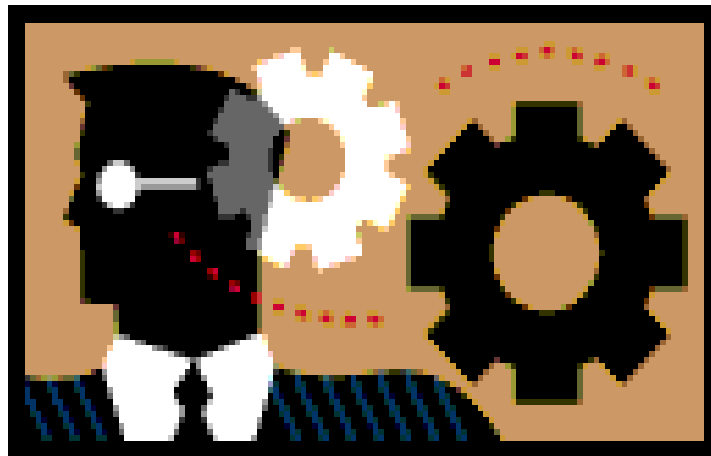


Bewegung und Spaß für den Geist



Ein Projekt der Gemeindegewest^{plus} und der Kreisverwaltung des Donnersbergkreises, gefördert durch das Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie Rheinland-Pfalz.



Eva Müller

Pflegefachkraft im Projekt Gemeindegewest^{plus}

Uhlandstraße 2
67292 Kirchheimbolanden
Tel.: 06352/710-323
Mobil: 0162/3341419

Mail: gemeindegewest-plus@donnersberg.de

Liebe Junggebliebene, Rentner, Senioren, Pensionäre, Rentiers, und wie Sie noch bezeichnet werden,

hier ist das 1. Rätselheft mit dem ich mich bei Ihnen gerne besser bekannt machen möchte.

Als Gemeindeschwester^{plus} bin ich, Eva Müller, im Donnersbergkreis unterwegs für hochbetagte Bürgerinnen und Bürger ohne Pflegegrad. Ich informiere Sie über Hilfen, die den Alltag erleichtern können, damit Sie möglichst lange selbständig zuhause leben können. In Zeiten der Corona-Krise, die mit Kontaktbeschränkungen verbunden sind, fehlt das persönliche Gespräch umso mehr. Deshalb möchte ich, gerade jetzt, für Sie als Gemeindeschwester^{plus} gerne eine feste Ansprechpartnerin sein.

Das Heft erscheint bis auf weiteres einmal im Monat und wird kostenfrei an interessierte Junggebliebene abgegeben.

Das Lösungswort können Sie mir mitteilen bis

unter der Rufnummer **06352 – 710 323** oder unter der E-Mail-Adresse:

- Gemeindeschwester-plus@donnersberg.de

Es winkt ein kleiner Gewinn, der unter Ausschluss des Rechtsweges per Los ermittelt und alsbald überreicht wird. Die Auflösungen gibt es im nächsten Heft.

Gerne dürfen Sie mir auch Rätsel zukommen lassen, die ich dann (unter Ihrem Namen und oder Wohnort) einbaue. Wer an Mitarbeit interessiert ist, darf sich gerne melden. Auch falls Sie für den Titel des Heftes einen anderen Vorschlag haben, bin ich dafür offen.

Es soll schließlich für Sie sein, wir hatten unseren Spaß bei der Erarbeitung. Sie dürfen auch Anderen von uns und unserer Arbeit erzählen.

Herzliche Grüße und viel Freude beim Rätselspaß wünscht Ihnen

Eva Müller

9. Berühmtes Musikinstrument in der Paulskirche in KIB (ben. nach einem Komponisten)

11

10. Ehemaliger Landrat des Donnersbergkreises (1971-81, Karl...)

5

11. Kloster Hane liegt in der Ortsgemeinde

8

Und hier ist nun das Lösungswort:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11

Scherzfrage:

Wie nennt man die Spitze eines Kreises?

