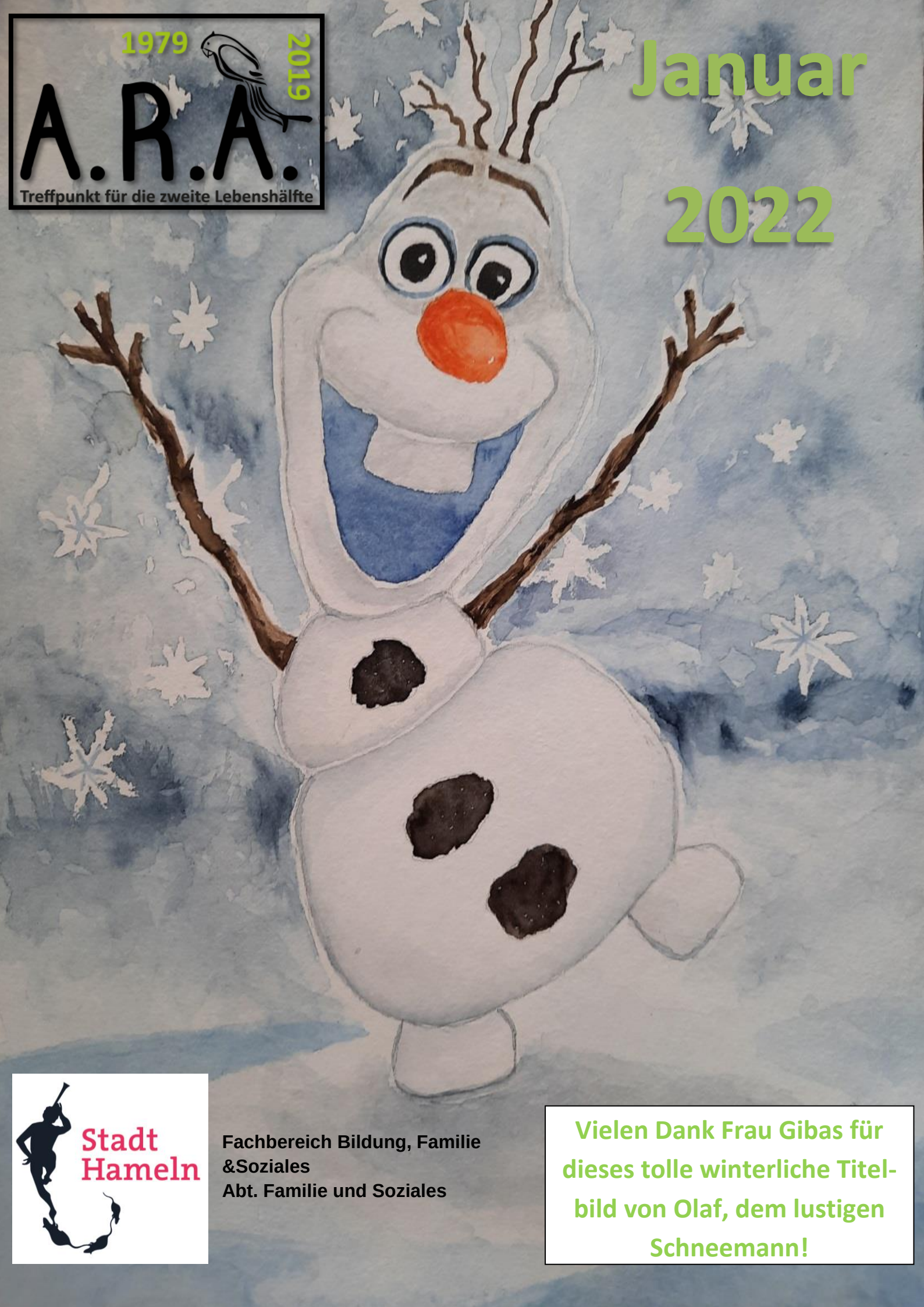
1979 2019

A.R.A.

Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

Januar 2022



Stadt Hameln

Fachbereich Bildung, Familie &Soziales
Abt. Familie und Soziales

Vielen Dank Frau Gibas für dieses tolle winterliche Titelbild von Olaf, dem lustigen Schneemann!

1979 2019

A.R.A.

Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

Inhaltsverzeichnis

Gedichte Schlittschuhlaufen und Winternacht	Seite 03
In eigener Sache	Seite 04 und Seite 05
Probleme bei Smartphone, Tablet oder Laptop? Die Computergruppe ist weiterhin Online!	Seite 06
Präventive Hausbesuche	Seite 07 und Seite 08
Zum Schmökern Vom strahlenden Monat Januar	Seite 09, 10 und Seite 11
Wissenswertes Das @-Zeichen und die olympischen Ringe	Seite 12
10 Fakten über Hameln	Seite 13 und Seite 14
Humoriges Herr Meier und das neue Jahr	Seite 15 und Seite 16
Gedächtnistraining	Seite 17, 18 und Seite 19
Genusserlebnis Mandarinen-Marzipan-Kuchen	Seite 20 und Seite 21
A.R.A. Aktiv	Seite 22 bis Seite 33
Wochenplan vom 03.01. bis 04.02.2022	Seite 34 und Seite 35

Sprechzeiten:

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

Telefon: 05151/ 202 1344

1979 2019

A.R.A.

Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

Schlittschuhlaufen

von Wolfgang Müller von Königswinter (*1816 †1873)

Der Winter geht so starr und kalt,
Der Teich ist festgefroren,
Frischauf die Schlittschuh angeschnallt,
Die Pelze um die Ohren!

Wir gleiten hin, wir gleiten her
Auf spiegelglattem Eise,
Wir schwingen uns die Kreuz und Quer
Und schlingen unsre Kreise.

Und plumpst auch Einer ’mal dahin,
Das darf nicht scheu ihn machen,
Er stehet auf mit frischem Sinn
Und er beginnt zu lachen.

Er mischt sich wieder in die Reihn
Und läuft in Freude weiter,
Denn auf dem Eis, da muss man sein
Recht munter, frisch und heiter.

Quelle: https://www.gedichte-lyrik-online.de/schlittschuhlaufen.html

Winternacht

von Joseph von Eichendorff (1788-1857)

Verschneit liegt rings die ganze Welt,
Ich hab' nichts, was mich freuet,
Verlassen steht der Baum im Feld,
Hat längst seien Laub verstreuet.

Der Wind nur geht bei stiller Nacht
Und rüttelt an dem Baume,
Da rührt er seine Wipfel sacht
Und redet wie im Traume.

Er träumt von künft'ger Frühlingszeit,
Von Grün und Quellenrauschen,
Wo er im neuen Blütenkleid
Zu Gottes Lob wird rauschen.

Quelle: http://www.gedichtsuche.de/gedicht/items/Winternacht%20-%20Eichendorff,%20Joseph%20von.html

Bilder: Pixabay

1979 2019

A.R.A.

Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

..natürlich auch von Pferd Paule! ☺

In eigener Sache

Liebe Leserinnen und Leser,

wir hoffen, dass Sie die Festtage gut überstanden haben, eine schöne Zeit hatten und alle gesund und munter in das neue Jahr gestartet sind. Auch wir wünschen Ihnen von ganzen Herzen ein frohes, gesundes, neues Jahr und freuen uns auf ein weiteres gemeinsames Jahr mit Ihnen.

Wir wünschen uns für das neue Jahr, ein Jahr mit vielen tollen Veranstaltungen und Gruppenangeboten, abwechslungsreichen und erfolgreichen Projekten sowie schönen gemeinsamen Momenten.

