

MOMENTE

ZEITUNG FÜR UNSERE BEWOHNER DER MUNDUS SENIOREN-RESIDENZ ESSEN

**Aus den anderen
MUNDUS Residenzen ... Seite 12**

**Nachgefragt beim
MUNDUS-Geschäftsführer ... Seite 16**

Preisausschreiben ... Seite 20





S. 16

- 3 Vorwort
- 4 Aus unserer Residenz

- 12 Aus den anderen Residenzen
- 16 Nachgefragt bei
- 17 Gegen das Vergessen



S. 20

IMPRESSUM

Herausgeber
 MUNDUS Senioren-Residenzen GmbH
 Scharnweberstraße 1
 13405 Berlin

Bildnachweis: fotolia.de

Sofern nicht anders gekennzeichnet,
 befinden sich alle Rechte an den
 verwendeten Bildern im Besitz der
 MUNDUS Senioren-Residenzen GmbH
 ©2019

Verantwortlich für den Inhalt
 Detlef Heitzmann, Christian Day

- 18 Gerda Glosse
- 19 Rätselspaß
- 20 Kreuzworträtsel mit
 Preisausschreiben



*Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,
liebe Leserinnen und Leser,*

ein herzliches Willkommen zur Frühlingsausgabe unserer MOMENTE Zeitung. Wir können es kaum glauben, dass es mittlerweile schon die siebte Ausgabe ist. Wir freuen uns sehr darüber, dass das Interesse seitens unserer Leserschaft von Mal zu Mal größer wird - und das auch weit über unsere Residenz hinaus.

Wir hoffen, dass wir Ihnen auch mit dieser Ausgabe wieder ein paar schöne und unterhaltsame Stunden bereiten werden. Lassen Sie sich einfach überraschen und von dem einen oder anderen Thema inspirieren. Und vergessen Sie nicht, an unserem beliebten Kreuzworträtsel teilzunehmen.

*Mit herzlichen Grüßen,
bleiben oder werden Sie gesund und genießen Sie einen traumhaften bunten Frühling.*

Ihr Christian Day & Detlef Heitzmann

- Geschäftsführende Gesellschafter der MUNDUS Senioren-Residenzen GmbH -



UNSERE KARNEVALSFEIER



Einzug des Elferrates ...

Kein Mensch muss mehr nach Düsseldorf oder Köln. Essen hat sich als Karnevalshochburg inzwischen einen so guten Namen gemacht, dass viele einfach vor der Tür, das heißt in der Essener Innenstadt oder auch auf der „Rü“, Karneval feiern. Aber auch in unserer Residenz wird jedes Jahr sehr zünftig gefeiert.

Es ist schon Tradition, dass mit dem Einmarsch unseres Elferrates, der sich wie in jedem Jahr, in tolle Kostüme geworfen hat, der Karneval in unserer Residenz beginnt. Ob Hippie, Gärtnerin, OP-Schwester, Schankmaid, Indianer, Cowboy, Maus und Tiger oder einfach nur ein verrückter Hut, der Phantasie waren keine Grenzen gesetzt. Bei Bowle, Berlinern, Schnittchen und Salzgebäck erreichte die Stimmung schnell ihren Höhepunkt, als das Essener Stadtprinzenpaar „Seine Tollität Prinz Bernie I.“ und „Ihre Lieblichkeit Prinzessin Assindia

Katrin I.“ seine Aufwartung bei uns machte und „Partymeile“, das diesjährige jecke Sessionslied der Essener für die Bewohner anstimmte. „Raketenwürdig“ waren auch die Beiträge unserer Bewohner, Herr Schuster, Herr Niemeyer und Frau Cissarek, die die Stimmung weiter anheizten.

Auch unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bereiten alljährlich ihren großen Auftritt akribisch vor. Lustige Sketche und verrückte Tänze, unsere eigene Unterhaltungsshow ist an Karneval beliebt. Sowohl die Bewohnerinnen und Bewohner als auch unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter freuen sich auf diesen Teil des Programms. Am Rosenmontag standen dann alle wieder an den Fenstern oder auf unserer herrlichen Dachterrasse, um die Aufstellung für den berühmten Essener Rosenmontagsumzug zu bestaunen.



