

Das Leben im Seniorendomizil Haus Sandvoß und im
Seniorenpflegeheim Haus Sandvoß in Elsfleth

Moin Moin!



proSenium
Gruppe

Hauszeitung Ausgabe 1/2019

INHALTSVERZEICHNIS

2	Impressum
3	Vorwort
4	Einblicke - Weihnachtszeit
5	Einblicke - Weihnachtszeit
6	Einblicke - Silvester
7	Einblicke - Wellness
8	Einblicke - Verschiedenes
9	Einblicke - Winterzeit
10	Einblicke - Kohltour
11	Einblicke - Kohltour
12	Wissenskiste
13	Wissenskiste
14	Geburtstage
15	Wir gratulieren
16	Wir gedenken unserer Verstorbenen
17	Ein Gruß aus der Küche
18	Veranstaltungen
19	Veranstaltungen

IMPRESSUM

Herausgeber:

Seniorenheim Haus Sandvoß GmbH
Hafenstraße 2 * 26931 Elsfleth
Tel.: 0 44 04 - 96 190
info@seniorenheim-sandvoss.de
info@seniorenpflegeheim-sandvoss.de
www.seniorenheim-sandvoss.de
www.seniorenpflegeheim-sandvoss.de

MOIN MOIN erscheint vierteljährlich
Auflage: 300
Druck: Unidruck GmbH & Co. KG
Weidendam 19 * 30167 Hannover

Redaktion: Britta Rugen, Gabriele Schwarz,
Xenia Jungmann, Anna-Theresa Max, Cornelia
Putzke-Lips, Jolene Steindorff



*„Gib jedem Tag die Chance, der
schönste deines Lebens zu werden.“*

Mark Twain

**Liebe Bewohnerinnen, liebe Bewohner,
liebe Leserinnen, liebe Leser,**

wir freuen uns, Ihnen unsere erste Ausgabe der Hauszeitung im neuen Jahr präsentieren zu dürfen.

Das Jahr ist bereits mit ein paar tollen Veranstaltungen in unseren Einrichtungen gestartet, wie unserer Kohltour und es wurden kleinere Ausflüge, wie beispielsweise zum REWE-Markt in Elsfleth gemacht.

Natürlich sind auch in diesem Jahr weitere Aktionen geplant, von denen wir Ihnen in den kommenden Ausgaben berichten werden.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Stöbern und einen tollen Start in den Frühling.

Herzliche Grüße

Gabriele Schwarz & Britta Rugen



Gabriele Schwarz



Britta Rugen

Kleiner Weihnachtsmarkt im Foyer

Am 14. Dezember fand im Foyer des Seniorenheim Sandvoß ein kleiner Weihnachtsmarkt statt. Unter Mithilfe einer Angehörigen haben die Betreuungskräfte das Foyer weihnachtlich hergerichtet. Es gab einen Punschstand, einen Waffelstand, einen Stand mit handgemachten Weihnachtskarten und weihnachtlicher Deko und einen Stand zum Basteln von Weihnachtsgestecken. Im Hintergrund lief Weihnachtsmusik und im ganzen Haus duftete es nach Waffeln. Die Bewohner fanden es sehr gemütlich und bald waren alle Stühle im Foyer besetzt. Viele bastelten sich ein Weihnachtsgesteck für ihr Zimmer. Zum Abschluss haben wir noch Besuch vom evangelischen Kindergarten bekommen. Mit über 30 Kindern haben wir in großer Runde gemeinsam Weihnachtslieder gesungen und alle waren begeistert. Für die leuchtenden Kinderaugen gab es noch eine Waffel bevor es zum Kindergarten zurückging.



Weihnachtsstunde an Heiligabend



Dieses Jahr sollte die jährliche Weihnachtsfeier in unseren Einrichtungen einmal anders stattfinden. Ein spontaner Einfall brachte die Idee, diese direkt am 24. Dezember zu veranstalten. Dies wurde in die Tat umgesetzt. An Heiligabend wurden alle Bewohner zu einer gemütlichen Weihnachtsstunde im Café eingeladen. Auch Angehörige die zu Besuch waren, haben sich im Café miteingefunden. Es wurden zusammen Lieder gesungen, Punsch getrunken, eine Weihnachtsgeschichte vorgelesen und natürlich Geschenke verteilt. Beim Verteilen der Geschenke hatten wir tatkräftige Unterstützung von drei kleinen Weihnachtsengeln. Mit Kartoffelsalat und Würstchen haben wir die Weihnachtsstunde langsam ausklingen lassen.



