

Juni 2023

s'Bläddli

Neues aus dem AWO Seniorenzentrum Ludwig-Frank-Haus



Humorvolles, Wissenswertes, Unterhaltung und mehr...



Seniorenzentrum
Ludwig-Frank-Haus

Liebe Leserinnen und Leser,



der Sommer ist da. In einigen Bundesländern beginnt schon die Urlaubszeit und die großen Reisewellen rollen über unsere Straßen und Schienen. Egal ob im Inland verbleibend oder weit weg ins Ausland, die Menschen machen sich auf, Tage oder Wochen in einer anderen Umgebung zu verbringen, zu entspannen und vom Alltag abzuschalten. Es zieht uns in fremde Städte, in die Berge oder ganz oft ans Meer.

Bei einer Umfrage 2015 gaben 70% der Befragten an, während ihres Urlaubes am Meer sein zu wollen. Was also machen Wellen und Brandungen für uns so anziehend? Sind es Sonne, Strand und Hitze? Lockt uns die Unterwasserwelt beim Tauchen? Schwimmen wir einfach gerne oder suchen die nächste Herausforderung auf unserem Surfbrett?

Ich glaube vor allem sind wir durch das Meer beeindruckt. Die grenzenlose Weite macht uns Staunen, wir kommen uns klein und unbedeutend vor. Die Ruhe bei glatter See und dann wieder die wütende Gewalt bei Wind und Sturm, versinnbildlichen beide Extreme des Lebens.

Das Meer ist jedoch nicht nur Erholungsraum. Es dient als Verkehrsweg zwischen Kontinenten, ist Nahrungsmittelproduzent und mittlerweile auch Energielieferant. Es bietet Grundstoffe für die Entwicklung von Arzneien und ist Heimat von unzähligen Tier- und Pflanzenarten. In seinen Tiefen schlummern Rohstoffe und noch viele unentdeckte Geheimnisse.

Am 8ten Juni ist der Tag des Meeres. Eingeführt 2008 durch die Vereinten Nationen und im folgenden Jahr erstmals gefeiert, soll dieser Tag, ganz im Bewusstsein des Umweltschutzes, auf die Bedeutung der Meere und ihre Bedrohung aufmerksam machen. Ohne sie wäre ein Leben wie wir es kennen nicht möglich.

Waren Sie bereits einmal am Meer? Was hat Ihnen besonders gefallen?

Viele Grüße
Ihr Martin Wälde

Impressum

Hauszeitschrift AWO-Seniorenzentrum Ludwig-Frank-Haus, Marie-Juchacz-Str. 8, 77933 Lahr
Herausgeber: Martin Wälde | Redaktion: Anneliese Wöhrle, Simone Dupps, Rosemarie Rimpf
Gestaltung: www.konzept-projekt.de | Erscheinungsweise: monatlich | Auflage: 250 Ex. | Telefon: 07821 9229-0
Fax: 07821 9229-1091 | E-Mail: rosemarie.rimpf@awo-baden.de und simone.dupps@awo-baden.de
Bildnachweis: Titelbild, S.4 Wetterregeln, S.5-6 Stadtpark © Ulrike v. d. Linde | S.4 Blumen, S.13 Schmetterling, S.15 Landschaft, S.14 Akkordeon & Gitarre, Herz, Weg, S.16 Grillgut © pxhere.com | S.7 Rahmen, S.16 Erdbeeren © pixabay.com | S.14 Hände © ChenPG - Fotolia | S.4 Alexander, Frank, Mann © wikipedia/wikimedia | S.15 Grabstein © Fischer-Rimpf | alle anderen Bilder © AWO-Seniorenzentrum Ludwig-Frank-Haus/
AWO Bezirksverband Baden

Inhaltsverzeichnis

	Seite		Seite
Vorwort	2	Rätsel	12
Willkommen, Wetterregeln		Gedicht, Witz	13
Preisrätselgewinner	3	Regelmäßige Angebote,	
Geburtstagskalender	4	Jubiläen, neue MitarbeiterInnen,	
Stadtpark Impressionen	5	Verabschiedung	14
Kirscheplotzer	7	Gedicht, Gedenken	15
Speiseplan	8	Veranstaltungen, Impressionen	16

Willkommen

Wir heißen unsere neuen Heimbewohnerinnen und Heimbewohner sowie unsere Kurzzeit- und Tagespflegegäste herzlich willkommen. Wir wünschen ihnen in unserem Haus eine angenehme und zufriedene Zeit.

Petra G. | Hannelore H. | Annie S. | Erika S.
Reinhard S. | Ruth Z.



Wetterregeln



*Stellt milde sich der Juni ein,
wird mild auch der Dezember sein.*

*Wenn im Juni Nordwind weht,
das Korn zur Ernte trefflich steht.*

*Im Juni viel Donner,
bringt einen trüben Sommer.*

*Wenn's im Juni viel regnet,
ist der Graswuchs gesegnet.*

Gewinner Preisrätsel

Das gesuchte Lösungswort unseres Preisrätsels lautete „Grenzenlos“. Viele Bewohnerinnen und Bewohner konnten die Begriffe richtig zusammensetzen. Vier glückliche GewinnerInnen werden mit einem Preis belohnt! Wir beglückwünschen:

Elisabeth D. -B., Theresia G., Johanna S. und Claus S.

Geburtstagskalender

Herzliche Glückwünsche an alle Bewohnerinnen und Bewohner, die im **JUNI** geboren sind.

