



Mai 2023

TITELBILD: VIELEN DANK AN
FRAU INGELORE KRUSE



Fachbereich Bildung, Familie & Soziales
Abteilung. Familie und Soziales

Inhaltsverzeichnis



In eigener Sache	Seite 3
Vorstellung	Seite 4 - 6
Gedicht	Seite 7
Zum Schmökern	Seite 8 - 11
Humoriges	Seite 12-14
Genusserlebnis	Seite 15
Gedächtnistraining	Seite 16 - 17
A.R.A. Aktiv	Seite 18 - 21
DIY: Blumentöpfe marmorieren	Seite 22-23
Gesucht und Gefunden	Seite 24-25
Programm Mai 2023	Seite 26
Veranstaltung in Kooperation mit dem Projekt: „Zuhause im Quartier – Präventive Hausbesuche“	Seite 27
RiA-Reisen	Seite 28
Veranstaltung des Senioren- und Pflege-Stützpunktes Niedersachsen	Seite 29
Lese-Auszeit	Seite 30
Und zum Schluss...	Seite 31
Wochenplan vom 01.05.-02.06.2023	Seite 32– 33

In eigener Sache



Liebe Leserinnen und Leser,

früher war für den Monat Mai auch der Name „Blumenmond“ geläufig. Denn jetzt im Mai lässt sich beobachten, wie die Natur jeden Tag ein bisschen mehr erblüht. Begeisterte Gärtner sollten jedoch beachten, dass viele Pflanzen erst nach den Eisheiligen im Freien eingepflanzt werden sollten.

Auch das Leben im **Treffpunkt A.R.A.** hat sich im vergangenen Monat frühlingshaft gestaltet. So haben wir uns beispielsweise auf einen besonderen Waldspaziergang begeben.

Einigen sind mit Sicherheit bereits die neuen Gesichter im Treffpunkt aufgefallen. Auf den folgenden Seiten wollen wir uns darum nochmal näher bei Ihnen vorstellen.

Wir freuen uns auf die kommende Zeit mit Ihnen und sind gespannt auf die tollen Veranstaltungen im Mai, wie einem Vortrag von Herrn Dr. med. Rainer Schnee zum Thema Vergesslichkeit sowie einen unterhaltsamen Nachmittag mit Hans-Georg Schroth mit viel Satire und Musik.

Wir freuen uns auf Sie!

Ihr „A.R.A.“-Team



Vorstellung

Liebe Besucherinnen und Besucher des Treffpunktes „A.R.A.“,
liebe Interessierte,

vielleicht haben Sie es schon mitbekommen – in der „A.R.A.“ stehen kleine Veränderungen bevor. Aber keine Sorge, für Sie verändert sich nicht viel. Die vielfältigen Gruppenangebote und Veranstaltungen bleiben bestehen und wir freuen uns weiterhin über den Besuch so vieler toller Menschen und über die interessanten Gespräche und Begegnungen.

Was aber neu ist: Der Treffpunkt „A.R.A.“ bekommt Nachwuchs! Und das gleich in zweierlei Hinsicht: Frau Koyro hat sich im April 2023 in den Mutterschutz verabschiedet und freut sich sehr auf die bevorstehende Elternzeit. Natürlich soll aber im Treffpunkt alles so weitergehen wie bisher. Daher freuen wir uns, Ihnen den „A.R.A.-Nachwuchs“, nämlich die neuen Mitarbeiterinnen vorzustellen, die ab April 2023 die Treffpunktleitung übernehmen: Francesca Lissel und Miriam Schnee. Einigen von Ihnen sind die Kolleginnen bereits durch das Projekt „Präventive Hausbesuche für Seniorinnen und Senioren in Hameln“ bekannt.

Um Ihnen einen kleinen Einblick in die Interessen der beiden „Neuen“ zu geben, wollen wir Ihnen die Kolleginnen kurz vorstellen:

Ich verabschiede mich in Mutterschutz und Elternzeit und freue mich, Sie ab Oktober 2025 wiederzusehen.





Seit 2021 sind Frau Schnee und Frau Lissel im Projekt Präventive Hausbesuche tätig und bieten allen über 80-jährigen Seniorinnen und Senioren in Hameln, die noch keinen Pflegegrad haben, einen Hausbesuch an. Bei einem Hausbesuch gehen die Mitarbeiterinnen auf ihre persönlichen Anliegen ein und informieren bei Bedarf und Interesse über die vielfältigen Angebote zur Unterstützung und Freizeitgestaltung in Hameln. Zudem bieten sie Veranstaltungen in verschiedenen Quartieren in Hameln an. Frau Schnee und Frau Lissel werden auch weiterhin im Projekt Präventive Hausbesuche tätig sein und sich die Aufgaben im Treffpunkt „A.R.A.“ teilen.

Name: Francesca Lissel
Beruf: Sozial- und Organisationspädagogin
Bei der Stadt Hameln tätig: Seit 2020
Interessen: Reisen, kochen
Hobbys: Nebenjob im Modegeschäft Zero in Hameln
Lieblingssessen: Nudelauflauf



Name: Miriam Schnee
Beruf: Sozialarbeiterin
Bei der Stadt Hameln tätig: Seit 2021
Interessen: Wandern, Doppelkopfspielen, reisen
Hobbys: Yoga, lesen und malen
Lieblingssessen: Rosenkohl

Wir freuen uns sehr auf die gemeinsame Zeit mit Ihnen und die vielen netten Begegnungen. Wir sind immer offen für Wünsche und Anregungen für die Angebote im Treffpunkt.

Haben Sie Fragen oder Ideen? Melden Sie sich gerne bei uns! Sie erreichen uns unter: 05151-202 1344 und finden uns im Treffpunkt „A.R.A.“ in der Alten Feuerwache, Alte Marktstraße 7c in Hameln.

Miriam Schnee und Francesca Lissel

Vorstellung



Hallo zusammen!

*Noch ein neues Gesicht im Treffpunkt
„A.R.A.“...*

Mein Name ist Celine Wendt und ich möchte die Gelegenheit nutzen, mich an dieser Stelle ebenfalls etwas vorzustellen.

