

ASB „Huigarte“

Unsere Bewohnerzeitschrift

6. Ausgabe 2024

November / Dezember

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

der November führt uns vor, dass das hinter uns liegende Jahr alt geworden ist und ein Abschied naht. Der Herbstwind bringt nicht nur das Laub der Bäume durcheinander, sondern meist hat er auch Regen, Graupel oder sogar schon mal erste Schneeflocken mit dabei.

Ein ereignisreiches Jahr neigt sich langsam dem Ende zu. Ich weiß, dass manche Situationen im vergangenen Jahr viel von uns abverlangt haben. Umso dankbarer bin ich für alle, die sich für andere Menschen engagieren. Dieses Engagement ist unverzichtbar für den Zusammenhalt bei uns, beim ASB Allgäu und bietet die beste Gewährleistung dafür, dass kein Mensch bei uns zu kurz kommt. Daher möchte ich an dieser Stelle allen Bewohner*innen, Angehörigen und Freunden, sowie unseren Mitarbeiter*innen ganz herzlich für ihr Engagement ganz herzlich Danke sagen.

Ich wünsche uns allen, dass wir mit dem Jahr 2025 in einer friedlicheren, ruhigeren Welt ankommen und wieder mehr Menschen optimistischer in die Zukunft blicken. Persönlich wünsche ich Ihnen Gesundheit, Zufriedenheit und Mut, die Dinge, die Ihnen wichtig sind und unsere Gesellschaft stärken, entschlossen anzupacken.

Herzlichst, Ihr
Uwe Kuchinke

Geschäftsführer ASB Pflegezentrum Bad Hindelang und
Haus Herbstsonne Oberstdorf



INHALT

Die hauseigene Seite für das ASB Pflegezentrum	4
Die hauseigene Seite für das Haus Herbstsonne	5
Veranstaltungen	6
Bewohnervertretung ASB-Pflegezentrum Bad Hindelang ...	7
Bilder aus Oberstdorf	9
Bilder aus Bad Hindelang	12
Jahrmarktslied	13
Rätsel	14
Haben Sie dran gedacht?	18
Vorname Raphael: Ein himmlischer Künstler	19
Nachname Hahn: Ein gefiederter Freund	19
Lachen ist gesund	21
Auflösung der Rätsel	22

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

Herzlich Willkommen

Die hauseigene Seite für das ASB Pflegezentrum

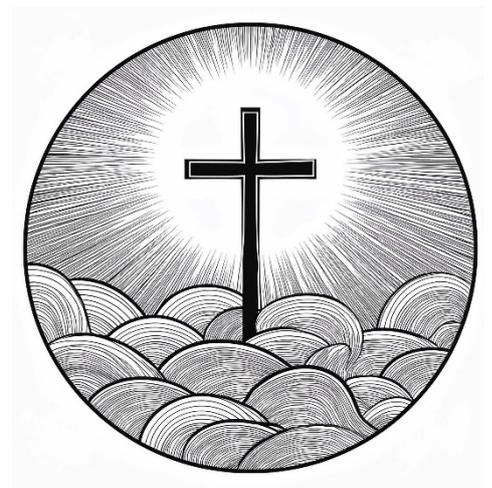
Wir wünschen Ihnen alles Gute zu Ihrem Geburtstag

[Redacted text block containing approximately 14 lines of blacked-out content]



Wir trauern um unsere Bewohner des
Pflegezentrums Bad Hindelang

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



Die hauseigene Seite für das Haus Herbstsonne

Wir wünschen Ihnen alles Gute
zu Ihrem Geburtstag



Wir trauern um unsere Bewohner im
Haus Herbstsonne





ASB-Seniorenzentrum „Haus Herbstsonne“ Oberstdorf

06.11.2024	morgens	gemeinsames Frühstück
07.11.2024	15:30 Uhr	katholischer Gottesdienst
21.11.2024	10:15 Uhr	evangelischer Gottesdienst
05.12.2024	15:30 Uhr	katholischer Gottesdienst
01.12.2024	nachmittags	Der Nikolaus kommt zu Besuch
19.12.2024	10:15 Uhr	evangelischer Gottesdienst
13.12.2024	14:30 Uhr	Weihnachtsfeier

ASB-Pflegezentrum Bad Hindelang

07.11.2024	15:00 Uhr	evangelischer Gottesdienst
14.11.2024	vormittags	St. Martin Laternenumzug Kindergarten
14.11.2024	15:00 Uhr	katholischer Gottesdienst
05.12.2024	15:00 Uhr	evangelischer Gottesdienst
06.12.2024	Nachmittag	Der Nikolaus kommt zu Besuch
13.12.2024	14:00 Uhr	Weihnachtsfeier
19.12.2024	15:00 Uhr	katholischer Gottesdienst

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

Bewohnervertretung ASB-Pflegezentrum Bad Hindelang

Liebe Bewohnerinnen, liebe Bewohner, liebe Angehörige,

wir, die neu gewählte Bewohnervertretung, möchten uns gerne bei Ihnen kurz vorstellen.

Bei der Wahl zur Bewohnervertretung wurden wir von Ihnen gewählt, in der konsultierenden Sitzung am 8. Oktober 2024 wählten wir die Vorsitzende, Frau Kerstin Lindemann und die stellvertretende Vorsitzende, Frau Monika Huber.

Wir möchten Sie einladen mit uns in Kontakt zu treten, nach dem Motto „wir reden miteinander und nicht übereinander“. Um mit uns in Kontakt zu treten können Sie uns im Briefkasten neben der Treppe am Haupteingang im Erdgeschoss im ASB-Pflegezentrum Bad Hindelang gerne eine schriftliche Nachricht hinterlassen oder uns anrufen. Frau Monika Huber können Sie telefonisch unter der Rufnummer 08324 1613, Frau Kerstin Lindemann unter der Rufnummer 0176 30117582 erreichen.

Des Weiteren bieten wir Ihnen einmal im Monat, jeweils am ersten Dienstag im Monat die Möglichkeit, uns direkt im ASB-Pflegezentrum Bad Hindelang zu treffen:

5. November 2024 im Aufenthaltsraum Wohnbereich Steineberg

3. Dezember 2024 im Aufenthaltsraum Wohnbereich Iseler

Wir freuen uns auf einen regen Austausch miteinander.

Ihre Bewohnervertretung



Kalenderblatt November 2024

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Besondere Tage
				1*	2	3	1. Nov. - Allerheiligen
4	5	6	7	8	9	10	2. Nov. - Allerseelen
11	12	13	14	15	16	17	11. Nov. – Martinstag
18	19	20**	21	22	23	24	17. Nov. – Volkstrauertag
25	26	27	28	29	30		20. Nov. – Buß- und Betttag
							24. Nov. – Totensonntag
<p>* Feiertag in Baden-Württemberg, Bayern, Nordrhein-Westfalen, Rheinland-Pfalz, Saarland</p> <p>** Feiertag in Sachsen</p>							

Musikgenuss ist nicht nur den Opernsälen und Konzerthallen vorbehalten. Auch das eigene Heim kann zur Bühne eines wunderbaren Ohrenschmauses werden.

Anfang dieses Monats findet in Hamburg, Bonn und Köln das Festival „Musik in den Häusern der Stadt“ statt. Dabei treten Künstler an den ungewöhnlichsten Orten auf – von der Küche eines Restaurants über eine Kirche bis hin zu einem ganz normalen Wohnzimmer. So können auch Menschen Anschluss zur Musik finden, denen er sonst vielleicht verwehrt bleibt – und erfahrene Kunstgenießer können die vertrauten Klänge in einem ganz anderen Rahmen auf sich wirken lassen.

Berühmte Geburtstagskinder

Am 26. November 1939 kam die „Königin des Rock'n'Rolls“ zur Welt: Tina Turner. In diesem Jahr hätte sie ihren 85. Geburtstag feiern können. Einer ihrer größten Hits war „What's love got to do with it“.

Auch die bezaubernde Schauspielerin Grace Kelly wurde im November geboren, und zwar am 12. des Jahres 1929. Sie wäre in diesem Jahr 95 Jahre alt geworden. Weltberühmt wurde sie u. a. durch den Hitchcock-Klassiker „Das Fenster zum Hof“.

Wechsel im Weißen Haus

Am 5. November werden die Amerikaner zu den Urnen gebeten. Es stehen nämlich die Präsidentschaftswahlen an! Das Ergebnis wird einen großen Einfluss auf die Weltpolitik haben, denn die USA ist ein sehr mächtiges Land. Deshalb verfolgen viele Menschen die Wahlen mit Anspannung und Aufregung.

Der schnellste Narr

Am 11. November läuten die Kölner wieder ihre Lieblingsjahreszeit ein: den Karneval! Er beginnt unter anderem mit einem spannenden Marathon, bei dem sich die Teilnehmer verkleiden dürfen. Sport, närrisches Treiben, Spaß und Schweiß lassen sich eben ganz hervorragend miteinander verbinden.

Rückblick: heute vor 35 Jahren

Am Abend des 9. November 1989 wurde die Berliner Mauer geöffnet. Die Bürger der DDR durften damals erstmals wieder ungestraft in den Westen ziehen. Anfangs noch ungläubig über diese unerwartete Wendung, wagten Tausende von Menschen den Schritt in die Freiheit. Am Brandenburger Tor brach sogar spontan eine Feier aus, die einen ganzen Tag anhielt!

Sternzeichen



Bilder aus Oberstdorf



Unser Bewohner [REDACTED] wurde im September von seinen Angehörigen zum Geburtstag überrascht. Drei Alphornbläser spielten für ihn wunderschöne Stücke. Herr Kuske, seine Angehörigen und unsere Bewohnerinnen und Bewohner genossen die Überraschung. Vielen Dank den Angehörigen für diese tolle Überraschung!



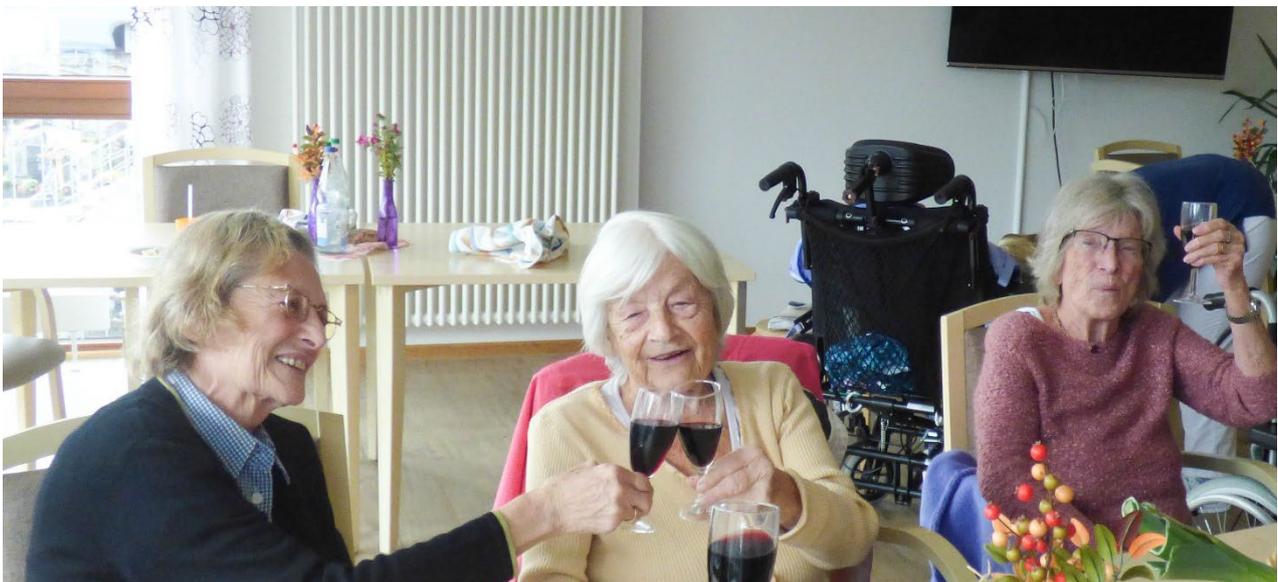
Gemeinsam bereiteten unsere Bewohnerinnen und Bewohner mit unseren Mitarbeiter:innen der sozialen Betreuung zu Erntedank die ganze Woche über kleine Snacks zu, wie Kürbissuppe, Kürbissticks oder Bratkartoffeln. Alle hatten viel Spaß und es hat alles lecker geschmeckt!



Bilder aus Bad Hindelang



Erntedank – unsere Bewohnerinnen und Bewohner frühstückten gemeinsam und verbrachten gemeinsam einen gemütlichen Vormittag.



Jahrmarktslied

von Hoffmann von Fallersleben (Auszug)

Zum Jahrmarkt! heißt die Losung heut,
Darauf haben wir uns längst gefreut.
Da kann man kaufen, hören, sehn
Und ohne Geld nach Hause gehen.



Krambuden hier in langen Reihen!
Die Krämer schreien: Kauft ein! Kauft ein!
Gedränge und Lärm, Musik und Sang –
sollt einem werden Angst und Bang.

Kunstreiter auf dem Rasen dort!
Hört, wie sie blasen immerfort
Hanswurst macht seine Possen auch
und hält vor Lachen sich den Bauch.

Hier ist zu sehen, ganz wundernetzt!
Ein Wachsfigurenkabinett:
Die Potentaten aller Welt
Und heut ums halbe Eintrittsgeld!

O welch Vergnügen aller Art!
Und wer sein Geld hat noch gespart,
Der kann's verreiten hier ganz schnell:
Er setzt sich auf das Karussell.



Rätsel

Sudoku

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

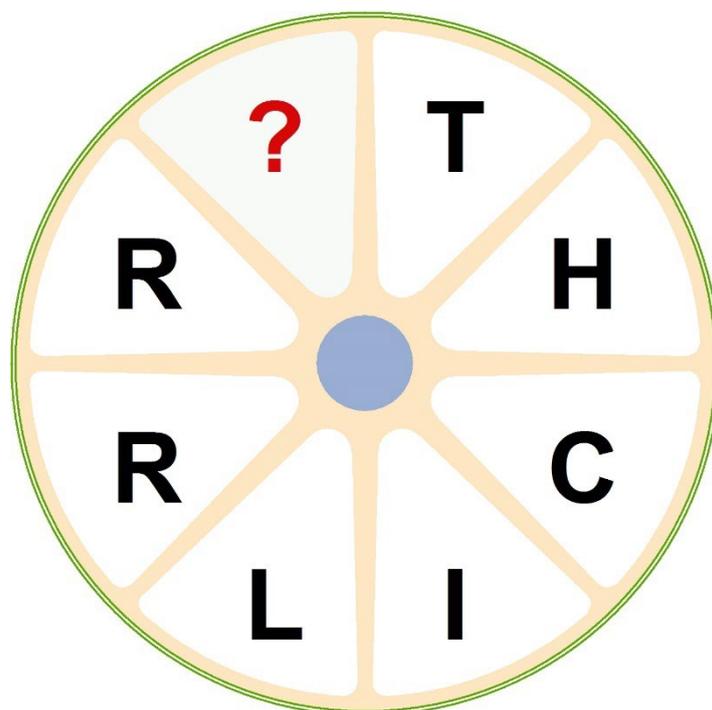
- in jeder Zeile
- in jeder Spalte
- in jedem 3 x 2 Kasten

die Ziffern von 1- 6 vorkommen

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

Wort Rad

Das Fragezeichen muss durch einen Buchstaben ersetzt werden, damit ein sinnvoller Begriff entsteht. Probieren Sie aus, an welcher Stelle das Wort beginnt und in welche Richtung (im oder gegen den Uhrzeigersinn) Sie es lesen können.



Kreuzworträtsel mit Hilfsbuchstaben

militärischer Dienstgrad	Jagd mit Greifvögeln	gewiefter Mensch (franz.)	▼	musikalischer Halbton	Beiname der Thatcher („... Lady“)	Geldrückzahlung	▼ E
└	▼ F	▼ F		Z	○ ₄		
└ M	A	○ ₆	○ ₁	Einzelwort		Wald ausdünnen	
Kolbenge treide	L	L	Einheit d. elektr. Spannung	▼ V		▼	T
Hauptstadt Mikronesiens	└ K	O			N	○ ₂	
└	N	U	Erfordernis		Abk.: cum tempore	└	T
afrikanische Kuhantilope	○ ₇	Entscheidungsgewalt	└ M				T
Diebstahl mit Gewalt	└ R			○ ₃	chinesischer Politiker (Peng)	T	
Traubensorte	E	chemisches Element	└		▼ L		○ ₈
○ ₅	I			L			
1	2	3	4	5	6	7	8

Hinweis zur Lösung: russische Region mit extremem Klima

Bilderrätsel

Wer findet die sechs Fehler im rechten Bild?



Brückenwörter

Folgende Wörter sind am richtigen Platz einzufügen: ENKEL, FEUER, GENE, GEWITTER, HAUS, HITZE, LAGE, LEICHT, WASSER, WEIT

TAKE												RIST
WELT												BLICK
WAERME												REGEN
ANTI												RATION
SOMMER												WELLE
KIEL												BALL
VIEL												ATHLET
GROSS												SOHN
KLUB												TAUBE
LAGER												LILIE

Lösungswort (rote Markierung): Grünfläche im Freibad

Blaues Blut: Eine adlige Sozialarbeiterin



Königin Juliana mit dem jüngsten Tochter, Prinzessin Margriet, circa 1940. © Koninkrijk der Nederlanden (Rijksmuseum)

Wenige Königinnen standen ihrem Volk so nahe wie Juliana, die Regentin der Niederlande. Sie hielt nichts auf höfisches Gehabe, wie z. B. den Knicks zur Begrüßung oder die Anrede „Königliche Hoheit“. Sie wollte sich nicht als kühle, unnahbare Regentin zeigen, sondern ihren Untertanen das Königshaus nahebringen.

Einer Legende zufolge fuhr sie gelegentlich sogar selbst mit dem Fahrrad in die Stadt, um ihre Einkäufe zu erledigen! Und als sie mit ihren Töchtern während des Zweiten Weltkriegs vor den Nazis nach Kanada fliehen musste, bat sie die dortige Regierung, sie einfach wie jede andere Familie zu behandeln.

Als junges Mädchen wurde Juliana schon früh auf ihr späteres Amt vorbereitet. Sie erhielt zu Hause intensiven Unterricht in Sprachen, in Politik, in Wirtschaft, ... was musste ihr Kopf da geschwirrt haben! Aber sie erwies sich als sehr gefügig und eifrig. Ihre liebenswerte Art gewann rasch die Herzen aller Angestellten im Palast und später auch der ihres Volkes.

Als 1953 eine heftige Sturmflut das Land traf, war sie sofort zur Stelle. In Gummistiefeln und Kopftuch watete sie über die überfluteten Felder, um den Bewohnern beizustehen. Ein solches Verhalten war von einer Königin unerhört, aber für Juliana war es selbstverständlich. Tatsächlich wäre sie gerne Sozialarbeiterin geworden.

So sehr schätzte sie den Wert jedes Menschen, dass sie sich weigerte, Hinrichtungen zuzustimmen. Damals herrschte in den Niederlanden noch die Todesstrafe, aber selbst Kriegsverbrecher durften bei ihr auf Nachsicht hoffen.

Prinzessin Beatrix, ihre älteste Tochter und später selbst Königin der Niederlande, wählte übrigens einen ganz anderen Weg: Sie distanzierte sich wieder vom Volk und legte mehr Wert auf höfische Zeremonien und die königliche Erhabenheit.

Haben Sie dran gedacht?

Ihre Hausärztin / Ihr Hausarzt berät Sie rund um Ihre Fragen zum Impfschutz – Grippe – Gürtelrose –





impfen-info.de
Wissen, was schützt.

Schützen Sie sich. Jährliche Impfung ab 60.

Kommen Sie der Grippe zuvor.

Die jährliche Grippeimpfung wird empfohlen für über 60-Jährige, Menschen mit chronischen Erkrankungen sowie für Schwangere und medizinisches Personal.

© Gabelitz/Erva/Getty Images



Bundeszentrale
für gesundheitliche
Aufklärung

ROBERT KOCH INSTITUT



Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die jährliche Impfung gegen Grippe für alle, die ein erhöhtes Risiko für schwere Krankheitsverläufe haben (z. B. Menschen ab 60 Jahre, chronisch Kranke jeden Alters, Schwangere), sowie Menschen, die Risikopatienten betreuen (z. B. medizinisches Fachpersonal).
www.impfen-info.de/grippeimpfung



Herausgeberin: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), 50819 Köln · DIN A3 Innereumplakat „Influenza – 60+“
Ausgabe: 3.4.00.22 · Artikelnummer: 62004300 · Druck: Kern GmbH, In der Kolling 120, 66450 Badach · Dieses Medium wurde klimaneutral gedruckt.

Vorname Raphael: Ein himmlischer Künstler

Der Name „Raphael“ hat einen göttlichen Klang. Kein Wunder: Seine Bedeutung setzt sich nämlich aus den hebräischen Wörtern für „Gott“ und „heilen“ zusammen. Übersetzt bedeutet er also „Gottes heilende Hand“ oder „Gott hat geheilt“.

In der christlichen Religion ist Raphael einer der vier Erzengel und gilt als Begleiter der Reisenden und Heiler der Kranken.

