

# HESTIA

## STRALSUND

12. Ausgabe Dezember 2004

# Journal



## Jahresrückblick 2004



Liebe Bewohner, liebe Mitarbeiter und Freunde der HESTIA, das Jahr neigt sich dem Ende und man beginnt mit dem Rückblick und zieht Bilanz. Das

vergangene Jahr war für die HESTIA ein gutes Jahr, das einige schöne Überraschungen für uns bereit hielt. Die herausragendste war sicherlich im Frühjahr die Auszeichnung mit dem Altenpflegepreis 2004. Für mich war es eine bedeutende Würdigung Ihrer Arbeit in den Einrichtungen. An dieser Stelle möchte ich nochmals allen danken, die aktiv am Gelingen unserer täglichen Arbeit teilhaben.

Die Überprüfung des Qualitätsmanagements im Inselhus durch den MDK und das Überwachungsaudit des TÜV in der Gesamteinrichtung bestätigte uns die kontinuierliche positive Entwicklung der Arbeit in der HESTIA.

Im Sommer konnten wir endlich den Neubau des Haus am Wald in Betrieb nehmen. Die Einweihung mit dem Sommerfest war ein besonderes Highlight, auch wenn es zum Ende hin durch den Regen etwas plötzlich endete. Auch hier möchte ich mich nochmals bei allen Beteiligten für das tolle Gelingen bedanken.

Ich wünsche Ihnen und Ihren Familien ein besinnliches Weihnachtsfest und ein gutes neues Jahr.

Christian Offermann  
Geschäftsführer

## Gelungene Party im Brauhaus

Am 29. Oktober fand unsere diesjährigen Betriebsfeier im Brauhaus statt. Schon tagelang hungerten und dursteten wir, um dann am Buffet ordentlich zuschlagen zu können. Nach kurzer Ansprache unseres Geschäftsführers begann auch schon der Ansturm aufs Essen. Das Buffet, sowie die große Eisüberraschung um Mitternacht, übertrafen alle Erwartungen. Für die Live-Musik sorgte an diesem Abend die Band „Albatros“, die die Mitarbeiter so richtig ins Schwitzen brachte. Auf Wunsch wurde das Mikro aus der Hand gegeben, so dass auch z. B. Frau Quaaas ihre Sangeskunst unter Beweis stellen konnte.



Dafür gab es viel Applaus. Der „Holzmichl“ brachte die Stimmung zum Überlaufen; da wurde über Stühle getanzt und so manch einer geriet fast aus dem Gleichgewicht. Die Tanzbeine wurden bis in die frühen Morgenstunden geschwungen. Ein Dankeschön an die Geschäftsführung, es war eine gelungene Betriebsfeier. Team Rügen/Hiddensee

## Fortbildungskonzept auf neusten Stand gebracht

In den Leitbildern der HESTIA Pflege- und Heimeinrichtung GmbH ist beschrieben, dass alle Mitarbeiter nach dem aktuellen Stand der Pflege arbeiten müssen. Untermauert wird dieser Anspruch von Gesetzes wegen (§ Heim Pers V). Damit alle Fortbildungen in einzelnen Einrichtungen koordiniert werden können, und eine Kontaktpflege zu den Fortbildungsanbietern gewährleistet wird, wurde ein Fortbildungsbeauftragter und ein Stellvertreter benannt. Beide Mitarbeiter ermitteln den Fortbildungsbedarf. Entscheidend ist eine gezielte Fortbildungsmaßnahme, abgestimmt auf die Mitarbeiter, um sie entsprechend den Qualitätsansprüchen der HESTIA zu fördern. Dieses ist kein abschließender Prozess, sondern kann nur durch kontinuierliche Fortbildung gewährleistet werden. Als wichtiges Instrument hat sich die interne Fortbildung erwiesen. In ihr werden aktuelle Themen von Mitarbeitern in der Teambesprechung vorgestellt und diskutiert. Vom Fortbildungsbeauftragten wurde für jeden Mitarbeiter eine Fortbildungsmappe angelegt, in der eine Kopie der Teilnahmebestätigung hinterlegt wird. Das Fortbildungskonzept wird von der Geschäftsleitung und den Fortbildungsbeauftragten auf seine Gültigkeit überprüft; so wurde das Konzept im September 2004 auf den aktuellen Stand gebracht. S. Drath