Was wünschen Sie sich für das Jahr 2022?

Zudem erhoffen wir uns, dass alsbald wieder der Alltag einkehrt und sich die derzeitige Lage entspannt. Schließlich mussten wir, wie bereits im Jahr 2020, den Treffpunkt „ A.R.A.“ schließen und folglich alle Gruppenangebote für den Dezember absagen. Auch die damit geplanten kleinen Weihnachtsfeiern fielen so leider ins Wasser. Aber es ist, wie es ist.

Nun wollen wir nach vorne schauen und hoffen, dass es bald wieder richtig losgehen kann. Gemeinsam singen, tanzen, spielen, malen, quatschen und vieles mehr.

Wir freuen uns schon darauf, Sie bald wieder hier begrüßen zu dürfen.

Ihr A.R.A. Team

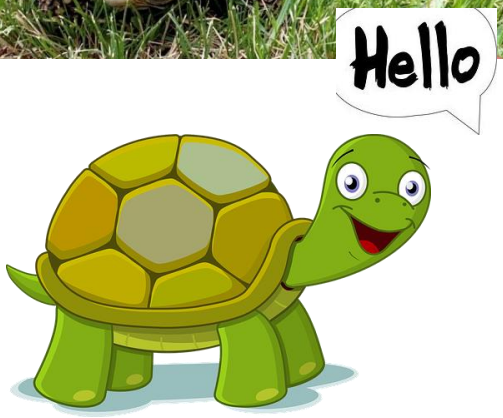
Bilder: Stadt Hameln; Pixabay

1979 2019
A.R.A.
Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

Hallo zusammen! ☺

Ich bin die Neue in der Runde.
Mein Name ist Fiona Wienke, ich bin 21 Jahre alt und freue mich nun ein halbes Jahr (bis Mitte April) mein Anerkennungspraktikum für das Studium der Sozialen Arbeit bei Ihnen, im Treffpunkt „A.R.A.“ der Stadt Hameln, absolvieren zu dürfen.
Das Studium der Sozialen Arbeit absolviere ich an der Hochschule für angewandte Wissenschaft und Kunst in Göttingen. Dadurch, dass ich jedoch in Hameln geboren und zur Schule gegangen bin sowie mit meiner Mama und meinen zwei Schildkröten, Milly und Molly, in Emmerthal wohne, freue ich mich umso mehr, auch mein Praktikum hier in der Heimat absolvieren zu können.
In meiner Freizeit backe ich sehr gerne, treibe Sport und verbringe viel Zeit mit meiner Familie und meinen Freund/inn/en.

Ich freue mich auf eine tolle
und spannende Zeit!



Bilder: Stadt Hameln; Pixabay

1979 2019

A.R.A.

Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

In eigener Sache

Probleme bei Smartphone, Tablet oder Laptop?
Die Computergruppe ist weiterhin Online!

Wie das geht? Herr De Jong erklärt´s! :

Liebe Teilnehmer ,

gerade hatten wir uns wieder zu den Terminen vor Ort im A.R.A treffen können und nun macht uns die Situation wieder einen Strich durch die Rechnung. Gruppentreffen sind zur Zeit nicht möglich. Zum Glück haben wir ein bischen den Zugang geübt und wenn ihr im Browser die Adresse : ▸ http://www.dejong.de/ARA/ aufruft, kann mit ein bischen Glück und einem Klick auf "am Treffen per Video teilnehmen" die Show 😊 wieder beginnen.
In der kommenden Woche bin ich leider verhindert aber am 21. Dezember warte ich zur gewohnten Zeit.

http://www.dejong.de/ARA/

Computergruppe im A.R.A

am Treffen per Video teilnehmen

Heute | Mittwoch, 8. Dezember | Woche | Monat | Terminübersicht

Dienstag, 21. Dezember

10:00 Computergruppe im ARA

Wann: Di, 21. Dezember, 10:00 – 12:00

Wo: Ostertorwall 37B, 31785 Hameln, Deutschland (Karte)

Beschreibung: offene Gruppe : Computertreffen für Senioren im A.R.A / **zur Zeit nur per Videokonferenz**

Mehr Details | In meinen Kalender kopieren

Dienstag, 11. Januar 2022

10:00 Computergruppe im ARA

Dienstag, 25. Januar 2022

10:00 Computergruppe im ARA

Dienstag, 8. Februar 2022

10:00 Computergruppe im ARA

Termine werden angezeigt bis 15.2. Weitere Termine suchen

Bilder:Pixabay

Präventive Hausbesuche für Seniorinnen und Senioren im Rahmen des Modellprojekts „Zuhause im Quartier“

Seit September 2021 bietet die Stadt Hameln „Präventive Hausbesuche“ für über 80-jährige Personen in Hameln an. Durchgeführt wird das Angebot im Rahmen des Modellprojekts **„Zuhause im Quartier – Präventive Hausbesuche“**, welches vom Land Niedersachsen gefördert wird.

Bild: Stadt Hameln

Bereits im Oktober haben wir die Mitarbeiterinnen des Projektes, **Francesca Lissel** und **Miriam Schnee** vorgestellt. Es haben bereits einige Seniorinnen und Senioren ein Anschreiben vom Oberbürgermeister Herrn Griese erhalten und sich sehr über das Angebot eines Hausbesuchs gefreut. Nachdem telefonisch ein Termin für einen Hausbesuch vereinbart wird, besuchen die Beraterinnen die Seniorinnen und Senioren in ihrem eigenen Zuhause. Viele älteren Menschen sind die zahlreichen Angebote, welche in Hameln für Seniorinnen und Senioren angeboten werden gar nicht bekannt, daher freuen Sie sich sehr, von den Beraterinnen Informationen zu erhalten.

Präventive Hausbesuche

Besonders von Menschen, die alleine leben, wird die Möglichkeit geschätzt, alle Fragen rund um's Alter stellen zu können, von der eigenen Lebenssituation zu erzählen und ggf. zu anderen Beratungsstellen weitervermittelt zu werden. Die bisherigen Erfahrungen der Beraterinnen zeigen, dass die meisten älteren Menschen von dem Hausbesuch profitiert haben und das Angebot gerne weiterempfehlen. Die Möglichkeit ein kostenloses, vertrauliches Informationsgespräch in den eigenen vier Wänden in Anspruch zu nehmen, wird von den Hamelnerinnen und Hamelnern sehr geschätzt.

Wenn Sie auch Interesse an einem Hausbesuch haben oder jemanden kennen, der von dem Angebot profitieren würde, können Sie sich gerne im Büro für Präventive Hausbesuche für Seniorinnen und Senioren unter **☎ 05151 – 202 1406** oder **☎ 05151 – 202 1853** oder unter **✉ zuhause-im-quartier@hameln.de** melden. Voraussetzung für einen Besuch ist, dass Sie 80 Jahre oder älter sind, in der eigenen Häuslichkeit leben und noch keinen Pflegegrad haben. Auf besondere Bedarfe oder den Wunsch zum Beispiel nach einer fremdsprachlichen Beratung, wird gerne eingegangen.

Bild:Pixabay

Vom strahlenden Monat Januar von Elke Bräunling

„Eigentlich“, sagte der Januar, „bin ich ein sanfter Monat. Ein weißer. Ein kluger. Und das sanfte weise Weiße bringe ich mit. Ich decke mein Land mit einer schützenden Schneeschicht zu, die Seen und Teiche verschließe ich mit einer eisigen Pforte. An manchen Tagen werfe ich meine Schneeflocken und Eiskristalle auch auf Straßen und Wege. Dann legt sich Stille über meine weiße Welt. Eine gemächliche Stille, die nur ein langsames Fortkommen gewährt. Die Natur holt Atem, ruht sich aus, und auch die Menschen halten inne.

