

## Mit Spaten und Spitzhacke

Ehrenamtliches Engagement – Wohnstätte Haus Lebenshilfe Herten mit neuem Sinnesgarten

**E** If ehrenamtliche Helfer haben im Rahmen des RWE Companius Projektes Mitte September 2013 den lange brachliegenden 1500 Quadratmeter großen Garten der Wohnstätte Haus Lebenshilfe Herten zu einem Sinnesgarten mit Urlaubs- und Entspannungscharakter umgestaltet.

An vielen Stellen wuchs kreuz und quer, was die Natur herzugeben hatte. Wildwuchs war die Folge. So

**Dank des ehrenamtlichen Engagements konnte folgendes umgesetzt werden:**

- ▶ Fußfühlpfad zum Barfußlaufen mit Materialien: Tannenzapfen, Kies, Steine
- ▶ Kräuterterrasse für die Bewohner im Souterrain zur Verfeinerung der Küche und zum riechenden Wahrnehmen
- ▶ Brunnen mit Steingewächsen zur Entspannung und Beruhigung
- ▶ diverse Blumenbeete und ein Rankbogen zum Wahrnehmen mit den Augen und der Nase
- ▶ Entrümpelung des Kellers
- ▶ Beschneidung der wuchernden Bäume und Sträucher zur Schaffung von Licht und Freiraum
- ▶ Häckseln des anfallenden Geästes, um den Mulch auf den Beeten zu verteilen um Unkrautwuchs zu minimieren



Der Sinnesgarten nimmt Gestalt an. Kleines Bild: Ralph Gröger überreicht das Dankeschön an die ehrenamtlichen Helfer. Fotos (3): B. Heimann

standen für den Ehrenamtstag viele größere und kleinere Projekte an, die gemeinsam von den RWE Companius und den Bewohnern und Mitarbeitern des Haus Lebenshilfe Herten angegangen wurden. Hand in Hand wurde mit Spaten, Spitzhacke und Säge ein Fußfühlpfad zum Barfuß laufen underspüren verschiedener Naturmaterialien geschaffen. Für die Bewohner im Souterrain

wurde eine duftende Oase mit verschiedenen Kräutern und Blumen aus dem überwuchernden Nichts gezaubert. Die Bewohner im Erdgeschoss dürfen sich über eine Brunnenlandschaft aus kleinen Findlingen freuen. Dieses plätschernde Monument strahlt Ruhe und Beständigkeit aus. Auf den gesamten 1500 Quadratmetern wurden Bäume und Sträucher mit Menschenkraft,

Handsäge und Astschere in ihrem Wildwuchs gestutzt. Das Geäst wurde gehäckselt und verhalf beim abschließenden Mulchen der Beete.

### Projekt mit persönlicher Note

Zum krönenden Abschluss gab es Gutes vom Grill mit frischen Salaten und kühlen Getränken an einer gemeinsamen langen Tafel. Hierbei

### INHALT

#### ■ Köln



„Post von ... Bettina Böttinger“: Seit vielen Jahren moderiert sie den „Kölner Treff“ im WDR-Fernsehen, arbeitet als Journalistin, Produzentin und Autorin. Bettina Böttinger privat auf

▶▶ Seite 2

#### ■ Mettmann

Köchin mit großem Herz: Erika Lowsky engagiert sich seit Jahren ehrenamtlich in der Wohnstätte Heiligenhaus im Kreis Mettmann. Porträt und Rezept auf

▶▶ Seite 3

wurde bestaunt, was alles geschaffen wurde. Ehrenamtliches Engagement lohnt sich. In der Vorplanung haben die Mitarbeiter der Wohnstätte Mutterboden, Blumen, einen Rankbogen, Natursteine, zahlreiches Gartenwerkzeug, einen Häcksler, Windspiele, Holzmaterialien geordert, bestellt und eingekauft. Während viele im Garten aktiv waren, haben die Bewohner der internen Tagesstruktur kleine Blumenstecker gebastelt, die als Dankeschön an die ehrenamtlichen Helfer überreicht wurden. Die ehrenamtlichen Helfer der RWE Companius wurden gebeten, Blumenzwiebeln individuell in dem neuen Sinnesgarten zu pflanzen, um dem Projekt ihre persönliche Note für den nächsten Frühling zu geben. bh

## Karneval ist mehr als ein Fest der verrückten Narren

**I**n Kürze ist es so weit. Die Jecken ziehen in ausgefallenen Verkleidungen bützend durch die Straßen. Es regnen Kamelle und Strüßje scheinbar vom Himmel. Jeder ist gut drauf.

Manch Außenstehender mag sich nach dem Sinn fragen. Der Alkohol vernebelt die Sinne und verhilft zur völligen Loslösung aller Normen und Werte.

Dies wird gerne in Kauf genommen, um die Chance zu nutzen aus dem Alltag zu entfliehen. Jeder kann kreativ sein, in eine andere Rolle schlüpfen, sich darin frei entfalten. Das Ausgefallene, die Andersartigkeit steht im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit und wird anerkennend honoriert.

