

Hospital Aktiv

Altenzentrum Hospital



Juli 2022

Liebe Leserinnen und lieber Leser,

ob es uns in die heißen, sonnigen Gefilde des Südens zieht oder in die kühleren, windigen Landstriche des Nordens – der Juli ist traditionell ein Reisemonat. Jetzt, auf der Höhe des Sommers, möchten wir das Leben in vollen Zügen genießen. Daher zieht es viele Deutsche ins Ausland (oder zumindest in andere Gebiete ihres Heimatlandes).

Was zu einem gelungenen Urlaub gehört, sieht dabei für jeden anders aus. Vielleicht eine Vollpension in einem Fünf-Sterne-Hotel in Spanien? Wo man den ganzen Tag am Strand liegen kann? Oder ein Wochenend-Trip nach Paris, mit einem Besuch der berühmten Museen? Oder zieht es einen in die walddreichen Landschaften Skandinaviens, zu Wanderungen und Sauna-Aufenthalten in bunt gestrichenen Häusern? Wo man abends vor dem Zelt am Lagerfeuer liegt und den glitzernden Sternenhimmel betrachtet?

Vieles hängt natürlich davon ab, ob man alleine verreist oder mit der Familie. Kinder finden es normalerweise nicht so spannend, historische Kirchen zu betrachten. Aber nicht jeder Erwachsene möchte den ganzen Tag auf Wasserrutschen verbringen oder in Eis-Cafés. Je größer die Gruppe, in der man verreist, und je unterschiedlicher die Interessen, desto mehr Organisation bedarf es. Das kann mitunter ganz schön anstrengend werden – und manch einer wünscht sich, er wäre gleich mit einem guten Buch zu Hause geblieben und hätte sich im Garten in die Hängematte gelegt!

Was ist Ihre liebste Art, Ihren Urlaub zu verbringen? Welche Orte haben Sie gemeinsam mit Ihren Eltern früher besucht? Erzählen Sie uns von Ihren Erlebnissen!

Es grüßt Sie herzlich

Ihr



Eine moderne Übertragung von Psalm 126:

(Johannes Hansen: Nach dem Dunkel kommt ein neuer Morgen – Psalm-Meditationen, Seite 62)

Es kommt ein Tag / nach allen Tagen / dieser alten Erde
Tag des Herrn genannt / an dem Gott Schluss macht

Schluss macht / mit der Macht der Mächtigen
über die Angst der Schwachen

Schluss macht / mit dem Weinen der Kinder
weil die Mutter kein Brot hat

Schluss macht / mit dem Stöhnen der Gefolterten
und dem Sadismus ihrer Peiniger

Schluss macht / mit dem Gleichgewicht des Schreckens
und dem Verbrennen seiner guten Erde

Schluss macht / mit der Verachtung der Wahrhaftigen
und den gemeinen Intrigen der Lügner

Schluss macht / mit der Verfolgung seiner Kinder
und den Verhören in der Nacht

Dann: wird unsagbare Freude sein / wird helles Lachen herrschen
wird an reichen Tischen gegessen / werden Menschen lallen vor
Glück werden wir sein wie die Träumenden

Jetzt schon:träumen wir / von diesem Land / mit wachen Sinnen
in guter Hoffnung / üben wir Zukunft ein
widerstehen der Bosheit / und verkündigen sein Heil.

Amen.

Trotz aller Widrigkeiten wünsche ich Ihnen eine schöne und
gesegnete Sommerzeit,

Ihr Pfarrer Simon Leinweber



Neues von den „Hospital-Lerchen“

Haben Sie bei dem schönen Sommerwetter auch schon mal die Wolken beobachtet?

Was kann man da alles entdecken, ganze Geschichten werden da lebendig, wie auch in diesem schönen Gedicht beschrieben:

Die Wolke, die am Himmel zieht,
ist weiß, und wie man ferner sieht,
geformt fast wie ein Vogel Strauß.

Das sieht am Himmel lustig aus,
und weil ein jeder drüber lacht
und weil's ihr selber Freude macht,
verwandelt sie sich, 1 - 2 - 3 -
in ein Kamel aus Wolkenbrei.

Das zieht dahin als Dromedar
und denkt an keinerlei Gefahr.

Die Sonne scheint, der Wind weht lau,
der Himmel ist so himmelblau,
und weil die Wolke selbst vergisst,
dass sie ja eine Wolke ist
und kein Kamel aus Hadramaut,
wird ihr auch schon der Weg verbaut.

Ein Berg, von ihr zu spät gesehen,
ragt auf - und schon ist es geschehen:
an dieser felsigen Oase
stößt sich das Wolkentier die Nase.

Ach, warum ist ihm das begegnet?
Kein Wunder, dass es plötzlich regnet,
und dass die Sonne nicht mehr scheint:
weil ein Kamel am Himmel weint.

