

St. Gotthard-Nachrichten

Ausgabe Nr. 44



Herbst

3. Quartal 2021

Liebe Leserinnen und lieber Leser,

wir wünschen Ihnen eine erholsame und freudensreiche 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 Einrichtungsleitung

Frau Anja Gibis

Wir begrüßen herzlich unsere neuen Bewohnerinnen und Bewohner

Lorenz Grasmann	Wohnbereich 3
Konrad Peisl	Wohnbereich 4
Sergej Pusch	Wohnbereich 4
Maria Wartner	Wohnbereich 3
Alois Willnecker	Wohnbereich 3

INHALT

Veranstaltungshinweise.....	4
Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag	5
Wir trauern um.....	5
Veranstaltungen aus dem vergangenen Quartal.....	6
Sissi: Wo ist Moritz?	11
Kalenderblatt Oktober 2021	13
Redewendung: Sich in die Höhle des Löwen wagen?	15
Gesund im September: Übungen im Liegen	16
Die weiße Elster ist die Flusslandschaft des Jahrs 2021	17
Frag doch mal die Oma: Was ist eigentlich ein Karussell?	19
Frag doch mal den Enkel: Was ist eine Achterbahn?.....	20
Gedichte	21
Rezept: Stachelbeer-Schmandkuchen mit Mandeln	22
Rätsel	23
Auflösung aus dem Monat September	25
Lachen ist gesund	26

Veranstaltungshinweise

Es gibt zahlreiche Wochenangebote, die unsere Bewohner dem Terminkalender in der Eingangshalle entnehmen können. Besonders dankbar sind wir dabei den Ehrenamtlichen, die dieses Programm mit ermöglichen. An dieser Stelle veröffentlichen wir Veranstaltungen, die nicht alltäglich sind. Große Ereignisse werfen ihre Schatten voraus:



Folgende Veranstaltungen sind geplant, sofern diese wegen der Corona-Pandemie durchgeführt werden können. Aushänge bzgl. der Veranstaltung werden frühzeitig ausgelegt.

- | | |
|--------|------------------------------------------------------------------------------|
| 28.10. | Oktoberfest mit Bierbowle |
| 05.11. | Gedenkgottesdienst für die verstorbenen Bewohner |
| 06.12. | Nikolausfeier |
| 16.12. | Heimweihnacht |
| 23.12. | Geburtstagsfeier für die Geburtstagskinder
Oktober, November und Dezember |
| 31.12. | Silvesterparty |

Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag

05. Juli Irmgard Bablitzka
05. Juli Anna Hartl
17. Juli Hermann Hilgartner
25. Juli Marianne Springer
28. Juli Lieselotte Beer
28. Juli Ernst Ruess
29. Juli Hildegard Farnhammer
31. Juli Renate Achatz

17. Aug. Bernhard Domani
17. Aug. Brigitte Strohmaier
19. Aug. Maria Wartner
20. Aug. Maria Kreuzer
22. Aug. Leonhard Hüttner
22. Aug. Ruth Müller
31. Aug. Maria Kalleder

05. Sept. Elfriede Greiner
25. Sept. Josef Hohenwarter



Wir trauern um

Josef Jüng, verstorben am 19. Juni
Josef Unholzer, verstorben am 14. Juli
Sieglinde Pankofer, verstorben am 28. Juli
Hatice Kücükoktay, verstorben am 04. August
Anna Reitberger, verstorben am 23. August
Agnes Bauer, verstorben am 14. September
Rita Trauner, verstorben am 19. September



Briefe gegen die Einsamkeit

Große Freude kam Anfang Juli auf bei dem Besuch der Schüler-sprecher Katharina, Paula und Henriette vom St. Gotthard Gymnasium Niederalteich. Im Februar wurde ein Projekt ins Leben gerufen "Briefe gegen Einsamkeit", mit dem Ziel, unseren Bewohner/innen mit selbstgeschriebenen Briefen der Schüler etwas Abwechslung zu bieten. Durch die verstärkten Corona-Regeln im Winter/Frühling konnte eine Briefübergabe erst jetzt stattfinden. Frau Glufke, Frau Spitzner und Herr Domani nahmen die Briefe stellvertretend für alle Bewohner an. Einige Bewohner haben auch schon fleißig auf diese Briefe geantwortet. Vielleicht entstehen dauerhafte Brieffreundschaften. Vielen Dank an die Schüler.