Sogar das Essener Stadtprinzenpaar kam in unsere Residenz.



Kreative Kostümideen ...



Die Polonaise ging durch den ganzen Saal.



Sehr eindrucksvolle Kopfbedeckungen ...



Die Stimmung war sehr ausgelassen.

JAZZ BRUNCH IN UNSERER RESIDENZ

Über den großen Zuspruch für unseren ersten Jazzbrunch in diesem Jahr haben wir uns sehr gefreut. Die mobile Jazzband „CARAVAN“ war zum ersten Mal in unserer Residenz und überzeugte mit ihrem engagierten und stimmungsvollen Auftritt.

Unsere Bewohner waren etwas in der Zwickmühle. Es war zwar ein Jazzbrunch, aber man mochte während des Spiels auch nicht mit seinem Besteck klappern. Bei Stücken von Benny Goodman, Duke Ellington und anderen Größen des Swing sowie Songs aus dem Great American Songbook, wie zum Beispiel das von Frank Sinatra bekannte „Blue Moon“ oder Duke Ellingtons „It don't mean a thing, if it ain't got that swing“ konzentrierte man sich lieber auf die Musik. Die Künstler ließen aber genug Pausen, so dass man das leckere Buffett aufsuchen und sich reichlich bedienen konnte.

Es war eine durchweg gemütliche Stimmung und wir haben uns sehr gefreut, dass auch externe Besucher unserer Einladung gefolgt waren. Selbst bei trübem Wetter, wo man am liebsten nicht aus dem Haus gehen mag, bietet unser Café hoch über den Dächern von Essen einen wunderbaren Ausblick. Wenn es dazu noch leckeres Essen und tolle Musik gibt, kann der Tag eigentlich nicht besser anfangen.



Die Jazzband „CARAVAN“.



Das Buffet hatte für jeden etwas zu bieten.



Eine leckere Antipasti durfte nicht fehlen.



Die Lachshäppchen waren besonders begehrt.

SASCHA DORPMANS STELLT SICH VOR



Foto: Sascha Dormans

Im Jahr 2001 habe ich nach der Ausbildung in der Mundus Senioren-Residenz Essen als Jungkoch angefangen. Nach zwei Jahren wurde ich Koch, dann stellvertretender Küchenchef und seit 2013 bin ich Küchenchef.

Was hat Sie bewegt, sich in der MUNDUS zu bewerben?

Für mich waren die regelmäßigen Arbeitszeiten ausschlaggebend.

Empfinden Sie die Arbeit mit älteren Menschen als Bereicherung?

Ich habe in den vergangenen Jahren viel gelernt. Durch Gespräche habe ich von der Lebenserfahrung unserer Bewohner profitiert. Ich habe altersbedingte Veränderungen kennengelernt und weiß, welche Probleme im Alter entstehen können.

Gibt es ein Erlebnis in der MUNDUS zum Schmunzeln oder das Sie persönlich bewegt hat?

Am meisten Spaß habe ich bei unseren Veranstaltungen, besonders unsere Auftritte beim Karneval sind immer wieder eine Riesengaudi für mich.

Wie entspannen Sie sich am besten vom Ihrem beruflichen Alltag?

Ich entspanne im Fußballstadion bei Rot-Weiss Essen. Nach Bremen, zu meinem Lieblingsverein, ist es leider zu weit. Außerdem spiele ich gerne Computerspiele und schaue fern.

Welches Buch haben Sie zuletzt gelesen?

Ich lese gerade „Das Enneagramm“ von Richard Rohr und Andreas Ebert.

Für welche Musik begeistern Sie sich?

Ich liebe Schlager, aber auch Rock und Pop.

Wo möchten Sie gern einmal Urlaub machen, wenn Zeit und Geld keine Rolle spielen würden?

Gerne würde ich einmal nach Mexiko fliegen, wenn der Flug nicht so lange dauern würde.

Wenn Sie selbst Bewohner wären, was würden Sie sich in einer Residenz wünschen?

Ich hoffe, dass es dann noch genug Pflegepersonal gibt und das dann so herzlich ist, wie meine jetzigen Kollegen.

