



Miteinander

Ev. Altenhilfezentrum Ahnatal



Alle 4 Bilder mit freundlicher Genehmigung: www.pigjumbo.com

März 2024

Liebe Leserin und lieber Leser,

vor drei Jahren, im März 2020, brach das Corona-Virus über Deutschland herein. Der erste Fall war zwar schon einige Wochen zuvor aufgetreten, als sich der erste Patient mit der neuen Krankheit ansteckte. Aber damals hielten sich die Infektionszahlen noch in Grenzen. Erst im Februar und März nahm die Zahl an Kranken rasant zu und Deutschland wurde quasi von einer Welle der Infektionen überrollt. Sicher erinnern Sie sich noch daran, wie unsere Welt damals Kopf stand. Wir alle hatten Angst vor dem neuen, unbekanntem Virus. Die Regierung verhängte sogar einen „Lockdown“, ähnlich einer Ausgangssperre. Alle Geschäfte, die nicht lebensnotwendige Produkte verkauften, wurden geschlossen; Besuche von Privatpersonen untereinander waren verboten.

Für viele von uns war das eine sehr traumatische Zeit, an die wir nicht gerne zurückdenken. Wir sind heute sehr dankbar, dass sie hinter uns liegt und wir nicht noch einmal diese Einsamkeit und Isolation erleben müssen.

Eines allerdings können wir als Gutes von dieser Erfahrung mitnehmen: Sie hat uns vor Augen geführt, wie kostbar menschliche Beziehungen sind und wie viel sie uns im Alltag bedeuten. Selbst ganz normale Begegnungen, wie z. B. ein Gespräch mit dem Zeitungsverkäufer am Kiosk oder ein Schwätzchen mit dem Nachbarn, bereichern unser Leben. Lassen Sie uns in diesem Monat, zum dritten Jahrestag des ersten Lockdowns, daran denken, wie viel uns diese sozialen Kontakte bedeuten.

Was sind Ihre kleinen Gewohnheiten im Alltag? Mit wem unterhalten Sie sich gerne? Welche Besorgungen und Erledigungen bereiten Ihnen Freude? Erzählen Sie uns davon!

Es grüßt Sie herzlich,

Ihr Team des Ev. Altenhilfezentrums Ahnatal

INHALT

Wir begrüßen herzlich unsere neuen Bewohner:innen!	4
Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag	4
Neue Mitarbeitende	5
Veranstaltungshinweise	7
Veranstaltungsplan der regelmäßigen Gruppenangebote ...	9
Monatsspruch	10
Gottesdienste	11
Wir trauern um	11
Hauskanal	12
Werden Sie zur Förder:in unserer Projekte!	14
Nachtigall, ick hör dir trapsen!	16
Frühlingsbastelei	16
Süße Leckereien – natürlich selbstgemacht!	18
Helau! Alaaf!	19
Hexenhaus gestalten	20
Wellness für Körper & Seele	22
Kino-Nachmittag - Märchenkino begeistert	23
Sissi: Tom der Urlauber von <i>Margitta Blinde</i>	24
Kalenderblatt März 2024	26
Gesund im Februar: Inkontinenz – eine Alterserscheinung	28
Erinnern Sie sich noch: Das Kabarett im Wald	30
Die Karwoche	31
Frauentag – Ein Hoch auf die Weiblichkeit	32
Die Sommerzeit – gut oder nicht?	33
Wissenswert: samstags gehört Papa mir	34
Gedichte	35
Rätsel	36
Lachen ist gesund	39

Wir begrüßen herzlich unsere neuen Bewohner:innen!

Herr Gerd Assmann

Frau Inge Rosenthal



Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag

05. März Frau Ingrid Oetken

19. März Frau Charlotte Lauterbach

23. März Frau Renate Braun

25. März Herr Wolfgang Krause



Wir wünschen Ihnen Gottes Segen,
Gesundheit und viele schöne Begegnungen
für Ihr neues Lebensjahr!

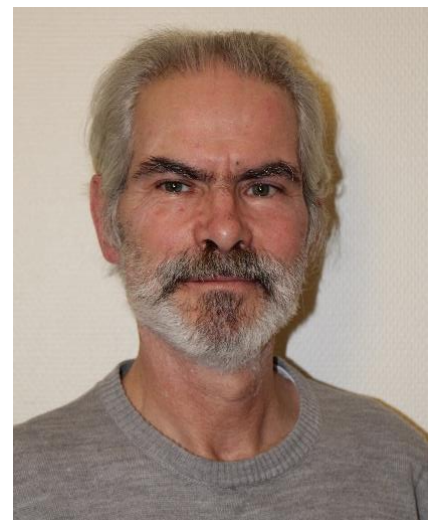
Neue Mitarbeitende

Hallo, ich bin **David Schayan Kheyri Sisi**. Mein Rufname ist David Sisi. Ich bin 23 Jahre jung und arbeite als Pflegehelfer seit Februar hier bei Ihnen. Ich möchte gerne im Herbst die Fachkraftausbildung beginnen und sammle solange Erfahrungen im Bereich der Pflege. In meiner Freizeit sind meine Hobbys: musizieren und Klavierspielen.



Hallo ich bin **Jessica Steinhorst**. Ich arbeite hier im Haus seit Anfang Februar als Pflegefachkraft in der Nachtschicht. In der Pflege tätig bin ich bereits seit 14 Jahren. Ich bin 30 Jahre jung und Mutter von zwei Kindern. Ich beschreibe mich selber als freundlich und offen.

Hallo, ich bin **Lutz Bernhard Engler** und arbeite hier im Haus als Pflegehelfer. Zuvor war ich 8 Jahre in der Betreuung tätig. Geboren bin ich in Berlin und großgeworden im Waldecker Raum auf einem Bauernhof, in der Landwirtschaft. In meiner Freizeit lese ich gerne.





Ich bin **Sascha Krause**. Ich habe zwei Kinder und wohne in Diemelstadt-Rohden und ziehe zurzeit wieder hier in die Nähe von Ahnatal. Ich arbeite seit Anfang Februar hier im Haus als Wohnbereichsleitung. Das bedeutet Sie können mit Ihren Anliegen gerne zu mir kommen und ich kümmere mich um viele organisatorische Themen im Haus.

Hallo, ich bin **Tanja Reckert**. Seit Mitte Februar arbeite ich hier im Haus als Betreuungskraft des Sozialdienstes. Zuvor habe ich bereits einige Jahre in einem anderen Haus als Betreuungskraft gearbeitet. Ich habe eine Tochter, wohne in Calden und führe einen Tierfriedhof.