Jaaaaa!“ Er dehnte dieses ‚Ja’ in die Länge und sah seine Monatskollegen bedeutungsschwer an.

Die schwiegen ergriffen – oder hatte ihnen die Eitelkeit des jungen Kollegen die Sprache verschlagen? Egal. Dem Januar war es gleichgültig. Er, der junge Monat mit dem hellen Gewand, durfte das Jahr beginnen.

„Jaaaaa!“, rief er, lauter nun, in die Winterwelt hinaus. „Ich bin einzigartig, schön und strahlend. Ich, der Januar, bin der Monat der feierlichen Stille. Und dennoch komme ich mit einem Paukenschlag. Die Menschen begrüßen mich mit Jubel und Feuerwerk. Weil sie sich auf mich freuen.

Quelle: https://wintergeschichten.wordpress.com/2012/01/04/vom-strahlenden-monat-januar/

Bild: Pixabay

Auf mich und auf das neue Jahr, das ich ihnen mitbringe. Ich nämlich bin der Schöne und der Neue. Oder“, fast kicherte er nun, „der neue Schöne!“

„Unsinn!“, unterbrach ihn der Dezember. Er war gekränkt. So viel Mühe hatte er sich mit all seinen Festen gegeben! Glaubte denn der Januar, dieser Schnösel, die Menschen freuten sich mit Feuerwerk über sein Ende?

„Ich!“, rief er laut. „Ich wurde geliebt. Die Menschen feiern mich deshalb am letzten Tag meiner Dezemberzeit mit einem fröhlichen Fest. Du aber musst dich erst beweisen, Kollege Januar.“

„Jeder muss sich beweisen“, protestierte der Januar. „An jedem Tag. Und ich …“

Die anderen Monate stöhnten. Sie fühlten sich etwas genervt. „Tu das!“, brummten sie.

Und der Juni fügte hinzu: „Reden ist Silber, Schweigen Gold.“

„Und Handeln ist weiß“, sagte der Januar. Er sagte es nur leise, doch er nahm sich vor, seinen Worten Taten folgen zu lassen. Voller Eifer rief er seine Helfer, die Schneeflocken und Eiskristalle, herbei und schmückte sein Land mit einem blendenden Weiß. Dann rief er seine helle Freundin, die Sonne, aus dem Süden zurück. Jeden Tag ein kleines Stück näher.

Quelle: https://wintergeschichten.wordpress.com/2012/01/04/vom-strahlenden-monat-januar/

Bilder: Pixabay

Ihre Strahlen bemalten das Land mit Abermillionen funkelnder Schneeflockensternchen und verwandelten die Januarwelt in eine prachtvolle weiße Glitzerfunkelwelt. Toll sah das aus.

Der Januar triumphierte. „Und?“, rief er seinen Kollegen zu. „Entspricht mein Tun nun euren Erwartungen von einem ersten Monat im Jahr?“

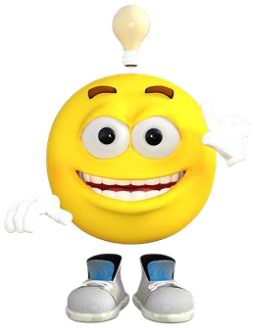
Die Monate aber schwiegen. Längst hatten sie sich in weiser Stille in Winterschlaf begeben. Beifall erhielt der strahlende Januar nur vom Februar, der auf einem Koffer voller bunter Gewänder saß und mit einem, wie es schien, närrischen Grinsen applaudierte.

Quelle: https://wintergeschichten.wordpress.com/2012/01/04/vom-strahlenden-monat-januar/

Bilder: Pixabay

1979 A.R.A. 2019
Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

Wissenswertes

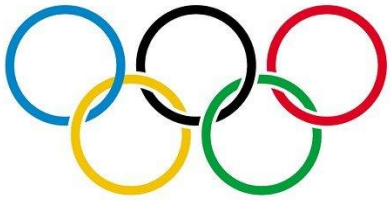


Woher kommt eigentlich das @-Zeichen in einer E-Mail Adresse?

Ray Tomlinson, der Erfinder der E-Mail, suchte Ende 1971 ein geeignetes Zeichen, welches zwischen den zwei Teilen einer E-Mail, zum einen dem Namen des Empfängers und zum anderen dem Namen seines Postfachs, unterscheidet. Es sollte also ein Zeichen sein, dass keine Verwechslungsgefahr oder andere Missverständnisse auslöst. Folglich konnte es keine Zahl oder kein Buchstabe sein. Daraus folgte, dass Tomlinson das @-Zeichen auf seiner Tastatur entdeckte und zum Leben erweckte.

Quelle: https://www.telespiegel.de/wissen/add-zeichen/

Wissen Sie wofür die olympischen Ringe stehen?



Das Symbol der olympischen Ringe wurde im Jahre 1913 von dem Franzosen Pierre de Coubertin kreiert. Öffentlich abgebildet wurde es jedoch erstmals 1920.

Die fünf verschiedenfarbigen Ringe stehen für die fünf unterschiedlichen Kontinente, aus denen die Sportler und Sportlerinnen bei den Olympischen Spielen antreten. Die jeweiligen Farben der Ringe sowie die Hintergrundfarbe weiß zeigen zusammen mindestens eine Farbe der jeweiligen Nationalflagge der teilnehmenden Länder auf.

Quelle: https://karrierebibel.de/allgemeinwissen/

Bilder: Pixabay

Wissenswertes

10 Fakten über Hameln

1. 1992 gab der „*King of Pop*“, Michael Jackson, im Hamelner *Weserberglandstadion* ein Konzert. Während der Fußballweltmeisterschaft 2006 diente das Stadion ebenfalls als Trainingsort des späteren Vizeweltmeisters, der *französischen Nationalmannschaft*.

2. Vor ca. 20 Jahren gründete Evelyn Marie Seidel aus Hameln einen Fanclub für die *Prinzessin Diana* mit dem Namen „*Lady Di Club*“. Eine lebensgroße Holzfigur, zahlreiche Bilder sowie viele weitere Erinnerungen lassen sich dort finden.

3. Hameln hat die *höchste Bankendichte* in ganz Deutschland. Pro 794 Einwohner gibt es eine Bank.
4. Der *Entdecker des Morphiums*, Dr. Friedrich Sertürner, war von 1821 bis zu seinem Tod Eigentümer und Apotheker der Ratsapotheke in Hameln. Anfang des 19. Jahrhunderts gelang es ihm erstmals Morphium aus der Droge Opium zu gewinnen.

5. Hameln galt als „*Gibralter des Nordens*“, da es mit seiner Stadtbefestigung, einem Gefecht aus Verteidigungsanlagen, in der Mitte der zweiten Hälfte des 18. Jahrhunderts unbesiegbar schien.

Quelle: https://www.antenne.com/niedersachsen/10fakten/10-Fakten-%C3%BCber...-Hameln-id318975.html

Bilder: Pixabay

6. Auf Antrag des Hamelner Kaufmanns und Ziegeleibesitzers Hermann Rese wurde 1916, im deutschen Kaiserreich, erstmals die Sommerzeit eingeführt. Diese Regel galt jedoch nur bis 1918. Die Sommerzeit, so wie wir sie heutzutage kennen, besteht erst seit 1996.

