



Hospital Aktiv

Altenzentrum Hospital

September 2026



Liebe Leserinnen und lieber Leser,

der 21. September erinnert uns weltweit an ein zentrales Prinzip: Frieden. Ein Wort, das Hoffnung trägt – und zugleich Verantwortung. Denn Frieden bedeutet nicht nur die Abwesenheit von Krieg, sondern das aktive Bemühen um Verständigung, Gerechtigkeit und Menschlichkeit.

Seit 1981 ruft die Generalversammlung der Vereinten Nationen dazu auf, diesen Tag als Weltfriedenstag zu begehen – als Tag des Waffenstillstands und der Gewaltlosigkeit. Er lädt uns ein, in-
nezuhalten und zu fragen: Wo gelingt uns friedliches Miteinander? Wo können wir Brücken bauen zwischen Menschen, Kulturen und Generationen?

Frieden zeigt sich nicht allein in großen Verträgen oder Resolutionen, sondern in den kleinen Momenten des Alltags. Wenn wir zuhören, statt zu urteilen. Wenn wir teilen, statt zu trennen. Wenn wir einander mit Respekt begegnen – unabhängig von Herkunft, Glauben oder Meinung.

Unsere Gemeinschaft lebt von dieser Haltung: von Menschen, die sich einbringen, Verantwortung übernehmen und einander stärken. Der Weltfriedenstag erinnert uns daran, dass Frieden kein fernes Ideal ist, sondern ein täglicher Auftrag.

Lassen Sie uns diesen Weg weitergehen – mit Offenheit, mit Mut und mit dem festen Glauben daran, dass ein friedvolles Miteinander möglich ist. Schritt für Schritt, Tag für Tag.

Herzlichst, Ihr Team von der Hauszeitung.





„Der Lavendel“

Der Lavendel, der riecht so gut, pflanzen wir im Garten. Doch bis er blüht, muss man ein wenig warten. Dann versprüht er einen tollen Duft, Erinnerung über die alten Zeiten.

Oma hat es gerne gehabt, legte ihn in die Schränke. Wäsche duftete wunderbar. Dieser Duft hält sich bis ins nächste Jahr.

gedichtet von Frau Inge Horn, Anna Martha Müller und Kateryna Focke

Hier entstehen Duftsäckchen für unseren Erntemarkt.





Worte von Pfarrer Simon Leinweber

Jesus spricht (Matthäus 11, 28 – 29):



*Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid;
ich will euch erquicken.*

*Nehmt euch auf euch mein Joch und lernt von mir;
denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig;
so werdet ihr Ruhe finden für eure Seelen.*

Bald, ab Mitte September, blüht die Lüneburger Heide. Wer einmal dann da war, heißt es, vergisst das nicht mehr. Es sei, als wäre man ein wenig wie berauscht. Und dann gibt es in dem Naturschutzgebiet noch etwas sehr Besonderes: etwa 600 Parkbänke, die zum Verweilen einladen; zum Schweigen, Schauen oder zum Erzählen mit einer anderen Person.

Und weil Bänke so schön sind, gibt es seit einiger Zeit auch sogenannte „Bankpatenschaften“. Gegen eine Spende bei einem der verschiedenen Vereine in der Umgebung kann man die Patenschaft für eine der Ruhebänke übernehmen. Und kann dann auch ein Schild an der Bank anbringen lassen, eine Art Widmung. Sie erzählt, warum man die Patenschaft für eine Bank übernommen hat.

Nun, das gibt es vereinzelt auch hier bei uns. Neulich saß ich im Thüringer Wald bei Eisenach auf einer ganz neuen Bank, gestiftet von einem Paar zur Hochzeit im letzten Jahr.

Die Schilder auf den Bänken weisen auf Geschichten hin, die allermeist mit Liebe zu tun haben. Mit Liebe, die da ist und guttut; mit einer Liebe, die verloren ist oder gestorben. Die kleinen Widmungen erzählen von Hoffnung und Schmerz, von großer Zufriedenheit, Dankbarkeit oder von Trauer. Wer eine Patenschaft für eine Bank übernommen hat, besitzt die Bank nicht. Aber man besitzt eine feste Erinnerung an eine Liebe, die war oder ist.



Vielleicht hat man sich auf oder in der Nähe der Bank kennengelernt. Vielleicht war man oft mit seinem Hund hier. Vielleicht ging es um Abschied oder um einen großen Plan, als man sich auf der Bank unterhielt. Oder man fand in dem, was auf der Bank geschah, einfach Ruhe für die Seele. Vielleicht das Schönste, was man in der Heide oder im Wald oder auf einer Anhöhe mit Aussicht auf einer Bank finden kann.

Jesus verspricht uns „Ruhe für die Seele“. Nämlich dann, wenn wir dem Leben nicht aus dem Weg gehen; wenn wir uns nicht von Ablenkung zu Ablenkung bewegen, sondern mit und von dem leben, was uns gegeben ist; wenn wir auf uns nehmen, was Gott uns tragen lässt.

Das Gegebene ist nicht immer leicht, weiß Gott. Es wird auch um Schmerz gehen, wenn man auf der Bank sitzt oder sich an die Bank erinnert.

