

August 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 August ist nicht nur die Höchstzeit des Sommers und wird allgemein mit Sonne, Meer und Strand verknüpft, sondern ist auch als der Erntemonat schlechthin bekannt. Die Zeit der Aussaaten ist vorüber und überall locken uns verschiedene Obst- und Gemüsesorten. An den Sträuchern sind allerlei Beeren reif, von den Bäumen strahlen Pfirsiche und Mirabellen um die Wette, in den Beeten warten Gurken und Tomaten auf uns.

In den letzten Jahren wird jedoch immer deutlicher, dass uns der Klimawandel einholt. Ausbleibender Regen, austrocknende Böden, brennende Wälder sind keine Seltenheit mehr. Neben Mensch und Tier leidet auch die Pflanzenwelt unter den länger und häufiger werdenden Hitzephasen. Quellen und Bäche führen kein Wasser mehr und selbst in den großen Flüssen ist aufgrund des niedrigen Pegels die Schifffahrt nicht weiter durchführbar.

Die früher üppigen Ernten nehmen ab, fallen teilweise sogar ganz aus. Erzeuger wie auch Verbraucher haben Schwierigkeiten ihren Lebensunterhalt zu verdienen bzw. aufgerufene Preise zu bezahlen. Vormalige Massenwaren werden auf einmal zu Luxusgütern. Lange Transportwege belasten zusätzlich die Umwelt.

Während wir das Wetter direkt nicht ändern können, so sind Anpassungen unserer Gewohnheiten jederzeit möglich. Wir sollten uns überlegen, ist eine Autowäsche im Sommer wirklich nötig? Läuft der Wasserhahn beim Zähneputzen? Muss der Swimming-Pool im Garten sein, wenn tatsächlich ein Besuch im Freibad oder Badensee erfolgen kann? Haben Sie auch die Verdunstung einkalkuliert, falls Sie Ihre Blumen tagsüber gießen?

Bekanntlich können selbst Kleinigkeiten in großen Mengen Nutzen bringen. Ich bin mir sicher, dass jeder bei sich Einsparmöglichkeiten findet. In diesem Sinne mein Wunsch: sparen Sie wo möglich Wasser!

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.3 Wiese, S.4 Wiese, S.14 Akkordeon & Gitarre, Herz, Biene & Blüte, S.15 Wolken © pxhere.com | S.4 Fleming, Hitchcock, Montessori © 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	3	Reschli	13
Geburtstagskalender	4	Regelmäßige Angebote	14
Hinter den Kulissen	5	Gedicht, Gedenken	15
Speiseplan	7	Veranstaltungen und Bildimpressionen	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.

Hannelore H. | Gertrud K. | Maria M.
Ingrid M. | Christel S. | Helmut V.



Wetterregeln



*Fängt der August mit Donnern an,
er's bis zum End' nicht lassen kann.*

*Der August muss Hitze haben,
sonst Obstbaumsegen wird begraben.*

*Im August beim ersten Regen,
pflegt die Hitze sich zu legen.*

*Viel August-Sonnenschein
bringt guten Wein*

Geburtstagskalender

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

04. Petra G.	WB Dinglingen
15. Brigitte K.	WB Lahr
19. Rosa D.	WB Dinglingen
19. Wolfgang S.	WB Dinglingen
22. Erika F.	WB Lahr
28. Dr. Sonja T.	WB Kippenheimweiler
30. Ursula S.	WB Lahr
31. Erika A.	WB Lahr
31. Frieda Z.	WB Kippenheimweiler

Persönlichkeiten, die ebenfalls im August geboren sind:



Alexander Fleming
06.08.1881
in Schottland
Entdecker des Penicillins



Alfred Hitchcock
13.08. 1899
in London
britischer Filmregisseur



Maria Montessori
31.08.1870
Ancona /Italien
Philosophin und Reformpädagogin



Hinter den Kulissen des Ludwig-Frank-Hauses – für die Bewohnerinnen und Bewohner da sein

von Hannah Fedricks-Zelaya

Das Pflegeteam leistet nicht nur Pflege

Das Ludwig-Frank-Haus ist Arbeitsplatz für viele Menschen. Sie alle sorgen dafür, dass sich die Bewohnerinnen und Bewohner so wohl wie möglich fühlen. Das Pflegeteam ist ein wichtiger Grundstein des Ludwig-Frank-Hauses. Pflegedienstleiterin Olga Trotner erklärt, wie die Arbeit der Pflege aussieht.

Wer gehört dazu?

Insgesamt arbeiten 102 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Ludwig-Frank-Hauses in der Pflege. Jeder Wohnbereich hat dabei sein eigenes Team; wobei die Hausgemeinschaft Reichenbach vom Pflegeteam Kippenheimweiler mitbetreut wird. Und die Wohnbereiche Mietersheim und Sulz ein Team bilden. In jedem Team sind zwischen 18 und 25 Mitarbeitende.

Was gehört dazu?

Im Vordergrund unserer täglichen Arbeit steht die Körperpflege und Behandlungspflege hochbetagter Menschen. Die Behandlungspflege hat in den vergangenen Jahren stark zugenommen. Dazu gehören beispielsweise auch die Wundversorgung und das Richten und Verabreichen von Medikamenten. Wir Pflegefachkräfte ermitteln auch, welche Hilfsmittel gebraucht werden. Darüber hinaus stehen wir in ständigem Austausch mit Physiotherapeuten, behandelnden Ärzten, Apotheken und natürlich den Angehörigen.

