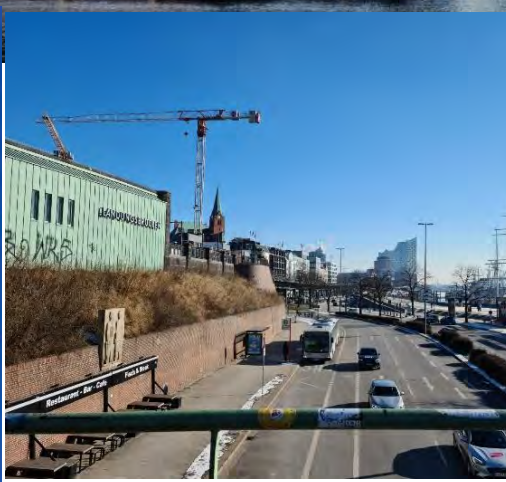
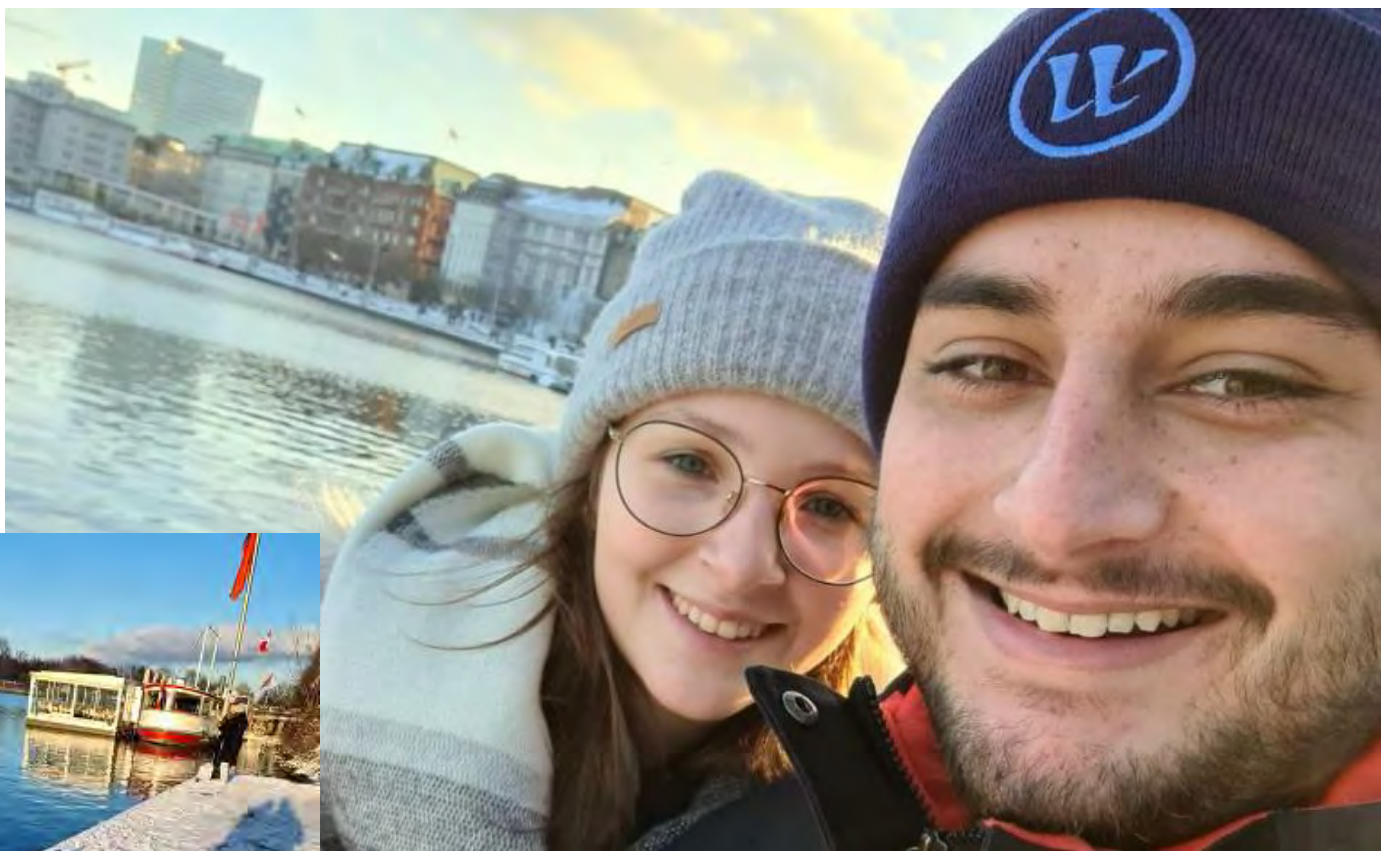


Seniorenzentrum St.Raphael Titisee-Neustadt
Raphaelblättele AprilApril 2021



Moin moin aus Hamburg

Carina Rombach und ihr Freund Nadeem Samman

Frühlingsbote(n)

Jaja, ich weiß – der Klassiker aller Frühlingsboten sind Zwitscherlinge in Baum und Feld, 4 Millionen Krokusse in Baden-Badens weltberühmter Lichtentaler Allee oder junge Leute, die bei noch eiskaltwindigenaberstrahlendsonnigen 7 Märzgraden in Shorts und T-Shirts eisern draußen ausharren.

Mein persönlicher Aha-Moment mit Frühlingserkenntnis war jedoch Jogi Hauser. Ja, unser Joachim Hauser, seit rund einem halben Jahr Bewohner unserer Einrichtung und lebendiger Bestandteil unseres Einrichtungslebens. Jeden Tag ist er auf der Suche nach dem besten Empfang für sein Smartphone, denn: er liebt es zu chatten und er genießt das musikalische Streamingangebot besonders in Richtung frohgesinnter und gutelaunependender Unterhaltungsmusik. Einfach cool, wie er unser Erdgeschoss täglich bereits am Vormittag zu einem Tummelplatz zeitgenössischer und antiker Klänge macht. Wolfgang 'Wole' Petri tönt es genauso wie Andrea Berg, deren Mann sie und uns und eine ganze Nation 1000mal betrogen hat.

