

St. Gotthard-Nachrichten

Ausgabe Nr. 46



1. Quartal 2022



Liebe Leserinnen und lieber Leser,

mit etwas milderem Wetter ist nun endlich der April herbeigekommen – und damit auch eines der bedeutendsten Feste des christlichen Glaubens: das Osterfest. Es beginnt in diesem Jahr am 10. April, dem Palmsonntag, der die Karwoche einleitet. Am Gründonnerstag, dem 14. April, gedenken wir des letzten Abendmahls, das Jesus mit seinen Jüngern hielt. Am Karfreitag trauern wir in Erinnerung an seine Verurteilung und Kreuzigung. Aber nach drei Tagen erhob er sich wieder von den Toten aus dem Grab, und so gedenken wir am Ostersonntag (17. April) seiner Auferstehung von den Toten. Sie erinnert uns daran, dass Gott stärker ist als alle Naturgesetze – und dass das Leben nicht mit dem fleischlichen Tode endet.

Es ist sicher kein Zufall, dass das Osterfest in den Frühling fällt. Die aufbrechende Natur scheint mit uns zu feiern und sich zu den Festlichkeiten zu schmücken.

Heimlich freuen wir uns aber noch aus einem anderen Grund auf Ostern, denn das Fest markiert das Ende der Fastenzeit. Seit Aschermittwoch, dem 2. März, haben strenggläubige Christen auf etwas in ihrem Leben verzichtet – zum Beispiel auf Süßigkeiten oder Zigaretten oder (ganz traditionell) auf Fleischspeisen an Freitagen. Damit haben sie an das vierzigtägige Fasten Jesus in der Wüste erinnert, ehe er vom Teufel versucht wurde.

Ab Ostern bedarf es dessen nun nicht mehr. Voller Freude dürfen sich die Gläubigen über den Osterbraten und die vielen anderen Köstlichkeiten hermachen. Nach sechs Wochen der Entbehrung tut das so richtig gut!

Wir wünschen Ihnen eine segensreiche Osterzeit und einen schönen Frühlingsbeginn!

Ihre Anja Gibis

Wir begrüßen herzlich unsere neuen Bewohnerinnen und Bewohner!

<i>Anneliese Helmelt</i>	<i>Wohnbereich 4</i>
<i>Nelli Jan</i>	<i>Wohnbereich 4</i>
<i>Karl-Heinz Kramer</i>	<i>Wohnbereich 4</i>
<i>Irma Obermeier</i>	<i>Wohnbereich 4</i>
<i>Suella Reuss</i>	<i>Wohnbereich 3</i>
<i>Margret Schack</i>	<i>Wohnbereich 4</i>
<i>Helga Schoob</i>	<i>Wohnbereich 3</i>
<i>Erwin Weber</i>	<i>Wohnbereich 3</i>
<i>Otmar Weber</i>	<i>Wohnbereich 4</i>



INHALT

Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag	4
Wir trauern um	5
Grußworte des CWPZ St. Gotthard	6
Aus dem vergangenen Quartal	7
Von der Bewohnervertretung	11
Sissi: Nala und der Body	16
Kalenderblatt April 2022	18
Gesund im April: Der Kümmel	20
Redewendungen: Eine Geste der Versöhnung	21
Walpurgisnacht: Tanz um das höllische Feuer	22
Persönlichkeiten: Doris Day	24
Wissenswert: Unruhige Nervenzellen	25
Rezept: Curry-Eiersalat	27
Gedichte	28
Lachen ist gesund	29
Rätsel	30
Auflösung aus dem Monat März	32



Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag

<i>Anna Matheußner</i>	<i>85 Jahre</i>
<i>Manfred Penn</i>	<i>56 Jahre</i>
<i>Johann Arius</i>	<i>71 Jahre</i>
<i>Gudrun Großmann</i>	<i>77 Jahre</i>
<i>Alois Willnecker</i>	<i>74 Jahre</i>
<i>Franziska Baumgartner</i>	<i>90 Jahre</i>
<i>Reinlinde Fischer</i>	<i>82 Jahre</i>
<i>Gertraud Rothkopf</i>	<i>82 Jahre</i>
<i>Alois Linsmeier</i>	<i>89 Jahre</i>
<i>Karl-Heinz Kramer</i>	<i>65 Jahre</i>
<i>Maria Obermeier</i>	<i>93 Jahre</i>
<i>Helene Stephany</i>	<i>82 Jahre</i>
<i>Elisabeth Bettstetter</i>	<i>89 Jahre</i>
<i>Emma Schober</i>	<i>93 Jahre</i>
<i>Helga Schoob</i>	<i>79 Jahre</i>
<i>Rudolf Straub</i>	<i>79 Jahre</i>
<i>Sergej Pusch</i>	<i>56 Jahre</i>
<i>Josef Kammerer</i>	<i>62 Jahre</i>
<i>Franziska Funk</i>	<i>87 Jahre</i>
<i>Johann Leutzinger</i>	<i>95 Jahre</i>
<i>Anna Schmid</i>	<i>87 Jahre</i>
<i>Katharina Eisserl</i>	<i>88 Jahre</i>
<i>Johann Breu</i>	<i>65 Jahre</i>



Wir trauern um

Helmut Friedl

Lorenz Gasmann





Endlich ist es soweit,
willkommen in der Osterzeit.
Der Hase nun die Eier bringt
und fröhlich durch die Gärten springt.

Wir wünschen Ihnen
ein frohes und gesegnetes Osterfest.