## „Eigene Wohnung“ für eine Woche in Neddesitz

Wie schon seit ein paar Jahren, führen wir auch dieses Jahr wieder für eine Woche nach Neddesitz (bei Saggard) in eine wunderschöne Ferienanlage, wo wir unsere eigene „Wohnung“ hatten. In der Ferienanlage befindet sich ein Spaßbad, welches wir öfter besuchten und viel Spaß am Plantschen hatten. Jeden Tag machten wir Ausflüge und erkundeten die ganze Insel – von Bug bis Binz und von Sassnitz bis Lauterbach. So waren wir z. B. im Miniaturenpark Gingst, wo wir uns Rügen im Kleinformat ansahen. Auch der Freizeiteil des Parkes mit seinen Fahr- und Spielgeräten war super. Meine Kollegin (Astrid Böhm) zeigte besonderen Einsatz und testete ein Fahrgerät, das es in sich hatte und aus 10 m Höhe rasend schnell ins Wasser fuhr (Respekt!). Weiterhin sahen wir uns verschiedene Häfen mit



ihren schönen Schiffen an. Andreas Roll hat sich in unserem Urlaub besonders über die Ruhe gefreut. Die ersten Tage konnte er nichts anderes sagen als: „Ach ist das eine schöne Ruhe hier.“ Auch Anne Komp und Jens Lemke merkte man es deutlich an, wie gut ihnen der Urlaub gefiel.

Sie waren sehr ruhig und wirkten sehr ausgeglichen und auch das „Dauerlächeln“ in allen Gesichtern war nicht zu übersehen. Nun sind wir wieder zu Hause und der Alltag hat uns wieder. Umso mehr freuen wir uns auf den nächsten Urlaub im nächsten Jahr. S. Tilsner

## Ein Eiszeit-Gletscher zum Anfassen

Es ist selten geworden, dass man die Zeit für etwas Wunderschönes nutzt, zum Beispiel eine tolle Wanderung in der Natur. Ich bin auf der Insel Rügen geboren, doch kann ich nicht von mir behaupten, dass ich Rügen wirklich kenne. Selbst im Oktober kann man auf Rügen unterwegs sein und etwas entdecken. Wir haben uns im Urlaub entschlossen, mit unserem Enkel etwas zu unternehmen. Und da bot es sich einfach an, eine Fahrt in unseren Nationalpark zu starten. Direkt am berühmten Königsstuhl wurde ein Nationalpark-Zentrum gebaut, was einiges zu bieten hat. Es ist eine Ausstellung auf

2.000 qm – aber eine der besonderen Art. Wir waren zur Multivisions-schau:

- Spazieren am Meeresgrund
- Stark sein wie ein Gletscher / dem Sturm trotzen
- Den Dachs im Bau besuchen

Eine Reise in den Nationalpark, die vor 69 Millionen Jahren beginnt. Wir haben von Lebenszyklen erfahren, von den Stimmen der Nacht, vom Leben unter der Erde und dem Wunder der Ostsee. Begleitet war diese Wanderung von Musik, die eigens für diese Ausstellung komponiert wurde. Besonders für Kinder gibt es so viel Interessantes zu entdecken.

Sie bewundern die Bewohner der Ostsee, können einen Eiszeit-Gletscher berühren, befinden sich mitten in einem Zauberwald oder beobachten die Tiere, wie sie unter der Erde leben. Unser Enkel lag unter einem Stein von 4 Tonnen und konnte diesen bewegen – ganz stolz war der kleine Mann. Es war ein wunderschönes Erlebnis für uns. Wir können nur sagen, dass es sich für jeden lohnt, dieses Naturzentrum zu besuchen, sich in der Natur zu bewegen und ein Stück Heimat kennen zu lernen, abzuschalten vom Alltag und die Seele so richtig „baumeln“ zu lassen. I. Rohrschneider

## Medizin – Aktuell

### Die Blutdruckmessung

Blutdruck-RR (benannt nach Riva Rocci) ist der in den Blutgefäßen herrschende Druck (arterieller Druck). Dieser ist abhängig von der jeweils zirkulierenden Blutmenge, Schlagvolumen des Herzens sowie dem Widerstand, den die Blutgefäße dem Blut entgegensetzen. Der Blutdruck wird in Millimeter Quecksilbersäule (mmHg) angegeben (Riva Rocci – RR). Dabei findet man zwei Werte, den höheren systolischen

und den niedrigen diastolischen Wert. (Herz  $\neq$  Systole  $\neq$  Diastole)

Die Blutdruckmessung ist eine wichtige Untersuchung zur Erkennung einer Hochdruckerkrankung (Hypertonie); wobei der diastolische Wert über 90 mmHg und/oder der systolische Wert über 140 - 160 mmHg liegt. Bluthochdruck ist ein Risikofaktor für Durchblutungsstörungen im Gehirn, Herz, Nieren usw. Betroffene

klagen über Kopfschmerzen, Schwindel oder Ohrensausen.

