

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe Nr.56



4. Quartal 2024

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Liebe Leserin und lieber Leser,

am Mittwoch, dem 5. Februar ist der „Hast-du-gepupst-Tag“. Damit ist ein körperlicher Vorgang benannt und geehrt, der in der Gesellschaft bisher eher verschämt behandelt oder peinlich verschwiegen wird. Der Autor und Zeichner Bastian Melnyk hatte im Jahr 2006 die Idee mit einer besonderen Widmung diesem körperlichen Vorgang die spezielle Peinlichkeit endlich zu nehmen. „Darüber spricht man nicht“, wurde früher schon den Kindern beigebracht. Dieser übertrieben betuliche Umgang mit einem normalen und eher alltäglichen Vorgang im menschlichen Körper war nicht sonderlich hilfreich, weder in der Kindheit noch im späteren Erwachsenenleben. Ein Tabuthema, das ein physisches Phänomen bezeichnet, das weder ungewöhnlich ist noch selten. Gewissermaßen gehört es ins tägliche Leben. Jeder Mensch kennt dieses Vorkommnis aus dem eigenen Erleben und einige von uns werden täglich oder sogar stündlich damit konfrontiert.

Heute ist der Umgang mit dem „Pupsen“ etwas lockerer und gelassener geworden. Wenn es passiert, dann rücken die am nächsten Stehenden zwar zur Seite oder bringen sich Richtung Fenster oder offenstehenden Türen in die Sicherheit einer frischen und menschlich unbelasteten Luft, aber ein Teil der Umgebenden grinst auch verständnisvoll, drückt kurz die Nase zu, um dann zum unterbrochenen Thema wieder zurück zu kehren. Man kennt es ja aus eigener Erfahrung, was da vor sich geht und schafft es selber auch nicht immer rechtzeitig die Toilette zu erreichen.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen ein paar fröhliche, pupsfreie Karnevalstage, die in der letzten Woche im Übergang zum März stattfinden.

Es grüßt Sie herzlich,

Ihre Anja Gibis

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

INHALT

Begrüßen unsere neuen Bewohner.....	4
Veranstaltungshinweise.....	5
Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag	6
Wir trauern um.....	7
Aus dem vergangen Quartal.....	8
Beiträge von Frau Anna Matheußner.....	10
Begrüßen unsere neuen Mitarbeiter	15
Moritz: Winterschlaf.....	18
Kalenderblatt Januar 2025	18
Gesund im Februar: Ist Pupsen gesund?.....	21
Wissenswert: Der Euro als Zahlungsmittel.....	22
Nachname Kempinski: Wir haben noch ein Zimmer frei	24
Vorname Rainer: Der Heeresberater.....	24
Gedichte	25
Rezepte von der Enkelin: Kartoffel-Spitzkohlaufauf	26
Rätsel	27
Lachen ist gesund	35

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

**Wir begrüßen herzlich unsere
neuen Bewohnerinnen und Bewohner!**

Wohnbereich 3:

Frau Angela Ecker
Herr Johann Pritzl



St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Veranstaltungshinweise

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



Freitag, 31.01.	Geburtstagsfeier
Donnerstag, 20.02.	Faschingsfeier
Donnerstag, 27.02.	Faschingslieder Kindergarten Schwarzach



St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag

Frau Anna Katherina Matheußner	88 Jahre
Frau Franziska Drasch	88 Jahre
Frau Gudrun Großmann	80 Jahre
Herr Alois Willnecker	77 Jahre
Frau Franziska Baumgartner	93 Jahre
Frau Reinlinde Fischer	85 Jahre
Herr Karl-Heinz Kramer	68 Jahre
Frau Tamara Noll	85 Jahre
Frau Marianne Peter	76 Jahre
Frau Anneliese Schaffroth	77 Jahre
Frau Gisela Heusinger	83 Jahre
Herr Josef Altmann	76 Jahre
Herr Helmut Schuler	67 Jahre
Frau Siglinde Schedlbauer	88 Jahre
Herr Johann Resch	87 Jahre
Frau Angela Gilch	84 Jahre
Herr Reinhard Kohlhofer	63 Jahre
Herr Karl-Heinz Bambach	62 Jahre
Herr Josef Kammermeyer	86 Jahre
Frau Judith Bubmann	88 Jahre
Frau Ingrid Janietz	85 Jahre
Frau Ruth Parteke	95 Jahre
Herr Max Zimmermann	94 Jahre
Frau Viktoria Heilmaier	94 Jahre
Frau Marianne Hausladen	99 Jahre
Herr Johann Pritzl	84 Jahre
Frau Heide Geigle	80 Jahre
Frau Juliana Zellner	82 Jahre
Frau Waltraud Kommnick	90 Jahre
Frau Christine Schrimpf	76 Jahre
Frau Erika Conrad	83 Jahre



St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Wir trauern um

- † Frau Gisela Abraham
- † Herr Werner Bachmeier
- † Herr Josef Hambauer
- † Herr Josef Pfaffinger
- † Frau Frieda Pittrich



„Das einzig Wichtige im Leben sind die Spuren der Liebe, die wir hinterlassen wenn wir gehen.“

Albert Schweitzer

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Aus dem vergangen Quartal...

Auszeichnung für unsere Kegelbahn

Im November 2024 erhielt unsere selbstgebaute Kegelbahn eine Anerkennung des bayerischen Demenzpreis 2024. Die Anerkennung wurde von der bayerischen Gesundheitsministerin Frau Judith Gerlach an uns übergeben.

Die Kegelbahn wurde von unserer Claudia, mit tatkräftiger Unterstützung durch unsere Männergruppe gebaut und ist seit Fertigstellung im Betreuungsangebot nicht mehr wegzudenken.