Wie arbeiten wir?

Wir haben eine hohe Zahl an Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern mit unterschiedlichem Stellenumfang, zwischen 30% und 100%, und auch geringfügig Beschäftigte.

Alle haben die Möglichkeit jeden Monat im Voraus 4-5 Wunschtage anzugeben, die im Dienstplan nach Möglichkeit auch berücksichtigt werden.

In der Regel haben die Mitarbeitenden jedes 2. Wochenende frei, außer es ist auf Grund von Urlaubszeiten oder Krankheitsausfällen nicht möglich.

Dann kommt es auch mal vor, dass zwei Wochenenden nacheinander Dienst anfällt, und anschließend zwei Wochenenden frei sind. Damit wird das Aufstellen des Dienstplanes jeden Monat zu einer Herausforderung. Dieser wird von den Wohnbereichsleitungen erstellt und von PDL und Betriebsrat geprüft. Erst nach deren Freigabe werden die Pläne verbindlich.



Das sollten Bewohner und Angehörige über unsere Arbeit wissen

Immer mal wieder gibt es Missverständnisse, was Anordnung von Medikamenten oder Behandlung von neu auftretenden Beschwerden anbelangt. Wir müssen für jede Änderung der Medikation oder der Behandlungspflege den jeweiligen Hausarzt zuziehen, und dürfen Änderungen nicht selbständig entscheiden. Das ist manchmal sehr zeitaufwändig, da viele Arztpraxen am Rand ihrer Kapazitäten arbeiten und telefonisch kaum ein Durchkommen möglich ist.

Das wünschen wir uns

Eigentlich das, was für alle Bereiche des Lebens gilt: miteinander reden und Verständnis zeigen. Das gilt für Angehörige ebenso wie für unsere Bewohnerinnen und Bewohner, sofern sie noch in der Lage dazu sind. Mancher Konflikt würde nicht entstehen, wenn alle Beteiligten miteinander sprechen und alle Seiten berücksichtigt würden. Schön wäre es auch, an der ein oder anderen Stelle mehr Zeit zu haben, für ein kurzes Spiel oder Gespräch. Einfach dafür, die Menschen besser kennenzulernen und einen guten Draht zu ihnen zu finden.

Aufgaben, die alle gerne machen

Das ist bei den Mitarbeitenden sehr individuell. Manchen liegt die Pflege sehr am Herzen, andern die Behandlungspflege oder die Wundversorgung. Was generell allen Spaß und Freude bereitet ist es, die Mensch in ihrem Alltag zu begleiten, mit ihren Bedürfnissen und Wünschen.

Das ist das größte Lob für uns

Wenn Bewohnerinnen oder Bewohner in der Kurzzeitpflege bei uns waren und sie danach sagen: „Falls wir jemals dauerhaft ins Heim müssen, dann auf jeden Fall zu Ihnen.“ Das hört man natürlich gerne.



Speiseplan vom 31.07.2023 - 06.08.2023

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 ¹⁴ 816 kcal, 51 g Fett, 70 g KH, 18 g Eiweiß	Blumenkohlsuppe ^{2,F,G} Apfelstrudel ^{A,A1} Vanillesoße ^G Obst der Saison ¹⁴ 585 kcal, 20 g Fett, 86 g KH, 12 g Eiweiß	Toast Hawaii ^{1,2,A,A1,G1,G,F2} 460 kcal, 22 g Fett, 37 g KH, 25 g Eiweiß	
Di.	Erbsencremesuppe ^{2,F,G} Kartoffelpuffer ^{A,A1,C} Apfelmus ² 395 kcal, 7 g Fett, 67 g KH, 12 g Eiweiß	Erbsencremesuppe ^{2,F,G} Nudelaufauf ^{A,A1,C,F,G} Kräutersoße ^{2,F,G} Rettichsalat ^{F,G} 830 kcal, 48 g Fett, 70 g KH, 27 g Eiweiß	Gemischter Aufschnittteller ^{1,2,16,G,J,F2} 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} 1250 kcal, 65 g Fett, 119 g KH, 45 g Eiweiß	Gemüsecremesuppe ^{2,F,G,I} Kartoffeltaschen ^{G1,G} Buntes Gemüse ^I Karottensalat ^J Vanillepudding ^{G1,G} 744 kcal, 38 g Fett, 79 g KH, 17 g Eiweiß	Fleischkäse mit Kartoffelsalat ^{1,2,3,12,16,J,F2} 467 kcal, 34 g Fett, 23 g KH, 15 g Eiweiß	
Do.	Karotten Ingwersuppe ^{2,F,G} Bratwurst ^{16,F1,F2} Buntes Karottengemüse ^G Kartoffelpüree ^{2,G1,F,G} Bratensoße ³ 607 kcal, 41 g Fett, 39 g KH, 17 g Eiweiß	Karotten Ingwersuppe ^{2,F,G} Gemüsenudeln ^{A,A1,C,G} Kräutersoße ^{2,F,G} Grüner Salat ^{F,G,J} 614 kcal, 40 g Fett, 52 g KH, 10 g Eiweiß	Vesperteller ^{1,2,I,J,F2} 333 kcal, 31 g Fett, 1 g KH, 13 g Eiweiß	
Fr.	Kürbisschaumsuppe ^{2,F,G} Schlemmerfischfilet ^{A,A1,D} Weiße Bohnen - Tomatenragout ^G Bandnudeln ^{A,A1,C,G} 687 kcal, 31 g Fett, 59 g KH, 42 g Eiweiß	Kürbisschaumsuppe ^{2,F,G} Bratkartoffeln Körniger Frischkäse ^{G1,G} Grüner Salat ^{F,G,J} 513 kcal, 27 g Fett, 44 g KH, 20 g Eiweiß	Frischkäseteller mit Obst ^{1,G1,G} 364 kcal, 31 g Fett, 11 g KH, 10 g Eiweiß	
Sa.	Gulaschsuppe ^{2,F1} Frisches Obst ¹⁴ 393 kcal, 15 g Fett, 40 g KH, 22 g Eiweiß	Gemüsecremesuppe ^{2,F,G,I} Brötchen ^{A,A1} Frisches Obst ¹⁴ 354 kcal, 9 g Fett, 57 g KH, 9 g Eiweiß	Gemischter Teller mit Leberwurst ^{1,2,F2} 313 kcal, 25 g Fett, 1 g KH, 20 g Eiweiß	
So.	Selleriesuppe ^{2,F,G,I} Schweinegulasch ^{13,L,F2} Schaschliksoße ³ Basmatireis ^G Überraschungsdessert ^{6,12,G1,G,H,H2} 638 kcal, 27 g Fett, 65 g KH, 29 g Eiweiß	Selleriesuppe ^{2,F,G,I} Gemüseaufauf ^{C,F,G} Tomatensoße Überraschungsdessert ^{6,12,G1,G,H,H2} 577 kcal, 34 g Fett, 44 g KH, 17 g Eiweiß	Straßburger Wurstsalat ^{1,2,4,16,G,J,F2} 232 kcal, 20 g Fett, 1 g KH, 11 g Eiweiß	

