ab **9.00 Uhr** ist unser Friseursalon für Sie geöffnet.  
**Bitte melden Sie sich in Ihrem Wohnbereich an.**

## Hilfsmittelpflege



Rollstuhlpflege findet immer jeden **ersten Freitag im Monat** (Info Sozialdienst, Tel.: 411 oder Empfang, Tel.: 101) **um 13.00 Uhr** statt. **Bitte melden Sie Ihren Bedarf im Wohnbereich an.**

## Für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt

### Cafe



Jeden **Dienstag und Donnerstag** ist unser Café **von 13.30 bis 15.30 Uhr** für Sie geöffnet.

**Bis auf weiteres geschlossen.**

### Mittagstisch



Gemeinsam mit anderen Heimbewohnern und Gästen können Sie Ihr Mittagessen im großen Saal zu sich nehmen.

Von **Montag bis Freitag** zwischen **10.30 und 13.00 Uhr** im großen Saal bewirte

Wunsch im Saal bewirte.

**Bitte melden Sie sich bis spätestens 9.00 Uhr** desselben Tages bei Ihrem Pflegepersonal oder im Saal an!

**Derzeit Coronabedingt geschlossen**

### Kiosk, Bistro und Getränkeautomat



Ein Getränkeautomat befindet sich im Verwaltungstrakt / Aufenthaltsbereich.

**Öffnungszeiten Kiosk im 2. OG:**

**Montag bis Donnerstag 9.00 - 11.00 Uhr**

**Freitag 9.00 - 12.00 Uhr**

**Montag und Mittwoch 12.30 - 14.30 Uhr**

## Gruppenangebote

### Gymnastik



Sitzgymnastik für Senioren findet **ab März** wieder am Freitag von 09.30 bis 10.30 Uhr im Saal statt.

### Sturzprophylaxe



Gezieltes Training (Kraft und Gleichgewicht): **Montag und Mittwoch jeweils von 9.30 bis 10.30 Uhr** im Saal (für gehfähige Teilnehmer).

### Kreativ- Gruppe



Kreativgruppe jeden **Donnerstag um 9.00 bis 10.30 Uhr** im Saal.

### Rätselrunde

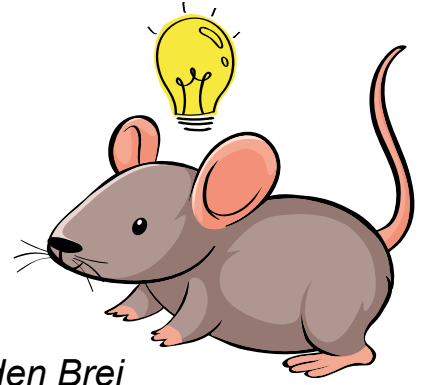


Jeden **Dienstag von 9.30 bis 10.30 Uhr** Rätselrunde im Saal.

Zu den genannten Gruppen werden zusätzlich auf den einzelnen Wohnbereichen Aktivierungen, Spaziergänge und Besuche vor Ort angeboten.

**Fr. Röckl Tel.: 411 oder Empfang Tel.: 100! Siehe Wochenpläne.**

## Für Rätselmäuse



**Ja, das weiß ich!**

Viele Köche verderben  
*die Würstchen / den Nudelsalat / den Brei*

Ein Unglück kommt selten  
*zu zweit / allein / hinterdrein*

Wer Naheliegendes nicht erkennt, sieht  
*das Gänseblümchen vor lauter Wiese nicht / Wald vor lauter Bäume nicht*

Wem viel genommen wird,  
der wird ausgenommen wie  
*ein Pfingstochse / ein Maibock / eine Weihnachtsgans*

Ein schwerer Junge ist ein  
*Übergewichtiger / Gewaltverbrecher / Neugeborener*

Wer enttäuscht wird, steht da wie ein  
*entlaufender Dackel / kleiner Mops / begossener Pudel*

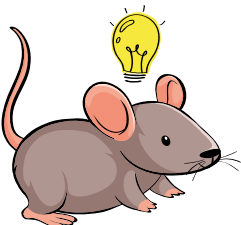
Welche Äpfel isst man nicht  
*Bratäpfel / Pferdeäpfel / Erdäpfel*

Wenn jemand blank ist, hat er  
*keine Haare am Kopf / keine Wohnung / kein Geld*

Wer sich nichts gefallen lässt, hat Haare  
*auf der Brust / in den Ohren / auf den Zähnen*

Wenn jemand in die Eisen steigt  
*legt er die Rüstung an / schmiedet er etwas / bremst er sehr stark*

Auf der Mauer auf der Lauer sitzt eine  
*böse Schlange / eine kleine Wanze / eine freche Maus*





## Aktivierungen rund um den St. Martinstag

**Die Betreuungskräfte dachten sich verschiedene Aktivitäten rund um den St. Martinstag am 11.11.2021 aus.**

Auf dem Sonnenblumenweg und dem Rosenweg wurden zum Beispiel Martinsgänseplätzchen gebacken, in der Kreativgruppe Martinslaternen gebastelt und auf dem Lilienweg Martinslieder gesungen und die Geschichte vom heiligen St. Martin erzählt.