St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Ausbildungs-Tour 2024 machte bei uns einen Stopp

Die Aktion „Ausbildungs-Tour 2024“ des Landkreises Deggendorf brachte Schüler/-innen am schulfreien Buß- und Betttag zu uns ins Wohn- und Pflegezentrum St. Gotthard. Die Schüler/-innen konnten Eindrücke in die ambulante und stationäre Pflege sammeln. Neben einer Führung durch die Einrichtung wurde auch praktisch geübt wie Blutdruck- und Blutzuckermessung sowie das Fahren mit einem Rollstuhl.

Danke an unsere Praxisanleiter/ PDL's sowie Herrn Unrecht vom Regionalmanagement, die diese Aktion möglich gemacht haben und den Schüler/-innen die möglichen Berufe in der Pflege schmackhaft gemacht haben



St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Beiträge von Frau Matheußer...

LITURGIE DURCH DAS KIRCHENJAHR

“ DARSTELLUNG DES HERRN “

Am 2. Februar, dem 40. Tag nach Weihnachten feiern wir dieses Fest unseres Herrn und Bruders Jesus Christus. Der Evangelist Lukas überliefert uns die biblischen Geschehnisse im Tempel von Jerusalem im 2. Kapitel, Vers 22 - 39; Jesus ist also der Mittelpunkt dieses Festes, viel mehr als seine Mutter Maria.

Die alttestamentlichen Schriften überliefern verschiedene kultische Reinheitsvorschriften, zum Beispiel: nach der Geburt eines Knaben galt eine Frau 40 Tage als unrein. Sie musste deshalb ein Schaf und eine Taube dem Tempelpriester als Opfer übergeben. Für arme Leute waren zwei Tauben vorgeschrieben.

Damals wurde der erstgeborene Knabe als ein Eigentum des Herrn gesehen. Er wurde deshalb in den Tempel gebracht, um ihn vor Gott darzustellen. Mit einem Geldopfer wurde er ausgelöst, wie es im Buch Numeri heißt.

Maria und Josef kannten diese Vorschriften und brachten Jesus zum Tempel, um das Gesetz zu erfüllen. Dort begegneten sie Simeon und Hanna, beide im hohen Alter, die voller Erwartung auf den Trost Israels und auf die Erlösung Jerusalems hofften. Thomas P. Osborne, ein Kommentator dieses Evangeliums meint, dass die hier erzählte Handlung nichts mit einem Reini-



gungsritus zu tun habe. Sie ist eher eine prophetische Anerkennung des Kindes als Antwort auf die Erwartungen des gesamten Volkes Israel, dargestellt durch Simeon und Hanna. Das Gebet Simeons, das "Nunc dimittis" spricht zu Gott, Herrscher genannt, als Du. Seine Augen haben in dem Kind das Heil gesehen, das universale die ganze Welt umfassende Reichweite hat: Licht zur Offenbarung der Nationen und Herrlichkeit deines Volkes Israel. Der Evangelist stellt fest, dass das Heil für die Nationen die Voraussetzung ist für die Vollendung des Heiles für Israel; die

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Herrlichkeit Israels ist zugleich Licht der Nationen. Das Gebet Simeons ist richtungsweisend für das gesamte Werk des Evangelisten Lukas.

“Nun lässt du, Herr, deinen Knecht, wie du gesagt hast, in Frieden scheiden. Denn meine Augen haben das Heil gesehen, das du vor allen Völkern bereitet hast, ein Licht, das die Heiden erleuchtet, und Herrlichkeit für dein Volk Israel.”

Um die Mitte des 5. Jahrhunderts war das Fest “Darstellung des Herrn” in Rom vermutlich bekannt. Im Laufe der Zeit bildete sich eine Lichterprozession heraus, um eine heidnische Sühneprozession zu ersetzen. Lichterweihe und -prozession führten zur Bezeichnung “Lichtmess”. Dies sagt jedoch wenig über den Inhalt des Festes aus. Der Allgemeine Römische Kalender schreibt zum 2. Februar: Das Fest heißt: “Darstellung des Herrn”. Im Messbuch ist es ebenfalls so benannt.

Zu Beginn der Feier begrüßt der Priester die Gemeinde und führt in den Sinn dieses Festes ein. Dann segnet er die Kerzen:

“Lasset uns beten. Gott, du Quell und Ursprung allen Lichtes, du hast am heutigen Tag dem greisen Simeon Christus geoffenbart als das Licht zur Erleuchtung der Heiden. Segne die Kerzen, die wir in unseren Händen tragen und zu deinem Lob entzünden. Führe uns auf dem Weg des Glaubens und der Liebe zu jenem Licht, das nie erlöschen wird. Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.”

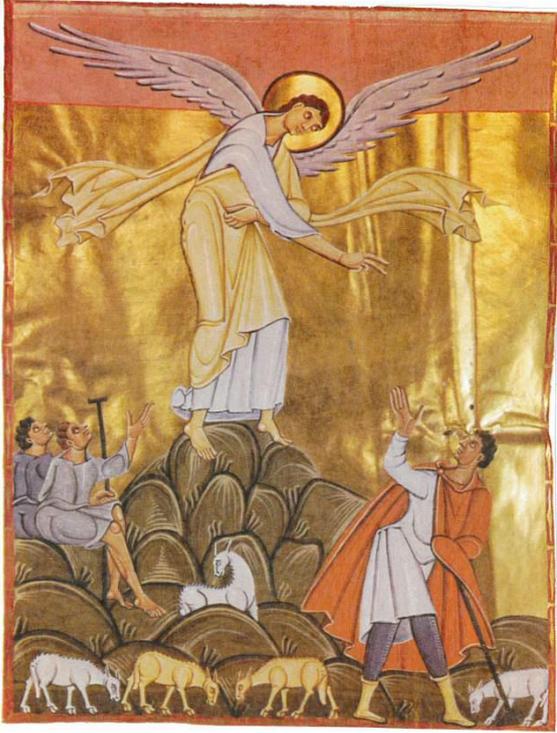
Der Priester besprengt nun die Kerzen mit Weihwasser und lässt den Weihrauch duften, dann folgt die Prozession. Den Mittelpunkt der Feier bilden die Ereignisse im Tempel, wie sie im Evangelium verkündet werden.