Ich komme aus dem schönen Detmold und freue mich nun auf ein spannendes Jahr in Hameln als Praktikantin im Anerkennungsjahr im Treffpunkt „A.R.A.“. Somit versuche ich in die großen Fußstapfen von Vanessa Müller zu treten.

Ansonsten verbringe ich meine Freizeit gerne am Reitstall, oder bin mit dem Hund meiner Familie im Wald unterwegs. Ebenfalls kann man mich immer für kreative Projekte begeistern, ob Selbstgebastelt oder auf der Leinwand.



Ich freue mich sehr auf die bevorstehende Zeit und bin gespannt Sie hoffentlich bald auch persönlich im Treffpunkt kennenlernen zu dürfen.

Herzliche Grüße und bis bald!

Celine Wendt



Nur Gesundheit zählt!

Es ist auch schön auf dieser Erden,
Im Alter noch gebraucht zu werden.
Schlesien an einem schönen Ort,
Wo ich einst geboren dort.
Das war ein schönes Heimatland,
Wo einst einmal meine Wiege stand.
Ich denke so oft und gern zurück,
in Bad Münders fand ich mein Glück.
Heut' an meinem Ehrentage,
70 Lenze zählen die Jahre.
Das Leben hat schon seinen Sinn,
40 Jahre ich mit meinem Glück zusammen bin.
Wie sehr sich das in Liebe freut,
und dafür bin ich dankbar heut.
Dies ist schon ein großer Segen,
denn mancher kann es nicht miterleben.
Wir waren stets für einander bereit,
auch teilten wir Liebe und Leid.
Doch mancher will ganz großhinaus,
er hörte damit niemals auf.
Sie denken immer das ist schön,
dies möge nie zu Ende gehen.
Einer der schon alles hat,
der wird nie und nimmer satt.
Und gibt er noch so viel auch an,
erinnern wir ihn einmal dran.
So wissen wir doch alle prompt,
daß keiner etwas mitbekommt.
Die Jahre ziehen so schnell dahin,
dadurch ich oft gegangen bin.
Doch mancher, der glaubt es kaum,
das Leben ist doch nur ein Traum.
Auch mancher lebt dahin in Trott,
ich danke heut dem lieben Gott.
Der immer wieder gut gezielt,
bis heute mich gesund erhielt.
Wie es immer auch mag sein,
nur Gesundheit zählt heut noch allein.

Martha Schaare



Monatszitat :

*„Alte Leute sind
junge Menschen,
die zufällig vor dir
älter werden.“*

Günther Baruschke

*Vielen Dank an
Herrn Schaare für
dieses Gedicht seiner
Mutter!*

Märchen: Die zertanzten Schuhe



Es war einmal ein König, der hatte zwölf Töchter, von denen eine immer schöner als die andere. Sie schliefen zusammen in einem Saal, wo ihre Betten nebeneinander standen. Abends wenn sie darin lagen, schloss der König die Tür zu und verriegelte sie. Wenn er aber am Morgen die Türe aufschloss, so sah er, dass ihre Schuhe zertanzt waren, und niemand konnte herausbringen, wie das zugegangen war. Da ließ der König ausrufen, wers könnte ausfindig machen, wo sie in der Nacht tanzten, der sollte sich eine davon zur Frau wählen und nach seinem Tod König sein: wer sich aber meldete und es nach drei Tagen und Nächten nicht herausbrächte, der hätte sein Leben verwirkt.

Nicht lange, so meldete sich ein Königssohn und erbot sich, das Wagnis zu unternehmen. Er wurde wohl aufgenommen und abends in ein Zimmer geführt, das an den Schlafsaal stieß. Sein Bett war da aufgeschlagen, und er sollte acht haben, wo sie hingingen und tanzten; und damit sie nichts heimlich treiben konnten oder zu einem andern Ort hinausgingen, war auch die Saaltüre offen gelassen.

Dem Königssohn fiels aber wie Blei auf die Augen und er schlief ein, und als er am Morgen aufwachte, waren alle zwölf zum Tanz gewesen, denn ihre Schuhe standen da und hatten Löcher in den Sohlen. Den zweiten und dritten Abend gings nicht anders, und da wurde ihm sein Haupt ohne Barmherzigkeit abgeschlagen. Es kamen hernach noch viele und meldeten sich zu dem Wagestück, sie mussten aber alle ihr Leben lassen.

Nun trug es sich zu, dass ein armer Soldat, der eine Wunde hatte und nicht mehr dienen konnte, sich auf dem Weg nach der Stadt befand, wo der König wohnte. Da begegnete ihm eine alte Frau, die fragte ihn, wo er hin wollte.

"Ich weiß selber nicht recht",

sprach er, und setzte im Scherz hinzu:

Ich hätte wohl Lust, ausfindig zu machen, wo die Königstöchter ihre Schuhe vertanzen, um danach König zu werden."

"Das ist so schwer nicht,"

sagte die Alte:



Zum Schmökern

„Du musst den Wein nicht trinken, der dir abends gebracht wird, und musst tun, als wärest du fest eingeschlafen.“

Darauf gab sie ihm ein Mäntelchen und sprach:

"Wenn du das umhängst, so bist du unsichtbar und kannst den zwölfen nachschleichen."



Wie der Soldat den guten Rat bekommen hatte, wurde Ernst bei ihm. Er fasste sich ein Herz, trat vor den König und meldete sich als Freier. Er wurde so gut aufgenommen wie die andern auch, und es wurden ihm königliche Kleider angetan. Abends zur Schlafenszeit wurde er in das Vorzimmer geführt, und als er zu Bett gehen wollte, kam die älteste und brachte ihm einen Becher Wein. Er aber hatte sich einen Schwamm unter das Kinn gebunden, ließ den Wein da hineinlaufen und trank keinen Tropfen. Dann legte er sich nieder, und als er ein Weilchen gelegen hatte, fing er zu schnarchen an wie im tiefsten Schlaf. Das hörten die zwölf Königstöchter, lachten, und die älteste sprach:

"Der hätte auch sein Leben sparen können!"

Danach standen sie auf, öffneten Schränke, Kisten und Kasten und holten prächtige Kleider heraus. Sie putzten sich vor den Spiegeln, sprangen herum und freuten sich auf den Tanz. Nur die jüngste sagte:

"Ich weiß nicht, ihr freut euch, aber mir ist so wunderbar zumute. Bestimmt widerfährt uns ein Unglück!"

