

Hospital Aktiv

Altenzentrum Hospital



April 2022

Liebe Leserinnen und lieber Leser,

mit etwas milderem Wetter ist nun endlich der April herbeigekommen – und damit auch eines der bedeutendsten Feste des christlichen Glaubens: das Osterfest. Es beginnt in diesem Jahr am 10. April, dem Palmsonntag, der die Karwoche einleitet. Am Gründonnerstag, dem 14. April, gedenken wir des letzten Abendmahls, das Jesus mit seinen Jüngern hielt. Am Karfreitag trauern wir in Erinnerung an seine Verurteilung und Kreuzigung. Aber nach drei Tagen erhob er sich wieder von den Toten aus dem Grab, und so gedenken wir am Ostersonntag (17. April) seiner Auferstehung von den Toten. Sie erinnert uns daran, dass Gott stärker ist als alle Naturgesetze – und dass das Leben nicht mit dem fleischlichen Tode endet.

Es ist sicher kein Zufall, dass das Osterfest in den Frühling fällt. Die aufbrechende Natur scheint mit uns zu feiern und sich zu den Festlichkeiten zu schmücken.

Heimlich freuen wir uns aber noch aus einem anderen Grund auf Ostern, denn das Fest markiert das Ende der Fastenzeit. Seit Aschermittwoch, dem 2. März, haben strenggläubige Christen auf etwas in ihrem Leben verzichtet – zum Beispiel auf Süßigkeiten oder Zigaretten oder (ganz traditionell) auf Fleischspeisen an Freitagen. Damit haben sie an das vierzigtägige Fasten Jesus in der Wüste erinnert, ehe er vom Teufel versucht wurde.

Ab Ostern bedarf es dessen nun nicht mehr. Voller Freude dürfen sich die Gläubigen über den Osterbraten und die vielen anderen Köstlichkeiten hermachen. Nach sechs Wochen der Entbehrung tut das so richtig gut!

Wir wünschen Ihnen eine segensreiche Osterzeit und einen schönen Frühlingsbeginn!

Herzlichst,

Ihr



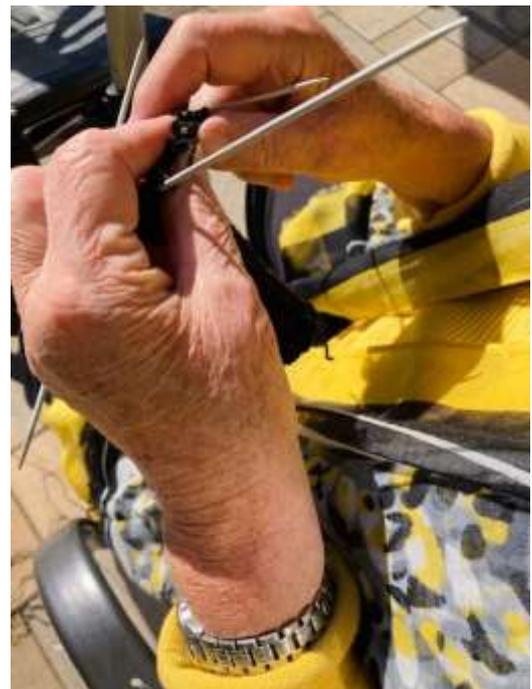
Strümpfe, Mützen, Decken aus Wolle –

Strick- und Häkelspenden für die Ukraine

Sie stricken und/oder häkeln gern? Dann ist unsere Spendenaktion vielleicht genau das Richtige für Sie! Denn wer möchte, kann sich gern, wie bereits unsere BewohnerInnen und auch schon einige Mitglieder des Singkreises an unserer aktuellen Aktion beteiligen.

Gestrickte und gehäkelte Sachen wie Mützen, Halstücher oder Strümpfe können gern als Spende in der Verwaltung des Hauses abgegeben werden. Die gespendeten Handarbeiten werden an Neugeborene und Kleinkinder in der Ukraine weitergegeben.

Herzlichen Dank!



Haben Christen einen Hang zum Leiden?

In unseren Kirchen hängen Kreuze: ein schreckliches Instrument für

Folter und Tod. Viele Bilder zeigen Jesus am Kreuz mit einer Dornen-

krone auf dem Kopf.

Als ob wir davon nicht schon genug hätten.

In den vergangenen zwei Jahren haben uns solche Bilder verfolgt,

waren Schmerz, Krankheit, Not und Tod auf bedrängende Weise in unserem Alltag gegenwärtig. Haben Christen einen Hang zum Leiden? Das ist ein alter Vorwurf: Das Christentum sei lebensfeindlich, körperfeindlich, lustfeindlich. Aber stimmt das?

