

# MARTA SCHANZENBACH

HERBST 2022

Journal

Neues aus dem AWO-Seniorenzentrum Marta-Schanzenbach-Haus

## DIE SPONTANE NATUR DES GLÜCKS

Sechs Dinge, die zu einem  
glücklichen Leben beitragen

## REISEFIEBER!

Unsere schönsten  
Reiseerinnerungen



### ARME RITTER

Aus unserer Rubrik: Redensarten  
& Wissenswertes



Seniorenzentrum  
Marta-Schanzenbach-Haus  
Offenburg



**Daniel Stadler**  
Einrichtungsleiter

## Liebe Leserinnen und Leser,

das Heft, das Sie gerade in der Hand halten, bedeutet ein ganz besonderes Jubiläum. Es handelt sich nämlich nicht nur um die 40. Ausgabe des Marta-Schanzenbach-Journals (MSJ). Auch darf die Hauszeitschrift des Marta-Schanzenbach-Hauses ihren 10-jährigen Geburtstag feiern.

Begonnen hat alles im Jahr 2012. Damals löste das MSJ mit seiner quartalsmäßigen Veröffentlichung das hauseigene Monatsblättle ab, welches bis dahin über einen Zeitraum von 16 Jahren die Bewohnerinnen und Bewohner mit ständig frischem Lesestoff erfreute.

Als dann das MSJ auf die Bühne trat, war es erst einmal eine Reise ins Unbekannte. Zum einen ist eine Agentur (COMMWORK, Hamburg) für die Erstellung zuständig. Zum anderen ist das Ganze ein Gemeinschaftsprojekt über alle Pflegeeinrichtungen des AWO Bezirksverbands Baden e. V. hinweg. Wobei jedes Heft mit selbstgeschriebenen Artikeln (so z. B. auch dieses Vorwort) seine eigenständige Note erhält.

Liebe Leserinnen und Leser, wir hoffen, dass Sie jedes Mal viel Spaß haben, wenn Sie ein neues Heft in der Hand halten. Und weiterhin hoffen wir, dass die Erfolgsgeschichte des MSJ noch viele Jahre anhält, damit wir irgendwann die 80. Ausgabe und damit den 20. Geburtstag unserer Zeitschrift feiern können.

Viel Leservergnügen wünscht Ihnen

Ihr Daniel Stadler

### ALLGEMEIN

#### Sechs Dinge, die zu einem glücklichen Leben beitragen 4

*Die spontane Natur des Glücks*

### SPEZIAL

#### Reisefieber! 8

*Unsere schönsten Reiseerinnerungen*

### AKTUELL

#### Der Flohmarkt 12

*Redensarten und Wissenswertes 1*

#### Arme Ritter 14

*Redensarten und Wissenswertes 2*

#### Die Schillerlocke 15

*Redensarten und Wissenswertes 3*

#### Es gibt etwas zu feiern! 16

*10 Jahre Heimzeitung der AWO Baden*

#### Zwiebelwaie 17

*Unser Rezept wärmt Leib und Seele im Herbst*

#### Kreuzworträtsel 18

### IHR AWO-SENIORENZENTRUM STELLT SICH VOR

#### Ihre Ansprechpartner/innen auf einen Blick 19



4



8



14



DIE SPONTANE NATUR DES GLÜCKS

## Sechs Dinge, die zu einem glücklichen Leben beitragen

*Was macht glücklich? Eine Frage, der auf der einen Seite sehr viel Aufmerksamkeit geschenkt wird. Auf der anderen Seite fällt die Beantwortung bei vielen Menschen im Alltag oft genug unter den Tisch.*



► **I**n der Wissenschaft gibt es sogar ganze Forschungszweige, die versuchen, dem Glück auf die Spur zu kommen. Hier arbeiten zahlreiche Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler aus Psychologie, Soziologie, Volkswirtschaftslehre, Medizin und Neurobiologie zusammen und erstellen Modelle und Prognosen, wie man Glück messen und vermehren kann.

