Juni 2021

s'Blättli

Journal

Neues aus dem AWO Seniorenzentrum Ludwig-Frank-Haus

Humorvolles, Wissenswertes, Unterhaltung und mehr...

AWO Seniorenzentrum Ludwig-Frank-Haus

Liebe Leserinnen und Leser,

hätten Sie gewusst, dass der Juni auch als Rosenmonat oder Rosenmond bekannt ist? Egal ob rot, gelb oder weiß, jetzt ist der Zeitpunkt, zu dem die Rosenblüte ihren Höhepunkt erreicht.

Vielleicht haben Sie auch Rosen in Ihrem Garten und wissen von was ich spreche, vielleicht erinnern Sie sich an Ihre Jugend und den Garten der Eltern, Nachbarn oder Freunde, in dem Rosen geblüht haben.

Wer in Lahr geboren ist oder hier schon länger wohnt, kennt sicherlich noch den Rosenabend, der lange Jahre im Juni im Lahrer Stadtpark stattgefunden hat. Der dortige Rosengarten hat über 1500 Rosen aus über 250 verschiedenen Sorten – ein wahres Rosenmeer also.

Rosen beeindrucken uns nicht nur durch ihre Farbenpracht, sondern auch mit ihrem Duft. Der übliche intensive Geruch wird in der Aromatherapie zur Entspannung verwendet und dient als Grundlage für viele Parfüme. In der Heilkunst sollen aus Rosen gewonnene Öle gegen Erkältungen, Darm- und Gallenleiden, bei Wassereinlagerungen sowie Gicht und Rheuma helfen. Übrigens können Rosen auch zur Herstellung von Süßigkeiten und Konfitüren genutzt werden.

Nicht zuletzt ist die Rose ein wiederkehrendes Thema in Kunst und Gesang. Maler verewigen sie in unzähligen Gemälden, Dichter beschreiben ihre Schönheit in Reimen und Sänger erzählen in Liedern von ihren Kräften. Die Rose dient als Symbol für Liebe ebenso wie für Leidenschaft, sie versinnbildlicht Zuneigung und Freundschaft. Und wer von uns würde sich nicht über eine Rose von einer ihm nahestehenden Person freuen.

In diesem Sinne schenken Sie im Rosenmonat doch jemandem eine Rose!

Viele Grüße

Ihr Martin Wälde

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.5 © Kyu Oh auf iStock | S.15 Kreuz © Fischer-Rimpf | S.2 Rosen, S.3 Blumenwiese, S.6 Erdbeer-Tiramisu, S.15 Herz © pxhere.com | S.4 Mann, Frank, Alexander © wikipedia/wikimedia | S.4 Blumen © Gerhard G. auf Pixabay | S.5 Flaschen © Bruno Germany auf Pixabay | S.6 Erdbeerlese © Bild von Bettina Böhme auf Pixabay | S.12 Kuchentafel © Robert Kneschke auf Fotolia | alle anderen Bilder © AWO-Seniorenzentrum Ludwig-Frank-Haus/AWO Bezirksverband Baden

Inhaltsverzeichnis

	Seite
Vorwort	2
Willkommen, Wetterregeln, Gewinner Preisrätsel	3
Geburtstagskalender	4
Erbeeren, Genuss im Frühsommer	5
Gedicht	6
Literatur-Tipp	7
Speiseplan	8
Rätsel	12
„Nesteldecken“, Kooperation Mediathek	13
Angebote & Veranstaltungen, Int. Tag der Pflege	14
Jubiläum, Gedicht, Gedenken	15
Bildimpressionen, Witz	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.

Erika A. | Renate K. | Gertrud L. | Heinz S.

Wetterregeln

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 Lösungswort des Mai-Preisrätsels war: „Veilchen“.
Wir haben viele richtige Lösungen erhalten.
Die glücklichen Gewinnerinnen sind **Frieda Z.** , **Carmen K.** und **Erika F.** . Gratulation und herzlichen Glückwunsch!

