

ASB „Huigarte“

Unsere Bewohnerzeitschrift



4. Ausgabe 2021

Juli / August

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

die Zeit vergeht wie im Flug, die Sommermonate liegen nun vor uns.

Im Juli haben wir in beiden Einrichtungen unsere Sommerfeste geplant, in Bad Hindelang möchten wir zudem unser 10jähriges Jubiläum feiern.

Ob wir die Sommerfeste, wie von uns geplant, mit Besuchern durchführen dürfen, wissen wir leider erst in den Tagen vor dem jeweiligen Termin. Dies ist von den Infektionsschutzmaßnahmenverordnungen der bayerischen Regierung und von den Inzidenzwerten im Oberallgäu abhängig. Bitte melden Sie sich als Angehörige / Besucher zur Teilnahme zum Sommerfest an.

In den vergangenen Wochen konnten wir unsere Besucherregelungen großzügig lockern, wir haben damit sehr viel Eigenverantwortung an Ihre Besucher übergeben. Dennoch bleiben wichtige Verhaltensregeln für alle Besucher bestehen: Maskenpflicht während des gesamten Aufenthalts in unseren Einrichtungen und in den Gärten, Abstand halten und die Hygieneregeln beachten. Es können sich leider nicht alle Bewohner/innen und Mitarbeiter/innen aus gesundheitlichen Gründen impfen lassen, sodass wir auf diese Menschen ganz besonders achten müssen und ihnen auch unsere Solidarität gilt.

Sie sehen, das Leben geht weiter. Und wir freuen uns darauf. Wir alle müssen uns darauf einstellen, dass uns Corona ein Leben lang begleiten wird. Es wird aber immer bessere Impfstoffe und Therapien geben – davon bin ich überzeugt!

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

Wir trauern um unsere Bewohner 6

Veranstaltungen und Gottesdienste Bad Hindelang 7

Veranstaltungen und Gottesdienste Oberstdorf 7

Kalenderblatt Juli 2021 8

Vogel des Jahrs 2021: Das Rotkehlchen 10

Bilder aus Bad Hindelang 12

Gedichte 15

Rätsel 16

Persönlichkeiten 18

Lachen ist gesund 21

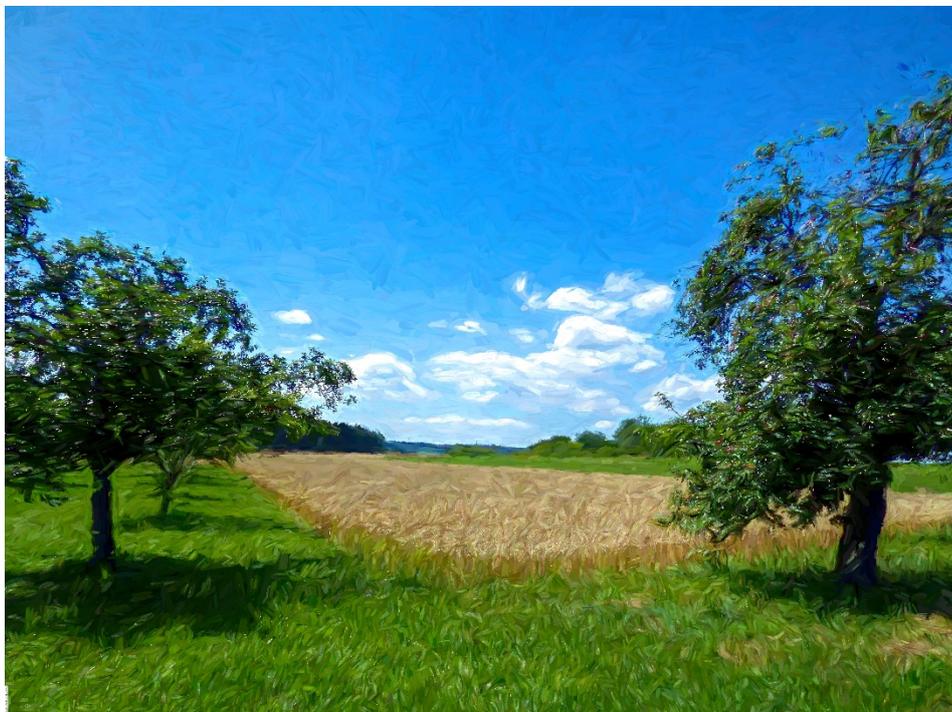
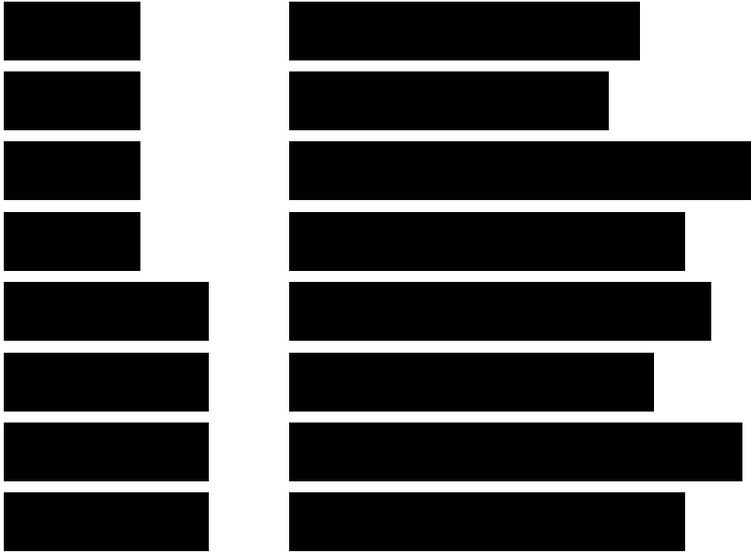
Geburtstagskind: Mireille Mathieu 22

