

# Der Fußwärm'er

Oktober/November/Dezember 2025

Ausgabe 04/2025

53. Jahrgang



Seniorenzeitung des Fritz-Rupprecht-Heimes  
und des Wohnstiftes Käthe-Loewenthal



Fritz - Rupprecht - Heim  
das „Aktiv-Heim“

Sonja's Café

„Klatsch“  
und Kiosk

Öffnungszeiten:

Donnerstag - Sonntag  
12.30 - 17.00 Uhr

**Telefon**  
**0911/8910-5010**

*Vedat Haarmoden*

der moderne Frisiersalon

**Öffnungszeiten:**

<b>Montag</b>	<b>8.30-12.00</b>
<b>Dienstag</b>	<b>8.30-12.00</b>
<b>Donnerstag</b>	<b>8.30-12.00</b>

Termine außerhalb der Öffnungszeiten  
nach Vereinbarung!

**Telefon**

**0911/8910-5012**

Außerdem bieten wir  
Maniküre und Fußpflege an !

**Das evangelische Pfarramt St. Johannis,  
sowie die Pfarrgemeinde Christkönig laden Sie zum  
ökumenischen Gottesdienst ein**

**an jedem Dienstag um 16 Uhr**  
im Fritz-Rupprecht-Heim  
Andachtsraum, Haus 2, Untergeschoss



**Kontaktadresse:**

Pfarramt St. Johannis  
Würzburger Str. 474  
90768 Fürth-Burgfarrnbach

Telefon: 75 17 70

**Kontaktadresse:**

Pfarrgemeinde Christkönig  
Friedrich-Ebert-Str. 5  
90766 Fürth

Telefon: 72 30 360

# Inhaltsverzeichnis

## Fritz-Rupprecht-Heim

Einleitung .....	4
Neue Bewohner .....	5
Geburtstage .....	6-8
Verstorbene .....	9
Veranstaltungen und Termine .....	10-11
Bericht aus dem Demenzzentrum .....	12-14
Neue Bewohnervertretung wurde gewählt .....	15
Rückblick - Heimkärwa 2025 .....	16
Hüpfburg auf Abwegen .....	17
Frische Kirschen und süße Marmelade .....	18

## Allgemeiner Teil

Oma's Koch-und Backtipps .....	19
Kalenderblatt .....	20
Zeitsprung - Die Kartoffelernte .....	21-22
Können Sie sich noch erinnern .....	23
Berühmte Geburtstagskinder .....	24
Der Vorname Lieselotte .....	25
Hätten Sie's gewusst .....	26
Fränkisch und seine Bedeutung .....	27
Was isn des für a Ding .....	28
Rate Spaß / Rätsel / Suchwort - Weihnachten .....	29-32
Redewendungen .....	33
Lösungen und Gewinner .....	34
Gesund im Dezember .....	35
Weihnachtsquiz .....	36
Weihnachtsbäume - Die Geschichte hinter der Tradition .....	37-38
Weihnachten - Lieder und Rezepte .....	39-40
Sparkassenfahrten .....	41

## Wohnstift Käthe-Loewenthal

Neue Bewohner .....	43
Geburtstage .....	44-46
Verstorbene .....	47
Aktivierung und Betreuung .....	48
Veranstaltungen und Termine .....	49
Kaffeehaus-Orchester .....	50
Eiskaffee .....	51
Heimkärwa 2025 .....	52-53
Born to be wild .....	54

# Einleitung

---

## Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Leserinnen und Leser unseres Fußwärmers,

lassen Sie sich das Wort mal auf der Zunge zergehen: Martinsgans...Ganz ehrlich, läuft Ihnen da nicht auch das Wasser im Mund zusammen?



Und riechen Sie da nicht auch den unvergleichbaren Geruch des langsam in seinem Fett schmorenden Geflügels?

Dazu entsteht vor dem geistigen Auge das Bild der knusprig braunen Gans im Backofen, die nur darauf wartet auf den Tisch zu kommen.

In verschiedenen Bundesländern gibt es jeweils traditionelle Rezepte: In Bayern und Thüringen sind Klöße die ideale Beilage, mal roh, mal als Semmelknödel. Auch die Füllungen unterscheiden sich. Gerne nimmt man als Gemüse den Rotkohl, der rundet das Ganze wunderbar ab.

Es wird angenommen, dass der Brauch des Martinsgans-Essens hierzulande auf die Entlohnung für die Saisonarbeiter auf dem Bauernhof zurückgeht. Noch bis vor wenigen Jahrzehnten war der Martinstag gewissermaßen Zahltag. Alle Männer und Frauen, die über das Frühjahr und den Sommer auf dem Hof geholfen hatten, wurden zu einem großen gemeinsamen Abendmahl geladen.

Auch zur Weihnachtszeit gibt es den einen oder anderen Brauch.

So ganz genau weiß man es nicht, woher der Brauch kommt, sich in der Vorweihnachtszeit unter einem Mistelzweig zu küssen. Besonders in den anglo-amerikanischen Ländern wird diese Sitte mit Begeisterung kultiviert. Im England des 18. Jahrhunderts nannte man die kleinen beerigen Früchte der Mistel sogar Kuss-Kugeln. Es heißt, dass er Paaren Glück bringt, wenn sie sich unter dem Mistelzweig küssen und dass Ihre Verbindung lange währen wird. Haben Sie schon einmal einen Kuss unter einem Mistelzweig erhalten?



An dieser Stelle möchte ich mich bei allen Lesern bedanken und freue mich auf weitere Ausgaben im nächsten Jahr mit Ihnen. Genießen Sie die Weihnachtszeit und kommen Sie gut ins nächste Jahr.

Ihre

**Octavia Mercan**  
Einrichtungsleiterin

# **Neue Bewohner**

---

Aus Datenschutzgründen werden  
diese Angaben nicht im Internet  
veröffentlicht

# Geburtstage im Oktober

---

Heimleitung, Bewohnervertretung sowie auch alle Mitarbeiter des Fritz-Rupprecht Heimes gratulieren auf das Herzlichste!



Aus Datenschutzgründen werden  
diese Angaben nicht im Internet  
veröffentlicht



# Geburtstage im November

---

Heimleitung, Bewohnervertretung sowie auch alle Mitarbeiter des Fritz-Rupprecht Heimes gratulieren auf das Herzlichste!



Aus Datenschutzgründen werden  
diese Angaben nicht im Internet  
veröffentlicht

# Geburtstage im Dezember

---

Heimleitung, Bewohnervertretung sowie auch alle Mitarbeiter des Fritz-Rupprecht Heimes gratulieren auf das Herzlichste!



Aus Datenschutzgründen werden  
diese Angaben nicht im Internet  
veröffentlicht



# **Verstorbene**

---

*Wir trauern um . . .*

Aus Datenschutzgründen werden  
diese Angaben nicht im Internet  
veröffentlicht

*Im stillen Gedenken an unsere verstorbenen  
Bewohnerinnen und Bewohner,  
die in den vergangenen Monaten von uns gegangen sind.  
Wir wünschen den Angehörigen und Hinterbliebenen für die  
Zeit der Trauer viel Kraft.*

# Veranstaltungen und Termine

## Oktober

<u>01.10.2025</u>		<u>Demenzzentrum – Koch- und Backtag</u>
01.10.2025	14.30	Kaffeekränzchen im Saal oder Tagesbetreuung
<u>05.10.2025</u>		<u>Demenzzentrum – Erntedank</u>
<u>06.10.2025 – 10.10.2025</u>		<u>Demenzzentrum – Kochwoche zum Erntedank</u>
07.10.2025	16.00	Gottesdienst im Andachtsraum
08.10.2025	14.30	Erntedank / Kürbisfest im Saal
09.10.2025	14.30	Damenkaffeekränzchen im Café
10.10.2025	09.30	Fahrdienst zum Fürther Friedhof*
11.10.2025	10.00	Männerstammtisch
14.10.2025	16.00	Gottesdienst im Andachtsraum
15.10.2025	09.45	Fahrdienst zur Burgfarrnbacher Sparkasse
<u>15.10.2025</u>	<u>14.30</u>	<u>Demenzzentrum – Oktoberfest</u>
15.10.2025	15.30	Singen in der Eingangshalle
15.10.2025	14.30	Kaffeekränzchen im Saal oder Tagesbetreuung
16.10.2025	14.30	Modeverkauf in der Eingangshalle – Strickmode Brey kommt zu Besuch
19.10.2025	14.30	Weinfest im Saal
<u>21.10.2025</u>		<u>Demenzzentrum – Männerstammtisch</u>
21.10.2025	16.00	Gottesdienst im Andachtsraum
22.10.2025	14.30	Kaffeekränzchen im Saal oder Tagesbetreuung
22.10.2025	18.00 - 20.30	Rollstuhl- und Rollatoren Waschtag
<u>23.10.2025</u>		<u>Demenzzentrum – Beautytag</u>
24.10.2025	09.30	Fahrdienst zum Burgfarrnbacher Friedhof*
28.10.2025	16.00	Gottesdienst im Andachtsraum
<u>29.10.2025</u>		<u>Demenzzentrum – Spielenachmittag</u>
29.10.2025	14.30	Kaffeekränzchen im Saal oder Tagesbetreuung
<u>Im Oktober</u>		<u>Demenzzentrum – Ausflug zur Fürther Kärwa</u>

## November

04.11.2025	16.00	Gottesdienst im Andachtsraum
<u>05.11.2025</u>		<u>Demenzzentrum - Koch- und Backtag</u>
05.11.2025	14.30	Kaffeekränzchen im Saal oder Tagesbetreuung
<u>11.11.2025</u>		<u>Demenzzentrum – Pelzmärtel / St. Martin</u>
11.11.2025	16.00	Gottesdienst im Andachtsraum
11.11.2025	14.30	Kaffeekränzchen – St. Martin
12.11.2025	09.45	Fahrdienst zur Burgfarrnbacher Sparkasse
13.11.2025	14.30	Damenkaffeekränzchen im Café
14.11.2025	09.30	Fahrdienst zum Fürther Friedhof*