Warum haben wir denn das Kreuz als Erkennungszeichen?

Weil Jesus es überwunden hat. Sein elender Tod war menschengemacht. Er war ein Aufstand gegen die Liebe. Doch Gott hat es nicht hingegenommen, dass die Gewalt das letzte Wort behält. Er hat dem Tod am Kreuz das neue und verwandelte Leben entgegengestellt. Wir erzählen vom Kreuz, weil wir von Ostern wissen, sonst wäre es doch überhaupt nicht zu ertragen. Wir erinnern uns an diese schlimme Geschichte, weil sie davon erzählt, dass die Gewalt aufhören soll. Dass sie kein Weg ist, keine Möglichkeit, dass sie sinnlos ist; und immer gegen Gott gerichtet und gegen alle Geschöpfe.

Weil der Glaube das Leben liebt, Gewalt verachtet, die Folter hasst und die Verletzlichkeit des Körpers sieht, schauen wir auf das Kreuz. So soll es eben nicht sein. Daran erinnert uns das Kreuz: Dass wir das Leben achten, den Körper, die Freude.

Das „Haupt voll Blut und Wunden“ wird verwandelt in das zugewandte Gesicht des liebenden Christus. Das nennen wir Erlösung. Sie hat begonnen. Blicken wir auf das Kreuz, dann sehen wir die schmerzvolle Gegenwart, die enden soll. Und erinnern uns, wie zerbrechlich wir sind, wie kostbar und zeigen damit einen Hang zum wahren Leben.

Die Bibel erzählt, wie die Freunde Jesu ganz unterschiedlich auf seinen Tod reagieren. Zu Ostern werden wir ihnen begegnen: Petrus hatte ein schlechtes Gewissen und war voller Selbstzweifel, Thomas war skeptisch und wollte Beweise, Maria Magdalena war untröstlich, und die zwei Jünger auf dem Weg nach Emmaus waren enttäuscht. Doch Jesus stellt sich auf die verschiedenen Herzenszustände seiner Freunde ein und erreicht sie alle mit der erstaunlichen Gewissheit: Er lebt! Deshalb feiern wir Ostern. Und wer Ostern kennt, kann nicht verzweifeln. Halleluja!

Eine schöne und gesegnete Oster- und Frühlingszeit
wünscht Ihnen

Ihr Pfarrer Simon Leinweber

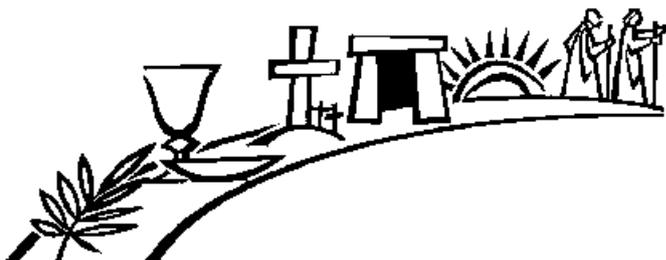
Kontakt:

Pfarrer Simon Leinweber

Weihersgartenstr. 4, 36251 Bad Hersfeld-Asbach

06621 – 1 48 62

E-Mail: pfarramt.asbach@ekkw.de





Neues von den „Hospital-Lerchen“

Mit diesem Gedicht von Cäsar Otto Fleischlen (1864 - 1920) grüße ich Sie alle herzlich im launischen April, der ja bekanntlich macht, was er will. Er lässt sein wohlbekanntes „blaues Band“ durch die Lüfte flattern - spüren Sie es auch? - der Osterhase wird in diesem Jahr seine Eier im April verstecken.

Wussten Sie, dass Heinz Erhardt ein Gedicht über „Ostern in Hersfeld“ geschrieben hat? In Anlehnung an ein Gedicht von Gerhard Uhde dichtete er:

Das Pechmariechen

Zu Ostern in Hersfeld die Mutter spricht:

„Bald ist es Zeit für das Festtagsgericht!

Drum gehe, Mariechen, hinab in den Keller
und fülle mit Sauerkraut hier diesen Teller!“

„O Mutter, o Mutter, mir träumte neulich
von einem Mann - der Mann war abscheulich ...!

