

Hospital Aktiv

Altenzentrum Hospital



Mai 2026						
So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
					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						

Liebe Leserinnen und lieber Leser,

am 8. Mai gedenken wir der Befreiung vom Nationalsozialismus – einem Tag von großer geschichtlicher Bedeutung. Er steht für das Ende von Krieg, Gewalt und Unfreiheit in Europa und erinnert zugleich an das unermessliche Leid, das Millionen Menschen erfahren mussten. Der 8. Mai ist deshalb nicht nur ein Tag des Rückblicks, sondern auch ein Tag der Verantwortung.

Er mahnt uns, die Vergangenheit nicht zu vergessen. Frieden, Freiheit und Menschenwürde sind nicht selbstverständlich. Sie müssen immer wieder geschützt, bewahrt und mit Leben erfüllt werden. Gerade in unserer Zeit wird uns bewusst, wie zerbrechlich Frieden sein kann. Der anhaltende Krieg in der Ukraine führt uns dies täglich vor Augen. Viele Menschen verlieren ihre Heimat, ihre Sicherheit und Angehörige. Umso wichtiger ist es, Solidarität zu zeigen, Menschlichkeit zu bewahren und die Hoffnung nicht aufzugeben. Auch Mitgefühl und Zusammenhalt sind Zeichen des Friedens, die wir im Alltag weitergeben können.

Der 8. Mai ist aber auch ein Tag der Zuversicht. Er erinnert uns daran, dass selbst nach dunklen Zeiten ein Neuanfang möglich ist. Dass Menschen zusammenstehen können, um Freiheit und Würde zurückzugewinnen. Und dass Frieden oft im Kleinen beginnt: mit einem offenen Ohr und einem freundlichen Wort, in gegenseitigem Respekt und im ehrlichen Bemühen, einander zu verstehen. Jede kleine Geste des Miteinanders kann dazu beitragen, unsere Welt menschlicher zu machen.

Mit dieser Ausgabe möchten wir deshalb nicht nur erinnern, sondern auch ermutigen – zum Mitfühlen, zum Nachdenken und zum gemeinsamen Blick nach vorn. Möge der Blick in die Geschichte uns helfen, die Gegenwart bewusster zu leben und die Zukunft friedlich und menschlich mitzugestalten.

Wir wünschen Ihnen einen schönen Mai.

Herzlichst, Ihr Team von der Hauszeitung





Frühlingsfest

im Altenzentrum Hospital



Beisammensein, feiern
& genießen

Samstag, 9. Mai

11.00 Uhr Eröffnungsgottesdienst zum Fest
in der Hospitalkapelle

11.30 Uhr Gemütliches Beisammensein im
Erlebnisgarten mit Herzhaften vom Grill

13.00 Uhr Spiel & Spaß mit Bingo

14.00 Uhr Selbstgebackener Kuchen
vom Kuchenbuffet

14.30 Uhr Auftritt unserer Senior*innen

15.30 Uhr Musik & Unterhaltung
Obersuhler Blasmusik e.V.

Mit Ihrem Besuch unterstützen Sie den
Förderverein Altenzentrum Hospital e.V.



Ein Osterbrunch voller besonderer Momente

In einladender Atmosphäre verbrachten wir zum Osterfest einige schöne Stunden gemeinsam bei Speis und Trank.



Wir kamen an liebevoll dekorierten Tischen zusammen, begleitet von stimmungsvoller Pianomusik und verbrachten einen ganz besonderen Vormittag. Auch Angehörige und Freunde des Hauses waren herzlich willkommen.

Wir freuen uns immer sehr darüber, dass unsere Angebote dieser Art so gut angenommen werden. So wurden auch in diesem Jahr alle 60 Karten für den Speisesaal verkauft.

Das Team hatte mit viel Engagement und Herzblut eine Vielzahl an frischen Köstlichkeiten vorbereitet: von herzhaften Spezialitäten bis hin zu süßen Leckereien war für jeden Geschmack etwas dabei.