Veranstaltungshinweise

Es gibt zahlreiche Wochenangebote für die Bewohner:innen des Hauses. 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:



<i>Fr, 01.03.</i>	<i>Kuchen backen mit Christine Haferbeck</i>
<i>Mi, 06.03.</i>	<i>Singkreis 16:00 Uhr mit Frau Pawlowski</i>
<i>Do, 07.03.</i>	<i>Waffeln backen mit Frau Heyden & Antje Stein</i>
<i>Fr, 08.03.</i>	<i>Kuchen backen mit Christine Haferbeck</i>
<i>Di, 12.03.</i>	<i>Seife herstellen mit Pina Schreiber</i>
<i>Mi, 13.03.</i>	<i>Lesekreis 16:00 Uhr im Ahneblick mit Frau Hassenpflug</i>
<i>Do, 14.03.</i>	<i>Erzählcafé 10:00 Uhr im Ahneblick mit Frau von Canstein Kinonachmittag 15:30 Uhr</i>
<i>Fr, 15.03.</i>	<i>Kuchen backen mit Christine Haferbeck</i>
<i>Sa, 16.03.</i>	<i>Bingo im Café Casselstübchen 16:00 Uhr</i>
<i>Di, 19.03.</i>	<i>Rundfahrt mit Christine Haferbeck</i>
<i>Mi, 20.03.</i>	<i>Seniorshop im Café Casselstübchen</i>
<i>Do, 21.03.</i>	<i>Waffeln backen mit Frau Heyden & Feentje Verholen Akkordeonnachmittag mit Frau Schönewolf</i>
<i>Mo, 25.03.</i>	<i>Sitzung des Heimbeirates 14:30 Uhr</i>
<i>Di, 26.03.</i>	<i>Damenrunde bei Kaffee & Kuchen mit Pina Schreiber</i>
<i>Mi, 27.03.</i>	<i>Lesekreis 16:00 Uhr im Ahneblick mit Frau Hinz</i>
<i>Do, 28.03.</i>	<i>Erzählcafé 10:00 Uhr im Ahneblick mit Frau von Canstein</i>
<i>Fr, 29.03.</i>	<i>Kuchen backen mit Christine Haferbeck</i>



Ev. Altenhilfezentrum
Ahnatal
Evangelische Altenhilfe
Gesundbrunnen



Frühjahrsmarkt

16.3. – 31.3.2024

jeweils am Wochenende

11.00 – 17.30 Uhr

Lassen Sie sich an vielen kleinen Verkaufsständen davon überraschen,
was Kreative aus der Region alles Schönes geschaffen haben.

CAFÉ

Casselstübchen



Gerne können Sie einen Platz im Café reservieren: 05609 8036-24

Casselbreite 5a, Ahnatal-Heckershausen
Seitlicher Eingang zwischen den Gebäuden 5 und 5a

Veranstaltungsplan der regelmäßigen Gruppenangebote

Herzlich Willkommen zu unseren Veranstaltungen		
Tag	Vormittag	Nachmittag
Montag	10:30 Uhr Zeitungsrunde im Wohnzimmer	16:00 Uhr Gymnastik im Andachtsraum
Dienstag	ab 09:00 Uhr Friseur im Haus	16:15 Uhr Beitrag im Hauskanal
Mittwoch	10:30 Uhr Bingo im Wohnzimmer	16:00 Uhr Denkfix im offenen Bereich
Donnerstag	Tag der individuellen Einzelangebote	
Freitag	10:30 Uhr Bewegungsrunde im Andachtsraum	16:00 Uhr Gottesdienst oder christlicher Gesprächskreis

Genauere Informationen zu den wechselnden Angeboten finden Sie in den jeweiligen Wochenplänen.

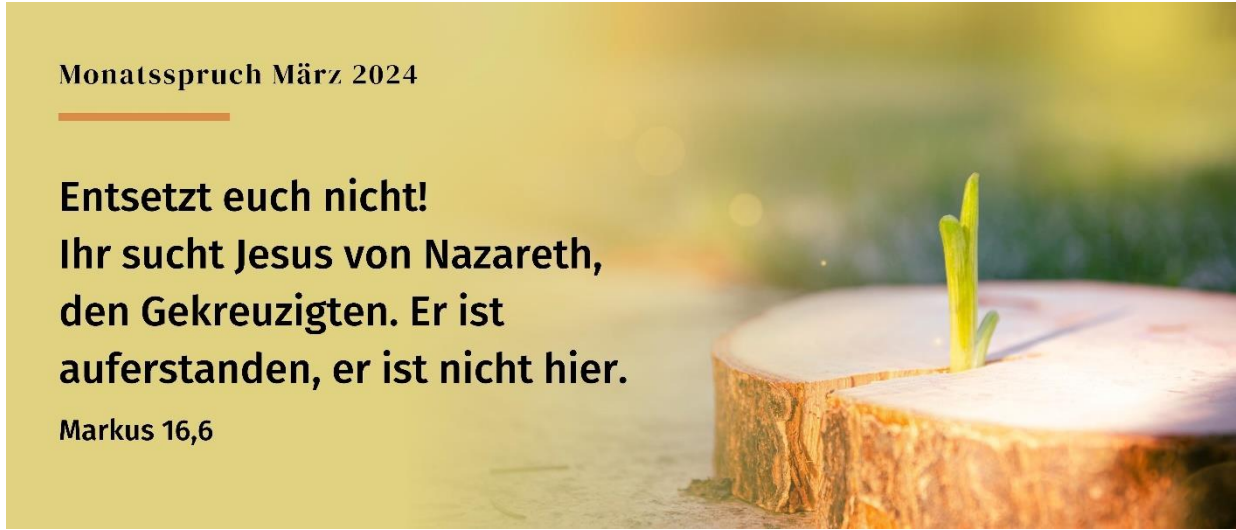
Bitte beachten Sie hierzu den Aushang im Fahrstuhl sowie die tagesaktuellen Aushänge im Wohnbereich.

Monatsspruch

Monatsspruch März 2024

**Entsetzt euch nicht!
Ihr sucht Jesus von Nazareth,
den Gekreuzigten. Er ist
auferstanden, er ist nicht hier.**

Markus 16,6



Text: Lutherbibel, revidiert 2017, © 2016 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart - Grafik: © GemeindebriefDruckerei

Entsetzen ist ein nur zu bekanntes Gefühl. In den Zeitungen und Nachrichten erfahren wir von vielem, das uns entsetzt. Eine Schreckensnachricht folgt der nächsten. Wir sind entsetzt über das Elend in Kriegsgebieten der Welt. Entsetzt gingen Menschen auf die Straße, um zu demonstrieren.

Wie gehen wir mit unserem Entsetzen über diese Welt um? Welches Verhalten wählen wir? Es gibt die Option in das Meckern der Welt einzustimmen. Es gibt die Möglichkeit zu kapitulieren und Dinge zu akzeptieren, die wir vor Kurzem noch abgelehnt hätten. Als Christen haben wir noch eine weitere Möglichkeit: Wir suchen nach ihm: Jesus von Nazareth. Wir als Christen sind dazu berufen, in jeder schwierigen Zeit unseren Herrn zu suchen – auf die Hoffnung zu sehen, statt nur auf die Angst und das Entsetzen. Wir können von ihm in der Bibel lesen und ihm im Gebet begegnen. So wie viele Menschen heutzutage auf die Straße gehen, können wir ins Gebet gehen. Wenn wir die Energie des Entsetzens in Energie des Betens umwandeln, wie groß wird wohl diese Kraft für die Welt sein?!

