



Hospital Aktiv

Altenzentrum Hospital

August 2023

Liebe Leserinnen und lieber Leser,

in diesem Monat reisen tausende junge Menschen aus aller Welt nach Lissabon (Portugal). Vom ersten bis sechsten August findet dort der Weltjugendtag statt. Was einmal klein, als eintägige Veranstaltung begann, hat sich inzwischen zu einem großen internationalen Event entwickelt. Das bunte Programm umfasst Vorträge, Diskussionen, Gottesdienste, Musik, Gesprächskreise, Workshops und vieles mehr.

Der Glaube baut Brücken: Menschen verschiedener Kulturen und Sprachen kommen im Gebet zusammen. Meist bedarf es gar nicht viel, um sich zu verstehen, im Gegenteil. Es reicht schon, wenn man seine Seelen gemeinsam vor Gott beugt. Alle weitere Verständigung kann auch mit Händen und Füßen erfolgen – und mit einem Lächeln.

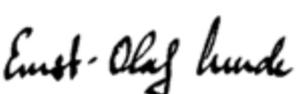
Daneben ist der Glaube aber auch eine kraftvolle Quelle, um Trost und Stärke zu finden. Gerade junge Menschen haben es schwer, weil sie ihren Platz in dieser Welt erst finden müssen. Die kirchliche Gemeinschaft kann sie ermutigen, ihrem Weg zu folgen.

Aber auch im Alter ist der Glaube ein Anker, der uns viel Halt gibt und uns immer wieder Freude schenkt. Indem wir uns mit anderen Gläubigen austauschen, finden wir Unterstützung und werden Teil einer ganz besonderen Gemeinschaft. Wir singen gemeinsam, beten, lesen in der Bibel, rezitieren Psalmen oder halten eine stille Andacht. In der Geschäftigkeit des Alltags finden wir durch Religion zur Ruhe – und gewinnen oft einen neuen Ausblick auf unsere Probleme und Schwierigkeiten.

Wir wünschen Ihnen einen schönen und segensreichen August!

Es grüßt Sie herzlich,

Ihr



Neues von den „Hospital-Lerchen“

„Wer des Morgens dreimal schmunzelt,
mittags nie die Stirne runzelt,
abends singt, dass alles schallt,
der wird hundert Jahre alt!“

Dies ist das Lebensmotto vieler unserer mitsingenden Senioren; zu mindestens montags singen wir, dass alles schallt - ob wir damit hundert Jahre alt werden? - wir werden sehen ...

Vielleicht trägt ja auch eine Frischzellenkur dazu bei, von der mir ein Bekannter erzählte:

„Als ich neulich auf dem Heimweg war, habe ich mir noch ein paar Knackwürste vom Metzger mitgebracht, die wollte ich dann mit ein bisschen Senf wegnäseln. Nun hatte aber meine Madam noch was vom Mittagessen aufgehoben; das hat mich gefreut und so habe ich die Wurst in den Kühlschrank gepackt. Da habe ich sie erstmal liegen lassen, da kann ihr ja nichts passieren. Im Kühlschrank bleibt alles frisch - hab ich gedacht. Das war aber nicht so! Nach zwei Tagen haben die Dinger ganz schrumpelig ausgesehen und waren so labberig, dass ich gar keinen Appetit mehr darauf hatte. Ich wollte sie gerade wegschmeißen, da rief meine Frau, die das mitgekriegt hatte: Nein! Schmeiß die nicht weg! Leg sie in heißes Wasser, dann sind sie wieder gut. Das habe ich dann gemacht. Ich war ja erst etwas skeptisch, aber dann fing mein Staunen an: noch nicht einmal fünf Minuten, da haben die Würstchen so schmuck und drall ausgesehen, als wären sie gerade auf die Welt gekommen. Verrückt - erst waren sie alt und runzlig, aber im heißen Wasser sahen sie mit einem Mal frisch und saftig aus! Da habe ich am nächsten Morgen im Badezimmer noch drüber nachgedacht. Und als ich mich im Spiegel beguckt habe, fielen mir so ein paar Parallelen zur Wurst auf An und für sich wollte ich ja duschen - aber dann hab ich doch heißes Wasser in die Badewanne eingelassen - denn eine günstigere Frischzellenkur kann man ja gar nicht kriegen!“

Augenzwinkernde Grüße

Gabi Kynast

Bewohnerausflug in den Geo-Naturpark Frau-Holle-Land

Impressionen von unserer Busreise zur Mohnblüte in Germerode ...

mit Mittagessen, Planwagenfahrt durch bunte Mohn- und Blütenfelder, Besuch im Biergarten, Picknick im Grünen und einer „Buswanderung“ über den Hohen Meißner.

Wir danken allen Begleitpersonen nicht nur für ihre Unterstützung, sondern auch, dass sie einfach mit dabei waren und den Tag mit uns verbracht haben.



