

# Hospital Aktiv

Altenzentrum Hospital



**September 2021**

---

## Liebe Leserinnen und lieber Leser,

---

mit dem Beginn des Septembers steht wieder der Herbst vor der Tür. Nach einem kurzen, intensiven Farbspiel der Blätter wird der Sommer mit seiner üppigen Vegetation in eine kalte, graue, nasse und windige Angelegenheit übergehen. Aber während die Tage allmählich kürzer werden, gibt es noch viele Möglichkeiten, die Schönheiten dieser Jahreszeit in sich aufzunehmen. Wie gestalten Sie Ihre Herbsttage am liebsten? Sitzen Sie jetzt gerne am Fenster und nehmen die frische Luft in sich auf, die so angenehm kühlend wirkt nach der langen Hitze des Sommers? Sie riecht würziger und kräftiger, ein wenig nach nassem Laub und Nebel. Oder wärmen Sie sich lieber am Kamin, eine Decke über den Beinen, das Radioprogramm verfolgend oder ein gutes Buch lesend?

Viele Menschen zieht es nach draußen, zu langen Spaziergängen im Wald oder über die Felder, die sich jetzt im herbstlichen Kleid schmücken, oder vielleicht auch in den städtischen Park. Dazu sollte man sich gut einpacken, am besten nach dem Zwiebel-Prinzip: mehrere Schichten Kleidung, die man nach Bedarf ausziehen kann.

Die Schauspiele der Natur im Herbst sind immer wieder eine Inspiration für Künstler. Hobby-Fotografen und -Maler halten die leuchtenden herbstlichen Farben gerne in ihren Aufnahmen und Gemälden fest. Aber auch düstere und nebelige Szenen üben eine ganz besondere Faszination auf uns aus. Welche Seite des Herbstes mögen Sie am liebsten?

Wir wünschen Ihnen eine erholsame und freudenreiche Zeit! Und vor allem: Bleiben Sie gesund bei diesem "Schmuddelwetter".

Herzlichst, Ihr



## Mobile medizinische Fußpflege kommt in unser Haus!



Andreea hat im letztem Jahr den Schritt in die Selbstständigkeit gewagt. Sie hat bereits lange Zeit vorher nebenbei als Fußpflegerin gearbeitet, wollte sich aber dem Beruf voll und ganz widmen. So bildete sie sich weiter fort und qualifizierte sich weiter, um ein Nagel- & Fußpflegestudio zu eröffnen.

Da unsere frühere Fußpflegerin in ihren verdienten Ruhestand ging und auch einige Zeit aufgrund der Corona-Schutzbestimmung keine externe Fußpflegerin ins Haus kommen konnte, kam ihre Anfrage, ob sie in unsere Einrichtung kommen darf, für uns wie gerufen.

Ihre Kunden:innen äußern sich immer sehr zufrieden und bis heute sind wir froh, dass Andreea unsere Seniorinnen und Senioren im Haus versorgt.

Sie möchten sich gern verwöhnen lassen? Andreea kommt auch gerne mit ihren mobilen Studio zu Ihnen nach Hause!

**Terminvereinbarung sind unter 0175 3627969 möglich!**



*Andreea´s*

*Nagel- & medizinisches  
Fußpflegestudio*

*Zum Steiger 4*

*36132 Eiterfeld*

## Neues von den „Hospital-Lerchen“

Vor nunmehr fast zehn Jahren begründete sich der Montags-Singkreis, damals unter der Leitung des Akkordeonspielers Gerhard Gluth, der alle Lieder aus dem Eff-Eff spielen konnte.

Nach seinem plötzlichen Tod vor zwei Jahren übernahm Gabi Kynast die Leitung, die - wie sie selbst von sich sagt - nur äußerst laienhaft das Akkordeon spielt. Die kleinen „Patzler“ verzeihen die Sänger, sie selbst gleicht es mit großer Spielfreude aus.

Seit Corona ist es schwierig geworden, „Indoor-Singen“ nicht erlaubt. So treffen wir uns in der warmen Jahreszeit - wie schon im vergangenen Jahr - draußen unter den großen alten Bäumen zum **„OFFENEN SINGEN für JEDERMANN“**

Zwischen den alten Volksliedern und den Schlagern aus vergangenen Zeiten gibt es immer viel zu lachen bei den kleinen Geschichtchen, Versen und Anekdoten, die dann vorgetragen werden.

So vergeht die Zeit jedesmal wie im Flug; alle gehen beschwingt nach Hause, schon in Vorfreude auf den nächsten Montag.

Vielleicht haben Sie auch Lust, zu uns zu kommen? - immer montags ab 15 Uhr sind alle herzlich willkommen!