Wenn das Kamel mal wirklich am Himmel weint, singen wir montags während der Sommerzeit ab 15:00 Uhr in der Lullusstube oder - wenn die Sonne scheint - draußen auf der Wiese.

Wir freuen uns auf Sie!

Gabi Kynast

*Dieser Beitrag wurde uns anonym zugestellt.
Wir möchten Ihnen diesen nicht vorenthalten:*

Schon gehört?

Das neue Buchstaben-Alphabet

War das Buchstabieren der einzelnen Worte bislang mit den Anfangsbuchstaben von weiblichen und männlichen Vornamen möglich und üblich, soll sich das demnächst ändern. In die Anfangsbuchstaben von Städten.

Jedenfalls hat man im Frankfortdialekt eine eigene Meinung.
Zum Beispiel Felix auf Frankfortdialekt:

- F = wie Fadder
- E = wie Erscherlich
- L = wie Lektrisch
- I = wie Ibberworsche
- X = wie Xaugverein

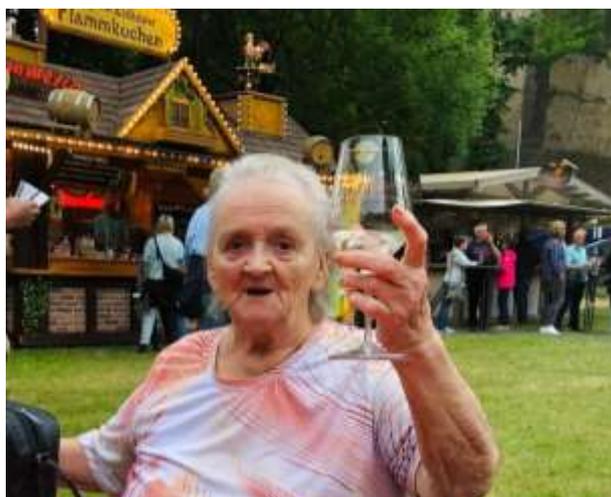


Öfter mal was Neues...

meint unser/e Werte/r Leser/in, welche diesen Text uns zukommen lassen hat.



Zu Hause im Herzen von Bad Hersfeld



Erdbeerwochen in der Tagespflege

Mit unserem Tagespflegebus ging es zum Erdbeerenpflücken auf das Erdbeerefeld. Gleich nach dem Frühstück machten sich unsere Gäste auf den Weg nach Sorga.

Unsere Ausbeuten konnten sich sehen lassen - gut so - denn nun kann es wieder täglich selbst gemachte Marmelade geben. Da es so gut geschmeckt hat, haben wir die Aktion gleich noch einmal wiederholt und somit waren auch noch ein paar Gläschen für Daheim drin.

Herzlichen Dank an den landwirtschaftlichen Betrieb Bauer Daube für den netten Empfang und die nette Geste!

Lust auf Erdbeeren oder auf einen Ausflug?

Wir freuen uns immer über neue Gäste in unserer Tagespflege.

Tel.: 06621 5046-18



Sissi: „Dachhasen“ gibt es noch

von Margitta Blinde

Die Beziehung meiner beiden Hauskatzen Sissi und Moritz ist nach wie vor nicht einfach. Sissi ist mit ihren inzwischen 14 Jahren dem ungestümen Temperament des jüngeren Moritz nicht mehr gewachsen. Das friedliche Nebeneinander auf dem Dach, das unser Foto zeigt ist eine seltene Rarität. Deswegen habe ich sofort zur Kamera gegriffen, als ich die beiden so genüsslich in der warmen Sonne liegen sah. Sogar Sissi war ganz entspannt, rollte sich auf den Rücken und streckte alle vier Pfoten in die Luft. Moritz beguckte sich das Ganze mit Interesse und ließ sie in Ruhe. Er machte es sich an der Seite, in einem sicheren Abstand von ihr bequem und genoss sichtlich die Sonnenstrahlen.

Wie ich den beiden so aus dem Badezimmerfenster zuschaute fiel mir der Begriff „Dachhasen“ ein. So nannte man früher auch die Hauskatzen. Der Begriff stammt aus dem 17. Jahrhundert. Bei der Belagerung Wiens kam es zu einer großen Hungersnot in der ärmeren Bevölkerung, so dass sie in ihrer Not dazu griffen sich von Katzenfleisch zu ernähren. Katzen vermehrten sich zu damaliger Zeit ungehindert und waren daher reichlich vorhanden. Man fing die umherstreunenden Tiere ein und tötete sie, um sie zu verzehren. Ein ausgenommener Katzenkörper ähnelte stark einem Hasen und da Katzen im Gegensatz zu Hasen auf Dächer steigen konnten, nannte man die erlegten Tiere dann „Dachhasen“. Auch als im 18. und 19. Jahrhundert im Erzgebirge und in Schlesien verheerende Hungersnöte die Menschen heimsuchten, besannen sich die Betroffenen in ihrem Leid darauf Haustiere zu jagen und zum Verzehr zuzubereiten. Auch Hunde blieben nicht von diesem Schicksal verschont. In dem Werk „Der Biberpelz“ von Gerhart Hauptmann kommt ein Braten in einer Pfanne vor, der ein Hasenbraten sein soll, doch die Waschfrau meint, es sei eher ein Dachhase, der da vor sich hin schmort.