Die Präfation des Festes fasst diese Geschehnisse nochmals zusammen.

In der Feier der Liturgie des Festes geht es nicht in erster Linie um das fromme Betrachten einer Idylle, sondern die Texte der Liturgie fassen das gesamte Glaubensgeheimnis unseres Heils ins Auge, wie es im Schlussgebet zum Ausdruck kommt:

“Barmherziger Gott, stärke unsere Hoffnung durch das Sakrament, das wir empfangen haben, und vollende in uns das Werk deiner Gnade. Du hast die Erwartung Simeons erfüllt und ihn Christus schauen lassen. Erfülle auch unser Verlangen: Lass uns Christus entgegengehen und in ihm das ewige Leben finden, der mit dir lebt und herrscht in alle Ewigkeit. Amen.

„ICH VERKÜNDE EUCH EINE GROßE FREUDE“



Mal ehrlich! Haben Sie sich heute schon gefreut, so aus tiefstem Herzen zum Beispiel über den neuen Tag, der Sie gesund erwachen ließ? Über Kinder, die Sie mit ihrer Lebensfreude ansteckten? Oder über den überraschenden Besuch, der aus Kranken-

betten kam? Über Wohltaten, ein Danke oder ein anerkennendes lobendes Wort? Oder wo Sie Hilfe erfahren durften? Ihnen ein Lapaus verziehen, eine beleidigende Verletzung ausgeräumt wurde und und und

Kein Mensch kann ohne Freude leben. Sie ist ein Geschenk, Würze des Lebens die Flügel verleiht, eben ein Lebenselixier. Wo Freude aufblüht, aufleuchtet schafft sie es, dass der Mensch in Ereignissen des Lebens einen Glanz entdeckt, der in allem einen tiefen Sinn erahnen lässt.

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Freude ist wie ein Bote Gottes. Auf den Fluren Bethlehems verkündigen Engel den dort wachenden Hirten eine Botschaft der Freude:

„Fürchtet euch nicht, denn ich verkünde euch eine große Freude, die dem ganzen Volk zuteil werden soll. Heute ist euch in der Stadt Davids der Retter geboren; er ist der Messias, der Herr. Und das soll euch als Zeichen dienen: Ihr werdet ein Kind finden, das, in Windeln gewickelt, in einer Krippe liegt.“ (Lk 2, 10-12)

Den Hirten wird durch die Botschaft der Engel eine große Freude zuteil. So eilen sie nach Bethlehern um zu sehen, was ihnen verkündet wurde. An der Krippe stehen sie staunend. So ein kleines Kind soll der lang ersehnte



Retter sein, der Messias! Und sie entdecken im Kind in der Krippe ihre eigene Armut, ihre Geringschätzung durch die Gesellschaft, sowie ihre

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Schutz- und Hilfsbedürftigkeit. Will sich darin Gott als Retter zeigen?? Doch der Blick in die Krippe ist der Schlüssel zum Geheimnis dieser heiligen Nacht, das alles bisherige Geschehen überstrift. Gott öffnet sich den Menschen in seinem Sohn Jesus Christus. 
Weil Gott in Jesus Christus Mensch wird, wird der Mensch zu einer solchen Würde erhoben, die ihm sonst niemand zu geben vermag, und ihm auch nicht nehmen kann. Gott 
macht sich zum Anwalt der Menschen. So 
lässt uns die Menschwerdung Christi erfahren, wie wert- und würdevoll wir Menschen in den Augen Gottes sind. In dem Mensch gewordenen Christus will Gott uns nahe sein, reist er sich uns zu, geht er mit uns durch Freud und Leid. Wir dürfen offen sein für ihn und ihm vertrauen. 
In Christus will uns Gott helfen, die Spur zum wahren Menschsein zu finden, zu einem erfüllenden glücklichen Leben, das uns letztlich zur Beheimatung in Gott führt. Weihnachten - das Hochfest der Geburt Jesu Christi ist ein Fest der Freude, weil Gott die Freude ist. In Jesus Christus begegnen wir dem liebenden Gott. 
Wir wünschen allen frohe gnadenreiche Weihnachten 
und ein gesundes friedvolles neues Jahr. 

Mattheußer

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Wir begrüßen recht herzlich:



Toni Grohmann

(Koch)

Herr Grohmann unterstützt seit 01. Januar unser Küchenteam.

Wir wünschen ihm alles Gute!



Diana Bauer

(Gesundheitskauffrau)

Frau Bauer unterstützt seit 01. Januar unser Verwaltungsteam.

Wir wünschen ihr alles Gute!

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Moritz: Winterschlaf

von Margitta Blinde

Das Frühjahr naht ...

