

Hauszeitung

Ev. Altenhilfezentrum Ahnatal



Mai 2026

Liebe Leserinnen und lieber Leser,

am 8. Mai gedenken wir der Befreiung vom Nationalsozialismus – einem Tag von großer geschichtlicher Bedeutung. Er steht für das Ende von Krieg, Gewalt und Unfreiheit in Europa und erinnert zugleich an das unermessliche Leid, das Millionen Menschen erfahren mussten. Der 8. Mai ist deshalb nicht nur ein Tag des Rückblicks, sondern auch ein Tag der Verantwortung.

Er mahnt uns, die Vergangenheit nicht zu vergessen. Frieden, Freiheit und Menschenwürde sind nicht selbstverständlich. Sie müssen immer wieder geschützt, bewahrt und mit Leben erfüllt werden. Gerade in unserer Zeit wird uns bewusst, wie zerbrechlich Frieden sein kann. Der anhaltende Krieg in der Ukraine führt uns dies täglich vor Augen. Viele Menschen verlieren ihre Heimat, ihre Sicherheit und Angehörige. Umso wichtiger ist es, Solidarität zu zeigen, Menschlichkeit zu bewahren und die Hoffnung nicht aufzugeben. Auch Mitgefühl und Zusammenhalt sind Zeichen des Friedens, die wir im Alltag weitergeben können.

Der 8. Mai ist aber auch ein Tag der Zuversicht. Er erinnert uns daran, dass selbst nach dunklen Zeiten ein Neuanfang möglich ist. Dass Menschen zusammenstehen können, um Freiheit und Würde zurückzugewinnen. Und dass Frieden oft im Kleinen beginnt: mit einem offenen Ohr und einem freundlichen Wort, in gegenseitigem Respekt und im ehrlichen Bemühen, einander zu verstehen. Jede kleine Geste des Miteinanders kann dazu beitragen, unsere Welt menschlicher zu machen.

Mit dieser Ausgabe möchten wir deshalb nicht nur erinnern, sondern auch ermutigen – zum Mitfühlen, zum Nachdenken und zum gemeinsamen Blick nach vorn. Möge der Blick in die Geschichte uns helfen, die Gegenwart bewusster zu leben und die Zukunft friedlich und menschlich mitzugestalten.

Wir wünschen Ihnen einen schönen Mai.
Herzlichst, Ihr Team von der Hauszeitung



INHALT

Veranstaltungshinweise.....	4
Veranstaltungsplan der regelmäßigen Gruppenangebote.....	5
Wir begrüßen herzlich unsere neuen Bewohner:innen!	6
Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag	6
Gottesdienste	7
Wir trauern um.....	7
Monatsspruch.....	7
Kalenderblatt	9
Gemeinsames Kochen	11
Rustikaler Abend	12
Rückblick auf Ostern 2026	13
Der Freundes- und Förderkreis des Ev. Altenhilfe Gesundbrunnen e.V.	17
Fotoreise in die Bretagne	18
Frühlingsausflug entlang der Fulda: Die Kirschblüte bei Sonnenschein.....	19
Handglockenchor zu Besuch.....	20
Rikscha Saison ist eröffnet!	22
Tanz in den Mai mit Akkordeonnachmittag.....	23
Wie Herr Holle seine Welt vergrößerte <i>von Kristin Simos</i>	24
Gesund im Mai: Lächelnd in den Mai	26
Gedicht	27
Rätsel	28
Auflösung aus dem Monat Mai 2026.....	31
Lachen ist gesund	32
Impressum.....	32

Neue Mitarbeitende

Abla Kekeli **Martine** Djaglo verstärkt seit Mitte Februar das Team der Pflege zwei, drei Mal im Monat. Sie absolviert zurzeit ihre Ausbildung zur Pflegefachkraft in einem anderen Haus und sammelt bei uns einige praktische Erfahrungen.



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:



Mo, 04.05.	<i>Brillenputzvormittag mit Bettina Wicker Austausch auf Augenhöhe – Besuch im Stiftsheim</i>
Mi, 06.05.	<i>16:00 Uhr Lesekreis mit Frau Hassenpflug</i>
Fr, 08.05	<i>Gemeinsames Backen mit Christine Löwer</i>
Mo, 11.05.	<i>14:30 Uhr Sitzung Heimbeirat Kleingruppe mit Antje Stein</i>
Di, 12.05.	<i>Entspannungsangebot mit Antje Stein</i>
Mi, 13.05.	<i>16:00 Uhr Lesekreis mit Frau Schomberg Singkreis mit Frau Pawlowski</i>
Do, 14.05.	<i>Wellnessvormittag mit Carola Rusch Vatertagsgrillen zum Mittag</i>
Fr, 15.05.	<i>Hühner kommen zu Besuch für 4 Wochen in den Garten</i>
Di, 19.05.	<i>Geschichten von Max & Moritz mit Bettina Wicker Akkordeonnachmittag mit Frau Schönewolf</i>
Mi, 20.05.	<i>16:00 Uhr Lesekreis mit Frau Hinz</i>
Do, 21.05.	<i>Kochen mit den Eiern der Hühner mit Katharina</i>
Mi, 27.05.	<i>10:15 Uhr Hausorchester mit Christine Löwer 16:00 Uhr Lesekreis mit Frau Erkelenz & Singkreis mit Frau Pawlowski Rustikaler Abend mit Antje Stein</i>
Do, 28.05.	<i>Rikscha-Tag mit Antje Stein Eiscafé im Garten mit Frau Heyden</i>
Fr, 29.05.	<i>Ausflug: Erdbeeren pflücken Backen Erdbeerkuchen fürs Sommerfest mit Christine Löwer</i>
So, 31.05.	<i>Ab 11:00 Uhr Sommerfest mit Gemeindegottesdienst</i>