Erniedrigter Blutdruck (Hypotonie) besteht, wenn der systolische Wert unter 100 mmHg liegt. Konzentrationschwäche, Müdigkeit, Benommenheit und Mattigkeit bis hin zur Bewusstlosigkeit können Begleitscheinungen sein. Wechselbäder, kalt duschen und Sport können bei niedrigem Blutdruck zur Besserung im führen. U. Heidenreich

## Kurzurlaub auf der wunderschönen Insel Rügen

Vom 20. - 23. September hatten wir in Ralswiek ein Ferienhaus gemietet. Petrus meinte es relativ gut mit uns. Während es in Stralsund Dauerregen gab, kam bei uns sogar die Sonne durch. Frau Petroll, Frau Pietsch, Herr Krüger und Herr Toussaint fühlten sich sehr wohl. Leider musste Herr Toussaint wegen Erkrankung ins Heim zurückgebracht werden. Am ersten Abend war es etwas unruhig, die Bewohner wussten sehr wohl, dass sie in fremder Umgebung schliefen. Unser erster Ausflug führte uns nach Putbus. Von dort fuhren wir mit dem „Rasenden Roland“ nach Binz. Ein ausgedehnter Strandspaziergang und selbstverständlich ein großer Eisbecher kamen bei den Bewohnern gut an. Abends ging es dann wieder per „Roland“ nach Putbus und per VW-Bus zurück in die Unterkunft. Nur Frau Petroll schaute noch den „Sandmann“, dann fielen auch ihr die Augen zu. Unser nächstes Ziel war der Schmetterlingspark in Sassnitz. Es hat den Bewohnern gut gefallen, vor allem der anschließende Stadtbummel, bei dem die Bewohner sich Andenken kaufen konnten. Frau Petroll



schickte mit Hilfe der Betreuer eine Ansichtskarte an ihre Eltern. Es war ein gelungener Urlaub. Die Betreuer, wie auch die Bewohner, waren sich einig, wieder einmal in den Urlaub zu fahren. Frau Ebel/Frau

## Spielzeit im Inselhus

Hallo Opa – Sven Parnow strahlt, wenn wieder Spielnachmittag ist. Das Holzpuzzle und die Bücher gemeinsam anzuschauen, sind für ihn an diesem Tag sehr wichtig. Petra, Christian, Wilma und Manfred sind „Mensch, ärgere Dich nicht“-Fans und Silke und Sandra puzzeln mit Opa Peter um die Wette. Dorit beschäftigt sich mit einem Kartenspiel, Maik mit dem Auto oder dem Farbenspiel. Birgit und Thomas stecken bunte Muster. Es ist eine fröhliche Runde, welche sich am Donnerstag in der Zeit von 15.30 Uhr bis 17.00 Uhr zusammenfindet. Es wird viel gelacht, erzählt und die Zeit vergeht sehr schnell. Jeder ist herzlich willkommen und uns macht dieser Nachmittag viel Spaß.

Peter und Barbara Schaarschuh (Opa und Oma)



## Wohnbereich Rügen/Hiddensee lud zum Herbstfest



Unter dem Motto „Herbstzeit – schöne Zeit“ feierten die Heimbewohner vom Inselhus am 27. Oktober ihr Herbstfest. Der Wohnbereich Rügen/Hiddensee lud alle Heimbewohner dazu ein. Unser Haus wurde schon vorher für diesen Anlass herbstlich geschmückt. Mit einer

gemeinsamen Kaffeetafel ging es dann los und alle lieben es sich schmecken. Anschließend konnte das Tanzbein geschwungen werden: beim „Holzmich!“ kam so richtig Stimmung auf. Bei den Spielrunden, wie Kastanienzielwurf oder Wiesenquiz, konnte jeder seine Geschicklichkeit und Treffsicherheit zeigen. Zum Abschluss durfte natürlich unser Stuhltanz nicht fehlen. Das Fest ließen wir mit leckeren Gemüsespießen und verschiedenen Broten mit Kräuterbutter ausklingen. Müde und satt gingen alle ins Bett und das Aufräumen konnte beginnen. Es war ein schöner Nachmittag. D. Behrend