Ich betrachte meine tierischen Freunde und Mitbewohner mit einem leichten Schmunzeln, während mir diese Gedanken durch den Kopf gehen, und ich bin erleichtert und dankbar, dass es

seit vielen Jahrzehnten keine Hungersnot mehr in unserem Land gegeben hat, und somit für meine beiden keine Gefahr besteht in einer Bratpfanne oder einem Kochtopf zu landen. Natürlich ist das friedliche Idyll auf dem Dach nicht von langer Dauer. Moritz hatte es sich auf seinem Platz bequem gemacht und sich lang hingestreckt, aber nun richtet er sich auf, Kopf hoch und auch die Ohren steil aufgerichtet, beobachtet er aufmerksam seine Umgebung. Er entdeckt die vor sich hindösende Sissi und eh man sich versieht, kommt er mit einem Ruck hoch und springt in Richtung Sissi. Die bekommt einen Schreck, rafft sich aber schnell auf und rennt flach an den Boden gedrückt runter zur Dachrinne. Dort kauert sie sich nieder und faucht Moritz an, der verblüfft stoppt und schließlich sich verdrückt, weil er nicht weiß, wie er mit dieser Situation umgehen soll. Alles gut, ich atme auf und schließe das Fenster.



Kalenderblatt Juli 2022

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



Junge Liebe im Sommer

Der Juli ist einer der schönsten und üppigsten Monate des Jahres. Die Welt um uns herum sieht aus wie im Paradies: Es ist warm und sonnig; die Blumen stehen in farbenfroher Blüte. Köstliches Obst lässt uns das Wasser im Munde zusammenlaufen. Wir können uns im Überfluss an allem laben und so richtig die Seele baumeln lassen. Kein Wunder also, dass dieser Monat früher auch der "Honigmond" genannt wurde. Gemeint war damit aber nicht nur die leckere Speise, sondern vor allem auch die Flitterwochen, die in diesem Monat oft stattfanden. (Früher nannte man sie "Honigmond"; im Englischen heißen sie noch immer "Honeymoon".) Da oft im Sommer geheiratet wurde, fielen die Flitterwochen auf den schönsten Monat des Jahres. Die Jungvermählten konnten sich für eine kurze Zeit also tatsächlich wie im Paradies fühlen – bevor dann der Ernst des Lebens (und der Ehe) begann.

Die Sonne in unseren Händen

Eine der schönsten Blumen, die untrennbar mit dem Sommer verbunden ist, ist die Sonnenblume. Die kräftigen Stiele können so hoch wie ein Mensch werden – manchmal sogar noch höher! Leuchtend gelbe Blütenblätter lassen die Blume so aussehen, als scheine sie wie eine Sonne mitten im Feld. Ihre nahrhaften

Samen, die Sonnenblumenkerne, sind besonders bei Vögeln sehr beliebt.

Berühmte Geburtstagskinder

Vor 150 Jahren, am 16. Juli 1872, wurde in Norwegen der Polarforscher Roald Amundsen geboren. Er erreichte 1911 als erster Mensch den Südpol.

Am 20. Juli 1822, also vor 200 Jahren, kam der Österreicher Gregor Mendel zur Welt. Der Mönch erforschte an Erbsen, wie bestimmte Merkmale vererbt werden.

Ein Huschen im Gras

Wer jetzt im Sommer in Wald und Wiesen unterwegs ist, trifft manchmal auf ein Tier, dessen Bekanntschaft er lieber vermeiden würde: eine Schlange. Leise und pfeilschnell gleitet sie über den Weg, die gespaltene Zunge aus dem Maul züngelnd. Glücklicherweise sind fast alle in Deutschland vorkommenden Schlangenarten ungiftig – und auf ihrem Beuteplan stehen wir nicht!

Rückblick: heute vor 70 Jahren

Am 19. Juli 1952 wurden die Olympischen Sommerspiele in Helsinki feierlich eröffnet. Zwei Wochen lang, bis zum 3. August, traten Athleten aus aller Welt gegeneinander an. Mit Abstand am erfolgreichsten waren die Amerikaner, die insgesamt 76 Medaillen nach Hause nahmen – davon 40 goldene! Auf zweitem Platz folgten die Russen. Deutschland selbst lag an 28. Stelle.