Ach, lass uns den Keller vergessen:
woll'n wir was anderes essen?“

„Mein Kind, mein Kind, ich seh es genau:
du kommst in die Jahre, wirst langsam Frau,
siehst überall Männer, die lauern -
geh, hol von dem Kraut, von dem sauern!“

Mariechen tut es - sie schreitet hinab,
hinab in den Keller, der finster wie's Grab -!
Hier füllst sie den Teller, den Teller von Blech - -
doch solange sie auch füllt, es kommt kein Mann!
So'n Pech! (Darum: Pechmariechen!)

Im Singkreis singen wir nun:

„Wenn der Frühling kommt, dann bring ich dir
Tulpen aus Amsterdam ...“

und auch das im letzten Heft angesprochene
„Im Frühtau zu Berge wir ziehn, fallera ...“

Singen Sie doch mal mit! - oder hören Sie einfach nur zu!
Sie sind herzlich eingeladen:

***Immer montags ab 14:30 Uhr im Wigbertsaal
oder bei schönem Wetter im Erlebnisgarten...***

Wir freuen uns auf Sie!

Ihre Gabi Kynast



Sissi: Nala und der Body

von Margitta Blinde

Die ersten Tage nach der Sterilisation waren für Nala nicht leicht. Ihr kleiner Körper musste den Schrecken der Operation und der Betäubung noch verarbeiten. Auch ihre unbekümmerte Psyche hatte einen Knacks bekommen. Sie war schreckhaft, zuckte bei jedem Geräusch zusammen und versuchte sich zu verstecken. Das ging aber nicht mehr so leicht wie vorher. Der Body, den man ihr in der Praxis noch unter der Narkose angezogen hatte, zwickte und hinderte sie in der Bewegung. Ihr Körpergefühl war gestört und sie hatte ihre vier Pfoten nicht mehr richtig in der Gewalt. Zumindest kam es ihr so vor. Sie stakste vorsichtig über den Boden als ginge sie über Eis. Es sah komisch aus, aber meine Tochter verbot sich ein Lachen, weil das Tierchen so verunsichert war.

Meist verzog sie sich nach einem kurzen Ausflug zum Fressnapf wieder auf die weiche Decke in der Zimmerecke und sank erschöpft in ein Schläfchen. Der Body soll verhindern, dass sie ihre frischen Narben untersucht und daran leckt. Auch besteht die realistische Gefahr, dass sie die noch heraushängenden Fäden erwischt und sie versehentlich zieht. Das musste unter allen Umständen vermieden werden, weil es einen sofortigen Besuch beim Tierarzt notwendig machen würde. Die Gefahr der Verunreinigung der Wunden und einer nachfolgenden Sepsis war einfach zu groß. Es half nichts, Nala musste sich an das ungewohnte Kleidungsstück gewöhnen, zumindest für die vorgeschriebenen 7 Tage nach dem Eingriff. Mit fortschreitender Besserung versuchte sie allerdings immer wieder eine Pfote in den engen Kragen am Hals zu bekommen. Der sah enger aus, als er letztlich war, da das Material ein dehnbarer Baumwollstoff war – ähnlich einem T-Shirt. Bis zum Ende der verordneten Tragezeit sollte es aber dabeibleiben. Nala probierte immer wieder den Body irgendwie los zu werden. Vermutlich rieb sich ihr Fell stellenweise am Stoff und das verursachte einen zusätzlichen Juckreiz zu den allmählich verheilenden Wundrändern. Aber das konnte man ihr nicht ersparen, da musste sie durch!



Durch den Schock über die Operation und die gesundheitlichen Folgen wurde Nala sehr anhänglich und liebebedürftig. Auf Schritt und Tritt folgte sie Herrchen und Frauchen, wollte hochgenommen und gestreichelt werden – so gut wie das mit dem Body ging. Am liebsten rollte sie sich auf dem Schoß ihrer Besitzer ein, um sich auszuruhen. So dicht

bei ihren liebsten Menschen fühlte sie sich endlich wieder geborgen und sicher. Sie fing an ihre Pfötchen zu lecken und mit der Zeit ließ sich auch wieder ihr leises Schnurren hören. Hatte sie in den ersten Tagen nur wenig gefressen, so stellte sich auch langsam wieder ihr Appetit ein. Mit einem lauten Miauen macht sie auf sich und ihren Hunger aufmerksam und einem Spielchen mit der kleinen Plastikmaus ist sie auch nicht mehr abgeneigt. Das Leben normalisiert sich wieder.