13. Ingrid P. 82 Jahre Wohnbereich Lahr

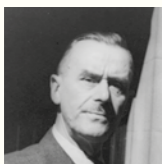
Persönlichkeiten, die ebenfalls im Juni geboren sind:



Peter Alexander
30.06.1926
in Wien
Sänger und Schauspieler



Anne Frank
12.06.1929
in Frankfurt/M.
deutsches Mädchen jüdischen Glaubens
Opfer der NS-Judenverfolgung



Thomas Mann
06.06.1875
Lübeck
deutscher Schriftsteller



Stadtpark Impressionen

alle Bilder: Ulrike von der Linde

Frau Ulrike von der Linde, Mitglied des Beirats des Freundeskreises Lahrer Stadtpark e.V., hat uns ganz wunderbare Fotos unseres schönen Lahrer Stadtparks zur Verfügung gestellt. Es ist uns eine Freude. Herzlichen Dank!





Manchi bi uns sage au »Griäse« zu dr Kirsche. Wämmir Lohrer awer e Plotzer mache, drno isch des fir uns e »Kirscheplotzer«. Wenn d'Baim voll mit Kirsche hänke, drno isch sellem sinni Zitt komme. Fir uns Kinder isch des friähjer ebbis ganz bsunders gsin. Do hesch nit numme esse derfe, do hesch bim Esse au noch Wettkämpfli ustrage könne.

Wenn d'Mueder gnue alts Brot bisamme ghet het un dr Großvadder im Kratte schöni, schwarzi Kirsche us sinnem Garde brocht het, drno isch dr Kirscheplotzer gmacht wore. Mr het des Brot gröschtet un griewe oder au in Schüibli in Milch un Wasser ufgweicht un het's drno mit Butter un Zucker, Eierschnee un vil Kirsche vmengelt. Noch Haselnusse drunter un e bissili Griäsewässerli drzue un schun isch alles in e irdini Form komme. Jetz het mr des bache un het denne Plotzer drno warm uf dr Tisch brocht. Mir hänn Kaffee drzue trunke.

Wenn jeder e Stick uf-em Teller ghet het, isch's losgange. Mr mueß wisse, daß mir domols diä Kirsche nit usgsteint hänn. Nai, d'Kirsche mit dr Steiner hänn jo zum bsundere Vrgniäge ghört. In dr Mitti vum Tisch isch e großer Teller fir d'Steiner gstande. Dert hesch drno dr Stein, wenn de-ne mit-em Löffel us-em Muhl brocht hesch, hinleije solle. So umständlig hämmir Kinder des nadierlig nit gmacht. Mir hänn dr Stein so lang im Muhl rundrillt, bis'r ganz frei vum Fleisch gsin isch. Drno hämmer d'lippe gspitzt un hänn dr Stein in hohem Boge derthin gspeit, wo dr Teller gstande-n-isch. Dr Vadder het des jo nit gern gsehne. Fir uns awer het des Spiel eifach zum Kirscheplotzer ghört. Eimol hets minner

Brueder sogar fertigbrocht, daß-r sinner Stein minnere Schwester ins Muhl gspeit het, sell wo si grad sperrangel-witt ufgsperrt het. Do het si ghiilt un dr Vadder het mit dr Hand usgholt.

»Duen mr jo keini Steiner schlucke!« het d'Mueder immer wider gsait. »Do kamm'r Buchweh kriäge un wenn's ganz lätz isch, blibbt dr Stein im Blinddarm hänke un mr mueß operiärt wäre!« Änneweg isch immer mol wider einer dr Hals nab in dr Buch grutscht. Drno hämmir gewartet, ob'r in dr Blinddarm geht.

Sellere Naihjeri isch kei Stein in dr Blinddarm gange. Selli isch wieder emol im Kundehaus ge naihje gsin. Do het's zum Middagesse e Kirscheplotzer gänn. D'Naihjeri het ihri Steiner schön an dr Rand vum Teller glegt. Wo's Esse rum gsin isch, hänn d'Kinder diä Steiner zehlt un eins het gsait: »Achtzeh Kirsche het si g'esse!« Des het d'Naihjeri unter dr Tür grad noch ghört.

E paar Woche später isch d'Naihjeri wider im Huus gsin, un wider het's Kirscheplotzer gänn. Wart, eich kriäg i, het d'Naihjeri woll denkt un het alli Steiner gschluckt. Wo 's Esse rum gsin isch, het si uf ihre Teller ditte un het wiä im Triumph gsait: »So! Jetz könne-n'r zehle!« D'Kinder hänn Muhl un Nas ufgsperrt un hänn d'Naihjeri mit Beduuris angluegt. Selli isch awer nit ins Krankehaus komme. Bi dere sin d'Steiner nit in dr Blinddarm g'wandert.

Rezept:

altbackene Brötchen (= 150 g), 1 dicke Scheibe altbackenes Brot (=50 g), 50 g Zwieback, 500 ml lauwarme Milch, 120 g weiche Butter, 250 g Zucker, 1 Packung Vanillezucker, 1 TL Zimt, 1 Prise Salz, 2 kleine Gläschen (2–4 EL) Rum, 5 Eier, getrennt, 60 g gemahlene Mandeln (oder Nüsse), Ca. 1 kg Kirschen

Die Eiweiße mit der Prise Salz steif schlagen. Die Kirschen waschen, entstielen und trocknen. Die warme Milch über die trockenen Brot-/Brötchen-/Zwiebackstücke gießen und ein paar Minuten weichen lassen.

Die Butter mit den zwei Zuckersorten und den Eigelben schaumig rühren. Den Rum, die Mandeln und den Zimt zufügen, dann das Brot leicht ausdrücken und dazugeben. Alles verrühren. Dann die Kirschen und den Eischnee vorsichtig unterheben.