Ruhe gewinnt man nicht, indem man am Schmerz vorbeigeht oder ihn verdrängt. Ruhe gewinnt man, wenn man versucht, das Gegebene würdig zu bestehen mit den kleinen Kräften, die man hat – und mit den Menschen, die einem nahe sind. Das sind dann Momente, in denen man auf der Ruhebank vielleicht ein Gebet flüstert:

Bitte, Gott, hilf mir, tapfer und stark zu bleiben. Schenke mir Menschen, die mit mir tragen und mir zuhören, so wie du mir zuhörst und mich trägst.

Und dann auf die Nähe Gottes hofft, die er durch die Nähe von Menschen zeigt. Und durch die Nähe seiner manchmal wunderbaren Schöpfung. Wer sie mit allen Sinnen genießt, findet mehr Zuversicht für sein Leben. Gott, der seine Schöpfung erhält, wird auch mich erhalten. Und mir Ruhe schenken für meine Seele.

Eine gesegnete Zeit und Ruhe für die Seele wünsche ich Ihnen!

Bleiben Sie gesund und hoffnungsvoll

Ihr Pfarrer Simon Leinweber





Impressionen unserer Busfahrt nach Bad Kissingen

Eine Busfahrt, die ist lustig, eine Busfahrt, die ist schön, denn dann kann man... Bad Kissingen mal seh'n.



Nachdem wir unseren Ausflug nach Bad Kissingen zunächst aufgrund der Hitze verschieben mussten, war es am Freitag, den 21. August, endlich so weit:

Dieses Jahr ging es für uns nach Bad Kissingen. Die Vorfreude war riesig und der Bus mit vierzig Plätzen ausverkauft.

Nach unserer Ankunft erkundeten wir zunächst ganz entspannt den idyllischen Rosengarten. Hier konnten wir verweilen und die Seele baumeln lassen. Die Kulisse war einfach atemberaubend und lud zu zahlreichen schönen Fotomotiven ein.

Anschließend kehrten wir im Café da Vito zum Pizzaessen ein, bevor wir uns zu einem Spaziergang durch den angrenzenden Kurpark aufmachten. Ein weiteres Highlight war die Fahrt mit dem Kurbähnle durch Bad Kissingen. Während einige die Stadt erkundeten, durch die Geschäfte bummelten oder einkaufen gingen, ließen andere die besondere Atmosphäre des Kurortes auf sich wirken.





Am Nachmittag ließen wir den Tag bei Kaffee und Kuchen ausklingen, bevor wir glücklich und voller besonderer Erlebnisse die Heimreise antraten.

Ein herzliches Dankeschön an das Team vom Café da Vito für die tolle und sehr freundliche Bewirtung und an die liebe Hanni vom Busunternehmen Fulda Perle für die wunderbare Begleitung.



Danke an alle, die dabei waren, für diesen rundum gelungenen Tag und die vielen freudigen und unvergesslichen Momente miteinander.

Mehr beeindruckende Bilder der Fahrt werden Ihnen auf unserer Infowand im Foyer angezeigt.



ERNTEMARKT

12. & 13. SEPTEMBER
ALTENZENTRUM HOSPITAL

Kunsthandwerk & Handarbeiten
regionaler Aussteller

Tag der offenen Tür in unserer
Tagespflege

Informationen zu unseren
Leistungsangeboten

Für das leibliche Wohl:
selbstgebackener Kuchen,
Kartoffelpuffer aus der Pfanne,
Gulaschsuppe & Gegrilltes

Musik & Unterhaltung an
beiden Tagen



ALTENZENTRUM HOSPITAL
HOSPITALGASSE 1-3
36251 BAD HERSFELD



KUNSTHANDWERK,
HANDARBEITEN & PRODUKTE
AUS UNSERER REGION



- Selbstgemachtes für Jung & Alt
- Dekorationen rund ums Haus
- Aufstriche, Marmeladen & Eingemachtes
- Allerlei aus der Imkerei
- Kleidung aus Wolle & Stoff
- Taschen, Accessoires & Schmuck
- Näh-, Strick- & Häkelartikel
- Schönes aus Filz & Makramee
- Gestecke & Kränze
- Holz- & Gipsanfertigungen
- Kerzen & Gießkeramik
- Fotografien, Präsente & Karten
- Heimtierspielzeug & Zubehör
- Kräuter, Früchte, Bonbons u. v. m.



FÜR DAS LEIBLICHE WOHL:

- ganztägig: Herzhaftes vom Grill & Gulaschsuppe
- 11.00 Uhr bis 14.00 Uhr frisch gebackene Kartoffelpuffer aus der Pfanne, Verkauf vor unserem Haupteingang
- Eis von "Jokis Eiswerkstatt" (Samstag)
- große Auswahl an selbst gebackenen Kuchen



ERNTEMARKT



Samstag, 12. September, 10.00 bis 17.00 Uhr

10.00 Uhr Eröffnungsgottesdienst in der Hospitalkapelle
mit Pfarrer Simon Leinweber

12.30 Uhr Auftritt Kindertanzgruppe Birgitt Fründ

12.00 bis 14.00 Uhr Mitmachaktionen für Groß & Klein:
Glitzertattoos & Entdeckerquiz durch die Tagespflege

13.00 bis 15.00 Uhr Eisverkauf von "Jokis Eiswerkstatt"

15.30 Uhr Musikalische Unterhaltung vom Frauenchor
Friedewald im Erlebnisgarten

Sonntag, 13. September, 10.00 bis 17.00 Uhr

11.30 Uhr Auftritt unserer Senior*innen

12.00 bis 14.00 Uhr Mitmachaktionen für Groß & Klein:
Glitzertattoos & Entdeckerquiz durch die Tagespflege

15.30 Uhr Musikalischer Nachmittag im Erlebnisgarten:
Auftritt von "Die Wilddiebe e.V."

Tag der offenen Tür in unserer Tagespflege

Besuchen Sie die Räumlichkeiten unserer Tagespflege
und erhalten Sie Informationen rund um unsere
Leistungsangebote.

