

# ASB „Huigarte“

Unsere Bewohnerzeitschrift



**1. Ausgabe 2025**

Januar / Februar

## **Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Angehörige und Leser unserer Zeitung!**

Ein neues Jahr beginnt, und mit ihm die Chance auf Veränderungen, neue Erlebnisse und besondere Momente. Der erste Januar ist ein Symbol für Neuanfänge und erfüllt uns mit Hoffnung und der Erwartung, dass die kommenden Monate voller Freude und positiver Überraschungen sein werden. In diesem besonderen Moment lassen wir oft unsere Zweifel und Ängste hinter uns und blicken optimistisch in die Zukunft.

Was erwarten Sie von 2025? Haben Sie Wünsche, die Sie in diesem Jahr verwirklichen möchten? Vielleicht haben Sie auch schon Pläne geschmiedet, die Sie mit Freude in Angriff nehmen wollen.

Wir beim ASB Allgäu haben bereits viele spannende Aktivitäten für das neue Jahr vorbereitet, wie den Fasching, die Sommerfeste und vieles mehr. Wir freuen uns darauf, gemeinsam mit Ihnen unvergessliche Erlebnisse zu schaffen und das Jahr mit Leben zu füllen.

Ich wünsche Ihnen allen einen gelungenen Start ins Jahr 2025! Möge es für uns alle ein Jahr voller Glück, Gesundheit und erfüllter Wünsche werden.

Herzliche Grüße,

Uwe Kuchinke

Geschäftsführer ASB Pflegezentrum Bad Hindelang und  
Haus Herbstsonne Oberstdorf



**INHALT**

<b>Die hauseigene Seite für das ASB Pflegezentrum .....</b>	<b>4</b>
<b>Die hauseigene Seite für das Haus Herbstsonne .....</b>	<b>5</b>
<b>Veranstaltungen .....</b>	<b>6</b>
<b>Gedichte .....</b>	<b>7</b>
<b>Kalenderblatt Januar 2025 .....</b>	<b>8</b>
<b>Information von der Bewohnervertretung .....</b>	<b>10</b>
<b>Laternenumzug .....</b>	<b>11</b>
<b>Ein Weihnachtsmärchen .....</b>	<b>12</b>
<b>Nikolaus zu Besuch .....</b>	<b>13</b>
<b>Bilder aus Oberstdorf .....</b>	<b>14</b>
<b>Bilder aus Bad Hindelang .....</b>	<b>17</b>
<b>Auflösung aller Rätsel .....</b>	<b>23</b>

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

*Herzlich Willkommen*

## Die hauseigene Seite für das ASB Pflegezentrum

**Wir wünschen Ihnen alles Gute zu Ihrem Geburtstag**

[Redacted text block containing multiple lines of blacked-out content]



**Wir trauern um unsere Bewohner des  
Pflegezentrums Bad Hindelang**

[Redacted text block containing three lines of blacked-out content]



## Die hauseigene Seite für das Haus Herbstsonne

Wir wünschen Ihnen alles Gute zu Ihrem Geburtstag

[Redacted text block]



Wir trauern um unsere Bewohner im Haus Herbstsonne

[Redacted text block]





### **ASB-Seniorenzentrum „Haus Herbstsonne“ Oberstdorf**

2. Januar	15:30Uhr	Katholischer Gottesdienst
6. Januar		Heilig Drei König
8. Januar	8:00 Uhr	Gemeinsames Frühstück
16. Januar	15:30 Uhr	Evangelischer Gottesdienst
30. Januar	15:30 Uhr	Katholischer Gottesdienst
13. Februar	15:30 Uhr	Evangelischer Gottesdienst
26. Februar	15:00 Uhr	Große Faschingsparty
27. Februar	15:30 Uhr	Katholischer Gottesdienst

### **ASB-Pflegezentrum Bad Hindelang**

1. Januar	15:00 Uhr	Neujahrsumtrunk
6. Januar		Heilig Drei König
9. Januar	15:00 Uhr	evangelischer Gottesdienst
16. Januar	15:00 Uhr	katholischer Gottesdienst
24. Februar	14:00 Uhr	Faschingsball

**Es gibt zahlreiche Wochenangebote, die Sie den Aushängen auf Ihrem Wohnbereich entnehmen können.**

## Gedichte

### **Der Abendstern**

*von Hoffmann von Fallersleben*

Du lieblicher Stern,  
du leuchtest so fern.  
Doch hab´ ich dich den-  
noch,  
von Herzen so gern.

