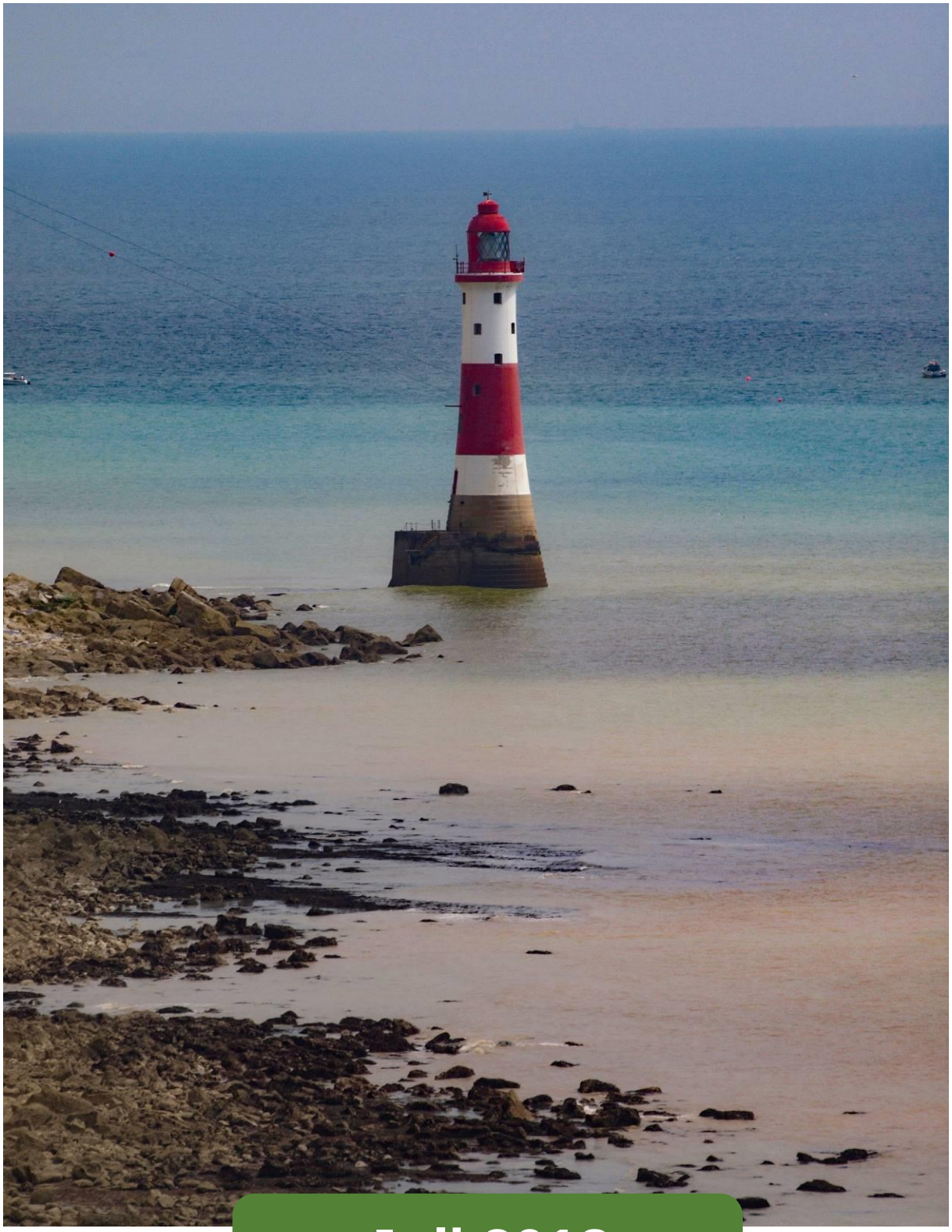
St. Mauritius
Wohn- und Pflegezentrum

caritas



Juli 2018

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Leser unserer Zeitung!

Nur in der Juliglut
Geraten dir Obst und Wein gut!

Diese alte Bauernregel sagt uns, was wir vom Monat Juli zu erwarten haben: große Hitze. Allerdings hat es in den letzten Jahrzehnten immer auch Juli-Monate gegeben, die total verregnet waren. Das muss man leider zugeben. Das Jahr ist schon zur Hälfte herum und die Natur steht in voller Pracht mit leuchtenden Farben überall. Ein tiefblauer Himmel wölbt sich über satten Wiesen und Wälder und die Sonne brennt auf der Haut, wenn sie scheint. Das Obst an den Bäumen kann nicht genug Licht und Wärme bekommen. Unsere heimischen Früchte wie Apfel, Kirsche, Birne und auch die Quitte haben schon beachtlich an Umfang gewonnen und signalisieren, dass sie bald reif zum Ernten sind.

Als Kinder in der Nachkriegszeit haben wir die Kirschen aus Nachbar's Garten – ehrlich gestanden – geklaut. Ein paar von uns standen Schmiere, damit uns der Besitzer nicht erwischte. Die zwei besten Kletterer stiegen vorsichtig am Stamm hoch und auf den nächsten Ast, der vertrauenerweckend aussah. Sofort warfen sie uns die dunkelroten oder gelbroten Kirschen zu, die wir Mädchen in unseren Schürzen auffingen, um sie wenig später in einer geschützten Gartenecke gemeinsam aufzuessen. Wie war das bei Ihnen? Haben Sie sich auch Obst „organisiert" als Kinder?