Geburtstagskalender

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

02. Hubert F.	90 Jahre	WB Kippenheimweiler
08. Maria S.	84 Jahre	WB Mietersheim
25. Paul E.	94 Jahre	WB Dinglingen

Persönlichkeiten, die ebenfalls im Juni geboren sind:

Thomas Mann
06.06.1875
in Lübeck
deutscher Schriftsteller

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

Peter Alexander
30.06.1926
in Wien
österreicheischer Sänger
und Schauspieler

Erdbeeren, Genuss im Frühsommer

Geliebt von Groß und Klein, reifen endlich wieder die leckeren Erdbeeren, auf den Feldern. Jeder Deutsche verzehrt im Schnitt jährlich mehr als 3kg Erdbeeren. Etwa 1,5 kg davon werden durchschnittlich in Deutschland geerntet.

In der Ortenau ist Oberkirch eines der größten Anbaugebiete in Deutschland. Hier kommen bis zu 3000 Tonnen dieser edlen Früchte jährlich zur Ernte und werden entsprechend verwertet.

Die Erdbeere ist eine Weltenbummlerin. Die bei uns geerntete Art stammt eigentlich aus Nord- und Südamerika und ist im 18. Jahrhundert nach Europa gekommen. Dort wurde sie durch Neuzüchtung zu dem, was sie heute ist. Botanisch nennt man die Erdbeere eine Scheinfrucht, da sie nur als Träger für die kleinen nussartigen Früchte dient.

Nach dem langen Winter sind Erdbeeren die ersten Früchte, die uns wieder mit frischen Vitaminen und Mineralstoffen versorgen. Mit der Erdbeere kommt auch wieder der Sommer in unsere Häuser.
Eine spritzige Bowle, Marmelade und unterschiedlichste Kuchen sind nur einige Leckereien, die wir aus Erdbeeren zubereiten. Auch Pascal Tritz, unser Küchenchef lässt sich von den Früchten inspirieren:

Rezept: Erdbeerlikör

Zutaten:
- 250 g Erdbeeren
- 100 g Puderzucker
- 1 Msp. Vanille (gemahlen)
- 1 Orange (Saft)
- 2 EL Honig
- 600 ml
- Rum (oder nach Bedarf)

Die Erdbeeren abbrausen, putzen und klein schneiden.
Mit dem Puderzucker, Vanille, Orangensaft und Honig fein pürieren.
Mit dem Rum vermischen und in eine vorbereitete Flasche (ca. 1 l) füllen.
Gut verschlossen im Kühlschrank aufbewahren.

Erdbeer Tiramisu

Zutaten:
- 4 Eigelb
- 70 g Zucker
- 250 g Mascarpone
- 250 g Rahm- Topfen (50 % Fettgehalt oder Quark)
- 40 ml Orangenlikör
- 400 g Erdbeeren
- 10 g Vanillezucker
- 200 ml Espresso (oder starker Kaffee)
- 16 Stk. Löffelbiskuits
- 60 g Kakaopulver

Die Eigelbe mit dem Zucker mit dem Handrührgerät schaumig schlagen. Mascarpone sowie den Topfen und den Orangenlikör mit Hilfe eines Schneebesens einrühren und die Creme kühl stellen. Währenddessen die Erdbeeren waschen, putzen und in 2-3 cm große Stücke schneiden. Die Hälfte der Erdbeeren mit dem Vanillezucker mit Hilfe eines Stabmixers pürieren. Den Kaffee aufbrühen, abkühlen lassen, den Löffelbiskuit darin tränken und die Hälfte der Biskuits in eine kleine Auflaufform legen. Die Hälfte des Erdbeerpürees darauf verteilen, sowie die Hälfte der Erdbeerstücke darüber streuen. Die Hälfte der Mascarpone-Masse gleichmäßig darauf geben und glattstreichen. Nun nochmals eine Schicht in der gleichen Reihenfolge (Biskuits, Erdbeerpüree, Erdbeerstücke und Creme) in die Form einsetzen. Das Kakaopulver mit einem feinen Sieb darüber streuen und die Form mindestens 2 Stunden kühl stellen.

