

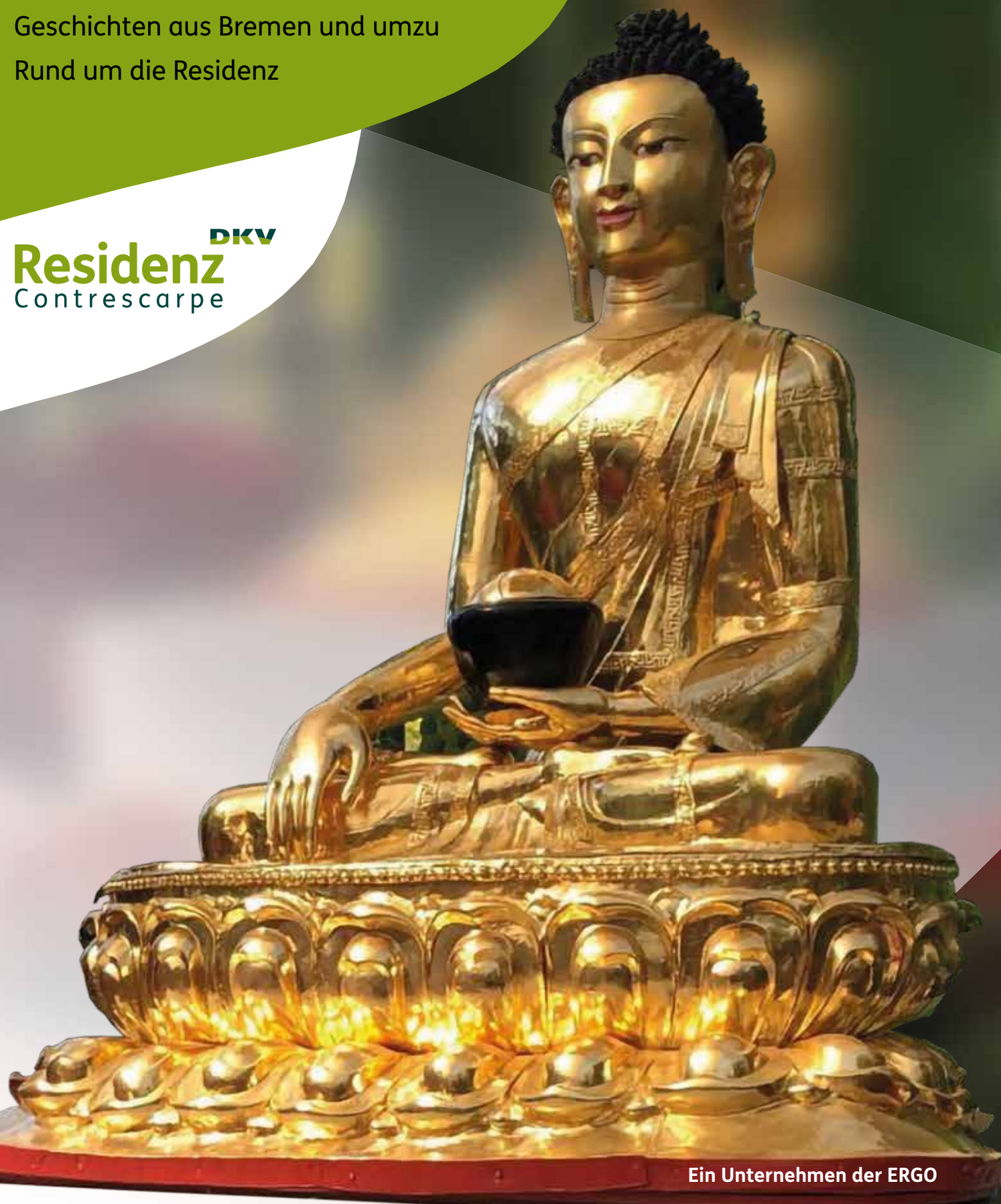
67. AUSGABE > MAGAZIN 1/2024

# Bouquet

Februar 2024 bis Mai 2024

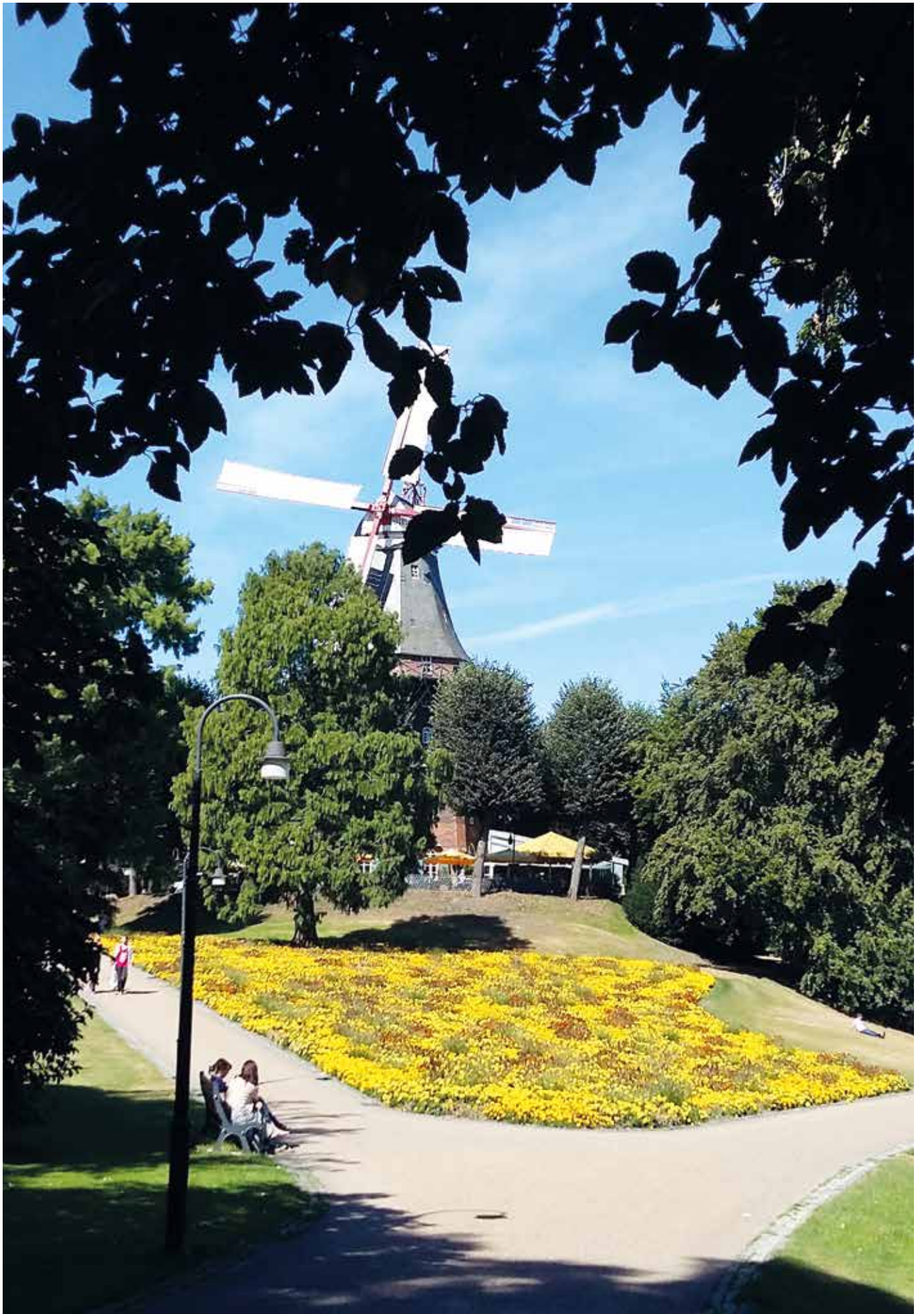
Geschichten aus Bremen und umzu  
Rund um die Residenz