Bitte richten Sie Ihre Ernährung und Ihre Kleidung auf hohe Temperaturen ein. Den Regenschirm oder Regenmantel kann man ja trotzdem dabeihaben. Sicher ist sicher!

Einen warmen und sonnigen Juli wünscht Ihnen

Ihre Einrichtungsleitung und Ihr Sozialer Dienst

INHALT

Veranstaltungshinweise 3
Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag 5
Wir trauern um 5
Besuch der Freilichtbühne „Heidi“ 6
Marienaltar in der Kapelle 5
Dämmerschoppen im Juni 7
Neue Mitarbeiter stellen sich vor: 8
Sissi und Moritz: Eifersucht 9
Gesund im Juli: Herzenssachen 13
Wissenswert: Getreide 16
Rezept von der Enkelin: Couscous-Salat 18
Gedichte 19
Rätsel 20
Wir raten alte Berufe: 21
Lachen ist gesund …..... 24

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:

- 01. Juli: 15.30 Uhr: Fahrt zur Freilichtbühne Hallenberg zu „My fair Lady“
- 03. Juli: 14.30 Uhr: Waffelbacken mit den Damen der Caritas-Konferenz in den Wohnbereichen
- 03. Juli: 16 Uhr: Sitztanz für alle, die beim Sommerfest mittanzen

- 04. Juli: 10 Uhr: Sitztanz für alle, die beim Sommerfest mittanzen
- 05. Juli: 14.30 Uhr: Sommerfest der 50er Jahre
- 10. Juli: 10 – 12 Uhr: Wahlen Einrichtungsbeirat im Foyer
- 11. Juli: 18.30 Uhr: Dämmerschoppen im Foyer
- 12. Juli: 16 Uhr: Liedernachmittag mit den Damen der Caritas-Konferenz im Foyer
- 19. Juli: 16 Uhr: Liedernachmittag mit Hans Kniesburges
- 25. Juli: 10 Uhr: Evangelischer Gottesdienst in der Kapelle
- 28. Juli: 16 Uhr: Liedernachmittag mit den Damen der Caritas-Konferenz im Foyer
- 03. August: Fahrt zum Pilgerweg Berge
- Jeden Montag um 10 Uhr Heilige Messe in der Kapelle
- Jeden zweiten Dienstag um 10 Uhr Kreativgruppe mit Iwona Fetke
- Jeden zweiten Dienstag um 10 Uhr: Cyber Oldies mit Antje Humberg
- Jeden Mittwoch um 10 Uhr Bewegungsgruppe mit Antje Lefarth
- Jeden Donnerstag um 10 Uhr Gedächtnistraining mit Maresi Deimel
- Jeden zweiten Freitag 10 Uhr Kreativgruppe mit Iwona Fetke
- Jeden zweiten Freitag 10 Uhr: Entspannungsgruppe mit Anita Berkenkopf
- Jeden Freitag um 16 Uhr Meditatives Gebet in der Kapelle

Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag

04. Juli: Herr Karl-Heinz Hankeln

04. Juli: Frau Roswitha Unfricht

11. Juli: Frau Traudel Wesner

12. Juli: Frau Gisela Ulrike von Büdingen

20. Juli: Frau Antonie Peters

27. Juli: Frau Josefa Hoffrichter

28. Juli: Herr Edmund Schulik

Wir trauern um

Frau Walburga Rohleder

Frau Lieselotte Lück

Marienaltar in der Kapelle

Auch in diesem Jahr gestalteten unsere Ordensschwestern wieder einen Marienaltar im Mai in der Kapelle.

Besuch der Freilichtbühne „Heidi“

Am Sonntag, den 3. Juni besuchten wir die Freilichtbühne in Hallenberg. Wir hatten perfektes Wetter, es war nicht zu warm und nicht zu kalt. In diesem Jahr begleiteten uns auch einige Gäste aus der Tagespflege.

Text der Freilichtbühne: Wer kennt sie nicht, die berührende Geschichte von Heidi, dem lebensfrohen Naturkind, die als Waise bei ihrem Großvater, dem Alm-Öhi, in den Schweizer Bergen aufwächst? Glücklich lebt Heidi auf der Alm und hütet mit ihrem besten Freund Peter lieber Ziegen, als in die Schule zu gehen.

Doch eines Tages erscheint ihre Tante Dete, die ein gutes Geschäft wittert: Der reiche Herr Sesemann ist auf der Suche nach einem Mädchen, das seiner Tochter Klara in Frankfurt Gesellschaft leisten soll. Klara ist gehbehindert und an den Rollstuhl gefesselt, seit ihre Mutter bei einem Unfall starb. Da ihr Vater oft geschäftlich verreist, fühlt sie sich zu Hause unter der Obhut der strengen Gouvernante Fräulein Rottenmeier sehr einsam.

Dete überredet Heidi also nach Frankfurt zu kommen, liefert sie im Hause Sesemann ab, kassiert ein paar Geldscheine und lässt das verunsicherte Kind in einer ihr ganz neuen Welt - Heidis Abenteuer in der Großstadt beginnt. Schnell freundet sie sich mit Klara an, leidet aber unter dem abweisenden Fräulein Rottenmeier und bekommt bald extrem großes Heimweh. Zum Glück gibt es den lustigen Straßenjungen Gustav und den liebevollen Diener Sebastian, die Heidi beistehen.