Erdbeerlese

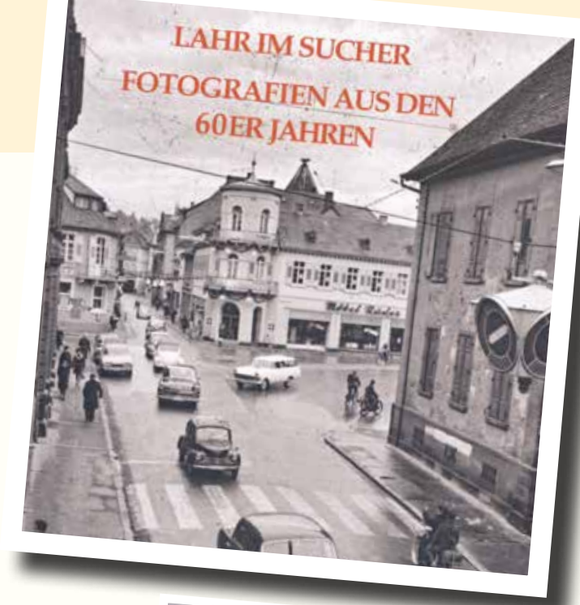
Wohin? Wohin, ihr lieben Mädchen?
Sophiechen, Mariechen und Gretchen und Käthchen?
Wir wollen im Schatten der hohen Buchen
auf grünen Matten Erdbeeren suchen.
Erdbeeren, sie lachen von fern mich schon an,
ich hab‘ so recht meine Freude dran.
So oft ich sie kostete, hab‘ ich gedacht,
Gott hat sie wohl für die Engel gemacht.
So duftig, so schön von Farb‘ und Gestalt,
die herrlichste Frucht im ganzen Wald.
O könnt‘ ich sie pflücken an jedem Ort,
ich würde mich bücken an Einem fort!

Doch um gut sie heimzubringen,
Mein‘ ich, wird es nötig sein,
dass wir jetzt vor allen Dingen
Körbchen flechten groß und klein.
Seht dort am Graben sind Binsen zu haben.
Lasst und denn aus Binsen winden
Körbchen groß und klein!
Alle Beeren, die wir finden legen wir darein.
Welch Entzücken! Erdbeer‘n suchen
und im Schatten bei den Buchen
auf den Matten Erdbeer‘n pflücken!
Wollt‘s uns glücken! Welch Entzücken!

(Hoffmann v. Fallersleben)

Literatur-Tipp

LAHR IM SUCHER – Fotografien aus den 60er Jahren



Aus dem Inhalt:
*„Vom 13. September bis 1. November 2020 zeigte das Stadtmuseum Lahr eine Ausstellung mit rund 50 Forografien aus dem umfang-reichen Bestand der beiden Lahrer Fotografen Eugen Dieterle (1910-1983) und Rolf Dieterle (*1941).*
Beide, Vater und Sohn, dokumentierten als Pressefotografen das Geschehen in der Stadt und lieferten damit wichtige Zeugnisse zur Stadtgeschichte.
Ihr fotografischer Nachlass aus der Zeit von 1940 bis 1987 umfasst mehr als 8.000 Negativstreifen und wrid im Stadtarchiv Lahr verwahrt.“

Die Bilder der Ausstellung liegen nun in Form eines Bildbandes vor. Eine sehr schöne fotografische Zeitreise in das Lahr der 60er Jahr im letzten Jahrhundert. Das Buch offenbart einen Einblick in die Stadtentwicklung in dieser Zeit als auch in die Alltags- und Lebenswelt der Menschen, z.B. in den Bereichen Mode, Musik, Sport und Politik.

