

Sport - Spaß - Coretraining

Präventiv- und REHA—Sport

Der SSC-09 Neuwied e.V. kann REHA-Sport in allen Bereichen der **Orthopädie** und der **inneren Medizin**

- Sport bei orthopädischen Erkrankungen
 - Sport bei Diabetes
 - Sport bei Adipositas
 - Sport bei Long-Covid
- und natürlich:
• Sport einfach nur zum Spaß

Jeden Mittwoch treffen wir uns um 17:00h, bzw. 18:00h in der Sporthalle der IGS-II Neuwied, am Carmen-Sylva-Garten.

Sport auf Rezept gibt es auch beim SSC-09 Neuwied e.V. Fragen Sie Ihren Arzt und besuchen Sie uns zu einer Schnupperstunde

Gendern:

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die zusätzliche Formulierung der weiblichen Form verzichtet. Wir möchten darauf hinweisen, dass die Verwendung der männlichen Form explizit als geschlechtsunabhängig verstanden werden soll.



Fit – wenn nicht jetzt, wann dann?



Impressum

Herausgeber: SSC-09 Neuwied e.V., Luisenstraße 5a, 56587 Straßenhaus
@-mail: info@ssc09-neuwied.de

Redaktion und Gestaltung: Wolfgang Zeiler / Helmut Schäuble / Elke Zeiler

Druck: Wolfgang Zeiler

Alle Informationen und Beiträge werden nach bestem Wissen, aber ohne Gewähr veröffentlicht.

www.ssc09-neuwied.de

SSC-09 News 02 - 2026

REHA
Diabetes



Sport^{plus}
Orthopädie

April - Mai - Juni



aus dem Inhalt:

SSC-09 Themenabend – Autorenlesung mit Ulrike Puderbach

Der SSC-09 Neuwied e.V. sucht Übungsleiter

Wer hat Angst vorm schwarzen Mann?

„John Browns Body“ – Das Lied - und wer war dieser Mann?

Humor und Rätsel

Wussten Sie schon ...?

Die Walpurgisnacht

7 vergessene Gemüsesorten

www.ssc09-neuwied.de Tel. 02634-5278 mail: info@ssc09-neuwied.de

!!! Termine 2026 !!!
SSC-09 Neuwied e.V.

Gut zu wissen:

Die SSC-09 Jahreshauptversammlung findet am Freitag d. 10. April 2026 um 18:00h in der Gaststätte „Zum Annemie“ statt.

Ulrike Puderbach, die bekannte Krimi- und Kinderbuchautorin, führt am 22. Mai ab 19:00h mit einer Lesung durch unseren ersten Themenabend 2026

SSC09-Quartalspruch:

*Die Eifersucht ist
eine Leidenschaft,
die mit Eifer sucht,
was Leiden schafft.*

Franz Grillparzer

Enoteca 141 Wein & mehr

deutsche - italienische - französische

Weine

Grappa und Brände

Olivenöl

Balsamessig

Pasta

mediterrane Feinkost

56564 Neuwied, Marktstrasse 55

Tel. 02631/953481

Fax: 02631/953482

e-mail: enoteca141@web.de



**Der SSC-09 Neuwied e.V. sucht
einen/eine Übungsleiter/in**

Der SSC-09 Neuwied e.V. sucht eine(n) Übungsleiter/in für mittwochs von 18:00 - 19:00 Uhr in Neuwied.

Eine **Übungsleiter-Lizenz „B“ für REHA-Sport in der Orthopädie ist wünschenswert, aber kein Muss.**

Bei fehlender Lizenz, aber Interesse an einem Lizenz-Erwerb, ist der Verein bereit diese Ausbildung zu unterstützen - einfach nachfragen!

Bei Interesse, greife gerne zum Telefon unter **02634 5278** oder per E-Mail an: info@ssc09-neuwied.de

Seltsame Feiertage im Mai – ein Auszug

Ohne-Hose-Tag – der internationale No Pants Day gibt's am 1. Mai

An diesem Tag lassen sich anlässlich des internationalen No Pants Day (dt. Ohne-Hose-Tag) viele Menschen ohne Hose in der Öffentlichkeit blicken.

