

# Hospital Aktiv

Altenzentrum Hospital



**Oktober 2023**





## Liebe Leserinnen und lieber Leser,

Am Sonntag, den 1. Oktober findet in diesem Jahr der internationale „Weltseniorentag“ statt. Als Seniorin oder Senior bezeichnet man Menschen, die über 60 Jahre alt sind. Seit dem Jahr 1990 ist dieser Tag weltweit der Anerkennung der älteren Menschen für den Zusammenhalt der Gesellschaft gewidmet. Gleichzeitig soll auch auf die spezielle Situation Älterer aufmerksam gemacht werden und auf ihre besonderen Bedürfnisse. Die ältere Generation stellt heute beinahe ein Drittel der Gesamtbevölkerung dar. Diese Tendenz ist weiterhin mit der wachsenden Lebenserwartung steigend.

Die Corona-Pandemie hat gerade den Älteren eine Vielzahl an Beschränkungen zu ihrem Schutz vor Ansteckung in ihrem Privatleben auferlegt. Das war nicht leicht hinzunehmen, aber die meisten haben die schwierige Situation gut in den Griff bekommen. Viele ältere haben die unangenehme Situation genutzt, um ihr Wissen auf dem Gebiet der Digitalisierung zu vergrößern und so in Kontakt und Austausch mit ihren Freunden und Verwandten zu bleiben.

Das alte Sprichwort aus dem 19. Jahrhundert: „Wer rastet, der rostet“ hat sich die heutige ältere Generation dabei wirklich zu Herzen genommen. Sie beteiligt sich auch aus dem Ruhestand heraus durch körperlichen und geistigen Einsatz weiterhin aktiv in der sozialen Gemeinschaft, die das auch zu schätzen weiß. Beide Seiten – Jung und Alt - profitieren so von ihrer Teilnahme am Leben aller in der Gesellschaft und ihrem persönlichen Einsatz.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen einen entspannten, aber auch anregenden Sonntag.

Es grüßt Sie herzlich,

Ihr

*Ernst-Olaf Kunde*





## Neues von den „Hospital-Lerchen“

Der Oktober ist der farbenprächtigste Monat in der zweiten Jahreshälfte. Licht und Wärme

nehmen allmählich ab, aber die tieferstehende Sonne hüllt die Natur noch einmal in einen wunderbaren Farbenzauber - bis schließlich der erste kalte Herbstwind kommt.

Joseph von Eichendorff beschreibt das so treffend in seinem wunderbaren Gedicht:

Es ist nun der Herbst gekommen,  
hat das schöne Sommerkleid  
von den Feldern weggenommen  
und die Blätter ausgestreut.  
Vor dem bösen Winterwinde  
deckt er warm und sachte zu  
mit dem bunten Laub die Gründe,  
die schon müde gehn zur Ruh.

Wir hoffen, dass der Oktober uns noch einige warme Montage bringt, damit wir unter

den Kastanienbäumen singen können -

Sie wissen ja:

immer montags von 15 - 16:30 Uhr.

Ich freu mich auf Sie alle!

Ihre Gabriele Kynast



## Liebe Hausgemeinde!

Jedes Jahr zum Erntedankfest singen wir ein Lied, das mir mittlerweile schon sehr vertraut geworden ist. Bereits bei dem Hören der ersten Verse stellt sich bei mir das Gefühl ein:

Es ist wieder Erntedankzeit. „Wir pflügen und wir streuen“ heißt das Lied, und der Text geht zurück auf Matthias Claudius:

1. Wir pflügen, und wir streuen / den Samen auf das Land,  
doch Wachstum und Gedeihen / steht in des Himmels Hand:  
der tut mit leisem Wehen / sich mild und heimlich auf  
und träuft, wenn heim wir gehen, Wuchs und Gedeihen drauf.

Alle gute Gabe kommt her von Gott dem Herrn,  
drum dankt ihm, dankt, drum dankt ihm, dankt und hofft auf ihn!

Ich mag dieses Lied, weil das Geheimnis des Wachsens, das Geheimnis von Gottes Wirken so sensibel darin beschrieben wird. Claudius beschreibt nur in der ersten Zeile, was wir tun: Pflügen und streuen. Doch Wachstum und Gedeihen steht in des Himmels Hand.

Und damit ist klar, wer was macht. Dass es ein Zusammenspiel ist aus unserem Tun und Gottes Wirken. Das, was wir tun, ist uns bekannt und vertraut, aber was Gott tut, bleibt geheimnisvoll.

Heutzutage kann die Naturwissenschaft Vieles erklären. Und doch bleibt ein Staunen darüber, wie alles so hat entstehen können.

Und eine tiefere Bedeutung, quasi eine zweite Ebene bekommt das Lied für mich, wenn ich das Pflügen und Samenstreuen nicht nur in der Landwirtschaft sehe. Auch als Eltern und Großeltern, als Arbeitnehmer und -Geber, als Nachbarn oder als Freunde streuen wir Samen. Den Samen von Werten, die uns



wichtig sind, den Samen von Charakter, den wir vorleben. Auch da träuft Gott Wuchs und Gedeihen drauf. Und oft ist es auch da geheimnisvoll, wie er das wirkt. Da können wir auch nur staunen und dankbar sein.