Speiseplan vom 07.08.2023 - 13.08.2023					Änderungen vorbehalten.				
täg-lich	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} Penne ^{A,A1} Gemüse- Tomatensoße Wassermelone ¹⁴	Rote Linsensuppe ^{2,G1,F,G,I,L} Gemüsesouffle ^{A,A1,G1,C,G} Erbsen-Kartoffelpüree ^{2,G1,F,G} Kerbelsoße ^{2,F,G} Wassermelone ¹⁴	Weißwurst mit Laugenge- bäck ^{16,A,A1,F2}						
	554 kcal, 10 g Fett, 95 g KH, 16 g Eiweiß	509 kcal, 26 g Fett, 53 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} Apfelmus ²	Frischkäseteller mit Obst ^{1,G1,G}						
	525 kcal, 24 g Fett, 61 g KH, 14 g Eiweiß	318 kcal, 8 g Fett, 50 g KH, 10 g Eiweiß	466 kcal, 40 g Fett, 14 g KH, 12 g Eiweiß						
Mi.	Gemüsecremesuppe ^{2,F,G,I} Fleischkäse mit Kartoffelsalat ^{1,2,3,12,16,J,F2} Fruchtjoghurt ^{G1,G}	Gemüsecremesuppe ^{2,F,G,I} Semmelknödel ^{A,A1,C} Pilzragout ^{F,G} Fruchtjoghurt ^{G1,G}	Hähnchenkeule ^{F5} Mexikosalat						
	667 kcal, 45 g Fett, 45 g KH, 19 g Eiweiß	566 kcal, 22 g Fett, 65 g KH, 26 g Eiweiß	424 kcal, 25 g Fett, 11 g KH, 36 g Eiweiß						
Do.	Kartoffelsuppe ^{2,F,G} Gefüllter Crepes "Mediterran" ^{A,A1,G1,C,G} Buntes Gemüse ¹ Tomatensoße	Kartoffelsuppe ^{2,F,G} Kokos Curry Gemüse ^{2,F,G,I,L} Basmatireis ^G Karottensalat ^J	Vesperteller ^{1,2,I,J,F2}						
	368 kcal, 15 g Fett, 43 g KH, 11 g Eiweiß	661 kcal, 38 g Fett, 69 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} Grüner Salat ^{F,G,J}	Käseteller mit Trauben ^{G1,G}						
	498 kcal, 17 g Fett, 52 g KH, 29 g Eiweiß	541 kcal, 34 g Fett, 47 g KH, 10 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} Fruchtiges Hähnchencurry mit Gemüse ^{F,I,F5} Wildreis ^G 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}						
	888 kcal, 36 g Fett, 91 g KH, 42 g Eiweiß	939 kcal, 66 g Fett, 60 g KH, 22 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 14.08.2023 - 20.08.2023					Änderungen vorbehalten.				
täg-lich	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 Wassermelone ¹⁴	Kohlrabisuppe ^{2,F,G} Apfelstrudel ^{A,A1} Vanillesoße ^G Wassermelone ¹⁴	Paniertes Schnitzel ^{A,A1,F2} Grüner Bohnensalat						
	666 kcal, 36 g Fett, 59 g KH, 24 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} Pfannkuchen ^{A,A1,C,G} Apfelmus ²	Brokkolisuppe ^{2,F,G} Gemüsebratling mit Bulgur ^{A,A1,C,G,I} Kräuterquark ^{G1,G}	Gemischter Aufschnittteller ^{1,2,16,G,J,F2}						
	332 kcal, 9 g Fett, 49 g KH, 11 g Eiweiß	440 kcal, 24 g Fett, 30 g KH, 24 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} Ofenkartoffeln Tomaten Basilikum Dipp ^{G1,F,G} Bunter Mischsalat ^{F,G,J}	Pastinakensuppe ^{2,F,G} Milchreis ^{G1,G} Kirschkompott	Gemischter Teller mit Leber- wurst ^{1,2,F2}						
	872 kcal, 69 g Fett, 50 g KH, 10 g Eiweiß	502 kcal, 7 g Fett, 95 g KH, 9 g Eiweiß	313 kcal, 25 g Fett, 1 g KH, 20 g Eiweiß						
Fr.	Tomatencremesuppe ^{2,F,G,I} Seelachsfilet ^D Zucchini-Tomatengemüse 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}						
	385 kcal, 13 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.	Erbseneintopf ^{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} Kohlrabigemüse ^{F,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}						
	622 kcal, 28 g Fett, 55 g KH, 33 g Eiweiß	651 kcal, 30 g Fett, 61 g KH, 29 g Eiweiß	365 kcal, 32 g Fett, 2 g KH, 17 g Eiweiß						