Erlebnisbericht einer Mitreisenden:

„Wenn einer eine Reise tut, der kann etwas erleben. Wir haben eine Busfahrt gemacht, ein Stück durch unser schönes Hessenland. Entlang zum Hohen Meißner bis zur Mohnblüte in Germerode. Da war ein Stopp. Es war wunderschön und gut organisiert. Auch die Busfahrerin hat ihr übliches dazu getan. Unser neues „zu Hause“ das Hospital kann stolz sein, solche Mitarbeiterinnen zu haben. Sie haben alles gut geplant und durchdacht und immer hilfsbereit. Wie schön, dass es so etwas noch gibt. Macht weiter so!“



Aktiv im Alter geht in die nächste Runde



Aktiv im Alter

Bewegung und Entspannung in stationären Pflegeeinrichtungen

Ein Projekt zur Gesundheitsförderung

**Donnerstag, 3. August & 7. September,
10.00 Uhr, Wigbert-Saal**



Teilnahme kostenfrei! Für Fragen 06621 5046-103

Kleiderverkauf im Altenzentrum Hospital



MODEMIMOBIL®
Mode, die zu Ihnen kommt

Wir sind der Mode-Partner mit dem größten mobilen Sortiment.
Wir beraten Sie gern!

Damen- und Herrenmode

Entdecken Sie unsere neue Frühjahr-Sommer-Kollektion 2023 www.modemobil.de

Modemobil kommt zu Ihnen am:

Dienstag, 15. Aug. 2023

14:00h-17:00h

Modeverkauf

Liugg-Stube

Modemobil - S. Körner, Tel. 06403-6989584

Sissi: Jeannie und der Rhein *von Margitta Blinde*

Jeannies und unser Zuhause liegen in der Nähe vom Rhein. In knapp 5 Minuten ist man unten am Ufer. Es ist ein Dorf mit circa 4.000 Einwohnern, zwei Kirchen, einer Kapelle und zwei ehemaligen Burgen und natürlich einen Dorfkern mit einer Reihe von kleinen und größeren Häusern. Die meisten davon wurden im Laufe der Jahre innen und außen renoviert. Nur wenige Neubauten finden sich dazwischen. Hochhäuser haben hier keinen Platz gefunden. Gottseidank, sie hätten den gemütlichen Charakter des Wohnorts zu sehr verändert. Als wir 1979 aus einer Großstadt hierherzogen, gab es im Ortskern noch zwei Metzger, wovon einer sogar einmal in der Woche noch selber schlachtete. Zwei Bäckerläden, wobei der jeweilige Bäcker morgens um 5 am Backofen stand und frische Brötchen und diverse Brotlaibe herstellte - nach den Wünschen der Kundschaft. Ein ziemlich großes Lebensmittelgeschäft war auch vorhanden, wo man alles andere für den täglichen Bedarf bekam, oder bestellen konnte. Es war im Grunde für alles gesorgt, was die Anwohner brauchten.

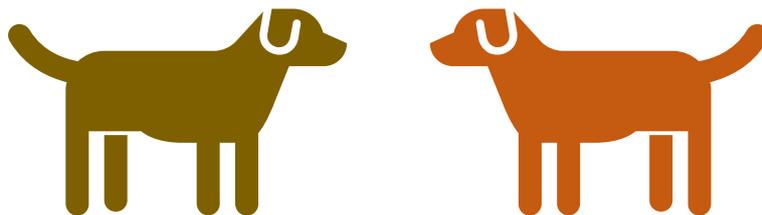
Für uns war das eine neue, kleine Welt, sehr speziell, aber auch sehr anheimelnd. Natürlich gab es auch drei Kneipen für das Feierabend-

bier und mit warmem Essen für die Familien. Leider machten in den folgenden Jahren in direkter Nachbarschaft bald mehrere



Großhandelsgeschäfte auf, die ihre Waren wesentlich preiswerter anbieten konnten und ein breiteres Angebot hatten. Man fand alles für den familiären Bedarf an einem Platz. Das war praktisch und sparte Geld und Zeit. Und so kam es, dass die kleinen speziellen Geschäfte nach und nach aufgaben. Sie konnten mit der Konkurrenz nicht mithalten und die Kunden wanderten ihnen ab. Im Rückblick war das bedauerlich, aber auch eben der Lauf der Zeit.

