



# Dezember 2020



**Stadt  
Hameln**

Fachbereich Bildung, Familie & Soziales  
Abt. Familie und Soziales



## Inhaltsverzeichnis

Machen Sie mit!	Seite 03
Ein Grund zur Freude – Frau Körber wird 100 Jahre alt!	Seite 04 und Seite 05
Gedichte Ein Lichtlein angemacht, Süsse Zeit geborgner Gefühle – M. Minder	Seite 06
In eigener Sache	Seite 07 und Seite 08 und Seite 09
Zum Schmökern Bewegungsgeschichte – Der Heilige Abend	Seite 10
Wissenswertes Rund um Weihnachten	Seite 11 und Seite 12
Humoriges	Seite 13
Gedächtnistraining	Seite 14 und Seite 15 und Seite 16
Gedächtnistraining Lösung November	Seite 17
Mitmachaktion	Seite 18
Genusserlebnis Gebrannte Mandeln	Seite 19
A.R.A. Aktiv	Seite 20 und Seite 21
Wochenplan vom 30.11.2020 bis 25.12.2020	Seite 22
Programm Januar	Seite 23

### 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

„A.R.A.“

## Winter-Mitmach-Aktion!

Seien Sie kreativ und gestalten Sie ein  
Titelmotiv der monatlichen  
„A.R.A.“-Zeitungen

Was verbinden Sie mit dem Treffpunkt „A.R.A.“?  
Vielleicht haben Sie eine Idee zum A.R.A.-Papagei?  
oder zum schönen Gebäude–der Alten  
Feuerwache?  
Zu den Aktivitäten des Treffpunktes?  
Zu den Themen Freundschaft, Spaß,  
Zusammenhalt?  
Oder zu unserer liebenswerten Stadt Hameln?

Ihrem Ideenreichtum und Ihrer Fantasie  
sind dabei keine Grenzen gesetzt:  
ob gemalt, gezeichnet oder fotografiert—  
ob als Graffiti oder Collage....oder...

....wir sind gespannt!

Wir freuen uns auf Ihre Einsendungen  
bis zum 28. Februar 2021.

## Ein Grund zur Freude

Frau Körber wird **100** Jahre alt!

**Wir gratulieren ganz herzlich und freuen uns mit Ihnen.**

Worte von Frau Barbara Körber (Tochter):

„Mama wird 100 Jahre alt!

Meine Mutter, Hildegard Körber, wird am 1. Dezember 2020 100 Jahre alt.

Nach dem 1. Weltkrieg geboren, mit Hunger und Elend bei ihrer alleinstehenden Mutter aufgewachsen, hat sie nach dem 2. Weltkrieg auch wieder durch Hunger und Kriegsfolgen leiden müssen. Auch heute noch ist ihr ein deftiger Eintopf lieber als ein Braten...

Durch harte Arbeit hat sie sich zusammen mit ihrem früh an Kriegsfolgen verstorbenen Mann mühsam eine Existenz aufgebaut.

1944 und 1949 gebar sie Ihre zwei Töchter.

Sie ist schon immer eine geschworene Hamelnerin und fand nach dem Tode ihres Mannes Trost in einer schönen Gemeinschaft im ARA der Stadt Hameln.



1979 2019

**A.R.A.**  
Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

*Hier spielte sie gerne mit ihren Freundinnen regelmäßig Karten bei Kaffee und Kuchen. Im Singkreis begleitete sie mit großer Freude die Singenden auf ihrem Keyboard. Und natürlich nahm sie auch immer die Teilnahme an den angebotenen und interessanten Busfahrten wahr. Diese Fahrten in netter und angenehmer Gesellschaft sind wohl mit die schönsten Erinnerungen der letzten Jahre. Ihr Motto war und ist:*

*"Es kommt wie es kommt und das ist gut so."*

Wir von der ARA möchten uns den schönen, uns zugesandten, Worten anschließen - sowohl von Frau Barbara Körber, als auch Frau Hildegard Körber selbst. Wir freuen uns sehr, dass Frau Körber über so viele Jahre Bestandteil unserer Einrichtung der A.R.A. war. Jede Person unserer Gemeinschaft ist wichtig, besonders und nicht ersetzbar. So viele Jahre war Frau Körber vor Ort und auch heute sind wir froh weiterhin in Kontakt mit Ihr und Ihrer Tochter zu stehen. Gerne kommen wir heute an ihrem Geburtstag der Einladung nach, sie besuchen zu dürfen und überraschen sie mit einem bunten Strauß Blumen. So bunt wie der Strauß war, so waren auch die vergangenen Jahre. Jede Farbe zeigt eine andere Emotion, eine andere Geschichte und eine andere Erinnerung.

Liebe Frau Körber wir wünschen Ihnen auch weiterhin viel Gesundheit, Freude und besonders viele bunte Momente.

Wir gratulieren ganz herzlich zu Ihrem 100. Geburtstag!