**DKV**  
**Residenz**  
Contrescarpe



Ein Unternehmen der ERGO





Vom Glück, das Leben mit anderen zu teilen.  
Zusammen ist man nicht nur weniger allein,  
sondern auch zufriedener.

## Liebe Leserinnen und liebe Leser,

ein stabiles soziales Netzwerk steigert die Freude am Leben. Älteren Menschen fällt es aber oft schwer, neue Freunde zu finden. Dabei gibt es auch für Seniorinnen und Senioren gute Möglichkeiten, Kontakte zu knüpfen und eine Freundschaft aufzubauen.

Der Mensch ist ein soziales Wesen und braucht den Kontakt zu seinen Mitmenschen. Wer sich ausgeschlossen und isoliert fühlt, dessen mentale und körperliche Gesundheit leidet. Deshalb ist es wichtig, auch im Alter bestehende Kontakte zu pflegen oder neue Freunde zu finden.

Doch wo findet man am besten Freunde?  
Ganz sicher nicht zu Hause!

So kann der regelmäßige Besuch von Kursen dabei helfen, Menschen über einen längeren Zeitraum besser kennenzulernen und neue Freunde zu finden.

Denken Sie daran: Anderen geht es vermutlich ähnlich wie Ihnen.

In dieser Ausgabe möchten wir Ihnen Menschen der Residenz vorstellen, die sich hier gefunden haben und eine Freundschaft miteinander pflegen, die es ohne die Residenz nicht gegeben hätte.

Viel Freude mit BOUQUET!

Herzlichst



*Sven Beyer*

Sven Beyer - Geschäftsführer



*A. Bauriedl*

Angela Bauriedl - Redaktion BOUQUET



# Inhalt



Eine Weltreise zu den schönsten Azaleen



Fedelhören



Auf einen Espresso ....  
mit Anett Wiegand und Christian Sasse

**3** Editorial

**6** Der Frühling | Gedicht

**7** Eine Weltreise zu den  
schönsten Azaleen

**8** Stadt der Rhododendren

**10** Viertel & Quartiere |  
Bremen bestaunen  
Fedelhören – klein, fein und auf  
den ersten Blick unscheinbar

**12** Nachbarn der Residenz

**13** Menschen in der Residenz  
Ein Wiedersehen nach 80 Jahren

**14** Auf einen Espresso ...  
mit Anett Wiegand  
und Christian Sasse

**16** Gehirnjogging | ...eine Aufgabe:  
„Regen, Regen, Regen“

**17** Zwei alte Damen im Café ...

**18** Deutsches Sprichwort

**19** Danke für diesen  
guten Morgen | Kirchenlied

**20** Reisen ohne Koffer  
Südböhmen | Westböhmen

**22** Die Stadt | Gedicht  
Fotoseite HUSUM

**24** Rollator-Zubehör  
„Pimp my Rollator“

**26** Sitzgymnastik  
mit Christiane Pleines

**28** Mondnacht | Gedicht

**29** Der Kreis schließt sich

**30** ... in eigener Sache |  
Der Vehlerteufel ist immer  
und überall



Reisen ohne Koffer  
Südböhmen | Westböhmen



Die Stadt | Gedicht | Fotoseite HUSUM



Sitzgymnastik mit Christiane Pleines



# Der Frühling

Mit duftenden Veilchen komm ich gezogen,  
auf holzbraunen Käfern komm ich gebrummt,  
mit singenden Schwalben komm ich geflogen,  
auf goldenen Bienen komm ich gesummt.

Jedermann fragt sich, wie das geschah:

Auf einmal bin ich da!

Text: Mascha Kaleko | gebürtig Golda Malka Aufen,  
(geboren am 7. Juni 1907 in Chrzanów, Galizien, Österreich-Ungarn;  
gestorben am 21. Januar 1975 in Zürich) war eine deutschsprachige,  
der Neuen Sachlichkeit zugerechnete Dichterin.

**Das Gedicht hat Ruth Klaproth eingereicht.  
Sie lebt seit 2022 in der Residenz in der Contrescarpe.**



## Eine Weltreise zu den schönsten Azaleen

Während es draußen im Lande immer noch kalt und ungemütlich ist, hat in der *botanika* im Rhododendronpark der Frühling bereits Einzug gehalten.

Mit der alljährlichen Azaleen-Ausstellung wird traditionell der Beginn der Blütezeit und damit auch der wärmeren Temperaturen eingeläutet.

Der März steht im Zeichen der Azaleenblüte. Eine Blütensinfonie der schönsten Azaleen-Sorten taucht die *botanika* unter dem Titel „Eine Weltreise zu den schönsten Azaleen“ in ein leuchtendes Farbenmeer.

Die Vielfalt der präsentierten Blütenformen und -farben nimmt den Besucher mit auf eine Zeitreise durch die Züchtungsgeschichte der Azaleen.

In den fast 200 Jahren europäischer Züchtungsgeschichte mussten sich Züchter und Produzenten immer wieder neuen Herausforderungen stellen: Nicht nur die Vorlieben der Käufer änderten sich, auch wirtschaftliche Anforderungen beeinflussten das Sortiment.

So entstanden im Laufe der Zeit mehr als 3.500 verschiedene Azaleen-Sorten, von denen heute nur noch etwa 100 im Handel erhältlich sind. Viele dieser Sorten sind im Japanischen Garten und im Foyer der *botanika* zu sehen.







Die Frage nach der Lieblingsblume der Bremer ist bei ihrer leidenschaftlichen Gartenliebe nicht leicht zu beantworten. Aber es fällt auf, dass sich die ganze Stadt im Frühling und Frühsommer ein prunkhaftes Blumenkleid aus Rhododendren und Azaleen anlegt.

An den Hängen der Wallanlagen, im Bürgerpark und den anderen öffentlichen Parks, nicht zuletzt in den liebevoll gepflegten Privatgärten blühen und duften die großblumigen immergrünen Laubgehölze.

Bremische Kaufleute, die vor allem im benachbarten England und Holland die schönen Pflanzen sahen, brachten bereits um 1800 die ersten Rhododendren mit nach Deutschland. Früh entstanden in den nahen oldenburgischen und ostfriesischen Gebieten, die durch ein mildes, feuchtes Klima und den moorigen Boden ausgezeichnet sind, bedeutende Rhododendron-Züchtereien.