Finden Sie die Obstsorten in der Wortschlange!

Diese Obstsorten sind versteckt: Birnen, Äpfel, Kirschen, Melonen, Bananen, Quitten, Pflaumen, Nektarinen, Pfirsiche, Johannisbeeren, Erdbeeren.

OPEKLAHGJNPFLAUMENHUIPOISGHCNBXINLK
LIANSALKSNBANANENDJANDPWOWNWWBKI
BIRNENHDJALASKDJLASKNBIRNMAOEPGELGH
KALSJNDFNASLDFLSDAKNEKTARINENPOSHGZI
UNPOERDBEERENSADJFHSDKAJFHJAKJDÄPFEL
DFAJKDBWUWJWÖÄPKLEKENSBQUZUOIPOLIT
ERAUISDEBNQUITTENJOIPJOÄPFOPKSANNMN
UIOJOHANNISBEERENDFSDFJNNNNNHGEUME
LÄPBANOPKKIRSCHENDAOIPFIBIREOIEDJEIEHJ
NLÖDKADSKFNLAKNKKDPFIRSICHEERZDÄPBIR
MNENMELPIUZMELONENSDDNUPONHJKUSLA

Erinnerungen

Kennen Sie noch Spiele aus Ihrer Zeit, wie das „Teekesselchen“, bei dem man etwas um die Ecke denken muss, da die Worte unterschiedliche Bedeutungen haben. Zur Einstimmung ein kleiner Witz:

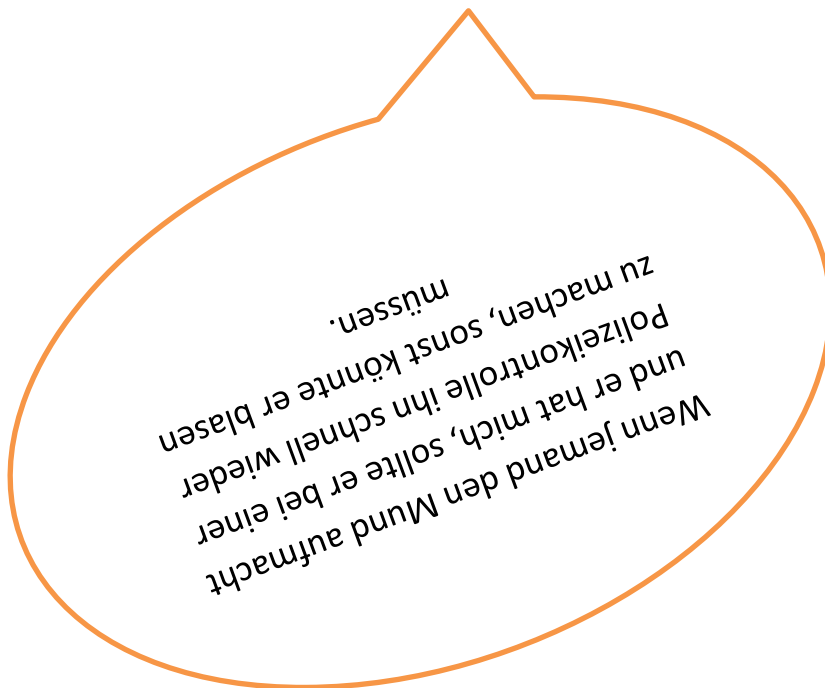
Eine besorgte Mutter ruft den Hausarzt an: „Herr Doktor, mein Sohn hat vier Aprikosen mit der Schale gegessen. Ist das schlimm?“ – „War die Schale gespritzt?“ – „Wieso gespritzt? Die war aus Porzellan!“

Auf der nächsten Seite ist so ein Begriff mit zwei Bedeutungen zu erraten.



Was wird hier gesucht? Ein Begriff mit zwei Bedeutungen!