Jeannie liebt im Sommer Ausflüge an den Rhein. Mit ihrer Betreuerin zieht sie dann runter ans Ufer und badet ihre Pfoten genüsslich im angenehm erwärmten Wasser. Wenn die Temperatur über 30 Grad ansteigt, schmeißt sich der Hund auch gern auf die Seite zum Abkühlen. Sie genießt das Baden, wirft sich von der einen auf die andere Seite, schnappt nach Luft und strampelt mit den Pfoten. Auch als Zuschauer bekommt man Spaß beim Zugucken. Spaziergänger bleiben stehen und schauen Jeannie bei ihrem Wasserspiel zu oder rufen ihr aufmunternd ein „Weiter so!“ zu. Das motiviert den Hund sichtlich zu noch mehr Umdrehungen bis sie schließlich die Lust verliert und mit nass glänzendem Fell ans Ufer kommt. Dann muss man sich schnell verdrücken, um nicht selber was abzukriegen vom Rheinwasser. Sie schüttelt sich nämlich heftig, um die Nässe wenigstens teilweise wieder loszuwerden, bevor sie sich in die Wiese wirft und anfängt sich das Fell trocken zu lecken. Danach wird es dann Aufgabe der Sonne den Rest zu besorgen. Jeannie legt sich auf die Seite und fällt in einen erholsamen Nachmittagsschlaf, aus dem sie auch das Tuten der vorbeifahrenden Schiffe in der Regel nicht wecken kann. Diese gelungenen Ausflüge bereiten Mensch und Tier immer wieder Freude.



Kalenderblatt August 2023

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			

Der Monat August ist der achte Monat des gregorianischen Kalenders und hat 31 Tage. Der Name stammt vom lateinischen "Augustus" ab, der wiederum auf den römischen Kaiser Augustus zurückgeht. Der August ist ein Sommermonat auf der Nordhalbkugel und ein Wintermonat auf der Südhalbkugel.

Ein Freund mit Samtpfoten

Der August ist der Monat des Löwen. So wie die Sonne in voller Kraft am Himmel steht, so regiert auch dieses Sternzeichen in seinem ganzen Glanz. Die Löwen gelten als die „Herrscher“ im Tierkreis. Sie geben gerne den Ton an. Und wie ein König, so umgeben auch sie sich gerne mit den schönen Dingen des Lebens: Kleidern, Schmuck, Autos, ...

Sie sind aber auch sehr großzügig und haben ein weites Herz. Wenn ihre Freunde in Schwierigkeiten stecken, eilen sie sofort zur Stelle. Das macht sie zu einem der stärksten und verlässlichsten Verbündeten des Tierkreises.

Berühmte Geburtstagskinder

Coco Chanel, die berühmte französische Modeschöpferin, war ein Kind des Sommers. Sie kam am 19. August 1883 zur Welt, also vor genau 140 Jahren. Sie revolutionierte die Damenmode, indem sie elegante und funktionale Kleidung für Frauen entwarf. Sie prägte den Stil der "kleinen schwarzen Kleider", des Chanel-Anzugs und des ikonischen Chanel No. 5 Parfums. Ihre Entwürfe waren von Einfachheit, Eleganz und zeitloser Schönheit geprägt.



Die besten Sprinter der Welt



Der Sommer mit seinem warmen, trocknen Wetter bietet sich vor allem für Sportarten an, die draußen stattfinden. Dazu gehört auch die Leichtathletik: Vom 19. bis 27. August werden in Ungarn die Weltmeisterschaften ausgetragen. Dabei stehen von Hochsprung über den Speerwurf bis hin zum Marathon viele spannende Disziplinen auf dem Programm!

Für die Schweizer ist der August ein ganz besonderer Monat. In ihm halten sie nämlich ihre „Bundesfeier“ ab. Dabei gedenken sie der Gründung der Schweiz vor über 700 Jahren. Gefeiert wird mit Feuerwerken, Musik und einem leckeren Mittagstisch auf dem Bauernhof. Ein Hoch auf die Eidgenossenschaft.

Rückblick: Heute vor 61 Jahren

Peter Fechter war ein junger Mann aus Ost-Berlin, der in den Westen fliehen wollte. Am 17. August 1962 versuchte er, über die Mauer zu klettern, wurde dabei aber von den DDR-Grenzposten brutal angeschossen. Eine Stunde lang sahen sie ihm dabei zu, wie er langsam verblutete, bis sie endlich Hilfe holten. Er verstarb wenig später im Krankenhaus.

Sternzeichen

Löwe

23. Juli

23. August



Jungfrau

24. August

23. Sept.

Gesund im August: Achtung! Stürze vorbeugen

Wenn man in höherem Alter zu Fuß unterwegs ist, dann heißt es: aufpassen! Draußen in der freien Natur sowieso, aber auch drinnen lauern Gefahren. Teppiche oder unebene Böden stellen eine nicht zu unterschätzende Gefahr dar, sie sind häufig riskante Stolperfallen. Dazu kommen die Herausforderungen, die die Bewältigung von Treppenstufen für Ältere darstellen. Wichtig ist es daher für eine sichere Umgebung zu sorgen. Dafür kann man einiges tun in seinem Zuhause. Allerdings muss man auch bereit sein, Dinge zu verändern bzw. auch auf einiges zu verzichten. Liegt zum Beispiel über dem Teppichboden noch ein Läufer, dann geht von ihm eine Gefahr aus. Das sieht zwar hübsch aus, vielleicht ist er auch noch ein Erbstück, das über Generationen weitergegeben wurde, aber er ist auch ein Problem, wenn man die Füße beim Gehen nicht mehr gut hochbekommt und an seiner Kante hängen bleibt. Auch frei liegenden Elektrokabel stellen eine Gefahr dar und müssen sicher hoch an den Wänden angebracht werden. Dazu kommt, dass die Beweglichkeit im Alter allgemein nachlässt, und auch das Reaktionsvermögen ist nicht mehr das, was es einmal war. Kommt man ins Stolpern, so kommt man auch schnell zu Fall und das kann dann übel ausgehen, weil man ungebremst zu Boden fällt und dabei vielleicht noch einen Stuhl oder eine Tischdecke mit runterreißt.