# Veranstaltungen und Termine

15.11.2025	10.00	Männerstammtisch
<u>18.11.2025</u>		<u>Demenzzentrum – Männerstammtisch</u>
18.11.2025	16.00	Gottesdienst im Andachtsraum
19.11.2025	15.30	Singen in der Eingangshalle
<u>19.11.2025</u>		<u>Demenzzentrum – Beautytag</u>
25.11.2025	18.30	Gottesdienst im Andachtsraum - Gedenkgottesdienst
<u>26.11.2025</u>		<u>Demenzzentrum – Spielenachmittag</u>
28.11.2025	16.00	Gottesdienst im Andachtsraum
27.08.2025	09.30	Fahrdienst zum Burgfarrnbacher Friedhof*
30.11.2025	18.00 - 20.30	Weihnachtsbasar in der Eingangshalle

## Dezember

02.12.2025	16.00	Gottesdienst im Andachtsraum
03.12.2025	14.30	Kaffeekränzchen im Saal oder Tagesbetreuung
<u>03.12.2025</u>		<u>Demenzzentrum – Koch- und Backtag</u>
03.12.2025	18.00 - 20.30	Rollstuhl- und Rollatoren Waschtag
<u>06.12.2025</u>		<u>Demenzzentrum – Nikolaus</u>
<u>09.12.2025</u>		<u>Demenzzentrum - Männerstammtisch</u>
09.12.2025	16.00	Gottesdienst im Andachtsraum
10.12.2025	09.45	Fahrdienst zur Burgfarrnbacher Sparkasse
10.12.2025	14.30	Kaffeekränzchen im Saal oder Tagesbetreuung
10.12.2025	15.30	Singen in der Eingangshalle
<u>11.12.2025</u>		<u>Demenzzentrum – Beautytag</u>
11.12.2025	14.30	Damenkaffeekränzchen im Café
12.12.2025	09.30	Fahrdienst zum Fürther Friedhof*
12.12.2025	13.30	Modeverkauf in der Eingangshalle – Strickmoden Scherer kommt zu Besuch
16.12.2025	16.00	Gottesdienst im Andachtsraum
17.12.2025	15.30	Bewohnerweihnachtsfeiern
<u>17.12.2025</u>	<u>14.30 - 17.00</u>	<u>Demenzzentrum – Weihnachtsfeier</u>
19.12.2025	09.30	Fahrdienst zum Burgfarrnbacher Friedhof*
23.12.2025	16.00	Gottesdienst im Andachtsraum
<u>24.12.2025</u>		<u>Demenzzentrum – Heiligabend</u>
30.12.2025	16.00	Gottesdienst im Andachtsraum
<u>31.12.2025</u>		<u>Demenzzentrum – Sylvester</u>
<u>Im Dezember</u>		<u>Demenzzentrum:</u> <u>Ausflug zum Fürther Weihnachtsmarkt</u> <u>Plätzchenbacken für die Weihnachtszeit</u>

\*Hier können Sie Ihrer Lieben gedenken

# Bericht aus dem Demenzzentrum

## Liebe Leserinnen und Leser des Fußwärmers,

Schon wieder ist die Zeit schnell an uns vorbeizogen, so dass es wieder Lesestoff gibt.

Von vielen Bewohnern höre ich oft: Wenn die Fürther Kärwa vor der Tür steht, ist der Sommer oder die Gartenzeit so gut wie vorbei.

Die Kärwa wurde auch schon mit dicken Pullovern und Stiefeln besucht, was bei unserer Heimkärwa im August nicht der Fall war.

Nach tagelangem Regen und frischen Temperaturen blinzelte die Sonne am Morgen der Heimkärwa schon durch.



Zur Sicherheit wurden dieses Mal im Garten noch Pavillons aufgebaut – man weiß ja nie –, aber die waren nur zur Vorsorge.

Vormittags wurden die vielen Tische herzlich mit Tischdecken und frischen Sonnenblumen vom Feld eingedeckt. Ein Kaffeegedeck mit farbig passender Serviette, und fertig waren die Tische. Unser „Preisetisch“ mit vielen großartigen Sachen von den Losen befand sich

dieses Mal im Wohnzimmer.

Im Garten wurde weiter kräftig gearbeitet und dekoriert. Es waren viele Anmeldungen für unser heutiges Fest.

Mittags wurden die Küchle vorbereitet, Kaffee gekocht, die Popcornstation aufgebaut und vieles mehr. Die Sonne hielt Wort und begleitete uns den ganzen Tag.

Um 14 Uhr konnten Frau Mercan und Frau Hammer unsere zahlreichen Gäste, Bewohner und den Heimbeirat vom Haus begrüßen und unser Fest starten lassen.



Hans war unsere musikalische Unterstützung und nahm jeden Musikwunsch entgegen.

# Bericht aus dem Demenzzentrum

Die Tanzfläche war von der ersten Minute an gefüllt.  
Zum Kaffee gab es leckere Kärwaküchle.  
Radler, Limo und frisches Popcorn gab es als Zwischensnack zur Stärkung.

Zwischen den Angehörigen fanden während der Schunkelrunden Gespräche statt, und man lernte sich einmal nicht nur „zwischen Tür und Angel“ kennen.

Unsere Lose gingen weg wie warme Semmeln. Die Preise konnte man sich gegen Ende des Festes dann abholen.

Zum Abschluss wurde der Grill angeschürt, und es gab leckere Bratwurstsemmeln. Wer auf Bratwurst keine Lust hatte, für den waren noch Lachssemmeln im Angebot.

Mit Sierra Madre verabschiedete Hans unser schönes, gelungenes Fest.

## **Ein großer Dank an alle fleißigen Helfer – DANKE.**



Die Kärwa war unser großes Fest im Jahr. Bald erwartet uns aber schon das Oktoberfest – über das ich natürlich in der nächsten Ausgabe berichten werde.

# Bericht aus dem Demenzzentrum

Die letzten Monate gestalteten wir weiterhin unsere Runden nach dem Jahresthema „Die 4 Jahreszeiten“.

Wir verbrachten viel Zeit im Garten mit Gesprächen, Singrunden oder Gymnastikrunden.

Gesungen wird täglich, denn das geht immer und macht Spaß.

In der Backrunde gab es einen leckeren Apfelkuchen. Viele fleißige Hände bereiteten den Teig zu, schnippelten Äpfel und gaben Ratschläge. Mit den Fingern wurde der Restteig aus der Schüssel geschleckst.

Der fertige Apfelkuchen wurde am Nachmittag verspeist.



Es werden auch Entspannungsrunden angeboten, unter anderem mit unserer Klangschale. Die Bewohner nehmen die verschiedenen Töne wahr, vergleichen sie mit anderen Tönen oder spüren bei Einzelübungen die Vibratiosn am Körper.

Auch Handmassagen oder Igelballmassagen finden großen Anklang. So gibt es eine Vielzahl an Angeboten, die wöchentlich durchgeführt werden.

Im nächsten Fußwärmer berichte ich Ihnen vom Oktoberfest, unserem Erntedankfest und der Fürther Kärwa.

In diesem Sinne verabschiede ich mich von Ihnen. Kommen Sie gesund durch den Herbst und passen Sie gut auf sich auf.

Alles Gute,

**Ihre Simone Wechsler**

# Bewohnervertretung

---

## **Neue Bewohnervertretung wurde gewählt**

Am 30.07.2025 fand die Wahl der neuen Bewohnervertretung im Fritz-Rupprecht-Heim statt. Jeder Bewohner konnte in geheimer Wahl für maximal 7 von 11 Kandidaten abstimmen.

Durch Wahl in die aktuelle Bewohnervertretung wurden folgende Personen gewählt, die das Amt auch bestätigten:

Georg Bauer, Alice Pilsberger, Erika Halbächs, Giselind Fischer, Ottolie Hirschmann, Renate Karir, Werner Finkler (von links)

Die konstituierende Sitzung der neuen Bewohnervertretung fand am 14.08.2025 statt.

Hier wählten die Mitglieder eine Vorsitzende/n aus den eigenen Reihen. Die Wahl fiel auf Herrn Werner Winkler. Frau Erika Halbächs wurde zur stellvertretenden Vorsitzenden gewählt. Zur Schriftführerin haben die Mitglieder Frau Ottolie Hirschmann bestimmt.



### **Was macht die Bewohnervertretung unter anderem?**

- Sie vertritt die Interessen der Bewohner. Er hat Kontakt zu den Bewohnern hört ihnen zu und informiert diese über die Arbeit.
- Sie trifft sich regelmäßig
- Sie stellt sich bei neuen Bewohnern vor und hilft diesen, sich in der Einrichtung zurechtzufinden
- Sie spricht mit der Einrichtungsleitung über Wünsche und Beschwerden der Bewohner. Er macht Vorschläge und verhandelt mit der Einrichtungsleitung, wie etwas verbessert werden kann.
- Die Bewohnervertretung beantragt Maßnahmen bei der Einrichtungsleitung. Sie erhält dazu innerhalb von zwei Wochen eine Antwort.
- Sie wird von der Einrichtungsleitung über alle wichtigen Angelegenheiten, die das Leben in der Einrichtung betreffen, informiert.

# Rückblick

## Heimkärwa 2025 - ein Fest voller Tradition und Lebensfreude

Auch 2025 war es wieder so weit: Im großen Garten fand unsere alljährliche Heimkärwa statt – ein Tag, an dem fränkisches Brauchtum, Gemeinschaft und Lebensqualität in den Vordergrund rückten.

Den Beginn machte die feierliche Aufstellung des Kärwabaums durch die Burgfarrnbacher Kärwaburschen, die unter kräftigem Beifall der Besucher den prächtigen Baum in die Höhe stemmten. Direkt im Anschluss eröffnete der 2. Oberbürgermeister mit dem traditionellen Bieranstich offiziell das Fest – ein Moment, der von vielen Gästen mit einem kräftigen „O'zapft is!“ gefeiert wurde.