Die Springform einfetten (bis zum oberen Rand) und den Teig hineinfüllen. Im vorgeheizten Ofen bei 180 °C mindestens 1 Stunde backen. Stäbchenprobe machen, ob der Kuchen gut ist. In der Form abkühlen lassen, erst lauwarm oder kalt aus der Form lösen. Den fertigen Kuchen mit Puderzucker bestäuben.

Speiseplan vom 05.06.2023 - 11.06.2023					Änderungen vorbehalten.				
täglich	Frühstück (7:30- 9:45 Uhr) nach Wahl	Zwischenmahlzeit: Joghurt oder Obst	Mittagskaffee (14:30- 16:00 Uhr): wechselnde Kuchen	Spätmahlzeiten: -auf Wunsch-					
Mittagessen (11:45-13:15Uhr)									
Tag	Vollkost / Mischkost	Fleischfreie / vegetarische Kost	Abendessen 17:00 - 20:00 Uhr (kalt)						
Mo.	Blumenkohlsuppe ^{2,F,G} Spaghetti Carbonara ^{1,2,16,A,A1,C,F,G,F2} Blattsalat mit Dressing ^{F,G,J} Obst der Saison ¹⁴	Blumenkohlsuppe ^{2,F,G} Pfannkuchen ^{A,A1,C,G} Stangenspargel ^G Hollandaise ^{2,G1,C,F,G,I} Obst der Saison ¹⁴	Toast Hawaii ^{1,2,A,A1,G1,G,F2}						
	816 kcal, 51 g Fett, 70 g KH, 18 g Eiweiß	504 kcal, 24 g Fett, 55 g KH, 15 g Eiweiß	460 kcal, 22 g Fett, 37 g KH, 25 g Eiweiß						
Di.	Erbisencremesuppe ^{2,F,G} Kartoffelpuffer ^{A,A1,C} Apfelmus ²	Erbisencremesuppe ^{2,F,G} Nudelaufauf ^{A,A1,C,F,G} Kräutersoße ^{2,F,G} Rettichsalat ^{F,G}	Gemischter Aufschnittteller ^{1,2,16,G,J,F2}						
	395 kcal, 7 g Fett, 67 g KH, 12 g Eiweiß	832 kcal, 49 g Fett, 70 g KH, 27 g Eiweiß	202 kcal, 17 g Fett, 0 g KH, 11 g Eiweiß						
Mi.	Gemüsecremesuppe ^{2,F,G,I} Nudelaufauf mit Schinken und buntem Gemüse ^{1,2,16,A,A1,C,F,G,F2} Tomatensoße Karottensalat ^J Vanillepudding ^{G1,G}	Gemüsecremesuppe ^{2,F,G,I} Kartoffeltaschen ^{G1,G} Buntes Gemüse ^I Karottensalat ^J Vanillepudding ^{G1,G}	Fleischkäse mit Kartoffelsalat ^{1,2,3,12,16,J,F2}						
	1250 kcal, 65 g Fett, 119 g KH, 45 g Eiweiß	744 kcal, 38 g Fett, 79 g KH, 17 g Eiweiß	467 kcal, 34 g Fett, 23 g KH, 15 g Eiweiß						
Do.	Karotten Ingwersuppe ^{2,F,G} Putenschnitzel ^{A,A1,F5} Stangenspargel ^G Kräuterkartoffeln ^G Überraschungsdessert ^{6,12,G1,G,H,H2}	Karotten Ingwersuppe ^{2,F,G} Gemüsenudeln ^{A,A1,C,G} Kräutersoße ^{2,F,G} Blattsalat mit Dressing ^{F,G,J} Überraschungsdessert ^{6,12,G1,G,H,H2}	Vesperteller ^{1,2,I,J,F2}						
	683 kcal, 28 g Fett, 68 g KH, 36 g Eiweiß	743 kcal, 46 g Fett, 65 g KH, 12 g Eiweiß	333 kcal, 31 g Fett, 1 g KH, 13 g Eiweiß						
Fr.	Kürbisschaumsuppe ^{2,F,G} Schlemmerfischfilet ^{A,A1,D} Stangenspargel ^G Bandnudeln ^{A,A1,C,G}	Kürbisschaumsuppe ^{2,F,G} Bratkartoffeln Körniger Frischkäse ^{G1,G} Grüner Salat ^{F,G,J}	Frischkäseteller mit Obst ^{1,G1,G}						
	556 kcal, 23 g Fett, 48 g KH, 37 g Eiweiß	513 kcal, 27 g Fett, 44 g KH, 20 g Eiweiß	364 kcal, 31 g Fett, 11 g KH, 10 g Eiweiß						
Sa.	Spargelintopf mit Speck ^{1,2,16,F,G,I,F2} Frisches Obst ¹⁴	Gemüsecremesuppe ^{2,F,G,I} Brötchen ^{A,A1} Frisches Obst ¹⁴	Gemischter Teller mit Leberwurst ^{1,2,F2}						
	331 kcal, 17 g Fett, 33 g KH, 8 g Eiweiß	354 kcal, 9 g Fett, 57 g KH, 9 g Eiweiß	313 kcal, 25 g Fett, 1 g KH, 20 g Eiweiß						
So.	Selleriesuppe ^{2,F,G,I} Schweinesteak ^{F2} Zucchini-Tomatengemüse Kartoffelpüree ^{2,G1,F,G} Überraschungsdessert ^{6,12,G1,G,H,H2}	Selleriesuppe ^{2,F,G,I} Gemüseauflauf ^{C,F,G} Tomatensoße Überraschungsdessert ^{6,12,G1,G,H,H2}	Straßburger Wurstsalat ^{1,2,4,16,G,J,F2}						
	695 kcal, 37 g Fett, 44 g KH, 41 g Eiweiß	577 kcal, 34 g Fett, 44 g KH, 17 g Eiweiß	232 kcal, 20 g Fett, 1 g KH, 11 g Eiweiß						