Lahr im Sucher.
Fotografien aus den 60er Jahren
Herausgegeben vom Stadtmuseum Lahr
Bärenfelser Verlag Grenzach-Wyhlen
ISBN 978-3-86372-059-9
Hardcover 124 Seiten
mit 63 sw Abbildungen
Preis: 21 Euro

Speiseplan vom 07.06.2021 - 13.06.2021

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 Wassermelone 14	Blumenkohlsuppe 2,F,G Apfelstrudel A,A1 Vanillesoße G Wassermelone 14	Toast Hawaii 1,2,A,A1,G1,G,F2
	773 kcal, 51 g Fett, 60 g KH, 18 g Eiweiß	541 kcal, 17 g Fett, 83 g KH, 12 g Eiweiß	460 kcal, 22 g Fett, 37 g KH, 25 g Eiweiß
Di.	Tomatencremesuppe 2,F,G,I Frikadelle A,A1,C,F1,F2 Pilzragout F,G Röstkartoffeln	Tomatencremesuppe 2,F,G,I Nudelauflauf A,A1,C,F,G Kräutersoße 2,F,G	Gemischter Aufschnittteller 1,2,16,G,J,F2
	590 kcal, 34 g Fett, 43 g KH, 25 g Eiweiß	846 kcal, 49 g Fett, 74 g KH, 24 g Eiweiß	199 kcal, 17 g Fett, 0 g KH, 12 g Eiweiß
Mi.	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Straßburger Wurstsalat 1,2,4,16,G,J,F2 Bratkartoffeln Schokopudding G1,G	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Kartoffeltaschen G1,G Zucchini-Tomatengemüse Karottensalat J Schokopudding G1,G	Fleischkäse mit Kartoffelsalat 1,2,3,12,16,J,F2
	771 kcal, 36 g Fett, 82 g KH, 28 g Eiweiß	766 kcal, 39 g Fett, 82 g KH, 20 g Eiweiß	469 kcal, 35 g Fett, 22 g KH, 14 g Eiweiß
Do.	Karotten Ingwersuppe 2,F,G Currywurst 1,16,F2 Kartoffelspalten	Karotten Ingwersuppe 2,F,G Gemüsecurry mit Linsen und Tofu A,A1,F,I Kokos Mandel Reis G,H,H1 Tomatensalat	Vesperteller 1,2,I,J,F2
	630 kcal, 39 g Fett, 49 g KH, 17 g Eiweiß	966 kcal, 43 g Fett, 95 g KH, 39 g Eiweiß	333 kcal, 31 g Fett, 1 g KH, 13 g Eiweiß
Fr.	Paprikacremesuppe 2,F,G,I Schlemmerfischfilet A,A1,D Mediterranes Gemüse Bandnudeln A,A1,C,G Grüner Salat F,G,J	Paprikacremesuppe 2,F,G,I Salzkartoffeln G Körniger Frischkäse G1,G Grüner Salat F,G,J	Frischkäseteller mit Obst 1,G1,G
	782 kcal, 45 g Fett, 55 g KH, 37 g Eiweiß	484 kcal, 28 g Fett, 37 g KH, 19 g Eiweiß	366 kcal, 31 g Fett, 11 g KH, 10 g Eiweiß
Sa.	Gulaschsuppe 2,I,F1 Frisches Obst 14	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Frisches Obst 14	Gemischter Teller mit Leberwurst 1,2,F2
	351 kcal, 11 g Fett, 39 g KH, 21 g Eiweiß	206 kcal, 9 g Fett, 27 g KH, 3 g Eiweiß	313 kcal, 25 g Fett, 1 g KH, 20 g Eiweiß
So.	Selleriesuppe 2,F,G,I Putengeschnetzeltes Züricher Art 93,3,F,G,L,F5 Brokkoli G Mandelbällchen G1,C,G Creme Caramel G1,C,G	Selleriesuppe 2,F,G,I Gemüseauflauf C,F,G Tomatensoße Creme Caramel G1,C,G	Straßburger Wurstsalat 1,2,4,16,G,J,F2
	745 kcal, 28 g Fett, 70 g KH, 45 g Eiweiß	551 kcal, 31 g Fett, 44 g KH, 19 g Eiweiß	238 kcal, 21 g Fett, 1 g KH, 12 g Eiweiß

