

# Hospital Aktiv

Altenzentrum Hospital



**Mai 2019**

---

## Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Leser unserer Zeitung!

*Alles neu macht der Mai, macht die Seele frisch und frei.  
Lasst das Haus, kommt hinaus! Windet einen Strauß!  
Rings erglänzt Sonnenschein, duftend prangen Flur und Hain:  
Vogelsang, Hörnerklang tönt den Wald entlang.*

Die ersten Zeilen dieses alten Volksliedes kennt jeder, aber die meisten kennen den weiteren Text nicht oder nicht mehr. Der Schriftsteller Adam von Kamp (1796-1867) hat sich das muntere Kinderlied einfallen lassen, um den Monat Mai mit Freude zu begrüßen. Es wird nach der Melodie von „Hänschen klein“ gesungen und war früher in Kindergarten und den unteren Volksschulklassen ebenso bekannt wie beliebt. Von Kamp war Lehrer, Heimatkundler und Schriftsteller, er unterrichtete an Schulen in Mülheim an der Ruhr.

Im Mai ist die Hauptblütezeit der meisten Pflanzen, weshalb man ihn einst auch „Blumenmond“ genannt hat. Die Bezeichnung „Wonnemond“ soll auf Karl den Großen im 8. Jahrhundert zurück gehen und heißt althochdeutsch „wunnimanot = Weidemonat. Das war der Monat, wo das Vieh aus den Ställen wieder hinaus auf die Weiden getrieben wurde. Mit der Wonne, der seelischen und körperlichen Freude, hat der Begriff also ursprünglich gar nichts zu tun. Trotzdem hat er sich im weiteren Verlauf im Sprachgebrauch durchgesetzt und wird gern benutzt. Kennen Sie noch andere Bezeichnungen für den Mai? Erzählen Sie doch davon.

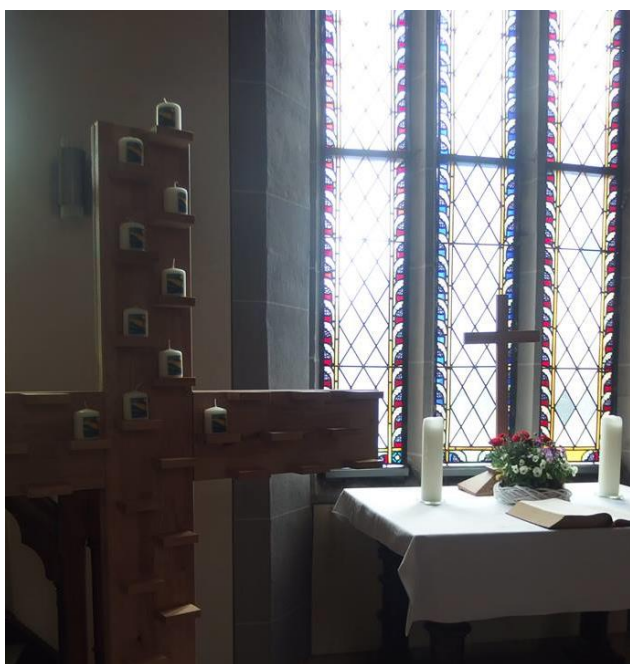
Wir wünschen Ihnen einen wonniglichen Blumenmond mit viel Sonne und all der bunten Blütenpracht, die der Mai bieten kann.

Ihr  
*Ernst-Olaf Kunde*

---

## Gedenk- und Erinnerungsgottesdienst in der Hospitalkapelle

Rührende Worte an die Hinterbliebenen, Angehörigen und Freunden unserer verstorbenen Bewohnerinnen und Bewohner zum Gedenkgottesdienst am 28. April in der Hospitalkapelle.



Jeder in unserem Haus von uns gegangene Mensch bekam durch das Anzünden einer Kerze seinen ganz eigenen Raum der Erinnerungen.

Im Anschluss an den Gottesdienst wurden bei Kaffee und Kuchen Erinnerungen an den geliebten Menschen ausgetauscht.

Der Gottesdienst wird durch Frau Cornelia Knierim, Pflegedirektorin des Hauses, unterstützt: „Es ist auch für uns immer wieder ein ganz besonderer Gottesdienst voller Emotionen und mit einer ganz besonderen Atmosphäre“.

### *Kontaktdaten Pfarrer Simon Leinweber*

Pfarramt Asbach-Eichhof  
Weihergartenstr. 4  
36251 Bad Hersfeld-Asbach  
06621-14862  
pfarramt.asbach@ekkw.de