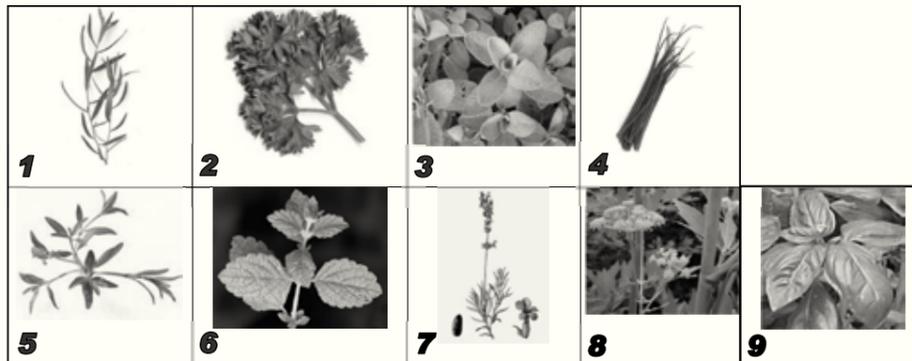
^B Krebstiere und -erzeugnisse, ^C Eier und -erzeugnisse, ^D Fisch und -erzeugnisse, ^E Erdnüsse und -erzeugnisse, ^F Soja und -erzeugnisse, ^G Milch und -erzeugnisse, ^{G1} Laktose ^H Schalenfrüchte und -erzeugnisse, ^{H1} Mandeln und -erzeugnisse, ^{H2} Haselnüsse und -erzeugnisse, ^{H3} Walnüsse und -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 21.08.2023 - 27.08.2023					Änderungen vorbehalten.				
täg-lich	Frühstück (7:30- 9:45 Uhr) nach Wahl	Zwischenmahlzeit: Joghurt oder Obst	Mittagskaffee (14:30- 16:00 Uhr): wechselnde Kuchen	Spätmahlzeiten: -auf Wunsch-	täg-lich	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)		Tag	Vollkost / Mischkost	Fleischfreie / vegetarische Kost	Abendessen 17:00 - 20:00 Uhr (kalt)	
Mo.	Selleriesuppe 2,F,G,I Pellkartoffeln G Radieschen Frischkäse Dipp G1,F,G Grüner Salat F,G,J Wassermelone 14	Selleriesuppe 2,F,G,I Germknödel 1,A,A1,G1,G Vanillesoße G Wassermelone 14	Pizza Donut mit Mischsalat 1,2,A,A1,A5,G1,F,G,J		Mo.	Tomatencremesuppe 2,F,G,I Käsespätzle A,A1,G1,C,F,G,I Rahmsoße 3,F,G,L Blattsalat mit Dressing F,G,J Wassermelone 14	Tomatencremesuppe 2,F,G,I Nudelauflauf A,A1,C,F,G Tomatensoße Blattsalat mit Dressing F,G,J Wassermelone 14	Frikadelle A,A1,C,F1,F2 Tomaten- Mozzarella Salat G1,G	
	626 kcal, 44 g Fett, 46 g KH, 8 g Eiweiß	589 kcal, 15 g Fett, 97 g KH, 14 g Eiweiß	503 kcal, 29 g Fett, 45 g KH, 12 g Eiweiß			849 kcal, 56 g Fett, 65 g KH, 19 g Eiweiß	901 kcal, 53 g Fett, 77 g KH, 26 g Eiweiß	379 kcal, 27 g Fett, 11 g KH, 22 g Eiweiß	
Di.	Erbsencremesuppe 2,F,G Maultaschen A,A1,C,I Kartoffel-Apfelstampf 2,14,G1,F,G Röstzwiebeln	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		Di.	Rote Linsensuppe 2,G1,F,G,I,L Putengeschnetzeltes Züricher Art 3,F,G,L,F5 Karottengemüse G Bandnudeln A,A1,C,G	Rote Linsensuppe 2,G1,F,G,I,L Quarkkeulchen A,A1,G1,C,G Vanillesoße G	Friskkäseteller mit Obst 1,G1,G	
	486 kcal, 15 g Fett, 67 g KH, 15 g Eiweiß	473 kcal, 17 g Fett, 57 g KH, 17 g Eiweiß	272 kcal, 20 g Fett, 4 g KH, 20 g Eiweiß			548 kcal, 20 g Fett, 47 g KH, 40 g Eiweiß	484 kcal, 18 g Fett, 66 g KH, 12 g Eiweiß	466 kcal, 40 g Fett, 14 g KH, 12 g Eiweiß	
Mi.	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Spaghetti A,A1 Hackfleischbolognese 2,I,F1,F2 Bunter Mischsalat F,G,J Schokoladenmousse G1,G	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Ofenschlupfer mit Pfirsich A,A1,G1,C,F,G Vanillesoße G Schokoladenmousse G1,G	Pellkartoffeln G Kräuterquark G1,G		Mi.	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Currywurst 1,16,F2 Kartoffelspalten Schokopudding G1,G	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Kartoffeltaschen G1,G Apfel Hüttenkäse Dip 14,G1,G Bulgursalat A,A1 Schokopudding G1,G	Putenschnitzel A,A1,F5 Grüner Bohnensalat	
	862 kcal, 48 g Fett, 76 g KH, 30 g Eiweiß	830 kcal, 33 g Fett, 106 g KH, 25 g Eiweiß	336 kcal, 16 g Fett, 29 g KH, 17 g Eiweiß			941 kcal, 48 g Fett, 94 g KH, 29 g Eiweiß	845 kcal, 38 g Fett, 94 g KH, 29 g Eiweiß	378 kcal, 17 g Fett, 25 g KH, 29 g Eiweiß	