Ihr A.R.A. Team

Sabrina Koyro, Hilke Meyer und Funda Irtegün

Und natürlich auch Marion Sterner (ehemalige Einrichtungsleitung im Ruhestand)





Ein Lichtlein angemacht  
(Monika Minder)

Wo Kugeln gross wie Bälle  
an den grünen Zweigen hängen,  
wo kunterbunt ein Lichtlein angemacht  
und hinterm Tisch ein Lausbub  
mit den Kerzen um die Wette lacht,  
da wirts wohl Weihnachten sein.

Quelle:  
<https://www.gedichte-zitate.com/weihnachtsgedichte/weihnachtsgedichte.html>



Süsse Zeit geborgner Gefühle  
(Monika Minder)

Süsse Zeit geborgner Gefühle  
Gedanken an die Kinderzeit  
Mitten im Weltgewühle  
Leise Herrlichkeit.

Noch steh ich da mit Wehmutsschmerz  
Stauend in der Dämmerung Stunden  
Getrübt mein Blick vom kalten Herz  
Klingt vertrauter Klang an alte Wunden.

Geige tönt und Flöte  
Und die Kinder singen  
Weihnachtlich in der Abendröte.  
Mein Herz beginnt zu springen.

Quelle: <https://www.gedichte-zitate.com/weihnachtsgedichte/weihnachtsgedichte.html>

## In eigener Sache

Fehlt Ihnen noch das passende Weihnachtsgeschenk?

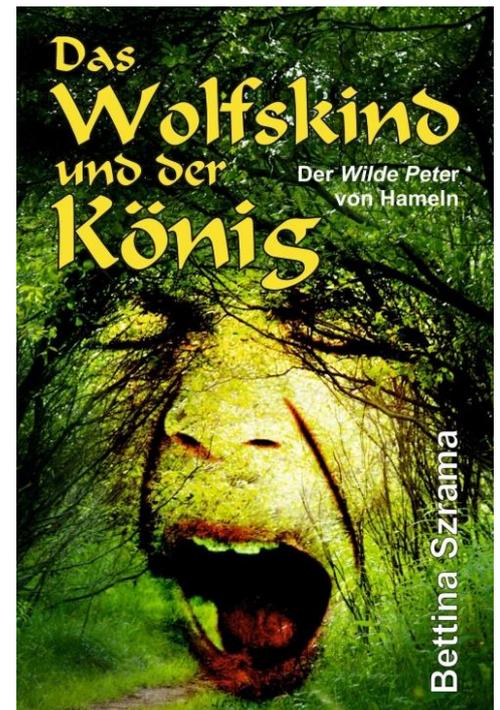
*"Das Wolfskind und der König" von Bettina Szrama erschien am 13. August 2020 und bietet sich sehr gut als Weihnachtsgeschenk an.*

Zur Autorin:

Bettina Szrama, geboren in Meißen, ist Dipl. - Agraringenieurin und absolvierte nach Führungspositionen in der Landwirtschaft/ Pferdezucht 1991 ein Literaturstudium an der Schule des Schreibens (Axel Anderson Akademie) in Hamburg.

Danach beschäftigte sie sich vorwiegend mit journalistischen Tätigkeiten und schrieb für bekannte Regionalzeitungen und Tierzeitschriften.

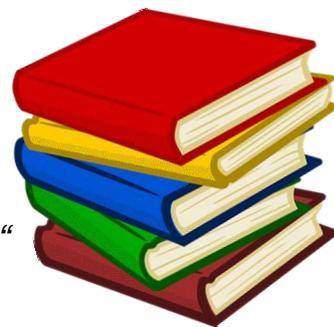
Seit 1994 beschäftigt sie sich verstärkt mit belletristische Aktivitäten und Sachbücher. Bettina Szrama ist Autorin historischer Kriminalromane. Zudem ist Frau Szrama Mitglied bei „VG Wort“, im Freien Deutschen Autorenverband sowie der Autorengruppe HOMER Historische Literatur.



*übrigens...*

*Die Autorin besucht uns am 27.01.2021 und stellt Ihr Werk höchst persönlich im historischen Kostüm vor. Mehr Infos gibt es im Programm.*

*Bei Interesse melden Sie sich gerne bei uns an.*



„Es hat keinen Sinn“, stellte Aristide fest und schüttelte vor Grete verständnisvoll den Kopf. „Kommen Sie! Vielleicht können wir das Schlimmste noch verhindern. Die Stadttore sind um diese Zeit alle geschlossen. Der Knabe befindet sich sicher noch in der Stadt.“ Schnellen Schrittes begleitete er sie zur Tür hinaus.

Auf der Straße piff er nach der Kutsche und half Grete rasch hinein. Bevor das Gespann sich polternd in Bewegung setzte, befahl er dem Kutscher, jede Ecke und jeden Winkel mit den Augen abzusuchen. „Wir werden ihn finden, ich verspreche es, Jungfer“, beruhigte er Grete, die keinen Blick vom Fenster wandte.