Wilhelm Lallinger

Vorsitzender OCV

Hermann Mayer

Geschäftsführung OCV

Anja Gibis

Geschäftsführung &
Einrichtungsleitung CWPZ

Ulrike Geike

Pflegedienstleitung



Aus dem vergangenen Quartal:

Tolle Weihnachtsaktion von den Drittklässlern der Grundschule Hengersberg

Die wunderschönen Weihnachtskarten, die jeder Schüler selbst gestaltet hat, wurden von den Klassensprechern der Klassen 3a, b, und c in Begleitung der Rektorin Frau Hiergeist und Frau Lausch-Bernreiter (Frauenunion) in unserer Einrichtung bei einem Besuche übergeben.

Die Briefe haben stellvertretend für alle Bewohner Fr. Fischer und Hr. Schuller entgegengenommen, diese haben sich sehr über den Besuch gefreut.

Ein großer Dank geht an die Frauenunion Hengersberg für die Unterstützung der Aktion.





Besuch der Hl. 3 Könige mit Andacht

Am 5. Januar fand im Caritas Wohn- und Pflegezentrum St. Gotthard eine Andacht statt. Natürlich kamen auch die Hl. 3 Könige, die mit dem Duft des Weihrauches für Verdeutlichung von Geist- Leib- Seele sorgten.

Ein herzlicher Dank geht an die evangelische Pfarrerin Frau Sieber, an Pater Thomas Wagner sowie der Kirchengemeinde Hengersberg für die gesangliche Unterstützung.



Spendenübergabe an die Abiturklasse des St.-Gotthard-Gymnasiums

Vor einem Jahr wurde die Aktion „Briefe gegen Einsamkeit“ vom Gymnasium Niederalteich ins Leben gerufen. Das Ziel war eine Brücke zwischen Jung und Alt zu bauen. Dies ist sehr gut gelungen. Seit dieser Zeit findet ein reger Briefwechsel statt, sowie gelegentliche Besuche.

Da die Abiturklasse finanziell gut ausgestattet sein soll, unterstützte das Caritas Wohn- und Pflegezentrum die jungen Leute gerne mit 300 Euro und freuen sich auf eine weitere gute Kooperation. Bei diesem Besuch wurde uns noch ein „Willkommensständchen“ mit Trompete gespielt.





Faschingsfeier im Caritas Wohn- und Pflegezentrum St. Gotthard

In diesem Jahr konnte in kleinerer Kreis für unsere Bewohner wieder eine Faschingsfeier in der Cafeteria des Caritas Wohn- und Pflegezentrum St. Gotthard veranstaltet werden. Mit Live-Musik, Kaffee und Faschingskrapfen genossen die Bewohner einen unbeschwerteren Nachmittag.

Ein großer Dank gilt den Damen der Betreuung, die den Nachmittag mit gelungenen Einlagen kurzweilig gestalteten.





Von der Bewohnervertretung:

Die Fastenzeit

40 Tage vor Ostersonntag ist die Vorbereitungszeit auf die großen Feste der Kirche. Sie bedeutet die Einschränkung aller Genüsse, des Essens und dabei hauptsächlich des Fleisches. Die Ziele sind Entsagung, Verzicht und Reinigung. Vorbild war das Fasten der ersten Christen. Gregor der Große übernahm ein 40-tägiges österliches Fasten im siebten Jahrhundert.

Ostern

Ist vermutlich nach der germanischen Frühlingsgöttin Ostara, Göttin des aufstrebenden Lichtes und der wiederauflebenden Natur, benannt. Die Germanen begingen ihr zu Ehren ein großes Frühlingsfest mit Gesang und Tanz.

Sie opferten dabei die ersten Märzhasen und Eier, beides Fruchtbarkeitssymbole und unsere heutigen Ostersymbole. Ein weiteres Ostersymbol ist das Lamm, das in der Theologie als Symbol für die Erlösungstat Christi, den Kreuzestod steht. „Du Lamm Gottes, unschuldig am Stamm des Kreuzes geschlachtet.“

Die eigentlichen Ostertage beginnen mit dem Gründonnerstag, dessen Wortschöpfung vom greinen oder grünen = weinen kommt und der als dies viridium = Tag des Grünlings gilt.

An diesem Tag wurden früher Büsser eher aus der Haft entlassen und wieder in die Kirchengemeinde aufgenommen. Sie waren im übertragenen Sinne neues grünes Holz am Stamm der Gemeinde. Der Donnerstag lässt seinen Ursprung bei Donar, dem heidnischen Donnergott finden, der an diesem Tag seinen besonderen Festtag hatte.



In der Kirche ist der Gründonnerstag der Tag des letzten Abendmahles, bei dem Jesus den Jüngern die Füße wusch. Diese feierlichen Waschung wird seit dem 4. Jahrhundert begannen. In Rom nehmen heute bei der traditionellen Waschung zwölf Gemeindeabgeordnete als Apostel teil. Bis zur Aufhebung der Monarchien in Österreich und Bayern, war die Fußwaschung auch bei Hofe üblich. Heute wird sie noch in Klöstern praktiziert.

In vielen Kirchen ist es üblich, Altäre und Heiligenbilder als Zeichen der Trauer mit dunklen Tüchern zu verhängen. Nach alter Volksüberlieferung fliegen die Glocken am Gründonnerstag nach Rom, um vom Papst gesegnet zu werden, sie kehren erst in der Osternacht zurück. Und wenn wir genau darauf achten, werden wir in dieser Zeit kein Glockengeläute hören.