Für ausgelassene Stimmung sorgten wieder einmal „die lustigen Dorfmusikanten“, die mit ihren zünftigen Klängen den ganzen Nachmittag über für beste Unterhaltung garantierten. Groß und Klein hatten außerdem ihren Spaß an unserer Losbude, die mit zahlreichen attraktiven Preisen lockte.

Auch kulinarisch kamen die Besucher voll auf ihre Kosten: Ob Kaffee und Kärwaküchle, herzhafte Bratwürste, frische Fischsemmlen oder kühle Getränke – das Angebot ließ keine Wünsche offen.



Wir freuen uns sehr, dass so viele Gäste den Weg zu uns gefunden haben und gemeinsam mit uns fröhliche und gesellige Stunden verbracht haben. Ein herzliches Dankeschön gilt allen Helferinnen und Helfern, die dieses Fest möglich gemacht haben.



Die Heimkärwa hat wieder einmal gezeigt: Tradition lebt – und verbindet die Menschen. Wir freuen uns schon jetzt auf ein Wiedersehen im nächsten Jahr!



# Hüpfburg auf Abwegen



Man ist bekanntlich nie zu alt, um das Kind in sich rauszulassen ... aber vielleicht manchmal zu alt, um danach allein wieder aufzuste-  
hen! 😊

Für die kleinen Besucher wurde bei einer Veranstaltung eine Hüpfburg aufgestellt – und was machen unsere Bewohner? Genau: Sie haben die Gelegenheit beim Schopf gepackt und selbst die Sprungfläche erobert.

Da hat sich wohl der eine oder andere gedacht: „Wenn die schon mal hier steht, dann wird auch gehüpft!“

Das Ergebnis: Hüfte 3, Hüpfburg 0, aber jede Menge Gelächter und ganz viel gute Laune. 🎉

# Frische Kirschen und Marmelade

## Ein kreativer Nachmittag im Bereich 2

Unsere Bewohnerinnen und Bewohner aus Bereich 2 hatten kürzlich einen besonders genussvollen Nachmittag: Es wurde gemeinsam Kirschmarmelade gekocht – von der Ernte bis zum fertigen Glas. Die Kirschen stammten direkt vom Baum vor dem Haus, den alle fleißig gepflückt und geerntet hatten.

Mit viel Freude wurden die Kirschen entsteint, püriert und mit Zucker zu köstlicher Marmelade verarbeitet. Dabei entstanden nicht nur leckere



Gläser zum Mitnehmen, sondern auch wertvolle Momente der Gemeinschaft: Erinnerungen an frühere Marmelade-Zubereitungen wurden geteilt, Lachen und Geschichten erfüllten den Raum.

Am Ende des Tages konnten alle stolz ihr fertiges Produkt bewundern – fruchtig, süß und selbstgemacht.

Solche Aktivitäten zeigen einmal mehr, wieviel Freude, Kreativität und Zusammenhalt im Bereich 2 gelebt werden.



# Oma's Koch- und Backtipps

---

## **Aufläufe:**

Schmecken pikanter, wenn die Form nicht mit Margarine, sondern mit Kräuter- oder Knoblauchbutter eingerieben wird.



## **Essig:**

Wenn sich Essig etwas trübt, hat das keinen Einfluss auf den Geschmack: Füllen Sie den Essig einfach durch eine Filtertüte, dann wird er wieder klar.

## **Nudelteig:**

Lässt sich leichter ausrollen, wenn man ihn vorher für ca. 30 Minuten unter einer angewärmten Rührschüssel ruhen lässt.

## **Knödel:**

Machen Sie den Semmelknödelteig etwas fester und geben 1 TL Backpulver dazu. So gelingen die Knödel immer.

## **Streuselkuchen:**

Besprüht man nach dem Backen noch warm mit etwas kaltem Wasser. Dann werden die Streusel herrlich knusprig.

## **Brot aufbacken:**

Ausgetrocknetes Brot oder trockene Brötchen schmecken wieder frisch, wenn man sie in ein feuchtes Tuch wickelt und ca. 24 Std. in den Kühlschrank legt. Dann im Backofen bei 180 Grad etwa 5 Min. aufbacken.

## **Kuchenfarbe:**

Kuchen erhält eine schöne gelbe Farbe, wenn man die rohen Eier mit etwas Salz verrührt und ca. 10 Min. ruhen lässt.

## **Obstkuchen:**

Obstkuchen weicht nicht durch, wenn man eine Schicht Cornflakes auf den Tortenboden streut, bevor er mit Obst belegt wird.

## **Baiser:**

Backen bei 100 Grad 15 Minuten,  
dann bei 150 Grad 25 Minuten.

## **Knäckebrot:**

... das durch hohe Luftfeuchtigkeit zäh geworden ist, wird wieder knusprig, wenn man es auf niedriger Stufe kurz toastet.

# Kalenderblatt

## Der Monat Oktober

Der Oktober hat verschiedene altdeutsche Namen: Gilhart, die Blätter verfärben sich; Reifmond, es beginnt die Zeit der Nachtfröste; Dachsmond, traditionell ist der Oktober ein Jagdmonat; Wein- bzw. Mostmonat, die Weinlese und die Weinverarbeitung beginnen.

Winterzeit: Am Sonntag, 26.10.2025 wird uns, durch die Umstellung auf die Winterzeit, eine Stunde geschenkt. Um 03.00 Uhr in der Nacht, springt die Uhrzeit von 02:59 auf 02:00 Uhr zurück. Erfreuen wir uns daran und schlafen eine Stunde länger. Durch die gewonnene Stunde Sonnenlicht, werden die Abende wieder etwas länger und man kann auch noch am späten Nachmittag einen Spaziergang machen.



## Der Monat November

In Indien findet in diesem Monat eines der schönsten Feste des Jahres statt: Diwali. Es steht ganz im Zeichen des Lichtes, und so werden überall Kerzen entzündet, Öllampen in die Fenster gestellt und sogar ganze Lichterketten an die Hausfassaden gehängt. Aber nicht nur die Häuser werden geschmückt, auch die Bürger ziehen sich neue Kleider an. Zusätzlich zu Licht und Feuerwerken werden während Diwali auch traditionelle Süßigkeiten und Geschenke ausgetauscht, und viele Menschen nehmen das Fest als Anlass für Frühlingsputz und Dekoration ihrer Wohnungen. Die Ursprünge des Festes liegen in dem Kampf des Guten gegen das Böse, bzw. des Lichtes über die Dunkelheit. Damit ist es auch ein wichtiges Zeichen des Neubeginns.

### Wehe dem Schurken

Alljährlich am fünften November wird in England die „Guy Fawkes Nacht“ gefeiert. Dabei geht es mit vielen Feuerwerken fast so bunt zu wie an Silvester! Der Hintergrund ist allerdings etwas makaber. Guy Fawkes war ein Attentäter, der 1605 versuchte, mit einer Bombe das Parlament zu sprengen. Heutzutage wird ein kleines Püppchen von ihm deshalb symbolisch in die Luft gejagt.

## Der Monat Dezember

Der Dezember wurde früher auch „Adventsmonat“, „Christmonat“ oder „Julmond“ genannt, abgeleitet vom „Julfest“, der altgermanischen Feier der Wintersonnenwende. Er ist der letzte und festlichste Monat im Jahr. Mit dem Winteranfang (21.12) und dem kürzesten Tag des Jahres ist der Dezember ein Wintermonat.

Dennoch gibt es nicht selten, statt der vielen besungenen weißen, eher eine grüne Weihnacht. Der Dezember ist geprägt durch die Adventszeit, die festliche Vorbereitung und Erwartung der Ankunft Christi. Im Dezember wird häufig auf die Ereignisse des Jahres Rückschau gehalten.

### Johanniswein

In Erinnerung an den Evangelisten Johannes war es früher üblich, den Johanniswein zu segnen. „Trinke die Liebe des Heiligen Johannes.“ In vielen Gemeinden wird am 27. Dezember im Anschluss an den Gottesdienst die Gemeinde zu eingeladen, mit einem Glas voll Johanniswein anzustoßen. Beim Trinken des Johannesweins sollen wir an das Gebot der reinen Liebe erinnert werden. Der Legende nach soll der heilige Johannes durch die Segnung einen vergifteten Becher vom Gift befreit haben.

# Zeitsprung - Die Kartoffelernte

Der Herbst – Zeit für die Ernte. Herbstferien heißen früher „Kartoffel-Ferien“. Eine gute Kartoffel-Ernte war noch Anfang des 20. Jahrhunderts überlebenswichtig.



Wochenlang half jeder, der konnte, von morgens bis abends, gebückt und auf allen Vieren, die kostbaren Knollen rechtzeitig aus dem Boden zu holen. An kühlen Oktoberabenden dann der karge Lohn für die Erschöpften: Im herbstlichen Abendrot glühten in der Dämmerung weithin sichtbar große Kartoffelfeuer. Und nach der Arbeit schmeckten die über dem Feuer gerösteten Erdäpfel doppelt so gut.

## **Missstrauen gegenüber der fremden Frucht**

Spanische und englische Seefahrer hatten die Kartoffel bereits in der zweiten Hälfte des 16. Jahrhunderts von Südamerika nach Europa gebracht. Die Pflanze war unbekannt, ihre Blüte beliebt, aber schwierig der Umgang mit ihren oberirdischen, grünen Teilen – denn die Ranken enthalten das giftige Alkaloid „Solanin“ der Nachtschattengewächse.

Wer das nicht wusste und davon aß, konnte sich schwere Vergiftungen mit Übelkeit und Erbrechen zuziehen, die im schlimmsten Fall mit dem Tod endeten.

Erst etwa 200 Jahre später schaffte die Knolle den Durchbruch. Noch der preußische König Friedrich der Zweite (später „der Große“) musste um 1770 seine misstrauischen Bauern zwingen, die fremden Kartoffeln anzubauen. Erst dann fanden die Menschen langsam Geschmack an der goldgelben Frucht und lernten ihre lebenswichtigen Nährstoffe und Vitamine zu schätzen. Die ersten Kartoffeln wurden übrigens „Trüffel“ genannt, weil sie so versteckt unter der Erde sind wie die wertvollen Pilze.