Veranstaltungsplan der regelmäßigen Gruppenangebote

Herzlich Willkommen zu unseren Veranstaltungen		
Tag	Vormittag	Nachmittag
Montag	10:30 Uhr Zeitungsrunde in der Tagespflege	16:00 Uhr Gymnastik im Andachtsraum
Dienstag	ab 09:00 Uhr Friseur im Haus Gruppenangebot nach maks[®]	Einzelangebote
Mittwoch	10:30 Uhr Bingo in der Tagespflege	16:00 Uhr Angebote durch Ehrenamtliche
Donnerstag	10:30 Uhr Denkfix im Wohnbereich	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.

MAKS[®] = ist ein zertifiziertes Gruppenangebot mit **motorischer, alltagspraktischer, kognitiver und sozialer Förderung**

Wir begrüßen herzlich unsere neuen Bewohner:innen!

Herr Erhard Schäfer

Herr Horst Rohm

Frau Ilse Schulte

Frau Elfriede Beck



Wir heißen Sie herzlich willkommen und wünschen
Ihnen ein gutes Einleben bei uns im Haus!

Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag

- 01. Mai Frau Gisela Bähr
- 01. Mai Herrn Heinrich Braun
- 08. Mai Frau Ilse Schulte
- 09. Mai Herrn Hans-Jürgen Haack
- 14. Mai Frau Inge Rosenthal
- 18. Mai Frau Ursula Eulenstein
- 19. Mai Frau Inge Ullrich



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

Gottesdienste

Alle zwei Wochen feiern wir freitags um 16:00 Uhr mit den Bewohner:innen des Hauses einen Gottesdienst im Andachtsraum.



Freitag, 08. Mai

- Herrn Schlottmann

Freitag, 22. Mai

- Frau Schönewolf

Sonntag, 31. Mai

11:00 Uhr Gemeindegottesdienst im Garten mit anschließendem Sommerfest mit buntem Programm

Wir trauern um

- † 09.04.2026 Frau Renate Strobl
- † 11.04.2026 Frau Ursula Raßloff
- † 13.04.2026 Frau Christa Beyer
- † 19.04.2026 Frau Vera Zwick



Monatsspruch

Monatsspruch Mai 2026

**Die Hoffnung haben wir als
einen sicheren und festen Anker
unserer Seele.**

Hebräer 6,19



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

Ein Anker ist ein essenzielles Sicherheitsinstrument und enorm wichtig in der Schifffahrt. Der Anker ist schwer wodurch er ein Schiff, wenn er seine Aufgabe erfüllt, auch bei Sturm und tückischen Strömungen fest an Ort und Stelle halten kann. Ein Anker gibt Halt in stürmischen Zeiten!

Solch einen Anker bietet uns die Hoffnung. Sie ist eine zuversichtliche Erwartungshaltung. Sie gibt Halt in Situationen die geprägt sind von Unsicherheit. Dank der Hoffnung können wir in schwierigen Zeiten durchhalten.

Doch worauf genau hofft der Verfasser des Verses?

In den Versen zuvor geht es um die existenziellen Unsicherheiten des menschlichen Lebens, besonders denen in Anbetracht des Todes. Der Schreiber des Hebräerbriefes macht deutlich, dass es von Gottes Seite aus einer klaren Zusage gibt: Gottes Heilswille ist unumstößlich und nichts kann seine Treue aufheben. Es gibt nichts, was sicherer hält als der Anker der Hoffnung auf Gottes ewige Güte und Treue. Wer sich Christus zuwendet und damit seine Hoffnung auf Gottes Liebe setzt, kann nicht enttäuscht werden.

Text: Feentje Verholen

Kalenderblatt

Mai 2026							
Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Besondere Tage
				1	2	3	01. Tag der Arbeit
4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	14. Himmelfahrt
18	19	20	21	22	23	24	24. Pfingstsonntag
25	26	27	28	29	30	31	25. Pfingstmontag

Der Mai ist gekommen ...

Im Mai wird nicht romantisch „Frühling gespielt“ – der Monat ist eher ein Probelauf für den Sommer. Das merkt man sofort: morgens kalt, mittags warm, abends wieder frisch. Wer dann nur nach Gefühl losläuft, steht schnell falsch angezogen da. Praktischer ist der Zwiebellook: etwas zum Ausziehen, etwas zum Überwerfen.