Dem bekannten Mediziner und TV-Moderator Eckart von Hirschhausen zufolge ist Glück »eine Nebenwirkung eines gelingenden Lebens«. Doch so spontan oder zufällig diese »Nebenwirkungen« vielleicht klingen mögen, mit ein bisschen Hilfe kann jeder Mensch ein bisschen glücklicher werden. Hier sind sechs Tipps für ein glücklicheres Leben:

**Tipp 1****Menschen**

Egal ob Freundeskreis, Partnerschaft oder Familie: Die Menschen in unserem direkten Umfeld machen das Leben erst lebenswert. Denn zwischenmenschliche Beziehungen sind der Grundstein für unsere innere Zufriedenheit. Unsere Zeit ist immer noch das Wertvollste, über das wir verfügen. Und diese mit den Menschen zu teilen, die einem wichtig sind, sorgt auf allen Seiten für eine Vermehrung des Glücks und der Zufriedenheit.

**Tipp 2****Geld macht nicht glücklich. Aber...**

Dieser Spruch ist vermutlich so alt wie das Geld selbst. Doch es lässt sich nicht abstreiten, dass es nicht schadet, Geld zu haben, um sich auch mal Dinge zu gönnen, die man haben oder machen möchte. Wichtig dabei ist, dass Geld und Konsum nie zum Selbstzweck werden. Kaufen um des Besitzens willen vergiftet nicht nur das Glück, es lässt dieses auch abstumpfen. So wird es langfristig immer schwieriger, sich »glücklich zu kaufen«. Daher: Sich lieber gezielt Dinge gönnen und diese auch mit Menschen teilen, die einem wichtig sind.

**Tipp 3****Die berühmten kleinen Dinge (Genuss)**

Kalendersprüche zum Thema Glück gibt es wahrlich zuhauf. Und dennoch findet sich teilweise ein wahrer Kern in ihnen. So etwa auch bei den berühmten kleinen Dingen im Alltag, die das Leben bereichern. Es muss nicht immer das teuerste Steak sein oder das schnellste Auto. Ein gemeinsames Essen mit Freunden, ein Euro, der auf dem Boden liegt, ein Regenschauer nach einem heißen Tag, ein Bier oder Wein nach getaner Arbeit. Kleine Dinge können schon einen großen Unterschied machen und einen schlechten Tag in einen guten verwandeln. Genießen heißt, Glück zuzulassen.

**Tipp 4****Reflektieren**

Unser nächster Tipp schließt hier nahtlos an. Denn manchmal hilft es, sich ganz aktiv die Frage zu stellen: Was macht mich glücklich? Was finde ich gerade besonders schön? In unserem Alltag nehmen wir nämlich negative Gefühle stärker wahr als positive. Professor Karlheinz Ruckriegel forscht seit Jahren zum Thema Glück und nennt diese Wahrnehmung »Negativbias«. Daher rät er, wöchentlich oder monatlich ein Dankbarkeitstagebuch zu führen, um sich die kleinen, alltäglichen Dinge vor Augen zu führen, die das eigene Leben bereichern. Das beugt Pessimismus vor und erweitert den eigenen Glückshorizont.

**Tipp 5****Freizeit/Hobbys**

Neben dem Job, der natürlich auch zum Glückseligsein beitragen kann, ist die Freizeit der größte Teil unseres Tages. Sich hier Aufgaben zu suchen, die den Arbeitsalltag ergänzen, macht einen großen Unterschied. Arbeitet man etwa die ganze Zeit im Büro vor dem Bildschirm, bietet sich ein aktives Hobby oder die Betätigung in der Natur generell an. Jeder Mensch ist hier natürlich anders, und nicht jedes Steckenpferd ist für alle das richtige. Grundsätzlich hilft es jedoch, sich ein Hobby zu suchen, welches sich materiell greifen lässt, etwa weil man etwas mit den Händen herstellt, etwas eigenes kreiert, wie beim Zeichnen, Töpfern oder Gärtnern.