## Halloweenfest im Haus am Wald

Hi, mein Name ist Mandy und ich bin Praktikantin im „Haus am Wald“ in der Wohngruppe „Zur Linde“. Ich bin im 2. Ausbildungsjahr und lerne Heilerzieherin. Am



29. Oktober habe ich mit meiner Gruppe ein Hallo-

weenfest veranstaltet. Mit einem Rundgang durchs Haus fingen wir an. Natürlich war unsere Absicht, viel Süßes zu ergattern, was wir dann auch bekommen haben. Aber am Schönsten waren die bunten Kostüme, die jeder Jugendliche anhatte, und



der leckere Totenacker-Pudding mit Augäpfeln (Schokopudding). Da haben alle reingehauen. Zum Abschied gab es noch ein bisschen Discofieber mit Polonaise und schönen Tänzen. Weiteres habe ich nicht zu sagen; nur, dass es mir viel Spaß gemacht hat und den Bewohnern auch. Wir freuen uns auf das nächste Fest. Bis dann, macht es gut.

## Mitarbeiter stellen sich vor ...



Hallo, ich bin Anke Schänning und bis Ende Februar im Inselhus als Einzelbetreuung für Fabian Slafzinski tätig.

In Stralsund geboren, lebe ich hier schon seit 36 Jahren; inzwischen mit meiner 15-jährigen Tochter. Nach meiner Schulzeit habe ich als Buchhändlerin Bücher verkauft. Durch eine Umschulung von 1993 bis 1996 habe ich den Beruf einer Ergotherapeutin erlernt.

Mehrere Jahre nach Greifswald pendelnd, habe ich dort im Heimbereich mit Schwerstmehrfachbehinderten, in einer Rehaklinik mit Rückenmarksverletzten und später in Stralsund in einer Wohngemeinschaft mit psychisch erkrankten Menschen gearbeitet. Nach einer beruflichen Pause bin ich nun also seit dem 1. September 2004 bei der HESTIA Pflege- und Heimeinrichtung GmbH und froh über die Aufgabe und Aufnahme in die Gemeinschaft der Mitarbeiter/innen und Bewohner/innen.

A. Schänning

## Trommelfieber am Donnerstag-Vormittag

Trommel mit! So heißt seit etwa einem halben Jahr das Motto, denn für einige Heimbewohner ist der Donnerstag-Vormittag mit Trommelfieber verbunden. Jede Woche sind laute Trommelschläge und Indianerrufe in den Gängen des INSELHUSES zu



hören. In zwei Gruppen eingeteilt, treffen sich Maik, Jürgen, Manfred, Dorit, Sven, Nino, Enrico sowie Hannelore, Jörg und Thomas unter der Leitung von Jens Riedel.

Der erste große Auftritt war unsere diesjährige Weihnachtsfeier im Kulturhaus, wo wir mit einem kleinen Programm zeigten, was wir schon gelernt haben. Ziel des Trommelleh-

ners, Herrn Riedel, ist es, den Bewohnern die Lebensfreude Afrikas nahe zu bringen und mit viel Spaß und Freude den normalen Heimalltag zu vergessen. Mit Trommelspielen, einfachen Rhythmen und einzelnen Soloeinlagen kann jeder selbst ausprobieren, was solch einer afrikanischen Trommel zu entlocken ist. Besonders viel Spaß macht es, mit



den Händen die geballte Kraft dieser Naturtrommeln zu entdecken. Dies ist sicher eine etwas andere Art der Beschäftigung, wird aber von allen Beteiligten mit Begeisterung angenommen.

J. Riedel, D. Behrend

## Herbstsingen im Inselhus

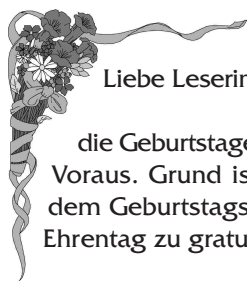


Am 2. November 2004 fand das traditionelle HERBSTSINGEN im „Inselhus“ statt. Mit Maria Hanschel und Detlev Nitsche von der Stralsunder Musikschule, sowie Dörte Behrend von der Ergotherapie, wurden „Bunt sind schon die Wälder“ und viele andere Volkslieder gesungen. Die Heimbewohner nahmen Rhythmusinstrumente in die Hand und mit Samba und „Holzmilch“ kam die richtige Stimmung auf. Das Personal vom „Inselhus“ machte auch bei der Polonaise mit und Lieblingslieder durfte man sich auch wünschen...