Nach einer Weile ziellosen Suchens fragte er sie plötzlich leise: „Haben Sie nicht bei dem Knaben etwas gefunden, was auf seine Herkunft schließen könnte? Einen Fetzen Kleidung vielleicht? Ich dachte, er hätte so etwas um den Hals gehabt?“

Grete wandte ihm ohne Argwohn das Gesicht zu und wollte gerade beginnen, von dem Hemd zu erzählen und dem, was sie entdeckt hatte, als der Kutscher vom Bock herabrief: „Da vorn ist etwas, Euer Ehren, bei der Fischpforte!“

Mit einem Mal waren die Gestalten der Nacht, die Bettler, Diebe, Katzen und streunenden Hunde, die das einsame Gespann auf seinem Weg durch die Straßen begleitet hatten, wie vom Erdboden verschwunden. Die Straße vor ihnen öffnete sich und der Kutscher hielt auf eine Gruppe Gestalten zu, die sich mit Fackeln vor der alten Getreidemühle verdächtig machten.

„Treib sie mit der Peitsche auseinander!“, rief ihm der Kommissar zu und tätschelte Gretes Hand. „Ich glaube wir haben Glück. Es sieht so aus, als ob sich da etwas im unteren Wehr verschanzt hat. Möglich, dass der Gesuchte dort Schutz vor dem Pöbel sucht.“

„Ihr Wort in Gottes Ohr, Herr! Hoffen wir, dass er es ist!“, antwortete Grete und wartete nicht ab, bis die Kutsche anhielt. Als sie langsamer wurde, sprang sie zur Tür hinaus auf die Straße und boxte sich mit den Ellbogen bis an das massive Gerinne heran, welches die Wasserzuführung zu den Mühlrädern sicherte. Zwischen den zwei unterschlächtigen Rädern glaubte sie, den wilden Haarschopf des Knaben zu erkennen. Er konnte jeden Moment zwischen den gewaltigen Schaufeln zermalmt werden. Schaulustige schauten von oberhalb der Wehr herab und warfen lachend und witzelnd mit Steinen nach ihm.

„Seid ihr verrückt geworden? Seid ihr Christen oder Tiere? Das ist doch noch ein Kind!“, schrie sie, während sie sich auf die Knie niederließ und in das Dunkel der Wehr rief: „Peter, ich bin es! Grete!“, in der Hoffnung, dass der wilde Knabe sich an sie erinnerte und ein Lebenszeichen von sich geben würde. Ein Krächzen, das wie ein heiseres Bellen klang, war die Antwort, dann ein Plätschern und dann Stille. Noch standen die gewaltigen Räder still. Noch leitete der Freifluter am Gerinne das Wasser am Rad vorbei. Doch den schaulustigen Bettlern, Tagelöhnern und Bauern auf dem Weg zu ihrer Arbeit war das ungewöhnliche Spektakel eine willkommene Abwechslung. Der Müller, ein großer, bärtiger Mann, hatte die Hand mit der Axt erhoben. Er schien sich in der Pose des Henkers zu gefallen und kostete dieses Gefühl vor den ihn anfeuernden Leuten aus. Nach dem kurzen Augenblick der Eitelkeit würde er den Riegel an der Klappe zur Schutzwehr öffnen und die gewaltigen Mühlräder würden mit Getöse ihre Tätigkeit aufnehmen.



„Haltet ein!“, schrie Grete und rannte gegen den Mann an, um ihm das Werkzeug zu entreißen. Doch der versetzte ihr einen Tritt und stieß sie in die Arme von Meister Bertram. Für einen Moment starrte sie den Knochenhauer an wie eine Erscheinung. Dann rang sie die Hände vor ihm: „Was hat der Junge Euch denn getan, Meister Bertram?“ Die Begegnung am Morgen fiel ihr ein und sie hoffte, dass ihn ihre Tränen erweichen würden.

„Was suchst du zu dieser Stunde hier, Grete?“ Bertram zeigte sich erstaunt und zögerte einen Moment, bevor er ihr antwortete: „Es ist doch nur ein Wolfskind und es hat mir Fleisch gestohlen!“

„Das stimmt nicht. Es mag kein Fleisch. Bitte helft ihm! Der Müller darf ihn nicht töten. Peter steht unter dem Schutz des Bürgermeisters.“

„Peter ...?“

Meister Bertram stutzte, bevor er bedauerte: „Ich kann ihm nicht helfen, Grete. Niemand kann das. Er wird nicht freiwillig aus seinem Schlupfloch herauskommen. Da ist es schon besser der Müller erspart ihm einen qualvollen Tod. Oder möchtest du zu ihm hinunterklettern und ihn herausholen?“ Grete sah den Knochenhauer betreten an. Daran, dass Peter sich nicht freiwillig retten lassen würde, hatte sie nicht gedacht. „Siehst du, von dem Wilden lädieren lassen möchtest du dich auch nicht“, bemerkte er, als er von dem Müller unterbrochen wurde.

„Er hat recht, Jungfer. Steh uns nicht weiter im Weg. Ich ersäufe den Wolf und damit basta. Außerdem, sieh an, was dieses wilde Tier angerichtet hat. Allein das berechtigt uns, es zu ersäufen, bevor es noch mehr Unheil anrichtet.“

Der Müller zog einen ungefähr siebenjährigen Jungen aus der Menge und schob ihn zwischen Grete und den Knochenhauer. Der Knabe wankte und drohte hinzufallen. Ein Weib stürzte herbei und presste ein Stück Stoff auf eine tiefe Wunde an seinem Hals, die gefährlich nahe bei der Kehle lag....