**Tipp 6****Zeit wertschätzen**

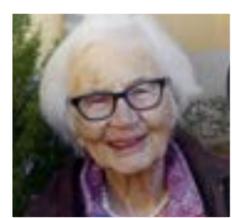
So banal es auch klingen mag, unsere Zeit ist die wertvollste Ressource, die uns zur Verfügung steht. Professor Ruckriegel rät daher: »Es geht um ein sorgsames Abwägen, wofür wir unsere Zeit verwenden.« Zudem hilft es, sich darüber bewusst zu werden, »was man für sich als wirklich wesentliche materielle Bedürfnisse ansieht.« Denn nicht alles, was uns in Bezug auf Produkte versprochen wird, wird dann auch eingehalten. So kann man Enttäuschungen vorbeugen und sich auf die wichtigen Dinge konzentrieren. ❤️





# REISEFIEBER!

*La Dolce Vita – im Urlaub werden die schönsten Geschichten geschrieben. Deswegen wollten wir wissen: Was sind Ihre liebsten Urlaubserinnerungen?*



## Die Schweizer Berge rufen

Marianne Weller,  
AWO Seniorenzentrum  
Hanauerland

**Wir sind immer** gerne in die Schweiz gefahren. Im Januar, wenn die Berge voller Schnee waren und in den Hütten die Feuer brannten, sind wir nach Gstaad im Kanton Bern gefahren. Für knapp 20 Jahre war das unser Winterurlaub. Erst sind wir immer mit dem Auto

gefahren, später dann mit dem Zug. Das Praktische: Unser Hotel war direkt neben dem Bahnhof und wir konnten nach der langen Reise direkt einchecken.

Morgens die Ersten am Skilift zu sein, habe ich immer sehr genossen. Die frische Luft, der frische Schnee und die noch unberührten Pisten. Und der Vorteil, wenn man so früh schon loslegt: Man kann das Après-Ski ohne schlechtes Gewissen vorziehen.

Doch auch im Sommer hat uns die Eidgenossenschaft sehr gefallen. Mit dem Auto voller Campingausrüstung haben mein Mann, unser Sohn und ich uns eines schönen Ostertages auf den Weg Richtung italienische Schweiz gemacht. Unser Ziel: Ascona und Lugano, von wo es auch nur ein Katzensprung über die Grenze nach Bella Italia war. Für meinen Mann war das Camping allerdings eine Tortur. Er konnte im Zelt nicht richtig stehen und das sorgte generell für mehr Frust als Erholung. Doch der Luganer See, die Berge, das gute Essen und die herzlichen Menschen haben uns immer wieder zurückgeholt nach Tessin – allerdings sind wir dann immer ins Hotel gefahren.

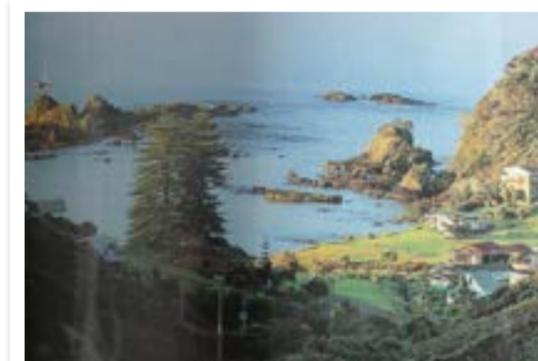


## Am anderen Ende der Welt

Ruth Wüstemann,  
AWO Seniorenzentrum Hanauerland

**Für unseren Flug** nach Neuseeland sind wir im Dezember 1993 extra nach Frankfurt am Main gefahren. Von dort waren es über 24 Stunden Flug nach Auckland. Hier begann unsere dreiwöchige Rundreise: Rotorua, Wellington, Christchurch, Mount Cook, Milford Sound und der Franz-Josef-Gletscher waren nur einige Stationen auf unserem Weg über die beiden Inseln. Von Auckland ging es zunächst jedoch noch ein Stück weiter nach Norden: In den »winterlosen Norden«, denn die Provinz Northland liegt bereits in den subtropischen Breiten. Entlang der Hibiskusküste ging es für uns dann zum Waipoua-Wald. Ein ganz besonderer Ort, den ich wohl nie vergessen werde. Denn hier steht der »Gott des Waldes« – der »Tāne Mahuta«. Ein über 50 Meter hoher und 4,40 Meter breiter Kauri-Baum, dessen Alter auf mindestens 1.400 Jahre geschätzt wird, der größte Baum Neuseelands.