Vor über 40 Jahren wurde in Bremen die „Deutsche Rhododendron-Gesellschaft“ gegründet, auf deren Anregung der bremische Senat in

der Schwachhauser Vorstadt einen ehemaligen Privatpark zur Verfügung stellte, der von dem bremischen Gartenamt zu dem einzigen deutschen Rhododendronpark entwickelt wurde.

Unter prächtigem alten Baumbestand, Eichen und Buchen, Birken und Ahorn, breiten sich 1200 Arten von Rhododendren und Azaleen aus. Der reiche Wechsel der Blütengesichter verleiht dem Park den Zauber märchenhafter Stimmung, die noch gesteigert wird durch das Einstreuen anderer immergrüner Gewächse.

Da sind die verschiedenen Ilexarten mit ihren glänzenden Lederblättern, da überraschen neue Arten von Rosmarin- und Lavendelheide, von Zwergmispeln, Berberitzen, strauchförmigen Veronikas und immergrünen Prunus.

Der Rhododendronpark hat sich zu einer viel besuchten Sehenswürdigkeit entwickelt, sowohl in gartengestalterischer als auch in gärtnerisch-botanischer Hinsicht. In ihm werden Anbauversuche mit Arten aus Asien und Amerika vorgenommen, um die einzelnen



Sorten auf ihre Eignung für deutsche Verhältnisse zu prüfen. Besonderer Wert wird darauf gelegt, den Liebhabern zu zeigen, wie viele schöne Arten es unter den Rhododendren gibt, nicht zuletzt solche, die einen niedrigen Wuchs haben und sich in die Klein- und Hausgärten einpassen.

Es gehört auch zu den Aufgaben des Versuchsgartens, in einer Baumschule aus Samen des In- und Auslandes durch Veredelung und Kreuzung Sorten heranzuzüchten. So erfüllt der Rhododendronpark die schöne Aufgabe, Wegweiser und Berater zu neuen Gartenfreuden zu sein.

Der Rhododendronpark ist Teil eines „Botanischen Gartens“, der sich von Gärten ähnlicher Art schon dadurch unterscheidet, dass er ebenso wie der Rhododendronpark nicht von einem Botaniker, sondern von einem Gartengestalter des Gartenbauamtes angelegt wurde und betreut wird. Er ermüdet nicht durch eine Überfülle systematisch und geographisch aufgeteilter Beete, er ist vor allem auf den Gartenfreund eingestellt, indem er besonders die für die Gestaltung öffentlicher und privater gärtnerischer Anlagen interessanten Pflanzengesellschaften vorführt.

Text: „Das Bremer Gesicht“ |  
Hauschild Bremen



**Zu dem Text hat Angela Hercksen angeregt.  
Sie lebt seit 2021 in der Residenz in der Contrescarpe.**



## Viertel & Quartiere | Bremen bestaunen

### Fedelhören – klein, fein und auf den ersten Blick unscheinbar

Besuchen Sie eine der attraktivsten Einkaufsstraßen Bremens und genießen Sie das vielfältige Angebot. Vom Dom geht man über den Domshof, durch die Bischofsnadel, passiert die grünen Wallanlagen und findet sich schon nach wenigen Metern direkt im Fedelhören wieder. Hier kombiniert sich das exquisite Bremer Flair mit dem exklusiven Angebot einer reinen Fachhandelsstraße. Hier werden seit Generationen Dienstleistungen, feine Gastronomie, Handel und Kunsthandwerk geboten.

Die Straße und ihre charakteristischen Häuser bilden einen passenden Rahmen für die zahlreichen Fachgeschäfte, deren Kostbarkeiten und Fundstücke die Schaufenster zu wahren Schatztruhen machen. Überhaupt kommt der Schaufensterbummel im Fedelhören zu neuen Ehren, denn die feine Mischung aus Kunst, Handwerk und Handel bietet viele Möglichkeiten zum Gucken, Entdecken und Staunen.

Gemütlich können sich Besucher vom einen Ende zum anderen treiben lassen und dabei feststellen, dass hier jedes Geschäft die individuelle Handschrift seiner Inhaber trägt. Die verspricht nicht nur ein exklusives Sortiment und qualifizierte Beratung, sondern macht den Fedelhören zur ersten Adresse von Individualisten für Individualisten. Hochwertige Mode, einzigartige Schmuckobjekte, ausgesuchte Antiquitäten, Besonderes für Haus und Garten, kulinarische Leckerbissen – die Palette der Anregungen ist unendlich.

Der Fedelhören ist eben eine moderne Einkaufsmeile mit einem ganz eigenen Ambiente.

Hier findet man alles – nur nichts Alltägliches.

### Französischer Charme

Im Fedelhören kann man nicht nur entspannt shoppen, sondern auch entspannt draußen sitzend einen Cappuccino genießen. Das ruhig gelegene kleine Quartier mit Blick auf die Türme des Bremer Doms versprüht einen französischen Charme.

### Wussten Sie?

Die Straße Fedelhören ist eine der ältesten Straßen Bremens. Sie erstreckt sich von Ost nach West, von der Straße Am Dobben bis zum Präsident-Kennedy-Platz. Das erste Mal wird die Straße im Jahr 1860 erwähnt. Sie wurde 1860 angelegt und wohl benannt nach dem Gewässer Widel (1159), das 1864 zugeschüttet wurde und zur Straße Am Dobben führte. Heute wird der Fedelhören durch den Rembertiring in zwei Teile geteilt.







### Deutung des Namens „Fedelhören“:

(mit freundlicher Unterstützung des Staatsarchiv Bremen)

**Monika Porsch**, Bremer Straßenlexikon:  
Gesamtausgabe, Bremen 2003:

„Dieser Name stammt vermutlich von einem Gewässer mit Namen Widel, welches 1159 an der Stelle erwähnt wird, an der heute Fedelhören und Am Dobben zusammen-treffen.“

Der Begriff kommt aus dem Niederdeutschen von horn = Ecke.

Vedelhorne wird die Flur 1295 genannt.“

**Herbert Schwarzwälder**,

Das Große Bremen-Lexikon, Bd. 1 A – K,  
Bremen 2003:

„Im Anfang des 19. Jhs. befanden sich hier etwa 43 Häuser. Am Fedelhören lag auch die St.-Remberti-Kirchspielschule.“



Fedelhören im Winter 2023 | 2024

# Nachbarn der Residenz

## Frau Durlach kann Umzug

Spricht man über Nachbarn, dann kommt man am Thema „Umzug“ nicht vorbei. Frau Durlach, um die es heute geht, kann davon ein Lied singen. Aber der Reihe nach.

Geboren wird Henriette Elisabeth Durlach 1879 in Vegesack. Sie ist die zweite Tochter von August und Wilhelmine Durlach. Sie wird im Kreis von zwei Schwestern und zwei Brüdern aufwachsen. Ihre Oma ist eine geborene Wilkens. Kommt Ihnen die bekannte Bremer Silbermanufaktur gleichen Namens in den Sinn? Genau aus dieser Familie stammt sie. Außerdem war „Oma“ die Cousine von Rudolf Alexander Schröder. Jener war nicht nur Schriftsteller, sondern auch Übersetzer und Innenarchitekt.