Was sie noch alles in Frankfurt erlebt, ob sie ihre Heimat jemals wieder sehen darf und wie ein Wunder geschieht, das kann man 2018 hautnah auf der Freilichtbühne erleben. (Text der Freilichtbühne)

Wir hatten viel Freude bei dieser anrührenden Geschichte. In der Pause ließen wir uns die Mantaplatte oder auch das Bratwürstchen gut schmecken. Am Schluss waren sich alle einig, dass es ein toller Ausflug war.

Mit „Heidi“ bei „Heidi“ !!! ☺

Dämmerschoppen im Juni

Neue Mitarbeiter stellen sich vor:

Mein Name ist Melanie Schüller. Ich bin seit dem 01.April 2018 hier beschäftigt und arbeite auf dem Wohnbereich Grafschaft. Ich bin 27 Jahre alt, verheiratet und Mutter eines Sohnes. Im Oktober 2011 habe ich meine Ausbildung als Krankenschwester im Krankenhaus Frankenberg absolviert. Danach habe ich knapp 6 Jahre im ambulanten Pflegedienst in Frankenberg gearbeitet und in Frankenberg gewohnt. Vor knapp 1,5 Jahren bin ich mit meinem Mann nach Oberschledorn gezogen, um wieder näher bei der Familie zu leben.

Mein Name ist Ramona Niggemann und ich bin 38 Jahre alt. Ich bin verheiratet und wohne in Medelon. Wir haben drei Töchter und einen Labrador. 2001 habe ich mein Examen zur Krankenschwester gemacht. Anschließend habe ich im Winterberger Krankenhaus gearbeitet. Die letzten 6 Jahre habe ich dann in der Praxis von Dr. Werth gearbeitet. Seit Anfang Mai bin ich nun hier in der Einrichtung. Die Arbeit macht mir große Freude. Meine Hobbys sind unsere Kinder, der Hund und ich lese auch sehr gerne.

Sissi und Moritz: Eifersucht

von Margitta Blinde

„Eifersucht ist ein großes Thema für Katzen“, schreibt eine Tierärztin in der Zeitung, „Die Tiere leiden an Verlustangst. Sie fürchten die Zuwendung und Zuneigung ihrer Besitzer zu verlieren, wenn ein neues Tier ins Haus kommt. Teilen wollen und können sie nicht. Das Terrain, Futter und die Aufmerksamkeit wird plötzlich weniger und das weckt Ängste und Aggressionen.“

Ich war nachdenklich, nach diesen Zeilen. Da hatte ich den kleinen Moritz in bester Absicht angeschafft, um für mich und für Sissi einen tierischen Ersatz für den verstorbenen Archibald zu bekommen und musste nun feststellen, dass Sissi beleidigt und verstört war. Alle vorsichtigen Annäherungsversuche des Katerbabys wurden mit Fauchen und Schlagen beantwortet, allerdings waren die Krallen nicht ausgefahren, ernsthaft verletzt wurde Moritz nicht von ihr. Nach einer solchen kurzen Attacke drehte sich Sissi um und verschwand eilig die Treppe hinunter ins Untergeschoß, um die Flucht durch die Katzenklappe nach draußen anzutreten. Hierher konnte der Kleine ihr nicht folgen. Allerdings wächst Moritz mit jeder Woche, er wird größer, stärker und mutiger. Das soll natürlich auch so sein, aber das passt unserer Sissi überhaupt nicht.

Die Tierärztin meinte weiter, dass Katzen ihre Eifersucht durch Rückzug, Futterverweigerung und Verhaltensstörungen zeigen würden. Und wirklich magert Sissi ab, sie wird scheu und versteckt sich vor uns, besonders vor mir. Offenbar hat sie eindeutig mich als die Täterin identifiziert, die diese tierische Plage ins Haus und in ihr Leben gebracht hat.

Da nützt alles Locken und Rufen nichts. Sie wechselte rüber in die Nachbargärten und machte es sich dort gemütlich. Die Nachbarn fragten nach, was bei uns los sei und wir erzählten von dem kleinen Neuzugang. Natürlich wollten sie ihn dann auch sehen, und so wurde Moritz geholt und auf dem Arm liegend, vorgestellt. Die Begeisterung über den niedlichen Kater

war groß, alle wollten ihn mal streicheln, was er sich schnurrend gefallen ließ. Sissi beobachtete das Ganze misstrauisch von der Gartenmauer herab. Es gefiel ihr überhaupt nicht.

Es soll Katzen geben, die auf unerwünschte Konkurrenz mit Verhaltensstörungen reagieren. Sie werden wieder unsauber und pinkeln auf Kissen oder in Schuhe als ob sie vergessen hätten wie man ein Katzenklo benutzt. Auf keinen Fall darf man das Tier dann bestrafen. Das macht alles nur noch schlimmer. Das Tier leidet und man muss versuchen ihm zu helfen. Gottseidank zeigt Sissi keine solchen Reaktionen. Sie ist zwar spürbar beleidigt und sauer, aber das macht sich hauptsächlich in Rückzug bemerkbar.

Schade, ich hatte es mir so schön vorgestellt: meine alte Sissi mit dem quirligen Kleinen – praktisch wie Mutter und Sohn. Da hatte ich leider die Rechnung ohne den Wirt gemacht, aber vorher fragen hätte ich sie auch nicht können. Bald entdeckte ich Sissi auf dem Dach zum Nachbarn entspannt in der Sonne liegen und atmete erleichtert auf: das Leben ist auch noch für Sissi schön!