ZUSATZSTOFFE: 1 mit Konservierungsstoff, 2 mit Antioxidationsmittel, 3 mit Geschmacksverstärker, 4 mit Süßungsmittel, 5 mit Süßungsmitteln, 6 mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 7 mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln, 8 mit Zuckerarten und Süßungsmittel, 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 14.06.2021 - 20.06.2021

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.	Brokkolisuppe 2,F,G Gemüsepuffer A,A1,C,I Tomaten-Basilikumdip G1,F,G Grüner Salat F,G,J Pfirsichkompott	Brokkolisuppe 2,F,G Spaghetti A,A1 Tomatensoße Grüner Salat F,G,J Pfirsichkompott	Weißwurst mit Laugengebäck 16,A,A1,F2 Rote Beetesalat 4
	988 kcal, 69 g Fett, 71 g KH, 16 g Eiweiß	622 kcal, 25 g Fett, 80 g KH, 13 g Eiweiß	673 kcal, 37 g Fett, 58 g KH, 23 g Eiweiß
Di.	Karotten Ingwersuppe 2,F,G Schweinerücken Tomate Mozzarella A,A1,G1,G Kräuterpüree 2,G1,F,G Hollandaise 2,G1,C,F,G,I Tomatensalat	Karotten Ingwersuppe 2,F,G Apfelstrudel A,A1 Vanillesoße G	Frischkäseteller mit Obst 1,G1,G
	648 kcal, 40 g Fett, 49 g KH, 24 g Eiweiß	494 kcal, 16 g Fett, 76 g KH, 10 g Eiweiß	467 kcal, 40 g Fett, 15 g KH, 13 g Eiweiß
Mi.	Nudeleintopf mit Rindfleisch 2,A,A1,C,I,F1 Quarkcreme G1,G	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Farfalle A,A1,G Gemüsebolognese 2,A,A1,I Blattsalat mit Dressing F,G,J Quarkcreme G1,G	Hähnchenkeule F5 Hirtensalat G
	305 kcal, 7 g Fett, 35 g KH, 24 g Eiweiß	585 kcal, 29 g Fett, 58 g KH, 19 g Eiweiß	408 kcal, 27 g Fett, 2 g KH, 38 g Eiweiß
Do.	Champignoncremesuppe 93,2,F,G,L Paniertes Schnitzel A,A1,F2 Speckbohnen 1,2,16,F2 Kartoffelpüree 2,G1,F,G Bratensoße 3	Champignoncremesuppe 93,2,F,G,L Gemüselasagne A,A1,G1,C,G,I Tomatensoße Bunter Mischsalat F,G,J	Vesperteller 1,2,I,J,F2
	622 kcal, 31 g Fett, 55 g KH, 27 g Eiweiß	530 kcal, 29 g Fett, 48 g KH, 14 g Eiweiß	333 kcal, 31 g Fett, 1 g KH, 13 g Eiweiß
Fr.	Tomatencremesuppe 2,F,G,I Grillfisch G1,D,G Bandnudeln A,A1,C,G Asiagemüse G Weißweinsoße 93,2,F,G,L	Tomatencremesuppe 2,F,G,I Pfannkuchen A,A1,C,G Apfelmus 2	Käseteller mit Trauben G1,G
	520 kcal, 22 g Fett, 51 g KH, 28 g Eiweiß	341 kcal, 9 g Fett, 52 g KH, 11 g Eiweiß	362 kcal, 27 g Fett, 9 g KH, 19 g Eiweiß
Sa.	Erbseneintopf 1,2,16,I Wienerle 1,2,16,F2 Frisches Obst 14	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Frisches Obst 14	Gemischter Aufschnittteller 1,2,16,G,J,F2
	699 kcal, 33 g Fett, 61 g KH, 34 g Eiweiß	206 kcal, 9 g Fett, 27 g KH, 3 g Eiweiß	199 kcal, 17 g Fett, 0 g KH, 12 g Eiweiß
So.	Grießklößchensuppe 2,A,A1,G1, C,G,I, Hackbraten ,A1,G1,C,G,F1,F2 Bratensoße 3, Herzoginkartoffeln A,A1,G1,C,G Blumenkohl G Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Grießklößchensuppe 2,A,A1,G1, C,G,I, Gemüsenudeln A,A1,C,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
	814 kcal, 47 g Fett, 55 g KH, 38 g Eiweiß	789 kcal, 49 g Fett, 67 g KH, 14 g Eiweiß	238 kcal, 21 g Fett, 1 g KH, 12 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 21.06.2021 - 27.06.2021