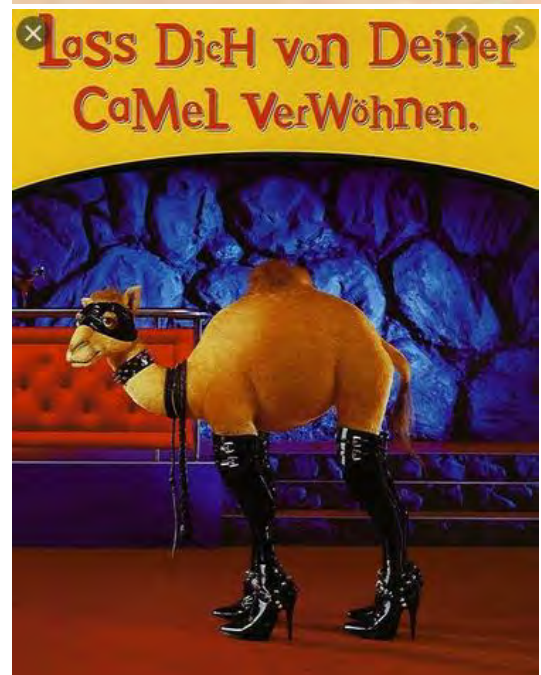
Gestern saß ich draußen auf der Terrasse am Teich, strahlende Märzsonne und nun auch mit Temperaturen, die ich alter Silberrücken als milde empfunden habe. Wer rollte da auf seinem E-Scooter an? Klar, Jogi Hauser! Wie er da entspannt mitten auf der Terrasse parkte, lässig eine Kippe in den Mundwinkel steckte, sein Smartphone aufdrehte und bei Klängen von Don Williams „Listen to the Radio“ genüsslich an der Zigarette zog = VOLL PRALLES FRÜHLINGSLEBEN! Bilder schossen mir durch den Kopf. Einen Moment dachte ich, vergesst die Route 69, kommt zu uns auf die Terrasse und seht Euch Jogi Hauser an – und Ihr werdet wissen, was Sehnsucht und deren Erfüllung bedeutet!

Wie gerne hätte ich eine mitgeraucht, aber ihr wisst schon... meine Frau.

Also kommt auf unsere Terrasse, steckt Euch ne Marlboro an, sagt es nicht Euren Lieben zuhause und auch nicht Eurem Arzt oder Apotheker, bitte schon gar nicht dem Gesundheitsamt, denn das wird Euch zurückverfolgen bis zum jüngsten Tag! Und denkt ruhig dabei an Jesus, der unter Schmerzen hinwegnahm die Sünden der Welt und dessen Martyrium sich bald wieder jährt. Eine Zigarette lang können wir ihm ruhig dankbar sein. Und denkt an Jogi Hauser, der seinen Alltag so wunderbar lebt und genießt!

Frohe Ostern und schönen Frühling wünscht Ihnen,

Ihr Marco Kuhn-Schönbeck, Geschäftsführer





ZUR TITELSEITE

Moin Moin liebe Leserinnen, liebe Leser,

der hohe Norden scheint so fern aus dem tiefen Schwarzwald. Doch steigt man in den ICE in Freiburg ist man in weniger als 7 Stunden in Hamburg. So haben wir das am 01.01.2021 getan. Wir sind in den ICE in Freiburg eingestiegen und haben unsere Reise gestartet.

Sie fragen sich jetzt sicher „wer sind wir?“ Wir sind mein Freund Nadeem und ich, Carina Rombach. Ich bin Duale Studentin und arbeite normalerweise im Sozialdienst bei Thomas Binder im Seniorenzentrum St. Raphael. Auf der Titelseite sehen sie auch ein Bild von uns.

Bei einem Dualen Studium ist ein Praktikum in einer anderen Einrichtung vorgesehen für drei Monate. Vor knapp einem Jahr fingen wir an zu planen, wo unser Praktikum sein soll. Durch Corona war es uns leider nicht möglich ein Praktikum im Ausland zu machen. Um mal von zu Hause rauszukommen, haben wir uns entschieden gemeinsam nach Hamburg zu ziehen.

Hamburg ist eine wunderschöne Stadt mit einer ganz besonderen Atmosphäre. Trotz Corona durften wir sehr viel erleben und mitnehmen. Hamburg hat so viel zu bieten: die Alster, die Elbe, die Elbphilharmonie, die Innenstadt, das wunderschöne Rathaus, die Speicherstadt und vieles mehr. Einfach das Stadtleben ist wunderschön.

Auch beruflich haben wir viel Neues kennengelernt. Nadeem hat beim Deutschen Roten Kreuz in der Obdachlosenhilfe gearbeitet. Die Obdachlosigkeit ist ein großes Thema in Hamburg, besonders jetzt sind noch mehr Menschen von Obdachlosigkeit betroffen. Hier zeigte sich wie schnell es gehen kann, dass man obdachlos wird. Normalerweise arbeitet Nadeem mit Menschen mit Behinderung.

Ich, Carina, habe beim Rauhen Haus in einer Stationären Wohngruppe für junge Erwachsene mit Psychiatrieerfahrung gearbeitet. Hierbei habe ich den Jugendlichen eine Tagesstruktur gegeben. Wir haben gemeinsam gekocht, gebacken und waren viel spazieren. Auch die Zusammenarbeit in Krisen war besonders wichtig.

Es gibt so viel zu erzählen aus den letzten drei Monaten, doch das würde hier den Rahmen sprengen. Ich hoffe, ich konnte Ihnen einen kleinen Einblick geben was wir in Hamburg gemacht haben. Um die ganzen Ereignisse etwas bildlicher darzustellen, haben wir Ihnen ein paar Bilder auf der Titelseite eingefügt. Vielleicht bekommen Sie jetzt ein bisschen Urlaubsfeeling nach Hause.