Was wünschen Sie sich, wenn Sie selbst einmal aus dem Arbeitsalltag ausgeschieden sind?

Ich wünsche mir Gesundheit für mich und meine Lieben und genug Geld, um meine Rente genießen zu können.

Vielen Dank!



ALLES BINGO!

Bingo erfreut sich immer wieder großer Beliebtheit. Eigentlich ist Bingo eine Art Lotterrie. Es werden nur keine Kreuzchen einsam in einem der vielen Lottogeschäfte gesetzt, sondern bei uns sitzt man gemeinsam um den Tisch und behält seine Zahlen konzentriert im Auge. Bei uns geht es auch nicht um Millionen. Vielmehr stehen der Spaß am Spiel und das Zusammensein im Vordergrund.

Doch seit wann gibt es eigentlich das Bingo-spiel? In den späten Zwanzigern hatte ein Amerikaner spanische Spieler auf einem Jahrmarkt in Georgia beobachtet, wie sie Zahlen zogen, diese mit getrockneten Bohnen abdeckten und bei einem Gewinn „Beano“ in die Runde riefen. Derartige „Beano-Runden“ veranstaltete der findige Amerikaner in New York und sie fanden ihre Anhänger. In Amerika scheint man aber neuen Dingen allgemein

immer ein wenig aufgeschlossener zu sein, als das im Rest der Welt der Fall zu sein scheint. Auf jeden Fall rief wohl eine Gewinnerin „Bingo“ in die Runde, als ihre Zahl genannt wurde. Es ist anzunehmen, dass sich dies grundsätzlich im englischen Sprachraum leichter aussprechen lies und so blieb es bei diesem Namen.

Bei uns gibt es Bewohner, die zur Zeit der Verbreitung dieses Spiels bereits geboren waren. Sicher gab es in Deutschland zu dieser Zeit Wichtigeres als das Bingospiel, aber besonders in schweren Zeiten suchen die Menschen das Glück an den ungewöhnlichsten Orten. Bei uns muss niemand einen ungewöhnlichen Ort aufsuchen, um Bingo spielen zu können und wir freuen uns, wenn Angehörige, Freunde und Menschen aus der Nachbarschaft unsere Bingo-Nachmittage besuchen.



Unsere Bingo-Nachmittage sind bei Bewohnern und Angehörigen gleichermaßen beliebt.

MARGRET SAVELSBERG STELLT SICH VOR



Foto: Margret Savelsberg

Seit wann wohnen Sie in unserer Residenz?

Ich wohne seit Januar 2013 in der MUNDUS Senioren-Residenz Essen.

Mit welchen drei Eigenschaften würden Sie sich selbst am besten beschreiben?

Ich bin sehr hilfsbereit, habe viel Verständnis für meine Mitbewohner und bin immer pünktlich.

Welchen Beruf haben Sie gelernt?

Ich bin gelernte Arzthelferin. Nach elf Jahren in dem Beruf habe ich mich dann als Fußpflegerin selbständig gemacht.

Warum haben Sie sich für die MUNDUS entschieden?

Meine liebe Schwester wohnt hier ganz in der Nähe.

Wie entspannen Sie sich am besten?

Ich entspanne am besten in meinem Fernsehsessel beim Lesen.

Welches Buch haben Sie zuletzt gelesen?

Zuletzt habe ich „Ich bin dann mal weg“ von Hape Kerkeling gelesen.

Für welche Musik begeistern Sie sich?

Ich liebe Schlager und kölsche Karnevalsmusik.

Was können wir in unserer Residenz noch besser machen?

Ich wünsche mir mehr Abwechslung beim Obst.

Haben Sie einen unerfüllten Wunsch?

Gerne würde ich noch einmal alleine einkaufen gehen wollen.

Welchen Rat würden Sie jungen Menschen für ihren Lebensweg mitgeben?

Sparen für die Rente. Zusätzliche Versicherungen abschließen!

Vielen Dank!