Man muss nicht hinschauen, außer es lohnt sich 😊

Der **Internationale Tag des Drohnenflugs** (International Drone Day), am 2. Mai, wurde 2015 ins Leben gerufen, um das Bewusstsein für den positiven, vielfältigen Einsatz von Drohnen zu fördern, Vorurteile abzubauen und die Leidenschaft für diese Technologie zu teilen.

Das lässt der Autor mal vollkommen unkommentiert - ist in Anbetracht der Weltlage sicher besser so!

Tag der Teppichfalte – der US-amerikanische **Lumpy Rug Day** am 3. Mai Vorsicht Falten. Den 3. Mai feiern die USA als ihren nationalen Tag der Teppichfalte, engl. Lumpy Rug Day.

ein solcher Feiertag macht ja auch sehr viel Sinn!

Und einen absolut sinnvollen Feiertag im Mai gibt's auch:

4. Mai ist **Internationaler Tag der Feuerwehr (International Firefighters' Day)**

Die Initiative für diesen internationalen Ehrentag geht auf ein tragisches Ereignis vom 2. Dezember 1998 zurück, bei dem fünf Feuerwehrleute in einem Lauffeuer im australischen Linton ums Leben kamen

und dann noch: Künstliches ...

Erst gab es künstliche Zähne ...



dann künstliche Befruchtung ...



dann Brüste ...



dann Lippen ...



und jetzt: **KI**, die künstliche Intelligenz!



Nur die Dummheit,
die ist ganz *natürlich* geblieben 😊



John Brown's Body ...

Nicht nur Fans der Lords kennen das Lied: „John Browns Body“.

*„John Browns Leiche liegt auf des Grabes Flur,
Doch sein Geist zieht mächtig weiter!
Glory, Glory, Halleluja!*

.....

*Er hat die Sklaven befreit,
Doch sein Geist zieht mächtig weiter!“*

Das Lied wurde oft parodiert oder mit veränderten Texten gesungen, aber die Kernaussage über den "Geist" von John Brown blieb stets erhalten.

Aber wer kennt den Ursprung dieser Verse und wer war dieser John Brown?



John Brown, geboren am 9. Mai 1800 und am 2. Dez. 1859 wegen Mordes, Anzettelung eines Sklavenaufstandes und Hochverrats hingerichtet. John Brown war ein Amerikanischer Abolitionist, der sich gegen die Sklaverei in den USA auflehnte. Bekannt wurde er durch seinen Überfall auf das Waffenarsenal in Harpers Ferry. Unter seiner Führung wollte eine Gruppe von 19 Personen mit diesem Überfall die Befreiung und Bewaffnung von Sklaven erreichen. Und hatte sogar eine provisorische Verfassung vorbereitet, für die **sklavenfreien** Vereinigten Staaten, die er herbeiführen wollte.

Trotz des Scheiterns seiner militärischen Aktion rückte seine Revolte das Sklaverei Problem den Menschen in den USA ins Bewusstsein, vertiefte den Konflikt zwischen Nord und Süd und war damit eines der Ereignisse, die zum Ausbruch des Bürgerkriegs in den USA führten. Schon während seines Prozesses schieden sich an John Brown die Geister; so wurde er – bei stetig wachsender Anhängerschaft – zum Helden der Abolitionisten, (zu einer Person, die für die Rechte von Menschen kämpft, die versklavt wurden), in den Nordstaaten, während die meisten weißen Südstaatler ihn als Verbrecher und Mörder ansahen.

Während des Bürgerkriegs avancierte der nach seiner Hinrichtung komponierte Marsch „John Brown's Body“ schnell zum beliebtesten Kampflied der Unionstruppen. Diese Schlachthymne der Republik, wird noch heute gerne als patriotisches Lied nicht nur in den USA gespielt.

"Wer hat Angst vorm schwarzen Mann?"

Ein bekanntes und leider oft *verkanntes* deutsches Fang- und Laufspiel für Kinder, bei dem ein "schwarzer Mann" (der Fänger) versucht, andere Spieler zu fangen, die von einer Seite zur anderen rennen müssen; die Figur des "schwarzen Mannes" geht historisch auf Schreckgestalten wie den Tod oder die Pest zurück, nicht aber auf eine Hautfarbe.