Do.	Nudelsuppe mit buntem Gemüse 2,A,A1,C,I Lasagne Tomaten-Mozzarella A,A1,G1,C,G,I Schnittlauchsoße 2,F,G Gurkensalat F,G,J	Nudelsuppe mit buntem Gemüse 2,A,A1,C,I Spiegeleier C Bratkartoffeln Gurkensalat F,G,J	Vesperteller 1,2,I,J,F2		Do.	Kartoffelsuppe 2,F,G Fleischkäse mit Kartoffelsalat 1,2,3,12,16,J,F2	Kartoffelsuppe 2,F,G Rösti Pilzragout F,G Tomatensalat	Gemischter Aufschnittteller 1,2,16,G,J,F2	
	522 kcal, 23 g Fett, 62 g KH, 14 g Eiweiß	459 kcal, 19 g Fett, 50 g KH, 18 g Eiweiß	333 kcal, 31 g Fett, 1 g KH, 13 g Eiweiß			593 kcal, 41 g Fett, 38 g KH, 17 g Eiweiß	356 kcal, 17 g Fett, 37 g KH, 11 g Eiweiß	202 kcal, 17 g Fett, 0 g KH, 11 g Eiweiß	
Fr.	Brokkoli G Heringssalat 1,4,14,G1,D,G Salzkartoffeln G	Brokkoli G Schupfnudeln A,A1,C Pflifferlingsrahmsoße 3,F,G,L	Gemischter Käseteller mit Fisch 2,3,6,12,A,A1,C,D,G,I,J		Fr.	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Fischstäbchen A,A1,D Rahmspinat 2,F,G Salzkartoffeln G	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Tortellini A,A1,G1,C,G Käse- Sahnesoße 2,F,G Hirtensalat G	Bayrische Käsereise mit Obbadzter G1,G	
	350 kcal, 18 g Fett, 27 g KH, 17 g Eiweiß	515 kcal, 17 g Fett, 71 g KH, 13 g Eiweiß	272 kcal, 20 g Fett, 4 g KH, 20 g Eiweiß			513 kcal, 21 g Fett, 59 g KH, 20 g Eiweiß	660 kcal, 34 g Fett, 65 g KH, 22 g Eiweiß	363 kcal, 31 g Fett, 1 g KH, 20 g Eiweiß	
Sa.	Nudeleintopf mit Rindfleisch und Gemüse 2,A,A1,C,I,F1 Frisches Obst 14	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Brötchen A,A1 Frisches Obst 14	Eiersalat 12,A,A1,C,J		Sa.	Pichelsteiner Gemüseintopf mit Huhn 2,I,F5 Obstsalat 14	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Brötchen A,A1 Obstsalat 14	Ochsenmaulsalat 1,2,A,A5,I,F1	
	332 kcal, 8 g Fett, 46 g KH, 16 g Eiweiß	354 kcal, 9 g Fett, 57 g KH, 9 g Eiweiß	186 kcal, 15 g Fett, 2 g KH, 10 g Eiweiß			366 kcal, 13 g Fett, 37 g KH, 24 g Eiweiß	354 kcal, 9 g Fett, 57 g KH, 9 g Eiweiß	81 kcal, 2 g Fett, 0 g KH, 14 g Eiweiß	
So.	Selleriesuppe 2,F,G,I Schweinegulasch 13,L,F2 Spätzle A,A1,G1,C,G Karotten-Erbsengemüse G Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Selleriesuppe 2,F,G,I Spaghetti A,A1 Kürbisrahmsoße F,G Grüner Salat F,G,J Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Feinschmeckerteller 1,2,16,A,A1,C,D,F1,F2		So.	Karotten Ingwersuppe 2,F,G Frikadelle A,A1,C,F1,F2 Wurzelgemüse Kartoffelpüree 2,G1,F,G Bratensoße 3 Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Karotten Ingwersuppe 2,F,G Kräuterquark G1,G Salzkartoffeln G Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Straßburger Wurstsalat 1,2,4,16,G,J,F2	
	702 kcal, 33 g Fett, 60 g KH, 35 g Eiweiß	928 kcal, 61 g Fett, 75 g KH, 14 g Eiweiß	177 kcal, 11 g Fett, 2 g KH, 16 g Eiweiß			608 kcal, 32 g Fett, 54 g KH, 21 g Eiweiß	531 kcal, 25 g Fett, 51 g KH, 20 g Eiweiß	232 kcal, 20 g Fett, 1 g KH, 11 g Eiweiß	