Text: Feentje Verholen

Gottesdienste

„Freut euch darüber, dass eure Namen im Himmel verzeichnet sind!“
Lukas 10, 20



Freitag, 08. März - Frau Krause
(Weltgebetstag)

Der Gottesdienst findet um 16:00 Uhr im Andachtsraum statt.

Freitag, 29. März - Herr Schapöhler
(Karfreitag)

Der Gottesdienst findet um 14:30 Uhr im Café Casselstübchen statt.

Im Anschluss ist das Café geöffnet.

Wir trauern um

† 02.02.2024 Herr Hans-Jürgen Bobbert

† 03.02.2024 Frau Ilse Wyluda

† 27.02.2024 Frau Ilse Sprenger

† 28.02.2024 Frau Renate Kathmann



Hauskanal

Bei den meisten von Ihnen ist im Fernseher auf Kanal 33 der sogenannte Hauskanal einprogrammiert. Das bedeutet, dass dort für Sie ein Programm eingespielt werden kann. **Neuerdings Donnerstags** ab 16:15 Uhr ist im Hauskanal ein Beitrag für Sie zu sehen. Bei Fragen, Problemen oder Wünschen dazu sprechen Sie gerne den Sozialdienst an. Für März ist folgendes Programm geplant:



Do, 07.03.

Deutschland – Überraschungen in den Gewässern der Heimat

Man muss nicht immer in die Ferne reisen, um die Faszination des Elementes Wasser zu erleben. Anna von Boetticher, Deutschlands erfolgreichste Apnoe-Taucherin, lässt sich in heimischen Gewässern von ihrer Neugier leiten und von ihrem Lebensmotto: Es ist nie nichts da. Von Ostsee bis Oberrhein und von der Schlei bis zum Walchensee erlebt sie einige Überraschungen: Die Seehunde in Warnemünde sind anhänglicher als gedacht, der Oberrhein ist ein Naturparadies, wo die Fische eine beängstigende Größe erreichen können.

Do, 14.03. - Kinonachmittag um 15:30 Uhr im Wohnbereich

Erlebnisreise auf dem Habichtswaldsteig

Vulkankegel, Wiesen, Wälder, Burgen mit beeindruckenden Fernblicken, urige Waldgaststätten - der 85 Kilometer lange Habichtswaldsteig in Nordhessen ist landschaftlich reizvoll und reich an Sehenswürdigkeiten.

Do, 21.03.

Unterwegs auf dem Grimmsteig (Teil1)

Der erste Teil der Reise auf dem Grimmsteig, einem Rundwanderweg durch Nordhessens Märchenwälder. Der "Steig" fordert die Bewältigung so einiger Höhenmeter bis zum Hohen Meißner und bietet dafür einen Wechsel von dichtem Mischwald mit offenen Feldern und Wiesen, von Panoramablicken und verwunschenen Waldseen.

Do, 28.03.

Unterwegs auf dem Grimmsteig (Teil 2)

Der zweite Teil der fünftägigen Reise auf dem Grimmsteig.



Werden Sie zur Förder:in unserer Projekte!

Der Freundes und Förderkreis des Ev. Altenhilfe Gesundbrunnen e.V.

Bereits seit 1975 gibt es den Freundes und Förderkreis des Trägers. Dieser Verein und seine Mitglieder haben es sich zum Ziel gesetzt, besondere Projekte in der Evangelischen Altenhilfe Gesundbrunnen zu fördern und zu unterstützen. So wurde durch die Unterstützung des Freundeskreises der Kauf des Baumes in unserem Garten mitfinanziert. Ebenso wie der jährliche Besuch der Hühner oder auch Auftritte von Künstlern und anderen Musikvereinen, um nur einige aufzuzählen. Es sind alles Dinge, die nicht selbstverständlich durch die Leistungen der Pflegeversicherung ermöglicht werden können.

Für unser Haus haben wir aktuell eine große Wunschliste an Dingen, die wir gerne zusätzlich den Bewohner:innen ermöglichen würden.

Unsere Projekte sind:

- *Verschönerung des Garten durch die Anschaffung von Strandkörben und Hochbeeten*
- *Besuch der Hühner*
- *Anschaffung eines Plaudertisches*
- *Die Anschaffung einer E-Bike Rikscha*
- *Anschaffung von Musikinstrumenten für das Haus-Orchester*



spenden.gesundbrunnen.org

<https://spenden.gesundbrunnen.org/spenden-und-foerdern/foerdermoeglichkeit>

FRÜHLING | SOMMER

Wir kommen zu Ihnen!



Senior Mode

Ihr mobiles Bekleidungsgeschäft

Senior Mode
Daniela Hesse-Schäfers

Telefon 0 52 51 - 297 76 74
d.hesse@senior-mode.shop
www.senior-mode.shop

Mittwoch, den 20. März 2024

Modenschau ab ca. 15:30 Uhr

im Anschluss besteht die Möglichkeit Bekleidung zu kaufen

Nachtigall, ick hör dir trapsen!

In der Nacht von Samstag auf Sonntag, dachte ich, ich höre nicht richtig. Es war noch stockfinstere Nacht und ich hätte noch schlafen können bis ich mich für die Arbeit fertig machen musste. Aber ich war durch den lauten Gesang eines Vogels geweckt worden. An Schlaf war jedenfalls nicht mehr zu denken. Welcher war das wohl? Einsam sang er seine melodien- und variantenreichen Lieder – wunderschön! Sogleich kam in mir die Vorfreude auf den Frühling auf, denn dieser kleine Vogel war aus dem fernen Afrika, wo er überwintert bereits zurückgekehrt. Dann muss der Winter doch bald vorbei sein.



Text: Antje Stein

Frühlingsbastelei

Der Frühling naht, ein Anlass für das Team Sozialdienst mit frühlingshaften Basteleien für unsere jahreszeitliche Dekoration zu beginnen!

Zunächst haben wir mit Blüten in unterschiedlichen Größen und Farben begonnen, diese wollen wir an die Fenster im offenen Bereich sowie bei Ihnen hängen oder an die Zimmertüren. Wir haben bereits mehrere Tischgruppen in beiden Wohnbereichen dazu gemacht, so dass jeder sich beteiligen konnte. Weitere Basteleien werden folgen und wir sind offen für Bastelvorschläge von Ihnen, liebe Bewohner:innen.



Text: Pina Schreiber und Antje Stein

CAFÉ

Casselstübchen

Herzliche Einladung

*zum Konzert der Musikschüler
der Akkordeon- und Klavierschule
Hennemann, KS-Jungfernkopf*

Samstag, 02. März 2024,

15:30 Uhr



Seien Sie herzlich eingeladen, dem Können der Musikschüler, den leisen und etwas lauter Klängen zu lauschen. Der Eintritt ist frei, eine Spende für weitere Projekte des Hauses herzlich willkommen.

Café Casselstübchen im Service Wohnen, Casselbreite 5a, 34292 Ahnatal

Öffnungszeiten: Immer Do., Sa. und So. von 14.30 bis 17.30 Uhr!