- Gabi Röckl -



Margita Sirota vom Sonnenblumenweg

## - Mitarbeiter-Verabschiedung -

### Ganz heimlich still und leise...

...wollte sich unsere Sonja Löll in den wohlverdienten Ruhestand begeben.

Frau Löll nahm am 01.08.2010 ihren Dienst als Hauswirtschaftskraft im Rotkreuzheim auf und war neben ihren vielseitigen Tätigkeiten auf den Wohnbereichen vor allem in der Wäscherei tätig. Frau Löll war auch die Frau für die „harten Fälle“, sie bearbeitete und reinigte mit Vorliebe unsere Böden mit schwerem Gerät.

Wir danken Frau Löll ganz herzlich für ihre jahrelange, zuverlässige Arbeit und wünschen ihr für den Ruhestand alles erdenklich Gute. Wir werden Frau Löll auch weiterhin im Haus begrüßen können, nicht mehr als Mitarbeiterin, aber weiterhin als Angehörige einer Bewohnerin.

- Beate Kwoka -



v. l. n. r. Heimleiterin Sabine Hasenöhr,  
Sonja Löll, Hauswirtschaftsleiterin  
Beate Kwoka

## - Unser Koch Herr Holger Raab berichtet -

### „Flucht ins Ungewisse“

Baghlan in Afghanistan, 13. Oktober 2015. Es war heiß im Auto, als die drei Brüder Richtung Grenze Pakistan fuhren. Erst jetzt war dem Jüngsten von ihnen, Skandar Lashkari, 16 Jahre alt klar, dass es eine Reise ohne Rückfahrt wird. Viele Jahre hinweg haben die Brüder für die Nato gearbeitet. Selbst Skandar war öfter im Stützpunkt und hatte Minijobs erledigt. Doch der Stützpunkt wurde geräumt. Die drei Brüder waren den Taliban schutzlos ausgeliefert und in Lebensgefahr. Nur mit einer Kleidung zum Wechseln und Bargeld machten sie sich los. Die Brüder stammen aus gutem Hause. Der Vater, ein wohlhabender Mann, unterstützte die Flucht.

Kurz vor der Grenze Pakistans ließen sie ihr Fahrzeug zurück. Sie bezahlten Schleuser, die sie mit vielen anderen zu Fuß über die Grenze brachten. Zehn lange Tage liefen sie zu Fuß Richtung Iran. Zum Essen hatten sie nur Brot und Wasser. Im Iran angekommen, ging die Reise in PKWs weiter. Skandar musste mit zwei weiteren Jugendlichen in den Kofferraum. Er wurde nicht gefragt, sondern unsanft von den Schleppern hineingeworfen. Er kann nicht mehr genau sagen, wie lange es dauerte, bis der Sauerstoff weniger und das Atmen immer schwieriger wurde. Panik machte sich breit. Müssen sie in diesem Auto qualvoll ersticken? Skandar fand durch das Abtasten im Dunkeln eine Schere. Damit konnte er die Gummidichtung lösen und ein kleines Löchlein nach draußen bohren. Nur so konnten sie überleben. Nach Stunden stoppte das Fahrzeug. Endlich, dachte sich Skandar.

Die Nachricht erreichte ihn wenige Mi-



Herrn Lashkari Skandar  
(Spitzname Alex) in unserer Küche  
im Rotkreuzheim

nuten später und schockierte ihn. Seine beiden Brüder waren in einem anderen Fahrzeug, das von der Polizei gestoppt wurde. Seine Brüder waren in Gewahrsam und Skandar nunmehr allein.

Er orientierte sich an den anderen Flüchtlingen, die alle bereits die Schlepper bezahlt hatten. Weiter ging es mit Autos und später mit dem Bus zur türkischen Grenze. Skandar wurde im Gepäckraum des Busses versteckt. Dann ging es zu Fuß und wieder mit dem Bus weiter bis nach Istanbul. Dort angekommen, konnte Skandar endlich seinen Vater anrufen. Er wollte zurück zu seiner Familie. Er wollte nicht weitergehen. Sein Vater widersprach seinem Sohn. Er hätte in Afghanistan keine Zukunft. Er müsse nach Europa weiterreisen. Er werde ihn von der Ferne aus unterstützen. Er nannte ihm die Adresse eines Freundes in Sparta, wo Skandar für mehrere Tage in der Türkei untertauchen und wieder Kräfte sammeln konnte. Auch Geld schickte er

seinem Sohn. Zwei Wochen überlegte Skandar, was er tun sollte. Er war einsam, irgendwo in einer fremden Umgebung. Vor ein paar Monaten war sein Leben noch unbeschwert und in Ordnung. Aber er hörte dann doch auf seinen Vater und setzte mit etwas Gepäck und Bargeld die Reise fort.