Der Karfreitag ist der höchste evangelische Feiertag. Er steht im Zeichen von Trauer und Besinnung, wie Christus an diesem Tag gekreuzigt wurde. Das Wort kommt aus den Althochdeutschen chara=Klage, Trauer. In vielen Gemeinden wird am Karfreitag und Samstag wie früher wenig gegessen und getrunken oder sogar gefastet. Die Karfreitagsbrezeln mit ihren kreuzförmigen Symbolen könnten heidnischen Ursprung haben. Sie erinnern an Opferbrote mit magischen Zeichen.

Der Ostersonntag beginnt mit der Auferstehungsfeier vor Sonnenaufgang. Dabei werden Osterkerzen, Tauf- und Weihwasser und der österliche Speisekorb gesegnet. Der Speisekorb enthält: Osterlamm mit rotem Halsband, Glöckchen und Fahne, Fladen, Brot, Schinken, Salz, Butter und in einigen Gegenden Wein.

Diese gesegneten Speisen werden beim anschließenden Frühstück verzehrt. Nach der Auferstehungsfeier wird ein Osterfeuer entzündet, welches in vielen Gemeinden schon am Abend des Ostersonntages abgebrannt wird.



Ostern gilt bei uns als Familienfest, bei dem sich die Familienmitglieder treffen, um den Tag miteinander zu verbringen.

Eines unserer Ostersymbole, das Ei, gilt seit Urzeiten als Symbol für entstehendes Leben, Fruchtbarkeit, Geburt und Erneuerung.

In einer alten Legende stehen die beiden Eihälften symbolisch für Himmel und Erde. Bereits die Germanen weihten ihrem Donnergott Donar rote Eier. In verschiedenen Epochen waren Eier Grabbeigabe, die Römer verwendeten Eier als Heil- und Desinfektionsmittel. In vielen Gebäuden sind Eier eingemauert worden, um das Haus vor Unwettern und Katastrophen zu schützen. Bauern vergraben Eier in ihre Felder, um reiche Ernte zu erzielen. Ganz besondere Heil- und Schutzwirkung wurden den Eiern zugesprochen, die Gründonnerstag und Karfreitag gelegt worden sind.

Sie wurden sorgfältig gesammelt, gesegnet und aufgehoben. Wenn man diese Eier gegessen hatte, war man das ganze Jahr über vor Krankheit geschützt.

Im Christentum ist das Ei schnell zum Ostersymbol geworden. So wie ein Küken beim Schlüpfen die Eierschale sprengt, so sprengte Christus seine Grabmauern, als er Ostersonntag auferstand. In manchen Ländern findet man reichverzierte Kirchen Eier, deren Schale das Alte Testament, das Eiweiß das Neue Testament und der Kern die Erlösung der Welt durch das Leiden und die Auferstehung Jesu darstellen. Die Farbe des Ostersonntags und auch der Eier ist ein helles intensives Rot, welches für Blut, Leben und Sonne steht.

Die Sitte des Eierschenkens könnte aus Ägypten durch die Kreuzfahrer zu uns gekommen sein. Im Fernen Osten ist es üblich, sich Eier zu schenken, jedoch nicht zu Ostern sondern nach der Geburt eines Sohnes.



Die kostbaren Ostereier wurden sicher in Russland während der Zarenzeit verschenkt. Aus Gold und Edelsteinen, vom Juwelier des Zaren, Farbergé, gefertigt, waren sie Geschenke des Zaren Nikolaus II an seine Frau, Alexandra Feodorovna (um 1897).

Legende-Aus dem heiligen buch der Finnen zur Entstehung der Welt. Die Meeressäugin schlief auf dem Grund des Ozeans ohne Ufer. Als sie sich im Schlafe rührte, tauchte ihr Knie aus den bewegten Fluten wie eine leuchtende Insel auf. Und der Gott der Lüfte stürzte aus dem leeren Himmel hervor und legte ein Ei aus purem Gold auf das Knie der Göttin. Diese erzitterte wie eine Schlafende, die das Summen einer Mücke schreckt. Das Ei fiel und zerbrach. Alle Bruchstücke aber verwandelten sich in gute und nützliche Dinge: Der Deckel der Schale wurde zum Firmament, der Eidotter die strahlende Sonne, das Eiweiß der glänzende Mond, jedes helle Stückchen Schale ein Stern und jedes dunkle eine Wolke. Und die Zeit begann zu laufen...

Zum Osterfest herzliche Grüße

Ihre Bewohnervertretung



Etwas lustiges passierte:

Schwester Bernadette hat mit Liebe dekoriert beim Durchgang zum betreuten Wohnen.

Weihnachten, Sylvester, alles wieder vorbei.

Die hl. Könige sind doch Drei.

War das Kripplerl am Klavier so schön,
aber man konnte keine 3 Könige sehn.

Schwester Bernadette hat nicht mehr daran gedacht
und so wurden dem Kinderl keine Geschenke gebracht.

Doch hatte sie gleich eine Antwort parat:

Jetzt noch hinstellen? Das ist schon zu spät.

DIE EINREISE war ihnen halt dieses Jahr verwehrt,

Corona herrscht vor und wird so viel Unvorhersehbares beschert.

Deshalb konnte man die hl. 3 Könige nicht sehn,

Bitte ihr müsst das schon verstehen!

(ein fast glaubwürdige Entschuldigung R.E.)





Sissi: Nala und der Body

von Margitta Blinde

Die ersten Tage nach der Sterilisation waren für Nala nicht leicht. Ihr kleiner Körper musste den Schrecken der Operation und der Betäubung noch verarbeiten. Auch ihre unbekümmerte Psyche hatte einen Knacks bekommen. Sie war schreckhaft, zuckte bei jedem Geräusch zusammen und versuchte sich zu verstecken. Das ging aber nicht mehr so leicht wie vorher. Der Body, den man ihr in der Praxis noch unter der Narkose angezogen hatte, zwickte und hinderte sie in der Bewegung. Ihr Körpergefühl war gestört und sie hatte ihre vier Pfoten nicht mehr richtig in der Gewalt. Zumindest kam es ihr so vor. Sie stakste vorsichtig über den Boden als ginge sie über Eis. Es sah komisch aus, aber meine Tochter verbot sich ein Lachen, weil das Tierchen so verunsichert war.