Kalenderblatt Juli 2018

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Der Monat Juli

Der siebte Monat im Jahr zählt 31 Tage und ist nach dem römischen Feldherrn und Staatsmann Gaius Julius Caesar benannt.

Im Juli erreicht der Sommer seinen Höhepunkt. Wir laben uns in den warmen Strahlen der Sonne, genießen das Planschen im Schwimmbad und das Schlendern über eine Blumenwiese. Überall um uns herum erstrahlt das Leben in seiner vollen Pracht. Blumen zeigen sich von ihrer schönsten, farbenfrohesten Seite. All die Tierkinder, die im Frühling dieses Jahres geboren wurden, tummeln sich auf ihren Weiden.

Zum Ende dieses Monats beginnen die Hundstage. Damit ist die Zeit des heißen Wetters gemeint, das sich üblicherweise vom 23. Juli bis zum 23. August erstreckt. Der Sommer zeigt uns hier so richtig, was er auf dem Kasten hat!

"Hundstage" heißen diese Wochen übrigens nicht deshalb, weil man bei ihnen wie ein Hund mit seinem dicken Fell unter der Hitze leiden muss. Die Namensgebung hängt mit dem Aufgang des "Großen Hundes" am Himmel zusammen. (Dessen zeitliches Zusammentreffen mit den heißen Tagen ist heute allerdings nicht mehr so korrekt wie bei den alten Römern, die diese Tage benannten.)

Berühmte Geburtstagskinder im Juli

Mick Jagger, Sänger der *Rolling Stones*, wird in diesem Monat 75 Jahre alt. Geboren wurde er am 26. Juli 1943. Seine markante Stimme hat die Band weltberühmt gemacht. Klassiker: "I can't get no Satisfaction".

Nelson Mandela, der erste südafrikanische Präsident mit dunkler Hautfarbe, wurde am 18. Juli 1918 geboren. In diesem Jahr hätte er seinen 100. Geburtstag feiern können. Berühmt wurde er durch seinen friedlichen Widerstand gegen die Apartheid.

Erntezeit

Im Garten steht nun der Sommerschnitt an. Obstbäume werden gestutzt und ausgelichtet. Somit können sie nicht so sehr in die Höhe wachsen und konzentrieren ihre Kraft stärker auf neue Fruchttriebe.

Daneben haben Bauern und Hobbygärtner natürlich auch weiterhin alle Hände voll mit der Ernte zu tun: Köstlichkeiten wie Erdbeeren, Himbeeren, Kirschen und Pfirsiche stehen in voller Reife.

Tierwelt

Wer neben den Obstbäumen auch seine Hecke stutzen möchte, sollte damit aber besser noch etwas warten: Im Juli sind viele Vögel noch am Brüten. Die Kleinen sind vielleicht schon aus ihren Eiern geschlüpft, brauchen aber noch das schützende Dickicht einer Hecke, um von Raubtieren nicht erspäht zu werden. Deshalb: Entspannt zurücklehnen, die Hecke üppig sein lassen, und sich am Gezwitscher der Jungvögel erfreuen!

Rückblick: Heute vor 60 Jahren

Was unsere Töchter und Enkelinnen heute so selbstverständlich genießen, haben wir uns hart erkämpfen müssen: die Gleichstellung von Männern und Frauen. Ein bedeutender Mei-

lenstein war das Gesetz, das am ersten Juli 1958 in Kraft trat. Es besagte unter anderem, dass der Ehemann nicht mehr grundsätzlich das letzte Wort hatte. Anstelle seines Vorranges sollte die partnerschaftliche Ehe gefördert werden.

Sternzeichen / Tierkreiszeichen

Krebs
22. Juni - 22. Juli

Löwe
23. Juli – 23. August

Bauernregeln
Bringt der Juli heiße Glut, wird auch der September gut.

Sind die Hundstage sehr heiß, braucht der Bauer viel Schweiß.