Schließlich ist eine Woche rum und beim Tierarzt wird die Wunde sorgfältig gecheckt. Alles ist gut verheilt und auf den Body kann jetzt verzichtet werden! Kaum ist Nala wieder Zuhause, setzt sie sich hin und beginnt sich zu putzen. Die Prozedur ist langsam, sorgfältig und ausführlich, so als ob sie ihren Körper wieder in Besitz nehmen will. Das Lecken dient nicht nur der Sauberkeit, es ist auch eine Art Massage, die den Kreislauf und die Durchblutung anregen. Bald liegt eine zufrieden schnurrende Nala in ihrem gemütlichen Körbchen und gönnt sich nach all den Strapazen eine erholsame Runde Schlaf.

Kalenderblatt April 2022

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Besondere Tage
				1	2	3	10.4.2022 → Palmsonntag 14.4.2022 → Gründonnerstag 15.4.2022 → Karfreitag 17.4.2022 → Ostersonntag 18.4.2022 → Ostermontag 24.4.2022 → Weißer Sonntag 30.4.2022 → Walpurgisnacht
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		

April - ein launischer Wettergott

"April, April, macht was er will!", so lautet eine alte Bauernweisheit. Sie bezieht sich vor allem auf das Wetter in diesem Monat, das vom heiteren Sonnenschein bis hin zu verheerenden Hagelschauern schwanken kann. Sogar plötzlich auftretende Fröste sind im April keine Seltenheit. Bauern und Hobbygärtner sind deshalb extra vorsichtig, noch keine empfindlichen Pflanzen in den Boden zu setzen.

Früher wurde das wechselnde Wetter im April sogar mit der Meinung von Frauen verglichen, die sich angeblich auch ständig ändert! Heute sind solche Sprüche zum Glück vom Tisch. Die heftigen Wetterextreme lassen sich auf ein ganz natürliches Phänomen zurückführen. Die Vermischung von Kalt- und Warmluft. Wenn die Sonne im Frühling an Kraft gewinnt, kann es zu großen Temperaturgefällen in den verschiedenen Regionen Europas kommen. Im Norden ist es noch kalt, im Süden schon warm ... Dadurch wird Mitteleuropa zu einer Art Spielball zwischen den Extremen. Das legt sich zum Glück bald. Im Mai sieht das Wetter schon wieder beständiger aus!

Ätherischer Tänzer

Jetzt im April kehren die ersten Schmetterlinge in unsere Gärten zurück. Es sind jedoch nicht dieselben wie im vergangenen Jahr, denn die meisten waren vor dem Winter gestorben. Ihre Nachkömmlinge, die Raupen, hatten sich in eine Winterstarre

begeben und schlüpfen nun im Frühling. Damit beginnt ein neuer Lebenszyklus für diese ätherischen Schönheiten!

Berühmte Geburtstagskinder

Vor genau 570 Jahren, am 15. April 1452, wurde in Italien einer der bedeutendsten Gelehrten aller Zeiten geboren: Leonardo da Vinci. Er war ein wahrer Tausendsassa, der sich als Maler, Gelehrter, Physiker, Architekt und Ingenieur betätigte.

Am gleichen Tag, allerdings Jahrhunderte später, kam Wilhelm Busch zur Welt. Geboren am 15. April 1832 in Niedersachsen, entwickelte er sich zu einem der besten humoristischen Zeichner Deutschlands. Unvergessen sind seine Bilder-geschichten um "Max und Moritz".



Das hält den Gärtner auf Trab

Während es nun an allen Ecken und Enden grünt und blüht, gibt es im Garten einiges zu tun! Den Rasen vertikutieren, neue Pflanzen in die Erde setzen, eventuell auftreibendes Unkraut beseitigen. Da das Wetter so unbeständig ist, müssen Hobbygärtner rasch auf Veränderungen reagieren. An sonnigen, warmen Tagen gilt es, die Pflanzen zu bewässern; an kalten Tagen hingegen müssen sie vor Nachfrösten geschützt werden.

Rückblick: heute vor 70 Jahren

Am 25. April 1952 entstand das Bundesland Baden-Württemberg, wie wir es heute kennen. Zuvor war es in die kleineren Gebiete Baden, Württemberg-Baden und Württemberg-Hohenzollern zerteilt gewesen. Deren Bewohner waren teilweise gar nicht so erfreut gewesen über die Fusion. Viele Badener hätten lieber ihr eigenes Bundesland gebildet. Die Württemberger hingegen hatten mit einer großen Mehrheit für den Zusammenschluss gestimmt.