Meist verzog sie sich nach einem kurzen Ausflug zum Fressnapf wieder auf die weiche Decke in der Zimmerecke und sank erschöpft in ein Schläfchen. Der Body soll verhindern, dass sie ihre frischen Narben untersucht und daran leckt. Auch besteht die realistische Gefahr, dass sie die noch heraushängenden Fäden erwischt und sie versehentlich zieht. Das musste unter allen Umständen vermieden werden, weil es einen sofortigen Besuch beim Tierarzt notwendig machen würde. Die Gefahr der Verunreinigung der Wunden und einer nachfolgenden Sepsis war einfach zu groß. Es half nichts, Nala musste sich an das ungewohnte Kleidungsstück gewöhnen, zumindest für die vorgeschriebenen 7 Tage nach dem Eingriff. Mit fortschreitender Besserung versuchte sie allerdings immer wieder eine Pfote in den engen Kragen am Hals zu bekommen. Der sah enger aus, als er letztlich war, da das Material ein dehnbarer Baumwollstoff war – ähnlich einem T-Shirt. Bis zum Ende der verordneten Tragezeit sollte es aber dabeibleiben. Nala probierte immer wieder den Body irgendwie los zu werden. Vermutlich rieb sich ihr Fell stellenweise am Stoff und das verursachte einen zusätzlichen Juckreiz zu den allmählich verheilenden Wundrändern. Aber das konnte man ihr nicht ersparen, da musste sie durch!



Durch den Schock über die Operation und die gesundheitlichen Folgen wurde Nala sehr anhänglich und liebebedürftig. Auf Schritt und Tritt folgte sie Herrchen und Frauchen, wollte hochgenommen und gestreichelt werden – so gut wie das mit dem Body ging. Am liebsten rollte sie sich auf dem Schoß ihrer Besitzer ein, um sich auszuholen. So dicht bei ih-

ren liebsten Menschen fühlte sie sich endlich wieder geborgen und sicher. Sie fing an ihre Pfötchen zu lecken und mit der Zeit ließ sich auch wieder ihr leises Schnurren hören. Hatte sie in den ersten Tagen nur wenig gefressen, so stellte sich auch langsam wieder ihr Appetit ein. Mit einem lauten Miauen macht sie auf sich und ihren Hunger aufmerksam und einem Spielchen mit der kleinen Plastikmaus ist sie auch nicht mehr abgeneigt. Das Leben normalisiert sich wieder.

Schließlich ist eine Woche rum und beim Tierarzt wird die Wunde sorgfältig gecheckt. Alles ist gut verheilt und auf den Body kann jetzt verzichtet werden! Kaum ist Nala wieder Zuhause, setzt sie sich hin und beginnt sich zu putzen. Die Prozedur ist langsam, sorgfältig und ausführlich, so als ob sie ihren Körper wieder in Besitz nehmen will. Das Lecken dient nicht nur der Sauberkeit, es ist auch eine Art Massage, die den Kreislauf und die Durchblutung anregen. Bald liegt eine zufrieden schnurrende Nala in ihrem gemütlichen Körbchen und gönnt sich nach all den Strapazen eine erholsame Runde Schlaf.



Kalenderblatt April 2022

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Besondere Tage
				1	2	3	10.4.2022 → Palmsonntag
4	5	6	7	8	9	10	14.4.2022 → Gründonnerstag 15.4.2022 → Karfreitag
11	12	13	14	15	16	17	17.4.2022 → Ostersonntag 18.4.2022 → Ostermontag
18	19	20	21	22	23	24	24.4.2022 → Weißer Sonntag 30.4.2022 → Walpurgisnacht
25	26	27	28	29	30		

April - ein launischer Wettergott

"April, April, macht was er will!", so lautet eine alte Bauernweisheit. Sie bezieht sich vor allem auf das Wetter in diesem Monat, das vom heiteren Sonnenschein bis hin zu verheerenden Hagelschauern schwanken kann. Sogar plötzlich auftretende Fröste sind im April keine Seltenheit. Bauern und Hobbygärtner sind deshalb extra vorsichtig, noch keine empfindlichen Pflanzen in den Boden zu setzen.

Früher wurde das wechselnde Wetter im April sogar mit der Meinung von Frauen verglichen, die sich angeblich auch ständig ändert! Heute sind solche Sprüche zum Glück vom Tisch. Die heftigen Wetterextreme lassen sich auf ein ganz natürliches Phänomen zurückführen. Die Vermischung von Kalt- und Warmluft. Wenn die Sonne im Frühling an Kraft gewinnt, kann es zu großen Temperaturgefällen in den verschiedenen Regionen Europas kommen. Im Norden ist es noch kalt, im Süden schon warm ... Dadurch wird Mitteleuropa zu einer Art Spielball zwischen den Extremen. Das legt sich zum Glück bald. Im Mai sieht das Wetter schon wieder beständiger aus!

Ätherischer Tänzer

Jetzt im April kehren die ersten Schmetterlinge in unsere Gärten zurück. Es sind jedoch nicht dieselben wie im vergangenen Jahr, denn die meisten waren vor dem Winter gestorben. Ihre

Nachkömmlinge, die Raupen, hatten sich in eine Winterstarre begeben und schlüpfen nun im Frühling. Damit beginnt ein neuer Lebenszyklus für diese ätherischen Schönheiten!