*Foto: Herbert Beyer      Selbstverständlich beachten wir die Coronaregeln und halten gebührend Abstand - nur für dieses Foto sind wir mal 5 Minuten zusammengerückt.*

Gebet von Antoine de Saint-Exupery

Ich bitte nicht um Wunder und Visionen, Herr,  
sondern um Kraft für den Alltag.  
Lehre mich die Kunst der kleinen Schritte.

Mach mich findig und erfinderisch , um im täglichen Vielerlei  
und Allerlei rechtzeitig meine Erkenntnisse und Erfahrungen  
zu notieren, von denen ich betroffen bin.

Mach mich griffsicher in der richtigen Zeiteinteilung.  
Schenke mir das Fingerspitzengefühl , um herauszufinden,  
was erstrangig und was zweitrangig ist.

Ich bitte um die Kraft für Zucht und Maß , daß ich nicht durch das  
Leben rutsche , sondern den Tagesablauf vernünftig eintelle,  
auf Lichtblicke und Höhepunkte achte und wenigstens hin  
wieder Zeit finde für einen kulturellen Genuß.

Laß mich erkennen , daß Träume nicht weiterhelfen , weder über  
die Vergangenheit noch über die Zukunft . Hilf mir , das Nächste  
so gut wie möglich zu tun und die jetzige Stunde als die  
wichtigste zu erkennen.

Bewahre mich vor dem naiven Glauben , es müßte im Leben alles  
glatt gehen. Schenke mir die nüchterne Erkenntnis , daß Schwierig-  
keiten, Niederlagen, Mißerfolge, Rückschläge eine selbstverständ-  
liche Zugabe zum Leben sind, durch die wir wachsen und reifen.

Erinnere mich daran, daß das Herz oft gegen den Verstand streikt.  
Schicke mir im rechten Augenblick jemand, der den Mut hat, mir die  
Wahrheit in Liebe zu sagen.

Ich möchte Dich und die anderen immer aussprechen lassen. Die  
Wahrheit sagt man nicht sich selbst, sie wird einem gesagt.

Ich weiß , daß sich viele Probleme dadurch lösen, daß man nichts  
tut. Gib, daß ich warten kann.

Du weißt , wie sehr wir der Freundschaft bedürfen .Gib, daß ich  
diesem schönsten ,schwierigsten ,riskantesten und zartesten  
Geschenk des Lebens gewachsen bin.

Verleihe mir die nötige Phantasie , im rechten Augenblick ein  
Päckchen Güte, mit oder ohne Worte , an der richtigen Stelle  
abzugeben.

Mach aus mir einen Menschen , der einem Schiff mit Tiefgang  
gleichet, um auch die zu erreichen, die "unten" sind.

Bewahre mich vor der Angst , ich könnte das Leben versäumen.  
Gib mir nicht, was ich mir wünsche, sondern was ich brauche.

Lehre mich die Kunst der kleinen Schritte.

**Dieses schöne Gebet wurde uns unbekannter Weise übermittelt!  
Wir möchten uns auf diesem Wege bedanken!**

## Schülerstation ist eröffnet!

### „Jetzt übernehmen wir...!“

Im Rahmen der neuen generalisierten Pflegeausbildung haben wir in unserer Einrichtung eine Schülerstation eröffnet!

Im vergangenen Monat durften wir bereits drei ganz tolle Auszubildende schweren Herzens weiter ziehen lassen. Tom, Katrin und Lara haben wirklich einen super Job gemacht und die Schülerstation mit viel Engagement, Einsatz und Freude geführt.

Praxisanleiterin Meli und ihre Kollegen:innen standen den beiden in ihren Praktikumswochen mit Rat und Tat zur Seite und ziehen „den Hut“ vor ihrer Leistung. Besonders gefallen hat den Dreien die Verantwortung und das entgegengebrachte Vertrauen. Sie konnten viel über den Alltag und den Beruf einer Pflegefachfrau oder Pflegefachmannes lernen und nehmen viele schöne Momente des Berufes auf ihren weiteren Ausbildungsweg mit.

Schön, dass sie bei uns waren und dass wir unseren Teil für eine gute Ausbildung beitragen durften!



---

## Am 21. Oktober wird der neue Einrichtungsbeirat gewählt!

### Informationen rund um den Einrichtungsbeirat

#### Wahl des Einrichtungsbeirates

Der Einrichtungsbeirat kann aus Bewohner/Innen des Heimes, deren Angehörigen oder sonstigen Vertrauenspersonen bestehen. Im Altenzentrum Hospital besteht der Einrichtungsbeirat aus 5 Mitgliedern. Wahlberechtigt sind alle Personen, die am Wahltag in der Langzeitpflege wohnen.

#### Amtszeit

Die Amtszeit der Einrichtungsbeiratsmitglieder beträgt 2 Jahre.

#### Sitzungen des Einrichtungsbeirates

Innerhalb 2 Wochen nach Bekanntmachung der Wahlergebnisse findet die erste Sitzung statt. Der oder die Vorsitzende beruft die Sitzungen ein, legt die Tagesordnung fest und leitet die Verhandlung.