7. Die Psychologin, Ärztin und Konfliktforscherin Dr. Dr. Evelin Lindner, welche in Hameln geboren wurde, war 2015 und 2016 für den *Friedensnobelpreis* nominiert. Leider reichte es beide Male nicht ganz zum Erhalt dieses Preises.
8. 2007 hat in Hameln das *größte Pippi- Langstrumpf- Treffen* statt gefunden. 1138 kostümierte Pippi- Langstrumpfs wurden gezählt.
9. In ganz Europa besitzt Hameln die einzige *Kurvenschleuse.* Denn die Weserschleuse, welche eine Schleppzugschleuse ist, ist auf ihren ca. 200 Metern leicht gekrümmt.

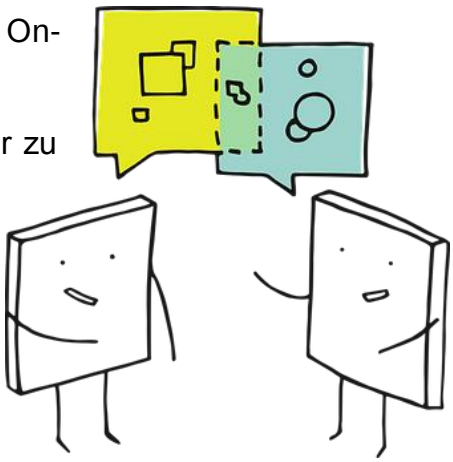
10. Seit 2014 bietet die *Jugendanstalt* in Hameln, welche das größte Jugendgefängnis in Deutschland ist, ein *Vätertraining* an, um den Gefangenen, die oft bereits Väter sind oder auch erst werden, etwas über Kindesentwicklung, Konfliktlösungen sowie Beschäftigungsmöglichkeiten beizubringen.

Quelle: https://www.antenne.com/niedersachsen/10fakten/10-Fakten-%C3%BCber...-Hameln-id318975.html

Bilder: Pixabay

Herr Meier und das neue Jahr von Elke Bräunling

Am Silvesternachmittag trifft Anton Nachbar Meier am Gartenzaun.



“Hallo”, sagt Anton. “Freust du dich auch so sehr wie ich, Onkel Meier?”

„Aber ja!“ Herr Meier nickt. “Ich freue mich immer, mit dir zu plaudern.”

Das aber ist nicht die Antwort, die Anton hören will.

“Nein”, sagt er. “Ich meine, ob du dich auch so sehr freust, dass morgen das neue Jahr kommt.”

„Deshalb?“ Herr Meier sieht Anton nachdenklich an. “Ich freue mich über jeden Tag”, sagt er dann langsam. “Heute ist heute und morgen ist morgen.”

Anton wird ungeduldig. “Nein. Morgen ist alles ganz anders”, sagt er und schüttelt den Kopf.

“Was wird anders?”, fragt Herr Meier verwundert. “Werden dann die Bäume hier nicht mehr im Garten stehen?”

“Nein!”, sagt Anton. “Das nicht.”

“Aha”, meint Herr Meier. “Du meinst, es könnte morgen schneien?” Er schnuppert. “Vielleicht hast du Recht. Es riecht nach Schnee!”

“Nein!”, ruft Anton und stapft vor Ungeduld mit dem Fuß auf. “Morgen ist doch das neue Jahr da!”

“Aha”, sagt Herr Meier. “Und dann schmecken die Brötchen nach Bananen, die Gurken nach Schokolade, die…”

“Nein”, schimpft Anton los. “Onkel Meier, du bist gemein.”

Quelle: https://wintergeschichten.wordpress.com/2011/12/29/herr-meier-und-das-neue-jahr/

Bilder: Pixabay

“Warum?”, fragt Herr Meier und lächelt. “Du hast doch gerade gesagt, morgen würde alles anders werden. Was denn?”

Hm! Ja, was denn? Anton denkt nach. Dann schaut er in Nachbar Meiers Lachfältchen um die Augen. Nein, eigentlich würde gar nichts anders werden. Nur das Datum auf dem Kalender. Und sonst?

Anton muss lachen.

“Stimmt”, sagt er. “Morgen ist der Tag nach heute. Aber heute Abend feiern wir. Kommst du auch?”

Herr Meier nickt und lacht. “Klar! Zu einer Feier habe ich noch nie ´Nein´ gesagt. Wieso soll es dieses Mal anders sein?”

Jetzt kann sich Anton vor lauter Lachen nicht mehr halten.

“Stimmt”, prustet er. “Gar nichts ist anders. Warum auch?”

Quelle: https://wintergeschichten.wordpress.com/2011/12/29/herr-meier-und-das-neue-jahr/

Bilder: Pixabay

Gedächtnistraining: Glück und Dank

Die folgenden Zitate sind durcheinander geraten. Bitte sortieren Sie diese. Zur Unterstützung ist der Satzanfang unterstrichen.

1. Glücklich sind. Es sind die glücklich sind. Nicht die dankbar, die Dankbaren.

Francis Bacon (1561 – 1626)

……

2. für so Wir sind Dankbarkeit. nichts dankbar wie für

Marie von Ebner-Eschenbach (1830 – 1916)

……

3. vollen Wert Um den erfahren, jemand, um es zu teilen. des Glücks zu brauchen wir

Mark Twain (1835 – 1910)

……

4. das Kleinste hell in wo man für danken lernt. unserem Leben, Da wird es

Friedrich von Bodelschwingh (1831 – 1910)

……

5. eine wahrhaften Worten ausdrücken. Leider lässt Dankbarkeit mit sich nicht

Johan Wolfgang von Goethe (1749 – 1832)

……

6. mit Gelde nicht Was du bezahle bezahlen kannst, wenigstens mit Dank.

(Deutsches Sprichwort)

……

Quelle: BVGT e.V. d79

Gedächtnistraining: Mit Liebe um die Ecke gedacht

Finden Sie das entsprechende Nachwort … es werden zusammengesetzte Nomen zum Thema Liebe gesucht.

1. Liebes …… ……. ---- mörderischer Verbrecher
2. Liebes ……..…… ---- wurde ersetzt durch das Versenden von What's Apps

3. Liebes …… ---- z. B. Gala, Elster, Boskop
4. Liebes …… ---- ganz natürlich, doch irgendwie verrucht

5. Liebes …… ---- Anstrengung ohne „e"
6. Liebes …… ---- ein Muss dabei ist Pop Corn
7. Liebes …… ---- Aneinanderreihen von Noten
8. Liebes …… ---- ein Damenbekleidungsstück ohne Anfang

9. Liebes …… ---- meist nicht auf Dauer glückbringend
10. Liebes …… ---- die lange zurückliegt
11. Liebes …… ---- von vielen abzugeben bis Ende Mai
12. Liebes …… ---- zwei gehören dazu
13. Liebes …… ---- von Beethoven gibt's sie nicht, von Mozart schon

14. Liebes …… ---- die meisten tun's einmal, viele zweimal, wenige dreimal

15. Liebes …… ---- da hat irgendwas nicht gestimmt
16. Liebes …… ---- kann schlaflose Nächte bereiten
17. Liebes …… ---- was haben Muscheln damit zu tun
18. Liebes …… ---- die Mama wünscht es sich

Quelle: BVGT e.V. d79

Gedächtnistraining Lösungen Dezember 2021

Weihnachtsgeschenke

1. EINER, 2. STROH, 3. ARNIKA, 4. LEIM, 5. STERN, 6. NELKE, 7. GERTE, 8. MIKRO, 9. FASTEN, 10. AHNEN, 11. ESEL, 12. NENA, 13. MAORI, 14. TISCHLER, 15. DELHI, 16. KRAM, 17. ROBOTTER, 18. EIMER, 19. ERBT, 20. REICH

Weihnachtsrätsel: Adventskalender

Wortgitter

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

Noch mehr Gedächtnistraining finden Sie online auf unserer Homepage!