---

## Veranstaltungen im Mai

*Freitag, 3. Mai, 15.30 Uhr, Wigbert-Saal*

Kath. Gottesdienst mit Pfarrer Bernhard Schiller

*Freitag, 3. Mai, 17.00 Uhr, Wigbert-Saal*

Ev. Gottesdienst mit Lektorin Frau Christine Laun

*Dienstag, 7. Mai, Wigbert-Saal*

Kronenkreuzverleihung an die Mitarbeiter des Hauses

*Uhrzeit entnehmen Sie bitte den gesonderten Aushang im Haus!*

*Freitag, 10. Mai, 17.00 Uhr, Wigbert-Saal*

Ev. Gottesdienst mit Prädikantin Petra Keiser-Fiedler

*Montag, 13. Mai, 15.00 Uhr, Lullus-Stube*

Gebetskreis mit Frau Becker

*Samstag, 18. Mai, 11.00 Uhr, Hospitalkapelle*

Ev. Gottesdienst zum Frühlingsfest  
mit Pfarrer Simon Leinweber

*Samstag, 18. Mai & Sonntag, 19. Mai*

Frühlingsfest im Erlebnisgarten des Hauses

*Nähere Information erhalten Sie auf der folgenden Seite!*

*Freitag, 24. Mai, 17.00 Uhr, Wigbert-Saal*

Ev. Gottesdienst mit Pfarrer Simon Leinweber

*Mittwoch, 29. Mai, 15.00 Uhr, Lullus-Stube*

Bibelgesprächskreis

*Freitag, 31. Mai, 17.00 Uhr, Wigbert-Saal*

Ev. Gottesdienst mit Prädikantin Cornelia Mohr

## Frühlingsfest

18. und 19. Mai

Erlebnisgarten Altenzentrum Hospital

**Samstag, 18. Mai**

**11:00 Uhr Gottesdienst** zur Eröffnung mit Pfarrer Simon Leinweber  
(Hospitalkapelle)

**13:00 Uhr** geführter Rundgang durch unsere Langzeitpflege  
Gerne stellen wir Ihnen unser Haus vor und informieren Sie  
über die verschiedenen Leistungsangebote

**13.30 Uhr** Zauberhafte Momente von und mit dem **Zauberkönig**

**15:30 Uhr Schlager-Parade** mit Norbert Fuhrmann  
„Musik macht Freude“ gemeinsam mit Bewohnern

**Sonntag, 19. Mai**

**11:00 Uhr Auftritt des Singkreises**

**13:00 Uhr** geführter Rundgang durch unsere Tagespflege  
Gerne stellen wir Ihnen unser Haus vor und informieren Sie  
über die verschiedenen Leistungsangebote

**15:00 Uhr** Unterhaltung & Musik von  
Alleinunterhalter und Musiker **Käpt'n James Cook**

**Für das leibliche Wohl ist an beiden Tagen gesorgt:**

**ab 11:30 Uhr** Frisches vom Grill, deftige Gulaschsuppe,  
Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt, dazu Kräuterquark  
frische Maibowle u. diverse alkoholfreie sowie alkoholische Getränke

**ab 13:30 Uhr** Verkauf von Kaffee & selbst gebackenem Kuchen

*Speisen und Getränke gerne auch zum Mitnehmen!*

---

## Verabschiedung von Schwester Brigitte

Nach über 25 Jahren verabschieden wir Schwester Brigitte in ihren verdienten Ruhestand.

Die gelernte Bürokauffrau war in unserem Haus als Pflegehilfskraft tätig. Sie hatte stets ein offenes Ohr für alle Seniorinnen und Senioren aber auch für ihre Kolleginnen und Kollegen war sie immer da.

Ihre lockeren, fröhlichen Sprüche und ihre freundliche, offene Art werden wir alle sehr vermissen. "Unsere Brigitte" ist jederzeit herzlich bei uns willkommen.



## Freiwilliges Soziales Jahr in unserer Haustechnik

Es ist durchaus bekannt, dass man im Bereich der Pflege ein Freiwilliges Soziales Jahr absolvieren kann. Was viele nicht wissen, die Möglichkeit besteht auch in anderen Bereichen unserer Einrichtung, wie zum Beispiel in der Hauswirtschaft und in der Küche. Auch in der Haustechnik bieten wir diese Möglichkeit an. Ein solches Freiwilliges Soziales Jahr ist besonders gut geeignet, um in die Bereiche von Handwerkerleistungen reinschnuppern und sich einen Überblick über die diversen Tätigkeiten zu verschiedenen Handwerkerberufen zu verschaffen. Besonders hilfreich ist ein solches Freiwilliges Jahr, wenn man eine Ausbildung in einem Handwerksberuf anstrebt, sich allerdings hinsichtlich der Berufsgruppe noch unsicher ist. Ihr Interesse ist geweckt? Oder Sie kennen jemanden, der auf der Suche nach einem solchen berufsfindenden „Überbrückungsjahr“ ist! Sprechen Sie uns gerne an!

## Wir raten alte Berufe:

- Ohne ihn und seine handwerkliche Kunst hätten die Ritter im Mittelalter es bei ihren Nahkämpfen schwer gehabt.
- Es hätte ihnen an Schlagkraft gefehlt und ihre Verletzungen wären weitaus schwerer gewesen.
- Auch die Bauern brauchten sein Können, um ihre Felder bestellen zu können.
- Sie waren die Schuhmacher der Pferde.
- Sie waren meist selbständig mit eigener Werkstatt und früher in einer Zunft (Genossenschaft) organisiert.
- Sprichwort: Jeder ist seines Glückes ....

## Wer war's?

Lösung: **Der Schmied**

Im Mittelalter fertigte er Schwerter, Schutzschilder und Kettenhemden für die Ritter, damit sie im Kampf gut gerüstet waren. Die Bauern kauften bei ihm Werkzeuge und Ackergeräte. Den Pferden beschlug er die Hufe zum Schutz mit Eisen. Der Beruf des Schmieds war angesehen. Man schätzte seine Stärke, mit der er bei großer Hitze auf das glühende Eisen einschlug und es zu formen verstand. Unter ihnen gab es auch künstlerisch begabte, die Türschlösser und Beschläge herstellten oder die Silber- und Kupferschmiede, die kostbaren Schmuck oder teure Haushaltsgegenstände anfertigten. Mit Beginn der industriellen Fertigung verschwand der Beruf des selbständigen Schmiedes weitgehend. Heute würde man ihn mit dem des Metallbauers vergleichen.