## Zum Schmökern



## Bewegungsgeschichte

Für diese Bewegungsgeschichte setzen Sie sich auf einen Stuhl. Immer wenn ein Körperteil in der Geschichte genannt wird, wird dieses bewegt (Arme, Beine, Hände, Füße...) oder darauf gezeigt (Augen, Mund, Nase, Po).

## Der Heilige Abend

Heute ist es endlich so weit: Es ist Heiligabend, oder eigentlich Heiligmorgen. Doch ich habe keine Zeit die *Augen* nochmal zu schließen und schwinge die *Beine* aus dem Bett. Ich muss noch allerlei erledigen. Als erstes nehme ich meine *Beine* in die *Hände* und laufe nochmal in den Supermarkt. Dabei setze ich die *Füße* sehr schnell voreinander. *Linker Fuß, rechter Fuß, linker Fuß, rechter Fuß*. Vor dem Supermarkt will ich mir einen Einkaufswagen holen, doch das Geldstück für den Einkaufswagen ist durch ein Loch in meiner Tasche gefallen. Mit meinen *zehn Fingern* fische ich danach und kann es doch noch erwischen. Im Supermarkt fülle ich den Einkaufswagen sehr schnell. Mit der *linken Hand* lege ich Spekulatius hinein, mit der *rechten Hand* lege ich Lebkuchen hinein, mit der *linken Hand* lege ich Dominosteine hinein, mit der *rechten Hand* lege ich eine Flasche Sekt hinein, mit der *rechten Hand* lege ich Gänsebraten hinein, mit der *linken Hand* lege ich Tannengrün hinein, dann ist der Einkaufswagen voll. An der Kasse bezahle ich und hole meine EC-Karte mit meinen *Fingern* aus dem Portemonnaie. Dann beeile ich mich nach Hause zu kommen. Meine *Füße* setze ich dabei wieder sehr schnell voreinander. *Linker Fuß, rechter Fuß, linker Fuß, rechter Fuß*. Den Spekulatius, den Lebkuchen und die Dominosteine, richte ich mit meinen *Händen* auf einem Weihnachtsteller an. Das Tannengrün zupfe ich mit meinen *Fingern* zurecht, binde es mit meinen *Händen* zusammen und dekoriere damit das Wohnzimmer, während meine *Füße* auf einer Leiter stehen. Meine *Augen* freuen sich über den Anblick der schönen Weihnachtsdekoration und mein *Mund* freut sich darüber, dass er schon ein kleines Bisschen von den Weihnachtsnaschereien probieren durfte. Jetzt habe ich wirklich alles erledigt. Ich setze mich mit meinem *Po* auf einen Stuhl, strecke die *Beine* von mir, gönne meinen *Händen* ein wenig Ruhe und warte auf den Abend. Den Heiligen Abend.



### Wo findet der älteste Weihnachtsmarkt statt?

Im Mittelalter wurden die Märkte und Messen in der vorweihnachtlichen Zeit dazu genutzt, sich mit allem Notwendigen für die kalte Jahreszeit einzudecken. Daraus entwickelten sich die Weihnachtsmärkte, von denen es heutzutage alleine in Deutschland rund 2500 gibt. Die Tradition des Bautzener Weihnachtsmarktes lässt sich bis zum Jahr 1384 zurückverfolgen. Damit ist dieser Markt in der Oberlausitz, der seit 2009 offiziell Wenzelsmarkt heißt, der älteste Weihnachtsmarkt in Deutschland. Mit über 3,6 Millionen Besuchern und mehr als 300 Marktständen ist der Dortmunder Weihnachtsmarkt der größte Weihnachtsmarkt Deutschlands. Knapp dahinter liegt der Frankfurter Weihnachtsmarkt, der erstmals 1393 urkundlich erwähnt wurde und der auf dem Römerberg und den umliegenden Gassen und Plätzen stattfindet. Dieser Markt hat rund 200 Stände und etwa drei Millionen Besucher. Ebenfalls zu den ältesten Märkten gehört der Dresdner Striezelmarkt, der seit 1434 regelmäßig im Advent auf dem Altmarkt veranstaltet wird.

### Wo liegt Weihnachten?

Einen Ort namens Weihnachten gibt es so leider nicht. Wenn man jedoch im Computer auf Englisch nach „Christmas Island“ (Weihnachtsinsel) sucht, findet man: Zum einen das von James Cook am 24. Dezember 1777 entdeckte Eiland im Pazifik, das jedoch in Kiritimati umbenannt wurde. Und dann gibt es die zu Australien gehörende Weihnachtsinsel im Indischen Ozean, die ihren Namen ebenfalls ihrem Entdeckungsdatum verdankt: am 25. Dezember 1643 von Captain William Minors von der britischen Ostindien-Kompanie.