In 3 Schritten:

1. Internetbrowser auf dem Handy oder Laptop öffnen
2. Bei Google.de -> „Hameln A.R.A.“ eingeben
3. Das erste Ergebnis anklicken. Nun sind Sie auf unserer Homepage.

Nun noch auf den Link „Gedächtnistraining“ klicken und rätseln!

Viel Spaß! ☺

1979 2019

A.R.A.

Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

Genusserlebnis

Mandarinen-Marzipan-Kuchen

Zutaten für 12 Stücke:

100 g Marzipan-Rohmasse

500 g Mehl

325 g Zucker

300 g Butter

35 g gehobelte Mandeln

2 gestrichene TL Backpulver

50 g blütenzarte Haferflocken

eventuell Alufolie

125 g Buttermilch

1 Päckchen Vanillin-Zucker

3 Eier (Größe M)

50 g Schmand

2 Dosen (à 315 ml) Mandarinen

Puderzucker zum Bestäuben

Fett und Mehl für die Form

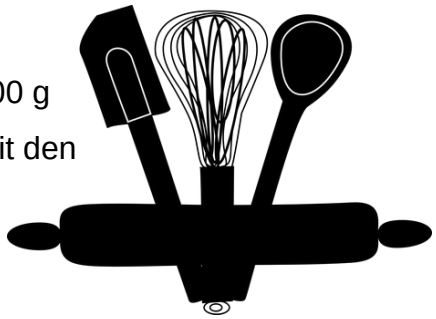
Quelle: https://www.lecker.de/mandarinen-marzipan-kuchen-61608.html

Bilder: Pixabay

Zubereitung:

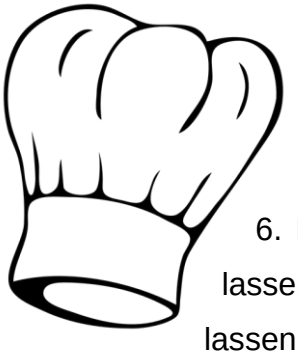
1. Marzipan klein zupfen. 250 g Mehl und 125 g Zucker vermengen. 150 g Butter in Flöckchen, Marzipan und Mandeln zugeben, mit den Schneebesen des Handrührgerätes zügig zu Streuseln verarbeiten. Streusel kalt stellen.

2. Mandarinen in ein Sieb gießen und abtropfen lassen.



3. 250 g Mehl und Backpulver mischen. 150 g Butter, 200 g Zucker, Haferflocken, Buttermilch und Vanillin-Zucker mit den Schneebesen des Handrührgerätes cremig rühren. Eier und Schmand nacheinander unterrühren.

4. Teig in eine gefettete, mit Mehl ausgestäubte Springform (24 x 24 cm) geben. Alternativ eine runde Springform (Ø 28) verwenden. Mandarinen darauf verteilen und leicht andrücken. Streusel darauf streuen.



5. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 175 °C/ Umluft: 150) ca. 50 Minuten backen. Eventuell ca. 10 Minuten vor Ende der Backzeit mit Folie bedecken.

6. Kuchen herausnehmen, in der Form ca. 30 Minuten abkühlen lassen, aus der Form lösen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Kuchen mit Puderzucker bestäuben und in Stücke schneiden.

Quelle: https://www.lecker.de/mandarinen-marzipan-kuchen-61608.html

Bilder: Pixabay

1979 2019

A.R.A.

Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

A.R.A. Aktiv

Die folgenden drei Tier-Mandalas haben uns von Frau Tietze erreicht.

Einfach großartig!

Wir sagen herzlichen Dank für die Einreichung! ☺

GENDERWAHN

War Adam Mann? War Eva Frau?
Das weiß man heute nicht genau.
Wie die Wissenschaft uns lehrt,
War es vielleicht umgekehrt.
Oder irgendwo dazwischen.
Ich höre schon die Schlange zischen.