Speiseplan vom 28.08.2023 - 03.09.2023					Änderungen vorbehalten.				
täg-lich	Frühstück (7:30- 9:45 Uhr) nach Wahl	Zwischenmahlzeit: Joghurt oder Obst	Mittagskaffee (14:30- 16:00 Uhr): wechselnde Kuchen	Spätmahlzeiten: -auf Wunsch-	täg-lich	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)		Tag	Vollkost / Mischkost	Fleischfreie / vegetarische Kost	Abendessen 17:00 - 20:00 Uhr (kalt)	
Mo.	Selleriesuppe 2,F,G,I Pellkartoffeln G Radieschen Frischkäse Dipp G1,F,G Grüner Salat F,G,J Wassermelone 14	Selleriesuppe 2,F,G,I Germknödel 1,A,A1,G1,G Vanillesoße G Wassermelone 14	Pizza Donut mit Mischsalat 1,2,A,A1,A5,G1,F,G,J		Mo.	Tomatencremesuppe 2,F,G,I Käsespätzle A,A1,G1,C,F,G,I Rahmsoße 3,F,G,L Blattsalat mit Dressing F,G,J Wassermelone 14	Tomatencremesuppe 2,F,G,I Nudelauflauf A,A1,C,F,G Tomatensoße Blattsalat mit Dressing F,G,J Wassermelone 14	Frikadelle A,A1,C,F1,F2 Tomaten- Mozzarella Salat G1,G	
	626 kcal, 44 g Fett, 46 g KH, 8 g Eiweiß	589 kcal, 15 g Fett, 97 g KH, 14 g Eiweiß	503 kcal, 29 g Fett, 45 g KH, 12 g Eiweiß			849 kcal, 56 g Fett, 65 g KH, 19 g Eiweiß	901 kcal, 53 g Fett, 77 g KH, 26 g Eiweiß	379 kcal, 27 g Fett, 11 g KH, 22 g Eiweiß	
Di.	Erbsencremesuppe 2,F,G Maultaschen A,A1,C,I Kartoffel-Apfelstampf 2,14,G1,F,G Röstzwiebeln	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		Di.	Rote Linsensuppe 2,G1,F,G,I,L Putengeschnetzeltes Züricher Art 3,F,G,L,F5 Karottengemüse G Bandnudeln A,A1,C,G	Rote Linsensuppe 2,G1,F,G,I,L Quarkkeulchen A,A1,G1,C,G Vanillesoße G	Friskkäseteller mit Obst 1,G1,G	
	486 kcal, 15 g Fett, 67 g KH, 15 g Eiweiß	473 kcal, 17 g Fett, 57 g KH, 17 g Eiweiß	272 kcal, 20 g Fett, 4 g KH, 20 g Eiweiß			548 kcal, 20 g Fett, 47 g KH, 40 g Eiweiß	484 kcal, 18 g Fett, 66 g KH, 12 g Eiweiß	466 kcal, 40 g Fett, 14 g KH, 12 g Eiweiß	
Mi.	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Spaghetti A,A1 Hackfleischbolognese 2,I,F1,F2 Bunter Mischsalat F,G,J Schokoladenmousse G1,G	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Ofenschlupfer mit Pfirsich A,A1,G1,C,F,G Vanillesoße G Schokoladenmousse G1,G	Pellkartoffeln G Kräuterquark G1,G		Mi.	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Currywurst 1,16,F2 Kartoffelspalten Schokopudding G1,G	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Kartoffeltaschen G1,G Apfel Hüttenkäse Dip 14,G1,G Bulgursalat A,A1 Schokopudding G1,G	Putenschnitzel A,A1,F5 Grüner Bohnensalat	
	862 kcal, 48 g Fett, 76 g KH, 30 g Eiweiß	830 kcal, 33 g Fett, 106 g KH, 25 g Eiweiß	336 kcal, 16 g Fett, 29 g KH, 17 g Eiweiß			941 kcal, 48 g Fett, 94 g KH, 29 g Eiweiß	845 kcal, 38 g Fett, 94 g KH, 29 g Eiweiß	378 kcal, 17 g Fett, 25 g KH, 29 g Eiweiß	
Do.	Nudelsuppe mit buntem Gemüse 2,A,A1,C,I Lasagne Tomaten-Mozzarella A,A1,G1,C,G,I Schnittlauchsoße 2,F,G Gurkensalat F,G,J	Nudelsuppe mit buntem Gemüse 2,A,A1,C,I Spiegeleier C Bratkartoffeln Gurkensalat F,G,J	Vesperteller 1,2,I,J,F2		Do.	Kartoffelsuppe 2,F,G Fleischkäse mit Kartoffelsalat 1,2,3,12,16,J,F2	Kartoffelsuppe 2,F,G Rösti Pilzragout F,G Tomatensalat	Gemischter Aufschnittteller 1,2,16,G,J,F2	
	522 kcal, 23 g Fett, 62 g KH, 14 g Eiweiß	459 kcal, 19 g Fett, 50 g KH, 18 g Eiweiß	333 kcal, 31 g Fett, 1 g KH, 13 g Eiweiß			593 kcal, 41 g Fett, 38 g KH, 17 g Eiweiß	356 kcal, 17 g Fett, 37 g KH, 11 g Eiweiß	202 kcal, 17 g Fett, 0 g KH, 11 g Eiweiß	
Fr.	Brokkoli G Heringssalat 1,4,14,G1,D,G Salzkartoffeln G	Brokkoli G Schupfnudeln A,A1,C Pflifferlingsrahmsoße 3,F,G,L	Gemischter Käseteller mit Fisch 2,3,6,12,A,A1,C,D,G,I,J		Fr.	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Fischstäbchen A,A1,D Rahmspinat 2,F,G Salzkartoffeln G	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Tortellini A,A1,G1,C,G Käse- Sahnesoße 2,F,G Hirtensalat G	Bayrische Käsereise mit Obbadzter G1,G	
	350 kcal, 18 g Fett, 27 g KH, 17 g Eiweiß	515 kcal, 17 g Fett, 71 g KH, 13 g Eiweiß	272 kcal, 20 g Fett, 4 g KH, 20 g Eiweiß			513 kcal, 21 g Fett, 59 g KH, 20 g Eiweiß	660 kcal, 34 g Fett, 65 g KH, 22 g Eiweiß	363 kcal, 31 g Fett, 1 g KH, 20 g Eiweiß	
Sa.	Nudeleintopf mit Rindfleisch und Gemüse 2,A,A1,C,I,F1 Frisches Obst 14	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Brötchen A,A1 Frisches Obst 14	Eiersalat 12,A,A1,C,J		Sa.	Pichelsteiner Gemüseintopf mit Huhn 2,I,F5 Obstsalat 14	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Brötchen A,A1 Obstsalat 14	Ochsenmaulsalat 1,2,A,A5,I,F1	
	332 kcal, 8 g Fett, 46 g KH, 16 g Eiweiß	354 kcal, 9 g Fett, 57 g KH, 9 g Eiweiß	186 kcal, 15 g Fett, 2 g KH, 10 g Eiweiß			366 kcal, 13 g Fett, 37 g KH, 24 g Eiweiß	354 kcal, 9 g Fett, 57 g KH, 9 g Eiweiß	81 kcal, 2 g Fett, 0 g KH, 14 g Eiweiß	
So.	Selleriesuppe 2,F,G,I Schweinegulasch 13,L,F2 Spätzle A,A1,G1,C,G Karotten-Erbsengemüse G Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Selleriesuppe 2,F,G,I Spaghetti A,A1 Kürbisrahmsoße F,G Grüner Salat F,G,J Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Feinschmeckerteller 1,2,16,A,A1,C,D,F1,F2		So.	Karotten Ingwersuppe 2,F,G Frikadelle A,A1,C,F1,F2 Wurzelgemüse Kartoffelpüree 2,G1,F,G Bratensoße 3 Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Karotten Ingwersuppe 2,F,G Kräuterquark G1,G Salzkartoffeln G Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Straßburger Wurstsalat 1,2,4,16,G,J,F2	
	702 kcal, 33 g Fett, 60 g KH, 35 g Eiweiß	928 kcal, 61 g Fett, 75 g KH, 14 g Eiweiß	177 kcal, 11 g Fett, 2 g KH, 16 g Eiweiß			608 kcal, 32 g Fett, 54 g KH, 21 g Eiweiß	531 kcal, 25 g Fett, 51 g KH, 20 g Eiweiß	232 kcal, 20 g Fett, 1 g KH, 11 g Eiweiß	