ZUSATZSTOFFE: ¹ mit Konservierungsstoff, ² mit Antioxidationsmittel, ³ mit Geschmacksverstärker, ⁴ mit Süßungsmittel, ⁵ mit Süßungsmitteln, ⁶ mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln, ⁷ mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln, ⁸ mit Zuckerarten und Süßungsmitteln, ⁹ mit Zuckerarten und Süßungsmitteln, ¹⁰ enthält eine Phenylalaninquelle, ¹¹ kann bei Übermäßigen Verzehr abführend wirken, ¹² mit Farbstoff, ¹³ geschwefelt, ¹⁴ gewachst, ¹⁵ geschwärzt, ¹⁶ mit Phosphat, ²⁰ mit Eiklar, ²⁵ chininhaltig, ²⁶ koffeinhaltig, ⁵⁰ genetisch verändert, ⁹³ Unter Verwendung von Alkohol
ALLERGENE: ^A Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, ^{A1} Weizen und -erzeugnisse, ^{A2} Roggen und -erzeugnisse, ^{A3} Gerste und Gersten -erzeugnisse, ^{A4} Hafer und -erzeugnisse, ^{A5} Dinkel und -erzeugnisse, ^{A6} Kamut und -erzeugnisse, ^{A7} Hybridstämme,

Speiseplan vom 12.06.2023 - 18.06.2023					Änderungen vorbehalten.				
täglich	Frühstück (7:30- 9:45 Uhr) nach Wahl	Zwischenmahlzeit: Joghurt oder Obst	Mittagskaffee (14:30- 16:00 Uhr): wechselnde Kuchen	Spätmahlzeiten: -auf Wunsch-					
Mittagessen (11:45-13:15Uhr)									
Tag	Vollkost / Mischkost	Fleischfreie / vegetarische Kost	Abendessen 17:00 - 20:00 Uhr (kalt)						
Mo.	Rote Linsensuppe ^{2,G1,F,G,I,L} Spaghetti ^{A,A1} Gemüse- Tomatensoße Bunter Mischsalat ^{F,G,J} Frische Erdbeeren	Rote Linsensuppe ^{2,G1,F,G,I,L} Gemüsesouffle ^{A,A1,G1,C,G} Erbsen-Kartoffelpüree ^{2,G1,F,G} Kerbelsoße ^{2,F,G} Frische Erdbeeren	Weißwurst mit Laugengebäck ^{16,A,A1,F2}						
	593 kcal, 29 g Fett, 66 g KH, 13 g Eiweiß	507 kcal, 27 g Fett, 50 g KH, 11 g Eiweiß	593 kcal, 34 g Fett, 49 g KH, 20 g Eiweiß						
Di.	Karotten Ingwersuppe ^{2,F,G} Gemüsefrikadelle ^{2,A,A1,C,G,I} Rosmarinkartoffeln ^G Hollandaise ^{2,G1,C,F,G,I}	Karotten Ingwersuppe ^{2,F,G} Pfannkuchen ^{A,A1,C,G} Stangenspargel ^G Hollandaise ^{2,G1,C,F,G,I}	Frischkäseteller mit Obst ^{1,G1,G}						
	526 kcal, 24 g Fett, 61 g KH, 14 g Eiweiß	411 kcal, 23 g Fett, 39 g KH, 13 g Eiweiß	466 kcal, 40 g Fett, 14 g KH, 12 g Eiweiß						
Mi.	Gemüsecremesuppe ^{2,F,G,I} Frikadelle ^{A,A1,C,F1,F2} Mediterranes Gemüse Rösti Fruchtjoghurt ^{G1,G}	Gemüsecremesuppe ^{2,F,G,I} Spargelaufauf ^{C,F,G} Kräutersoße ^{2,F,G} Fruchtjoghurt ^{G1,G}	Hähnchenkeule ^{F5} Mexikosalat						
	604 kcal, 33 g Fett, 52 g KH, 22 g Eiweiß	682 kcal, 47 g Fett, 44 g KH, 19 g Eiweiß	424 kcal, 25 g Fett, 11 g KH, 36 g Eiweiß						
Do.	Kartoffelsuppe ^{2,F,G} Bratwurst ^{16,F1,F2} Karotten-Erbisengemüse ^G Kartoffelpüree ^{2,G1,F,G} Bratensoße ³	Kartoffelsuppe ^{2,F,G} Kokos Curry Gemüse ^{2,F,G,I,L} Basmatireis ^G Karottensalat ^J	Vesperteller ^{1,2,I,J,F2}						
	664 kcal, 44 g Fett, 45 g KH, 19 g Eiweiß	663 kcal, 38 g Fett, 68 g KH, 8 g Eiweiß	333 kcal, 31 g Fett, 1 g KH, 13 g Eiweiß						
Fr.	Tomatencremesuppe ^{2,F,G,I} Seelachsfilet ^D spanische Reispfanne ^G Safransoße ^{2,F,G,L}	Tomatencremesuppe ^{2,F,G,I} Farfalle ^{A,A1,G} Käse- Sahnesoße ^{2,F,G} Tomaten- Mozzarella Salat ^{G1,G}	Käseteller mit Trauben ^{G1,G}						
	500 kcal, 18 g Fett, 52 g KH, 29 g Eiweiß	510 kcal, 27 g Fett, 47 g KH, 17 g Eiweiß	362 kcal, 27 g Fett, 9 g KH, 19 g Eiweiß						
Sa.	Gulaschsuppe ^{2,F1} Frisches Obst ¹⁴	Gemüsecremesuppe ^{2,F,G,I} Brötchen ^{A,A1} Frisches Obst ¹⁴	Gemischter Aufschnittteller ^{1,2,16,G,J,F2}						
	393 kcal, 15 g Fett, 40 g KH, 22 g Eiweiß	354 kcal, 9 g Fett, 57 g KH, 9 g Eiweiß	202 kcal, 17 g Fett, 0 g KH, 11 g Eiweiß						
So.	Flädlesuppe ^{2,A,A1,G1,C,G,I} Rindfleisch ^{F1} Meerrettichsoße ^{2,13,G1,F,G,L} Boullionkartoffeln ^{2,I} Überraschungsdessert ^{6,12,G1,G,H,H2}	Flädlesuppe ^{2,A,A1,G1,C,G,I} Gemüseauflauf ^{C,F,G} Kräutersoße ^{2,F,G} Grüner Salat ^{F,G,J} Überraschungsdessert ^{6,12,G1,G,H,H2}	Straßburger Wurstsalat ^{1,2,4,16,G,J,F2}						
	775 kcal, 39 g Fett, 63 g KH, 38 g Eiweiß	941 kcal, 66 g Fett, 59 g KH, 22 g Eiweiß	232 kcal, 20 g Fett, 1 g KH, 11 g Eiweiß						