## **Harte Arbeit, harter Lohn**

Seither bedeutete Kartoffelernte harte Plackerei im September und Oktober. Wer essen wollte musste auch arbeiten. Und zwar – in manchen ländlichen Gebieten noch bis etwa 1950 – mühselig mit der Hand: im Boden wühlen, mit einer Forke vorsichtig die Kartoffelnester ausheben und die Knollen einsammeln. Ganz gleich, ob die Sonne brannte, ob es regnete oder Herbststürme übers Land zogen. Die Zeit drängte. Wer half, bekam Rückenschmerzen und schwielige Hände. Aber auch volle Kartoffel-Keller zum Erntedankfest Ende Oktober – und die Gewissheit, ohne Hunger über den Winter zu kommen.

# Zeitsprung - Die Kartoffelernte

---

## Erleichterungen bei der Ernte

Ende des 19. Jahrhunderts zogen dann Pferde-Gespanne so genannte „Kartoffelroder“. Das war eine große Erleichterung: Eine sich drehende Spindel wurde langsam durch die Erde gezogen, rupfte die Wurzeln aus dem Boden und schleuderte die Kartoffeln zur Seite.

Jetzt brauchen die Helfer, groß und klein, nur noch hinter dem Gespann die Knollen aufzusammeln. Selbstverständlich machten auch die Schulkinder mit, sogar noch bis in die sechziger Jahre des 20. Jahrhunderts: am Ende der „Kartoffel-Ferien“ Mitte Oktober gab ihnen der Bauer für ihre Hilfe ein kleines Taschengeld.



## Ende der Herbst-Romantik

Von solch fragwürdiger und schweißtreibender Herbst-Romantik ist heute nicht mehr viel übriggeblieben. Supermoderne Ernte-Maschinen leisten in wenigen Stunden mehr als früher Dutzende von Helfern an einem ganzen Tag. So genannte „Vollernter“, von Treckern gezogen, nehmen mit Hilfe ausgeklügelter Technik in einem einzigen Arbeitsgang mehrere Kartoffel-Reihen auf, sammeln die Knollen ein und werfen die giftigen Ranken und den groben Schmutz zurück auf den Acker. Die Kartoffeln hingegen kommen auf ein langes Förderband. Erst jetzt greifen Helfer ein, sortieren fein säuberlich Steinchen und andere Gegenstände heraus wie zum Beispiel rostige Eisenteile oder Glasscherben. Denn das schafft selbst die beste Maschine nicht.

## Hektik im Herbst

Auch danach ist meistens Eile geboten. Wenn ein Bauer die geernteten Kartoffeln nicht lagern kann, muss er sie noch im Herbst loswerden. Große Fabriken legen vertraglich fest, wann genau sie welche Menge Kartoffeln erwarten. Termin-Druck bringt Hektik: Viele Fabriken sind weit entfernt, und nicht jeder Landwirt kann mit schnellen Lastwagen anliefern. In der Fabrik wird die Qualität der Knollen sorgfältig geprüft, anhand der Proben der Schmutzanteil zwischen den Kartoffeln berechnet. Ärgerlich für den Landwirt: er bekommt für seine Kartoffeln um so weniger Geld, je mehr Erdklumpen er anliefert. Nach der Knollenreinigung entstehen dann endlich Pommes Frites, Kartoffelpüree, Chips und Knödel.

## Pro Kopf-Verbrauch gesunken

Im 19.Jahrhundert wurde die Kartoffel in Deutschland zum beliebten Hauptnahrungsmittel: Unglaublich: 1890 lag der Durchschnittsverbrauch pro Kopf und Tag bei etwa einem Kilo! Seit 1950 aber sank der Verzehr dramatisch. Neuen Statistiken zufolge begnügt sich der deutsche Durchschnittssesser derzeit mit 200 Gramm Kartoffeln am Tag.

# Können Sie sich noch erinnern?

Diese Promis standen schon in jungen Jahren auf der Bühne. Hätten Sie sie auch nach vielen Jahren wiedererkannt?

**Andrea Jürgens**



**Jopi Heesters**



**Hendrik (Haintje) Simons**



**Conny Froboess**



**Anita Hegerland**



**Roy Black**



# Berühmte Geburtstagskinder

---

## Oktober bis Dezember

### John Lennon

John Winston Lennon war ein britischer Musiker, Sänger und Gitarrist, der als Mitgründer der „Beatles“ Musikgeschichte schrieb und mit Songs wie „I Feel Fine“ (1964), „Strawberry Fields Forever“ (1967), „Instant Karma!“ (1970) und „Imagine“ (1971) als einer der erfolgreichsten Pop-Komponisten gilt. Er wurde am 9. Oktober 1940 in Liverpool in England geboren und starb mit 40 Jahren am 8. Dezember 1980 in New York City. In diesem Jahr wäre er 85 Jahre alt geworden.



### Bill Gates

William Henry Gates ist ein US-amerikanischer Unternehmer, der zusammen mit Paul Allen das Unternehmen „Microsoft“ (1975) gründete, mit einem geschätzten Vermögen von rund 90 Mrd. Dollar (2018) als zweitreichster Mensch der Welt gilt und gemeinsam mit seiner Frau Melinda Gates der weltweit größten Privatstiftung vorsitzt. Er wurde am 28. Oktober 1955 in Seattle, Washington in den Vereinigten Staaten geboren und feiert 2025 seinen 70. Geburtstag.

### Adi Dassler

Adolf Dassler war ein deutscher Schuhmacher und Gründer des Sportartikelherstellers „adidas“ (1949), der ab den 1920er-Jahren zunächst mit seinem Bruder Rudolf Dassler (Gründer von „Puma“) Sportschuhe u. a. für die deutsche Fußball-Nationalmannschaft beim „Wunder von Bern“ (1954) produzierte. Er wurde am 3. November 1900 in Herzogenaurach geboren und verstarb mit 77 Jahren am 6. September 1978 ebenda. Sein Geburtstag jährt sich 2025 zum 125. Mal.



### Billy the Kid

Henry McCarty, wie er mit richtigem Namen hieß, war ein legendärer Gesetzloser und eine der berühmtesten Figuren des „Wilden Westen“, der im „Lincoln-County-Rinderkrieg“ zwischen Ranchern und Geschäftsleuten um die Vormachtstellung bei der Nahrungsmittelversorgung involviert war und zahlreiche Morde begangen haben soll. Er wurde am 23. November 1859 in New York City geboren und verstarb am 14. Juli 1881 mit 21 Jahren in Fort Sumner, New Mexico. 2025 jährt sich sein Geburtstag zum 166. Mal.

### Ludwig van Beethoven

Ludwig van Beethoven war ein deutscher Komponist und Pianist der Wiener Klassik, der zu den bedeutendsten und einflussreichsten Komponisten aller Zeiten gezählt wird und dessen Sinfonien Nr. 5 und Nr. 9 zu den weltweit populärsten Musikstücken zählen (daneben u. a. Oper „Fidelio“ 1805, Klavierstück „Für Elise“ 1810). Er wurde vermutlich am 16. Dezember 1770 in Bonn im Heiligen Römischen Reich (heute Deutschland) geboren und verstarb am 26. März 1827 mit 56 Jahren in Wien. Sein Geburtstag jährt sich 2025 zum 255. Mal.



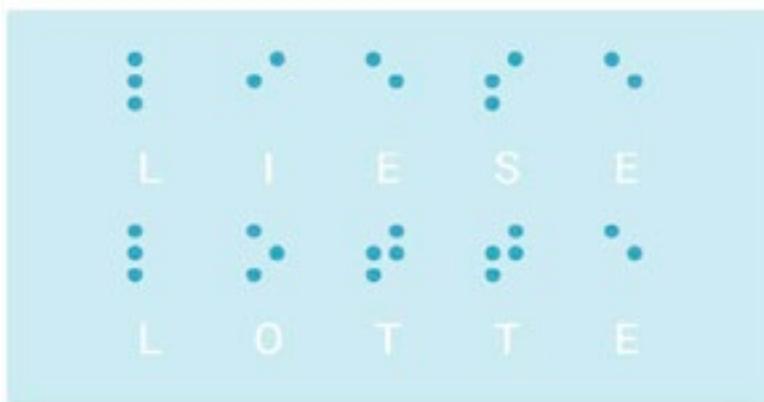
# Der Vorname Lieselotte

Lieselotte - durchaus bekannt, aber dennoch etwas Besonderes. Ein Mädchen mit dem Namen Lieselotte hat gute Chancen, auf ihrer Schule die Einzige mit diesem Namen zu sein. Nicht einmal ein Promille aller in Deutschland geborenen Mädchen werden Lieselotte genannt. Tatsächlich erhalten derzeit von 10.000 Mädchen nur ungefähr 5 diesen Namen. Im Beliebtheitsranking aller Mädchennamen belegt Lieselotte in unserer Vornamensstatistik Platz 325.

Der Vorname Lieselotte setzt sich zusammen aus den beiden Vornamen Liese und Lotte. Liese wiederum ist eine Form von Elisabeth. Der Vorname Elisabeth bedeutet »Gott ist Fülle, Vollkommenheit«. Er ist der Bibel entnommen und ist die griechische Form des hebräischen Namens »Elischeba«. Und bei Lotte handelt es sich um eine verkürzte Variante zu Charlotte. Die Herkunft dieses Vornamens ist allerdings noch nicht vollständig geklärt. Vermutlich stammt er vom althochdeutschen Wort »karal« ab und bedeutet so viel wie »die Tüchtige« oder »die Freie«.

Der Namenstag für Lieselotte ist am 17. Juli, 4. November und am 19. November.

## Der Name Lieselotte in Blindenschrift



Du willst einem Gehörlosen sagen, dass Du Lieselotte heißt?  
Dann sag' es ihm doch einfach in der Fingersprache!