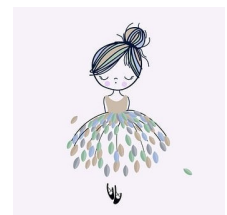
"Du bist eine Schneegans,"

sagte die älteste,

"die sich immer fürchtet. Hast du vergessen, wie viel Königssöhne schon umsonst dagewesen sind? Dem Soldaten hätte ich nicht einmal einen Schlaftrunk zu geben brauchen. Der Bursche wäre doch nie aufgewacht."

Wie sie alle fertig waren, sahen sie erst nach dem Soldaten, aber der hatte die Augen geschlossen und regte sich nicht. Da glaubten sie nun ganz sicher zu sein. Da ging die älteste an ihr Bett und klopfte daran. Alsbald sank es in die Erde und sie stiegen eine nach der andern durch die Öffnung hinab, die älteste voran.

Der Soldat, der alles mit angesehen hatte, zauderte nicht lange, hängte sich sein Mäntelchen um und stieg hinter der jüngsten mit hinab. Mitten auf der Treppe trat er ihr ein wenig aufs Kleid. Da erschrak sie und rief:



Zum Schmökern

"Was ist das? Wer hält mich am Kleid?"

"Sei nicht so einfältig!"

sagte die älteste,

"du bist an einem Haken hängen geblieben."

Da gingen sie vollends hinab, und wie sie unten waren, standen sie in einem wunderprächtigen Baumgang, da waren alle Blätter von Silber und schimmerten und glänzten. Der Soldat dachte:

"Du willst dir ein Wahrzeichen mitnehmen,"

und brach einen Zweig davon ab. Da fuhr ein gewaltiger Krach aus dem Baume. Die jüngste rief wieder:

"Es ist nicht richtig, habt ihr den Knall gehört?"

Die älteste aber sprach wieder:

"Das sind Freudenschüsse, weil wir unsere Prinzen bald erlöst haben."

Sie kamen darauf in einem Baumgang, wo alle Blätter aus Gold waren und endlich in einen dritten, wo sie klarer Diamant waren. Von beiden brach er einen Zweig ab, wobei es jedes Mal krachte, dass die jüngste vor Schrecken zusammenfuhr. Aber die älteste blieb dabei, es wären Freudenschüsse. Sie gingen weiter und kamen zu einem großen Wasser, darauf standen zwölf Schiffe, und in jedem Schiffe saß ein schöner Prinz. Diese hatten auf die zwölf Prinzessinnen gewartet und jeder nahm eine zu sich, der Soldat aber setzte sich mit der jüngsten ein. Da sprach der Prinz:

„Ich weiß nicht. Das Schiff ist heute viel schwerer und ich muss aus allen Kräften rudern, wenn ich es bewegen soll.“

"Wovon sollte das kommen,"

sprach die jüngste,

"als vom warmen Wetter, es ist mir auch so heiß zumute."

Jenseits des Wassers aber stand ein schönes hellerleuchtetes Schloß, woraus eine lustige Musik erschallte von Pauken und Trompeten. Sie ruderten hinüber, traten ein und jeder Prinz tanzte mit seiner Liebsten. Der Soldat aber tanzte unsichtbar mit. Wenn eine einen Becher mit Wein hielt, so trank er ihn aus, dass er leer war, wenn sie ihn an den Mund brachte. Der jüngsten wurde auch angst und bang darüber, aber die älteste brachte sie immer zum Schweigen.



Zum Schmökern

Sie tanzten da bis drei Uhr am andern Morgen, wo alle Schuhe durchgetanzt waren und sie aufhören mussten. Die Prinzen fuhren sie über das Wasser wieder zurück und der Soldat setzte sich diesmal vornen hin zur ältesten. Am Ufer nahmen sie von ihren Prinzen Abschied und versprachen, in der folgenden Nacht wiederzukommen. Als sie an der Treppe waren, lief der Soldat voraus und legte sich in sein Bett. Als die zwölf langsam und müde heraufgetrippelt kamen, schnarchte er schon wieder so laut, dass sie es alle hören konnten, und sie sprachen:



"Vor dem sind wir sicher."

Da taten sie ihre schönen Kleider aus, brachten sie weg, stellten die zertanzten Schuhe unter das Bett und legten sich nieder. Am andern Morgen wollte der Soldat nichts sagen, sondern das wunderliche Treiben noch mit ansehen und ging die zweite und die dritte Nacht wieder mit. Da war alles wie das erste mal und sie tanzten jedes Mal, bis die Schuhe entzwei waren. Das dritte mal aber nahm er zum Wahrzeichen einen Becher mit. Als die Stunde gekommen war, wo er antworten sollte, steckte er die drei Zweige und den Becher zu sich und ging vor den König, die zwölf aber standen hinter der Türe und horchten, was er sagen würde. Als der König die Frage tat:

"Wo haben meine zwölf Töchter ihre Schuhe in der Nacht vertanzt?"

so antwortete er:

"Mit zwölf Prinzen in einem unterirdischen Schloss."

Er berichtete, wie es zugegangen war und holte die Wahrzeichen hervor. Da ließ der König seine Töchter kommen und fragte sie, ob der Soldat die Wahrheit gesagt hätte, und da sie sahen, dass sie verraten waren und leugnen nichts half, mussten sie alles eingestehen.

Darauf fragte ihn der König, welche er zur Frau haben wollte. Er antwortete:

"Ich bin nicht mehr jung, so gebt mir die älteste."

Da wurde noch am selbigen Tage die Hochzeit gehalten und ihm das Reich nach des Königs Tode versprochen. Aber die Prinzen wurden auf so viel Tage wieder verwünscht, als sie Nächte mit den Zwölfen getanzt hatten.





*„Aller
Humor fängt
damit an,
dass man die
eigene
Person nicht
mehr ernst
nimmt.“*

*(Herman
Hesse)*

Humor ist nicht gleich Humor!

