



Heimzeitung



Haus der Betreuung und Pflege



Oktober 2021

Liebe Leserinnen und lieber Leser,

wir wünschen Ihnen eine erholsame und freudenreiche Zeit! Und vor allem: Bleiben Sie gesund bei diesem "Schmuddelwetter". Mit dem Beginn des Oktobers steht wieder der Herbst vor der Tür. Nach einem kurzen, intensiven Farbenspiel der Blätter wird der Sommer mit seiner üppigen Vegetation in eine kalte, graue, nasse und windige Angelegenheit übergehen. Aber während die Tage allmählich kürzer werden, gibt es noch viele Möglichkeiten, die Schönheiten dieser Jahreszeit in sich aufzunehmen. Wie gestalten Sie Ihre Herbsttage am liebsten? Sitzen Sie jetzt gerne am Fenster und nehmen die frische Luft in sich auf, die so angenehm kühlend wirkt nach der langen Hitze des Sommers? Sie riecht würziger und kräftiger, ein wenig nach nassem Laub und Nebel. Oder wärmen Sie sich lieber am Kamin, eine Decke über den Beinen, das Radioprogramm verfolgend oder ein gutes Buch lesend?

Viele Menschen zieht es nach draußen, zu langen Spaziergängen im Wald oder über die Felder, die sich jetzt im herbstlichen Kleid schmücken, oder vielleicht auch in den städtischen Park. Dazu sollte man sich gut einpacken, am besten nach dem Zwiebel-Prinzip: mehrere Schichten Kleidung, die man nach Bedarf ausziehen kann.

Die Schauspiele der Natur im Herbst sind immer wieder eine Inspiration für Künstler. Hobby-Fotografen und -Maler halten die leuchtenden herbstlichen Farben gerne in ihren Aufnahmen und Gemälden fest. Aber auch düstere und nebelige Szenen üben eine ganz besondere Faszination auf uns aus. Welche Seite des Herbstes mögen Sie am liebsten?

Herzlichst, Ihre Birgit Scheder

INHALT

Herzlich Willkommen	4
Wir trauern um	4
Herzlichen Glückwunsch unseren BewohnerInnen	5
Herzlichen Glückwunsch unseren MitarbeiterInnen	5
Veranstaltungshinweise	6
Sissi: Wo ist Moritz?	7
Kuriose Feiertage	9
Kalenderblatt Oktober 2021	11
Redewendung: Sich in die Höhle des Löwen wagen?	13
Gesund im September: Übungen im Liegen	14
Die weiße Elster ist die Flusslandschaft des Jahrs 2021	15
Frag doch mal die Oma: Was ist eigentlich ein Karussell?	17
Frag doch mal den Enkel: Was ist eine Achterbahn?	18
Gedichte	19
Rezept: Stachelbeer-Schmandkuchen mit Mandeln	20
Rückblick auf unsere Veranstaltungen	21
Ratespaß	23
Kreuzworträtsel	24
Auflösungen aus dem Monat September	25
Lachen ist gesund	26



Wir begrüßen herzlich unsere neuen Bewohnerinnen und Bewohner

Herrn Franz Glatz

Herrn Fritz Müller

Herrn Vadim Perevalov

Frau Hannelore Pfälzner

Frau Margareta Ruff

Frau Carina Sonntag



Wir trauern um

Herrn Siegfried Knörer

Frau Helga Kurth

Herrn Erwin Sehl

Herrn Johannes Steiert

Frau Anna Süß

Frau Anna Elisabeth Zimmerer



Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag

Herrn Oskar Gaar

Frau Raissa Winter



Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern

Frau Arijana Bajramovic

Frau Jasminka Bogdanovic

Frau Antonija Gasic

Frau Sandra Haber

Frau Selma Hasanovic

Frau Herta Nehmeier

Herrn Narinder Pal Singh

Herrn Nikola Spasojevic



Aufgrund der Bestimmungen der Bayerischen Staatsregierung

**sind hausübergreifenden Aktivitäten
nur eingeschränkt möglich.**

**Es finden wieder Gottesdienste
und weiterhin
Beschäftigungen auf den
Wohnbereichen statt!**

Wir bitten um Verständnis

Sissi: Wo ist Moritz?