Wieder wurden Schlepper bezahlt. Wieder waren es viel zu viele Flüchtlinge. Als sie das sechs Meter lange Motorschlauchboot betraten, ahnte Skandar bereits, dass das nicht gut gehen würde. Er konnte sich ganz vorne am Bug einen Platz sichern. Von dort konnte er im Notfall besser ins Wasser springen, waren seine Gedanken. Einige Stunden waren sie auf dem Boot Richtung Griechenland unterwegs. Er konnte bereits in der Ferne ein schwaches Licht erkennen, als der Motor stockte und schließlich ausging. Die Leute wurden unruhig. Angst war in ihren Gesichtern abzulesen. Durch die Bewegungen der Passagiere und natürlich die hohe Überlastung, schwappte immer mehr Wasser ins Boot. Der Kapitän befahl, alles Gepäck von Bord zu werfen. Alle Rucksäcke und die wenig vorhandenen Habseligkeiten wurden ins Meer geworfen. Skandar bereitete sich bereits auf den Sprung ins Wasser vor. Er war ein guter Schwimmer, dachte er - er würde das Schaffen. Der Kapitän riss immer wieder an der Leine des Motors, und wie ein Wunder brachte er ihn wieder zum Laufen. Wie sich herausstellte, stand ein Passagier mit den Füßen auf dem Benzinschlauch. Trockenen Fußes erreichten sie schließlich das Festland. Ein 70 Kilometer langer Fußmarsch führte die Gruppe in ein Flüchtlingslager, wo sie notdürftig versorgt wurden. Nach drei Tagen wurde Skandar nach Athen gebracht. Endlich konnte er wieder mit seiner Familie zu Hause telefonieren und berichten. Erneut schickten die Eltern

Geld für die weitere Reise. Es ging weiter zu Fuß nach Serbien, mit dem Bus nach Ungarn und weiter zu Fuß nach Österreich. Mit dem Zug reiste Skandar nach Deutschland (München). Er kam in ein Asylheim, wo er registriert und untersucht wurde. Nach fünf Tagen wurde er mit anderen Jugendlichen nach Regensburg ins Don-Bosco-Zentrum gebracht. Für zwei Monate war eine Turnhalle sein neues Zuhause. Mit seinen sehr guten Englisch Kenntnissen, konnte er als Dolmetscher den anderen Jugendlichen helfen und übersetzen. Er übernahm viele kleinere Tätigkeiten und wurde rasch zum Gruppensprecher. Der Pater, Herr Wender, damaliger Leiter vom Don-Bosco-Zentrum, war von dem jungen Mann sehr beeindruckt und unterstützte ihn. So kam Skandar in einer Wohngruppe unter. Akribisch lernte er jetzt die deutsche Sprache. Für ihn stand fest, er möchte in Deutschland Fuß fassen. Bis 2018 besuchte er die Berufsintegrationsklasse an der Berufsschule und machte seinen Mittelschulabschluss. Danach folgte von 2018 bis 2021 eine Lehre zum Koch im Sorat Hotel in Regensburg. Seit 15.09.2021 ist Herr Skandar Lashkari in unserer Rotkreuzküche als Koch tätig.

Wir haben mit Herrn Lashkari einen motivierten und fleißigen jungen Koch gewinnen können. Wir freuen uns, dass Herr Lashkari Skandar nach dieser langen, dreimonatigen und lebensgefährlichen Reise bei uns sein Ziel gefunden hat. Auch seine Brüder befinden sich mittlerweile ebenfalls in Deutschland.

- Holger Raab, Küchenleiter -

## Entspannungs- und Wellnessangebote im Rotkreuzheim - eine Auszeit für Körper, Seele und Geist -

### Klangschalen – Reiki – Wohlfühlmassagen

Reiki, wie auch die Klangschalenangebote, sind Entspannungsmethoden, die zum Entspannen und Loslassen einladen. Sie fördern einen gesunden Schlaf, stärken das Immunsystem und wirken unterstützend und begleitend im Sterbeprozess. Wohlfühlmassagen dienen der Entspannung, einer besseren Durchblutung und tun einfach gut.

#### Klangschalenmassage

Frau Elke Zipfel von unserer MS-Station genießt die Klänge sehr. Während der Mittagszeit komme ich, Frau Ulrike Schrettenbrunner, von der Sozialen Betreuung für eine Klangschalenmassage zu ihr ins Zimmer. Frau Zipfel liegt wach im Bett und nach einem kurzen Gespräch werden erst eine und dann weitere Klangschalen vorsichtig auf den Körper aufgestellt und angetönt. Nach und nach verschmelzen die Töne miteinander zu einem Klangteppich und umhüllen sie sanft, so dass sie die Welt um sich vergessen kann und die Augen schließt. Nach der Anwendung sagt sie: „Die Klänge sind schön... ich fühle mich getragen... geerdet. Ich habe ein richtiges Wohlfühlgefühl.“ Frau Zipfel kann die Klänge spüren, hören und im Körper wahrnehmen und kann ihre Erfahrungen, die sie durchwegs als positiv und sehr angenehm beschreibt, sehr genau in Worte fassen. Sie sagt, dass sie während der Anwendung sehr gut entspannt.