Ich freue mich über die Erntegaben im September. Doch wofür wir danken können, ist viel mehr. Ja, auch der Glaube kommt durch Gott. Den können wir uns nicht selbst machen und auch unseren Kindern können wir den Glauben nur als Same ins Leben streuen. Was daraus wächst ist Gottes Wirken. Und genau deshalb können wir am Erntedankfest auch dafür dankbar sein. Egal, ob unser Glaube gerade ein flehendes Schauen auf Gott ist oder ein starkes Vertrauen. Wir können Gott dankbar sein, weil wir wissen, was Claudius im Refrain formulierte:

„Alle gute Gabe kommt her von Gott, dem Herr. Drum dankt ihm, dankt und hofft auf ihn!“ Amen.

*Mit herzlichen Grüßen,*

*Ihr Pfarrer Simon Leinweber*

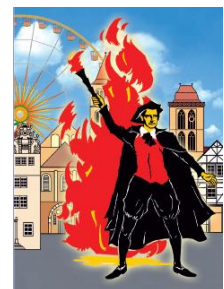
---

## Termine im Oktober

**Sonntag, 1. Oktober, 10.30 Uhr, Wigbert-Saal**  
Klavierkonzert zum Erntedank mit Kira Leona Urban

**Montag, 16. Oktober, 12.30 Uhr,**  
Treffpunkt Haupteingang  
Herzliche Einladung zum Lolls-Umzug

**Donnerstag, 19. Oktober, 16.00 Uhr, Speisesaal**  
Lullus-Tanz mit dem Shanty-Chor  
mit Eröffnungsrede von Bürgermeisterin Anke Hofmann &  
Feuermeister Klaus Otto





## Erntemarkt 2023

Erntemarkt 2023 - Wir blicken auf ein unvergessliches und rundum gelungenes Fest zurück! Noch immer schwelgen wir in Erinnerungen und noch immer erreichen uns so viele tolle Rückmeldungen.

Es war ein bezauberndes Wochenende mit super tollen Ausstellerinnen und Ausstellern, vielen Gästen, wunderbaren Programmpunkten und vor allem glücklichen Seniorinnen und Senioren!

Wir hatten tolle Begegnungen, durften neue Menschen kennenlernen und bereits bekannte Wiedersehen, nette Gespräche führen, Schlemmen und Schlendern - und das alles bei schönstem Sonnenschein.

Ein riesengroßes und von ganzen Herzen kommendes Dankeschön, geht an alle Lieben, die unser Fest begleitet und unterstützt haben! An alle Aussteller, ohne die ein Markt mit Handarbeiten schlicht weg unmöglich gewesen wäre.

Danke für eure Zeit und eure liebevoll hergestellten Produkte. Herzliches Dankeschön an alle unsere fleißigen Kuchenbäcker für die leckeren Kuchen und Torten - es war einfach köstlich! Herzlichen Dank an Pfarrer Simon Leinweber und Udo Diegel für den wunderschönen Gottesdienst. Vielen Dank an unseren Singkreis, welcher uns zusätzlich zum Auftritt noch mit einem eigenen Stand unterstützt hat und an Die Tanzschmiede Carina Schäfer sowie an den Niederthalhäuser Gemeinschaftschor für die musikalische und bezaubernde Unterhaltung. Es war uns ein Vergnügen, mit euch zu singen, zu tanzen und zu schunkeln. Herzlichen Dank an alle Helferinnen und Helfer für die großartige Unterstützung vor, während und nach dem Fest. ...

Und natürlich an Sie, Liebe Besucherin oder Besucher - schön, dass Sie dabei waren!

Danke fürs dabei sein und Mitmachen und diese tolle Energie an diesem sommerlich warmen Septemberwochenende im Altenzentrum Hospital!















## **Sissi: Herrchen – Frauchen – Hund** *von Margitta Blinde*

Jeannie ist jetzt seit fünf Jahren bei uns. Genau genommen hat sie ein neues Herrchen mit meinem Mann bekommen. Dazu kommt ihre geliebte Hundesitterin Brigitte, die sie noch länger kennt. Diese hatte sie schon betreut, als unsere Nachbarn noch lebten. Sie brauchten wochentags Unterstützung in der Betreuung, weil sie beide noch berufstätig waren und sich dann nur abends und am Wochenende um ihren Hund ausreichend kümmern konnten. Also ist Brigitte ihr seit langem vertraut und sie hängt sehr an ihr. Eine stabile Größe in ihrem Hundeleben.

Nun ist aber nach dem Tod ihrer beiden Besitzer ein neues Herrchen aufgetaucht, das seine Forderungen und seine Erziehung natürlich nicht leicht, aber sie hatte schon beim ersten Treffen schwanzwedeln positiv auf meinen Mann reagiert, und auch er mochte das zutrauliche Tier von Anfang an.

Ich bin eigentlich nur das „Notfall-Frauchen“, das Jeannie zwar mag, aber mit dem Gehorchen klappt es nicht immer. Wenn sie im Vorgarten liegt und ich sie rufe, hebt sie zwar sofort ihren Kopf, aber das heißt nicht, dass sie dann auch kommt. Oh, nein, sie scheint zu überlegen wie ernst sie mein Rufen nehmen muss und häufig passiert es, dass sie offenbar zu dem Schluss kommt: „Ist nicht so wichtig. Hat Zeit.“ Dann legt sie ihren Kopf wieder geruhsam auf ihre Vorderpfoten, atmet einmal tief durch und versinkt wieder in ihren gemütlichen Schlaf.