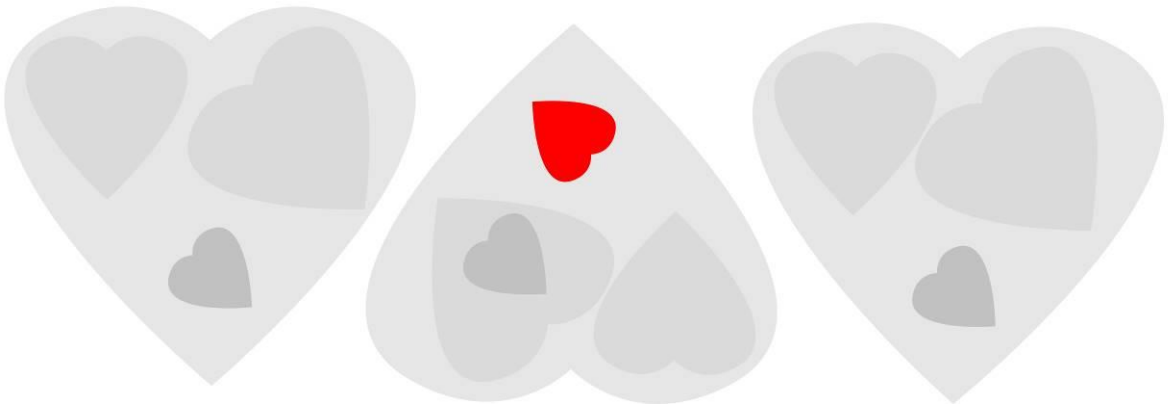
Gesund im Juli: Herzenssachen

„Dein ist mein ganzes Herz ...“ heißt die bekannte Arie aus der Operette „Land des Lächelns“. Damit ist auch gesagt, dass unser Herz der Hauptsitz für Gefühle ist. Jede große Liebe wird mit Herzklopfen begleitet, und wenn der oder die Liebste uns verlassen will, scheint das Herz still zu stehen oder vor Aufregung und Anspannung zu rasen. Im Laufe eines Lebens macht das Herz auf der emotionalen Ebene also einiges mit. Dazu hat es die lebenswichtige Funktion Blut in unserem Körper zirkulieren zu lassen, damit alle Organe versorgt sind. Das Pumpen des Herzens spüren wir als Herz-Doppelschlag, wenn wir unsere Hand darauflegen. Auch der Pulsschlag am Handgelenk ist ein Zeichen der Herztätigkeit.

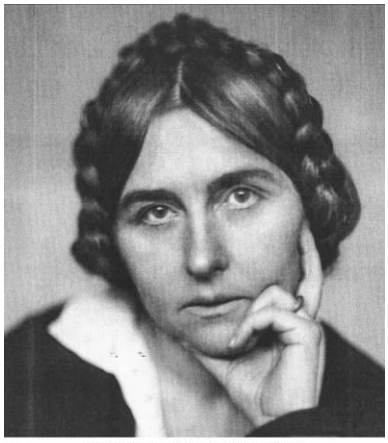
Manchmal kommt das Herz aus seinem Rhythmus und der Grund sind nicht starke Gefühle, sondern es gibt einen körperlichen Grund warum es aus seinem Takt gerät. Die Betroffenen spüren das als Stolpern oder Rasen und es beunruhigt sie und

verursacht Angst. Wenn man bedenkt, dass das Herz im Schnitt 60 mal pro Minute schlägt, dann bekommt man eine Ahnung wie viel Kraft und Energie es braucht, um uns über Tage und Wochen und über unser ganzes Leben zu versorgen. Bei körperlicher Anstrengung schlägt das Herz schneller, im Schlaf sinkt seine Frequenz. Diese Unregelmäßigkeiten nehmen wir meist gar nicht als Störung wahr, und sie ist in der Regel auch unbedenklich.

Kritisch wird es, wenn es zu Schwindel oder Ohnmachtsanfällen oder zu Schmerzen in der Brust kommt. Dann heißt es aufpassen und zur eigenen Sicherheit den Arzt aufsuchen. Dieser kann dann mit einem Langzeit-EKG über 24 Stunden die Herztätigkeit kontrollieren. Ein Protokoll gibt Auskunft welche äußeren Dinge Einfluss auf den Herzschlag genommen haben. Der Arzt wertet die Daten aus und wird gegebenenfalls ein Medikament verordnen. Gründe warum das Herz aus dem Takt kommen kann, gibt es viele: Unruhe, Angst, Stress, zu viel Konsum von Kaffee, Cola oder auch Alkohol. Manche Medikamente verursachen Herzrhythmusstörungen als Nebenwirkung. Vor der Einnahme also den Beipackzettel genau lesen und eventuell den Arzt befragen. Auch dauerhafter Bluthochdruck belastet das Herz. In höherem Alter kann ein Herzklappenfehler oder drohender Infarkt die Ursache für Herzrhythmusstörungen sein. Passen Sie deshalb auf Ihr Herz auf, Sie brauchen es noch viele Jahre!



Persönlichkeiten: Käthe Kruse - die Puppenmutter



Käthe Kruse Mitte der 20iger Jahre
Foto Käthe Kruse GmbH

Geboren wurde Käthe Kruse am 17. September 1883 in Dambrau. Das ist ein kleiner Ort in Polen, nicht weit von der tschechischen Grenze. Ihr Taufname lautete Katharina Johanna Gertrud Simon. Bereits kurz nach ihrem Schulabschluss war sie als Schauspielerin erfolgreich. Hierdurch kam sie auch nach Berlin und lernte dort den Bildhauer Max Kruse kennen, den sie später heiraten sollte. Aber zunächst bekam Käthe zwei Töchter; die älteste (Maria) im Jahr 1902, als sie neunzehn Jahre alt war, und die zweite (Sophie) zwei Jahre später. Ihren Töchtern hat sie es zu verdanken, dass sie mit der Anfertigung von Puppen begann. Der Anfang war einfach: Käthe bat ihren Partner Max, den beiden Töchtern Puppen zu kaufen. Der jedoch weigerte sich, denn die damals erhältlichen Puppen waren wirklich nicht schön. Also machte Käthe sich selbst ans Werk und fertigte ihren Töchtern eigene Puppen an. Wenige Jahre später, 1909, wurde ihre dritte Tochter Johanna geboren. Käthe und Max heirateten. Sie sollten später noch vier weitere Kinder bekommen: die Söhne Michael (geb. 1911), Joachim (1912), Friedebald (1918) und Max (1921).