Sternzeichen



Widder
21. März - 20. April



Stier
21. April - 21. Mai

Gesund im April: Der Kümmel

Der Kümmel, dieser wird auch Wiesen- oder Gemeiner Kümmel genannt, gehört zu den ältesten Gewürzen der Welt. Er kommt ursprünglich aus Vorderasien und den Mittelmeerländern. Aber auch in Indien, Nepal und Pakistan kennt man ihn. Meist wächst er an Wiesen- oder Wegrändern, oder auch am Waldesrand. In den Alpen kommt er auch in höheren Lagen vor. Kümmel liebt einen sonnigen Standort und einen schweren, lehmigen Boden. Die sommergrüne Pflanze kann bis zu 1 Meter hoch werden. Kümmel ist nicht nur ein Gewürz, er gehört auch zu den Heilkräutern. Der charakteristische Kümmelgeruch entwickelt sich erst, wenn die Samen reif sind. Werden die Samen im Mörser zerdrückt, steigt einem der typische Kümmelduft in die Nase. Hierbei werden auch die ätherischen Öle des Kümmels freigesetzt.

In der Küche verwendet man ihn schon seit mehr als 1000 Jahren zum Brotbacken. Auch als schmackhafte Zutat zu Kohlgerichten wird er gern eingesetzt. Er hilft zuversichtlich gegen die Blähungen, die Kohl häufig hervorruft. Magenberuhigend wirkt auch der Kümmelschnaps oder ein Tee. Aus dem Norden Europas kamen einst hochprozentige Schnapssorten mit Kümmel und erfreuen sich noch heute großer Beliebtheit. Der bekannteste ist der klare Aquavit. Kümmellikör ist süßer und besonders in und um Hamburg beliebt.

Auch bei fettigen Speisen wie Schweinshaxen, Bratkartoffeln und Speck tut die Zutat von Kümmel der Verdauung gut. Kümmel wird auch gern zu bestimmten kräftigen Käse- oder Backsor-

ten dazu gegeben. Die Engländer essen sogar Kümmelkuchen und Pudding. Aber das ist Geschmacks- oder Gewohnheitssache.

Schon im Mittelalter wurde Kümmel als Heilpflanze bei Magen- und Darmerkrankungen eingesetzt. Die ätherischen Öle des Kümmels wirken bei Verdauungsstörungen, Völlegefühl, Magenkrämpfen, Durchfall und Gelenksbeschwerden. Am besten man bereitet ihn als Tee zu, vielleicht mit einem Zusatz von Fenchel und Anis. So ist er ein beliebtes und bewährtes Hausmittel in der Säuglingspflege. Kümmelöl hat eine durchblutungsfördernde Wirkung und hilft, äußerlich angewandt, auch bei verkrampften Muskeln.

Redewendungen: Eine Geste der Versöhnung ...

Wir alle haben in unserem Leben so manche Fehler begangen. Wir haben andere verletzt und Sachen gesagt, die wir sehr bereut haben. Desgleichen haben wir auch von anderen so manches erleiden müssen. Anstatt einen Groll zu hegen, war es doch immer schön, wenn wir uns die Hand reichen konnten, um die Sache wieder aus der Welt zu schaffen.

Diese Redewendung, "jemandem die Hand zu reichen", entstand aus einer der ältesten Gesten der Welt. Früher, als den Menschen noch kein Papier zur Verfügung stand, wurden Absprachen per Händedruck besiegelt. Das konnte der Verkauf einer Ziege sein oder das Einverständnis zur Ehe. Die beteiligten Parteien reichten sich die Hände. Das Gleiche galt auch für zwei verfeindete Stämme, die ihre Kämpfe beendeten und stattdessen einen Kompromiss eingingen. Sie reichten sich die Hände, um den Frieden zu besiegeln.

Heutzutage ist dies nicht mehr nötig, denn Käufe werden normalerweise vertraglich festgehalten, und bei Versöhnungen fällt man sich oft auch einfach mal in den Arm. Aber die uralte Geste des Händereichens ist uns noch immer so selbstverständlich, dass wir sie fest in unserem Wortschatz mit uns tragen.

Walpurgisnacht: Tanz um das höllische Feuer



Im Schutze der Dunkelheit schleichen sie sich aus ihren Häusern. Sie besteigen ihre Besen und schwingen sich in die Lüfte. Ihre vorher noch so normal aussehenden Frauengestalten beginnen sich zu verändern. Sie werden zu hässlichen, entstellten Hexen, die mit einem teuflischen Gackern gen Blocksberg rasen. Dort tanzen sie mit Ihresgleichen durch die Nacht, in einer wilden Orgie, er-

leuchtet nur vom Flackern des Höllenfeuers. Es ist Walpurgisnacht: der wichtigste Hexensabbat des ganzen Jahres, an dem der Teufel selbst seine Diener herbeizitiert.