"Wer hat Angst vorm schwarzen Mann?" beschreibt ein traditionelles Kinderspiel, dessen Ursprung und Name tief in der europäischen Volkskultur verwurzelt sind, lange bevor Rassismus ein Thema im deutschen Sprachraum wurde. Der schwarze Mann ist an die mythische Figur gleichen Namens angelehnt, die im europäischen Volksglauben als unheilvolle Schreckgestalt, aber auch als Personifizierung des Todes, z. B. in der Verkörperung als Schwarzer Tod, in Erscheinung tritt.

Es wird vermutet, dass das Spiel als eine Art Rebellion gegen diese Autorität entstand, indem Kinder sich bewusst gegen den "schwarzen Mann" auflehnten.

Das Spiel ist es wert erklärt zu werden

- **Spielprinzip:**

Ein Spieler ist der "schwarze Mann" und steht an einem Ende eines Feldes, die anderen Spieler an der gegenüberliegenden Seite.

- **Ablauf:**

Der Fänger ruft: "Wer hat Angst vorm schwarzen Mann?" Antwort: "Niemand!" Fänger: "Und wenn er kommt?" Antwort: "Dann laufen wir davon!" Danach rennen alle los, und der Fänger versucht, sie zu erwischen, bevor sie die Startlinie erreichen.

- **Bedeutung der Figur:**

Historisch gesehen symbolisiert der "schwarze Mann" oft den Tod ("schwarzer Tod" durch die Pest), Schreckgespenster oder den Teufel, was eine Verbindung zu alten Volksmärchen hat, nicht zu einer Hautfarbe.



raiba-neustadt.de /mitgliedschaft

**Ein Teil von euch:
Raiffeisenbank Neustadt.**

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Wir sind ein Teil von euch und ein Teil der Region. Werde du ein Teil von uns.
Jetzt Mitglied werden!

 



**GARTEN- & LANDSCHAFTSSERVICE
MARCO & MARIO ZEILER GBR**

☎ 0151 68 41 4330

✉ galaservice-zeiler@gmx.de

Garten- & Landschaftsservice Marco & Mario Zeiler GbR
Kirchstraße 2a, 56587 Straßenhaus

wussten Sie schon?

... dass ein Spermium um nur einen Zentimeter nach vorne zu kommen, ungefähr 800 Mal mit seinem Schwanz wedeln muss?

... dass die meisten Giraffen und Truthähne bisexuell sind?

... dass es weniger Männer auf der Welt gibt, da das männliche Wesen in der Umwelt empfindlicher als das weibliche ist?

... dass 50 Prozent der Kinobesucher zugeben, sich ihr eigenes Knabberzeug mitzubringen, weil sie nicht die teuren Snacks kaufen wollen.

... dass bestimmtes Porzellan mit Tierknochen hergestellt wird, da es ihm eine spezielle Stärke, einen Weißschimmer und Glanz gibt?

... dass Robert Ilg 1931 eine halb so große Kopie des schiefen Turms von Pisa außerhalb von Chicago baute und darin für mehrere Jahre lebte und der Turm noch immer dort steht?

... dass eine Kuh die Treppen hochlaufen kann, aber nicht runter?

... dass die häufigste Todesursache von Koala-Bären der Schreck ist?

... dass Seelöwen 9600 km am Stück schwimmen können und nur zum Schlafen anhalten?

... dass Faultiere zwei Wochen brauchen, um ihre Nahrung zu verdauen und ihr Magen im gefüllten Zustand etwa ein Drittel des Körpergewichtes erreicht?

... dass männliche Affen ihr Haar genauso verlieren, wie Menschenmänner es tun?

... dass ein weibliches Reh bis zur Vollendung des ersten Lebensjahres „Schmalreh“ und in den darauffolgenden Jahren „Ricke“ genannt wird?

... dass Kühe die einzigen Säugetiere sind, die rückwärts pinkeln?

SSC-09 Themenabend - Autorenlesung mit Ulrike Puderbach



Am **22. Mai 2026 um 19:00h** wird die bekannte True-Crime und Krimi-Autorin Ulrike Puderbach im Rahmen eines SSC-09 Themenabends eine Autorenlesung, natürlich mit anschließender Signier- und Fragestunde durchführen. Dazu lädt der SSC-09 Neuwied e.V. ins **Restaurant „Zum Annemie“** nach Neuwied-Gladbach ein.