Liebe Grüße Carina Rombach und Nadeem Samman



Geburtstage.....April April

Na, natürlich machen wir hier auf dieser Seite keine Scherze. Versprochen. Ganz seriös gratulieren wir Ihnen allen, liebe Geburtstagskinder, im April zu ihrem Festtag. Wir wünschen Ihnen ein buntestes, fröhliches und glückliches neues Lebensjahr, das für uns ALLE damit beginnt, dass die Corona-Zeit endet.... Wir dürfen gespannt sein, was dann kommt....

*01.04. Henriette Schneider
03.04. Eduard Ketterer
09.04. Luise Hägele
11.04. Renate Pieler, Gudrun Schleich
14.04. Martha Bäuerle, Rosemarie Rosing
17.04. Gertrud Müller
20.04. Helga Willmann,
21.04. Theodora Himmelsbach
25.04. Ingeborg Krysiak
28.04. Günther Adolf*



Das KLEINGEDRUCKTE zu den Geburtstagen: Die Redaktion bemüht sich, auch an diejenigen zu denken, die nicht veröffentlicht werden wollen. Sollten wir dennoch mal ein Datum versehentlich preisgeben, dann trösten Sie sich bitte mit der Gewissheit „Nichts ist älter als die gestrige Zeitung bzw. das Raphaelblättle vom letzten Monat.“ Bitte melden Sie sich bei uns, damit IHRE Daten nicht mehr veröffentlicht werden. DANKE.

Die Bewohnerinnen und Bewohner, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nehmen Abschied von

Ute Rabich

07.10.1952 - 26.02.2021

Magdalena Sauer

27.06.1925 - 28.02.2021

Anneliese Hahn


25.06. 1935 - 01.03.2021

Hedwig Ficht

02.08.1936 - 25.03.2021

Xaver Drescher

23.03.1927 - 29.03.2021



Was im Herzen liebevolle
Erinnerungen hinterlässt
und unsere Seele berührt,
kann weder vergessen werden,
noch verloren gehen.

EIMELDUNG*EIMELDUNG***EIMELDUNG***EIMELDUNG**

Liebe Leserinnen und Leser des Raphaelblättles, online-dieter hat für SIE recherchiert!

Wie Sie sicherlich schon aus Presse- und Radio-Meldungen erfahren haben, breitet sich länderübergreifend in Europa ein noch unerklärlicher Freiland-Eier-Engpaß aus. Die EU-Landwirtschafts-Kommissare haben bereits mehrere Arbeitskreise gebildet mit dem Auftrag, dieses Phänomen aufzuklären. Wie zu erfahren war, könnte es mit dem Klimawandel zusammenhängen oder sich um einen Lege-Unwillen der Hennen handeln, was wir allerdings als sehr unwahrscheinlich betrachten.

Wie dem auch sei, um Ihnen auch weiterhin die Speisen mit Freiland-Eiern zuzubereiten und unsere Lebensmittel-Kette nicht zu unterbrechen, haben wir, liebe Leserinnen und Leser beschlossen, fünfzig Legehennen und fünf Hähne der Rasse "**Augsburger Huhn**" zu erwerben. Es handelt sich um eine sehr robuste, legefrequente und kälteunempfindliche Sorte.



Wie Sie vielleicht schon festgestellt haben, wurde die bisherige Hühnerweide mit einer schnell wachsenden und rupf-festen Grassorte frisch eingesät. Ein Begrüßungsgeschenk für die Neuen und die Alten. Die neuen Stallungen, die selbstverständlich dem kürzlich erlassenen Tierwohl-Gesetz von Fr. Landwirtschaftsministerin Julia Klöckner entsprechen, werden in den nächsten Tagen als Bausatz von der JVA Freiburg (Jugendvollzugsanstalt Freiburg) geliefert und montiert. Die haben auch den ersten Teil der Stallung vor fast vier Jahren gebaut. Sollten unsere Planungen gut von staten gehen, dann ist der Kauf von weiteren Legehennen überaus wahrscheinlich. Allerdings müsste dann ein Teil der Sitzgelegenheiten für die Bewohner und mindestens die Hälfte des Parkplatzes für die dann benötigte größere Hühnerweide weichen!



Aber, liebe Leserinnen und Leser, wie lauten zwei der zahlreichen deutschen Sprichwörter? Kommt Zeit, kommt Rat! Und: Kümmert Euch nicht um ungelegte Eier!

Kommen Sie gut in und durch den April und bleiben Sie vor allem gesund. Aus der Ferne und doch so nah, grüßt Sie
Ihr online-dieter



Ministerium für Ländlichen Raum und
Verbraucherschutz Baden-Württemberg



An die Geschäftsleitung, den Heimbeirat
und den Förderverein des Seniorenzentrums
St. Raphael in Titisee-Neustadt

Sehr geehrte Damen und Herren,

ich beglückwünsche Sie von ganzem Herzen zu ihren Hühnern!

Es ist mir eine große Freude, Ihnen mitteilen zu dürfen, dass Ihr naturnahes und nachhaltiges Projekt im Rahmen der „pädagogisch wertvollen Selbstversorgung in Seniorenzentren“ vom Landwirtschaftsministerium ausgezeichnet und gefördert wird. Ich freue mich sehr, Sie persönlich besuchen zu können. Bereits am 1. April, werde ich mit meiner Mitarbeiterin bei Ihnen in der Einrichtung sein, dem Heimbeirat „Die goldene Feder“ und dem Vorstand des Fördervereins einen Scheck über € 500 überreichen.