Antwort: Die _____



Welche Insekten sind gesucht? Bringen Sie die Buchstaben in die richtige Reihenfolge:

1. IEELLLB _____
2. IPENSN _____
3. FRTEÄSKMI _____
4. NEBEI _____
5. LEEGIF _____
6. RCHECEHKESU _____
7. EEPSW _____
8. RINSEOHS _____
9. CEKMÜ _____
10. AEÄFERNKMIR _____

„Reim dich oder ich fress dich“ – Ergänzen Sie bitte das letzte Wort

Sand am Strand

1. Badeurlaub! Packt die Sachen,
endlich woll'n wir Ferien machen!
Woher kommt der ganze Sand?!
Ach, wir sind ja schon am ...

2. Opa muss die Glatze cremen,
dafür sein Toupet abnehmen.
Meine heiß geword'nen Waden
kühle ich im Meer beim ...

3. Papa schimpft beim Zelt aufbauen,
Theo ist längst abgehauen.
Ohne Schweiß gibt's keinen Preis –
nachher gibt's 'ne Runde ...

4. Friedlich ist's, wenn alle schlecken.
Das kann Urlaubsstimmung wecken.
Ist der Bauch erst wieder leer,
gehen wir zurück ins ...

Schüttelsatz – Bringen Sie die Wörter in die richtige Reihenfolge und schreiben sie den Satz neu auf:

die Deutschen Hunde sind Haustiere nach beliebtesten der Katzen

Welche Nahrungsmittel werden hier gesucht?

1. Trotz ihres Namens ist diese Frucht keine Beere, sondern gehört zu der Gattung der Nüsse.
2. Das Teekesselchen dieser Frucht spendet Licht.
3. Der Name dieser Frucht wird als „sanfte“ Beleidigung genutzt, zum Beispiel, wenn jemand seiner Aufgabe nicht gewachsen ist.
4. Einer Körperform, die dieser Frucht ähnelt, schreiben die Mediziner ein erhöhtes Herzinfarktrisiko zu.
5. Viele halten diese Frucht für ein Gemüse. Früher wurde sie auch als Liebesapfel bezeichnet.
6. Wenn die Haut eines Menschen sehr weich ist, wird sie oft mit der Haut dieser Frucht verglichen.

Nach dem Gehirnjogging nun ein paar Übungen für den Körper im Sitzen

1. Die Füße im Wechsel auf die Ferse und auf die Fußspitze stellen.
2. Ein Bein heben und den Fuß kreisen lassen (linksherum, rechtsherum – abwechselnd)
3. Die Füße auf die Hacken stellen und die Zehen locker bewegen.
4. Mit einem Fuß erst Kreise, dann Achten auf den Boden malen.
5. Die Beine Heben und Radfahren.
6. Die Beine ausstrecken und mit den Füßen „klatschen“.
7. Die Hände an die Schultern bringen und diese langsam kreisen lassen (linksherum, rechtsherum – abwechselnd)
8. Sitzend auf dem Platz marschieren.
9. Das Ganze beliebig oft wiederholen.

Zukünftig werden hier verschiedene Menschen, Institutionen und Angebote vorgestellt, die für Sie interessant sein können.

Heute werden hier die Pflegestützpunkte des Donnersbergkreises und Ihre Mitarbeiterinnen vorgestellt.



Die MitarbeiterInnen im Pflegestützpunkt bieten eine unabhängige kostenlose und kompetente Beratung zu allen Fragen rund um das Thema Pflege. Das Beratungsangebot richtet sich an behinderte, ältere und pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige.

Plötzliche oder sich anbahnende Pflegebedürftigkeit überfordert oft alle Beteiligten. Hier setzt die Arbeit der Pflegeberaterinnen an. Die Betroffenen werden im Pflegestützpunkt umfassend und ganzheitlich aus einer Hand beraten. Dabei steht immer die persönliche Wohn- und Lebenssituation im Vordergrund.

Die Fachkräfte der Pflegestützpunkte helfen bei Antragstellungen, informieren zu Hilfsangeboten und Finanzierungsmöglichkeiten. Durch die Kenntnis der regionalen Angebote kann die Pflege individuell organisiert werden.