Vielleicht hat Henny durch ihn die Liebe zur Literatur „mitbekommen“?

Da sie als Kind oft krank war, hat sie den Schulunterricht mehrmals verpasst. Ihren beruflichen Ambitionen stand das aber nicht im Weg. Folgt man den Quellen über sie, so haben zwei Ereignisse wesentlich zu ihrer Berufswahl beigetragen. Das war zum einen die Gründung des Vereins Lesehalle und die Eröffnung der Lesehalle auf dem Ansgarikirchhof. Die treibende Kraft war Victor Marcus. Der kommt jetzt hier nicht zu Wort, denn er ist kein Nachbar der Residenz in der Contrescarpe gewesen.

Frau Durlach aber schon. Laut Bremer Adressbuch zieht sie in die Contrescarpe 144. Als Volontärin wird sie in der Lesehalle anfangen. In sieben Jahren arbeitet sie sich hoch bis zur Assistenzbibliothekarin. Somit gilt sie als eine der ersten Bibliothekarinnen Bremens.

Inzwischen ist sie 21 Jahre alt und gehörte, nach damaliger Sicht der Gesellschaft, zu den „alten Jungfern“. Warum? Weil sie nicht verheiratet war.

Verfolgt man ihren weiteren Weg, so wird sie ihren Beruf „heiraten“. In Berlin konnte man sich damals zur Diplom-Bibliothekarin ausbilden lassen.

In die Zeit fällt auch der erste Kontakt zu Johann Focke, dem Museums-Gründer. Übrigens war „sein Museum“ zu dieser Zeit noch im Dom-Anbau.

Auch wenn Henny Durlach ihr Wunschgehalt nicht bekommen sollte, so wird sie die Stelle doch antreten. Fortan ist sie von Fockes Seite nicht mehr wegzudenken. So organisiert sie nicht nur den Umzug in das neue Domizil, das ehemalige Armenhaus an der Großenstraße. Davon ist nicht mehr viel übriggeblieben.

Gerne steht man da heute an der Auffahrt zur Stephanibrücke mal im Stau.

An allen weiteren Umzügen, sei es kriegsbedingt durch den Zweiten Weltkrieg und den Umzug an die heutige Adresse, wird sie beteiligt sein. Ihre nebenbei begonnene Tätigkeit als Autorin hat darunter nicht leiden müssen.

In den verdienten Ruhestand geht sie erst Ende der 1940er Jahre.

Ihren Lebensabend verbrachte sie u. a. im „Focke-Museum“ bei „kleineren Arbeiten“.

Henny Durchlach verstirbt 1960 im Alter von 81 Jahren.



# Menschen in der Residenz

Die Lesereihe „Menschen in der Residenz“ lehnt sich an an den Roman „Menschen im Hotel“ (Untertitel: Kolportageroman mit Hintergründen) von Vicki Baum aus dem Jahre 1929 an. Der mit leichter Hand, Poesie und subtilem Witz erzählte Roman führt eine Handvoll Menschen im Grand Hotel zusammen, zeigt sie in ihren Krisen, Träumen und Enttäuschungen und liefert ein atmosphärisch dichtes Bild vom Berlin der 20er-Jahre.

In lockerer Folge werden Ihnen in dieser Lesereihe Menschen vorgestellt, die ihr Lebensweg in die Residenz in die Contrescarpe geführt hat.

## Ein Wiedersehen nach 80 Jahren

Während eines Kaffeeklatsches haben wir uns mit ein paar Damen nett über dies und jenes unterhalten. Bis wir auf den Angriff 1945 auf Dresden zu sprechen kamen.

Ich erzählte davon, dass wir das Inferno vom Garten aus sehen konnten. Der Himmel war rot und gelb. Es war schlimm anzusehen.

Zwei andere Damen kamen aus Leipzig. „Wir haben gar nicht in Dresden gewohnt, sondern 40 km entfernt in Bad Schandau.“

Eine Dame sagte: „Ich auch.“

Ich: „ich habe nicht direkt in Bad Schandau, sondern oberhalb von Bad Schandau gewohnt.“

Die Dame: „Ich auch.“

Ich: „Im Zangenweg 9.“

Die Dame: „Ich im Zangenweg 4.“

Ich: „Im Zangenweg 4 wohnte doch Familie B.“

Die Dame stellte ihren Ellenbogen auf den Tisch, der Zeigefinger zeigte nach oben. „Ich bin eine geborene B.“

Beide Damen kommen ursprünglich aus Bremen. Die Flucht vor dem Krieg brachte sie nach Sachsen, wo sie in gemieteten Wohnungen nebeneinander wohnten und miteinander spielten.

Nach dem Krieg haben sie sich aus den Augen verloren und sahen sich nach 80 Jahren in der DKV-Residenz in der Contrescarpe wieder.



Die beiden Damen leben seit vielen Jahren in der Residenz der Contrescarpe.

# Auf einen Espresso ...

mit Anett Wiegandt und Christian Sasse

In Anlehnung an das Genre „Zigarettengespräche“ zwischen Helmut Schmidt und Giovanni di Lorenzo, die in der Wochenzeitung DIE ZEIT veröffentlicht wurden, entstand die Idee „Auf einen Espresso ...“.

Die Serie der BOUQUET stellt in lockerer Abfolge die Menschen in der Residenz vor. Anett Wiegandt, Verwaltung, und Christian Sasse, Bewohnerverwaltung, und Angela Bauriedl, Redaktion BOUQUET, setzten sich im RosenCafé auf einen Espresso zusammen.



## Liebe Frau Wiegandt, seit wann sind Sie in der Residenz tätig?

Ich bin seit Juni 2023 in der Verwaltung in der Residenz in der Contrescarpe. Die Tätigkeit hat mir auf Anhieb gut gefallen, auch der Kontakt mit den Bewohnern und den Kollegen, die hier wirklich ein Traum sind, ist super.

## ... und Sie, lieber Herr Sasse?

Ich bin seit August 2023 in der Bewohnerverwaltung in der Residenz in der Contrescarpe. Das Besondere ist der enge Kontakt zu unseren Bewohnern. Sie kommen sehr gerne zu uns in die Verwaltung. Auch wenn sie Fragen haben, helfen wir. Über unsere Unterstützung sind die Bewohner immer sehr dankbar und freuen sich über eine nette Unterhaltung mit uns.

## Frau Wiegandt, können Sie einmal Ihren neuen

## Tätigkeitsbereich beschreiben?

Zu meinen Aufgaben gehört die Abwicklung aller anfallenden Arbeiten des Rechnungswesens und der Mitarbeiterverwaltung im Sekretariat der Residenz.

## Leben Sie schon immer in Bremen?

Ich bin vor 22 Jahren für mein Studium nach Bremen gezogen und geblieben. Habe hier mit Anfang 30 noch eine kaufmännische Ausbildung zur Personalkauffrau begonnen und bin nach meinem Abschluss in meinem Ausbildungsbetrieb geblieben. Dort habe ich drei Jahre die Verwaltung und den Personalbereich geleitet.