Quelle: <https://vornamen.blog/>

# Hätten Sie's gewusst?

---

**Unsere Rubrik „hätten Sie's gewusst“ befasst sich mit verschiedenen Themengebieten, in denen Sie selbst ihr Wissen testen können.**

**Heute erwarten Sie Fragen rund ums Thema „Pflanzenkunde“:**

**In welchen Monaten wird bei uns Spargel gestochen?**

**Antwort:** Der Spargel wird bei uns in den Monaten Mai und Juni gestochen.

**Was kommt in Deutschland mehr vor, Laubwald oder Nadelwald?**

**Antwort:** Der Nadelwald ist bei uns häufiger. Es gibt etwa zwei Drittel Nadelwald und nur ein Drittel Laubwald.

**Was ist das Hauptnahrungsmittel in China, Japan und Indien?**

**Antwort:** Das Hauptnahrungsmittel in China, Japan und Indien ist Reis.

Er ist übrigens für mehr als ein Drittel aller Menschen das wichtigste Nahrungsmittel.

**Wann kann man an den Jahresringen der Baumstämme ablesen?**

**Antwort:** An den Jahresringen kann man das Alter der Bäume ablesen. Hat ein Baum beispielsweise 20 dunkle Ringe, so ist er 20 Jahre alt.

**Von welcher Pflanze kommen die Hagebutten?**

**Antwort:** Hagebutten sind die Scheinfrüchte der Heckenrose.

**Woraus wird hauptsächlich Kork gewonnen?**

**Antwort:** Kork wird vornehmlich aus der Korkreiche gewonnen, und zwar aus der Rinde der Bäume. Die Korkreiche wächst vor allem in den Mittelmeirländern.

**Aus welcher Pflanze wird Opium gewonnen?**

**Antwort:** Opium wird aus dem Schlafmohn gewonnen, und zwar aus dem Milchsaft.

**Was bezeichnet man als Flora?**

**Antwort:** Als Flora bezeichnet man die Pflanzenwelt eines bestimmten geographischen Gebietes.

**Es gibt bei den Nadelbäumen Zapfen, die aufrecht stehen und andere die hängen.**

**Welche gehören 1. zur Fichte 2. zur Tanne?**

**Antwort:** Zur Fichte gehören die hängenden, zur Tanne die aufrecht stehenden Zapfen.

**Was versteht man unter bedecktsamigen Pflanzen und was unter nacktsamigen Pflanzen?**

**Antwort:** Bei den bedecktsamigen Pflanzen sitzt der Samen in der Frucht, bei den nacktsamigen frei auf den Fruchtblättern.

# Fränkisch und seine Bedeutung



## obsenood

Bedeutet es etwa überflüssig oder eigenartig/speziell?

Nein, es bedeutet so etwas wie starrsinnig oder unbelehrbar.

Der Dialekt bedient sich gerne bei Fremdwörtern. Die werden dann dem Dialekt lautlich angepasst, sodass sie sich angenehm aussprechen lassen.

Das aus dem lateinisch stammende Adjektiv „obstinat“ gehört zu diesen Wörtern. In Franken liegen viele Aussprachevarianten vor wie „obsenood“, „obstonood“, „abstanad“ und viele mehr.

Verwendet wird dieses in der Bedeutung hartnäckig oder auch sonderbar vom Charakter. Im Raum Weißenburg nennt man es „absenood“, dies bedeutet penibel oder auch extra. Wenn zum Beispiel jemand nicht aus benützten oder leicht verschmutzen Gläsern trinken will, dann ist er „absenood“.



Quelle: <https://www.google.de/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.miss.at%2Fdiese-sternzeichen-sind-extrem-penibel%2F&psig=AOvVaw099yDhRD5fevbTwJ4Fqzqr&ust=1734204403284000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBQQjRxqFwoTCNDrmYi9pYoDFQAAAAAdAAAAABAE>

# Was isn des für a Ding?

*Fast vergessene Gegenstände*

## Dings Nr. 1



Unkrautstecher

Auflösung: Dings Nr. 1

## Dings Nr. 2



Deckelmaschine zum Verschließen von großen Farbeimern.

Auflösung: Dings Nr. 2

## Sprichwort-Wirrwarr

Hier sind die Sprichwörter durcheinander geschüttelt worden. Bringen Sie wieder Ordnung hinein, indem Sie die richtigen Teile miteinander verbinden (Beispiel: Ohne Fleiß, kein Preis).

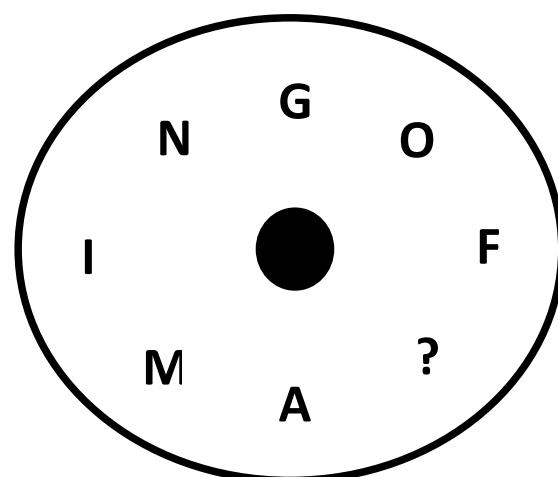
Papier	bringt Segen.
Sich regen	Das halbe Leben.
Ordnung ist	ist ein sanftes Ruhekissen.
Undank ist	ist geduldig.
Dagegen ist kein	sein Himmelreich.
Des Menschen Wille ist	der Welten Lohn.
Ein reines Gewissen	ist auch vorbei.
Knapp daneben	Kraut gewachsen.

## Wortrad

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

Hinweis zur Lösung:

Sumpfvogel



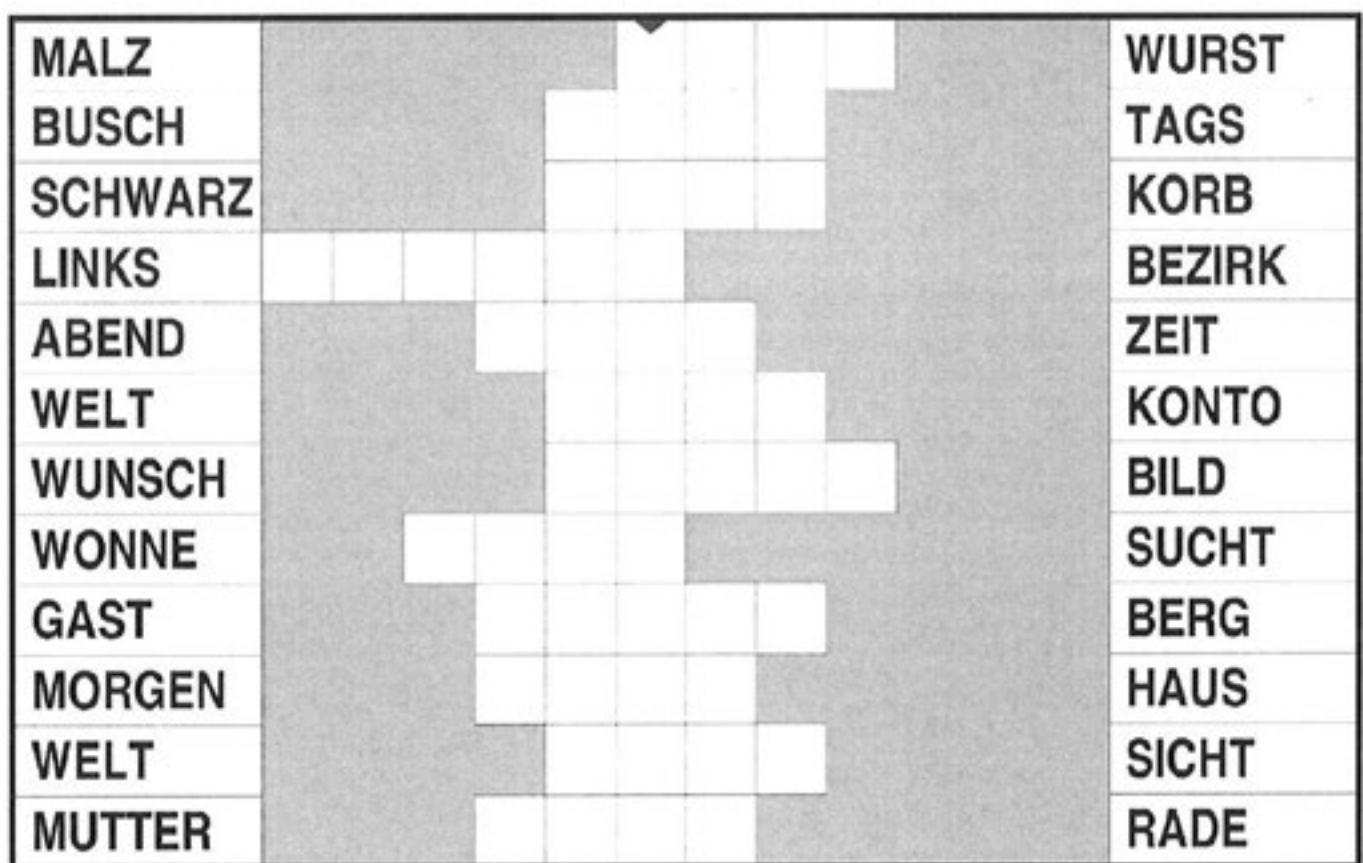
# Rate Spaß

---

## Brückenwörter

Die folgenden Wörter sind einzufügen:

**WEIT, SPIEL, BIER, LAND, KORN, MOND, MAHL, AUSSEN, WERK, TRAUM,  
BROT, BANK**



Hinweis zum Lösungswort (siehe Pfeil): HUNDERASSE

# Silbenrätsel

---

Aus den folgenden Silben sind 12 Wörter untenstehender Bedeutungen zu bilden.

a – ab – amt – arm – be – brau – cher – die – e – e – ein – haft – hen – in – ko – kro – land – le – mo – ne – ne – nen – nisch – ons – ras – rats – rei – reich – rich – schaum – se – se – sel – ste – ta – ten – ter – ti – ti – tief – ver – wel

- 1) bläschenreiches Herrschersymbol.....
- 2) Strafvollzug an Riesen.....
- 3) ein Verhältniswort instand setzen.....
- 4) Durchscheinbild, kegelförmig.....
- 5) Artunterteilung eines spanischen Flusses.....
- 6) Inhalierer von Zeitwörtern.....
- 7) betuchtes Eiland.....
- 8) gefühlsbetonte Extremität.....
- 9) „wandernde“ Meereswoge.....
- 10) Flachland mit schlechtem Wetter.....
- 11) Lebensgemeinschaften aus früheren Zeiten.....
- 12) weicher Stoff eines Kommunalbeamten.....