Rätsel: Wer kennt die Kräuter?

Finden Sie die Namen der abgebildeten Küchenkräuter heraus? Tragen Sie die Namen in das Buchstabengitter ein. Die Buchstaben in den grau unterlegten Feldern ergeben das Lösungswort. Lösungsabschnitt ausfüllen und bis **12.09.** in den Briefkasten im Foyer einwerfen. Es winken nette Preise. Viel Glück!
 Ö = OE



1		Wird gern verwendet bei Geflügel oder gekochtem Fisch.
2		Wächst als glatt- oder kraußblättrige Pflanze.
3		Wird auch als Gurgelmittel bei Halsentzündungen verwendet
4		Beigabe zu Salaten, Eierspeisen, Suppen, Frischkäse oder Quark.
5		Zu Hülsenfrüchten: verhindert unangenehme Blähungen.
6		Blätter schmecken bittersüß und nach Zitrone. U.a. im Salat
7		Auch bekannt als Parfüm, Heilkraut und Zierpflanze.
8		Wird auch Maggikraut genannt.
9		Wird häufig bei italienischen Gerichten verwendet.

Das Lösungswort lautet:

Name und Wohnbereich: _____

Reschtli

„Hit mach i nit lang Gschiss“, het minni Frau gsaid, „hit git's nur Reschtli!“ Es het sich angeheert wiä e Drohung. I hab's Gsiicht vezoge un finschter in mi niidenkt: „O Lätzambedel, hit sieht's duuschter uss bim Midaagesse. Hit geht's käb zue! Awwer was soll's? Do duesch hit halt emol e wing hungere. ,s isch kei Schade! Un wenn de an d'Hungerzidde denksch noochem Kriäg, drnoo derfsch di nit beklage.“

Wu-n-i drnoo an de Disch ghockt bin, isch e Schäleli mit eme Erdepfelsippli vor mr gschtande.

„Des isch noch iwdrig vun vorvorgeschtern. Des mueß endlig weg“, het mr minni Frau bedittet.

Prima het's gschmeckt un i hätt am läbschte nochemol so e paar Schepfer voll gnumme.

„Nei, `s isch nix meh do, awwer i hab vun geschtern noch so zwei, drei Niideli mit eme Kritterseebli. Un`s kinnt sin, dass noch e baar Fetzeli Fisch drinrumschwimme.“ Au des isch gued gsiin un i wär gern debii bliiwe. Awwer `s Tepfli isch ums Handrumdrille ratzibutz leer gsiin.