#### Beispiele für Aufgaben des Einrichtungsbeirates

1. Maßnahmen des Heimbetriebes, die den Bewohnerinnen oder Bewohnern des Heimes dienen zu beantragen
2. Anregungen und Beschwerden von Bewohnerinnen und Bewohnern entgegenzunehmen
3. Die Eingliederung der Bewohnerinnen und Bewohner in dem Heim zu fördern
4. Mitwirkung bei Maßnahmen zur Förderung einer angemessenen Qualität der Betreuung

#### Beispiele für Mitwirkung bei Entscheidungen

Der Einrichtungsbeirat wirkt bei folgenden Angelegenheiten mit:

1. Planung oder Durchführung von Veranstaltungen
2. Alltags- und Freizeitgestaltung
3. Unterkunft, Betreuung und Verpflegung
4. Mitwirkung bei Maßnahmen zur Förderung einer angemessenen Qualität

Weitere Informationen und Quellenangabe:

<https://www.gesetze-im-internet.de/heimmitwirkungs/BJNR018190976.html>

## **Sissi: Mein, dein, unser ... (Teil 2)**

*von Margitta Blinde*

Aus unserem Badezimmerfenster kommt man auf das ziemlich große Dach des darunter liegenden Esszimmers. Man sollte doch meinen, dass auf 20 qm Dachfläche sich zwei Katzen aus dem Weg gehen könnten? Aber, nein, nicht so Sissi und Moritz. Sissi legt sich gern mittags in die Sommersonne zwischen die Dachfenster und macht es sich da bequem. Da rollt und räkelt sie sich genüsslich hin und her und genießt die Wärme auf ihrem Fell. Es dauert nicht lange bis Moritz aus einem der Nachbargärten auftaucht und sie aufstöbert. Erst tapst er spielerisch mit seiner Pfote nach ihr, aber bald hört man ein Fauchen und Knurren und wenig später verlässt Sissi fluchtartig das Dach, um sich beim Nachbarn in Sicherheit zu bringen.

Ich habe im Haus nicht nur mehrere Schlaf, - sondern auch 2 Essplätze eingerichtet, damit unsere tierischen Kontrahenten wenigsten in Ruhe fressen können. Ein Platz ist auf dem Boden in der Küche, der andere auf dem Fensterbrett im Flur, getrennt durch eine meist geschlossene Etagentür, aber auch da schaffen sie es sich in die Quere zu kommen. Frisst Sissi oben am Fenster, kommt Moritz aus der Küche geschlendert und tut so als wolle er die Treppe runter. Eh man sich versieht, stoppt der Kater, dreht sich um und springt mit einem Satz hoch zum Fenster. Trotz seines beachtlichen Gewichts kann Moritz schnell sein, wenn er will und die Situation es erfordert. Die überraschte Sissi lässt vor Schreck das Futter fallen und rettet sich mit einem eleganten Satz auf den Boden vor ihrem Verfolger. Moritz macht sich anschließend ungerührt von ihrer Panik genüsslich über das eroberte Fressen her.

Anschließend schlendert er langsam durch das Treppenhaus und kontrolliert die anschließenden Räume, ob seine unerwünschte Mitbewohnerin irgendwo auffindbar und in Angst und Schrecken zu bringen ist. Auch draußen, im Vorgarten und auf der Straße vorm Haus sehe ich immer wieder wie der große, schwarze Kater die kleine weiße Katze jagt. Die Jagd ist nicht ungefährlich, weil beide so beschäftigt sind, dass sie nicht auf

vorbei kommende Autos achten. Unser Haus liegt zwar an einer schmalen alten Dorfstraße, aber diese ist der Durchgang zum Nachbarort und von daher zu Stoßzeiten gut befahren. Manche Fahrer vergessen auch gern abends, wenn sie nach Hause zu ihren Familien wollen, dass sie nur 30km/h fahren dürfen. Kontrolliert wird hier fast nie. Wenn dann eine unserer Katzen auf der Flucht vor der anderen plötzlich die Straße kreuzt, wird gehupt und heftig in die Bremsen gestiegen. Meist kommen dann noch aus dem herunter gelassenen Autofenster grobe Flüche und Verwünschungen von den Fahrern. Man will ja kein Tier überfahren, ist aber zu riskanten Bremsmanövern gezwungen. Sissi, die schmale, schafft es auch in Panik noch unter das Eingangstor in den Vorgarten zu flutschen. Moritz bleibt nichts anderes übrig als sich mit wenigen, kräftigen Sätzen auf die Linde beim Parkplatz in Sicherheit zu bringen. Kurz darauf entdeckte ich meine Sissi an ihrem Platz auf dem Sofa: sie schläft entspannt, eine Pfote hat sie über die Augen gelegt, um sich vor dem Licht und vielleicht Moritz zu schützen.