Quelle: <https://www.merkur.de/reise/hier-gehts-nach-weihnachten-zr-1539610.html>

### Wo wird Weihnachten nicht gefeiert?

In einigen Ländern gilt Weihnachten nicht als ein offizieller Feiertag. Dazu gehören die Volksrepublik China (außer Hongkong und Macao), Japan, Saudi Arabien, Algerien, Thailand, Nepal, Iran, die Türkei und Nord Korea. In Taiwan ist der 25. Dezember trotzdem ein Feiertag. Ganz zufällig fällt der Gedenktag für die Verfassung auf dieses Datum.

### Welche Rekorde gibt es rund um den Weihnachtsbaum?

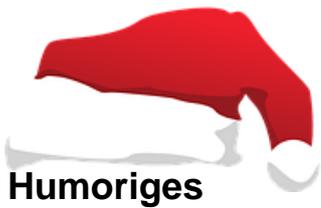
Der Brauch, an Weihnachten einen geschmückten Baum aufzustellen, entstand im 18. Jahrhundert in Deutschland. Und seither gibt es immer wieder neue Rekorde rund um den Weihnachtsbaum.

Die größte als Weihnachtsbaum geschmückte Konifere war eine 1950 in Seattle aufgestellte Douglasie von 67,4 Metern Höhe. Im Styx Forest in Tasmanien wurde am 20. Dezember 1999 ein 80 Meter hoher Eucalyptus regnans geschmückt und als größter Weihnachtsbaum aller Zeiten bezeichnet. Die Aktion diente als Werbung für den Schutz bedrohter Urwälder.

In diesem Jahr wurde der größte schwimmende Weihnachtsbaum der Welt in Rio de Janeiro aufgebaut. Mit 85 Meter Höhe und 3,3 Millionen Glühlampen schwimmt der 542 Tonnen schwere Stahlkoloss auf dem Rodrigo-de-Freitas-See. In Gubbio in der italienischen Region Umbrien wird seit den 1980er Jahren am Hang des Monte Ingono jährlich ein 800 Meter hoher und 400 Meter breiter Weihnachtsbaum aus 450 farbigen Lichtern gebildet, der noch aus rund 50 Kilometern Entfernung zu sehen ist. Das Guinness-Buch der Rekorde verzeichnet ihn als größten unnatürlichen Weihnachtsbaum der Welt.

Quelle: <https://www.merkur.de/reise/hier-gehts-nach-weihnachten-zr-1539610.html>





Humoriges

### **Weihnachtsfrau oder Weihnachtsmann?**

*Im Sinne der Emanzipation  
stellte sich jeder die Frage schon:  
Warum heißt es "Weihnachtsmann" ?  
Hörte es sich nicht besser an,  
wenn es hieße "Weihnachtsfrau" ?*

*Nun ja, ich weiß es nicht genau.  
Auf jeden Fall fiel es mir schwer,  
käm' da 'ne Frau mit Bart daher,  
mir das Lachen zu verkneifen.  
Weil Frauen doch gewöhnlich keifen,  
erfreute es mich sowieso,  
rief sie noch lauthals: Ho Ho Ho !*



*Man stelle sich vor, dann schwänge die Gute  
während des Rufens auch noch ihre Rute.  
Doch die Grenze zum guten Geschmack,  
das wäre wohl der pralle Sack.*

*Nach dieser Analyse des Geschlechtes  
und im Eifer des Gefechtes,  
ergeben meine Argumente dann:  
Es kann nur heißen: "Weihnachtsmann" !*





**Lückentext – „Nun leuchten die Weihnachtskerzen wieder“**

Nun leuchten die Weihnachtskerzen wieder  
Und wecken Freude in allen \_\_\_\_\_.  
Ihr lieben Eltern, in diesen Tagen,  
Was sollen wir \_\_\_\_\_?  
Wir wollen euch wünschen zum heiligen Feste  
Vom Schönen das Schönste, vom Guten das \_\_\_\_\_!  
Wir wollen euch danken für alle Gaben  
Und wollen euch immer noch lieber \_\_\_\_\_.

**Leistungsdicht - Weihnachten**

Bei einem Leistungsdicht sind die Buchstaben eines Wortes senkrecht untereinander geschrieben werden. Jeder dieser Buchstaben bildet dann den Anfang eines neuen Wortes. Dabei beinhaltet das vorgegebene Wort das Thema des Gedichtes, zu dem dieses geschrieben werden soll.

W  
E  
I  
H  
N  
A  
C  
H  
T  
E  
N



## Gedächtnistraining

Ordnen Sie jeweils ein Land zu einem Brauch zu.

- 1 Russland –
- 2 Schweden –
- 3 Kenia –
- 4 Amerika –
- 5 Italien –
- 6 Griechenland –
- 7 England –
- 8 Polen –

- a. Kinder hängen Socken an den Kamin
- b. Es wird bis zum 24.12. gefastet.
- c. Weihnachten wird am 07.01. gefeiert.
- d. 12 Nächte lang werden Weihnachtsfeuer angezündet
- e. Plumpudding gehört zum Weihnachtsfest.
- f. Die Hexe Bafana bringt die Geschenke
- g. Kerzen werden im Kühlschrank aufbewahrt
- h. Das Julbord (Buffet) darf am 24.12. nicht fehlen.