Der Förderverein hat diese Mittel ausschließlich im Rahmen des Verwendungszwecks „Goldenes Ei“ zu nutzen. Somit kann es beispielsweise für Demeter Futtermittel, Wellnessangebote für Hühner oder für die Erweiterung der Stallungen verwendet werden.

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Mitarbeiterinnen des Hauses, Sie alle kennen die aktuell strengen Kontaktbeschränkungen. Deshalb bitte ich um Ihr Verständnis, wenn nur der Heimbeirat, der Vorstand des Fördervereins und die Geschäftsleitung um 14.00 Uhr in Ihrem Café anwesend sein werden.

Es grüßt Sie ganz herzlich aus Stuttgart und Berlin

Kalenderblatt April 2021

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Besondere Tage
			1	2	3	4	1. April – Gründonnerstag 2. April – Karfreitag 3. April – Karsamstag 4. April – Ostersonntag 5. April – Ostermontag 30. April – Walpurgisnacht
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			

Gleich zu Beginn dieses Monats begehen wir das wichtigste Fest im christlichen Kalender: Ostern. Es erinnert an das Sterben Jesu Christi am Kreuz und an seine Auferstehung. Das beginnt mit dem Palmsonntag, an dem Jesus vor ungefähr zweitausend Jahren seinen Einzug in Jerusalem hielt. Er ritt dabei auf einem Esel, vor dem seine Jünger Palmwedel auf den Boden breiteten. Am darauffolgenden Gründonnerstag wird des letzten Abendmahles gedacht, das Jesus mit seinen Jüngern einnahm. Am Karfreitag erinnern wir uns an seinen langen Leidensweg zu Golgatha, seine Kreuzigung und seinen Tod. Es ist ein sehr trauriger, düsterer Tag, den viele Christen mit einer stillen Einkehr begehen.

Aber bereits drei Tage später, am Ostersonntag (5. April), gibt es Anlass zu überschwänglicher Freude, denn wir feiern die Auferstehung Jesu! Durch sie hat er den Tod überwunden und ist in das Ewige Leben eingegangen. Alle Sünden dieser Welt hat er auf sich genommen. Durch seine Leiden können wir Christen Vergebung finden und wie er ein neues Leben beginnen.

Königliche Geburtstagskinder

Vor 95 Jahren, am 21. April 1926, wurde die britische Königin Elizabeth II. geboren. Ihre Herrschaft hat schon 69 Jahre gedauert. Damit ist sie die am längsten regierende Monarchin der Welt!

Auch ein anderer europäischer König ist ein Kind des Aprils: Carl XVI. Gustaf von Schweden. Er wurde am 30. April 1946 geboren und feiert dieses Jahr seinen 75. Geburtstag.

Unser Garten im April

Hobbygärtner können sich im April an Narzissen, Tulpen, Krokussen und vielen anderen Frühblühern erfreuen. Die Farbtupfer sind

besonders willkommen, denn sie bieten eine schöne Kulisse zur Ostereiersuche! Verstecke für diese findet man überall: unter Büschen, in Bäumen, im Blumenbeet, ... Dabei sollte man jedoch gut auf brütende Vögel achtgeben!

Die Tierwelt im April

Jetzt, zu Beginn des Frühlings, bekommen viele Tiere Nachwuchs. Vögel, Eichhörnchen, Dachse, Enten, Pferde, ... sie alle möchten ihren Jungen den bestmöglichen Start ins Leben geben. Deshalb passen sie die Geburt so, dass die sonnigen Sommermonate vor den Kleinen liegen. So können sie bei einem optimalen Nahrungsangebot aufwachsen und sich in der Wärme gut entwickeln.

Rückblick: Heute vor sechzig Jahren

Der 12. April 1961 sah den ersten Flug eines Menschen im Weltall. Juri Gagarin, ein 27-jähriger Russe, startete mit der Rakete "Wostok 1" von Kasachstan aus, umrundete die Erde innerhalb von nur anderthalb Stunden und setzte schließlich in Russland wieder auf. Es war ein Meilenstein in der Geschichte der Raumfahrt.

Sternzeichen:

Widder 21.03.2021 – 20.04.2021
Stier 21.04.2021 – 20.05-2021





Osterzeit



*Die Blumen blühen im Garten,
der Frühling lässt nicht mehr lange auf
sich warten.
Veilchen und Tulpen wiegen sich im Wind,
darauf freut sich schon jedes Kind.
Bald ist es soweit,
der Osterhase ist bereit:
Bunte Eier legt er ins Nest,
das ist das Allerbest!
Drum haben wir auch nicht vergessen,
dass es zu Ostern gibt, was Feines zum Essen:
Osterbraten, meist ein Lamm,
...und was kommt dann?
Nach dem leckeren Osterkuchen,
geht es los mit Eiersuchen!
Unter Büschen und im Gras,
suchen die Kinder Nester vom Osterhas'.
Sie freuen sich über jedes Ei,
manchmal ist sogar noch etwas mehr dabei!
Mit leuchtenden Augen und viel Lachen,
freuen sich die Kinder über die gefundenen Sachen!*

*Theresia, Mechthild, Dora, Martha und Albert, mit Anna und Isabelle
Tagespflege, St. Raphael, 24.02.2021*



Familienheim
Hochschwarzwald



Mehrfamilienhaus mit 18 Mietwohnungen, Tagespflege und Tiefgarage in Lenzkirch



Liebe Leserinnen, liebe Leser, sicher haben Sie bereits davon gehört, dass das St. Raphael in Lenzkirch eine Tagespflege betreiben wird. Vermutlich starten wir den Betrieb Ende 2021 Anfang 2022 und das ist kein Aprilscherz. Also, wenn alles klappt, werden bis in einem Jahr vierzehn Tagesgäste aus Lenzkirch, den Teilorten und aus dem Gebiet zwischen Schluchsee und Feldberg bei uns betreut.

In unserem Team arbeiten Betreuungs- und Fachkräfte, sowie eine Pflegedienstleitung. Dieses Team holt die Gäste morgens zuhause ab und übernimmt abends auch die Heimfahrt. Auf unserer Homepage können Sie sich vorab über unsere Angebote informieren.