Süße Leckereien – natürlich selbstgemacht!

Wir haben Anfang Februar mal wieder selbstgemachte Schokoladen und Schoko-Crossis hergestellt. Dabei haben uns einige Bewohnerinnen tatkräftig unterstützt. Diese Leckereien kann man relativ einfach machen. Man benötigt dafür Kuvertüre oder Blockschokolade, Cornflakes, gehackte Nüsse, Puffreis usw. Die Schokolade wird im Wasserbad geschmolzen, dann werden die anderen Zutaten nach Geschmack untergehoben und danach mit zwei Teelöffeln kleine Häufchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech gelöffelt. Danach muss das Ganze dann ungefähr 24 Stunden trocknen und kann danach in Tütchen verpackt verschenkt werden. Wir haben es zum Nachmittagskaffee dazu gereicht.

Text: Antje Stein



Helau! Alaaf!

Am Rosenmontag war bei uns im Haus ein richtiges buntes Treiben. Für die große Karnevalsfeier hatten wir bereits an Altweiberfastnacht beide Wohnbereiche mit Girlanden, Luftschlangen und allerlei weiteren bunten Dekorationen das Haus festlich geschmückt. Am Nachmittag gingen Mitarbeiterinnen des Sozialdienstes dann durch die Etagen und verkleideten und schminkten die Bewohner:innen. Dann gab es erst einmal Kreppeln zum Kaffee, wie sich das für Karneval gehört. Als wir mit dem Kaffeetrinken fertig waren gingen wir alle gemeinsam runter ins Foyer, denn dort hatte sich mittlerweile ein Disk-Jockey eingefunden, den wir eigens für das musikalische Programm engagiert hatten. Der spielte viele bekannte Schlager wie beispielsweise „Hier fliegen gleich die Löcher aus dem Käse, denn nun geht sie los unsere Polonaise“ oder „An der Nordseeküste“. Viele der Lieder wurden mitgesummt, manche auch lautstark mitgesungen. Dazu schunkelten wir, machten Sitztänze und ein paar besonders Verwegene tanzten sogar im Kreis. Andere Bewohner:innen nutzen die Zeit für Gespräche bei Bowle, Eierlikör und allerlei Knabberei. Es gab viele leuchtende Augen und lachende Gesichter.

Text: Antje Stein



Hexenhaus gestalten

"Knusper, knusper, Knäuschen,
wer knuspert an meinem Häuschen?
Der Wind, der Wind,
Das himmlische Kind."

Erkennen Sie die Geschichte aus der das obige Zitat stammt? Ja genau, Hänsel und Gretel. Sie waren schon tagelang alleine im Wald und hatten nichts zu essen als sie an einem Lebkuchenhaus mitten im Wald vorbeikamen und sich daran gütlich taten, um ihren Hunger zu stillen. Und plötzlich ertönt eine Stimme.

Im Februar nahmen wir die Geschichte zum Anlass in gemütlicher Atmosphäre mit einigen unserer Bewohnerinnen das Märchen zu lesen und Lebkuchenhäuser zu bauen und zu verzieren. Diese schmückten dann die Tische im offenen Bereich beider Wohnbereiche.

Das Foto zeigt eins der Hexenhäuser. Ist es nicht schön geworden?

Text: Antje Stein

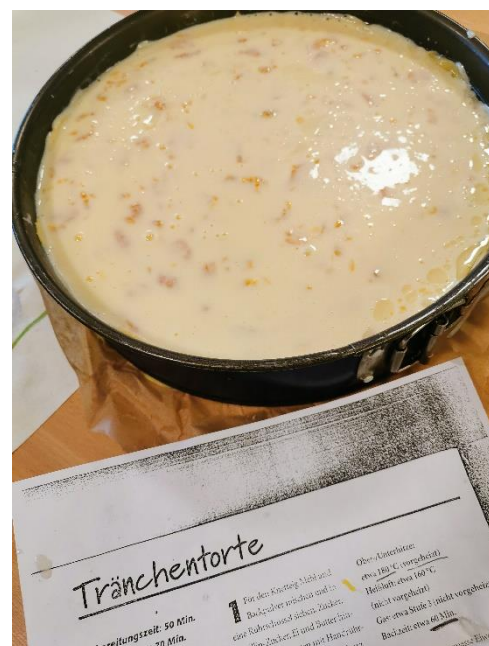


Kuchen backen

Ein besonderes Highlight war in diesem Monat wieder das Backen von Kuchen für die Kaffeepause am Nachmittag. Besonders war dieses Mal, dass das Rezept für den Kuchen aus einem Koch- und Backbuch einer Bewohnerin des Hauses stammte! Einige Tage vor dem großen Backen wurde gemeinsam im Backbuch gestöbert. Dabei kamen Erinnerungen an Koch- und Backerlebnisse wieder hoch und wurden geteilt. Gemeinsam wurde dann entschieden, welcher Kuchen als nächstes gebacken werden sollte: Tränchentorte.

Also wurden fleißig die verschiedenen Zutaten vermengt und ein leckerer Kuchen entstand, den sich alle nachmittags zum Kaffee schmecken ließen.

Text: Christine Haferbeck & Feentje Verholen



Wellness für Körper & Seele

Als ich am Wellnesstag durch das Haus lief wunderte ich mich darüber, dass im Obergeschoss die Tür des Wohnzimmers geschlossen war. Als ich vorsichtig das Wohnzimmer betrat wurde mir schnell klar, welchen Grund dies hatte: Wellnesstag. Im Wohnzimmer duftete es nach Orangen und entspannende Musik klang durch den Raum. Das Licht war etwas gedimmt und mir fiel sofort auf, wie entspannend und wohltuend diese Atmosphäre ist. An einem kleinen Tisch saß eine Bewohnerin und wurde von der Betreuungskraft verwöhnt – sie erhielt eine schöne Maniküre und anschließende Handmassage. Im Ergeschoss des Hauses wurden andere Bewohner:innen verwöhnt, indem ihre Haare gewaschen und gestylt/geföhnt wurden. So konnte ich einige Damen entdecken, die hoch erhobenen Hauptes durch das Haus gingen und sich darüber freuten, mal wieder „zurecht gemacht“ worden zu sein.

Text: Feentje Verholen



Kino-Nachmittag - Märchenkino begeistert

Am 27. Februar 2024 war es wieder soweit - ein besonderes Highlight erwartete die Bewohner:innen unserer Einrichtung: Ein Märchenkino-Nachmittag! Auf Wunsch der Bewohner hatten wir uns dieses Mal für eine märchenhafte Filmvorführung entschieden, um gemeinsam in zauberhafte Welten einzutauchen. Der große Saal im Erdgeschoss verwandelte sich in einen Ort voller Vorfreude und Erwartung. Die Wahl fiel auf ein zeitloses Märchen, das nicht nur die Bewohner:innen, sondern auch die Mitarbeitenden und Angehörigen in seinen Bann zog.