Auflösung der Rätsel 23



Die hauseigene Seite für das Haus Herbstsonne

Wir wünschen Ihnen alles Gute zu Ihrem Geburtstag



Wir trauern um unsere Bewohner im Haus Herbstsonne

[Redacted text block]



Wir trauern um unsere Bewohner des Pflegezentrums Bad Hindelang

[Redacted text block]



Veranstaltungen und Gottesdienste Bad Hindelang

8. Juli 2021 evangelischer Gottesdienst
10. Juli 2021 Sommerfest im Pflegezentrum Bad Hindelang
Vorherige Anmeldung der Angehörigen /
Besucher notwendig!
15. August 2021 evangelischer Gottesdienst
- August Grillen bei schönem Wetter

Es gibt zahlreiche Wochenangebote, die Sie dem Aushang auf ihrem Wohnbereich und im Eingangsbereich entnehmen können.

Veranstaltungen und Gottesdienste Oberstdorf

1. Juli 2021 evangelischer Gottesdienst
15. Juli 2021 evangelischer Gottesdienst
22. Juli 2021 Sommerfest im Haus Herbstsonne Oberstdorf
vorherige Anmeldung der Angehörigen /
Besucher notwendig!
- August Grillen im Garten bei schönem Wetter
- August Ausflug auf die Laiter bei schönem Wetter
- August Waldbaden mit unseren Bewohnerinnen und
Bewohnern bei schönem Wetter

Es gibt zahlreiche Angebote zu den Themenwochen, die Sie dem Aushang auf Ihrem Wohnbereich entnehmen können.



Kalenderblatt Juli 2021

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 Juli ist ein Monat, in dem wir den Sommer mit allen Sinnen wahrnehmen. Unsere Nase atmet den frischen, herrlichen Sommergeruch ein, nach gemähtem Heu, nach blühenden Blumen ... Unsere Augen sehen all die herrlichen, leuchtenden Farben und die üppige Vegetation vor uns ... Unsere Finger streichen durch das hohe Gras, pflücken Blüten, winden Kränze ... mit dem ganze Körper tauchen wir in einen See ein ... Es ist ein herrlicher Monat, in dem wir das Leben in vollen Zügen genießen.

Aber nicht alles ist dabei eitel Sonnenschein. Schon manches Kind hat sich, während es barfuß über eine Blumenwiese lief, plötzlich weinend zu Boden geworfen, weil eine Wespe oder Biene es in den Fuß gestochen hat. Auch andernorts lauern im Sommer Gefahren. Beim Baden im See kann man sich zum Beispiel mit Badekrätze anstecken. Die ist zwar nicht gefährlich, ruft aber einen juckenden Hautausschlag hervor.