Die ersten Buchstaben, von oben nach unten gelesen, ergeben:

„25 Prozent einer Gemeinde“

LÖSUNG: \_\_\_\_\_

# Suchwort: Weihnachten

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

Suchen Sie folgende Begriffe:

KRIPPENSPIEL, CHRISTBAUM, MARIA, JANUAR, KERZEN, NIKOLAUS, CHRISTKIND,  
LEBKUCHEN, JOSEF

Die Begriffe können waagerecht oder senkrecht stehen!

# **Redewendungen &**

---

## **Wortbedeutungen**

### **Sich etwas hinter die Ohren schreiben**

Bedeutung: sich etwas genau merken. Herkunft: Nach altem Volksglauben sitzen Weisheit und Erinnerungsvermögen hinter den Ohren.

Daher kommen auch das Ohrfeigen oder Ziehen an den Ohren. Es sollte dem dort befindlichen Gedächtnis auf die Sprünge helfen. Zur Zeit des Mittelalters konnten die meisten Menschen noch nicht lesen oder schreiben.

Ihre Verträge besiegelten sie deshalb immer im Beisein von Zeugen. Doch damit nicht genug: Damit diese „Verträge“ auch vor einem Gericht bestand hatten, mussten sich die Zeugen auch Jahre später noch daran erinnern. Es wurde überliefert, dass sich Menschen Dinge besser merken, wenn sie mit Schmerz verbunden sind. Somit wurde den Zeugen an den Ohren gezogen oder ihnen eine Ohrfeige erteilt.

### **Kalte Füße bekommen**

Man steigt aus einem Vorhaben aus, weil einen plötzlich Bedenken beschleichen oder man Angst verspürt.

Der Spruch stammt aus der Welt der Kartenspieler. Glücksspiele fanden früher meist in dunklen, kalten Kellerräumen statt. Wollte jemand aus dem laufenden Spiel aussteigen, nutzte er häufig seine „kalten Füße“ als willkommenen Vorwand: „Ich habe kalte Füße bekommen und muss mich einmal kurz aufwärmen“, hieß es dann.

### **Etwas aus dem Ärmel schütteln**

Die Kleidung im Mittelalter war sehr weit geschnitten, das galt auch für die Ärmel. So konnte man sie auch als Taschen benutzen, z.B. für Geld, Papiere usw.. Wenn man etwas brauchte, konnte man es daher ganz leicht aus dem Ärmel zum Vorschein bringen, zaubern, schütteln.

# Lösungen... Gewinner... Glückwünsche...

---

Die Lösung des Rätsels aus Heft Nr. 03/2025 lautete:

Silbenrätsel:	„VOGELSCHWARM“
Kreuzworträtsel:	„SAMMELBEZEICHNUNG“
Wortrad:	„KARAWANE“
Brückenwörter:	„WEIHWASSER“

Je 1 Flasche Wein haben gewonnen:



Aus Datenschutzgründen werden  
diese Angaben nicht im Internet  
veröffentlicht

Herzlichen Glückwunsch den Gewinnern!  
Die Gewinne können in den Heimen im Büro abgeholt werden.

..... hier abtrennen .....

Name: ..... Vorname: ..... Zi.Nr.: .....

Fritz-Rupprecht-Heim

Wohnstift Käthe-Loewenthal

---

## Lösung Silbenrätsel

---

## Lösung Kreuzworträtsel

---

## Lösung Wortrad

---

## Lösung Brückenwörter

Abgabeschluss ist **Montag, 03.11.2025**. Viel Spaß!

# Gesund im Dezember

## Joghurt als Entzündungshemmer



Dass Joghurt gesund ist, wissen die meisten von uns bereits. Nun gibt es eine neue US-Studie, die belegt, dass der regelmäßige Verzehr von Joghurt die Entzündungswerte im Blut senkt. Eine gute Nachricht für alle, die unter einem entzündlichen Darm, Arthritis oder auch Asthma leiden? Ja und nein. Bei diesen Erkrankungen treten nämlich gehäuft

chronische Entzündungen auf. Es gibt aber leider noch keinen wissenschaftlichen Nachweis dafür, dass die Krankheitsverläufe durch Joghurt definitiv beeinflusst werden. Da muss man noch etwas Geduld investieren, bis weitere ernst zu nehmende Ergebnisse vorliegen.

Eines vorweg: Joghurt ist nicht gesünder je weniger Fettgehalt er hat! Das ist nur wichtig für Menschen mit deutlichem Übergewicht.

Was ihn gesund macht, sind in der Hauptsache seine Milchsäurebakterien, das sind die, die dafür sorgen, dass die Milch gerinnt und aus der flüssigen Milch ein fester Joghurt wird. Diese Bakterien sorgen für eine gesunde Darmflora, beruhigen einen nervösen Reizdarm und verbessern die Verdauung. Aber Achtung! Joghurts, die mit Zucker und künstlichen Aromen versetzt sind, wie das bei vielen Fruchtjoghurts der Fall ist, schaden eher durch ihre Zusätze.

Wenn Sie etwas für sich und Ihre Gesundheit tun wollen, dann greifen Sie am besten zu einem Naturjoghurt. Will man den ein bisschen schmackhafter haben, kann man zerkleinertes Obst dazu geben - zum Beispiel Heidelbeere, diese steht in dem Ruf, den Blutdruck zu senken. Auch Imkerhonig ist eine Beigabe, die den Joghurt lecker schmecken lässt und der Gesundheit zugutekommt.



Probieren Sie es einfach einmal aus, was Ihnen schmeckt!

Quelle: [https://www.google.de/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.ndr.de%2Fratgeber%2Fkochen%2Fwarenkunde%2Fjoghurt-Quark-und-Skyr-Was-unterscheidet-die-Milchprodukte%2Cmilchprodukte108.html&psig=AOvVaw1-P782bV7TbzKIKBdg-i\\_-&ust=1734198324842000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBQQjRxqFwoTCICV2LkmYoDFQAAAAAdAAAAABE;](https://www.google.de/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.ndr.de%2Fratgeber%2Fkochen%2Fwarenkunde%2Fjoghurt-Quark-und-Skyr-Was-unterscheidet-die-Milchprodukte%2Cmilchprodukte108.html&psig=AOvVaw1-P782bV7TbzKIKBdg-i_-&ust=1734198324842000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBQQjRxqFwoTCICV2LkmYoDFQAAAAAdAAAAABE;) [https://www.google.de/imgres?q=joghurt%20gesund%20honig&imgurl=https%3A%2F%2Fimg.chemie.de%2FPortal%2FNews%2F66b1f2c474e5e\\_AOW17Tm2g.png%3Fr%3Dn-news\\_teaser&imgrefurl=https%3A%2F%2Fwww.yumda.com%2Fde%2Fnews%2F1184128%2Fhonig-als-probiotischer-verstaerker-im-joghurt.html&docid=6kLKWcj7SAih6M&tbnid=G3hs4\\_V2XCVfxM&vet=12ahUKEwir4P\\_PpqWKAxWzwAIHHVbAHrEQM3oECGkQAA..i&w=1200&h=588&hcb=2&ved=2ahUKEwir4P\\_PpqWKAxWzwAIHHVbAHrEQM3oECGkQAA;](https://www.google.de/imgres?q=joghurt%20gesund%20honig&imgurl=https%3A%2F%2Fimg.chemie.de%2FPortal%2FNews%2F66b1f2c474e5e_AOW17Tm2g.png%3Fr%3Dn-news_teaser&imgrefurl=https%3A%2F%2Fwww.yumda.com%2Fde%2Fnews%2F1184128%2Fhonig-als-probiotischer-verstaerker-im-joghurt.html&docid=6kLKWcj7SAih6M&tbnid=G3hs4_V2XCVfxM&vet=12ahUKEwir4P_PpqWKAxWzwAIHHVbAHrEQM3oECGkQAA..i&w=1200&h=588&hcb=2&ved=2ahUKEwir4P_PpqWKAxWzwAIHHVbAHrEQM3oECGkQAA;)



# Weihnachtsquiz



Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,

rätselt mit uns durch die Adventszeit! Für jede richtige Antwort gibt es Punkte – viel Spaß beim Mitmachen!

## 1 Allgemeinwissen (je 1 Punkt)

- Welcher heilige Mann bringt laut der Tradition in Deutschland die Geschenke?
- In welchem Land wurde der Brauch des Weihnachtsbaums zuerst populär?
- Welches Lebkuchengebäck hat oft die Form eines kleinen Hauses?

Lösungen: a) Der Nikolaus / Weihnachtsmann  
b) Deutschland  
c) Lebkuchenhaus



## 2 Zahlenrätsel (je 2 Punkte)

Der Weihnachtsmann besucht an 24 Tagen im Dezember jeden Tag 3 Häuser. Wie viele Häuser besucht er insgesamt?

Lösung:  $24 \times 3 = 72$  Häuser

## 3 Liederrätsel (je 1 Punkt)

- „Silent night...“ – Wie heißt dieses Lied auf Deutsch?
- „...du grünst nicht nur zur Sommerzeit...“ – Wie lautet der Titel dieses Liedes?

