

März 2026  
Ausgabe 98



# *Kleeblatt*

Seniorenheim am Lietzensee GmbH  
Käthe-Dorsch-Haus GmbH



*Unsere Einrichtungen*

## HAUS RIXDORF

Delbrückstr. 25  
12051 Berlin - NEUKÖLLN

*Sozialdienst*

Tel.: 030 / 628 84 -508 /509  
Fax: 030 / 628 84 -522  
E-Mail: [soz.dienst@sal-pflegeheime.de](mailto:soz.dienst@sal-pflegeheime.de)  
[www.haus-rixdorf.de](http://www.haus-rixdorf.de)

## KÄTHE-DORSCH-HAUS

Tharauer Allee 15  
14055 Berlin - CHARLOTTENBURG

*Sozialdienst*

Tel.: 030 / 315 11 - 244  
Fax: 030 / 315 11 - 344  
E-Mail: [soz-t@sal-pflegeheime.de](mailto:soz-t@sal-pflegeheime.de)  
[www.käthe-dorsch-haus.de](http://www.käthe-dorsch-haus.de)

## umsorgt • betreut • gepflegt

- Vollstationäre Pflege ab Pflegegrad 2  
Pflegebereich für Menschen mit Demenz  
Palliativpflege  
Verhinderungspflege
- Umfassende Ergotherapieangebote
- Aktivierende Pflege durch qualifiziertes Pflegepersonal
- Hauseigene Küche

---

PHYSIOTHERAPIE- FUSSPFLEGE- UND ARZT-  
PRAXIS SOWIE KIOSK UND FRISEUR IM HAUS.

---

## Inhaltsverzeichnis

<b>Begrüßungsworte der Geschäftsleitung .....</b>	<b>3</b>
<b>Aktuelles aus dem Käthe-Dorsch-Haus .....</b>	<b>4</b>
Veränderungen in der Leitungsebene Ein Abschied und ein herzliches Willkommen!	
<b>Aktuelles aus dem Haus Rixdorf .....</b>	<b>6</b>
Neueröffnung einer Praxis für Ergotherapie	
<b>Infos und Meinungen .....</b>	<b>8</b>
Wenn Ehrenamtliche Zeit schenken	
<b>Infos und Meinungen .....</b>	<b>9</b>
Was unsere Füße über uns verraten	
<b>Impressionen aus den Häusern .....</b>	<b>10</b>
Gartentherapie / Yoga und Qi-Gong	
<b>Geschichten .....</b>	<b>12</b>
„Fischrestaurant Fischfang Finesse“ Teil 7	
<b>Aktuelle Veränderungen .....</b>	<b>14</b>
Apothekenwechsel	
<b>Sehenswürdigkeiten .....</b>	<b>15</b>
Das letzte Todesopfer an der Berliner Mauer	
<b>Ökumenischer Gedanke .....</b>	<b>16</b>
<b>Freude &amp; Trauer .....</b>	<b>17</b>
<b>Unsere Köche empfehlen .....</b>	<b>18</b>
Und was gibt's zum Dessert?	

## Impressum

*Herausgeber:* SaL Dienstleistungs GmbH  
Welfenallee 19, 13465 Berlin

*Verantwortliche Redakteurin:* Nicole Kayser (LtG. Ergotherapie)  
Tel.: 030 - 62 88 45 13

*Fotos:* Nicole Kayser

*Foto S. 1:* D. Milkow (Inkarnatkleee), *Fotos S. 4–5:* © andranik2018, 123rf.com, N. Sommerfeld, *Fotos S. 6–7:* © candy18, 123rf.com, D. Milkow, *Foto S. 8:* V. Mollnar, *Foto S. 9:* © anyaberkut, 123rf.com, *Fotos S. 10–11:* D. Milkow, *Fotos S. 12–13:* W. Dammann, *Foto S. 15:* © strangelet, 123rf.com, *Foto S. 16:* © golfmhee, 123rf.com, *Foto S. 17:* © Ch. Drechsel, *Foto S. 18:* © ld1976, 123rf.com, *Foto S. 20:* vronja, 123rf.com

*Realisation:* d'sign, Anne-Claire Martin  
[anneclaire.martin@berlin.de](mailto:anneclaire.martin@berlin.de)

*Druck:* Flyeralarm, Würzburg, [www.flyeralarm.com/de/](http://www.flyeralarm.com/de/)  
*Auflage:* 1.000 Stück

Artikel, die namentlich gezeichnet sind, stellen nicht in jedem Fall die Meinung der Redaktion dar. Die Redaktion behält sich das Recht auf Kürzungen vor. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos übernimmt der Herausgeber keine Haftung. Rücksendung oder Beantwortung sonstiger Zuschriften kann nur erfolgen, wenn ausreichendes Porto beiliegt.



*Liebe Leserinnen und Leser!*

## **Warum wir die Menge an täglichen Nachrichten bewusst auswählen sollten!**

Heutzutage sitzen wir vor Bildschirmen und sehen, hören oder lesen Nachrichten über Missbrauchsnetzwerke, Androhungen, Krieg aus der ganzen Welt. Meist nehmen wir an, informiert zu sein ist unsere Verantwortung und unsere Bürgerpflicht.

Machen wir uns die Reaktionen unseres Nervensystems bewusst, erkennen wir, dass diese Annahme unzutreffend ist: Wenn wir zu viele schreckliche Informationen konsumieren, kann unser Nervensystem nicht mehr unterscheiden, ob wir selbst in Gefahr sind oder ob wir etwas nur hören oder lesen. Es reagiert, als wäre die Bedrohung für uns persönlich real. Angst- und Stresshormone werden ausgeschüttet. Der Körper geht in Alarmbereitschaft. Das Nervensystem ist darauf ausgerichtet, auf Gefahr zu reagieren, um uns zu schützen. Es will handeln, wie z. B. Fliehen oder Kämpfen, also etwas tun. Aber wir können nichts tun und die Vorgänge nicht stoppen. Stress ohne Handlungsmöglichkeiten ist das Schlimmste für uns. Unser Körper mobilisiert Energie für eine Aktion, die nie kommt. Diese Energie bleibt stecken und kann unser Nervensystem zum Kollabieren bringen, und das tagtäglich.

Im Dauerstress sind wir nicht handlungsfähig. Unser Nervensystem befindet sich im Überlebensmodus und lässt uns keine guten Entscheidungen treffen, weil unser Gehirn lediglich subkortikal arbeitet. Wir reagieren nur noch, funktionieren im Alltag, können jedoch nichts mehr gestalten.