Vanille, Erdbeere, Schoko...

Auch dieses Jahr fand wieder das alljährliche Eis-Fest, ausgerichtet von unserer engagierten Bewohnervertretung statt. Leider versteckte sich an diesen Tag die Sonne, so dass wir in den Innenbereich ausweichen mussten. Die Bewohner der stationären Pflege, so wie auch die Mieter im Service Wohnen ließen sich die Eisbecher trotzdem schmecken. Einen ganz herzlichen Dank an unsere Bewohnervertretung.



Ausflug zum Waltinis Stadl

Morgens 10 Uhr im Caritas Wohn- und Pflegezentrum: die Bewohner und die Mieter des Service Wohnens warteten gespannt auf die Abfahrt zum Waltini Stadl. Alle waren guter Laune und schon sehr aufgeregt.

Nach der Fahrt wurde erstmal lecker Mittag gegessen. Danach warteten schon alle gespannt auf die Zauberkünste vom des Waltini. Er begeisterte uns mit witzigen, unterhaltsamen und magischen Aufführungen, die uns garantiert in Erinnerung bleiben werden.

Bei der Rückfahrt zeigte uns der Fahrer vom Busunternehmen Pfeffer noch die schönen Ecken des Bayrischen Waldes und fuhr mit uns über den Arber wieder nachhause.

Wir bedanken uns ganz herzlich bei den ehrenamtlichen Helfern, die uns unterstützten, damit auch viele Rollstuhlfahrer teilnehmen konnten.





Wir wünschen unseren zukünftigen Profis zum Weiterbildungs- bzw. Ausbildungsstart viel Glück und Erfolg.



Herr Daniel Grübl startet mit der Weiterbildung zur Wohnbereichsleitung.

Frau Birgit Lieb absolviert die Ausbildung zur Pflegefachhelferin.

Wir alle sind sehr stolz auf auch!

Der Eismann war da...

Da Eis Balsam für die Seele ist, besuchte uns der mobile Eiswagen „Rimini“ aus Plattling.

Die Bewohner und auch Mitarbeiter konnten sich in der warmen Nachmittagssonne die ein oder andere Kugel Eis schmecken lassen.



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.



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

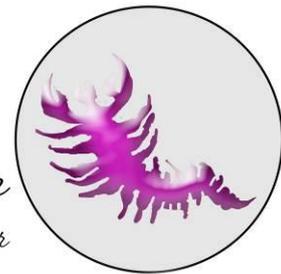


Waage

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 September: 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 zerstören 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?



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 kopfabwärts 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 Rund-umerlebnis.



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.