Ulrike Schrettenbrunner und Christa Müller  
vom Rosenweg

Ein weiterer Bewohner auf der MS-Station, Herr Thomas Pfeil, berichtet nach einer der wöchentlichen Klangschalenmassage, dass es wieder sehr angenehm gewesen sei und dass er die Vibrationen der Schalen im Körper spüren und die Unterschiede von der rechten zur linken Seite gut wahrnehmen kann. Er freut sich, dass er heute wieder etwas mehr im linken Fuß spüren kann. Nach einem Schlaganfall ist seine linke Körperseite gelähmt.

Auch Frau Claudia Koller vom Rosenweg kann schnell entspannen. „Ich habe nur zwei, drei Töne gehört, dann war nichts“, berichtet sie. Wie sie später sagt, ist sie immer wieder davon überrascht, wie schnell sie mit Hilfe der Klangschalen abschalten könne. „Ich fühle mich entspannter, ruhiger und gelassener.“

Frau Christa Müller vom Rosenweg freut sich über eine kleine ‚Klangpause‘ am Nach-



mittag. Schon beim ersten Ton wird sie hellhörig, fängt zu Lächeln an und sagt: „Der Ton ist so feingliedrig. Das ist schön.“

## Reiki

Ein Einzelangebot, das durch das sanfte Auflegen der Hände die Selbstheilungskräfte weckt und zur Entspannung, Harmonisierung und Vitalisierung auf allen Ebenen einlädt. Herr Robert Zehentmeier vom Dahlienweg genießt die wöchentlichen Anwendungen. „Sehr entspannend ist es, sehr angenehm und es tut gut“, sagt er.

## Wohlfühlmassage

Zum vereinbarten Termin für eine sanfte Hand-/Armmassage komme ich zu Herrn Robert Zehentmeier ins Zimmer und nach einem kurzen Gespräch beginne ich mit der Massage. Als ich nach einer Weile vom linken zum rechten Arm wechsele, sagt Herr Zehentmeier: „Der linke (Arm) fühlt sich jetzt viel leichter an.“ Und am Schluss der Anwendung meint er mit einem Grinsen: „Jetzt werden meine Arme schweben.“ Aufgrund seiner MS-Erkrankung ist er sehr stark in seiner Mobilität eingeschränkt. Eine sanfte Massage hilft hier, die Muskeln und Sehnen zu lockern und zu dehnen. Auch regt die Massage die Durchblutung an, was dem gesamten Kreislauf und Organismus zugutekommen.

## Zu meiner Person:

Ich bin ausgebildete Peter Hess®-Klangmassagenpraktikerin, Peter Hess®-Klangexpertin Demenz, Reiki-Anwenderin (Jikiden Reiki) und Massagetherapeutin.



Ulrike Schrettenbrunner und Robert Zehentmeier vom Dahlienweg



Ulrike Schrettenbrunner von der Sozialen Betreuung



## Adventsfloristik auf dem Sonnenblumenweg



Auf dem Sonnenblumenweg konnten die BewohnerInnen mit der Betreuungskraft Frau Nevi Pehlivan ebenfalls schöne Adventsgestecke für ihre Zimmer und den Aufenthaltsbereich kreieren und sie hatten sichtlich Spaß dabei.

- Gabi Röckl -



v. l. n. r. Anna-Maria Ermer, Elisabeth Blank, Betreuungskraft Nevi Pehlivan, Erwine Stadler, Josefine Wein



li. Anna-Maria Ermer, re. Betreuungskraft Nevi Pehlivan



v. l. n. r. Anna Spreitzer, Betreuungskraft Nevi Pehlivan, Heide Stempel

## Adventswerkstatt mit Basar

Nachdem im vorhergehenden Jahr die Adventswerkstatt Corona bedingt abgesagt werden musste, konnten sich heuer viele BewohnerInnen wieder freuen, gemeinsam im Saal zu backen, zu basteln und Weihnachtsgestecke anzufertigen.

Ein kleiner Basar, den Frau Claudia Koller vom Rosenweg betreute, erfreute mit kleinen Geschenkideen. Da gab es Weihnachtsdekorationsartikel, Floristik, Liköre und Plätzchen, die auch gerne gekauft wurden.

Im Vordergrund stand allerdings das gemeinsame vorweihnachtliche Werkeln. Eifrig wurden Plätzchen ausgestochen, bepinselt, Vanillekipferl "gewuzelt" oder Hefeteig in kleine Zöpfchen verwandelt.

Auch in der Floristikwerkstatt ging es heiß her: Tannenzweige wurden geschnitten und in kleine Töpfe kunstvoll mit Kugeln und Glitzerschmuck zur Raumdekoration gestaltet. Mandarinen gespickt mit Nelken verströmten einen köstlichen Weihnachtsduft. Zufrieden betrachteten die BewohnerInnen ihre Kunstwerke.

