

m „mitanondo“ „insieme“



Schneewittchen und die 7 Zwerge...
...und Schneewittchen



Vorschau - Rückblick

Prossimamente - Retrospettiva

Vorankündigung - Annuncio

Mitteilung: ab dem 23.02. findet bis Ostern jeden Dienstag eine Kreuzwegandacht anstelle des Rosenkranzes statt.

Comunicazione: dal 23.02 fino a Pasqua ci sarà una Via Crucis il martedì al posto del Rosario.



- * 05.02. 16:00 Messe für unsere Verstorbenen
Santa Messa per i nostri ospiti defunti
- * 11.02. 14:30 Unsinniger Donnerstag - Faschingsfeier
Giovedì Grasso - Festa di Carnevale
- * 15.02. 10:00 Rosenmontag - Singen mit Mitarbeiterchor
Lunedì Grasso - cantare con il nostro coro
- * 17.02. Aschermittwoch - *Mercoledì delle ceneri*
- * 25.02. 10:00 Lesestunde mit Barbara / *Ora di lettura con Barbara*



Ein herzliches „Vergelt's Gott“ an die
Bauernjugend Toblach,
für Eure Glückwünsche und den Schutzengel!

Erinnerungen unserer Heimbewohner

Ricordi dei nostri ospiti



Resi Kofler -

Die Fischerin vom Dürrensee!

„Kein Fisch war vor ihr sicher!“

Bräuche Usanze

Wer mit offenen Augen durch Südtirol geht, dem fällt bald auf, dass die Bauern und Handwerker hier an Werktagen eine blaue Schürze tragen. Sie ist fester Bestandteil der Arbeitskleidung und prägt das Bild Südtirols wie kein zweites Kleidungsstück.



Der „blaue Schurz“

Der blaue Schurz scheint unentbehrlicher Bestandteil der traditionellen Arbeitswelt zu sein. „Ein Mann ohne Schurz ist nur halb angezogen“, besagt folglich auch ein Südtiroler Sprichwort, und ohne das klassische karierte oder weiße Hemd und den Schurz darüber fühlt sich wohl so mancher wirklich „nackt“. Nur am Wochenende und an Festtagen wird der blaue Schurz abgelegt, dann trägt man zur Feier des Tages die festliche Tracht.

Bis nach 1900 war die Bauernschürze aus weißem Leinen und später aus weißer Baumwolle gefertigt. Sie wurden von den Bauern nach dem Gottesdienst am Sonntagmorgen und auf Märkten getragen. So konnten die Bauern ihr Standesbewusstsein leben und zeigen und sich als Wohlhabende von der ärmeren Bevölkerung abheben. "Der Schurz" wurden von den Frauen auf den Höfen für ihre Männer selbst genäht. Der Schurz, auch "Firti" genannt, diente zum Schutz der Kleidung, war aber auch sonst vielseitig einsetzbar, wie zum Beispiel als Tasche, er wurde auch als Säsack oder als Handtuch verwendet. Außerdem ist "der blaue Schurz" bei Vereinen und Veranstaltungen sehr beliebt.



Il "grembiule blu"

Chi cammina in Alto Adige con gli occhi aperti, noterà presto che qui i contadini e gli artigiani indossano un grembiule blu nei giorni feriali. Fa parte integrante dei loro abiti da lavoro e caratterizza l'immagine dell'Alto Adige come nessun altro capo d'abbigliamento.

Il grembiule blu sembra essere una parte indispensabile del tradizionale mondo del lavoro. "Un uomo senza grembiule è vestito solo a metà", e quindi lo dice anche un proverbio altoatesino che senza la classica camicia a scacchi o bianca e il grembiule sopra, molte persone probabilmente si sentirebbero davvero "nude". Solo nei fine settimana e nei giorni di festa si toglie il grembiule blu, poi si indossa il costume festivo per celebrare la festività.

Fino a dopo il 1900 il grembiule era di lino bianco e successivamente di cotone bianco. Erano indossati dai contadini dopo la messa della domenica mattina e nei mercati. In questo modo i contadini hanno

potuto vivere e dimostrare la loro posizione sociale e distinguendosi così dalla popolazione più povera. "I grembiuli" venivano cuciti dalle donne nelle fattorie per i loro stessi uomini. Il grembiule, detto anche "Firti", serviva a proteggere i vestiti, ma veniva usato anche in molti altri modi, ad esempio come borsa, come sacco di semina o come asciugamano.







Gedicht bei unseren Festen Marende & Musik

Griaßt enk Gott, des liabu Leit,
schian, daß des do zommkemm seid.

Mir tian awian sing und quit marenn,
kenn für a zeitlong die letzn Gidonkn vodräng.

Weil s'oltwerdn isch et olm a so leicht,
es zwickt do und sem und olba wiedo schleicht
sich irgndwo a Wehwehchen ein
und sell isch lästig und gor et fein.

S'Wetto gspiert man zi olle Zeitn,
und den tamischn Wind tuit man gor et doleidn,
der fohrt in die Baando und sicht ibroll hin,
und helfn tuit nicht, a net die beschte Medizin.

