



# TG Bote

Ausgabe Juli 2017

Nahrung für Leib und Seele

*Die Küche von Laurenz Lambertz*

Seite 2

Vier Jahreszeiten als Tanz

*Tanzworkshop von Luisa Ahrens*

Seite 6

Tintentropfen werden Worte

*Kreative Schreibwerkstatt*

Seite 8

Der grüne Salat mit einem pikanten Dressing steht schon auf dem Tisch. Laurenz Lambertz, seit drei Jahren mit Begeisterung Koch in der TG, erhitzt die mit Schafskäse gefüllten Teigblätter. Sein fleißiger Gehilfe Maik rührt in einer großen Schüssel den Nachtisch an, Sahnejoghurt mit Aprikosenmus.

„Das, was wir essen, hat Einfluss auf unsere Psyche“, da ist sich Laurenz Lambertz sicher. Seit drei Jahren erfreut sich die TG an seinen leckeren und gesunden Gerichten. Selbstverständlich gibt es immer auch eine vegane und vegetarische Variante. „Ein Muss ist Getreide“, sagt der erfahrene Küchenchef. Er schwört auf eine ausgewogene makrobiotische Ernährung. Fettarm und ballaststoffreich, hat sie ihren Schwerpunkt auf Reis, Hirse, Hafer, Weizen, Mais, Gerste und



Maik rührt die Aprikosencreme an



Laurenz Laurenz

frischem Gemüse. Ohne Weißmehl und Zucker werden die Speisen zubereitet. „Da bin ich stur“, sagt Laurenz Lambertz und guckt auch ganz ernst, obwohl er sonst immer gern einen Scherz auf den Lippen hat. „Manch einer mag das vielleicht nicht, aber das verstehe ich auch als Fürsorgepflicht.“ Maik als Küchenhelfer ist von Anfang an dabei. Erst hatte er noch andere Beschäftigungen auf dem Hof, jetzt ist er mit ganzer Kraft an Laurenz Seite. Wenn der seine lockeren Sprüche macht, hat Maik auch seinen Spaß.

Für die TG war Laurenz Lambertz ein Riesenglücksfall. Als er anfang im Mai 2014, war Not am Mann. Die tragende Säule der TG-Küche, Hans Tobeck, war erkrankt. Laurenz übernahm erst eine Wochenendvertretung, und kam dann ganz, weil sein Vorgänger leider verstarb. „Innerhalb von fünf Minuten musste ich mich auf die neue Situation einstellen“, erzählt Laurenz, „ich fand aber alles gut vor in Hans Tobecks Küche.“ Die Lieferanten

kannte er, und wusste, wie die Absprachen mit ihnen getroffen werden. Zuvor hatte er in der Waldorfschule Walsrode gekocht, später in einem Tagungshotel und war glücklicherweise gerade abkömmlich, als die Anfrage der TG kam.

Laurenz ist Autodidakt, er hat zwei Prüfungen mit Erfolg abgelegt, für die er sich das Fachwissen selber angeeignet hat. Als Einzelhandelskaufmann - er führte sieben Jahre lang ein Naturkostgeschäft in Hamburg - und als Koch.



Die fertige Aprikosencreme



Sina deckt den Tisch

In seiner Freizeit ist Laurenz gern mit seinen Kindern zusammen - sieben sind es an der Zahl. Die Jüngste, Freya, ist drei Jahre alt. Ausser Lesen und „Werkeln“, wie er sagt, spielt er Klavier, ebenfalls im Selbststudium erlernt und singt in der Kantorei und im Kammerchor Walsrode.

