

ASB „Huigarte“

Unsere Bewohnerzeitschrift



5. Ausgabe 2021

September / Oktober

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

ein Sommer geht vorüber, mit sehr wechselhaftem Wetter – wir könnten auch sagen, es war ein Pandemiewetter, ein auf und ab, mal sonnig, mal regnerisch, mal mit Blitz und Donner. Trotzdem haben wir uns die gute Laune nicht nehmen lassen und zwei wunderschöne Tage für unsere Sommerfeste in unseren beiden Häusern gehabt. Mein herzlicher Dank gilt allen, die zum Gelingen dieser beiden Sommerfeste beigetragen haben.

Wir müssen weiterhin achtsam sein, wir wünschen uns nichts mehr, als dass wir die großzügige Besuchsregelung solange, wie nur möglich beibehalten können, auch wenn wir im August durch die behördlichen Vorgaben wieder strengere Regelungen einführen mussten. Der nun nahende Herbst und Winter wird noch einmal viel Geduld von uns abverlangen, wir bitten Sie, dann wieder so verständnisvoll mit uns zu sein, wie in der vergangenen Zeit, wenn wir die Besuche einschränken mussten. Uns ist es ein sehr großes Anliegen, Besuche weiterhin zulassen zu können, einen erneuten Besucherstopp möchten wir auf alle Fälle vermeiden. Deswegen ist es enorm wichtig, dass Ihre Besuche unter den 3-G Regeln: geimpft – genesen - getestet stattfinden und die Nachweise vorgelegt werden. Nur gemeinsam schaffen wir es, die Häuser offen zu halten.

In unseren beiden stationären Einrichtungen haben die Hausärzte im August mit der dritten Covid-19 Impfung begonnen. Sollten Sie noch nicht geimpft sein und eine Impfung wünschen, so ist es jederzeit möglich, durch die Hausärzte geimpft zu werden. Wenden Sie sich dann bitte vertrauensvoll an unsere Pflegedienstleitungen.

Wir sind gerne, wenn Sie ein Anliegen haben, Anregungen haben, Fragen haben, gerne für Sie zu einem Gespräch und Austausch für Sie da. Scheuen Sie sich nicht, uns anzusprechen

Herzlichst, Ihr



Uwe Kuchinke
Geschäftsführer

ASB Pflegezentrum Bad Hindelang und Haus Herbstsonne Oberstdorf

INHALT

Die hauseigene Seite für das ASB Pflegezentrum	4
Veranstaltungen und Gottesdienste Bad Hindelang	5
Die hauseigene Seite für das Haus Herbstsonne	6
Veranstaltungen und Gottesdienste Oberstdorf	7
Kalenderblatt September 2021	8
Bilder aus Bad Hindelang	10
Sommerfest in Bad Hindelang	11
Bilder aus Oberstdorf	15
Sommerfest in Oberstdorf	15
Rätsel	18
Lachen ist gesund	20
Fisch des Jahrs 2021: Der leckere Hering	21
Auflösung der Rätsel	23



Die hauseigene Seite für das ASB Pflegezentrum

Wir wünschen Ihnen alles Gute zu Ihrem Geburtstag

[REDACTED]	[REDACTED]



Wir trauern um unsere Bewohner des
Pflegezentrums Bad Hindelang

[REDACTED]



Veranstaltungen und Gottesdienste Bad Hindelang

2. September	evangelischer Gottesdienst
16. September	katholischer Gottesdienst
7. Oktober	evangelischer Gottesdienst
Oktober	Oktoberfest

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



Die hauseigene Seite für das Haus Herbstsonne

Wir wünschen Ihnen alles Gute zu Ihrem Geburtstag

[Redacted]	[Redacted]



Wir trauern um unsere Bewohner im Haus Herbstsonne

[Redacted]



Veranstaltungen und Gottesdienste Oberstdorf

02. September	evangelischer Gottesdienst
16. September	evangelisch Gottesdienst
30. September	katholischer Gottesdienst
14. Oktober	evangelischer Gottesdienst
28. Oktober	katholischer Gottesdienst

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



Kalenderblatt September 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			

Der September ist einer der wichtigsten Erntemonate. Die Natur bringt in reichem Maße hervor, was wir zur Nahrung brauchen. Noch sind viele der Sommerfrüchte und Gemüsesorten erhältlich, hinzukommen aber auch die ersten Produkte des Herbstes, wie z. B. Kürbisse oder Kohl. Das sorgt für einen herrlich vielfältigen Speiseplan!