**Sie arbeiten sehr eng mit Herrn Beyer zusammen, der sehr häufig seinen Golden Retriever mit ins Büro bringt, da sind Sie bestimmt sehr tierlieb?**



Ja, ich finde es großartig, dass es hier erlaubt ist, seinen Hund mitzubringen. Aber meine Tierliebe gilt eher den Katzen.

Wir hatten über zehn Jahre eine Katze. Als sie an Krebs starb, wollten mein Partner und ich eigentlich keine neue Katze.

Aber wie wir zu unserem aktuellen Kater Kasimir gekommen sind, ist eine schöne Geschichte, die ich gerne erzählen würde. Er wurde vor circa 6 Jahren bei der Arbeitsstelle meines Freundes entdeckt, als er nach Futter suchte. Er war nicht gechippt, so fingen die Kollegen an, ihn regelmäßig zu füttern, er wurde geimpft und war schon bald nicht mehr aus der Firma wegzudenken. Ihm wurde sogar am angrenzenden Parkplatz ein windgeschützter Verschlag gebaut. So konnte er dort fast anderthalb Jahre gut leben. Vor allem liebte er es, auch bei praller Sonne, auf den Autos der Kollegen und von Anwohnern zu schlafen.

Bis eine Anwohnerin es gar nicht gut fand, dass sich Kasimir auf ihrem alten Golf „ablegte“, und letztendlich drohte, ihn zu vergiften, wenn der Kater nicht „ausziehen“ würde. So musste schnell gehandelt werden und es wurde im Kollegium herumgefragt, wer ihn aufnehmen könnte. Da haben wir nicht lange überlegt und ihn zu uns geholt.

Kasimir hat sich sehr schnell daran gewöhnt, im Haus zu leben. Nach ein paar Wochen durfte er auch raus, sein neues Revier erkunden. Er ist ein ganz liebes Tier, sehr verschmust und ein guter Mäusefänger, aber dennoch stets hungrig.

Eine sehr süße Geschichte. Das ist wahre „Katzenliebe“.

### **Herr Sasse, haben Sie auch ein Haustier?**

Ja, ich habe auch ein Haustier. Eine Australian Shepherd-Hündin mit dem Namen Emma. Eigentlich, so sagt man, ist diese Hunderasse sehr agil und möchte sich viel bewegen. Bei Emma ist das aber nicht der Fall. Sie liebt es einfach, nichts zu tun, freut sich aber natürlich über jeden Spaziergang sowie Leckerlis für irgendwelche Kunststücke.

### **Hatten Sie schon immer Haustiere?**

Ich bin eigentlich mit Tieren groß geworden. Als

Kind bin ich auf einem kleinen Hof aufgewachsen, wo wir Tiere wie Enten, Hühner, Kaninchen, aber auch Schweine hielten. Natürlich gab es dort auch Katzen und Hunde. Aber wir hatten auch Obst und Gemüse selbst angebaut. Ich erinnere mich noch sehr gut an lange Spaziergänge mit meinem Großvater und seinem Hund, als wir durch Wälder gewandert sind und dabei Pilze gesammelt hatten. Aus heutiger Sicht bin ich sehr froh und dankbar, so ländlich aufgewachsen zu sein.



### **Und was hat Sie nach Bremen verschlagen?**

Die Ausbildung zum Gesundheits- und Krankenpfleger. Hierfür bin ich vor mittlerweile über 20 Jahren nach Bremen gezogen, da es mich schon immer gereizt hat, Menschen zu unterstützen, und Bremen außerdem eine schöne Stadt ist. Davor hatte ich bereits eine kaufmännische Ausbildung erfolgreich absolviert. Anschließend habe ich viele Jahre im Krankenhaus gearbeitet und im Anschluss daran eine lange Zeit für den WEISSEN RING. Bis ich dann diese interessante Anstellung fand.

### **Können Sie einmal Ihren neuen Tätigkeitsbereich beschreiben?**

Zu meinen Aufgaben gehören die Abwicklung aller anfallenden Arbeiten in der Bewohnerverwaltung. Das bedeutet, ich bin Ansprechpartner für alle Bewohner in dieser Einrichtung. Die, die zur Miete wohnen, aber auch jene, die durch die Pflege betreut werden. Ich kümmere mich um die monatlichen Abrechnungen und bin häufig im Austausch mit Frau Wiegandt und anderen Abteilungen, aber auch mit den Menschen, die hier leben.

**Liebe Frau Wiegandt und lieber Herr Sasse, ich danke Ihnen für den gemeinsamen Espresso und wünsche Ihnen weiterhin gutes Gelingen in Ihrer neuen Tätigkeit in der Residenz!**

# Gehirnjogging

... eine Aufgabe: „Regen Regen Regen“

Da Bremen die deutsche Stadt mit dem meisten Regen sein soll, hier eine gedankliche Anregung:

*Alles Gute kommt von oben, aber wie gehe ich damit um?*

Ganz einfach: Schlager weisen mir den Weg ...

**Bitte unterstreichen Sie in dem folgenden Text so viele Titel von Schlagern wie möglich:**

Während Mary Roos durch Hamburg im Regen lief, kam mir Dalida in den Sinn, die vom Tag, als der Regen kam, sang.

Verständlich, dass so mancher versuchte, vor dem Regen zu fliehen, wie etwa Reinhard May, der sich über den Wolken zu sein wünschte. Bei einem derartigen Wetter macht dann auch ein Bett im Kornfeld keinen Spaß mehr.

Als Rudi Carrell sich fragte „Wann wird’s mal wieder richtig Sommer“, assistierte ihm Katja Ebstein mit Wunder gibt es immer wieder, während Nina Hagen von hinten hereinrief, du hast den Farbfilm vergessen.

Aus den blauen Bergen grüßt Heino mit: Blau blüht der Enzian.

Aber da war Wencke Myhre schon weitaus besser auf die Unwetter vorbereitet mit: Er hat ein knallrotes Gummiboot.

Aber zurück nach Berlin, wo Hildegard Knef sang: Für mich soll’s rote Rosen regnen. Da fragt die geneigte Leserin und der geneigte Leser sich, ob die Weather Girls das ernst meinen mit „It’s Raining Men?“.

Immerhin kann man sich das noch irgendwie vorstellen, dass die Regentropfen an mein

Fenster klopfen, aber ausgewachsene Männer? Wenn die Eurythmics singen „Here comes the rain again“, fragen Creedence Clearwater Revival: Who’ll stop the rain?

Bleibt dann womöglich nur die Antwort von Gene Kelly: I’m singing in the rain?

Also, wie Drafi Deutscher schon vor langer Zeit (1965) sang: „Weine nicht, wenn der Regen fällt, dam, dam“.



**Gabriele Reinecke-Drechsel hat den Text für den Kurs „Gehirnjogging“ verfasst.  
Er war Grundlage für ein genaues Nachdenken.**





## Zwei alte Damen im Café ... , sie hatten Appetit auf Kaffee und Sahnetorte.

Bis zu den „Schweinen“ in der Sögestraße brachte uns ein Taxi. Es lockten viele schöne vorweihnachtliche Süßigkeiten.