Für die närrischen Bewohner der Wohnstätte Haus Lebenshilfe Herten ist es ein Genuss, sich bunt und



Mit dabei: Michael Brinkhoff und Sina Markus als Winnetou und Apanatschi

glitzernd zu kleiden und sich der fröhlichen Masse zugehörig zu fühlen.

Das gemeinsame Singen der jahrelang bekannten Karnevalslieder stützt das Miteinander und bietet eine feierliche Chance zur kulturellen Teilhabe. So ist es ein großer Bestandteil unserer Kultur die fünfte Jahreszeit zu feiern. bh

## So einfach gelingt ein leckerer Apfelpfannkuchen

**R** einhard Schulz, Koch und Hauswirtschafter bei der Lebenshilfe Wohnen gGmbH NRW im Haus Lebenshilfe Herten. „Seit mehr als zwei Jahren bin ich hier im Haus beschäftigt und möchte Ihnen aufgrund von mehrfacher Nachfrage mein Apfelpfannkuchenrezept vorstellen, das sehr beliebt ist.“

**Zutaten für ca. 16 Stück Apfelpfannkuchen:**

10 Eier, 2 kg Weizenmehl (Typ 405), 2 l fettarme Milch, 5 Pck. Vanillezucker, 2 Pck. Backpulver, 2 Fl.

Orangenbackaroma, 1 Tl. Salz, 300 g Zucker, 2,5 kg Äpfel, Süßstoff nach Geschmack, Mineralwasser bei Bedarf, Zimtucker zum bestreuen

**Zubereitung:**

Eier mit Milch, Vanillezucker, Orangenaroma, Zucker, Salz in eine Rührschüssel geben und mit dem Handmixer kurz

durchrühren. Das Mehl sieben, mit dem Backpulver vermischen und unter die Eiermasse arbeiten. Die Äpfel werden gewaschen, mit Schale geviertelt, entkernt und anschließend mit der Küchenmaschine grob raspelt. Nun die Apfelfaseln unter den Teig heben und ca. 15 Minuten stehen lassen. Der Apfel wird nicht geschält, da die Vitamine und Ballaststoffe erhalten bleiben sollen. Nach Geschmack noch etwas Süßstoff hinzufügen. Sollte der Teig zu dick sein etwas Mineralwasser hinzugeben.



Reinhard Schulz

Die Süßstoffbeigabe erfolgt, um eine Kalorienreduzierung zu erreichen und damit der Pfannkuchen beim Backen nicht so schnell dunkel wird. Jetzt die Pfannkuchen bei ¾ Hitze der Herdplatten in der Pfanne ausbacken. Nun wünsche ich Ihnen viel Erfolg und guten Appetit beim Nachkochen. bh

### Lebenshilfe verbindet

Es gibt viele Möglichkeiten, sich ehrenamtlich zu engagieren. In einem persönlichen Gespräch können wir es ggf. klären. Ehrenamtskoordinatorin: Michaela Kerkhoff, Telefon: (0 23 66) 5 36 84, E-Mail: kerkhoff.michaela@lebenshilfe-nrw.de bh

### IHR KONTAKT VOR ORT

**Bianca Heimann**  
Telefon: (0 23 66) 5 36 84  
E-Mail: Heimann.Bianca@lebenshilfe-nrw.de

### IMPRESSUM SEITE 1

- Herausgeber: Lebenshilfe NRW, Lebenshilfe Wohnen NRW gemeinn. GmbH, Abtstraße 21, 50354 Hürth
- Redaktion: Angela Hansmeier
- Presserechtlich verantwortlich: Hans Jürgen Wagner, Hauptgeschäftsführer, Monika Oncken, Geschäftsführerin
- Ansprechpartnerin: Angela Hansmeier, Haus Lebenshilfe, Meraner Straße 36, 45701 Herten, Telefon: (0 23 66) 5 36 84, E-Mail: hansmeier.angela@lebenshilfe-nrw.de
- Teilaufgabe: 5 000 Exemplare

**Suchen Sie einen guten Werbeplatz, dann rufen Sie uns an:**

Kontakt:  
Angela Hansmeier  
Telefon: (0 23 66) 5 36 84

**Gerne heißen wir Sie in Haus Hammerstein willkommen!**

Seien Sie unser Gast und lassen Sie sich von uns verwöhnen.

[www.haus-hammerstein.de](http://www.haus-hammerstein.de)

Besuchen Sie uns auf **Facebook**

[www.facebook.com/lebenshilfenrw](http://www.facebook.com/lebenshilfenrw)

**Barrierefreie Selbstversorgerhäuser auf Texel und Mallorca**

Preiswerte Belegungen ab 8 Personen

Tel.: 0 22 33 / 93 245 - 41  
gie@lebenshilfe-nrw.de

[www.lebenshilfe-nrw.de](http://www.lebenshilfe-nrw.de)