**Gesucht sind 12 verschiedene Begriffe in allen Richtungen.**

Zu suchen sind: Affe – Clown – Prinzessin – Vampir – Batman – Asterix – Hexe – Cowboy – Polizist – Ritter – Pirat – Indianer

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O
1	N	L	B	F	M	F	C	O	W	B	O	Y	W	K	S
2	R	Z	J	C	M	W	S	V	A	M	P	I	R	J	P
3	Z	P	R	Z	Z	X	A	Z	N	R	B	B	A	F	X
4	W	O	R	G	T	M	I	B	C	O	A	F	F	E	H
5	C	L	V	M	B	F	L	Y	R	M	M	E	O	F	D
6	Z	I	H	I	L	L	S	M	C	V	Z	S	B	F	P
7	T	Z	E	I	L	I	N	D	I	A	N	E	R	F	E
8	S	I	X	R	P	R	I	N	Z	E	S	S	I	N	M
9	Y	S	E	K	G	K	C	P	A	I	N	P	A	T	L
10	H	T	R	G	I	X	M	I	S	W	C	L	O	W	N
11	V	B	T	F	D	Q	A	R	T	P	B	L	W	A	M
12	A	N	H	B	O	F	B	A	E	F	L	F	H	N	J
13	M	R	F	J	R	F	S	T	R	R	Y	D	I	G	K
14	V	O	A	A	P	R	S	R	I	T	T	E	R	R	E
15	B	A	T	M	A	N	Y	H	X	I	G	I	K	N	O

## Gedächtnistraining Lösung



### Lösung für Seite 11 aus der November Zeitung

#### Ausschließen

1. WOCHE (Diese Zeitangabe bezieht sich auf mehrere Tage)
2. JUNGFRAU (Obwohl es ebenfalls ein Sternzeichen ist, ist es gleichzeitig ein Mensch)
3. TOCHTER (Sie ist eindeutig eine weibliche Person)
4. DRACHEN (Nur er ist ein Fabelwesen oder auch ein Spielzeug)
5. TOPF (Er ist nicht zum Liegen geeignet)

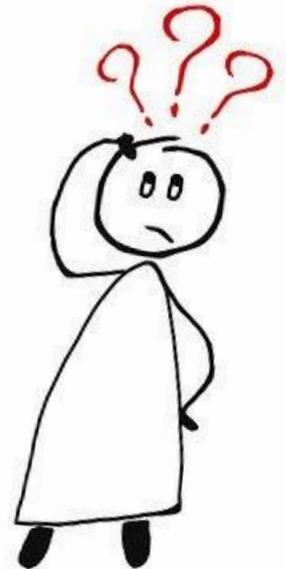
Quelle: Denkmittel; Bundesverband Gedächtnistraining e. V. (2015). Fitte Birne, S.30

### Lösung für Seite 11 aus der November Zeitung

#### Gegensätze ziehen sich an!

1. Leicht – schwer
2. Kalt – heiß, warm
3. Hart – weich
4. Steil – flach
5. Sportlich – steif, unsportlich, faul
6. Eben – hügelig
7. Nass – trocken
8. Dünn – dick
9. Weiß – schwarz
10. Eng – weit

Quelle: Denkmittel; Bundesverband Gedächtnistraining e. V. (2015). Fitte Birne, S.42



### Lösung für Seite 12 aus der November Zeitung

#### Rätselhafte Tiere erraten

Tier 1 → Der Frosch oder die Kröte

Tier 2 → Der Maikäfer

Tier 3 → Das Eichhörnchen

Quelle: Denkmittel; Bundesverband Gedächtnistraining e. V. (2015). Fitte Birne, S.76



## LUST AUF MALEN?

Reichen Sie uns Ihre ausgemalten Kugeln ein. Die schönsten wählen wir aus und veröffentlichen diese Anfang nächsten Jahres in unserer A.R.A. – Zeitung!

## Genusserlebnis – Gebrannte Mandeln

### Zutaten für 1 Portion

- 200 g Mandel(n)
- 200 g Zucker
- 100 ml Wasser
- 1 Pck. Vanillezucker
- ½ TL Zimt



### Zubereitung:

1. Zucker, Vanillezucker und Zimt in eine Edelstahlpfanne geben und etwas mischen, das Wasser zugeben
2. Ohne umzurühren zum Kochen bringen
3. Die Mandeln dazugeben und unter ständigem Rühren auf hoher Stufe weiter kochen, bis der Zucker trocken wird
4. Dann die Temperatur auf mittlere Stufe stellen und so lange rühren, bis der Zucker leicht zu schmelzen beginnt und die Mandeln etwas glänzen
5. Dann die Mandeln auf ein Backblech schütten, mit zwei Gabeln auseinander ziehen und abkühlen lassen