Ohne vor den allgemeinen Geschehnissen die Augen zu verschließen, sollten wir bewusst wäh-

len, welche Informationen wir an uns heranlassen. Man sollte sich bei jeder Information fragen, ob man etwas bewirken kann. Wenn die Antwort nein ist, kann man die Information auch schnell wieder gehen lassen.

So möchte ich Ihnen eine für mich sehr erbauliche Weltnachricht zum Nachhören oder -lesen ans Herz legen. Es ist die Rede des kanadischen Premierministers Mark Carney vor dem Weltwirtschaftsforum in Davos am 20.01.2026, die man im Internet auch in der deutschen Textversion findet. Sie zeigt auf, dass unsere Gesellschaft nicht machtlos oder handlungsunfähig ist. Für mich setzt sie einen Kontrapunkt zu allen destruktiven und von Androhungen begleiteten Nachrichten.

Auch das während der Olympiade 2026 oft erwähnte Zitat Nelson Mandelas erklärt: Es geht um ein Miteinander und um Integration:

*„Frieden ist nicht nur die Abwesenheit von Konflikten; Frieden ist die Schaffung einer Umgebung, in der alle gedeihen können, unabhängig von Rasse, Hautfarbe, Glaubensbekenntnis, Religion, Geschlecht, Klasse oder Kaste oder anderen sozialen Unterscheidungsmerkmalen.“*

Ein auf Wohlwollen basierendes Miteinander schafft die Sicherheit, in der unser Nervensystem all unsere zur Verfügung stehenden Potenziale zur Entfaltung bereitstellt.

Ich wünsche allen mutige Zuversicht und ein frohes Osterfest.

Herzliche Grüße

*Ihre Bärbel Fretter  
(Geschäftsführerin)*



## Aktuelles aus dem Käthe-Dorsch-Haus

### *Veränderungen in der Leitungsebene – Willkommen an unsere neuen Wohnbereichsleitungen!*



In unserem Haus hat sich in den vergangenen Monaten einiges in der Leitungsebene getan. Wir freuen uns sehr, Ihnen die neuen Wohnbereichsleitungen vorzustellen, die mit großem Engagement, frischen Ideen und viel Herzblut ihre Aufgaben übernommen haben.

Bereits zum 1. September 2025 trat Phil Kupfer die Wohnbereichsleitung auf Wohnbereich 4 an. Mit seiner ruhigen Art und seinem klaren Blick für Strukturen hat er sich schnell eingearbeitet und bringt wertvolle Impulse für den Bereich mit.

Einen Monat später, zum 1. Oktober 2025, übernahm Jonas Stechow die Wohnbereichsleitung auf Wohnbereich 1. Seine motivierende Arbeitsweise und sein ausgeprägtes organisatorisches Geschick bereichern das Team und den gesamten Wohnbereich.

Aufgrund der Schwangerschaft und der anschließenden Elternzeit von Sandra Stechow, der bisherigen Wohnbereichsleitung von Wohnbereich 2, wurde die Leitung zum 1. Dezember 2025 kommissarisch an Susanne Heeney übergeben. Sie wird die Leitung des Wohnbereichs so lange übernehmen, bis Sandra Stechow aus der Elternzeit

zurückkehrt. Wir danken Frau Stechow für ihre bisherige wertvolle Arbeit und freuen uns, dass Frau Heeney mit ihrer Erfahrung und Zuverlässigkeit nahtlos an die gute Führung anknüpft.

Ganz frisch in unserer Leitungsrunde begrüßen wir Kerstin Sylvester, die seit dem 1. Januar 2026 die Wohnbereichsleitung für Wohnbereich 3 übernommen hat. Wir freuen uns sehr über ihre Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen und unser Haus aktiv mitzugestalten.

Wir sind stolz darauf, so starke und engagierte Führungskräfte in unserem Team zu haben. Ihr Einsatz, ihre Kompetenz und ihr Wille, unser Haus gemeinsam weiterzuentwickeln, sind ein großer Gewinn für Bewohnerinnen und Bewohner wie auch für unser Team.

*Wir wünschen allen neuen Wohnbereichsleitungen viel Erfolg, Freude und eine erfüllende Zeit in ihren neuen Verantwortungsbereichen!*



v. l. n. r.: Kerstin WB3, Susanne WB2, Jonas WB, Phil WB4



## Ein Abschied mit Dank und ein herzlich Willkommen im Friseursalon!

Nach 27 Jahren treuer und engagierter Arbeit verabschieden wir unsere langjährige Friseurin Gabi in ihren wohlverdienten Ruhestand. Über ein Vierteljahrhundert lang hat sie mit viel Herz, Geduld und ihrem unvergleichlichen Talent dafür gesorgt, dass unsere Bewohnerinnen und Bewohner sich wohlfühlen, gepflegt aussehen und unseren Salon stets mit einem Lächeln verlassen haben.

Liebe Gabi, wir danken dir von Herzen für deine Zuverlässigkeit, deine Wärme und die vertrauensvolle Zusammenarbeit über all die Jahre. Für diesen neuen Lebensabschnitt wünschen wir dir alles erdenklich Gute, viele schöne Momente und vor allem Gesundheit und Freude. Du wirst uns und besonders unseren Bewohnerinnen und Bewohnern sehr fehlen.

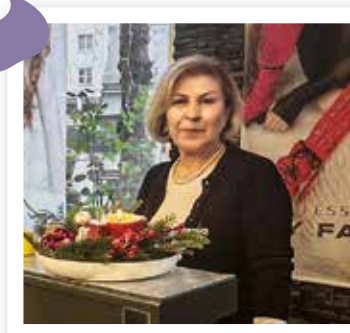
Natürlich haben wir uns dafür eingesetzt, dass die Friseurversorgung im Haus weiterhin in den besten Händen bleibt. Wir freuen uns sehr, Ihnen Frau Müzeyyen Tecimen vorstellen zu dürfen. Sie ist Friseurmeisterin, führt ihren eigenen Betrieb und bringt ebenfalls langjährige Erfahrung aus der Arbeit in einer Pflegeeinrichtung mit. Mit

ihrer freundlichen Art und ihrem fachlichen Können wird sie unseren Salon bereichern und dafür sorgen, dass alle weiterhin gut frisiert und verwöhnt werden.