Alois und Lisbeth aus der Käthe Kruse Kollektion 2017
Foto Käthe Kruse GmbH

Käthe Kruses künstlerischer Durchbruch begann 1910, als sie bei einer Berliner Ausstellung zum ersten Mal ihre Puppen der Öffentlichkeit vorstellte. Das Publikum merkte rasch, dass diese liebevoll gefertigten Puppen etwas ganz Besonderes waren.

Die Nachfrage stieg rasant (selbst aus Amerika!), und die Puppen heimsten bei internationalen Ausstellungen bedeutende Preise ein. 1956 erhielt Käthe Kruse für ihre Verdienste das Bundesverdienstkreuz Erster Klasse.

Die große Künstlerin verstarb am 19. Juli 1968, im Alter von 84 Jahren, in Murnau (Bayern). Das war vor fünfzig Jahren. Aber ihr Erbe ist bis heute erhalten. Haben auch Sie noch eine Käthe-Kruse-Puppe neben sich sitzen? Und erinnern Sie sich noch daran, wie Sie als Kind vor dem Schaufenster standen und diese wunderschönen Figürchen bewundert haben? Erzählen Sie von Ihrer Lieblingspuppe und was Sie mit ihr so alles erlebt haben!

Wissenswert: Getreide

Schon lange nutzt der Mensch Gräser für seine Ernährung. Wildgetreidearten standen schon vor 32 000 Jahren auf seinem Speiseplan. Seit der Mensch sesshaft geworden ist, begann er mit dem gezielten Anbau und der Zucht einzelner Getreidearten. Dies geschah zuerst im Nahen Osten (Fruchtbarer Halbmond) vor rund 10 000 Jahren. 3 000 Jahre später begann der Getreideanbau in Mittel- und Westeuropa. Die aus dem Fruchtbaren Halbmond stammenden Einkorn und Emmer (Zweikorn) waren dabei die wichtigsten Urgetreidearten. Ihre Namen rühren daher, dass Einkorn pro Absatz der Ährenspindel nur ein Korn ausbildet, während es beim Zweikorn (Emmer) zwei sind. Beide sind

leicht zu kultivieren, stellen kaum Ansprüche an den Boden und sind robust gegen Pilzkrankheiten und andere Schädlinge. Nach der Römerzeit verloren Emmer und Einkorn weitgehend ihre Bedeutung, da sie immer mehr durch weiter gezüchtete, ertragreichere Getreidearten verdrängt wurden. Nur auf wenigen Feldern werden Emmer und Einkorn in Deutschland noch angebaut. Bedeutender sind heute Weizen, Mais, Reis, Gerste, Hafer, Dinkel, Roggen und Hirse. Sie alle gehören wie auch die Urgetreidearten zu der Familie der Süßgräser.

Die größten Getreideproduzenten sind derzeit China, gefolgt von den USA und Indien. Unser Nachbarland Frankreich liegt auf dem 8. Platz. Deutschland belegt Platz 11 im weltweiten Vergleich. Neben der Verwendung als Viehfutter ist Getreide vielerorts ein Grundnahrungsmittel. Jeder Bundesbürger verzehrt im Durchschnitt 95,6 kg Getreide (2014). Die häufigste Darreichungsform ist dabei das Brot oder Brötchen. Dazu kommen andere Backwaren wie Kuchen oder Pizza, Nudeln, Reis, Haferflocken und Müsli, Speisestärke aus Mais, Cornflakes oder Popcorn. Und außerdem die in der Statistik nicht enthaltenen Genussmittel wie Bier und Spirituosen. Kaum einer wird sich also eine Ernährung ohne Getreide vorstellen können.

Rezept von der Enkelin: Couscous-Salat

250 g Couscous
125 ml Orangensaft
1 Zwiebel
1 Teel. Honig
1 kleine Zucchini
1 rote Paprika
1 kleine Gurke
2 Tomaten
Pfefferminze
glatte Petersilie
Salz, Pfeffer, Curry
Kurkuma, Olivenöl
Kreuzkümmel

Couscous nach Packungsanleitung zubereiten, dabei aber die Hälfte des Wassers durch Orangensaft ersetzen.
Die Zwiebel fein würfeln und in etwas Öl glasig braten, den Honig dazu geben, aufschäumen lassen und über den Couscous gießen. Die Zucchini waschen, fein würfeln, kurz anbraten und ebenfalls zum Couscous geben. Paprika, Gurke und Tomaten waschen, in kleine Würfelchen schneiden und untermischen. Den Salat nun mit Salz, Pfeffer, Kurkuma, Curry und Kreuzkümmel würzen. Fein geschnittene Pfefferminze und Petersilie sowie etwas Olivenöl unterziehen. **Guten Appetit!**

Gedichte

Glück
von Hans Hofmann

Lass der Sehnsucht Ziel entfließen,
Bleibe Täuschung nur zurück:
Nicht das Halten, das Genießen,
Nur die Sehnsucht war das Glück.

Zeiten gleiten, Stunden fließen,
Schwankend wandelt das Geschick.
Lass mich halten, mich genießen
Den lieben Augenblick.

Lass den Augenblick verfließen,
Leise bleibt die Lust zurück:
Nicht im taumelnden Genießen,
Im Erinnern lebt das Glück.