Gräuliche Dinge vollziehen sich bei diesem Fest. Die Zauberinnen lassen es blitzen und donnern, sie schwelgen in Speis und Trank, sie küssen den After des Teufels, sie furzen und schreien, sie kreischen wild ... Die letzte Hexe, die zu den Festlichkeiten eintrifft, wird in Stücke gerissen und den anderen als Mahl vorgesetzt.

Es sind furchteregende Legenden, die vor vielen Jahrhunderten entstanden und sich lange im Volksglauben hielten. Verewigt wurden sie zum Beispiel in Goethes Tragödie "Faust", in Theodor Storms Gedicht "Walpurgisnacht" oder auch (etwas moderner) in der Erzählung "Die kleine Hexe" von Ottfried Preußler.

Der Ort, an dem dieser Hexentanz stattfindet, gibt es tatsächlich, er ist aber ein ganz harmlos aussehender Bergrücken im Harz, der "Brocken" genannt wird. Charakteristisch ist seine urtümliche Vegetation, die eher an Skandinavien erinnert. Da er mit seinen 1141 Metern Höhe über die natürliche Waldgrenze hinausragt, kann das Wetter recht ungestüm werden. Ein starker Wind treibt dem Wanderer Tränen in die Augen; dichter Nebel verschleiert seine Sicht; im Winter kommt es zu heftigen Schneefällen. Aber

bei gutem Wetter ist die Aussicht atemberaubend. Man überblickt den Harz bis hin zum Großen Inselsberg (Thüringen), Petersberg (Halle an der Saale) oder dem Köterberg (Weserland).

Zur Walpurgisnacht vom 30. April auf den 1. Mai, wenn sich dieser unscheinbare Berg in einen Tanzplatz für Hexen und Dämonen verwandelt, hüteten sich die Bewohner der umliegenden Dörfer früher tunlichst, ihre Häuser zu verlassen. Sie brachten drei Kreuze an ihren Türen an, um sich zu schützen: Das sollte die Teufelsdiener davon abhalten, auf ihrem Weg zum oder vom Blocksberg Unheil mit ihnen zu treiben.

Heutzutage sind die Bewohner des Harzes mutiger und gesellen sich zum bunten Treiben dazu. In bunten Verkleidungen ziehen sie durch die Dörfer, und zu fröhlicher Musik tanzen sie um das Hexenfeuer! Das einst gräuliche Treiben hat sich zu einer beliebten Frühjahrstradition entwickelt – denn Hexen nimmt heute niemand mehr ernst ...



Fritz Rowber, Walpurgisnacht, um 1910. © Museum Abtei Liesborn

Persönlichkeiten: Doris Day



Doris Day zählt zu den beliebtesten Schauspielerinnen des 20. Jahrhunderts. Bekannt vor allem durch romantische Komödien für die ganze Familie, war sie ein wahres All-Round-Talent. Neben der Schauspielerei war sie auch als Sängerin berühmt und hätte auch als Tänzerin Karriere gemacht, wenn ihre Gesundheit dies zugelassen hätte.

Geboren wurde sie am 3. April 1922, also vor genau einhundert Jahren, unter dem Namen Doris Mary Anne Kappelhoff in Ohio (USA). Der typisch deutsche Name erklärt sich daher, dass ihre Großeltern sowohl mütterlicher- als auch väterlicherseits ursprünglich aus Deutschland stammten. Den Künstlernamen "Day" legte sie sich erst später zu, im Alter von 17 Jahren.

Schon als Kind fühlte sie sich zur Bühne hingezogen, vor allem zum Tanzen. Ihr Traum, Tänzerin zu werden, wurde jedoch zunichte, als sie im Alter von 15 Jahren in einen Autounfall verwickelt wurde, der ihr Bein schwer verletzte. Während ihrer Konvaleszenz begann sie, zu der Musik im Radio mitzusingen. Das bereitete ihr eine solche Freude und sie zeigte ein solches Talent, dass sie bald Gesangsstunden bekam und sich zu einer professionellen Sängerin entwickelte.

Der Durchbruch gelang ihr 1945, im Alter von nur 23 Jahren, mit dem Song "Sentimental Journey". Es folgten viele weitere Hits, wie z.B. "Love Somebody" (1948), "Secret Love" (1954) und "Que Sera, Sera" (1956). Daneben engagierte sie sich auch als Schauspielerin, u.a. in dem Hit "Schwere Colts in zarter Hand" (1953) und "Bettgeflüster" (1959). Obwohl sie nie eine formelle Ausbildung genossen hatte, wurde sie durch ihre charismatische Ausstrahlung ein Publikumsliebbling.