Frau Tecimen wird ab sofort jeden Montag und Donnerstag zu uns ins Haus kommen. Sie freut sich schon sehr auf die neue Aufgabe, die Zusammenarbeit im Team und auf viele schöne Begegnungen mit unseren Bewohnerinnen und Bewohnern.

Wir heißen Frau Tecimen herzlich willkommen und wünschen ihr viel Freude in unserem Haus!

Natascha Sommerfeld  
(Heimleitung)





## Aktuelles aus dem Haus Rixdorf

### *Neueröffnung einer Praxis für Ergotherapie*

Als ich 2002 aus meiner Heimatstadt Würselen bei Aachen wegzog, um in Berlin Ergotherapie zu erlernen, hatte ich noch keine Ahnung, wo mich das Ganze einmal hinführen sollte.

Meine Ausbildung begann im Oktober 2002 an der Wannseeschule in, richtig: Berlin-Wannsee. Idyllisch gelegen, ein paar Meter vom Wannsee entfernt, ließ es sich dann auch die nächsten drei Jahre gut aushalten.

2005 war dann alles vorbei und es wurde wieder spannend. Wie sollte es jetzt weitergehen?

Nun, mein Weg führte mich nach den Strapazen des Examens erst einmal ins Unfallkrankenhaus, nachdem ich auf einem Auge blind erwachte und sich herausstellte, dass ich meinen ersten kleinen Schlaganfall hatte. Ein minikleines Gefäß war verstopft. Glücklicherweise kam mein Augenlicht größtenteils zurück und die Ursache wurde schnell behoben.

Jetzt endlich konnte ich mich bewerben und wurde auch sehr bald darauf in einer kleinen Praxis in Friedrichshain angestellt, wo ich meine rudimentären Kenntnisse und Fähigkeiten erst einmal vertiefen und anwenden konnte. Und



obwohl mir dies wohl ganz gut gelang und ich mich allgemeiner Zufriedenheit und Akzeptanz erfreute, wurde mir doch schnell bewusst, dass das noch nicht alles gewesen sein konnte. Deshalb griff ich zu, als mir alte Freunde aus meiner Heimat 2009 vorschlugen, ihre Berlin-Korrespondenz in Sachen Mode zu werden.

Kurzerhand trennte ich mich also von meinen bisherigen Geldgebern und trat in die Welt der Modevertreter ein. Leider habe ich die Fähigkeit, Leuten Dinge aufzuschwatzen, die kein Mensch wirklich braucht, deutlich unterschätzt und schnell gemerkt, dass ich viel zu nett bin und zu wenig vehement. Dementsprechend froh war ich, als mich ein Freund fragte, ob ich nicht als Freiberufler nebenher noch in einer ergotherapeutischen Praxis arbeiten möchte. Da ich mir jetzt bewusster denn je war, was ich kann und was nicht, sagte ich auf der Stelle zu, und kurze Zeit später fand ich mich in einer Praxis in Wittenau wieder, wo ich zwar ein paar Patienten in der Praxis hatte, ziemlich schnell aber in Hausbesuche geschickt wurde. Und weil man als Freiberufler immer in Gefahr ist, dem Vorwurf der Scheinselbstständigkeit ausgesetzt zu sein, heuerte ich sehr bald noch in einer Prenzlberger und einer Lichtenfelder Praxis an. Auch dort lief es schnell



auf Hausbesuche hinaus. Für Prenzlauer Berg eher im privaten Umfeld, für Lichterfelde sollte ich ein Heim betreuen. Wittenau und Prenzlauer Berg stellten mich als annektierten Pankower jetzt nicht vor allzu große Herausforderungen, aber Lichterfelde ist anfahrtstechnisch schon eine ganz andere Sache. Da hätte ich zum Arbeiten auch gleich wieder jeden Morgen nach Aachen fahren können. Die paar Kilometer wären auch nicht mehr ins Gewicht gefallen. Umso dankbarer war ich also, als sich eine Kollegin erkundigte, ob ich noch Kapazitäten hätte für ein, zwei Patienten in einem kleinen Seniorenheim in Neukölln. Ich schaute mir die ganze Sache mal an und erkannte schnell die Vorteile und das Potenzial, die in meiner neuen Arbeitsstätte lagen. Mittlerweile war es schon 2012 und die Anfragen in besagtem Heim häuften sich, weshalb ich meine Lichterfelder Auftraggeberin fragte, ob ich statt in dem von ihr betreuten Heim, mehr in Neukölln machen könnte, womit sie einverstanden war.

Fortan arbeitete ich mehr in Neukölln und bei den anderen beiden Praxen machte ich weniger in deren näherem Umfeld, sodass nach gut zwei Jahren eigentlich nur noch drei bis vier private Stammpatienten übrig blieben und der Rest meiner Kundschaft sich in besagtem Neuköllner Seniorenheim tummelte. Die aufmerksame Leserschaft kann sich sicherlich denken, dass es sich dabei um das Seniorenheim Haus Rixdorf handelt.

So zogen die Tage ins Land, aus Tagen wurden Wochen und aus Wochen Jahre, ohne dass der Alltag sich groß änderte und sich ein Trott ein-

spielte, in dem ich mich ganz gut einrichtete. Zwischenzeitlich kam mein zweiter Sohn zur Welt, und so etwas reicht, um Routine wieder aufregender zu machen. Ein paar Jahre später kam auch noch mein neuer Partner mit der kalten Schnauze dazu, aber im Großen und Ganzen hätte es meinetwegen auch bis zu meiner Berentung so weitergehen können.

Letztes Jahr aber folgte dann ein Ereignis, auf das ich gut hätte verzichten können. Meine Auftraggeberin teilte mir aus heiterem Himmel mit, dass sie mich nicht mehr abrechnen könne. Bumms. Das kam von hinten durchs Auge. Aber ich kann ihr da nicht allzu böse sein, hatte sie doch halbwegs nachvollziehbare Argumente. Was blieb mir also anderes übrig, als mich nach anderen Auftraggebern umzuschauen ... oder einen Schritt weiterzugehen. Etwas Neues wagen. Also erkundigte ich mich, was es braucht, um eine eigene Praxis zu betreiben, schaute nach Immobilien und wurde am Ende fündig. Wo? Na hier. In Ihrem Haus Rixdorf. In Ihrem Neukölln.

Und wer bin ich eigentlich? Der komische Vogel, der Ihnen hier etwas aus seinem Leben erzählt? Ich, ich bin SPIDERMAN!!! Äh, nein ...