MUNDUS
SENIOREN-RESIDENZEN



**Tag der offenen Tür und Ausstellung
in der MUNDUS Senioren-Residenz Essen**
Mittwoch, 08.05.2019 · 11.00-17.00 Uhr

Das erwartet unsere Gäste: Ausstellungseröffnung um 10.00 Uhr (Eintritt frei)
„Krupp – Die Geschichte einer Unternehmerfamilie“, Hausführungen,
kulinarische Köstlichkeiten, Erfrischungen und informative Gespräche
mit unseren Mitarbeitern. Wir freuen uns auf Sie!

MUNDUS Senioren-Residenzen GmbH
Senioren-Residenz Essen · Im Girardet Haus
Girardetstraße 16 · 45131 Essen
www.mundus-leben.de
Tel.: (0201) 72 07-0

UNSER TAG DER OFFENEN TÜR MIT AUSSTELLUNG

Jeder, der unsere schöne MUNDUS Senioren-Residenz in Essen noch nicht kennt, hat am 8. Mai 2019 die beste Gelegenheit, das nachzuholen. Aus erster Hand bekommen alle Interessenten Informationen zu unserem Haus. Alle Fragen werden ausführlich beantwortet und bei den Hausführungen kann sich jeder ein Bild von unserer Residenz im bekannten Essener Girardet Haus machen. Selbstverständlich wird es auch ein paar kulinarische Köstlichkeiten geben.

Ein weiteres Highlight wird an diesem Tag die Eröffnung der Ausstellung „Krupp - Die Geschichte einer Unternehmerfamilie“ von Klaus Geiser sein. Im Rahmen dieser Ausstellung wird die Krupp Familie sowie die Villa Hügel mit Berichten der Hausmädchen, Rundgang hinter den Kulissen des Hauses, Hochzeit und Leben auf Hügel, das Stammhaus sowie die Sozialwerke der Firma vorgestellt. Auch die 21 Gemälde des Malers Bollhagen zur Geschichte der Firma werden zu bewundern sein.

Die Ausstellung läuft vom 8. bis zum 31. Mai 2019.
Der Eintritt ist frei.

AUS KASSEL

Gut gelaunt und auf Stelzen begrüßte unser Komiker Jupp die Bewohnerinnen und Bewohner zum diesjährigen **Faschingsnachmittag**. Bis in die Abendstunden feierten unsere Bewohner, ihre Angehörigen sowie Freunde und Bekannte bei leckerem Essen und Partymusik.



Luftballons gab es in den verschiedensten Farben und Formen.



Die Stimmung war super.



Prost und Hellau!



„En garde!“

Über 250 Besucher, viele Bewohner und ihre Angehörigen kamen zum Tag der offenen Tür in unsere Residenz in Kassel und verbrachten einen tollen Nachmittag bei uns und mit uns. Sehr viele Besucher nahmen an den Hausführungen teil und es gab viele Fragen, die die Mitarbeiter gern ausführlich beantworteten. Zudem gab es verschiedene Stände und kulinarische Köstlichkeiten. Ein weiteres Highlight war unser MUNDUS Glücksrad. Hier gab es selbstverständlich nur Gewinner.



Der Kopfschmuck war teilweise sehr kreativ.



Es herrschte ein großer Andrang.



Es gab zahlreiche Köstlichkeiten.



Das MUNDUS Glücksrad.

In Kassel ist unsere MUNDUS Residenz sehr bekannt für ihr literarisches Interesse und die Liebe zu Johann Wolfgang von Goethe. Einige Mitglieder der **Goethe-Gesellschaft Kassel e.V.** treffen sich regelmäßig in unserer Residenz in Kassel und lesen gemeinsam mit unseren Bewohnerinnen und Bewohnern die Werke von Goethe. Die Goethe-Gesellschaft Kassel e.V. ist eine der größten selbständigen Ortsvereinigungen der Internationalen Goethe-Gesellschaft in Weimar.



Die Goethe-Gesellschaft Kassel e. V.

AUS LUDWIGSHAFEN

Unsere Bewohnerinnen und Bewohner in unserer Residenz in Ludwigshafen haben sich auf der diesjährigen **Faschingsfeier** mit ihren Kostümen wieder selbst übertroffen. Es gab keinen, der nicht im Faschingsfieber war.