## Kalenderblatt September 2021

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			

Der September ist einer der wichtigsten Erntemonate. Die Natur bringt in reichem Maße hervor, was wir zur Nahrung brauchen. Noch sind viele der Sommerfrüchte und Gemüsesorten erhältlich, hinzukommen aber auch die ersten Produkte des Herbstes, wie z. B. Kürbisse oder Kohl. Das sorgt für einen herrlich vielfältigen Speiseplan!

Kein Gaumenschmaus, dafür aber ein Augenschmaus ist der "Tag des offenen Denkmals", der jedes Jahr am zweiten Sonntag im September stattfindet. Wie der Name schon sagt, öffnen bedeutende Bauwerke in ganz Deutschland ihre Türen für Besucher. Das ist vor allem bei solchen interessant, die der Öffentlichkeit sonst nicht zur Verfügung stehen. Der Eintritt ist kostenlos. Wer nicht vor Ort sein kann, findet auch im Internet viele Bilder der Gebäude. So kann er sie auf einem virtuellen Rundgang kennenlernen!

### Die Weinlese

Im goldenen Herbst beginnt die Ernte einer der beliebtesten einheimischen Früchte: der Traube. Freilich, die Bündel werden nicht nur roh genascht oder zu Rosinen getrocknet, sondern zu einem



großen Teil auch zu Wein verarbeitet. Auf dem Land liegt jetzt der leicht säuerliche Geruch nach vergärendem Obst in der Luft. Da kann man es kaum abwarten, bald den ersten Wein zu probieren!

## Revierkämpfe unter Hirschen

Wer im September durch den Wald streift, kann oft das Röhren von Hirschen hören. Das hängt mit der Brunftzeit zusammen, die jetzt beginnt. Zum einen werden Weibchen durch den Ruf angelockt, damit sich die Hirsche mit ihnen paaren können; zum anderen werden Rivalen damit eingeschüchtert und vertrieben.

## Berühmte Geburtstagskinder

Asta Nielsen, die berühmte dänische Schauspielerinnen, wäre am 11. September 140 Jahre alt geworden. Sie wurde 1881 in Kopenhagen geboren. Weltberühmt wurde sie durch ihre Rolle in Stummfilmen wie "Engelein" oder "Die freudlose Gasse".

Die Amerikanerin Serena Williams feiert in diesem Monat ihren 40. Geburtstag. Sie wurde am 26. September 1981 in Michigan geboren. Sie ist eine der erfolgreichsten Tennisspielerinnen aller Zeiten.

## Rückblick: Heute vor 155 Jahren

Am 26. September 1876 gründete der Kaufmann Fritz Henkel in Aachen das gleichnamige Unternehmen. Innerhalb weniger Jahre konnte er mit der Produktion seines "Universalwaschmittel" kaum noch nachkommen, so begehrt war es auf dem Markt. Heute ist die Marke international bekannt für ihre Reinigungsprodukte, wie z. B. "Persil", aber auch für Körperpflegemittel, wie z. B. "Schwarzkopf", und für Klebstoffe.

## Sternzeichen:

Jungfrau	24. August	–	23. September
Waage	24. September	–	23. Oktober

## Gesund im September: Luftzahlen malen

Mit zunehmendem Alter geht häufig das Gefühl für unsere peripheren (äußeren) Gliedmaßen verloren. Die Durchblutung will es nicht mehr so recht schaffen bis in die Fingerspitzen oder zu den Zehen. Dies ist aber wichtig für die Stabilität unseres Kreislaufs, damit wir beim Stehen und Gehen im Gleichgewicht bleiben können. Bei mangelnder Durchblutung besteht auch die Gefahr des Absterbens einzelner Körperteile wie Zehen oder Fingerspitzen. Deshalb ist es wichtig darauf zu achten, ob sich einzelne Finger oder Zehen kalt oder taub anfühlen. Auch wenn die Hautfarbe blass oder weiß und nicht mehr rosig durchblutet aussieht, ist Vorsicht angesagt. Manchmal verkrampfen sich die Finger auch übereinander und müssen behutsam wieder voneinander gelöst werden. Auch spezielle Medikamente können solche Symptome hervorrufen. Am besten den Arzt um Rat fragen, ob dies zutreffen kann.