Darüber hinaus stehen wir sowohl den interessierten Gästen als auch Bewerbern (m/w/d) für die Mitarbeit im Team gerne zur Verfügung.



Ulrika D'Antino
Tagespflegeleitung
ulrika.dantino@st-raphael.de
Tel. 07651.499 0



Heidi Brenner
Stellvertretung Tagespflegeleitung
heidi.brenner@st-raphael.de
Tel. 07651.499 7600

Uropa und die Kuhfladen

(Nach einer Idee von Antje Walter)

Endlich Ferien!

Die 11-jährige Maike und die 5 Jahre ältere Marie hatten schon lange darauf gewartet. Gespannt schauten sie auf die Straße vor ihrem Haus.

„Weißt du, wann Oma kommt?“ Marie schaute auf ihr Handy. „In einer halben Stunde, schreibt Oma!“ Maike sprang vor Freude im Zimmer herum. „Eure Sachen gepackt? Nichts vergessen?“, fragte Mama. „Ich schau' nochmal ... Handykabel, Ladebox ...“ Das Wichtigste für Marie war ihr Handy! Keine Minute verging ohne dieses kleine Gerät. Sie war ein typischer Teenager und gerade in einer schwierigen Entwicklungsphase.

„Oma kommt!“ Maike stürmte zur Tür. So sehr hatte sie sich auf diesen Tag gefreut. Mit Oma in den Urlaub, das war immer spannend und nie langweilig. Keines der Kinder hatte eine Ahnung, was ihre Oma für sie geplant hatte, aber sie wussten, es würde wie immer viel Spaß machen.



Nach den gemeinsamen Kaffeetrinken ging es los - Gepäck ins Auto, nochmal Mama gedrückt und dann Richtung Autobahn. „Wohin fahren wir?“, fragte Maike neugierig. „Zuerst wieder einige Tage in den Schwarzwald, zu euren Urgroßeltern. Von dort aus machen wir einige Ausflüge und dann geht es weiter. „Jippi!“, rief Maike und schaute zu ihrer Schwester. Diese hatte Kopfhörer auf, war wie immer mit dem Handy beschäftigt und bekam gar nicht mit, was gesprochen wurde.

Bei den Urgroßeltern war es immer ganz anders, so wie früher. Sie wohnten in einem Bauernhaus mit einem kleinen Stall und Milchkühen. Es roch immer nach Hof, in der Küche duftete es lecker nach Kuchen und es gab

viel zu entdecken. Gegen Abend kamen sie an. Es war warm und die Sonne verabschiedete sich langsam hinter den Bäumen. Eine kleine Frau mit Kopftuch und Schürze trat aus der Tür. Sie lief etwas krumm und das Gesicht war faltig. Lächelnd breitete sie ihre Arme aus und Maïke rannte auf sie zu. „Mädel, bist du ja groß geworden. Im nächsten Jahr kannst du mir dann schon auf den Kopf spucken.“, scherzte sie. Alle lachten und auch der Uropa kam dazu.

Marie war nicht ganz so begeistert. Dorf und Bauernhof war so gar nicht nach ihrem Geschmack, aber auch sie umarmte ihre Urgroßeltern Jakob und Elli. „Wo willst du noch hinwachsen“, fragt Jakob und schaute auf Marie. „Bis in den Himmel, Opa Jacco, da schau ich dann irgendwann immer nach euch!“ Jakob und Elli waren sehr gläubig und hatten den Mädchen schon immer vom Himmel erzählt. In der Küche roch es nach leckeren Bratkartoffeln und Rührei und es wurde viel erzählt. Die Kinder bezogen dann irgendwann ihr Zimmer und schliefen bald in dem großen Bauernbett ein.

Am anderen Tag machten die Kinder mit ihrer Oma einen Ausflug zum See und badeten im kühlen Nass. Maïke half am Abend die Kühe von der Weide zu holen und lief mit ihrem Uropa über die Wiese. Sie hatte keine passenden Gummistiefel gefunden und versuchte mit ihren neuen, weißen Turnschuhen über die vielen Kuhfladen zu springen. Dann passierte es aber doch! Sie hüpfte direkt mit einem Schuh in einen frischen Fladen. „Iih“, rief sie entsetzt. „So ein Mist!“, schimpfte sie und bemühte sich, ihren Schuh im Gras wieder sauber zu bekommen.

Am Haus angekommen, setzten sich beide auf eine kleine Bank. Maïke putzte immer noch an ihrem Schuh herum und ihr Uropa drückte ihr eine Limo in die Hand. „Oma macht dir das bestimmt wieder sauber. Ärgere dich nicht so! Weißt du, früher waren Kuhfladen sehr nützlich.“ Maïke schaute ungläubig. „Als ich Kind war, hab' ich mir damit oft die Füße gewärmt.“ „Erzähl!“, sagte Marie, die sich zu ihnen setzte.

„Wir hatte es damals nicht so gut, wie ihr heute. Von wegen Handy, Computerdingens und neue Schuhe! Wir waren sehr arm und ich besaß überhaupt keine Schuhe. Der Weg zur Schule war weit und es lag oft von Oktober bis März viel Schnee. Morgens musste ich vor der Schule helfen die Tiere zu versorgen und nach der Schule wartete auch noch viel Arbeit auf mich. Bevor ich zur Schule ging, wärmte ich meine Füße in Kuhfladen

und oft hab' ich mir die schon festeren Fladen um die Füße gebunden, um nicht so sehr zu fieren. In der Schule konnte ich mir noch schnell die Füße säubern, damit ich nicht so stank und nach der Schule durfte ich auch beim Lehrer in den Stall, um mir Kuhfladen zu holen, damit ich es wieder bis nach Hause schaffte. Es war eine furchtbare Zeit. Ich habe so viel gefroren. Aber es gab damals immer auch Kinder, die noch ärmer dran waren als ich, Hirtenkinder. Die waren weit weg von ihrem zu Hause, alleine bei fremden Leuten, um dort zu arbeiten. Oft gab ich meinen Freund Otti von meinem Brot etwas ab, damit er wenigstens etwas im Magen hatte. Seid froh, dass es euch heute so gut geht."