^B Krebstiere und -erzeugnisse, ^C Eier und -erzeugnisse, ^D Fisch und -erzeugnisse, ^E Erdnüsse und -erzeugnisse, ^F Soja und -erzeugnisse, ^G Milch und -erzeugnisse, ^{G1} Laktose ^H Schalenfrüchte und -erzeugnisse, ^{H1} Mandeln und -erzeugnisse, ^{H2} Haselnüsse und -erzeugnisse, ^{H3} Walnüsse und -erzeugnisse, ^{H4} Cashewnüsse und -erzeugnisse, ^{H5} Pecannüsse und -erzeugnisse, ^{H6} Paranüsse und -erzeugnisse, ^{H7} Pistazien und -erzeugnisse, ^{H8} Macadamia- oder Queenslandnüsse und -erzeugnisse, ^I Sellerie und -erzeugnisse, ^J Senf und -erzeugnisse, ^K Sesamsamen und -erzeugnisse, ^L Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10mg/l, als SO2 angegeben, ^M Lupine und -erzeugnisse, ^N Weichtiere und -erzeugnisse
TIERART: ^{F1} enthält Rindfleisch, ^{F2} enthält Schweinefleisch, ^{F3} enthält Kalbfleisch, ^{F4} enthält Lammfleisch, ^{F5} enthält Geflügelfleisch, ^{F6} enthält Rehfleisch, ^{F7} enthält Hirschfleisch

Speiseplan vom 19.06.2023 - 25.06.2023					Änderungen vorbehalten.				
täglich	Frühstück (7:30- 9:45 Uhr) nach Wahl	Zwischenmahlzeit: Joghurt oder Obst	Mittagskaffee (14:30- 16:00 Uhr): wechselnde Kuchen	Spätmahlzeiten: -auf Wunsch-					
Mittagessen (11:45-13:15Uhr)									
Tag	Vollkost / Mischkost	Fleischfreie / vegetarische Kost	Abendessen 17:00 - 20:00 Uhr (kalt)						
Mo.	Kohlrabisuppe 2,F,G Schinken-Käse Makkaroni 1,2,A,A1,G1,C,F,G,I,F2 Tomatensoße Bunter Mischsalat F,G,J Wassermelone 14	Kohlrabisuppe 2,F,G Apfelstrudel A,A1 Vanillesoße G Wassermelone 14	Paniertes Schnitzel A,A1,F2 Grüner Bohnensalat						
	833 kcal, 53 g Fett, 62 g KH, 25 g Eiweiß	555 kcal, 21 g Fett, 78 g KH, 11 g Eiweiß	278 kcal, 13 g Fett, 20 g KH, 19 g Eiweiß						
Di.	Brokkolisuppe 2,F,G Königsberger Klopse 2,C,F,G,L,F1,F2 Kräuterreis G Kapernsoße 2,F,G,L Bunter Mischsalat F,G,J	Brokkolisuppe 2,F,G Stangenspargel mit Krazete A,A1,C,G Hollandaise 2,G1,C,F,G,I Bunter Mischsalat F,G,J	Gemischter Aufschnittteller 1,2,16,G,J,F2						
	794 kcal, 52 g Fett, 61 g KH, 17 g Eiweiß	617 kcal, 41 g Fett, 43 g KH, 17 g Eiweiß	202 kcal, 17 g Fett, 0 g KH, 11 g Eiweiß						
Mi.	Nudeleintopf mit Rindfleisch und Gemüse 2,A,A1,C,I,F1 Grießdessert A,A1,G1,G	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Käsespätzle A,A1,G1,C,F,G,I Rahmsoße 3,F,G,L Gurkensalat F,G,J Grießdessert A,A1,G1,G	Wienerle mit Senf 1,2,16,J,F2 Kartoffelsalat 3,12,J						
	354 kcal, 11 g Fett, 44 g KH, 19 g Eiweiß	851 kcal, 52 g Fett, 71 g KH, 22 g Eiweiß	450 kcal, 32 g Fett, 24 g KH, 15 g Eiweiß						
Do.	Pastinakensuppe 2,F,G Tortellini A,A1,G1,C,G Ratatouillegemüse Tomaten - Mozzarellasoße G1,G	Pastinakensuppe 2,F,G Milchreis G1,G Rhabarberkompott	Gemischter Teller mit Leber- wurst 1,2,F2						
	487 kcal, 16 g Fett, 65 g KH, 16 g Eiweiß	465 kcal, 7 g Fett, 86 g KH, 10 g Eiweiß	313 kcal, 25 g Fett, 1 g KH, 20 g Eiweiß						
Fr.	Tomatencremesuppe 2,F,G,I Seelachsfilet D Spargelragout F,G Kartoffelpüree 2,G1,F,G	Tomatencremesuppe 2,F,G,I Tomaten Basilikum Gnocchi F,G Parmesan 1,C,G Bunter Mischsalat F,G,J	Bayrische Käse- reise mit O- badzter G1,G						
	442 kcal, 19 g Fett, 33 g KH, 31 g Eiweiß	797 kcal, 46 g Fett, 80 g KH, 13 g Eiweiß	363 kcal, 31 g Fett, 1 g KH, 20 g Eiweiß						
Sa.	Erseneintopf 1,2,16,I Wienerle 1,2,16,F2 Frisches Obst 14	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Brötchen A,A1 Frisches Obst 14	Badischer Schinkenteller mit Ei 1,2,C,F2						
	788 kcal, 43 g Fett, 60 g KH, 35 g Eiweiß	354 kcal, 9 g Fett, 57 g KH, 9 g Eiweiß	141 kcal, 8 g Fett, 1 g KH, 17 g Eiweiß						
So.	Grießklößchensuppe 2,A,A1,G1,C,G,I Paniertes Schnitzel A,A1,F2 Stangenspargel G Kräuterpüree 2,G1,F,G Beerenquark G1,G	Grießklößchensuppe 2,A,A1,G1,C,G,I Gemüsepudding A,A1,C,I Apfel Hüttenkäse Dip 14,G1,G Grüner Salat F,G,J Beerenquark G1,G	Russisch Ei 1,2,4,12,16,A,A1,C,F2						
	566 kcal, 23 g Fett, 53 g KH, 33 g Eiweiß	657 kcal, 30 g Fett, 63 g KH, 29 g Eiweiß	365 kcal, 32 g Fett, 2 g KH, 17 g Eiweiß						