ALTENZENTRUM HOSPITAL
HOSPITALGASSE 1-3
36251 BAD HERSFELD



ERNTEMARKT

12. & 13. SEPTEMBER
ALTENZENTRUM HOSPITAL



MIT IHREM BESUCH
UNTERSTÜTZEN SIE DEN
FÖRDERVEREIN
ALTENZENTRUM HOSPITAL E.V.



Altenzentrum Hospital

06621 5046-0

info@badhersfeld-gesundbrunnen.org

bad-hersfeld.gesundbrunnen.org

Insta & Facebook:

altenzentrumhospital

KUNSTHANDWERK,
HANDARBEITEN & PRODUKTE
AUS UNSERER REGION



Wie Herr Holle sich ein Nest baute

von Kristin Simos

Unser Innenhof hat ein paar Besonderheiten und eine davon ist ein sehr alter Weinstock, der sich seit Jahrzehnten an den Mauern entlangrankt. Im Sommer bildet er ein dichtes grünes Dach, das Schatten spendet und im Herbst hängen dicht an dicht Trauben an seinen Zweigen. An einem warmen Septembernachmittag saßen wir alle draußen, redeten, spielten und genossen die Ruhe. Hund und Katzen waren natürlich auch dabei und dösten in der Spätsommersonne.

Während wir im Gespräch vertieft waren, hatte jedoch einer von ihnen längst seinen eigenen Plan gefasst. Mit der Geschmeidigkeit eines erfahrenen Kletterers setzte Herr Holle Pfote für Pfote an den Stamm des Weinstocks, schob sich zwischen die Blätter ... und verschwand. Niemand bemerkte es. Für uns war er einfach irgendwo im Hof unterwegs, vielleicht unter der Bank oder hinter dem Holzstapel. In Wahrheit aber hatte er sich hochgearbeitet, bis er zwischen den Ranken wie ein Vogel im Nest saß. Von dort oben hatte er den besten Überblick. Er sah uns, hörte unser Lachen und war gleichzeitig unsichtbar – ein König im grünen Versteck.

Er rollte sich zusammen, ließ die Blätter über seinen Rücken rascheln und döste friedlich, während wir unten weiterredeten. Erst als die Sonne tiefer sank und wir ins Haus gehen wollten, fiel uns auf, der Kater war verschwunden. Wir riefen, schauten unter die Tische, hinter die Türen, sogar im Schuppen – nichts. Ratlosigkeit breitete sich aus und wir fragten uns besorgt: Hatte jemand den Hof verlassen und der Kater ist unbemerkt mit hindurch gehuscht?

Aber wir kannten ja unseren Kater und wandten einen Trick an, der ihn überall in Hörweite sofort würde herlaufen lassen. Wir holten: eine Chipstüte. Denn Herr Holle liebt nichts mehr, als bei jeder Gelegenheit zu versuchen, eine solche knusprige Köstlichkeit zu klauen oder zu erbetteln. Er ist ganz versessen auf Kartoffelchips! Wir raschelten mit der Tüte und plötzlich, raschelte es zurück! Ein leises Rascheln kam über uns aus dem Weinlaub. Wir blickten hoch – und da saß Herr Holle. Zwischen den Weinblättern lugte sein rundes, plüschiges Gesicht hervor, die Augen halb



geschlossen, der Schwanz lässig baumelnd. Herr Holle sah aus, als hätte er sich in seinem Penthouse eingerichtet. Wir mussten lachen. Während wir uns Sorgen machten, hatte er längst sein eigenes Reich gefunden.

Natürlich war der Abstieg weniger elegant als der Aufstieg. Mit einem Satz sprang er schließlich herunter, landete etwas schief, schüttelte die Blätter aus dem Fell und stolzierte ins Haus, als wäre nichts geschehen. Auf der Couch breitete er sich aus, schnurrte zufrieden und ließ keinen Zweifel daran, dass der Weinstock ab sofort zu seinem persönlichen Revier gehörte.





Kalenderblatt

September 2026							
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					

Manche haben die Wahl ...

Der September beginnt in diesem Jahr nach einem ungewöhnlich heißen Sommer. Schon im Juni und Juli war es vielerorts sehr heiß. Es gab viele Sonnentage und nur wenig Regen. Auch danach blieb es in vielen Regionen trocken. Für Menschen, Tiere und Pflanzen war das anstrengend. Umso wohltuender ist nun die mildere Luft im September. Viele empfinden sie als Erleichterung.

Auch politisch ist der September 2026 ein wichtiger Monat. In mehreren Bundesländern wird gewählt. Am 6. September findet die Landtagswahl in Sachsen-Anhalt statt. Am 13. September folgen die Kommunalwahlen in Niedersachsen. Am 20. September werden in Berlin das Abgeordnetenhaus und in Mecklenburg-Vorpommern der Landtag neu gewählt. Die Ergebnisse werden mit Interesse erwartet. Sie zeigen auch, welche Themen die Menschen in Deutschland besonders beschäftigen.