Die Mädchen waren sprachlos. Maike war den Tränen nahe und nahm ihren Uropa in den Arm. „Alles gut, mein Mädels. Jetzt hab' ich genug Schuhe und Oma Elli hat viel zu viele Kleider im Schrank.“ Er lachte vor sich hin und trank einen großen Schluck.

Am Abend, als beide in ihren weichen, warmen Betten lagen, nahm Marie ihr Handy und öffnete nicht die üblichen Seiten, sondern beschäftigte sich mit den früheren Zeiten. Die Worte von Opa Jacco beschäftigten sie noch lange und sie wollte alles wissen, wie das damals so war. Sie las Beiträge über die Hirtenkinder und die damals übliche Gebräuche. Lange verharrte sie in traurigen Gedanken und war sehr froh, dass diese schreckliche Zeit schon lange vorbei war.

Als Maike am anderen Tag wieder mit ihrem Uropa auf der Weide stand und auf die Kühe wartete, wagte sie es. Sie zog ihre Turnschuhe und Strümpfe aus und setzte einen Fuß in einen frischen Kuhfladen. „Das ist ja wirklich ganz warm!“, staunte sie und Opa Jacco musste lachen.

Die restlichen Ferien waren super! Sie besuchten einige Freizeitparks, schauten sich interessante Gegenden an und gingen viel schwimmen. Aber oft abends im Bett erinnerten sie sich an Ur-Opa Jaccos Worte, wünschten sich noch viel gemeinsame Zeit mit ihren Urgroßeltern und waren neugierig auf all die Geschichten, die sie erzählen konnten. Sie nahmen sich vor, diese Erzählungen nicht zu vergessen und irgendwann einmal auch ihren eigenen Kindern davon zu berichten.

Ganz herzlichen Dank an das SCHREIB-TEAM aus dem Felsele.
Die Geschichte wurde von Kathrin Giese eingereicht.

GESUND IM APRIL: RICHTIG SITZEN – ABER WIE (FORTSETZUNG)

Wir haben schon gelernt, dass es empfehlenswert ist bei längerem Sitzen ab und zu die Füße zu strecken und zwischendrin immer mal wieder aufzustehen und sich zu recken und zu strecken. Wichtig ist aber auch unsere Sitzgelegenheit selbst: wenn möglich, lassen Sie sich auf einem Stuhl mit Armlehnen nieder. Zum einen können Sie dort bequem das Gewicht Ihrer Arme ablegen, zum zweiten sind Lehnen als Aufstehhilfe

praktisch und gut. Beim Aufstehen kann man sich prima auf ihnen abstützen und kommt so schneller und besser in die Höhe und ins Stehen. Sich an einem Tisch hochziehen ist dagegen nicht empfehlenswert. Man kommt in eine ungesunde Beugehaltung und muss erst mal wieder aus der Krümmung herausfinden. Außerdem sind viele moderne Tische nicht aus Massivholz und könnten kippen, das wäre wirklich ein riskantes Unterfangen, das zu Verletzungen führen kann.

Am besten ist es, man macht sich immer wieder bewusst, dass langes Sitzen im Alter ungesund ist. „Wer rastet, der rostet“, heißt ein altes Sprichwort nicht umsonst. Muskel und Gelenke werden auf Dauer fest und steif, bekommen nicht genug Durchblutung und fangen zu schmerzen an. Manche Aufgaben können wir auch gut im Stehen erledigen wie z.B. das Telefonieren. Wenn Sie ein mobiles Telefon besitzen, können Sie es sich problemlos ans Ohr halten und während dem Gespräch langsam oder auch schneller ein paar Schritte durch den Raum gehen. Auch der gemütliche Fernsehsessel verführt zu Bequemlichkeit, die wir nur ungern aufgeben – zumal ja ein TV-Film in der Regel 1 ½ Stunden dauert. Stellen Sie sich wenigstens einen Hocker dazu, um ihre Füße hoch abzulegen. Dann staut sich das Blut nicht in den Beinen und lässt die Venen anschwellen. Sie sehen, es gibt viele kleine Tipps und Tricks, um auch im Sitzen etwas für sich und seine Gesundheit zu tun!



MÄNNERSACHE: HOLZHACKEN

Neben dem Heimwerken gilt eine andere männliche Leidenschaft dem Holzhacken. Mit der Axt in den Schuppen oder auf den Hofplatz zu ziehen und loszuschlagen ist beinahe für jeden eine reizvolle Herausforderung, der er nur schlecht widerstehen kann und will. Die Nähe zur Natur und das Gefühl etwas Sinnvolles und zugleich Nützliches zu tun, spielt auch eine Rolle. Der Mann schlägt mit der Axt kraftvoll zu, spaltet den Holzscheit und stapelt ihn anschließend in einem trockenen Unterstand. Die Muskeln in den Armen schmerzen zwar nach einer Weile, aber das gehört dazu, das muss man aushalten können.