Mit der Polonaise durch den ganzen Saal.



Hoher Besuch in unserer Residenz.



Die Stimmung war sehr ausgelassen.



Fesche Sonnenbrillen!

Das **Candle Light Dinner** in unserer Residenz war ein voller Erfolg. Von Mandel-Safran-Suppe mit Garnelen über Kalbsrücken in Weißwein-Salbei-Soße bis hin zum Mini-Schokoküchlein an Früchtemix ließen sich unsere Gäste auf eine kulinarische Reise in einem romantischem Ambiente mitnehmen. Für den musikalischen Genuss sorgte die Pianistin Sabrina Hummel.



Alle warteten gespannt.



Für die Damen war es ein gelungenes Dinner.



Eine lange Familientradition - die „Gebrüder Grünholz“.



Die Pianistin Sabrina Hummel.



Der Froschkönig im Marionettentheater.

AUS MAINZ

Der **Kreppelkaffee** mit Sitzungscharakter hat in unserer Residenz in Mainz Tradition. Schon viele Wochen vorher bereiteten die Bewohnerinnen und Bewohner lustige Beiträge vor: Ein politischer Jahresrückblick, ein literarisches Mundartgedicht von Friedrich Stoltze, eine Witzparade und vieles mehr haben diesen närrischen Abend unterhaltsam gestaltet.



Es war ein toller Abend.



Die Stimmung war super.

Die fünfte Jahreszeit in Mainz und unsere Residenz ist immer mittendrin. Direkt vor unserem Restaurant und den Balkonen zieht der **Rosenmontagszug** auf der Großen Bleiche vorbei. Obwohl dieses Jahr aufgrund der Wettervorhersagen schon fast eine Absage drohte, konnten alle Närrinnen und Narren auf die rund sieben Kilometer lange Strecke gehen.



Unsere Residenz bietet die besten Plätze auf den Rosenmontagszug.



Beeindruckende Umzugswagen.

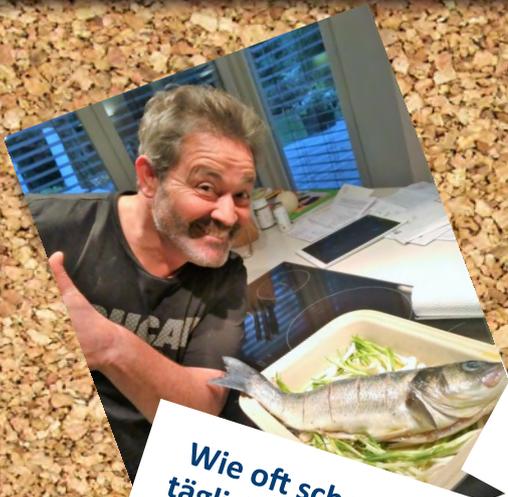
In gewohnter Weise trug unser Bewohner Prof. Dr. Gerhard Dambmann beim zweiten Teil der Vortragsreihe „**Der Traumberuf**“ seine journalistischen Erfahrungen als ZDF-Ostasienkorrespondent wieder spannend und humorvoll vor. Nahezu 50 Bewohnerinnen und Bewohner, sowie Gäste aus seinem ehemaligem beruflichen Umfeld lauschten seinen Schilderungen dieses Mal zum Thema China.



Vortrag von Prof. Dr. Gerhard Dambmann.

NACHGEFRAGT BEI ...

In jeder Ausgabe der MOMENTE stellen sich Mitarbeiter vor und gewähren auch ein paar private Einblicke. Von daher hatten wir bei uns in der Redaktion die Idee, dass wir einmal in der Chefetage für ein Interview anfragen und haben auch sofort die Zusage bekommen. Die Chance haben wir natürlich genutzt und den geschäftsführenden Gesellschafter der MUNDUS Gruppe, Detlef Heitzmann, ein paar ganz besondere Fragen gestellt.



Was macht Ihnen an Ihrem Job am meisten Spaß?
 ... der Umgang mit Menschen und jeden Tag aufs Neue Probleme lösen und Herausforderungen erfolgreich meistern - und das alles mit einem starken Team, auf das man sich verlassen kann.