Christiane Tietjen

Was geht uns, die Tragende Gemeinschaft in Kirchlinteln, eigentlich die Elternstiftung an? Wenn wir nicht direkt an die TG spenden wollen, können wir schließlich auch eine Spende über den neuen „Förderkreis anthroposophischer Einrichtungen im Landkreis Verden (Aller) e.V.“ leiten - so könnten Eltern, Freunde, Mitarbeiter der TG denken oder fragen. Sie wissen dann nicht, dass;

1. die TG schon seit 15 Jahren regelmäßig Zuwendungen der Elternstiftung erhält für Anschaffungen, Ferien- und Studienfahrten und die individuelle Unterstützung von Bewohnern

2. Eltern oder Mitarbeiter der TG schon seit 2002 im Kuratorium mitarbeiten

3. die Elternstiftung eine Gründung von Eltern ist, die das Gründungskapital aufbrachten und den Wunsch hatten, durch weitere Zustiftungen ein großes Vermögen zu bilden, um die lebenslange Heimat und qualifizierte Betreuung und Förderung der Bewohner und damit auch ihrer Kinder aus den Erträgen des Stiftungsvermögens sicher zu stellen

4. eine Stiftung ein rechtlich selbständiges Vermögen ist, das vermehrt und gesichert wird durch Zustiftungen und in seiner Substanz zu erhalten ist. Die Erträge, vermehrt durch Spenden, Legate, Kranzablöse etc., werden für die Stiftungsaufgaben durch einen Vorstand und ein Kuratorium vergeben.

Die Elternstiftung wirbt auch dafür, dass Eltern oder Verwandte ein so genanntes Behindertentestament machen, in dem sie den Bewohner zum Vorerben, die Elternstiftung als Nacherben einsetzen. Ein Testamentvollstrecker sorgt dann dafür, dass der Vorerbe die Erträge der Vorerbschaft nach Weisung der Erblasser erhält und das Sozialamt auf die Erbschaft keinen Zugriff hat. So kann evtl. später nach dem Tode des Vorerben das Vermögen der Stiftung weiter wachsen und den



Therapeutisches Reiten

Bedürfnissen behinderter Menschen dienen. Die in Vorstand und Kuratorium tätigen Vertreter der Lebensorte (neben der TG noch der Parzivalhof, der Johannishag und das Niels-Stensen-Haus) und ehrenamtlich tätige Mitarbeiter und Freunde sorgen neben der Anlage und Verwaltung der Gelder für die Bearbeitung der Anträge auf Unterstützung. Mit Vorträgen von Fachleuten will die Stiftung besonders zum Thema Behindertentestament aufklären. Sie sehen also, dass der Förderkreis zur Durchleitung aktueller Spenden gedacht ist, dass aber die Aufgabe der Elternstiftung in erster Linie die langjährige Sicherung der Lebensqualität der Bewohner ist. Ihre Hilfe ist uns sehr willkommen – Mitarbeit, Zustiftung, Spende, Werbung.

Weitere Informationen erhalten Sie jederzeit vom geschäftsführenden Vorstand:  
Sunhild Kufferath, Sangerhauserstraße 7,  
28329 Bremen, Telefon 0421-490048 und  
Mail: S.Kufferath@gmx.de

Hans-Jürgen Nölle

Es gibt einen neuen Bewohner, er heißt **Philipp Becker**, wohnt im Bunkenhof und kommt aus Bonn von der Freien Martinsschule.

**Anja Jahnke** ist neue Hausleiterin im Oelfkenhof



Philipp Becker

Die Neue Werkstatt hat ihren endgültigen Namen und heißt jetzt Kreativwerkstatt, die Leiterin ist Ute Keller. Sie ist froh, seit Januar eine feste Gruppe mit Bewohnern und geregelten Abläufen zu haben. Dort wird unter anderem Stoff bedruckt und Pappmaché hergestellt. In der angrenzenden schönen, großen Küche werden Kekse gebacken und an die Häuser verteilt. Auch Socken aus der Wäscherei holen und zusammen legen gehört zu den Aufgaben. Lustig ist, die fertigen Paare in die Körbe zu werfen!