Schließlich sorgt ein großer Vorrat an Holz gerade in Krisenzeiten für Sicherheit und verspricht Wärme und Geborgenheit. Allerdings gilt das nur in ländlichen Gegenden oder Häusern mit einem offenen Kamin. In städtischen Mehrfamilienhäusern mit Zentralheizung dürfte diese Art der Vorratshaltung unerwünscht und überflüssig sein. Und wo bekommt man das notwendige Holz her? Man darf nicht einfach die Axt schultern und zum nächsten Wald marschieren und loslegen. Das ist verboten. Nein, ein Anruf beim zuständigen Forstamt klärt ab, wem der Wald gehört und wer um Erlaubnis gefragt werden muss. Meist gibt es auch bereits gefällte Bäume, die zur Verfügung gestellt werden und nur noch abgeholt werden

müssen. Beim notwendigen Transport hilft häufig der Besitzer. Ein entsprechendes Entgelt sollte eingerechnet werden. Das Hacken von Holz ist nicht nur gesund und nützlich, es lenkt auch von familiären und beruflichen Problemen jeder Art ab. Es verschafft Muskelkater, Müdigkeit und Zufriedenheit. In der Naturheilkunde z.B. wird das Hacken von Holz therapeutisch eingesetzt. Es dient der Aufwärmung und Kräftigung von Muskeln und ist natürlicher und wirksamer als jedes Fitness-studio von heute.



GEDICHTE

An den Frühling

von Friedrich von Schiller

*Willkommen, schöner Jüngling!
Du Wonne der Natur!
Mit deinem Blumenkörbchen
Willkommen auf der Flur!*

*Ei! ei! da bist ja wieder!
Und bist so lieb und schön!
Und freun wir uns so herzlich,
Entgegen dir zu gehn.*

*Denkst auch noch an mein Mädchen?
Ei, Lieber, denke doch!
Dort liebte mich das Mädchen,
Und 's Mädchen liebt mich noch!*

*Fürs Mädchen manches Blümchen
Erbettelt' ich von dir -
Ich komm und bettle wieder,
Und du? - du gibst es mir?*

*Willkommen, schöner Jüngling!
Du Wonne der Natur!
Mit deinem Blumenkörbchen
Willkommen auf der Flur!*



Rezept von der Oma: Aprikosen-Schmandkuchen

Teig:

3 Eier
7 EL neutrales Öl
7 EL (leicht gehäuft) Mehl
½ P Backpulver
5 EL (leicht gehäuft) Zucker
1 Msp Salz

Vanille-Schmand-Creme:

500 ml Milch
1 ½ P Vanille-Puddingpulver
500 g Schmand
1/2 Bio-Zitrone,
Abrieb und Saft
4 EL Zucker

1 große Dose Aprikosen
250 ml Fruchtsaft
1 P Tortenguss



Die

Aprikosen abgießen und abtropfen lassen.

Einen Teig rühren aus o.a. Zutaten, in eine 26er oder 28er ausgefetteten Backform füllen und 15 Minuten bei 180° vorbacken.

Aus der Milch und dem Vanille-Puddingpulver einen Pudding kochen und diesen leicht abkühlen lassen. Den Schmand, Zitronensaft und –abrieb sowie den Zucker miteinander vermischen, auf den vorgebackenen Kuchenboden füllen und glatt streichen.

Dann die Aprikosenhälften, mit der runden Seite nach unten, auf der Creme verteilen. 20 Minuten bei 180° fertigbacken.

Nach Wunsch aus dem Fruchtsaft der Dose, 2 EL Zucker und dem Tortengusspulver einen Guss bereiten und ihn zügig über die Kuchenoberfläche verteilen.

Guten Appetit!

Erinnern SIE sich Titelseite April 2019

Raphaelblättle
Seniorenzentrum St. Raphael Titisee-Neustadt
April 2019



Unsere Hühner kommen Hoffentlich

haben sie einen wachen
Schutzengel dabei ...
Die Zeichnung stammt von Imo Quer-
Lehmann, einer Künstlerin, die in Baden-
Baden lebt und uns die Veröffentlichung ihrer
Werke genehmigte. Titel dieser Zeichnung:
„Engel tröstet ein Legebottariehuhn“
DAFÜR BEDANKEN WIR UNS GANZ HERZLICH
☺ Wir wünschen IHNEN ALLEN

FROHE OSTERN mit vielen



Wir bedanken uns ganz
herzlich bei allen Leserinnen
und Leser, dass SIE uns auch in
diesem Monat die TREUE
halten. Und das gerade nach
einem solchen April-Scherz-
Heft. Wir lassen
möglicherweise keine Fett-
Näpfchen aus, doch wir sind
noch nicht vom Affen gebissen.
IHREREDAKTIONDIEIMMER
FÜRSIEDAISTEMPFIEHLT:



RÄTSEL

Wortquadrat

Dieses Quadrat mit den neun Buchstaben enthält ein Wort. Verbinden Sie die Buchstaben mit dem Stift so, dass sich das gesuchte Wort ergibt.

Hinweis zur Lösung:
Musikrichtung

J	M	U
A	Z	S
Z	K	I

Brückenwörter

Die folgenden Wörter sind einzufügen:

WASSER, AFFEN, BRIEF, HAUS, WORT, WINKEL, MILCH, HAFT, NACHT

MEISTER									TASCHE
NACH									GETREU
WEIT									HAKEN
STAND									DAUER
FAST									MAHR
DICK									STRASSE
LAND									MUELL
SODA									STRASSE
HALB									LIEBE

Hinweis zur Lösung (**unter dem Dreieck**): **ILTIS**

Kreuzwörterrätsel (mit Hilfsbuchstaben):

Abzug bei Barzahlung	▼	▼	ein Laubbaum	Fehler beim Tennis (engl.)	Frauenname	Wut, Raserei	▼	○ ₃	Feuerstein
Menschenfresser	○ ₅			▼	▼		A		
▶			○ ₂			Teil der Kamera			leicht färben
Bierwürze			besondere Begabung	▶		▼		N	▼
Heißgetränk	▶	○ ₁		Buch der Bibel	Rechtsvertreter		englisch: nach, zu	T	O
▶				▼	▼		▼	Frauenkurzname	
duldsam	endloses Gerede	ein Zierstrauch	Quatsch, Nonsense	▶		S	○ ₇		
niederl. Stadt (Den ...)	P	▼	Mensch um die Zwanzig	▶				Türke	
▶	A		G	Laubbaum		Fremdwortteil: mit	▶	▼	
feines Baumwollgewebe	L		Vorname Canettis	▶					kleine Brücke
▶	A				○ ₆	Frauenkurzname	Initialen des Malers Slevogt	▶	▼
Gemüsepflanze	○ ₈		röm. Zahlzeichen: 400	▼	C	Haushaltsplan	▶		
▶	○ ₄					E		Kfz-Z. Neuß	▶
wilde Ackerpflanze	▶	R				Wettkampfgewinn	▶		