Die Verbundenheit der Maori mit der Natur und dem Land hat mich auf der Reise immer wieder fasziniert: Knapp 100 Kilometer weiter, an der östlichen Küste der Nordinsel, besuchten wir kurz vor Weihnachten die Bay of Islands. Dem Glauben der neuseeländischen Ureinwohner nach verlassen die Seelen der Verstorbenen hier die Insel und machen sich auf den Weg nach Hawaiki – der mythischen Heimat der Maori. ➤





### *Der Nil unterm Sternenhimmel*

Heidrun Triemer,  
AWO Seniorenzentrum  
Louise-Ebert-Haus

► **Mitte der 1980er-Jahre** erfüllte ich mir einen Traum: Ich besuchte das Land der Pharaonen. Mit dem Flugzeug ging es mit der Reisegruppe zunächst nach Kairo. Die Besuche der Sphinx, des Basars und des Ägyptischen Museums wurden nur noch von den Pyramiden überragt. Von hier ging

es weiter nach Luxor zur größten Tempelanlage in ganz Ägypten: Karnak. Das Tal der Könige, Theben, der Hatschepsut-Tempel. Orte, tausende von Jahren alt, die in der Antike bereits antik waren. Orte, von denen man sonst nur in Büchern liest oder die man in Filmen sieht. Bilder und Fotos vermögen es nicht in Worte zu fassen, was man empfindet, wenn man am Fuß dieser Bauten steht. Letzte Station war die alte Stadt Assuan am Nasser-Stausee, von wo wir weiter nach Abu Simbel bis fast an die Grenze des Sudans weitergereist sind.

Die nächtliche Ruderbootfahrt auf dem Nil werde ich wohl nie vergessen. Der Himmel über uns war übersät mit Sternen, die alle um die Wette funkelten. Ich habe es leider nicht noch einmal nach Ägypten geschafft, doch auch nach fast 40 Jahren denke ich noch immer gerne an all die unvergesslichen Erlebnisse zurück.

**Meine erste Reise** nach Israel war in den 1970er-Jahren mit einer christlich-jüdischen Reisegruppe. Insgesamt bin ich dreimal in den Nahen Osten geflogen, das letzte Mal war ich vor knapp 20 Jahren dort. Für mich als gläubigen Menschen war es unbeschreiblich, die Orte zu besuchen, die bereits in der Bibel erwähnt werden, und ganz persönlich zu erleben, wie Christentum und Judentum miteinander verwoben sind und zusammenhängen. Die ganze Region mit ihrer geschichtlichen Bandbreite von über 5.000 Jahren war für mich jedes Mal aufs Neue atemberaubend.



Die Reisen waren immer hervorragend organisiert und es hat wahnsinnig Spaß gemacht, diese Erlebnisse mit Gleichgesinnten zu teilen und die Orte mit ihnen zu bereisen. Zwar kommt man auch mit Englisch in Israel sehr weit, doch um wirklich alles zu verstehen und eventuell noch ein paar Geheimtipps zu erleben, war unsere einheimische Reiseleitung Gold wert. Und natürlich muss man mit der Hitze zurechtkommen – bei Temperaturen von häufig über 40° C kommt man sonst bei Ausflügen sehr leicht ins Schwitzen.



### *Das Heilige Land*

Maria Wickenhäuser,  
AWO Seniorenzentrum  
Hardtwald

**Während meiner Zeit** als Lehrer bin ich mit der Waldorfschule sehr viel in Europa herumgekommen. In Italien, England und auch in Deutschland habe ich viele schöne Reisen unternommen und tolle Städte besuchen dürfen. Hier habe ich auch oft meine privaten Leidenschaften mit den beruflichen verbunden. Ein Reiseziel, an das ich mein Herz verloren habe, ist die Bretagne. Die kilometerlangen Strände, die raue, aber bildschöne Natur, die regionale und französische Küche und die Gastfreundlichkeit der Bretonen habe ich jedes Mal aufs Neue sehr genossen.