Berühmte Geburtstagskinder

Vor genau 570 Jahren, am 15. April 1452, wurde in Italien einer der bedeutendsten Gelehrten aller Zeiten geboren: Leonardo da Vinci. Er war ein wahrer Tausendsassa, der sich als Maler, Gelehrter, Physiker, Architekt und Ingenieur betätigte.

Am gleichen Tag, allerdings Jahrhunderte später, kam Wilhelm Busch zur Welt. Geboren am 15. April 1832 in Niedersachsen, entwickelte er sich zu einem der besten humoristischen Zeichner Deutschlands. Unvergessen sind seine Bilder-geschichten um "Max und Moritz".



Das hält den Gärtner auf Trab

Während es nun an allen Ecken und Enden grünt und blüht, gibt es im Garten einiges zu tun! Den Rasen vertikutieren, neue Pflanzen in die Erde setzen, eventuell auftreibendes Unkraut beseitigen. Da das Wetter so unbeständig ist, müssen Hobbygärtner rasch auf Veränderungen reagieren. An sonnigen, warmen Tagen gilt es, die Pflanzen zu bewässern; an kalten Tagen hingegen müssen sie vor Nachfrösten geschützt werden.

Rückblick: heute vor 70 Jahren

Am 25. April 1952 entstand das Bundesland Baden-Württemberg, wie wir es heute kennen. Zuvor war es in die kleineren Gebiete Baden, Württemberg-Baden und Württemberg-Hohenzollern zer-teilt gewesen. Deren Bewohner waren teilweise gar nicht so erfreut gewesen über die Fusion. Viele Badener hätten lieber ihr eigenes Bundesland gebildet. Die Württemberger hingegen hatten mit einer großen Mehrheit für den Zusammenschluss gestimmt.



Sternzeichen



Widder
21. März - 20. April



Stier
21. April - 21. Mai

Gesund im April: Der Kümmel

Der Kümmel, dieser wird auch Wiesen- oder Gemeiner Kümmel genannt, gehört zu den ältesten Gewürzen der Welt. Er kommt ursprünglich aus Vorderasien und den Mittelmeerländern. Aber auch in Indien, Nepal und Pakistan kennt man ihn. Meist wächst er an Wiesen- oder Wegrändern, oder auch am Waldesrand. In den Alpen kommt er auch in höheren Lagen vor. Kümmel liebt einen sonnigen Standort und einen schweren, lehmigen Boden. Die sommergrüne Pflanze kann bis zu 1 Meter hoch werden. Kümmel ist nicht nur ein Gewürz, er gehört auch zu den Heilkräutern. Der charakteristische Kümmelgeruch entwickelt sich erst, wenn die Samen reif sind. Werden die Samen im Mörser zerdrückt, steigt einem der typische Kümmelduft in die Nase. Hierbei werden auch die ätherischen Öle des Kümmels freigesetzt.

In der Küche verwendet man ihn schon seit mehr als 1000 Jahren zum Brotbacken. Auch als schmackhafte Zutat zu Kohlgerichten wird er gern eingesetzt. Er hilft zuversichtlich gegen die Blähungen, die Kohl häufig hervorruft. Magenberuhigend wirkt auch der Kümmelschnaps oder ein Tee. Aus dem Norden Europas kamen einst hochprozentige Schnapssorten mit Kümmel und erfreuen sich noch heute großer Beliebtheit. Der bekannteste ist der klare Aquavit. Kümmellikör ist süßer und besonders in und um Hamburg beliebt.

Auch bei fettigen Speisen wie Schweinshaxen, Bratkartoffeln und Speck tut die Zutat von Kümmel der Verdauung gut. Kümmel wird auch gern zu bestimmten kräftigen Käse- oder Backsorten dazu



gegeben. Die Engländer essen sogar Kümmelkuchen und Pudding. Aber das ist Geschmacks- oder Gewohnheitssache.

Schon im Mittelalter wurde Kümmel als Heilpflanze bei Magen- und Darmerkrankungen eingesetzt. Die ätherischen Öle des Kümmels wirken bei Verdauungsstörungen, Völlegefühl, Magenkrämpfen, Durchfall und Gelenksbeschwerden. Am besten man bereitet ihn als Tee zu, vielleicht mit einem Zusatz von Fenchel und Anis. So ist er ein beliebtes und bewährtes Hausmittel in der Säuglingspflege. Kümmelöl hat eine durchblutungsfördernde Wirkung und hilft, äußerlich angewandt, auch bei verkrampften Muskeln.

Redewendungen: Eine Geste der Versöhnung ...

Wir alle haben in unserem Leben so manche Fehler begangen. Wir haben andere verletzt und Sachen gesagt, die wir sehr bereut haben. Desgleichen haben wir auch von anderen so manches erleiden müssen. Anstatt einen Groll zu hegen, war es doch immer schön, wenn wir uns die Hand reichen konnten, um die Sache wieder aus der Welt zu schaffen.

Diese Redewendung, "jemandem die Hand zu reichen", entstand aus einer der ältesten Gesten der Welt. Früher, als den Menschen noch kein Papier zur Verfügung stand, wurden Absprachen per Händedruck besiegelt. Das konnte der Verkauf einer Ziege sein oder das Einverständnis zur Ehe. Die beteiligten Parteien reichten sich die Hände. Das Gleiche galt auch für zwei verfeindete Stämme, die ihre Kämpfe beendeten und stattdessen einen Kompromiss eingingen. Sie reichten sich die Hände, um den Frieden zu besiegeln.