Den Sommer sollte man sich davon aber nicht verleiden lassen. Mit einem guten Buch und einer Tasse Tee auf der Terrasse lässt sich der Sonnenschein ganz ausgezeichnet genießen – in aller Ruhe!

Unser Garten im Juli

Jetzt im Sommer strotzt unser Garten nur so von leckeren Früchten: Erdbeeren, Himbeeren, Brombeeren, Johannisbeeren, Kirschen, ... Man könnte sich wie ein Kind unter den Baum (oder Strauch) legen und so richtig den Bauch vollschlagen! Aber als Gärtner muss man bereits ans nächste Jahr denken. Nun gilt es zum Beispiel, junge Erdbeerpflanzen in die Erde zu setzen, damit sie im kommenden Sommer Früchte tragen werden. Aber auch Herbstgemüse wie Möhren, Mangold oder Fenchel können nun ausgesät werden.

Die Tierwelt im Juli

Eines der leckersten Produkte des Sommers ist der Honig. Bienenvölker produzieren ihn nun aus dem Nektar der vielen Sommerblüten, von der Brombeere zum Weißklee, von der Linde zum Lavendel, vom Weidenröschen bis hin zur Distel. Sie verwenden aber auch Honigtau dazu, ein Sekret, das von Insekten hergestellt wird. Dieses finden sie ebenfalls auf den Pflanzen.

Berühmte Geburtstagskinder

Vor 85 Jahren, am 2. Juli 1936, wurde Rex Gildo geboren, der berühmte Schlagersänger und Schauspieler. Einer seiner größten Hits war "Fiesta Mexicana".

Auch Jean de la Fontaine ist ein Kind des Sommers: Der französische Schriftsteller wurde am 8. Juli 1621 geboren, also vor genau vierhundert Jahren. Bekannt wurde er vor allem durch seine Fabeln.

Rückblick: Heute vor 45 Jahren

Am 7. Juli 1976 wurde in Berlin das erste Frauenhaus Deutschlands eröffnet. Es bot Ehefrauen, die von ihren Männern misshandelt wurden, einen sicheren Zufluchtsraum. Bereits am Eröffnungstag suchten zwanzig Frauen und Kinder dort Schutz. Seitdem sind mehr als dreihundert weitere Häuser hinzugekommen.

Sternzeichen:

Krebs	22. Juni	–	22. Juli
Löwe	23. Juli	–	23. August

Vogel des Jahrs 2021: Das Rotkehlchen

Der Naturschutzbund Deutschland e.V. (NABU) hat das Rotkehlchen auf den Thron „Vogel des Jahres 2021“ gesetzt. An der Wahl haben sich mehr als 455.000 Menschen beteiligt. In Deutschland ist der Bestand derzeit nicht gefährdet, denn es leben ca. 4 Millionen Brutpaare in unseren Gärten.



Ich erinnere mich noch gut an den Futterkasten, den meine Mutter auf der Veranda aufgestellt hatte. Wenn der Herbst kam, wurde er mit Vogelfutter bestückt und kaum war die Ablage voll mit Körnern, kamen sie auch schon an ihre gefiederten Freunde.

Das zierliche Rotkehlchen mit der leuchtend roten Brust war leicht zu erkennen und von den anderen Vögeln zu unterscheiden. Schnell stoppte es seinen Anflug, landete am Rand des Kastens und fing umgehend an, in den Körnern und harten Brotstücken zu scharren und zu picken.

Man hatte den Eindruck, dass es wählerisch war. Noch lange nicht jedes Korn fand Gnade vor seinem Schnabel. Kurz darauf flog es in den nahen gelegenen großen Rhododendron-Strauch, richtete sich auf und begann aus voller Kehle seinen Gesang zu schmettern – besonders die Männchen kann man das ganze Jahr über und zu jeder Tageszeit hören. Da es auch sehr zutraulich ist, hatten wir über den Winter viel Freude am Beobachten. Es kam sogar bis aufs Fensterblech, um uns zwitschernd zu begrüßen.