Der wohl berühmteste irdische Träger dieses Namens ist Raffael, ein italienischer Künstler der Renaissance. Er schuf sehr bewegende Bilder, darunter auch viele religiöse Motive.

Nachname Hahn: Ein gefiederter Freund

Viele Familiennamen in Deutschland, Österreich und der Schweiz gehen auf einen Beruf zurück. Dazu gehören z. B. Koch, Schulze oder Müller. Etwas aus der Reihe tanzt da der „Hahn“ – wie hat sich denn ein solches Tierchen unter die Nachnamen eingeschlichen?



Tatsächlich wurde er früher zur Beschreibung eines Menschen genutzt, d.h. als Eigenschaftsname.

Jemand wurde so genannt, wenn er besonders stolz oder auch streitlustig war; wenn sein Verhalten also dem eines Hahnes glich. Heute stimmt das zum Glück nicht mehr!

Der wohl berühmteste Träger dieses Namens ist Otto Hahn, der deutsche Chemiker. Seine Entdeckungen trugen bedeutend zur Entwicklung der Atomenergie bei.

Rezept von der Enkelin: Herzhafter Pfannkuchen

Zutaten:

Für den Teig:

300 g Mehl
 4 Eier
 350 ml Milch
 150 ml Mineralwasser
 1 TL Zucker
 1 Prise Salz
 4 TL Butterschmalz
 (1 TL pro Pfannekuchen)

Für den Belag:

2 Paprika (rot/gelb)
 2 Zwiebeln
 200 g Champignons
 1 Peperoncini
 2 Tomaten
 200 g geriebenen
 Emmentaler

Die Zwiebel schälen und würfeln. Die Kerne aus der Paprika entfernen und kleinschneiden. Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Dann noch die Tomaten würfeln und alles in einer kleinen Pfanne mit dem Öl erhitzen.

Das Mehl in die Schüssel geben. Die Eier, Milch, Mineralwasser sowie den Zucker und etwas Salz dazugeben und mit einem Schneebesen verrühren.

1 TL Butterschmalz z.B. Butaris in der Pfanne erhitzen und mit einer Kelle den Pfannkuchenteig von der Mitte aus einfüllen und durch schwenken der Pfanne bis zum Rand der Pfanne verteilen. Den goldbraunen Teig wenden und mit dem geriebenen Käse bestreuen. Nachdem der Käse geschmolzen ist, den Pfannkuchen

von der Pfanne auf einen flachen Teller gleiten lassen und mit dem Belag (Pilzen, Paprika, Tomaten, etc.) belegen. **Guten Appetit!**



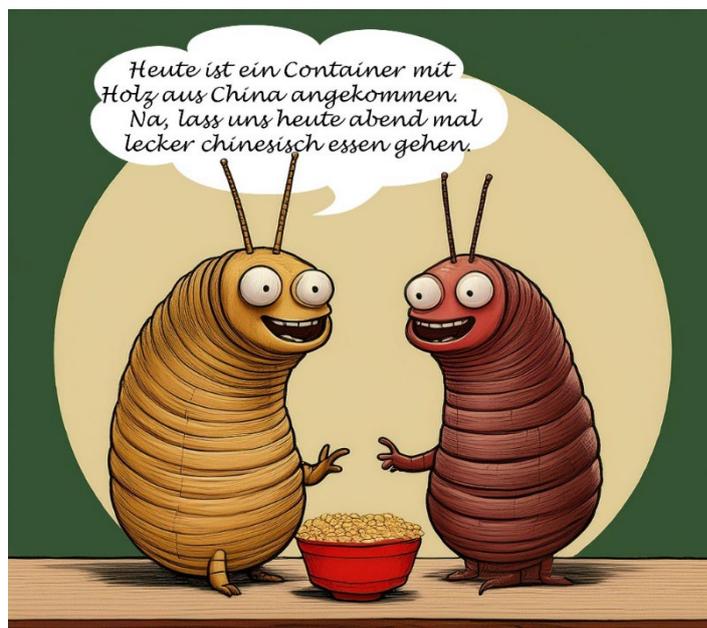
Lachen ist gesund ...