Kein Gaumenschmaus, dafür aber ein Augenschmaus ist der "Tag des offenen Denkmals", der jedes Jahr am zweiten Sonntag im September stattfindet. Wie der Name schon sagt, öffnen bedeutende Bauwerke in ganz Deutschland ihre Türen für Besucher. Das ist vor allem bei solchen interessant, die der Öffentlichkeit sonst nicht zur Verfügung stehen. Der Eintritt ist kostenlos. Wer nicht vor Ort sein kann, findet auch im Internet viele Bilder der Gebäude. So kann er sie auf einem virtuellen Rundgang kennenlernen!

Die Weinlese

Im goldenen Herbst beginnt die Ernte einer der beliebtesten einheimischen Früchte: der Traube. Freilich, die Bündel werden nicht nur roh genascht oder zu Rosinen getrocknet, sondern zu einem großen Teil auch zu Wein verarbeitet. Auf dem Land liegt jetzt der leicht säuerliche Geruch nach vergärendem Obst in der Luft. Da kann man es kaum abwarten, bald den ersten Wein zu probieren!



Revierkämpfe unter Hirschen

Wer im September durch den Wald streift, kann oft das Röhren von Hirschen hören. Das hängt mit der Brunftzeit zusammen, die jetzt beginnt. Zum einen werden Weibchen durch den Ruf angelockt, damit sich die Hirsche mit ihnen paaren können; zum anderen werden Rivalen damit eingeschüchtert und vertrieben.

Berühmte Geburtstagskinder

Asta Nielsen, die berühmte dänische Schauspielerin, wäre am 11. September 140 Jahre alt geworden. Sie wurde 1881 in Kopenhagen geboren. Weltberühmt wurde sie durch ihre Rolle in Stummfilmen wie "Engelein" oder "Die freudlose Gasse".

Die Amerikanerin Serena Williams feiert in diesem Monat ihren 40. Geburtstag. Sie wurde am 26. September 1981 in Michigan geboren. Sie ist eine der erfolgreichsten Tennisspielerinnen aller Zeiten.

Rückblick: Heute vor 155 Jahren

Am 26. September 1876 gründete der Kaufmann Fritz Henkel in Aachen das gleichnamige Unternehmen. Innerhalb weniger Jahre konnte er mit der Produktion seines "Universalwasch-mittel" kaum noch nachkommen, so begehrt war es auf dem Markt. Heute ist die Marke international bekannt für ihre Reinigungsprodukte, wie z. B. "Persil", aber auch für Körperpflegemittel, wie z. B. "Schwarzkopf", und für Klebstoffe.

Sternzeichen:

Jungfrau	24. August	–	23. September
Waage	24. September	–	23. Oktober

Bilder aus Bad Hindelang



Höchste Zeit zu ernten.

Zwar hat Regen und Hagel die Ernte verzögert, aber dann waren einige Bewohnerinnen und Bewohner vom ASB Pflegezentrum Bad Hindelang / Wohnbereich Hirschberg sehr fleißig und haben fürs Mittagessen einen tollen Salat gezaubert.

Tomate, Gurke und Paprika kamen aus der Küche, verschiedene Pflücksalate, Schnittlauch und Petersilie aus unseren Hochbeeten. Die Erdbeeren reichten nicht zum Nachtisch, die sind sehr beliebt "To Go"



Sommerfest in Bad Hindelang am 10. Juli 2021



Am Samstag, 10. Juli 2021, konnten wir unser traditionelles Sommerfest zusammen mit der Feier zum 10jährigen Jubiläum des ASB Pflegezentrum Bad Hindelang bei schönem Wetter und herrlichem Sonnenschein durchführen.



Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der unterschiedlichen Bereiche halfen fleißig mit, dass dieses Fest stattfinden konnte, ab dem Vormittag wurde vorbereitet, Sitzgelegenheiten und Sonnenschirme aufgestellt und dekoriert. Die Mitarbeiter/innen und Mitarbeiter der Küche übertrafen sich wieder selbst mit ihrem tollen Angebot für den Gaumen, die Mitarbeiterinnen spendierten selbstgebackene Kuchen, alle Arbeiten liefen Hand in Hand. Herzlichen Dank allen für Ihre tolle Unterstützung an diesem Tag und auch schon in der Vorbereitung.



Endlich war es wieder soweit! Nach über 1 1/2 Jahren durften uns die Kinder aus dem Bad Hindelanger Kindergarten wieder besuchen! Alle - Kinder, Bewohnerinnen und Bewohner, unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter - genossen diesen gemeinsamen Vormittag. Wir hoffen alle, dass wir die Besuche nach den Sommerferien wieder regelmäßig durchführen können, ist es doch für alle eine enorme Bereicherung.



Bilder aus Oberstdorf

Sommerfest in Oberstdorf

Wir hatten ein wunderschönes Fest bei schönstem Sonnenschein - alle genossen das kleine Stück "Normalität" trotz der behördlich angeordneten und notwendigen Hygieneauflagen. Fischerman Sound sorgte für die musikalische Unterhaltung und der Auftritt der Tanzgruppe des TV Oberstdorf war das absolute Highlight. Unser Küchenteam verwöhnte unsere Bewohner und die Angehörigen mit einer großen Auswahl an leckerem Essen.





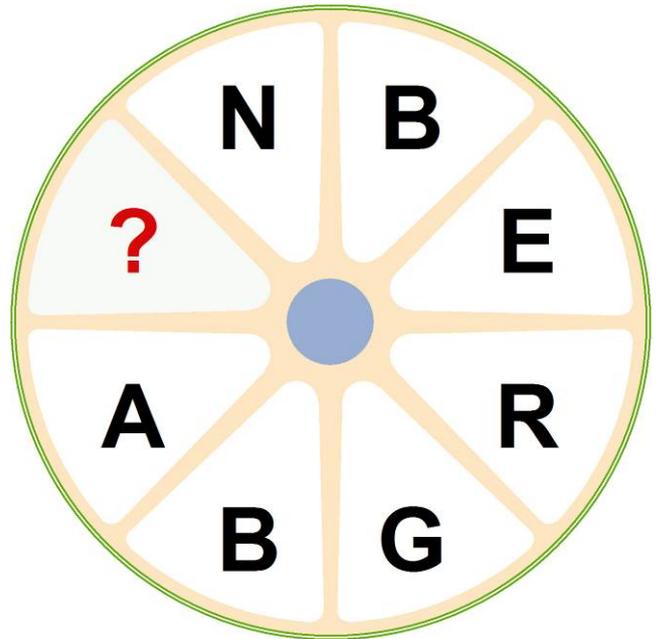


Rätsel**Wortrad**

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

Hinweis zur Lösung:

Seilbahn

**Sudoku**

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

Sudoku ist ein Zahlenrätsel. In die freien Kästchen trägt man die Ziffern von 1–6 so ein, dass

- in jeder Zeile
- in jeder Spalte
- in jedem 3x2 Quadrat

die Ziffern von 1–6 vorkommen.

Kreuzworträtsel (mit Hilfsbuchstaben):

deutsche Landes-haupt-stadt	Gerät zur Gasauf-nahme	Körner-frucht	kurz für: daran	R	Insel der Salo-monen	Nieren-sekret, Harn	brasil. Groß-stadt (Kw.)	span. Segel-kriegs-schiffe
↳	▼	G	▼	○ ₂		▼	▼	▼
schweiz. Univer-sitäts-stadt	○ ₁		R N	N	langge-streckte Meeres-bucht	▶		
Zinn-fole	▶		○ ₆	N		I		○ ₅
↳	O	○ ₃		E	Schreib-stift-einlage		rotes Wurzel-gemüse	
alt nord. Schick-sals-göttin		E	Schiffs-tacho-meter	L	▼	breiige, erdige Flüssig-keit	▼	B
gut-heißen	▶	B	▼	L		○ ₄	E	
früherer Name Tokios	▶	○ ₈	O	schmale Füh-rungs-rinnen	○ ₇	U T E	E	
Staats-geschäfte führen	▶					R		