Ich bin Andreas de Hesselle, Ergotherapeut, und ich betreibe nun endlich meine eigene ergotherapeutische Praxis hier im Haus Rixdorf im Erdgeschoss. Zusammen mit meinem Hund Filou sind wir: L'ergorie, Ihre Praxis für Ergotherapie. Wir freuen uns, Sie bei uns zu begrüßen!

*Andreas de Hesselle*



## Wenn Ehrenamtliche Zeit schenken

*„Die Zeit, die wir uns nehmen, ist die Zeit, die uns etwas gibt.“ – Ernst Ferstl*

In unserer Welt, in der vieles sehr schnell geht und Veränderungen oft in kürzester Zeit auf uns einwirken, kann es leicht passieren, dass die kleinen Momente des Alltags unbemerkt bleiben. Für unsere Bewohnerinnen und Bewohner ist es deshalb besonders wertvoll, wenn jemand bewusst innehält und Zeit schenkt. Unsere Ehrenamtlichen zeigen uns, wie bedeutend solche Augenblicke der Aufmerksamkeit und Nähe sind. Ihre Präsenz und Herzlichkeit bringen Wärme und Geborgenheit in unseren Alltag.

Jeder Besuch, jedes Gespräch hinterlässt einen besonderen Eindruck. Schon ein offenes Wort oder ein freundliches Lächeln kann den Tag erhellen und den Menschen das Gefühl geben, wirklich gesehen zu werden. Diese Momente entstehen, weil Ehrenamtliche bewusst Zeit für die Bewohnerinnen und Bewohner mitbringen und sich ganz auf sie einlassen – ihre Aufmerksamkeit wirkt oft weit über den Augenblick hinaus.

Ehrenamt bedeutet, für andere da zu sein, ohne dass es gefordert wird, einfach aus dem Wunsch heraus, Freude zu schenken. Gerade weil unser Umfeld oft hektisch ist, wird diese Zeit besonders kostbar. Sie erinnert uns daran, dass Aufmerksamkeit und Zuwendung ein Geschenk sind, das tiefer wirkt, als Worte es je beschreiben könnten.

Wir möchten uns die Zeit nehmen, unseren ehrenamtlichen MitarbeiterInnen von Herzen zu danken. Für die Stunden, die sie investieren, für die Nähe, die sie schenken, und für die Freude, die sie in unseren Alltag bringen. Ihr Engagement erfüllt unsere Häuser mit Wärme, Licht und Geborgenheit und zeigt, wie viel Gutes aus kleinen, liebevollen Gesten erwachsen kann.

Mit jedem Moment, den Sie schenken, wird unser Zuhause ein Stück heller, ein Stück wärmer – und dafür danken wir Ihnen von Herzen.

Danke!

*Laura Lindner  
(Qualitätsbeauftragte)*



## Was unsere Füße über uns verraten

Ein chinesisches Sprichwort sagt: „Nicht die Füße bewegen uns, sondern unser Denken.“

Fußlesen ist eine energetische Methode, keine medizinisch anerkannte Diagnose. Es basiert auf dem Wissen der Fußreflexzonen und betrachtet den Menschen ganzheitlich. Durch Form, Stellung, Hautbild und Zonen der Füße lassen sich Hinweise auf Persönlichkeit, Emotionen und körperliche Zustände erkennen. Die Füße gelten als Spiegel der Seele und Lebensgeschichte.

Die Form und Stellung der Zehen sollen Rückschlüsse auf Charaktereigenschaften geben – etwa Willenskraft, Kreativität oder innere Unruhe. Früher wurden Fußformen bestimmten Typen zugeordnet, etwa dem ägyptischen, griechischen, angelsächsischen oder römischen Fuß. Der angelsächsische Fuß galt als schmal, der „Bauernfuß“ als breit und flach.

Auch die einzelnen Zehen besitzen symbolische Bedeutung:

Der große Zeh steht für das Denken und Handeln. Steht er im Zehenbogen harmonisch mit den anderen vier Zehen in der Reihe, steht dies für einen ausgeglichenen und harmonischen Menschen. Dem zweiten Zeh ordnet man Kreativität, Optimismus, Stressresistenz und Impulsivität zu. Bei dem griechischen Fuß ragt der zweite Zeh über den großen Zeh hinaus, was ihn zugleich zur seltensten Fußform macht – nur etwa jeder dritte in Europa verfügt über diesen Fußtyp. In der en-

ergetischen Fußdiagnostik wird der dritte Zeh als Tatkraftzeh bezeichnet und steht für Entschlossenheit, Tatkraft, Aktion und Energie. Der vierte Zeh steht symbolisch für Beziehungen, emotionale Verbindungen zu sich selbst und anderen sowie Harmonie. Ist er gerade und gut ausgebildet, deutet dies auf harmonische zwischenmenschliche Beziehungen hin. Die Beschaffenheit des kleinen Zehs spiegelt den Umgang mit Anstrengung und Bemühung wider. Wer seine kleinen Zehen leicht bewegen oder abspreizen kann, gilt als anpassungsfähig und spontan, während ein winziger kleiner Zeh manchmal mit einer Abneigung gegen Verantwortung assoziiert wird.

Krallenzehe weisen auf das Bedürfnis nach Halt hin. Brennende Füße können auf unterdrückte Wut deuten. Ein Hallux valgus, häufig bei Frauen, steht für Perfektionismus, den Wunsch nach Anerkennung und Liebe.

Unsere Füße tragen nicht nur den Körper – sie erzählen auch, wie es uns wirklich geht. Wer sie aufmerksam betrachtet, kann viel über sich selbst erfahren.



*Ihre Fußpflegerin  
Heike Korbella*



## Gartentherapie – *Heilen und Wachsen im Einklang mit der Natur*

Die Gartentherapie ist eine ganzheitliche Therapieform, die die positiven Wirkungen von Natur, Pflanzen und gärtnerischer Tätigkeit gezielt zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden einsetzt. Sie basiert auf der Erkenntnis, dass der Mensch eine enge Verbindung zur Natur hat und dass der Aufenthalt im Grünen sowie die aktive Arbeit mit Pflanzen körperliche, seelische und soziale Prozesse positiv beeinflussen können.

