

# LEBENS ZEIT<sup>online</sup>

Seniorenzentrum  
Arndtstraße

Februar 2026

Arndtstraße 19 | 14943 Luckenwalde



## Hoffnungsvoll ins neue Jahr



Glühwein und Feuer halten warm

Nach den Raunächten haben wir im *Seniorenzentrum Arndtstraße* das neue Jahr 2026 gemeinsam und voller Zuversicht begrüßt. Trotz knackiger Kälte ließen es sich zahlreiche Bewohnerinnen und Bewohner, Mieterinnen und Mieter des Betreuten Wohnens sowie Gäste aus der Tagespflege nicht nehmen, am 12. Januar beim Neujahrsempfang dabei zu sein.



Der *Senioren-Nachbarschaftsheim e. V.* lud zu einem gemütlichen Beisammensein bei Glühwein, Bratwurst und wärmender Feuerschale ein. Der Holzkohlegrill spendete zusätzliche Wärme, während fröhliche Musik für eine heitere Stimmung sorgte. In geselliger Runde wurde gelacht, erzählt und gemeinsam das neue Jahr willkommen geheiß.



Gute Wünsche gehen in die Luft

Ein besonderer Höhepunkt war das gemeinsame Steigenlassen der Luftballons: Mit persönlichen Wünschen und Hoffnungen für 2026 stiegen sie symbolisch in den Himmel – ein Moment voller Zuversicht und Gemeinschaft.

Wir heißen das Jahr 2026 herzlich willkommen und wünschen all unseren Bewohnerinnen und Bewohnern, Mieterinnen und Mietern, Gästen sowie unseren engagierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ein gesundes, friedvolles und glückliches neues Jahr.

Michael Pichotta

## Sicher und fit durch den Winter

So schön eine verschneite Landschaft auch sein mag, der Winter bringt durch Kälte, Schnee, Eis und frühe Dunkelheit erhöhte Risiken für Gesundheit und Sicherheit mit sich. Besonders rutschige Wege können zu Stürzen führen, weshalb **rutschfestes Schuhwerk**, vorsichtiges Gehen und **regelmäßige Sicherheitschecks von Rollatoren** im Winter besonders wichtig sind. **Helle Kleidung und Reflektoren** an Jacken, Taschen oder Gehhilfen verbessern zusätzlich die Sichtbarkeit im Straßenverkehr erheblich. Bewusstes **Nutzen von Tageslicht**, etwa durch Erledigungen am Vormittag oder kurze Spaziergänge, unterstützt den Vitamin-D-Haushalt und das Wohlbefinden.

**Warme Kleidung im Zwiebellook** schützt vor Kälte und erlaubt flexible Anpassung. Auch ausreichendes Trinken, im Winter oft unterschätzt, sowie vitaminreiche Ernährung, Bewegung an der frischen Luft und genügend Schlaf stärken das Immunsystem.

Patricia Kubick



## Sitzung des Kreissenorenbeirats Teltow-Fläming im Seniorenzentrum Arndtstraße 19



Alle geladenen Gäste der Veranstaltung am 28.1.2026 in der Tagespflege Haus Leopold.

Am 28.1.2026 kamen in diesem Jahr zum ersten Mal der *Kreissenorenbeirat TF* zusammen. *Lutz-Peter Anton*, Vorsitzender des Beirats lud ein und hatte wichtige Tagesordnungspunkte für diesen Termin vorbereitet. Neue Projekte wurden vorgestellt, es gab Berichte aus dem Kreishaus und aus dem Landessenorenrat aber auch aktuelle Infor-

mationen zur *32. Brandenburgischen Seniorenwoche 2026* und dem Status der beantragten Zuwendungen. *Herr Zeiler*, Diakonie, stellte das Projekt „Bildung ein Leben lang - kompetent bis ins Alter“ vor. Der Vorstand des *Senioren-Nachbarschaftsheim e. V.* nutzte die Gelegenheit, um sich kurz vorzustellen und gewährte einen Einblick in die Arbeit des *SNH e. V.*

Gritt Wehnelt Khosa



Die Mitarbeiterinnen des *Café am Weichpfuhl* sorgten für das Kulinarische.