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 Käsespätzle A,A1,G1,C,F,G,I Rahmsoße 93,3,F,G,L Bunter Mischsalat F,G,J Wassermelone 14	Blumenkohlsuppe 2,F,G Semmelknödel A,A1,C Pilzrahmsoße 93,3,F,G,L Bunter Mischsalat F,G,J Wassermelone 14	Paniertes Schnitzel A,A1,F2 Kartoffelsalat 3,12,J
	844 kcal, 56 g Fett, 62 g KH, 20 g Eiweiß	640 kcal, 32 g Fett, 66 g KH, 21 g Eiweiß	424 kcal, 21 g Fett, 39 g KH, 19 g Eiweiß
Di.	Nudelsuppe 2,A,A1,C,I Gefüllte Nudelröllchen A,A1,G1,G Blattspinat G Gorgonzolasoße 2,F,G	Nudelsuppe 2,A,A1,C,I Kirschenmichel A,A1,G1,C,F,G Vanillesoße G	Gemischter Aufschnittteller 1,2,16,G,J,F2
	2423 kcal, 47 g Fett, 406 g KH, 88 g Eiweiß	673 kcal, 20 g Fett, 98 g KH, 20 g Eiweiß	199 kcal, 17 g Fett, 0 g KH, 12 g Eiweiß
Mi.	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Schweinesteak F2 Rahmsoße 93,3,F,G,L Brokkoli G Rösti Fruchtjoghurt G1,G	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Kichererbsenbällchen A,A1,I Asiagemüse G Currysoße 93,2,F,G,L Fruchtjoghurt G1,G	Wienerle mit Senf 1,2,16,J,F2 Gurkensalat F,G,J
	740 kcal, 41 g Fett, 47 g KH, 43 g Eiweiß	577 kcal, 32 g Fett, 57 g KH, 13 g Eiweiß	307 kcal, 26 g Fett, 4 g KH, 13 g Eiweiß
Do.	Kohlrabisuppe 2,F,G Gefüllter Crepes "Mediterran" A,A1,G1,C,G Hirtensalat G	Kohlrabisuppe 2,F,G Tortellini A,A1,G1,C,G Ratatouillegemüse Käse- Sahnesoße 1,2,F,G	Gemischter Teller mit Leberwurst 1,2,F2
	378 kcal, 22 g Fett, 28 g KH, 16 g Eiweiß	598 kcal, 26 g Fett, 67 g KH, 22 g Eiweiß	313 kcal, 25 g Fett, 1 g KH, 20 g Eiweiß
Fr.	Kartoffelsuppe 2,F,G Panierte Scholle A,A1,D Remouladensoße 8,G1,C,G,J Kartoffelsalat 3,12,J	Kartoffelsuppe 2,F,G Maultaschenpfanne mit Ei und Gemüse A,A1,C,I Grüner Salat F,G,J	Bayrische Käsereise mit Obadzter G1,G
	792 kcal, 53 g Fett, 59 g KH, 30 g Eiweiß	545 kcal, 29 g Fett, 53 g KH, 15 g Eiweiß	366 kcal, 31 g Fett, 1 g KH, 20 g Eiweiß
Sa.	Mediterraner Hackeintopf 2,F,G,F1,F2 Frisches Obst 14	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Frisches Obst 14	Badischer Schinkenteller mit Ei 1,2,C,F2
	420 kcal, 22 g Fett, 35 g KH, 20 g Eiweiß	206 kcal, 9 g Fett, 27 g KH, 3 g Eiweiß	141 kcal, 8 g Fett, 1 g KH, 17 g Eiweiß
So.	Spargelcremesuppe 2,F,G Rinderzunge in Madeirasoße 93,1,2,3,L Nudeln A,A1,C,G Beerenquark G1,G	Spargelcremesuppe 2,F,G Spaghetti A,A1 Basilikumpesto 1,2,G1,C,G,H,H4 Tomatensalat Beerenquark G1,G	Russisch Ei 1,2,4,12,16,A,A1,C,F2
	771 kcal, 39 g Fett, 55 g KH, 46 g Eiweiß	542 kcal, 22 g Fett, 62 g KH, 20 g Eiweiß	370 kcal, 33 g Fett, 2 g KH, 17 g Eiweiß