---

## „Cafe Hospital“ beim Bad Hersfelder Hessestag Ehrenamtliche Helfer gesucht!

Der Förderverein Altenzentrum Hospital e.V. wird sich am Hessestag vom 7. bis 16. Juni aktiv beteiligen und ein „Cafe Hospital“ auf der Wiese vor der Altenwohnanlage des Hauses veranstalten. Wir freuen uns darauf, in enger Zusammenarbeit mit der Stadt Bad Hersfeld, die Besucher des 59. Hessestages in einen Kaffee für alle Generationen begrüßen zu dürfen.

Neben dem Kaffee- und Kuchenverkauf soll es auch einen Informationsstand unseres Fördervereins geben. **Neben köstlicher Marmelade, welche zum Verkauf angeboten werden soll, werden an diesem die Besucher Informationen zu der Vereinsarbeit, Mitgliedschaft und zu den vom Verein organisierten Aktionen erhalten.** Sie können sich vorstellen diese Tätigkeit zu übernehmen und uns dabei zu unterstützen? Sehr gerne!

Wir freuen uns und sind dankbar für jede Unterstützung. **Natürlich bestimmen Sie selbst, wann und in welchem zeitlichen Umfang Sie ihr Ehrenamt ausüben.** Der Spaß steht hierbei stets an erster Stelle.

**Die Einteilung der Einsatzzeiten muss bis spätestens 15. Mai erfolgt sein. Ich möchte Sie bitten, sich bis zu diesem Tag mit mir in Verbindung zu setzen. Vielen lieben Dank.**

*Ihre Adriana Anders*

1.Vorsitzende Förderverein Altenzentrum Hospital e.V.

06621 5046-0

adriana.anders@gesunbrunnen.org



---

## **Sissi und Moritz: Halbstark**

*von Margitta Blinde*

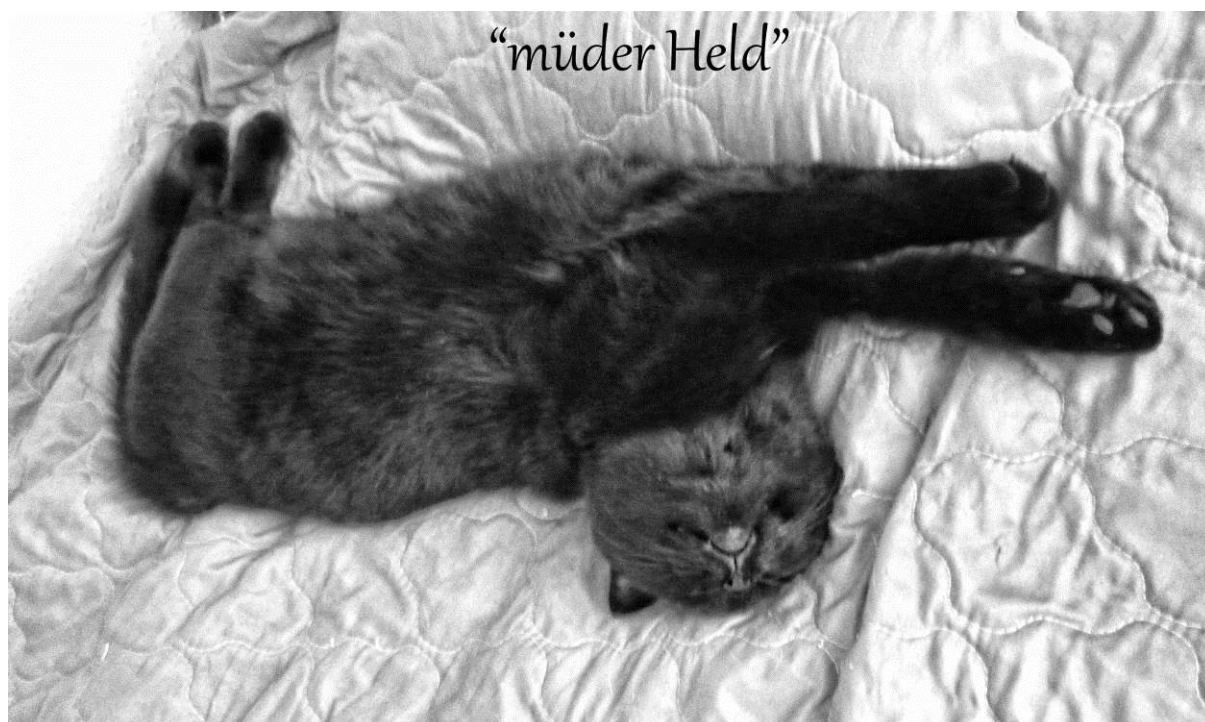
Moritz ist jetzt im schönsten Halbstarcken-Alter. Die Kindheit lässt er langsam hinter sich, er wird mutiger und naturgemäß übermütig. Er rast die Treppenstufen runter und überkugelt sich vor lauter Tempo. Gottseidank sind junge Katzen enorm gelenkig, er bleibt zwar einen Moment am Fuß der Treppe verduzt sitzen, aber dann schüttelt er den Kopf, reckt und streckt sich als wolle er testen, ob alle Glieder noch beisammen sind und richtig funktionieren und dann geht es auf strammen vier Pfoten auf zu neuen Taten!