Wenn Sie sich ein Land aussuchen könnten: In welchem würden Sie gerne leben?
 Ich durfte schon viele schöne Länder und beeindruckende Kulturen kennenlernen. Doch leben möchte ich in Deutschland. Da nehme ich auch all die komplizierten Gesetze und Bürokratie gerne in Kauf.

Wie oft schauen Sie täglich auf Ihr Handy?
 Oh ... auf jeden Fall viel zu oft! :-)
 Da muss ich noch etwas besser werden.

Welchen Satz hassen Sie am meisten?
 „Das war schon immer so!“

Schenken Sie uns doch bitte eine Ihrer Lebensweisheiten.
 Man sollte nicht immer alles so ernst nehmen.
Wenn Sie eine berühmte Persönlichkeit - egal ob lebendig oder tot - treffen könnten: Wer wäre es und warum?
 Stan Laurel ... denn Lachen ist die schönste Seite des Lebens.

Wenn Sie eine Sache auf der Welt verändern könnten: Was wäre das?
 Das ist keine einfache Frage... Ich denke, ich würde dafür sorgen, dass jeder Mensch Zugang zu Bildung hat und die Möglichkeit einen Beruf zu erlernen.

Welche Hobbies haben Sie?

Ich bin begeisterter Motorradfahrer, reise und koche gerne. An den Wochenenden liebe ich lange Spaziergänge mit meiner Frau und unserem Hund Leo. Und wenn es die Zeit zulässt, gehe ich auch gerne golfen.

Was war früher Ihr liebster Schulfach?
 ... von den Pausen einmal abgesehen, haben Mathe, Physik, Chemie und Sport mir sehr viel Spaß gemacht.



GEGEN DAS VERGESSEN



Den Schlüssel verlegt, der Name entfallen, die neue Telefonnummer nicht gemerkt: Im Alter klagen Menschen oft darüber, dass ihr Gedächtnis nachlässt. Ein gesundes Gehirn speichert eine Vielzahl an Informationen. Vergessen gehört jedoch auch zum normalen Prozess - ebenso wie ein nachlassendes Gedächtnis bei Senioren zum normalen Alterungsprozess gehört. Es gibt aber einige Möglichkeiten, diesem Prozess ein Stück weit entgegenzuwirken.

Unser Gehirn ist ähnlich wie ein Muskel: Es muss trainiert werden, damit es nicht an Leistungsfähigkeit verliert. Hilfreich sind gezieltes Gedächtnistraining, aber auch Neugierde und ein aktiver Alltag.

Wir haben für Sie die wichtigsten Tipps zum Krafttraining für die grauen Zellen zusammengetragen:

- ◆ Wenn Sie diese Zeilen lesen, machen Sie schon einiges richtig: Sich mit Neuem zu beschäftigen, ist gut für das Gehirn. Bleiben Sie neugierig und öffnen Sie sich für Unbekanntes, zum Beispiel Literatur, Musik oder eine neue Sportart. Schauen Sie einfach mal unseren Veranstaltungskalender durch. Vielleicht werden Sie dort fündig.
- ◆ Ganz wichtig sind soziale Kontakte. Forscher gehen davon aus, dass die Beziehungen zu anderen Menschen und der kommunikative Austausch den größten Effekt auf die geistige Fitness haben.
- ◆ Fordern Sie Ihr Gehirn mit einem speziellen Gedächtnistraining täglich heraus. Aber auch Knobeln, Kopfrechnen, Kreuzworträtsel, Puzzeln oder ein Kartenspiel regen die Gehirnleistung an.
- ◆ Unser Gehirn benötigt drei Viertel unseres Sauerstoffverbrauchs. Einfacher ausgedrückt: Genießen Sie mal wieder einen schönen Spaziergang an der frischen Frühlingluft.
- ◆ Bewegung und Sport sind sehr wichtig für unsere Gehirnleistung. Denn körperlich fitte Menschen schneiden bei Hirnleistungstests deutlich besser ab als weniger aktive Personen.
- ◆ Durchbrechen Sie ab und an einmal Ihre alltäglichen Abläufe. Das weckt das Gehirn aus seinem Schlummermodus. Gehen Sie zum Beispiel nicht in Ihr Lieblingscafé, sondern probieren Sie ein neues Café aus oder puzzeln Sie anstatt, wie immer, das Kreuzworträtsel zu lösen.