Das Café war zur Kaffeezeit rappellvoll, doch wir ergatterten noch zwei Fensterplätze und kurz darauf war auch der Nachbartisch besetzt.

Ein junges Ehepaar mit einem Baby im Kinderwagen „richtete sich bei uns ein“.

Für Unterhaltung war gesorgt. Alle „fünf“, die jungen Eltern mit Kind und wir vergaßen Kaffee und Kuchen, die Erinnerung an eigene kleine Mädchen verwandelte uns total. Wir lachten, lobten, kicherten – wir freuten uns des Lebens. Große braune Kulleraugen verfolgten alles rund um uns herum.

Eine kleine Patschhand umklammerte meinen Finger.

Es war Zeit zu gehen, die Kellner flitzten umher. Wir nahmen Abschied von der kleinen Familie und wünschten „auf Wiedersehen“.

Nun hieß es, den Kellner zu rufen, er kam nicht, ignorierte unsere Ungeduld, dann aber flüsterte es zu uns beiden: „Es ist alles bezahlt, der junge Vater hat ihre Runde beglichen.“

Wir waren sprachlos, Platz überrascht, ungläubig, wir konnten kein Danke mehr sagen.

Ein Gemeinschaftserlebnis vom 12. November 2022 von Frau Renate Hauerken und Frau Gisela Brückner. Beide leben seit Jahren in der Residenz in der Contrescarpe.

# Deutsches Sprichwort

**Friede macht Reichtum,  
Reichtum macht Übermut,  
Übermut macht Krieg,  
Krieg macht Armut,  
Armut macht Demut,  
Demit macht Frieden.**

Johann Geiler von Kaysersberg (1445 - 1510),  
Straßburger Dom- und Volksprediger des späten Mittelalters



**Das Sprichwort hat Ingeborg Schütte eingereicht.  
Sie lebt seit 2020 in der Residenz in der Contrescarpe.**



# Danke für diesen guten Morgen

Kirchenlied | Evangelisches Kirchenbuch 334

*Danke für diesen guten Morgen,  
Danke für jeden neuen Tag.  
Danke, dass ich all meine Sorgen auf dich werfen mag.*

*Danke für alle guten Freunde,  
Danke, oh Herr, für jedermann.  
Danke, wenn auch dem größten Feinde ich verzeihen kann.*

*Danke für meine Arbeitsstelle,  
Danke für jedes kleine Glück.  
Danke für alles Schöne, Helle und für die Musik.*

*Danke für manche Traurigkeiten,  
Danke für jedes gute Wort.  
Danke, dass deine Hand mich leiten will an jedem Ort.*

*Danke, dein Heil kennt keine Schranken,  
Danke, ich halt mich fest daran.  
Danke, ach Herr, ich will dir danken, dass ich danken kann.*

Text und Melodie: Martin Gotthard Schneider (1930-2017)  
Copyright: Erbegemeinschaft [mgschneider.de](http://mgschneider.de)

**Das Kirchenlied hat Ruth Klaproth eingereicht.  
Sie lebt seit 2022 in der Residenz in der Contrescarpe.**



# Reisen ohne Koffer

Südböhmen | Westböhmen

Eine kulturgeschichtliche Bilder-Reise

Klaus Kirmis möchte wieder mit Ihnen auf eine Reise gehen und hat für die BOUQUET eine kleine Bilder-Reise durch Südböhmen | Westböhmen zusammengestellt: Kunststädte, Klöster und Schlösser im Bäderdreieck und in der „tschechischen Toskana“.

Besuchen Sie während der Bilder-Reise die schönen Landschaften und die weltberühmten Bäderstädte Marienbad und Franzensbad sowie die reizvolle Kleinstadt Elbogen an der Eger in Westböhmen!

Lernen Sie außerdem Südböhmen, die „Toskana Tschechiens“, näher kennen! Entlang der tschechischen Grenze am Bayrischen Wald und entlang der österreichischen Grenze am Böhmerwald erstreckt sich Südböhmen.

Hier wechseln sich oft in unberührter Landschaft Berge und Täler mit Wäldern, Wiesen und Weiden ab. Im reichen Teichland prägen Landwirtschaft und Fischzucht das beschauliche Landschaftsbild, oftmals begleitet von mächtigen geschichtsträchtigen Klosterbauten.

Hier warten nicht nur unzählige mittelalterliche Burgen und märchenhafte Schlösser mit romantischen Parks und Gärten, sondern auch malerische Kleinstädte und reizvolle „böhmische Dörfer“ auf Ihren Besuch!

Die malerische weltberühmte Bierstadt Böhmisches Budweis hat ihren historischen Charakter bis heute erhalten können. Die Altstadt besticht durch den großen Marktplatz, umringt

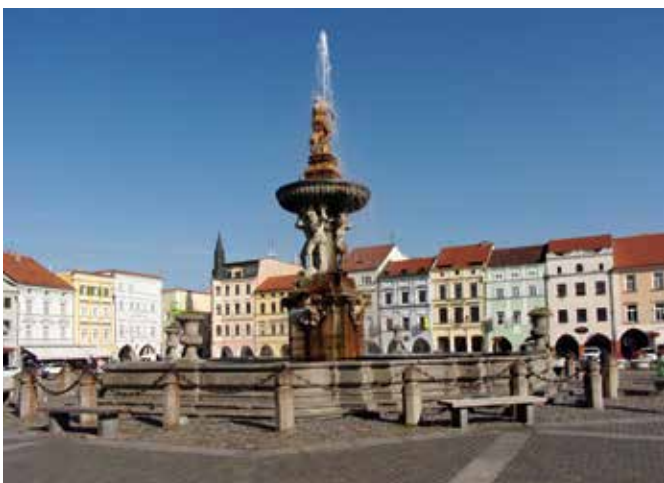




von restaurierten historischen Bauwerken und herrlichen Arkadengängen. Das nahe gelegene Märchenschloss Frauenberg, umgeben von einer großzügigen Parkanlage im englischen Stil, lohnt ebenfalls einen Besuch. Böhmisches Krumau, als Kulturdenkmal auf der Liste des UNESCO-Welterbes geführt, fasziniert aufgrund der großartigen Schlossanlage

ebenso wie durch die von der Moldau durchflossene mittelalterlich-romantische Innenstadt.

Ausflüge zu malerischen verschlafenen Städtchen mit großartigen, von wunderschönen Bürgerhäusern geprägten Marktplätzen bilden weitere Höhepunkte dieser Bilder-Reise.