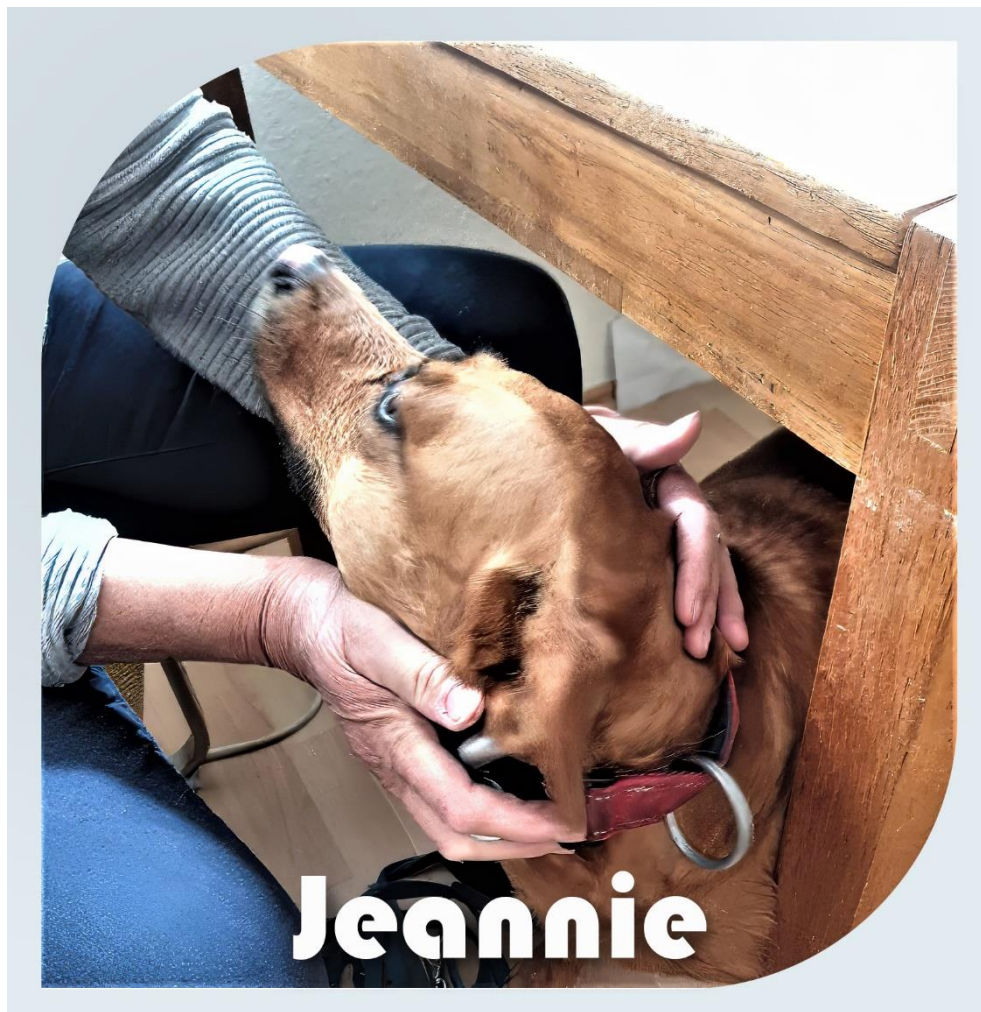
Vielleicht ist das menschliche Angebot auch zu viel für einen Hund. Da gibt es dann offenbar eine Rangfolge in ihrem Hundeherzen und die fällt zu meinen Ungunsten aus. Schwierig ist es für das Tier zwischen Herrchen und Brigitte zu entscheiden wem sie folgen soll. Herrchen fordert sofortiges Gehorchen, während Brigitte das Tier eher schmeichelnd zu überzeugen versucht. Allerdings gilt das nicht, wenn Gefahr im Verzug ist, oder wenn Jeannie sich mit einem anderen Hund anlegen will. Dann wird auch Brigitte energisch und ruft laut und deutlich: „Nein, Jeannie! Sitz!“ oder es kommt die klare Ansage: „Hierher! Sofort!“ Das Tier reagiert dann umgehend. Sie hört an der Stimmlage, dass es ernst ist und gehorcht ohne wenn und aber. Dann kommt sie





mit gesenktem Kopf und eingeklemmtem Schwanz langsam auf Brigitte zu, setzt sich brav hin und schaut sie fragend an: „Was habe ich denn falsch gemacht?“ Sie wird dann beruhigend gestreichelt und auch gelobt, dass sie sofort gekommen ist und manchmal gibt es auch ein Leckerchen als Belohnung. Dann weiß der Hund genau, was von ihm erwartet wird und alles ist wieder gut.

Herrchen ist in ähnlichen Situationen deutlich fordernder und ruft seinen Befehl mit lauter Stimme: „Jeannie, hierher!“ Wenn sie dann nicht sofort kommt, gibt es eine Rüge und manchmal auch einen leichten Klaps aufs Hinterteil und kein Leckerchen ist in Sicht. Ein Hund muss gehorchen können. Das ist sein Job von Natur aus. Das weiß auch Jeannie. Schließlich gilt der Hund nicht ohne Grund als der beste Freund des Menschen.





## Kalenderblatt Oktober 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					

### Besondere Tage:

1.10. - Erntedankfest  
3.10. - Tag der deutschen Einheit  
31.10. - Reformationstag

### Krieg? Ohne uns!

Interessanterweise begehen in diesem Monat nicht nur wir Deutschen unseren Nationalfeiertag, sondern auch unsere nächsten Nachbarn, die Österreicher. Alljährlich am 26. Oktober feiern sie den „Tag der Fahne“.

Dieses Datum hat eine wichtige historische Bedeutung: Am 26. Oktober 1955, also vor fast siebenzig Jahren, wurde nämlich Österreichs Neutralität beschlossen. Das bedeutet, dass die Regierung im Falle eines Krieges zwischen anderen Ländern keine Partei ergreift. Diese Regelung sollte verhindern, dass Österreich zwischen den Ost- und Westmächten aufgeteilt wurde.