Stoffdruck aus der Kreativwerkstatt

## Mitgliederversammlung

Kay von Olshausen berichtet, die TG sei aus Sicht des Vorstands zur Zeit in einer positiven Situation. Die Supervision Katrin von Kamens, die Bewerbung vieler Azubis und Praktikanten, die Wahl von Jerken Ahrens als Qualitätsbeauftragter, der in jedem Haus einen Ansprechpartner hat.

Renate Rosenthal fügte einige Punkte hinzu: die Johannifeier 2016, die Klausurtagung des Vorstands, die Fahrten zu den Demos (Bundesteilhabegesetz) nach Hannover und Berlin, der Schafwinkeler Markt, der Begegnungstag zum Thema „Loslassen“ und das Christgeburtsspiel.

Die Gründung der Schreibwerkstatt (wir berichten in diesem Heft), unter anderem die

Angebote von Klangmassagen, Eurhythmie und Hundetherapie. Der Vorstand wurde in derselben Besetzung neu gewählt.

## Save the date

Am 14. Oktober von 13 bis 17 Uhr findet wieder ein Begegnungstag für Angehörige und Mitarbeiter statt mit den Moderatoren Christiane Döring und Jochen Berghöfer, bei dem die Kommunikation untereinander im Mittelpunkt steht.

## Vier Jahreszeiten als Tanz

Jeden Montag treffen sich Anne, Sina, Imke, Niklas, Sibylle, Mathilda, Ralf, Heike, Maik und Babara mit Luisa Ahrens zur Gymnastikgruppe. Die Stunde beginnt mit einem Lied, zu dem alle im Kreis stehen und sich mit einem Jonglierball bewegen. Nun klärt Luisa Ahrens mit den Betreuten, ob Sie mit ihr den vorher eingeübten Tücher-Tanz,



Niklas und Maik ...



... haben Spaß ...



der die vier Jahreszeiten darstellt, vorführen möchten, was Sie dann mit Freude tun. Normalerweise beginnt die Stunde mit dem "Freien Training". Dazu sind auf einem Tisch Jongliertücher, Bälle, Keulen, Diabolos usw. aufgebaut. Jeder aus der Gruppe nimmt sich nun etwas von diesem Tisch. Barbara und Niklas wählen einen Ball. Silke schlägt Niklas vor, mit mir zu passen, was sehr gut gelingt und ihm offensichtlich Spaß macht. Sie selbst hilft Sina beim Antreiben eines Diabolos. Maik schwingt mit viel Geschick zwei Keulen. Mathilda und Ralf jonglieren gemeinsam mit Tüchern, die andere haben Spaß beim Jonglieren mit einem Tuch. Danach folgt ein afrikanisches Lied mit viel Bewegung bei dem ich mitmachen darf. Die Stunde endet mit der „Schnecke“ und hat mich beeindruckt.

Elisabeth Hoff



... und Sybille mag den Tüchertanz

## Entspannen



Susanne im Begegnungsraum

Wunderbar entspannen kann man neuerdings im Begegnungsraum. Die Mitarbeiterinnen Charis und Vanessa haben liebevoll mit gemütlichen Plüschmöbeln, einer Musikanlage und einer kleinen Bibliothek eine Oase zum Auftanken geschaffen.

## Die Congas warten schon

Seit ca. 20 Jahren gibt es schon die Musiktherapie mit Hubertus Stuckart in der Tragenden Gemeinschaft! Früher waren es eher kleinere Gruppen, jetzt nehmen aktuell 20 verschiedene BewohnerInnen einmal monatlich daran teil. Manche Teilnehmer kommen schon mit einem vorbereiteten Zettel, auf dem ihr Wunschlied steht. Wenn die Bewohner den großen Saal betreten, stehen in der Mitte schon die Congas. Jeder Teilnehmer darf im Laufe des Abends darauf spielen. Hubertus verteilt die Instrumente. Es gibt verschiedene Rasseln und Djamben, und 2 offen gestimmte Gitarren. Die Aktive-