Ein kleines Lied
von Marie Freifrau von Ebner-Eschenbach

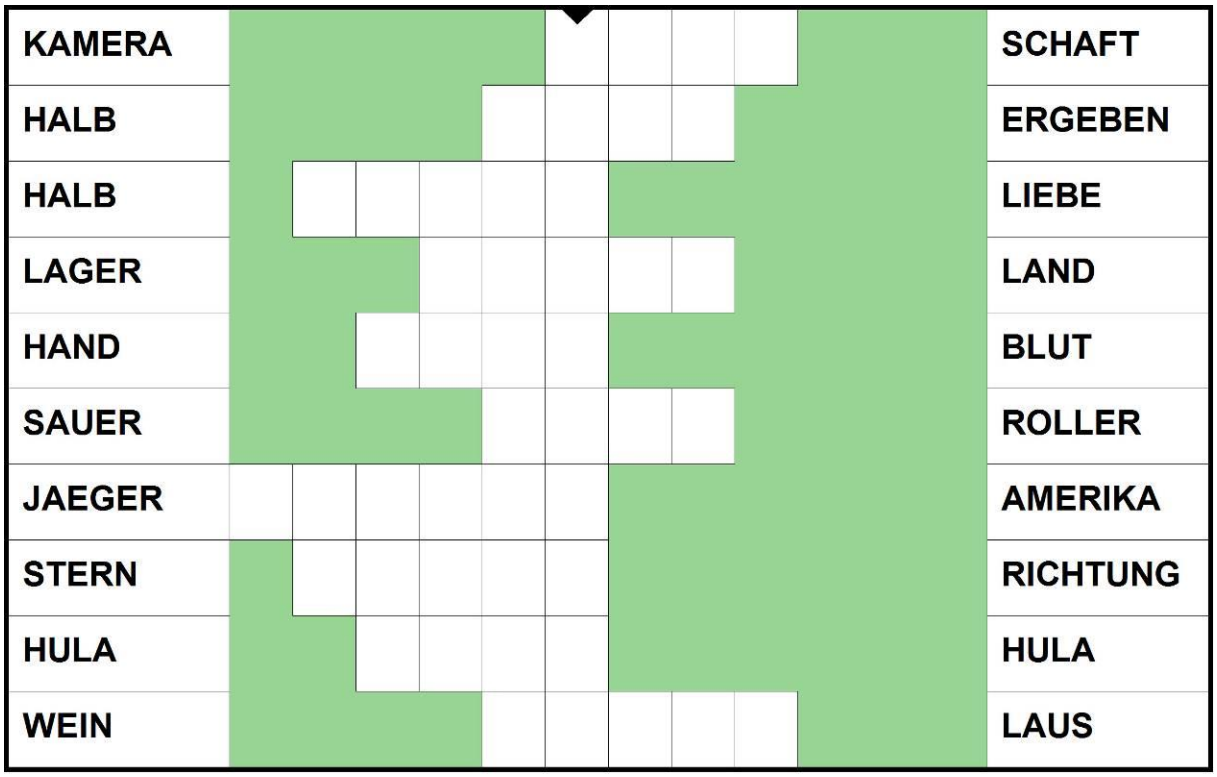
Ein kleines Lied, wie geht's nur an,
Dass man so lieb es haben kann,
Was liegt darin? Erzähle!

—Es liegt darin ein wenig Klang,
Ein wenig Wohllaut und Gesang,
Und eine ganze Seele.

Rätsel

Brückenwörter

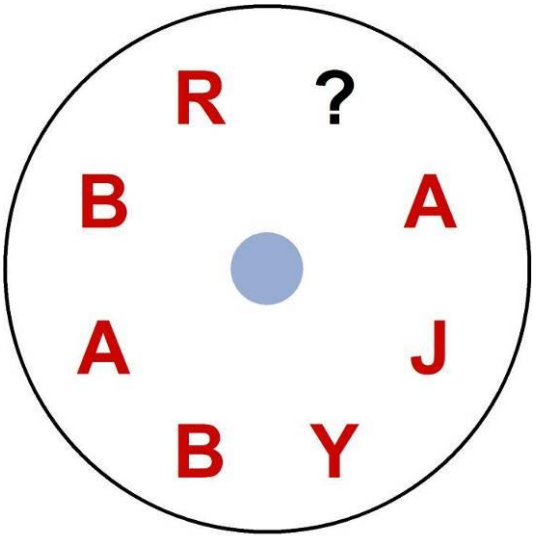
Die folgenden Wörter sind einzufügen: AFFEN, BLATT, FAHRT, FEUER, GOTT, HULA, LATEIN, MANN, TEIG, WARM



Hinweis zum senkrechten Lösungswort: **denkmalartig, riesig**

Wortrad

Das Fragezeichen muss durch einen Buchstaben ersetzt werden, damit ein sinnvoller Begriff (im oder gegen den Uhrzeigersinn) entsteht.



Hinweis zur Lösung:
Mutterschaftsurlaub, Erziehungszeit

Wir raten alte Berufe:

- Ohne ihn und seine handwerkliche Kunst hätten die Ritter im Mittelalter es bei ihren Nahkämpfen schwer gehabt.
- Es hätte ihnen an Schlagkraft gefehlt und ihre Verletzungen wären weitaus schwerer gewesen.
- Auch die Bauern brauchten sein Können, um ihre Felder bestellen zu können.
- Sie waren die Schuhmacher der Pferde.
- Sie waren meist selbständig mit eigener Werkstatt und früher in einer Zunft (Genossenschaft) organisiert.
- Sprichwort: Jeder ist seines Glückes ….

Wer war's?