Draußen ist jetzt mehr los, aber der Mai belohnt nicht die Eiligen, sondern die Klugen. Ein kurzer Spaziergang, eine Bankpause, dann weiter – so bleibt die Energie länger. Und auch wenn die Sonne noch freundlich wirkt. Sie blendet stärker und kann die Haut schon ordentlich fordern. Schatten, Hut und ein Getränk sind im Mai einfach gute Planung.

Rückblick: Heute vor 50 Jahren

1976 war das Anschnallen im Auto für viele noch ungewohnt. In der Bundesrepublik wurde die Gurtpflicht eingeführt – und am Stammtisch hieß es schnell: „Das ist doch nur lästig!“ Manche fühlten sich eingeeengt, andere glaubten, ohne Gurt könne man im Notfall besser reagieren. Doch die Zahlen sprachen eine andere Sprache. Der Gurt rettet Leben, oft ganz unspektakulär – in Sekundenbruchteilen.

Heute, Jahrzehnte später, ist es genau umgekehrt. Wer losfährt, greift fast automatisch zum Gurt. Aus einer umstrittenen Neuerung wurde Alltag – ein kleines Klick-Geräusch, das für mehr

Sicherheit sorgt. 1976 starben in der BRD noch 14.820 Menschen im Straßenverkehr – 2025 waren es in Deutschland 2.814. Neben vielen Verbesserungen hat auch die Gurtpflicht dazu beigetragen, dass heute deutlich weniger Verkehrstote zu beklagen sind.

Ebenfalls vor 50 Jahren begann ein neues Kapitel der Luftfahrt. Die Concorde flog erstmals im Linienbetrieb mit Passagieren. Zwei Maschinen starteten fast zeitgleich – British Airways von London nach Bahrain, Air France von Paris über Dakar nach Rio. Mit rund doppelter Schallgeschwindigkeit (nur über dem Meer) verkürzte sich die Reise deutlich. An Bord saßen etwa 100 Gäste – eher wie in einem fliegenden Salon als in einem normalen Flugzeug. Für viele war das ein Blick in die Zukunft: schnell, genial – aber für die meisten unbezahlbar. Zeitungen berichteten vom „weißen Pfeil“ am Himmel.

Sternzeichen



Stier 21.4.–20.5.

Bodenständig, beständig und genussfreudig. Stiere lieben Sicherheit, Natur und die schönen Seiten des Lebens.

Zwillinge 21.5.–21.6

Neugierig, vielseitig und kontaktfreudig. Zwillinge brauchen Abwechslung und sind geborene Gesprächspartner.



Bauernregeln

*Ist der Mai kühl und nass, füllt's dem Bauern Scheune und Fass.
Vor Nachtfrost du nie sicher bist, bis Sophie vorüber ist.*

Gemeinsames Kochen

Wir verbrachten einen schönen Vormittag mit den Bewohner:innen des Hauses und kochten Lachs mit Bandnudeln, dazu Parmesan. Wir durften dabei viel Freude miteinander teilen. Schon während der Zubereitung herrschte eine fröhliche und herzliche Stimmung. Es wurde erzählt, gelacht und die gemeinsame Zeit genossen. Peter Wessel, der jeden Montag ehrenamtlich die Zeitungsrunde durchführt, war ebenfalls dabei und verschönerte mit seiner freundlichen und offenen Art allen den Nachmittag. Beim anschließenden Essen konnten wir das frisch zubereitete Gericht gemeinsam genießen. Der Lachs mit Bandnudeln hat allen sehr gut geschmeckt, was mich besonders gefreut hat. Ich freue mich schon auf das nächste gemeinsame Kochen.

Text: Katharina Embacher



Rustikaler Abend

Am 1. April haben wir wieder ein gemeinsames Abendessen - unseren rustikalen Abend - gehabt. Es gab zweierlei Ahle Wurst, eine vom kleinen Schäfer hier aus Heckershausen, frische Mettbrötchen und ein von mir selbst gebackenes Sauerteig-Krustenbrot. Dazu gab es ein alkoholfreies Bierchen oder Radler, für diejenigen, die das wollten und zum Nachtisch auf Wunsch vom hausgemachten Eierlikör. Wir hatten Spaß an der geselligen Runde. Der Austausch untereinander war rege, man kennt sich mittlerweile, die Stimmung war gut und allen hat es vorzüglich geschmeckt.

Text: Antje Stein



Rückblick auf Ostern 2026

Das Färben von Ostereiern ist ein jahrhundertealter Brauch, der vor allem im christlichen Kulturkreis verbreitet ist. Während der Fastenzeit durften früher keine Eier gegessen werden, weshalb sich viele Eier ansammelten. Um sie haltbar zu machen, wurden sie gekocht und zur Unterscheidung oft gefärbt. Besonders die Farbe rot hatte eine symbolische Bedeutung und stand im Christentum für das Blut Christi und die Auferstehung. Wir haben das gemeinsame Ostereierfärben als kreative Aktivität für die Senioren organisiert. Das Angebot sorgte nicht nur für Freude, sondern weckte bei vielen Senioren auch Erinnerungen an frühere Osterfeste im Kreis der Familie. Die bunten Eier standen dann über Ostern zur Dekoration im Speisebereich und



dienten den
Bewohnern als
Snack zwi-
schendurch.