Heutzutage ist dies nicht mehr nötig, denn Käufe werden normalerweise vertraglich festgehalten, und bei Versöhnungen fällt man sich oft auch einfach mal in den Arm. Aber die uralte Geste des Händereichens ist uns noch immer so selbstverständlich, dass wir sie fest in unserem Wortschatz mit uns tragen.

Walpurgisnacht: Tanz um das höllische Feuer



Im Schutze der Dunkelheit schleichen sie sich aus ihren Häusern. Sie besteigen ihre Besen und schwingen sich in die Lüfte. Ihre vorher noch so normal aussehenden Frauengestalten beginnen sich zu verändern. Sie werden zu hässlichen, entstellten Hexen, die mit einem teuflischen Gackern gen Blocksberg rasen. Dort tanzen sie mit Ihresgleichen durch die Nacht, in einer wilden Orgie, erleuchtet

nur vom Flackern des Höllenfeuers. Es ist Walpurgisnacht: der wichtigste Hexensabbat des ganzen Jahres, an dem der Teufel selbst seine Diener herbeizitiert.

Gräuliche Dinge vollziehen sich bei diesem Fest. Die Zauberinnen lassen es blitzen und donnern, sie schwelgen in Speis und Trank, sie küssen den After des Teufels, sie furzen und schreien, sie kreischen wild ... Die letzte Hexe, die zu den Festlichkeiten eintrifft, wird in Stücke gerissen und den anderen als Mahl vorgesetzt.

Es sind furchterregende Legenden, die vor vielen Jahrhunderten entstanden und sich lange im Volksglauben hielten. Verewigt wurden sie zum Beispiel in Goethes Tragödie "Faust", in Theodor Storms Gedicht "Walpurgisnacht" oder auch (etwas moderner) in der Erzählung "Die kleine Hexe" von Ottfried Preußler.

Der Ort, an dem dieser Hexentanz stattfindet, gibt es tatsächlich, er ist aber ein ganz harmlos aussehender Bergrücken im Harz, der "Brocken" genannt wird. Charakteristisch ist seine urtümliche Vegetation, die eher an Skandinavien erinnert. Da er mit seinen 1141 Metern Höhe über die natürliche Waldgrenze hinausragt, kann das Wetter recht ungestüm werden. Ein starker Wind treibt dem Wanderer Tränen in die Augen; dichter Nebel verschleiert seine Sicht; im Winter kommt es zu heftigen Schneefällen. Aber bei gutem Wetter ist die Aussicht atemberaubend. Man überblickt

den Harz bis hin zum Großen Inselsberg (Thüringen), Petersberg (Halle an der Saale) oder dem Köterberg (Weserland).

Zur Walpurgisnacht vom 30. April auf den 1. Mai, wenn sich dieser unscheinbare Berg in einen Tanzplatz für Hexen und Dämonen verwandelt, hüteten sich die Bewohner der umliegenden Dörfer früher tunlichst, ihre Häuser zu verlassen. Sie brachten drei Kreuze an ihren Türen an, um sich zu schützen: Das sollte die Teufelsdiener davon abhalten, auf ihrem Weg zum oder vom Blocksberg Unheil mit ihnen zu treiben.

Heutzutage sind die Bewohner des Harzes mutiger und gesellen sich zum bunten Treiben dazu. In bunten Verkleidungen ziehen sie durch die Dörfer, und zu fröhlicher Musik tanzen sie um das Hexenfeuer! Das einst gräuliche Treiben hat sich zu einer beliebten Frühjahrstradition entwickelt – denn Hexen nimmt heute niemand mehr ernst ...



Fritz Roerber, Walpurgisnacht, um 1910. © Museum Abtei Liesborn



Persönlichkeiten: Doris Day



Doris Day zählt zu den beliebtesten Schauspielerinnen des 20. Jahrhunderts. Bekannt vor allem durch romantische Komödien für die ganze Familie, war sie ein wahres All-Round-Talent. Neben der Schauspielerei war sie auch als Sängerin berühmt und hätte auch als Tänzerin Karriere gemacht, wenn ihre Gesundheit dies zugelassen hätte.

Geboren wurde sie am 3. April 1922, also vor genau einhundert Jahren, unter dem Namen Doris Mary Anne Kappelhoff in Ohio (USA). Der typisch deutsche Name erklärt sich daher, dass ihre Großeltern sowohl mütterlicher- als auch väterlicherseits ursprünglich aus Deutschland stammten. Den Künstlernamen "Day" legte sie sich erst später zu, im Alter von 17 Jahren.

Schon als Kind fühlte sie sich zur Bühne hingezogen, vor allem zum Tanzen. Ihr Traum, Tänzerin zu werden, wurde jedoch zunichte, als sie im Alter von 15 Jahren in einen Autounfall verwickelt wurde, der ihr Bein schwer verletzte. Während ihrer Konvaleszenz begann sie, zu der Musik im Radio mitzusingen. Das bereitete ihr eine solche Freude und sie zeigte ein solches Talent, dass sie bald Gesangsstunden bekam und sich zu einer professionellen Sängerin entwickelte.

Der Durchbruch gelang ihr 1945, im Alter von nur 23 Jahren, mit dem Song "Sentimental Journey". Es folgten viele weitere Hits, wie z.B. "Love Somebody" (1948), "Secret Love" (1954) und "Que Sera, Sera" (1956). Daneben engagierte sie sich auch als Schauspielerin, u.a. in dem Hit "Schwere Colts in zarter Hand" (1953) und "Bettgeflüster" (1959). Obwohl sie nie eine formelle Ausbildung genossen hatte, wurde sie durch ihre charismatische Ausstrahlung ein Publikumsliebbling.