Am 9. November musizierten wir dann im „Haus am Wald“ und nun freuen sich alle auf das Weihnachtssingen.

M. Hanschel, D. Nitsche

## Gratulation den Geburtstagskindern



Liebe Leserinnen und Leser,  
die Geburtstage erscheinen im Voraus. Grund ist der Wunsch, dem Geburtstagskind direkt am Ehrentag zu gratulieren.

### Mitarbeiter

Helga Schulert 02.01.  
Manuela Schadeck 04.01.  
Anke Kühnert 17.01.  
Astrid Böhm 19.01.  
Roswita Freese 19.01.  
Claudia Vierk 23.01.  
Regina Borsekow 25.01.  
Bernd Dornquast 27.01.  
Gesine Quaas 28.01.  
Petra Jahnke 08.02.  
Birgit Neitzel 08.02.  
Ute Günnel 08.02.  
Fanny Pauketat 10.02.  
Cornelia Mähl 12.02.  
Monika Thämlitz 13.02.  
Ingo Rohrschneider 14.02.  
Daniela Siemund 25.02.  
Carola Hübscher 27.02.  
Brahim Benmahamed 28.02.  
Margitta Thämlitz 01.03.  
Katja Reetz 08.03.  
Gilda Waterstrat 13.03.  
Katja Hartwig 14.03.  
Antje Polz 18.03.  
Monika Pruß 26.03.  
Maria Schultz 31.03.

Heimbewohner „Haus am Wald“  
Dietmar Straußenberg 01.01.  
Jens Lemke 08.01.

Werner Blohm  
Madlen Kloock  
Mandy Netz  
Michael Sonntag  
Denise Becker  
Bernd Lippert  
Andreas Roll  
Jörg Walter  
Egbert Tredup  
Nino Friedemann  
Michael Zander  
Christian Casper  
Fabian Stafzinski  
Philipp Marzian  
Daniel Kankel  
Andreas Rüsche  
Oswald Matysik  
Thomas Held  
Matthias Heuk

### Heimbewohner „Inselhus“

Andre Beier 05.01.  
Hannelore Barnekow 01.02.  
Waltraud Kruse 14.02.  
Claus Peter Vellgut 18.02.  
Jürgen Glandt 26.02.  
Joachim Gnodtge 11.03.  
Axel Friedel 12.03.

### Heimbewohner „WG 1“

Liane Zentner 08.02.  
Günther Bradhering 16.02.

### Heimbewohner „WG 2“

Jeanette Pirwitz 13.01.

### Heimbewohner „WG 3“

Martin Rüger 27.01.  
Rosemarie Ullrich 16.02.  
Katrin Bohm 04.03.

## Gesundheitstipp

### Husten

Wenn Sie größere Beschwerden haben, starke Schmerzen oder sogar hohes Fieber und Atemnot, ist Vorsicht geboten. Suchen Sie sofort einen Arzt auf, um die Ursache zu klären. Eine akute Bronchitis kann sich sehr schnell zu einer chronischen Bronchitis entwickeln. Bei Kindern könnte es sich um einen Keuchhusten handeln.

### Omas Hausmittel

Ein Sirup aus Veilchen wirkt schleimlösend. Der wohlschmeckende Saft eignet sich besonders für Kinder. Bereiten Sie einen Aufguss aus Veilchenblüten. Übergießen Sie 1 Esslöffel der Blüten mit einem halben Liter kochendem Wasser. Lassen Sie das Ganze nach dem Aufkochen eine halbe Stunde lang weiterkochen. Anschließend seihen Sie den Aufguss ab und erhitzen ihn langsam, bis er kocht. In die Flüssigkeit rühren Sie 2 bis 4 Esslöffel Honig, bis die Flüssigkeit sirupartig wird. Füllen Sie den Sirup nach dem Abkühlen in eine dunkle Flasche und bewahren Sie ihn kühl auf. Geben Sie ihrem Kind morgens und abends 1 - 2 Teelöffel davon.

Sehr beliebt bei Kindern ist auch ein Hustensirup aus Honig und Apfelesig. Verrühren Sie 4 Esslöffel flüssigen Honig und 6 Teelöffel Apfelesig. Geben Sie ihrem Kind stündlich 1 Teelöffel der wohlschmeckenden Mixtur.