Dinnen wie draußen gibt es jede Menge zu entdecken für einen unternehmungslustigen kleinen Kater. Doch draußen lauern auch viele Gefahren! Da ist zum Beispiel Kater Theo, der ins Nachbarhaus gehört. Theo ist noch nicht lange hier. Er ist ein rumänischer Straßenkater und über eine Tierhilfe hierhergekommen. Theo musste erst entwurmt, kastriert und geimpft werden, bevor man ihn auf die Menschheit los ließ. Die erste Zeit ist er nur im Haus gehalten worden, damit er sich in die neue Umgebung eingewöhnen kann. Wahrscheinlich kennt er gar kein Herrchen oder Frauchen, sondern ist auf der Suche nach Futter allein oder in einem Rudel durch sein Dorf gestreut.

Theo ist ein kampferprobter Veteran der Straße, der sich von einem Teenager-Kater nicht für dumm verkaufen lässt. Eines Nachmittags jedenfalls hörten wir lautes Geschrei und Fauchen in unserem Vorgarten. Als wir erschrocken runter liefen, standen Moritz und Theo auf dem Plattenweg voreinander. Sie blickten sich starr in die Augen, duckten sich und richteten sich danach wieder steil auf - und dann ging es los: mit erhobenen Vorderpfoten prügeln sie aufeinander ein. Theo teilte aus wie er es gelernt hatte und Moritz bekam es mit der Angst zu tun. Einem so starken und entschlossenen Gegner hatte er nichts entgegen zu setzen. Er zog den Kürzeren, das hieß er entdeckte die offene Haustür, durch die ich gekommen war und ver-

schwand mit einem Satz in den Flur. Theo wollte hinterher, was ich mit einem energischen Dazwischentreten verhinderte. „Theo! Ab nach Hause!“ rief ich ihm zu. Er sah mich unwillig an, fauchte empört und machte sich dann aber auf den Rückzug über die Straße in seinen Garten.

Hm, da hatte sich Moritz keinen Freund geschaffen! Am nächsten Tag sprach ich Theo`s Herrchen an: „Dein Theo vermöbelt meinen Moritz. Sag ihm, er soll das sein lassen!“. Der Nachbar grinste nur und meinte: „Wie soll ich das anstellen? Du weißt doch wie eigenwillig Katzen sind. Da habe ich keine Chance.“ Da hatte er leider Recht – wie ich nur zu gut wusste. Moritz wird lernen müssen Kater Theo aus dem Weg zu gehen, oder sein Terrain zu verteidigen, was nicht leicht sein wird. Zumindest jetzt hat er gegen den bulligen und erfahrenen Vierbeiner aus dem Nachbarhaus keine Chance! Und Sissi? Die saß auf einem Gartenstuhl und beobachtete in aller Ruhe die Kater-Kämpfe. Sie dachte gar nicht daran Moritz zu Hilfe zu kommen, obwohl es schließlich auch um ihr Terrain ging. Und Moritz zog sich nach dem Motto: „Die Helden sind müde“ auf mein Bett in Sicherheit zurück.



## Kalenderblatt Mai 2019

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

### Besondere Tage:

1.5. Tag der Arbeit  
12.5. Muttertag  
30.5. Christi Himmelfahrt

### Kalenderblatt: Mai

Gleich zu Beginn dieses Monats steht uns ein wichtiger Gedenktag ins Haus: Der erste Mai ist "Tag der

Arbeit". Er erinnert an die Arbeiterbewegung, die faire Löhne und vernünftige Arbeitszeiten gefordert hatten. Dieser Tag ist oft auch mit einem Fest verbunden: Am Vorabend wird der Maibaum aufgestellt. Am ersten Mai zieht dann eine Prozession durchs Dorf. Es wird musiziert, gefeiert, gegessen und getanzt. Ja, der Mai mit seinen warmen, sonnigen Tagen ist ein Monat des Frohsinns und des Frühlings-Erwachens!

In diesem Monat erinnern wir uns auch an Maria, die Mutter des Herrn Jesus Christus. Gleich mehrere Tage sind ihr geweiht; deshalb heißt der Mai auch "Marienmonat". Sehr bekannt ist das "Schutzmantelfest" am 24. Mai, bei dem Maria als Hilfe der Christen gebeten wird.

### Berühmte Geburtstagskinder

Die berühmte Schauspielerin Audrey Hepburn hatte am 4. Mai 1929 Geburtstag. Damit wäre sie heute 90 Jahre alt geworden. Ihr berühmtester Film: "Frühstück bei Tiffany".

Eva Perón wurde am 7. Mai 1919 geboren. Die Gattin des argentinischen Präsidenten war bei ihrem Volk sehr beliebt. Sie hätte dieses Jahr ihren hundertsten Geburtstag gefeiert.