Speiseplan vom 28.06.2021 - 04.07.2021

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 Königsberger Klopse 93,2,C,F,G,L,F1,F2 Basmatireis G Rote Beetesalat 4 Obstsalat 14	Selleriesuppe 2,F,G,I Gemüsesouffle A,A1,G1,C,G Tomatensoße Rote Beetesalat 4 Obstsalat 14	Sülze mit Bratkartoffeln 93,1,2,3,12,16,F,I,J,F2
	614 kcal, 27 g Fett, 72 g KH, 16 g Eiweiß	332 kcal, 11 g Fett, 43 g KH, 9 g Eiweiß	254 kcal, 14 g Fett, 21 g KH, 11 g Eiweiß
Di.	Pastinakensuppe 2,F,G Maultaschen A,A1,C,I Ratatouillegemüse Grüner Salat F,G,J	Pastinakensuppe 2,F,G Kirschenmichel A,A1,G1,C,F,G Vanillesoße G	Gemischter Käseteller mit Fisch 2,3,6,12,A,A1,C,D,G,I,J
	500 kcal, 24 g Fett, 55 g KH, 11 g Eiweiß	685 kcal, 24 g Fett, 92 g KH, 19 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 Vanillepudding G1,G	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Gemüsebratling mit Bulgur A,A1,C,G,I Tomatenreis G Gurkensalat F,G,J Vanillepudding G1,G	Pellkartoffeln G Kräuterquark G1,G
	892 kcal, 37 g Fett, 101 g KH, 36 g Eiweiß	738 kcal, 27 g Fett, 97 g KH, 24 g Eiweiß	332 kcal, 16 g Fett, 29 g KH, 16 g Eiweiß
Do.	Nudelsuppe 2,A,A1,C,I Paella Spanische Reispfanne mit Hähnchen G1,G,F5 Kräutersoße 2,F,G	Nudelsuppe 2,A,A1,C,I Kaiserschmarrn A,A1,C,G,H,H1 Fruchtsoße	Vesperteller 1,2,I,J,F2
	432 kcal, 17 g Fett, 49 g KH, 18 g Eiweiß	546 kcal, 12 g Fett, 84 g KH, 22 g Eiweiß	333 kcal, 31 g Fett, 1 g KH, 13 g Eiweiß
Fr.	Brokkolisuppe 2,F,G Lachsnudeln 93,2,A,A1,C,D,F,G,L Blattspinat G Blattsalat mit Dressing F,G,J	Brokkolisuppe 2,F,G Brotauflauf A,A1,G1,C,F,G Schokoladensoße G	Gemischter Käseteller mit Fisch 2,3,6,12,A,A1,C,D,G,I,J
	717 kcal, 39 g Fett, 43 g KH, 44 g Eiweiß	671 kcal, 25 g Fett, 86 g KH, 22 g Eiweiß	272 kcal, 20 g Fett, 4 g KH, 20 g Eiweiß
Sa.	Graupeneintopf mit Speck 1,2,16,A,A5,F,G,I,F2 Frisches Obst 14	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Frisches Obst 14	Heringssalat 1,4,14,G1,D,G
	404 kcal, 17 g Fett, 51 g KH, 8 g Eiweiß	206 kcal, 9 g Fett, 27 g KH, 3 g Eiweiß	174 kcal, 13 g Fett, 3 g KH, 11 g Eiweiß
So.	Selleriesuppe 2,F,G,I Schweinebraten J,F2 Bratensoße 3 Lauchgemüse F,G Süßkartoffelstampf F,G Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Selleriesuppe 2,F,G,I Gemüsefrikadelle 2,A,A1,C,G,I Bulgursalat A,A1 Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Feinschmeckerteller 1,2,16,A,A1,C,D,F1,F2
	1022 kcal, 64 g Fett, 67 g KH, 37 g Eiweiß	577 kcal, 26 g Fett, 60 g KH, 16 g Eiweiß	177 kcal, 11 g Fett, 2 g KH, 16 g Eiweiß

