

Juni / Juli / August 2024

Diakonie
tabea

aktuell



Lebensmut

Wir sind für Sie da.



Anna Krüper
Einrichtungsleiterin



Katrin Quattek
Pflegedienstleiterin



Christine Thiessen
Verwaltung



Ulrike Müller
Case Managerin



Lara Schlicht
Leitung
sozialer Dienst



Jacky Rottke
Beraterin in der
letzten Lebensphase

Liebe Bewohner*innen, liebe Leser*innen,

wenn man die Nachrichten regelmäßig verfolgt, um sich über die aktuelle Lage in unserem Land und in der Welt zu informieren, kriegt man oft Schreck. Eine Krise folgt der anderen, Naturkatastrophen, Pandemien, Kriege infolge deren Tausende unschuldige Menschen ihr Leben verlieren oder unter fürchterlichen Bedingungen leben müssen. Man bekommt das Gefühl, die Welt wäre in eine Schiefelage geraten und findet das Gleichgewicht nicht mehr.

Auch bei uns in Deutschland sieht es düster aus. Unsere Wirtschaft stagniert, Inflation und explodierende Kosten machen vielen Angst.

Aber nicht nur die wirtschaftliche Lage der Menschen verschlechtert sich, auch die persönlichen Krisen wie zunehmendes Alter, Krankheit oder Behinderung und damit verbundene Pflegebedürftigkeit nehmen zu und belasten immer mehr Menschen.

Inmitten dieser schwierigen Herausforderungen des Alltags, erstrahlt jedoch ein unerschütterlicher Kraft- unser Lebensmut, unser starker Wille und Liebe zum Leben. Es ist die innere Flamme, die uns antreibt, auch in den dunkelsten Momenten des Lebens weiterzumachen und nach Hoffnung zu suchen.

Solche unglaubliche Stärke und solchen Lebensmut beobachte ich häufig bei Ihnen, liebe Bewohner*innen und es erfüllt mich mit Glück, wenn ich sehe, wie Sie trotz physischer Einschränkungen und Herausforderungen des Alters uns zeigen, dass das Leben trotz aller Widrigkeiten le-

benswert ist und dass es sich lohnt, jeden Tag zu genießen.

In einer Zeit, die von Unsicherheit und Veränderung geprägt ist, ist der Lebensmut eine unersetzliche Quelle der Inspiration. Er erinnert uns daran, dass wir auch in den schwierigsten Zeiten die Kraft haben, weiterzumachen und nach vorne zu blicken.

Woraus können wir aber diese Kraft schöpfen? Was kann die Quelle für unseren Lebensmut sein?

Zum einen sind es persönliche Charaktereigenschaften, die sich im Laufe des Lebens entwickeln wie die innere Stärke und Resilienz, also die Fähigkeit, die Schwierigkeiten zu überwinden und aus Herausforderungen zu lernen. Auch positive Denkweise und Dankbarkeit sowie das Streben nach persönlicher Erfüllung und Verfolgen von Zielen fördern einen starken Lebensmut. Jedoch wohl am wichtigsten sind die zwischenmenschlichen Beziehungen, die Unterstützung und Liebe der Familie und Freunde und eine gute Gemeinschaft, die uns positive Gefühle und Lebensmut vermitteln.

Im diesen Sinne wünsche ich Ihnen wundervolle Sommerzeit in der Tabea-Gemeinschaft und ganz viel Spaß bei der Lektüre unserer Heimzeitung. Möge der Lebensmut uns allen helfen, die Herausforderungen des Lebens zu meistern und jeden Tag mit Dankbarkeit und Freude zu leben.

Herzlichst Ihre
Anna Krüper

Was mir Mut (an) tut ...

Da ist ein Mikrofon. Es ist eingeschaltet. Es lädt dazu ein, zu sprechen. Eine oder einer könnte damit etwas bewegen. Vielleicht würde das Gesagte vielen gut tun?! Da ist ein Mikrofon – aber niemand tritt nach vorne und ergreift die Chance; der Mut hat wohl nicht gereicht ...