Laut einer Forschergruppe um Rod A. Martin lassen sich vier Humorstile voneinander unterscheiden:

- verbindender Humor
- selbststärkender Humor
- aggressiver Humor
- selbstentwertender Humor

Die Stile beschreiben, auf welche Art Menschen tendenziell ihren Humor einsetzen. Humor wird hier also als Persönlichkeitseigenschaft verstanden. Persönlichkeitseigenschaften zeichnen sich dadurch aus, dass sie über lange Zeiträume hinweg in vielen verschiedenen Situationen auf ähnliche Weise zum Vorschein kommen.

Die Humorstile unterscheiden sich zunächst einmal darin, ob sie das Selbst des Humoranwenders oder die Beziehung zu anderen Menschen beeinflussen. Außerdem ermöglichen sie es, eine Unterscheidung zwischen eher ungünstigem und eher günstigem Humorverhalten zu treffen. Ob der gezeigte Humor sich eher als günstig oder ungünstig einordnen lässt, ist in manchen Fällen eine Frage des Ausprägungsgrades und der Intention.

VERBINDENDER HUMOR

Dieser Humorstil beschreibt die Tendenz, mit anderen zu scherzen und zu lachen, sie zu amüsieren. Dies kann auch beinhalten, über sich selbst zu schmunzeln, allerdings vor dem Hintergrund eines liebevollen Blicks auf die eigene Person. Jene Form des Humors scheint unter anderem mit psychischem Wohlbefinden, Heiterkeit, Selbstachtung und emotionaler Stabilität einherzugehen. Er ist ein günstiger Humorstil.

SELBSTENTWERTENDER HUMOR

Jener Humorstil zielt darauf ab, die Beziehung zu anderen zu stärken. Allerdings geschieht dies auf Kosten der eigenen Person, was ihn ebenso ungünstig erscheinen lässt. Der Anwender macht sich selbst zur Zielscheibe der Witze. Darüber hinaus wird der Humor zur Verleugnung eigener negativer Gefühle genutzt. Auch hier ließ sich eine Verbindung mit höherer emotionaler Labilität, geringerer Gewissenhaftigkeit sowie Verträglichkeit erkennen. Außerdem scheint diese Art von Humor unter anderem mit Depressionen, Ängstlichkeit, einer schlechten Stimmung, geringerem psychischem Wohlbefinden und weniger Zufriedenheit mit sozialen Beziehungen einher zu gehen.

AGGRESSIVER HUMOR

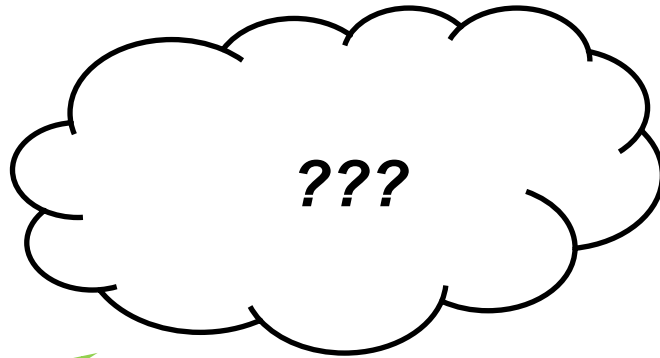
Aggressiver Humor äußert sich im Rückgriff auf Sarkasmus und Sticheleien. Er wird eingesetzt, um andere zu manipulieren oder um an ihnen Kritik zu üben. Dieser Humorstil nimmt keine Rücksicht auf die Empfindungen anderer. Menschen, die den aggressiven Humorstil nutzen, zeigen mehr emotionale Labilität, sind sozial weniger verträglich und in geringerem Maße gewissenhaft. Er scheint damit eher ungünstig zu sein.

SELBSTSTÄRKENDER HUMOR

Auch der selbststärkende Humorstil ist positiv konnotiert. Menschen, die zum selbststärkenden Humorstil neigen, nutzen Humor, um eine andere Perspektive einzunehmen und allgemein humorvoller auf das Leben zu blicken. Humor wird hier als Bewältigungsmechanismus und zur Regulierung von Emotionen eingesetzt. Es zeigt sich ebenfalls eine Verbindung mit psychischem Wohlbefinden, Heiterkeit, Selbstachtung und emotionaler Stabilität, aber auch mit Optimismus und Zufriedenheit.



Humoriges - Scherzfragen



Was macht eine Wolke, wenn es juckt? Sie sucht einen Wolkenkratzer.

Welcher Tag ist der gefährlichste für U-Boot-Fahrer? Der Tag der offenen Tür.

Wer trägt eine Brille und kann doch nicht sehen? Die Nase.

Welchen Tisch kann man essen? Den Nachttisch.



Vor wem muss jeder den Hut ziehen? Vor dem Friseur.

Pasta mit Brokkoli-Pesto

Zutaten:

- 1/2 Brokkoli
- Salz
- 250 g Vollkornnudeln
- 10 g Basilikum (1 Bund)
- 100 g Feta
- 1 EL Pinienkerne
- 1 1/2 EL Olivenöl
- 150 g Champignons
- 1/4 Bio-Zitrone
- Pfeffer



Zubereitung:

- ⇒ Brokkoli putzen, waschen und in Röschen teilen. Brokkoliröschen in etwas kochendem Salzwasser 6–7 Minuten garen. Anschließend das Wasser abgießen und etwas vom Kochwasser dabei auffangen. Brokkoli auskühlen lassen.
- ⇒ Nudeln nach Packungsanleitung in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen.
- ⇒ In der Zwischenzeit Basilikum waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Mit Broccoli, Feta, Pinienkernen und 2 EL Olivenöl in einem Mixer cremig pürieren. Bei Bedarf etwas vom Kochwasser zugeben. Brokkoli-Pesto beiseite stellen.
- ⇒ Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Zitrone heiß abspülen und trocken tupfen. Den Saft auspressen und die Schale abreiben.
- ⇒ Restliches Öl in einer Pfanne erhitzen und die Champignons darin bei mittlerer bis starker Hitze 3–4 Minuten anbraten. Zitronensaft, Zitronenabrieb und Nudeln zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und vermengen.
- ⇒ Pasta mit Brokkoli-Pesto servieren und nach Geschmack mit etwas Feta und Pinienkernen garnieren.

Guten Appetit! 😊

Einfach saugut!