Nachdem im Herbst die Tage kürzer wurden, die Bäume ihre Blätter verloren, hatte sich die Natur komplett auf den Winter mit der kalten Jahreszeit eingestellt. Das ist auch der Zeitpunkt, wo ein Winterschlaf für manche Tiere überlebenswichtig ist, weil sie ohne Nahrung und einen sicheren Schlafplatz nicht weiter in der freien Natur existieren können. Das heißt für die freilebenden Waldtiere dann: „Achtung, jetzt wird eure Nahrung täglich weniger! Ihr müsst euch darauf einstellen!“ Die kalte Jahreszeit bringt Gefahren mit sich für die freilebenden Tiere. Sie müssen sich darauf einstellen, um zu überleben. Die Natur verpasst ihnen zu ihrer Sicherheit erst einmal ein wärmeres Fell, das so genannte Winterfell, was deutlich dichter ist und dazu kommt eine dickere Speckschicht ihrer Haut. Ein Problem ist auch die immer rarer werdende Nahrung und die Frage, ob die Vorräte über die kommenden Monate reichen werden? Auch die zunehmende Kälte ist für einige Tiere geradezu lebensgefährlich. Die Natur hat sich da etwas einfallen lassen, um das Überleben in der freien Wildbahn zu ermöglichen, nämlich den so genannten „Winterschlaf“. Murmeltiere, Igel, Fledermäuse, Eichhörnchen und Siebenschläfer zum Beispiel haben den Winterschlaf sich zu eigen gemacht, um ihr Überleben in der kalten Jahreszeit sicher zu stellen.

Passende Winterquartiere bietet ihnen die Natur selber an. Da gibt es draußen niedrige, winterfeste Büsche, Erdlöcher, Blätter- und Komposthaufen oder auch Holzstapel, worunter sich ein sicheres und behagliches Winter-Heim einrichten lässt. Wichtig zum Überleben ist auch, dass die Tiere in ihrem Winterschlaf nicht gestört werden, weil das Aufschrecken die nötigen Fettreserven verbraucht und damit riskiert sich das weitere Überleben der Tiere. Im Winterschlaf stellt sich ihre Körpertemperatur niedriger ein mit circa 5 bis zehn Grad weniger. Es gibt sogar eine Art natürliches Thermostat, das von selber anspringt und regelt, wenn die Körper-Temperatur weiter sinkt und das betroffene Tier gewissermaßen nachheizen muss, um Fortbestehen zu können. Auch der Stoffwechsel verlangsamt sich und sichert so die Existenz ab.

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Die Natur hat Katzen – auch die Hauskatzen - ohnehin mit einem großen Schlafbedürfnis ausgestattet. Im Schnitt ruhen sie bis zu 18 Stunden pro Tag. In der kalten Jahreszeit verlängert sich diese Ruhezeit noch weiter trotz des warmen Winterfells, das die Natur auch ihnen gibt. Mein Moritz zieht sich dann gern zurück auf ein gemütliches, weiches Plätzchen wie z.B. mein Bett. Das gefällt ihm! Allerdings mag er beim Schlaf nicht gestört werden. Das heißt, ich schließe besser die Tür zu, damit Monsieur Moritz seine Ruhe hat und nicht gestört und womöglich aufgeweckt wird. Das mag er nämlich überhaupt nicht! Wenn es passiert, schreckt er hoch aus seinem tiefen Winterschlaf, reckt und streckt sich mühsam und verlässt mit einem deutlichen Knurren sein geliebtes, warmes Winterquartier. Manchmal bekomme ich dann beim Vorbeigehen von ihm noch einen Schlag mit seiner Pfote, was so viel heißt wie: „Was fällt dir ein mich zu wecken!“ Hm, sicherlich haben auch Katzen einen Winterschlaf, aber vielleicht sollte ich Moritz sagen, dass das Frühjahr naht...!



St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Kalenderblatt Januar 2025

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		

Besondere Tage

02.02. Lichtmess

14.02. Valentinstag

27.02. Weiberfasnacht



Februar 2025: Winterzauber trifft Frühlingsvorfreude

Der Februar 2025 kommt mit seiner typischen Mischung aus frostigen Wintertagen und den ersten Vorboten des Frühlings - der perfekte Monat, um es sich drinnen gemütlich zu machen oder die frische Luft zu genießen.

Mit seinen 28 Tagen ist er der kürzeste Monat des Jahres, aber er ist voll von Höhepunkten. Der Valentinstag lädt dazu ein, die Liebe zu feiern, und in vielen Regionen tanzen die Menschen mit Karneval und Fasching die kalte Jahreszeit aus.

Auch wenn der Februar oft winterlich bleibt, so bringt er doch die stille Vorfreude auf längere Tage und den nahenden Frühling mit sich - ein Monat voller Charme und Überraschungen!



St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Berühmte Geburtstagskinder

Der Gründer der Computerfirma Apple, Steve Jobs, wurde am 24. Februar 1955 in San Francisco geboren. Er zählt zu den herausragenden Persönlichkeiten der IT-Welt. Mit zahlreichen Produkten wie dem Apple-Computer, dem Ipod und dem Iphone hat er unser Weltbild revolutioniert. Er verstarb mit nur 56 Jahren in Palo Alto, Kalifornien.

Rückblick: heute vor 60 Jahren

Am 21. Februar wurde der Aktivist und Bürgerrechtler Malcom X bei einer Rede in Harlem (New York) erschossen. Er lehnte die gewaltfreie Bewegung von Martin Luther King ab und war in seinen Ansichten radikal und gewaltbereit.

Der berühmte Bergsteiger Walter Bonatti erkletterte als Erster in der direkten Falllinie die Nordwand (Direttissima) des Matterhorns. Bis heute gibt es nur vier Wiederholungen dieser Route.