Aber wir können durchaus auch selber etwas tun, um uns und unserem Körper zu helfen und die Durchblutung zu aktivieren. Da können wir mit ein paar einfachen Übungen unseren Körper unterstützen:

- Stellen Sie sich in einen Türrahmen oder an eine Wand, damit Sie sich abstützen oder auch festhalten können. Jetzt heben Sie ein Bein etwas an und malen damit die Zahl 1 auf den Boden. Das wird vielleicht nicht sofort funktionieren, aber das macht nichts. Gönnen Sie sich die Zeit zum Wiederholen und erneutem Probieren, bis es klappt.
- Nach der Zahl 1 folgen die Zahlen 2, die 3, und so weiter bis zur 9. Allerdings wäre das für den Anfang ein bisschen viel.
- Am besten, Sie nehmen sich immer drei Zahlen für eine Übung pro Tag vor. Das ist genug, um die Durchblutung in Schwung zu bringen. Anschließend wechseln Sie auf das andere Bein. Auch hier kommen wieder 3 Luftzahlen zum Einsatz. So können Sie sich und Ihrem Körper helfen in der Balance zu bleiben.

## Wissenswert: Feuerspeiende Berge

Bei Vulkanen denken viele Menschen an exotische Länder wie z.B. Indonesien oder Hawaii. Tropische Gegenden mit üppiger Vegetation, die hin und wieder von glühend heißer Magma und dunkler Asche verwüstet werden. Tatsächlich jedoch sind uns die Feuerspeier näher, als wir denken: Auch hier in Europa gibt es noch viele aktive Vulkane.

Zu den bekanntesten gehört der italienische Vesuv am Golf von Neapel, der 79 n. Chr. die Stadt Pompeji zerstörte. Innerhalb



eines Tages war die Gegend von einer meterhohen Schicht aus Vulkangestein und Asche bedeckt; mehr als viertausend Menschen verloren dabei ihr Leben.

Aber auch sein Landesgenosse, der Ätna auf Sizilien, machte unrühmlich von sich zu hören: Im Jahre 1169 löste sein Ausbruch ein Erdbeben aus, bei dem 15.000 Menschen verstarben. Genau fünfhundert Jahre spä-

ter wiederholte sich die Geschichte, diesmal allerdings mit noch mehr Todesopfern.

Heutzutage werden alle europäischen Vulkane von Wissenschaftlern aufs Genaueste überwacht, damit die Bevölkerung rechtzeitig vor einem Ausbruch gewarnt werden kann. Modernste Messgeräte nehmen jede noch so kleine Aktivität wahr, wie z. B. Erderschütterungen tief unter der Oberfläche. Spezialisten können diese Vorgänge dann einordnen und wissen genau, was gerade in dem Vulkan vor sich geht. So veranlasste die isländische Regierung vorsorglich die Evakuierung von hunderten Anwohnern, bevor der Vulkan Eyjafjallajökull im Frühling 2010 ausbrach. Dadurch kam niemand zu Schaden.

In Erinnerung geblieben ist uns dieser Ausbruch trotzdem, denn die dabei ausgestoßene Aschewolke brachte den gesamten Flugverkehr über Nordeuropa zum Erliegen. Alle Flüge wurden gestrichen; Passagiere, die kein Hotel finden konnten, wurden notdürftig auf Matratzen im Flughafengebäude untergebracht.

Sogar in Deutschland gibt es einige Vulkane. Allerdings sind keine von ihnen aktiv. Fast alle sind erloschen, d.h. sie haben ihre Vulkantätigkeit aufgegeben. Ihre Umgebung zeichnet sich jedoch nach wie vor durch eine große Fruchtbarkeit aus. Beispiele sind der Kaiserstuhl im südlichen Baden-Württemberg oder die Hessische Senke bei Kassel.

Nur zwei der deutschen vulkanischen Gebiete sind "schlafend", d.h. sie haben eine Ruhepause eingelegt, bis sie eines Tages ihre Tätigkeit wieder aufnehmen werden: die Eifel und die Oberpfalz. Bis die Riesen dort allerdings wieder aufwachen, können locker noch einige tausend oder sogar zehntausend Jahre vergehen. Geologische Prozesse spielen sich auf einer ganz anderen Skala ab als die Stunden, Tage und Monate, in denen wir normalerweise denken ...



Laacher See mit Abtei © Walter Müller

## **Wortklärung Naseweis: Von pffiffigen Kindern und Hunden**

Wenn jemand so richtig vorwitzig und neunmalklug ist, nennt man ihn einen "Naseweis". Meist sind damit Kinder gemeint, die sich frech und besserwisserisch hervortun oder die über Sachen reden, die sie noch nicht verstehen.

Ursprünglich stammt der Begriff aus der Jagd. Im Mittelalter bezeichnete man als "Naseweise" Hunde, die sehr gut darin waren, Beute aufzuspüren. Man sagte, ihre Nase sei "weise" (also gut/schlau/klug), weil sie das Wild so gut aufstöberten. Ihre Nase weise quasi den richtigen Weg. Im Laufe der Jahrhunderte wurde dieser Scharfsinn der Hunde dann auf junge Kinder übertragen, die sehr pffiffig für ihr Alter waren – und die einem diese Klugheit deutlich unter die Nase rieben.