Sternzeichen



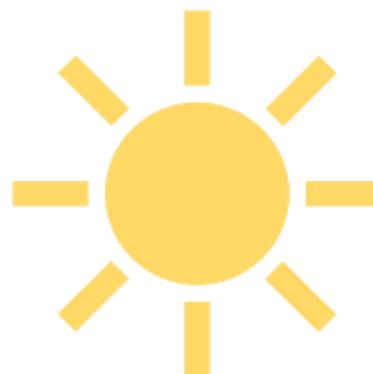
Krebs
22. Juni – 22. Juli



löwe
23. Juli – 22. August

Gesund im Juni: Gut durch die Hitze!

Die Sommer werden auch in unseren Breitengraden immer länger und heißer. Darauf müssen wir uns einstellen. Mit den Jahren reagiert unser Körper stärker auf hohe Temperaturen und erhöhte Luftfeuchtigkeit. Da heißt es aufpassen und die Zeichen des Körpers zeitig und richtig zu erkennen und danach zu handeln. Das nötige Schwitzen bei großer Hitze setzt bei Älteren später und weniger ein, dadurch wird die dringend nötige Abgabe von Wärme über die Haut nach draußen erschwert.



Auch zu beachten ist, dass unser Körper durch das Schwitzen viel Wasser und wichtige Elektrolyte wie Kalium, Kalzium, und Magnesium verliert. Diese Verluste an Flüssigkeit und der Mangel an Elektrolyten müssen ausgeglichen werden durch häufiges Trinken. Am besten mehrmals am Tag bis zu 2 Liter Wasser oder stilles Mineralwasser zu sich nehmen. Ein Zusatz von einem Löffel Salz und Zucker gleicht die Verluste aus. Gut umrühren vorm Trinken! Elektrolyte sind auch enthalten in Milchprodukten, Fisch, Eiern, Haferflocken und Linsen.

Verlassen Sie sich nicht darauf, dass Sie schon merken, wenn sie Durst haben, das Durstgefühl lässt mit den Jahren nach. Gewöhnen Sie sich daran alle paar Stunden Flüssigkeit zu sich zu nehmen, gleichgültig, ob Sie Durst verspüren. So sind Sie auf der sicheren Seite und beugen einem Schwäche- oder Erschöpfungsgefühl vor. Am besten immer eine Kanne oder Flasche mit Flüssigkeit oder Tee in Reichweite haben.

Wichtig ist auch eine leichte, luftdurchlässige Kleidung, am besten aus Baumwolle, die nicht zu eng am Körper anliegen sollte, so dass man sich leicht und bequem bewegen kann. Baumwolle saugt auch als Naturfaser die Körperflüssigkeit durch das Schwitzen gut auf und kann schnell wieder gewaschen werden. So können Sie den Sommer genießen!

Der Telegraph: Nachrichten im Stakkato-Stil

Schon seit Jahrtausenden haben sich die Menschen überlegt, wie sie Nachrichten übermitteln können, ohne sich davon vom Fleck bewegen zu müssen. Schließlich will man nicht immer gleich in das nächste Dorf reisen, nur um zu schauen, ob dort alles in Ordnung ist. Manchmal geht es auch um zeitkritische Botschaften – zum Beispiel, wenn das eigene Dorf von Feinden angegriffen wird und man die benachbarten Stämme herbeirufen möchte.

Heutzutage stehen uns natürlich Internet und Telefon zur Verfügung. Früher jedoch waren die Menschen auf ganz grobe, visuelle Signale angewiesen – wie zum Beispiel durch Rauch oder Licht. Es war daher ein großer Meilenstein, als zu Beginn des 19. Jahrhunderts die Telegraphie erfunden wurde. Dazu wurden zwei Geräte so verkabelt, dass sie Spannungsimpulse übertragen konnten. Wer auch immer sich am anderen Ende der Leitung befand, konnte "hören", was übermittelt wurde. Das funktionierte freilich nicht wie ein Telefon, sondern die Informationen kamen als kurze Signale an – ein Code, der anschließend in Wörter umgewandelt wurde. Die Benutzer mussten also geschult sein.

Vor genau 185 Jahren, im Juli 1837, wurde die erste kommerzielle Telegraphenleitung in Betrieb genommen. Sie spannte sich entlang einer Eisenbahnstrecke in England. Die Kabel wurden dazu an hohen Masten befestigt, ähnlich unseren heutigen Telefonleitungen.

Die Telegraphie revolutionierte die Übertragung von Nachrichten. Zuvor hatte man Briefe geschrieben, die entweder per Eisenbahn oder per Kutsche transportiert wurden. Das dauerte je nach Entfernung mehrere Wochen oder sogar Monate. Wollte zum Beispiel Großbritannien, das im 19. Jahrhundert noch über Indien herrschte, Nachrichten in seine Kolonie senden, so dauerte das üblicherweise sechs Wochen. Mit dem Telegraphen dagegen konnte die gleiche Nachricht innerhalb von neun Minuten (!) übermittelt werden.