Im Mittelpunkt der Gartentherapie steht die praktische Tätigkeit im Garten. Dazu gehören das Säen, Pflanzen, Gießen, Ernten und Pflegen von Blumen, Kräutern oder Gemüse. Diese Aktivitäten fördern nicht nur motorische Fähigkeiten, sondern stärken auch Konzentration, Ausdauer und Verantwortungsbewusstsein. Besonders für Menschen mit körperlichen Einschränkungen kann die Gartenarbeit helfen, Beweglichkeit und Koordination schonend zu trainieren. Gleichzeitig wirkt die Arbeit an der frischen Luft aktivierend auf das Herz-Kreislauf-System und stärkt das Immunsystem.

Neben den körperlichen Effekten spielt auch die psychische Wirkung eine zentrale Rolle. Der Kontakt mit Pflanzen und natürlichen Materialien wirkt beruhigend und stressreduzierend. Studien

zeigen, dass bereits der Anblick von Grünflächen Angstzustände mindern und die Stimmung verbessern kann. In der Gartentherapie erleben Bewohner und Bewohnerinnen Selbstwirksamkeit: Sie sehen, wie aus einem kleinen Samen eine Pflanze wächst, die sie selbst gepflegt haben. Dieses sichtbare Ergebnis stärkt das Selbstwertgefühl und vermittelt Hoffnung und Zuversicht. Besonders in der Arbeit mit Menschen, die an Depressionen, Burnout oder Traumafolgestörungen leiden, kann die Gartentherapie unterstützend wirken.

Das gemeinsame Arbeiten im Garten fördert Kommunikation, Teamfähigkeit und gegenseitige Unterstützung. Menschen kommen miteinander ins Gespräch, tauschen Erfahrungen aus und erleben Gemeinschaft. Für ältere Menschen oder Personen mit Demenz kann der Garten zudem Erinnerungen an frühere Lebensphasen wecken und Orientierung geben.

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die Sinneserfahrung. Im Garten werden alle Sinne angesprochen: das Riechen von Kräutern, das Fühlen der Erde, das Hören von Vogelstimmen, das Sehen bunter Blüten und das Schmecken frisch geernteter Früchte. Diese vielfältigen Reize können ins-

besondere bei Menschen mit Wahrnehmungsstörungen oder geistigen Beeinträchtigungen förderlich sein. Die Natur bietet dabei eine strukturierte, aber nicht überfordernde Umgebung.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Gartentherapie eine wertvolle Ergänzung zu klassischen Therapieformen darstellt. Sie verbindet körperliche Aktivität, psychische Stabilisierung und soziale Interaktion in einem natürlichen Umfeld. Durch das bewusste Erleben von Wachstum und Veränderung kann sie Menschen dabei unterstützen, neue Kraft zu schöpfen und eigene Ressourcen zu entdecken. In einer Zeit, in der viele Menschen unter Stress und Entfremdung von der Natur leiden, bietet die Gartentherapie einen heilsamen Weg zurück zu den eigenen Wurzeln.

*Doreen Milkow  
(Mototherapeutin)*

## Qi-Gong

Fast jeden Dienstagvormittag üben wir gemeinsam Yoga und Qi-Gong. Im Sommer treffen wir uns im schönen Garten an der frischen Luft, im Winter sind wir am liebsten in der warmen Bibliothek. Im Frühling und Herbst entscheiden wir ganz spontan, wo wir uns versammeln. Katharina trommelt alle zusammen und ist als Ansprechpartnerin immer dabei. Kirsten leitet die Gruppe mit viel Freude an.

Yoga bedeutet wörtlich übersetzt, sich mit sich selbst zu verbinden: mit seinen Gefühlen, seinem Geist, seinen Sinnen, seinem physischen Körper, seinem Nervensystem, seiner Atmung, seiner Energie. Alles ist beteiligt, unser ganzes Sein.

Qi-Gong bedeutet wörtlich übersetzt:

### **Das Arbeiten mit Energie.**

Yoga und Qi-Gong sind beides Formen der Energiearbeit, die jede und jeder machen kann: Wir bewegen unsere Körper und unseren Atem, kräftigen unsere Muskulatur, halten unsere Gelenke und den Geist beweglich, bringen unsere Energie zum Fließen und harmonisieren unsere Gefühle.



Unterschiedliche Übungen werden angeboten und angeleitet, aber jede/r Teilnehmer/in macht nur so viel, wie sie/er kann, nach den eigenen Bedürfnissen und Möglichkeiten. Auch ganz kleine Bewegungen können ausreichen, oder auch nur das Mitmachen in der Vorstellung ist wirksam.

Auf den Stühlen sitzend geht es mal ganz dynamisch zu, mal versuchen wir, ruhig zu werden und nach innen zu schauen, uns wahrzunehmen mit allem, was jetzt gerade in diesem Moment da ist.

Wir schauen dankbar und wertschätzend auf uns selbst und freuen uns, in der Gruppe gegenseitige Unterstützung zu erfahren. Wir praktizieren für uns selbst und unser eigenes Wohlergehen und lassen auch alle, denen wir danach begegnen, von unserer Praxis profitieren.

So laden wir Sie ein mitzumachen:

**Dienstag 10:30 Uhr, Yoga / Qi-Gong**

*mit Katharina Buskohl und  
Kirsten Kappenberger (Yogalehrerin)*

# „Fischrestaurant Fischfang Finesse“

## Teil 7

Auf dem Holzsteg am Rande eines der idyllischen Teiche im Britzer Garten sitzt eine Ente – ganz für sich, den Blick versonnen auf das glitzernde Wasser gerichtet. Vielleicht denkt sie an frühere Flugrouten, an besonders leckere Schnecken oder einfach an gar nichts. Die Welt scheint still, friedlich, fast philosophisch.

Doch diese kontemplative Ruhe bleibt nicht lange ungestört.



Drei Kanadagänse nähern sich in gleichmäßigem Tempo dem Steg. In ihren Bewegungen liegt eine gewisse Entschlossenheit, sie wirken wie ein souveräner Gänseverband auf Patrouille. Die Ente nimmt sie durchaus wahr, bleibt jedoch gelassen. Schließlich hat man hier auch als Ente Rechte oder etwa nicht?

Die erste Gans springt elegant auf den Steg. Sie wirft der Ente einen kurzen Blick zu, doch es bleibt alles ruhig. Ein Hauch von gegenseitiger Duldung liegt in der Luft.