Nach den Sommerferien nimmt außerdem der Alltag wieder Fahrt auf. Schulen und Vereine starten in ein neues Jahr. Viele Menschen beginnen neue Vorhaben oder kehren zu vertrauten Gewohnheiten zurück. So fühlt sich der September oft wie ein kleiner Neubeginn an.

Rückblick: 1.9.1939 – Der Zweite Weltkrieg beginnt

Am 1. September 1939 begann mit dem Angriff Deutschlands auf Polen der Zweite Weltkrieg. In den folgenden Jahren breitete sich



der Krieg über weite Teile Europas und der Welt aus. Millionen Menschen verloren ihr Leben oder mussten Flucht, Hunger und große Not erleben. Viele ältere Menschen erinnern sich noch an Erzählungen ihrer Eltern oder haben die letzten Kriegsjahre selbst als Kinder erlebt. Der Blick auf die heutigen Kriege in der Ukraine oder im Sudan zeigt, dass Frieden auch heute keine Selbstverständlichkeit ist. Umso wichtiger bleiben gegenseitiger Respekt, Verständigung und die Hoffnung auf ein friedliches Miteinander.

Rückblick: 80 Jahre Freddie Mercury



Am 5. September 2026 hätte Freddie Mercury seinen 80. Geburtstag gefeiert. Als Sänger der Rockband *Queen* begeisterte er mit seiner außergewöhnlichen Stimme, seiner mitreißenden Bühnenpräsenz und unvergesslichen Liedern wie *Bohemian Rhapsody*, *We Are the Champions* oder *Radio Ga Ga*. Obwohl er bereits 1991 starb, gehört Freddie Mercury bis heute zu den bedeutendsten Musikern der Rockgeschichte. Seine Musik wird weltweit gehört und verbindet bis heute Generationen.

Sternzeichen



Jungfrau 24.8.–23.9.

Vernünftig und detailgenau, mit einer Liebe zum Praktischen. Sie helfen gern und sind zuverlässige Partner.

Waage 24.9.–23.10.

Harmoniebedürftig, charmant und diplomatisch. Waagen lieben Schönheit und suchen das Gleichgewicht.



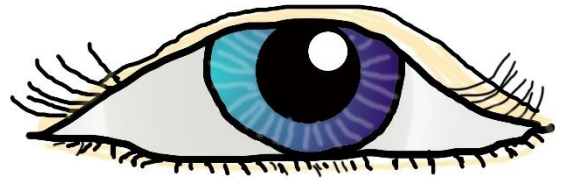
Bauernregel

Septemberregen bringt dem Bauer reichen Segen.



Gesund im September: Trockene und müde Augen ...

Viele ältere Menschen kennen das Gefühl. Die Augen brennen, jucken oder fühlen sich an, als läge ein feines Sandkorn darin. Manche Augen tränen sogar – ein Zeichen dafür, dass die natürliche Befeuchtung nicht mehr ausreicht. Mit zunehmendem Alter produziert der Körper oft weniger Tränenflüssigkeit. Auch trockene Heizungsluft, Klimaanlage, Wind oder langes Lesen und Fernsehen können die Beschwerden verstärken.



Zum Glück lässt sich selbst einiges tun. Wichtig ist, ausreichend zu trinken, denn der Körper braucht Flüssigkeit, um auch die Augen gut zu versorgen. Regelmäßige Pausen beim Lesen oder am Bildschirm entlasten die Augen. Hilfreich ist die sogenannte 20-20-20-Regel: Etwa alle 20 Minuten für 20 Sekunden in die Ferne schauen – möglichst auf einen Punkt, der mindestens 20 Meter entfernt ist. Dabei blinzeln wir automatisch häufiger, wodurch sich der schützende Tränenfilm besser verteilt.

Wer unter trockener Raumluft leidet, sollte regelmäßig lüften oder die Luftfeuchtigkeit erhöhen. Auch bewusstes Blinzeln hilft, denn viele Menschen blinzeln beim Fernsehen oder am Computer deutlich seltener als gewöhnlich.

In der Apotheke gibt es befeuchtende Augentropfen, auch „künstliche Tränen“ genannt. Sie können die Beschwerden oft deutlich lindern. Empfehlenswert sind möglichst konservierungsmittelfreie Präparate, besonders wenn sie häufiger angewendet werden. Welche Tropfen geeignet sind, kann der Augenarzt oder Apotheker benennen.

Halten die Beschwerden über längere Zeit an oder kommen starke Schmerzen, Rötungen oder eine plötzliche Sehverschlechterung hinzu, sollte unbedingt eine Augenärztin oder ein Augenarzt aufgesucht werden. Oft steckt nur ein trockener Tränenfilm dahinter – manchmal aber auch eine behandlungsbedürftige Augenerkrankung. Mit der richtigen Pflege bleiben die Augen häufig bis ins hohe Alter leistungsfähig und gesund.



Feste der Welt: Rosch ha-Schana – der Kopf des Jahres

Mit dem Übergang vom Spätsommer zum Herbst beginnt im jüdischen Kalender eine besondere Zeit. Rosch ha-Schana, das Neujahrsfest, markiert den Auftakt zu einer Phase der Reflexion und Neuorientierung. Es zählt zu den zentralen Feiertagen im Judentum und eröffnet die zehn sogenannten „ehrfurchtsvollen Tage“, die im Versöhnungsfest Jom Kippur ihren Abschluss finden.