Ich stehe ziemlich oft vor Mikrofonen und spreche hinein – und doch kenne ich dieses Zögern. Das öffentliche Sprechen kann ich nicht vermeiden, weil es zu meinem Beruf gehört. Aber in der Wahl der Worte bin ich frei. Da gibt es dann Sprechsituationen, in denen ich

mich auf Allgemeinplätze zurückziehe. Andere hören von mir Worte, die immer und überall passend sind ... Die Engländer nennen das „small talk“; das „kleine Gespräch“. Das ist dort wichtig und gut, wo sonst nur geschwiegen würde. Es reicht aber nicht, wenn eigentlich Anderes gefordert wäre. In solchen Situationen komme ich dem Zögern vor dem Sprechen auf die Spur:

Wenn es Familienstreitigkeiten gibt und alle übers Wetter reden, dann denke ich: „Nein, nicht wieder ich!“ Dieses Mal möchte ich nicht derjenige sein, der die Schwierigkeiten anspricht, der um Verständnis wirbt, der nach Lö-



sungen sucht. Wenn Probleme kleingeredet werden, dann will ich es nicht immerzu sein, der mit kritischen Fragen nachbohrt. Ich trete dann vom Mikrofon zurück: „Sollen doch die anderen mal ...!“

„Was mir Mut tut ...“ – das klingt verdächtig nach dem TABEA-Slogan „Was mir gut tut ...“. Was ist es, was Mut mit Menschen „tut“; was er ihnen antut? Es gibt Länder, in denen ein mutiges Wort das Leben kosten kann. Es gibt überall Situationen, in denen mutige Worte isolieren. Die Anderen verdrehen mindestens die Augen: „Der schon wieder ...!“ – So wird es in der Bibel vom Propheten Micha, dem Sohn des Jimla, berichtet. Als König Ahab einen Kriegszug plant, sucht er nach Bestätigung durch Propheten. Er findet genug von denen, die seinem Vorhaben zujubeln. Aber irgendwie reicht es noch nicht aus. „Ist hier kein Prophet des HERRN mehr, dass wir ihn befragen?“ fragt einer seiner Verbündeten. Ahab erzählt von eben diesem Micha. Aber er schiebt seine Bedenken hinterher: „Der

sagt mir aus Prinzip nie etwas Gutes ...“. Trotzdem wird Micha, der Sohn des Jimla, um seine Einschätzung der militärischen Situation gebeten. Aber er hat keine Lust auf Konfrontation: „Zieh nur los ...“ so stimmt er in den Kurs der Jubler ein. Erst als König Ahab nachbohrt, fasst er Mut: „Ich sah ganz Israel zerstreut auf den Bergen, wie Schafe, die keinen Hirten haben“ (1. Kön. 22,17). Er wird für die Ankündigung der Niederlage gefangen gesetzt. Das hat ihm sein Mut angetan.

Micha behält am Ende Recht. Das heißt auch: Es braucht die mutigen Worte! Die Mahnerinnen oder Vorsichtigen sind genauso gefragt, wie die Ermutigerinnen und Tröster. Es braucht sie in Familien- und Freundeskreisen, am Arbeitsplatz oder in der Kirche. Es braucht Menschen die zum Beispiel an Gutes erinnern, wo alle nur nörgeln. Diese Menschen und ihre mutigen Worte tun gut! Ich wünsche sie mir und Ihnen!

*Michael Naar
Pastor „Am Isfeld“*

Die tabea Diakonie ist jetzt auch auf



 **facebook**



 **instagram**

Von Helden, Lämmern und einer Erdbeere

Helden sind Helden, weil sie mutig sind. Sie kämpfen gegen Ungeheuer und siegreich trotzen sie allen Gefahren. (Vermutlich sehen sie auch gut aus und haben niemals Mundgeruch.) Von Scheitern ist bei Helden nicht Rede.

Bei mir läuft das irgendwie anders. Diesen Heldenmut habe ich nicht. Aber vielleicht reicht auch Lebensmut?