*Fotos: Wolfgang Dammann / Text: Wolfgang Dammann und Kai Spirito*

Dann kommt Gans Nummer zwei.  
 Mit einem kräftigen Satz landet sie auf dem Steg, allerdings nicht ganz ohne Folgen:  
 Mit ihrem breiten Körper und einem ziemlichen Platsch! rempelt sie die Ente kurzerhand  
 vom Steg ins Wasser. Ein überraschtes Quak! begleitet das unfreiwillige Bad,  
 gefolgt von einem empörten Watscheln durchs Nass.



Und so ist es wieder einmal klar geregelt ganz ohne Worte, aber mit deutlichem Körpereinsatz:  
 Die Hackordnung im Britzer Garten ist lebendig, eindeutig und gelegentlich ein wenig nass.

Ein kleiner Reminder, dass auch in der schönsten Natur manchmal die alten Spielregeln gelten  
 und der Stärkere zuerst kommt.



# Apothekenwechsel

In den vergangenen Tagen und Wochen haben Sie ein Schreiben von uns erhalten, in dem wir Sie über eine Veränderung im Zusammenhang mit der Heimversorgung der Einrichtungen durch die Apotheke informiert haben. In diesem Artikel möchten wir die Gelegenheit nutzen, Sie möglichst umfassend zu den Hintergründen zu informieren.

Die Sanimedius-Apotheke, mit der wir in den vergangenen Jahren sehr gut und vertrauensvoll zusammengearbeitet haben, beendet ihr Engagement im Bereich der Heimversorgung zum 31. März dieses Jahres. Darüber hatte uns Herr Dr. Clasen als Inhaber der Sanimedius-Apotheke kurz vor dem Jahreswechsel informiert.

Zwar hatten und haben Menschen, die in einer Pflegeeinrichtung leben, selbstverständlich auch das Recht auf die freie Wahl der Apotheke, aus der sie ihre Medikamente beziehen, dennoch bietet die Versorgung über eine Kooperations-Apotheke solche Vorteile, dass ein Großteil der Bewohnenden unserer Pflegeeinrichtungen durch die Sanimedius-Apotheke versorgt wurde und somit von dieser Entscheidung betroffen war.

In der Folge haben wir uns intensiv auf die Suche nach einer neuen Partner-Apotheke gemacht und dabei viele intensive Gespräche geführt. Ein besonderer Dank gilt hierbei Frau Natascha Sommerfeld, die sich als Heimleitung des Käthe-Dorsch-Haus bei diesem Vorhaben sehr stark engagiert hat.

Dabei war es uns wichtig, einen Kooperationspartner zu finden, der nicht nur eine sichere Medikamentenversorgung gewährleisten und auch auf kurzfristige Änderungen flexibel reagieren kann, sondern bei dem wir uns und unsere Bewohnenden auch auf menschlicher Ebene gut aufgehoben fühlen. Dabei haben wir die Erfahrung machen dürfen, dass es tatsächlich etliche gute und engagierte Apothekerinnen und Apo-

theker gibt, die vielfältige und interessante Leistungen anbieten. Allerdings machte dies uns die Entscheidung nicht eben leichter.

Parallel dazu hatte Herr Dr. Clasen mit Frau Birgit Teubel, Inhaberin der Vita-Cura- und der Tilia-Apotheke, jemanden gefunden, der den Bereich der Heimversorgung der Sanimedius-Apotheke übernehmen würde. Frau Teubel und ihr Team haben seit Jahren Erfahrung in der Heimversorgung und versorgen bereits mehrere Pflegeeinrichtungen. Durch die Übernahme ergab sich zudem die Möglichkeit, unser bewährtes System in der Lieferung und Verblisterung der Medikamente nahezu unverändert fortzusetzen. Nachdem wir Frau Teubel schließlich in einem sehr angenehmen persönlichen Gespräch als erfahrene und gut strukturierte Apothekenleiterin kennenlernen durften, war die Entscheidung für uns klar.

**Ab dem 01. April 2026 kooperieren wir im Haus Rixdorf und im Käthe-Dorsch-Haus mit der Tilia-Apotheke, Residenzstraße 95 in 13409 Berlin.**

Wir freuen uns sehr auf die kommende Zusammenarbeit und möchten auch Herrn Dr. Clasen und seinem Team dafür danken, dass sie bis zum letzten Tag alles für eine sichere und qualitativ hochwertige Versorgung unserer Bewohnenden geben.

Dennoch kann es natürlich, wie bei jeder Umstellung, dazu kommen, dass es an der einen oder anderen Stelle mal „ruckelt“. Dafür bitten wir vorab bereits um Ihr Verständnis. Sie selbst können allerdings auch etwas dafür tun, den Wechsel möglichst reibungslos zu gestalten, indem Sie, so noch nicht geschehen, das Auftragsformular, das wir Ihnen zugesandt hatten, so schnell wie möglich ausfüllen, unterschreiben und an uns zurücksenden.

Herzlich grüßt Sie



*Dirk Stiebritz*



## Chris Gueffroy – Das letzte Todesopfer an der Berliner Mauer

An der Chris-Gueffroy-Allee in Berlin-Treptow, direkt am Britzer Verbindungskanal, steht eine schlichte Gedenkstele. Sie erinnert an Chris Gueffroy, den letzten Menschen, der an der Berliner Mauer erschossen wurde. Er war erst 20 Jahre alt.

Chris Gueffroy wurde am 21. Juni 1968 in Paserow geboren und wuchs in Ost-Berlin auf. Freunde beschrieben ihn als ruhig, sensibel und freiheitsliebend. Er träumte davon, Pilot oder Schauspieler zu werden. Doch in der DDR waren viele Lebenswege vorgegeben. Weil er sich weigerte, eine Offizierslaufbahn in der Nationalen Volksarmee einzuschlagen, durfte er kein Abitur machen. Stattdessen arbeitete er als Kellner. Anfang 1989 sollte er zum Wehrdienst eingezogen werden. Für ihn war das ein schwerer Gedanke. Er wollte nicht Soldat werden – schon gar nicht an der Grenze. Von einem Bekannten hörte er, der sogenannte „Schießbefehl“ an der Mauer sei ausgesetzt worden. Chris fasste daraufhin einen Entschluss: Er wollte die DDR verlassen und nach West-Berlin fliehen.