Ulrike Puderbach stellte 2015 ihren ersten von sechs Hannoveraner Krimis vor. Ab 2019 spielten ihre Krimis im Raum Koblenz/Westerwald und Eifel. Ab jetzt zählten auch echte True Crimes zu ihren Werken. Der „Tatort Schängelstadt“ brachte bereits drei sehr spannende Krimis hervor und auch die Eifel blieb vom Verbrechen nicht verschont.

Kommissar Robert Kunz ist an fast allen Tatorten präsent. Sogar im wohlverdienten Urlaub muss er sich der allgegenwärtigen Kriminalität stellen.

Sogar Kinderbücher wie „Vitaminzwerg und Kräuterkobold“, oder „Familie Regenwurm“ und die „Rengsdorfer Mäuse“, (mit Ingrid Runkel) und „Der Schängelschatz“ stammen aus ihrer Feder.

Ulrike Puderbach liest aus ihrem im April 2026 erscheinenden Kriminalroman: „Lady Kalaschnikow“, oder „wenn aus Opfern Tätern werden“. Im Jahr 1997 erschüttern zwei brutale Morde den Westerwald und Baden-Württemberg. Gefasst werden die beiden Mörderinnen nur durch einen Zufall. Doch was die Ermittler im Koffer der Drahtzieherin in einem Hotel finden, lässt selbst erfahrenen Beamten das Blut in den Adern gefrieren. Die beiden Täterinnen haben nicht nur auf grausamste Art gemordet, sondern auch noch alles auf Polaroid-Fotos dokumentiert. Aber wie werden zwei Frauen zu solch erbarmungslosen Tätern? Was macht Menschen zu Bestien? Lady Kalaschnikow, wie sich die Drahtzieherin selbst nennt, ist eine im Milieu gefürchtete Kolonnenführerin mit Kampfhund, pinken Baseballschläger und ohne Mitgefühl. Der Roman – basierend auf wahren Begebenheiten – beleuchtet die Hintergründe und beschreibt, wie wenig im Drückermilieu ein Menschenleben wert ist und wie aus Opfern Täter werden.

Der Besuch ist kostenfrei, Spenden gehen an die Stefan-Morsch-Stiftung.

Die Walpurgisnacht

ist ein traditionelles nord- und mitteleuropäisches Fest am 30. April. Gerne mit Feuerbrauch, dem Hexenfeuer. Der Name des Festes leitet sich von der heiligen Walburga ab, einer aus England stammenden und im süddeutschen Raum wirkenden Äbtissin (710–779), deren Gedenktag bis ins Mittelalter am 1. Mai, dem Tag ihrer Heiligsprechung gefeiert wurde. Als „Tanz in den Mai“ hat sie, wegen der Gelegenheit zu Tanz und Geselligkeit, am Vorabend des arbeitsfreien Maifeiertags auch als modernes Fest Eingang in private und kommerzielle Veranstaltungen gefunden. Die neun Tage davor werden als Walpurgistage bezeichnet, das Läuten von Glocken zur Abwehr der angeblichen Hexenumtriebe wird örtlich auch als Walpern beschrieben.

Der Legende nach gilt die Nacht vom 30. April auf den 1. Mai als die Nacht, in der die Hexen insbesondere auf dem Blocksberg (dem „Brocken“ im Harz), aber auch an anderen erhöhten Orten, ein großes Fest abhielten. Der Name Walpurgisnacht wurde durch Goethes Faust popularisiert und sogar schon aus dem 18. Jahrhundert sind frühere Belege nachweisbar.