Natürlich durften die passenden Knabberereien nicht fehlen! Es gab eine reichhaltige Auswahl an Leckereien, von süß bis salzig, aber das frisch hergestellte Popcorn in der duftenden Popcornmaschine war definitiv der Hit des Nachmittags. Die Atmosphäre war geprägt von strahlenden Augen, gespanntem Schweigen während der spannenden Szenen und herzlichem Gelächter in den lustigen Momenten. Nach dem Film bedankten sich zahlreiche Bewohner:innen für diesen zauberhaften und entspannten Nachmittag. Es war berührend zu sehen, wie sehr sich alle an diesem kleinen Ausflug in die Welt der Märchen erfreuten.

Die Planungen für das nächste Kinoangebot sind bereits im Gange, und wir freuen uns schon jetzt darauf.

Text: Pina Schreiber



Sissi: Tom der Urlauber von Margitta Blinde

Eine Freundin von mir fuhr für 4 Tage mit einer Besuchergruppe nach Berlin. Jeder Abgeordnete hat wohl die Möglichkeit, zweimal im Jahr bis zu 50 Teilnehmer aus seinem Wahlkreis zu Lasten des Presse- und Informationsamtes der Bundesregierung (BPA) zu solch einem Besuch in die Hauptstadt einzuladen. Die Kosten für die Fahrt, die Übernachtung und Verpflegung während des Aufenthaltes übernimmt das BPA. Da die Fahrt während der Sitzungswoche des Bundestags stattfand, steht auch ein Besuch im Sitzungssaal mit Besichtigung der Kuppel auf dem Plan. Eventuell gibt es auch einen Austausch mit dem Abgeordneten mit anschließendem Imbiss. Alles in allem ein interessanter und lohnender Ausflug, auf den die Freundin sich freute. Nur wohin mit ihrem alten Kater? Allein lassen ging nicht, das war er nicht gewohnt und hätte er auch nicht gut überstanden. Eine Nachfrage bei Freunden ging leider auch leer aus, also bin ich schließlich in die Bresche gesprungen. Mit Katzen kenne ich mich seit Jahren aus, allerdings hat so jedes Tier seine speziellen Eigenarten, mit denen man zurechtkommen muss. Da Kater Tom aber schon mehr als 14 Jahre auf seinem Buckel hat, konnte es wohl nicht so schwer sein ihn 4 Tage hier bei mir zu beherbergen.

Am letzten Samstag zog er dann mit Sack und Pack inklusive Futter und eigener Katzenkiste bei mir ein. Er braucht Spezialnahrung, weil er seit einiger Zeit unter Magen-Darmproblemen leidet. Im Alter keine Seltenheit – wie bei uns Menschen auch. Also hat er besonderes Feucht- und Trockenfutter, das ich ihm 2mal am Tag verabreichen soll. Kein Problem! Sie hatte auch seine eigenen Futternäpfe mitgebracht, die ich nutzen sollte und nicht die von Sissi und Moritz. Auch das ist leicht machbar. Die Näpfe von Moritz und Sissi werden draußen in den Flur gestellt und für die paar Tage bekommen sie ihr Futter dort, was sie mir allerdings sehr übelnahmen. Sie rührten es fast nicht an, warfen mir nur böse Blicke zu und verschwanden nach unten zu Herrchen und Jeannie. Da war wenigstens alles beim Alten. Die Tür zum Flur musste ich allerdings geschlossen halten, weil Tom keinen Ausgang gewohnt ist. Er kennt nur die Wohnung und den Balkon bei meiner Freundin als sein Revier. Hm. Am ersten Tag ist alles noch

ungewohnt und neu für ihn, und er zog sich erst mal sicherheits- halber unter mein Sofa zurück. Seine Decken hatte ich für ihn oben aufs Sofa gelegt. Dazu noch einen Pullover von meiner Freundin, damit er etwas hatte, das nach seinem Frauchen roch und er sich leichter zuhause fühlen konnte. Einen Tag später hat das auch funktioniert und Tom machte es sich tagsüber auf seinen Decken bequem. Allerdings maunzte er gern ständig laut um mir zu zeigen, dass er sich mit mir langweilte. Katzenspielzeug hatte ich aber leider nicht, also setzte ich ihn auf eine Fensterbank von wo aus er die Straße beobachten konnte, was er auch über einige Stunden tat. Es blieb aber noch genug Zeit, um mir um die Beine zu streichen und mir schließlich auf den Schoß zu springen, wo er es sich gemütlich machte. Das hielt ich aber nicht lange aus, man darf sich dann nämlich möglichst nicht bewegen. Da gab es vor dem Runterspringen ein böses Gefauche. Ehrlich gesagt, war ich froh als die vier Tage herum waren – Tom sicher auch, als er sein Frauchen freudig begrüßte und mit ihr wieder ins traute Heim verschwinden konnte.



Kalenderblatt März 2024

März 2024						
So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
					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						

8. Internationaler Frauentag (Feiertag in Berlin, Mecklenburg-Vorpommern)
20. Frühlingsanfang
24. Palmsonntag
28. Gründonnerstag
29. Karfreitag
31. Ostersonntag / Sommerzeitbeginn

Jetzt, da die Tage wieder länger werden und mit mehr Sonne gefüllt sind, fühlen wir uns automatisch besser. Der lange Winter ist endlich von uns abgefallen; der Frühling bricht heran! Aber auch in anderer Hinsicht ist dieser Monat bedeutend: Am 20. März wird nämlich der „Weltglückstag“ gefeiert. An ihm erinnern wir uns an die Dinge, die im Leben wichtig sind:

Mitgefühl, eine Familie, Frieden, ein Dach über dem Kopf, sauberes Trinkwasser, genug zu essen, und vieles mehr. Was brauchen Sie zum Glücklichsein? Was bedeutet Ihnen besonders viel im Leben?

Berühmte Geburtstagskinder

In diesem Monat feiert die Schauspielerin Uschi Glas ihren 80. Geburtstag. Sie wurde am zweiten März 1944 in Bayern geboren. Einen ihrer größten Erfolge feierte sie als „Apanatschi“ in „Winnetou“.

Auch die Schweizer Sängerin Lys Assia wurde im Frühling geboren, und zwar am 3. März 1924. Sie war die erste Siegerin des „Grand Prix Eurovision“, eines europaweiten Gesangswettbewerbs.

Mit Schwung ins Tal

Auch wenn der Frühling seinen Einzug hält, ist der Wintersport noch im vollen Gange. Am Zwölferkogel in Österreich finden die letzten Wettkämpfe des Ski-Weltcups statt. Dazu gehören u. a.

der Riesenslalom und die Abfahrt. Es gibt wichtige Punkte zu gewinnen, um auf der Weltrangliste ganz nach oben zu klettern!

Ringens um die Macht

Mitte dieses Monats werden die Russen zu den Wahlen gerufen. Am 17. März findet bei ihnen nämlich die Präsidentschaftswahl statt. Das ist vor allem angesichts des Krieges in der Ukraine ein sehr wichtiges Ereignis. Der neugewählte Präsident wird die Politik des Landes für die nächsten sechs Jahre beeinflussen! Bei der Wahl gilt der Sieg von Putin als sicher, da viele Kandidaten der Opposition im Gefängnis sitzen oder nicht antreten dürfen.