Viele Ältere leiden unter Gleichgewichtsstörungen, oft auch hervorgerufen durch Nebenwirkungen von Medikamenten, die sie einnehmen müssen. Da heißt es besonders aufmerksam zu sein und die Umgebung nach möglichen Fallstricken absuchen. Lassen Sie sich dabei helfen! Vier Augen sehen mehr als zwei und jüngere sowieso. Auch eine fortgeschrittene Arthrose und eine Sehschwäche, unter der viele Ältere leiden, fördern die Gefahr von Stürzen im Alltag. Die Muskulatur ist nicht mehr so elastisch und dehnfähig wie in jüngeren Jahren. Deswegen ist es wichtig sie mit einfachen Übungen regelmäßig zu trainieren. Das fördert die Durchblutung und stabilisiert auch die Gelenke. Beides darf im Alter nicht vernachlässigt werden – auch wenn es dem einen oder anderen keinen Spaß macht sich einmal täglich mit geeigneten

Übungen zu beschäftigen – es ist auf Dauer wichtig für die Gesundheit und das Wohlbefinden.

Ganz übel wird es, wenn man mit dem Körper oder Kopf beim Fallen irgendwo gegen schlägt. Sich beim Fallen abfangen zu können wird mit den Jahren auch immer schwieriger. Wenn man großes Pech hat, verliert man beim Fallen sogar kurz das Bewusstsein. Dann kann man nur hoffen, dass jemand in der Nähe ist und zur Hilfe kommen kann. Sicherheitshalber sollte ein Arzt herbeigerufen werden, der eventuelle ernste Schäden feststellen kann. Unter Umständen ist eine Krankenhauseinweisung nötig, um sicher zu gehen, dass keine Verletzungen unentdeckt bleiben. Ganz wichtig ist auch, dass die Räumlichkeiten stets ausreichend belichtet sind. Nachts hilft ein Nachtlicht zur besseren Orientierung, wenn man es z. B. eilig hat auf die Toilette zu kommen und den Lichtschalter in der Aufregung nicht finden kann. Ausreichende Vorsorge wird mit zunehmendem Alter immer wichtiger und schützt vor gesundheitlichen Gefahren und Verletzungen!

Höhlentier des Jahrs 2023: Der Feuersalamander

Früher bekam man ihn öfter beim Spaziergang draußen in der freien Natur zu sehen, den Feuersalamander mit seinen leuchtenden gelben Flecken auf dem Rücken. Besonders gern hält er sich in kühlen und feuchten Wäldern auf. Auch nasskalte Tümpel und Bäche geben ihm die Umgebung, die er braucht, um sich wohl zu fühlen.

Er gehört zur Familie unserer heimischen Schwanzlurche und fällt mit seiner grellen gelb-schwarzen Zeichnung optisch gut ins Auge. Auch seine Körperlänge von 14 bis 20 cm sorgt für Aufmerksamkeit und macht ihn leicht sichtbar. Seine auffallende Musterung dient ihm zur Abwehr von Fressfeinden, die ihm sein Terrain streitig machen. Dazu kommt, dass er aus seinen Ohr- und Rückendrüsen bei drohender Gefahr ein giftiges Sekret absondern kann, das bei manchen Angreifern sogar tödlich wirkt. Kommt ein Mensch mit dem Sekret in Kontakt, so sollte er sich

vorsichtshalber nicht die Augen reiben, ansonsten ist es aber eher harmlos.

Allerdings gab es früher den Aberglauben, dass diese Lurchart mit ihrem Sekret Feuersglut löschen kann und dann als einzige ihrer Art überleben könnte. Im Mittelalter hieß es sogar, dass der Feuersalamander, wenn er in einen Brunnen gefallen ist, das dortige Trinkwasser mit seiner Ausscheidung vergiften kann und somit den Menschen großen Schaden zufügt. Dies alles muss aber aus heutiger Sicht als reiner Aberglaube gewertet werden.