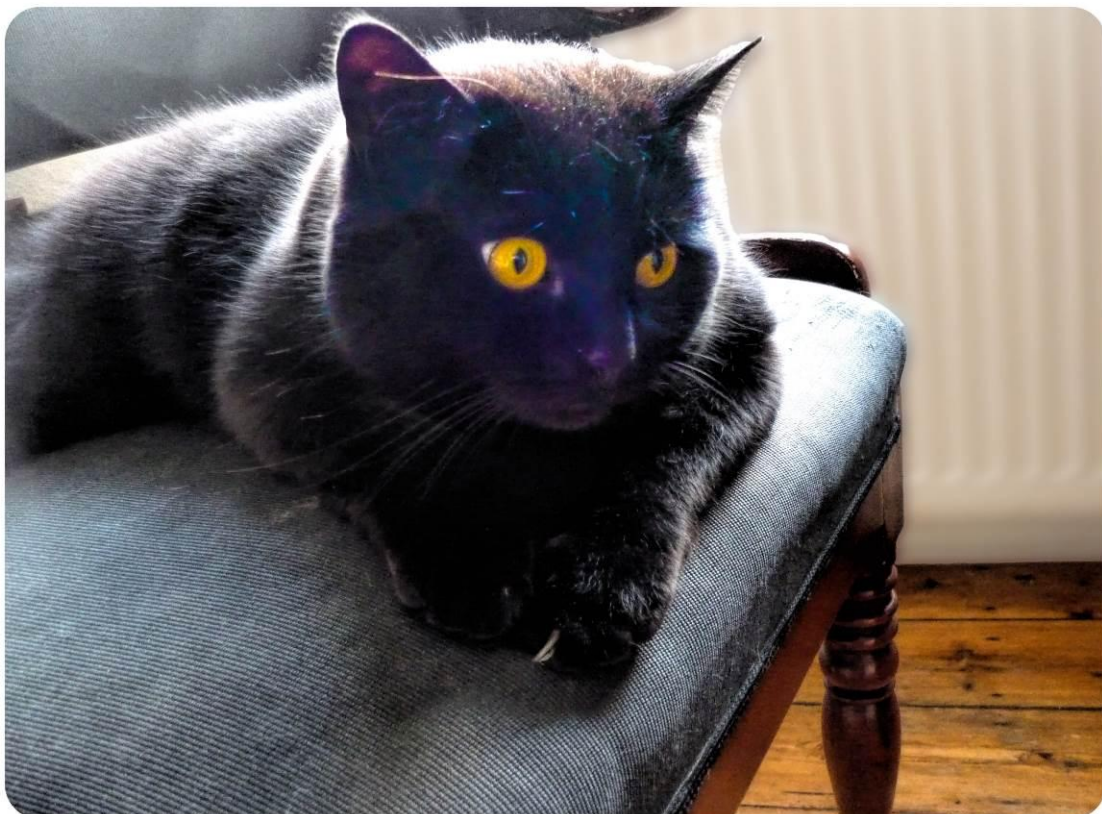
von Margitta Blinde

Es ist ein warmer Spätsommerabend. Da es schon seit Tagen nicht mehr geregnet hatte, schnappe ich mir am frühen Abend den Gartenschlauch und wässere den trockenen Boden. Direkt nebenan steht eine große, alte Linde, die mit ihren Zweigen und dem Blätterdach für angenehmen Schatten im Vorgarten sorgt. Zumindest bei einem Teil, der Rest liegt von Mittag bis zum Sonnenuntergang in der Sonne. Der Vorgarten ist mit einer Thujahecke (Lebensbaum) gegen die Blicke vorbeikommender Passanten geschützt. So kann man sich dort bei schönem Wetter aufhalten, und es sich auf den Gartenstühlen und – Sesseln bequem machen. Moritz liebt den kleinen Vorgarten. Er hat sich im Schatten der Rhododendronbüsche ein Plätzchen auf der Erde ausgesucht, wo er zu jeder Tageszeit ein Schläfchen halten kann. Eine Stelle liebt er besonders und natürlich habe ich ihm dort ein flaches Kissen hingelegt, damit er weich liegen kann.

In letzter Zeit hatte er sich angewöhnt, im ganzen Haus durch alle Etagen zu stromern. Ob er oben auf dem Fensterbrett oder unten bei seiner Freundin Jeannie im Körbchen liegt, bekommen wir daher meist gar nicht mit. Eines Tages vermissen wir unseren schwarzen Hausgenossen. „Hast du Moritz gesehen?“ Antwort: „Nein, du?“ Wir versuchten herauszufinden wie lange wir den Kater schon nicht mehr erblickt hatten und stellten mit Schrecken fest, dass mindestens eine Nacht und ein halber Tag vergangen sind. Hm, das ist eigentlich nicht typisch für unseren Dicken. So wie wir an ihm hängen, so hat auch er uns in sein Katerherz geschlossen. Das zeigt er uns täglich durch sein Begrüßungsmiauen, durch die Aufforderung ihm gefälligst Futter zu geben, oder einfach indem er langsam um unsere Beine streift und so auf sich aufmerksam macht. Alle diese Lebenszeichen waren aber seit mindestens einem Tag und vermutlich auch der anschließenden Nacht nicht mehr festzustellen gewesen. Wir bekommen einen Schreck - was tun? Erst mal werden Haus, Keller und Garten sorgfältig durchsucht. Kein Moritz da. Auch lautes Rufen bringt nichts. Mit Schrecken erinnern

wir uns an seinen Unfall vor 2 Jahren. Es wird doch nicht wieder etwas passiert sein?

Am späten Nachmittag höre ich plötzlich über mir auf der Treppe ein lautes Heulen! Ich laufe hoch und wirklich: da steht er und miaut fürchterlich. Langsam bewegt er sich auf mich zu, und ich schließe ihn erleichtert in die Arme. Mein Gott, was bin ich froh! Die Angst darüber, was alles hätte sein können, schießt noch mal hoch in mir, bevor ich das Wichtigste tue, nämlich dem ausgehungerten Tier etwas zum Fressen geben. Die nächsten Tage geht er nachts nicht raus, er wirkt sehr unruhig und verängstigt. Die Ohren gehen ständig wachsam hin und her. Er starrt die Türen skeptisch an und zieht sich stundenlang auf einen sicheren Platz auf dem Küchenstuhl zurück. Wir vermuten, dass er irgendwo bei Nachbarn eingesperrt war und einen ordentlichen Schrecken bekommen hat. Es sollte noch weitere 3 Tage dauern, bis die Zeichen von Beklommenheit verschwunden sind, und er sein altes munteres Ich wieder gefunden hat.