Antje Stein

Karfreitag haben wir gemeinsam mit Mieter:innen des Service Wohnens im Café Casselstübchen einen Gottesdienst gefeiert. Pfarrerin Ute Dillger gestaltete den Gottesdienst und betonte in der Predigt die Hoffnung auf die Auferstehung, die wir Christen schon am Karfreitag als Perspektive vor uns sehen. Gemeinsam feierten wir das Abendmahl.

Text: Feentje Verholen



Am Ostersonntag hörten die Bewohner:innen Geschichten aus der Hasenschule, einer bekannten Kinderfibel, die sich auch bei Erwachsenen immer während der Beliebtheit erfreut und traditionell an Ostern vorgelesen wird. Anschließend stellten die Bewohner:innen bei einem Würfelspiel ihre kreativen Fähigkeiten unter Beweis und platzierten Kunstpflanzen und Dekofiguren auf einem Rasenteppich, sodass am Ende ein schöner Garten entstand.

Text: Bettina Wicker

Am Ostersonntag entdeckte die Bäuerin den Osterhasen auf dem Feld und nahm ihn mit in unsere Einrichtung um Süßigkeiten an die Bewohner:innen zu verteilen. Außerdem hatte er auch wunderschön gestaltete Briefe von einer Dame aus dem Lossetal für jede:n dabei. Die Bewohner:innen hatten viel Spaß am Auftritt, naschten, lasen die Briefe und erfreuten sich an den Gaben.

Text: Bettina Wicker



Zudem wurde der Ostersonntag mit einem gemeinsamen Frühstück feierlich begangen. Einige Bewohner:innen versammelten sich am Morgen in der festlich eingedeckten Tagespflege, wo frische Brötchen, bunt gefärbte Ostereier und duftender Kaffee bereitstanden. In gemütlicher Atmosphäre wurde gemeinsam gegessen, gelacht und sich ausgetauscht. Für viele war es eine willkommene Gelegenheit, den Feiertag in Gesellschaft zu verbringen und Erinnerungen an frühere Osterfeste zu teilen.

Text: Christine Löwer



Sommerfest



Gottesdienst & buntes Programm

am So., 31.05.2026

11 Uhr

Gottesdienst im Garten

Pfr. Th. Dilger, Pfr. U. Dilger,
Pfr. G. Goldbach
begleitet vom Musikverein Ahnatal.



ab 12 Uhr

gemeinsames Mittagessen

Herzhafte Suppen im Innenhof.
Sitzmöglichkeiten sind im Café und im Garten vorhanden.

13 Uhr

Führung im Service Wohnen

Es führt Sie: G. Weyrich, Treffpunkt: Café Casselstübchen.

13:30 Uhr

Wer rastet der rostet

Bewegungsrunde für alle zum Mitmachen
unter Anleitung von A. Stein und C. Löwer.

ab 14 Uhr

beschwingte Akkordeonrunde

am Schifferklavier Andreas Syring.

Kaffee und Kuchenauswahl

im Garten des Altenhilfezentrums und
im Café Casselstübchen

Rundfahrten mit der Rikscha



15 Uhr

Auftritt



Volkstanzgruppe Besse



Ev. Altenhilfezentrum
Ahnatal
Evangelische Altenhilfe
Gesundbrunnen



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:

- Aktionsmodule für den Plaudertisch
- Hühner zu Gast im Garten für 4 Wochen
- regelmäßige Ausflugsfahrten

Die Anschaffung des Plaudertisches konnte dank der Unterstützung des Freundes- und Förderkreises ebenso realisiert werden wie neue Musikboxen und unsere E-Rikscha. Vielen Dank dafür!



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



spenden.gesundbrunnen.org

Spendenkonto Förderverein:

Kasseler Sparkasse, IBAN: DE82 5205 0353 0100 0301 03, Stichwort: Ahnatal

Evangelische Bank, IBAN: DE03 5206 0410 0000 0016 00

Werden Sie zur Förder:in unserer Projekte!

Fotoreise in die Bretagne

Stefan Wendling hat uns im April von seiner Reise gemeinsam mit seiner Frau im Wohnmobil durch die Bretagne berichtet. Mit dabei hatte er tolle Fotos, die er während der Reise aufgenommen hat. Diese zeigte er uns am großen Bildschirm im Foyer und erzählte kleine Anekdoten. Ein besonderer Zwischenstopp bei der Fahrt durch Frankreich war der kleine Ort Giverny, nord-westlich von Paris. Denn dort befindet sich der berühmte Seerosenteich im Garten von Claude Monet. Hier sind natürlich zahlreiche Bilder entstanden. Herr Wendling, der gewöhnlich realistische Fotoaufnahmen bevorzugt, ließ es sich nicht nehmen die Fotos des Seerosenteichs zu bearbeiten, sodass eine Ähnlichkeit zu Monets Bildern entstand. Die Reise der beiden führte dann in den Westen Frankreichs an die Küste und entlang des Ärmelkanals. Es war ein interessanter Reisebericht, der viele Bewohner:innen vor den Bildschirm fesselte. Vielen Dank dafür! Wir wünschen Ehepaar Wendling allzeit gute Fahrt und freuen uns schon, wenn sie von der nächsten Reise zurückkehren und uns berichten!