Der Begriff Rosch ha-Schana bedeutet wörtlich „Kopf des Jahres“. Das Fest erinnert an die Erschaffung der Welt und ruft dazu auf, das eigene Handeln zu überdenken. Es ist eine Zeit der Selbst-

prüfung, in der Fragen nach Verantwortung, Mitmenschlichkeit und persönlicher Entwicklung im Mittelpunkt stehen.

Ein charakteristisches Element des Festes ist das Schofar – ein Widderhorn, das in der Synagoge geblasen wird. Sein Klang gilt als Weckruf, der zur inneren Einkehr und zur bewussten Auseinandersetzung mit dem eigenen Leben an-



regen soll. Traditionell werden zu Rosch ha-Schana süße Speisen gereicht, darunter Äpfel mit Honig, Granatäpfel und rundes Gebäck. Sie stehen symbolisch für den Wunsch nach einem guten, erfüllten Jahr und für die Hoffnung auf Frieden und Wohlergehen. Rosch ha-Schana zeichnet sich durch seine ruhige Atmosphäre aus. Es verbindet religiöse Traditionen mit familiären Zusammenkünften und bietet Raum für Rückblick und Neuausrichtung.



Erklär mir mal: Self-Checkout und Pick & Go

In immer mehr Supermärkten gibt es heute sogenannte Selbstbedienungskassen. Der englische Begriff **Self-Checkout** bedeutet einfach: den Einkauf selbst bezahlen. An diesen Kassen scannt man die Waren selbst mit einem Lesegerät. Anschließend bezahlt man den Einkauf direkt am Terminal – meist mit einer Bankkarte, in manchen Geschäften aber auch mit Bargeld.

Viele Kundinnen und Kunden nutzen die Selbstbedienungskasse, wenn sie nur wenige Artikel einkaufen. Oft geht das schneller, weil keine lange Warteschlange entsteht. Wer die Technik zum ersten Mal ausprobiert, braucht vielleicht etwas Zeit. Die Bildschirmanzeigen führen jedoch Schritt für Schritt durch den Bezahlvorgang. Falls etwas nicht funktioniert oder Hilfe benötigt wird, ist in der Regel eine Mitarbeiterin oder ein Mitarbeiter in der Nähe.



Nicht jeder möchte auf diese Weise einkaufen. Viele Menschen schätzen den persönlichen Kontakt an der herkömmlichen Kasse und freuen sich über ein kurzes Gespräch. Deshalb bieten die meisten Supermärkte heute beide Möglichkeiten an. So kann jeder selbst entscheiden, ob er lieber die klassische Kasse oder die Selbstbedienungskasse nutzt. Sie ist kein Ersatz für den persönlichen Service, sondern eine zusätzliche Möglichkeit, den Einkauf bequem und oft etwas schneller zu erledigen.

Beim sogenannten **Pick & Go** wird Einkaufen besonders einfach: Nach der Anmeldung per App oder Bankkarte nehmen Kunden die gewünschten Waren einfach aus dem Regal und verlassen anschließend das Geschäft. Kameras und Sensoren erkennen automatisch, welche Produkte mitgenommen wurden.

Der Einkauf wird anschließend digital abgerechnet – ganz ohne Anstehen an der Kasse oder Self-Checkout. Dieses moderne Einkaufssystem wird bereits in einigen Supermärkten getestet und könnte künftig immer häufiger zum Einsatz kommen. Für viele Menschen bedeutet das mehr Komfort – vorausgesetzt, sie fühlen sich im Umgang mit der neuen Technik sicher.



Fenster in die Vergangenheit: Tschernobyl 1986

In den 1980er Jahren galt die Atomenergie als Symbol für Fortschritt und Versorgungssicherheit. Doch am 26. April 1986 wurde dieses Vertrauen erschüttert. Im Block 4 des Kernkraftwerks Tschernobyl nahe der ukrainischen Stadt Prypjat kam es während eines Sicherheitstests zu einer Explosion. Innerhalb weniger Sekunden wurden große Mengen radioaktiver Stoffe freigesetzt – der schwerste Unfall in der Geschichte der zivilen Kernenergie.

Der Unfall ereignete sich um 1.23 Uhr Ortszeit. Bei einem Test sollte überprüft werden, ob der Reaktor bei einem Stromausfall ausreichend gekühlt werden könnte. Konstruktionsmängel und Bedienfehler führten jedoch dazu, dass der Reaktor außer Kontrolle geriet. Es kam zu einer Kernschmelze und mehreren Explosionen, die das Reaktorgebäude zerstörten. Radioaktive Wolken breiteten sich über weite Teile Europas aus.



Die Folgen waren verheerend. Feuerwehrleute und Kraftwerksmitarbeiter erlitten tödliche Strahlenschäden, die rund 50.000 Einwohner zählende Stadt Prypjat wurde erst am folgenden Tag evakuiert. Insgesamt mussten mehr als 100.000 Menschen ihre Heimat verlassen. Tschernobyl wurde als erster Unfall der höchsten Stufe „INES 7 – katastrophaler Unfall“ eingestuft und löste weltweit eine intensive Debatte über die Sicherheit der Atomenergie aus.