Hier bei uns kommt er gehäuft in Süd- und Mitteldeutschland vor, da wo es reichlich feuchte Bodenflächen gibt. Die fortschreitende Nutzung und Abholzung von Laubwäldern für den Straßenbau reduziert aber zunehmend den wichtigen Lebensraum des Feuersalamanders und gefährdet seinen Fortbestand immer stärker. Der Verband der deutschen Höhlen- und Karstforscher e.V. hat den Feuersalamander zum Höhlentier des Jahres 2023 ausgerufen.



© Foto: Klaus Bogon, Sontra (www.bogon-naturfoto.de) "Höhlen-tier des Jahres 2023" www.hoehlentier.de

Worterklärung: Heiermann - ein jiddischer Buchstabe

Wenn Sie aus Norddeutschland stammen, haben Sie die schönen, glänzenden Fünf-Mark-Stücke früher sicher auch als „Heiermann“ bezeichnet. Das ist ein lustiger Begriff und verleiht der Münze schon fast etwas Persönliches. Woher aber stammt er? Wie lässt er sich für Außenstehende erklären?

Begonnen hat alles mit der jüdischen Gemeinschaft in Norddeutschland. Das Alphabet des Jiddischen ist so aufgebaut, dass jeder Buchstabe mit einer Zahl verbunden ist. Der Buchstabe „He“ (ausgesprochen „Hey“) ist der fünfte in der Reihe und steht somit für die Zahl 5.

Einige Juden begannen, Fünf-Mark-Stücke als „Hey“ zu bezeichnen. Später wurde ein humorvolles „Mann“ angehängt, wie sie es auch von anderen Gegenständen her kannten (z. B. Blaumann, Henkelmann, ...). Und weil sich „Hey-Mann“ kaum aussprechen ließ, wurde daraus schließlich „Hey-er-mann“ oder eben „Heiermann“.

Wissenswert: Potpourri am Wegesrand



Der „Gute Heinrich“ ist kein wohlthätiger Onkel, wie man vielleicht meinen könnte, sondern eine Nutzpflanze, wie sie noch in Omas Gemüsegarten wuchs. Heutzutage ist sie leider fast vergessen und fristet ihr Dasein nur noch an Straßenrändern. Das ist schade, denn sie ist nicht nur sehr gesund,

sondern auch sehr vielfältig!

Die dichten, grünen Blätter werden wie Spinat zubereitet, die Triebe wie Spargel. Sogar die knubbeligen Blüten lassen sich kochen, ähnlich wie Brokkoli. Damit bietet uns der Gute Heinrich gleich drei Pflanzen in einer!

Zeitsprung: Hoch über dem Knie



© Jac. de Nijs, National Archives of the Netherlands / Anefo
Die englische Girlgroup „Paper Dolls“ auf
Tournée in den Niederlanden, Juni 1968.

Einen Genuss, in den Männer normalerweise **selten** kommen, ist das Tragen eines Rocks. Es fühlt sich herrlich an, wenn er um die Beine schwingt, locker und luftig.

Früher gab es dafür allerdings strikte Regeln: mindestens knielang musste der Rock sein, und es gehörte eine Strumpfhose darunter. (Während des Krieges wurde sie aufgemalt). Kürzere Röcke gab es nur bei Showgirls wie z. B. Josephine Baker oder im Sport. Beim Tennisspielen hätte man sich in einem langen Rock schließlich nur verheddert.

Erst in den 1960er Jahren begannen Frauen, ihre Röcke allmählich kürzer zu tragen. Stück für Stück wanderten sie höher, erst ein kleines Stückchen über

das Knie, bis sie schließlich eine solche Kürze erreichten, dass Männer auf der Straße stehen blieben und den Damen nachstarrten.

Als Schöpferin des Minirocks gilt die englische Designerin Mary Quant. Sie war eine originelle, kreative junge Frau, die viele Neuheiten in die Modewelt brachte, wie z. B. bunte Strumpfhosen oder Hotpants (**sehr kurze** Hosen). Sie hörte auf die Wünsche ihrer Kundinnen und vermittelte ihnen ein Gefühl von Freiheit. Miniröcke sehen nämlich nicht nur supertoll aus – sie sind auch praktisch, wenn man mal zum Bus rennen muss. Die traditionellen, knielangen Röcke hielten einen nämlich nur zurück: Frauen mussten in ihnen elegant und bedächtig schreiten, konnten aber nicht rennen oder einfach mal vor Lebensfreude

hüpfen! Miniröcke waren somit viel mehr als nur eine neue attraktive Mode. Sie waren ein Zeichen von Jugend und Vitalität. Sie gaben Frauen Selbstbewusstsein und das Gefühl, dass sie selbst über ihren Körper bestimmen konnten.

Eine der berühmtesten Trägerinnen des Minirocks war Twiggy, das englische Model. Mary Quant, die Erfinderin des Minirocks, ist dieses Jahr im Alter von 93 Jahren gestorben.