Nach getaner Arbeit wurde mit Kaffee und Glühwein das selbst gemachte Weihnachtsgebäck verspeist und man hatte Zeit zum Plaudern und Musik hören. Einige unserer Ehrenamtlichen unterstützten die BewohnerInnen an diesem Nachmittag und saßen dann mit ihnen gemütlich beisammen. Dafür vielen Dank.

- Gabi Röckl -



Bewohner von verschiedenen Wohnbereichen  
beim Backen



Ehrenamtliche Lotte Schlemmer, re. Agathe Kühnl  
vom Rosenweg



Elke Zipfel vom Dahlienweg, re. Ehrenamtliche  
Inge Bothschafter

## Nikoläuse im Rotkreuzheim

**Nikolo bum bum.... Der Nikolo geht um..... Nachdem der Nikolaus im letzten Jahr leider nicht kommen konnte, freuten sich die BewohnerInnen des Rotkreuzheims umso mehr über seinen Besuch am 6. Dezember 2021.**

Der Nikolaus, diesmal in zweifacher Ausführung - Siegfried Reißer (Mitglied im Heimbeirat) und Lua Duong Van (Mitarbeiter im Rotkreuzheim). Ausgestattet mit Bischofsmütze, Stab und goldenen Buch im roten Brokatumhang, besuchte er alle BewohnerInnen in den Aufenthaltsräumen und Zimmern. Die meisten hatten sich schon zu einem Nikolauskaffee mit Gedichten und Musik in den Gemeinschaftsräumen versammelt und begrüßten den frommen Mann mit einem Nikolauslied. Der Nikolaus bedankte sich und sagte, die Regensburger Domspatzen hätten kaum schöner singen können als die Senioren hier. Nach seiner Ansprache verteilte er Schokoladen-Nikoläuse und Mandarinen, die sich der ein oder andere sofort gut schmecken ließ. Mit guten Wünschen für Gesundheit und Lebensfreude, eine schöne Adventszeit und Lob für die ganze Mitarbeiterschaft des Rotkreuzheims in dieser schweren Zeit der Corona Pandemie, verabschiedete sich Sankt Nikolaus bis zum nächsten Dezember.

Viele der BewohnerInnen freuten sich sehr über seinen Besuch und die kleinen Geschenke und bedankten sich herzlich. Danke gilt auch an die beiden Nikoläuse und auch an alle Betreuungskräfte, die diesen Nachmittag so schön gestaltet haben.

- Gabi Röckl -



li. Lua Duong Van, re. Siegfried Reißer



v. l. n. r. Eleonore Hertl, Heide Stempel, Anna Spreitzer, Lua Duong Van, Gertraud Tröger, Elisabeth Blank, Josefine Wein, Amalie Ligon vom Sonnenblumenweg



li. Claudia Koller, re. Betreuungskraft Karin Peters vom Rosenweg



v. l. n. r. Elke Zipfel, Siegfried Reißer, Betreuungskraft Ulrike Schrettenbrunner, Pflegehelfer Arnold Krämer, Brigitte Roiger vom Dahlienweg



## Besuch von der Jugend-Trachtengruppe Almrausch Stamm

**Selbstproduzierte CDs der Jugend-Trachtengruppe Almrausch Stamm als kleines Weihnachtspräsent für unsere Wohnbereiche.**

In der Adventszeit kündigten die Leiterinnen der Jugend-Trachtengruppe Almrausch Stamm ihren Besuch im Rotkreuzheim an.

Ich solle Frau Rosa Bauer vom Tulpenweg mitbringen. Sie hätten Geschenke dabei. Frau Bauer und ich erschienen zum vereinbarten Termin im Foyer vor dem Weihnachtsbaum. Und da kamen sie schon. Zwei fesche junge Frauen im Dirndl, die Frau Bauer herzlich begrüßten. Man kennt sich seit vielen Jahren, denn Frau Bauer ist seit über 50 Jahren Mitglied in diesem Trachtenverein und hat schon als junges Mädel mit ihrem Freund und späteren Mann dort getanzt und gesungen. Viele schöne Erinnerungen kamen bei ihr hoch und sie erzählte mit Begeisterung von dieser schönen aktiven Zeit beim Almrausch Stamm. Unser Besuch erzählte, sie hätten mit den Kindern eine CD produziert, die sie uns als Präsent zukommen lassen wollten. Und auch Frau Bauer erhielt ein Weihnachtsgeschenk, worüber sie sich sehr freute. Nach einem ausgiebigen Gespräch verabschiedeten sich die Damen und versprachen mir, zu unserem Oktoberfest mit eine Gruppe Kindern zu tanzen. Wir sagen vielen Dank im Namen aller BewohnerInnen des Rotkreuzheims.



v. l. n. r. Rosa Bauer mit den Leiterinnen  
der Jugend-Trachtengruppe Almrausch  
Stamm

- Gabi Röckl -

## - Bewohner-Erinnerungen -

# Herr Günter Selvers erinnert sich an seine Kindheit während des 2. Weltkrieges

Dass ich meine Kindheitsgeschichte schreiben kann, verdanke ich vor allem meiner Mutter, die über die Jahre, als ich ein kleiner Bub war, Tagebuch geführt und Fotoalben angelegt hat. Dieses Tagebuch gelangte nach dem Tod meiner Mutter in meine Hände. Es bildet die Grundlage meines Berichtes.