### Unser Garten im Mai

Im Mai erreicht das Wetter einen wichtigen Wendepunkt. Bis zu den Eisheiligen (11. bis 15. Mai) muss man noch mit Nachtfrost rechnen. Danach bleiben die Temperaturen normalerweise

warm. Für Gärtner ist damit der Zeitpunkt gekommen, die Sommerpflanzen in die Erde zu setzen: Geranien, Sonnenblumen und andere feinfühligere Pflänzchen, die einen starken Frost nicht vertragen würden.


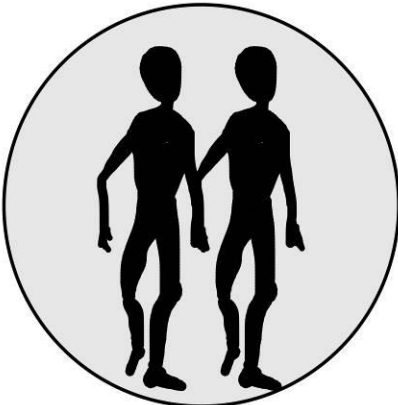
## Käfer im Mai

Mit dem warmen Maiwetter taucht eine ganz besondere Käferart auf. Sie ist so eng mit diesem Monat verbunden, dass sie sogar nach ihm benannt ist! Der Maikäfer schlüpft aus winzigen Eiern, die im Boden vergraben sind. Jetzt im Frühling tritt er scharenweise auf. Früher galt er übrigens nicht nur als Schädling, sondern auch als Nahrungsmittel. Haben auch Sie schon einmal Maikäfersuppe genossen?

## Rückblick: Heute vor 70 Jahren

Obwohl Bonn der Regierungssitz von Westdeutschland war, wirkte die Stadt doch etwas klein und unbedeutend. Das fanden zumindest die Politiker. Deshalb wurde der Ort im Mai 1969 bedeutend "vergrößert". Er wurde mit mehreren anderen Gemeinden zusammengefasst. "Groß-Bonn" brachte es auf über 270.000 Einwohner.

## Sternzeichen / Tierkreiszeichen

 <p><b>Stier</b> 21.04.2019 - 20.05.2019</p>	 <p><b>Zwillinge</b> 21.05.2019 - 21.06.2019</p>
---	--

## **Gesund im Mai: Sich regen, bringt Segen.**

Es gibt viele Sprichwörter, die uns mahnen in Bewegung zu bleiben. Das gilt insbesondere für uns Ältere. Auch wenn es manchmal schwer fällt, brauchen wir täglich ein ordentliches Maß an Bewegung, um dem natürlichen Prozess der Versteifung der Gelenke und Verkürzung der Muskeln entgegen zu wirken. In Maßen natürlich, wir wollen keine Rekorde mehr brechen. Am besten Sie bauen einfache Übungen in Ihren Alltag ein.

→ Denken Sie sich eine gerade Linie von Ihrem Bett zur gegenüberliegenden Tür oder Wand. Jetzt setzen Sie einen Fuß vor den anderen und gehen langsam auf dieser Linie entlang. Wenn Sie unsicher sind, breiten Sie ruhig die Arme aus, um das Gleichgewicht besser halten zu können. Bei Schwindel, nehmen Sie sich Ihren Rollator als Stütze zu Hilfe, oder tasten sich an der Wand entlang. Wenn möglich, heben Sie den Kopf hoch und halten den Rücken gerade. Machen Sie die Übung einmal am Tag, wenn Sie Lust haben – auch öfter. Sie dient der besseren Koordination und dem Gleichgewicht.

→ Beim Essen, Lesen oder Fernsehen: setzen Sie sich fest hin, wenn möglich auf einen Stuhl oder Sessel mit seitlicher Lehne. Strecken Sie abwechselnd Ihre Beine lang aus, das Knie kurz durchgedrückt lassen, dann langsam zurück und das Bein wieder angewinkelt auf den Boden stellen. Damit trainieren Sie die Oberschenkel und die Kniemusculatur. Auch die Durchblutung der Beine wird gefördert.



Bei allem gilt: festes Schuhwerk tragen und einen Halt suchen, damit nicht ein plötzlicher Schwindel oder ein Unwohlsein gefährlich werden können.



---

## Wissenswert: 70 Jahre Grundgesetz

Am 23. Mai 1949 verkündete der Parlamentarische Rat in einer Sitzung in Bonn am Rhein das von ihm mehrheitlich beschlossene Grundgesetz für die Bundesrepublik Deutschland. In seiner Präambel (Vorwort) hieß es:

*„Im **Bewusstsein** seiner Verantwortung vor Gott und den Menschen, von dem Willen beseelt, als gleichberechtigtes Glied in einem vereinten Europa dem Frieden der Welt zu dienen, hat sich das Deutsche Volk kraft seiner verfassungsgebenden Gewalt dieses Grundgesetz gegeben.“*

Der Parlamentarische Rat bestand aus 61 Männern und 4 Frauen, die nach intensiven Debatten und Auseinandersetzungen über eine neue, politische Ordnung abgestimmt hatten. Man hatte darum gerungen die Fehler der Weimarer Republik zu vermeiden und wollte die vollständige Abkehr vom totalitären Nazistaat. Den Vorsitz der Abgeordneten hatte der spätere erste deutsche Bundeskanzler Konrad Adenauer. Den Begriff „Verfassung“ wollte man nicht nutzen, da die Vertreter der westlichen Besatzungszonen hier allein verhandelt und abgestimmt hatten. Man wollte eine Zwei-Teilung Deutschlands damals nicht offiziell festschreiben. Insofern war das Grundgesetz von 1949 erst einmal ein Provisorium. Der Entwurf war zuvor der britischen, französischen und amerikanischen Besatzungsmacht zur Genehmigung vorgelegt worden. Mit der Unterzeichnung durch Konrad Adenauer war die Bundesrepublik Deutschland geboren.