Der Mythos von auf Besen fliegenden Frauen, die sich zum Tanz mit dem Teufel trafen, zog sich ab dem 14. Jahrhundert durch die Geschichte. Einen ursprünglich jährlichen, festen Termin gab es nicht. Verbreitet wird es Ende des 17. Jahrhunderts durch

das Buch Blockes-Berges Verrichtung von Johannes Praetorius. Die erste Walpurgisnachtfeier auf dem Brocken wurde im Jahr 1896 durch Rudolf Stolle, einen Verlagsbuchhändler aus Bad Harzburg organisiert. Das Fest bestand aus einer Feier im Brockenhotel und einem Umzug zur Teufelskanzel um Mitternacht mit Ansprache. Es waren ausschließlich männliche Gäste anwesend. Im Jahr 1901 wurde die Walpurgishalle auf dem Hexentanzplatz eingeweiht. Ab 1901 fuhren Sonderzüge auf den Brocken. Die Walpurgis-Feierlichkeiten auf

dem Brocken wurden 1905 verboten, weil der damalige Besitzer des Brocken, Fürst Christian-Ernst zu Stolberg-Wernigerode, diese satanischen Spektakel auf seinem Berg nicht mochte, und so bekamen die Feste ein neues Zuhause. Die Harzer Walpurgisnächte werden heute in mehr als 20 Orten der Region gefeiert.



Der Maler Luis Ricardo Falero hatte 1878 eine besondere Vorstellung dieser Nacht

Die Rätseleite!

Denksport mit Herz und Scherz.

1. Von drei Hölzern zum Ziehen ist eins kürzer. Sind Deine Chancen es zu ziehen davon abhängig, in welcher Reihenfolge gezogen wird?
2. Welche Person weiß am besten, was den anderen Leuten fehlt?
3. Vor einem Kloster küsst eine Nonne einen Mann. Sie wird beobachtet und muss sich vor der Oberin rechtfertigen. Die Nonne: "Dieses Mannes Mutter ist meiner Mutter Schwiegermutter." Wer war der Mann?
4. In einem Dorf steht ein 15-Zentner schwerer Stein, und wenn der Hahn morgens kräht, bewegt der sich. Ist das möglich?
5. Wie oft decken sich innerhalb von 24 Stunden der große und kleine Zeiger bei einer Zeiger-Uhr?
6. Wie viele mal kannst Du eins von zehn abziehen?
7. Wenn man ein gelbes Taschentuch um Mitternacht des 19. Dezember ins Schwarze Meer wirft, was passiert mit dem Taschentuch?
8. Zwei Mütter und zwei Töchter gehen zusammen einkaufen. Sie haben insgesamt 300.- € dabei. Jede von ihnen kauft ein Kleid für 100.- €. Das Geld reicht genau. Wie ist das möglich?
9. 7 Männer brauchen 7 Tage, um 7 Löcher zu graben. Wie lange braucht 1 Mann, um ein halbes Loch zu graben?

Die Auflösung gibt's wie immer, im nächsten Heft!

Hier die Lösungen aus den SSC09-News 01_2026:

1. Der vom Ausgang im EG
2. 3 Gänse
3. Nein, zum Prägedatum war die Geburt Christi noch nicht bekannt
4. Nein, er ist schon tot
5. 6, Punktrechnung vor Strichrechnung
6. Auch in 3 Minuten, jeder Frosch benötigt 3 Minuten für eine Fliege
7. Keiner, alle Spatzen fliegen weg
8. Ja, "B"erlin - "h"inten.
9. 1 Stunde

Humor ist ...

Wohin fliegt eine Wolke, wenn es sie juckt? Zu einem Wolkenkratzer

Fritzchen sollte mit seiner Schwester einkaufen gehen. Sagt die Mutter zu Fritzchen: "Nimm deine Schwester mit und bring nur das mit, was auf dem Einkaufszettel steht." Fritzchen kam wieder seine Mutter fragte: "Wo ist deine Schwester?" "Im Laden!"

Fritzchen und Oma gehen im Wald spazieren. Sagt Fritzchen: "Schau mal, ein Eichhörnchen!" "Wo denn?" "Schon weg". Dann gehen sie weiter. Nach ein paar Metern sagt Fritzchen wieder: "Schau mal, ein Eichhörnchen!" - "Wo denn?" - "Schon weg". Oma antwortet: "Das nächste Mal musst Du mir früher Bescheid sagen!". Bald darauf ruft Fritzchen: "Schau mal, ein Eichhörnchen!" "Wo denn?" "Kommt gleich...!"