exzellenz Miller GmbH

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

Hinweis zum Lösungswort: Landschaftsform, Gebirge

Lachen ist gesund

Stehen die spitzbübigen Zwillinge Jonas und Jan vor dem Rathaus und sehen wir ein Brautpaar gerade vor dem Tor bejubelt wird. Jonas: „Und, was meinst du, sollen wir sie mal erschrecken?“ „Klar!“ Beide laufen los und rufen: „Papa, Papa...!“

„Opa, warum wackelt die Kuh auf der Wiese so heftig.“ — „Na, die weiß das du morgen Geburtstag hast und bereitet die Schlagsahne vor.“

Die Großmutter zu ihrer Enkelin Sofie: „Mein Schatz, du darfst dir mal ein Buch von mir wünschen.“ Sofie: „Dann schenk mir doch bitte ein dickes Sparbuch.“

Brückenwörter

Die folgenden Wörter sind einzufügen: BERG, BLUT, FABRIK, FELD, GRUEN, LATEIN, LIEBE, NADEL, NAGEL, SCHADEN, VIEH, WURZEL, ZAUN, ZEIT

ZAHN										WERK
FEDER										HERDE
EISEN										GEMAESS
TOTAL										ERSATZ
EIGEN										VOLL
SPIEL										KETTE
ZIGARREN										HALLE
LAGER										HERR
JAEGER										AMERIKA
HAAR										WALD
KALT										WURST
DRAHT										EIDECHSE
DAUMEN										PROBE
LAUB										SCHNABEL

Hinweis zur Lösung: Reanimation

Fisch des Jahrs 2021: Der leckere Hering



© DAFV, Eric Otten

Der deutsche Angelfischverband hat den atlantischen Hering zum Fisch des Jahres ernannt. Der Hering ist nicht nur einer der häufigsten Fische weltweit, er ist auch einer unserer beliebtesten Speisefische. Er gehört zu den Schwarmfischen und trägt ein silbriges Schuppenkleid. Ein Hering wird im Höchstfall 45 Zentimeter lang und kann bis zu einem Kilogramm schwer werden. Meist liegen seine Werte aber deutlich darunter. Heringe leben in den Tiefen der Meere, nur abends bewegen sie sich zur Nahrungsaufnahme an die Oberfläche.

Bis zu 100.000 Tonnen Hering werden jährlich gefangen und sie erreichen damit einen hohen Marktanteil. Neben den Menschen haben auch Dorsche, Robben und Schweinswale den Hering immer wieder auf ihrem Speiseplan. Daher werden die Fangmengen für die Berufs- und Hobbyfischer zu seinem Schutz regelmäßig nach aktuellen Erkenntnissen festgelegt. Kein Wunder, dass man sich um seinen Bestand sorgt, zumal dieser in den letzten Jahren kontinuierlich rückläufig ist.

An unseren Nord- und Ostseeküsten wird Hering nicht nur von den Fischern gefangen, er ist auch ein geschätztes und preiswertes Hauptnahrungsmittel, das in vielen Varianten zubereitet und gegessen wird. Hierzu gehören auch die bekannten „Holländischen Matjes“. Als Matjes bezeichnete man junge, noch nicht geschlechtsreife Heringe, die in einer Salzlake in Eiche-fässern mindestens 5 Tage lang gereift werden. Sie sind besonders mild und leicht verdaulich. Auch der ausgewachsene Hering wird gern in Salzlake eingelegt. Das macht sein Muskelgewebe fester und den Fisch für längere Zeit haltbar. Diese Art der Lagerung kannte und nutzte man schon im Mittelalter. Damals

war das Salz noch ein seltenes und kostbares Handelsgut. So gab es beispielsweise zwischen Lüneburg und Lübeck die so genannte „Salzstraße“ auf der das teure Salz in speziell angefertigten Holzfässern transportiert wurde. Bewaffnete Begleiter achteten darauf, dass keine Überfälle stattfinden konnten. Salz wurde früher für Fisch und Fleisch als Konservierungsmittel eingesetzt – andere kannte man noch nicht.