Es begann ein wahrer Boom, in dessen Zuge tausende neue Kabel verlegt wurden, vor allem in Europa und Nordamerika. Schon bald wurden jede Woche tausende von Telegrammen hin- und hergeschickt. Die meisten waren im typischen abrupten Stil verfasst, mit kurzen Sätzen, die alles Unnötige ausließen. Schließlich erfolgte die Bezahlung nach Länge – und ein Funker hatte Besseres zu tun, als stundenlang einen ausschweifenden Brief zu übermitteln!

Das erste Kabel zwischen den beiden Kontinenten wurde 1858 verlegt. Es musste den gesamten Atlantik überqueren – mehr als 3500 Kilometer.

Abgelöst wurden die Telegraphen um die Jahrhundertwende durch das Funken. Es ermöglichte eine Übermittlung von Nachrichten durch Wellen, die sich durch die Luft bewegten, und machte damit die vielen Kabel und langen Leitungen überflüssig. Etwas früher, Ende des 19. Jahrhunderts, war zudem das Telefon erfunden worden. Dadurch konnte man dem Empfänger seine Nachricht direkt sprachlich übermitteln. Es dauerte zwar noch mehrere Jahrzehnte, bis jede Stadt einen Telefonanschluss bekam (viele Haushalte hatten selbst nach dem Zweiten Weltkrieg noch keine eigene Leitung), aber letztlich wurde die Telegraphie auch dadurch sehr in den Hintergrund gerückt. Heutzutage wird sie nur noch sehr selten verwendet.



Zeitsprung: Und wieder ist Krieg

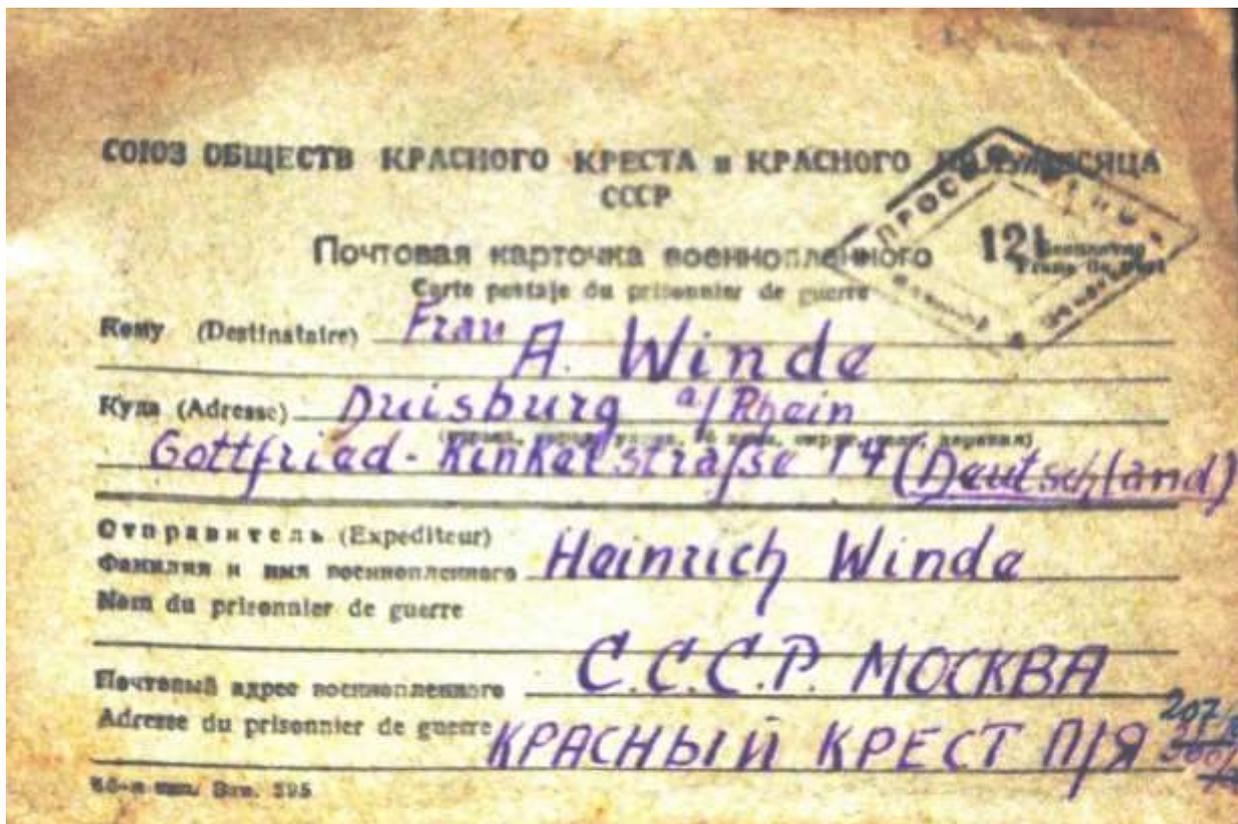
Der Krieg in der Ukraine weckt bei mir, Jahrgang 1945, Erinnerungen an meine Kindheit, die ich lange sorgsam vergraben hatte. Ich lebte mit meiner Mutter in einer zerstörten Industriestadt im Ruhrgebiet. Vater war in Gefangenschaft und man wusste nicht, ob wir ihn wiedersehen würden. Die Wohnungseingangstür war durch eine Granate zersplittert und notdürftig mit einem Bettlaken zugehängt. Eine Scheibe Brot mit Mallemalle (Marmelade) war für mich als Vierjährige der Höhepunkt des Tages und der Ernährung, ansonsten schoben wir beide Kohldampf. Erst mit Beginn der 50er Jahre verbesserte sich die Lage allmählich. Das Foto zeigt eine Karte aus dem Jahr 1948, die mein Onkel Heinrich als Lebenszeichen aus russischer Gefangenschaft an seine Mutter geschrieben hatte.