Bei uns ist das Rotkehlchen eine weit verbreitete Vogelart. Es brütet bevorzugt im Unterholz von Wäldern, Hecken und Gebüschen, wo es seine Nester baut. Auch in feuchten Gegenden, in der Nähe von Seen und Bächen hält es sich gern auf. Sie ernähren sich von Insekten und Käfer, von Schmetterlingsraupen, Ameisen und Blattläusen. Im Herbst enthält ihr Speiseplan Beeren und Früchte.

Das Leben eines Rotkehlchens ist meist von kurzer Dauer, häufig nur bis zum nächsten Herbst, aber es gibt auch dokumentierte Ausnahmen. Die Brutzeit ist von April bis Juli. Ein Gelege enthält bis zu 3 Eier, die Jungen schlüpfen innerhalb von 13 bis 15 Tagen. Beide Eltern kümmern sich fürsorglich um ihren Nachwuchs. Auch die ersten Ausflüge finden unter ihren wachsamen Augen statt. Dabei teilen sich die Eltern häufig auf, um jeweils eine Gruppe separat betreuen zu können. Schon die Jungen schnattern und zwitschern lebhaft miteinander, bevor es mit dem eigentliche



Bilder aus Bad Hindelang

Das Lächeln, das du aussendest, kehrt zu dir zurück.

indisches Sprichwort

Vielen lieben Dank den beiden Besuchern für die gelungene Überraschung mitten in unserer Dekoration im ASB Pflegezentrum Bad Hindelang. Die Überraschung hat uns allen beim hoch gehen an den Arbeitsplatz zum Lächeln und uns zum Freuen gebracht!



Endlich sind auch wieder Gruppenangebote für alle Wohnbereiche zusammen möglich.



Bewegung – Sport – Spiel mit viel Spaß!



Nach dem täglichen Fußmarsch durch den Garten noch ein bisschen Unkraut zupfen.

Nach 15 Monaten Zwangspause fand am 05.06. endlich wieder der beliebte Wochenausklang statt. Unser Barwagen hatte, neben leckeren Knabbereien, auch allerlei flüssige Köstlichkeiten zu bieten. Unsere Senioren und Seniorinnen bestellten schon im Vorfeld ihren Favoriten Drink. Ramazzotti mit Eis, Aperol Spritz, Sekt, Wein oder diverse Schnäpse waren dabei im Programm. Es wurde ein lustiger Abend für alle.



Gedichte

Erinnerung

von Heinrich Seidel

All der Jugend heißes Sehnen
Es entschwindet wie ein Traum –
Unter Lust und unter Tränen
Geht die Zeit, wir merken's kaum.

Ewig nur voll holden Klanges
Tönet die Erinnerung fort.
Weinen macht uns ihres Sanges
Herzbewegend Zauberwort.

Seifenblasen

Immer eine nach der andern,
Und die schönste schwebt hinauf,
Wo die lichten Wölckchen wandern,
Blaue Lüfte, nehmt Sie auf!

Oder lockt Sie fernes Singen,
Wo die Lerche nimmt den Flug?
Möchte Sie auf Windesschwingen
Eilen mit der Vöglein Zug?

Immer höher geht es immer
Goldner winkt der Strahl des Lichts,
Malt den Schaum mit buntem Flimmer,
Doch – der Traum zerplatzt – in nichts!



Rätsel

Wortrad

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

Hinweis zur Lösung:

Abgabefrei



Brückenwörter

HOLZ										BINDER
AUTO										ANSCHLUSS
MITTEL										KUPPE
FLUSS										TIER
WOHIN										WEHR
LAUB										MEHL
ERNTE										SUCHT
GOLD										BOGEN
VORSCHLAG										WERFEN
WELT										SPRUNG
EHREN										GESTALT
WILD										KURS
NACH										GRENZE
WARM										ARMUT

Die folgenden Wörter sind einzufügen: BLUT, FASS, FINGER, GEGEN, HAMMER, KREBS, MOND, REGEN, SAEGE, SICHT, TELEFON, TITEL, WECHSEL, WEIT