Quelle: <https://www.chefkoch.de/rezepte/1005281205736432/Gebrannte-Mandeln.html>

1979



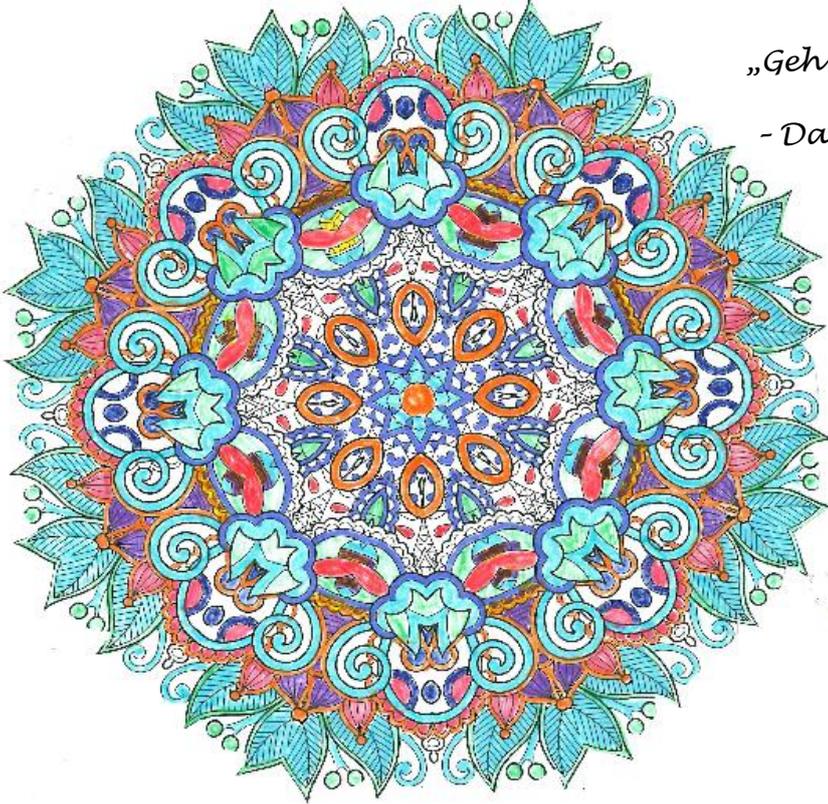
2019

A.R.A.

A.R.A. – Aktiv

Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

Mandalas von Frau Schaffhauser

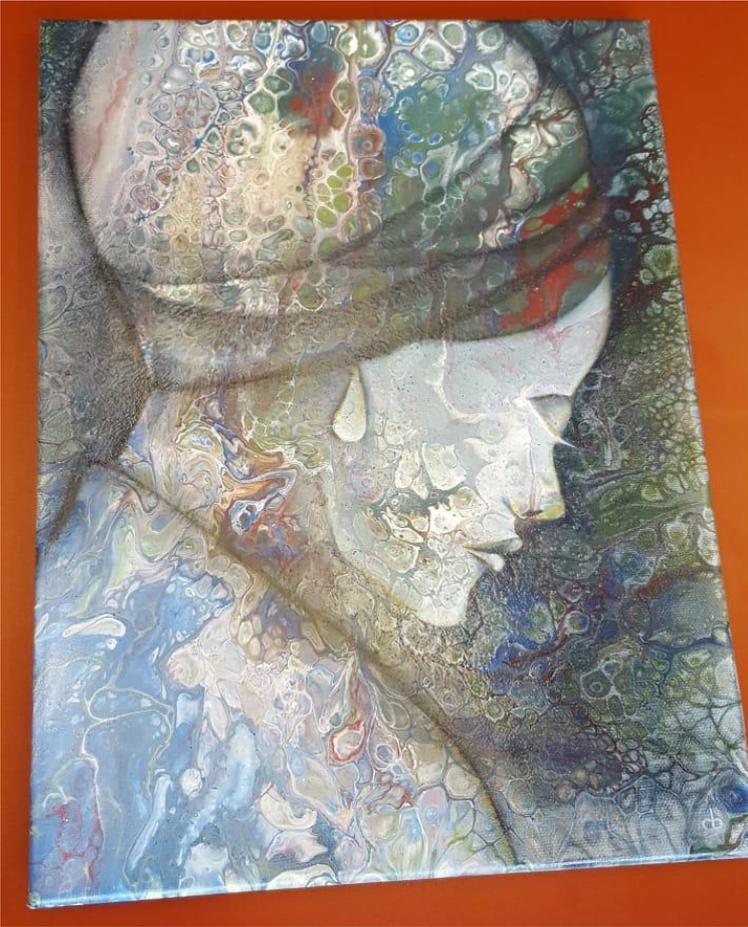


*„Geh deinen Weg und lass die Leute reden.“*

*- Dante Alighieri*

*„Der große Mensch lebt in Frieden mit sich selbst, der gemeine macht sich ständig Sorgen.“ - Konfuzius*