R. Freese

## Rezeptecke

### Kaßlerbraten

(für ca. 10 Personen)

3 kg Kaßlerkamm im Stück bei 120 °C etwa 1 1/2 Stunden schmoren. In Scheiben schneiden und kalt werden lassen.

Soße: 1 Stück Butter  
1 Becher Schlagsahne  
600 g Schmelzkäse

Alles in einem Topf heiß werden lassen und verrühren. Je eine Kaßlerscheibe und zwei Scheiben Ananas hintereinander auf einem Blech schichten. Mit Soße übergießen. Das ganze einen Tag vorher zubereiten und über Nacht ziehen lassen. Am nächsten Tag bei 200 °C etwa eine Stunde erwärmen. I. Clemens

### Adventspunsch

Ein heißer Punsch wärmt von Innen, nicht nur beim Besuch des Weihnachtsmarktes, sondern auch gemütlich vor dem Fernseher, nach einem Spaziergang in eisiger Kälte.

Zutaten:  
200 ml Traubensaft  
1 Tl Rosinen  
1 Tl gehackte Mandeln  
1 Prise Nelken  
1 Prise Kardamon  
etwas Zitronensaft

Zubereitung:

Den Traubensaft mit den restlichen Zutaten in einem Topf erhitzen. Nach Geschmack mit Zitronen abschmecken.

*Allen Heimbewohnern und Mitarbeitern der HESTIA Pflege- und Heimeinrichtung GmbH wünschen wir ein gesundes neues Jahr, die Redaktion des HESTIA-Journals*

## Wortsuchrätsel

S	Q	F	I	O	F	E	N	Y	N
M	I	K	E	Z	U	G	G	O	L
R	S	E	S	R	Z	G	D	U	E
E	S	Q	T	N	I	L	U	R	G
A	C	Z	D	T	I	E	E	N	N
B	H	J	X	T	A	I	N	P	A
S	N	E	T	T	I	L	H	C	S
I	E	T	L	E	A	K	G	H	I
E	E	F	R	O	S	T	Z	R	E
S	C	H	N	E	E	M	A	N	N

GLATTEIS • SCHNEE • SKI • SCHLITTEN • FERIEEN • EISBAER  
PELZ • KAELE • FROST • EISANGELN • SCHNEEMANN • OFEN

## Zum Schmunzeln

An der Grenze: Ein Mann fährt mit dem Fahrrad vor, auf dem Gepäckträger einen Sack.

**Zöllner:**

„Haben Sie etwas zu verzollen?“

**Mann:** „Nein.“

**Zöllner:**

„Und was haben Sie in dem Sack?“

**Mann:** „Sand.“

Bei der Kontrolle stellt sich heraus: tatsächlich Sand.

Eine ganze Woche lang kommt jeden Tag der Mann mit dem Fahrrad und dem Sack auf dem Gepäckträger. Am achten Tag wird's dem Zöllner doch verdächtig:

**Zöllner:**

„Was haben Sie in dem Sack?“

**Mann:** „Nur Sand.“

**Zöllner:** „Hmm, mal sehen...“

Der Sand wird diesmal gesiebt – Ergebnis: nur Sand.

Der Mann kommt weiterhin jeden Tag zur Grenze. Zwei Wochen später wird es dem Grenzer zu bunt und er schickt den Sand ins Labor – Ergebnis: nur Sand. Nach einem weiteren Monat der „Sandtransporte“ hält es der Zöllner nicht mehr aus und fragt den Mann:

„Also, ich gebe es Ihnen schriftlich, dass ich nichts verrate, aber Sie schmuggeln doch etwas. Sagen Sie mir bitte, was!“

**Mann:** „Fahrräder“.

## Impressum

**Herausgeber:**

„HESTIA“ Pflege- und  
Heimeinrichtung GmbH  
Hansestadt Stralsund

**Redaktion:**

A. Hövemann, D. Behrend,  
A. Redieck, J. Ziethen,  
A. Arndt, I. Rohrschneider

**Telefon:** 03831 - 305523

**Telefax:** 03831 - 3055850

**E-Mail:** HESTIA-HST@t-online.de

**Satz / Layout / Druck:**

Agentur Gartenhaus  
D.I.E.N.S.T. / TAT - Druckerei  
im Krankenhaus West  
Rostocker Chaussee 70

**Telefon:** 03831 - 452183

**E-Mail:** tatdruck@fh-stralsund.de

**Auflage: 150 Exemplare**