Hinde uffem Herd het`s noch e wing brootschtelt un e wirzigs Gschmäckli het mr in d'Nas gschtöche. „Do hawi noch `s Reschtli vun sellem Häxli, wun-n-i noch iigfroore ghet hab“, het minni Frau gsaid.. „Un e Mimpfli Kohlräbli vum letschte Sunndig isch au no do.“

Normalerwiis bin i in ere Wirtschaft immer missdrouisch, wenn`s uff de Kard heißt „Poulardebrischtli“, „Hähnlichenkeli“, „Rindsbäckli“, „Tafelspitzli“. Gege des „-li“ uff ere Speisekard hab i eifach e Aberwille. Wil sich diä Portione so wunzlig anheere. Ich weiß jo, dass des Noochsilbli nit nur d`Greeßi angit, sondern au, wiä gued ebbs anmacht isch. Awwer i weiß nit, ob des selli in de Kuchi au wisse. Drum bschtell i in ere Wirtschaft niä so e „-li-Portiun“.

Awwer deheim isch es anderscht. Zue dämm Häxli un dämm Leffeli Gmiäs het minni Frau noch e baar Erdepfeli im Budder uffbrode, bis sie e scheens reesches Krischtli ghan hänn. Diä Brägeli, diä Kohlräbli un des Rescht-Häxli sin so zart gsiin, dass de sie hesch kinne mit de Zung verdrugge.

Mittlerwiil isch minni Zueversicht gschiige, dass i hit emend doch nit verhungere mueß. Un minni Frau het zuemr gsaid: „Awwer jetz machsch au noch vollds leer. Es isch nur noch e Pflädderli drin im Schisseli.“

Awwer schiins het minni Frau doch noch e wing Bedenke ghan. Selldrum het sie hindedruff noch e Käffeli un e paar Wiihnachtsbreedli uff de Disch broocht. – Uns am Schluss bin i vun däm Reschtli-Esse babsatt gsiin. Rundum zfriede hawi ere, w-u-i vum Disch uffgstande bin, e gueder Rot gän: „De bruchsch dr bim Koche wirklich nit jede Dag so viel Ärwet mache. So e paar zammegwirfeldi Reschtli – des duet's au.“

aus: Ludwig Hillenbrands „Ha, so ebbs!“, mit freundlicher Genehmigung des Autors



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)

Neue Mitarbeiter/innen



Als neue Mitarbeiterinnen heißen wir herzlich Willkommen und freuen uns auf die gute und angenehme Zusammenarbeit:

Sophia Armbruster (Pflege), **Julija Herr** (Pflege) und **Lynn Beck** (Betreuung), alle seit dem 01.06.23.

Der August

Nun hebt das Jahr die Sense hoch
und mäht die Sommertage wie ein Bauer.
Wer sät, muss mähen.
Und wer mäht, muss säen.
Nichts bleibt, mein Herz. Und alles ist von Dauer.

Stockrosen stehen hinterm Zaun
in ihren alten, brüchigseidnen Trachten.
Die Sonnenblumen, üppig, blond und braun,
mit Schleiern vorm Gesicht, schau'n aus wie Frau`n,
die eine Reise in die Hauptstadt machten.

Wann reisten sie? Bei Tage kaum.
Stets leuchteten sie golden am Stakete.
Wann reisten sie? Vielleicht im Traum?
Nachts, als der Duft vom Lindenbaum
an ihnen abschiedssüß vorüberwehte?

In Büchern liest man groß und breit,
selbst das Unendliche sei nicht unendlich.
Man dreht und wendet Raum und Zeit.
Man ist gescheiter als gescheit, -
das Unverständliche bleibt unverständlich.

Ein Erntewagen schwankt durchs Feld.
Im Garten riecht`s nach Minze und Kamille.
Man sieht die Hitze. Und man hört die Stille.
Wie klein ist heut die ganze Welt!
Wie groß und grenzenlos ist die Idylle...

Nichts bleibt, mein Herz. Bald sagt der Tag Gutnacht.
Sternschnuppen fallen dann, silbern und sacht,
ins Irgendwo, wie Tränen ohne Trauer.
Dann wünsche Deinen Wunsch, doch gib gut acht!
Nichts bleibt, mein Herz. Und alles ...

Erich Kästner

Gedenken an die Verstorbenen



Fritz S.

Ich möchte hingehn wie der Tau im Tal,
wenn durstig ihm des Morgens Feuer winken;
Oh wollte Gott, wie ihn der Sonnenstrahl,
auch meine lebensmüde Seele trinken!

Georg Herwegh (1817-1875)

s'Bläddli

Veranstaltungen im August



Montag, 14.08., ab 14.30 Uhr

Clownerei

s'Trudl kommt zu Besuch in unterschiedliche Wohnbereiche.



Dienstag, 29.08., ab 15.30 Uhr

Konzert mit **Onkel Jakobs Trio** im Café oder Innenhof

Weitere Hinweise auf Veranstaltungen entnehmen Sie bitte den aktuellen Aushängen.

Bildimpressionen

Im Juni was das **Marionettentheater Weiss** zu Gast im Ludwig-Frank-Haus. Ein ganz besonderes und unvergessliches Erlebnis für die Bewohnerinnen und Bewohner. Und im Juli nahm **Thomas Rothfuß** bei seinem Konzert alle Zuhörerinnen und Zuhörer mit auf eine musikalische "Reise um die Welt".



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%