Wie denken Sie über den Mann, der von einem hungrigen Tiger verfolgt wurde? Der Mann hat den Tiger nicht besiegt, im Gegenteil - er ist um sein Leben gerannt. Doch da tat sich plötzlich dieser Abgrund vor ihm auf, zu spät: Der Mann hatte den Boden unter den Füßen verloren. Im Fallen erblickte er eine Erdbeerpflanze, sie wuchs auf einem Felsvorsprung. Und trug eine reife Erdbeere. Er griff zu und ließ sich die Erdbeere schmecken. Ihm blieb auch noch Zeit für ein: „Danke, das war die beste Erdbeere meines Lebens!“

Moment mal, ging es hier nicht um Lebensmut? Was hat das mit Mut zu tun? Ich bin immer gut beraten, wenn ich Menschen frage, die sich auskennen. So habe ich das Thema mit in die Tabea-Gesprächsrunde genommen - immerhin, da sitzen Menschen mit Lebenserfahrung, die gerade die Klasse „Leben für Fortgeschrittene“ meistern.

„Natürlich braucht man Mut zum Leben!“ Alle waren sich sofort einig.

„Lebensmut - das heißt ja sagen zum Leben, das Leben so anzunehmen wie es ist. Da gehört alles dazu.“ Auch diese Antwort kam schnell, und viele nickten. Mut, den braucht man wohl, mal mehr, mal weniger. Ein Bewohner erinnerte sich gleich an Mutproben in seiner Jugend. Der erste Kopfsprung hat Mut gekostet. Und dann hatte es in der Hitlerjugend die Aufforderung gegeben, in ein unbekanntes Gewässer zu springen. Wir überlegten: Wie viel Mut kostet da ein „ja“? Wie viel ein „nein“?

Lebensmut, das bedeutet, sich dem Leben zu öffnen, es anzunehmen, auch unter Umständen, die man sich nicht ausgesucht hat - das war die Grundmelodie unseres Gespräches. Mir kam eine Stelle bei Pippi Langstrumpf in den Sinn. Die Nachbarskinder Tommi und Annika waren besorgt: „Der Sturm wird immer stärker.“ Darauf Pippi: „macht nichts, ich auch.“

„Lebensmut ist ein Geschenk“ höre ich. „Es fällt mir leichter, wenn ich jemanden an meiner Seite habe, dem ich vertrauen kann.“ „Der Lebensmut wird manchmal auf die Probe gestellt. Es war im Krieg wichtig, den Lebensmut zu behalten und nicht zu verzweifeln, auch wenn es dafür Gründe gegeben

hat.“ „Lebensmut, das Leben zu bejahen, das ist mit Angst verbunden. Ich denke auch an das Rennen um einen sicheren Platz im Krieg.“

Was hat Einem in unserer Runde die Kraft gegeben, sich aus der Tschechoslowakei zu Fuß auf den Weg nach Hause zu machen? Er war da 13 Jahre alt gewesen und verletzt...

Eine Bewohnerin erzählt: „Die Ärzte haben mich dreimal aufgegeben.“ Jedes mal hat sie ihren Lebensmut behalten. Als aber ihr Mann starb, schien mit ihm auch der Lebensmut begraben zu sein. „Da hat mir der Arzt gesagt, ich soll erst mal drei Tage schlafen und dann wieder kommen. Dann war mir klar: „Nein, du willst noch“. „Woher ich den Lebensmut wieder hatte? Er war einfach da.“



Lebensmut – das ist auch die Einstellung: „Ich kann noch Gutes erleben und ich kann Gutes bewirken.“ Selbstverständlich ist das nicht. Man kann den Lebensmut verlieren. Man kann ihn wieder finden. Er kann sogar anstecken. Und gute Vorbilder sind immer gut.