Lösung: Der Schmied

Im Mittelalter fertigte er Schwerter, Schutzschilder und Kettenhemden für die Ritter, damit sie im Kampf gut gerüstet waren. Die Bauern kauften bei ihm Werkzeuge und Ackergeräte. Den Pferden beschlug er die Hufe zum Schutz mit Eisen. Der Beruf des Schmieds war angesehen. Man schätzte seine Stärke, mit der er bei großer Hitze auf das glühende Eisen einschlug und es zu formen verstand. Unter ihnen gab es auch künstlerisch begabte, die Türschlösser und Beschläge herstellten oder die Silber- und Kupferschmiede, die kostbaren Schmuck oder teure Haushaltsgegenstände anfertigten. Mit Beginn der industriellen Fertigung verschwand der Beruf des selbständigen Schmiedes weitgehend. Heute würde man ihn mit dem des Metallbauers vergleichen.

Kreuzworträtsel (mit Hilfsbuchstaben)

Luft-kühler		T	Lärm um nichts	Enterich	amerika-nischer Polizist (Kw.)	Ballast-stoff	spani-scher Artikel
	2			E			
Haar-ersatz	N		Musik-richtung, Rock'n ...		O		
S			6				Gewalt-herr-scher
Telefon-kabel (ugs.)	I	4	Rufname von Pacino		engl. Fürwort: es	I	5
Parla-ment von Irland		englisch, spa-nisch: Idee	A		Schnee-anhäu-fung		Y
D			3	Toiletten	W	Gallert-masse	R
Brand bekämp-fen			Stern in der ‚Leier'			1	A
L		8			H		N
Ketten-geräusch		A					7

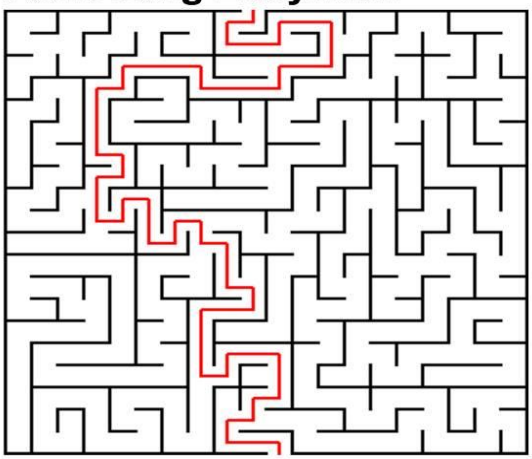
exzellenz Miller GmbH

1	2	3	4	5	6	7	8

Hinweis zum Lösungswort: Grundstoff von Gummibärchen

Auflösung aller Rätsel aus dem Juni 2018

Auflösung Labyrinth



Auflösung Kreuzworträtsel

	D			B		S	
	O	F	F	E	R	T	E
	P	O	T	T		R	I
	P	N		A	S	E	
O	E	D		G		I	P
	L	U	S	T		C	U
O	P	E	C		T	H	E
	A		H		U		R
	S	T	A	E	R	K	E
	S	O	L	A	N	G	E

Lösungswort: ANDRANG

Auflösung Liedsuche

Geh aus mein	H E R Z und suche Freud.
Im Frühtau zu	B E R G E wir zieh'n fallera.
Im schönsten Wiesengrund ist meiner Heimat	H A U S.
Alle	V Ö G E L sind schon da.
Am	B R U N N E N vor dem Tore da steht ein Lindenbaum.

Auflösung Wortrad: WELTRAUM

Auflösung Brückenwörter (Lösungwort: ZWANGSLAGE)

REISE						Z	I	E	L		GERADE
NORD						W	E	S	T		VIRGINIA
ZIGARREN					F	A	B	R	I	K	HALLE
WEIN			B	R	A	N	D				MAUER
NIEDER	S	C	H	L	A	G					BAUM
DICHT			K	U	N	S	T				LIEBHABER
GROSS		E	N	K	E	L					KIND
MIST					G	A	B	E	L		STAPLER
LEITER				W	A	G	E	N			HEBER
MOND			S	C	H	E	I	N			HEILIGER

Lachen ist gesund …

Herr König geht zum Zahnarzt. Doktor: „Sie brauchen dringend eine Krone!“ Herr König: „Wie schön, endlich versteht mich jemand!“

Herr Mayer ruft seiner Frau aus dem Wohnzimmer zu: „Schatz, kannst du bitte die Türe schließen, ich kann einfach nicht zusehen wie du dich plagst!“

Beim Sektempfang sagt die Bedienung zum Besucher: „Oh, Ihr Sektglas ist leer, ich bringe Ihnen sofort noch eins!“ Der Gast: „Junger Mann, wollen Sie mich veräppeln, was soll ich denn mit einem weiteren leeren Sektglas?“

Eine junge Frau in Umständen betritt eine Konditorei und sagt: „Ich bekomme einen Käsekuchen!“ Die Konditormeisterin: „Ach was, Sachen gibt es!“

Aus dem Poesiealbum

Stets vorwärts richte Deinen Blick,
im Streben liegt es Lebens Glück!

Impressum:

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

Rainer Hellwig, Tatjana Hellwig
Wohn- und Pflegezentrum St. Mauritius
Prozessionsweg 7, 59964 Medebach
Telefon: 0 29 82 / 40 60 Fax: 0 29 82 / 40 61 30
E-Mail: post@mauritius-medebach.de