Kuriose Feiertage

Unser Kalender verfügt mit 365 Tagen über eine ganze Menge Platz und Raum. Über das Jahr gesehen werden dabei auf der ganzen Welt zahlreiche Feier-, Gedenk- und Aktionstage begangen, von denen einige einen sehr ernstesten, andere einen eher kuriosen Hintergrund bzw. Anlass haben.

Kuriose Feiertage im Oktober

1. Oktober: Tag des Lächelns

Internationaler Tag des Kaffees

Weltvegetariertag

4. Oktober: Welttierschutztag

5. Oktober: Welt-Seifenblasen-Tag

Weltlehrertag

Mach-etwas-Nettes-Tag

6. Oktober: Deutsch-Amerikanischer

7. Oktober: Tag des Morgenmuffels in Deutschland

Tag der Badewanne

10. Oktober: Welthundetag

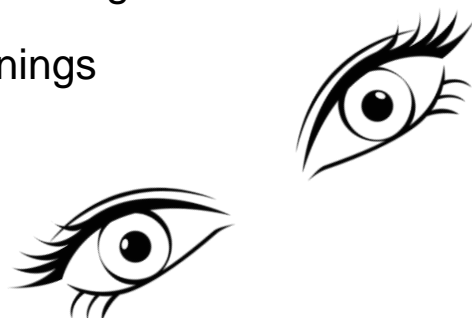
11. Oktober: Internationaler Mädchentag

12. Oktober: Stell-dich-deinen-Ängsten-Tag in den USA

13. Oktober: Tag des Gedächtnistrainings

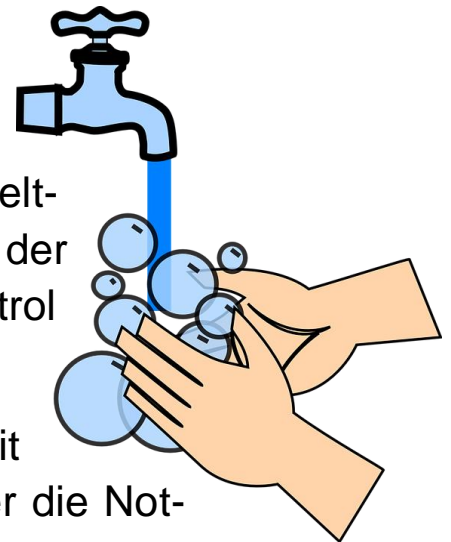
14. Oktober: Welttag des Sehens

Tag des Desserts



15. Oktober: Welttag des Händewaschens

Die Initiative für den Welttag des Händewaschens geht auf eine Kooperation der Weltgesundheitsorganisation (WHO) mit UNICEF, der Weltbank und den Centers for Disease Control and Prevention der USA im Jahre 2008 zurück.



In inzwischen über 80 Ländern verfolgt man mit diesem Aktionstag das Ziel der Aufklärung über die Notwendigkeit und Schaffung eines Bewusstseins für Hygiene und das Händewaschen. Vor diesem Hintergrund werden in zahlreichen Schulen, Kindergärten, Gemeinden und sozialen Einrichtungen mit Aktionstagen, Kampagnen und Informationsständen vor allem Erwachsene und Kinder angesprochen, um so der leider immer noch viel zu häufigen Ansteckung durch Infektionskrankheiten per Handkontakt präventiv entgegenzuwirken.

20. Oktober: Internationaler Tag der Köche

Weltosteoporosetag

27. Oktober: Der bundesweite Mit-Absicht-Geld-verlieren-Tag

29. Oktober: Tag der Katze in den USA

31. Oktober: Weltspartag



Quellen

<https://www.kuriose-feiertage.de/ueber-das-projekt/> zuletzt aufgerufen am 27.09.2021

<https://www.kuriose-feiertage.de/kalender/oktober/> zuletzt aufgerufen am 27.09.2021

<https://www.kuriose-feiertage.de/welttag-des-haendewaschens/> zuletzt aufgerufen am 27.09.2021

alle Bilder sind gemeinfrei

Kalenderblatt Oktober 2021

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Besondere Tage
				1	2	3	3.10. → Erntedankfest
4	5	6	7	8	9	10	3.10. → Tag der deutschen Einheit
11	12	13	14	15	16	17	31.10. → Reformationstag
18	19	20	21	22	23	24	31.10. → Halloween
25	26	27	28	29	30	31	31.10. → Beginn der Winterzeit

Im zehnten Monat im Jahr verfärben sich die Blätter leuchtend bunt. Das Farbenspiel lädt ein zu ausgiebigen Spaziergängen im Wald oder dem Park in der Umgebung. Während bei uns auf der Nordhalbkugel die Bäume langsam die Blätter verlieren, beginnt auf der Südhalbkugel der Frühling und lässt die Blumen sprießen. Die Welt steht also auf dem Kopf, auch was die Jahreszeiten angeht.

Erntezeit

Im Oktober bietet unser Garten viele heimische Obst- und Gemüsesorten zum Verzehr an. Aus den Holunderbeeren kann man einen wohlschmeckenden Saft gewinnen oder eingemacht als Marmelade das ganze Jahr genießen. Haselnüsse, Esskastanien, Walnüsse, Quitten und vieles mehr kann jetzt geerntet oder auch frisch vom Baum verzehrt werden.