Angesichts des Krieges zwischen Russland und der Ukraine ist dieses Thema sehr aktuell und das Land muss sich überlegen, ob es seine Position beibehält.

### Monat der Veränderung und des Dankes

Auf der Nordhalbkugel ist der Oktober der Monat, in dem der Herbst in vollem Gange ist. Die Blätter der Bäume ändern ihre Farbe und die Temperaturen beginnen zu fallen. Auf der Südhalbkugel hingegen ist es Frühling.

Mit dem Erntedankfest drücken die Menschen ihre Dankbarkeit für die Ernte und die Früchte des Feldes aus. Traditionell beinhaltet das Erntedankfest den Gottesdienst und das Teilen einer Mahlzeit, oft in einer Gemeinschaftsumgebung.

Der Tag der Deutschen Einheit, gefeiert am 3. Oktober, markiert den Jahrestag der Wiedervereinigung von Ost- und West-

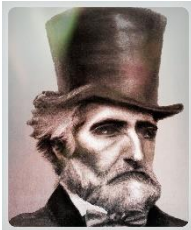




deutschland im Jahr 1990. Damit war die jahrzehntelange Teilung des Landes nach dem Zweiten Weltkrieg beendet.

Mit der Zeitumstellung beginnt der sanfte Übergang zur Winterzeit, und der Monat findet seinen Abschluss in der schaurigen Feier von Halloween. So birgt der Oktober eine Fülle von Emotionen, von Freude und Dankbarkeit bis hin zur Besinnlichkeit.

## Berühmte Geburtstagskinder



Der italienische Komponist Guiseppe Verdi war ein Kind des Herbstes. Er erblickte am 9. Oktober 1813 das Licht der Welt, also vor 210 Jahren. Berühmt wurde er u. a. durch seine Opern „Nabucco“ und „La Traviata“.

Das Musikalische muss diesem Monat im Blut liegen! Auch Eros Ramazzotti, der moderne italienische Sänger, wurde im Oktober geboren. Am 28. feiert er seinen 60. Geburtstag.

## Duell der Golfspitze

Anfang dieses Monats geht eines der größten Golfturniere der Welt zu Ende: der Ryder Cup. Die besten Sportler aus Europa und aus den USA treten in Mannschaften gegeneinander an. Dabei geht es nicht um ein hohes Preisgeld, sondern rein um den Ruhm!



## Rückblick: Heute vor 65 Jahren

Am 26. Oktober 1958 sollte Bill Haley, der legendäre Rock'n'Roll-Musiker, in Berlin auftreten. Aber kurz zuvor legte eine Bande halbstarker Jugendlicher den ganzen Saal in Schutt und Asche! Sie hatten sich gewaltsam Zugriff verschafft und prügeln auf die Instrumente ein, warfen Stühle durch die Gegend und zerschmetterten die Scheinwerfer. Zum großen Ärger des Publikums musste das Konzert deshalb ausfallen.

## Sternzeichen

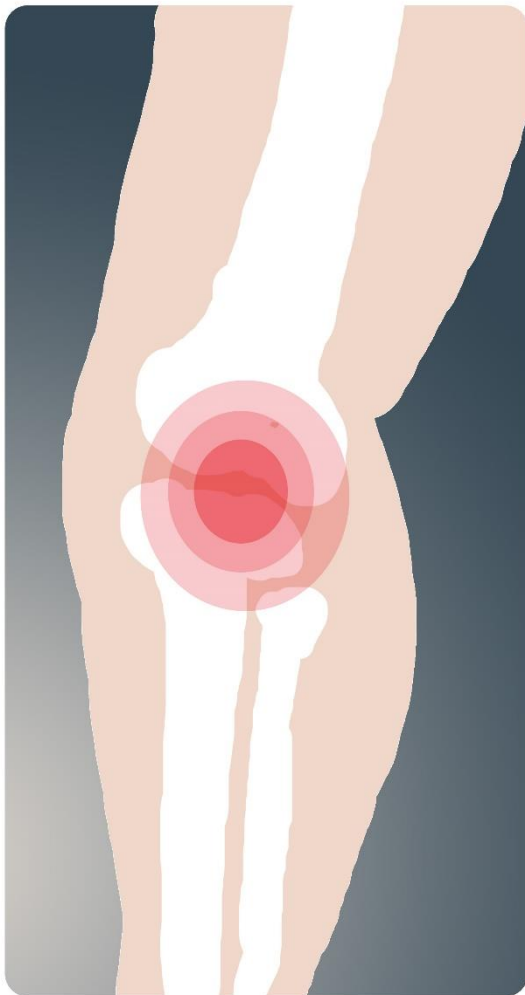
24. September – 23. Oktober: Waage

24. Oktober – 22. November: Skorpion



## Gesund im September: Ärger mit dem Knie

Mit den Jahren machen die Knie durch die stetige Belastung im Alltag und die altersbedingte Abnutzung immer mehr Probleme. Neben dem Sport, dessen Herausforderungen ein älteres Knie nicht mehr so gut gewachsen ist, gibt es noch einige andere Ursachen, die zunehmend Schmerzen hervorrufen können. Beim Gehen, Laufen und besonders beim Treppensteigen machen sich immer häufiger Beschwerden bemerkbar. Mal zieht es seitwärts, mal unter der Kniescheibe, mal im hinteren Teil des Knies,



mal gibt es kurze, aber heftige Stiche. Auch die Schmerzen sind unterschiedlich. Sie kommen schleichend und anhaltend oder treten mit plötzlicher Heftigkeit auf. Die Ursachen sind unterschiedlich, und es braucht manchmal eine Weile bis man selber oder der behandelnde Arzt die Quelle der Schmerzen herausgefunden hat. Wenn durch Abtasten sowie Ultraschall, Röntgen und MRT (eine besondere Art Röntgen) die Ursachen der Schmerzen weitgehend geklärt sind, können Arzt und Patient die passende Behandlung besprechen und angehen.