Nachname Pfeiffer: Ein musikalischer Gesell

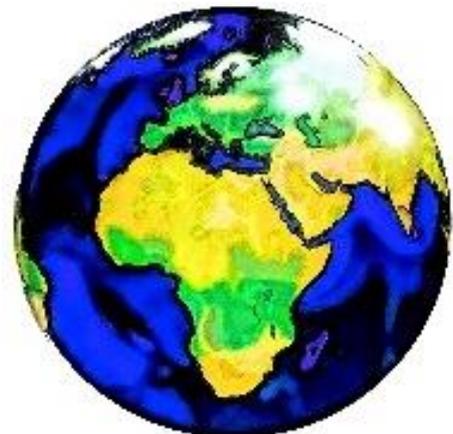
„Pfeiffer“ ist ein alter deutscher Familienname, der schon seit Jahrhunderten gebräuchlich ist. Seine Ursprünge gehen auf den gleichnamigen Beruf zurück. „Pfeiffer“ waren früher Musiker, die Blasinstrumente spielten, also z. B. die Flöte oder die Posaune. Sie konnten entweder bei der Stadt angestellt sein oder selbstständig arbeiten. Engagiert wurden sie zum Beispiel für Feste, Hochzeiten oder Jahrmärkte.

Vorname Oskar: Ein mächtiger Krieger

Einer der beliebtesten Vornamen für neugeborene Jungen ist „Oskar“. Er stammt aus dem Altgermanischen und bedeutet übersetzt „der Speer Gottes“ oder „der Gott mit dem Speer“. Ein sehr kraftvoller Name, von dessen Träger wir wahrlich Großes erwarten können!

Klimalexikon: Kohlekraftwert - eine Dreckschleuder?

Ein Kohlekraftwerk ist, wie der Name schon sagt, eine Art Fabrik, in der Stein- oder Braunkohle verheizt wird. Dadurch entsteht Energie, die wir als Strom nutzen können. Für die Umwelt ist diese Methode allerdings sehr schädlich, weil dabei große Mengen an CO₂ freigesetzt werden. Außerdem werden Schwefeldioxid, Stickoxide, Schwermetalle und Feinstaub freigesetzt. Das kann beim Menschen zu gesundheitlichen Problemen führen.



Gedichte

Einen Sommer lang

von Detlev von Liliencron

Zwischen Roggenfeld und Hecken
Führt ein schmaler Gang,
Süßes, seliges Verstecken
Einen Sommer lang.

Wenn wir uns von ferne sehen
Zögert sie den Schritt,
Rupft ein Hälmchen sich im Gehen,
Nimmt ein Blättchen mit.

Hat mit Ähren sich das Mieder
Unschuldig geschmückt,
Sich den Hut verlegen nieder
In die Stirn gerückt.

Finster kommt sie langsam näher,
Färbt sich rot wie Mohn,
Doch ich bin ein feiner Späher,
Kenn die Schelmin schon.

Noch ein Blick in Weg und Weite,
Ruhig liegt die Welt,
Und es hat an ihre Seite
Mich der Sturm gesellt.

Zwischen Roggenfeld und Hecken
Führt ein schmaler Gang,
Süßes, seliges Verstecken
Einen Sommer lang.



Rezept: Sommerlicher Brotsalat

Zutaten für 4 Personen

250 g Ciabatta oder Baguette
3 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen
250 g Kirschtomaten
1 große rote Zwiebeln
1 rote Paprikaschote
½ Salatgurke
15 Oliven
15 Mini-Mozarella
½ Bd glatte Petersilie
1 Zweig Rosmarin und Thymian
1 Hand Rauke
100 g Pinien- oder Kürbiskerne
Salatsauce:
1 TI Senf
1 TL Honig
2 EL Balsamicoessig
4 EL Olivenöl
je 1 Zweig Rosmarin und Thymian
Salz und Pfeffer