Lösungen: a) Stille Nacht  
b) O Tannenbaum



## 4 Knobelecke (je 2 Punkt)

- Ich bin rund, glänzend und hänge gerne am Baum. Was bin ich?
- Ich komme in der Adventszeit und zähle die Tage bis Weihnachten. Was bin ich?

Lösungen: a) Christbaumkugel  
b) Adventskalender

## 5 Spaßfrage (je 2 Punkte)

Wenn der Weihnachtsmann eine Pause macht und nur noch die Hälfte der Geschenke verteilt, wie viele Geschenke bleiben übrig, wenn er ursprünglich 100 Geschenke bringen wollte?

Lösung:  $100 \div 2 = 50$  Geschenke

## Punktesystem

- 0–2 Punkte: Weihnachtself in Ausbildung 🎅
- 3–6 Punkte: Weihnachtshelfer 🎁
- 7–8 Punkte: Weihnachtsprofi 🎄



# Weihnachtsbäume

---

## Warum gibt es Weihnachtsbäume? Die Geschichte hinter der grünen Tradition

Von Estland bis in die Antarktis: über die Geschichte eines einst heidnischen Symbols, seine vielen verschiedenen Varianten auf der Welt und seine sprichwörtlich deutschen Wurzeln.



Jeden Dezember ziehen Hunderttausende Menschen auf der ganzen Welt in den Wald, um einen Baum zu fällen (oder sie kaufen einen vom Stand vor dem Supermarkt). Sie schleppen ihn in ihre Wohnungen oder Häuser, schmücken ihn aufwändig mit Kerzen, Kugeln und Lametta – und setzen ihn schließlich im Januar einfach auf die Straße. Mit etwas Abstand betrachtet, erscheint einer unserer wichtigsten Weihnachtsbräuche durchaus seltsam.

### Der Streit um die Herkunft

Sowohl Lettland als auch Estland beanspruchen es für sich, Geburtsland des Weihnachtsbaumes zu sein. Lettland führt seine Weihnachtsbaumtraditionen zurück ins Jahr 1510, als die Bruderschaft der Schwarzhäupter, in der sich zumeist deutschstämmige Kaufleute versammelten, einen Baum durch Riga trug, ihn schmückte und später niederbrannte. Estland hingegen will früher dran gewesen sein: ein ähnlicher Akt soll sich auch in der estnischen Hauptstadt Tallinn zutragen haben – und zwar bereits 1441.

Historiker haben unterdessen Zweifel an beiden Theorien. So sagte Gustavs Strenga von der Nationalbibliothek Lettlands in Riga der New York Times in einem Interview 2016, dass die Feierlichkeiten wahrscheinlich nichts mit Weihnachten zu tun gehabt hätten – weder im einen, noch im anderen Land.

# Weihnachtsbäume

---

Den Streit der Länder legen solche Stimmen jedoch nicht bei, sie kämpfen weiter für ihr Recht, die Entstehung des Brauches jeweils für sich zu proklamieren. Auf dem Rathausplatz in Riga steht heute sogar eine Gedenktafel zu Ehren des ersten Weihnachtsbaums.



## Ein Baum mit deutschen Wurzeln

Wahrscheinlicher ist es nach Angaben von Professorin Cusack, dass die Tradition vom Weihnachtsbaum, wie wir sie kennen, im 16. Jahrhundert im Elsass entstand. Heute gehört die Region bekanntermaßen zu Frankreich, damals jedoch war sie deutsches Territorium. Aus historischen Aufzeichnungen geht hervor, dass 1539 im Straßburger Dom ein Weihnachtsbaum aufgestellt wurde – und dass es in den Jahren darauf in der gesamten Region so populär wurde, einen Baum aufzustellen, dass die Stadt Freiburg 1554 sogar verbot, an Weihnachten Nadelbäume zu fällen.

Auch für die Erklärung der Bedeutung des Baumes gibt es verschiedene Überlieferungen. Einige besagen, die Weihnachtsbaumtradition sei durch den Paradiesbaum inspiriert worden, der in einem mittelalterlichen Stück über Adam und Eva als Requisite genutzt wurde, um den Garten Eden zu symbolisieren. Andere glauben, der Weihnachtsbaum habe sich aus Weihnachtspyramiden entwickelt, den aufwändigen Holzkonstruktionen mit Tannenzweigen und religiösen Figuren.

Quelle & Bilder: <https://www.nationalgeographic.de/geschichte-und-kultur/2020/12/warum-gibt-es-weihnachtbaeume-die-geschichte-hinter-der-gruenen>

# Weihnachten - Lieder & Rezepte

---

**Ohhh, du fröhliche Weinachtszeit ...**

**Was bedeutet die Weinachtszeit für uns?**

Weihnachten – das ist für die einen das allgegenwärtige „Last Christmas“ im Radio und die Hektik der Geschenkejagd. Für die anderen ist es die wohl schönste Zeit des Jahres: ein Innehalten im Alltag, ein Fest der Familie und der Geborgenheit.



Die Weinachtszeit bedeutet: gemeinsames Singen von Liedern, das Plätzchenbacken in der warmen Küche, der Duft von Gänsebraten und Pfefferkuchen, Kerzenschein und der geschmückte Weinachtsbaum. Sie lädt uns ein zum Träumen, zum Glauben, zum Erzählen von Geschichten und zum Staunen über das Geheimnis von Weihnachten.

Und ja – auch die Geschenke gehören dazu: das Strahlen in den Augen, wenn der Weihnachtsmann oder das Christkind etwas Besonderes unter den Baum legt. Doch vor allem schenkt uns Weihnachten Zeit füreinander, Nähe, Wärme und ein bisschen von dem Zauber, den wir das ganze Jahr über so dringend brauchen.

## **Liste beliebter Weinachtslieder:**

### **Klassiker & Kirchenlieder**

- Stille Nacht, heilige Nacht (UNESCO Kulturerbe seit 2011)
- Süßer die Glocken nie klingen
- Alle Jahre wieder
- Es ist ein Ros entsprungen
- Ihr Kinderlein, kommet
- Kommet, ihr Hirten
- Macht hoch die Tür, die Tor macht weit
- Maria durch ein Dornwald ging
- Morgen, Kinder, wird's was geben
- O du fröhliche
- O Tannenbaum
- Tochter Zion, freue dich

### **Volks- & Kinderlieder**

- Fröhliche Weihnacht überall
- Kling, Glöckchen, klingelingeling
- Lasst uns froh und munter sein
- Leise rieselt der Schnee
- Schneeflöckchen, Weißröckchen
- Aber heidschi bum beidschi

### **Moderne Klassiker**

- In der Weinachtsbäckerei (Rolf Zuckowski, 1987)

# Weihnachten - Lieder & Rezepte

## Weihnachtsplätzchen-Rezepte:

1. **Vanillekipferl** – zarte, buttrige Kipferl mit Puderzucker-Vanillehülle.
2. **Kokos-Makronen** – luftige Häufchen aus Kokosraspeln, außen knusprig, innen saftig.
3. **Spritzgebäck** – klassisches Buttergebäck, das durch den Fleischwolf oder Spritzbeutel geformt wird.
4. **Butter- oder Ausstechplätzchen** – die Allrounder zum Ausstechen, Verzieren und Dekorieren.
5. **Mandelsplitter** – knusprige Mandeln mit Schokolade umhüllt, perfekt zum Naschen.
6. **Kulleraugen (Husarenkrapfen)** – kleine Mürbeteigkugeln mit fruchtiger Marmeladenfüllung.
7. **Spekulatius** – würziges Knuspergebäck mit typischen Weihnachtsaromen.
8. **Lebkuchen** – weiches, würziges Honiggebäck, klassisch auf Oblaten.
9. **Zimtsterne** – aromatische Mandel-Zimt-Kekse mit glänzender Eiweißglasur.
10. **Nussecken** – buttriger Mürbeteigboden mit Aprikosenmarmelade, Nusskaramell-Schicht und Schokoladen-Ecken.



Obwohl Lebkuchen und Spekulatius zu den absoluten Klassikern der Weihnachtsbäckerei gehören, tauchen sie in Rankings oft nur auf den hinteren Plätzen auf. Der Grund liegt weniger im Geschmack – der ist schließlich unverwechselbar würzig und beliebt – sondern eher in der Zubereitung.

Beide Gebäcke verlangen nach einer Vielzahl feiner Gewürze, langen Ruhezeiten oder speziellen Backformen. Damit sind sie deutlich aufwändiger als „einfache“ Vanillekipferl, Butterplätzchen oder Spritzgebäck, die auch Hobbybäcker leicht hinbekommen.

Die Vermutung liegt also nahe: Viele von uns genießen Lebkuchenherzen, Elisenlebkuchen oder knusprige Spekulatius lieber aus der Bäckerei oder vom Weihnachtsmarkt, statt selbst zum Profi-Bäcker zu werden.