Eine Reise, die mich besonders beeinflusst – und buchstäblich etwas verändert – hat, war mein Urlaub in der Bretagne. Bei einem Spaziergang durch die malerische Landschaft entdeckte ich eine kleine Gruppe von Schafen, die völlig herrenlos über die Hügel zogen. Ich war so fasziniert von dieser Schafart, die sich ohne die tägliche Obhut eines Schäfers vollständig selbst versorgte. Spontan kam mir hier die verrückte Idee, dass die Schülerinnen und Schüler von den Tieren viel lernen können: von der Aufzucht über die Haltung und Ernährung der Schafe bis zur Nutzung der Wolle.

Wieder zurück in der Heimat versuchte ich direkt, so viel wie möglich über die Schafe in Erfahrung zu bringen. Und ich hatte Glück: In der Wilhelma in Stuttgart gab es eine ähnlich Art, und kurze Zeit später hatten wir drei bunte Schafe in der Schule, für die die Schülerinnen und Schüler einen Stall gebaut haben. Und unsere Mühen wurden belohnt. Wenig später gab es bereits den ersten Nachwuchs, um den sich die ganze Schule kümmern wollte.



### *Lehrer, die auf Schafe starren*

Matthias Punge,  
AWO Seniorenzentrum  
Am Stadtpark



## REDENSARTEN &amp; WISSENSWERTES 1

## Der Flohmarkt

Sie sind äußerst beliebt und gemeinhin auch gut besucht – gemeint sind Flohmärkte; jene Veranstaltungen, bei denen zahlreiche Händlerinnen und Händler ihre (zumeist gebrauchten) Waren für im Allgemeinen wenig Geld anbieten. Dabei sind normalerweise keine Festpreise festgeschrieben. Vielmehr darf gehandelt und gefeilscht werden.

Doch woher stammt eigentlich der Name »Flohmarkt«? Denn, so viele Dinge man auf einem Flohmarkt auch entdecken kann ... Flöhe sind (hoffentlich) nicht dabei.

Das Ganze geht zurück aufs 19. Jahrhundert, genauer: auf die französische Hauptstadt Paris. Damals gab es in der Stadt viele arme Menschen, die sich keine neuen Kleider leisten konnten. Deshalb wurden Märkte organisiert, auf denen gebrauchte Kleidungsstücke angeboten wurden.

Entsprechend der Hygiene der damaligen Zeit waren die Kleidungsstücke häufig mit Flöhen durchsetzt. Gleichzeitig herrschte auf den Märkten ein solch dichtes Gedränge, dass Flöhe gut von einem Menschen zum anderen springen konnten. Deshalb setzte sich für diese Märkte schon bald der Begriff »Marché aux Puces« (auf Deutsch: »Flohmarkt«) durch.



# ARME RITTER

**Kaum jemand, der** sie nicht kennt, die Speise »Arme Ritter«. Die Zubereitung ist dabei denkbar einfach. Eier mit Milch, Zucker und einer Prise Salz verrühren und darin Toastbrot- oder Weißbrotscheiben wälzen. Danach das Ganze kurz ausbraten – und schon hat man eine schmackhafte Mahlzeit. Woher das Rezept stammt, ist nicht wirklich bekannt. Man weiß aber, dass bereits die alten Römer eine ähnliche Zubereitung auf ihrem Speiseplan hatten.

In Deutschland wiederum wurden »Arme Ritter« erstmals im 14. Jahrhundert erwähnt. Später dann fand die Zubereitung auch bei den Gebrüder Grimm Erwähnung.

Woher aber der Name »Arme Ritter« stammt? Darüber darf trefflich gerätselt werden. Zum



einen ist eine Ursprungssuche schon deshalb schwierig, weil es das Gericht in zahlreichen Ländern und Regionen unter ebenso vielen unterschiedlichen Namen gibt. Und selbst in Deutschland, wo sich der Name »Arme Ritter« durchgesetzt hat, gibt es keinen eindeutigen Hinweis auf die Bezeichnung.