Ein Herzensanliegen war ihr der Tierschutz. 1978 gründete sie die Doris Day Animal Foundation und zehn Jahre später die Doris Day Animal League, die sich beide für das Wohlergehen von

Tieren einsetzen. Während sie als Schauspielerin arbeitete, achtete sie immer darauf, dass die Tiere am Set gut versorgt wurden – sonst verweigerte sie die Mitarbeit.

Doris Day war vier Mal verheiratet. Der Musiker Al Jordan, den sie bereits im Alter von 19 Jahren heiratete, misshandelte sie so brutal, dass sie sich bereits nach zwei Jahren wieder von ihm trennte. Die beiden hatten einen Sohn, Terry, ihr einziges Kind. Drei Jahre später heiratete sie den Musiker George Weidler, aber auch diese Ehe hielt nur drei Jahre. Es folgte der Filmproduzent Martin Melcher, mit dem sie siebzehn Jahre lang zusammenblieb, bis zu seinem Tod. Ihr letzter Ehemann war der Oberkellner Barry Comden; die beiden trennten sich nach sechs Jahren.

Doris Day verstarb am 13. Mai 2019, im hohen Alter von 97 Jahren, an einer Lungenentzündung.

Wissenswert: Unruhige Nervenzellen

Eine der Krankheiten, die vor allem mit dem Alter in Verbindung gebracht werden, ist der Morbus Parkinson. ("Morbus" ist lateinisch und bedeutet schlicht "Krankheit".) Er kann zwar auch bei jüngeren Menschen vorkommen, tritt meist aber erst im Alter von 50 bis 70 Jahren auf. In Deutschland ist etwa ein Prozent der über 60-jährigen davon betroffen.



Charakteristisch ist ein unablässiges Zittern der Glieder, das von den Betroffenen nicht kontrolliert werden kann. Deshalb war Parkinson früher auch als "Schüttelkrankheit" bekannt. Hinzu kommen andere motorische Einschränkungen, wie z. B. langsame Bewegungen, Muskelstarre und eine gebeugte Haltung. Aber auch die Psyche verändert sich. Die Betroffenen berichten oft von depressiven Stimmungen und Ängsten. Sie haben Schwierigkeiten, sich zu konzentrieren, und leiden ggf. unter Halluzinationen.



Wissenschaftlich beschrieben wurde diese Krankheit zum ersten Mal 1817 durch den englischen Arzt James Parkinson, nach dem sie dann auch benannt wurde (allerdings erst lange nach seinem Tod).

Was genau den Morbus Parkinson auslöst und wodurch man ihm vorbeugen könnte, ist leider noch nicht bekannt. Deshalb konzentrieren sich die behandelnden Ärzte vor allem darauf, die Symptome der Betroffenen durch Medikamente zu lindern.

Einer der berühmtesten Patienten ist der amerikanische Schauspieler Michael J. Fox, der junge Star der Serie "Zurück in die Zukunft". Er erkrankte im Alter von dreißig Jahren an Parkinson. Es gelang ihm lange, dies vor der Öffentlichkeit geheim zu halten. Als er sich schließlich öffentlich dazu bekannte, war dies ein Meilenstein für alle an Parkinson Erkrankten – endlich war das Tabu um diese Krankheit gebrochen und es konnte auf internationaler Ebene offen darüber gesprochen werden.

Heute wird jedes Jahr am **11. April** der Welt-Parkinson-Tag begangen, an denen verschiedene Organisationen auf diese Krankheit aufmerksam machen. Sie wollen durch gezielte Aufklärung dazu beitragen, dass sich die Situation für Betroffene und ihre Angehörige verbessert.

Wer sich näher zu diesem Thema informieren möchte, kann sich z.B. an die Deutsche Parkinson Vereinigung, die Deutsche Gesellschaft für Parkinson und Bewegungsstörungen oder an das Kompetenznetz Parkinson wenden.



Rezept: Curry-Eiersalat**Zutaten (4 Port.):**

4 Eier
½ Brathähnchen
(fertig vom Imbiss)
½ mittelgroße Mango
oder ½ Apfel
3 Frühlingszwiebeln
1 Handvoll TK-Erbesen
einige Salat- oder Chicoree-
blätter zum Dekorieren

Salatsauce:

150 g Joghurt, 10 %ig
wenige EL Milch
4 Stengel Petersilie
1 Knoblauchzehe
2-3 EL Zitronensaft
2 EL mildes Currypulver
½ TL gem. Koriander
½ TL Cayennepfeffer
Pfeffer und wenig Salz
½ TL Zucker



Die Eier 9 Min. kochen und abkühlen lassen, Erbsen 3 Min. garen. Die Haut des Brathähnchens abziehen und das Fleisch in kleine Stücke zupfen oder schneiden. Mango oder Apfel in kleine Scheiben und die Eier in grobe Stücke schneiden.

Petersilie kleinschneiden, mit der geriebenen Knoblauchzehe und den anderen Zutaten der Salatsauce mischen; Eier, Mango/Apfel, Erbsen und Hähnchenfleisch nun darunterheben und mit den Salatblättern anrichten. Schmeckt gut mit Baguette oder Giabatta. **Guten Appetit!**



Gedichte

Ostern

von Theodor Storm

Es war daheim auf unserm Meeresdeich;
ich ließ den Blick am Horizonte gleiten,
zu mir herüber scholl verheißungsreich
mit vollem Klang das Osterglockenläuten.

Wie brennend Silber funkelte das Meer,
die Inseln schwammen auf dem hohen Spiegel,
die Möwen schossen blendend hin und her,
eintauchend in die Flut der weißen Flügel.