Was kann der Patient selber tun? Wichtig ist es zu wissen, dass regelmäßige Bewegung und sportliche Aktivitäten in angemessener Weise hilfreich sind. Durch Bewegung wird der Stoffwechsel angeregt und die Durchblutung gefördert. Beides sorgt dafür, dass die Gelenkflüssigkeit angeregt und mit Nährstoffen versorgt wird. So wird die umgebende Muskulatur ausreichend gestärkt. Auch das leidige Treppensteigen ist so gesehen hilfreich und schützt und stützt. Vorsichtshalber bitte am Geländer festhalten! Kein Risiko eingehen! Eine





weitere einfache Übung ist zum Beispiel auch das abwechselnde Setzen und Aufstehen von einem Stuhl. Das kann man problemlos in den Alltag einbauen und täglich üben – entweder allein, oder gemeinsam mit anderen Betroffenen. Das macht vielleicht auch mehr Spaß. Einen leichten und vielleicht schon mal unangenehmen Muskelkater muss man dabei in Kauf nehmen. Der gehört am Anfang meist dazu und verschwindet mit der Zeit wieder von allein. Regelmäßige Bewegung tut nicht nur den Muskeln gut, sondern stärkt auch das allgemeine Wohlbefinden. Man fühlt sich wieder „wohl in seiner Haut“ und sicherer auf den Füßen. Das Vertrauen in den eigenen Körper stellt sich allmählich wieder ein. Vielleicht nicht mehr mit der völligen Unbekümmertheit der Jugend, die durchaus auch riskant sein kann, aber die Zuversicht in die eigenen Kräfte wächst wieder. Die Angst vor einem plötzlichen Stolpern oder gar Hinfallen wird in der Regel nach ein paar Wochen schwächer. Man erkennt, dass bei Beweglichkeitsübungen auch ein gewisses Krafttraining mit dabei ist. Anfänglich sollte man es langsam angehen mit nur 10 Minuten pro Tag. Das ist gut zu schaffen und keine zu große Herausforderung – auch nicht im Alter. Vorsichtshalber aber mit dem Arzt absprechen, damit man sich nicht zu viel zumutet und dann womöglich aufgibt. Die Übungen langsam angehen ist für den Körper und die eigene Psyche der beste und erfolgreichste Weg. Viel Freude und Erfolg dabei!

## **Brauchtum: Spielzeug, Hobby und mehr – das Steckenpferd**

Hinter dem Begriff „Steckenpferd“ stehen mehrere unterschiedliche Bedeutungen. Zum einen ist es ein altertümliches, traditionelles Kinderspielzeug, zum anderen eine altmodische Bezeichnung für ein Hobby, eine Liebhaberei, die jemand pflegt. Auch als Wappenfigur hat es diese Darstellung im Mittelalter auf Münzen geprägt oder auf Holzschnitten abgebildet gegeben. Dann gab es noch zu DDR-Zeiten den VEB (Volkseigener Betrieb) Steckenpferd, eine erfolgreiche Seifen- Kosmetik- und Parfümfabrik in Radebeul, einer Stadt im Freistaat Sachsen. In vielen europäischen Regionen gehören Steckenpferde traditionell zu überlieferten christlichen oder heidnischen Umzügen und Prozessionen. Das war und ist eine Art “Mummenschanz“ (Masken-



theater), dessen Ursprünge auf heidnische Bräuche zurückzuführen waren und die immer wieder über die Jahrhunderte auftauchten, auch wenn sie oft von den jeweiligen Machthabern verboten wurden. Im antiken Griechenland dagegen war das Hopsen auf Steckenpferden eher ein Spaß für Jung und Alt, als eine magische Botschaft. Sogar der bekannte Philosoph Sokrates soll öffentlich mit seinem Sohn auf hölzernen Steckenpferden zu seinem und der Zuschauer Vergnügen herumgesprungen sein.

Und wie sieht es aus? Das Steckenpferd ist eine Konstruktion aus einem Stecken, einem kräftigen, langen Holzstab mit einem aufgesetzten Pferdekopf, wie auf unserem Foto. Den Stab, der im Kopf endet, klemmt man sich eng zwischen die Beine und hält sich mit beiden Händen an dem hölzernen Zaum, der Trense fest. Dann hopst man – mal hoch, mal niedrig – mal langsam oder mit Tempo seinen Weg entlang. So kann man sich



leicht vorstellen ein stolzer Reiter auf einem galoppierenden Pferd zu sein und bekommt auf jeden Fall die volle Aufmerksamkeit seiner Mitmenschen und vielleicht auch einen wohlwollenden Applaus. Bereits im Mittelalter war das Steckenpferd ein beliebtes und verbreitetes Kinderspielzeug. In Frankreich gab es im 15. und 16. Jahrhundert während der Karnevalszeit ausgelassene Tanzveranstaltungen für Männer auf Steckenpferden, die sich selbst damit auf die Schippe nahmen. In der niedersächsischen Stadt Osnabrück findet seit dem Jahr 1953 jedes Mal im Oktober ein „Steckenpferdreiten“ für Kinder in der Altstadt statt. Mit die-