Auch der Kohl, in welcher Form auch immer, hat jetzt Hochsaison und wartet darauf als Rotkohl, Weißkohl, Blumenkohl oder Rosenkohl von uns zu leckeren Speisen verarbeitet zu werden.

Die rund 200 verschiedenen essbaren Kürbissorten kann man nun ernten und auf vielfältige Art zubereiten. Aus den Zierkürbissen kann man an Halloween mit Messern Spukgesichter schnitzen. Die Gruselkürbisse werden dann vor die Tür gestellt und von innen beleuchtet.

Nationalfeiertag

Der Tag der Deutschen Einheit erinnert an die Wiedervereinigung Deutschlands. Mit dem Beitritt der ehemals Deutschen Demokratischen Republik zur Bundesrepublik Deutschland am 3. Oktober 1990 werden mehr als 40 Jahre Trennung überwunden. Die neugegründeten Länder Brandenburg, Mecklenburg-Vorpommern, Sachsen, Sachsen-Anhalt, und Thüringen sowie Berlin treten dem Geltungsbereich des Grundgesetzes bei.

Zeitumstellung

Die Uhr wird am letzten Sonntag im Oktober auf die Winterzeit umgestellt. In diesem Jahr also am 31. Oktober. In der Nacht von Samstag auf Sonntag wird um 03:00 Uhr die Uhrzeit auf 02:00 zurückgestellt. Wir bekommen also eine Stunde Schlaf geschenkt. Das haben wir uns nach diesem aufregenden Jahr mit Pandemie und Wetter-Wirrwarr auch verdient.



Rückblick: heute vor 35 Jahren

Am 9. Oktober 1986 wurde das Musical "Das Phantom der Oper" zum ersten Mal in London aufgeführt. Es basiert auf dem Roman des französischen Schriftstellers Gaston Leroux; die Musik wurde von Andrew Lloyd Webber komponiert. Mit Vorstellungen in 27 Ländern und mehr als 130 Millionen Besuchern weltweit ist es das erfolgreichste Musical aller Zeiten.

Berühmte Geburtstagskinder

Am 12. Oktober 1891, also vor genau 130 Jahren, wurde die Jüdin Edith Stein geboren. Sie konvertierte später zum katholischen Glauben und wurde dadurch eine wichtige Brückenbauerin zwischen den Religionen.

Auch der berühmte Maler Pablo Picasso ist ein Kind des Oktobers. Er erblickte am 25. Oktober 1881 in Malaga das Licht dieser Welt. Damit könnte er in diesem Jahr seinen 140. Geburtstag feiern.

Reformationstag

Der 31. Oktober erinnert an den Anschlag der 95 Thesen durch Martin Luther in Wittenberg im Jahre 1517. Der Augustinermönch und Theologieprofessor Martin Luther wandte sich in seinen Thesen gegen die damals übliche Ablasspraxis. Der zeitliche Erlass von Sündenstrafen wurde mit einem Geldbetrag erkauft und mit dem Ablassbrief von der Kirche bescheinigt. Mit dem Thesenanschlag zu Wittenberg begann die Reformation.

Sternzeichen

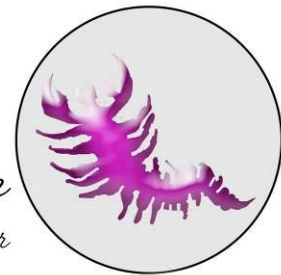


Waage

24. September - 23. Oktober

Skorpion

24. Oktober - 22. November



Redewendung: Sich in die Höhle des Löwen wagen?

Die Redewendung geht auf eine Fabel vom Löwen und dem Fuchs des Griechen Äsop vor mehr als zwei tausend Jahren zurück. Der alte Löwe war es Leid die Beute zu jagen. Er ersann deshalb einen heimtückischen Plan. Er ließ in seinem Königreich verlauten, dass er altersschwach und gebrechlich sei. Die Untertanen können ihn in der Höhle besuchen und sich ein letztes Mal von ihm verabschieden.

Der Fuchs näherte sich dem Höhleneingang und blieb stehen. Er rief dem Löwen Grüße und Genesungswünsche zu. Der Löwe forderte ihn mit leiser und krächzender Stimme auf in die Höhle zu kommen. Der Fuchs rief ihm zu: „Dir wünsche ich alles Gute, aber es führen nur Spuren in die Höhle hinein und keine wieder heraus. Daher musst du auf meinen Besuch in der Höhle verzichten.“ Sagte es und verschwand wieder.

Möchten Sie jemanden gegenüber treten, der Ihnen nicht wohlgesonnen ist und von dem sie nichts Gutes erwarten können? Wagen Sie sich in die Raubtierhöhle, wenn Sie bereits den knurrenden Magen des Raubtieres aus der Höhle hören?

Gesund im Oktober: Übungen im Liegen

Man muss nicht unbedingt stehen, sitzen oder laufen, um den Körper in Bewegung zu bringen. Das geht auch etwas gemütlicher im bequemen Bett und ist doch effektiv für uns und unsere Gesundheit. Außerdem hilft es am Morgen in die Gänge zu kommen, nach einer langen Nacht. Als erstes gilt es langsam wach zu werden. Vielleicht hat der Wecker schon geklingelt?