Die Pflegeberaterinnen vereinbaren einen persönlichen Gesprächstermin. Aufgrund der Corona-Pandemie werden derzeit keine Hausbesuche durchgeführt, die MitarbeiterInnen stehen jedoch telefonisch mit Rat und Tat an Ihrer Seite!

Marita Bohn



Pflegestützpunkt Donnersbergkreis

Vorstadt 1
67292 Kirchheimbolanden
Fon: 06352/7190-619

Mail: Marita.Bohn@pflugestuetzpunkte.rlp.de

Ansprechpartnerin für Stadt und VG Kirchheimbolanden und VG Göllheim

Katja Scheid



Pflegestützpunkt Donnersbergkreis

Vorstadt 1
67292 Kirchheimbolanden
Fon: 06352/7190-618

Rognacallee 10
67806 Rockenhausen
Fon: 06361/4590-737

Mail: Katja.Scheid@pflugestuetzpunkte.rlp.de

Ansprechpartnerin für VG Eisenberg und VG Winnweiler

Simone Keller



Pflegestützpunkt Donnersbergkreis

Rognacallee 10
67806 Rockenhausen
Fon: 06361/4590-739

Mail: Simone.Keller@pflugestuetzpunkte.rlp.de

Ansprechpartnerin für VG Nordpfälzer Land

Und nun zum Schluss noch eine Rätselgeschichte. Wie heißt der Ort im Donnersbergkreis?

Klein, aber fein

Diese Stadt kann ohne weiteres für sich in Anspruch nehmen, etwas Besonderes zu bieten. Ist sie auch klein, so besteht doch kein Grund, gering von ihr zu denken. Die städtische Würde besitzt sie schon seit mehr als 600 Jahren. Ein wenig länger als Zweibrücken zum Beispiel, ein Ort, dem sie historisch sehr verbunden ist. Von Frankenthal und Ludwigshafen ganz zu schweigen: Die sind ja viel, viel jünger!

Die Franzosen, unter Herrn Napoleon, haben ihr zwar das Stadtrecht aberkannt. Aber einige Jahre später, als dann die Bayern in der Pfalz regierten, bekam sie es wieder. Und dabei ist es geblieben, Punktum.

Ja, mehr noch: Sie bildet das Zentrum einer ganzen Montan-Landschaft, in der man Silber aus den Bergen holte und (noch seltener in Deutschland zu finden) ...Eine hohe Bergwerks-direktion hatte hier ihr Amt eingerichtet. Ganz besonders durch Herzog Wolfgang von Pfalz-Zweibrücken, den "Bergmann auf dem Fürstenthron", wurde die emsige Suche unter Tage gefördert. Es heißt zwar, der Gewinn sei nicht in seine Taschen geflossen, sondern in die der Kapitalgeber aus Süddeutschland, mag sein. Jedenfalls genoss unsere kleine Stadt dieses 16. Jahrhundert sehr, den Betrieb, die Besuche erlauchter Personen, die Wichtigkeit.

Dann die Burg! Eine schwer zu bezwingende Befestigung war sie mit weiter Sicht auf heran-rückende Feinde, hoch über dem Bachtal gelegen. Bis zum Dreißigjährigen Krieg hat sie niemand erstürmen können. Dann allerdings kamen die Spanier, die Schweden, feuerten mit mächtigen Geschützen, plünderten. Nach erneutem Aufbau - Merian hat das prächtige Gebäude im Bild festgehalten - kam das traurige Ende 1689 durch die Franzosen, das alte Lied.

... Unten in der Stadt gibt es ebenfalls viel zu besichtigen... Daheim ist die Stadt zu Füßen des...Und sie ist nicht nur die nördlichste in der Pfalz, sondern auch die...- mit Abstand sogar!

Entnommen mit freundlicher Genehmigung des Verfassers Jürgen Heinel Kirchheimbolanden aus dem Buch "Kennen Sie die Pfalz? Eine heitere Rundreise zum Mitraten" von 1989.