© exzellenz Miller GmbH

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

Hinweis zum Lösungswort: wirkungsvoll

Auflösung aller Rätsel aus dem März 2021

Auflösung Bilderrätsel



Auflösung Kreuzworträtsel

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

Lösungswort: GAERTNER

Lösung Wortschnecke: Heile, heile Segen sieben Tage Regen, sieben Tage Sonnenschein, wird alles wieder Heile sein. Heile, heile Segen, sieben Tage Regen, sieben Tage Schnee, tut dem Kind schon nicht mehr weh.

Lösung Wortquadrat: MILCHZAHN

Auflösung Brückenwörter

ZENTIMETER				M	A	S	S			REGEL
FERIEN			P	A	R	K				HAUS
ROST			B	R	A	U	N			ALGE
ABER	W	I	T	Z						FIGUR
BERN	S	T	E	I	N					ADLER
OBER	H	A	U	P	T					DARSTELLER
HOLZ			F	A	S	S				BINDER
WIDER	S	T	A	N	D					BILD
DUENN				B	I	E	R			GLAS
FILIGRAN			A	R	B	E	I	T		GEBER
SCHWARZ		D	R	O	S	S	E	L		BART
WERK				T	A	G	E			LOHN

Lösungswort: NUTZLAST

Kein Aprilscherz: Unsere Kollegin hat ein Wohlfühl-Studio eröffnet

**„Brauchen Ihre Füße und Ihr Körper wohltuende Pflege?
Dann sind Sie bei mir richtig.“**

*Liebe Bewohner *innen, Gäste der Tagespflege,
liebe Kolleginnen und Kollegen,
ab sofort biete ich meine Leistungen als professionelle Fußpflegerin
an. Egal ob Sie Problemfüße haben oder sich einfach verwöhnen las-
sen wollen. Es ist für jeden etwas dabei. Ich biete auch Fußreflex-
zonen- Massage, tibetische Rückenmassage und indische Kopf-
massage an. Ich komme zu Ihnen ins Zimmer, in Ihr Apartment oder
Sie besuchen mich in meinem Wohlfühl-Studio. Ich freue mich auf
Ihren **Anruf zur Terminvereinbarung.***

Ihre Natalya Golovazki

Ganterstraße 19 in 79877 Friedenweiler

Telefon Mobil: 0173-5832978



Qualifikation sichert Qualität!

Herzlich beglückwünschen möchten wir an dieser Stelle Mariana Fritsche (ehem. Kapetanovic) zur erfolgreich absolvierten Qualifikation zur Wohnbereichsleitung! Weitere Glückwünsche gehen an Tobias Schwab.

Dieser hat 800 Stunden seiner Lebens- und Arbeitszeit damit verbracht, die Qualifikation zur verantwortlichen Pflegefachkraft (auch Pflegedienstleitung PDL genannt) zu erwerben. Beide setzen die erfolgreiche Tradition von St. Raphael fort, nicht nur bestens ausgebildete Leute im Haus zu haben, sondern diese auch selbst aus- und weiterzubilden. Zwei junge Leute, die in unserem Team - bestehend aus bald 250 Mitarbeiter*innen - die Zukunft sichern.

Stellenausschreibung

Bedingt durch eine deutliche Vergrößerung unserer Legehennen-Schar und die dadurch erforderliche massive Ausweitung der Weidefläche zur artgerechten Haltung der Tiere suchen wir Sie als

***Greenkeeper *Hühnerflüsterer* Haustechniker (m/w/d)**

Erfahrung in der Rasen-Pflege von Golfplatz-Anlagen, Fußball-Plätzen oder Pferde-Rennbahnen wären von Vorteil. Ihren tadellosen Umgang mit unserem Federvieh setzen wir voraus.

Nähere Einzelheiten besprechen Sie mit der Haustechnik: 07651/499-611

Seniorenzentrum St. Raphael, Schottenbühlstraße 70, 79822 Titisee-Neustadt

Impressum: Raphaelblättle
Interne Hauszeitung vom
Seniorenzentrum St. Raphael
Redaktion beim Sozialdienst
Schottenbühlstraße 70
79822 Titisee-Neustadt
07651/499-0

sozialdienst@st-raphael.de
www.raphaelblättle.titisee-neustadt.de
www.seniorenzentrumstraphael.de
Erscheint wenn möglich monatlich
Auflage: 300 plus x
In Zeiten von Pest, Cholera und
Hl. Corona ein paar weniger



Passt in die kleinste Hütte bzw. Garage. Ein gaaanz herzliches DANKESCHÖN geht an alle Firmen die diesen STADT-FLOH mit finanziert haben:



Laurence Gantert, Zahnärztin Metzgerei Fritz / AOA Performance, Woll Garten- und Landschaftsbau, Mössner Sanitär / Schwarz TEC / Auto Warth / RAMO / Farben Beha / Bombardi Tiefbau / Transportbetonwerke Hochschwarzwald Sparkasse Hochschwarzwald / Günther Sicherheits- und Brandschutztechnik / St. Raphael



www.förderverein-seniorenzentrum-neustadt

Karl-Heinz Siemes
Vorsitzender

07651-7291

ksiemes@t-online.de oder
info@förderverein-seniorenzentrum-neustadt.de

SPENDENKONTO: SPARKASSE HOCHSCHWARZWALD
IBAN: DE52 6805 1004 0004 0147 00 BIC: SOLADES1HSW