Kreuzworträtsel (mit Hilfsbuchstaben):

aktu- eller Bericht	▼	▼	Test	Kopf- knochen	S	Bilder- rätsel	R	Schul- leitung
┌		R		S			○ ₂	R
Macht- haber			Oper von Verdi	griech. Göttin der Jugend	H		B	E
US- Präsi- dent, Barack ...	O		▼	M		Laut des Ekels	U	○ ₆
┌			I	○ ₁		○ ₇	S	T
Frei- denker		scheues Waldtier		germa- nischer Speer	D		das Existie- rende (philos.)	O
○ ₈	A	▼		G		deutsche Vorsilbe		R
Auto- abstell- raum		E	spani- scher Artikel	▶	○ ₃	Abk.: Not- ausgang	○ ₅	A
vorher, früher	▶		○ ₄	R	Wind- rich- tung	▶		T

exzellenz Müller GmbH

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

Hinweis zum Lösungswort: beweglich, biegsam, agil

Persönlichkeiten: Der Komponist des Dramatischen

Ludwig van Beethoven war einer der bedeutendsten Künstler der Klassik und Romantik. Seine Werke waren bahnbrechend für die Entwicklung der Musik. Sie sind auch jetzt, zwei Jahrhunderte später, noch immer von einer zeitlosen Schönheit, die Alt und Jung in ihren Bann schlägt.

Geboren wurde der große Künstler vermutlich am 16. Dezember des Jahres 1770 in Bonn. Ein genaues Datum ist nicht übermittelt; seine Taufe fand am 17. Dezember statt. Da sein Vater als Sänger und Musiklehrer arbeitete, erhielt Ludwig bereits früh eine gute musikalische Erziehung. Im Alter von 14 Jahren wurde er als Organist am Hofe des Kurfürsten eingestellt. Sein Talent war so offensichtlich, dass man davon sprach, er könne ein "zweiter Mozart" werden.

Mit 22 zog Beethoven nach Wien, wo er Unterricht bei Joseph Haydn erhielt. Dort machte er sich rasch einen Namen als Pianist und Komponist. Zu seinen hunderten Werken gehören u.a. die "9. Sinfonie" mit "Freude, schöner Götterfunken", die heute zur Europa-Hymne weiterverarbeitet wurde, die Oper "Fidelio", die Mondscheinsonate, die Schicksalssymphonie und "Für Elise" (Bagatelle für Klavier in a-Moll). Ihnen allen ist eine Dramatik eigen, die oft in grandiosen Finalen gipfelt.

Beethovens Charakter wird als "ungebändigt" beschrieben: sehr intensiv, schwermütig, willensstark, mitunter hitzig, was immer wieder zu Verwerfungen mit Freunden und Angestellten führte. Das ist bei großen Genies jedoch nichts Ungewöhnliches; tatsächlich scheinen Exzentrik und Talent oft Hand in Hand zu gehen.

Beethoven heiratete nie, sondern musste unter den Schmerzen einer unerfüllten Liebe leiden. Die junge Gräfin Josephine Brunsvik, die sein Herz erobert hatte, konnte ihm ihre Hand nicht reichen. Sie war eine Witwe mit vier Kindern, die sie aufgrund der damaligen Gesetze verloren hätte, wenn sie einen Nicht-Adeligen geheiratet hätte. So mussten sich die beiden mit glühenden Liebesbriefen begnügen ... Vermutlich hatten sie jedoch eine Affäre und Josephine gebar ein Kind des Künstlers, die Tochter Minona (1813).

Arzneipflanze des Jahres 2021: Die heilsame Myrrhe

Der dornige Myrrhenbaum ist beheimatet im trockenen, nördlichen Afrika und sowie auf der arabischen Halbinsel. Er kann bis zu 4 Meter hoch werden. Seine Rinde sondert bei Verletzungen ein gelblich-rotes Harz ab, um die Wunde wieder zu verschließen. Dieses Harz wird geerntet und in der Heilkunde eingesetzt. Allerdings braucht der Baum danach auch wieder Ruhe- und Erholungsphasen.