Deshalb stellen wir hier jene These in den Raum, die sich als allgemeine Erklärung durchgesetzt hat: Ursprünglich stand im Mittelalter den Rittern ein fleischhaltiges Mahl zu. Der einfache oder verarmte Ritter hatte seinerzeit jedoch keinen Anspruch auf bzw. kein Geld für ebendieses Fleisch. Deshalb musste er sich mit altbackenem Brot begnügen. Damit dieses etwas schmackhafter wurde, hat man es nach oben genanntem Rezept verfeinert. ❤️



# DIE SCHILLERLOCKE

**F**ür viele ist sie eine beliebte Fischspeise – die Schillerlocke. Wenige wissen jedoch, woher diese Fischzubereitung tatsächlich stammt.

Es handelt sich dabei um den Bauchlappen des Dornhais. Leider wird dieser, wie viele andere mittlerweile immer seltenere Meerestiere, noch immer gefischt und weiterverarbeitet. Die Bauchlappen des Dornhais werden in ca. 20 cm lange Stücke zugeschnitten, die sich danach beim Räuchern röhrenförmig aufrollen und krümmen.

Doch woher der Name »Schillerlocke«? Der Begriff ist dabei eindeutig: Die Fischspeise erinnert an die Nackenlocken des großen Dichters und Schriftstellers Friedrich Schiller. Wer aber den Namen »Schillerlocke« zum ersten Mal prägte, ist nicht bekannt. Man weiß jedoch, dass viele Regionen die Ursprungsbezeichnung für sich reklamieren. Durchgesetzt hat sich die Legende, dass es bereits im 19. Jahrhundert ein Händler auf dem Hamburger Fischmarkt war, der beim Anblick des gerollten Fischstücks gerufen haben soll: »Das sieht ja aus wie des Schillers Locke!« ❤️





HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH

## Die Heimzeitung feiert ihren 10. Geburtstag!

Da kommt einiges zusammen. Das haben wir zum Anlass genommen, uns auf der Suche nach unseren Highlights durch das Archiv zu wühlen.

**Beim Zählen der Artikel** haben wir ehrlicherweise den Überblick verloren. Und auch wenn wir Ihnen am liebsten ganz viele noch einmal zeigen möchten, reicht der Platz hierfür leider nicht.

**Direkt in der ersten Ausgabe** hatten wir auch schon ein Jubiläum im Ludwig-Frank-Haus in Lahr. Denn Mathilde Miglietta feierte im Sommer 2012 ihr 40-jähriges Mitarbeiterjubiläum im dem Schwarzwälder Seniorenzentrum. Die Überschrift von damals trifft es ziemlich auf den Punkt: »Rekordverdächtig«. 2016 ist Frau Miglietta übrigens in den hochverdienten Ruhestand gegangen.

**Multikulturell wurde es** im Sommer 2014 im Seniorenzentrum Am Stadtpark in Villingen-Schwenningen. An drei Nachmittagen besuchten Studierende aus drei Kontinenten das Haus und berichteten aus ihrer Heimat. Die jungen Menschen aus insgesamt elf Ländern mischten den Alltag ordentlich auf. Abgerundet wurde ihr Besuch natürlich mit Häppchen und Speisen aus ihren Heimatländern: von Peru über Costa Rica

nach Kamerun, die Türkei, Indonesien bis nach China. Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute auch vorbeikommen kann?!

**Aktuell ist auch** wieder Erntezeit. Für die Herbst-Ausgabe 2016 hat Sigrid Seiderer aus dem Seniorenzentrum Emilienpark in Grenzach-Wyhlen niedergeschrieben, was nach der Ernte ansteht: das Einmachen. Sie erinnert sich noch gut an die Sommer ihrer Kindheit, als ihre Mutter mit ihrer Großmutter und den Tanten in der Küche stand und sie gemeinsam Obst und Gemüse eingekocht, eingelegt oder getrocknet haben. Sauerkraut, saure Bohnen, Äpfel, Birnen, Hauswein oder Kartoffeln – die Liste ist lang, die Erinnerungen sind noch immer lebendig. Als Highlight hat uns Frau Seiderer dann noch ihr persönliches Rezept für eingelegte Gurken nach Großmutter Art verraten.