Fritzchen geht mit seiner Oma in den Park. Da sieht er ein 10-Euroschein. Er will ihn aufheben, doch die Oma sagt "Man darf keine Dinge aufheben, die auf dem Boden liegen." Zurück Zuhause sagt seine Oma "Räum dein Zimmer auf!" Doch Fritzchen sagt "Man darf keine Sachen aufheben die auf dem Boden liegen!"

Der Lehrer sagt zu Fritzchen: "Nenne mir bitte drei Tiere." Fritzchen antwortet: "Pferdchen, Schäfchen und Mäuschen." Da sagt der Lehrer: "Und jetzt bitte ohne -chen." Fritzchen: "Kanin, Eichhörn und Frett."

Kriecht eine Schnecke einen großen Berg hoch. Da kommt ihr eine Wanderin entgegen. Sie fragt die Schnecke: "Warum willst du nach oben kriechen?" Die Schnecke antwortet: "Ich möchte unbedingt Schnee sehen." Die Wanderin antwortet darauf: "Dort oben ist aber gar kein Schnee." Daraufhin lächelt die Schnecke und sagt: "Wenn ich erstmal oben bin, dann schon."

Fliegt ein Drache an einem Ritter vorbei. Da denkt er: "Oh Gott, heute gibt's schon wieder Dosenfutter."

Ich denke, die Ampel ist in mich verliebt. Jedes Mal, wenn ich an ihr vorbeikomme, wird sie ganz rot.

Der Monat April

Der April (lateinisch Aprilis) ist der vierte Monat des Jahres im gregorianischen Kalender. Er hat 30 Tage und beginnt mit demselben Wochentag wie der Juli und in Schaltjahren auch wie der Januar. Im römischen Kalender war der Aprilis ursprünglich der zweite Monat, weil mit dem Ende des Winters im März das neue landwirtschaftliche, aber auch das militärische Jahr begann. Eine gesicherte Herleitung des Namens gibt es leider nicht. Da aber die Namen der ersten Jahreshälfte Götter wiedergeben, könnte es von Aphrodite stammen, der Göttin der Liebe und der Schönheit. Auch wenn der römische Name der Solchen „Venus“ gewesen wäre. Der Name bezieht sich möglicherweise auch auf die sich öffnenden Knospen im Frühling und wäre dann als „der die Erde öffnende Monat“, vom Lateinischen *aperire* („öffnen“) herzuleiten. Auch könnte *apricus* („sonnig“) als Ursprung erhalten.

Der alte deutsche Name, der durch Karl den Großen im 8. Jahrhundert eingeführt wurde, ist Ostermonat, später auch Ostermond genannt, weil Ostern meist im April liegt. Andere, heute kaum mehr gebräuchliche Bezeichnungen sind Wandelmonat, Grasmond oder auch Launing. Der Legende nach wurde Luzifer am 1. April aus dem Himmel verstoßen. Dazu passend ist seit dem 16. Jahrhundert in Europa der Brauch belegt, am 1. April einen Aprilscherz zu begehen, indem man einen Mitmenschen mit einer Lügengeschichte „in den April schickt“. Daher stammen auch die Sprichwörter:

„Am 1. April schickt man den Narren, wohin man will.“

„Im April, da macht jeder, was er will.“

Und die alte Bauernregel besagt:

„April, April – der macht, was er will“

Der erste April manifestierte sich schon seit dem 5. Jahrhundert als ganz besonderer Tag in Politik und Weltgeschehen.

April ist aber auch ein weiblicher Vorname. Er ist vor allem im angelsächsischen Sprachraum anzutreffen, wo er in England ab dem 13. und 14. Jahrhundert sogar als Spitzname verwendet worden sein soll. Als Vorname ist April jedoch erst seit den 1940er Jahren gebräuchlich. Er fand in den Vereinigten Staaten in den 1970er Jahren den Höhepunkt seiner Verbreitung. Seit Anfang der 2000er Jahre hat sich dort die spanische bzw. portugiesische Variante *Abril* stark verbreitet und bei der Namenswahl von Neugeborenen mittlerweile fast das Niveau von April erreicht.