Nie hätte ich geglaubt, dass sich noch mal in Europa ein solches Geschehen abspielen würde! Während und nach dem Ende des 2. Weltkriegs hat die Welt und besonders wir hier in Deutschland doch erlebt, was es bedeutet, wenn Bomben fallen, Häuser und Straßen zerstört und Menschen verletzt oder auch getötet werden. Solche Erfahrungen macht man einmal, und sie prägen einen für immer. Hand in Hand damit ging der tiefe Wunsch, dass so etwas nicht noch einmal passieren darf und dass künftig alles getan werden muss, um eine erneute militärische Auseinandersetzung gar nicht erst wieder entstehen zu lassen. Aber da haben wir – wie man so sagt, die „Rechnung ohne den Wirt gemacht.“ Der Wirt saß im Osten Europas und strebte nach mehr territorialer Macht und Einfluss. Und so kam es wie es kommen musste: an Europas Ostflanke herrscht seit Wochen ein grausamer Krieg, der schon viele Menschenleben gekostet hat und zerstörte Dörfer und Städte als rauchende Ruinen zurücklässt.

Schon viele Opfer sind zu beklagen und noch ist realistisch kein Ende abzusehen. Die Männer müssen an die jeweilige Front, müssen unter Einsatz ihres Lebens kämpfen, um ihr Land und dessen Freiheit zu verteidigen. Frauen mit Kindern und alte Menschen harren in dunklen U-Bahnhöfen oder Bunkern aus und haben kaum Licht oder etwas zu essen und zu trinken. Auf Matratzen haben sie sich behelfsmäßig ein Lager zum Schlafen

bereitet. Nur das Notwendigste steht ihnen zur Verfügung und auch das wird täglich mit dem Fortschreiten der Kämpfe und dem unaufhaltsamen Zusammenbrechen der Versorgung mit Lebensmitteln, Energie und Wasser weniger.

Was bleibt, ist nur die Flucht aus der unbarmherzigen Zwangslage, in die man diese Menschen gebracht und der sie ausgeliefert sind. Während die Männer sich dem Krieg und den Angreifern stellen, sorgen sich die Mütter um ihre Kinder, nicht nur um deren leibliches Wohlergehen, nein, die Frage ist auch was die schrecklichen Ereignisse mit ihren jungen Seelen, ihrer Psyche, macht? Sie hören ja nicht nur die Bomben krachen, das Glas splintern und den Lärm der einstürzenden Mauern, nein, sie spüren auch die anhaltenden Ängste und Sorgen der Erwachsenen, werden davon angesteckt und sind dem selber genauso ausgeliefert. Es wird viel Zeit und professionelle Hilfe brauchen, um solche einschneidenden Erlebnisse später zu verarbeiten und sich dem Leben wieder vertrauensvoll zuwenden zu können. Das wünsche ich allen, die als Flüchtlinge in die Nachbarländer oder hier zu uns kommen.



Wortklärung: Blasebalg - einmal tüchtig pusten, bitte!

Wer mit Feuer arbeitet, wie zum Beispiel ein Schmied, steht gelegentlich vor dem Problem, dass er eine höhere Temperatur benötigt. Dazu gibt es ein sehr praktisches Hilfsmittel: den Blasebalg. Er erzielt den gleichen Effekt, als würde man in die Flammen blasen und ihnen dadurch immer mehr Luft zuführen – allerdings in wesentlich stärkerem Maße, als wir Menschen das können.

Der erste Teil des Begriffs ("blasen") versteht sich von selbst. Der zweite Teil dagegen, "Balg", bezieht sich nicht etwa auf ein ungezogenes Kind, sondern verrät, aus welchem Material diese Geräte früher hergestellt wurden: Ein "Balg" war nämlich ein anderer Begriff für eine Tierhaut.