Als die Heiligen Dreikönige sich aufmachten nach Bethlehem, trugen sie als Geschenk für das Neugeborene bei sich: Gold, Weihrauch und Myrrhe. Die beiden letzten waren Baumharze, die schon damals als wertvolles Heilmittel galten. Die Myrrhe war ein süßliches, warm riechendes Harz, das auch getrocknet wurde. Man nutzte sie bei der Behandlung von Wunden zur Entzündungshemmung, bei Beschwerden der Atemwege und des Verdauungstraktes. Im Alten Ägypten nutzte man Myrrhe auch als Öl zum Salben von Priestern und Königen. Diese Tradition wird auch in der Bibel fortgeführt und Myrrhe ist immer noch in der katholischen und orthodoxen Kirche ein Bestandteil des heiligen Salböls – manchmal auch vermischt mit Wein.



Aktuell werden die Substanzen der Myrrhe in klinischen Studien weltweit auf deren weitere Nutzung in der Medizin und Pharmazie untersucht und erforscht. Myrrhe wirkt bei Entzündungen im Mund, bei Husten, bei Magenschmerzen und bei Durchfall. In der Apotheke erhält man Myrrhe als Tinktur, die auf entzündetes Zahnfleisch gestrichen wird, oder man verdünnt einige Tropfen mit lauwarmem Wasser zum Gurgeln. Myrrhe gibt es auch in Tablettenform zur Behandlung von Blähungen und Krämpfen bei Magen-Darm-Störungen.

Lachen ist gesund ...

Der Lehrer fragt Fritzchen: „In der letzten Stunde haben wir über Eisbären gesprochen. Weißt Du noch warum die Eisbären weiß sind?“ Fritzchen überlegt kurz: „Na, das ist doch klar. Wenn sie blau wären hießen Sie Blaubären!“

Herr Mayer ruft die Bedienung an den Tisch: „Na, sagen Sie mal. In Ihrem Kirschkuchen sind keine Kirschen?!“ — „Na, im Hundekuchen sind ja auch keine Hunde!“

Robert zu seinem Skatfreund: „Ich war schon als Kind hochintelligent und konnte auch schon mit 10 Monaten laufen!“ „Und? Das nennst du intelligent? Ich habe mich noch mit 2 Jahren durch die Gegend tragen lassen!“

Fritz zu seiner Frau: „Schreibt man Pferd mit F oder V?“ Ehefrau: „Keine Ahnung, schreib doch einfach Gaul!“

Der kleine Bruno steht in der Galerie vor einem Bild, worauf nur ein Feigenblatt die Scham der Frau bedeckt. Seine Mutter fragt: „Worauf wartest du, mein Sohn?“ „Naja, darauf, dass es Herbst wird und die Blätter fallen.“

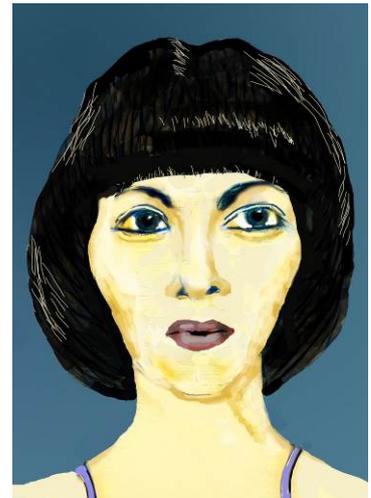
Opa Friedrich liest dem kleinen Philipp eine Gute-Nacht-Geschichte vor. Nach einer Weile schaut die Mutter ins Zimmer und fragt: „Ist er eingeschlafen?“ Der Kleine: „Ja, Gott sei Dank!“



Geburtstagskind: Mireille Mathieu

Am 22. Juli 1946 wurde eine der bedeutendsten Sängerinnen des 20. Jahrhunderts geboren: Mireille Mathieu. In diesem Monat kann sie ihren 75. Geburtstag feiern!

Sie entstammt einer armen französischen Familie und hat insgesamt dreizehn Geschwister. Bereits im Alter von vier Jahren sang sie in der Kirche. Einen Schulabschluss konnte sie nie erwerben, da sie bereits als Jugendliche mithelfen musste, die Familie zu ernähren.