Bleiben Sie ruhig noch eine Weile ausgestreckt liegen! Allerdings macht es Sinn, die Bettdecke abzustrampeln, so dass schon mal Luft an den Körper kommt. Dieser ist oft von der warmen Bettdecke verschwitzt, und es tut ihm und uns gut abzukühlen. Bleiben Sie ruhig liegen und atmen Sie mehrmals tief ein und aus. Der Tag kann noch ein bisschen warten. Die Augen können geschlossen bleiben oder auch geöffnet. Probieren Sie aus, was Ihnen besser gefällt! Jetzt machen Sie sich Ihre einzelnen Körperteile bewusst: fühlen Sie Ihre Füße? Wackeln Sie mal mit den Zehen! Sind die Füße kalt? Dann sollten Sie sie später im Sitzen vorsichtig mit den Händen massieren.

Jetzt kommen die Hände dran. Wo liegen sie? Eng am Körper, oder eher locker daneben, oder darauf? Was ist mit den Fingern? Bewegen Sie sie einzeln! Sind diese kalt, so machen Sie das Gleiche wie mit den Füßen: massieren Sie sie leicht wenn Sie sitzen! Das regt die Durchblutung an und tut gut. Nun wird der Kopf ein wenig zur rechten und dann zur linken Seite gedreht und schließlich leicht nach oben bewegt und wieder zurück auf das Kopfkissen – aber vorsichtig, nicht ruckartig fallen lassen. Jetzt haben Sie schon allen Körperteilen einen Guten Morgen gesagt, außer dem Rumpf und der wird nun – seitlich in die Höhe gebracht. Nicht zu viel Schwung nehmen! Stützen Sie sich mit den Händen ab. Es ist geschafft! Jetzt wird erst mal still gesessen und tief durch geatmet. So kommen der Kreislauf und Sie in Gang für den Tag.

Die weiße Elster ist die Flusslandschaft des Jahrs 2021

Der deutsche Angelfischverband und die Naturfreunde Deutschlands wollen mit ihrer Nominierung auf die besondere Bedeutung dieses Flusses in Mitteleuropa hinweisen. Der Name „Weiße Elster“ kommt übrigens nicht von dem bekannten Rabenvogel, nein, „Alstrawa“ heißt im Slawischen „Die Eilende“, woraus sich im Laufe der Jahrhunderte der Begriff „Elster“ entwickelt hat.

Seinen Ursprung hat der Fluss im gleichnamigen, tschechischen Elstergebirge in den Hügeln des Vogtlands, im Grenzgebiet Sachsen, Thüringen und Böhmen. „Vogt“ leitet sich ab von den ehemaligen dort ansässigen Herrschern den „avocatus“, die seit dem 11. Jahrhundert die einzelnen Landstriche unter ihrer Verwaltung hatten.

Die weiße Elster durchzieht das nördliche Hügelland Sachsens mit seinen zahlreichen Hügeln und Wäldern. Sie durchquert die Stadt Plauen und die sanften Täler der „Vogtländischen Schweiz“. Dann macht sie sich auf nach Thüringen, durchfließt die Städte Gera und Zeitz, um schließlich in einem breiten Tal auf sächsisches Gebiet zu kommen. Sie kreuzt die Stadt Leipzig um anschließend bei Halle in die Saale zu münden. Auf ihrem Weg durchquert die Elster viele ausgewiesene Landschaftsschutzgebiete, z.B. die Aue zwischen Merseburg und Halle, die von Steppenrasen durchzogen ist. Hier fühlen sich Biber, Fischotter und Fledermäuse wohl.

Etwas ganz Besonderes sind die schützenswerten Orchideensorten, die hier zu finden sind. Zahlreiche Molche und Unken lassen es sich im seichten Sand des Ufers gut gehen. Auch die flachen Auen um die Stadt Leipzig sind ein Schutzgebiet. Unter Schutz stehen hier Erlen und Eschen sowie ein selten gewordener Karpfenfisch, der Bitterling. Früher kamen auf dem Gebiet der Nebenflüssen der „Weißen Elster“ noch die seltene ca. 10 cm große „Flussperlmuschel“ vor. Ihre Perlen gehörten über Jahrhunderte zum bevorzugten Schmuck des sächsischen Königshauses. Durch unkontrollierte Eingriffe hat der Mensch dieser reizvollen wie nützlichen Flusslandschaft Schaden zugefügt.

Braunkohle-, Uran-, und Chemie-Industrie auf dem Gebiet sowie übermäßige landwirtschaftliche Nutzung belasten die Umwelt und zerstörten das ökologische Gleichgewicht.

Mit der Ernennung zur Flusslandschaft des Jahres 21 will man auf diese akute Gefährdung aufmerksam machen und die unterschiedlichen Interessen wie Wirtschaft und Tourismus sowie Natur-Gewässer-, und Umweltschutz an einen Tisch bringen. Erste Schritte sind bereits getan: durch entsprechende Umbauten an Brücken wurde für Fischotter eine leichtere Durchgängigkeit geschaffen und so konnte sich die Population besser vernetzen und damit auch wieder vergrößern. Aber es gibt noch viel zu tun.

Schauen Sie auf die unterstrichenen Worte: kennen Sie die Städte, die dort benannt werden? Wenn ja, berichten Sie uns darüber. Gleiches gilt für die Baum- und Tierarten, die aufgezählt werden. Welche kennen Sie und was haben Sie damit erlebt?