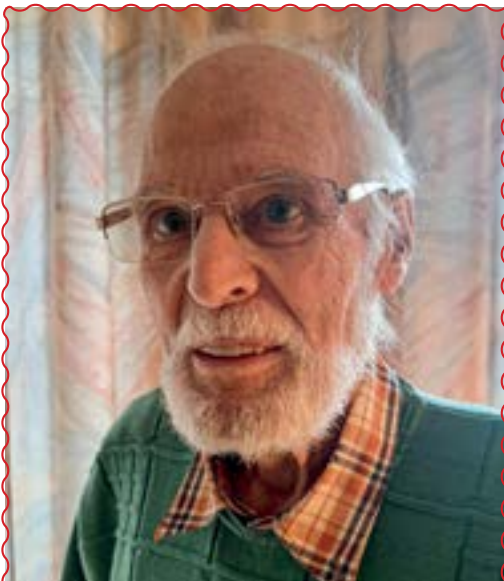
Ich hatte das Pech, im Jahre 1938 geboren zu werden, indem Jahre also, in dem Hitler einen Angriff auf Polen vorbereitete und eine für ganz Europa schlimme Zeit verschuldete.

Aber ich hatte einen Großvater in Dortmund, dem es in den folgenden Mangeljahren nach Kriegsausbruch gelang, mir mit 3 Jahren ein super Dreirad und später mit 6 Jahren einen stabilen Schlitten mit Stahlkufen zu kaufen.

Da meine Heimatstadt Hagen 1943 - ich war gerade 5 Jahre alt - wegen seiner kriegswichtigen Stahlindustrie- durch die Engländer schwer bombardiert wurde, evakuierten die Nazis mehrere Schulen aus dem Ruhrgebiet in vermeintlich sicherere Gebiete Deutschlands. Mein Vater, der Lehrer war, sollte die Schüler seines Gymnasiums bei der Evakuierung nach Stolp in Hinterpommern begleiten, um den Unterricht fort zu führen. So kam ich als 5-jähriger Bub ohne mein geliebtes Dreirad – die Familie durfte nur 50 kg Gepäck mitnehmen - mit meinen Eltern nach Stolp. Wir bewohnten dort eine 2 Zimmer-Wohnung und wurden von den Einheimischen freundlich aufgenommen. Wir genossen die Sommerferien an der Ostsee und im folgenden Winter lernte ich auf den zugefrorenen Seen das Schlittschuhlaufen.



ganz links im Bild: Günter Selvers damals



Günter Selvers heute

1944 wurde mein Vater nach Westfalen zurückbeordert, während meine Mutter und ich im angeblich sicheren Stolp bleiben sollten. Ich wurde in Stolp eingeschult, doch nach wenigen Monaten wurde das Schulgebäude zu einem Lazarett umgewandelt und meine Schulzeit damit unterbrochen. Als die Lage immer kritischer wurde und wir die Flüchtlingszüge aus Ostpreußen sahen, überraschte mich meine Mutter mit der Nachricht, dass wir mit einem Lazarettzug nach Stettin fahren könnten. Am 01.03.45 bestiegen wir den Zug, der sich nach längerer Wartezeit nicht wie erwartet nach Westen in Bewegung setzte, sondern nach Osten Richtung Danzig. Die Russen hatten nämlich inzwischen die Bahnlinie nach Stettin erobert. Jetzt saßen wir in Danzig fest. Nach einer

Nacht im UFA-Palast-Kino, fanden wir Unterkunft in einem verlassenem Haus. Von dort aus bemühte sich meine Mutter, um eine uns rettende Schiffspassage nach Stettin zu bekommen. Die einzige Möglichkeit aus dem Danziger Kessel herauszukommen.

Am 15.03.45 gegen 19.00 Uhr war es dann soweit. Auf die Lautsprecherdurchsage: „Mutter mit Kind“ stürmten gleich mehrere Mütter los, um an Bord des überfrachteten Schiffes zu kommen. So begann unsere Odyssee mit Schiff, Eisenbahn, zu Fuß, auf LKWs, immer wieder begleitet von Tieffliegern, die unsere Flucht verzögerten. Anhand einer Deutschlandkarte orientierte sich meine Mutter, um zu ihrem Mann nach Sendenhorst zu gelangen. Endlich sah ich am 24.03.45 meinen Vater wieder und erfuhr, dass mein Opa in Dortmund gestorben war.

Ich kam erneut in die Schule, doch als die Stadt Sendenhorst Anfang Mai kampflos den Amerikanern übergeben wurde, war meine Schulzeit wieder für eine Weile unterbrochen. 1947 kamen wir dann zurück nach Hagen, unser Haus war zerstört und wir mussten uns im Rektoratsgebäude eine Wohnung mit 2 anderen Familien teilen. 1948 konnte ich dann nach einer Aufnahmeprüfung ins Gymnasium gehen. 1951 kam ein neuer Lehrer in unsere Klasse mit den Fächern Sport und Erdkunde, der mein Leben stark prägen sollte. Über ihn entdeckte ich den Sport für mich, der mich fortan mein ganzes Leben begleiten sollte.