Einen guten Rutsch

Am Silvestertag gab es am Rathausplatz die Chance, eine neue Sportart zu lernen: das Mützenwerfen wurde uns nahegebracht. Die meisten Punkte erzielte eine Bewohnerin und wurde so unsere „Mützenkönigin“! Zu ihren „Ritterinnen“ wurden zwei weitere Bewohnerinnen geschlagen.

Am Abend ließen wir es auch hier gerne ein bisschen knallen. Auf den Wohnbereichen wurden für die Bewohner große Wunderkerzen auf dem Balkon gezündet und nach dem Abendbrot gab es draußen ein großes Feuerwerk. Die Bewohner konnten aus den Fenstern zuschauen oder direkt in den Garten kommen. Zum Anstoßen gab es Sekt und für alle einen Glückskeks mit guten Wünschen für das Jahr 2019!!!



Wellness - Entspannung pur

Wenn unsere Betreuung Handbäder und -massagen anbietet, wird dies von unseren Bewohnern gern angenommen. Mit stimmungsvoller Beleuchtung und Musik - Entspannung pur! Auch unsere Männer lassen sich da gern verwöhnen.

Bei Handmassagen und netten Gesprächen konnten sich die Bewohnerinnen verwöhnen lassen. Wer mochte, konnte sich die Fingernägel modisch lackieren lassen.



Frühlings-Vorbereitungen

Wir befinden uns zwar noch in der kalten Jahreszeit und es schneit teilweise sogar, aber die Betreuungskräfte denken schon an den bevorstehenden Gartenmarkt im Frühling. Es wurden Bewohner aktiviert um zugesägte Holzbretter gemeinsam zu schmirgeln und für ein Vogelhaus vorzubereiten. So weht schon ein leichter Hauch von Frühling ins Haus.



Kartoffelschälen

Gemeinsam kartoffelschälen – das fördert zum Einen die Feinmotorik. Zum Anderen ist es gesellig und aus der biografischen Alltagspraxis vertraut. Außerdem schmecken die selbst geschälten Kartoffeln am besten! Und keine(r) schält so schnell, wie unsere Bewohnerinnen und Bewohner – bewundernswert!



Oh, du wunderbare Winterzeit...

Susanne Makdissi überraschte die Bewohnerinnen und Bewohner des Seniorenheim Sandvoß am Nachmittag des 6. Februar 2019 mit einer Vorlesestunde zum Thema „Winter“. Der große Tisch in der guten Stube war dekorativ in eine weiße, glitzernde und funkelnde Winterlandschaft verwandelt worden.

Im Mittelpunkt dieser Stunde stand der kleine Eisbär „Mo“, dessen Gattung zunächst in einem kurzen Steckbrief vorgestellt wurde. Der neugierige Mo hatte die Ruhepause seiner Mutter genutzt und sich von ihr entfernt, um einen Spielkameraden zu finden. Bei dieser Suche traf er die Seerobbe „Robin“ und freundete sich mit ihr an. Robin vertrieb Mo die Langeweile, bis die Eisbärenmutter ihren kleinen Ausreißer wieder glücklich in die Arme schließen konnte.

Viele schöne Gedichte über den Schnee und Eiskristalle wurden danach vorgetragen. Besonderen Gefallen fanden die Zuhörer an der Kurzgeschichte „Der eingebildete Eiszapfen“, der im Dialog mit der Sonne vor sich hin tropfte bis er spurlos verschwand (Verfasser: E. Bräunling“. Die Runde wurde zwischendurch mit ein paar Rätseln zum Nachdenken angeregt, z.B. „Wer sind die Schmetterlinge des Winters?“ Für die Lösung wurde nicht lange überlegt, denn die „Schneeflocken“ fielen den meisten spontan ein.

Auch wenn dieser Winter bisher hauptsächlich aus Wind, Kälte und Regen bestand, war die weiße Pracht allen direkt vor Augen geführt und die Jahreszeit fassbar und spürbar in die gute Stube hineingeholt worden. Mit dem Lied „Schneeflöckchen Weißröckchen“ endete die muntere Vorlesestunde, die viele schöne Eindrücke hinterließ und so manche Erinnerung weckte.



Kohltour plus Regen = Kohl-Olympiade

Am 07. Februar fand wieder die alljährliche gemeinsame Kohltour der beiden Häuser statt. Gastgeber war dieses Jahr das Seniorendomizil Haus Sandvoß.