Blasebälge werden auch in anderen Bereichen eingesetzt, zum Beispiel in der Musik. Hier dienen sie dazu, einem Instrument besonders viel Luft zuzuführen. Ein klassisches Beispiel ist das Akkordeon.

Vorname Julia: Alter römischer Adel

Julia ist ein kurzer, eleganter Mädchenname, der untrennbar mit dem Sommer verbunden ist – ebenso wie ihre Schwesterform Juliane oder die männlichen Varianten Julian und Julius. In ihnen allen steckt der "Juli", der wärmste und sonnigste Monat des Jahres.

Benannt sind sie nach einem alten König aus der römischen und griechischen Mythologie: Julius. Er herrschte über die Stadt Alba Longa, die in der Nähe von Rom lag. Zu seinen Nachkommen gehörten die legendären Gründer Roms, Romulus und Remus, sowie der bedeutende Feldherr Julius Cäsar. Nach diesem wurde später dann auch der Monat benannt.

Was den Namenstag angeht, so stehen einige zur Auswahl: der 12. April, 22. Mai, 21. Juli, 16. September und 28. Dezember.

Rezept: Tomaten-Quiche mit Ziegenkäse

1 Pk fertiger Quiche-/Tarteteig
200 g Frischkäse
3 Frühlingszwiebeln
1 Knoblauchzehe
50 g Pinienkerne
Salz und Pfeffer
eine Prise Chili
etwas Zucker
Kräuter nach Belieben
z.B. Rosmarin, Thymian
Oregano, Basilikumblätter

Den Backofen auf 180° bzw. 160° Umluft vorheizen. Den Quiche-Teig eine viertel Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen, entrollen und mit dem Backpapier in eine Tarteform legen; den Rand ggf. etwas hochziehen. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett vorsichtig bräunen. Für den Guss die Eier verquirlen und die beiden Frischkäsesorten mit den in Ringe geschnittenen Frühlingszwiebeln, dem durchgepressten Knoblauch und den Kräutern verrühren und mit Salz, Pfeffer und etwas Chili kräftig würzen.

Darauf die Tomaten verteilen, die großen Tomaten in dicke Scheiben geschnitten. Die Oberfläche der Tomaten zusätzlich mit einer Prise Zucker, wenig Salz, Pfeffer und Kräutern bestreuen. Die Quiche ca. 40-45 Min. backen.

Nach dem Backen mit Basilikum oder anderen frischen Kräutern und den Pinienkernen dekorieren. (Wer Ziegenkäse nicht mag, nimmt stattdessen die doppelte Menge Frischkäse.)

Guten Appetit!



Gedichte

Der Faden

von Karolina Sinn

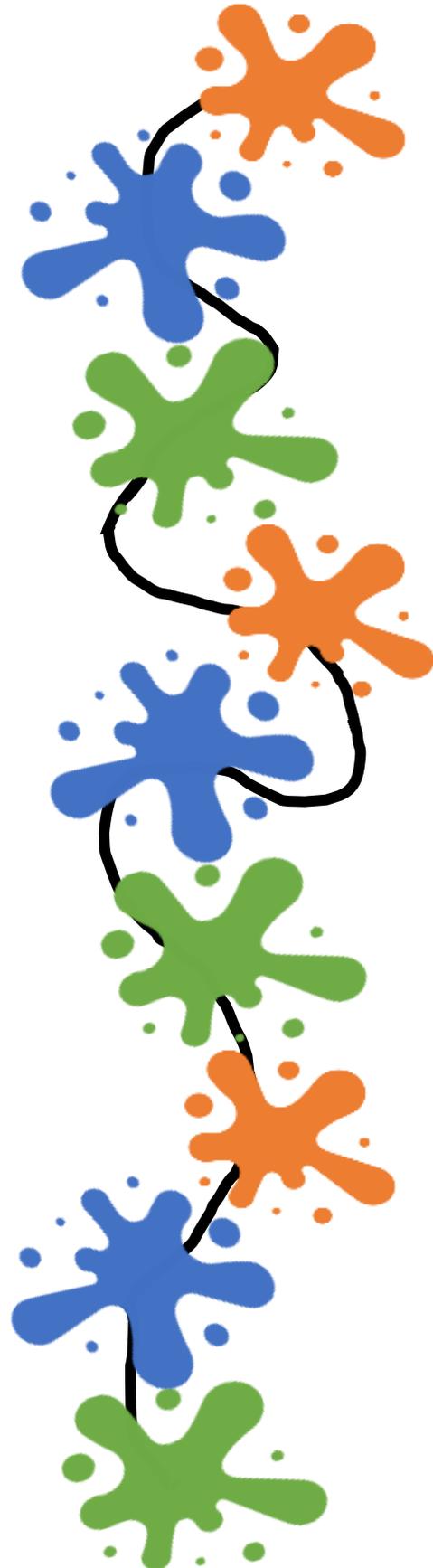
Er ist lang und wird nicht reißen,
allen will ich es beweisen,
dass er noch so lange hält,
bis mein Wunsch es anders wählt.