**Der Lichtbildervortrag „Südböhmen | Westböhmen“ findet statt:  
Donnerstag, 11. April 2024 | 15.00 Uhr | Restaurant der Residenz in der Contrescarpe  
Referent: Klaus Kirmis, Osnabrück/Bremen**







# Die Stadt

**Am grauen Strand, am grauen Meer  
Und seitab liegt die Stadt;  
Der Nebel drückt die Dächer schwer,  
Und durch die Stille braust das Meer  
Eintönig um die Stadt.**

**Es rauscht kein Wald, es schlägt im Mai  
Kein Vogel ohn Unterlaß;  
Die Wandergans mit hartem Schrei  
Nur fliegt in Herbstesnacht vorbei,  
Am Strande weht das Gras.**

**Doch hängt mein ganzes Herz an dir,  
Du graue Stadt am Meer;  
Der Jugend Zauber für und für  
Ruht lächelnd doch auf dir, auf dir,  
Du graue Stadt am Meer.**

Theodor Storms Gedicht „Die Stadt“, das vom Autor zur Mitte des 19. Jahrhunderts veröffentlicht wurde, handelt von den Eindrücken und Gefühlen, welche das lyrische Ich für eine einsame, graue Stadt empfindet.

**Das Gedicht hat Margret Falke-Leonhardt eingereicht.  
Sie war im Spätsommer 2023 in Husum, auf der Halbinsel und auch im Theodor-Storm-Haus.  
Ihre Reise inspirierte sie zur Veröffentlichung des Gedichtes.  
Frau Falke-Leonhardt lebt seit 2019 in der Residenz in der Contrescarpe.**



# Rollator-Zubehör

## „Pimp my Rollator“

Es gibt Rollatoren, die bereits nahezu perfekt ausgerüstet sind. Mit der Vermutung, dass es sich hierbei um Rollatoren der teuren Kategorie handelt, liegen Sie nicht verkehrt.

Selbstverständlich kann oder will sich nicht jeder von vornherein solch einen High End Rollator mit nur jedem erdenklichen Extra anschaffen. Das ist auch nicht nötig, denn auch Modelle in Basisausführung lassen sich, wenn es sich als nötig erweisen sollte oder im Nachhinein gewünscht wird, für mehr Komfort oder mehr Sicherheit mit allerlei Rollator-Zubehör ausstatten und aufpimpen, wie man heutzutage so schön sagt.

Lesen Sie hier, welche Extras für Ihr ganz persönliches „Pimp my Rollator“ angeboten werden.

## ANKIPPILFHE

Viele Senioren, die auf einen Rollator angewiesen sind, schwören auf die sogenannte Ankipphilfe. Sie hilft beim Anheben der Vorderäder, wenn es zum Beispiel gilt, einen hohen Bordstein zu überwinden. Bei vielen Rollator-Modellen gehört sie zur Grundausstattung, aber wenn nicht, kann sie problemlos nachgerüstet werden.



## ROLLATOR-BELEUCHTUNG

Sehen und gesehen werden! Mit einer Beleuchtung für Ihren Rollator können Sie sich in der Dämmerung und im Dunkeln einfach sicherer fühlen. Die Beleuchtung kann ganz einfach, meist auch ohne Werkzeug, am Rollator angebracht werden. Die benötigten Batterien für die lichtstarken LEDs | Leuchtdioden sind gelegentlich im Lieferumfang enthalten.

## REFLEKTOREN

Ein Extra, zu dem man jedem raten kann, der mit dem Rollator unterwegs ist. Besonders in der Dämmerung oder in der Dunkelheit hat sich dieses Zubehör bei der Gewährleistung von Sicherheit auf Straßen und Fußgängerwegen bewährt. Da Reflektoren auch bei Fahrrädern zum Einsatz kommen, kann man sie auch überall kaufen, wo es Fahrräder gibt.

## HALTERUNGEN FÜR STÖCKE ODER REGENSCHIRME

Wenn Sie, neben dem Rollator, auch andere Gehhilfen benutzen und auf diese bei einem Gang, den Sie zu erledigen haben, nicht verzichten wollen, können Sie Halterungen für den Gehstock, sofern nicht schon vorhanden, nachrüsten. Der Gehstock lässt sich einrasten und ist somit recht sicher an Ihrem Rollator befestigt. Das Gleiche gilt für Halterungen für einen Regenschirm. Sicher ist sicher, vor allem bei schlechten Wetterprognosen!

## ROLLATOR-REGENSCHIRM

Es gibt kein schlechtes Wetter, nur eine schlechte Ausrüstung. Wer mit seinem Rollator draußen unterwegs ist und beispielsweise für einen warmen Sommerregen gerüstet sein will, sollte sich für seinen mobilen Begleiter einen speziellen Regenschirm anschaffen. Zwar bietet nicht jeder Rollator-Hersteller solch ein Zubehör an, doch es gibt einige Rollator-Regenschirme, die für die meisten Rollatoren geeignet sind.

Seien Sie jedoch vorsichtig bei stärkerem Wind.

Solch ein Schirm bietet viel Angriffsfläche und es könnte im schlimmsten Fall dazu kommen, dass der Rollator umkippt.

## HANDWÄRMER FÜR DEN ROLLATOR

Wenn Sie auch bei winterlichen Temperaturen mit dem Rollator unterwegs sind, werden Sie die Vorzüge von Handwärmern zu schätzen lernen. Großer Vorteil der Rollator-Handwärmer: Sie werden einfach per Knopfdruck und Klettverschluss unter dem Bremshebel rutschfest verschlossen. Die Beweglichkeit der Hände an der Bremse bleibt dabei voll erhalten. Wohligh warm stecken sie im Web- oder Echtpelz. Außen findet sich oft ein wasserabweisendes Material. Handwärmer gibt es in vielen verschiedenen Ausführungen.

## KÖRBE, TASCHEN, NETZE FÜR DEN ROLLATOR

Auf dem Markt finden Sie eine Vielzahl von Behältnissen für Einkäufe etc., die Sie an Ihrem Rollator anbringen können. Die meisten Rollatoren sind in dieser Hinsicht schon zufriedenstellend ausgestattet. Und so sollten Sie genau prüfen, wo und wie sich noch ein solches Behältnis anbringen lässt.



# Sitzgymnastik

mit Christiane Pleines

Um auch im Alter fit, aktiv und beweglich zu bleiben, ist regelmäßige Bewegung, zum Beispiel in Form von Gymnastik, nötig. Dabei sollte der Fokus nicht nur auf dem Aufbau und Erhalt der Muskulatur liegen, sondern auch auf der Beweglichkeit und dem Erhalt und der Förderung des Gleichgewichts. Regelmäßige gymnastische Übungen können dazu beitragen, dass Sie lange selbstständig und agil bleiben.



## Übungen

### Kraft in Armen, Schultern und Händen

Diese Übung verbessert die Kraft in Armen, Schultern und Händen: Setzen Sie sich so auf einen Stuhl, dass sich Oberschenkel und Waden in einem 90-Grad-Winkel zueinander befinden. Nun strecken Sie die Arme und Hände nacheinander nach oben, zur Seite und nach vorne aus. Wer mag, kann dabei die Hände zur Faust schließen und wieder öffnen.





### **Beweglichkeit für den Rücken**

Diese Übung macht den Rücken beweglicher: Setzen Sie sich auf einen Stuhl möglichst im vorderen Bereich der Sitzfläche. Legen Sie die Hände auf die Oberschenkel, mit den Fingerspitzen nach innen. Machen Sie nun einen runden Rücken. Dabei sollten Ihre Arme nach außen gewölbt sein, sodass sie ein O bilden. Danach richten Sie sich wieder auf. Wiederholen Sie die Übung mehrmals.