Zwei Tage vorher wurde intensiv die Wettervorhersage beobachtet. Die Aussichten sprachen sich aber nicht für eine Tour aus. Es sollte Regen geben und so wurde sich vermehrt auf die geplante Alternative konzentriert. Am Tag der Kohltour wurde morgens entschieden die Veranstaltung in den Heye-Saal zu verlegen und das ganze eine Kohlolympiade zu nennen. Die Bewohner und Betreuungskräfte beider Häuser fanden sich dort ein und es wurde mit instrumentaler Unterstützung fröhliche Lieder gesungen, amüsante Geschichten erzählt und natürlich Spiele gespielt. Von Dosen werfen über Bowling, Shuffleboard und einem Würfelspiel war alles dabei.

Die Stimmung war ausgelassen und jeder kam zu seinem Recht. Irgendwann stellte sich bei den ersten der Hunger ein und wir wechselten zum Grünkohllessen ins Café. Dort gab es für alle eine riesige Portion Grünkohl mit allem Drum und Dran.

Zum Schluss wurde noch das diesjährige Grünkohlpaar geehrt. Die Grünkohlkönigin kommt aus dem Seniorendomizil und der Grünkohlkönig aus dem Seniorenpflegeheim.

Wir sagen: Herzlichen Glückwunsch!



EINBLICKE - KOHLTOUR



Enneagramm

Im Umgang mit Menschen ist es hilfreich, das eigene und das Verhalten anderer einordnen und interpretieren zu können. Auf dem Weg hilfreiche Umgangsformen mit an Demenz erkrankten Menschen zu erhalten, stelle ich Ihnen heute die Typenlehre des Enneagramms vor.

Das Enneagramm erklärt die Struktur der eigenen Persönlichkeit, ermöglicht Verhaltensmuster zu erkennen und die Dynamik in Beziehungen mit anderen zu verstehen. Jeder Typ des Enneagramms hat ein einzigartiges Set an typspezifischen Überzeugungen und Verhaltensweisen sowie Eigenschaften und Kompetenzen.

Diese neun grundverschiedenen Wahrnehmungsstile prägen, wie wir denken, d. h. was unsere Aufmerksamkeit bindet, wie wir fühlen, d. h. was uns berührt und wie wir uns in bestimmten Situationen verhalten, d. h. typbedingt tun oder lassen

Seine Bezeichnung kommt aus dem griechischen (ennea = Neun, gramma = Zeichen oder Figur) und es beschreibt neun Persönlichkeitstypen.

Das Enneagramm beschreibt die Ausprägung, die Entstehung und die Wege zur Reife der neun Persönlichkeitstypen. Die Persönlichkeitsmuster sind anstelle von Namen mit Zahlen versehen, um eine mit Namen verbundene positive oder negative Assoziation auszuschließen. Jeder Typ ist so wertvoll und wichtig wie ein anderer und alle zusammen stellen die Gesamtheit menschlicher Wahrnehmungs- und Reaktionsmöglichkeiten dar.

Die Reduktion menschlichen Verhaltens auf eine begrenzte Anzahl von Charaktermerkmalen hat es mit vielen anderen Typologien gemeinsam. Alle Typologien haben den Nachteil, dass sie die Einmaligkeit, Originalität und Besonderheit des einzelnen vernachlässigen. Deshalb wird dem Enneagramm oftmals mit großen Vorbehalten begegnet. Die Gefahr, sich und andere zum Beispiel in die Schublade eines bestimmten Tierkreises zu zwingen und auf diese Weise ein für alle Mal zu zementieren, ist gegeben.

Das Besondere des Enneagramms im Vergleich zu anderen Typologien liegt in seinem Variantenreichtum und seiner im Modell enthaltenen Dynamik.

Die 3 Hauptenergiezentren im Enneagramm

Mit der Welt sind wir durch unsere Instinkte, unser Denken und Fühlen in Verbindung. Das bedeutet, dass wir das Leben auf unterschiedliche Weise erfahren. Dennoch können wir im Allgemeinen von drei Bewusstseinsformen sprechen: physisch, emotional und mental. Wir alle haben Zugang zu diesen drei Bewusstseinsformen. Aufgrund unserer Persönlichkeit zeigen wir eine Vorliebe für einer der drei Möglichkeiten.

Die neun Typen des Enneagramms verteilen sich auf diese 3 Gruppen, die auch als Zentren bezeichnet werden.