Ein Herzensanliegen war ihr der Tierschutz. 1978 gründete sie die Doris Day Animal Foundation und zehn Jahre später die Doris Day Animal League, die sich beide für das Wohlergehen von Tieren einsetzen. Während sie als Schauspielerin arbeitete, ach-

tete sie immer darauf, dass die Tiere am Set gut versorgt wurden – sonst verweigerte sie die Mitarbeit.

Doris Day war vier Mal verheiratet. Der Musiker Al Jordan, den sie bereits im Alter von 19 Jahren heiratete, misshandelte sie so brutal, dass sie sich bereits nach zwei Jahren wieder von ihm trennte. Die beiden hatten einen Sohn, Terry, ihr einziges Kind. Drei Jahre später heiratete sie den Musiker George Weidler, aber auch diese Ehe hielt nur drei Jahre. Es folgte der Filmproduzent Martin Melcher, mit dem sie siebzehn Jahre lang zusammenblieb, bis zu seinem Tod. Ihr letzter Ehemann war der Oberkellner Barry Comden; die beiden trennten sich nach sechs Jahren.

Doris Day verstarb am 13. Mai 2019, im hohen Alter von 97 Jahren, an einer Lungenentzündung.

Wissenswert: Unruhige Nervenzellen

Eine der Krankheiten, die vor allem mit dem Alter in Verbindung gebracht werden, ist der Morbus Parkinson. ("Morbus" ist lateinisch und bedeutet schlicht "Krankheit".) Er kann zwar auch bei jüngeren Menschen vorkommen, tritt meist aber erst im Alter von 50 bis 70 Jahren auf. In Deutschland ist etwa ein Prozent der über 60-jährigen davon betroffen.



Charakteristisch ist ein unablässiges Zittern der Glieder, das von den Betroffenen nicht kontrolliert werden kann. Deshalb war Parkinson früher auch als "Schüttelkrankheit" bekannt. Hinzu kommen andere motorische Einschränkungen, wie z. B. langsame Bewegungen, Muskelstarre und eine gebeugte Haltung. Aber auch die Psyche verändert sich. Die Betroffenen berichten oft von depressiven Stimmungen und Ängsten. Sie haben Schwierigkeiten, sich zu konzentrieren, und leiden ggf. unter Halluzinationen.

Wissenschaftlich beschrieben wurde diese Krankheit zum ersten Mal 1817 durch den englischen Arzt James Parkinson, nach dem sie dann auch benannt wurde (allerdings erst lange nach seinem Tod).

Was genau den Morbus Parkinson auslöst und wodurch man ihm vorbeugen könnte, ist leider noch nicht bekannt. Deshalb konzentrieren sich die behandelnden Ärzte vor allem darauf, die Symptome der Betroffenen durch Medikamente zu lindern.

Einer der berühmtesten Patienten ist der amerikanische Schauspieler Michael J. Fox, der junge Star der Serie "Zurück in die Zukunft". Er erkrankte im Alter von dreißig Jahren an Parkinson. Es gelang ihm lange, dies vor der Öffentlichkeit geheim zu halten. Als er sich schließlich öffentlich dazu bekannte, war dies ein Meilenstein für alle an Parkinson Erkrankten – endlich war das Tabu um diese Krankheit gebrochen und es konnte auf internationaler Ebene offen darüber gesprochen werden.

Heute wird jedes Jahr am **11. April** der Welt-Parkinson-Tag begangen, an denen verschiedene Organisationen auf diese Krankheit aufmerksam machen. Sie wollen durch gezielte Aufklärung dazu beitragen, dass sich die Situation für Betroffene und ihre Angehörige verbessert.

Wer sich näher zu diesem Thema informieren möchte, kann sich z.B. an die Deutsche Parkinson Vereinigung, die Deutsche Gesellschaft für Parkinson und Bewegungsstörungen oder an das Kompetenznetz Parkinson wenden.



Rezept: Curry-Eiersalat

Zutaten (4 Port.):

4 Eier
½ Brathähnchen
(fertig vom Imbiss)
½ mittelgroße Mango
oder ½ Apfel
3 Frühlingszwiebeln
1 Handvoll TK-Erbsen
einige Salat- oder Chicoree-
blätter zum Dekorieren

Salatsauce:

150 g Joghurt, 10 %ig
wenige EL Milch
4 Stengel Petersilie
1 Knoblauchzehe
2-3 EL Zitronensaft
2 EL mildes Currypulver
½ TL gem. Koriander
½ TL Cayennepfeffer
Pfeffer und wenig Salz
½ TL Zucker



Die Eier 9 Min. kochen und abkühlen lassen, Erbsen 3 Min. garen. Die Haut des Brathähnchens abziehen und das Fleisch in kleine Stücke zupfen oder schneiden. Mango oder Apfel in kleine Scheiben und die Eier in grobe Stücke schneiden.