Rot ist nicht mein Lebensfaden –
grün war immer meine Lust,
und so halt ich ihn einstweilen
liebepoll an meine Brust.

Alle laufen wir an Fäden,
die Schicksal hat ersonnen.
Welche Farb' auch immer –
Leid liegt nahe bei den Wonnen.

Lange durft schon mein Faden
durch die Jahre mich begleiten.
Danken will ich für die Zeit!

Ist der rechte Tag gekommen,
schneidet mir den Faden ab;
bin so lange mitgeschwommen –
Ruhe finde ich im Grab.



Kreuzworträtsel (mit Hilfsbuchstaben)

ein Himmelskörper	erschreckt, betroffen	israelitischer König	holländische Käsesorte	↙	↘	hohe Spielkarte	Ritter der Artusrunde	italienischer Adria-hafen	↘
↙	↻ ₄	↘				T	↘		
Prophet im A.T.	↘	↻ ₁		A		Stirnschmuck (Mz.)	R	Vorname der Dietrich † 1992	
↙			brasilianischer Fußballstar		Präsentation (Kw.)	↘		↘	↻ ₇
eine Großmacht (Abk.)	T	tropischer Wasservogel	↘		↻ ₉	↻ ₂		A	
Gewässer-rand	↘		↻ ₃		Hebri-den-Insel	A	ägyptischer Sonnengott	↘	
aus-zeichnen, belohnen		Vorname der Schausp. Gardner		hochwertig, kostbar	↘			↻ ₈	jetzt
↙		↘		M			R	↻ ₅	↘
Fließ-behin-derung		↻ ₆	US-Film-konzern (Abk.)	↘			Augen-blick	↘	
↙		A		Fortbe-wegung zu Fuß	↘		H		

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

Hinweis zum Lösungswort: Innig, herzlich

Auflösung aus dem Monat Juni

Auflösung Kreuzworträtsel

S	W	AU	
STROEMUNG			
R	REEDE		
BEZUG	I	A	
I	N	SOHN	
TATZE	UT		
FLEGELEI			
HAAR	N	I	B
LN	SORGE		
LETTENS			

Lösungswort: **LESERING**

Auflösung Sudoku

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

Auflösung Brückenwörter

FROH	S	I	N	N	GEMAESS				
TISCH	T	E	N	N	I	S	BALL		
AUSSER	H	A	L	B	SEIDE				
WIDER	S	T	A	N	D	ARTE			
LESE	R	I	N	G	KAMPF				
WAERME	G	E	W	I	T	T	E	R	GROLLEN
PRACHT	V	O	L	L	MILCH				
NIEDER	W	I	L	D	ENTE				
NACH	S	P	E	I	S	E	KARTE		
WORT	L	A	U	T	HALS				
STEIL	P	A	S	S	BILD				
RAUSCH	G	I	F	T	SCHLANGE				
WOHIN	G	E	G	E	N	LEISTUNG			
LUFT	P	I	R	A	T	ERIE			

Lösungswort: **STANNIOLPAPIER**

Lachen ist gesund ...

Sabine mit ihrer Freundin im Eiscafé. „Ist das Eis auch frisch?“ fragt sie die Bedienung. „Ja, was glauben Sie denn, meinen Sie, ich würde es von gestern aufwärmen?“



Herr Eisenwickler entsetzt zu der gegenüberliegenden Mutter im Bus: „Was fällt Ihrer Tochter eigentlich ein, mich alten Hornochsen zu schimpfen?“ Mutter zur Tochter: „Wie oft muss ich dir noch erklären, dass du die Menschen nicht nach ihrem Aussehen beurteilen darfst!“



Frau Schleicher sitzt vor ihrem Kreuzworträtsel und fragt ihren Sohn: „Sag mal Bruno, wie heißen noch mal die Eisheiligen?“ Bruno. „Schöller, Mövenpick und Langnese!“

Auf dem Sommergrillfest fragt Hubert seinen Schwager: „Was würdest du denn unter gemischten Gefühlen verstehen?“ „Ganz einfach, stell dir vor, deine Frau nimmt deinen geliebten Porsche und fährt damit sehr verdächtig an die Klippenspitze!“

Zwei alte Männer sitzen auf der Parkbank und der eine zum anderen: „Tja, wenn ich mir so die Möwen in der Luft anschau, dann denke ich automatisch an unsere Politiker. Wenn sie unten sind, fressen sie uns aus der Hand, aber so bald sie oben sitzen, bescheißen sie uns!“





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