Ihre Anfangsjahre als Sängerin waren steinig. Weil sie vom Land stammte, hatte ihre Stimme einen deutlichen Akzent. Außerdem litt sie unter einer Lese-Rechtschreib-Schwäche, sodass sie einige Worte nicht richtig aussprechen konnte. Der Klang ihres Gesangs war jedoch beeindruckend. Als sie mit 18 Jahren an einer Pariser Fernsehshow teilnahm, wurde Johnny Stark auf sie aufmerksam, ein französischer Manager. Unter seiner Führung wurde Mireille Mathieu bald zu einem landesweiten Star, und kurz darauf auch international! Zu ihren größten Hits gehören "La Dernière Valse" (1967), und "La Paloma Adieu" (1973). Sie hat auch einige Lieder auf Deutsch herausgebracht, wie z. B. "Meine Welt ist die Musik" (1998) und "Die Welt ist schön, Milord" (1985). Als wahres Multi-Talent sang sie auch in vielen anderen Sprachen: Finnisch, Spanisch, Russisch, Chinesisch, ...

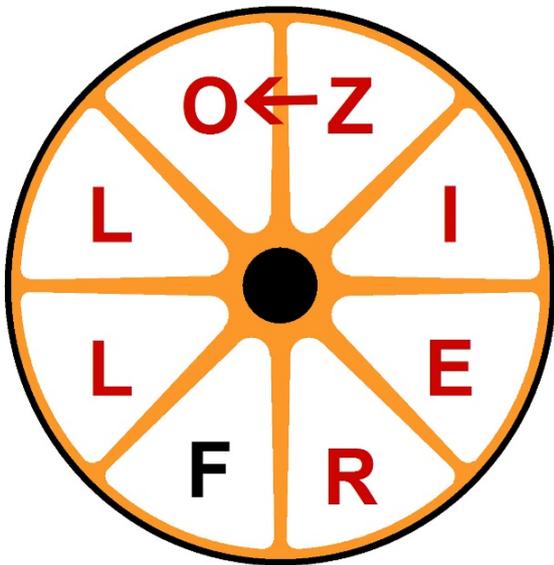
Ihre Lieder handeln meist von der Liebe und von ihrem Heimatland Frankreich bzw. von Paris. Mireille Mathieu ist Zeit ihres Lebens unverheiratet geblieben. Sie hat keine Kinder.

Sie ist kein Star, der mit Skandalen auf sich aufmerksam gemacht hätte, im Gegenteil: Sie ist tief im katholischen Glauben verwurzelt und besucht regelmäßig den Gottesdienst. Ihr Privatleben hält sie privat.

Durch ihren Gesang ist es ihr gelungen, wovon sie in jungen Jahren so sehr geträumt hatte: ihrer Familie aus der Armut herauszuhelfen. Ihr Leben verlief wie ein Märchen ...

Auflösung der Rätsel

Auflösung Wortquadrat



Lösung Wortad: **ZOLLFREI**

Auflösung Kreuzworträtsel

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

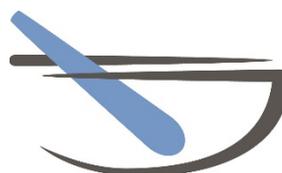
Lösung KW: **GELENKIG**

Auflösung Brückenwörter

HOLZ					F	A	S	S					BINDER	
AUTO			T	E	L	E	F	O	N					ANSCHLUSS
MITTEL				F	I	N	G	E	R					KUPPE
FLUSS			K	R	E	B	S						TIER	
WOHIN					G	E	G	E	N					WEHR
LAUB			S	A	E	G	E						MEHL	
ERNTE			M	O	N	D							SUCHT	
GOLD			R	E	G	E	N						BOGEN	
VORSCHLAG	H	A	M	M	E	R							WERFEN	
WELT					W	E	I	T					SPRUNG	
EHREN				T	I	T	E	L					GESTALT	
WILD			W	E	C	H	S	E	L					KURS
NACH		S	I	C	H	T							GRENZE	
WARM		B	L	U	T								ARMUT	

Lösungswort (senkrecht): **FLIEGENGEWICHT**

Mit freundlicher Unterstützung



Apotheke
Scharpf

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: kloepf@asb-allgaeu.de

**Redaktionsschluss für die 5. Ausgabe September / Oktober:
19. August 2021**