Achtung Satire!
von Hans Georg Schroth

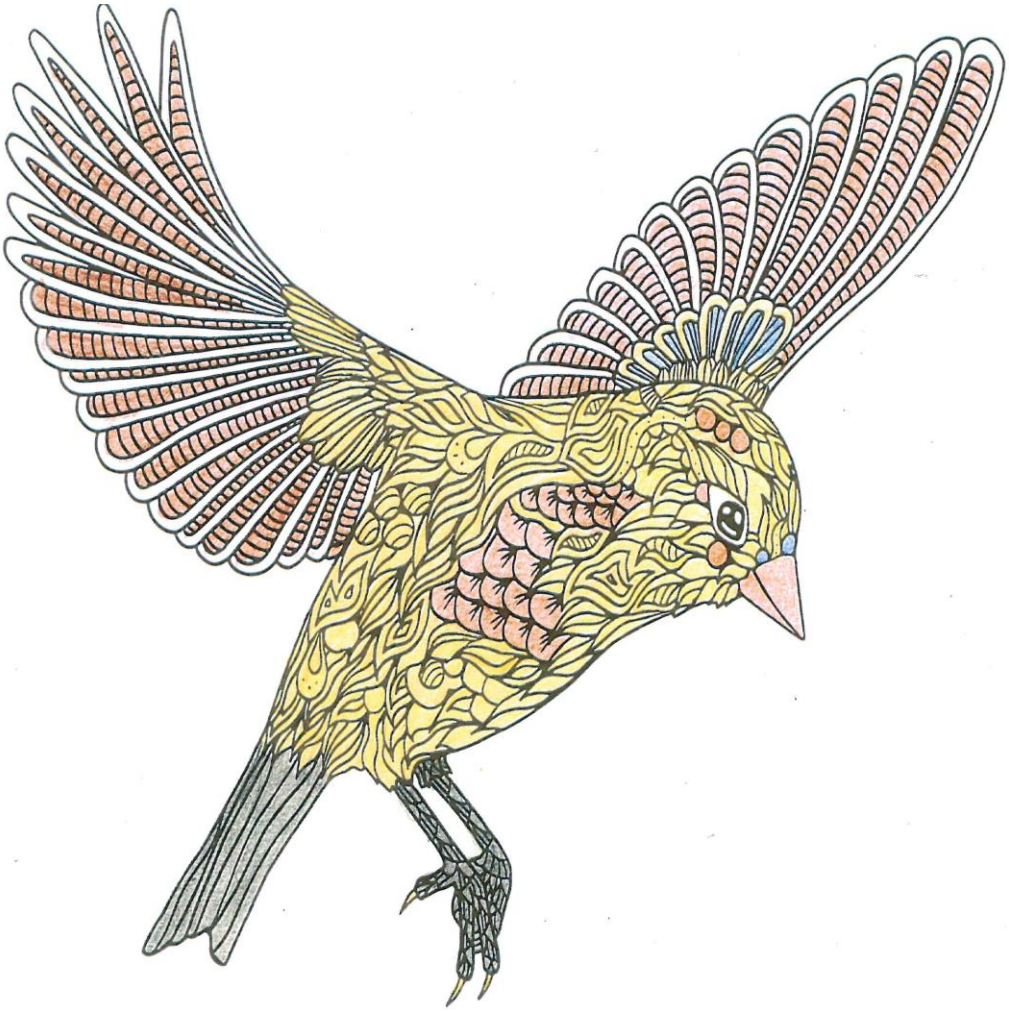
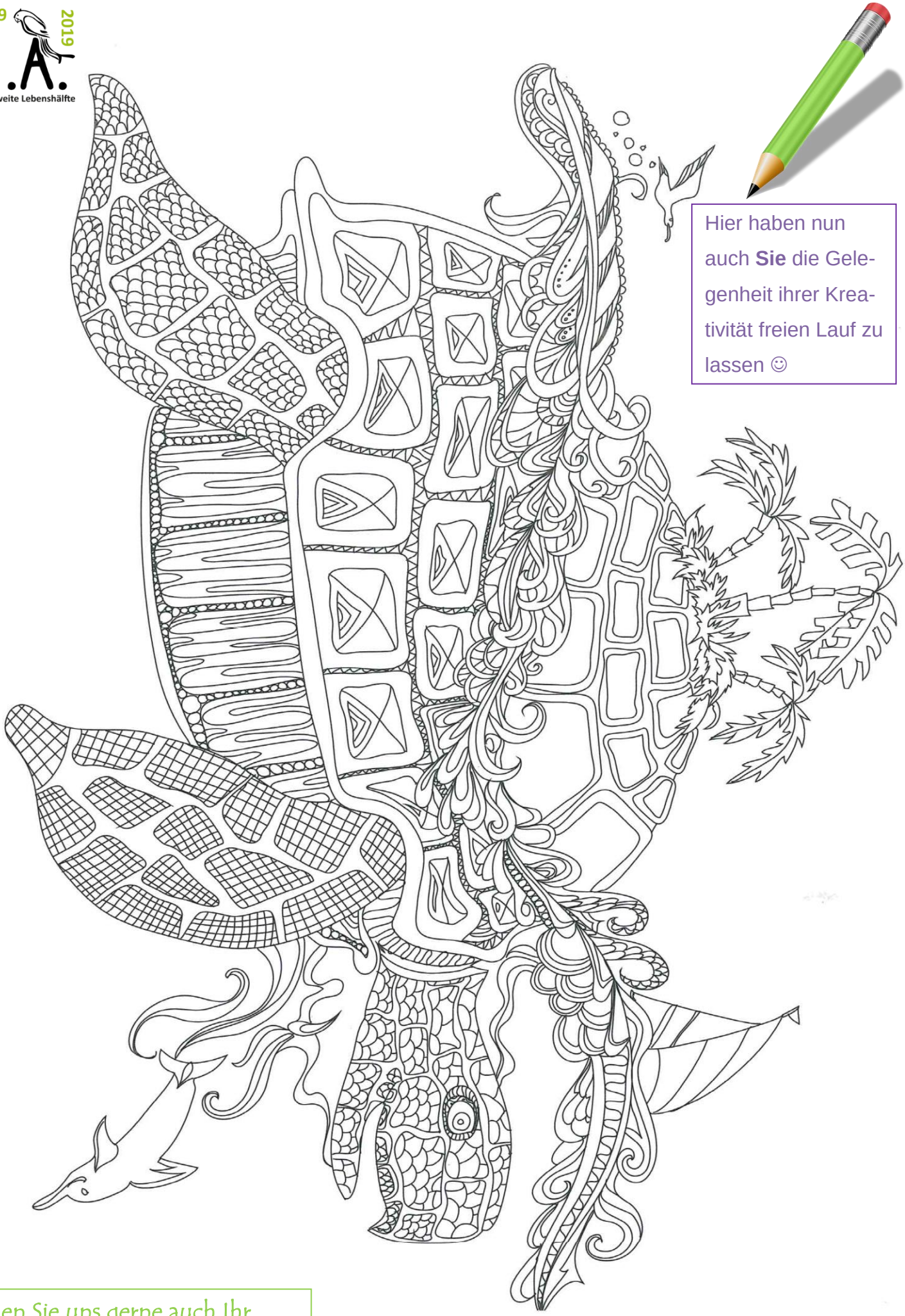


Bild: Pixabay

1979 2019

A.R.A.

Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

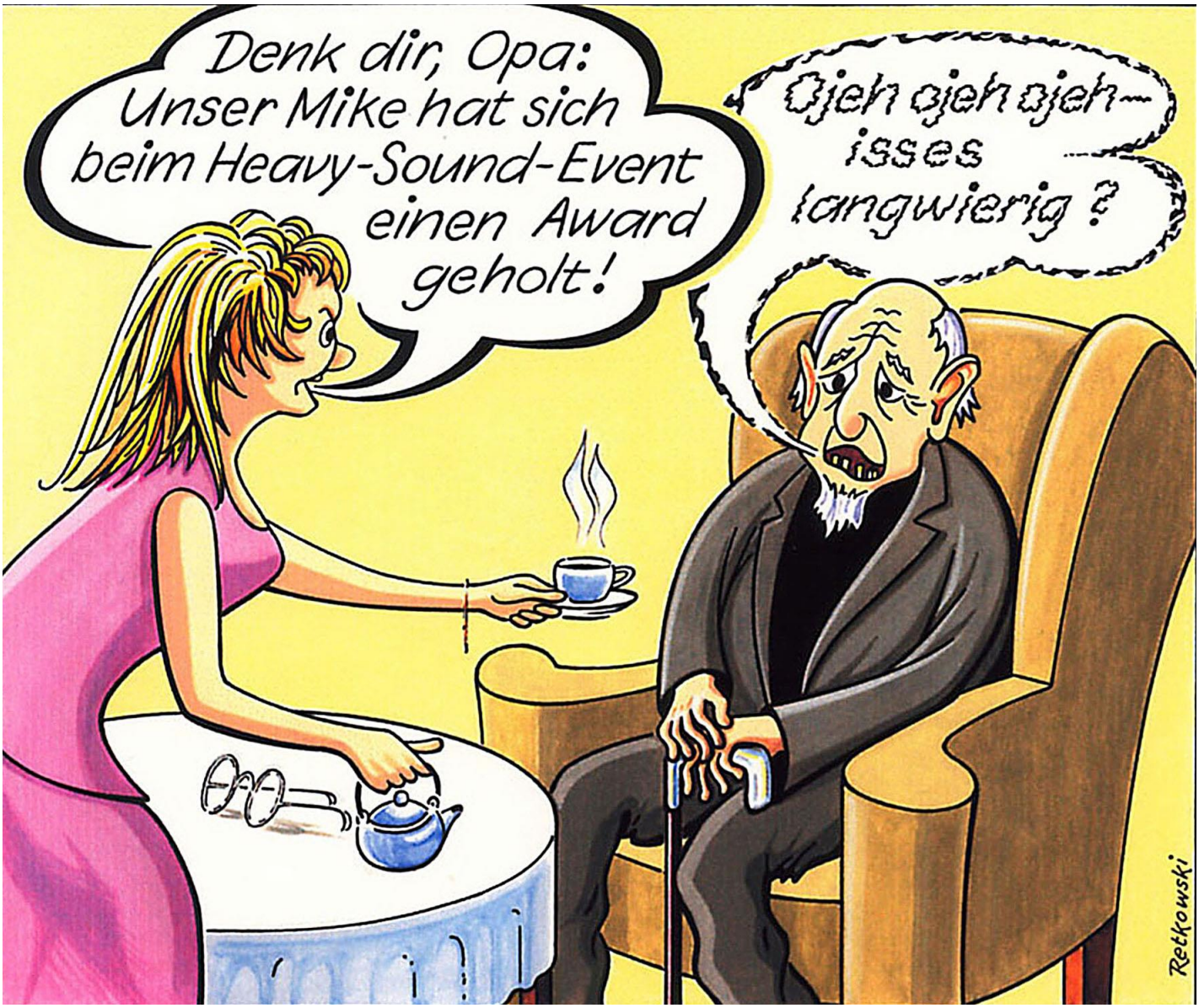


Hier haben nun auch **Sie** die Gelegenheit ihrer Kreativität freien Lauf zu lassen ☺

Senden Sie uns gerne auch Ihr ausgemaltes Mandala zu! Wir freuen uns über Ihre Einsendung.