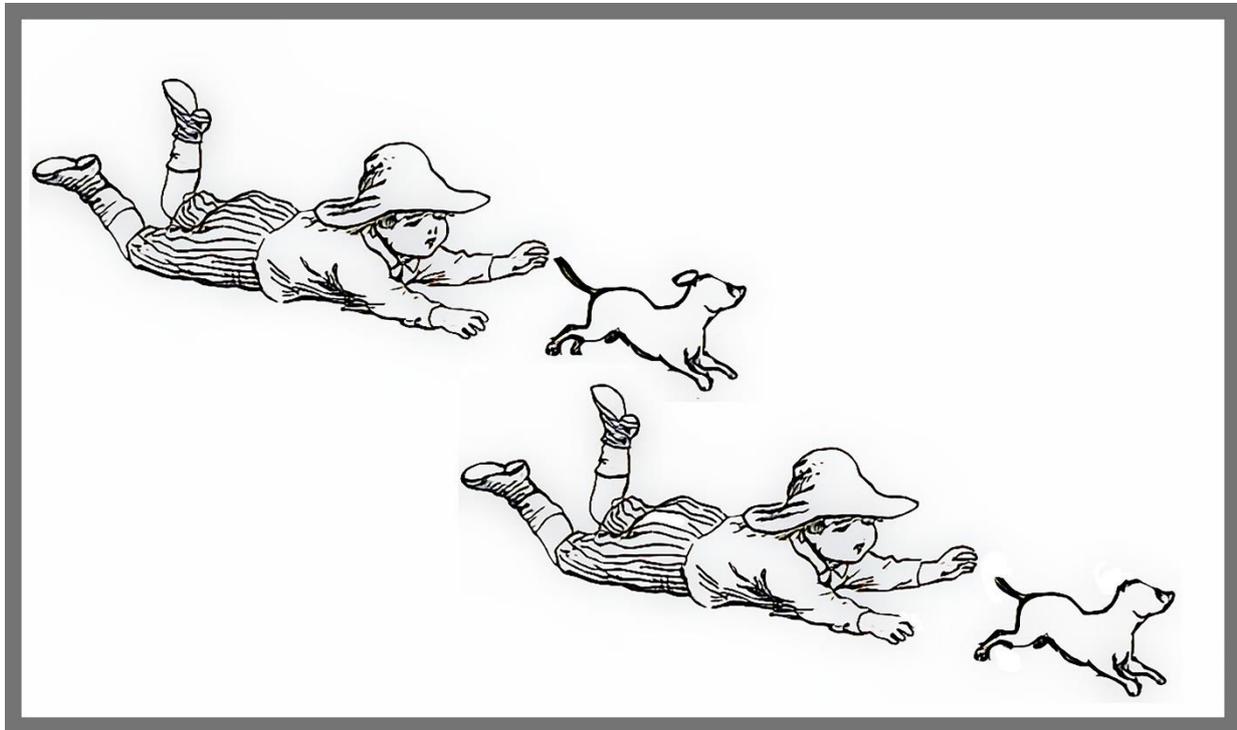


Die Pinien- oder Kürbiskerne ohne Fett anrösten. Das Brot würfeln und in Olivenöl kross anbraten; zum Schluss gehackter Knoblauch kurz mitrösten. Die Gurke längs halbieren, die inneren weichen Teile entfernen und in Scheiben schneiden. Zwiebeln vierteln und in dünne Scheiben schneiden, Paprika und Tomaten in mundgerechte Stücke, Petersilie und Rosmarin fein, die Rauke in gröbere Teile schneiden. Aus den o.a. Zutaten eine Salatsauce herstellen und nun mit allen Zutaten mischen. Die kross gebratenen Brotwürfel erst kurz vor dem Servieren unterheben. **Guten Appetit!**

Rätsel

Bilderrätsel

Wer findet die sechs Fehler im unteren Bild?



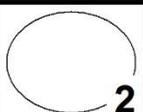
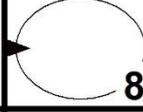
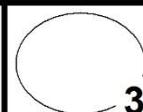
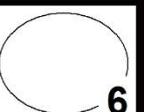
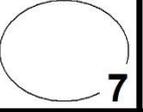
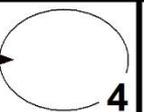
Brückenwörter

Die folgenden Wörter sind einzufügen: WEIN, FRAGE, STERN, GROSS, ZAHN, SPIEL, FREI, LAST, SCHNITT, ZEIT

KARENZ												ANGABE
KEGEL												BLUME
RISIKO												STOSS
ZENTNER												KAHN
STOSS												WURZEL
ABEND												BILD
NACH												ZEICHEN
GERNE												EREIGNIS
LUST												FORM
WEISS												STUBE

Lösungswort: Fußtruppe (militärischer Begriff)

Kreuzworträtsel mit Hilfsbuchstaben

kurze, witzige Erzählung		Fremdwortteil: gegen	dt. politische Partei (Abk.)	musikalischer Halbton	Gewinn (ugs.)		Überzahl
darauf folgend		A					
Salatpflanze			D			I	
				S	Kündigung der Mitgliedschaft		
Betonung im Vers	D		Berührungsverbote	poetisch: Adler			R
ungefähr		Berührung (engl.)	T	O	U	C	H
				englisches Fürwort: sie	S	H	
	E				T	südamerikanisches Faultier	
Unter-sagung	Gott der Haitianer	Hauch, Fluidum (franz.)		Buch der Bibel			T
				katalonischer, mallorq. Artikel			Auer-ochse
Trinkgefäß	O		Stillstand im Verkehr	S			
Badezimmer-einrichtung		R					