Speiseplan vom 26.06.2023 - 02.07.2023					Änderungen vorbehalten.				
täglich	Frühstück (7:30- 9:45 Uhr) nach Wahl	Zwischenmahlzeit: Joghurt oder Obst	Mittagskaffee (14:30- 16:00 Uhr): wechselnde Kuchen	Spätmahlzeiten: -auf Wunsch-					
Mittagessen (11:45-13:15Uhr)									
Tag	Vollkost / Mischkost	Fleischfreie / vegetarische Kost	Abendessen 17:00 - 20:00 Uhr (kalt)						
Mo.	Selleriesuppe 2,F,G,I Currywurst 1,16,F2 Kartoffelspalten Frische Erdbeeren	Selleriesuppe 2,F,G,I Germknödel 1,A,A1,G1,G Vanillesoße G Frische Erdbeeren	Sülze mit Bratkartoffeln 93,1,2,3,12,16,F,I,J,F2						
	668 kcal, 40 g Fett, 55 g KH, 18 g Eiweiß	585 kcal, 15 g Fett, 95 g KH, 15 g Eiweiß	254 kcal, 14 g Fett, 21 g KH, 11 g Eiweiß						
Di.	Erbsencremesuppe 2,F,G Maultaschen A,A1,C,I Kartoffel-Apfelstampf 2,14,G1,F,G Röstzwiebeln Grüner Salat F,G,J	Erbsencremesuppe 2,F,G Vegetarisch gefüllte Paprika A,A1,I,J Gemüse Couscous A,A1,I Kerbelsoße 2,F,G	Gemischter Käseteller mit Fisch 2,3,6,12,A,A1,C,D,G,I,J						
	653 kcal, 32 g Fett, 70 g KH, 16 g Eiweiß	473 kcal, 17 g Fett, 57 g KH, 17 g Eiweiß	272 kcal, 20 g Fett, 4 g KH, 20 g Eiweiß						
Mi.	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Spaghetti A,A1 Hackfleischbolognese 2,I,F1,F2 Gurkensalat F,G,J Schokoladenmousse G1,G	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Pfannkuchen A,A1,C,G Stangenspargel G Hollandaise 2,G1,C,F,G,I Schokoladenmousse G1,G	Pellkartoffeln G Kräuterquark G1,G						
	772 kcal, 38 g Fett, 75 g KH, 30 g Eiweiß	565 kcal, 31 g Fett, 53 g KH, 17 g Eiweiß	336 kcal, 16 g Fett, 29 g KH, 17 g Eiweiß						
Do.	Nudelsuppe mit buntem Ge- müse 2,A,A1,C,I Gemüselasagne A,A1,G1,C,G,I Schnittlauchsoße 2,F,G	Nudelsuppe mit buntem Ge- müse 2,A,A1,C,I Kartoffeltaschen G1,G Weiße Bohnen - Tomatenra- gout G	Vesperteller 1,2,I,J,F2						
	446 kcal, 16 g Fett, 59 g KH, 13 g Eiweiß	440 kcal, 20 g Fett, 49 g KH, 14 g Eiweiß	333 kcal, 31 g Fett, 1 g KH, 13 g Eiweiß						
Fr.	Brokkolisuppe 2,F,G Heringssalat 1,4,14,G1,D,G Salzkartoffeln G	Brokkolisuppe 2,F,G Schupfnudeln A,A1,C Ratatouillegemüse Hirtensalat G	Gemischter Käseteller mit Fisch 2,3,6,12,A,A1,C,D,G,I,J						
	383 kcal, 20 g Fett, 33 g KH, 16 g Eiweiß	608 kcal, 22 g Fett, 78 g KH, 19 g Eiweiß	272 kcal, 20 g Fett, 4 g KH, 20 g Eiweiß						
Sa.	Spargeleintopf mit Speck 1,2,16,F,G,I,F2 Frisches Obst 14	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Brötchen A,A1 Frisches Obst 14	Eiersalat 12,A,A1,C,J						
	331 kcal, 17 g Fett, 33 g KH, 8 g Eiweiß	354 kcal, 9 g Fett, 57 g KH, 9 g Eiweiß	186 kcal, 15 g Fett, 2 g KH, 10 g Eiweiß						
So.	Selleriesuppe 2,F,G,I Schweinegulasch 13,L,F2 Spätzle A,A1,G1,C,G Marktgemüse I Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Selleriesuppe 2,F,G,I Farfalle A,A1,G Pestosoße 1,2,G1,C,F,G,H,H4,L Grüner Salat F,G,J Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Feinschmeckerteller 1,2,16,A,A1,C,D,F1,F2						
	691 kcal, 31 g Fett, 63 g KH, 34 g Eiweiß	619 kcal, 38 g Fett, 53 g KH, 10 g Eiweiß	177 kcal, 11 g Fett, 2 g KH, 16 g Eiweiß						