Bild: Pixabay

Karikaturen von Herrn Retkowski



Lachen ist gesund…. ☺

Danke!

1979 2019

A.R.A.

Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

A.R.A. Aktiv

Lieben Dank an Frau Schaffhauser!
Wir lachen quasi immer noch :D

„Mama wo liegt eigentlich Amerika?"
„Das weiß ich auch nicht so genau, aber
„weit weg kann es nicht sein, denn bei
uns in der Firma arbeitet ein Amerikaner
und der kommt jeden Morgen mit dem
Fahrrad zur Arbeit."

In einem Blumenladen fragt die Kundin:
„Ist diese Pflanze künstlich?"
„Natürlich", antwortet die Floristin.
„Natürlich?" „Nein, künstlich."
„Ja, was denn nun: künstlich oder natürlich?"
„Natürlich Künstlich!"

Einfach mal zum Schmunzeln!

Eine ältere Dame kommt in eine Zoohandlung
und schaut sich die vielen Tiere an. Vor dem
Papageienkäfig bleibt sie stehen und fragt:
„Na du kleiner bunter Vogel, kannst du auch
sprechen?"
Darauf der Papagei: „Na, du alte graue Krähe,
kannst du auch fliegen?"

Frau Schröder steht bereits auf der Straße,
als sie merkt, dass sie noch die Lockenwickler
im Haar hat. Ein kleiner Junge zupft sie
am Arm und fragt: „Entschuldigen Sie bitte,
aber wie viele Sender können Sie damit
empfangen?"

Der Hund von Müllers ist allein zu Hause.
Da klingelt das Telefon. Der Hund hebt ab
und meldet sich: „Wau"!
Der Anrufer fragt erstaunt: „Wer ist da?"
Darauf der Hund: „W wie Wilhelm, A wie
Anton, U wie Ulrich ...."

„Weißt du denn, wogegen ich dich
geimpft habe?", fragt der Kinder-
arzt seinen kleinen Patienten.
„Ja, gegen meinen Willen!"

Treffen sich zwei Hunde.
Sagt der eine: „Ich bin adelig.
Ich heiße Hasso von Hohenstein."
Sagt der andere: „Ich bin auch
adelig. Ich heiße
„Rumler vom Sofa!"

Ein Ehepaar sitzt beim Essen. Die Frau
erwischt ihren Mann dabei, wie er seinen
Teller dem Hund zuschiebt, und sagt vorwurfsvoll:
„Aber Otto willst dein Essen doch wohl nicht an
den Hund verfüttern?"
„Nein", brummt der mürrisch, „nur tauschen".

Eine Dame kauft einen Trinknapf für ihren
Hund. Der Verkäufer fragt, ob sie eine Aufschrift
wünsche, zum Beispiel: „Für den Hund".
Die Dame: „Nicht nötig, mein Mann trinkt kein
Wasser und mein Hund kann nicht lesen."

„Die Schmerzen in Ihrem linken Bein
sind altersbedingt", erklärt der Arzt
seinem Patienten.
„Das ist aber seltsam! Mein rechtes Bein
ist genauso alt und tut nicht weh!"

G r i p p e - jedes Jahr wieder -

"Laß mal fühlen , Du hast ja so eine heiße Stirn" "Deine Augenlieder sind so rot und Deine Lippen so blau". "Es muß Grippe sein" sagt meine Frau.
"Streck mal Deine Zunge raus , die ist ja ganz bemehlt." "Das ist ganz klar Grippe" meint meine Frau.
"Du gehörst in`s Bett, mußt ordentlich schwitzen, dann kommt alles raus."
Ich befolge ihren Rat, lege mich flach, decke mich reichlich zu und zittere und fröstele mich in den Schlaf.
Am frühen nächsten Tag will ich aufstehen, setzt mich auf die Bettkante und betaste meinen durchgeschwitzten Schlafanzug. Auch meine Bettdecke ist feucht und ich schlage sie zurück zu meinen Füßen.
Ich will mich halbwegs aufrichten, da sehe ich plötzlich zwei Beine an meiner Seite, richte meinen Kopf in die Horizontale - meine frühere Verlobte steht vor mir - und ich höre: "Hast Du Dir denn keine Grippe-Impfung geben lassen ? Ich antworte: "Nein, mein Schatz, habe ich nicht" -Kurze Pause- "Und warum nicht?" Ich versuche zu argumentieren, daß es verschiedene Impfstoffe gibt, die oft nicht halten , was sie versprechen und das viele Menschen sie nicht vertragen haben wegen der Nebenwirkungen.
Doch dies alles hilft mir nicht weiter. Ich bin wohl nicht glaubwürdig. Und schon höre ich folgenden Satz: "Stelle Dich erstmal unter die Dusche und dann sehen wir weiter." Danach fühle ich mich wieder frisch und setze mich an unseren Frühstückstisch. Es gibt schwarzen Tee, sowie Ei, Käse und Marmelade und Mineralien und Vitamine zum Auftanken, was will ich mehr.
Küssen darf ich meine Frau noch nicht, sagt sie, wegen eventueller Ansteckungsgefahr. Vielleicht habe ich aber morgen eine Chance.

Hans Wiechmann

Lieber Herr Wiechmann, vielen Dank für diese satirische Geschichte!

Bild: Pixabay

1979 2019

A.R.A.

Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

A.R.A. Aktiv

Zur Weihnachtszeit haben uns ganz wundervolle Aufmerksamkeiten, Briefe, Telefonate und Zusendungen aller Art erreicht.

Hierfür möchten wir uns von Herzen bei Ihnen bedanken! Wir haben uns riesig gefreut. ☺

Bilder: Stadt Hameln; Pixabay

Dieses tolle Glücksbringer-Motiv entdecke Frau Hornborstel am Klüthang.

Wir sagen herzlichen Dank für die Zusendung dieses tollen Fotos.

1979 2019

A.R.A.

Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

Die Tiere disputierten einmal über Weihnachten

Die Tiere disputierten einmal über Weihnachten. Sie stritten,
was wohl die Hauptsache an Weihnachten sei.

„Na klar, Gänsebraten", sagte der Fuchs.
„Was wäre Weihnachten ohne Gänsebraten?"

„Schnee", sagte der Eisbär. „Viel Schnee."
Und er schwärmte verzückt von der weißen Weihnacht.

Das Reh sagte „Ich brauche aber einen Tannenbaum,
sonst kann ich nicht Weihnachten feiern."

„Aber mein neues Kleid muss man sehen", sagte der Pfau.
„Wenn ich kein neues Kleid kriege, ist für mich kein Weihnachten."

„Und Schmuck!" krächzte die Elster. „Jede Weihnachten bekomme ich was
einen Ring oder ein Armband. Oder eine Brosche oder eine Kette.
Das ist für mich das Allerschönste an Weihnachten".

„Na, aber bitte den Stollen nicht vergessen", brummte der Bär,
„das ist doch die Hauptsache. Wenn es den nicht gibt und all die süßen
Sachen, verzichte ich auf Weihnachten."