In den folgenden Jahrzehnten wurde das deutsche Grundgesetz zum Vorbild vieler Länder in Europa, die sich von einem totalitären in einen demokratischen Staat umwandeln so zum Beispiel Spanien, Portugal und Griechenland. Später orientierten sich auch ehemalige sozialistische Staaten in Ost-Mitteleuropa wie Tschechien und Polen am Muster des Deutschen Grundgesetzes. Mit der Wiedervereinigung wurde 1990 aus dem Provisorium eine Verfassung, aber die Bezeichnung Grundgesetz blieb weiter bestehen.

---

## Gründung der BRD und DDR

Vor genau 70 Jahren, am 23. Mai 1949, wurde das Grundgesetz der Bundesrepublik Deutschland verabschiedet. Damit war eine neue Nation geboren worden.

Aber so fröhlich und feierlich dieses Ereignis auch vonstattenging, hing wie ein bitterer Schatten darüber, dass sich damit Brüder von Brüdern trennten: Die BRD umspannte nicht das gesamtdeutsche Gebiet, sondern im Osten Deutschlands entstand fast zeitgleich ein anderer Staat: die DDR. Wie war es dazu gekommen?

Nach dem Ende des Zweiten Weltkriegs 1945 hatten die Besatzungsmächte den deutschen Staat unter sich "aufgeteilt". Sie hatten verschiedene Sektoren gegründet, die unter ihrer Aufsicht standen. Leider kam es zu Spannungen zwischen den Siegermächten. Die Sowjetunion kapselte sich politisch von England, Frankreich und den USA ab. Während die letzteren drei ihre Sektoren vereinigten, blieb der ostdeutsche Sektor außen vor.

So bildeten sich aus dem früher großen deutschen Reich zwei unterschiedliche Staaten: die Bundesrepublik Deutschland (BRD) im Westen und Süden, und die Deutsche Demokratische Republik (DDR) im Osten.

Erinnern Sie sich noch an die politischen Anfänge der beiden Staaten? An die Wahl Theodor Heuss zum Bundespräsidenten, an die Berufung Konrad Adenauers zum Bundeskanzler? An das Zentralkomitee und an den Staatsrat, an Erich Honecker und Walter Ulbrich, die in der DDR regierten?

Die neue Staatsgrenze trennte Familien und Freunde. Aber so stark war die deutsche Verbundenheit, dass sie sich von der Politik nicht aufhalten ließ: "Wir sind *ein* Volk.", sagten sich die Bürger. Vierzig Jahre nach der Trennung wurde dies offiziell. Im November 1989 fiel die Mauer, die Berlin geteilt hatte, und am 3. Oktober 1990 wurden die beiden Staaten wieder vereint.

In diesem Jahr können wir somit gleich drei Jubiläen feiern: das der Gründung der BRD im Mai (70 Jahre), das der Gründung der DDR im Oktober (70 Jahre) und das des Mauerfalls im November (30 Jahre). Haben Sie alle diese Ereignisse miterlebt? Welche Erinnerungen haben Sie daran? Wie alt waren Sie damals?

## Süße, rote Versuchung

Keine Kindheit ohne Erdbeeren! Haben auch Sie früher auf dem Bauch in der Wiese gelegen und sich die reifen Früchte direkt in den Mund geschoben? Süß, rot und saftig, Erdbeeren sind einfach eine herrliche Nascherei.

Bereits im Mittelalter haben die Bauern Erdbeeren kultiviert. Die sahen damals aber noch ganz anders aus, ähnlich unseren Walderdbeeren. Größere Sorten bekamen wir in Europa erst, als Seefahrer sie aus der "neuen Welt" (Amerika) mitbrachten.



Die ersten Erdbeeren tauchen bereits Ende Mai auf den Feldern auf. Hauptsaison für die Ernte sind aber die wärmeren Sommermonate, Juni und Juli, bis hin zum August.

Heutzutage können wir Erdbeeren natürlich das ganze Jahr über naschen, da sie in wärmeren Ländern angebaut und hierher importiert werden. Aber der wässrige Geschmack dieser Importe ist nicht zu vergleichen mit dem einer vollen, reifen Frucht, die man im eigenen Garten gezogen hat!

Wie essen Sie Erdbeeren am liebsten? Als Kuchen? Mit Eis? Als Kompott? Mit Joghurt? ... Erzählen Sie uns von Ihren Lieblingsrezepten!



---

## Gemüse des Jahres 2019: Die vielfältige Gurke

Der Verein zur Erhaltung der Nutzpflanzenvielfalt (VEN) hat in diesem Jahr die Gurke zum Gemüse des Jahres erklärt. Der VEN will besonders schützenswerte Pflanzen aus unserer Kulturgeschichte vor dem Aussterben bewahren. Er gibt Tipps für seinen Anbau und die Nutzung. Dabei stehen insbesondere Pflanzen im Mittelpunkt, die für unsere Eltern und Großeltern noch regelmäßig auf dem Speiseplan vertreten waren, aber im Laufe der Zeit durch andere verdrängt wurden.