Für viele Zeitzeugen ist Tschernobyl bis heute unvergessen. Verlassene Wohnhäuser, Schulen und Spielplätze wurden zum Sinnbild einer unsichtbaren Gefahr. Die Katastrophe beeinflusste die Energiepolitik vieler Staaten und verstärkte das Bewusstsein für die Risiken der Kernenergie. Auch heute ist Tschernobyl noch ein Mahnmal. Das Gebiet um das Kraftwerk bleibt Sperrzone. Die Internationale Atomenergie-Organisation (IAEA) beobachtet die Lage weiterhin aufmerksam und fordert Maßnahmen, um mögliche Risiken dauerhaft zu begrenzen.



Exotische Früchte: die Guave – tropischer Genuss

Die Guave gehört zu den beliebtesten Tropenfrüchten der Welt. Ihre runde oder birnenförmige Gestalt erinnert ein wenig an einen Apfel. Unter der dünnen Schale verbirgt sich jedoch ein saftiges Fruchtfleisch, das je nach Sorte weiß, gelb, rosa oder kräftig rot gefärbt sein kann. Der Geschmack ist angenehm süß und erinnert an eine Mischung aus Birne, Erdbeere und etwas Zitrusfrucht. Im



Inneren befinden sich zahlreiche kleine essbare Kerne. Die reife Frucht kann mitsamt ihrer Schale gegessen werden.

Ihre Heimat liegt in Mittel- und Südamerika. Bereits die Ureinwohner schätzten die Guave als nahrhafte Frucht und Heilpflanze. Mit den Entdeckungsreisen der

Spanier und Portugiesen gelangte sie im 16. Jahrhundert nach Afrika und Asien. Heute wird sie in vielen tropischen und subtropischen Regionen angebaut, unter anderem in Brasilien, Indien, Thailand, Mexiko und Südafrika. Guaven schmecken frisch besonders gut, werden aber auch zu Säften, Marmeladen, Gelees oder Desserts verarbeitet.

Die Guave gilt als wahres Kraftpaket. Sie enthält besonders viel Vitamin C – oft sogar deutlich mehr als eine Orange – sowie Ballaststoffe und wertvolle Mineralstoffe. Deshalb wird sie in vielen Ländern als gesunde Bereicherung des Speiseplans geschätzt.

Auch kulturell hat die Guave ihren festen Platz. In vielen tropischen Ländern steht sie für Fruchtbarkeit, Lebensfreude und Gastfreundschaft. Ihre duftenden Blüten locken zahlreiche Bienen an, und die Früchte gehören auf vielen Märkten zu den beliebtesten Köstlichkeiten. So bringt die Guave nicht nur einen Hauch von Exotik auf den Teller, sondern erzählt auch ein Stück tropischer Lebensart.



Sommerrezept: Birnen-Fenchel-Quiche

Zutaten (4 Personen):

125 g Weizenvollkornmehl
125 g Dinkelmehl
100 ml Schlagsahne
200 g Creme fraiche
3 Eier
2 Birnen
1 Knolle Fenchel
125 g kalte Butter
Salz, Pfeffer, Muskat, Cayenne-Pfeffer
150 g zerkleinerte Walnuskerne
150 g würzigen Bergkäse fein reiben
100 g fein geriebenen Parmesan

Zubereitung:

Bereiten Sie den Mürbeteig mit 125 g Dinkelmehl und 125 g Weizenvollkornmehl, $\frac{1}{2}$ Teelöffel Salz, 4 große Löffel sehr kaltem Wasser und 125 g kalte Butterstückchen zu. Formen Sie dann mit den Händen eine Kugel und legen diese in Frischhaltefolie ca. 45 Minuten in den Kühlschrank.

Derweil bereiten Sie den Belag vor, fetten die Auflaufform und reiben den Käse sehr fein. Der Bergkäse kommt später mit in die Sauce und der Parmesan auf den vorgebackenen Mürbeteig.

Birnen schälen und in längliche schmale Spalten schneiden

Die Fenchelknolle putzen, Strunk entfernen, halbieren und schmale Streifen schneiden.

In einer Schüssel, die Creme fraiche mit der Sahne mischen, dann die Eier kräftig mit Salz, Pfeffer sowie Cayenne-Pfeffer und Muskat würzen und den geriebenen Bergkäse in die Sauce unterheben.

Mürbeteig vorbacken: Den gekühlten Teig ausrollen, in die gefettete Quicheform geben, den Rand gut hochziehen, den Teig mehrmals mit der Gabel einstechen und bei 180 Grad bei Ober- und Unterhitze 15 Minuten vorbacken.

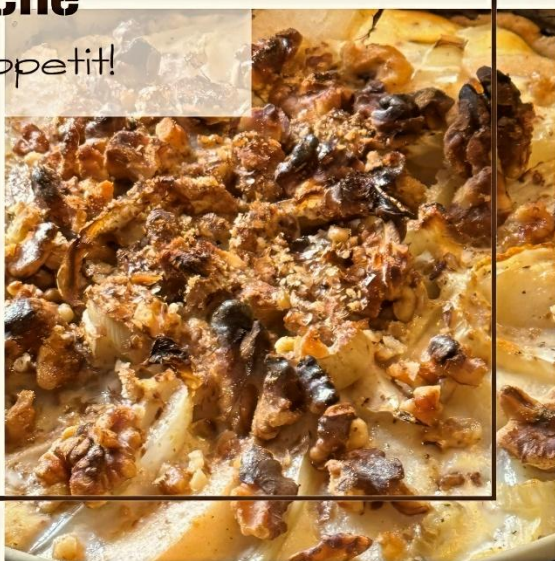
Den vorgebackenen Mürbeteig herausnehmen. Den Parmesan auf dem Teigboden verstreuen, Fenchel und Birnenspalten im Wechsel auf dem Teig dicht garnieren. Die Sauce und die gehackten Walnüsse darüber verteilen.

