

Ein Lebensabend im Sonnenhaus

Rohkost-Pension soll Senioren-WG werden – Elke Neu wünscht sich aktive Mitbewohner.

OBERNWOLHDE. Auf dem Tisch im Wintergarten servieren Elke Neu und Regina Duvenbeck eine bunte Vielfalt: Spitzkohl mit Meerrettich, Rote Bete und Kohlrabi-Carpaccio. Dazu gibt es roten Reis und gedämpfte Bohnen. So essen die beiden Frauen am liebsten: frisch und überwiegend roh.

Fast drei Jahrzehnte lang war das Sonnenhaus in der Stockelsdorfer Dorfschaft Obernwolde eine feste Adresse für Menschen, die Heilung in der Ernährungsumstellung auf Rohkost suchten. Doch nun steht das Lebenswerk von Elke Neu vor einer großen Veränderung: Die 85-jährige Betreiberin, die ihre Rohkost-Pension 1995 in einem ehemaligen Schweinestall auf dem Hof ihres Mannes eröffnete, geht in den Ruhestand. Allerdings auf ihre ganz eigene Weise. Da sich die Pläne für eine externe Nachfolge zerschlagen haben, plant Neu die Umwandlung der Pension in eine Senioren-WG.

KEIN NEUER PÄCHTER IN SICHT

Eigentlich war die Hoffnung groß, dass ein jüngerer Nachfolger das Konzept der Rohkost-Pension weiterführt. Doch Gespräche scheiterten laut Neu schließlich an unterschiedlichen Vorstellungen. Also lässt sie die Pension nun ausschleichen. Ohnehin sagt sie nach vielen Jahren mit einer Sieben-

Tage-Woche: „Ich bin müde und matt.“

Nun möchte Neu in ihrem Haus mit Blick auf Wiesen und Felder also eine Senioren-Wohngemeinschaft gründen. „Ich suche Gleichgesinnte, die Lust haben, aktiv etwas für ihre geistige und körperliche Beweglichkeit zu tun“, erklärt sie. Platz sei für zwei weitere Mitbewohner, die in den ehemaligen Gäste-Wohnungen ein neues Zuhause finden könnten.

Das gemeinsame Leben im 300-Seelen-Dorf Obernwolde stellt sie sich aktiv vor: „Laufen, Singen, Geschichten erzählen, sich einander vorlesen, Spiele spielen“, zählt Neu auf. Auch ihre Leidenschaft fürs Tanzen würde sie gerne mit Mitbewohnern teilen. Bedingung für den Einzug ist Neus Ernährungsphilosophie: Eine Küche, in der klassisch gebraten oder gebacken wird, möchte Neu in ihrem „Sonnenhaus“ auch in Zukunft nicht haben.

ÜBERZEUGUNG ALS LEBENSELIXIER

Hinter diesem konsequenten Weg steht eine tiefe persönliche Überzeugung. Elke Neu, die früher selbst als Hauswirtschaftslehrerin tätig war, fand in den 1980er-Jahren durch eine radikale Ernährungsumstellung nach ganzheitlichen Ansätzen einen Ausweg aus ihren schweren Leiden: chro-



Sonnenhaus-Betreiberin Elke Neu sucht Mitbewohner, mit denen sie ihr kleines Paradies in Obernwolde teilen kann. Fotos: Hannah Detlefsen

nische Lungenentzündung, Arthrose, Depression, Kopfschmerzen.

Auch die 61-jährige Regina Duvenbeck, gelernte Köchin und seit 2021 im Sonnenhaus dabei, teilt die tiefe Überzeugung. „Man muss es nicht glauben, sondern einfach mal probieren“, sagt sie. Wer seine Ernährung zumindest zum Großteil auf Rohkost umstelle, könne viele Beschwerden lindern. Das Prinzip: kein Essen auf mehr als 42 Grad erhitzen, damit die Enzyme nicht kaputtgehen. „Darin liegt die Heilkraft der Rohkost“, erklärt Neu. „Wenn wir Menschen 42 Grad Fieber haben, sind wir auch hin.“ Viele Gäste seien mit Leiden wie Arthritis, Neurodermitis oder Rheuma für ein paar Wochen ins Sonnenhaus gekommen und laut Elke Neu beschwerdefrei abgereist. Man müsse jedoch

auch nach der Abreise dabei bleiben, betont Duvenbeck. „Man fühlt sich durch die Ernährung einfach gelassener und wohler“, sagt Elke Neu. Ihr Wissen und ihre Erfahrung möchte die 85-Jährige nun im kleinen, privaten Rahmen einer WG teilen.

Wo früher Schweine gemästet wurden und Elke Neu 1995 mit einer Totalsanierung startete, soll ein Ort für das ge-

meinsame Altern entstehen. Wer sich für das Projekt der Senioren-WG interessiert, sollte vor allem eines mitbringen: die Neugier auf ein Leben ohne Herd und Backofen, stattdessen mit viel frischem Grün aus dem eigenen Garten. **HAD**

Interessierte können sich über die Webseite das-sonnenhaus.de informieren und Elke Neu kontaktieren.



Elke Neu (li.) und Regina Duvenbeck begeistern mit ihren Rohkost-Gerichten nach eigenen Angaben auch kritische Menschen.

Kita Langenfelde macht bald mehr Ausflüge

Engelbert-und-Hertha-Albers-Stiftung spendet neuen E-Krippenwagen.