Die Gurke gehört zur Familie der Kürbisgewächse, aus der eine Reihe von Arten kultiviert wurde. Wir kennen hier bei uns die Salat- oder Schlangengurke sowie verschiedene Sorten von Einlegegurken. Die Gurken haben unterschiedliche Formen und Farben. Es gibt sogar gestreifte Sorten. Darunter auch die bekannte „Spreewaldgurke“ aus Brandenburg. Die Spreewaldgurken kennen wir als Senf- und Gewürzgurke und auch als Saure Gurke. Gurkenfelder gibt es im gesamten Spreewald. Ihr Anbaugebiet ist heute besonders geschützt.

Am Boden bilden Gurken kriechend lange Triebe mit Ranken, die sich einen festen Halt suchen. Sie braucht sowohl Wärme als auch Feuchtigkeit, um zu gedeihen. Die Pflanzen wachsen rasch und bekommen mit zunehmender Reifung eine feste Schale.

Gurken sind wasserreich und kalorienarm, sie enthalten außerdem Vitamine und Mineralien und sind damit gesund. Auch in größeren Mengen kann man sie genießen ohne eine Gewichtszunahme zu befürchten. Die Vitamine sitzen größtenteils in der Schale, so dass man beim Kauf darauf achten sollte, dass sie unbehandelt ist. In der Küche wird sie gern als Salat mit einem Dill-Dressing verwendet. Aber auch als Suppe ist sie nicht zu verachten. Die Einleggurke ist eine herzhafte Zutat zu Kartoffel- oder Fleischsalat oder als würzige Beilage zu Grillfleisch.



## Rezept von der Enkelin: Lammfleisch mit Spinat

### Zutaten:

500 g Lammfleisch  
600 g Blattspinat tiefgekühlt  
2 EL Öl  
1 TL Kreuzkümmel, ganz  
1 – 2 Zimtstangen  
5 Nelken  
3 – 4 Kardamomkapseln  
1 – 2 Lorbeerblätter  
2 Zwiebeln  
2 Knoblauchzehen  
1 TL Kreuzkümmel, gemahlen  
1,5 TL Kurkuma  
1 TL Koriander, gemahlen  
½ TL Chilli, gemahlen  
1 Becher Sauerrahm  
Salz



Spinat auftauen lassen. Fleisch in kleine Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden.

Das Öl in einem Topf erhitzen, Zimtstange, Nelken, Kardamon, Kreuzkümmel (ganz) und Lorbeer kurz darin schwenken, dann Zwiebel und Knoblauch zugeben und glasig braten. Nun die Fleischstücke dazu geben, anbraten und bei geringer Hitze schmoren lassen.

Nach ca. 15 Minuten, wenn das Fleisch weich ist, die gemahlene Gewürze, also Kurkuma, Kreuzkümmel, Koriander und Chilli, unterrühren und eine Minute weiter schmoren. Dann den Sauerrahm und den Spinat dazu geben und alles gut vermischen und auf kleiner Flamme noch 5 Minuten köcheln. Salzen und ohne Hitze noch 2 bis 3 Minuten ziehen lassen.

Mit Basmatireis servieren.

**Guten Appetit!**

## Gedichte

### Alle Vögel sind schon da

von Hoffmann von Fallersleben

Alle Vögel sind schon da,  
alle Vögel, alle.

Welch ein Singen, Musizieren,  
Pfeifen, Zwitschern, Tiriliern!  
Frühling will nun einmarschieren,  
kommt mit Sang und Schalle.

Wie sie alle lustig sind,  
flink und froh sich regen!  
Amsel, Drossel, Fink und Star  
und die ganze Vogelschar  
wünschen dir ein frohes Jahr,  
lauter Heil und Segen.

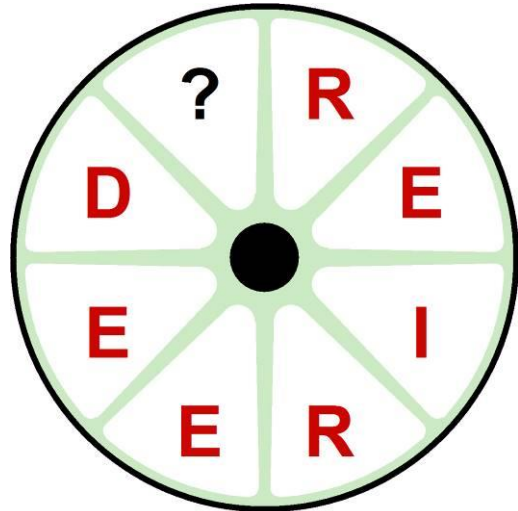
Was sie uns verkünden nun,  
nehmen wir zu Herzen:  
Wir auch wollen lustig sein,  
lustig wie die Vögelein,  
hier und dort, feldaus, feldein,  
singen, springen, scherzen.



## Rätsel

### Wortrad

Das Fragezeichen muss durch einen Buchstaben ersetzt werden, damit ein sinnvoller Begriff (im oder gegen den Uhrzeigersinn) entsteht.