Es entstanden wertvolle Gespräche, neue Begegnungen und viele kleine Momente, die in Erinnerung bleiben. Besonders spürbar war dabei die Herzlichkeit, die den gesamten Vormittag begleitete. Es wurde zugehört, erzählt, gelächelt – und vor allem das Miteinander bewusst gelebt.



Unser Osterbrunch hat einmal mehr gezeigt, wie wichtig Veranstaltungen dieser Art sind: Sie schaffen Nähe, verbinden Generationen und hinterlassen ein Gefühl von Zugehörigkeit, das noch lange nachwirkt.

Wir danken Udo Diegel für die wundervolle musikalische Begleitung an diesem Tag und allen Gästen für ihr Kommen.



Frühjahrsputz im Altenzentrum Hospital

Mit viel Engagement und gemeinschaftlichem Einsatz wurden beim diesjährigen Frühjahrsputz der Garten und der Hof des Hauses auf Vordermann gebracht. Bewohnerinnen und Bewohner sowie Gäste unserer Tagespflege, Mieter der Altenwohnanlage und Kolleginnen und Kollegen aus dem Team packten tatkräftig mit an, um die Außenbereiche nach den Wintermonaten wieder zum Strahlen zu bringen.



Ob beim Fegen der Wege, dem Entfernen von Laub oder beim Verschönern der Beete, überall war fleißiges Treiben zu beobachten. Mit viel Sorgfalt und Liebe zum Detail wurden Pflanzen zurückgeschnitten, neue Blumen gesetzt und gemütliche Plätze wieder hergerichtet.

Das Altenzentrum Hospital bietet durch seine zahlreichen Außenbereiche und Terrassen viele Möglichkeiten des Zusammenseins und des Verweilens an der frischen Luft. Die Freude war am Ende der Aktion bei allen Beteiligten deutlich spürbar. Der Garten und der Hof präsentieren sich nun wieder gepflegt und einladend.

Wir sind allen Alltagshelferinnen und Alltagshelfern sehr dankbar für ihre Unterstützung bei der Pflege und Gestaltung dieser Bereiche. Ihr Engagement bereichert das Zusammenleben im Haus ungemein. Wir möchten uns an dieser Stelle herzlich für ihren Einsatz bedanken, der keineswegs selbstverständlich ist.



Kalenderblatt

Mai 2026							
Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Besondere Tage
				1	2	3	01. Tag der Arbeit
4	5	6	7	8	9	10	14. Himmelfahrt
11	12	13	14	15	16	17	24. Pfingstsonntag
18	19	20	21	22	23	24	25. Pfingstmontag
25	26	27	28	29	30	31	

Der Mai ist gekommen ...

Im Mai wird nicht romantisch „Frühling gespielt“ – der Monat ist eher ein Probelauf für den Sommer. Das merkt man sofort: morgens kalt, mittags warm, abends wieder frisch. Wer dann nur nach Gefühl losläuft, steht schnell falsch angezogen da. Praktischer ist der Zwiebellook: etwas zum Ausziehen, etwas zum Überwerfen.

Draußen ist jetzt mehr los, aber der Mai belohnt nicht die Eiligen, sondern die Klugen. Ein kurzer Spaziergang, eine Bankpause, dann weiter – so bleibt die Energie länger. Und auch wenn die Sonne noch freundlich wirkt. Sie blendet stärker und kann die Haut schon ordentlich fordern. Schatten, Hut und ein Getränk sind im Mai einfach gute Planung.

Rückblick: Heute vor 50 Jahren

1976 war das Anschnallen im Auto für viele noch ungewohnt. In der Bundesrepublik wurde die Gurtpflicht eingeführt – und am Stammtisch hieß es schnell: „Das ist doch nur lästig!“ Manche fühlten sich eingeeengt, andere glaubten, ohne Gurt könne man im Notfall besser reagieren. Doch die Zahlen sprachen eine andere Sprache. Der Gurt rettet Leben, oft ganz unspektakulär – in Sekundenbruchteilen.

Heute, Jahrzehnte später, ist es genau umgekehrt. Wer losfährt, greift fast automatisch zum Gurt. Aus einer umstrittenen Neuerung wurde Alltag – ein kleines Klick-Geräusch, das für mehr

Sicherheit sorgt. 1976 starben in der BRD noch 14.820 Menschen im Straßenverkehr – 2025 waren es in Deutschland 2.814. Neben vielen Verbesserungen hat auch die Gurtpflicht dazu beigetragen, dass heute deutlich weniger Verkehrstote zu beklagen sind.

Ebenfalls vor 50 Jahren begann ein neues Kapitel der Luftfahrt. Die Concorde flog erstmals im Linienbetrieb mit Passagieren. Zwei Maschinen starteten fast zeitgleich – British Airways von London nach Bahrain, Air France von Paris über Dakar nach Rio. Mit rund doppelter Schallgeschwindigkeit (nur über dem Meer) verkürzte sich die Reise deutlich. An Bord saßen etwa 100 Gäste – eher wie in einem fliegenden Salon als in einem normalen Flugzeug. Für viele war das ein Blick in die Zukunft: schnell, genial – aber für die meisten unbezahlbar. Zeitungen berichteten vom „weißen Pfeil“ am Himmel.

Sternzeichen



Stier 21.4.–20.5.

Bodenständig, beständig und genussfreudig. Stiere lieben Sicherheit, Natur und die schönen Seiten des Lebens.

Zwillinge 21.5.–21.6

Neugierig, vielseitig und kontaktfreudig. Zwillinge brauchen Abwechslung und sind geborene Gesprächspartner.



Bauernregeln

Ist der Mai kühl und nass, füllt's dem Bauern Scheune und Fass.

Vor Nachtfrost du nie sicher bist, bis Sophie vorüber ist.

Die Zitterpappel – ein Baum, der leise erzählt

Manchmal sind es nicht die großen, mächtigen Bäume, die uns am meisten berühren, sondern die stilleren Gestalten am Wegesrand. Die Zitterpappel, auch Espe genannt, gehört dazu. Sie wurde zum Baum des Jahres 2026 von der Dr. Silvius Wodarz Stiftung gewählt. Und wenn du einmal unter ihr stehst, verstehst du auch sofort, warum. Schon ein leichter Luftzug genügt und ihre



Blätter der Zitterpappel – Baum des Jahres 2026 (Bildautor: H.-R. Müller; Quelle: Baum des Jahres)

Blätter fangen an zu flimmern, zu rauschen und zu zittern. Es ist, als würde der Baum leise mit seiner Umgebung sprechen. Sie hat ihren Namen von einem ganz besonderen Spiel der Blätter.

Für viele ältere Menschen erinnert dieser Baum vielleicht an Spaziergänge in jungen Jahren, an Feldwege, Waldränder oder an das bekannte Sprichwort vom "Zittern wie Espenlaub". Die Zitterpappel ist kein prahlerischer Baum. Sie steht nicht im Mittelpunkt. Aber gerade das macht sie so sympathisch. Sie wirkt lebendig, fein und beweglich – und zeigt, dass Stärke nicht immer mit Wucht zu tun haben muss. Manchmal liegt es auch in der Anpassung.

Und die Zitterpappel ist auch noch richtig anpassungsfähig. Sie gehört zu den sogenannten Pionierbäumen. Das bedeutet, dass sie dort wächst, wo Neues entstehen muss – auf freien Flächen, nach Sturm oder Feuer, an Waldrändern und in lichten Landschaften. Mit ihren Wurzelausläufern hilft sie, kahle Stellen wieder zu begrünen und neuen Wald auf den Weg zu bringen. Sie steht für Bewegung, Hoffnung und Neubeginn.

Vielleicht lohnt es sich beim nächsten Spaziergang, einmal bewusst nach ihr Ausschau zu halten. Die Zitterpappel zeigt uns, dass selbst ein leises Zittern etwas Schönes und Kraftvolles sein kann.



Solitär stehende Zitterpappel- Baum des Jahres 2026 - im Botanischen Garten Hamburg (Bildautor: R. Fenner; Quelle: Baum des Jahres)

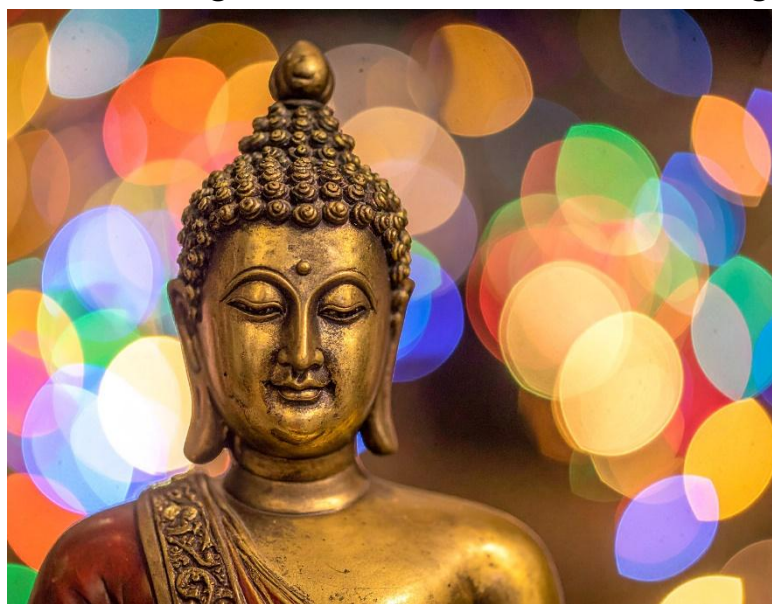
Erklär mir mal: Influencer

„Influencer“ nennt man Menschen, die in sozialen Medien besonders sichtbar sind und viele Follower, also Abonnenten ihres Kanals, haben. Sie konzentrieren sich oft auf ein bestimmtes Thema – es gibt Fitness-Influencer, Family-Influencer, Reise-Influencer und vieles mehr. Sie zeigen, was sie erleben, was sie mögen, was sie kaufen. Viele folgen ihnen, weil sie unterhalten, inspirieren oder einfach neugierig machen. Ein Influencer kann also Mode vorführen, Rezepte teilen oder über Reisen berichten. Oft wirken sie wie gute Bekannte: nahbar, persönlich, direkt. Und genau das macht ihren Einfluss aus – wenn sie etwas empfehlen, hören viele zu. Für Firmen sind sie also sehr interessante Werbepartner, die deutlich glaubwürdiger wirken als die klassische Werbeanzeige.

Influencer prägen, was online gesehen, gekauft und diskutiert wird. Sie teilen persönliche Einblicke, geben Empfehlungen und machen Themen sichtbar, die viele bewegen. Zwischen Alltags-schnappschuss und Werbebotschaft entsteht so eine neue Form digitaler Präsenz.

Feste der Welt: Vesak – Das Lichtfest der Buddhisten

Vesak ist das bedeutendste Fest im Buddhismus und wird jedes Jahr zum Vollmond im Mai gefeiert. Es erinnert an drei zentrale Ereignisse im Leben des historischen Buddha: seine Geburt, seine Erleuchtung und sein Eintritt ins Parinirvana – das endgültige Verlöschen aus dem Kreislauf der Wiedergeburt. Für Millionen Gläubige weltweit ist Vesak ein Tag der Besinnung und der



spirituellen Erneuerung. Seit 1999 ist Vesak von den Vereinten Nationen als internationaler Feiertag anerkannt.

In Ländern wie Sri Lanka, Thailand oder Nepal ist Vesak ein offizieller Feiertag, der mit farbenfrohen Zeremonien, Lichterpro-

zessionen und gemeinschaftlichen Aktivitäten begangen wird. Tempel werden festlich geschmückt, Gläubige bringen Blumen, Räucherstäbchen und Kerzen dar, und es werden buddhistische Texte rezitiert. Auch das Freilassen von Tieren – etwa Vögeln oder Fischen – ist ein verbreitetes Ritual, das Mitgefühl und Respekt gegenüber allen Lebewesen symbolisiert.

Vesak ist nicht nur ein religiöses Ereignis, sondern auch ein sozialer Impuls. Viele Menschen nutzen diesen Tag, um Gutes zu tun. Sie spenden für Bedürftige oder helfen in Krankenhäusern.

In Deutschland organisieren buddhistische Gemeinschaften an Vesak Veranstaltungen, bei denen Meditation, Vorträge und kulturelle Darbietungen im Mittelpunkt stehen. Vesak lädt dazu ein, innezuhalten und sich auf das Wesentliche zu besinnen. Es ist ein Fest des Lichts, das nicht nur Tempel und Straßen erhellt, sondern auch die Herzen der Menschen.

Gedicht

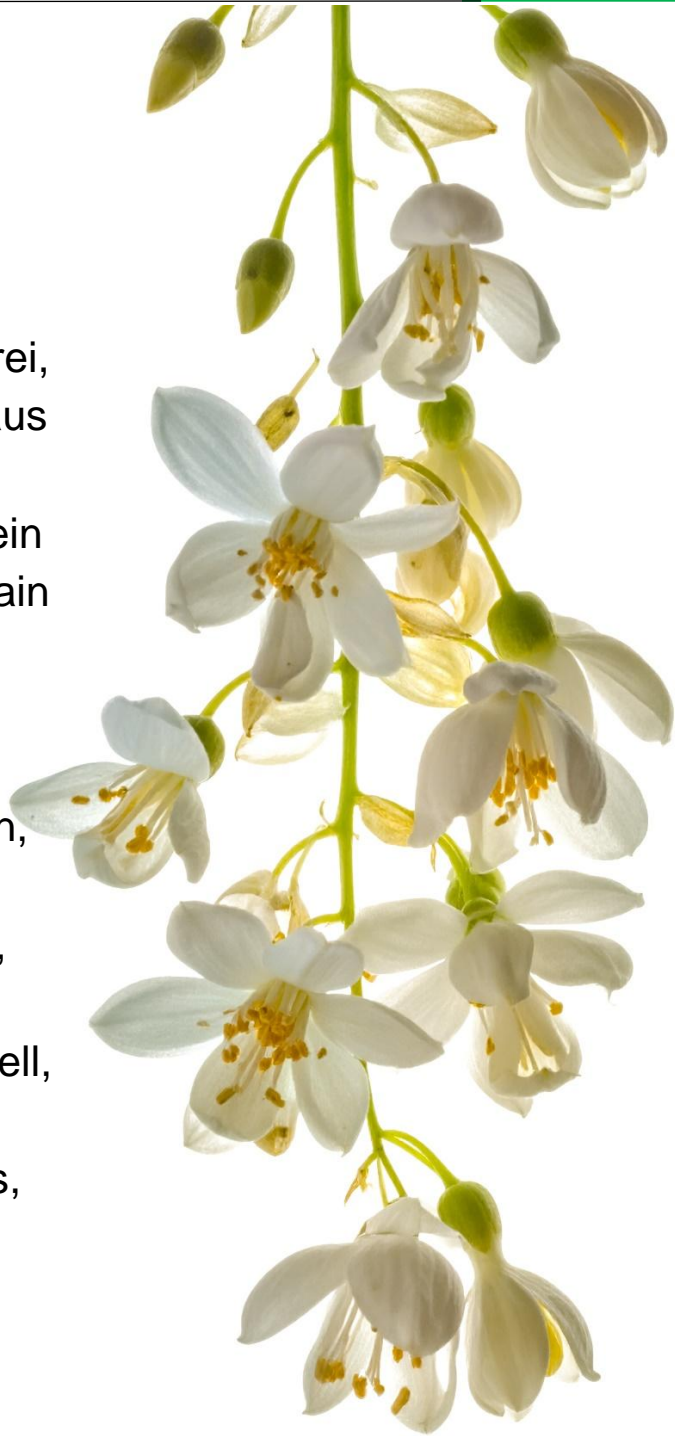
Alles neu macht der Mai

von H. van Kamp

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.

Wir durchziehen Saaten grün,
Haine, die ergötzend blüh'n,
Waldespracht, neu gemacht,
nach des Winters Nacht.
dort im Schatten an dem Quell,
rieselnd munter, silberhell,
Klein und Groß ruht im Moos,
wie im weichen Schoß.

Hier und dort, fort und fort,
wo wir ziehen Ort für Ort,
alles freut sich der Zeit,
die verjüngt, erneut,
stimmet Jubellieder an!
Singe jeder wie er kann:
Alles neu, frisch und frei
macht der holde Mai.



Rezept: Erdbeerbowle (ohne Alkohol)

Zutaten:

500 g frische Erdbeeren
1 Bio-Zitrone
1 Bio-Orange
2–3 EL Zucker
500 ml roter Traubensaft
oder Erdbeersaft
750 ml Mineralwasser
mit Kohlensäure
500 ml Zitronenlimonade
oder Ginger Ale
Blätter frische Minze
Eiswürfel nach Belieben



Waschen Sie zuerst die Erdbeeren gründlich und entfernen Sie das Grün. Danach werden die Früchte je nach Größe halbiert oder geviertelt.

Die Zitrone und die Orange waschen und sie ebenfalls in dünne Scheiben schneiden. Geben Sie alles in eine große Schüssel.

Streuen Sie Zucker darüber und lassen Sie die Früchte etwa 15 Minuten ziehen. Anschließend gießen Sie den Trauben- oder Erdbeersaft dazu und rühren vorsichtig um.

Kurz vor dem Servieren kommen Mineralwasser und Limonade hinzu. So bleibt die Bowle schön frisch und spritzig.

Zum Schluss können Sie noch Minze und nach Wunsch Eiswürfel dazugeben.

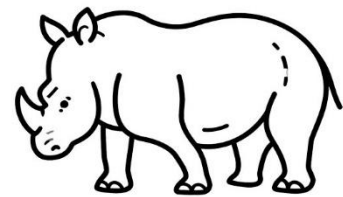
Auf Ihr Wohl! Prost!

Rätsel

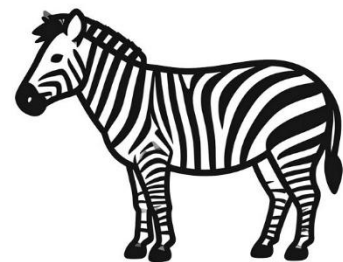
Wort erraten

Die Buchstaben sind durcheinandergeraten. Bringe Ordnung in die Reihenfolge der Buchstaben. Jedes abgebildete Tier steckt in einem dieser „Buchstabensalate“ und verbinde diese.

D	H	U	S	E	E	N



L	F	W	O



H	R	N	O	N	A	S



R	A	Z	E	B



W	L	E	Ö



Brückenwörter

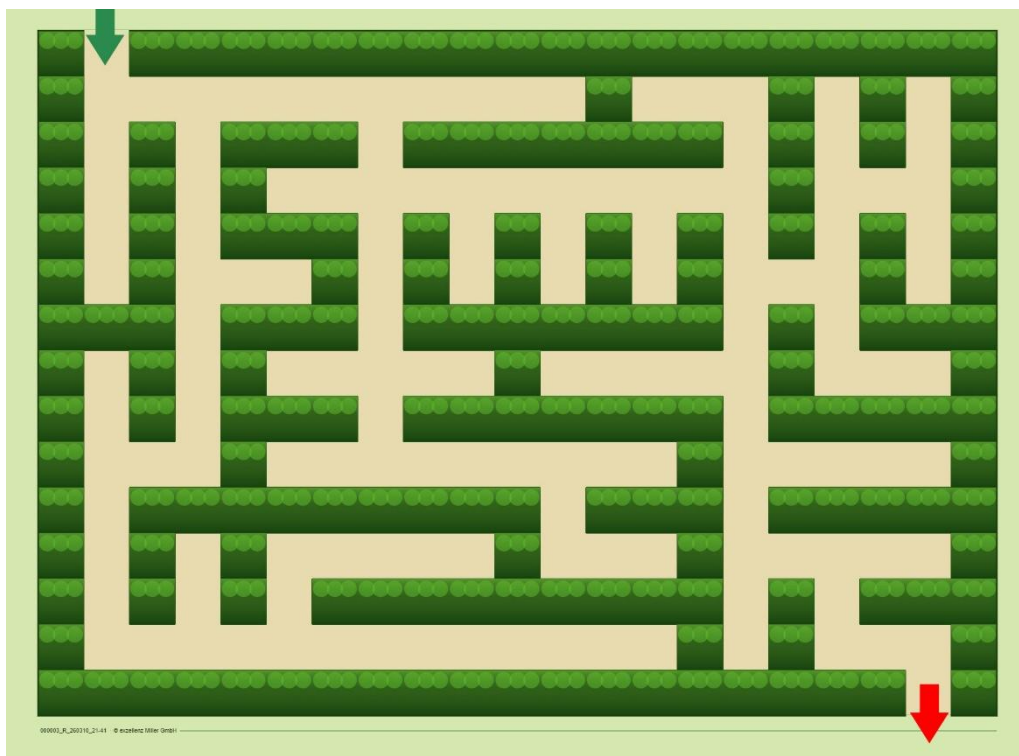
Die folgenden Wörter sind einzufügen: WEIT, HAFT, ZENTNER, BLUT, BODEN, GOTT, BAHN, STOCK

GRAUEN		SCHALE
WARM		EGEL
HALB		ERGEBEN
BERG		WERK
DOPPEL		LAST
TARTAN		DAMM
MUTTER		SENKE
WELT		SPRUNG

Hinweis zum Lösungswort: **historischer Stadtkern**

Labyrinth

Wer findet den Weg vom Eingang (grüner Pfeil) zum Ausgang (roter Pfeil)?



Kreuzworträtsel

Beruf der Filmbranche	großes Blasinstrument	Südostasiat	mit Ideen unterstützen	frühe Jazzform	schubartige Krankheit	eine der Ellice-Inseln	Großstadt an der Loire		
4			R	2	6				
Weißhandgibbon		3	italienische Hafenstadt	E		7			
ostdeutsch: Kunststoff	1		S		französisch: Ende	I			
Nießgeräusch	5			I	französisch, span.: in	italienische Tonsilbe			
pommersisch: kleine Insel			wilde Ackerpflanze		L				
8		E		E					
unbegrenzt		1	2	3	4	5	6	7	8

Hinweis zur Lösung: Einstellplatz für Autos

Wortball

Hinter dem Buchstabensalat versteckt sich ein Begriff aus dem Fußball. Verbinden Sie die Buchstaben, damit das gesuchte Wort gefunden wird. Der Start-Buchstabe ist rot.



Lachen ist gesund ...

Krankenpfleger: „Frau Schmalhorn, ich bringe Ihnen gleich die Bettpfanne!“ Frau Schmalhorn schreit ungehalten: „Was glauben Sie eigentlich. Soll ich auch noch hier selber kochen?“



Nach einem starken Sturm treffen sich zwei Bauer. „Und ist dein Dach beschädigt worden?“ „Das kann ich noch nicht sagen, ich suche es noch



„Weißt du eigentlich, dass Mathematiker nicht sterben. Sie verlieren nur ihre kompletten Funktionen!“

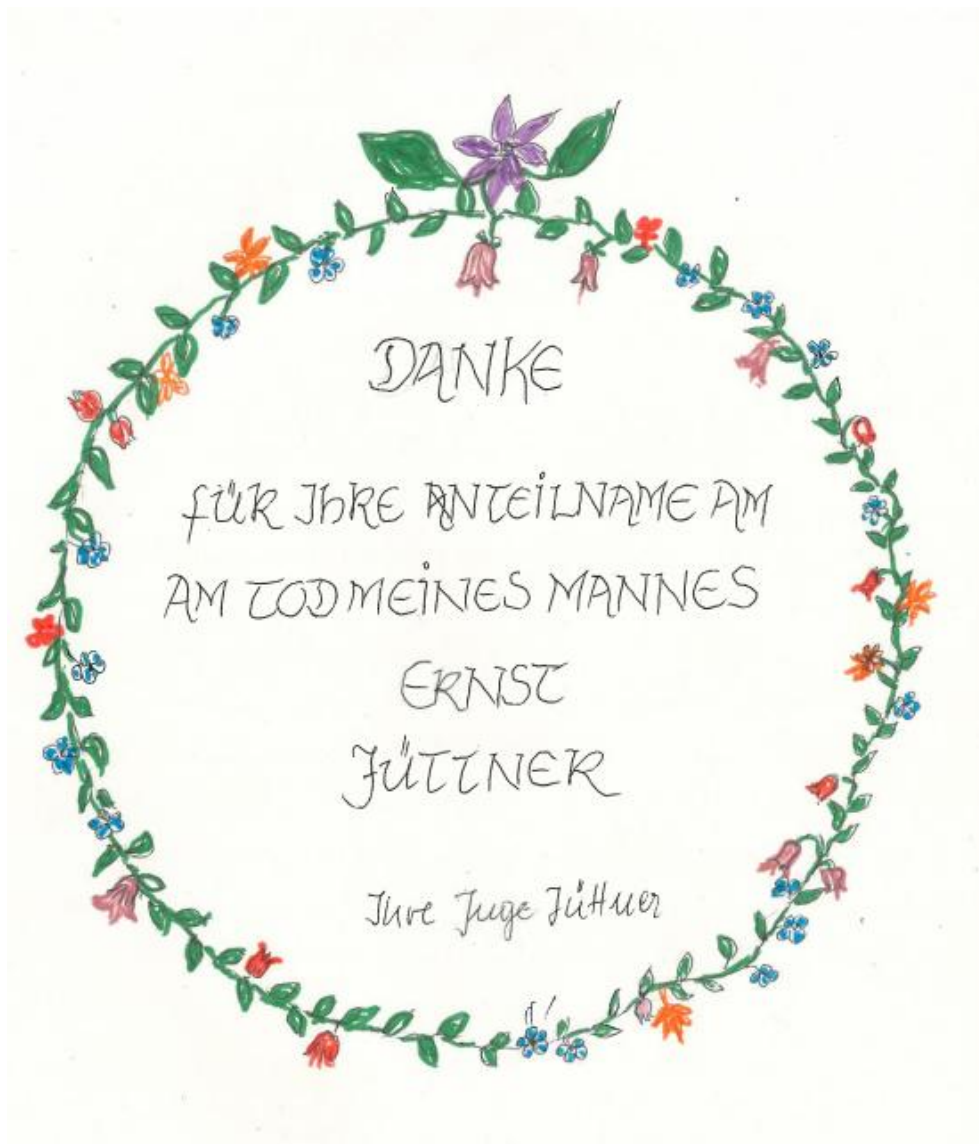


Frau Müller bei der Augenärztin: „Ich glaub, ich habe ein Gerstenkorn im Auge. Was soll ich bloß machen?“ Ärztin: „Behalten Sie ihn gut im Auge!“



„Warum bist du im Knast?“ — „Oh, ich hatte so viele Schätze, von denen andere behaupteten, es wären ihre Sachen!“





Impressum:

Für das Impressum ist verantwortlich:

Verantwortlich: Cornelia Knierim

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



[altenzentrumhospital](http://altenzentrumhospital.de)