ren bekommen eher die leisen Rasseln. Die jungen Leute, die zusehends als Bewohner in die Tragende Gemeinschaft kommen, haben zur Veränderung der Musikgruppe beigetragen. Hubertus Stuckart arbeitet seit einiger Zeit mit Play-back-Musik, die im Hintergrund begleitend spielt. Die Teilnehmer dürfen Musikvorschläge machen. Es kommen Vorschläge aus dem Bereich Rock-Volksmusik/ Charts und Jazz. „Ich nehme auf den Stimmungsbogen der Lieder Einfluss. das ist mir wichtig!“ ist das Gefühl der Bewohner und ihr Rhythmusgefühl wird geweckt. Die Teilnehmer dürfen sich natürlich auch bewegen. Es ist schön zu erleben, wie die Bewohner anfangen zu strahlen und wach zu werden. Es entsteht eine Gruppendynamik, ein Gemeinschaftsgefühl. Man spürt, dass die Menschen schwingen und sich selber spüren. Während die Bewohner ihre Instrumente spielen, begleitet Hubertus Stuckart sie mit dem Saxophon. Ihre Freude am gemeinsamen Musizieren steht hier im Mittelpunkt.

Elisabeth Hoff



## Tintentropfen werden Worte

Ene, mene, Entenbrei, zaubere ein Wort herbei! Wasser, Feuer, Luft und Erden, Tintentropfen sollen Worte werden!

Mit diesen Zaubersprüchen riefen wir die Worte für unsere erste Schreibwerkstatt herbei. Ingeborg Woitsch, Redakteurin der Anthropoi-Zeitschrift „Punkt und Kreis“ und Leiterin von Schreibwerkstätten, führte uns am 4. und 5. April 2017 in die Kunst des Wortfindens ein.

Eine Sprache für sich entdecken, sich formulieren, zum Ausdruck bringen – das bedeutet, ein Ich zu werden, eine heilsame und



Yvonne findet die Schreibwerkstatt richtig gut

creative Beziehung zu sich selbst zu finden. Es gilt für jeden von uns. Eine Schreibwerkstatt will dazu befähigen.

Antje, Maik und Ewert Driehaus aus dem Rosenhaus, Mathilda aus dem Bunkenhof, Barbara und Yvonne aus dem Eichenhaus, Heike und Manuel aus dem Oelfkenhof trafen sich um den großen Tisch in der Diele und untersuchten mit Ingeborg Woitsch die Worte eines Frühlingsgedichts: „Was rau-



Antje, Heike und die Kursleiterin bei der Arbeit

schet, was rieselt, was rinnet so schnell? Was blitzt in der Sonne? Was schimmert so hell? ...“

Sie wurden geklärt, gelesen, abgeschrieben, bis alle sie auf ihrem Blatt wiederfanden.

Siggi Karsten, Gisela v. Olshausen und Renate Rosenthal halfen dabei.

Am zweiten Tag lagen auf dem Schreibwerkstatt-Tisch äußerst seltsame Bilder: eine Landschaft mit riesenhaften Menschen, ein phantastisches Tier, ein kleines Mädchen in einem unwirklichen Zimmer und manch andere kuriose Abbildung. Jede/r suchte sich ein Bild und dachte sich eine Geschichte dazu aus, fand die richtigen Namen für die Figuren darin und eine passende Überschrift. Mit Hilfe der Assistentinnen kamen alle Geschichten zu Papier und wurden vorgelesen und gewürdigt.