„WIR SIND WELTMEISTER“

Ich komme ja aus einer sehr sportbegeisterten Familie, die sich auch immer wieder, mehr oder weniger erfolgreich, in sportlichen Wettkämpfen gemessen hat. Meine Mutter war eine begnadete Eiskunstläuferin. Für diesen Sport hatte ich allerdings wenig bis gar kein Talent. Mein Körperbau war nicht ansatzweise grazil und Eis mit Erdbeergeschmack war mir lieber. Leider gab es meine schon immer etwas anfällige Anatomie nicht her, meine olympischen Ambitionen in olympisches Gold zu verwandeln. Was mich selbstverständlich nicht davon abhielt, mich in jeder Lebensphase sportlich zu betätigen, da ich denke, egal was und wie man sich bewegt, wichtig ist, dass man sich bewegt, und wenn man nur die Arme streckt.

Viele Bewegungen, die früher nur alten Leuten vorbehalten waren und naserümpfend belächelt wurden, sind heutzutage Trendsportarten. Früher „ging man am Stock“, heute geht man an zwei Leichtmetallstöcken und wenn man es richtig macht, darf man es Nordic Walking nennen. Olga und ich sind manchmal langsam, wenn es wieder irgendwo zwickt, bewegen wir uns auch etwas unorthodox, aber es ist Nordic Walking. Aber ich schweife schon wieder ab. Das Schöne am Sport ist, dass es oft als Gemeinschaftserlebnis stattfindet, man sagen kann, „Wir sind Weltmeister“, ohne dass man auch nur das Gesäß von der Couch gehoben hat. Zum Beispiel 2014 wurden fast 80 Millionen Menschen Fußballweltmeister. Im letzten Jahr haben sich diese 80 Millionen allerdings nicht damit gebrüstet, dass sie bereits in der Vorrunde der Weltmeisterschaft ausgeschieden sind. Im Gegenteil, es wurde gemeinschaftlich auf den „Versagern“ herumgehackt.

Nun reicht der Wintersport nicht ansatzweise an die Popularität des Fußballs heran, zumindest nicht in Deutschland, aber auch hier wurden Olga und ich und viele andere deutsche Wintersportfans in diesem Jahr schon mehrfach Weltmeister. Ist ja auch viel schöner als beim Fußball, man kann alle zwei Jahre Titel feiern und wir beide freuen uns auch über eine Top Ten Platzierung. Wir haben schon in den

achtziger Jahren unser Faible für den Biathlon entdeckt. Sie wissen schon, wo Frauen und Männer mit einem Gewehr auf dem Rücken durch den Wald laufen, völlig außer Atem an einem Schießstand ankommen und zu unser aller Erstaunen 50 Meter entfernte Zielscheiben treffen. Es sei denn, sie sind zu sehr außer Puste, haben viel Wind, Nebel oder Schneetreiben.

Wir beide sind in den Jahren zu echten Biathlonexperten geworden, also die Jogi Löws des Biathlons sozusagen. Traditionell treffen wir uns bei Olga in der guten Stube, es steht Kaffee, Kuchen und eine kleine Flasche Likör als Zielwasser auf dem Tisch. Vor Beginn der Wettkämpfe schauen wir uns im Internet das Streckenprofil an und geben unsere Favoritentipps ab. Die Mannschaftsaufstellung könnte man getrost in unsere Hände legen, wir sind über die Trainingszustände der Teilnehmer bestens informiert. Meist wird der Kaffee kalt und den Likör benötigen wir, um die Spannung ertragen zu können, wenn einer der deutschen Teilnehmer, in Führung liegend, danebenschießt. Natürlich sind wir in einem solche Fall enttäuscht und machen dieser Enttäuschung nach einem Schocklikör auch Luft. Wenn Sie selbst diese Art von Sofasport betreiben oder schon einmal betrieben haben, dann wissen Sie, wie erschöpft man nach einem solchen Wettkampf allein vom Zuschauen sein kann. Deshalb kochen wir uns frischen Kaffee, analysieren den Wettkampf genau und freuen uns auf die Siegerehrung. Hier unterscheiden wir uns dann doch wieder von den vielen „Jogi Löws“ in Deutschland. Es ist völlig egal, wer auf dem Treppchen steht, so lange wir den Eindruck haben, er war an diesem Tag der Beste. Deshalb genießen wir auch jede Siegerehrung und vergießen spätestens bei der Nationalhymne Bäche von Tränen. Wir sind mal wieder Weltmeister. Probieren Sie es mal aus!