Wie lieb´ ich doch dich  
So herzinniglich!  
Dein funkelndes Äuglein  
Blickt immer auf mich.

So blick´ ich nach dir,  
Sei´s dort oder hier:  
Dein freundliches Äug-  
lein  
Steht immer vor mir.

Wie nickst du mir zu  
In fröhlicher Ruh!

### **Januar – Der Monat des Janus**

*von Franz Xaver*

Janus, der Gott mit dem doppelten Gesicht,  
blickt  
zurück in Vergangenes und nach vorn ins  
Licht.

Er schenkt dem Januar den Namen klar,  
und öffnet die Tore zum neuen Jahr.

Im Norden klirrt der Winter kalt und rau,  
frostig legt sich Eis auf Strauch und Au.  
Schnee deckt die Pfade, der Atem zieht,  
der Januar regiert, die Welt erstarrt und  
friert.

## Kalenderblatt Januar 2025

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

### Besondere Tage

1. Neujahr

6. Heilige Drei Könige

## Alles auf Anfang



Janus, der römische Gott des Anfangs und des Übergangs, gab dem Monat Januar seinen Namen. Janus wird mit zwei Gesichtern dargestellt: Das eine blickt in die Vergangenheit, das andere in die Zukunft. Der Januar steht somit symbolisch für das neue Jahr und den Neubeginn.

Der Januar ist einer der kältesten Monate auf der Nordhalbkugel, während auf der Südhalbkugel Hochsommer herrscht. In Ländern wie Russland und Kanada sind Januar und Februar der Höhepunkt des Winters, oft mit Schnee und eisigen Temperaturen. Auch bei uns ist ein Spaziergang nur mit warmer Kleidung und winterfesten Schuhen zu empfehlen.

## Berühmte Geburtstagskinder

Albert Schweitzer (1875–1965) wäre 2025 150 Jahre alt geworden. Der Arzt, Theologe und Musiker gründete ein Spital in Afrika und prägte die Philosophie der „Ehrfurcht vor dem Leben“. Er erhielt 1952 den Friedensnobelpreis.



Paul Newman (1925-2008) wäre im Jahr 2025 100 Jahre alt geworden. Der oscarprämierte Schauspieler und Rennfahrer war bekannt für Filme wie „Butch Cassidy“ und „Die Farbe des Geldes“ und engagierte sich stark für wohltätige Zwecke.

### **Rückblick: heute vor 50 Jahren**

Das Gastgeberland Deutschland gewann im Finale in München mit 2:1 gegen die Niederlande die Fußballweltmeisterschaft. Namen wie Sepp Meier, Franz Beckenbauer und Uli Hoeneß gehörten dieser Mannschaft an.

Der Bundeskanzler Willy Brandt trat wegen der Spionageaffäre „Guillaume“ zurück. Günter Guillaume spionierte für die DDR im Bundeskanzleramt und war von 1972 bis 1975 persönlicher Referent des Bundeskanzlers.

### **Auf in luftige Höhen**

Die Vierschanzentournee startete am 29. Dezember 2024 in Oberstdorf. Am Neujahrstag folgt das Springen in Garmisch-Partenkirchen, am 4. Januar dann in Innsbruck und die Entscheidung fällt am 6. Januar 2025 in Bischofshofen. Dort findet auch die Siegerehrung statt.

### **Rund um den Ball**

Vor 125 Jahren, am 28. Januar 1900, wurde in Leipzig der Deutsche-Fußball-Bund gegründet. Dem DFB gehörten damals 86 Vereine an. Beschlossen wurden unter anderem die Festlegung allgemeiner deutscher Fußballregeln und die Einrichtung einer Schiedskommission für Streitfälle.

Damit war der Grundstein für eine bundesweite Dachorganisation des Fußballs in Deutschland gelegt. Der Startschuss war gefallen, um nationale Meisterschaften zu veranstalten und internationale Begegnungen zu organisieren.

## Sternzeichen



**Steinbock**  
**22.12. - 20.1.**

Steinböcke gelten als ehrgeizig, diszipliniert, zuverlässig, verantwortungsbewusst und selbstbeherrscht. Sie sind natürliche Führungspersönlichkeiten.