Rätsel: Wir gehören zusammen!

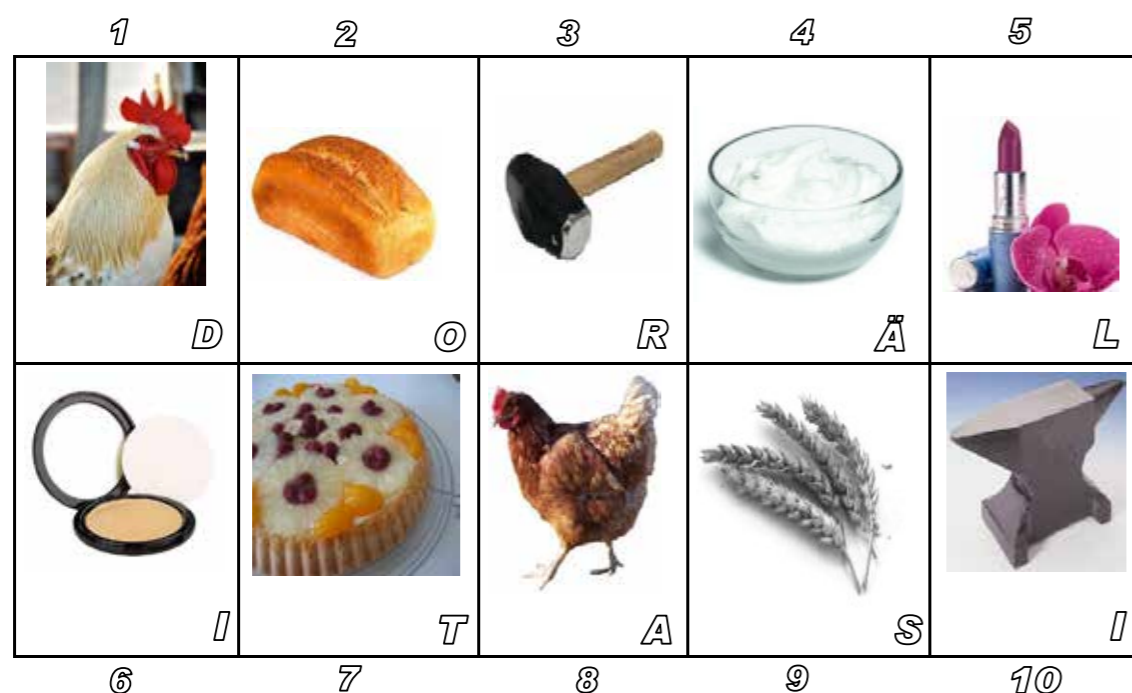
„Gleich und Gleich gesellt sich gern!“ Und: „Gegensätze ziehen sich an!“
 Jeder von uns kennt Beispiele, die auf diese durchaus gegensätzlichen Aussagen der Sprichwörter wohl zutreffen. Auf eine bestimmte Weise gehören gewisse Dinge einfach zusammen.

Darum geht es in unserem heutigen Rätsel. Finden Sie von den folgenden 10 Bildern die Dinge, die paarweise zusammengehören. Jedes Bild ist mit einem Buchstaben versehen. Die Buchstaben eines Bilderpaares ergeben immer eine Silbe des Wortes, das wir suchen.

Der erste Buchstabe einer Silbe hat immer eine ungerade Zahl (1, 3, 5, 7, 9).

Die Silben – in die richtige Reihenfolge gebracht – ergeben ein Wort, zum dem passen würde: „Gemeinsam sind wir stark“. Da das Wort 11 Buchstaben hat und die letzte Silbe ausnahmsweise aus 3 Buchstaben besteht, haben wir dort schon einmal einen Buchstaben im Lösungsabschnitt eingetragen.

Das Lösungswort tragen Sie bitte in den untenstehenden Abschnitt ein. Ihren Namen und den Wohnbereich dazu ... und dann den Abschnitt **bis zum 15. Juni** in den Briefkasten im Eingangsbereich werfen. Es winken wieder schöne Preise.
 Viel Spaß!