Text: Feentje Verholen



Frühlingsausflug entlang der Fulda: Die Kirschblüte bei Sonnenschein

An einem Dienstag Mitte April, bei strahlendem Frühlingswetter unternahm eine kleine Reisegruppe des Hauses einen stimmungsvollen Ausflug entlang der Fulda in Richtung Witzenhausen, um die beeindruckende Kirschblüte zu erleben. Schon am Morgen zeigte sich das Wetter von seiner besten Seite: Warme Sonnenstrahlen und ein klarer Himmel begleiteten die Gruppe auf ihrer Fahrt. Die Route entlang des Flusses bot dabei nicht nur idyllische Ausblicke auf das glitzernde Wasser, sondern auch auf die erwachende Natur, die sich in frischem Grün und zarten Blüten präsentierte. Mit guter Laune und viel Vorfreude erreichten die Teilnehmer:innen schließlich die Region rund um Witzenhausen, die für ihre Kirschplantagen bekannt ist. Dort angekommen, wurden sie von einem herrlichen Anblick empfangen: Zahlreiche Kirschbäume standen in voller Blüte und tauchten die Landschaft in ein Meer aus Weiß und zartem Rosa. Am Ende des Tages waren sich alle einig: Dieser Ausflug wird noch lange in schöner Erinnerung bleiben.

Text: Christine Löwer



Handglockenchor zu Besuch

Zauberhaft leichte Klänge haben uns Mitte April eine wunderbare Stunde beschert, als wir verzückt dem Handglockenchor der St. Michaelis Gemeinde aus Kassel lauschen durften. Außer den hellen Klängen der Handglocken war nichts zu hören, so fasziniert hat das Publikum zugehört. Für das leibliche Wohl hat das Team aus dem Casselestübchen mit Kuchen, Eisbechern und Kaffeespezialitäten gesorgt.

Text: Antje Stein



Ein schöner gemeinsamer Mittag im Freien

Am 17. April war ein besonders schöner Vormittag bei uns im Haus. Gemeinsam mit den Bewohner:innen haben wir ein köstliches Essen zubereitet: Spätzle mit Putengulasch und frischen Champignons. Schon bei der Vorbereitung herrschte eine fröhliche und herzliche Stimmung. Es wurde gemeinsam geschnippelt, gekocht und gelacht. Solche Momente des Miteinanders sind für alle etwas ganz Besonderes und bringen viel Freude in den Alltag. Besonders gefreut haben wir uns über die Unterstützung unserer Praktikantin Bettina, die uns heute mit großem Einsatz geholfen hat. Da uns das Wetter mit viel Sonne und angenehmen Temperaturen verwöhnt hat, konnten wir das gemeinsame Essen draußen auf der Terrasse genießen. In der frischen Luft schmeckte alles noch einmal so gut, und die schöne Atmosphäre machte diesen Mittag zu einem rundum gelungenen Erlebnis.

Text: Katharina Embacher



Rikscha Saison ist eröffnet!

Wir haben nun die Rikscha-Saison eröffnet und die Rikscha fuhr bereits an einigen Tagen durch den Ort. Ein beliebtes Ausflugsziel ist das Blumenpflückfeld Vellmar an der Obervellmarer Straße. Dort blühen die Tulpen in prächtigen Farben und die Pfingstrosen sind bereits ordentlich gewachsen. Besonders toll ist, dass Kevin, unser Taschengeldjobber es sich zur Aufgabe gemacht hat, die Fahrten mit der Rikscha zu unternehmen. Von daher gilt: Wenn Sie Interesse an einer Fahrt haben sprechen Sie ihn oder die Kollegen der Betreuung gerne an!

Für die Angehörigen gilt: Gerne können Sie auch die Rikscha nutzen, um mit Bewohner:innen des Hauses kleine Fahrten zu unternehmen! Sprechen Sie die Kollegen der Betreuung oder Verwaltung an, sodass wir Ihnen alles wichtige zur Rikscha zeigen können.

Text: Feentje Verholen



Tanz in den Mai mit Akkordeonnachmittag

Am 30. April haben wir bei strahlendem Sonnenschein im Garten den April verabschiedet und in den Mai getanzt. Im Vorfeld wurde unsere Hängehainbuche festlich als unser Maibaum dekoriert. Außerdem wurde beim Ausflug vor ein paar Tagen frischer Waldmeister gepflückt mit dem eine Bowle angesetzt und an diesem Nachmittag verköstigt wurde. Zum Kaffee gab es frisch gebackene Waffeln mit Eierlikör. Anschließend hat Frau Schönewolf am Akkordeon bekannte Musikstücke gespielt und dazu wurde geschunkelt und getanzt.