Übrigens haben einige andere Länder, wie z.B. Norwegen und Schweden, dieses Wort von uns entlehnt. Auch sie bezeichnen einen jungen Betterwisser als "Naseweis".

## **Redewendung: Ob das ins Auge geht?**

Eine Sache, die so richtig auffällig ist, bezeichnet man auch als etwas, das uns "ins Auge sticht". Das klingt sehr schmerzhaft, ist zum Glück aber nur im übertragenen Sinne gemeint. Man kann damit zum Beispiel eine Person bezeichnen, die wie ein Paradiesvogel gekleidet ist, oder eine große Attraktion auf der Kirme. Kurzum, alles, was unsere Aufmerksamkeit erregt.

Der Ursprung dieser Redewendung ist leicht erklärt: Wenn uns etwas so nahe ist, dass es direkt vor unserem Auge steht und droht, in es hineinzustechen, dann muss uns dies auch auffallen!



## Frauensache: Groschenromane von Ärzten, Adel und ...

Ich erinnere mich noch gut an die 50er Jahre, als meine Mutter mich einmal in der Woche losschickte zum Büdchen (Trinkhalle) unten an der Straßenbahnhaltestelle. Immer Freitag, nach der Schule, drückte sie mir einen 10-D-Markschein und ein Einkaufsnetz in die Hand und dann trabte ich los die Straße runter. Ab meinem 10. Lebensjahr war dies ein wöchentliches Ritual, das auch ich in mein Herz geschlossen hatte, weil

nämlich immer etwas an mir hängen blieb von dem Geldschein. Meist blieb ein Rest von circa 1,50.- zurück, den ich dann für mich ausgeben konnte, als Lauflohn gewissermaßen. Das Büdchen hatte neben Tages- und Wochenzeitungen, Groschenromane,

Illustrierte jeder Art im Angebot, dazu Tabakwaren, Süßigkeiten und Getränke mit und ohne Alkohol.

Sogar Eis am Stiel gab es bei Frau Gehrkes, so hieß die Besitzerin. Mir machte es immer einen Riesenspaß mir etwas auszusuchen. Das wusste Mutter natürlich und hatte es mit einkalkuliert.

Wenn ich ankam, wurde ich regelmäßig gefragt: „Na, Schule aus? Dasselbe wie immer?“ Die neuen Romanhefte waren morgens geliefert worden, und sie hatte für Mutter bereits 3 zur Seite gelegt. Das waren einmal ein Lore-Roman, ein Arztroman und ein Adelsroman. Letzterer durfte nie fehlen, da meine Mutter in ihrer Fantasie eine verpatzte Gräfin war. Mit zwanzig Jahren hatte sie nämlich einen veritablen Grafen als Verehrer gehabt.



---

Sie waren mehrmals miteinander zum Tanzen aus gewesen, aber dann wurde er in den Krieg eingezogen und ist nicht mehr zurückgekommen. Hätte er aber überlebt, wäre er sicher zu ihr gekommen, hätte ihr einen Heiratsantrag gemacht und sie mit auf sein Gut genommen, wo sie Kinder bekommen und zusammen Pferde gezüchtet und glücklich bis ans Ende ihrer Tage gelebt hätten.

Auch mit den Arztromanen verband Mutter eine persönliche Geschichte. Sie hatte den Beruf einer Krankenschwester gelernt und sich natürlich immer wieder als junge Schwester in ihre jeweiligen jungen Vorgesetzten in der Klinik verliebt. Etwas Ernstes ist nie aus den Schwärmereien geworden, aber es hätte ja sein können...Dann hätte ihr Gatte eine gut gehende Landarztpraxis besessen, sie hätte ein großes Haus, 3 Kinder und einen Hund gehabt und ihre Tage wären angefüllt gewesen mit Haushalt, Kinderbetreuung und gesellschaftlichen Verpflichtungen.

Bei den Lore-Romanen handelte es sich in der Regel um reine Liebesromane. Es waren und sind immer noch romantische Kitschromane (Heile-Welt-Romane), die immer mit einem glücklichen Ende abschließen und alle nach demselben Muster ablaufen: „Kriegen sich, verkrachen sich und kriegen sich wieder“. So könnte man den Inhalt dieser Romane salopp und kurz ausdrücken. Reizende, kultivierte, schöne Mädchen oder Frauen lernen einen großen, starken, attraktiven Mann mit gutem Einkommen kennen. Man kommt sich näher und verliebt sich ineinander. Dann taucht ein Missverständnis auf, das zu einer kurzfristigen und schmerzlichen Trennung führt, bevor das Paar wieder geläutert und gefestigt für den Rest seines Lebens zusammenfindet.

Und so vertiefte Mutter sich jede Woche in die Schicksale anderer, mit der beruhigenden Gewissheit eines Happy Ends und in ihrer lebhaften Vorstellung könnte sie die jeweilige Hauptfigur sein, die mit Herz und Schmerz ihre romantische Liebesgeschichte erlebt und das genoss sie jedes Mal aufs Neue.