Kopf - Das intellektuelle Zentrum

Das Kopf-Zentrum ist Sitz der mentalen Intelligenz. Kopf-Typen neigen dazu sich dem Leben rational, denkend zu nähern. Sie haben eine lebendige Vorstellungskraft und ein ausgeprägtes Vermögen, Gedankenbilder zu analysieren und miteinander in Verbindung zu bringen. Sie erfahren die Welt als einen überwältigenden, beängstigenden und begrenzenden Ort. Kopf-Typen kennen starke Emotionen, die sie nur schwer zum Ausdruck bringen können. Die primäre Emotion ist Angst und der primäre Gedanke ist Misstrauen.

Sie haben ein starkes Bedürfnis nach Sicherheit und Orientierung. Ihre Grundthemen sind Angst, Unsicherheit und Misstrauen. Ihre Grundenergien sind Wahrnehmungs- und Denkfunktionen. Kopf-Menschen sind sich ihres Körpers nur selten bewusst.

Herz - Das emotionale Zentrum

Das Herz-Zentrum ist der Sitz der emotionalen Intelligenz. Im Herz-Zentrum erfahren wir die Gefühle, die wortlosen Empfindungen, die uns mitteilen, wie wir uns fühlen. Herz-Typen bewegen sich mittels Beziehungen durch die Welt. Sie nehmen die Bedürfnisse und Stimmungen anderer schnell wahr und reagieren darauf. Sie sind stark auf die sie umgebende Welt ausgerichtet, für sie ist es wichtig, andere zu verstehen und für andere da zu sein. Es dreht sich alles um Gefühle, Emotionen und Beziehungen. Die Anerkennung durch andere ist für sie sehr wichtig. Die primäre Emotion ist Verdruss und der primäre Gedanke ist Gefallen wollen. Sie haben ein starkes Bedürfnis nach Wertschätzung, Anerkennung und Zugehörigkeit. Ihre Grundenergien sind emotionale Qualitäten mit denen sie Beziehungen zu anderen Menschen herstellen. Herz-Menschen haben oft Schwierigkeiten mit dem logischen Analysieren von Emotionen.

Bauch - Das motorische Zentrum

Das Bauch-Zentrum ist der Sitz unserer intuitiven Intelligenz, mit der wir unser körperliches Sein wahrnehmen. Bauch-Typen nehmen vor allem über ihren Körper wahr. Sie reagieren instinktiv, schnell und direkt. Sich gut zu fühlen ist für sie wichtig, deshalb wird ihr Handeln und Denken in hohem Maße davon bestimmt, wie sie sich fühlen. Sie haben Mühe damit, sich an vorgegebene Muster und Verhaltensweisen anzupassen und geben am liebsten selbst den Ton an. Macht und Kontrolle zu haben spielen eine bedeutende Rolle im Leben.

Für sie ist es schwer von anderen abhängig zu sein. Geduld ist bei Bauch-Typen kaum vorhanden. Dafür stehen Ehrlichkeit und Gerechtigkeit bei ihnen hoch im Kurs. Die primäre Emotion ist Wut und der primäre Gedanke Kontrolle. Sie haben ein starkes Bedürfnis nach Autonomie und Respekt. Ihre Grundenergien sind vitale instinktive Impulse, die helfen das eigene Revier zu verteidigen. Bauch-Menschen tun sich schwer mit dem Erfahren und Ausdrücken ihrer Gefühle.