Text: Feentje Verholen



Wie Herr Holle seine Welt vergrößerte

von Kristin Simos

Kurz nach unserem Umzug in das alte Weingut mit den kleinen Häuschen schlüpfte Herr Holle einfach durch die geöffnete Tür in den Hof. Wir waren unter anderem hierhergezogen, weil er in der kleinen Stadt, in der wir vorher mitten in der Altstadt, unweit einer Bundesstraße, wohnten, nicht mehr hinausdurfte. Der ganzen Familie saß der Schreck noch lange in den Knochen - wir vergaßen nie, wie wir um unseren Holle getrauert hatten, als wir dachten, wir hätten ihn verloren. Als ich also diese drei Häuschen um einen Innenhof nur wenige Kilometer weiter entdeckte und sich zum ersten Mal das große Tor hinter mir schloss, war mir sofort klar: hier können sich Menschen und Tiere wohl und sicher fühlen, hier können wir "unsere kleine Burg" bauen. Jetzt hatte unser Holle wieder einen Platz zum Schnuppern – ich beobachtete ihn und freute mich.

Der Hof ist überschaubar und gemütlich. Weinreben, die die Mauer erklimmen, ein paar Gemüsebeete mit Salat und Kräutern und eine uralte Treppe, die in den Weinkeller führt, aus dem an diesem Morgen kühle Luft kam. Holle schlenderte um die Beete, stupste hier und da mit der Nase in die Erde und schnupperte am Morgen, als würde er versuchen, jede Geschichte herauszuriechen, die der Boden zu erzählen hatte. Mal zog er die Pfote zurück, wenn ihm ein Geruch nicht passte, mal legte er sich auf einen warmen Stein und schloss kurz die Augen.

Der Rest der Familie, Zweibeiner wie Vierbeiner, kamen etwas später mit Gießkanne und Werkzeug nach. Mina sauste aufgeregt zwischen den Reben hin und her, MuffMuff lugte missmutig und vorsichtig erst einmal die Treppe hinab. Holle ließ sich davon nicht stören. Er nahm den Hof langsam in Besitz: erst kurze Erkundungen hier, dann ein längeres, zufriedenes Verweilen dort. Er markierte keine Grenzen, er machte sich eher kleine Lieblingsplätze klar — die besten Sonnenflecken, der Platz zwischen den Efeu-ranken, die Ecke mit den Mäusespuren, die spannende, zukünftige Abenteuer versprachen.

Am Ende des Tages saß unser Holle ruhig da, zufrieden und gelassen, seine Pfoten ordentlich unter sich, als hätte er alles Wichtige registriert. Seine Welt war endlich wieder größer geworden, endlich gab es wieder Wind und Gerüche - so viele neue Gerüche! Ganz deutlich lag in der Luft etwas, das nur eine Katze richtig deuten kann — das verheißungsvolle, leise Flüstern von Mäusen in der Nacht. Er blinzelte kurz, als freute er sich schon auf später, und schien genau zu wissen: Es gibt hier noch viel für mich zu tun und zu entdecken!



Gesund im Mai: Lächelnd in den Mai

Gute Mundgesundheit fördert Appetit, Ausdruck und Lebensqualität im Alter und lässt sich mit kleinen, täglichen Gewohnheiten deutlich verbessern. Zweimal täglich Zähneputzen mit einer weichen Bürste, die regelmäßige Reinigung der Zunge und eine sorgfältige Prothesenpflege reduzieren Beläge und Entzündungen. Bei eingeschränkter Feinmotorik erleichtern griffige Zahnbürsten oder elektrische Modelle die Pflege. Prothesen sollten separat gereinigt und nachts herausgenommen werden, damit sich die Mundschleimhaut erholen kann. Auch die Reinigung der Zahnzwischenräume, soweit möglich mit Zahnseide oder Interdentalbürsten, trägt dazu bei, Entzündungen vorzubeugen.

Regelmäßiges Trinken in kleinen Schlucken über den Tag hilft, die Speichelproduktion anzuregen und Mundtrockenheit vorzubeugen. Eine zahnschonende, vitaminreiche Ernährung mit wenig Zucker schont Zähne und Schleimhäute und macht das Kauen leichter. Besonders gut geeignet sind weiche, nährstoffreiche Speisen, wenn das Kauen schwerfällt. Bei anhaltender Trockenheit geben Mundspüllösungen, spezielle Gels oder zuckerfreie Lutschpastillen zusätzliche Erleichterung. Auch das Vermeiden von sehr heißen, scharfen oder stark säurehaltigen Speisen kann empfindliche Schleimhäute entlasten.

Unerlässlich bleiben regelmäßige Kontrollen durch zahnärztliches Personal, mobil oder in der Praxis. Schmerzen, Blutungen, Druckstellen, plötzliche Geschmacksveränderungen oder Schluckprobleme sollten umgehend dem Pflegepersonal oder der Zahnärztin beziehungsweise dem Zahnarzt gemeldet werden. Ebenso wichtig ist ein genauer Blick in den Mundraum, denn kleine Veränderungen an Zahnfleisch, Zunge oder Prothese werden im Alltag leicht übersehen. Gerade im Alter trägt eine gute Mundpflege nicht nur zur Gesundheit bei, sondern auch zum Wohlbefinden, zur Freude am Essen und zu einem sicheren Auftreten im Alltag. Kleine, konsequente Schritte sorgen so Tag für Tag für mehr Komfort und ein selbstbewussteres Lächeln.