## Wochenplan vom 30.11.2020 bis 25.12.2020 im Treffpunkt „A.R.A.“

Weihnachtsfeiern	Montag 30.11.2020	Dienstag 01.12.2020	Mittwoch 02.12.2020	Donnerstag 03.12.2020	Freitag 04.12.2020
Vormittag	10:00 Uhr Plattdeutsch- und Nähgruppe (Fr. Stoffregen, Fr. Ohme)	10:00 Uhr PC-Gruppe (Fr. Stoffregen/ Hr. Tadge)		11 Uhr Tanzen II (Fr. Labisch)	10:00 Uhr Theater-Gruppe (Fr. Krauthäuser) (im A.R.A.)
Nachmittag	14:30 Uhr Klöngruppe (Fr. Sack)	14 Uhr 60 Plus (Fr. Dörpmund)	14 Uhr Tanzen I (Fr. Labisch)	14 Uhr Skat (Hr. Blödorn)	13 Uhr Canasta (Fr. Hinse)

Weihnachtsfeiern	Montag 07.12.2020	Dienstag 08.12.2020	Mittwoch 09.12.2020	Donnerstag 10.12.2020	Freitag 11.12.2020
Vormittag	10:30 Uhr A.R.A. Vielfalt	11 Uhr Gedächtnis- training (Fr. Sterner)		10 Uhr A.R.A. Atelier (Fr. Kostros)	10:00 Uhr Theater-Gruppe (Fr. Krauthäuser) (im A.R.A.)
Nachmittag	14 Uhr Spiele Gruppe	14 Uhr Gedächtnis- training 15:30 Uhr Gedächtnis- training		14:30 Uhr Liedertreff (Fr. Greschok)	

	Montag 14.12.2020	Dienstag 15.12.2020	Mittwoch 16.12.2020	Donnerstag 17.12.2020	Freitag 18.12.2020
Vormittag	10:00 Uhr Plattdeutsch- Gruppe (Fr. Stoffregen) <u>&gt;findet ab 2021 wieder statt</u>	10:00 Uhr PC-Gruppe (Fr. Stoffregen/ Hr. Tadge)		10 Uhr Tanzen (Fr. Labisch) (im A.R.A.)	10:30 Uhr Theater-Gruppe <u>&gt;ENTFÄLLT</u>
Nachmittag	14:30 Uhr Klöngruppe (Fr. Sack)	14 Uhr 60 Plus (Fr. Dörpmund)		14 Uhr Skat (Hr. Blödorn)	13 Uhr Canasta (Fr. Hinse)

	Montag 21.12.2020	Dienstag 22.12.2020	Mittwoch 23.12.2020	Donnerstag 24.12.2020	Freitag 25.12.2020
Vormittag	10:30 Uhr A.R.A. Vielfalt				
Nachmittag	14 Uhr Nähgruppe (Fr. Ohme)	14 Uhr Skat (Hr. Blödorn)	14 Uhr Skat (Hr. Blödorn)	HEILIGABEND	1. WEIHNACHTSFEIERTAG

## Programm Januar

### **NEU!** Mittwoch, den 13.01.2021 – Wie im Kino! „Ich war noch niemals in New York“

Ganz nach dem Motto „Wie im Kino“ möchten wir ein weiteres Winterkino zum Start in das neue Jahr im Treffpunkt „A.R.A.“ veranstalten. Bei frischem Popcorn und winterlichem Gebäck können Sie sich den Film „Ich war noch niemals in New York“ anschauen.

Zur Handlung:

*Lisa Wartberg ist eine erfolgsverwöhnte Fernsehmoderatorin. Ihre Karriere steht für sie an erster Stelle. Sie hat weder Zeit, sich um ihr Liebesleben zu kümmern, noch um ihre einsame Mutter Maria. Nachdem die Einschaltquoten von Lisas Sendung sinken, droht sie ihren Job zu verlieren. Eigentlich sollte sie sich in dieser Situation um ihre Karriere kümmern, allerdings verliert ihre Mutter nach einem Sturz das Gedächtnis. Maria kann sich an nichts mehr erinnern, außer dass sie noch nie in New York war.*

Ort: Treffpunkt - „A.R.A.“

Beginn: 14 Uhr

Kosten: 5 €

Anmeldung bis zum 08.01.2021

### **NEU!** Mittwoch, den 27.01.2021 – Lesung von Bettina Szrama „Das Wolfskind und der König“

Wir freuen uns am Mittwoch, den 27. Januar 2021 die Autorin, Bettina Szrama, von „Das Wolfskind und der König“ herzlich willkommen zu heißen! Frau Szrama stellt Ihr Werk vor und liest höchst persönlich in einem historischen Kostüm vor. Sie lesen gerne Bücher oder lassen sich auch gerne vorlesen? Dann sind Sie hier genau richtig!

Ort: Treffpunkt - „A.R.A.“

Beginn: 14 Uhr

Referentin: Frau Bettina Szrama

Kosten: kostenlos

Anmeldung bis zum 22.01.2021

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



**Wir wünschen Ihnen eine  
besinnliche und frohe  
Weihnachtszeit gemeinsam  
mit Ihren Liebsten.**



Der Oberbürgermeister