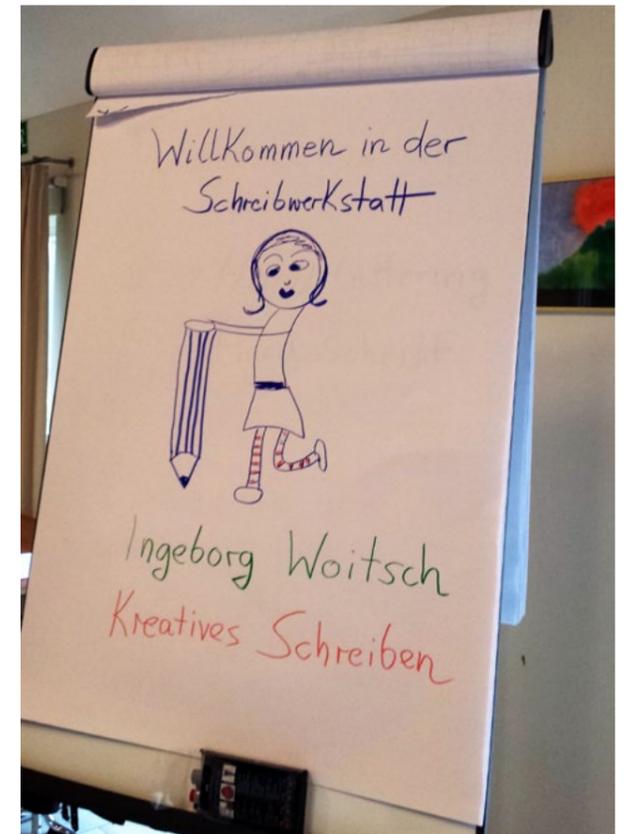
Man staunte über die individuellen Bega-

bungen der Schreiberinnen und Schreiber: Phantasie, zeichnerisches Talent, Schreibfähigkeit, die Lust, ja der Drang, Gedanken und Wünsche auszudrücken.

Mit einem Zauberspruch endete die Schreibwerkstatt – Mappe, Papier und Stifte / ab mit euch in die Kiste – und Ingeborg Woitsch wurde herzlich verabschiedet.

Allen haben diese beiden Tage viel Freude gemacht.

Die drei Helferinnen führen die Schreibwerkstatt fort; sie findet einmal im Monat statt.



Das Flipchart



Renate Rosenthal assistiert Mathilda ein wenig

## Pflanzen, gießen, ernten

Yvonne hat schon ihre roten Gummistiefel angezogen. Gartenarbeit ist angesagt. Anne hat sich Rosen ins Haar gesteckt, beide sammeln sich ein Weilchen am Holztisch. Den Morgenkreis lassen sie heute ausfallen. Das Gewächshaus mit den heranreifenden Tomaten steht offen, von der Morgensonne beleuchtet. Die Erdbeeren und Johannisbeeren färben sich schon etwas rot, der zarte Mohn bekommt gerade Besuch von einem Brummer.

Luisa im blauen T-Shirt naht. Mit einem Blick sieht sie, was zu tun ist. Yvonne schnappt sich eine Gießkanne und gibt auf dem ganzen Gelände den Blumen in Beeten und Kübeln frisches Wasser zu trinken. Anne befreit ein kleines Feld von Unkraut. Sie lächelt dabei – ein schöner Anblick! Karsten ist noch nicht da, kann aber später mit dem Versprechen, erstmal gemeinsam am Tisch einen Saft zu trinken, motiviert werden zu kommen. In der Gartengruppe sind ausser den dreien noch Antje, Gerrit (Johanigmann), sporadisch auch Philipp und Robin beschäftigt. Robin mag es, sich Handschuhe anzuziehen und an der Seite zum Wald hin Erdhöhlen zu graben. „Da fühlt er sich



Anne in den Johannisbeeren

wohl“, erzählt Luisa. Und auch ihr merkt man an, wie sie die Arbeit liebt, bei der nicht nur die Pflanzen aufblühen. Angefangen hat es vor drei Jahren. „Da war hier eine Wildnis“, sagt sie. Dornen, Giersch und Gestrüpp hatten sich überall ausgebreitet. Ein ganz anderes Bild dagegen heute: Eine Forsythienhecke begrenzt das Areal,



Luisa, Karsten und Anne

Farnkraut wiegt sich im Wind. Hochbeete sind freigelegt worden, darin duftende Küchenkräuter wie Pfefferminze und Zitronenmelisse. Die violette Akelei beendet gerade ihre Blütezeit, dafür stehen die Rosen in voller Pracht. Die Gladiolen und die Dahlien brauchen noch etwas Zeit.