sem Brauchtum soll an die Beendigung des „Dreißigjährigen Krieges“ 1648 erinnert werden. In der Stadt gibt es auch einen Brunnen als Sehenswürdigkeit mit der Darstellung eines Steckenpferdreiters aus Bronze. Die ersten Jahre nahmen ausschließlich Jungen an dem Kinder-festzug teil. Es galt als ihr besonderes Vorrecht dabei sein zu dürfen. Seit den 70er Jahren und im Zuge der Emanzipation (Gleichberechtigung) finden sich auch immer mehr Mädchen ein, die Spaß haben mitzumachen und die auch mitmachen dürfen. Am Ende des Umzugs gibt es jedes Mal ein großes Fest für alle in der Altstadt.

## Männersache: Die letzte Fahrt der U17



Im Mai dieses Jahres konnte man mitten auf dem Rhein etwas ungewöhnliches beobachten: ein auffallend großes, ausgemustertes, aber gut erhaltenes U-Boot der Bundeswehr hatte sich auf seine letzte Reise von Kiel über die Niederlande nach Speyer gemacht. Seit 2010 war das U-Boot gewissermaßen „außer Dienst gestellt“ und hatte im Trockendock, einem abgeschlossenen Wasserbecken, in Kiel gelegen. Es war nur knapp seinem



üblichen Schicksal der Verschrottung entgangen. Die lange Heimfahrt der U17 dauerte insgesamt über drei Wochen bis zum neuen und endgültigen Bestimmungsort. Das 500 Tonnen schwere und 50 Meter lange Boot sollte ins Technik-Museum Speyer und anschließend ins Museum Sinsheim gebracht werden, um dort seinen letzten Ruheplatz in der Ausstellung zu finden. Kein einfaches Unterfangen, das lange und sorgfältig vorbereitet werden musste. Ein Großtransport, dem eine sorgfältige Planung voraus gegangen war. Damit möglichst viele Menschen sich das seltene Unternehmen live anschauen konnten, wurde sein Fahrplan regelmäßig auf der Webseite der Technik-Museen Speyer und Sinsheim veröffentlicht und laufend aktualisiert. Das sollte sich als nützlich erweisen, weil natürlich bei so einem Mammutunternehmen immer mal etwas schief gehen und der eigentliche Zeitplan nicht 100 Prozent eingehalten werden konnte.

Ende April wurde das U-Boot auf ein flusstaugliches Schwimmponton (Schwimmkörper) geladen und dann konnte die Riesen-Röhre aus Stahl auf ihre letzte Reise gehen. Acht ungewöhnlich große Torpedolöcher am Kopf des U-Bootes waren ein unheimliches Zeichen seiner ehemaligen Kampfkraft. Ein schnelles Beiboot begleitete das Ungetüm zur Sicherheit. Es hatte offensichtlich keine Probleme mit den Wellen und Strömungen des Rheins. Das U-Boot meisterte seinen Transport beinahe elegant auf dem Ponton und kam zügig auf dem Schlepper voran. An den Ufern und auf den Brücken hatten sich an den Wochenenden tausende Menschen eingefunden, um diesem seltenen Spektakel beizuwohnen und den Transport mit Jubelrufen und Applaus zu begrüßen und ein Stück des Weges zu begleiten. Auch viele frühere Marinesoldaten hatten sich eingefunden, um dem seltenen Spektakel beizuwohnen und in Erinnerungen zu schwelgen. Ein ehemaliger Kommandant des U-Bootes hatte sich bei strahlendem Wetter in dem Beiboot eingefunden und verfolgte die Fahrt mit bewegter Miene. 30 Jahre hatte er „sein U-Boot“ nicht mehr gesehen und auch nicht mehr damit gerechnet. Das war jetzt ein besonderer Moment in seinem Leben. Ein Stück persönlicher Geschichte schwamm vor seinen aufmerk-





samen Augen, aber auch ein Teil der technischen U-Boot-Entwicklung in Deutschland. Auf dem Wasser begleiteten immer wieder Boote der Feuerwehr und des Technischen Hilfswerks das U-Boot auf seinem letzten Weg über den Strom. Die meisten wollten aus der Nähe einen guten Schnappschuss mit der Kamera machen, der an dieses ungewöhnliche Ereignis erinnerte. Sogar Feuerwerkskörper wurden an einigen Stellen am Ufer zur Begrüßung hochgeschossen. Beinahe elegant und majestätisch glitt der graue Stahlkoloss mit einer bescheidenen Geschwindigkeit von zehn Stundenkilometern durch die Wellen voran seinem Endziel zu. Begleitet vom Jubel der vielen Schaulustigen an den Ufern.

## **Persönlichkeiten: Liebe überbrückt alles**

Angehörige einer Königsfamilie haben normalerweise keine freie Wahl, wenn es um ihre Ehe geht. Vor allem Kronprinzen und Prinzessinnen müssen darauf achten, dass sie jemanden heiraten, der selbst von adeligem Blut ist und der eine gute Verbindung für ihr Land darstellt. Der nette Junge von nebenan kommt da leider nicht in Frage – auch wenn man vielleicht heimlich in ihn verliebt ist.