Hinweis zur Lösung:  
**Schiffahrtsunternehmen**

### Brückenwörter

Die folgenden Wörter sind einzufügen: ABEND, AFFEN, BETT, FISCH, FROSCH, GEGEN, KERN, LUXUS, PASS, SCHNITT

HALB									HAUS
SUPER									YACHT
REISE									FOTO
WOHIN									ARGUMENT
FEIER									LAND
KEGEL									BLUME
DOPPEL									SOFA
ZIER									BEIN
KNALL									MANN
GRUEN									KRAFT

Hinweis zum senkrechten Lösungswort: **Forschungsreise**

## Kreuzworträtsel (mit Hilfsbuchstaben)

Vorder- asiat	▼	Chrono- meter (Mz.)	Vorname d. Schau- spielers Ventura	▼	ein Land- fahrer- volk	▼	Symbol für Christus
└		<b>U</b>		○ <sub>5</sub>			<b>X</b>
Darstel- lung Christi am Kreuz			Haus- tiere		inhalts- los	<b>N</b>	
aus- geruht	○ <sub>9</sub>		▼		▼		breit- krempi- ger mexi- kan. Hut
nicht alt	<b>N</b>		<b>U</b>	Gefro- renes	▶		▼
eng- lischer Gasthof	▶	○ <sub>1</sub>		Tier- rassen	<b>E</b>	Männer- name	
Bewoh- ner des Kantons Uri		aus diesem Grund	○ <sub>8</sub>	<b>A</b>		○ <sub>3</sub>	<b>M</b>
└			○ <sub>6</sub>		medizi- nisch: Harn- stoff		
Drucke- rei- beruf	Qua- drille- figur	Treffer beim Fußball	Eingang	<b>T</b>	<b>U</b>	<b>E</b>	○ <sub>7</sub>
└	<b>E</b>	▼	<b>Z</b>			Vorläufer der EU	
männ- liche Anrede		<b>O</b>	Wasser- strudel	▶	○ <sub>2</sub>	<b>E</b>	
└			<b>R</b>	englisch: vorüber	▶	○ <sub>4</sub>	

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Hinweis zum Lösungswort: Begehren etwas zu erfahren

## Auflösung aller Rätsel aus dem April 2019

### Auflösung Kreuzworträtsel

			K		P	N	
A	S	C	H	G	R	A	U
	P		U		O	M	A
K	O	M	M	O	D	E	
U	N	I	S		U		S
	T	E		S	K	A	T
	A	R	M	A	T	U	R
O	N	E		A		S	A
			S	T	A	R	S
	T	R	U	G		E	S
	Y		M	U	E	D	E
S	P	R	O	T	T	E	N

### Auflösung Bilderrätsel



## STREICHEN

Lösungswort Berufe raten: Die Hut- oder Putzmacherin)

Auflösung Brückenwörter (Lösungswort TUERKLINKE)

FREI		Z	E	I	T		SPANNE
HOCH			H	A	U	S	AUFGABE
KIEL		W	A	S	S	E	MELONE
HAUPT			W	O	R	T	BRUCH
STAND		P	U	N	K	T	SIEGER
ZELT				L	A	G	FELD
DRAMA				T	I	S	TENNIS
UMSCHLAG		H	A	F	E	N	DAMM
OBER		S	T	O	C	K	WERK
GROSS				T	U	E	KLINKE

## Lachen ist gesund ...

„Herr Doktor, kann ich mein Augenlicht verlieren, wenn ich zu viel Kaffee trinke?“ „Aber nein, wenn Sie darauf achten, bevor Sie trinken, Ihren Löffel immer aus der Tasse zu nehmen!“

Die Patentante zu ihrem Patenkind Charlotte: „Und denke immer daran: Der Ausgang einer Lebensgemeinschaft hängt immer vom Eingang des Vermögens ab! Vergiss das nie mein liebes Kind.“

Die Ehefrau zu Ihrem Ehemann: „Fritz, die Unerfahrenheit unserer schwangeren Tochter bezog ich nie auf ihr biologisches Wissen, sondern immer auf die Auswahl ihrer Partner.“

Ein Düsseldorfer steht mit seinem Äffchen auf der Schulter vor einem Brauhaus. Da er dringend auf die Toilette muss, bittet er eine junge Dame mal kurz auf sein Tier aufzupassen. Sie übernimmt den Affen. Eine Passantin fragt sie kurz darauf: „Darf ich fragen, von wem der ist?“ „Von einem Düsseldorfer!“ „Oh, konnten Sie das auf dem Ultraschall nicht erkennen?“



## Aus dem Poesiealbum



*Das Veilchen am Bach  
sind alle zwei herzig –  
und Du bist es auch.*



## **Fünf Finger hat die Hand**

Das ist der Daumen,  
der schüttelt die Pflaumen,  
der liest sie auf,  
der trägt sie nach Haus  
und der Kleine  
der isst sie alle alleine.



**Impressum:** Diese Zeitung ist nur für den internen Gebrauch bestimmt. Für das Impressum ist verantwortlich:

Verantwortlich: Ernst-Olaf Mende  
Einrichtung: Altenzentrum Hospital  
Straße: Hospitalgasse 1-3  
Postleitzahl / Ort: 36251 Bad Hersfeld  
Telefon: 06621 50 46 0  
Fax: 06621 50 46 50  
E-Mail: [info@badhersfeld-gesundbrunnen.org](mailto:info@badhersfeld-gesundbrunnen.org)