Redewendungen

Sisyphusarbeit

Eine griechische Sage handelt von Sisyphus, dem König von Korinth. Sisyphus verärgerte die Götter - und die dachten sich eine besondere Strafe für ihn aus. Seine Aufgabe war es, einen riesigen Steinbrocken einen Berg hinaufzurollen. Nur war der Stein größer als Sisyphus und sehr schwer. Als Sisyphus den Stein den Berg hinaufrollte, ist er ihm immer wieder entglitten und den ganzen Weg zurück hinuntergerollt. So musste der König immer wieder von vorne anfangen. Sisyphus hat es nie geschafft, den Stein bis zur Bergspitze zu bringen - er ist ihm immer wieder entglitten und hinabgerollt. Von dieser alten Sage aus der griechischen Mythologie stammt das Sprichwort der Sisyphusarbeit. Damit ist eine Arbeit gemeint, die so umfangreich, kompliziert und schwierig ist, dass sie niemals erledigt sein wird.



Jemandem die Daumen drücken

"Ich wünsch dir ganz viel Glück - und drück dir beide Daumen!" Klar, dass Daumendrücken Glück bringen soll, aber warum hält man ausgerechnet den Daumen, und nicht den Zeige- oder Ringfinger? Ein alter germanischer Volksglaube besagt, dass der **Daumen der Glücksfinger** ist. Er soll eine übernatürliche Kraft besitzen und vor bösen Träumen schützen. Der Daumen ist ein Symbol für einen Kobold: Wird er von den übrigen Fingern fest gehalten, kann er demjenigen, dem die Daumen gedrückt werden, nichts mehr anhaben.



Einen Ast lachen

Bei richtig guten Witzen kann man sich schon mal einen Ast lachen. Keinen richtigen Ast natürlich, und auch keinen dritten Arm. Aber was passiert eigentlich genau beim Lachen?



Wir Menschen beugen uns vor Gekicher nach vorne; wir halten uns den Bauch und lachen uns sprichwörtlich krumm und schief. Und genauso entsteht auch der Ast auf unserem Rücken. "Ast" war nämlich im 19. Jahrhundert ein anderes Wort für Buckel, oder krummer Rücken. Und wer zu viel lacht, steht also nur selten gerade und bekommt demnach vor lauter Lachen einen Buckel.

Vergessene, aber interessante Gemüsesorten

Im Mittelalter gab es kaum "verbotene" Gemüsesorten, aber viele heute vergessene Arten, die durch Kartoffeln und Tomaten verdrängt wurden. Klassische "Arme-Leute-Gemüse" waren Rüben, Kohl, Pastinaken und Hülsenfrüchte. Sie waren über Jahrhunderte hinweg die tragenden Säulen der Ernährung in Mitteleuropa und sicherten das Überleben, insbesondere in den Wintermonaten, sie waren zentraler Bestandteil des täglichen Speiseplans.

7 alte Gemüsesorten, die im Mittelalter üblich waren und heute teils als "vergessen" gelten:

Pastinake: War bis ins 18. Jahrhundert ein Grundnahrungsmittel, bevor sie von der Kartoffel verdrängt wurde.



Schwarzwurzel: Ein gesundes, winterhartes Wurzelgemüse, das auch als "Spargel des Winters" bekannt ist.



Guter Heinrich: Eine alte Spinatpflanze, die oft in Kloostergärten angebaut wurde.



Knollenziest (Chinesische Artischocke): Eine kleine, knollige Wurzel, die im Mittelalter geschätzt wurde.



Erdbeerspinat: Eine Pflanze, deren Blätter wie Spinat und deren rote Früchte essbar sind.



Mangold: Ein sehr beliebtes Blattgemüse, das erst später durch den Spinat ersetzt wurde.



Stielmus (Rübstiel): Die jungen Blätter und Stiele von Herbst- rüben, ein typisches regionales Gemüse.



Diese Historischen Gemüsesorten liegen wieder im Trend und sind bei Spitzenköchen und Gartenfreunden beliebt. Zahlreiche dieser Sorten wurden über Jahrhunderte angebaut. Doch durch die Industrialisierung der Landwirtschaft wurden sie von anderen, in erster Linie ertragreicheren Züchtungen mit oft besserer Lagerfähigkeiten verdrängt. Viele alte Kulturpflanzen sind vom Aussterben bedroht oder sogar bereits verschwunden.