# **Sparkassenfahrten**

---

**Sparkassen-Fahrdienstzeiten in den Heimen der  
AWO-Kreisverband Fürth-Stadt e.V.**



**Unser Fahrdienst fährt Sie  
zur Sparkasse und Postbank Burgfarrnbach.**

**Hier die genauen Termine:**

<b>Mittwoch:</b>	<b>FRH</b>	<b>WKL</b>
15.10.2025	9:45 Uhr	10:00 Uhr
12.11.2025	9:45 Uhr	10:00 Uhr
10.12.2025	9:45 Uhr	10:00 Uhr
14.01.2026	9:45 Uhr	10:00 Uhr

**Bitte melden Sie sich in der Verwaltung an!**





**...aus dem  
Wohnstift  
Käthe-Loewenthal**



# **Neue Bewohner**

---

Aus Datenschutzgründen werden  
diese Angaben nicht im Internet  
veröffentlicht

# Geburtstage im Oktober

---

*Heimleitung, Bewohnervertretung sowie auch  
alle Mitarbeiter des Wohnstifts Käthe-Loewenthal  
gratulieren auf das Herzlichste!*



Aus Datenschutzgründen werden  
diese Angaben nicht im Internet  
veröffentlicht

# Geburtstage im November

---

*Heimleitung, Bewohnervertretung sowie auch  
alle Mitarbeiter des Wohnstifts Käthe-Loewenthal  
gratulieren auf das Herzlichste!*



Aus Datenschutzgründen werden  
diese Angaben nicht im Internet  
veröffentlicht

# Geburtstage im Dezember

---

*Heimleitung, Bewohnervertretung sowie auch  
alle Mitarbeiter des Wohnstifts Käthe-Loewenthal  
gratulieren auf das Herzlichste!*



Aus Datenschutzgründen werden  
diese Angaben nicht im Internet  
veröffentlicht

# **Verstorbene**

---

*Wir trauern um . . .*

Aus Datenschutzgründen werden  
diese Angaben nicht im Internet  
veröffentlicht



*Ich bin ein Gast auf Erden  
und hab' hier keinen Stand;  
der Himmel soll mir werden,  
da ist mein Vaterland....*

# Aktivierung und Betreuung

## Bereichsübergreifendes Wochen – Programm im Wohnstift Käthe – Loewenthal 2025



### Montags:

**10.00 – 11.00 Uhr    Gesellschaftsspiele**  
**Ort: im Café**

### Dienstags:

**10.00 – 11.00 Uhr    Bewegung mit Musik**  
**Ort: im Café**

### Mittwochs:

**10.00 – 11.00 Uhr    Malen**  
**Ort: Café**

### Donnerstags:

**10.00 – 11.00 Uhr    Gedächtnistraining**  
**Ort: Café**

### Freitags:

**10.00 – 11.00 Uhr    Gymnastik im Sitzkreis**  
**Ort: Café**

Wir freuen uns auf Ihre zahlreiche Teilnahme und hoffen, dass Ihnen die Angebote viel Freude und Abwechslung bereiten.

**Das Team „Aktivierung und Betreuung“**  
Änderungen vorbeihalten!!!

# Veranstaltungen

Oktober		
07.10.2025	14.00	Kaffeekränzchen
10.10.2025	09.45	Fahrdienst zum Fürther Friedhof*
<b>12.10.2025</b>	<b>14.00</b>	<b>Countryfest</b>
14.10.2025	14.00	Kaffeekränzchen
14.10.2025	16.45	Gottesdienst
15.10.2025	10.00	Fahrdienst zur Sparkasse
21.10.2025	14.00	Kaffeekränzchen
21.10.2025	16.45	Gottesdienst
<b>23.10.2025</b>	<b>18.00</b>	<b>Waschtag – Rollstuhl und Rollatoren</b>
24.10.2025	09.45	Fahrdienst zum Burgfarrnbacher Friedhof*
28.10.2025	14.00	Kaffeekränzchen
28.10.2025	16.45	Gottesdienst
29.10.2025	14.30	Männerstammtisch im Café
November		
04.11.2025	14.00	Kaffeekränzchen
11.11.2025	14.00	Kaffeekränzchen
11.11.2025	16.45	Gottesdienst
12.11.2025	10.00	Fahrdienst zur Sparkasse
14.11.2025	09.45	Fahrdienst zum Fürther Friedhof*
18.11.2025	14.00	Kaffeekränzchen
18.11.2025	16.45	Gottesdienst
23.11.2025	14.00	Kaffeekränzchen
23.11.2025	16.45	Gottesdienst
26.11.2025	14.30	Männerstammtisch im Café
28.11.2025	09.45	Fahrdienst zum Burgfarrnbacher Friedhof*
Dezember		
02.12.2025	14.00	Kaffeekränzchen
<b>04.12.2025</b>	<b>18.00</b>	<b>Waschtag – Rollstuhl und Rollatoren</b>
09.12.2025	14.00	Kaffeekränzchen
09.12.2025	16.45	Gottesdienst
10.12.2025	10.00	Fahrdienst zur Sparkasse
12.12.2025	09.45	Fahrdienst zum Fürther Friedhof*
16.12.2025	14.00	Kaffeekränzchen
16.12.2025	16.45	Gottesdienst
<b>17.12.2025</b>	<b>15.30</b>	<b>Weihnachtsfeier</b>
19.12.2025	09.45	Fahrdienst zum Burgfarrnbacher Friedhof*
23.12.2025	14.00	Kaffeekränzchen
23.12.2025	16.45	Gottesdienst
30.12.2025	14.00	Kaffeekränzchen
31.12.2025	noch offen	Männerstammtisch im Café

\*Hier können Sie Ihrer Lieben gedenken

# Kaffeehaus-Orchester

Bei schönem Wetter spielte das Kaffeehaus-Orchester für unsere Bewohner\*innen bekannte Melodien.

Es wurde mitgesungen, geschunkelt und sogar getanzt.  
Eine schöne Abwechslung.

Unsere Bewohner\*innen freuen sich schon auf ein Wiedersehen.

Vielen Dank für die schöne Darbietung.



# Eiskaffee

An einem heißen Augusttag hatten die Kolleginnen vom „Team Aktivierung und Betreuung“ eine tolle Idee:

„Eiskaffee für alle“

Die Bewohner\*innen ließen sich nicht lange bitten und genossen den leckeren Eiskaffee im schattigen Innenhof.



# Heimkärwa

---

Am Sonntag, 27.07.2025 fand wieder unsere beliebte Heim-Kärwa statt. Aufgrund des angekündigten Regens mussten wir leider in den Speisesaal ausweichen.

Dies tat der Stimmung aber keinen Abbruch.



Die Bewohner\*Innen, Angehörigen und Mitarbeiter\*Innen feierten ausgelassen. Udo Müller war unser Musiker und sorgte, wie gewohnt, für eine unbeschreibliche Stimmung.

Jeder klatschte und sang bei den bekannten Liedern mit.

Auch kulinarisch wurden wir wieder von unseren Küchen-Damen verwöhnt.

Es gab: Bratwurst-, Lachs- und Matjesbrötchen, frisches Bier vom Fass, Wein und Softgetränke.

Da war für Jeden das Richtige dabei.

**Vielen Dank an alle  
„helfenden Hände“.**



# Heimkärwa

---



# Born to be wild

Im Zuge unseres monatlich stattfindenden Männerstammtisches bekamen wir außergewöhnlichen Besuch.

Der Sohn eines Bewohners kam mit seiner Bikergruppe vom Chapter „M Trust C – Franken“ zu uns ins Wohnstift.

Die schweren Maschinen fuhren im Konvoi vor und brachten die Bewohner zum Staunen.

Der Sound der Motoren und der Benzingeruch waren sehr beeindruckend und riefen so manche Erinnerung wach.

Unsere Bewohner und die Biker saßen dann bei Hähnchen mit Pommes, Bier und Cola gemütlich zusammen und tauschten Erlebnisse aus. (Für die Biker gab es natürlich alkoholfrei!)



Eine super Idee.

Vielen herzlichen Dank !!!





## Café „Am Schloß“

Dächterin: Heike Junghanns

Öffnungszeiten:  
Freitag – Sonntag  
von 14.00 – 17.00 Uhr  
Telefon: 0911/8910-6032  
Mobil: 0179/4662956  
mail: h.ju2007@arcor.de

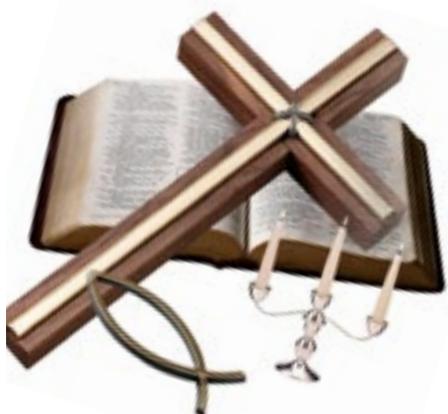
## Vedat Haarmoden der moderne Frisiersalon

Öffnungszeiten:  
**Mittwoch und Freitag**  
**ab 8.30 Uhr**  
**Telefon: 0911 / 8910-6012**

Außerdem bieten wir Maniküre und Fußpflege an!

## Das evangelische Pfarramt St. Johannis, sowie die Pfarrgemeinde Christkönig laden Sie zum ökumenischen Gottesdienst ein

an jedem Dienstag um 16.45 Uhr  
im Wohnstift Käthe-Loewenthal  
Andachtsraum, Ebene -1



Kontaktadresse:  
Pfarramt St. Johannis  
Würzburger Str. 474  
90768 Fürth-Burgfarrnbach

Telefon: 75 17 70

Kontaktadresse:  
Pfarrgemeinde Christkönig  
Friedrich-Ebert-Str. 5  
90766 Fürth

Telefon: 72 30 360

## IMPRESSUM



Der Fußwärmer, die Hausinformation für Bewohner und Angehörige des Fritz-Rupprecht-Heimes und des Wohnstifts Käthe-Loewenthal, den beiden Seniorenheimen der

AWO-Fürth-Stadt e.V., Hirschenstr. 24, 90762 Fürth

Ausgabe:      Kostenlos

Auflage:      300 Exemplare

Layout + Satz: Druckerei Plettner

Druck:         Druckerei Plettner

Redaktion und verantwortlich für den Inhalt:  
Octavia Mercan, Nicole Noack, Susanne Hub, Martina Yildirim

Graf-Pückler-Limpurg-Str. 77, 90768 Fürth

Telefon:      0911/8910-5000      0911/8910-6000  
E-Mail:       frh@awo-fuerth.de      wkl@awo-fuerth.de  
Internet:      www.awo-fuerth.de

Berichte, die mit dem Namen des Verfassers gekennzeichnet sind, geben nicht unbedingt die Meinungen des Redaktionsteams wieder.

Für unaufgefordert abgegebene Beiträge besteht kein Anspruch auf Abdruck. Anzeigenfrei!



## **Wohnstift Käthe-loewenthal**

### **„Wohnen am Schloß“**