Zur Verstärkung der Bedeutung von Adjektiven (Eigenschaftswörtern) werden Nomen genutzt wie beispielsweise **blüten**frisch oder **tauf**frisch. Ihre Aufgabe ist es, die folgenden Begriffe passend in die Sätze einzusetzen. Dabei werden sie als Brückenwörter genutzt. Lesen Sie sich anschließend den Text laut vor.

aalglatt – blitzschnell – butterweich – blütenart – federleicht – feuerrot – grasgrün – kugelrund – rattenscharf – riesengroß – samtweich – schneeweiß – spiegelglatt – tonnenschwer – zuckersüß

1. Vom Himmel herab schwebte eine ...**Feder**...**Leichter** als der Wind schaukelte sie von rechts nach links, während sie sank.
2. Er schleppte sie eine nach der anderen, erst die roten, dann die gelben , waren sie nicht, aber sperrig.
3. Das Kissen lag in der Sofaecke und lockte. Sie lehnte sich gemütlich an den roten er als Babyhaut fühlte es sich an.
4. Dann rannte sie zur Tür wie der erkannte sie: Der Besuch war gar nicht für sie.
5. „Nehmen Sie gern etwas?“es liebte er schon immer, daher nahm er drei Stück.
6. Sie setzten sich mit einer Picknickdecke ins es Leuchten rundherum, der Mai war endlich da!
7. Die Bäume sahen unfassbar aus, sie standen am Wald wie dunklees Staunen verbreitete sich unter den Tourmitgliedern.
8. Das Tier wand sich durch die Maisstängel wie ein „.....er Fehlschuss!“ lachte Sven.
9. „Oh, da, guck mal – hier gibt es!“ bog ein Auto um die Ecke und hätte um ein Haar das Tier erwischt.
10. Klar gibt es das, im Mai noch , doch jeder! meinte er.
11. Sie setzten sich auf die Bank im Garten, mitten zwischen die duftenden fühlend nahm er ihre Hand und küsste sie.

12. Es gibt Schnittchen. „Ich nehme eins mit“ hörte man diesen Satz aus dem Mund der 90-Jährigen, und alle freuten sich.
13. Scherben überall! Am Boden der Rasierer, daneben der zerbrochene
.....rasiert und großäugig dachte er: „Das bringt Pech!“
14. Sie saßen am Strand. Sonnenuntergang. Die Sonne sah aus wie eine
..... herum orange-farbenes Strahlen, der Sand getaucht in
..... - gesichtige, staunende Menschen prosteten sich zu.

Wetterwitze

Entziffern Sie die Witze ... Viel Spaß dabei!

1) __ieses __ahr __ehme __ch __ir __en __ anzen __ommer __rei.

__ie __wei __age __rbeite __ch __m __inter __infach __ach.

2) B__d__m W__tt_r k__nn __ch m__n__ C__ch __nmögl__ch __ll__n__l__ss__n.

Lösungen für April 2023

Anagramm einmal anders

1. Lackiererin 2. Apothekerin 3. Elektriker 4. Brieftraeger 5. Schornsteinfegerin
6. Zirkusartistin 7. Mechanikerin 8. Schornsteinfeger 9. Apotheker 10. Dekorateurin
11. Moderatorin 12. Dolmetscherin 13. Uhrmacher 14. Autoschlosser 15. Regierungsrat
16. Kunstflieger 17. Stellmacher 18. Reiseleiterin 19. Altenpflegerin 20. Damenschneider
21. Rennfahrer

„A.R.A.“ Aktiv



Vielen Dank an Frau Pielot für die Fotografien dieser wunderbaren Blumenwiesen!

Zungenbrecher

- ◆ Zwischen zwei Zwetschgenbaumzweigen zwitschern zwei geschwätzige Schwalben, zwei geschwätzige Schwalben, zwitschern zwischen zwei Zwetschgenbaumzweigen.
- ◆ Der Packer packt Pappakete, Pappakete packt der Packer.
- ◆ Dreihundertdreiunddreißig riesige Reiter ritten dreihundertdreiunddreißigmal um das rote runde Rastenburger Rathaus.
- ◆ In Ulm, um Ulm und um Ulm herum.
- ◆ Zwei zwiespitzige Zwetschenkerne.

Vielen Dank an Frau Leunig für die Zungenbrecher und an Herrn Fedder für das tolle Fotorätsel!

Wer findet diese ungewöhnliche Tür in Hameln?



Quelle: Pixabay

Lösung: Große Hofstraße,
Hameln

Kennen Sie die Oberlausitz?

In Deutschland spricht man viele Sprachen, wer hier seßhaft werden will und die Voraussetzungen erfüllt, sollte Deutsch lernen. Nun aber gibt es in Deutschland auch viele gebietstypische, die sogenannten Mundartsprachen. Beispiele zuviel Bayern, Nordsee, Frankenland u.a. Auch gibt es das Sorbische Gebiet.

Ich aber möchte Ihnen heute etwas über die **Oberlausitz** erzählen, weil das wohl am weitesten von der Grenze bis 1989 entfernt war. Es wurde 1945 meine Heimat.

Hätte ich Ihnen in dieser Oberlausitzer Mundart geschrieben, hätten Sie längst aufgehört zu lesen. Ich zitiere Ihnen ein kleines Gedicht von Herbert Andert, einem dortigen Heimatdichter u. Schriftsteller:



A Raajntag

Nieselwaater - noaß is oalls,
nablich, groot und triebe.

Su wie Wurschlfeß is dr Himmel,
„Wenn's oach ne su bliebe“,

su denkt Koarke, und er gachmerst
mieße verr dr Tiere.

„Inner würd dervo ganz schlufferch,
und 's is doa incht viere.“

Sachte träppelt's aus dr Rinne,

's Woasser leeft drooa runder.

Hinn an Winkle leit de Koatze,

die würd o ne munter.