- Günter Selvers (Bewohner des Sonnenblumenwegs) -

## Weihnachtspost von SchülerInnen

„Anderen eine Freude machen“ - mit dieser Absicht planten die SchülerInnen der Klasse 6b von der Bischof Manfred Müller Mittelschule in der Zeit vor Weihnachten gemeinsam mit ihren Lehrkräften ein „soziales Projekt“.

Sie verfassten jeweils einen persönlichen Brief und gestalteten das entsprechende Kuvert, um diese dann per Losverfahren an ausgewählte BewohnerInnen des Rotkreuzheims zu verteilen. Damit wollten sie den SeniorenInnen in dieser vorweihnachtlichen Zeit einen kleinen Weihnachtsgruß senden und ihnen Freude bereiten.

Damit die Aktion Früchte tragen und der Kontakt aufrecht erhalten bleiben kann, haben die Kinder ihre Adressen angegeben und freuen sich über eine Antwort der Empfänger. Die Klasse 6b ist zudem eine Bläserklasse und möchte für die BewohnerInnen unter geeigneten Umständen im Frühjahr ein kleines Konzert geben.

- Gabi Röckl -



SchülerInnen der Klasse 6b von der Bischof-Manfred-Müller-Mittelschule mit ihren Lehrkräften



Weihnachtskarten von SchülerInnen der  
Bi-Ma-Mü Mittelschule



Elisabeth Blank vom Sonnenblumenweg, re. Katharina  
Meindl vom Tulpenweg

## ♥ „Rengschburger Herzen“ erfüllen Weihnachtungswünsche ♥

**Wie schon im letzten Jahr beschenkten die Mitglieder der „Rengschburger Herzen - eine Regensburger Privatinitiative - BewohnerInnen im Rotkreuzheim, die einen besonderen Herzenswunsch hatten.**

Die junge Geschenkepatin Marina Meier kaufte alle Sachen ein, die sich einige BewohnerInnen gewünscht hatten. Sie verpackte sie liebevoll gemeinsam mit ihrem Freund und übergab sie am 13. Dezember an Frau Gabi Röckl vom Sozialdienst und den Bewohnerinnen Frau Katharina Meindl, Frau Agathe Kühnl und Frau Irene Schmid. Wir haben uns sehr über dieses Engagement gefreut und möchten uns bei all denen, die an dieser Aktion mitgewirkt haben für ihre Mühe, ihre Ideen und ihre Spenden ganz herzlich bedanken.

Nach einem netten Gespräch und einem Erinnerungsfoto entschwand die „Wunschfee“ Marina Meier und wir blieben zurück inmitten von vielen schönen Geschenktüten, die es zu verteilen galt. Tolle Idee - DANKE - DANKE - DANKE.

- Gabi Röckl -



v. l. n. r. Marina Meier, Agathe Kühnl, Katharina Meindl, Irene Schmid

## Weihnachtsandacht im großen Saal

Nachdem seit zwei Jahren kein Gottesdienst im Rotkreuzheim stattfinden konnte, wünschten sich die BewohnerInnen endlich wieder einen Gottesdienst, wenigstens EINEN zu Weihnachten. Alles war für einen ökumenischen Wortgottesdienst mit festlicher Bläsermusik organisiert. Einen Tag vorher erhielten wir überraschend eine Absage beider Pfarrer.

Zunächst sehr enttäuscht über diese Entscheidung der Pfarreien, beschloss der Sozialdienst eine eigene Weihnachtsandacht mit Lesung, Texten und Gebeten mit Thema der Weihnachtsbotschaft „Frieden auf Erden“ vorzubereiten und gemeinsam durchzuführen.

Auch die Musiker, Familie Heuschneider, ließen uns nicht im Stich und umrahmten die Andacht wunderbar. Sie spielten danach noch von der Empore des Foyers Weihnachtliche Weisen zur Freude der BewohnerInnen.

So konnten wir alle im festlich geschmückten Saal mit großem leuchtendem Christbaum doch noch richtig Weihnachten mit Liedern und Texten zum Nachdenken feiern. Bedanken möchte ich mich herzlich bei den Musikern und den MitarbeiterInnen im Sozialdienst, die so kurzfristig bereit waren, einen Teil dieser Feierstunde mit zu gestalten.



- Gabi Röckl -

Musiker Familie Heuschneider



Gemeinschaftsbild

## Dienstjubiläen 30 JAHRE



Seit 01.01.1992 ist Frau Silvia Mirwald als Hauswirtschaftshelferin im Rotkreuzheim tätig. Sie freut sich sehr auf die Zeit, wenn der Saal fürs Café wieder geöffnet werden kann – dies ist ihre Leidenschaft.