Damit nochmal zurück zu den Helden, an sie habe ich gedacht, als ich folgendes las: „Junge Menschen brauchen Geschichten, in denen wir nicht Sieger waren; die Geschichten unserer Niederlagen; die Geschichten, in denen uns Niederlagen geglückt sind. Von unseren stolzen Siegen können sie wenig lernen. Sie lächeln über uns, wenn wir uns in der Siegerpose gefallen. Aber sie hören zu, wenn wir ihnen ein Versagen gestehen; wenn wir ihnen von einer Lebensfeigkeit erzählen und wenn wir ihnen von einem Verrat erzählen, den wir begangen haben – den Verrat an einer Liebe oder an einer Idee. Ich weiß nicht, ob ich diese Freiheit und Unbekümmertheit mir selbst gegenüber habe. Aber ich weiß, meine Enkelkinder brauchen sie.“ (Fulbert Steffensky)

„Freiheit und Unbekümmertheit“ – klingt das nicht eher nach Urlaub, als nach Scheitern? Sich dies im Scheitern zu bewahren, hat viel mit Lebensmut zu tun, finde ich.

Unbekümmerter Lebensmut – da kommen mir die jungen Lämmer in den Sinn, wenn sie im Frühjahr ausgelassen auf der Weide hopsen und ihre Luftsprünge machen. Das sieht nach Le-

bensfreude aus! Vielleicht hüpfen und springen sie ganz einfach darum, weil es sie gibt, und weil sie vier Beinchen haben?

In jedem Fall sehen sie Lämmer so aus, als hätten sie eine positive Einstellung zum Leben. Sie könnten sich ja auch sicherheitshalber an ihre Mütter lehnen, dann könnte nichts schiefgehen. (Oder gerade doch) Ich bin mir ziemlich sicher, das kommt nicht für sie in Betracht.

Mein Vater hat gern frei nach Karl Valentin gesagt „Ich freue mich, wenn es zwick. Denn wenn ich mich nicht freue, zwickt es auch.“ Im Familien- und Freundeskreis finde ich weitere Vorbilder. Da ist zum Beispiel ein Ehepaar in meinem Freundeskreis: Wenn ich frage, wie es ihnen geht, erzählen sie oft erfüllt, was sie unternommen haben, wen sie besucht haben, und was ihnen bei kurzen Gängen in der Natur Schönes begegnet ist. Das klingt immer dankbar, sie finden es nicht selbstverständlich. Die beiden sind nicht mehr jung, und es gibt eine Diagnose, bei der könnte man die Uhr direkt ticken hören. Doch sie haben ihre Ohren anderswo. Ich habe gefragt, woher ihr Lebensmut kommt:

„Wir nehmen Tag um Tag an, was uns geschenkt ist. Ja: dranbleiben und danken. Es ist ein Geschenk, jeden Tag neu anfangen dürfen. Das dranbleiben an Jesus ist wichtig. Und zu sehen, was wir haben.“

Auf die Spitze hat wohl meine Tante diese Haltung getrieben: „Ich liege schon vier Jahre im Bett, habe ich nicht ein wunderbares Bett?“ (Als ich - nach einer kleinen Weile - wieder etwas sagen konnte, habe ich gefragt, ob ich das schreiben darf.)

Lebensmutig ist, wer die Größe hat, sich Gutem zu zuwenden, auch wenn viel anderes in Sichtweite ist. Wenn sich das Leben darbietet, wie für die jungen Lämmer auf der Frühlingswiese, ist der Lebensmut von alleine dabei. Erst wenn man ins Grübeln kommt, sich fragt „was soll das Ganze noch?“ wird deutlich: Lebensmut hat mit Mut zu tun. Auch damit, einen Sinn zu sehen. „Wer ein Warum zu leben hat, erträgt fast jedes Wie.“

Ich habe gelesen, die Chance, einen Schiffbruch zu überleben, sei für Eltern größer. Sie haben einen Sinn, für den sie überleben wollen.

Sinn, das ist auch der Kern der Botschaft des Psychiaters Viktor Frankl. In seinem Buch „... Trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager“ berichtet er, dass es möglich war, auch unter den furchtbaren Bedingungen im Konzentrationslager einen Sinn im Leben zu sehen. Für ihn selber war es die Vorstellung, später Vorlesungen über die Auswirkungen des Lagers auf die Psyche zu halten.