Ein Hoch den Narren

Der Straßenkarneval beginnt mit der Weiberfastnacht am 27. Februar. Männer aufgepasst! Es ist Tradition, dass an diesem Tag die Frauen den Männern die Krawatten abschneiden und sie damit „entmachten“. Auch die Rathäuser werden an diesem Tag von den kostümierten Frauen gestürmt und der Bürgermeister übergibt ihnen symbolisch den Schlüssel.

Dieses Jahr wird nicht „geschaltet“.

Ein Schaltjahr hat 366 Tage, da der 29. Februar hinzugefügt wird, um den Kalender mit dem Sonnenjahr zu synchronisieren, das etwa 365,24 Tage dauert. Ohne Schaltjahre würden sich die Jahreszeiten allmählich verschieben. Ein Jahr ist ein Schaltjahr, wenn es durch 4 teilbar ist, außer wenn es durch 100 teilbar ist, es sei denn, es ist auch durch 400 teilbar. Das Konzept wurde von Julius Cäsar eingeführt und 1582 von Papst Gregor XIII. präzisiert. Erst im Jahr 2028 wird wieder „geschaltet“.

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Sternzeichen



Wassermann

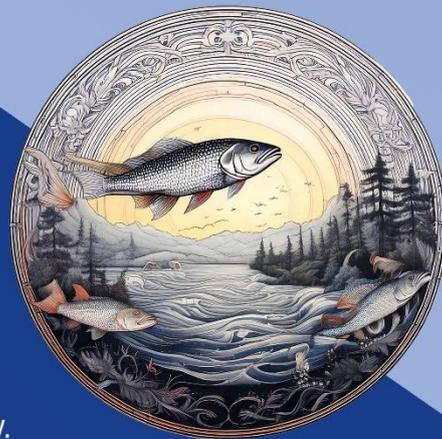
21.1. - 19.2.

Wassermänner sind kreativ, unabhängig und zukunftsorientiert. Sie streben nach Individualität und sozialer Gerechtigkeit und bringen frische Ideen in jede Beziehung.

fische

20.2. - 20.3.

Fische sind einfühlsam und intuitiv. Sie gelten als sensibel und phantasievoll. Fische haben ein tiefes Mitgefühl für andere und fühlen sich in gefühlvollen Beziehungen wohl. Sie sind oft verträumt und kreativ.



Gesund im Februar: Ist Pupsen gesund?

„Warum rülpset und furzet ihr nicht? Hat es euch nicht geschmeckt?“ Auch wenn man bezweifeln darf, ob dieser Spruch wirklich so aus dem Mund des Reformators Martin Luther gekommen ist, so benennt er doch treffend hörbare körperliche Symptome, die das Essen von Speisen bei uns Menschen hervorrufen können. Die vergangenen Feiertage Weihnachten und Silvester haben mit ihren üppigen Mahlzeiten dieses Thema gewissermaßen auf die Tagesordnung gebracht, ob man es nun will oder nicht. Allein die Bezeichnungen dieses natürlichen Vorgangs sprechen davon, dass er seit langem in unserem Alltag integriert ist und gewissermaßen zum täglichen Leben dazu gehört. Ob man es nun „einen fahren oder fliegen lassen, furzen“ oder lateinisch ausgedrückt „flatulieren“ nennt, was das Entweichen von Darmgasen im medizinischen Bereich bedeutet, jede/r kennt es von Kindesbeinen an.

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Der menschliche Verdauungsvorgang einer Mahlzeit kann bis zu 42 Stunden anhalten und während dieser Prozedur entstehen auf natürliche Weise im Darm Abgase aus der mit geschluckter Luft, aus den Abbauprodukten des Zuckers in der Nahrung und den zahlreichen darin enthaltenen Bakterien, die nun mal dazu gehören. Diese Blähungen suchen sich einen Ausweg aus unserem Verdauungssystem wieder nach draußen. Entweichen sie aus dem Mund, so nennt man es aufstoßen oder auch rülpsen oder bei kleinen Kindern liebevoll „ein Bäuerchen machen“. Suchen sich die Verdauungsdämpfe einen anderen Weg aus dem Körper, dann bleibt nur der Dickdarm übrig mit seinem Ausgang im Schließmuskel am Po. Die zahlreichen natürlichen Bakterien, die den Essensvorgang begleiten, bestehen aus übelriechenden Gasen, die man kaum mehr zurückdrängen kann und die sich mit unterschiedlicher Lautstärke bemerkbar machen. Je lauter das entweichende Geräusch, umso peinlicher ist es dem Betroffenen seiner Umgebung gegenüber. Zum Geräusch kommt dazu ein Geruch, der alles andere als charmantes Parfüm oder gesunde Frischluft darstellt. Es sind nun mal die übelriechenden Abgase des Verdauungsprozesses, sie gehören schlicht dazu. Pupsen ist zwar normal und ein jeder kennt es aus eigener Erfahrung, aber in der Regel möchte man doch nicht in Gesellschaft von anderen sich damit auszeichnen, beziehungsweise sich bloßstellen. Es ist zwar natürlich, aber auch unangenehm - meistens jedenfalls. Acht – bis zehnmal pro Tag produziert der Darm Blähungen, die meisten machen sich nach dem Essen bemerkbar, wenn der Verdauungsprozess aktiv im Gange ist. Daher ist es in der Regel unvermeidbar, dass auch die Umgebung davon etwas mitbekommt. Nicht schön, aber naturgemäß. Auch nachts beim Schlafen ist die Verdauung produktiv, nur meist entweicht dann weniger Luft, weil die gesamten Körperfunktionen nachts beim ruhigen Liegen runter gefahren sind. Es ist aber auch nicht selten, dass beim Aufstehen am Morgen aus der warmen Zudecke im Bett ein ordentlicher Mief entweicht, der in der Nacht entstanden ist. Da hilft dann nur lüften sowohl das Bettzeug als auch den Raum. Also Fenster auf und tief Luft holen! Das vertreibt den Schlaf und der neue Tag kann beginnen! Das gehört zum Leben wohl dazu!