© Birgit Peil - NABU Sachsen

Frag doch mal die Oma: Was ist eigentlich ein Karussell?

Eine der schönsten Attraktionen, wenn die Kirmes in der Stadt ist, ist das Karussell. Darin sitzen die Fahrgäste in kleinen Sitzen, ähnlich wie auf einer Schaukel, und werden im Kreis um den soliden Mittelpfeiler gedreht. Manche Karussells bieten auch Holzpferde an, auf denen man sitzen kann. Sie bewegen sich wellenförmig auf und ab, während sie sich im Kreis drehen. Dazu spielt fröhliche Musik aus den Lautsprechern.



Wegen der niedrigen Geschwindigkeit und der niedrigen Höhe sind normalerweise keine besonderen Sicherheitsgurte nötig. Es reicht völlig, wenn die Kinder in der Lage sind, sich festzuhalten.

Karussells gab es übrigens schon im Mittelalter. Damals dienten sie dazu, Ritter für ihren Kampf zu trainieren. Sie mussten während der kreisförmigen Bewegung Geschicklichkeitsübungen ausführen.

Frag doch mal den Enkel: Was ist eine Achterbahn?

Anstatt sich wie auf einem Karussell im Kreise zu drehen, geht es bei der Achterbahn ganz um das Auf und Ab. Die Fahrgäste sitzen zu mehreren in einer nach oben hin offenen Kabine, ähnlich einem kleinen Zugabteil. Sie werden darin festgurtet, und dann geht es in rasantem Tempo los: um die Kurven, in Loopings (wobei die Passagiere für einen kurzen Moment kopf-abwärts hängen), hoch auf künstliche 'Hügel', mit Vollgas wieder herab.

Achterbahnen erreichen Geschwindigkeiten von bis zu 180 Stundenkilometern. Viele Fahrgäste kreischen wegen des plötzlichen Adrenalinkicks. Sie werfen die Arme in die Luft und geben sich ganz dem kurzen Fluggefühl hin, während ihnen die Haare wortwörtlich zu Berge stehen.

Man findet sie auf Kirmessen oder in besonderen Freizeitparks, in denen es oft viele verschiedene zur Auswahl gibt, gestaltet nach verschiedenen Themenbereichen. Sie haben klangvolle Namen wie "Poseidon", "Silver Star" oder "Kampf der Giganten" und sind entsprechend geschmückt. Damit wird die Fahrt zu einem Rundumerlebnis.



Gedichte

Wem Gott will rechte Gunst erweisen

von Joseph Freiherr von Eichendorff

Wem Gott will rechte Gunst erweisen,
Den schickt er in die weite Welt,
Dem will er seine Wunder weisen
In Berg und Wald und Strom und Feld.



Die Trägen die zu Hause liegen,
Erquicket nicht das Morgenrot,
Sie wissen nur vom Kinderwiegen,
Von Sorgen, Last und Not um Brot.



Die Bächlein von den Bergen springen,
Die Lerchen schwirren hoch vor Lust,
Was soll ich nicht mit ihnen singen
Aus voller Kehle und frischer Brust?



Den lieben Gott laß ich nun walten,
Der Bächlein, Lerchen, Wald und Feld
Und Erd` und Himmel will erhalten,
Hat auch mein Sach auf`s best` bestellt.



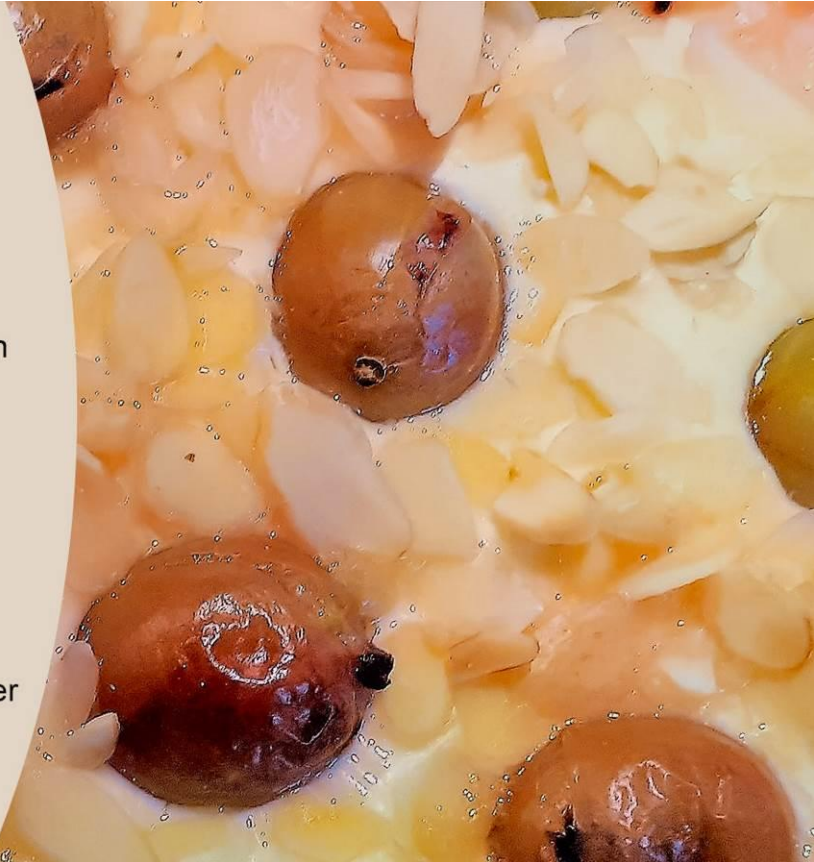
Rezept: Stachelbeer-Schmandkuchen mit Mandeln

