

Erinnerungen, Neuigkeiten, Veranstaltungen, Termine –
das aktuelle Betreuungsprogramm!



HAUSZEITUNG

Mai

2026



Gemeinsam spielen, gemeinsam lachen

Bei unserem ersten gemeinsamen Spielenachmittag wurde die Terrasse bei schönstem Wetter schnell zu einem lebendigen Treffpunkt. Einige Bewohner machten es sich unter dem Pavillon gemütlich, andere spielten mit viel Freude Mensch ärgere Dich nicht, Schach oder Rommé. Es war ein rundum gelungener Nachmittag, der gezeigt hat, wie schön gemeinsame Zeit im Miteinander sein kann.



Mit Freude gebacken und gemeinsam genossen

In der Cafeteria wurde mit viel Freude gemeinsam gebacken. Es entstanden süße und herzhafte Köstlichkeiten, an denen viele Bewohner mitgewirkt haben. Anschließend wurde auf der Terrasse bei schönem Wetter der Tisch liebevoll gedeckt und das selbst Gebackene gemeinsam zum Kaffee genossen. Die Freude war groß, denn jeder hatte seinen Teil zu diesem schönen Nachmittag beigetragen.

Die Innpark Webseite zeigt sich im neuen Gewand

Die Webseite des Innpark Seniorenzentrums wurde neu gestaltet und technisch auf eine moderne Grundlage gestellt. Sie fügt sich jetzt harmonisch in das gemeinsame Webseitendesign der Luehrsen Care Plus Seniorenheime ein. Wer neugierig ist, kann sich den neuen Internetauftritt gerne ansehen unter innpark-seniorenzentrum.de





Liebe Leserinnen & Leser

Der Mai ist da, eine Zeit voller Licht, frischer Farben und lebendiger Begegnungen. Die Natur zeigt sich von ihrer schönsten Seite und lädt dazu ein, gemeinsam schöne Momente zu erleben. In diesem Monat dürfen wir neun Geburtstagskinder feiern. Wir gratulieren allen Jubilarinnen und Jubilaren von Herzen und wünschen Gesundheit, Freude und viele erfüllte Augenblicke im neuen Lebensjahr.

In unserer Mitarbeiter-Vorstellung lernen Sie diesmal Sandra aus der Betreuung näher kennen. Viele von Ihnen begegnen ihr bereits im Alltag. Umso schöner ist es, ihr in dieser Ausgabe besondere Aufmerksamkeit zu schenken und ihre wertvolle Arbeit zu würdigen. Unser Obst des Monats ist die Himbeere. Sie ist

fruchtig, frisch und ein kleiner Genuss, der wunderbar in diese frühlingshafte Zeit passt. Ein besonderes Highlight erwartet uns am 8. Mai. Ab 14.30 Uhr laden wir Sie herzlich zu unserem Maifest ein. Gemeinsam möchten wir den neuen Maibaum aufstellen und bei Musik, gutem Essen und vertrauter Gesellschaft feiern. Der Shantychor des Landkreises Altötting sorgt dabei für eine stimmungsvolle Begleitung.

Wir freuen uns auf einen lebendigen Mai mit vielen schönen Begegnungen und gemeinsamen Stunden.

Mit herzlichen Grüßen,
**Ihre Heimleitung und Pflegedienstleitung
vom InnPark**

IMPRESSUM

HERAUSGEBER

Innpark Seniorenzentrum GmbH
Berliner Straße 24
84524 Neuötting
Telefon: 0 86 71 / 97 87 – 0
Telefax: 0 86 71 / 97 87 – 99
E-Mail: info@innpark-seniorenzentrum.de

Handelsregister Traunstein HRB 12986

GESCHÄFTSFÜHRUNG

Eberhard Jach

REDAKTION

Peter Fähndrich (V.i.S.d.P.)

REDAKTIONSSCHLUSS

23.04.2026

GESTALTUNG & LAYOUT

Luehresen Heinrich GmbH
Atelierstraße 1
81671 München

DRUCK

WIRmachenDRUCK GmbH
Mühlbachstraße 7
71522 Backnang

Herzlich Willkommen

Wir freuen uns, vier neue Bewohnerinnen und Bewohner herzlich im InnPark begrüßen zu dürfen! Mit großer Freude heißen wir Sie in unserer Gemeinschaft willkommen und hoffen, dass Sie sich bei uns schnell zuhause fühlen. Gemeinsam möchten wir viele schöne Momente erleben

und Ihnen einen angenehmen Start in Ihrem neuen Zuhause ermöglichen. Unser Team steht Ihnen jederzeit zur Seite, um Ihnen bei Fragen oder Anliegen zu helfen. Wir freuen uns darauf, Sie näher kennenzulernen und Sie bei uns zu haben!