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Wissenswert: Der Euro als Zahlungsmittel

Mit dem 1. Januar 2002 wurde der Euro als reguläres Zahlungsmittel in Deutschland eingeführt. Auch viele andere europäische Länder waren mit dabei: Frankreich, Österreich, Italien, die Niederlande, Belgien, Spanien, Luxemburg, Portugal, Griechenland, Finnland sowie Irland. Alle diese Länder hatten von da an den Euro als reguläres Bargeld im Umlauf. Der Wert einer einzelnen alten D-Mark stand damals umgerechnet bei 1,95583 Euro, also aufgerundet lag die Währung eines einzelnen Euro bei knapp 2 D-Mark. Das offizielle Zeichen für den Euro sah so aus „€“. Inzwischen ist der Euro in über 20 Staaten der Europäischen Union als gesetzliches Zahlungsmittel eingeführt worden.

Vorausgegangen war in Deutschland allerdings eine jahrelange, kontroverse Diskussion über die Einführung einer neuen Währung. Innerhalb der Bevölkerung war der Widerstand weit verbreitet und heftig. Sie wollten lieber ihre alte „D-Mark“ behalten, die sich in den Jahren seit 1948 bewährt hatte und der man vertraute. Auch dass der Euro in weiteren europäischen Ländern parallel eingeführt werden sollte, weckte bei den Bürgern eher Misstrauen als Zustimmung.

Im Deutschen Bundestag fand sich zunächst auch keine Einheit für die Einführung einer neuen Währung. Es gab heftige und kontroverse Diskussionen über mehrere Jahre. Am Tag der geplanten Abstimmung gab es vorher noch eine leidenschaftliche Diskussion unter den Abgeordneten, die über sieben Stunden dauerte. Die Befürworter bezeichneten die Einführung einer europäischen Gemeinschaftswährung als einen wichtigen Schritt in eine gemeinsame Zukunft, der auch die Wirtschaft stabilisieren könnte und die Voraussetzung für einen vereinten europäischen Markt schaffen würde. Und Europa auf diese Weise nach innen und außen an Stabilität gewinnt. Die Widersacher dagegen sahen in einer gemeinsamen Währung eher ein Problem und ein Risiko für kleine und mittelständische Unternehmen und die betroffenen Bürger. Bei der endgültigen Abstimmung setzten sich aber schließlich die Befürworter mit einer Mehrheit durch.

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Auch bei der Namensfindung einer gemeinsamen Währung gab es intensive Auseinandersetzungen unter den beteiligten europäischen Ländern. Die Franzosen schlugen die ihnen vertraute Bezeichnung „Ecu“ vor, was aber von Deutschland abgelehnt wurde, weil es im Wortklang zu stark dem tierischen Wort „Kuh“ ähnelte, was für eine Währung nicht neutral und ernst genug war. Auch die Bezeichnung „Franken“ konnte sich nicht durchsetzen, da sie zu sehr an den spanischen Diktator Franco erinnerte. Ein europäischer „Gulden“ oder eine „Krone“ wurden als Benennung schließlich genauso abgelehnt, da sie keine neue Gemeinsamkeit kennzeichnete, sondern einzelne Staaten bevorzugte. Schließlich konnte sich der Vorschlag der deutschen Delegation mit Namen „Euro“ durchsetzen, auf den sich alle beteiligten Länder einigen konnten. Und so gab es mit dem Jahreswechsel 2001 auf 2002 in Deutschland eine neue Währung und damit wurde die alte vertraute D-Mark als Zahlungsmittel quasi für immer beerdigt.



St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Nachname Kempinski: Wir haben noch ein Zimmer frei ...

Der Familienname "Kempinski" hat polnische und jüdische Wurzeln und lässt sich auf geografische Ursprünge zurückführen. Der Name leitet sich von Ortsnamen wie „Kępno“ oder „Kępinka“ in Polen ab, wobei Kępa ((dt. wörtlich: „Flussinsel“) im Polnischen eine Erhebung oder eine kleine Insel bedeutet. "Kempinski" scheint also ein Herkunftsname und bezeichnet ursprünglich jemanden, der aus einer solchen Region stammt.

Bekannt wurde der Name vor allem durch die legendäre Hotelkette "Kempinski", die von Berthold Kempinski (1843–1910), einem jüdischen Unternehmer aus Polen, gegründet wurde. In den jüdischen Gemeinden des 19. und frühen 20. Jahrhunderts war es nicht unüblich, Familiennamen mit geographischem Bezug zu wählen, insbesondere in Osteuropa. Der Familienname Kempinski ist heute weltweit bekannt, vor allem durch die Luxushotelmarke, die seinen Namen trägt.

Vorname Rainer: Der Heeresberater

Der Vorname "Rainer" stammt aus dem Althochdeutschen und setzt sich aus den Wörtern *ragin* (Rat, Beratung) und *heri* (Heer, Krieger) zusammen, was so viel wie „weiser Ratgeber“ oder „beratender Krieger“ bedeutet.

Der Name war im Mittelalter besonders in Adelskreisen verbreitet, da er Tugenden wie Weisheit und Stärke ausdrückte. Varianten wie „Ragnar“ in Skandinavien oder „Rainier“ im Französischen zeigen, wie der Name in anderen europäischen Ländern adaptiert wurde. In Deutschland erlebte "Rainer" im 20. Jahrhundert eine neue Popularität und ist bis heute gebräuchlich.