### **Stärkung der Bauchmuskulatur**

So können Sie im Sitzen Ihre Bauchmuskulatur trainieren: Setzen Sie sich auf einen Stuhl, möglichst ohne sich dabei anzulehnen. Jetzt beide Beine nach vorne ausstrecken und leicht anheben, einige Sekunden diese Position halten. Bitte spannen Sie bei der Übung Ihren Bauch an. Bei Bedarf mit den Händen am Stuhl festhalten.

Christiane Pleines leitet in der Residenz in der Contrescarpe die Senioren-Gymnastik-Kurse:  
Hockergymnastik | Fit & Beweglich | Personaltraining Gymnastik (auf Anfrage) |  
Personaltraining Wassergymnastik (auf Anfrage).

Ruth Klaproth

# Mondnacht

Es war, als hätt der Himmel  
Die Erde still geküsst,  
Dass sie im Blütenschimmer  
Von ihm nun träumen müsst.

Die Luft ging durch die Felder,  
Die Ähren wogten sacht,  
Es rauschten leis die Wälder,  
So sternklar war die Nacht.

Und meine Seele spannte  
Weit ihre Flügel aus,  
Flog durch die stillen Lande,  
Als flöge sie nach Haus.

Joseph von Eichendorff

Die „Mondnacht“ von Joseph von Eichendorff dürfte das berühmteste Gedicht dieses an berühmt gewordenen Gedichten nicht armen Dichters sein. Es stammt aus dem Jahre 1837 und beschreibt in vermeintlich einfachen Worten, die oberflächlich betrachtet von der nächtlichen Natur handeln, das vom Lyriker in ihr entdeckte Paradies.

**Das Gedicht hat Ruth Klaproth eingereicht.  
Sie lebt seit 2022 in der Residenz in der Contrescarpe.**



# Der Kreis schließt sich

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

am 1. April 1972 begann ich meine Ausbildung zum Schriftsetzer.

Über die vielen Jahre hat sich das Berufsbild des Schriftsetzers vom Bleisatz über den Fotosatz zum Mediengestalter am PC gewandelt.

Trotz all dieser Veränderungen habe ich das typografische Gestalten mit großer Leidenschaft und Freude ausgeübt.

Nach der Insolvenz meines Arbeitgebers habe ich mich 2014 selbstständig gemacht. 2016 bekam ich die Möglichkeit, für die DKV-Residenz in der Contrescarpe zu arbeiten.

Ich bedanke mich herzlich bei den Mitarbeitern der DKV-Residenz in der Contrescarpe für 8-jährige gute Zusammenarbeit.

Mein besonderer Dank gilt Angela Bauriedl, deren Ideen und Anregungen immer auch für mich Motivation waren, aus den vorhandenen Möglichkeiten das Beste für die jeweiligen Projekte herauszuholen.



Für die BOUQUET wünsche ich mir, dass sie von Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, weiterhin mit Erinnerungen, Gedanken und Bildern gefüllt wird und damit neben den redaktionellen auch persönliche Texte und Anregungen von Bewohnern für Bewohner beinhaltet.

Nach 52-jähriger Berufstätigkeit schließt sich der Kreis und zum 31. März 2024 begeben mich aufs Altenteil.

Für die Zukunft wünsche ich Ihnen alles Gute.

Reiner Priemel



# ... in eigener Sache

## Der Vehlerteufel ist immer und überall

Weil: Der Fehlerteufel ist ein unheimlich piffiges und zugleich böses Kerlchen, das leider im Wettstreit mit uns trotz aller redaktionellen Kontrollen jedes Mal gewinnt.

Auch die Texte in dieser Ausgabe wurden immer wieder gelesen, bevor die Daten der Seiten an unsere Druckerei gesendet wurden, weil wir irdischen Naivlinge angesichts eines pedantischen Endlektorats tatsächlich geglaubt hatten: „Nun ist endlich alles fehlerfrei.“

„Irrtum!“, sprach der Hase und stieg vom Igel: Wir sollten es besser wissen.

Hält man am Tag der Anlieferung ein Exemplar der druckfrischen Ausgabe stolz in den Händen, um die Texte erstmals „in echt“ zu lesen, fallen einem nach und nach Fehler auf, die trotz eines intensiven Lektorats nie zuvor ein Mensch gesehen hat. Man traut in diesem Moment den eigenen Augen nicht – und es hat den Anschein, als wäre sofort irgendwo ein nicht verortbares, hämisches, lautes Lachen zu hören.

Wir sind uns sicher: Es lacht der fiese Fehlerteufel über uns, der sich höllisch freut, dass unsere Leserin und unser Leser angesichts dieses unentschuldbaren Fauxpas vermuten, dass wir während der Produktion unachtsam und mit unseren Gedanken woanders waren. Der himmlische Wille einer „Null-Fehler-Kultur“ ist ein Wunsch, bleibt aber durch das gnadenlose Wirken des teuflischen Hörnermanns nicht mehr als eine schöne Illusion.

Sollten Sie eklatante Schreibweisen oder fehlende Buchstaben zu bemängeln haben, können wir uns zu unserer finalen Ehrenrettung nur noch mit einem Zitat des großen Michelangelo herausreden, der einst gesagt haben soll:

*„Das Echteste an jedem Menschen sind seine Fehler.“*

Eben.





## Impressum:

<b>Herausgeber &gt;</b>	DKV-Residenz in der Contrescarpe GmbH, Am Wandrahm 40-43, 28195 Bremen, <a href="http://www.dkv-rc.de">www.dkv-rc.de</a>
<b>Gesamtverantwortung&gt;</b>	Sven Beyer
<b>Chefredaktion &gt;</b>	Angela Bauriedl
<b>Redaktion&gt;</b>	Malis Breuel-Steffens, Karin Ellermann
<b>Bildredaktion&gt;</b>	Angela Bauriedl, Reiner Priemel
<b>Creative Direction &amp; Layout&gt;</b>	Angela Bauriedl, Reiner Priemel
<b>Fotografien&gt;</b>	Angela Bauriedl, Margret Falke-Leonhardt, Reiner Priemel, ferner Bilddatenbank pixabay
<b>Druck&gt;</b>	Druckerei Karl Blauth, Inh. Martin Blauth, Delmenhorst
<b>Titelbild&gt;</b>	Seit 2019 steht im Japanischen Garten   <i>botanika</i> : Der Friedensbuddha für Europa - ein Geschenk des Dalai Lama.



[www.dkv-rc.de](http://www.dkv-rc.de)

## HAFTUNG:

Eine Haftung für die Inhalte der Beiträge wird nicht übernommen. Irrtümer und Druckfehler vorbehalten.  
Nachdruck, Kopien oder Vervielfältigung sind nur mit schriftlicher Zustimmung gestattet.  
Für unverlangte Einsendungen wird keine Gewähr übernommen.

**Residenz**<sup>DKV</sup>  
Contrescarpe