Dass eine Vernunftehe trotzdem glücklich verlaufen kann, zeigt das Beispiel von Olav, dem ehemaligen Kronprinzen von Norwegen, und seiner Frau Märtha, Prinzessin von Schweden. Beide entstammten sie alten aristokratischen Linien. Tatsächlich waren sie sogar miteinander verwandt: als Cousins. Eine Ehe war von ihren Familien also sehr erwünscht. Darüber hinaus mochten sich Olav und Märtha aber auch sehr. Sie bekamen drei Kinder und führten ein glückliches, harmonisches Leben.

Prinzessin Märtha galt als sehr bodenständig und natürlich. Das lag sicher auch daran, dass sie selbst in einfachen Verhältnissen aufgewachsen war. Obwohl sie dem Königshaus entstammte, hatten ihre Eltern darauf geachtet, ihre Umgebung möglichst schlicht zu halten.

Tragischerweise wurde die Familie durch den Zweiten Weltkrieg auseinandergerissen. Als die Nazis 1940 in Norwegen einfielen, floh Märtha mit ihren Kindern in die USA. Olav selbst fand in



London Zuflucht. So konnten sich die beiden nur sehr selten sehen.

Aber ihre Liebe überdauerte die Trennung, und nach dem Ende des Krieges durften die beiden endlich wieder nach Norwegen zurückkehren. Dort wurden sie vom Volk jubelnd empfangen. Sie lebten bis zu Märthas frühem Tod im Alter von 53 Jahren glücklich zusammen und taten viel Gutes für ihr Land.



Kronprinzessin Märtha mit ihren beiden Töchtern, Ragnhild und Astrid, 1930. © National Library of Norway, Lizenz: Public Domain.

## Klimalexikon: Was bedeutet eigentlich klimaneutral?



Viele Waren, die wir kaufen, wirken sich negativ auf das Klima aus. Schuld daran ist das viele CO<sub>2</sub>, das durch sie freigesetzt wird (z. B. beim Transport). Als Ausgleich können Unternehmen Bäume pflanzen, die CO<sub>2</sub> wieder in Sauerstoff umwandeln. Damit tun sie dem Klima etwas Gutes – und ihr Produkt ist dadurch nicht mehr schlecht, sondern „klimaneutral“!





## Vorname Leopold: Der Mutige

„Leopold“ ist ein beliebter Name für Jungen, der schon aus dem Althochdeutschen stammt. Er leitet sich von den beiden Wörtern „liut“ und „bald“ ab. Das erste bedeutet „Volk“, das zweite „kühn“ bzw. „tapfer“. Leopold ist also ein Mann aus dem Volk, der sich durch besondere Kühnheit auszeichnet.

Zu den berühmtesten Namensvertretern gehört Leopold Mozart, ein deutscher Komponist – und ganz nebenbei auch der Vater von Wolfgang Amadeus Mozart! Es gibt sogar einen Berg, der diesen Namen trägt: der Leopoldsberg bei Wien.

## Nachname Grimm

Kaum ein Nachname klingt beim ersten Hören so unfreundlich wie „Grimm“. Man hat sofort das Bild eines wütenden, ruppigen Menschen vor Augen, der einen unter buschigen Augenbrauen unfreundlich anstarrt. Tatsächlich ist ein hitziges Temperament auch der Ursprung dieses Namens: Unangenehme Zeitgenossen wurden früher mit dem Beinamen „Grimm“ bedacht. Zum Glück ist Nomen nicht gleich Omen! Die meisten Träger dieses Familiennamens sind sehr lebenswürdige und freundliche Menschen. Wie viel Gutes sie für andere tun, zeigt das Beispiel der Gebrüder Grimm. Im 19. Jahrhundert begannen sie, alle Märchen aus dem Volksmund aufzuzeichnen. Heutzutage sind diese schönen Erzählungen nach ihnen benannt, und jedes Kind verbindet mit ihrem Namen etwas sehr Gutes!





## Gedichte

### Im Herbst

*von Heinrich Seidel*

Es glänzen rot die Waldeshügel;  
Der schöne Sommer ging zur Ruh.  
Der Vogel regt die leichten Flügel  
Und fliegt dem fernen Frühling zu.

Ich seh' sie ziehn die schnellen Scharen  
Am klaren Himmel südenwärts -  
So möchte wohl von dannen fahren,  
Wenn es betrogen ward, das Herz.

So möcht' es fliehn zum fernen Garten,  
Wo Glück und Liebe wieder blühen -  
Nun aber muß es ruhig warten,  
Bis ihm die Rosen wieder glühen.

### Schließe mir die Augen beide

*von Theodor Storm*

Schließe mir die Augen beide  
mit den lieben Händen zu!  
Geht doch alles, was ich leide,  
unter deiner Hand zur Ruh.

Und wie leise sich der Schmerz  
Well' um Welle schlafen leget,  
wie der letzte Schlag sich reget,  
füllest du mein ganzes Herz.





## Rezept: Elsässer Flammkuchen



### Zutaten:

600 g Mehl  
300 ml lauwarmes Wasser  
250 g kleingewürfelten Speck  
½ Würfel Hefe  
1 TL Zucker  
7 EL Öl  
250 g Zwiebeln  
250 g Schmand  
150 g Crème fraîche  
Salz, etwas Zucker, Pfeffer

### Zubereitung:

Die Hefe zerbröseln und mit dem Zucker rühren, bis die Hefe flüssig wird. In einer Schüssel Mehl, Wasser, Öl und die Hefe hinzugeben. Den Teig kneten bis er glatt ist und dann ca. 40 Minuten gehen lassen.