In den 50er Jahren war Rainer einer der beliebtesten Vornamen für Knaben. Heute wird der Name nur noch selten an männliche Nachkommen vergeben.

Berühmte Namensträger waren u.a. Rainer Barzel (Politiker), Rainer Maria Remarque (Schriftsteller), Rainer Werner Fassbinder (Regisseur) und Rainer Maria Rilke (Dichter).

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Gedichte

Das Eine Höchste,
was das Leben
schmückt,
wenn sich ein Herz,
entzückend und entzückt,
Dem Herzen schenkt
in süßem Selbst-
vergessen.

Friedrich von Schiller

Du holde Fee, mir treu geblieben

von Theodor Fontane

Du holde Fee, mir treu geblieben
Aus Tagen meiner Kinderzeit,
Was hat Dich nun verscheucht, vertrieben
Du stille Herzensheiterkeit?

Leicht trugst Du, wie mit Wunderhänden,
Mich über Gram und Sorge fort,
Und selbst aus nackten Felsenwänden
Rief Quellen mir Dein Zauberwort.

Du, Trostesreichste mir vor allen,
Kehr Neubeflügelt bei mir ein
Und lass Dein Lächeln wieder fallen
Auf meinen Pfad wie Vollmondschein.

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Rezept von der Enkelin: Kartoffel-Spitzkohlauf

Zutaten:

600 g Kartoffeln
1 kg Spitzkohl
8 Scheiben Bacon
200 g Schinkenwürfel
60 g Kapern
100 g Butter
50 g gesiebtes Mehl
800 ml Milch
200 g geriebener Käse
1 El. Sonnenblumenöl
Abrieb von 2 Biozitrone
1-2 Lorbeerblätter
Salz, Petersilie



Zubereitung:

Kartoffeln mit Schale kochen, pellen und kaltstellen. Spitzkohl putzen, Blätter vom Strunk lösen und Strunk dabei entfernen, in reichlich Salzwasser kurz kochen und dann in einem Sieb unter kaltem Wasser kühlen. Eingefettete Auflaufform mit der Hälfte der Spitzkohlblätter überlappend auslegen.

Béchamel-Sauce herstellen: Butter zerlassen, gesiebtes Mehl langsam zugeben und einrühren, dann die Milch mit dem Schneebesen hinzurühren, Lorbeerblätter hinzugeben und 20 Minuten bei geringer Hitze 20 Minuten köcheln lassen und regelmäßig umrühren.

Währenddessen parallel die Biozitrone abreiben und bereitstellen, sowie die kalt gestellten Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden.

Den Topf vom Herd nehmen, Lorbeerblätter entfernen, mit Salz abschmecken – Kapern mit Lake und Schinkenwürfel hinzugeben, ebenso den fein geriebenen Käse, den Zitronenabrieb und die Kartoffelscheiben in den Topf mit der Béchamel-Sauce geben und unterheben und dann in die Auflaufform über den Spitzkohlblättern verteilen. Die Masse mit den restlichen Spitzkohlblättern zudecken.

In den vorgeheizten Backofen bei 180 Grad – eine halbe Stunde auf der unteren Schiene garen (keine Umluft!), derweil den Bacon dritteln, auf dem Auflauf verteilen und noch einmal 15 Minuten weiter garen.

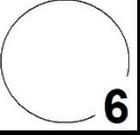
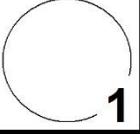
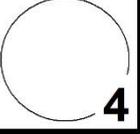
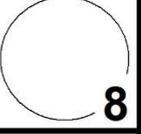
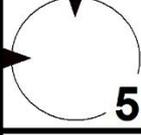
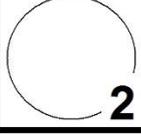
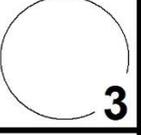
Auflauf aus dem Ofen nehmen, mit Petersilie garnieren.

Guten Appetit!

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Kreuzworträtsel mit Hilfsbuchstaben

eine Gewichtseinheit			wilde Gemüsepflanze	Leichtathlet		aufgerautes Gewebe	
Kontinent			D			I	
				dokumentieren		Karibikinsel	A
Autor von ‚Ariane‘ † 1931	T		englischer Komiker (‚Mr. ...‘)				
	I				R		
Regenauffangbecken		E	im Jahre (latein.)	L	die amerik. Südstaaten		
gebräuchlich, üblich		altrömischer Beamter					L
		E	N				Zeichen für Skot
Salmiakgeistlösung		Zusammenhang		N	X		S
	M		O				K
1	2	3	4	5	6	7	8

exzellenz Miller GmbH

Hinweis zur Lösung: Allgemeinmediziner

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Wortquadrat

Hinter dem Buchstabensalat versteckt sich eine Eiskristall.

E	N	E
M	I	S
U	L	B

Verbinden Sie die Buchstaben, damit das gesuchte Wort gefunden wird. Der Start-Buchstabe ist rot.