## Gedichte

### Sommerfäden

*von Nikolaus Lenau*

Mädchen, sieh, am Wiesenhange,  
Wo wir oft gewandelt sind,  
Sommerfäden, leichte, lange,  
Gaukeln hin im Abendwind.

Deine Worte, laut und munter,  
Flattern in die kühle Luft;  
Keines mehr, wie sonst, hinunter  
In des Herzens Tiefe ruft.

Winter spinnet los und leise  
An der Fäden leichtem Flug,  
Webt daran aus Schnee und Eise  
Bald den Leichenüberzug.

Künden mir die Sommerfäden,  
Daß der Sommer welk und alt,  
Merk' ich es an deinen Reden,  
Mädchen, daß dein Herz wird kalt!



## Rezept: Saltimbocca aus Hähnchenbrustfilet

### Zutaten (4 Portionen):

4 Hähnchenbrustfilets  
8 Scheiben luftgetrockneter roher Schinken, z.B. Parma oder Serrano  
16 Salbeiblätter  
4 EL Olivenöl  
2 EL Butter  
100 ml Weißwein  
evtl. Sahne zum Binden der Sauce

Die Hähnchenbrustfilets waagrecht durchschneiden und jeweils mit

1 Scheibe Schinken und 2 Salbeiblättern belegen; mit Stäbchen fixieren.

Die „nackte“ Fleischseite salzen und pfeffern.

Olivenöl und Butter in einer Pfanne erhitzen.

Die Fleischscheiben zuerst auf der Salbeiseite anbraten; je nach Dicke des Fleisches ca. 4 Minuten. Dann auf der anderen Seite fertig braten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und warmstellen.

Den Weißwein angießen, mit den Röststoffen des Fleisches und evtl. mit etwas Sahne zu einer Sauce rühren. Gegebenenfalls etwas nachwürzen.

Beilagen: z.B. bunter Salat, Rosmarinkartoffeln: gekochte Kartoffeln in dicke Scheiben schneiden und mit kleingehacktem Rosmarin kurz in Olivenöl braten.

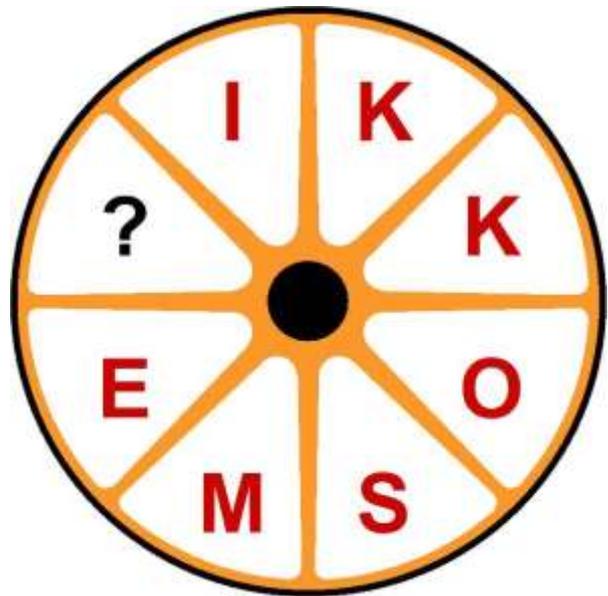


**Guten Appetit!**

## Rätsel

### Wortrad

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



### Hinweis zur Lösung:

**Körper- und Schönheitspflege**

### Brückenwörter

Die folgenden Wörter sind einzufügen: BERG, BLUT, FABRIK, FELD, GRUEN, LATEIN, LIEBE, NADEL, NAGEL, SCHADEN, VIEH, WURZEL, ZAUN, ZEIT

ZAHN												WERK
FEDER												HERDE
EISEN												GEMAESS
TOTAL												ERSATZ
EIGEN												VOLL
SPIEL												KETTE
ZIGARREN												HALLE
LAGER												HERR
JAEGER												AMERIKA
HAAR												WALD
KALT												WURST
DRAHT												EIDECHSE
DAUMEN												PROBE
LAUB												SCHNABEL