Rückblick: heute vor 65 Jahren

Am 9. März 1959 wurde auf einer Messe in New York ein Spielzeug vorgestellt, das sich zu einem wahren Verkaufsschlager entwickeln sollte: die Barbiepuppe. Das Mannequin mit blonden Haaren und einer schlanken Figur wurde mit einer reichhaltigen Garderobe ausgestattet, sodass ihre kleinen Käuferinnen immer etwas zum Wechseln und Spielen hatten.

Sternzeichen



Gesund im Februar: Inkontinenz – eine Alterserscheinung

Eine Frühjahrsgrippe fängt oft genauso an: mit Niesen und Husten. Aber wenn man die 70 überschritten hat, kann noch etwas anderes hinzukommen. Fast gleichzeitig mit Mund und Nase macht sich auch noch ein Körperteil weiter unten unangenehm bemerkbar. Die Unterwäsche, genauer gesagt die Unterhose oder der Slip werden feucht. Ein paar Tropfen Urin haben sich mit Husten oder Niesen gleichzeitig gelöst und die Nässe ist spürbar und natürlich peinlich. Wenn es irgend geht wird schnellstens eine Toilette in der Nähe angesteuert und nachgesehen, wie groß das Malheur in der Unterwäsche ist. Allerdings sind Toiletten oft nicht in erreichbarer Nähe und folglich wird man nervös und ängstlich, weil die von Jugend an geübte und gewohnte Sicherheit, dass man die körperlichen Funktionen beherrschen und steuern kann, plötzlich nicht mehr da ist. Auch beim Heben oder Tragen schwerer Pakete oder Gegenstände und sogar beim lauten Lachen kann so ein Malheur passieren und einen in Verlegenheit bringen, besonders wenn man in Gesellschaft ist. Solche Erfahrungen braucht man nicht! Aber mit zunehmendem Alter sollte man hierauf gefasst und vorbereitet sein und sich im Drogeriemarkt oder in der Apotheke mit passenden Vorlagen eindecken und diese auch vorsorglich in den Slip einkleben, wenn man das Haus verlässt. Dann ist man vorbereitet und auf der sicheren Seite. Wie heißt ein altes Sprichwort? „Vorsicht ist die Mutter der Porzellan-kiste!“ Es kann allerdings durchaus eine Weile dauern bis man die für den speziellen persönlichen Bedarf und Vorliebe geeigneten Slipeinlagen gefunden hat. Am besten man besorgt sich verschiedene Vorlagen von mehreren Firmen und probiert aus, welche für den Eigenbedarf am besten passen.

Was ist nun der Grund für diese unangenehmen Erfahrungen? Der Alterungsprozess ist es, wenn nicht ein anderes Krankheitsbild vorliegt. Mit zunehmendem Alter lassen die Funktionsfähigkeiten unseres Körpers nach. Dazu gehören auch die Muskeln im Beckenboden, die den Blaseninhalt stützen und halten und Signal geben, wenn er entleert werden soll. Der Druck wird unangenehm schwer und deutlich spürbar. Bei Frauen stellt sich leider mit den Wechseljahren oft eine Schwächung der Muskeln im

Beckenboden ein, die oft zusammen gehen mit einer deutlichen Schwächung des Blasenschließmuskels. Deshalb sind Frauen früher und deutlich öfter von Inkontinenz betroffen als Männer. Auch Schwangerschaften tragen ihren Teil dazu bei, die Muskeln im Beckenbereich zu strapazieren und zu schwächen. Neben der vorsorglichen Ausstattung mit Vorlagen sollte aber auch ein Arzt zu Rate gezogen werden, um andere körperliche Ursachen auszuschließen.

Vorname Dieter: Ein König mitten unter uns

In den 1940er Jahren wurden sehr viele Jungen „Dieter“ getauft, denn dieser Vorname war damals sehr beliebt. Sicher kennen auch Sie jemanden aus Ihrem Bekanntenkreis oder aus Ihrer Familie, der so heißt. Abgeleitet wird der Name von „Dietrich“, was im Althoch-deutschen etwa „der Herrscher des Volkes“ bedeutet. Ein wahrlich königlicher Name also!

Zu den berühmtesten Trägern gehören der Kabarettist Dieter Hildebrandt und der Musikproduzent Dieter Bohlen. Ersterer machte sich mit der „Münchner Lach- und Schießgesellschaft“ einen Namen; letzteren haben Sie vielleicht im Fernsehen gesehen, in der Sendung „Deutschland sucht den Superstar“, nach der die jungen Leute ganz verrückt sind.

Nachname Herzog: Ein kleiner König

Es gibt einen Familiennamen, der von wahrhaft adeliger Herkunft ist: Herzog. Dieser geht nämlich auf den gleichnamigen Adelstitel zurück. Bürger mit dieser Anrede waren von blauem Blute und herrschten über einen bedeutenden Teil des Landes. Damit besaßen sie große Macht und großen Reichtum.

Zu den berühmtesten Trägern dieses Namens gehören der österreichische Fußballer Andreas Herzog sowie der israelische Politiker Jitzchak Herzog.

Erinnern Sie sich noch: Das Kabarett im Wald



Erwachsene finden Wanderungen toll, Kindern dagegen wird dabei schnell langweilig. Für mehrere Stunden durch die Gegend stapfen und immer die gleichen Bäume anschauen? Bäh, da wären sie doch viel lieber zu Hause oder auf dem Spielplatz!

Zum Glück gibt es ein Spiel, mit dem sie den Gang auflockern können. Das geht ganz leicht, und dazu braucht es gar nicht viel Vorbereitung. Es haken sich einfach zwei bis drei Teilnehmer unter, wenn Platz ist auch mehr und dann beginnen sie, den folgenden Reim zu rezitieren:

*„Eins, zwei, drei, vier, fünf, sechs, sieben.
Ein Hut, ein Stock, ein Regenschirm.
Vorwärts, rückwärts, seitwärts, ran.
Hacke, Spitze, hoch das Bein!“*

Entsprechend gehen sie im Takt erst sieben Schritte vorwärts. Dann deuten sie einen Hut, einen Stock und einen Regenschirm an. Bei der Zeile „vorwärts, rückwärts, seitwärts, ran“ machen sie mit dem rechten Bein die entsprechende Bewegung – also zuerst schwingen sie es nach vorne, dann nach hinten, dann zur Seite, und anschließend stellen sie es wieder ans linke.

Bei „Hacke“ stellen sie das rechte Bein auf die Ferse, bei „Spitze“ auf die Zehen, und bei „hoch das Bein“ dürfen sie damit so richtig ausholen.

Haben auch Sie dieses Spiel als Kind auf Spaziergängen immer gespielt? Es ist reich an Traditionen und wird von Generation zu Generation weitergegeben. Man kann auch viele lustige Alternativen dazu erfinden.