STOCKELSDORF. Dank einer großzügigen Spende der Engelbert-und-Hertha-Albers-Stiftung verfügt die Kindertagesstätte Langenfelde der Lebenshilfe Ostholstein ab sofort über einen modernen E-Krippenwagen, der die Mobilität der jüngsten Kinder deutlich erweitert. In der Einrichtung werden in zwei Krippengruppen sowie einer altersgemischten Gruppe Kinder im Alter von einem Jahr bis zum Schuleintritt betreut.

Gerade für die jüngsten Kinder, die noch nicht oder nur kurze Strecken selbstständig laufen können, eröffnet der neue Wagen viele neue Möglichkeiten. Mit dem zusätzlichen Krippenwagen kann die Kindertages-

stätte ihren Aktionsradius deutlich erweitern und häufiger Ausflüge in die nähere Umgebung unternehmen. „Ob Spielplatzbesuche, Naturerkundungen oder kleine Entdeckungstouren – die Kinder profitieren ganz bestimmt von mehr Bewegung, neuen Eindrücken und gemeinsamen Erlebnissen außerhalb des Kita-Geländes“, meint Burkhard Schräger, der zusammen mit Dirk Rhodogß, beide im Vorstand der Engelbert-und-Hertha-Albers-Stiftung, den Wagen übergeben hat.

Im Gegensatz zu dem bereits vorhandenen Modell handelt es sich bei der Neuanschaffung um einen modernen, vollelektrischen Krippenwagen. Ausge-

stattet mit einem leistungsstarken Elektromotor bietet er höchsten Komfort und Sicherheit für Kinder und Betreuungspersonal gleichermaßen. Sechs gepolsterte Sitze mit 5-Punkt-Sicherheitsgurten sorgen für eine sichere und bequeme Fahrt. Dank stufenlos regelbarer Geschwindigkeit sowie Vorwärts- und Rückwärtsgang lässt sich der Wagen mühelos manövrieren – unabhängig davon ob die Strecke geradeaus, bergauf oder bergab führt. „Dank der kraftsparenden E-Motorisierung wird jeder Ausflug zur echten Spazierfahrt“, freut sich Kita-Leiter Florian Tannenberg über die besondere Leichtigkeit des neuen Wagens.

Zusätzliche Sicherheitsmerkmale wie die automatische Bremse beim Loslassen des Lenkers, eine Feststellbremse sowie die Möglichkeit, den Wagen ausschließlich durch Erwachsene in Bewegung zu setzen, gewährleisten einen sicheren Betrieb. Pannensichere Reifen, ein praktischer Tretbügel zum Überwinden von Bordsteinkanten sowie ein Sonnen- und Regendach machen den Wagen zu einem zuverlässigen Begleiter bei jedem Wetter.

Durch die Anschaffung verfügt die Kita nun über zwei moderne Krippenwagen. Dadurch können Ausflüge künftig auch parallel stattfinden, was die Planung und Abstimmung innerhalb der Einrichtung deutlich erleichtert.



Karen Hellmann (v.li.) von der Lebenshilfe Ostholstein, Dirk Rhodogß vom Vorstand der Engelbert-und-Hertha-Albers-Stiftung, Julia Hahn und Florian Tannenberg von der Kita Langenfelde sowie Burkhard Schräger vom Stiftungsvorstand und die Kinder der Kita freuen sich über den neuen E-Krippenwagen. Foto: Lebenshilfe Ostholstein

E-Mail: info@glas-maas.de
www.glas-maas.de

...macht alles mit Glas

GLAS maas

- exklusive Ganzglasduschen
- lackierte Gläser
- Ganzglastüren
- Küchenrückwände

Besuchen Sie unsere Ausstellung!
Albert-Einstein-Straße 20
23617 Stockelsdorf

Glas-Notdienst · Tag + Nacht
☎ (0451) 49 49 70
Fax 4 94 97 79

Vermächtnis mit Herz

Ihr Erbe. Ihre Geschichte. Ihr Wunsch.

Gemeinsam Werte sichern, Zukunft gestalten.

Jetzt starten!

JOHANNITER
Johanniter-Kliniken

GOLDANKAUF

Wir zahlen tagesaktuelle Höchstpreise!

Wir kaufen an:

- Goldschmuck
- Altgold, Bruchgold
- Zahngold(auch mit Zähnen)
- Goldbarren, Münzen
- Silber jeglicher Art
- Besteck (Silber oder versilbert)
- Platin & Palladium
- Diamanten & Farbsteine
- Bernsteinschmuck
- Modeschmuck
- Luxusuhren, Golduhren & Taschenuhren
- Militaria jeglicher Art
- Porzellan & Bronzefiguren
- Zinn (Becher, Teller, Figuren & mehr)
- Gemälde & Kunstobjekte
- Antike Möbelstücke - Raritäten
- Erbnachlässe: Bewertung und Ankauf von Nachlässen zu fairen Konditionen

Wir kommen auch zu Ihnen!
Kostenlose, unverbindliche Hausbesuche und Schätzungen.

Goldkontor Ratekau
Inhaber: Jerome Dambrowski

Bäderstraße 28 · 23626 Ratekau
(Parkplätze vor der Tür)

04504 - 7790 613 · 0174 - 8611 934

Öffnungszeiten:
Mo. - Do. 10 - 16 Uhr
Fr. 10 - 14 Uhr
Samstag nach Vereinbarung

www.goldkontor-ratekau.de

04504 - 7790613
Jetzt Termin vereinbaren und von hohen Tageskursen profitieren!