**So gerne wir noch weitere Anekdoten erzählen würden, die Seite ist voll. Und uns bleibt an dieser Stelle nur, das Glas zu erheben und zu sagen:**

*Auf die nächsten zehn Jahre!*



## Zwiebelwaie

### FÜR DEN TEIG

- 20 g Frischhefe
- 1 TL Zucker
- 125 ml lauwarme Milch
- 80 g Butter
- 300 g Mehl
- 1 TL Salz

### FÜR DEN BELAG

- 100 g Speck
- 4 Gemüsezwiebeln
- 4 Eier
- 200 g Schmand
- Prise Salz und Kümmel

Zunächst den Teig vorbereiten. Hierfür Mehl in eine Schüssel sieben und in der Mitte eine Mulde formen. In der Mulde den Vorteig, bestehend aus Hefe, Zucker und Milch, anmischen. Butter in der Zwischenzeit zerlassen, abkühlen lassen,

mit dem Teig vermengen und das Salz hinzufügen. Abgedeckt etwa eine Stunde gehen lassen.

In der Zwischenzeit den Speck würfeln und im eigenen Fett anbraten. Die Zwiebeln in Ringe schneiden, mit in die Pfanne geben und andünsten. Eier und Schmand in eine Schüssel geben und gut verrühren. Speck und Zwiebeln hinzugeben und mit Kümmel abrunden.

Den Teig ausrollen und auf ein geöltes Blech geben. Den Rand etwas hochklappen und den Boden mit einer Gabel einstechen. Den Belag gleichmäßig verteilen und kurz sacken lassen. Backofen auf 220° C Ober-/Unterhitze einstellen und den Zwiebelkuchen auf mittlerer Schiene ca. 30 Minuten backen, bis die Oberfläche goldbraun wird.

*Guten Appetit! ♥*



# Kreuzworträtsel

streichbare Masse	einer der drei Erzväter	Sätze beim Tennis (engl.)	Tennisbegriff Kelterrückstand	Wärmeerzeugendes Gerät	persönl. Fürwort TV-Sender	ital.: heute Waren-gestelle	ärztliche Bescheinigung	steil hochgehen	
				Passagier					
Rufname Brechts				aufgebracht Schienenfahrzeug		6		robuster, engl. Stoff	
Stellen		8	Vorsilbe lat.: Luft		Brigitte, Koseform Totenschrein				
				europ. Welt-raumorg. Abk.			Vorläufer der EU Luftreifen	9	
ostafrikanisches Hirten-volk	Fremd-wortteil: fern, weit		3		See in Bayern				
röm. Liebes-gott	Minengut Ort bei Eindhoven			5	Stern-schnuppe	Ruhe-gelder schiit. Heiliger			
			14	Stadt in Istrien engl.: Ohr			span. Ausruf	Heil-pflanze (Dia-betes)	gefedertes Tier
Frauen-name	1. dt. ge-wählter Reichs-präsident	Saug-wurm Ge-bärden			Thilo, Kf. niederl. Stadt	7	franz.: ja Ritter der Artussage	franz. Karten-spiel	
Aktien-markt					Kranken-albung Achim, Koseform		Wortteil: neu Stadt in Sussex		
Körpersprays				Erbauer der Arche		13	weibl. Wesen, germ. Mythol.	1	
							Schutz-wand engl.: Gummi		
Brit. Aktien-index (Abk.)	Osmane Süd-südost (Abk.)				16				
			organ. Stick-stoffver-bindung		Ingeborg, Kf. Helden-gedicht		15	Fluss durch das Saarland	Dünge-mittel
lat.: Löwe	engl.: Schlange ital. Autor (Umberto)				Regen-schauer Lehrer Samuels			ver-dorben	
			11	techn. Anlage (Abk.)	Erdzeit-alter		2	...-Er-lebnis nein, ugs.	
Frage-wort	Freizeit-park in Kopen-hagen						engl.: Nagel	10	
							engl.: Sünde		Rufname Schwar-zen-eggens

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----

Lösungswort: FREIZEITWANDERER

## Schön, dass Sie mehr wissen möchten!

Für alle Fragen und Wünsche stehen wir gern zur Verfügung. Zögern Sie nicht, uns anzurufen.  
Tel. 0781 6206-0