Die Zwiebeln schälen, vierteln und in Streifen schneiden. Mit Crème fraîche, Schmand und Speck verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Backblech mit Backpapier vorbereiten. Den Hefeteig noch einmal kneten und einen halben Teig ausrollen. Dann den Teig auf dem Backblech auslegen. Die Hälfte der Schmand-Creme auf dem Teig verstreichen. Das Blech im vorgeheizten Backofen bei 225 °C Umluft im unteren Einschub ca. 12 Minuten backen. Den Vorgang mit dem zweiten Backblech wiederholen.

**Guten Appetit!**



## Rätsel

Wer findet das passende Teekesselchen (siehe Textbeispiel in rot)?

Teekesselchen		Teekesselchen
Ich bin ein luxuriöses Auto.	<b>JAGUAR</b>	Ich schleiche durch den Dschungel.
Aus mir wird ein Schmetterling		Ich kann ganz viel Erde bewegen.
Ich wecke die Menschen auf dem Bauernhof.		Wer an mir dreht bekommt Wasser.
Mir vertraut man viel Geld an.		Auf mir kann man sitzen.
Auf mir kann man paddeln.		Ich bin elektrisch.

## Brückenwörter

Die folgenden Wörter sind einzufügen: BAUM, BLAU, BLUT, BOCK, HAFT, HAUS, HOLZ, LAND, MANN, WASSER

WALNUSS										WOLLE
STAND										GLAS
GLAS										ARZT
STEIN										WURST
SODA										GRABEN
KAMERA										SCHAFT
AZUR										BEERE
FINN										ZUNGE
FURNIER										BEIN
HALB										SERUM

Hinweis zum Lösungswort: Kostümfest





## Kreuzworträtsel mit Hilfsbuchstaben

weibl. Herrschertitel	Klostervorsteherin	<b>N</b>	buddhistisches Endziel	Sternbild des Südhimmels		herstellen	<b>A</b>
4		<b>I</b>			<b>R</b>	<b>I</b>	
1		<b>R</b>		kirschrot (franz.)		digitale Audio-cassette (Abk.)	
Staat in Südamerika	<b>B</b>	<b>W</b>	Dechiffrierschlüssel		<b>O</b>		6
kurze Filmeinstellung	8	2		<b>E</b>	kalte Süßspeise		
		<b>N</b>		3	<b>E</b>		
Moscheeturm	<b>S</b>	<b>A</b>	lateinisch: ich			keineswegs (ugs.)	<b>I</b>
Haus-tier		Konservierungsmittel	<b>E</b>		<b>S</b>	7	
5			<b>G</b>		englisch: wir	<b>W</b>	
Fremdwortteil: neu	<b>N</b>		<b>O</b>	französisch: gut			
1	2	3	4	5	6	7	8

Hinweis zur Lösung: **Abstelldauer für Autos**



## Auflösung aus dem Monat September

### Auflösung Kreuzworträtsel

	L		A	T		
H	E	H	L	E	R	E
	B		P	I	A	N
B	E	L	A	G		T
	N		K		U	R
	S	T	A	R	T	E
	B	A		P	O	E
B	A	S	T		P	
H	U	T		G	I	E
	M	E		A	E	R

Lösungswort: **ATLANTIS**

### Auflösung Sudoku

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

### Auflösung Brückenwörter

FUNK						T	U	R	M		FALKE
ZWEI					B	L	A	T	T		LAUS
GELD					M	I	T	T	E	L	GEWICHT
SATTEL					F	E	S	T			LEGEN
KRAEUTER	G	A	R	T	E	N					LOKAL
BILD			B	A	N	D					SCHEIBE
SCHWER					K	R	A	F	T		WAGEN
RAUCH					F	A	N	G			EISEN
WIRBEL				W	I	N	D				SCHIEF
RHEIN						G	O	L	D		LACK

Lösungswort: **TATENDRANG**





## Lachen ist gesund ...



Frau Müller zu ihrem Ehemann: „Schatz, sollen wir uns mal wieder ein richtig schönes Wochenende gönnen?“ Ehemann: „Wunderbare Idee, ich rufe Rudi an und frage, ob wir gemeinsam Angeln gehen. Wir sehen uns dann Montag wieder!“

Herr Wagner begrüßt als Gastgeber seine neuen Nachbarn mit den Worten: „Haben Sie schon meine entzückende Frau kennengelernt?“ „Wieso, haben Sie zwei?“

Sabine zu ihrer Freundin Waltraud. „Also, ich kuschele gut 3- bis 4-mal in der Woche mit meinem Ehemann!“ Waltraud: „Ich ca. 2-mal!“ Sabine: „Versteh ich nicht, du hast doch gar keinen Mann!“ Sabine: „Ach so, ich dachte, wir reden über deinen!“



Im Wartezimmer spricht die alte Frau Siebert einen neben sich sitzenden Punk mit den Worten an: „Sie Ärmster, sie können ja einem richtig leidtun. Wie ich sehe, hatten Sie zuerst eine Chemotherapie und nun müssen Sie auch noch das orthopädische Schuhwerk tragen!“



Karl-Heinz fragt seine Ehefrau: „Meine Teuerste, was ist dir eigentlich wichtiger, ein gutaussehender und charmanter Mann oder lieber ein Intelligenter?“ Ehefrau: „Ach Schatz, was stellst du nur für Fragen, weder noch - ich liebe dich so wie du bist!“



*Aus dem Poesiealbum*



*"Wo man Liebe aussät,  
da wächst Freude empor,"*



*Ja, ja, ja Badetag – das ist ein schöner Tag.  
Wir wollen allesamt eine saubere Familie sein....*

## **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](mailto:info@badhersfeld-gesundbrunnen.org)



[altenzentrumhospital](http://altenzentrumhospital)