Die Quiche bei 180 Grad Ober- und Unterhitze ca. 40 Minuten backen.



Birnen-Fenchel Quiche

Guten Appetit!





Gedicht

Der römische Brunnen.

von Conrad Ferdinand Meyer

Aufsteigt der Strahl und fallend gießt
Er voll der Marmorschale Rund,
Die, sich verschleiernd, überfließt
In einer zweiten Schale Grund.
Die zweite gibt, sie wird zu reich,
Der dritten wallend ihre Flut,
Und jede nimmt und gibt zugleich
Und strömt und ruht.

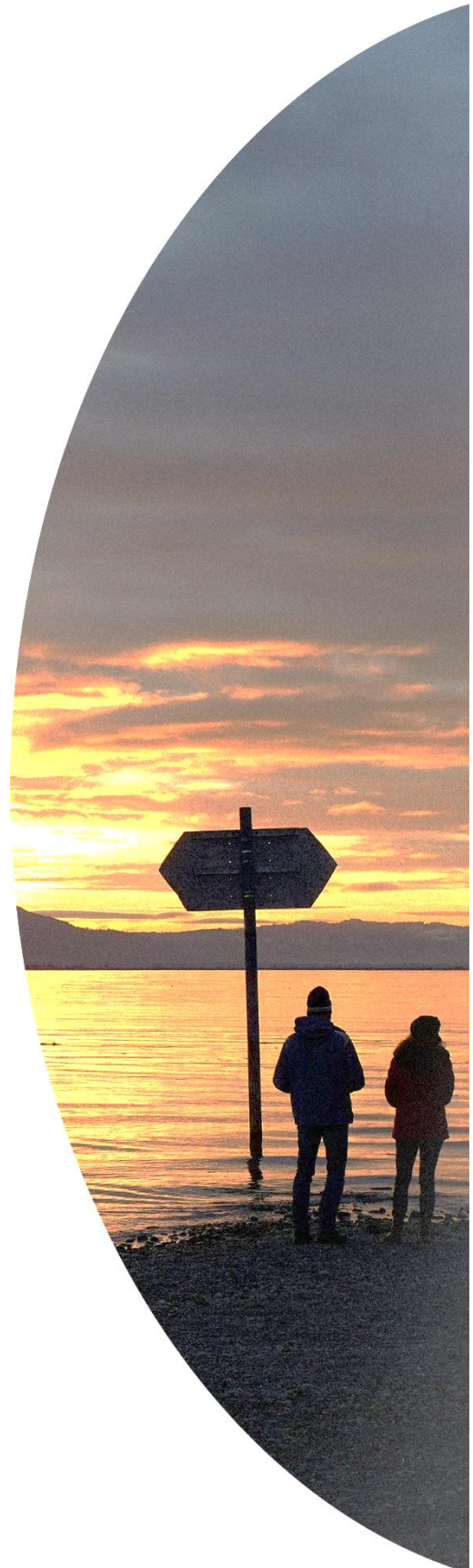
Herbst

von Detlev von Liliencron

Astern blühen schon im Garten,
Schwächer trifft der Sonnenfeil
Blumen, die den Tod erwarten
Durch des Frostes Henkerbeil.

Brauner dunkelt längst die Heide,
Blätter zittern durch die Luft.
Und es liegen Wald und Weide
Unbewegt in blauem Duft.

Pfirsich an der Gartenmauer,
Kranich auf der Winterflucht.
Herbstes Freuden, Herbstes Trauer,
Welke Rosen, reife Frucht.





Rätsel

Wörter erraten

Die Buchstaben in den gelben Feldern sind durcheinander geraten. Die grünen Buchstaben und die Bilder helfen Ihnen bei der Lösung. Verbinden Sie die richtige Wortlösung mit dem richtigen Bild.

R	L	O	E	F	F	A	K	T
K				O				L

E	E	E	I	L	W	N	S
W					E	S	

U	B	P	F	M	A	A	E	L
A				L				M

S	R	B	D	N	E	W	T	I	H
H			B		T				

H	L	I	D	E	A	N
D		H	L			



Sudoku

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

- in jeder Zeile
- in jeder Spalte
- in jedem 3 x 2 Kasten

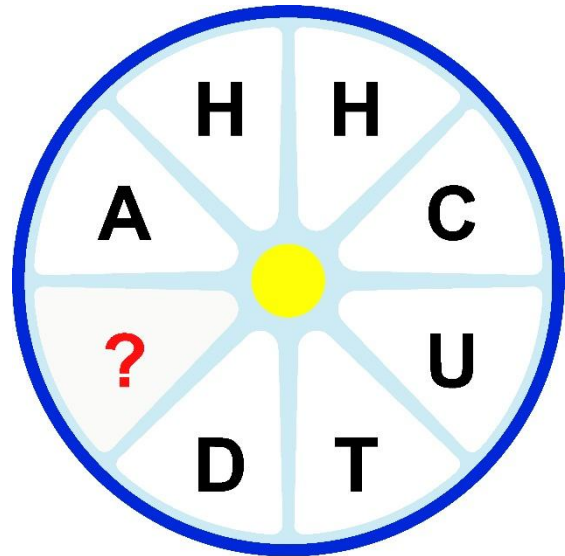
die Ziffern von 1- 6 vorkommen.