Die Aufgaben sind klar verteilt in der Gartengruppe: Yvonne zum Beispiel dreht aus Zeitungspapier so genannte Pflanzpotter, in denen die Samen für Sonnenblumen, Zinnien und Strohblumen vorkeimen können. Die bunten Blumen werden nach dem Pflücken zu Sträußen gebunden und in den Häusern verteilt. Schon jetzt hat Luisa Ahrens Vasen in verschiedenen Größen in einem Auktionshaus ersteigert, um das Johannifest mit Blumenschmuck zu verschönern.



Karsten ist mit dabei...



...und Gerrit darf auch nicht fehlen



Robin beim Höhlegraben

Bei der Ernte von Äpfeln, Kirschen und Zwetschen teilt man sich die Arbeit. Pflücken oder Leiter halten heißt hier die Devise. Und schließlich kommt von Herbst bis Frühjahr das Laubharken, das sind große Mengen, die gar nicht weniger werden wollen!

Neben Luisa Ahrens, die zweieinhalb Tage in der Woche die Gärtnerinnen und Gärtner betreut, ist da noch Lars Meyer, als Mitarbeiter ein alter Bekannter in der TG. Seit dem 1. Juni kommt er an drei Tagen zur Gartengruppe. Er ist, genauso wie Luisa, Gärtner aus Leidenschaft.

Christiane Tietjen



Lars Meyer



# Tragende Gemeinschaft

zur Förderung seelenpflege-  
bedürftiger Menschen e. V.

## Anthropoi Selbsthilfe

### Region Nord

Die Region Nord besteht aus den in Niedersachsen, Bremen, Hamburg und Schleswig-Holstein lebenden Menschen mit Unterstützungsbedarf, Eltern, Angehörigen und gesetzlichen Betreuern/innen.

Wenn Sie zu den Regionaltagungen eingeladen werden möchten, teilen Sie dies bitte in der Beratungsstelle mit. Veranstaltungen,

Basare usw. der Einrichtungen finden Sie im Terminkalender auf der Website des Bundesverband anthroposophisches Menschen mit Unterstützungs- Sozialwesen e. V. (Anthropoi Bundesverband) und auf der Website der jeweiligen Einrichtung.

## Wichtige Adressen:

### Hotline Gewaltprävention

Die regionale Fachstelle der Einrichtungen zur Prävention von Gewalt und sexuellen Übergriffen in der Region Nord erreichen Sie unter:

Region Nord: Fachstelle für Prävention von Gewalt und sexuellen Übergriffen

Telefon: 05803 – 96 477  
Mobil: 0160 – 70 13 548 und  
0151 – 52 72 84 55

### Netzwerk Nord

Solveigs Hof, Rulle  
Auf'm Hof, Belm  
Tragende Gemeinschaft, Schafwinkel  
Ovelgönner Mühle, Ovelgönne  
Westflügel, Syke  
Bremer Lebensgemeinschaft, Bremen  
Stiftung Leben und Arbeiten,  
Quelkhorn / Ostersode / Worphausen

Redaktionsteam des TG-Boten:  
Elisabeth Hoff, Stefanie Klenke, Christiane  
Tietjen, Otto Barke  
Kontakt: [chritietjen@web.de](mailto:chritietjen@web.de)



### FÖRDERKREIS ANTHROPOSOPHISCHER EINRICHTUNGEN IM LANDKREIS VERDEN E.V.

Förderkreis anthroposophischer Einrichtungen im Landkreis Verden (Aller) e.V.  
Geben Sie die Tragende Gemeinschaft als begünstigte Einrichtung an  
und benutzen Sie bitte diese Bankverbindung:  
DE73 2916 5681 0851 3660 00  
Vermerken Sie bitte Ihre Anschrift,  
damit wir Ihnen eine Spendenquittung übersenden können.