Teig:

160 g Mehl
1 TL Backpulver
130 g Zucker
160 g weiche Butter
3 Eier
1 Prise Salz
½ Biozitronen, Abrieb davon
1/2 Pck. Vanillezucker
400 g Stachelbeeren,
frisch oder aus dem Glas

Guss:

350 g Schmand
400 ml Milch
3 EL Zucker
1 Pck. Vanillepuddingpulver
400 g Stachelbeeren,
frisch oder aus dem Glas
80 g Mandelblättchen



Zubereitung

Backofen auf 180 ° vorheizen. Frische Stachelbeeren putzen oder Früchte aus dem Glas abtropfen lassen.

Einen Teig rühren aus o.a. Zutaten, in einer gefetteten 26 er Springform verteilen und mit 400 g Stachelbeeren belegen; 15-20 Min. vorbacken. Inzwischen einen Vanillepudding kochen aus 400 ml Milch, 3 EL Zucker und dem Vanillepuddingpulver. Kurz abkühlen lassen und den Schmand unterrühren.

Die fertige Pudding-Schmand-Creme auf den vorgebackenen Boden verteilen und darauf die restlichen Stachelbeeren verteilen.

Nun die Mandelblättchen über den Kuchen streuen. Alles nochmal 20 Min. backen. Den Kuchen abkühlen lassen und für mindestens 4 Stunden oder über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Guten Appetit!

Rückblick auf unsere Veranstaltungen

Nachdem der August etwas zu nass und zu kalt geraten war, beschlossen wir endlich den Wunsch nach einer Wiederholung von **Eis mit heißen Beeren** nachzukommen. Am 31. August zauberte uns das Küchenteam eine leckere Beerenmischung mit der wir unser Vanilleeis auf Temperatur bringen konnten. Eine leckere Art den Sommer ausklingen zu lassen.



Am 14. September gönnten wir uns zum zweiten Mal in diesem Jahr ein **Weißwurstfrühstück**. Mit Laugengebäck, Weißwurst süßem Senf, Bier und Radler ließen es sich die Bewohner und Bewohnerinnen auf den Wohnbereichen gut gehen. Wie immer wurde fleißig gegessen und getrunken, in geselliger Runde oder auch allein im Bett genossen alle diese leckere Abwechslung.



Rätsel

Sudoku

Sudoku ist ein Zahlenrätsel. In die freien Kästchen trägt man die Ziffern von 1–6 so ein, dass

- in jeder Zeile
- in jeder Spalte
- in jedem 3x2 Quadrat

die Ziffern von 1–6 vorkommen.

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

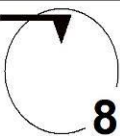





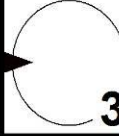

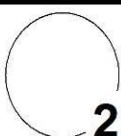

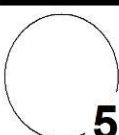






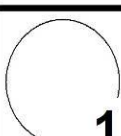
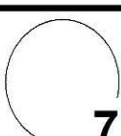

Brückenwörter

Die folgenden Wörter sind einzufügen: BAND, BODEN, BUTTER, GELD, GLANZ, HULA, KURS, MAUER, MEER, MOND, NETZ, PUNKT, RING, WIND

TEPPICH										SENKE
BRAND										ZIEGEL
ERNTE										SCHEIN
BILD										WURM
WELT										RETTICH
PFLANZEN										KUCHEN
DOLLAR										TAFEL
MITTEL										SIEGER
HULA										HULA
WIRBEL										KRAFT
HART										SCHEIN
LESE										KAMPF
HAAR										HAUT
BLEI										LEISTUNG

Hinweis zur Lösung: Nachspeise

Kreuzworträtsel (mit Hilfsbuchstaben):

Kehr- gerät	Über- empfind- lichkeiten	feier- liches Gedicht	 8	Geliebte des Zeus		Edelgas		Tournee
	 6				E			
erster General- sekretär der UNO	L		E	Fußball- spieler (ugs.)		Moment	 3	U
ehem. finnische Münze		Anhänger der Frei- körper- kultur	kirchen- recht- liche Norm		 2			N
		N		 5	englisch: Könige	chem. Zeichen für Neodym		
	R			C			Portion	R
künstl. Verbin- dungs- weg			Trage- behälter				 4	
Furcht, Unruhe	I		Umlaut			japani- sches Theater- spiel	E	
		 1	O		 7	N		
so- undso- vielte (math.)	N			italie- nisch: Sonne		O		