### Hinweis zur Lösung: Reanimation

## Kreuzworträtsel (mit Hilfsbuchstaben):

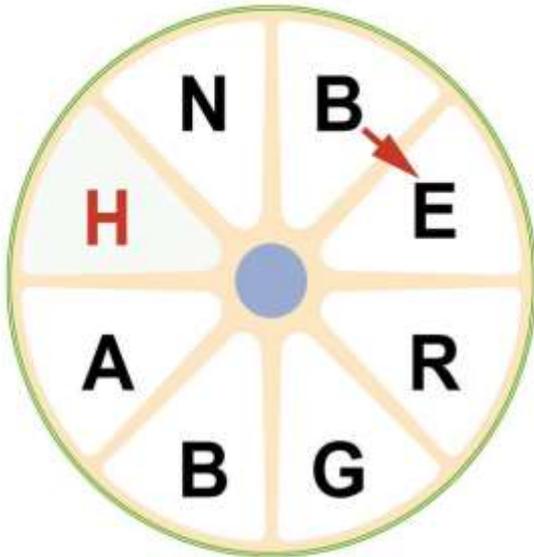
Astro- nautik	asiati- scher Teil der Türkei	↙	Export	Kunst- förderer	↘	↘	Rufname von Guevara † 1967	Gewicht der Ver- packung
↙	↘		<b>M</b>		<b>A</b>			↘ 8
Frei- heits- strafe			Wende- ruf beim Segeln	↘ 3		<b>E</b>	Nach- folger der KSZE	
↙		<b>F</b>		Wall- fahrts- ort der Moslems	↘ 5	franzö- sisch: Gold	↘ <b>O</b>	
franz., span. Fürwort: du	↘ <b>T</b>	<b>U</b>	Speise- saal für Studen- ten	↘ <b>M</b>		<b>N</b>		
↙	↘ 6	↘ 1		<b>E</b>		ehem. Haupt- stadt Chinas		westl. Militär- bündnis (Abk.)
junges Pferd	<b>L</b>		englisch: Huhn	<b>D</b>	japa- nische Münze	↘ <b>S</b>		↘
ge- flügeltes Wort		hohe Ton- qualität (Abk.)	↘ <b>H</b>	<b>I</b>		↘ 4	Antwort auf Kontra (Skat)	
↙		<b>D</b>		↘ 7		<b>A</b>	↘	
Roman von Emile Zola	↘ <b>N</b>			<b>A</b>	griechi- sche Vorsilbe: neu	↘		↘ 2

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

Hinweis zum Lösungswort: Sichtgrenze, Kimm

## Auflösung aus dem Monat August

### Auflösung Wortrad



### Auflösung Kreuzworträtsel

				R					
M	A	G	D	E	B	U	R	G	
	B	E	R	N			R	I	A
	S	T	A	N	N	I	O	L	
N	O	R	N	E		N		E	
	R	E			L	M		B	O
	B	I	L	L	I	G	E	N	
	E	D	O			N	U	T	E
	R	E	G	I	E	R	E	N	

Lösung KW: **BERGLAND**

### Auflösung Brückenwörter

HORN					H	A	U	T		PFLEGE	
RHEIN				G	O	L	D			AMSEL	
NORMAL	G	E	W	I	C	H	T			HEBER	
DREH			B	U	C	H				DRUCK	
ZUCKER				G	U	S	S			FORM	
GOLD				L	A	C	K			SCHUH	
SOMMER						H	I	T	Z	E	WELLE
APFEL				B	A	U	M			WOLLE	
AHNEN	T	A	F	E	L					RUNDE	
HAFT	D	A	U	E	R					WURST	
EDEL					W	E	I	S	S	WURST	
WURF			K	R	E	I	S			LAUF	
LAGER						F	E	U	E	R	BACH
BIMS				S	T	E	I	N		ADLER	

Lösungswort (senkrecht): **HOCHSCHULREIFE**

## Lachen ist gesund ...

Die Lehrerin zu ihrem Schüler Florian: „Was hast du denn dort für einen braunen Fleck am Arm?“ Florian: „Ein Muttermal.“ Lehrerin: „Und der blaue Fleck?“ Florian: „Ein Vatermal!“

Stehen die spitzbübigen Zwillinge Jonas und Jan vor dem Rathaus und sehen wie ein Brautpaar gerade vor dem Tor bejubelt wird. Jonas: „Und, was meinst du, sollen wir sie mal erschrecken?“ „Klar!“ Beide laufen los und rufen: „Papa, Papa...!“

„Opa, warum wackelt die Kuh auf der Wiese so heftig.“ — „Na, die weiß das du morgen Geburtstag hast und bereitet die Schlagsahne vor.“

Die Großmutter zu ihrer Enkelin Sofie: „Mein Schatz, du darfst dir mal ein Buch von mir wünschen.“ Sofie: „Dann schenk mir doch bitte ein dickes Sparbuch.“

Marta zu ihrem Mann: „Aber Ludwig, warum hast du denn für deinen Cousin kein Besteck zum Teller gelegt?“ Ludwig: „Aber, du sagst doch selber immer, ´der Frist wie ein Pferd....`!“



## Aus dem Poesiealbum

*„Heute nütz` den Augenblick.  
Morgen kommt er nicht zurück!“*



*Wartet es ab, wir werden euch schon sagen, wo es lang geht!*

**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)  
 [www.facebook.com/Altenzentrum.Hospital](http://www.facebook.com/Altenzentrum.Hospital)