**Wassermann**  
**21.1. - 19.2.**

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

## Information von der Bewohnervertretung des ASB-Pflegezentrum Bad Hindelang

Unsere Sprechstunden im Januar und Februar finden statt am:

- Mittwoch, 8. Januar 2025 von 13:30 Uhr bis 14:30 Uhr im Aufenthaltsraum auf dem Wohnbereich Grünten
- Dienstag, 4. Februar 2025 von 13:30 Uhr bis 14:30 Uhr im Aufenthaltsraum auf dem Wohnbereich Rubihorn.

Sie sind herzlich zum Austausch mit uns eingeladen,

*Ihre Bewohnervertretung*

## Laternenumzug

Ming Lateane, zwischba Mông und Schdeane, leychtet i der dünkle Nacht und hôlt a güete Wacht.....

Unsere Bewohner:innen hatten in Bad Hindelang und Oberstdorf ganz besonderen Besuche. Die Kinder der Kindergärten Bad Hindelang und Oberstdorf kamen zum alljährlichen Laternenumzug und zauberten jedem ein Lächeln ins Gesicht. Man kam aus dem Staunen nicht heraus welch tolle Laternen die Kinder gebastelt haben. Viele unserer Bewohner:innen unterstützten die Gruppe mit Gesang.

Vielen Dank an die Erzieher:innen und Kinder der beiden Kindergärten für den tollen Besuch.

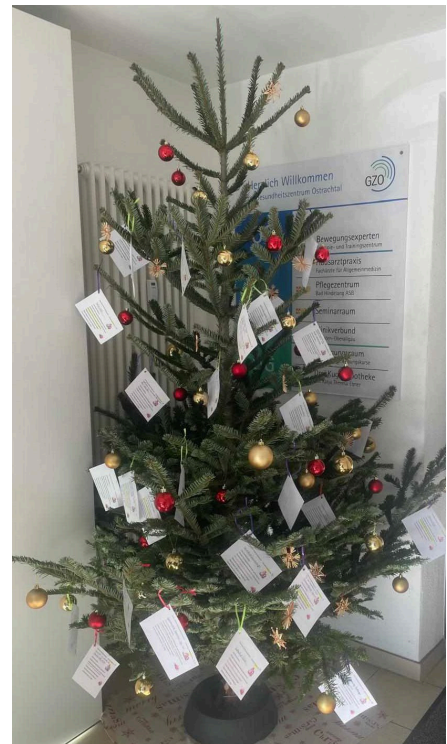


## Ein Weihnachtsmärchen

aus dem ASB-Pflegezentrum Bad Hindelang

Märchen gibt es nicht nur bei den Gebrüdern Grimm, es gibt sie auch im realen Leben. Andrea Kasper und Bianca Wagner haben auch in diesem Jahr einen Wunschbaum, zu Gunsten unserer Seniorinnen und Senioren aufgestellt.

Am 01.12. wurden die ersten Wunschzettel angebracht und am 02.12. erhielten wir einen Anruf von einer Mama, deren Sohn beim Laternenumzug des Kindergartens, durch unser Haus dabei war. Der Bub erinnerte sich an einen Herrn, der beim Umzug der Kinder ganz arg geweint hat. Jetzt möchte er genau diesem Mann seinen Weihnachtswunsch erfüllen, niemandem sonst, nur diesem einem Mann. Wir wären ja nicht der ASB mit der Devise „Wir helfen hier und jetzt“, wenn es nicht einen Weg gäbe, dem großartigen Jungen dazu zu verhelfen, den Mann, dessen Wunschzettel ja für die Schenker anonym ist, glücklich zu machen. Nichts wie an den Baum gesaut, den Wunschzettel gesucht, Gott sei Dank auch gefunden, die Mama informiert, die 30 Minuten später mit ihren zwei Buben im ASB ankam, um ihn abzuholen. Dem Jungen wurde noch einmal erklärt, warum der Mann beim Laternenumzug so geweint hat. Zudem bekam er ein dickes Lob für sein gutes Herz und die Empathie für andere Menschen, wobei er das Wort und dessen Bedeutung noch gar nicht kennt. Bestimmt ergibt sich nach der Bescherung eine Gelegenheit für den großen und kleinen Mann, einander kennenzulernen. "Ich hatte Tränen in den Augen und mir wurde wieder einmal mehr bewusst, warum ich gerne Kinder an der Macht wissen möchte.", so Ingrid Kruchen vom Team der sozialen Betreuung.



## Nikolaus zu Besuch



Nikolaus und Rumpelklaus haben unser ASB-Pflegezentrum Bad Hindelang und ASB-Seniorenzentrum Oberstdorf „Haus Herbstsonne“ besucht. Mit kleinen Geschenken und einer großen Portion Herzlichkeit zauberten sie ein Lächeln auf die Gesichter unserer Bewohner:innen. Die Freude war überall spürbar – ein unvergesslicher Moment für alle Beteiligten!

Vielen Dank, lieber Nikolaus und Rumpelklaus, dass ihr euch die Zeit genommen habt, uns zu besuchen und diesen Tag so besonders gemacht habt!



## Bilder aus Oberstdorf

Unsere Bewohner:innen waren zu St. Martin fleißig und haben gemeinsam mit unseren Mitarbeiter:innen Martinsgänse gebacken, um den Martinstag zu feiern. Diese Tradition schafft eine herzliche und festliche Atmosphäre und alle hatten viel Spaß bei der gemeinsamen Arbeit.



In der Vorweihnachtszeit herrschte eine besondere Atmosphäre: Bewohner:innen und Mitarbeiter:innen kamen zusammen, um gemeinsam Laible zu backen. Der Duft von frisch gebackenen Laible, Zimt und Vanille erfüllte die Räume und weckte bei vielen Bewohner:innen schöne Erinnerungen an frühere Weihnachtsfeste. Es wurde Teig geknetet, Laible ausgestochen und verziert, die Mitarbeiterinnen unterstützten die Bewohner:innen, wo es nötig war, während die Bewohner:innen ihre eigenen Backtipps und Geschichten einbrachten.

„Es ist schön, dass alles noch einmal erleben und gemeinsam etwas zu schaffen, sagte eine Bewohnerin, während sie ihre Laible auf das Backblech legte.“

Das Backen war ein voller Erfolg und sorgte für ein warmes, festliches Gefühl bei allen Beteiligten.





Bei der Weihnachtsfeier herrschte eine warme und festliche Atmosphäre. Der Aufenthaltsraum war liebevoll dekoriert, der Christbaum erstrahlte im Glanz von Lichtern und Kugeln, und der Duft von frisch gebackenen Laible erfüllte die Luft. Der Nachmittag wurde genutzt, um gemeinsam Zeit zu verbringen, Erinnerungen auszutauschen und die Feiertagsstimmung zu genießen, alle Beteiligten – Bewohner:innen, Angehörige und Mitarbeiter:innen genossen den heimeligen Nachmittag.





## Bilder aus Bad Hindelang

Unsere Bewohner:innen waren wieder fleißig und haben gemeinsam mit unseren Mitarbeiter:innen Laible gebacken. Erinnerungen an frühere Weihnachtsfeste wurden geteilt und es entstanden köstliche Leckereien.





Ein unvergesslicher Tag für unsere Bewohner:innen!

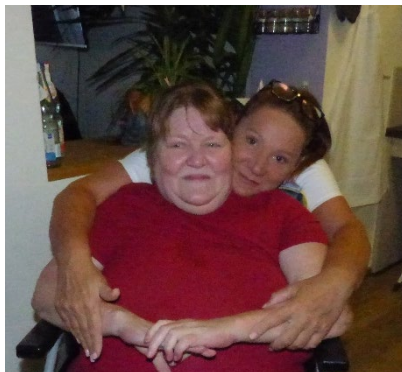
Der Erlebnisweihnachtsmarkt in Bad Hindelang öffnete seine Türen und schenkte unseren Bewohner:innen einen ganz besonderen Moment der Freude. Kostenlos durften sie die weihnachtliche Atmosphäre genießen, durch die zauberhaft geschmückten Stände schlendern und sich an himmlischen Köstlichkeiten erfreuen.

Die strahlenden Augen und glücklichen Gesichter haben uns tief berührt. Solche Erlebnisse sind mehr als nur ein Ausflug – sie sind Momente voller Wärme, Gemeinschaft und Lebensfreude.

Ein riesiges Dankeschön an die Organisatoren des Weihnachtsmarktes für diese großzügige Einladung und an alle, die diesen Tag so besonders gemacht haben.



Weihnachten ist bei uns eine besonders festliche Zeit. Beim gemeinsamen Beisammensein genossen unsere Bewohner:innen und ihre Angehörigen die selbstgebackenen Laible. Es wurden gemeinsam Weihnachtsgeschichten und Gedichte gelesen, Anekdoten und Erinnerungen an frühere Weihnachten ausgetauscht.





### Kreuzworträtsel mit Hilfsbuchstaben

Bewohner eines Erdteils	von guter Bodenqualität	Anteilnahme	▼	Schlange im ‚Dschungelbuch‘	fischen	so- undso- vielte (math.)	euro- päischer Insel- staat	↓
↓	▼			<b>K</b>	▼	▼	<b>E R</b>	
Schau- fenster- deko- ration		Schwer- metall	▶	○ <sub>2</sub>		○ <sub>8</sub>		<b>L</b>
○ <sub>6</sub>	<b>U</b>				<b>G</b>		taktlos, grob	<b>A</b>
west- deutsche Land- schaft		Laub- baum	<b>E</b>	eine Blume		franzö- sisch: eins	○ <sub>3</sub>	<b>N</b>
↓	○ <sub>1</sub>	▼		<b>N</b>	○ <sub>7</sub>			<b>D</b>
Ge- zeiten	▶ <b>T</b>				<b>N</b>	italie- nisch: sechs		kath. Theo- loge † 1847
Stimm- bezirk			Kfz-Z. Landau	<b>L</b>	Binnen- ge- wässer	▶		<b>E</b>
↓		○ <sub>5</sub>	▼					
Vortrag	▶ <b>R</b>			<b>E</b>	kurz für: in das	▶		○ <sub>4</sub>

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

Hinweis zur Lösung: Etat, Budget

**Wortquadrat**

Hinter dem Buchstabensalat versteckt sich ein Fortbewegungsmittel.

N	E	E
B	S	I
A	H	N

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

**Sudoku**

In die freien Kästchen trägt man

die Ziffern von 1 – 9 so ein, dass

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

die Ziffern von 1-9 vorkommen

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

# Auflösung aller Rätsel

## Auflösung Kreuzworträtsel



Lösung HAUSHALT

## Auflösung Wortquadrat



Lösung EISENBAHN

## Auflösung Sudoku



## Auflösung Bilderrätsel

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

## Auflösung Brückenwörter

FINGER			S	P	I	T	Z	E	N		KRAFT
GROSS			B	R	A	N	D				WACHE
KORALLEN			I	N	S	E	L				GRUPPE
KALT		B	L	U	T						PROBE
GREIF			V	O	G	E	L				FREI
NACH			F	R	A	G	E				ZEICHEN
FREI		W	U	R	F						SENDUNG
GROS			S	T	E	I	L				UFER
STAND			B	I	L	D					HAUER
WIRBEL			W	I	N	D					STILL

Lösungswort: PANTOFFELN

## Mit freundlicher Unterstützung



**SCHNEIDER**  
RAUMGESTALTUNG

### Raumgestaltung Schneider

Michael Schneider

-  Alpgasse 4, 87541 Bad Hindelang
-  [www.raumgestaltung-schneider.de](http://www.raumgestaltung-schneider.de)
-  [info@raumgestaltung-schneider.de](mailto:info@raumgestaltung-schneider.de)



**Computertechnik  
Osterhammer**  
Sonthofener Str. 45 - 87509 Immenstadt  
Telefon: 08323-98080  
FAX: 08323-98081  
eMail: [CTO@Osterhammer.de](mailto:CTO@Osterhammer.de)  
Internet: [www.Osterhammer.de](http://www.Osterhammer.de)



Raphaela Rappl e.K.  
*Fachapothekerin für Allgemeinpharmazie*

Poststr. 10 · 87561 Oberstdorf  
Tel 08322 940 700 · Fax 08322 940 707  
[www.vallis-apotheke.de](http://www.vallis-apotheke.de)  
[info@vallis-apotheke.de](mailto:info@vallis-apotheke.de)

## Impressum:

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

Verantwortlich: Uschi Klöpf  
Einrichtung: ASB – Die Allgäuer Samariter gGmbH  
Straße: Gerberweg 6  
Postleitzahl / Ort: 87541 Bad Hindelang  
Telefon: 08324-953000  
Fax: 08324-95300-106  
E-Mail: [info@asb-allgaeu.de](mailto:info@asb-allgaeu.de)