Gedicht

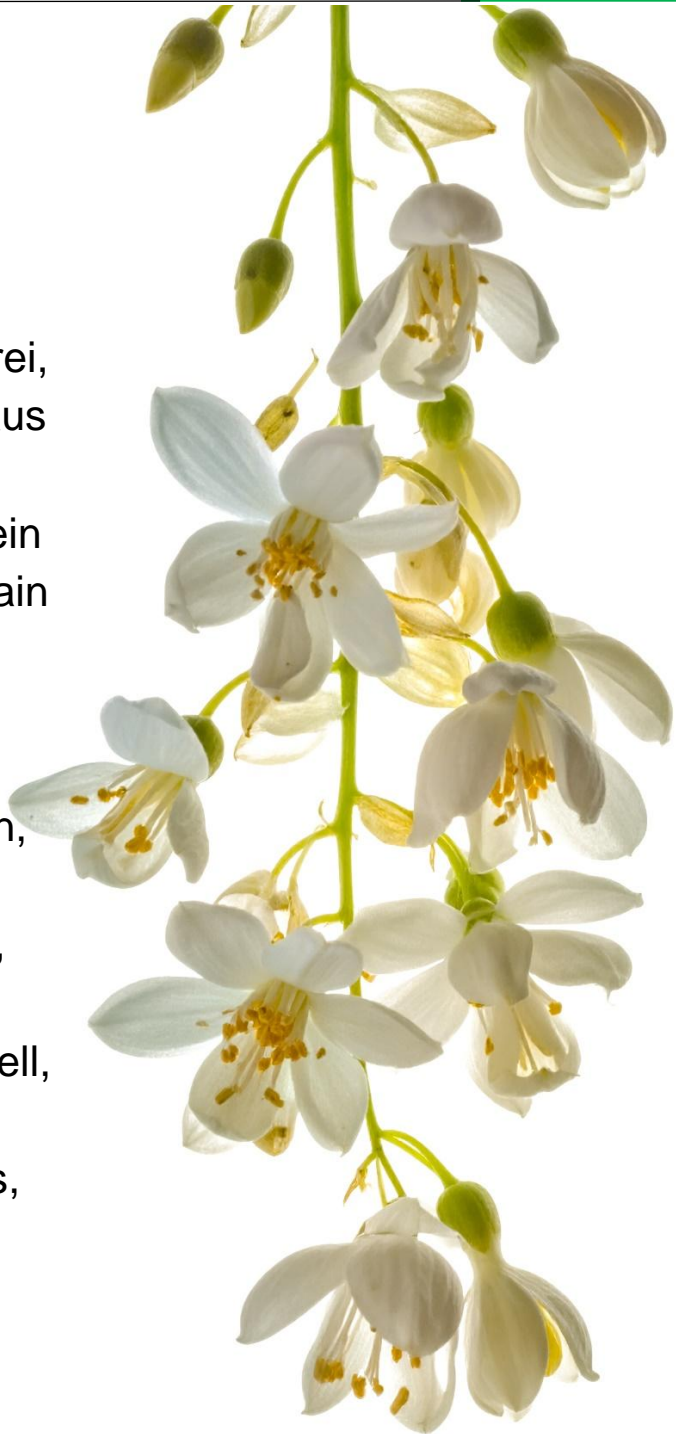
Alles neu macht der Mai

von H. van Kamp

Alles neu macht der Mai
Macht die Seele frisch und frei,
Lasst das Haus, kommt hinaus
Windet einen Strauß.
Rings erglänzt Sonnenschein
Duftend prangen Flur und Hain
Vogelsang, Hörnerklang
Tönt den Wald entlang.

Wir durchziehen Saaten grün,
Haine, die ergötzend blüh'n,
Waldespracht, neu gemacht,
nach des Winters Nacht.
dort im Schatten an dem Quell,
rieselnd munter, silberhell,
Klein und Groß ruht im Moos,
wie im weichen Schoß.

Hier und dort, fort und fort,
wo wir ziehen Ort für Ort,
alles freut sich der Zeit,
die verjüngt, erneut,
stimmet Jubellieder an!
Singe jeder wie er kann:
Alles neu, frisch und frei
macht der holde Mai.

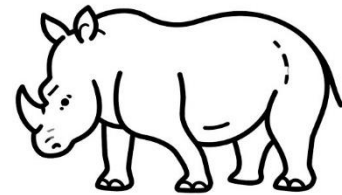


Rätsel

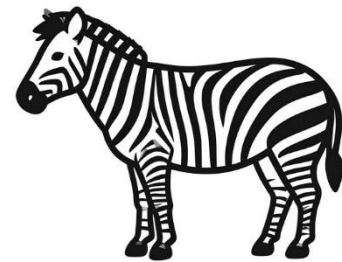
Wort erraten

Die Buchstaben sind durcheinandergeraten. Bringe Ordnung in die Reihenfolge der Buchstaben. Jedes abgebildete Tier steckt in einem dieser „Buchstabensalate“ und verbinde diese.