Am Abend des 5. Februar 1989 machte er sich gemeinsam mit seinem Freund Christian Gaudian auf den Weg. In der Nähe des Britzer Zweigkanals,

zwischen Treptow und Neukölln, versuchten sie, die Grenzanlagen zu überwinden. Fast hätten sie es geschafft. Doch kurz vor dem Ziel wurden sie von Grenzsoldaten entdeckt. Ein Soldat schoss auf die beiden jungen Männer. Die erste Kugel traf Chris in den Fuß, eine zweite ins Herz. Er starb noch am Grenzstreifen. Sein Freund wurde verletzt und später zu einer Haftstrafe verurteilt. Neun Monate nach Chris Gueffroys Tod fiel die Berliner Mauer.

### Die Gedenkstele heute

Die Stele wurde am 21. Juni 2003, an seinem 35. Geburtstag, eingeweiht. Sie trägt eine Inschrift, die an sein Schicksal erinnert und daran, dass hier von 1961 bis 1989 die Berliner Mauer verlief. Der Ort liegt ruhig am Wasser, nahe kleiner Gartenanlagen. Nichts deutet mehr auf die einst streng bewachte Grenze hin. Gerade deshalb berührt dieser Platz viele Besucher. Er macht deutlich, wie wertvoll Freiheit ist – und wie jung manche Menschen waren, die sie suchten. Die Gedenkstätte ist frei zugänglich und gut erreichbar. Ein Spaziergang entlang des Kanals verbindet Natur, Geschichte und Erinnerung – ein stiller Ort zum Innehalten inmitten der Großstadt Berlin.

*Nicole Kayser*



## Alles erlaubt?

*Alles ist mir erlaubt, aber nicht alles dient zum Guten. Alles ist mir erlaubt, aber nichts soll Macht haben über mich. Die Bibel, 1. Korintherbrief 6,12*

Was für eine Errungenschaft, in einem freien Land zu leben! Ich, der ich in der DDR aufgewachsen bin, weiß das sehr zu schätzen. Auch, weil ich sehe, wie anders es anderswo auf der Welt zugeht: Es gibt Länder, da dürfen sich Frauen in der Öffentlichkeit nur verschleiert zeigen, Mädchen dürfen nicht in die Schule gehen. Menschen werden durch Kameras überwacht und für das kleinste Fehlverhalten bestraft. Homosexuelle werden geächtet und verfolgt. Ich dagegen habe alle Freiheiten: Wenn ich mag, kann ich in kurzen Hosen in die Staatsoper gehen oder mit 200 km/h über die Autobahn rasen. Oder dreimal im Jahr in den Süden fliegen. Neuerdings könnte ich legal Marihuana rauchen, wenn ich wollte.

Wirklich wichtig aber ist mir, dass ich meine Meinung sagen darf, auch öffentlich – ohne Angst zu haben. Eine Demo anmelden, ohne vom Geheimdienst abgeholt zu werden. Wählen gehen und dabei eine echte Wahl haben zwischen verschiedenen Parteien. Wichtig ist mir, dass ich Christ sein darf, ohne mich verstecken zu müssen. Ohne wegen meiner Religion drangsaliert oder inhaftiert zu werden, wie das auch heute noch in vielen Ländern der Fall ist. Ich darf leben, wie ich will, und lieben, wen ich will. Grenzenlos.

„Alles ist mir erlaubt“, sagt auch der Apostel Paulus in der Bibel. Gott öffnet mir die Grenzen in ein inneres Land der Freiheit. Und dann folgt doch ein „Aber“. Ja, ich darf mir alle Freiheiten nehmen. Aber Paulus mahnt an, sich vorher zu fragen: Dient es zum Guten? Denn wenn meine Freiheit Unheil bewirkt, wenn ich die Würde anderer verletze oder auf Kosten der Zukunft lebe, dann braucht meine Freiheit ein „Aber“, ein Limit, eine selbst gewählte Grenze. Und auch dann, wenn ich mir selber schade, sollte ich mir selber Einhalt gebieten. Denn auch das gehört ja zu meiner Freiheit: dass ich bewusst verzichte, dass ich manche meiner Freiheitsrechte hinten anstelle, um anderer oder um meiner selbst willen. Ich kann zum Beispiel überprüfen, ob meine Einkäufe fair gehandelt sind. Ich kann mir auf der Autobahn selbst ein Tempolimit auferlegen, auch da, wo es gesetzlich immer noch erlaubt ist, unbegrenzt zu rasen. Ich muss nicht lästern über das, was meinem Gegenüber heilig ist. Ich kann auf die Flugreise verzichten, um das Klima zu schonen. Ich kann das Handy nach einer Weile abschalten, um meine Seele zu schonen. Und auch mit dem Kiffen werde ich wohl nicht mehr anfangen, nur weil das jetzt legal ist. Auch das ist Freiheit. Ja, im Land der Freiheit möchte ich leben. Auf jeden Fall! Die Freiheit, zu der mich Gott beruft, die lasse ich mir nicht mehr nehmen.

*Thomas Steinbacher  
(Pastor in der Evangelisch-methodistischen Salemkirche)*

*Das Vergangene muss man vergessen,  
das Gegenwärtige dulden oder genießen  
und das Zukünftige in Gelassenheit  
erwarten.*

*(Königin Christine von Schweden)*



## WIR GRATULIEREN ZUM GEBURTSTAG

### 60 Jahre

Marco Erxleben

### 75 Jahre

Klaus Jander, Rosa Aumann, Gerda Schneider-Fricke, Dragica Barisic

### 80 Jahre

Helga Herz, Ursula Rasch, Bärbel Kaiser

### 85 Jahre

Werner Peter Paper, Tasoula Kafetzidis, Dietlind Galli, Klaus Büttner, Wolfgang Schulz

### 90 Jahre

Christel Elfriede Jacholke, Ingeborg Ciesielski, Peter Lenz, Elisabeth Green, Klaus Braunert, Gisela Lind

### 95 Jahre

Gisela Sechelmann

### 100 Jahre

Anneliese Leßmann, Ilse Motzkau

### 103 Jahre

Irma Friedrich

## WIR NEHMEN ABSCHIED

### Haus Rixdorf

Wolfgang Behm, Thomas Bramm, Norbert Armin Dahms, Jagoda Falk, Rita Fecht, Manfred Grap, Klaus Walter Hentschel, Jürgen Holländer, Ingrid Kelle, Hannelore Koch, Rosemarie Lucie Gisela Korze, Rolf-Rüdiger Kröhne, Danica Novoselac, Rainer Oberstein, Waltraud Opprower, Harry Otto, Regine Schaupp, Maria Christa Schmid, Klaus Tiedemann, Hannelore Werner