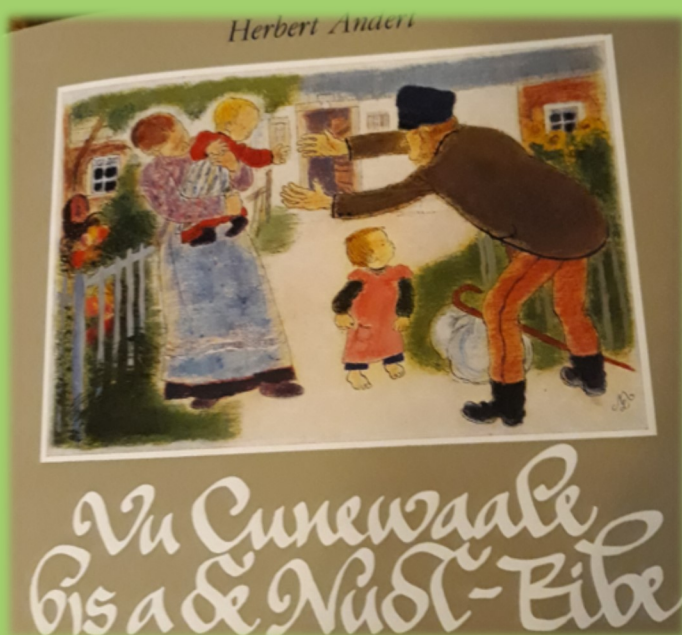
Artur Fröhlich



Landschaftlich gelegen kann man es sich wie das Weserbergland vorstellen. Typisch sind die vielen Umgebinderhäuser, die ja ihren Ursprung im Webereihandwerk haben. Sicher ist die Oberlausitz mittlerweile von vielen Touristen besucht worden.

Zur Aussprache der speziellen Oberlausiker Mundart sei noch gesagt: Hauptsächlich sind es die Alten Menschen, die dort geborenen. Nur das „R“ hängt den meisten an und ein „abgeschwächtes Oberlausik“ bleibt. Mir ist nicht bekannt, daß er über die Schule erhalten werden soll, wie z.B. Plattdeutsch.

Bärbel Schaffhauser



Vielen Dank an Frau Schaffhauser für diese Ausführungen aus Ihrer Heimat!

DIY: Blumentöpfe marmorieren

Material:

- Marmorierfarbe (3 verschiedene Farbtöne)
- Terrakotta-Blumentöpfe
- weißer Sprühlack
- Pinsel
- Unterlage für den Tisch
- Unterlage für das Ansprühen
- Gefäß mit Wasser (Schale, Eimer)
- Malerkrepp
- Holzstäbchen (zum Beispiel Schaschlikspieß)
- eventuell Einmalhandschuhe
- eventuell Schürze
- Mundschutz für das Ansprühen

Tipp: Marmorierfarbe bekommen Sie im Bastelladen. Alternativ können Sie auch Nagellack verwenden, mit der Marmorierfarbe wird das Ergebnis jedoch gleichmäßiger.



Schritt 1: Blumentöpfe grundieren

Lackieren Sie die Blumentöpfe mit zwei Schichten Sprühlack. Halten Sie beim Sprühen ca. 20 cm Abstand zum Blumentopf, damit keine Farbnasen entstehen. Lassen Sie die erste Farbschicht ca. eine halbe Stunde trocknen, bevor Sie die zweite Schicht sprühen. Nun sollte alles schön weiß sein. Lassen Sie den Blumentopf mindestens 2 Stunden durchtrocknen.

Schritt 2: Blumentöpfe abkleben

Überlegen Sie, ob Sie den Blumentopf teilweise mit Malerkrepp abkleben wollen. So kann zum Beispiel ein geometrisches Muster auf dem Blumentopf entstehen oder Sie können einen Teil des Topfes von der Farbe aussparen. Achten Sie darauf, dass das Malerkrepp flach und glatt anliegt und drücken es fest an.



Schritt 3: Marmorieren

Jetzt wird marmoriert. Schützen Sie Ihren Tisch mit einer Unterlage gegen Lackflecken und füllen eine Schale mit Wasser. Die Schale sollte groß genug sein, dass ein Blumentopf hineinpasst.

Achtung: Wählen Sie besser eine alte Schale oder einen Eimer, bei denen es nicht schlimm ist, wenn sie nicht mehr sauber werden. Es könnten ein paar Rückstände der Marmorierfarbe darin kleben bleiben.

Schütteln Sie danach nacheinander einige Tropfen Marmorierfarbe auf die Wasseroberfläche. Je mehr Tropfen aufeinander treffen, desto intensiver wird der Farbton. Tropfen Sie auch die anderen Farbtöne auf die Wasseroberfläche.

Wenn Sie zufrieden mit der Farbintensivität seid, nehmen Sie das Holzstäbchen zur Hand und vermischen ganz vorsichtig die Farbtöne auf der Wasseroberfläche miteinander. Passen Sie auf, dass Sie nicht zu wild im Wasser rühren oder zu tief eintauchen.

Jetzt nehmen Sie den Blumentopf in die Hand, tauchen ihn langsam in das Wasser hinein und ziehen ihn mit einer schnellen Bewegung wieder hinaus. Benutzen Sie dabei Handschuhe, wenn Sie ihre Hände vor der Lackfarbe schützen möchten. Füllen Sie dann wieder ein paar Tropfen Farbe in die Schüssel und marmorieren Sie die anderen Blumentöpfe.

Schritt 4: Trocknen und Dekorieren

Lassen Sie die Töpfe auf einem Stück Küchenpapier trocknen. Ziehen Sie das Malerkrepp vorsichtig ab. Dann können Sie auch schon Ihre Blumen einpflanzen.

Fertig! 😊



Gesucht und Gefunden

Was ist „Gesucht und Gefunden?“

„Gesucht und Gefunden“ ist unsere weitere Kategorie, in der wir Menschen, die etwas suchen mit anderen Menschen, die genau das haben, zusammenbringen. Die Gesuche können wie bei einem „Schwarzen Brett“ oder einem Aushang an der Supermarktkasse geschaltet werden. Bitte beachten Sie das es sich um ein reines Tausch- bzw. Abgabeprinzip handelt.



Wie funktioniert Gesucht und Gefunden?

Sie suchen etwas? Oder Sie haben etwas, dass Sie gerne an jemand anderen abgeben möchten? Dann melden Sie sich bei uns und wir nehmen es mit in die Zeitung auf. Die Anzeigen werden Anonym aufgegeben und dann der Kontakt vermittelt.