LÖSUNG: T

Name und Wohnbereich: _____

Sie war ein Blümlein hübsch und fein,
 heil aufgeblüht im Sonnenschein.
 Er war ein junger Schmetterling,
 der selig an der Blume hing.

Oft kam ein Bienlein mit Gebrumm
 und nascht und säuselt da herum.
 Oft kroch ein Käfer kribbelkrab
 am hübschen Blümlein auf und ab.

Ach Gott, wie das dem Schmetterling
 so schmerzlich durch die Seele ging.
 Doch was am meisten ihn entsetzt,
 das Allerschlimmste kam zuletzt.

Ein alter Esel fraß die ganze
 von ihm so heißgeliebte Pflanze.
 (Wilhelm Busch)



„Sagen Sie mal, Herr Schütze!
 Warum sind Sie eigentlich dreimal in das gleiche
 Modegeschäft eingebrochen?“

„Des war so, Herr Richter! Bim erschde Mol hab ich ä Kleid fir minni Frau
 mitnumme – un dann hab ich´s halt zweimol umtusche miän!“

Hämmes Witze
 aus Helmut Dolds' „Badischem Witzebüchle“
 Abdruck mit freundlicher Erlaubnis und Herzlichem
 Dank.

Regelmäßige Angebote



In den **unterschiedlichen Wohnbereichen** spielen abwechselnd folgende **Musiker**:

Charly Lüftner am Akkordeon

Karl Bühler an der Gitarre

Werner Kohler an der Gitarre (im Foyer oder im Innenhof)

Rüdiger Liedtke (im Foyer oder im Innenhof)

Jubiläum



Dank für die Treue zum Unternehmen der AWO und für jahreslanges Engagement in unserem Hause, für die Verbundenheit mit Kolleginnen und Kollegen und nicht zuletzt zu unseren Bewohnerinnen und Bewohnern an **Nadeschda Kunstmann** für **10 Jahre** und **Beate Pagel** für **40 Jahre** Betriebszugehörigkeit.

Neue Mitarbeiter/innen



Als neue Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter heißen wir herzlich Willkommen und freuen uns auf die gute und angenehme Zusammenarbeit: **Pia-Marie Weber** seit 15.03.23 (BFD, Betreuung), **Joe-Marvin Pfeffer** seit 15.03.23 (BFD, Pflege) und **Marijana Samac** seit 01.04.23 (Pflege).

Verabschiedung



Wir danken **Cristiano Martelli**, der unser Haus verlassen hat, für seinen Einsatz zum Wohl unserer Bewohnerinnen und Bewohner und die gute Zusammenarbeit. Wir wünschen für die Zukunft alles Gute!

Wem Gott will rechte Gunst erweisen,
den schickt er in die weite Welt;
dem will er seine Wunder weisen
in Berg und Tal und Strom und Feld.

Die Bächlein von den Bergen springen,
die Lerchen schwingen hoch vor Lust,
was sollt ich nicht mit ihnen singen
aus voller Kehl' und frischer Brust?

Die Trägen, die zu Hause liegen,
erquicket nicht das Morgenrot!
Sie wissen nur von Kinderwiegen,
von Sorgen, Last und Not und Brot.

Den lieben Gott lass' ich nur walten;
Der Bächlein, Lerchen, Wald und Feld
und Erd' und Himmel will erhalten,
Hat auch mein Sach auf's best bestellt.

(Joseph v. Eichendorff)

Gedenken an die Verstorbenen

Benedikta F.

Georg M.

Sterben

Augenblick in dem Himmel und Erde
Diesseits und Jenseits,
sichtbare und unsichtbare Welt
sich berühren

Augenblick in dem Dunkel und Licht,
Ende und Neubeginn,
Zeit und Ewigkeit
sich still bewegen

Augenblick in dem nur noch die Liebe zählt
so wie das Weizenkorn stirbt
um zu leben und neue Frucht zu bringen
so sterben auch wir
um zu leben.

(Verfasser unbekannt)



s'Bläddli

Veranstaltungen im Juni



Mittwoch, 07.06.
15.30 Uhr

Gitarrenkreis unter der Leitung von Ernst Heidinger im Café



Donnerstag, 15.06.

15.30 Uhr

Marionettentheater Weiss im Café oder Innenhof



Samstag, 17.06.

11.30 Uhr

Grillfest in den Wohnbereichen Mietersheim und Sulz für deren Bewohnerinnen und Bewohner



Montag, 19.06.

ab 14.30 Uhr

Clownin Adele in unterschiedlichen Wohnbereichen



Mittwoch, 21.06.

Erdbeerfest im WB Dinglingen für die Bewohnerinnen und Bewohner des Wohnbereichs.



Dienstag, 27.06.

Grillfest in der Hausgemeinschaft Reichenbach für deren Bewohnerinnen und Bewohner

Weitere Hinweise auf Veranstaltungen entnehmen Sie bitte den aktuellen Aushängen.

Bildimpression

Links die Teilnehmerinnen des Humorseminars (siehe Bericht im Mai Bläddli) und rechts ein Bild vom Konzert von Frau Niemann und Herrn Pack. Das erste Konzert nach langer Zeit im Café des Hauses war eine große Freude für alle Zuhörerinnen und Zuhörer.



DIE ENGEL APOTHEKE

Wir sind Mitglied im Arbeitskreis der Umwelt-Apotheker AAU



DIE ENGEL APOTHEKE • Friedrichstraße 1 • 77933 Lahr

☎ 07821-22749 • 📠 07821-39422 • ✉ info@apotheke-lahr.de • 🌐 apotheke-lahr.de



RECYCLING
PAPIER

gedruckt auf 100%