Im tiefen Kooge bis zum Deichesrand
war sammetgrün die Wiese aufgegangen;
der Frühling zog prophetisch über Land,
die Lerchen jauchzen, und die Knospen sprangen.

Entfesselt ist die urgewalt'ge Kraft,
die Erde quillt, die jungen Säfte tropfen,
und alles treibt, und alles webt und schafft,
des Lebens vollste Pulse hör ich klopfen.



Lachen ist gesund ...

Oma Berta zu ihrem Enkel: „Warum hast du denn alle Ostereier so schnell weggegessen. Hast du gar nicht an deinen kleinen Bruder gedacht?“ Enkel: „Aber ja doch Oma, deshalb war ich ja so schnell!“

„Meine liebe Tochter, du bist nun alt genug zu erfahren, dass es den Osterhasen und auch den Weihnachtsmann gar nicht wirklich gibt. Das war immer ich!“ „Ach Papa, das weiß ich doch schon längst. Nur der Klapperstorch, das war Onkel Klaus.“

Sabine zur Freundin: „Herr Blumenthal kann selbst im Urlaub nicht abschalten und mal zu Ruhe kommen. Du glaubst es mir nicht, er nimmt auch hier sogar seine Sekretärin mit!“

Osterhase zum Schneemann: „Möhre her oder ich föhn dich!“





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

die Ziffern von 1- 6 vorkommen.

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

Brückenwörter

Die folgenden Wörter sind einzufügen: BILD, BOCK, BOHNEN, BROT, FELD, GAST, GOLF, KREBS, LEIB, SPRUNG, STERN, TURM, WINKEL, WITZ

MARS										SALAT
WEIT										SCHANZE
MINI										PLATZ
WACH										FALKE
WEIT										HAKEN
TRAUM										SCHIRM
FLUSS										TIER
STAMM										HAUS
WEINBRAND										KRAUT
ABEND										TALER
VERB										WACHE
ABEND										ERWERB
WASSER										WURST
ABER										FIGUR

Lösungswort: Schwebefahrzeug auf dem Wasser

Kreuzworträtsel (mit Hilfsbuchstaben)

Abfallbehälter im Büro	▼	Gruppe Gleichgesinnter	ein Körperteil	Abgabe an den Staat	▼	Gefolge	▼	▼	französischer unbest. Artikel
kleine Wohnung	▶	▼	▼	R	▼	○ ₂	▼	▼	T
kleines Grundstück	▶	▼	○ ₇	▼	▼	L	▼	▼	ein Havelsee in Berlin
○ ₄	○ ₃	R	▼	abweichende Strecken	▼	Ehemann	▼	Sinfonie Beethovens	▼
bewandert	E	▼	Insel vor Athen	▶	▼	▼	▼	▼	▼
ein Wildgericht	▶	▼	○ ₆	○ ₁	R	▼	▼	E	▼
▶	▼	▼	Grenzschutzeinheit (Abk.)	W	„heilig“ in span. Städtenamen	▼	französisch: eins	▶	▼
Schneegleitbrett	▼	optimal, hervorragend	▶	▼	▼	T	▼	▼	S
Popmusik aus Jamaika	○ ₉	▼	▼	G	○ ₅	▼	französisch: dich	▶	▼
Reinigungsgerät	▶	▼	▼	▼	N	Binnenwasser	▶	○ ₈	▼
1	2	3	4	5	6	7	8	9	

Hinweis zum Lösungswort: Mitfahrer

Wortquadrat

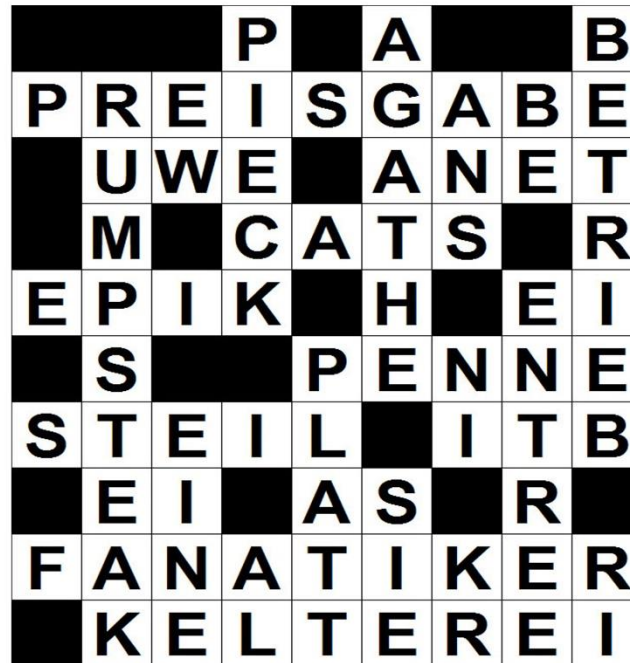
Dieses Quadrat mit den 9 Buchstaben enthält ein Wort. Verbinden Sie die Buchstaben mit dem Stift so, dass sich das gesuchte Wort ergibt.

O	T	S
S	T	E
E	R	N



Auflösung aus dem Monat März

Auflösung Kreuzworträtsel



PERUANER

Auflösung Bilderrätsel





frohe Ostern



Aus dem Poesiealbum
„Gedenke meiner oft und gern,
gedenke meiner nah und fern,
gedenke meiner noch im Grab,
wie sehr ich dich geliebet hab.“



Winter ade!
Scheiden tut weh.
Aber dein Scheiden macht,
Daß mir das Herz lacht!

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