Fr. Elfriede Zieglmaier

BLAU

Hr. Hehl Karl Heinz

BLAU

Hr. Schnur Aloys

GRÜN

Fr. Fröhlich Hedwig

ROT

CAFETERIA ÖFFNUNGSZEITEN

Im Mai öffnet unsere Cafeteria wieder von **14 bis 17 Uhr** ihre Türen und lädt Sie ein, gemütliche Stunden in angenehmer Gesellschaft zu verbringen. Genießen Sie eine duftende Tasse Kaffee und ein Stück hausgemachten Kuchen, während Sie sich mit anderen austauschen

oder einfach die entspannte Atmosphäre auf sich wirken lassen. Lassen Sie den Alltag hinter sich und gönnen Sie sich eine kleine Auszeit. Wir freuen uns darauf, Sie in unserer Cafeteria willkommen zu heißen und gemeinsam den Mai genussvoll zu verbringen!

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
				01.05.26 Geöffnet	02.05.26 Geschlossen	03.05.26 Geöffnet
04.05.26 Geöffnet	05.05.26 Geschlossen	06.05.26 Geöffnet	07.05.26 Geöffnet	08.05.26 Geöffnet	09.05.26 Geschlossen	10.05.26 Geöffnet
11.05.26 Geöffnet	12.05.26 Geschlossen	13.05.26 Geöffnet	14.05.26 Geöffnet	15.05.26 Geöffnet	16.05.26 Geschlossen	17.05.26 Geöffnet
18.05.26 Geöffnet	19.05.26 Geschlossen	20.05.26 Geöffnet	21.05.26 Geöffnet	22.05.26 Geöffnet	23.05.26 Geschlossen	24.05.26 Geöffnet
25.05.26 Geöffnet	26.05.26 Geschlossen	27.05.26 Geöffnet	28.05.26 Geöffnet	29.05.26 Geöffnet	30.05.26 Geschlossen	31.05.26 Geöffnet

Festlichkeiten & Veranstaltungen

IM JAHRESKREIS



Januar

Neujahrskonzert

Wir starten ins neue Jahr!



Februar

Faschingsfeier

Helau!



Mai

Maifeier mit Maibaumaufstellen

Alles neu macht der Mai!



Juli

Dultbierprobe

Hopfen und Malz, Gott erhalt´s!



September

Sommerfest

Sonnenschein und gute Laune!



Oktober

Oktoberfest

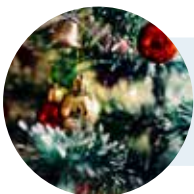
Der goldene Oktober wird gefeiert



Dezember

Nikolausfeier

Drauß´ vom Walde komm´ ich her...



Dezember

Weihnachtsfeier

Besinnlichkeit zur Weihnachtszeit!



Christmette

Wir feiern Weihnachtsgottesdienst!

Zusätzliche, kleinere Veranstaltungen, wie z.B. Modenverkauf, Brunch usw. werden kurzfristig festgelegt und per Aushang bekannt gegeben. Die Zeitpunkte der oben angegebenen Veranstaltungen können abweichen. Wir behalten uns vor, diverse Veranstaltungen abzusagen, wenn die Witterung sie nicht zulässt oder andere wichtige Gründe gegen eine Veranstaltung sprechen würden.



Geburtstage

IM MAI

In diesem Monat dürfen wir gleich neun Mal „Herzlichen Glückwunsch“ sagen. Jeder Geburtstag ist ein schöner Anlass, gemeinsam zu feiern, gute Wünsche zu teilen und ein Stück Kuchen zu genießen.

Wir freuen uns darauf, diesen besonderen Tag mit Ihnen zu begehen und wünschen allen Geburtstagskindern Gesundheit, Freude und viele glückliche Momente im neuen Lebensjahr.

Hr. Kainz Zenta

BLAU

02.05.2026

92 Jahre

Fr. Charlotte Sigrüner

BLAU

07.05.2026

92 Jahre

Fr. Erna Strähuber

GRÜN

14.05.2026

100 Jahre

Hr. Aloys Schnur

GRÜN

15.05.2026

94 Jahre

Fr. Wiesmüller Maria

REGENBOGEN

18.05.2026

97 Jahre

Fr. Hedwig Fröhlich

ROT

19.05.2026

84 Jahre

Fr. Anna Engelhardt

GRÜN

22.05.2026

92 Jahre

Fr. Franz Kleinsasser

BLAU

23.05.2026

57 Jahre

Fr. Franz Liichtenwimmer

REGENBOGEN

24.05.2026

86 Jahre

Wir
wünschen
Ihnen allen
einen
wunderschönen
Geburtstag!





Unser Betreuungsprogramm im Mai

FREITAG, 01. Mai 2026 Namenstag: Arnold, August, Siegmund

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	09.00 – 12.00	Einzelbetreuung
--	----------------------	-----------------

SAMSTAG, 02. Mai 2026 Namenstag: Wiebke, Boris, Antonin

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	09.00 – 12.00	Einzelbetreuung
	14.00 – 14.45	

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	15.00 – 17.30	Wir singen und musizieren gemeinsam die alten Lieder mit Christine
--	----------------------	---

SONNTAG, 03. Mai 2026 Namenstag: Viola, Violette, Philipp, Jakob

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	09.00 – 12.00 14.00 – 14.45	Einzelbetreuung
Grün	15.00 – 17.30	Wir singen und musizieren gemeinsam die alten Lieder mit Christine

MONTAG, 04. Mai 2026 Namenstag: Valeria, Guido, Florian

Regenbogen	10.00 – 11.30	Kreatives Gestalten mit Ina
Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	10.15 – 11.30	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
Gymnastikraum, Haupthaus	15.15 – 16.00	Yoga für Senioren mit Verena

DIENSTAG, 05. Mai 2026 Namenstag: Jutta, Sigrid, Gotthard

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	10.15 – 11.30	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
Gymnastikraum, Haupthaus, Grün	10.30 – 11.30	Seniorengymnastik mit Astrid. Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr
Regenbogen	15.00 – 16.00	Musikantenstadl
Speisesaal, Haupthaus	15.00 – 16.00	Wii Bowling, Kegeln mit der Wii Konsole mit Manuela



MITTWOCH, 06. Mai 2026 **Namenstag: Britta, Gundula, Markward**

Haupthaus und Regenbogen	8.30 – 15.00	Der Friseur kommt zu uns ins Haus: Bitte melden Sie sich an!
Gymnastikraum, Haupthaus	10.30 – 11.30	Gedächtnistraining mit Astrid
Regenbogen	10.45 – 11.45	Seniorengymnastik mit Annemarie. Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr
Grün	15.00 – 16.30	Gemeinsamer Besuch der Cafeteria mit Manuela

DONNERSTAG, 07. Mai 2026 **Namenstag: Gisela, Silke, Helga, Gernot**

Grün	10.15 – 11.30	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
Gymnastikraum, Haupthaus, Rot und Blau	10.30 – 11.30	Seniorengymnastik mit Astrid. Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr

DER INNPARK MITTAGSTISCH FÜR GÄSTE

Auch Gäste und Senioren aus der Nachbarschaft können am Mittagstisch im Innpark teilnehmen.

Täglich zwei Gerichte zur Auswahl

Preis pro Mahlzeit: 6 Euro

Essenszeit: 12.15 - 13.15 Uhr

Eine Anmeldung (mindestens einen Tag vorher) ist erforderlich.

Telefon: 08671 / 97870



Maifest im Innpark Seniorenzentrum

Beim diesjährigen Maifest am **Freitag, 8. Mai 2026**, laden wir Sie ab **14.30 Uhr** herzlich zu einem gemeinsamen Nachmittag ein. Ein besonderer Höhepunkt ist das Aufstellen unseres neuen Maibaums mit neuen Tafeln. Bei schönem Wetter feiern wir auf unserer Terrasse, bei schlechtem Wetter im Speisesaal.

Für das leibliche Wohl ist ebenfalls gesorgt: Freuen Sie sich auf Schweinswürstel mit Kartoffelsalat und Krautsalat sowie auf Erdbeerkuchen zum Kaffee am Nachmittag. Für die musikalische Begleitung sorgt der **Shantychor des Landkreises Altötting** unter der Leitung von Frau Hoynatzky. Wir freuen uns auf ein schönes Fest mit Ihnen.



SAMSTAG, 09. Mai 2026 Namenstag: Caroline, Carola, Karla, Ottokar, Volkmar

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	09.00 – 12.00 14.00 – 14.45	Einzelbetreuung
Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	15.00 – 17.30	Wir singen und musizieren gemeinsam die alten Lieder mit Christine

SONNTAG, 10. Mai 2026 Namenstag: Liliana, Isidor

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	09.00 – 12.00 14.00 – 14.45	Einzelbetreuung
Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	15.00 – 17.30	Wir singen und musizieren gemeinsam die alten Lieder mit Christine

MONTAG, 11. Mai 2026 Namenstag: Lucinda, Joachim, Wolfgang

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	10.15 – 11.30	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
Gymnastikraum, Haupthaus	18.00 – 19.30	Kinoabend

DIENSTAG, 12. Mai 2026 Namenstag: Pankratius 1. Eiseilige

Regenbogen	10.15 – 11.30	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
Gymnastikraum, Haupthaus, Grün	10.30 – 11.30	Seniorengymnastik mit Astrid. Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr

MITTWOCH, 13. Mai 2026 Namenstag: Servatius 2. Eiseilige

Haupthaus und Regenbogen	8.30 – 15.00	Der Friseur kommt zu uns ins Haus: Bitte melden Sie sich an!
Gymnastikraum, Haupthaus	10.30 – 11.30	Gedächtnistraining mit Astrid
Regenbogen	10.45 – 11.45	Seniorengymnastik mit Ina. Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr
Blau	15.00 – 16.30	Gemeinsamer Besuch der Cafeteria mit Sandra

DONNERSTAG, 14. Mai 2026 Namenstag: Bonifatius 3. Eiseilige

Heute findet keine Betreuung statt		
---	--	--

FREITAG, 15. Mai 2026 Namenstag: Sophie 4. Eiseilige

Jeweils auf Blau, Grün, Rot und Regenbogen	10.15 – 11.30	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
Hauskapelle	16.00 – 17.00	Heilige Messe mit Predigt

SAMSTAG, 16. Mai 2026 Namenstag: Simon, Adolf

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	09.00 – 12.00 14.00 – 14.45	Einzelbetreuung
Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	15.00 – 17.30	Wir singen und musizieren gemeinsam die alten Lieder mit Christine

SONNTAG, 17. Mai 2026 Namenstag: Antonella, Dietmar, Pascal

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	09.00 – 12.00 14.00 – 14.45	Einzelbetreuung
Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	15.00 – 17.30	Wir singen und musizieren gemeinsam die alten Lieder mit Christine

MONTAG, 18. Mai 2026 Namenstag: Alexandra, Erich, Eric, Felix

Regenbogen	10.00 – 11.30	Kreatives Gestalten mit Ina
Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	10.15 – 11.30	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
Gymnastikraum Haupthaus	15.15 – 16.00	Yoga für Senioren mit Verena



DIENSTAG, 19. Mai 2026 Namenstag: Yvonne, Verena, Kuno

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	10.15 – 11.30	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
Gymnastikraum, Haupthaus, Grün	10.30 – 11.30	Seniorengymnastik mit Ina. Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr
Cafeteria	15.00 – 16.00	Spielenachmittag

MITTWOCH, 20. Mai 2026 Namenstag: Elfriede, Henriette, Mira, Bernhardin

Haupthaus und Regenbogen	8.30 – 15.00	Der Friseur kommt zu uns ins Haus: Bitte melden Sie sich an!
Gymnastikraum Haupthaus	10.30 – 11.30	Gedächtnistraining mit Sonja
Regenbogen	10.45 – 11.45	Seniorengymnastik mit Annemarie. Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr
Grün	15.00 – 16.30	Gemeinsamer Besuch der Cafeteria mit Karin

DONNERSTAG, 21. Mai 2026 Namenstag: Wiltraud, Henning, Hermann

Grün	10.15 – 11.30	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
Gymnastikraum, Haupthaus, Rot und Blau	10.30 – 11.30	Seniorengymnastik mit Ina Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr
Speisesaal, Haupthaus	15.00 – 16.00	Musikantenstadl



FREITAG, 22. Mai 2026 Namenstag: Julia, Rita, Emil, Ortwin, Konstantin

Regenbogen	10.00 – 11.30	Kreatives Gestalten mit Ina
Jeweils auf Blau, Rot und Regenbogen	10.15 – 11.30	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining

SAMSTAG, 23. Mai 2026 Namenstag: Desiré, Alma, Bartholomäus

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	09.00 – 12.00 14.00 – 14.45	Einzelbetreuung
Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	15.00 – 17.30	Wir singen und musizieren gemeinsam die alten Lieder mit Christine

SONNTAG, 24. Mai 2026 Namenstag: Dagmar, Esther, Wendelin

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	09.00 – 12.00 14.00 – 14.45	Einzelbetreuung
Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	15.00 – 17.30	Wir singen und musizieren gemeinsam die alten Lieder mit Christine

MONTAG, 25. Mai 2026 Namenstag: Maria Magdalena, Urban, Heribert

Heute findet keine Betreuung statt		
---	--	--

DIENSTAG, 26. Mai 2026 Namenstag: Marianne, Alwin

Jeweils auf Blau, Rot und Regenbogen	10.15 – 11.30	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
Gymnastikraum, Haupthaus, Grün	10.30 – 11.30	Seniorengymnastik mit Birgit. Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr
Regenbogen	15.00 – 16.00	Musikantenstadl

MITTWOCH, 27. Mai 2026 **Namenstag: Margaret, Matthias, Bruno**

Haupthaus und Regenbogen	8.30 – 15.00	Der Friseur kommt zu uns ins Haus: Bitte melden Sie sich an!
Gymnastikraum Haupthaus	10.30 – 11.30	Gedächtnistraining mit Astrid
Regenbogen	10.45 – 11.45	Seniorengymnastik mit Annemarie. Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr
Blau	15.00 – 16.30	Gemeinsamer Besuch der Cafeteria mit Sonja

DONNERSTAG, 28. Mai 2026 **Namenstag: Otto, Viktor, Wilhelm**

Grün	10.15 – 11.30	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
Gymnastikraum, Haupthaus	15.15 – 16.15	Schlagerparade

FREITAG, 29. Mai 2026 **Namenstag: Irmtraud, Erwin**

Jeweils auf Blau, Grün, Rot und Regenbogen	10.15 – 11.30	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
Hauskapelle	16.00 – 17.00	Heilige Messe mit Predigt



SAMSTAG, 30. Mai 2026 Namenstag: Mechthild, Helmtraud, Pilgrim, Siegwin

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	09.00 – 12.00 14.00 – 14.45	Einzelbetreuung
Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	15.00 – 17.30	Wir singen und musizieren gemeinsam die alten Lieder mit Christine

SONNTAG, 31. Mai 2026 Namenstag: Helene, Elena, Illona, Pedro, Trudbert

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	09.00 – 12.00 14.00 – 14.45	Einzelbetreuung
Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	15.00 – 17.30	Wir singen und musizieren gemeinsam die alten Lieder mit Christine

Die Enkel **ÖFTER** sehen?

Dann zeigen Sie ihnen diese Anzeige!
Wir bilden aus!

Ausbildung zur Pflegefachkraft (m/w/d)

Das INNPARK Seniorenzentrum in Neuötting steht für moderne Altenpflege auf höchstem Niveau. Unsere Bewohner verdienen stets das Beste, und dafür setzen wir auf ein Team aus verschiedensten Fachbereichen.

Jetzt bist **DU** gefragt! Werde Teil unseres engagierten Teams: Wir suchen aktuell **Auszubildende für Pflegefachkräfte**. Tauche ein in eine Zukunft mit Perspektive und Herz!

SCHICKE DEINE BEWERBUNG VIA E-MAIL AN:
pflagedienstleitung@innpark-seniorenzentrum.de

Mehr Infos findest du unter:
INN PARK-SENIORENZENTRUM.DE





Mitarbeiterinnen & Mitarbeiter Vorstellung

Sandra – Betreuungskraft

Mein Name ist Sandra, ich bin 49 Jahre alt, lebe in einer festen Beziehung und wohne in Altötting. Besonders stolz bin ich auf meinen 20-jährigen Sohn Fabian, der ebenfalls in der Pflege tätig ist. Geboren wurde ich in Mecklenburg Vorpommern, seit 1996 ist Bayern meine Heimat. In meiner Freizeit reise ich sehr gern in ferne Länder, genieße Spaziergänge in der Natur und schätze dabei vor allem die Ruhe. Auch ein spannendes Buch ist für mich eine schöne Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen und neue Kraft zu sammeln.

Mein beruflicher Weg hat nicht von Anfang an in die Pflege geführt. Viele Jahre war ich im Verkauf tätig. Im Jahr 2016 habe ich mich dann für einen Neuanfang entschieden. Wenn man mich damals gefragt hätte, ob ich einmal in der Betreuung arbeiten würde, hätte ich das vermutlich selbst nicht gedacht. Erst durch das Vertrauen der damaligen Geschäftsführerin, Frau Vogl, und das anschließende Praktikum habe ich erkannt, wie sehr mir die Arbeit mit älteren Menschen am Herzen liegt. Dafür bin ich ihr bis heute sehr dankbar.

In meiner Arbeit als Betreuungskraft erlebe ich jeden Tag, wie wertvoll echte Begegnungen sind. Es sind oft die kleinen Momente, die besonders zählen. Ein Gespräch, ein gemeinsames Lächeln oder einfach das Gefühl, füreinander da zu sein. Genau das macht diese Aufgabe für mich so besonders. Mir ist es wichtig, Menschen nicht nur in schönen Augenblicken zu begleiten, sondern auch dann, wenn das Leben schwerer wird und Halt gebraucht wird.

Deshalb habe ich mich entschieden, berufsbegleitend die Ausbildung zur Hospizbegleiterin zu machen. Für mich ist das ein weiterer wichtiger Schritt, um Menschen noch einfühlsamer und verlässlicher zur Seite stehen zu können. Ich möchte da sein, wenn es wirklich zählt. Mit Zeit, mit Aufmerksamkeit und mit einem offenen Herzen.

Die Arbeit im Innpark bedeutet mir sehr viel, weil hier Menschlichkeit, Nähe und Vertrauen im Mittelpunkt stehen. Es ist schön, Teil eines Hauses zu sein, in dem Gemeinschaft gelebt wird und in dem jeder Mensch mit Respekt und Wertschätzung gesehen wird.



Lachen ist die beste Medizin

UNSERE WITZE DES MONATS



„Ich möchte Ihren Chef sprechen.“

„Geht leider nicht, er ist nicht da!“

„Ich habe ihn doch durchs Fenster gesehen!“

„Er Sie auch...“

Drei kleine Buben streiten sich darum, wessen Vater am schnellsten ist.

Meint der **Erste**: „*Mein Vater fährt einen Porsche und erreicht locker 350 km/h!*“

Sagt der **Zweite**: „*Ist doch gar nichts. Mein Vater ist Pilot bei der Lufthansa und fliegt eine Boeing, die mit mindestens 700 km/h abzieht!*“

Und schließlich der **Dritte**: „*Das ist alles überhaupt nichts. Mein Vater ist Beamter. Um fünf Uhr abends hat er Dienstschluss und um halb vier ist er zu Hause!*“

TREFFEN SICH IM ZOO EIN ELEFANT UND ZWEI AMEISEN. EINE AMEISE FORDERT DEN ELEFANTEN ZUM KAMPF AUF. SAGT DER ELEFANT:
„ZWEI GEGEN EINEN? DAS IST ABER UNFAIR!“

Fritzchen und seine Freunde sitzen am Lagerfeuer. Als die Mücken weniger werden und Glühwürmchen auftauchen, sagt **Fritzchen**: „*Na toll, jetzt suchen die Mücken uns schon mit Laternen!*“





OBST
DES
MONATS

Die Himbeere

Klein, fein & voller Aroma

Die Himbeere gehört zu den Früchten, die sofort Bilder von sonnigen Tagen, frischer Luft und leichtem Genuss wecken. Mit ihrer leuchtenden Farbe, ihrem feinen Duft und ihrem süßsäuerlichen Geschmack wirkt sie zugleich vertraut und besonders. Gerade im Mai passt sie wunderbar in die Jahreszeit, denn jetzt wächst die Vorfreude auf alles, was frisch, fruchtig und unbeschwert ist. Botanisch zählt die Himbeere zur Gattung *Rubus* und ist damit mit der Brombeere verwandt. Die bekannte Europäische Himbeere trägt den wissenschaftlichen Namen *Rubus idaeus*. Sie ist seit langer Zeit in Europa und weiten Teilen Asiens verbreitet und wurde über viele Jahrhunderte hinweg sowohl als Wildpflanze als auch als Kulturfrucht geschätzt. Auch heute hat sie nichts von ihrer Anziehungskraft verloren. Ihre zarte Beschaffenheit, ihr aromatischer Geschmack und ihre vielseitige Verwendung machen sie zu einer Frucht, die immer wieder neu begeistert. Schon auf den ersten Blick zeigt sich, warum die Himbeere so beliebt ist: Sie wirkt leicht, freundlich und sommernah, trägt aber zugleich eine erstaunlich lange Geschichte in sich.

Die Geschichte der Himbeere

Die Geschichte der Himbeere reicht weit zurück und beginnt lange vor ihrem gezielten Anbau in Gärten und

Plantagen. Ursprünglich war sie vor allem eine Wildpflanze, die in lichten Wäldern, an Waldrändern und auf freien Flächen wuchs. In Europa und großen Teilen Asiens war sie schon früh heimisch. Dort wurde sie nicht nur wegen ihrer Früchte wahrgenommen, sondern auch als fester Bestandteil natürlicher Landschaften. Die Himbeere ist damit eine Frucht, die nicht erst durch den Menschen entstanden ist, sondern schon lange Teil der heimischen Pflanzenwelt war.

Auch sprachlich und kulturgeschichtlich hat die Himbeere bemerkenswert tiefe Wurzeln. Der wissenschaftliche Name *Rubus idaeus* wurde 1753 von Carl von Linné veröffentlicht, geht aber auf viel ältere Überlieferungen zurück. Bereits in antiken Schriften taucht die Pflanze auf. In der Naturgeschichte des Plinius und in Überlieferungen, die auf die antike Pflanzenkunde zurückgehen, wird sie bereits benannt. Der Name verweist auf das Ida Gebirge in der Troas. So zeigt sich, dass die Himbeere nicht nur botanisch, sondern auch kulturell seit sehr langer Zeit bekannt ist. Selbst der deutsche Name hat eine weit zurückreichende Sprachgeschichte und entwickelte sich über ältere Formen des Althochdeutschen und Mittelhochdeutschen.

Mit der Zeit wandelte sich die Himbeere von der gesammelten Waldfrucht zur gezielt angebauten Kulturpflanze.



Menschen begannen, besonders aromatische oder ertragreiche Pflanzen weiterzuvermehren. So entstanden nach und nach verschiedene Sorten, die sich in Größe, Farbe, Aroma und Erntezeit unterscheiden. Heute wird zwischen Sommerhimbeeren und Herbsthimbeeren unterschieden. Sommertragende Sorten liefern ihre Früchte je nach Sorte etwa ab Juni, während Herbsthimbeeren meist ab August bis in den Herbst hinein tragen. Diese Entwicklung zeigt, wie stark sich die Himbeere im Lauf der Jahrhunderte verändert hat und dennoch ihren ursprünglichen Charakter bewahrt: Sie ist geblieben, was sie immer war, eine feine, empfindliche und sehr geschätzte Frucht.

Was in der Himbeere steckt

Die Himbeere wirkt zart und leicht, bringt aber ernährungsphysiologisch einiges mit. Sie besteht zu einem hohen Anteil aus Wasser und zählt damit zu den eher leichten Früchten. Gerade deshalb wird sie oft als angenehm frische Zutat in einer abwechslungsreichen Ernährung geschätzt. Ihr Geschmack ist intensiv, ohne schwer zu wirken. Das macht sie zu einer Frucht, die Genuss und Leichtigkeit auf besonders schöne Weise verbindet.

Hinzu kommt, dass Himbeeren Ballaststoffe enthalten. Diese sind ein wichtiger Bestandteil einer ausgewogenen Ernährung. Ballaststoffe tragen dazu bei, dass Lebensmittel gut sättigen und unterstützen eine normale Verdauung. Auch Vitamin C gehört zu den Nährstoffen, für die Himbeeren bekannt sind. Vitamin C übernimmt

im Körper verschiedene Aufgaben und ist unter anderem an normalen Körperfunktionen beteiligt. Darüber hinaus enthält Obst wie die Himbeere natürliche Pflanzenstoffe, die mit ihrer Farbe, ihrem Aroma und ihren typischen Eigenschaften verbunden sind. Deshalb wird die Himbeere nicht nur wegen ihres Geschmacks geschätzt, sondern auch wegen ihres Platzes in einer frischen, vielseitigen Küche.

Wichtig ist dabei eine sachliche Einordnung. Keine einzelne Frucht ist für sich allein ein Wundermittel. Gerade darin liegt aber die Stärke der Himbeere. Sie passt sehr gut in den Alltag, ist leicht zu kombinieren und bringt Abwechslung auf den Tisch. Wer Obst in angenehmer, fein portionierbarer Form genießen möchte, findet in der Himbeere eine besonders reizvolle Wahl. Sie verbindet Frische, Duft und Farbe mit einer Zusammensetzung, die gut zu einer bewussten Ernährung passt. So zeigt sich: Die Himbeere ist nicht nur geschmacklich eine Bereicherung, sondern auch ernährungsphysiologisch eine Frucht mit vielen guten Seiten.

Die Himbeere in der Küche

In der Küche zeigt die Himbeere ihre ganze Stärke. Ihr Aroma ist fein, deutlich fruchtig und von einer angenehmen Balance aus Süße und milder Säure geprägt. Genau diese Verbindung macht sie so vielseitig. Sie wirkt frisch und leicht, bringt aber zugleich eine spürbare Tiefe mit. Deshalb passt sie zu vielen Speisen, ohne sich aufzudrängen. Wo sie auftaucht, setzt sie einen hellen, freundlichen Akzent.

Besonders beliebt ist die Himbeere in kalten Speisen. Sie passt hervorragend zu Joghurt, Quark, cremigen Nachspeisen, feinen Süßspeisen oder einem Frühstück mit Getreide und Milchprodukten. Auch auf Kuchen, Torten und anderen Backwaren kommt ihr Charakter gut zur Geltung. Dort sorgt sie nicht nur für Geschmack, sondern auch für Farbe und Frische. Ihr weiches Fruchtfleisch macht sie zugleich empfindlich. Gerade das verleiht ihr etwas Edles. Himbeeren sollten möglichst vorsichtig behandelt und am besten frisch verwendet werden, weil sie nur begrenzt haltbar sind.

Darüber hinaus eignet sich die Himbeere sehr gut zur Weiterverarbeitung. Aus ihr entstehen Konfitüren, Gelees, Fruchtaufstriche, Kompott oder Fruchtsaucen. Auch in Getränken entfaltet sie ihren eigenen Charakter, etwa in Saft, Schorle, Sirup oder als fruchtige Note in Tee und anderen Erfrischungen. In Kombination mit Vanille, Zitrone oder anderen Beeren wirkt sie besonders harmonisch. Gleichzeitig verträgt sie auch zurückhaltende, leicht herbe Begleiter, die ihr Aroma nicht überdecken. Gerade diese Vielseitigkeit erklärt, warum die Himbeere in der Küche seit langem einen festen Platz hat. Sie lässt sich auf viele Arten genießen und bleibt doch immer klar erkennbar: fein, duftend und unverwechselbar.

Warum die Himbeere so beliebt ist

Die Himbeere vereint vieles, was eine besondere Frucht ausmacht. Sie hat eine lange Geschichte, ist tief in der europäischen Pflanzenwelt verwurzelt und wurde über viele Jahrhunderte hinweg geschätzt und weiterentwickelt. Zugleich wirkt sie bis heute frisch und zeitlos. Ihre feine Art, ihr ausgewogenes Aroma und ihre vielseitige Verwendung machen sie zu einer Frucht, die in der warmen Jahreszeit besonders gut zur Geltung kommt. Auch aus ernährungsphysiologischer Sicht bringt sie gute Eigenschaften mit, die sie zu einer wertvollen Ergänzung einer abwechslungsreichen Ernährung machen. So steht die Himbeere für Leichtigkeit, Genuss und Vielfalt. Gerade im Mai passt sie deshalb besonders gut in den Mittelpunkt, denn sie verbindet Frische, Saisongefühl und eine lange gewachsene Kulturgeschichte auf eine Weise, die ebenso angenehm wie einprägsam ist.





Als die Maifée ‚frische‘ Freude brachte

MAIMÄRCHEN FÜR GROSS UND KLEIN – Die Maifée ist eine fröhliche Fee und sie bringt viele Farben mit ins Land

„Bunte Blumen, Leute, kauft frische bunte Blumen!“

„Frisches Gemüse! Hier gibt es das frischeste Gemüse in der ganzen Stadt.“

„Frühlingskräuter! Frische Kräuter können Sie bei mir kaufen. Schnittlauch, Petersilie, Bärlauch, Löwenzahn, Pimpernelle, Thymian und viele Sorten mehr.“

„Maiglöckchen! Schenken Sie Ihren Lieben einen Strauß Maiglöckchen. Frisch gepflückt im Wald.“

„Maibutter! Köstlich frische Maibutter!“

„Kartoffeln. Erste Kartoffeln aus neuer Ernte frisch vom Feld! Kauft, Leute, kauft!“

Laut und kunterbunt hallte es über den Marktplatz der kleinen Stadt.

„Kauft, Leute, kauft!“

„Lauft, Leute, lauft!“ summte die Maifée, die im hellen frischen Grün der Birke saß und auf das bunte Marktplatztreiben blickte.

„Lauft in die Maienwelt hinein, denn heute sollt ihr fröhlich sein. Lauft, Leute, lauft und schnuppert, schaut und lauscht.“

Die Maifée, die in den letzten Tagen sehr damit beschäftigt war, die Frische, die Farben und die Düfte des Frühlings ins Land zu bringen, war mit ihrem Werk zufrieden. Ihr gefiel das Leben im Städtchen an diesem hellen freundlichen Maitag. Alle waren gut gelaunt. Die Menschen, die Tiere, die Pflanzen. Und alle zeigten sie ihre Freude an der bunten Maiwelt. Die Blumen blühten in den schönsten Farben. Mit süßen Düften lockten sie die Bienen, Käfer, Schmetterlinge und die schnuppernden Nasen der

Menschen herbei. Die Bäume trugen stolz ihr neues Blätterkleid und die Blattkinder funkelten in ihrem hellen Grün im Licht der Sonnenstrahlen. Selbst die Wettergeister waren guter Laune und vergaßen für eine Weile ihre Schlechtwetterjobs. Sie waren etwas müde nach der anstrengenden Aprilwetterzeit und ließen der Sonne – und natürlich der Maifée – gerne den Vortritt.

Und die Menschen? Die genossen den Maifrühling. Ein kleines Bisschen liebten sie jene frische, bunte, fröhliche Maizeit mehr als die anderen Tage im Jahr. Und weil sie sich so wohl fühlten, behandelten sie einander freundlicher und netter und liebevoller. Manche – pssst! – verliebten sich auch leichter in jenen liebenswerten Tagen.

Eine zauberschöne Frühlingszeit war es und alle freuten s

„Oh, wie schön der Mai doch ist! Und wie herrlich süß und frisch es duftet überall. Mai ist der schönste Monat im Jahr!“, riefen die Menschen und lachten.

Die Maifée freute sich sehr über diese Freude. Sie lächelte aufs frühlingsfröhliche Land hinab. Dann erhob sie sich von ihrem Platz in der Birke. Sie breitete die Arme aus, winkte mit ihrem Blütenblätterumhang und schickte viele winzig kleine frische Feenblütendüfte zum Städtchen hinab.

„Lauft, Leute, lauft!“ sang sie wieder. „Lauft in die Maienwelt hinein, denn heute sollt ihr fröhlich sein. Lauft, Leute, lauft und schnuppert, schaut und lauscht.“

Dann kicherte sie leise und zog weiter gen Norden. Dort wartete man schon sehnsüchtig auf sie und ihre duftenden Maigeschenke.

Wörtersuche

Finden Sie alle Wörter?

MAIGLÖCKCHEN, HIMBEERE, FRISCHE, GLÜHWÜRMCHEN, ELEFANT, FRÜHLING,
AMEISE, DIENSTSCHLUSS, MÜCKE, MAIBAUM, AROMA, MUTTERTAG, VATERTAG,
PFINGSTEN

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

DIE LÖSUNG KANN BEI DEN BETREUUNGSKRÄFTEN ANGEFRAGT WERDEN.