Er schreibt: „Man musste also den Lagerinsassen das ‚Warum‘ ihres Lebens, ihr Lebensziel, bewusst machen, um so zu erreichen, dass sie auch dem furchtbaren ‚Wie‘ des gegenwärtigen Daseins, den Schrecken des Lagerlebens, innerlich gewachsen waren und standhalten konnten“

Frankl gab der Frage nach dem Sinn des Lebens eine neue Wendung: „Es kommt nicht darauf an, was wir vom Leben noch zu erwarten haben, sondern vielmehr darauf: was das Leben von uns erwartet! Wir müssen uns den Fragen stellen, die das Leben täglich und stündlich an uns stellt, und die wir nicht durch ein Grübeln oder Reden zu beantworten haben, sondern nur durch ein Handeln, ein richtiges Verhalten.“

Damit rückt er unser Leben in einen größeren Zusammenhang und gibt ihm eine Bedeutung, die außerhalb unseres Selbst liegt. Lebensmut sei ein Geschenk, sagten viele Gesprächspartnerinnen. Er ist wohl ein Geschenk, für das wir zuweilen etwas tun müssen. Und wenn er ein Geschenk ist, dann beginnt es mit dem Geschenk des Lebens. Auch mit Ehrfurcht vor dem Leben. Vielleicht können wir dann mit Albert Schweitzer sagen: „Ich bin Leben, das leben will, inmitten von Leben, das leben will.“

Ich finde es schön, dass es in meinem Alltagsingebaute Mutmacher gibt. Zum Beispiel freue ich mich immer, wenn Leute den Mut haben, zur Malgruppe zu stoßen. Denn eigentlich jede und jeder sagt zur Begrüßung: „Ich kann nicht malen.“ Da freue ich mich jedes mal, wenn es doch Spaß gemacht hat, gar am Ende ein ungläubiges Staunen ist. „Wie? Das war ich?“ Ganz klar gehört für mich auch dazu, die Sonntags-Gottesdienste in den Pflegewohnbereichen vorzubereiten und sie in der Gemeinschaft feiern zu dürfen. Das macht mir immer wieder neu bewusst, dass wir in Gottes Hand sind und er uns Hoffnung gibt, über unser Erdenleben hinaus. Lebensmut, dazu gehört für mich: Zuversicht, Vertrauen, Gutes erwarten und erhoffen. Und das dürfen wir, wir haben es sogar schriftlich:

Denn ich weiß wohl, was ich für Gedanken über euch habe, spricht der HERR: Gedanken des Friedens und nicht des Leides, dass ich euch gebe Zukunft und Hoffnung. Jeremia 29, 11

1 Die Gesprächsgruppe trifft sich Dienstags in den ungeraden Kalenderwochen um 15.30 Uhr im Multifunktionsraum, Erdgeschoss Pflege neubau. Eingeladen sind alle Bewohnerinnen und Bewohner, die in diesem Haus leben und Interesse an einem offenen Gedankenaustausch haben. Kontakt: Barbara Schaefer 8092-1103

2 Zitiert aus dem Kalender 7 Wochen ohne, Die Fastenaktion der evangelischen Kirche. Leipzig 2023, Blatt vom 26.03.2024

3 Friedrich Nietzsche

4 Zitiert nach <https://www.sinndeslebens24.de/klassiker-von-viktor-frankl-trotzdem-ja-zum-leben-sagen-zitate-und-inhalt>

Rapsblütenfahrt

Wussten Sie, dass die Blütezeit des Raps in Deutschland einen Zeitraum von etwa zwei Monaten einnimmt? In dieser Zeit verwandeln sich die Rapsfelder in ein leuchtend gelbes Meer aus Blüten, das eine beeindruckende Landschaft bildet. Die Rapsblüte ist nicht nur ein faszinierendes Naturphänomen, sondern auch von großer Bedeutung für die Landwirtschaft und die Umwelt.