*Herzliche Grüße
Annegret Bittner*

Wir gratulieren ganz herzlich unseren Jubilaren



Uwe Schumacher
geb. 25.02.1945

Gerd Ripken
geb. 26.02.1928

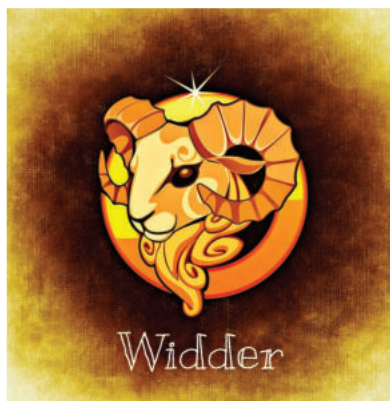
Maria Möllmann
geb. 27.02.1929

Karin Suhr
geb. 28.02.1932

Irmgard Höeljes
geb. 03.03.1939

Dieter Wilkens
geb. 05.03.1938

Charlotte Pätzhold
geb. 16.03.1922



Horst Essing
geb. 25.03.1952

Aenne Redeker
geb. 25.03.1923

Jenny Nowski
geb. 29.03.1926

Christiane Seyen
geb. 01.04.1929

Gerda Duhr
geb. 01.04.1932

Irmgard Kuhlmann
geb. 04.04.1927

Harald Braue
geb. 09.04.1949

Helene Schneider
geb. 12.04.1924

Petra Wachtendorf
geb. 20.04.1962



Eleonore Focke
geb. 23.04.1929

Inge Zühlsdorf
geb. 23.04.1929

Hannelore Spill
geb. 03.05.1936

Reinhard Heinemann
geb. 05.05.1938

Annegret Wolf
geb. 06.05.1929

Gisela Zenker
geb. 16.05.1934

Almut Bruns
geb. 17.05.1935

Gertrud Kleen
geb. 18.05.1934

Irmtraud Michelsen
geb. 20.05.1937

Erfolgreicher Abschluss als Pflegedienstleitung!



Tatjana Jungmann ist schon viele Jahre im Seniorenpflegeheim als Pflegefachkraft und Hygienebeauftragte tätig.

Vor 2 Jahren wurde sie dann gefragt, ob sie sich vorstellen könnte, als stellvertretende Leitung im Haus zu fungieren. Um diese Aufgabe gut zu bewältigen, benötigt man neben der Unterstützung im Team, der Leitung und der Geschäftsführung, eine gute Fachweiterbildung.

Tatjana hat diese Weiterbildung jetzt mit einer Prüfung abgeschlossen und natürlich bestanden!

Wir gratulieren herzlich und freuen uns weiter auf die Zusammenarbeit mit ihr!



WIR NEHMEN ABSCHIED VON

November

Ronald Heinold 26.11.2018
Gerhard Brucksch 27.11.2018
Heinz Malchow 27.11.2018

Dezember

Herta Henke 01.12.2018
Helga Kuck 09.12.2018

Januar

Friedrich Stühmer 07.01.2019
Elfriede Klausling 26.01.2019
Eduard Harms 28.01.2019
Wilma Grotheer 04.02.2019
Rosemarie Büsing 12.02.2019

„Wenn ihr mich sucht, sucht mich in euren Herzen. Habe ich dort einen Platz gefunden, werde ich immer bei Euch sein.“

Antoine de Saint-Exupéry

Curry-Kokospfanne

Zutaten:

1 Pckg, Schupfnudeln oder Gnocchi
1 Zucchini
2 Paprika
1 Zwiebel
2 EL Öl (Walnuss oder Olivenöl)

1 Dose Kokosmilch (400 ml)
1 EL Currypaste (rot)
Gewürze: Salz, Pfeffer,
Curry, Paprika edelsüß



Zubereitung:

Schupfnudeln oder Gnocchi 5 Minuten im Kochtopf köcheln lassen.

Nebenbei Zucchini, Paprika waschen und in Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen und klein schneiden.

Öl erhitzen, Zucchini, Paprika und Zwiebeln kurz anbraten. Kokosmilch mit Currypaste hinzufügen und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Dann die gekochten Schupfnudeln oder Gnocchi hinzugeben und weitere 5 Minuten köcheln lassen.

Mit Gewürzen Salz, Pfeffer, Curry und Paprika edelsüß abschmecken.



Guten Appetit!