A quitis Wort – daß'z ingaling woll bessa werd
ischs's anzige, wos man noar gern heart.

So well mo decht heint awian luschtig sein
und mochns ins mitanondo fein.

Mir donkn in Herrgott für enk, liabe Leit
und wünsch in olle no a gimiatliche Zeit.

Barbara Brugger/2019



Gesund durch's Jahr

Februar

Brennnessel „*Urtica Dioica*“

Die Brennnessel wird zu Unrecht manchmal als lästiges Unkraut betrachtet, dabei ist diese Pflanze vielseitig einsetzbar. Sie hat lange, verzweigte Wurzeln und vier-eckige, kräftige Stängel, die bis zu 1,50 m lang werden können. Die Brennnesselblätter sind zwischen 2 und 5 cm lang, außen gezackt und mit vielen Brennhaaren besetzt. Diese erzeugen ein Kribbeln und Jucken, wenn man sie mit der Haut berührt. Die Pflanze enthält u.a. Kieselsäure, Mangan, Kalium, Calcium, viel Eisen, Flavonoide, die Vitamine A, B2, B5, C, E und K sowie Acetyl-Cholin.

Brennnesseln wirken u.a. blutbildend, harntreibend und stoffwechselfördernd, antibakteriell und gefäßerweiternd. Sie helfen bei Rheuma, Gicht, Erschöpfungszuständen und Durchblutungsstörungen. Die Wurzel wirkt u.a. entzündungshemmend und stärkt das Immunsystem.



Urtica dioica (Große Brennnessel)

Brennnessel hilft bei...



Entschlackungskuren

Tee: 1 TL zerkleinerte Brennnesselblätter in eine Tasse füllen, mit heißem Wasser übergießen und 5-10 Min ziehen lassen, abseihen und schluckweise trinken. Bis zu 3 Tassen tgl., max. 10 Tage. Der Tee wirkt nicht nur abführend, sondern ist auch belebend.

Stärkung der Bauchspeicheldrüse und Durchblutungsförderung

Tinktur: Gesäuberte und zerkleinerte Brennnesseln in ein verschließbares Glas schichten. Mit 40%igem klaren Alkohol auffüllen, sodass dieser ca. 2 cm über den Kräutern steht. Glas verschließen und 14 Tage auf eine sonnige Fensterbank stellen. Danach abfiltrieren und in dunkle Fläschchen füllen. 3x tgl. 15 Tropfen mit etwas Wasser einnehmen, bis Besserung.

Brennnessel gegen Wadenkrämpfe

Als Tee hilfreich:
max. 3 Tassen täglich,
bis die Beschwerden
abklingen

Blasenentzündung

Gut gesäuberte Rispfen auf einem Butterbrot verteilen und verzehren.

Max. 2 Scheiben tgl. bis Besserung erkennbar.



Stärkung der Haarwurzeln

1 Handvoll Brennnesseln in ½ Liter Apfelessig aufkochen, 2 Min. ziehen lassen, abseihen und abkühlen lassen, bis die Temperatur hautverträglich ist. Nach der Haarwäsche in den Haarboden einmassieren, nicht auswaschen. Bevorzugt im Frühjahr über max. 3 Wochen anwenden.

Wir Gedenken

Ricordiamo

Gedenken an unsere verstorbenen Heimbewohner

Ricordiamo i nostri ospiti defunti

Am 07.02.21 findet die heilige Messe statt.

Leider ist kein Besuch von außerhalb möglich.

Aber trotzdem gedenken wir unserer verstorbenen Bewohner.

Im Februar gedenken wir besonders:

† **08.11.20. Agnes Moser**

† **18.01.21. Karl Seyr**



In der Stille, in Gedanken oder in einem Gebet.

Gedächtnistraining

Train your logical thinking

Assoziationsübung

Finde ein Wort, welches jeweils an beide Wörter angehängen werden kann. Beispiel: Apfel und Stamm + *Baum* = Apfelbaum und Stammbaum



Mais und Weizen = _____

Laub und Kreis = _____

Wind und Latz = _____

Ernte und Hoch = _____

Herbst und Sommer = _____

Zwiebel und Baum = _____

Nebel und Haus = _____

Regen und Schwarz = _____

Oktober und Sommer = _____

Ernte und Baum = _____

Viel Spaß wünscht Karolina

Geburtstage im Februar

Compleanni nel mese di febbraio



Heimbewohner

Ospiti della casa

- * 07.02. Berta Schönegger
- * 14.02. Maria Lanzinger
- * 14.02. Rosa Lanz
- * 14.02. Josefine Schranzhofer
- * 16.02. Dorothea Lercher
- * 23.02. Maria Schäfer
- * 29.02. Josef Weitlaner



Wir gratulieren!
Ci congratuliamo!



Mitarbeiter - Collaboratori

- * 08.02. Helena Weber
- * 15.02. Maria Auer
- * 28.02. Karolina Brunner



www.seniorenwohnheim-innichen.it
www.residenzaperanziani-sancandido.it