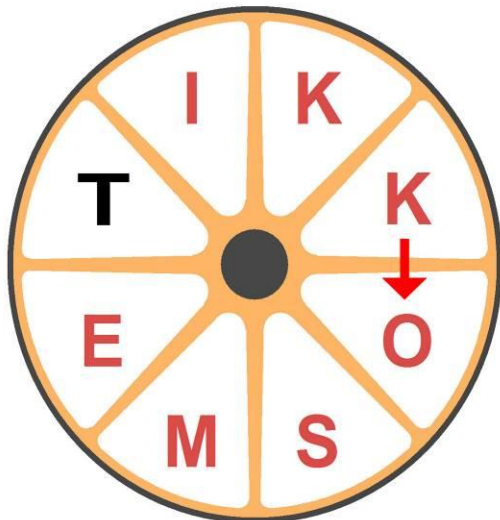
exzellenz Miller GmbH

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

Hinweis zum Lösungswort: Hauptstadt von Chile

Auflösung aus dem Monat September

Auflösung Wortrad



Lösung: **KOSMETIK**

Auflösung Kreuzworträtsel



Lösung: **HORIZONT**

Auflösung Brückenwörter

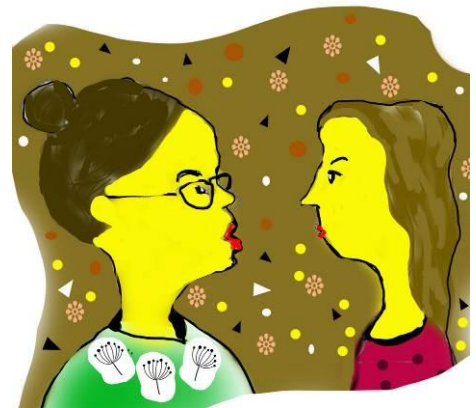
ZAHN				W	U	R	Z	E	L	WERK
FEDER			V	I	E	H				HERDE
EISEN			Z	E	I	T				GEMAESS
TOTAL	S	C	H	A	D	E	N			ERSATZ
EIGEN			L	I	E	B	E			VOLL
SPIEL			B	E	R	G				KETTE
ZIGARREN			F	A	B	R	I	K		HALLE
LAGER			F	E	L	D				HERR
JAEGER				L	A	T	E	I	N	AMERIKA
HAAR	N	A	D	E	L					WALD
KALT				B	L	U	T			WURST
DRAHT			Z	A	U	N				EIDECHSE
DAUMEN				N	A	G	E	L		PROBE
LAUB				G	R	U	E	N		SCHNABEL

Lösungswort (senkrecht): **WIEDERBELEBUNG**

Lachen ist gesund ...

„Großvater, komm mal schnell ans Fenster. Dort unten steht ein Marktschreier und verkauft Obst. Bekomme ich etwas?“ Der Großvater: „Schmarrn, lauf runter und mach ihm eine lange Nase, dann wird er sich ärgern und schmeißt mit seinem ganzen Obst nach dir!“

Beim Sonntagskaffee spricht Schwiegermama zu ihrer Schwiegertochter: „Und pass schön auf meinen Sohn auf, auch im Himmel werde ich dich genau beobachten!“ Die Schwiegertochter: „Da mach ich mir mal keine Sorgen. Du weißt schon, dass Drachen erst gar nicht so hoch steigen können...?!“



Die Mutter schimpft mit ihrer Tochter: „Waltraud, wenn ich noch einmal so einen Ausdruck aus deinem Munde höre, dann setzt es etwas. Woher hast du überhaupt dieses unflätige Wort?“ „Aber Mama, das ist doch von Goethe!“ „Oh, wie entsetzlich, ich verbiete dir, dich weiter mit ihm abzugeben!“



Lehrerin zu ihren Schülern: „So, jetzt beginnt eure Fragestunde.“ Theo: „Frau Lehrerin, ist es wahr dass der Stille Ozean ganz still ist?“ Lehrerin: „Kannst du auch mal was Gescheites fragen?“ Theo: „Woran ist denn das Tote Meer gestorben?“

Beim Golfturnier stupst Waltraud ihre Freundin Gudrun an: „Schau mal, da hinten sitzt der alte Franz.“ „Das geht leider nicht, der ist schon 1990 gestorben.“ „Ach was, der hat sich doch gerade umgedreht!“

Aus dem Poesiealbum



*„Will Dich mal ein Junge küssen,
sei nicht gleich so aufgebracht.
Mama braucht's ja nicht zu wissen,
Vati hat's ja auch gemacht.“*



Warum ans Mittelmeer fahren, wenn man das Planschbeckern vor der Haustüre hat!

Hier könnte Ihre Werbung stehen
Interessiert?

Info unter 0911 / 35 0 33 11

Hier könnte Ihre Werbung stehen
Interessiert?

Info unter 0911 / 35 0 33 11



Haus der Betreuung und Pflege Nürnberg Nord

- ✓ **Allgemeine Pflege**
- ✓ **Kurzzeitpflege**
- ✓ **Gerontopsychiatrische Pflege**
- ✓ **Intensivpflege / Wachkoma**
- ✓ **Beatmung**
- ✓ **Ambulanter Pflegedienst**

Impressum:

Verantwortlich: Birgit Scheder, Marion Heckh
Edda Zimmermann

Einrichtung: Haus der betreuung und Pflege
Straße: Nordring 104
Postleitzahl / Ort: 90409 Nürnberg
Telefon: 0911 / 350 330
Fax: 0911 / 363 454
E-Mail: info@hdb-nuernberg.de
Internet: [www. Hdb-nuernberg.de](http://www.Hdb-nuernberg.de)

Die Heimzeitung ist kostenlos und erscheint monatlich

Druck:
Winnstein GmbH, Beuthener Str. 43, 90471 Nürnberg