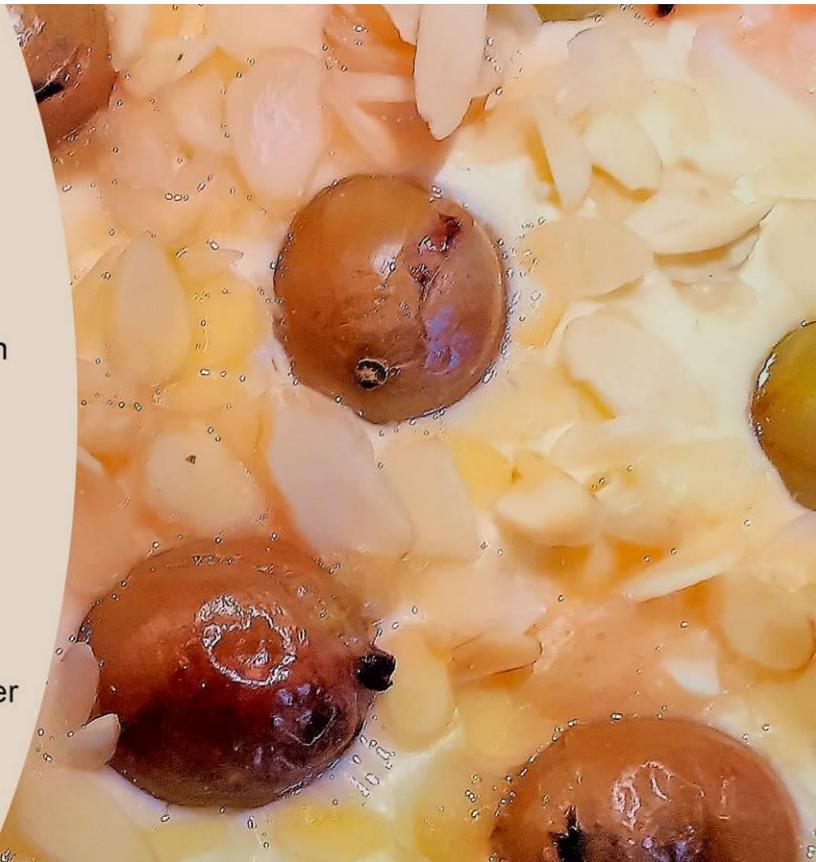
Rezept: Stachelbeer-Schmandkuchen mit Mandeln

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!

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	

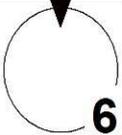
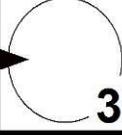
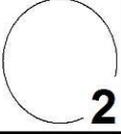
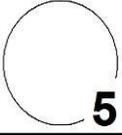
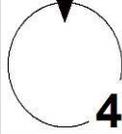
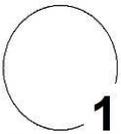
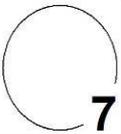
Brückenwörter

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		

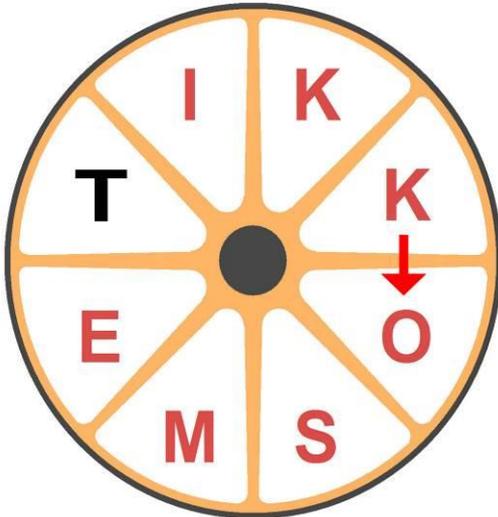
exzellenz Miller GmbH

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

	A		M	C					
R	A	U	M	F	A	H	R	T	
	N	S		R	E	E		A	
H	A	F	T		Z			O	R
	T	U		M	E	N	S	A	
F	O	H	L	E	N		Z		
	L	R		D		S	E	N	
	I		H	I	F	I		A	
R	E	D	E	N	S	A	R	T	
	N	A	N	A		N	E	O	

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!

Impressum: Diese Zeitung ist nur für den internen Gebrauch bestimmt. Für das Impressum ist verantwortlich:

Verantwortlich:	Kerstin Huber
Einrichtung:	CWPZ St. Gotthard gGmbH
Straße:	Lindachweg 1
Postleitzahl / Ort:	94491 Hengersberg
Telefon:	09901/201-0
Fax:	09901/201-119
E-Mail:	info@caritas-hengersberg.de