Sudoku

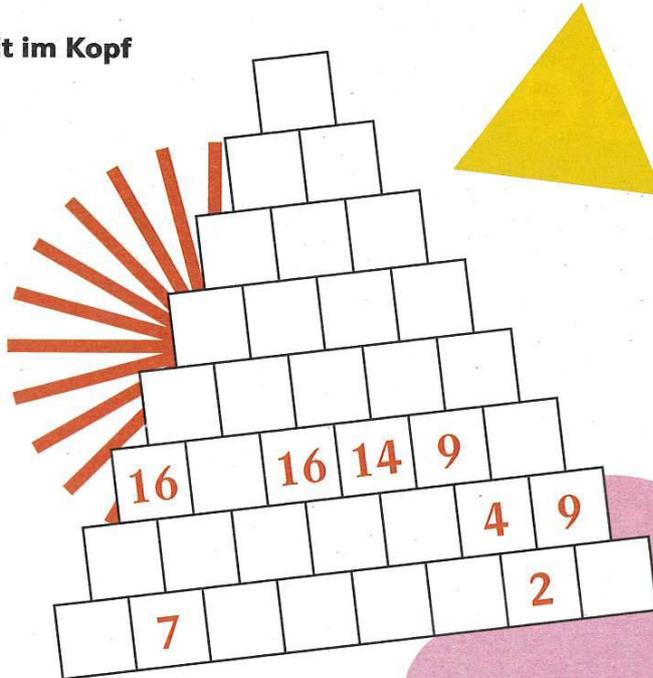
In die freien Kästchen trägt man die Ziffern von 1 – 9 so ein, dass

- in jeder Zeile
- in jeder Spalte
- in jedem 3 x 9 Kasten

die Ziffern von 1- 9 vorkommen

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

Fit im Kopf



KOPFRECHNEN

Zahlenpyramide

Die Felder der Pyramide sind so auszufüllen, dass zwei nebeneinanderstehende Zahlen addiert die über beiden stehende Zahl ergeben.

Jetzt ist Rätselzeit!

Unsere Seiten für Ihre geistige Fitness

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

ZAHLENFREUDE

Sudoku – schwer

In jede Zeile, jede Spalte und jedes 3x3-Feld müssen alle Ziffern von 1 bis 9 so eingetragen werden, dass sie jeweils genau einmal vorkommen.



Noch mehr Sudokus finden Sie unter a-u.de/sudoku

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Wortgitter- Winter

Finden Sie folgende Worte in dem Wortgitter:

Schnee, Schlitten, Ski, Vogelhaus, Schal

A	F	G	H	E	R	T	Z	U	V
S	C	H	A	L	N	M	U	I	O
W	Q	E	R	T	Z	U	I	O	G
P	Ü	A	S	S	C	H	N	E	E
X	Y	Ö	L	K	H	G	F	D	L
C	V	B	N	M	Q	W	E	R	H
J	G	T	D	E	W	Q	P	T	A
U	B	V	C	S	S	A	O	Z	U
H	Z	F	R	K	X	Y	I	U	S
S	C	H	L	I	T	T	E	N	M

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024



S.U.

In die untere Zeichnung haben sich 12 Fehler eingeschlichen.

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Teil in der Netzhaut		Herzengedame		Zustimmung		kirchlicher Ehrentitel		Schalltrichter		Prüfungsergebnis
Gartengemüse		Mehrzahlartikel		Flaschenverschluss		Oberbürgermeister		geizen		
				Abkürzung Sekunde						
Baustoff						Zahlenlotto				
größte Provinz Kanadas						Bleichmittel				
						Dienstgrad Marine				
						Lippenlaut				
Bündnis		Schlinge								
		Geschossdurchmesser								
				Wurfseil						Primzahl
				freundlicher Hinweis						
bringt Haare in Form	Luftsauerstoff früher							open ...		
								Heldenerzählung		
			Indogermanen							Brillenfachmann
			aufbrausend							
Schafhüter						Atemstillstand				
Weinpflanze						dreist, flott				
				Toilette						
				Katzenrasse					KFZ Pinneberg	
Singvogel									die Besten	
eitler Selbstbewunderer						Garnitur				Bindewort
						Depot, Speicher				
								Augenteil		
								Eisenbahnfahrzeug		
alte Bezeichnung Schwiegersohn		Kirchengebäude								
		KFZ Darmstadt								
						Wassertiefe messen				
durchgekocht				Kartenspiel spielen						

St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024

Lachen ist gesund ...

Beim Abholen seines neuen Personalausweises gibt die Beamtin Herrn Meier einen kurzen Hinweis: „Und denken Sie daran, Ihren Ausweis regelmäßig verlängern zu lassen!“ Meier: „Schade eigentlich, ich finde er hat ein gutes Format.“

Der Lehrer fragt seine Schüler: „Kann mir mal bitte einen Vogel nennen, der kein Nest baut?“ Sabine: „Aber das ist doch klar, der Kuckuck, der lebt doch in der Uhr!“

Klaus zu Bernd: „Also, wenn ich Wein trinke, dann kann ich nicht schlafen!“ Bernd: „Komisch, bei mir ist es genau umgekehrt. Wenn ich schlafe dann kann ich keinen Wein trinken!“

Sybille zu ihrer Freundin Nina: „Ich wusste gar nicht das Krokodile Seide fressen.“ Nina: „Das tun sie doch auch nicht. Krokodile sind Fleischfresser!“ Sybille: „Verrückt, ich habe gestern im Laden eine Handtasche gesehen, da stand drauf 'Krokodil mit Seide gefüttert'!“



St. Gotthard Nachrichten

Ausgabe 56 / 4. Quartal 2024



Aus dem Poesiealbum

*"Lass der Sonne Glanz verschwinden,
wenn es in der Seele tagt,
wir im eignen Herzen finden
was die ganze Welt versagt."*

Johann Wolfgang von Goethe



So ein Mist, jetzt taut es schon wieder!

Impressum:

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

Verantwortlich: Diana Bauer
Einrichtung: CWPZ St.Gottard gGmbH
Straße: Lindachweg 1
Postleitzahl / Ort: 94491 Hengersberg
Telefon: 09901/201-0
E-Mail: diana.bauer@caritas-hengersberg.de