Petersilie kleinschneiden, mit der geriebenen Knoblauchzehe und den anderen Zutaten der Salatsauce mischen; Eier, Mango/Apfel, Erbsen und Hähnchenfleisch nun darunterheben und mit den Salatblättern anrichten. Schmeckt gut mit Baguette oder Giabatta. **Guten Appetit!**

Lachen ist gesund ...

Oma Berta zu ihrem Enkel: „Warum hast du denn alle Ostereier so schnell weggegessen. Hast du gar nicht an deinen kleinen Bruder gedacht?“ Enkel: „Aber ja doch Oma, deshalb war ich ja so schnell!“

„Meine liebe Tochter, du bist nun alt genug zu erfahren, dass es den Osterhasen und auch den Weihnachtsmann gar nicht wirklich gibt. Das war immer ich!“ „Ach Papa, das weiß ich doch schon längst. Nur der Klapperstorch, das war Onkel Klaus.“

Sabine zur Freundin: „Herr Blumenthal kann selbst im Urlaub nicht abschalten und mal zu Ruhe kommen. Du glaubst es mir nicht, er nimmt auch hier sogar seine Sekretärin mit!“

Osterhase zum Schneemann: „Möhre her oder ich föhn dich!“



Rätsel

Sudoku

Sudoku ist ein Zahlenrätsel. In die freien

Kästchen trägt man die Ziffern von 1 – 6 so ein, dass

- in jeder Zeile
- in jeder Spalte

die Ziffern von 1- 6 vorkommen.

		4	5	3	
	5				2
		2		4	6
	1		2		
6				1	
	4	3	6		5

Brückenwörter

Die folgenden Wörter sind einzufügen: BILD, BOCK, BOHNEN, BROT, FELD, GAST, GOLF, KREBS, LEIB, SPRUNG, STERN, TURM, WINKEL, WITZ

MARS							SALAT
WEIT							SCHANZE
MINI							PLATZ
WACH							FALKE
WEIT							HAKEN
TRAUM							SCHIRM
FLUSS							TIER
STAMM							HAUS
WEINBRAND							KRAUT
ABEND							TALER
VERB							WACHE
ABEND							ERWERB
WASSER							WURST
ABER							FIGUR

Lösungswort: Schwebefahrzeug auf dem Wasser

Kreuzworträtsel (mit Hilfsbuchstaben)

Abfallbehälter im Büro	▼	Gruppe Gleichgesinnter	ein Körperteil	Abgabe an den Staat	▼	Gefolge	▼	▼	französischer unbest. Artikel
kleine Wohnung	▶			R			○ ₂		T
kleines Grundstück	▶		○ ₇				L		ein Havelsee in Berlin
○ ₄	○ ₃	R		abweichende Strecken		Ehemann		Sinfonie Beethovens	▼
bewandert	E		Insel vor Athen	▶		▼	▼	▼	
ein Wildgericht	▶		○ ₆	○ ₁	R			E	
▶			Grenzschutzeinheit (Abk.)	W	„heilig“ in span. Städtenamen		französisch: eins	▶	
Schneegleitbrett		optimal, hervorragend	▶			T			S
Popmusik aus Jamaika	○ ₉			G	○ ₅		französisch: dich	▶	
Reinigungsgerät	▶				N	Binnenwasser	▶	○ ₈	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	

Hinweis zum Lösungswort: Mitfahrer

Wortquadrat

Dieses Quadrat mit den 9 Buchstaben enthält ein Wort. Verbinden Sie die Buchstaben mit dem Stift so, dass sich das gesuchte Wort ergibt.

O	T	S
S	T	E
E	R	N

Auflösung aus dem Monat März

Auflösung Kreuzworträtsel



PERUANER

Auflösung Bilderrätsel





Aus dem Poesiealbum
„Gedenke meiner oft und gern,
gedenke meiner nah und fern,
gedenke meiner noch im Grab,
wie sehr ich dich geliebet hab.“



Winter ade!
Scheiden tut weh.
Aber dein Scheiden macht,
Daß mir das Kerze lacht!

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
 www.facebook.com/Altenzentrum.Hospital