Bei den Anzeigen ist etwas dabei, was Sie interessiert? Nehmen Sie mit uns Kontakt auf und wir vermitteln. Wichtig ist dabei: Wir fungieren nur als Vermittlerinnen. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir keine Haftung oder Gewähr übernehmen können.

Wir freuen uns auf die neue Aktion! Viel Spaß beim Entdecken. ☺



Kontakt:
**Treffpunkt für die zweite
Lebenshälfte „A.R.A.“**
Alte Marktstraße 7c
31785 Hameln
Tel.: 05151/202 1344
Email: treffpunkt-ara@hameln.de

Ihre Anfragen:

Abzugeben:

- ⇒ Kofferradio mit Kassettenfach
- ⇒ Ca. 2m große Yukka Palme
- ⇒ Anrichte mit Aufsatz aus dem Jahr 1920
- ⇒ Ansichtskarten, Modeschmuck und Tischdeckchen
- ⇒ Lexikothek, verschiedenen Ausgaben u.a. zu dem Themen: Kunst, Gesundheit, Tierwelt, Geschichte und Technik



Gesuche:

- ⇒ Reisebegleitung für eine Kreuzfahrt durch Norwegen auf der Hurtig Rute
- ⇒ Reisebegleitung für eine Fahrt mit dem Glacier-Express durch die Schweiz



Quelle: Pixabay

Programm Mai 2023

„Satire & Musik“ mit Hans-Georg Schroth

„Eine schräge Lesung mit tiefen Einsichten für Freunde der Satire!“

Achtung, „Schroth-Schüsse!“ Der Hamelner Satiriker Hans-Georg Schroth und Autor und Künstler Friedrich Retkowski begeistern uns regelmäßig mit viel Talent, einem Augenzwinkern in den Zeilen und satirischen Texten. Ganz nebenbei ist Herr Schroth auch noch ein talentierter Pianist und unterhält, genau wie Herr Retkowski, mit seiner herzlich humorvollen Art!

Was ist Satire? Satire ist eine Kunstform – Literatur, Karikatur, Film – die durch Ironie und Übertreibung Kritik übt. Dabei wird die Lächerlichkeit verdeutlicht oder Zustände angeprangert.

Satire und Musik - Genau diese beiden Komponenten werden an einem schönen Mittwochnachmittag bei einer Tasse Kaffee und einem Stückchen Kuchen vereint, um zu einer kleinen Reise durch die Zeit unter herrlicher musikalischer, satirischer Begleitung, einzuladen. Neugierig geworden? Dann laden wir Sie herzlich dazu ein, dieser liebevoll kreierten Veranstaltung beizuwohnen.

Mittwoch: 17.Mai 2023

Ab 14:30 Uhr

Treffpunkt für die 2. Lebenshälfte

„A.R.A.“

Kosten: 3 €

Anmeldung bis 7 Tage vor dem Termin



Veranstaltung in Kooperation mit dem Projekt: „Zuhause im Quartier - Präventive Hausbesuche“

„Etwas vergesslich oder schon dement?“ – Kleine Anzeichen richtig deuten

Vortrag mit Dr. med. Rainer Schnee,
Facharzt für Innere Medizin und Geriatrie

„Im Alter wird man tüddelig, das ist doch ganz normal!“ Diesen Ausspruch kennen Sie vielleicht. Aber wann wird die Vergesslichkeit bedenklich? Wie können sie eine demenzielle Erkrankung erkennen, wie wird sie behandelt und gibt es Möglichkeiten, dem Vergessen vorzubeugen?

Und wie gehe ich mit einer/m Angehörige/n um, der oder die immer vergesslicher wird oder die Diagnose Demenz bekommen hat?

Auf diese Fragen und aktuelle medizinische Entwicklungen geht Dr. Rainer Schnee, einziger in Hameln niedergelassener Facharzt für Geriatrie (der sogenannten „Altersmedizin“) in seinem Vortrag ein. Im Anschluss wird es auch Zeit für Ihre eigenen Fragen geben.

Mittwoch: 31. Mai 2023

17.00 -18:00 Uhr

Treffpunkt für die zweite

Lebenshälfte „A.R.A.“

Kostenfrei

**Bitte melden Sie sich für
den Vortrag bis 7 Tage
vorher an.**



Vorankündigung:

Spargelessen auf dem Spargelhof Thiermann in Kirchdorf

Gemeinsame Fahrt in einem modernen Reisebus zum Spargelhof in Kirchdorf und anschließender Ausflug nach Steinhude.

Dienstag, 03.06.2023

Der Ausflug beinhaltet:

- Fahrt in einem modernen Reisebus mit WC ab Bad Pyrmont, Emmerthal, Hameln, Afferde und Springe
- Spargel zum „SATT ESSEN“ vom Buffet unter anderem mit Spargelcremesuppe, Schnitzel und Nachtischen
- Weiterfahrt zum Steinhuder Meer
- Rückfahrt zum Ausgangsort

Anmeldung: Bis zum 24. Mai 2023

Kosten: 59,00 Euro p.P.

Anmeldungen:

Senioren- und Pflegestützpunkt Hameln Pyrmont

Osterstr. 46 (FiZ), Eingang Kleine Str.

31785 Hameln

☎ 05151-2023496 oder

☎ 05151-2023481

@: spn@hameln.de



Vorankündigung:

2x Eintägiges Sicherheitstraining: „Fit im Auto“ – in Theorie & Praxis

Fahrkompetenz erhalten & stärken ab 65 Jahren

Gemeinsam mit einem Team aus Experten können die Teilnehmer*innen ihr Verkehrswissen und ihre Fähigkeiten am Steuer testen und verbessern

Dienstag, 13. + Mittwoch, 14.06. 202,

jeweils von 09:00 – 14:30 Uhr

Referenten: Verkehrssicherheitsberaterin der Polizeiinspektion Hameln-Pyrmont/Holzminden, Simone Kalmbach, Fahrsicherheitstrainer Matthias Albrecht, Verkehrswacht Hameln-Pyrmont, Fahrschule Behrens, Bodo Diekmann

Kosten: 40,00 Euro p.P.


Anmeldungen:

Senioren- und Pflegestützpunkt Hameln Pyrmont

Osterstr. 46 (FiZ), Eingang Kleine Str.