Die Karwoche

Mit dem Palmsonntag beginnt die Heilige Woche. Diese beginnt mit dem triumphalen Einzug von Jesus in Jerusalem. Eine hoffnungsvolle und begeisterte Menschenmenge empfing ihn mit Palmzweigen – ein Symbol für Ehre und Sieg.

Am Gründonnerstag werden

wir an das letzte Abendmahl erinnert, das er mit seinen Jüngern teilte und das fortan als Sakrament in unser christliches Leben mit Einzug hielt. Die Waschung der Füße durch Jesus wird als Zeichen der Liebe, Gemeinschaft und Bereitschaft, für andere da zu sein, verstanden.

Am Karfreitag gedenken wir der Kreuzigung Jesu. Dieses Ereignis auf Golgatha wird als ultimatives Opfer für die Sünden der Menschheit angesehen. Der Tod Jesu wird als zentraler Akt der Erlösung und des Sieges über die Sünde interpretiert.

Karsamstag, auch bekannt als Stiller Samstag, ist der Tag vor Ostersonntag und markiert den Abschluss der Karwoche. Es ist ein Tag der inneren Einkehr, der Stille und Reflexion.

Am Ostersonntag feiern wir die Auferstehung Jesu von den Toten. Die Auferstehung Jesu ist ein leuchtendes Symbol der Hoffnung, das die christliche Botschaft von Erlösung und ewigem Leben verkörpert. Dieses Ereignis wird als Bestätigung des christlichen Glaubens an das ewige Leben und als Sieg über den Tod gefeiert.



Frauentag – Ein Hoch auf die Weiblichkeit

Frauen sind genauso viel wert wie Männer, das ist ja klar. Sie haben die gleichen Rechte und dürfen ihr Leben ebenso frei gestalten. Früher aber sah das anders aus. Da waren Frauen viele wichtige Dinge vorenthalten. So durften sie z. B. nicht wählen, nicht studieren und nur bestimmten Arbeiten nachgehen. Sie wurden als Menschen zweiter Klasse angesehen, die nicht in der Lage waren, für sich selbst Entscheidungen zu treffen. Am Herd sollten sie stehen und sich um die Kinder kümmern – und alles andere getrost ihrem Ehemann überlassen.

Oft durften sie nicht einmal über ihren eigenen Körper bestimmen. Der wurde nämlich als Besitztum ihres Ehemannes angesehen. Das heißt, vor dem Gesetz durfte eine Frau sich ihrem Mann nicht verweigern, sondern musste den ehelichen Pflichten nachkommen, wann immer er das wollte.

Dass Frauen diese Ungerechtigkeiten ganz schön gegen den Strich gingen, ist nur verständlich. Zu hunderten und tausenden schlossen sie sich deshalb zusammen und kämpften für ihre Freiheit und für Gleichberechtigung. Sie ketteten sich an Gebäuden an, trommelten Menschenmengen zu Aufständen zusammen und taten alles, um auf ihre Anliegen aufmerksam zu machen.

Freilich gab es auch Frauen, die wesentlich ruhiger und friedlicher vorgingen. Sie schrieben Zeitungsartikel, verteilten Merkblätter oder sprachen schlicht in ihrem Bekanntenkreis über die Missstände.

Alle Bemühungen zusammen hatten eine große Wirkung und brachten Frauen schließlich die Anerkennung und die Gleichberechtigung, die ihnen so lange vorenthalten worden war.

Aber trotzdem ist noch längst nicht alles perfekt. Deshalb wird nach wie vor jedes Jahr am 8. März der Internationale Frauentag veranstaltet. Demonstrationen, Versammlungen und Vorträge sollen auf Missstände aufmerksam machen und Veränderungen fordern. Damit treten moderne Frauen in die Fußstapfen ihrer Vorfahrinnen, die schon vor über hundert Jahren diesen Tag feierten.

Die Sommerzeit – gut oder nicht?

Am 31. März endet in Deutschland die Winterzeit und es beginnt die Sommerzeit. Die Zeit wird um 2 Uhr morgens um eine Stunde vorgestellt, was die Nacht und der folgende Tag um eine Stunde verkürzt.

Die Einführung der Sommerzeit 1980 zielte darauf ab, Energiekosten zu senken, indem abends weniger künstliches Licht benötigt wird. Ursprünglich gab es in Deutschland regionale Zeiten wie die „Münchener Ortszeit“ und „Berliner Zeit“. Mit der Einführung des deutschlandweiten Eisenbahnnetzes im 19. Jahrhundert wurde eine einheitliche Zeit notwendig. 1893 wurde die „Mitteleuropäische Zeit“ eingeführt. Während des Ersten und Zweiten Weltkriegs wurde die Sommerzeit zur Energieeinsparung genutzt, aber nach dem Krieg gab es keine einheitliche Regelung. Die Sommerzeit wurde in den westlichen Besatzungszonen wieder eingeführt, während die sowjetische Zone die Moskauer Zeit annahm. Von 1950 bis 1979 gab es in Deutschland keine Sommerzeit.

1980 wurde sie wieder eingeführt, um sich Europa anzupassen. Heute ist der Nutzen der Sommerzeit umstritten, da die erhofften Energieeinsparungen ausbleiben und die Umstellung für Menschen und Tiere Probleme verursacht, wie Schlafstörungen und mehr Verkehrsunfälle.

Wissenswert: samstags gehört Papa mir ...

In den 1950er Jahren leisteten Industriearbeiter in Deutschland, insbesondere im Stahlbau und in der Autoindustrie, regelmäßig zahlreiche Überstunden zusätzlich zu den üblichen 46 bis 48 Wochenstunden. Die Arbeit war körperlich anspruchsvoll, laut und schmutzig, wobei meist nur der Sonntag zur Erholung diente. Nach den schweren Zeiten des Krieges und der Nachkriegsära waren die Menschen froh, durch harte Arbeit wieder ein sicheres Einkommen zu haben, insbesondere für Familien war das wichtig. Die Angst vor erneuter Armut und Nahrungsmittelknappheit war groß.

Mit dem wirtschaftlichen Aufschwung setzten die Gewerkschaften sich für höhere Löhne und kürzere Arbeitszeiten ein. Forderungen nach einer Arbeitszeitverkürzung bei vollem Lohnausgleich wurden laut, symbolisiert durch den Slogan „Samstags gehört Papa mir!“, der sich zum erfolgreichen Motto des Deutschen Gewerkschaftsbundes entwickelte. Dieser Wandel war Teil des deutschen Wirtschaftswunders nach dem Krieg.

Der unglaubliche wirtschaftliche Aufschwung Deutschlands nach den erbarmungslosen Kriegsjahren grenzte für viele an ein Wunder, aber es war auch ein hart erarbeitetes. Der Wunsch nach mehr Freizeit für sich und die Familie wurde durch die arbeitende Bevölkerung immer stärker. Die Forderung nach einer 5-Tage-Woche mit 40 Stunden setzte sich durch, wobei die 40-Stunden-Woche erst in den 1960er Jahren eingeführt wurde.