Heimleiterin Sabine Hasenöhrl und Hauswirtschaftsleiterin Beate Kwoka überreichten Frau Mirwald als kleines Dankeschön einen Blumenstrauß und einen Gutschein.



v. l. n. r. Hauswirtschaftsleiterin Beate Kwoka, Silvia Mirwald,  
Heimleiterin Sabine Hasenöhrl



## - Weihnachtsfeiern der Wohnbereiche -

### **Wir feiern Weihnachten**

**Und schon wieder ist ein Jahr herum und das Christkind klopft an.**

Wie bereits vergangenes Jahr feierte jeder Wohnbereich im kleinen Kreis, da das Pandemiegeschehen keine große gemeinsame Feier zuließ. Nichtsdestotrotz war die Stimmung großartig und die Freude aller groß. Schnell und pünktlich füllte sich der jeweils festlich geschmückte Saal, mit Hilfe der MitarbeiterInnen der sozialen Betreuung und der Pflege, mit den BewohnerInnen. Vorfreude und Spannung war auf den Gesichtern zu sehen. Diese wurde darüber hinaus von dem schön beleuchteten Weihnachtsbaum unterstrichen. Jeder Wohnbereich hatte ein Programm mit Musik und gemeinsamen Liedern, Gedichten und der ein oder anderen Weihnachtsgeschichte vorbereitet und natürlich gab es auch Punsch, Kaffee, Plätzchen und Stollen. Danke an dieser Stelle an das Küchenpersonal! Nach der Begrüßung wurde unter der musikalischen Begleitung von Frau Gabi Röckl und Frau Ulrike Schrettenbrunner von der sozialen Betreuung auch schon das erste Weihnachtslied angestimmt. Es wurde kräftig und mit hörbarer Begeisterung mitgesungen. Etliche BewohnerInnen übernahmen aktiv einen Teil der Gestaltung und lasen z.B. ein Gedicht vor oder glänzten mit einer musikalischen Einlage. Nach gut einer Stunde kam es dann zum Abschluss der Feier und mit glücklichen und zufriedenen Gesichtern ging es zurück in den Wohnbereich.

- Ulrike Schrettenbrunner -



Weihnachtsfeier Sonnenblumenweg





Weihnachtsfeier Lilienweg



Gertraud Tröger  
vom Sonnenblumenweg



li. Katharina Meindl vom  
Tulpenweg, re. Irene Schmid  
vom Rosenweg



li. Anneliese Eichhammer,  
re. Anna Rödl vom Rosenweg



Weihnachtsfeier Rosen- und Tulpenweg

## Preisrätsel

Seit über 500 Jahre gilt der 14. Februar als „Tag der Liebenden“. An diesem Tag bekommen die Frauen einen Blumenstrauß von ihrem Liebsten geschenkt. Der Brauch geht auf einen Heiligen zurück, der als Schutzpatron der Verliebten gilt. Wissen Sie wie der Tag am 14. Februar genannt wird?

.....  
*Bitte hier abschneiden*

*Abgabe bis 02.02.2022 beim Empfang oder bei den Betreuungskräften.*

Name: \_\_\_\_\_

Wohnbereich: \_\_\_\_\_

Lösungswort: \_\_\_\_\_

**Machen Sie mit beim Preisrätsel und gewinnen Sie einen Blumenstrauß.**

## Gewinnerin des letzten Preisrätsels



li. Sozialdiensthelferin Rebecca Do Vale Placa, re. Christa Müller vom Rosenweg

In der letzten Ausgabe der Donauwelle fragten wir, wie die große, braune Frucht heißt, die ein bestimmter Baum im Herbst abwirft. Die Kinder sammeln die kugelartigen Früchte und basteln Tiere und Männchen daraus. Frau Christa Müller vom Rosenweg wusste Bescheid. Es kann sich nur um die Kastanie handeln, meinte sie. Als Preis bekam sie eine Zimmerpflanze überreicht. Wir gratulieren herzlich und wünschen viel Freude damit.

## Wir gedenken in stiller Trauer

Wer einen Engel zum Freund hat,  
braucht die ganze Welt nicht zu fürchten.

- Martin Luther -

<b>Frau Schäffer Erna</b>	† 29.10.2021
<b>Frau Dr. Remold Walburga</b>	† 29.10.2021
<b>Frau Dr. Numberger Gertrud</b>	† 29.10.2021
<b>Frau Nuslan Berta</b>	† 15.11.2021
<b>Frau Weber Marianne</b>	† 19.11.2021
<b>Herr Haslbeck Richard</b>	† 28.11.2021
<b>Frau Freiberger Anna</b>	† 01.12.2021
<b>Frau Menzke Karin</b>	† 30.12.2021
<b>Herr Hampel Gottfried</b>	† 31.12.2021
<b>Frau Conrad Herta</b>	† 06.01.2022
<b>Herr Aschauer Johann</b>	† 10.01.2022



**GEMEINSAM GEGEN  
GLEICHGÜLTIGKEIT**

## **Blutspendetermine im Rotkreuzheim**

**KEINE TERMINE BIS AUF WEITERES!**

**Blutspendedienst**  
des Bayerischen Roten Kreuzes