31785 Hameln

 05151-2023496 oder

 05151-2023481

@: spn@hameln.de



Lese-Auszeit



Lese-Auszeit in der Pfortmühle



Am Dienstag, dem 06. Juni 2023 um 16.00 Uhr stellen Cornelia Behrendt und Ruth Henning bei Kaffee und Keksen aktuelle Romane und Sachbücher vor.

Die Veranstaltung ist kostenlos.



Und zum Schluss:

Spielen Sie gerne Doppelkopf?

Für eine neue Doppelkopfrunde werden Mitspieler oder Mitspielerinnen gesucht. Voraussichtlich wird die Gruppe am Donnerstag Nachmittag stattfinden. Melden Sie sich bei Interesse bei uns im Treffpunkt „A.R.A.“

oder telefonisch: 05151/ 202-1344



Fahrradgruppe

11.05.: Treffpunkt an der Schleuse um 13 Uhr. Das Ziel ist die Cafe-Stube in Aerzen sein.

25.05.: Treffpunkt um 10 Uhr für eine Rundtour um das Steinhuder Meer.

Bei Interesse bitten wir um eine vorherige Anmeldung, damit mit einer genauen Personenanzahl geplant und der genaue Startpunkt bekannt gegeben werden kann.



Osterstimmung im Liedertreff, 6.04.2023

Wochenplan vom 01.05. bis 02.06.2023 im Treffpunkt „A.R.A.“

	Montag 01.05.2023	Dienstag 02.05.2023	Mittwoch 03.05.2023	Donnerstag 04.05.2023	Freitag 05.05.2023
Vormittag		Ab 9:30 Uhr PC-Gruppe		10 Uhr Tanzen	
Nachmittag	Montag 01. Mai Treffpunkt ge- schlossen!	14 Uhr Skat 14 Uhr 60 Plus	15.30-16.30 Uhr Life Kinetik	13.30 Uhr Canasta 15 Uhr Liedertreff	

	Montag 08.05.2023	Dienstag 09.05.2023	Mittwoch 10.05.2023	Donnerstag 11.05.2023	Freitag 12.05.2023
Vormittag	10 Uhr Seniorenrat	11 Uhr Gedächtnistraining		10 Uhr A.R.A. Atelier	10.15 Uhr Theatergruppe
Nachmittag	14 Uhr Skip-bo 14 Uhr Spielegruppe 14 Uhr Klöngruppe Montagstreff	14 Uhr Skat 14 Uhr 60 Plus 14 Uhr Gedächtnistraining 15:30 Uhr Gedächtnistraining	15.15-16.15 Uhr Bewegungs- kurs	13.30 Uhr Canasta 14 Uhr Fahrrad- gruppe 14 Uhr Rommé	12.45 Uhr Gemeinsamer Mittagstisch (im Kinderspielhaus) 15-16 Uhr Yoga 16.30-17.30 Uhr Yoga

Wochenplan vom 01.05. bis 02.06.2023 im Treffpunkt „A.R.A.“

	Montag 15.05.2023	Dienstag 16.05.2023	Mittwoch 17.05.2023	Donnerstag 18.05.2023	Freitag 19.05.2023
Vormittag		Ab 9:30 Uhr PC-Gruppe		Donnerstag 18. Mai Christi Him- melfahrt Treffpunkt ge- schlossen!	
Nachmittag	14 Uhr Skip-bo 14 Uhr Spielegruppe 14 Uhr Klöngruppe Montagstreff	13:30 Uhr Nähgruppe 14 Uhr Skat 14 Uhr 60 Plus	14.30 Uhr „Satire & Musik“		

	Montag 22.05.2023	Dienstag 23.05.2023	Mittwoch 24.05.2023	Donnerstag 25.05.2023	Freitag 26.05.2023
Vormittag		11 Uhr Gedächtnstraining		10 Uhr A.R.A. Atelier	10.15 Uhr Theatergruppe
Nachmittag	14 Uhr Skip-bo 14 Uhr Spielegruppe 14 Uhr Klöngruppe Montagstreff	14 Uhr Skat 14 Uhr 60 Plus 14 Uhr Gedächtnstraining 15:30 Uhr Gedächtnstraining	15.15-16.15 Uhr Bewegungskurs	13.30 Uhr Canasta 14 Uhr Fahrrad- gruppe 14 Uhr Rommé	12.45 Uhr Gemeinsamer Mittagstisch (im Kinderspiel- haus)

	Montag 29.05.2023	Dienstag 30.05.2023	Mittwoch 31.05.2023	Donnerstag 01.06.2023	Freitag 02.06.2023
Vormittag	Pfingst- montag 29. Mai Treffpunkt ge- schlossen!	Ab 9:30 Uhr PC-Gruppe	Ersatztermin! Bitte Uhrzeit beachten!	10 Uhr Tanzen	
Nachmittag		14 Uhr Skat 14 Uhr 60 Plus		15-16 Uhr Bewegungskurs 17-18 Uhr Vortrag: Vergesslichkeit	13.30 Uhr Canasta 15 Uhr Liedertreff

Mandala



Sprechzeiten:
Dienstag, Mittwoch und Freitag
von 10 bis 12 Uhr sowie
Dienstag von 14 bis 16 Uhr



Treffpunkt für die 2. Lebenshälfte „A.R.A.“

Francesca Lissel, Miriam Schnee
und Celine Wendt
Alte Marktstraße 7c (Alte Feuerwache)
31785 Hameln

Telefon: 05151/ 202 1344
E-Mail: treffpunkt-ara@hameln.de

Seniorenbeauftragte

Hilke Meyer
Alte Marktstraße 20 (Kurie Jerusalem)
31785 Hameln

Telefon: 05151/ 202 1271
E-Mail: senioren@hameln.de

**Weitere Informationen und Anmeldungen zu den Veranstaltungen:
Stadt Hameln, Treffpunkt für die 2. Lebenshälfte „A.R.A.“, Alte Marktstraße 7c in Hameln
(05151/ 202 1344)**

*„Alle unsere Streitigkeiten
entstehen daraus, dass einer dem
anderen seine Ansichten
aufzwingen will.“*

(Mahatma Ghandi)