Montag – Donnerstag 8:00 – 16:00 Uhr  
Freitag 8:00 – 14:00 Uhr



**Daniel Stadler**

Einrichtungsleitung  
daniel.stadler@awo-baden.de



**Frank Wickertsheim**

Pflegedienstleitung  
frank.wickertsheim@awo-baden.de



**Kirstin Geiler**

Leitung Soziale Betreuung  
shd.szoffenburg@awo-baden.de



**Martina Jekal**

Verwaltung  
martina.jekal@awo-baden.de



**Regina Gerein**

Verwaltung  
regina.gerein@awo-baden.de



**Sharon Krumm**

Verwaltung  
sharon.krumm@awo-baden.de



**Claudia Galinski**

Hauswirtschaftsleitung  
hwl.szoffenburg@awo-baden.de



**Ralf Herrmann**

Technischer Hausmeister

### IMPRESSUM

Die Heimzeitung des AWO Bezirksverbands Baden e.V. ist ein Informations- und Unterhaltungsmagazin für Seniorinnen/Senioren, deren Angehörige sowie Interessierte. Das Magazin setzt sich aus allgemeinen sowie regionalen Themen direkt aus dem jeweiligen redaktionsleitenden AWO-Seniorenzentrum zusammen und erscheint vierteljährlich.

### HERAUSGEBER

AWO Bezirksverband Baden e.V.  
Hohenzollernstraße 22 | 76135 Karlsruhe  
T. +49 721 82 070 | F. +49 721 82 07 600  
info@awo-baden.de

### REDAKTION

Daniel Stadler und die COMMWORK Werbeagentur GmbH

### FOTOREDAKTION

AWO-Seniorenzentrum Marta-Schanzenbach-Haus und Eric Langerbeins, COMMWORK Werbeagentur GmbH

### LAYOUT/PRODUKTION

COMMWORK Werbeagentur GmbH  
Deichstraße 36b | 20459 Hamburg  
T. +49 40 32 555 333  
F. +49 40 32 555 334  
info@commwork.de

### LEKTORAT

Manuela Tanzen

## Liebe Leserinnen und Leser,

*auch Sie werden sich in der aktuellen Phase fragen, auf welchen Ursachen die derzeit hohe Inflation und die damit zusammenhängenden Preissteigerungen basieren. Sobald Sie die untenstehende Geschichte gelesen haben, werden Sie die Zusammenhänge der globalen Wirtschaftssysteme verstehen.*

**Ein Mann aus** Deutschland war verwundert über die hohen Zwiebelpreise und wollte der Ursache auf den Grund gehen. Der Verkäufer erklärte ihm, dass der Landwirt als Erzeuger der Zwiebeln seit kurzem höhere Preise verlangen würde.

Der Mann ging also zum Landwirt und erkundigte sich nach dem Zustandekommen der hohen Erzeugerpreise. Der Landwirt wiederum verwies auf die Chemieindustrie, die neuerdings mehr Geld für Düngemittel verlangen würde.

Also begab sich der Mann in eine Chemiefabrik, um dem Geheimnis der hohen Düngemittelpreise auf den Grund zu gehen. Hier verwies man auf den südamerikanischen Kontinent. Von dort kommen die Rohstoffe für die Düngemittel – und die Rohstoffpreise haben nun mal angezogen.



Dem Mann blieb also nichts anderes übrig, als sich ins Flugzeug zu setzen und nach Südamerika zu fliegen, um mit den Verantwortlichen der Rohstoffgewinnung zu sprechen. Diese verwiesen darauf, dass die Arbeiter höhere Löhne verlangt hätten – und diese gesteigerten Lohnkosten müsse man nun mal auf die Rohstoffpreise aufschlagen.

Der Mann ging deshalb auf einen Arbeiter zu und erkundigte sich, wieso sie unbedingt höhere Löhne bräuchten. Dieser erklärte daraufhin: »Wissen Sie, hier in Südamerika essen wir oft und gerne Zwiebeln. Diese beziehen wir allesamt aus Deutschland. Und nachdem in Deutschland die Zwiebelpreise angezogen haben, müssen wir uns entsprechend mit höheren Löhnen anpassen, um die Zwiebeln bezahlen zu können.«