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

exzellenz Müller GmbH

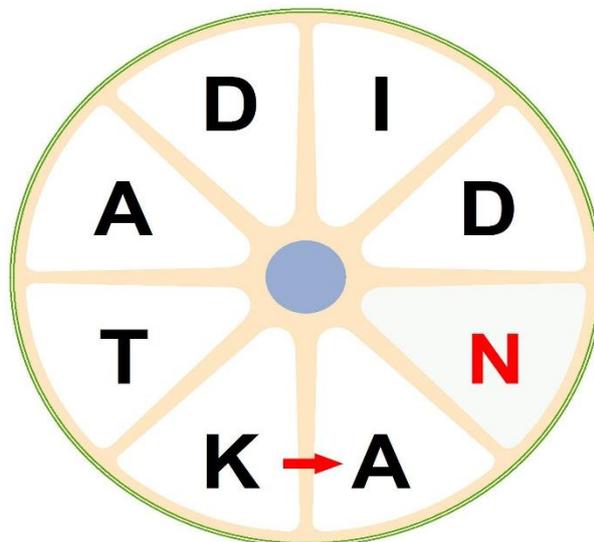
Hinweis zur Lösung: Kupplung, Mechanik

Auflösung aus dem Monat Juli

Auflösung Kreuzworträtsel

	R			O			
K	A	R	A	W	A	N	E
O	M	E	N		R		F
	T	N		T	I	E	F
	S	T	E	U	E	R	N
I	S	E		E		L	U
	T		A	R	G	O	N
	U	R	U	K		E	G
	B		R	I	E	S	E
B	E	F	A	N	G	E	N

Auflösung Wortrad



METEORIT

Lösungswort: K A N D I D A T

Auflösung Brückenwörter

KREBS			T	I	E	R			ARZT			
WUCHER			P	R	E	I	S		WERT			
DICHT			K	U	N	S	T		AKADEMIE			
STOCK					W	E	R	K	STATT			
KOFFER				R	A	U	M		FAHRT			
UNTER					W	E	L	T	ERFOLG			
ZINN			O	B	E	R			KIEFER			
TEPPICH					F	L	I	E	S	E	N	LEGER
EDEL					W	E	I	S	S			BROT
KAHL			S	C	H	L	A	G				WORT

Lösungswort: E I S W U E R F E L

Lachen ist gesund ...

„Opa warum läufst du denn so hektisch durch das Wohnzimmer?“ „Ach, Wolfi, ich suche meine Brille und ohne Brille lässt es sich so schwer suchen!“



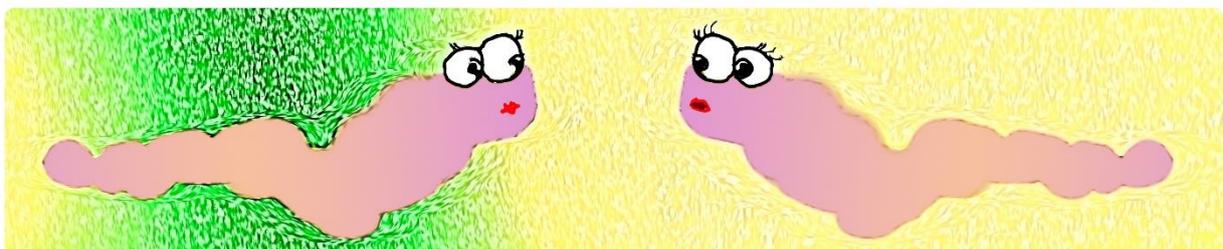
Herr Huber kehrt nach seinem Wanderurlaub mit einem Kopfverband in die Dorfschänke ein. Herr Winkler fragt: „Oh, da war wohl ein Steinschlag unterwegs.“ Huber: „Nee, eine Sennerin!“



Fragt der Kurgast den Fischer: „Wo kommen denn die Flundern her?“ Der Fischer: „Wir bringen unsere Heringe zum Auktionshaus und dort kommen sie unter den Hammer!“

Ein schwäbisches Ehepaar wird seit geraumer Zeit vermisst und hatte Obdach in einer Wanderhütte gefunden. Das Helferteam macht sich auf den Weg und steht vor der Hütte „Hallo, machen Sie bitte die Tür auf, wir sind vom Roten Kreuz!“ Daraufhin aus dem Inneren: „Mir gäbet nix!“

Zwei Regenwürmer begegnen sich auf der grünen Wiese. Fragt die eine: „Wo ist denn dein Mann?“ Antwort: „Der ist beim Angeln!“





Aus dem Poesiealbum

*"Wenn Du einst nach vielen Jahren
dieses Album nimmst zur Hand,
denk daran wie froh wir waren,
in der kleinen Schülerbank."*



Der Verkauf von unserer selbstgebackenen Kuchen zum Erntemarkt kommt unseren Förderverein Altenzentrum Hospital zu Gute.

KUCHENBÄCKER GESUCHT!

Unterstützen Sie uns mit einer Kuchenspende!

Anmeldung nehmen wir gern
bis zum 22. August unter 06621 5046-103
& in der Verwaltung entgegen.



Vielen Dank für Ihre Unterstützung.



Impressum:

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



altenzentrumhospital