Der Juniorchef hat das Gefühl, dass seine Angestellten ihm nicht den notwendigen Respekt zollen und hängt an seine Bürotür ein Schild mit folgenden Worten: „Ich bin der CHEF!“ Am späten Nachmittag sagt seine Sekretärin zu ihm: „Ihre Frau hat angerufen und will, dass Sie ihr Schild heute Abend wieder mitbringen!“

Herr Huber schaut sich den Jungen ihm gegenüber mit der Schnupfnase eine ganze Zeitlang an und sagt dann: „Hast du denn gar kein Taschentuch?“ „Doch, aber das verleihe ich nicht!“

An der Rolltreppe hängt ein Schild: „Bei Benutzung der Rolltreppe sind Kleinkinder auf dem Arm zu tragen“. Ein Passant läuft daran vorbei und brüllt: „Wo kriege ich denn auf die Schnelle ein Kleinkind her?“

Ein Vater spielt im Freizeitpark mit seinem Hund Schach. Eine vorbeilaufende alte Frau schaut und sagt: „Sie haben aber einen klugen Hund!“ „Nee, da täuschen Sie sich, der verliert dauernd!“



Auflösung der Rätsel

Auflösung Bilderrätsel



Auflösung Brückenwörter

TAKE			L	A	G	E		RIST		
WELT		W	E	I	T			BLICK		
WAERME			G	E	W	I	T	T	ER	REGEN
ANTI			G	E	N	E				RATION
SOMMER	H	I	T	Z	E					WELLE
KIEL				W	A	S	S	E	R	BALL
VIEL			L	E	I	C	H	T		ATHLET
GROSS				E	N	K	E	L		SOHN
KLUB		H	A	U	S					TAUBE
LAGER				F	E	U	E	R		LILIE

Lösungswort: LIEGEWIESE

Auflösung Kreuzworträtsel

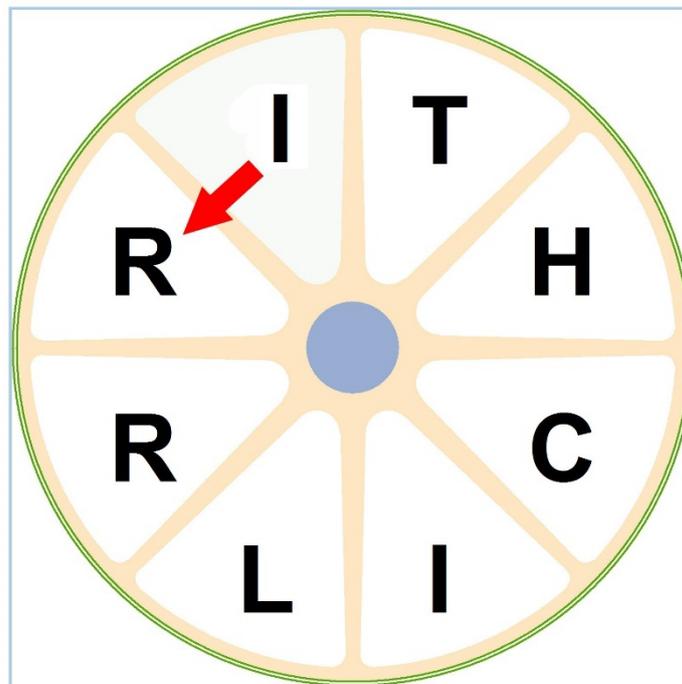
Auflösung Sudoku

		F				E		
O	F	F	I	Z	I	E	R	
M	A	I	S		R		S	
	L	L		V	O	L	T	
	K	O	L	O	N	I	A	
G	N	U		K			C	T
	E		M	A	C	H	T	
	R	A	U	B			T	U
	E		S	E	L	E	N	
R	I	E	S	L	I	N	G	

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

SIBIRIEN

Auflösung Wortrad



Auflösung: I R R L I C H T

Mit freundlicher Unterstützung



SCHNEIDER
RAUMGESTALTUNG

Raumgestaltung Schneider

Michael Schneider

📍 Alpgasse 4, 87541 Bad Hindelang

🌐 www.raumgestaltung-schneider.de

✉ info@raumgestaltung-schneider.de

**Computertechnik
Osterhammer**
Sonthofener Str. 45 - 87509 Immenstadt
Telefon: 08323-98080
FAX: 08323-98081
eMail: CTO@Osterhammer.de
Internet: www.Osterhammer.de



Vallis Apotheke
Oberstdorf

Raphaela Rappl e.K.
Fachapothekerin für Allgemeinpharmazie

Poststr. 10 · 87561 Oberstdorf
Tel 08322 940 700 · Fax 08322 940 707
www.vallis-apotheke.de
info@vallis-apotheke.de

Impressum:

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

Verantwortlich: Julia Rief und 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