„Mach's wie ich": sagte der Dachs, „pennen, pennen, pennen.
Das ist das Wahre. Weihnachten heißt für mich: Mal richtig pennen."

„Und saufen", ergänzte der Ochse. „Mal richtig einen saufen –
und dann pennen."
Aber da schrie er „aua", denn der Esel hatte ihm einen gewaltigen
Tritt versetzt.

„Du Ochse du, denkst du nicht an das Kind?"

Da senkte der Ochse beschämt den Kopf und sagte
„Das Kind. Jaja, das Kind – das ist doch die Hauptsache."

Übrigens", fragte er dann den Esel, „wissen das eigentlich die Menschen?"

Verfasser unbekannt

Einen kleinen nachträglichen Weihnachtsgruß an alle von Ursel Greschok! ☺

Und das geben wir gerne zurück! Zusammen mit einem großen Dankeschön

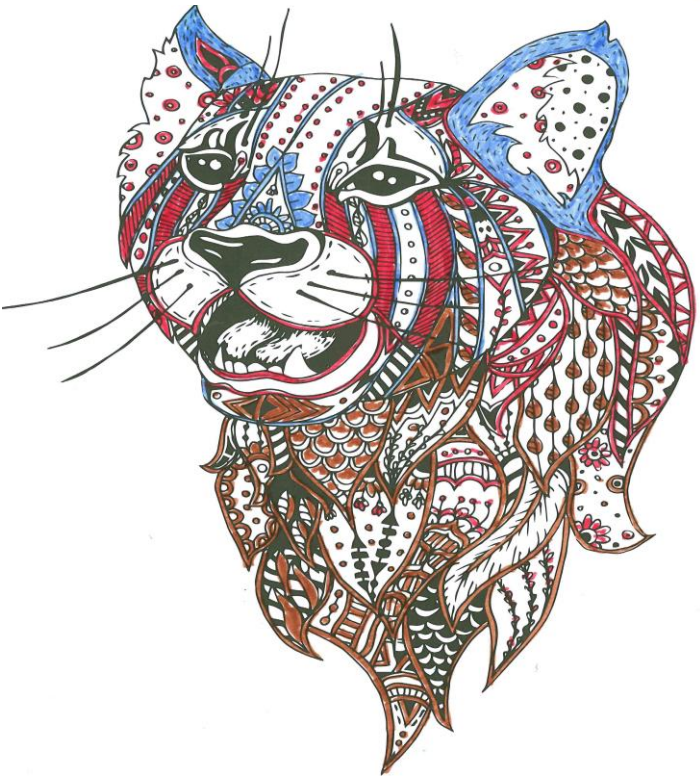
..und wie bereits in der Dezember-Zeitung angekündigt kommen nun noch weitere wunderbare Tier-Mandalas.

Einfach Klasse !!! Vielen Dank an die Künstler/innen!

1979 2019

A.R.A.

Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte



1979 2019 A.R.A. Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

Wochenplan vom 03.01. - 04.02.2022 im Treffpunkt „A.R.A.“

Achtung: Da noch unklar ist, wann der Treffpunkt „A.R.A.“ wieder öffnen darf, finden die Gruppenangebote nur unter Vorbehalt statt!

	Montag 03.01.2022	Dienstag 04.01.2022	Mittwoch 05.01.2022	Donnerstag 06.01.2022	Freitag 07.01.2022
Vormittag		**11 Uhr** Gedächtnistraining	**10 Uhr** Schnupperkurs Bewegung I (Fr. Osterloh)	**10 Uhr** A.R.A. Atelier	**10 Uhr** Kassenprüfung (Seniorenrat)
Nachmittag	**14 Uhr** Skippo **14 Uhr** Spielegruppe **14 Uhr** Klöngruppe Montagstreff	**14 Uhr** Skat **14 Uhr** 60 Plus **14 Uhr** Gedächtnistraining **15:30 Uhr** Gedächtnistraining	**14 Uhr** Schnupperkurs Bewegung II (Fr. Osterloh)	**13.30 Uhr** Canasta	Sonntags-Wandern (Winterpause)

Uhrzeit	Montag 10.01.2022	Dienstag 11.01.2022	Mittwoch 12.01.2022	Donnerstag 13.01.2022	Freitag 14.01.2022
Vormittag		**Ab 9.30 Uhr** PC-Gruppe		**10 Uhr** Tanzen	**10.30 Uhr** Theater-gruppe
Nachmittag	**14 Uhr** Skippo **14 Uhr** Spielegruppe **14 Uhr** Klöngruppe Montagstreff	**13:30 Uhr** Nähgruppe **14 Uhr** Skat **14 Uhr** 60 Plus		**13:30 Uhr** Canasta **15 Uhr** Liedertreff	

	Montag 17.01.2022	Dienstag 18.01.2022	Mittwoch 19.01.2022	Donnerstag 20.01.2022	Freitag 21.01.2022
Vormittag		**10 Uhr** Seniorenrat **11 Uhr** Gedächtnistraining		**10 Uhr** A.R.A. Atelier	
Nachmittag	**14 Uhr** Skippo **14 Uhr** Spielegruppe **14 Uhr** Klöngruppe Montagstreff	**14 Uhr** Skat **14Uhr** 60 Plus **14 Uhr** Gedächtnistraining **15:30 Uhr** Gedächtnistraining		**13:30 Uhr** Canasta	Sonntags-Wandern (Winterpause)

Achtung: Da noch unklar ist, wann der Treffpunkt „A.R.A.“ wieder öffnen darf, finden die Gruppenangebote nur unter Vorbehalt statt!

1979 2019
A.R.A.
Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

	Montag 24.01.2022	Dienstag 25.01.2022	Mittwoch 26.01.2022	Donnerstag 27.01.2022	Freitag 28.01.2022
Vormittag		**Ab 9:30 Uhr** PC-Gruppe		**10 Uhr** Tanzen	**10.30 Uhr** Theater-gruppe
Nachmittag	**14 Uhr** Skippo **14 Uhr** Spielegruppe **14 Uhr** Klöngruppe Montagstreff	**14 Uhr** Skat **14 Uhr** 60 Plus		**13:30 Uhr** Canasta **15 Uhr** Liedertreff	

	Montag 31.01.2022	Dienstag 01.02.2022	Mittwoch 02.02.2022	Donnerstag 03.02.2022	Freitag 04.02.2022
Vormittag		**11 Uhr** Gedächtnistraining		**10 Uhr** A.R.A. Atelier	
Nachmittag	**14 Uhr** Skippo **14 Uhr** Spielegruppe **14 Uhr** Klöngruppe Montagstreff	**14 Uhr** Skat **14 Uhr** 60 Plus **14 Uhr** Gedächtnistraining **15:30 Uhr** Gedächtnistraining		**13.30 Uhr** Canasta	

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

Impressum:

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

Sabrina Koyro
Alte Marktstraße 7c
31785 Hameln
Tel. 05151/202 1344
Email: treffpunkt-ara@hameln.de

Seniorenbeauftragte

Hilke Meyer
Kurie Jerusalem, Alte Marktstraße 20
31785 Hameln
Tel. 05151/202 1271
Email: meyer@hameln.de

1979 2019

A.R.A.

Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

„Ein neues Jahr erwartet uns, wie ein Kapitel in einem Buch, das darauf wartet, geschrieben zu werden. Wir können diese Geschichte mitschreiben, indem wir uns Ziele setzen."

– Melody Beattie

Stadt Hameln

Der Oberbürgermeister