D	H	U	S	E	E	N



L	F	W	O



H	R	N	O	N	A	S



R	A	Z	E	B



W	L	E	Ö



Brückenwörter

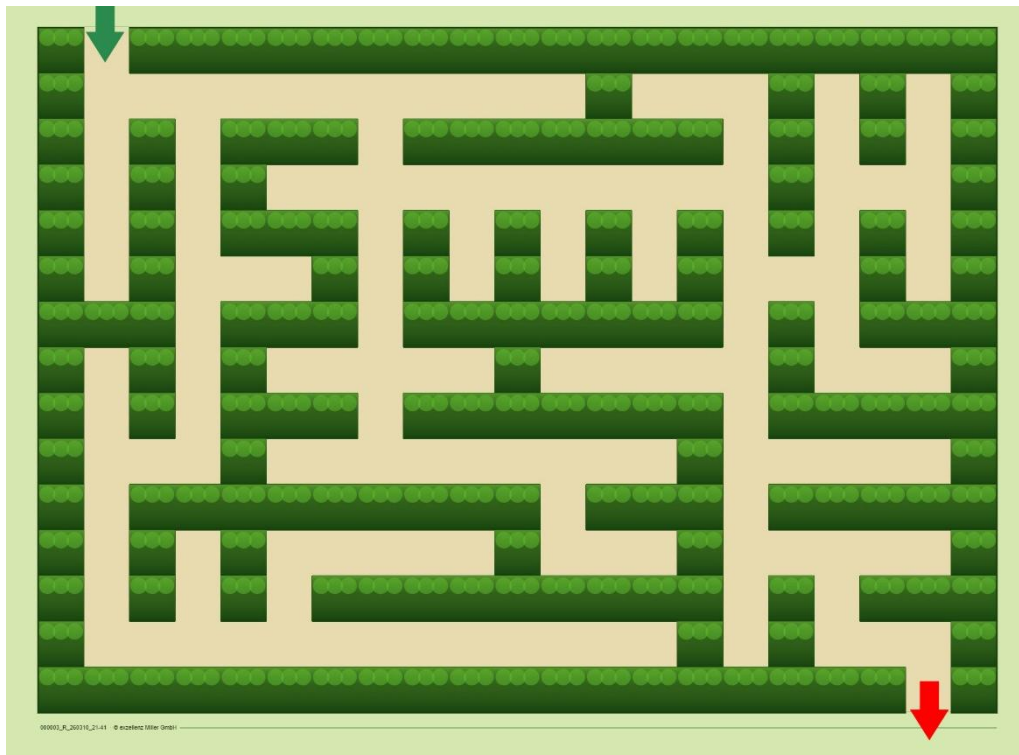
Die folgenden Wörter sind einzufügen: WEIT, HAFT, ZENTNER, BLUT, BODEN, GOTT, BAHN, STOCK

GRAUEN		SCHALE
WARM		EGEL
HALB		ERGEBEN
BERG		WERK
DOPPEL		LAST
TARTAN		DAMM
MUTTER		SENKE
WELT		SPRUNG

Hinweis zum Lösungswort: **historischer Stadtkern**

Labyrinth

Wer findet den Weg vom Eingang (grüner Pfeil) zum Ausgang (roter Pfeil)?



Kreuzworträtsel

Beruf der Filmbranche	großes Blasinstrument	Südostasiat	mit Ideen unterstützen	frühe Jazzform	schubartige Krankheit	eine der Ellice-Inseln	Großstadt an der Loire		
4			R	2	6				
Weißhandgibbon			italienische Hafenstadt	E		7			
ostdeutsch: Kunststoff	1		S		französisch: Ende	I			
Nießgeräusch	5			I	französisch, span.: in	italienische Tonsilbe			
pommersisch: kleine Insel			wilde Ackerpflanze		L				
		E		E			8		
unbegrenzt		1	2	3	4	5	6	7	8

Hinweis zur Lösung: Einstellplatz für Autos

Wortball

Hinter dem Buchstabensalat versteckt sich ein Begriff aus dem Fußball. Verbinden Sie die Buchstaben, damit das gesuchte Wort gefunden wird. Der Start-Buchstabe ist rot.



Lachen ist gesund ...

Krankenpfleger: „Frau Schmalhorn, ich bringe Ihnen gleich die Bettpfanne!“ Frau Schmalhorn schreit ungehalten: „Was glauben Sie eigentlich. Soll ich auch noch hier selber kochen?“



Nach einem starken Sturm treffen sich zwei Bauer. „Und ist dein Dach beschädigt worden?“ „Das kann ich noch nicht sagen, ich suche es noch.“



Aus dem Poesiealbum



*„Wenn der Mai ins Leben zieht,
wird aus Grau ein kleines Lied.“*



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

Spendenkonto Förderverein:
Kasseler Sparkasse, IBAN: DE82 5205 0353 0100 0301 03, Stichwort: Ahnatal
Evangelische Bank, IBAN: DE03 5206 0410 0000 0016 00

Folgt uns gerne auf social media um noch schneller Informiert zu sein:

