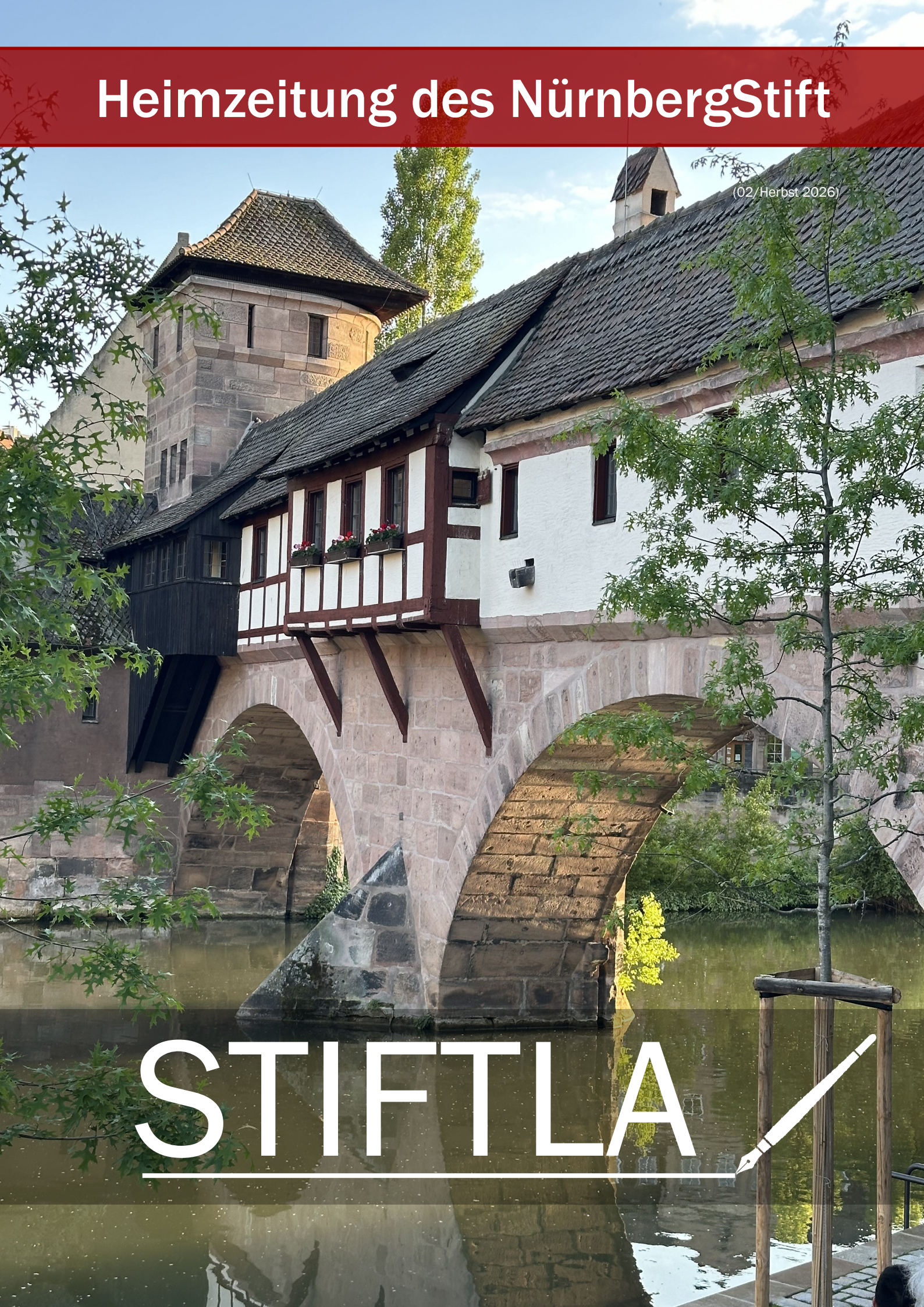
Heimzeitung des NürnbergStift

(02/Herbst 2026)



STIFTLA

Herbstliche Grüße für die Einrichtungen des NürnbergStift

Der Herbst ist da – man glaubt es kaum,
er schmückt mit bunten Farben jeden Baum.
Die Blätter leuchten rot und gold,
als hätten sie uns etwas erzählen gewollt.



Der Sommer war heiß, das war kein Scherz,
die Sonne erwärmte uns bis tief ins Herz.
Nun wird es kühler, die Luft wieder klar,
und plötzlich wird's gemütlich – wunderbar.



Nun fallen Kastanien ganz sacht vom Baum,
glänzen im Gras wie ein kleiner Traum.
Man sammelt sie auf und hält sie in der Hand –
und denkt an die Kindheit im Heimatland.

An bunte Herbsttage, an Spaziergänge im Wald,
an Drachen im Wind, wenn der Sommer verhallt.
An Äpfel und Nüsse, an Ernte und Brot,
an Abende drinnen, wenn draußen der Herbstwind tobt.

Dann kommt der Sturm und rüttelt am Haus,
doch drinnen sieht es gemütlich aus.
Wir bleiben beisammen, bei Kaffee und Tee,
und schauen hinaus auf den ersten Wind und Schnee.



So vergeht die Zeit – Jahr für Jahr,
mal sonnig und warm, mal stürmisch und klar.
Doch jede Jahreszeit hat ihren eigenen Schein,
und keine muss wie die andere sein.

Bei den Einrichtungen des NürnbergStift ist es schön,
wenn wir gemeinsam durch die Jahreszeiten gehen.
Wir teilen Erinnerungen, Freude und Zeit
und sind füreinander da – in guter Verbundenheit.



Drum lasst uns den Herbst von Herzen genießen,
mit Sonnenschein, Kastanien und bunten Wiesen.
Mit Lachen, Gesprächen und frohem Gesicht –
denn schön ist das Leben – vergessen wir das nicht.

Der Herbst bringt uns Farben, der Herbst bringt uns Zeit,
für schöne Erinnerungen und Dankbarkeit.
Und eines bleibt immer, bei Sonnenschein und Regen:
Das Schönste im Leben sind Menschen und Segen.

(KI generiert von Britta Fischer)

Liebe Leserinnen und Leser,

wenn die Tage kürzer werden, sich die Blätter in leuchtenden Rot-, Gold- und Orangetönen färben und die ersten kühlen Morgen den Herbst ankündigen, beginnt eine besondere Zeit des Jahres. Es ist die Zeit für gemütliche Stunden, schöne Begegnungen und viele kleine besinnliche Momente, die den Alltag bereichern. In diesem Sinne begrüßen wir Sie herzlich zur neuen Ausgabe des STIFTLA.

Gemeinsam blicken wir zurück auf die vergangenen Monate und erinnern uns an zahlreiche schöne Erlebnisse. Freuen Sie sich auf Berichte von den sonnigen Sommertagen, unserem stimmungsvollen Lyrik-Nachmittag sowie dem Ausflug mit den Ehrenamtlichen in das Zukunftsmuseum, der viele interessante Eindrücke und Gespräche mit sich brachte.

Natürlich werfen wir auch einen Blick nach vorn: In dieser Ausgabe finden Sie eine Übersicht über die Veranstaltungen und Termine in unseren Häusern während der Herbst- und Wintermonate. Vielleicht entdecken Sie dabei die eine oder andere Gelegenheit zum Mitmachen, Genießen oder Zusammensein.

Passend zur Jahreszeit verrät uns unsere Bewohnerin Anita Niehaus ihr persönliches Lieblingsrezept für die kühleren Tage. Es lädt dazu ein, sich den Herbst kulinarisch schmecken zu lassen und die Gemütlichkeit der Jahreszeit zu genießen.

Auch Rätselspaß, interessante Informationen und ein neues Gewinnspiel dürfen nicht fehlen. Mit etwas Glück wartet dabei wieder eine schöne Überraschung auf Sie.

Ein herzliches Dankeschön gilt außerdem den ehrenamtlichen Helferinnen von Siemens, die uns bei der Entstehung dieser Zeitung erneut engagiert unterstützt haben.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen, Entdecken und Miträtseln sowie eine schöne Herbstzeit und einen besinnlichen Start in die Winter- und Adventszeit.



(Foto Harry Bellach)

Ihre

Melanie Miermeister

Zweite Werkleiterin NürnbergStift
Geschäftsführerin NürnbergStift Service gGmbH

Inhalt

Gedicht 2
Editorial 3
Sommerfest im Heilig-Geist-Spital 5
Termine im NürnbergStift 7
Wissenswertes 9
Kalenderblätter 11
Lyrik-Nachmittag 17
Ehrenamtliche auf Zeitreise 18
Rätselecke 20
Herbstlied 24
Lieblingsrezept 25
Des Rätsels Lösung 26
Wir für Sie 27
Schlusswort 28

Auf einen Blick:

Die Einrichtungen des NürnbergStift



Senioren-Wohnanlage Heilig-Geist-Spital (Foto Ulrich Matz)



Senioren-Wohnanlage St. Johannis (Foto Ulrich Matz)



Senioren-Wohnanlage Platnersberg (Foto Ulrich Matz)



Sebastianspital (Foto Ulrich Matz)



August-Meier-Haus (Foto Nadine Heinrich)

Titelbild: Szabolcs Varnai auf Unsplash

Ein Fest der Erinnerung und Freude im Heilig-Geist-Spital

Bei strahlendem Sommerwetter und angenehm kühlen Plätzen zwischen den historischen Mauern erlebten die Gäste im Kreuzigungshof des Heilig-Geist-Spitals einen wunderschönen Nachmittag voller guter Gespräche, Musik und Gemeinschaft.

Im Mittelpunkt stand die traditionelle Gedächtnisfeier zu Ehren der beiden Spitalstifter Konrad Groß und Herdegen Valzner. Ganz im Sinne der Stifter, wie es schon in der Stiftungsurkunde festgehalten ist, wurde ihrer mit einem Gottesdienst gedacht, den Pfarrerin Claudia Voigt hielt. Musikalisch begleitet wurde die Feier von einem Kantor und einer Sängerin, die für berührende Momente sorgten.



Organisiert hatte das gelungene Fest Einrichtungsleiterin Paula Schwab und ihr Team, die mit viel Herzblut dafür sorgten, dass alles reibungslos ablief. Im Anschluss ließen es sich alle bei gemeinsamem Mittagessen, Kaffee, Kuchen und erfrischendem Eiskaffee gut gehen. Möglich wurde die vielfältige Verpflegung auch durch großzügige Spenden, unter anderem von Siemens – dafür ein herzliches Dankeschön!





Bei den Gästen kam das Fest ebenfalls bestens an. Jutta Rossmann vom Stadtseniorenrat lobte die hervorragende Organisation und schrieb, es sei „Freude und Ehre für die Gäste" gewesen, im Schatten der alten Mauern bei guten Gesprächen, geistlichen Impulsen und froher Musik zusammenzukommen. Auch weitere Gäste bedankten sich herzlich für den gelungenen Ablauf und lobten besonders das Zusammenspiel aus Gottesdienst, Musik und dem zuverlässigen Service-Team der Weinstube – mit der Ankündigung, im nächsten Jahr gerne wieder dabei zu sein.







Ein Fest also, das Tradition und Gemeinschaft auf schöne Weise miteinander verband – und das sicher noch lange in guter Erinnerung bleibt!

Termine in der Senioren-Wohnanlage St. Johannis
Oktober bis Dezember 2026

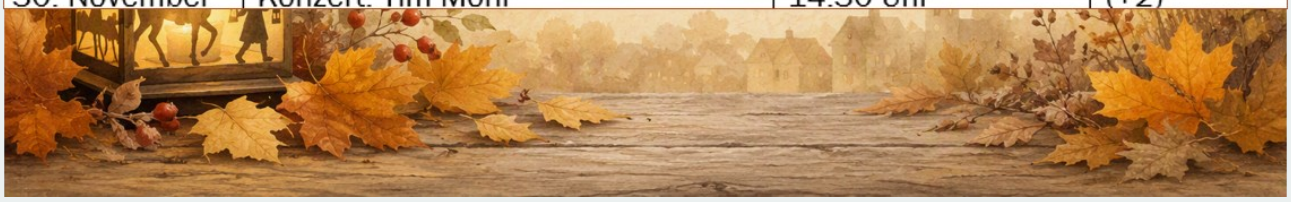
Oktober	
01.Oktober 2026 15:00Uhr	Theater aus der Truhe
06.Oktober 2026 15:00Uhr	Sitztanz mit Frau Mirwaldt
08.Oktober 2026 14:30Uhr	Bunter Nachmittag
29.Oktober 2026 15:00Uhr	Konzert Musikhochschule
November	
03.November 2026 15:00Uhr	Sitztanz mit Frau Mirwaldt
12.November 2026 15:00Uhr	Oper
26.November 2026 15:00Uhr	Konzert Musikhochschule
Dezember	
01.Dezember 2026 15:00Uhr	Sitztanz mit Frau Mirwaldt
10.Dezember 2026 14:30Uhr	Bunter Nachmittag Hr. Staude
17.Dezember 2026 15:00Uhr	Konzert Tim Mohr

Termine Sebastianspital Oktober 2026

Oktober	Was	Uhrzeit	Bereich
1. Oktober	Evangelischer Gottesdienst	10.30 Uhr	Haus 4
7. Oktober	Theater aus der Truhe	ganztägig	Alle Häuser
8. Oktober	Theater aus der Truhe	ganztägig	Alle Häuser
9. Oktober	Evangelischer Gottesdienst	9.45 Uhr 10.45 Uhr	Haus 1 Haus 2
13. Oktober	Oktoberfest	Ab 14.00 Uhr	Haus 2/ Haus 4
14. Oktober	Oktoberfest	Ab 14.00 Uhr	Haus 1
19. Oktober	Intergeneratives Musizieren und Gestalten mit dem Hort	14.30-15.30 Uhr	UG/Haus 4
20. Oktober	Kooperation mit der Wirtschaftsschule: Herbst basteln	vormittags	Haus 2
22. Oktober	Rotary Club	14.30 Uhr	Tante Noris
24. Oktober	Mitsing-Konzert Anna Kaminska	10.00 – 11.00 Uhr	Haus 4
27. Oktober	Modemobil	10.00 – 16.00 Uhr	UG/Alle
28. Oktober	Katholischer Gottesdienst	10.30 Uhr	UG/Haus 4

Termine Sebastianspital November 2026

November	Was	Uhrzeit	Bereich
4. November	Seniorenschuhverkauf	10.00 - 12.00 Uhr	UG/Alle
10. November	Lichterfest	Ab 14.00 Uhr	Haus 2/ Haus 4
11. November	Konzert „Auf den Flügeln der Musik“	15.00 Uhr	alle
12. November	Lichterfest	Ab 14.00 Uhr	Haus 1
19. November	Evangelischer Gottesdienst	9.45 Uhr 10.45 Uhr	Haus 1 Haus 2
20. November	Evangelischer Gottesdienst	10.30 Uhr	Haus 4
21. November	Mitsing-Konzert Anna Kaminska	10-11 Uhr	Haus 1
23. November	Intergeneratives Musizieren und Gestalten mit dem Hort	14.30-15.30 Uhr	UG/Haus 4
26. November	Plätzchenbacken Kooperation mit Wirtschaftsschule Rotaria	Vormittags 14.30 Uhr	Haus 1 Tante Noris
30. November	Konzert: Tim Mohr	14:30 Uhr	UG/Haus 4 (+2)



Termine Sebastianspital Dezember 2026

Dezember	Was	Uhrzeit	Bereich
1. Dezember	Adventsfeier	Ab 14.00 Uhr	Haus 1
4. Dezember	Veranstaltung: Baum aufstellen Weihnachtsmarkt	Vormittags Ab 14.00 Uhr	Park für alle
6. Dezember	Advent: Nürnberger Musikschule	14.30-15.30 Uhr	UG/alle
8. Dezember	Veranstaltung: Adventsfeier	Ab 14.00 Uhr	Haus 2
10. Dezember	Rotary Weihnachtsfeier	14.30 Uhr	UG/Haus 4
13. Dezember	Konzert: Advent	14.30-15.30 Uhr	Haus 2
14. Dezember	Intergeneratives Musizieren und Gestalten mit dem Hort	14.30-15.30 Uhr	UG/Haus 4
15. Dezember	Veranstaltung: Adventsfeier	Ab 14.00 Uhr	Haus 4
16. Dezember	Katholischer Weihnachtsgottesdienst Konzert: Tim Mohr	10.30 Uhr Ab 14.00 Uhr	UG/alle Haus 1
20. Dezember	Konzert: Advent	14.30-15.30 Uhr	Haus 1
21. Dezember	Evangelischer Weihnachtsgottesdienst	Vormittags + nachmittags	Alle
22. Dezember	Christkind		Alle Bereiche



Woher kommt der Adventskalender?

Wenn im Dezember die ersten Türchen geöffnet werden, beginnt für viele Menschen eine der schönsten Traditionen der Adventszeit. Ob mit Schokolade, Bildern oder kleinen Geschenken gefüllt: Der Adventskalender gehört heute fest zu Weihnachten. Doch woher stammt dieser Brauch eigentlich?

Die Vorfreude auf Weihnachten sichtbar machen

Der Adventskalender entstand im deutschsprachigen Raum im 19. Jahrhundert. Familien suchten nach Möglichkeiten, ihren Kindern die lange Wartezeit bis Weihnachten zu verkürzen und die Vorfreude auf das Fest zu steigern. Dabei gab es zunächst unterschiedliche Formen: Manche Familien malten 24 Kreidestriche an Türen oder Wände, von denen jeden Tag einer weggewischt wurde. Andere hängten nach und nach Weihnachtsbilder auf oder ließen die Kinder täglich einen Strohhalm in die Krippe legen, damit das Christkind an Heiligabend „weich gebettet“ werden konnte. Auch Kerzen, Sterne oder kleine Fahnen dienten als tägliche Erinnerung daran, dass Weihnachten näher rückte. Quellen bestätigen diese frühen Formen des Adventszählens bereits ab etwa 1840.

Johann Hinrich Wichern und die Idee dahinter

Als wichtiger Vorläufer des Adventskalenders gilt der evangelische Theologe Johann Hinrich Wichern (1808-1881). Er leitete das „Rauhe Haus“ in Hamburg, eine Einrichtung für benachteiligte Kinder. Weil die Kinder immer wieder fragten, wann denn endlich Weihnachten sei, stellte Wichern im Jahr 1839 einen großen Holzkranz mit Kerzen auf. Für jeden Tag im Advent wurde eine Kerze angezündet. So konnten die Kinder sehen, wie viele Tage noch bis zum Weihnachtsfest verblieben.



Johann Hinrich Wichern (1808-1881)



Aus diesem sogenannten Wichernkranz entwickelte sich später der Adventskranz, den wir heute kennen. Gleichzeitig gilt die Idee, die verbleibende Zeit bis Weihnachten sichtbar zu machen, als wichtiger Ursprung des späteren Adventskalenders.

Schokolade kam erst viel später



Viele Menschen glauben, Adventskalender habe es schon immer mit Schokolade gegeben. Tatsächlich waren die ersten Kalender reine Bildkalender. Schokolade setzte sich erst nach dem Zweiten Weltkrieg langsam durch.

Als erster kommerziell erfolgreicher Schokoladen-Adventskalender gilt ein Modell aus dem Jahr 1958, das die heute bekannte Form entscheidend prägte.

Seitdem hat sich die Auswahl ständig erweitert. Neben den klassischen Schokoladenkalendern gibt es heute Varianten mit Tee, Büchern, Kosmetik, Gewürzen, Spielzeug, Snacks, Bier, Müsli, Schmuck, Blumensamen, Werkzeugen und sogar extra Adventskalender für Haustiere wie für Hunde oder Katzen.

Vorfreude ist die schönste Freude!

Trotz aller Veränderungen ist die ursprüngliche Idee bis heute dieselbe geblieben: Jeder Tag im Advent bringt eine kleine Freude und macht die Wartezeit bis Weihnachten etwas kürzer.

Advent

Es treibt der Wind im Winterwalde
die Flockenherde wie ein Hirt,
und manche Tanne ahnt, wie balde
sie fromm und lichterheilig wird;
und lauscht hinaus.
Den weißen Wegen
streckt sie die Zweige hin, bereit,
und wächst entgegen
der einen Nacht der Herrlichkeit.

(Rainer Marie Rilke)



OKTOBER 2026



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

03.10.2026 Tag der deutschen einheit

NOVEMBER 2026



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

01.11.2026 Allerheiligen
18.11.2026 Buß- und Bettag

DEZEMBER 2026



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

24.12.2026 Heiligabend
25.12.2026 1. Weihnachtstag
26.12.2026 2. Weihnachtstag
31.12.2026 Silvester

JANUAR 2027



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

01.01.2027 Neujahrstag
06.01.2027 Heilige drei könige

FEBRUAR 2027



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28

MÄRZ 2027



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

26.03.2027 Karfreitag 28.03.2027 Ostersonntag
29.03.2027 Ostermontag

3. Lyrik-Nachmittag im Sebastianspital am 17. Juni 2026

Birgit Gombarek, die Ergotherapeutin des Pflegezentrums Sebastianspital, hat unter dem Motto „Liebe“ wieder ein wunderbares, teilweise sehr gefühlvolles, öfter auch lustiges Programm zusammengestellt. Unterstützt wurde sie insbesondere durch Klaudia Türpe, die die Lyrik-Nachmittage von Beginn an mit Herzblut begleitet hat. Mit dabei war diesmal auch Klaudija Corac, um den Vortragenden hilfreich zur Seite zu stehen.

Sieben Bewohnerinnen und zwei Betreuungskräfte sowie Frau Gombarek selbst nutzten die Bühne für den Vortrag kleiner und feiner Gedichte von namhaften deutschsprachigen Dichtern – sogar ein Songwriter war dabei! So wurden mehrere Gedichte von Johann Wolfgang von Goethe vorgetragen, aber auch Heinz Erhardt, Joachim Ringelnatz und Wilhelm Busch wurden rezitiert. Selbst zwei Darbietungen im Dialekt bereicherten das Bühnenprogramm: eine in österreichischer Mundart, die andere mit sächsischen Anklängen aus dem Erzgebirge.



Begleitet, ergänzt und gerahmt wurde das Programm von Frau Professor Lilo Kraus an der Harfe. Sie hatte ihre Stückauswahl perfekt abgestimmt auf die Thematik, spielte mal ein Lied von Claude Debussy im Anschluss an das Gedicht „Frühlingsglaube“ von Ludwig Uhland, bei dem man den Eindruck bekommen konnte, die ‚linden Lüfte‘ aus dem Vers unmittelbar zu spüren. Dann klang die Harfe fast wie eine Zither, nachdem der Text von „Weus´d a Herz hast wia a Bergwerk“ vom bekannten Austropop-Interpreten Rainhard Fendrich vorgetragen worden war.

Ein sehr runder und harmonischer lyrischer Nachmittag bot Dank finanzieller Unterstützung des Rotary Clubs Nürnberg den Bewohnerinnen und Bewohnern des Pflegezentrums Sebastianspital die Möglichkeit, einerseits zuzuhören und zu genießen, und andererseits aber auch selbst aktiv zu werden und den Mut zu fassen, vor Zuhörerinnen und Zuhörern aufzutreten und vorzutragen. Vielen Dank dafür an alle Mitwirkenden und den Rotary Club Nürnberg und natürlich auch an die vielen „guten Geister“ der sozialen Betreuung, die das Projekt immer gerne begleiten und helfen, wo es nötig ist!

Schließen möchte ich mit dem Gedicht von *Erich Fried,* das Frau Gombarek vortrug:

Meine Wahl

Gesetzt ich verliere dich
und habe dann zu entscheiden
ob ich dich noch ein Mal sehe
und ich weiß:

Das nächste Mal
bringst du mir zehnmal mehr Unglück
und zehnmal weniger Glück
Was würde ich wählen?

Ich wäre sinnlos vor Glück
dich wiederzusehen.

18.6.2026 Konstanze Pilgrim

Ehrenamtliche auf Zeitreise

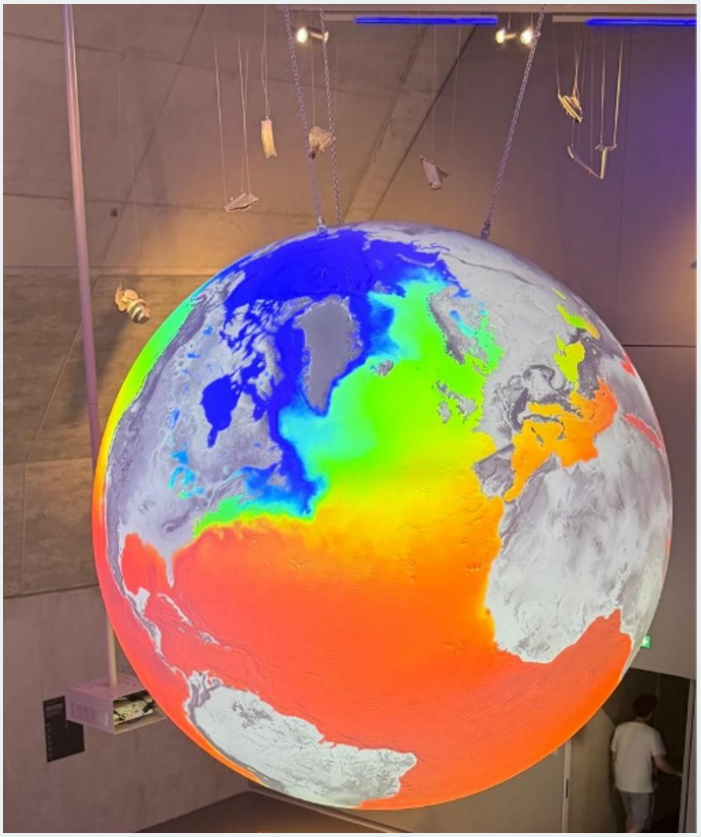
Wie sieht die Zukunft aus – und welche Rolle spielen künstliche Intelligenz und Roboter dabei? Diesen spannenden Fragen gingen die Ehrenamtlichen des NürnbergStift bei einem gemeinsamen Ausflug ins Zukunftsmuseum Nürnberg nach.



Bei einer sogenannten „Denktour“ tauchte die Gruppe in die Welt von morgen ein. Dabei ging es um künstliche Intelligenz, Robotik und technische Entwicklungen, die unser Leben in Zukunft verändern könnten – oder es teilweise schon heute tun. Besonders spannend war natürlich die Frage, welche Möglichkeiten sich daraus für den Alltag und insbesondere für Pflegeeinrichtungen ergeben könnten. Können Roboter künftig Pflegekräfte unterstützen? Welche Aufgaben kann künstliche Intelligenz übernehmen? Und was bleibt trotz aller Technik unersetzlich menschlich?

Die vielen Eindrücke und Denkanstöße sorgten für Gesprächsstoff. Die Tour war nicht nur informativ, sondern auch unterhaltsam und regte dazu an, über die Chancen und Herausforderungen der Zukunft nachzudenken. Eines wurde dabei deutlich: Die Zukunft ist näher, als wir vielleicht manchmal denken.

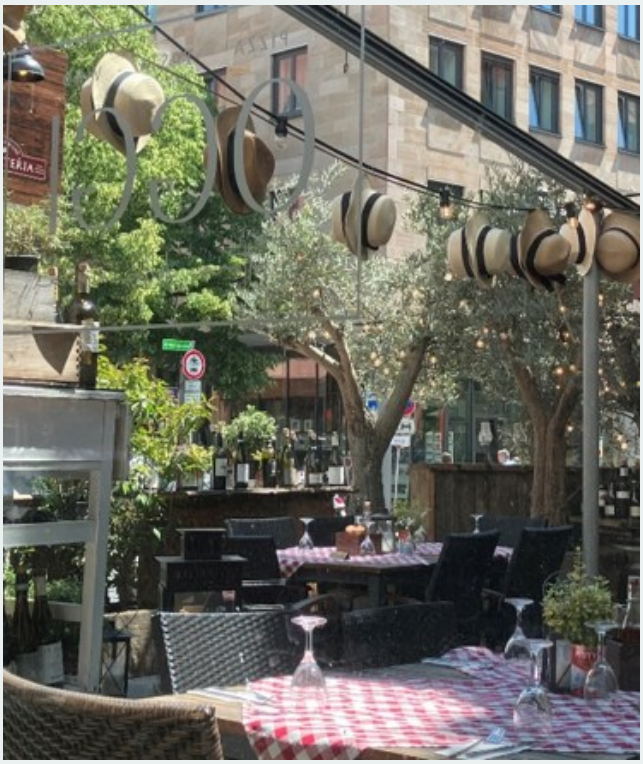






Der drei Meter großer Globus bildet das interaktive Zentrum des Themenbereichs „System Erde“ und fasziniert damit sehr. Und als ein weiteres Highlight kann man aus dem oberen Stockwerk Nürnbergs schöne Architektur mit vielen Details entdecken.

Nach so viel „Denkarbeit“ durfte anschließend natürlich eine Stärkung nicht fehlen: Gemeinsam ging es in die Oggi Trattoria della Nonna. Bei Pizza und weiteren italienischen Köstlichkeiten ließ es sich die Gruppe gutgehen. In gemütlicher Atmosphäre wurde weiterdiskutiert, gelacht und die gemeinsame Zeit genossen.



Unsere Ehrenamtlichen leisten mit ihrem Engagement einen wertvollen und unverzichtbaren Beitrag für die Menschen in unseren Einrichtungen. Umso wichtiger ist es uns, ihnen auch etwas zurückzugeben, Danke zu sagen und gemeinsame Erlebnisse wie diesen Ausflug zu ermöglichen. Denn neben ihrem großartigen Einsatz soll auch das Miteinander, der Austausch und die gemeinsame Zeit nicht zu kurz kommen.

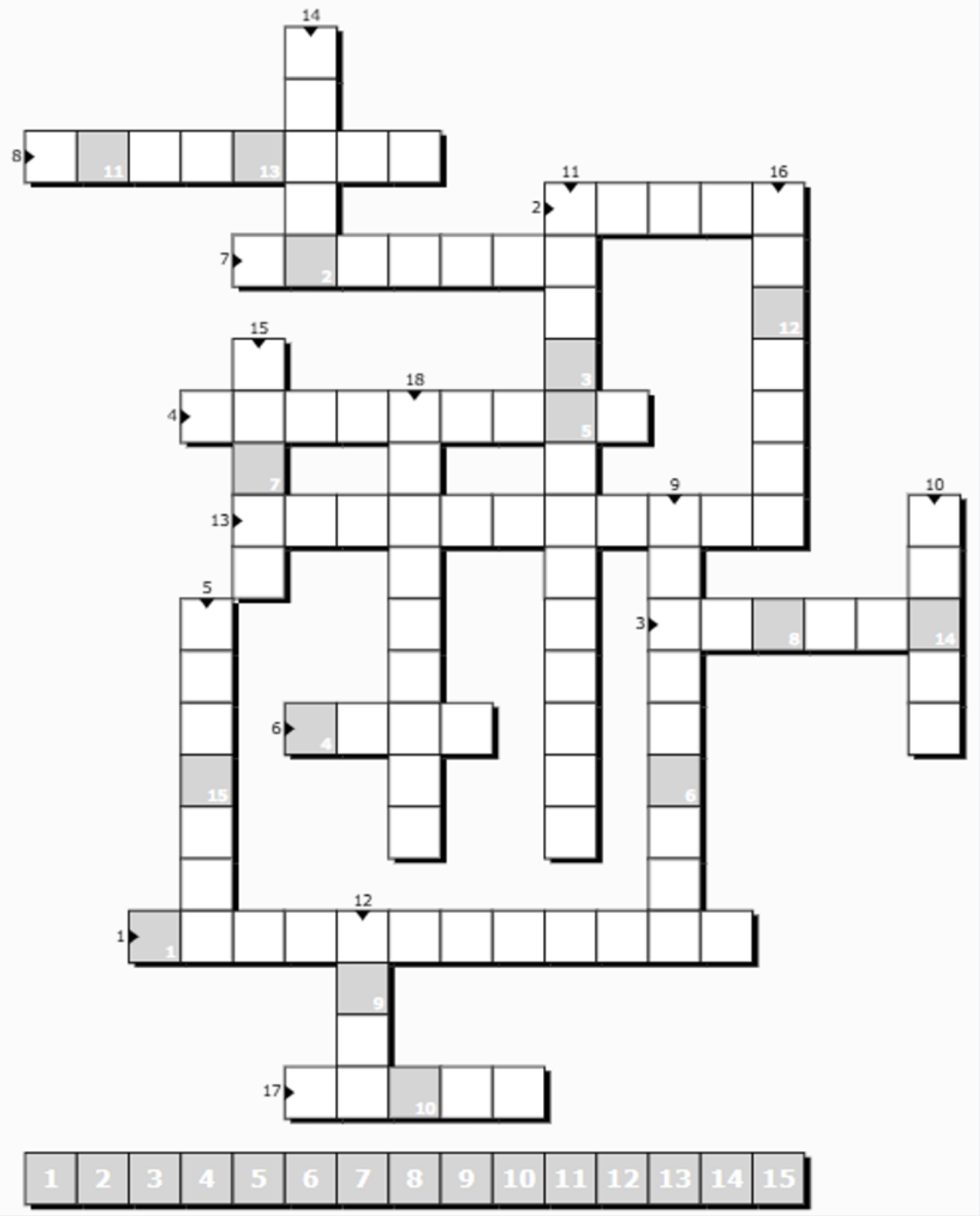
Nadine Heinrich

So geht‘s:
Füllen sie die leeren Quadrate mit Zahlen von 1 bis 9.
Jede Zahl darf dabei nur genau einmal pro Zeile, pro Spalte und pro Kästchen vorkommen.

								3
2	3	5			4			
8		1		2		7	4	
							8	
		4	8	3		5	6	
				4				9
9	6	7			5	4		
1	4		6		3	2		
		2		7		9		

8					7		1	2
		6		2		5	7	
				3				
					3	1		
	3	2			9	6		8
7	1			6				
			8			7		1
		1		5	2	8	4	
			3		1		6	

Kreuzworträtsel



1. Ein Märchen
2. Vorname des King of Rock ’n’ Roll
3. Deutsche Dichter (Faust)
4. Komponist der 9. Sinfonie
5. Herbstfrucht
6. Hauptstadt von Österreich
7. Musikinstrument
8. Herbstmonat
9. Höchster Berg Deutschlands
10. Fluss durch Köln
11. Traditionelles Fest wird im Herbst gefeiert
12. Planet
13. Kleidung für die Nacht
14. Besteckteil
15. Jahreszeit
16. Wochentag
17. Kehrgerät
18. Gruseliges Fest am 31. Oktober

Fehlersuchbild



Im rechten Bild haben sich 6 Fehler eingeschlichen.
Vergleichen Sie die beiden Bilder und kreisen Sie die Fehler ein!



Neues Gewinnspiel: Köstlichkeiten für die Adventszeit!

Die Adventszeit versüßt uns das Warten auf Weihnachten. Deshalb verlosen wir in diesem Jahr leckere adventliche Überraschungen. Mit etwas Glück können Sie köstliche Weihnachtsleckereien gewinnen. Wir wünschen allen Teilnehmenden viel Freude und drücken fest die Daumen!

So nehmen Sie teil:

Um an der Auslosung teilzunehmen, senden Sie das Lösungswort des Kreuzworträtsels bis zum 30.11.2026 per E-Mail an: nadine.heinrich@stadt.nuernberg.de
Alternativ können Sie auch eine Postkarte mit dem Lösungswort, Ihrem Namen und Ihrer Anschrift an folgende Adresse senden: Nadine Heinrich, NürnbergStift, Regensburger Straße 388, 90480 Nürnberg.
Viel Glück oder auf Italienisch „Buona fortuna!“

Herbst-Suchsel (Finde die versteckten Wörter)

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

GARTEN
KAFFEE
NOVEMBER
BUCH
NATUR
REISEN
BLUME
WALD
VOGEL
SONNE
MUSIK
ENKEL
SPAZIERGANG
FREUND
URLAUB
ZEITUNG
HEIMAT
GESUNDHEIT
GEBURTSTAG
SCHMETTERLING
FAMILIE
WALDERLEBNISS

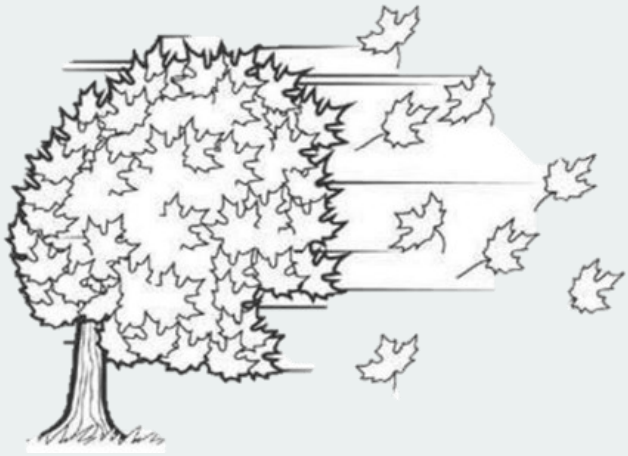
Gewinnbekanntgabe der letzten Ausgabe



Herzlichen Glückwunsch an die Gewinnerinnen!

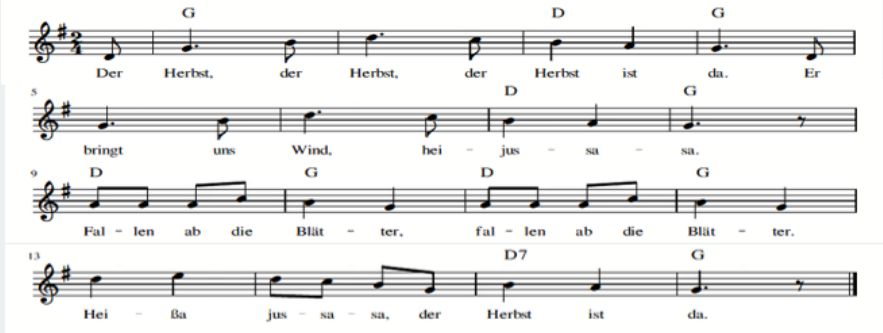
Über den Gewinn, ein Geschenk-Korb mit Köstlichkeiten aus Griechenland, freuten sich sehr: Uta Engelhardt mit Frau Thalmeier, Frau Opitz, Frau Scherner und Frau Treuheit aus der Senioren-Wohnanlage Platnersberg.

Der Herbst ist da

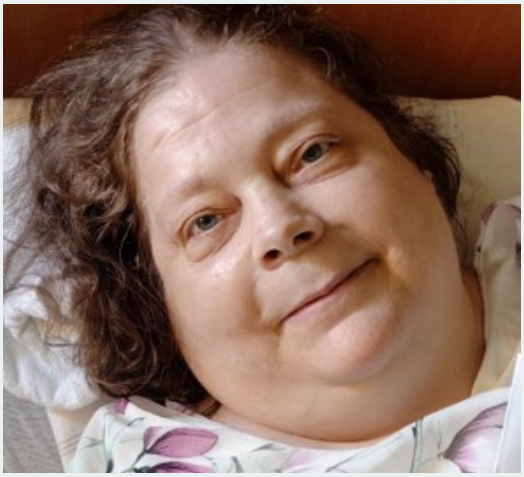


Der Herbst, der Herbst, der Herbst ist da,
er bringt uns Wind, hei hussassa!
Fallen ab die Blätter,
bringt uns Regenwetter.
Heia hussassa, der Herbst ist da!
Der Herbst, der Herbst, der Herbst ist da,
er bringt uns Obst, hei hussassa!
Macht die Blätter bunter,
wirft die Äpfel runter.
Heia hussassa, der Herbst ist da!
Der Herbst, der Herbst, der Herbst ist da,
er bringt uns Wein, hei hussassa!
Nüsse auf den Teller,
Birnen in den Keller.
Heia hussassa, der Herbst ist da!
Der Herbst, der Herbst, der Herbst ist da,
er bringt uns Spaß, hei hussassa!
Rüttelt an den Zweigen,
Lässt die Drachen steigen
Heia hussassa, der Herbst ist da!

(Text und Musik: H.R. Franzke)



Lieblingsrezept von Anita Niehaus: Wirsingröllchen mit Hackfleisch und Nudeln



Anita Niehaus ist 54 Jahre alt und lebt in der Senioren-Wohnanlage St. Johannis. Aufgrund gesundheitlicher Einschränkungen ist sie bettlägerig. Dennoch hat sie sich ihre positive und freundliche Art bewahrt und ist an vielen Dingen interessiert. Ihrem Alltag begegnet sie trotz ihrer schwierigen Situation mit Fröhlichkeit und Offenheit.

Heute verrät sie uns eines ihrer Lieblingsrezepte: herzhafte Wirsingröllchen mit Hackfleisch und Nudeln – ein klassisches Gericht, das wunderbar in den Herbst passt, wärmt und nach Hausmannskost schmeckt.



Zutaten

- gemischtes Hackfleisch (Schwein und Rind)
- Salz, Pfeffer und Hackfleischgewürz
- Zwiebeln
- ein Wirsingkopf
- passierte Tomaten
- Nudeln als Beilage

Zubereitung

Zunächst das Hackfleisch mit Salz, Pfeffer und Hackfleischgewürz kräftig würzen. Die Zwiebeln klein schneiden und unter die Hackfleischmasse mischen. Anschließend beim Wirsing den Strunk herausschneiden. Die einzelnen Wirsingblätter vorsichtig ablösen und gründlich waschen. Die Blätter mit der vorbereiteten Hackfleischmischung füllen und zu kleinen Röllchen formen. Nun die Wirsingröllchen dicht nebeneinander in einen Topf legen und mit Wasser bedecken. Anschließend die passierten Tomaten hinzugeben. Alles zusammen etwa 40 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln beziehungsweise dünsten lassen. Währenddessen die Nudeln nach Packungsanweisung kochen. Zum Schluss die fertigen Wirsingröllchen gemeinsam mit den Nudeln servieren.

Wir wünschen guten Appetit!

Lösung für Herbst-Suchsel

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

Lösung: Sudoku 1

4	7	6	9	5	1	8	2	3
2	3	5	7	8	4	6	9	1
8	9	1	3	2	6	7	4	5
5	2	9	1	6	7	3	8	4
7	1	4	8	3	9	5	6	2
6	8	3	5	4	2	1	7	9
9	6	7	2	1	5	4	3	8
1	4	8	6	9	3	2	5	7
3	5	2	4	7	8	9	1	6

Lösung: Sudoku 2

8	4	5	6	9	7	3	1	2
3	9	6	1	2	8	5	7	4
1	2	7	5	3	4	9	8	6
5	6	9	4	8	3	1	2	7
4	3	2	7	1	9	6	5	8
7	1	8	2	6	5	4	3	9
2	5	3	8	4	6	7	9	1
6	7	1	9	5	2	8	4	3
9	8	4	3	7	1	2	6	5

Lösung für das Fehlersuchbild:



Wir für Sie – das lieben wir an der gemütlichen Jahreszeit!



Werden die Tage kürzer und die Luft kühler, sitze ich gerne am Abend mit einem Buch und einer heißen Tasse Tee auf dem Balkon. Wenn ich mich "fest lese", kommen dann manchmal auch schon die selbstgestrickten Socken zum Einsatz, um die Zeit draußen zu verlängern. Ich freue mich immer sehr auf den Herbst – und der Lesestoff liegt schon bereit! (Alexandra)



Wenn der Sommer sich verabschiedet, bin ich zunächst etwas enttäuscht. Sobald ich aber sehe, wie sich der Herbst von seiner schönen, bunten und gemütlichen Seite zeigt, ist der Sommer schnell vergessen. Ab dann genieße ich die vielen Farbveränderungen in der Natur bei einem schönen Herbstspaziergang oder genieße die regnerischen Tage in einem gemütlichen Café in der Stadt. (Janina)



Ich mag den Altweibersommer, weil er zeigt, dass ein Ende nicht immer laut sein muss. Noch einmal (hoffentlich) sehr warme Tage, das sanftes Licht scheint der Welt einen Goldfilter aufzulegen, so wie hier am Neuruppiner See, in dem ich auch jetzt noch so oft wie möglich am Morgen schwimmen gehe – Zeit nur für mich – so müsste jeder Tag beginnen. (Britta)



Jedes Jahr aufs Neue freue ich mich sehr auf den Übergang vom Spätsommer in den Herbst. Die Blätter, die sich langsam färben und dann fallen, die Luft, die wieder etwas klarer und kälter wird, die Tasse Tee, die man in Ruhe in einer Decke eingekuschelt genießen kann sind leider nur eine sehr kurze, aber besonders schöne Zeit für mich. (Christina)

Gemeinsam als Team arbeiten wir nicht nur an der Erstellung dieser Zeitung, sondern sind auch (ehemalige) Kolleginnen des Strategie Teams der Siemens Mobility Customer Services und der Digital Industrie Customer Services.
Diese Heimzeitung wurde von uns in enger Zusammenarbeit mit dem NürnbergStift für das NürnbergStift erstellt.
Wir wünschen Ihnen schöne Herbsttage, frohe Weihnachten und einen guten Start ins neue Jahr!



NürnbergStift

NürnbergStift
Regensburger Str. 388
90480 Nürnberg

Telefon: 0911 / 23166 - 800
Telefax: 0911 / 21531 - 9800

E-Mail: nuest@stadt.nuernberg.de

https://www.nuernbergstift.de