Die Rapsblütezeit in Deutschland erstreckt sich normalerweise von April bis Mai und bietet ein spektakuläres Schauspiel für alle, die Zeuge dieses natürlichen Phänomens werden.

Dieses haben wir zum Anlass genommen und dazu passend eine Rapsblütenfahrt über die Insel Fehmarn geplant. Unsere Rapsblütenfahrt fand am 06.05.2024 gemeinsam mit „Fehmarn Tours“ statt, unsere Bewohner*innen wurden von dem gelben Schulbus direkt am Tabea abgeholt und dann sind wir quer über die Insel gefahren.

Die Bewohner*innen haben sich sehr über das schöne Wetter gefreut und die leuchtenden gelben Rapsfelder bewundert.

Lara Schlicht



Quelle: Google Wann blüht Raps? » Alles über die Blütezeit des Raps (ihjo.de)



Übungen für zu Hause

Yoga auf dem Stuhl für Senioren

Aus dem Buch „Yoga auf dem Stuhl für Senioren“ von Christine Grein-De Lima

„Jeder, der will, kann Yoga praktizieren. Jeder kann atmen und daher kann jeder Yoga praktizieren.“

Der Yoga-weg beginnt stets da, wo wir gerade sind – körperlich, geistig, örtlich, gesellschaftlich, sozial. Der Beginn ist voraussetzungslos. Es gibt das richtige Yoga für jede Person. Dabei muss sich nicht der Einzelne dem Yoga anpassen, vielmehr wird sich Yoga nach den individuellen Bedürfnissen des Menschen richten.“

T.K.V. Desikachar (1938-2016)

Warum Yoga?

Yoga ist mehr als ein Bewegungsprogramm. Es ist vielmehr ein ganzheitliches System, das Körper, Geist und Atem verbindet und uns das ganze Leben begleiten und unterstützen kann – in jungen Jahren und ebenso im Alter.

Es gibt sehr viele Beweggründe, mit Yoga anzufangen. Gerade im Alter ist Yoga eine ideale Quelle, um das Körpergefühl zu verbessern, die Gelenke beweglich zu halten, die Muskeln zu kräftigen und die Durchblutung anzuregen. Die Wirbelsäule wird flexibler und Verspannungen lösen sich.

Mit dem Üben einer aufrechten Haltung bekommen die Organe mehr Raum, der Atem bekommt mehr Leichtigkeit. Mit einer bewussten Atmung können wir uns selbst besser wahrnehmen, sie hat Einfluss auf unser ganzes Wohlbefinden und hilft uns, zur Ruhe zu kommen.

Fortsetzung folgt...

Caroline und Lara

Grundhaltung „der sitzende Berg“

1. Sitze im vorderen Drittel des Stuhls. Ihre Hände liegen locker auf den Oberschenkeln. Die Hüft und Kniegelenke sind circa 90 Grad gebeugt und die Füße stehen beckenbreit, circa 20cm voneinander entfernt und parallel zueinander. Achten Sie darauf, dass ihre Füße auf dem Boden aufliegen. Für die Aufrichtung im Becken spüren Sie die Auflagepunkte ihrer Sitzbeine auf der Sitzfläche.
2. Nun richten Sie, von der Basis des Beckens, die Wirbelsäule auf, indem Sie einatmend ihre Schultern genüsslich nach oben anheben und sie dann ausatmend wieder nach hinten und unten sinken lassen. Lassen Sie mit dieser Bewegung das Brustbein leicht aufsteigen. Wiederhole die Kreisbewegung der Schultern einige Male.