Die Fünftagewoche dagegen begann bereits Ende der 50er Jahre im Steinkohlebergbau. Nach und nach folgten dann die Versicherungen 1960, Banken 1961, Holzindustrie 1963 und schließlich auch die Druckereien im Jahr 1969.

Das neu gewonnene freie Wochenende kurbelte im Gegenzug die Wirtschaft an. Der Konsum für den Bedarf in Heim und Freizeit stieg plötzlich und kontinuierlich an. Dazu kamen immer mehr Wochenendausflüge mit dem Auto und der Familie als weiterer positiver Affekt auf die Wirtschaft. Der befürchtete wirtschaftliche Schaden blieb aus – im Gegenteil!

Gedichte

Die Glocken läuten das Ostern ein

von Adolf Böttger

Die Glocken läuten das Ostern ein
In allen Enden und Landen,
Und fromme Herzen jubeln darein:
Der Lenz ist wieder erstanden.

Es atmet der Wald, die Erde treibt
Und kleidet sich lachend mit Moos,
Und aus den schönen Augen treibt
Den Schlaf sich erwachend die Rose.

Das schaffende Licht, es flammt und kreist,
Und sprengt die fesselnde Hülle,
Und über den Wassern schwebt der Geist,
Unendlicher Liebesfülle.

Lenz

von Franz Xaver

März, vom Mars, dem Gott des Streits benannt,
bringt Lenz uns Blüten überall im Land.
Er malt mit lichtigem Strahl,
die Narzisse und Forsythien überall.

Lenzmonat bringt, mit mildem Lüften sacht,
ein Blumenmeer, in Farbenpracht entfacht.
Der März, ein Meisterwerk, so farbenreich,
macht Herzen leicht und Seelen weich.



Rätsel

Sudoku

In die freien Kästchen trägt man die Ziffern von 1 – 6 so ein, dass

- in jeder Zeile
- in jeder Spalte
- in jedem 3 x 2 Kasten

die Ziffern von 1- 6 vorkommen

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

Wer findet das passende Teekesselchen (siehe Textbeispiel in rot)?

	<h2>Teekesselchen</h2>	
Ich kleide Königshäupter.	Krone	Ich schütze den beschädigten Zahn.
Man trinkt mich.		Mit mir duscht man.
Ich bin ein Sportler.		Ich bin ein Teppich.
Auf mir grasen die Tiere.		Ich bin eine Baumart.
Ich bin ein zuhause für Adlige.		Bei mir braucht man einen Schlüssel

Kreuzworträtsel mit Hilfsbuchstaben

semit. Volksangehöriger	↙	mediz. nisch: Herz	Haus-tier	Gestalt in ‚1001 Nacht‘	Halbton unter c	ost-polyne-sische Insel	sumpfige Steppe Sibiriens
Bergwerks-anlage	→		H	A	↙	H	↻ 8
auf-rollbare Sicht-blende	→			↻ 1			U
↖	↻ 5	R		I			
Truppen-standort		englisch: eins	↻ 4	B	ein Konzert-musiker	franz., lateinisch: und	D
... und her		O	Wider-spruch	→ A	↙	↙	
↙	I		Vorname des Sängers Illic	→ B	↻ 2		
US-Bundes-staat	→	E		A		Volks-stamm in West-afrika	tropi-sches Rinden-gewürz
Hahnen-schrei	jap. Hei-ligtum	japan. Verwal-tungs-bezirk	Fluss in Frank-reich	türkische Lang-hals-laute	→	A	↻ 7
↙	I	↙	↙	↻ 6	I		
sonder-bar, merk-würdig	→ S		L				M
deutsche Vorsilbe	→ E			Spreng-stoff (Abk.)	→	↻ 3	
1	2	3	4	5	6	7	8

Hinweis zur Lösung: Hausarzt in ländlicher Region

Auflösung aus dem Monat Februar 2024

Auflösung Kreuzworträtsel

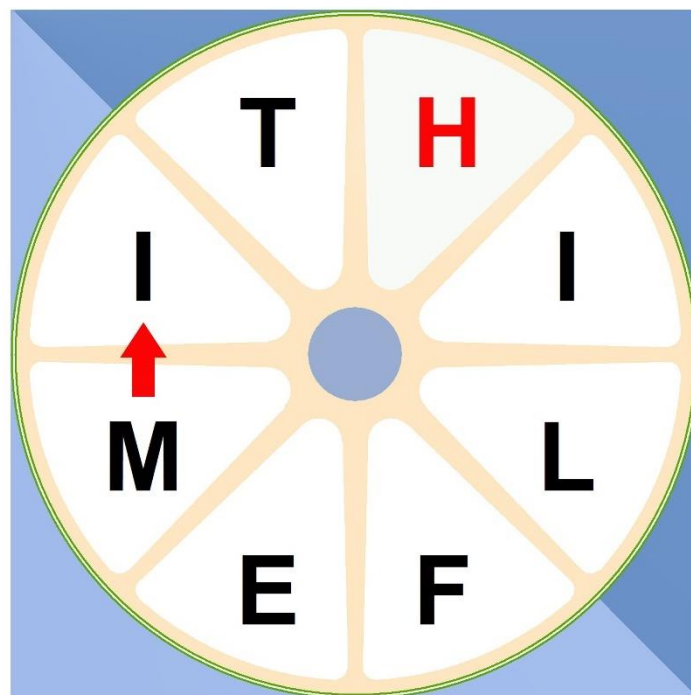


Auflösung Sudoku

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

Lösungswort: ZISTERNE

Auflösung Wortrad



Lösungswort: MITHILFE

Lachen ist gesund ...

Monika ganz verträumt zu ihrer Freundin: „Männer müssten wie Osterhasen sein: intelligent, gutaussehend, humorvoll, attraktiv und sexy. Aber wer glaubt schon an den Osterhasen?“

Sabine zu ihrer Freundin Ute: "Ich habe gehört, du machst jetzt Frühjahrsputz?" Ute: "Ja, ich versuche zu entrümpeln." Sabine: "Wow, hast du schon angefangen?" Ute: "Ja, ich habe meinen Kleiderschrank durchgesehen und alle Klamotten aussortiert, die ich seit 5 Jahren nicht mehr getragen habe." Sabine: "Und, wie viel Platz hast du jetzt?" Ute: „Platz für 2 Blusen und ein Paar Schuhe. Der Frühjahrsputz ist härter als gedacht!"

Frau Braun zu ihrer Nachbarin: „Warum bekommt deine Tochter beim Ostereiersuchen denn einen Vorsprung?“ „Weil sie in ihrer Hosentasche immer ein Ei-Phone dabei hat, um den Osterhasen anzurufen und nach dem genauen Versteck zu fragen!“



Aus dem Poesiealbum

*"Wie das Gold in der Mine, so sind gute Freunde:
schwer zu finden und sehr wertvoll."*



Impressum:

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

Verantwortlich: M. Krug, F. Verholen
Einrichtung: Ev. Altenhilfezentrum Ahnatal
Straße: Casselbreite 5
Postleitzahl / Ort: 34292 Ahnatal
Telefon: 05609 8036 0
E-Mail: info@ahnatal-gesundbrunnen.org