Bis dahin und bleiben Sie munter

Ihre Gerda Glosse

		4				3		
2			7		9			8
	6		5		4		7	
		5		7		2		
4			3		5			9
		7		9		5		
	4		9		2		5	
8			6		7			2
		9				1		

Seniorenbeschäftigung - Rätsel

Umschreibung Frühling

Wie heißt das gesuchte Wort?



Carilla Berlin

Buchtipps: Wie heißt das gesuchte Wort zum Thema Frühling?

Der Frühling ist da – wer freut sich nicht über die ersten Sonnenstrahlen, die ersten Knospen und Blüten und so manches tierische Getummel nach so langer Winterzeit?

In diesem Buch dreht sich alles um die schönste Jahreszeit. Anhand einfacher Hinweise werden Begriffe rund um den Frühling erraten. Alle gesuchten Begriffe sind aus dem Alltag bekannt wie beispielsweise Marienkäfer, Tulpen, Aprilscherz, Ostern, Eiseilige und Frühlingsputz.

„Umschreibung Frühling“, CreateSpace Independent Publishing Platform Verlag, 2018, 58 Seiten, ISBN: 1985155265, 5,99 Euro.

römi- scher Dichter	wichtige Persön- lichkeit (Abk.)	Fluss zur Rhone	schöner Jüngling d. griech. Sage	Zupf- instru- ment, Lyra	pracht- volles Gebäude	Hülle, Futteral
			Zitter- pappel			
verein- samt, allein		6				
scherz- haft: Schule				formale Harmo- nie, Sym- metrie		
Frage- wort: warum?	feiner Spott		italie- nischer Barock- maler			
				nieder- länd. Königs- haus		achten, aner- kennen
sehr starker Kaffee		ächzen, krachen (Tür, Diele)	Feld- frucht	2		
				benach- bart, nicht weit		3
Seebad in Florida (USA)			belgi- sche Stadt			
		4		Rahm; fetthalti- ger Teil der Milch	Mahl- zeit; Nahrung	
Einschät- zung, Be- urteilung						
Schwer- metall	feste Erdober- fläche		sehr feucht			besitz- anzei- gendes Fürwort
			Einfall, Gedanke	japan. Stadt auf Honshu		5
Erinne- rung						
früherer österr. Adels- titel		italie- nisches Nudel- gericht	eine Zahl	7		
				Frau Jakobs im A.T.	engl. Univer- sitäts- stadt	
schlaff, träge	Herren- beklei- dung		Ver- fasser			
				Schub- fach		Stimm- zettel- behälter
Nähgerät					Kassen- zettel; Gut- schein	
germa- nisches Schrift- zeichen	1		Ver- suchs- raum (Kurzw.)			
				spitzer Pflanzen- teil		
Areal, Terrain						

Das Lösungswort unseres Rätsels in der vergangenen Ausgabe lautete

FÜRSTIN

**Die Gewinnerin ist
Maren Eisler
in 34134 Kassel.
Herzlichen Glückwunsch
und vielen Dank.
Freuen Sie sich auf eine
kleine Überraschung,
die Ihnen in den nächsten
Tagen übersandt wird.**

Schicken Sie bitte das Lösungswort unseres neuen Rätsels mit Ihrem Namen per Mail an a.grosse@mundus-leben.de oder geben Sie es hier in der Residenz an der Rezeption ab. Unter allen Teilnehmern verlosen wir wieder einen Überraschungspreis. Einsendeschluss ist der 31. Mai 2019.

Viel Glück