Aktiv mit Freude

10:30 Uhr

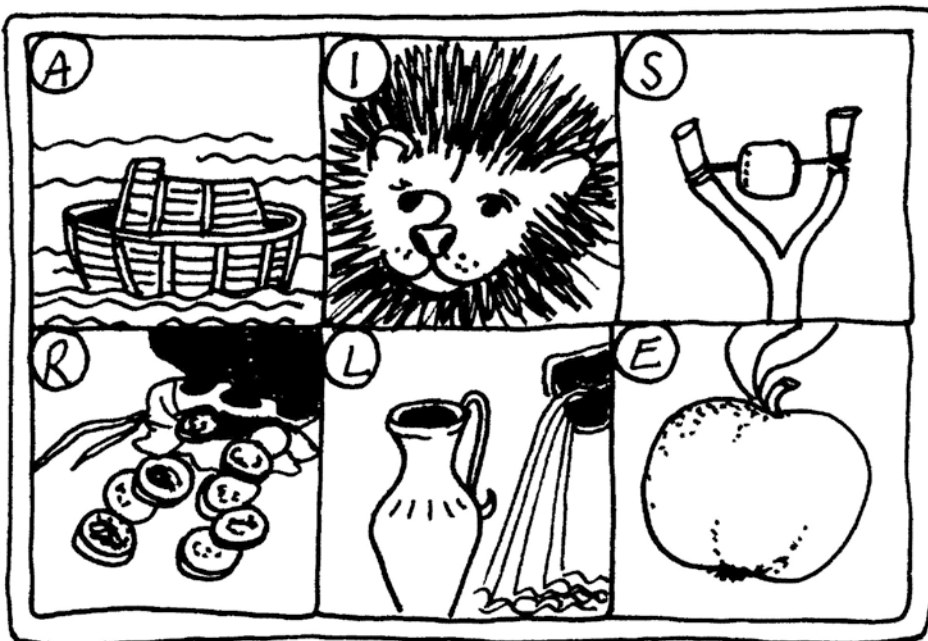
| | |
|--------------------|---------------------------------|
| Montags | Sitzgymnastik |
| Dienstags | Hauswirtschaftliche Tätigkeiten |
| Mittwochs | mach mit, bleib fit |
| Donnerstags | Gedächtnistraining |
| Freitags | Sitzgymnastik |
| Samstags | Einzelbetreuung |
| Sonntags | |

15 Uhr

| |
|------------------------------|
| Malen und Basteln |
| Singen |
| Bingo |
| Spaziergang |
| Gottesdienst |
| Klönsschnack im Wintergarten |
| Klönsschnack im Wintergarten |

