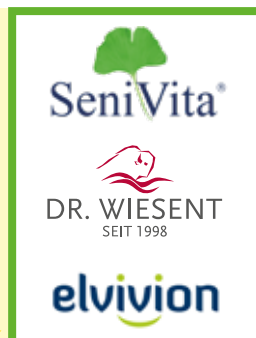


## Liebe Hausbewohnerin, lieber Hausbewohner,

schön, dass Sie wieder mit uns in die Woche starten. Allerlei Buntes und Interessantes haben wir wieder für Sie zusammengestellt - es wird nicht langweilig, das versprechen wir Ihnen! Starten wir in den Montag mit dem Siebenschläfer. Er macht seinem Namen alle Ehre, denn er verschläft das halbe Jahr! Hoffentlich ist sein Bett auch recht kuschelig!

Herzliche Grüße und viel Freude beim Lesen!



## Der Siebenschläfer



Der Siebenschläfer (lateinisch Glis glis) ist ein nachtaktives Nagetier, das zur Familie der Bilche (Schlafmäuse) gehört. Sein Kopf und Körper ähneln dem einer Maus. Sein langer, etwas buschiger Schwanz erinnert eher an ein Eichhörnchen. Seinen Namen hat der kleine Nager von seinem langen Winterschlaf, der von Mitte September bis in den Mai hinein, und damit sieben Monate oder teilweise noch länger andauern kann. Für seinen Winterschlaf verkriecht er sich in unterirdische Höhlen, Baumlöcher oder auch Vogelhäuschen. Um sich ausreichend Winterspeck anzufressen, ernährt sich der Siebenschläfer vor allem von Bucheckern, Eicheln, Haselnüssen und Kastanien. Knospen, Rinden, Früchte und Pilze sowie gelegentlich Insekten, Vogeleier und sogar kleine Vögel stehen ebenfalls auf dem Speiseplan. Zuhause ist der Siebenschläfer vorwiegend

in Laubwäldern oder großen Gärten. Sein Lebensraum reicht dabei von Mitteleuropa bis in den Nahen Osten. An das Leben in den Bäumen ist er perfekt angepasst: So hat er an seinen Pfoten Sohlenballen, die wie Saugnapfe funktionieren und es ihm ermöglichen, senkrecht in die Höhe zu klettern. Sein langer Schwanz hilft ihm dabei, das Gleichgewicht zu halten. Die kleinen Tiere werden bis zu neun Jahre alt und erreichen ein Gewicht von 70 bis 160 Gramm. Die Körperlänge vom Kopf bis zum Schwanzende beträgt ca. 30 Zentimeter.

### Interessantes zum WEIHNACHTSFEST

Der beliebteste Weihnachtsfilm der Deutschen ist „Drei Haselnüsse für Aschenbrödel“. Dicht dahinter folgen „Kevin – Allein zu Haus“ und „Der kleine Lord“.

Deutschlands ältester in einer Chronik genannter Weihnachtsmarkt ist der „Bautzener Wenzelsmarkt“, der seit 1384 abgehalten wird.



# Weihnachtsgewürze

## Sternanis



Sternanis ist durch seine Sternform mit acht Zacken wohl eines der dekorativsten Gewürze der Welt. Die Frucht des Sternanis wächst auf einem immergrünen Baum im asiatischen Raum. Mit dem in Europa beheimateten Anis ist der Sternanis botanisch nicht verwandt. Allerdings ähneln sich die beiden Gewürze vom Geschmack her. Das Aroma erinnert an Lakritze oder Fenchel. Während Anis aber süßlich mild schmeckt, hat Sternanis einen etwas intensiveren, schärferen und rauchigeren Geschmack. Die harte, aromatische Schale des Sternanis wird ebenso zum Würzen verwendet, wie die kleinen Samen, die sich in den Zacken befinden. Als Gewürz passt Sternanis sowohl zu Süßspeisen und Glühwein als auch zu herzhaften Gerichten.

BR, 20:15 Uhr, Landfrauenküche:  
Monika Bernhard aus der  
Oberpfalz, Dokusoap, D 2020

Die 28-jährige Monika ist mit ihrer Familie auf dem Streuobsthof Bernhard in Steinach in der Oberpfalz zu Hause. Für eine Sache „brennt“ Monikas Herz ganz besonders: die Schnapsherstellung. Aus den eigenen Früchten destilliert sie 14 verschiedene Brände und Destillate.

Fernsehtipp

## Impressum

**Herausgeber:** SeniVita Social Estate AG, Dr. Wiesent Sozial gGmbH, elvion viva gGmbH  
Wahnfriedstraße 3 | 95444 Bayreuth **Redaktion:** Dr. Wiesent Sozial gGmbH, Fröhlich PR GmbH Bayreuth

**Layout:** SeniVita Social Estate AG **Fotos:** SeniVita, stock.adobe.com, Pexels, Pixabay

**Druck:** P&P Printmanagement, Bgm.-Kempff-Straße 2, 96170 Trabelsdorf **V.i.S.d.P.:** Dr. Dr. phil. Horst Wiesent

## Sitten und Gebräuche am Hof

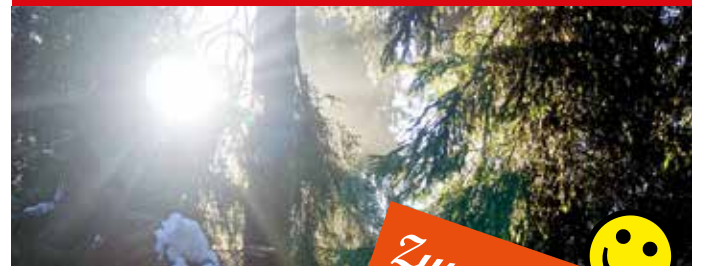
Der englische *Weihnachtspudding*, bei Hofe sehr beliebt, kommt am **1. Weihnachtstag** in den meisten englischen Haushalten als Dessert nach dem Festmenü auf den Tisch. Mit unserem Milchpudding hat dieser so gar nichts zu tun, denn schon die Zutaten, wie z. B. Brandy, Mehl, Nüsse und Weihnachtsgewürze, unterscheiden sich doch sehr. Ein kalorienreicher Nachtisch, aber sehr lecker!

In welcher Küche wird nicht gekocht?

In der Gerücheküche!

Wenn einer dem anderen Liebe schenkt, wenn die Not des Unglücklichen gemildert wird, wenn Herzen zufrieden und glücklich sind, steigt Gott herab vom Himmel und bringt das Licht: Dann ist Weihnachten.

aus Haiti



Zum Schmunzeln!

Bei der mündlichen Prüfung sagt der Professor zum Studenten:

„Sehen Sie diesen Baum da draußen?“ „Ja.“ „Wenn dieser Baum wieder Blätter trägt, können sie noch mal kommen.“

„Ich liebe es, wenn im Winter Schnee liegt. Dann sieht mein Rasen so schön aus, wie der von meinem Nachbar.“