Hering wird auch heute in unserer Küche auf vielfältige Weise verzehrt: gedünstet, geräuchert, gekocht, oder auch gegrillt. Beliebt bei Alt und Jung, und nicht nur an den Meeresküsten ist ein deftiger Heringssalat. Heringsstücke werden mit Äpfeln, Zwiebeln, Gurken, Dill und Remoulade zu einem herzhaften Salat verarbeitet, der gekühlt nicht nur in der Sommerhitze schmeckt. Dazu kommen frische Pellkartoffeln oder ein kräftiges, dunkles Bauernbrot. Eine Mahlzeit, die nicht nur gut schmeckt, sondern auch eine solide Grundlage ist für ein paar Flaschen kühles Bier an einem warmen Sommerabend draußen im Garten, am Ufer eines Sees, oder auf einer Wiese im Schatten grüner Bäume.

In Siglufjörður, einer kleinen Stadt auf Island, die von hohen Bergen umgeben ist, begann um 1900 der industrielle Fischfang. Eine der größten Fabriken für die Verarbeitung von Hering wurde dort errichtet und man exportierte ihn nach ganz Europa. Fast jede Dose kam aus diesem kleinen Ort. Anfang der 1970er Jahre war der Hering überfischt. Die Fabrik wurde geschlossen und wurde dann 1994 in das „Hering Era Museum“ umgewandelt. Seitdem ist die Geschichte des Fischfangs wieder lebendig.

Fragen: Hatten Sie in Ihrer Schulzeit schon mal etwas von einer Salzstraße gehört? Kennen Sie aus Ihrem Elternhaus Heringsgerichte? Welche sind das? Erzählen Sie uns davon!

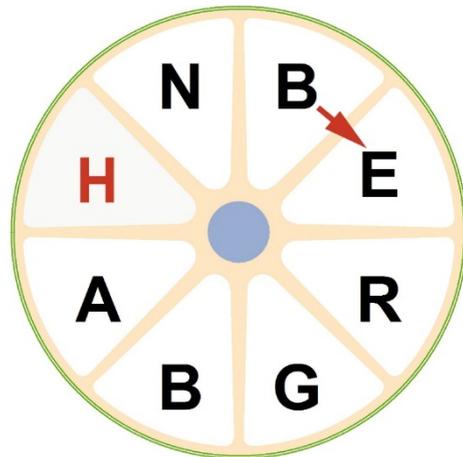
Auflösung der Rätsel

Auflösung Sudoku

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

Auflösung Wortrad:

BERGBAHN



Auflösung Kreuzworträtsel:

		R						
M	A	G	D	E	B	U	R	G
	B	E	R	N		R	I	A
	S	T	A	N	N	I	O	L
N	O	R	N	E		N		E
	R	E		L	M		B	O
	B	I	L	L	I	G	E	N
	E	D	O		N	U	T	E
	R	E	G	I	E	R	E	N

BERGLAND

Auflösung Brückenwörter:

Lösungswort:

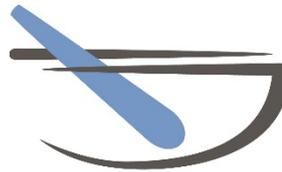
WIEDERBELEBUNG

ZAHN				W	U	R	Z	E	L	WERK
FEDER				V	I	E	H			HERDE
EISEN				Z	E	I	T			GEMAESS
TOTAL	S	C	H	A	D	E	N			ERSATZ
EIGEN				L	I	E	B	E		VOLL
SPIEL				B	E	R	G			KETTE
ZIGARREN				F	A	B	R	I	K	HALLE
LAGER				F	E	L	D			HERR
JAEGER				L	A	T	E	I	N	AMERIKA
HAAR			N	A	D	E	L			WALD
KALT						B	L	U	T	WURST
DRAHT			Z	A	U	N				EIDECHSE
DAUMEN						N	A	G	E	PROBE
LAUB						G	R	U	E	SCHNABEL

Mit freundlicher Unterstützung



Alpgasse 4 - 87541 Bad Hindelang



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