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



Wort Rad

Das Fragezeichen muss durch einen Buchstaben ersetzt werden, damit ein sinnvoller Begriff entsteht. Probieren Sie aus, an welcher Stelle das Wort beginnt und in welche Richtung, ob im oder gegen den Uhrzeigersinn Sie es lesen können.



Lösungshinweis:

Das ... wird im Bad verwendet.

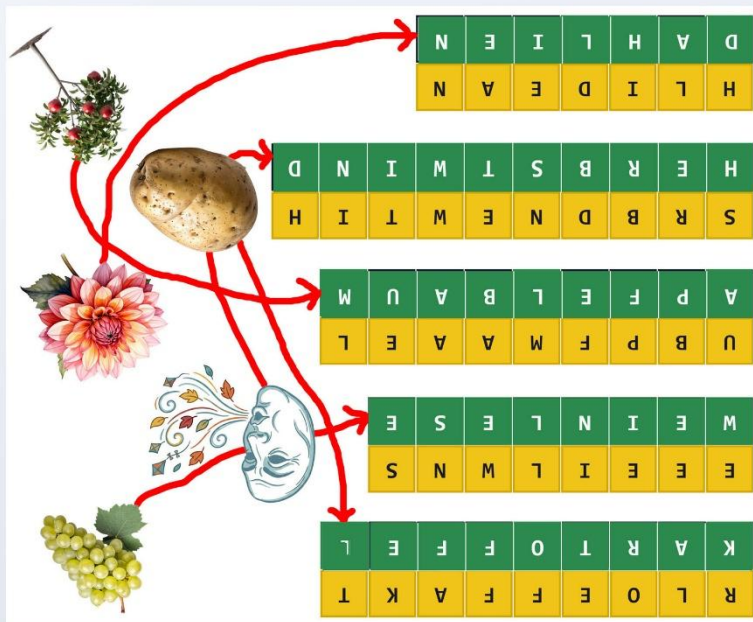
Kreuzworträtsel mit Hilfsbuchstaben

Durch- trieben- heit	Telefon- benutzer	Zugtier	▼	Infor- mations- aussagen	▼	▼	Pelz	Gebiet in Nor- wegen	▼ 8		
▶	▼	F				9		S			
▶	3	10		Teil der Kette	▶		I				
Frosch- lurch		jemeni- tische Währung	▶R	2			eine Staaten- gruppe (Abk.)	chine- sische Dynastie			
7		Vorläufer der EU		Vorname der Asu- mang	B	Film- licht- empfind- lichkeit	▶	▼	4		
franz., span. Fürwort: du	F	▼	ein Planet	▶		R	5				
▶			I	6		Spiel- karten- farbe	▶	1			
Söldner- truppe		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

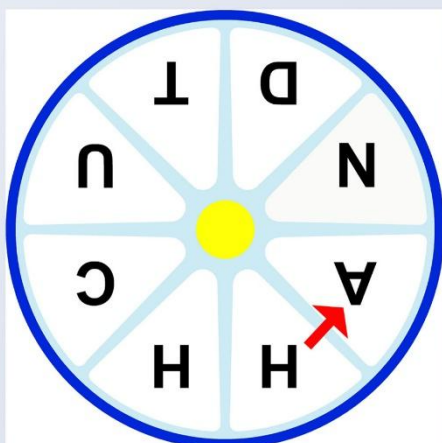
Lösungshinweis: Gemäldegalerie in München



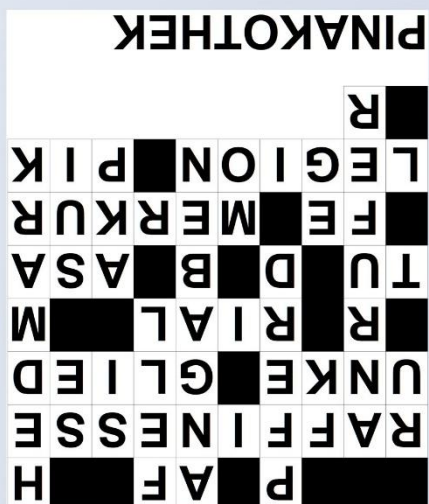
Auflösung aus dem Monat September 2026



Auflösung Wort erraten



Auflösung Wortrad:
HANDTUCH



Auflösung Kreuzwortsessel

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

Auflösung Sudoku



Lachen ist gesund ...

Silke zu ihrer Freundin: „Wie nennt man demonstrierende Vegetarier?“ „Keine Ahnung.“ „Ist doch klar: Gemüseauflauf!“

„liiii, Hallo Herr Ober, hier krabbelt ein merkwürdiges Tier auf meinem Salat.“ Ober: „Nein, nein so selten ist es nicht, in der Küche gibt es eine Menge davon!“

Karl beim Stammtisch: „Jetzt habe ich es wirklich mit eigenen Augen gesehen, die Umweltverschmutzung nimmt immer mehr zu. Gestern habe ich eine Sardinenbüchse geöffnet und was soll ich sagen, alles voll mit altem Öl und die Fische waren auch alle tot!“

Die letzten Worte eines Sportlehrers: „Alle Speere zu mir!“





Aus dem Poesiealbum

*„Der Sommer geht, der Herbst zieht ein,
möge dein Herz stets fröhlich sein.“*



Die Kinder wollten ans Meer – der Wind war schon da.

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](https://www.altenzentrumhospital.de)