### Palliativer Wohnbereich „Lichtblick“

Herbert Burgdorf, Detlef Manfred Grahlmann, Lothar Paul Haase, Rossitza Lubenova Hammer, Hans Kierer, Martina Kusch, Christa Lübcke, Erika Mecking, Anni Nitschke, Maria Silvia Spohr, Ilse Erna Anni Wiegers

### Käthe-Dorsch-Haus

Wolfgang Bartels, Ursula Berner, Wolfgang Block, Karlheinz Dichte, Gisela Fröbisch, Gisela Hellwig, Wolfgang Ihden, Christa Keil, Jürgen Mehnert, Joachim Mollenhauer, Brigitta Morgenstern, Vera Muthesius, Norbert Nagerl, Waltraud Schmidt, Lotte Schulz, Marianne Stephan, Karla Tutas, Helga Zoschke

## ANZEIGE

apohotline+  
Die Apotheke, die zu Ihnen kommt.

- **Apothekendienst** ins Haus oder Büro.
- **Kostenfrei** und innerhalb weniger Stunden.\*
- Ein Service der Sanimedius-Apotheken Berlin.

\* Liefergebiete und Lieferzeiten finden Sie auf unserer Website.

Bestell-Telefon  
0800-2764685  
0800-APHOTLINE

Bestell-Fax  
0800-2763299  
0800-APOFAXX

www.apohotline.de 0800-2764685

**Hier könnte Ihre Anzeige  
stehen.**

Bei Interesse kontaktieren Sie uns  
unter

**030/406055-0**



## Und was gibt's zum Dessert?

Wenn die Tage wieder heller werden und der Frühling Einzug hält, darf es auch in der Küche etwas Besonderes sein. Ein feines Dessert bringt nicht nur Genuss, sondern weckt Erinnerungen und lädt zum gemeinsamen Schlemmen ein. Unsere Pistazien-Éclairs verbinden zarten Brandteig mit einer cremigen Füllung und einem Hauch von Frühling – genau richtig, um sich selbst oder liebe Gäste zu verwöhnen. Lassen Sie sich inspirieren und genießen Sie diese kleine süße Auszeit.

### Zutaten für 8 Personen:

Salz, 1–2 TL Himbeersirup,  
60 g Butter, 125 g Himbeeren,  
110 g Weizenmehl Type 405,  
150 g Schlagsahne,  
3 Eier (M), 1 Pck. Sahnesteif,  
50 g Pistazien (geröstet, gesalzen),  
175 g Doppelrahmfrischkäse, 1 Bio-Limette,  
150 g Pistaziencreme, 200 g Puderzucker

### Zubereitung:

1. Ofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vorheizen. 200 ml Wasser, 1 Prise Salz und Butter in Stückchen in einem Topf aufkochen. Mehl auf einmal zugeben und bei kleiner Hitze mit einem Kochlöffel rühren, bis sich ein Kloß und zusätzlich im Topf ein weißer Belag bilden. Masse in eine Schüssel geben und 5 Minuten abkühlen lassen. Nacheinander die Eier mit einem Knethaken des Handmixers unterrühren. Masse abkühlen

lassen und in einen Spritzbeutel mit einer großen Lochtülle füllen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech 8 Teigstreifen von je ca. 12 cm Länge aufspritzen. Im heißen Ofen auf mittlerer Schiene ca. 20 Minuten hellbraun backen, dann vollständig abkühlen lassen.

2. Inzwischen Pistazienkerne schälen und hacken. Limette waschen und den Saft auspressen. Puderzucker mit Himbeersirup und 1 EL Limettensaft glattrühren. Éclairs mit einem Sägemesser waagrecht halbieren. Die oberen Hälften mit dem Guss bestreichen und mit gehackter Pistazie bestreuen.

3. Himbeeren waschen und halbieren. Sahne steif schlagen, dabei das Sahnesteif einrieseln lassen. Frischkäse, Pistaziencreme und 1 EL Limettensaft glattrühren. Sahne in mehreren Portionen unterheben. Die Creme in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen. Auf die untere Hälfte der Éclairs spritzen und mit Himbeeren belegen. Die glasierten Decken draufsetzen. Mindestens 2 Stunden kaltstellen.

Ich wünsche viel Freude beim Nachbacken und einen genussvollen Frühlingmoment mit den leckeren Pistazien-Éclairs.

Herzlichst



Ihre Conny Marks

(Küchenleitung Käthe-Dorsch-Haus)



- Erd-, Feuer- und Seebestattungen
- Überführung im In- und Ausland
- Übernahme der Formalitäten
- Vorsorgeverträge
- Hausbesuche
- Abschiedsnahme



März 2025  
Ausgabe 94



Petrović Bestattungen • Tempelhofer Damm 176 • 12099 Berlin  
Tel.: 030 - 75 65 10 95 • Mobil: 0176 - 17 56 50 65 • [www.bestattungen-petrovic.de](http://www.bestattungen-petrovic.de)

## Die Oase für Ihre Gesundheit



### Praxis für **Physiotherapie** **Matthias Karl**

Physiotherapeut, Masseur/medizinischer Bademeister

#### Unsere Leistungen im „Käthe-Dorsch-Haus“ Charlottenburg

- Gerätegestützte Krankengymnastik
- Krankengymnastik
- Atemtherapie
- Rückenschule
- Schlingentisch
- Heilschlamm/Pelose/Wärmebestrahlung
- Klassische Massage
- Sportmassage
- „Manuelle Lymphdrainage“
- Fußsohlenreflexmassage
- Elektrotherapie
- Eisbehandlung

**Tharauer Allee 15 - 14055 Berlin**

**Tel. (030) 31 51 13 11**

**E-Mail: [physio.karl@t-online.de](mailto:physio.karl@t-online.de)**

Öffnungszeiten: Mo-Do 8.00-19.00 Uhr

Fr 8.00-16.00 Uhr und nach Vereinbarung

#### **Wir suchen Verstärkung für unser Team!**

Physiotherapeut, Masseur/medizinischer Bademeister (m/w/d)

[www.physiotherapie-karl.de](http://www.physiotherapie-karl.de)



# Kleeblatt

Seniorenheim am Lietzensee GmbH

März 2026  
Ausgabe 98

*Handle,  
als ob das, was Du tust  
einen Unterschied macht,  
denn das tut es.*

*(William James)*