BILDERRÄTSEL

VON ADELHEID FUCHS



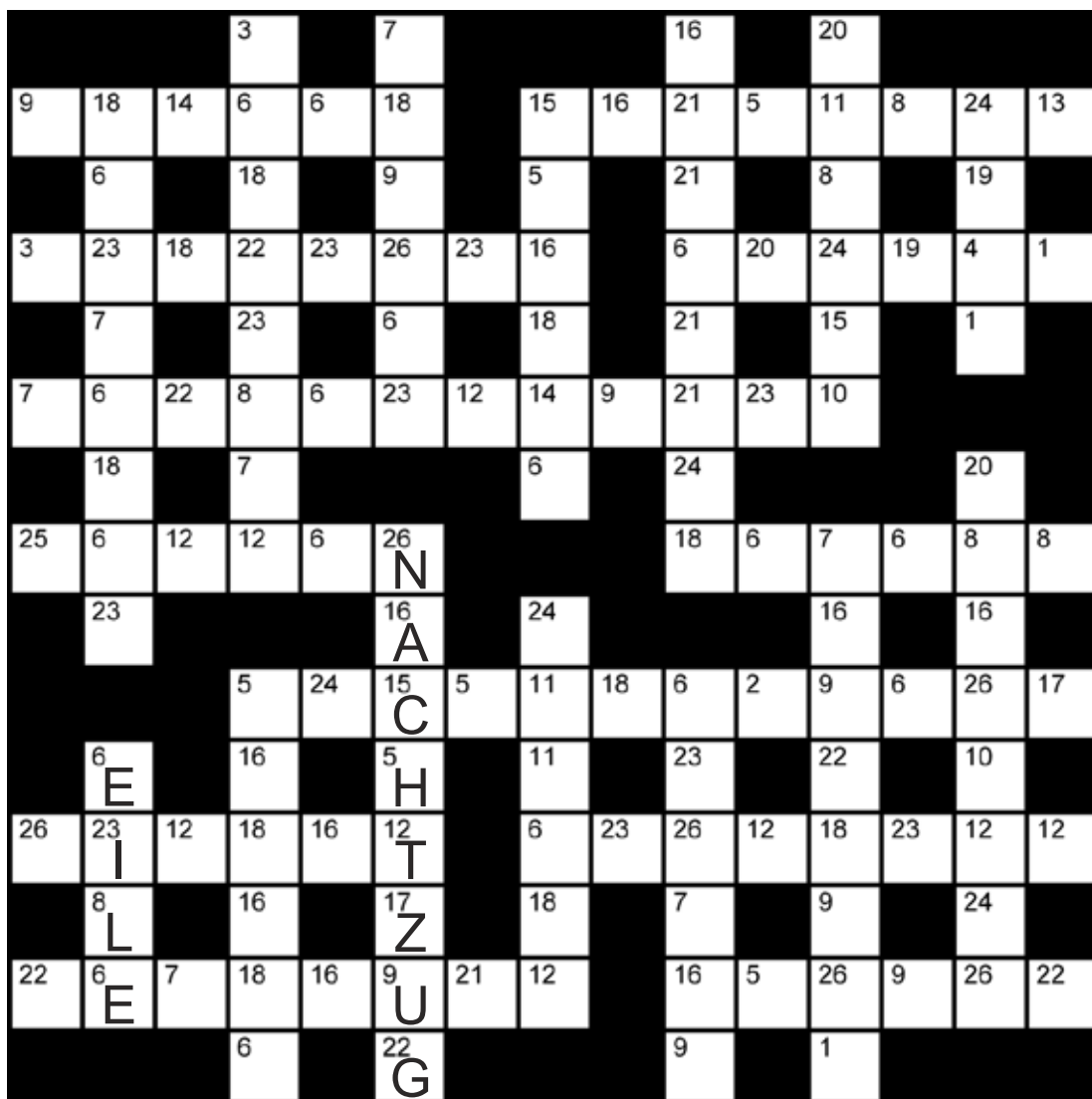
Daniel
David
Judas
Noah
Eva
Rebekka



Zu jedem Namen gehört ein Bild. Trage die entsprechenden Buchstaben neben den Namen ein, dann erhältst Du das Lösungswort!

Lösung: Israel

Zahlenkreuzworträtsel



Zahlencodestreifen

| | | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |

Die Regeln

Alle Kästchen sind bei diesem Rätsel mit Zahlen versehen und müssen gegen Buchstaben ersetzt werden. Jede einzelne Zahl steht für einen bestimmten Buchstaben im Alphabet. Ziel ist es, die passenden Wörter im Rätselgitter herauszufinden und die entsprechenden Buchstaben in den unteren Zahlencodestreifen einzutragen.

Bildnachweise

Titelbild: © iStock, radio82
Rückseite: © pixabay, fietzfotos
Seite 4: © pixabay, lograstudio
Seite 7: © pixabay, Leuchtturm81
Seite 17: © pixabay, Laila
Seite 18: © pixabay, GoranH

Alle anderen Fotos © Tabea Diakonie

Diakoniewerk Tabea e.V.
Am Isfeld 19
22589 Hamburg
Telefon 040 8092 0
Fax 040 8092 1233
E-Mail info@tabea.de
www.tabea.de
Gestaltung: Geerdes Kommunikation
Druck: Medienagentur Czellnik

Tabea Diakonie – Pflege Fehmarn gGmbH
Kaestnerstraße 2
23769 Fehmarn
Telefon 04371 503 300
Fax 04371 503 301
E-Mail Info-pflege@tabea.de
Redaktionsteam:
Anna Krüper, Katrin Quattek,
Christine Thiessen



*Manchmal
machen die Tage Musik.
Amseln singen,
ein Kuckuck ruft.
Wind pfeift,
Regen trommelt.
Ich wünsche dir,
dass du einstimmst
in die Melodie
des Lebens.*

Tina Willms