Tag	Zeit	Veranstaltung
MÄRZ		
01.03.+02.03.	19:30 Uhr	„Alles op Anfang“ Theater mit „De Moordüvels“ Veranstalter: De Moordüvels Moorriem Ort: Eckflether Kroog, Eckfleth 31, 26931 Elsfleth
04.03.	20:00 Uhr	NABU-Gruppentreffen Veranstalter: NABU-Ortsgruppe Elsfleth Ort: Begegnungsstätte der Katholischen Kirchengemeinde Elsfleth, Bismarkstraße 9, 26931 Elsfleth
05.03.	15:00 Uhr	Seniorentreffen im Bürgerhaus Sandfeld Veranstalter: Bürgerverein „Rund um Sandfeld“ e.V. Ort: Bürgerhaus Sandfeld, Sandfeld 21, 26931 Elsfleth
08.03.	19:00 Uhr	Maritimer Abend in der Kogge Veranstalter: Restaurant & Hotel Kogge Elsfleth Ort: Rathausplatz 7, Elsfleth
10.03.	17:00 Uhr	Gospelkonzert mit dem Chor Bremerhaven und Vivian Glade Veranstalter: Ev-luth. Kirchengemeinde, Elsfleth Ort: Gemeindehaus der ev. Kirche Elsfleth, Nicolaiplatz 3, 26931 Elsfleth
19.03.	19:00 Uhr	„Die Entwicklung der Traditionsschiffahrt in Deutschland am Bsp. des Dampf-Eisbrecher Stettin“ Veranstalter: Nautischer Verein Niedersachsen 1865 Ort: Restaurant & Hotel Kogge Elsfleth, Rathausplatz 7, 26931 Elsfleth
APRIL		
08.04.	20:00 Uhr	NABU-Gruppentreffen Veranstalter: NABU-Ortsgruppe Elsfleth Ort: Begegnungsstätte der Katholischen Kirchengemeinde Elsfleth, Bismarkstraße 9, 26931 Elsfleth
16.04.	19:00 Uhr	NABU-Gruppentreffen Veranstalter: NABU-Ortsgruppe Elsfleth Ort: Begegnungsstätte der Katholischen Kirchengemeinde Elsfleth, Bismarkstraße 9, 26931 Elsfleth
19.-21.04.	15:00 bis 18:00 Uhr	„Sirene I - Geschichten vom Meer“ Kunstaussstellung Veranstalter: Galerie Deichreich Ort: Galerie Deichreich, Deichstraße 6, 27804 Berne-Ohrt
26.-28.04.	15:00 bis 18:00 Uhr	„Sirene I - Geschichten vom Meer“ Kunstaussstellung Veranstalter: Galerie Deichreich Ort: Galerie Deichreich, Deichstraße 6, 27804 Berne-Ohrt

Tag	Zeit	Veranstaltung
APRIL		
30.04.	18:30 Uhr	Maibaumsetzen auf dem Rathausplatz Veranstalter: Touristik-Information Elsfleth Ort: Rathausplatz, Rathausplatz, 26931 Elsfleth
30.04.	19:00 bis 23:00 Uhr	Musikalische Abendfahrt Großherzogin Elisabeth Veranstalter: Schulschiffverein Großherzogin Elisabeth Ort: Zustieg an der Kaje, An der Kaje, 26931 Elsfleth
MAI		
01.05.		Tagesfahrt mit der Großherzogin Elisabeth Veranstalter: Schulschiffverein Großherzogin Elisabeth Ort: Zustieg an der Kaje, An der Kaje, 26931 Elsfleth
03.-05.05.	15:00 bis 18:00 Uhr	„Sirene I - Geschichten vom Meer“ Kunstaussstellung Veranstalter: Galerie Deichreich Ort: Galerie Deichreich, Deichstraße 6, 27804 Berne-Ohrt
06.05.	20:00 Uhr	NABU-Gruppentreffen Veranstalter: NABU-Ortsgruppe Elsfleth Ort: Begegnungsstätte der Katholischen Kirchengemeinde Elsfleth, Bismarkstraße 9, 26931 Elsfleth
10.-12.05.	15:00 bis 18:00 Uhr	„Sirene I - Geschichten vom Meer“ Kunstaussstellung Veranstalter: Galerie Deichreich Ort: Galerie Deichreich, Deichstraße 6, 27804 Berne-Ohrt
17.-19.05.	15:00 bis 18:00 Uhr	„Sirene I - Geschichten vom Meer“ Kunstaussstellung Veranstalter: Galerie Deichreich Ort: Galerie Deichreich, Deichstraße 6, 27804 Berne-Ohrt
24.-26.05.	15:00 bis 18:00 Uhr	„Sirene I - Geschichten vom Meer“ Kunstaussstellung Veranstalter: Galerie Deichreich Ort: Galerie Deichreich, Deichstraße 6, 27804 Berne-Ohrt
26.05.	17:00 Uhr	Autoharp-Sänger Alexander Zindl Veranstalter: Ev-luth. Kirchengemeinde, Elsfleth Ort: Gemeindehaus der ev. Kirche Elsfleth, Nicolaiplatz 3, 26931 Elsfleth

*Viel Spaß beim Lesen und Stöbern in der „Moin Moin!“
wünscht Ihnen das Team der Anker Apotheke in Elsfleth:*



ANKER-APOTHEKE

Apothekerin

MAIKE MAAS-BODE e.Kfr.

Fachpraktikerin für Ernährung und Vitalstoffe
Naturheilkunde und Homöopathie

DR. HARTMUT BODE

**Wissenschaft, Naturheilkunde
und Homöopathie unter einem Dach**



Steinstraße 25 · 26931 Elsfleth

Tel. 0 44 04/21 89 · Fax 0 44 04/17 25

www.apotheke-elsfleth.de