Rätsel: Eine Torte zum Geburtstag

Pauline hat Geburtstag. Einen ganz besonderen, zu dem sie diesmal sogar schriftlich einlädt. Auf ganz feinem Büttenpapier. Ihr Enkel Tobias, der ihr beim Schreiben helfen sollte, hat sich aber einen Scherz erlaubt. Er hat einfach drauflos geschrieben und die Wörter ganz willkürlich getrennt. An einigen Stellen hat er sogar Buchstaben einfach weggelassen. Erst hat sich Pauline geärgert: „Dieser Schlingel!“ Aber dann dachte sie: „Die Freundinnen und Freunde werden doch auch Spaß verstehen. Ich schicke die Einladung so weg. Sie werden schon herausfinden, was ich ihnen mitteilen wollte.“ Hoffentlich hat Pauline nicht doch jemanden vergrault. Nicht jeder versteht ja Spaß.

Aber vielleicht macht es Ihnen Spaß, herauszufinden, was Pauline mitteilt. Und wenn Sie in die leeren Felder den richtigen Buchstaben einsetzen, der dort fehlt, dann ergeben die Buchstaben an einander gereiht den Namen der Torte, mit der Pauline ihre Gäste erfreuen wird.

Und das ist dann auch das Lösungswort unseres Preisrätsels, das Sie bitte in den Lösungsabschnitt eintragen.
Wenn Sie den Abschnitt **bis zum 15.06.2021** in den Briefkasten im Erdgeschoss werfen, sind Sie bei der Auslosung netter Preise dabei.

lieb efr□ und inne nun df□e un□e! wiei hrsi cher wis stka nni chim jun imei nena chtz igs teng e□ur tsta gfei ern. daz ulad □iche ucha ll□g anz he□zl ich ein. ihrk önn□ euc hsch□ nauf ein eleck eret ort efre uend iem eine enk elins abin efür unsb ack enw ird. ichf□ eue mic hwe nni hrmi□ mirf eiert. herzl ich□g rüße! paul ine

LÖSUNGSABSCHNITT

Das Lösungswort lautet: □□□□□□□□□□□□

Name und Wohnbereich: _____

_____

Zur Beruhigung und Beschäftigung

Bei demenzerkrankten oder motorisch eingeschränkten Menschen werden gerne sogenannte „Nesteldecken“ eingesetzt. Diese sind aus unterschiedlichen Materialien zusammengesetzt und bieten neben taktilen Anreizen auch Möglichkeiten sich zu beschäftigen: Reißverschluss, Knopf oder Applikation können befühlt, gekrempelt, geöffnet und geschlossen werden. Dabei wird darauf geachtet, dass alle Teile fest mit der Decke verbunden sind, um Verletzungsgefahren zu vermeiden.
Zwei sehr schöne Exemplare haben wir vor Kurzem von Karin Fortin geschenkt bekommen. Frau Fortin hat diese während ihrer Ausbildung zur Betreuungskraft gefertigt, und ist über ihre Tätigkeit bei der Nachbarschaftshilfe unserem Haus verbunden.
Wir bedanken uns im Namen unserer Bewohnerinnen und Bewohner auf diesem Weg sehr herzlich bei Frau Fortin!

Kooperation mit der Mediathek Lahr

Die Mediathek bietet den Bewohnerinnen und Bewohnern des Ludwig-Frank-Hauses einen neuen Dienst an. Artikel aus dem Katalog der Mediathek, ob Bücher, CDs, DVDs oder Spiele, können bestellt werden. Die ausgewählten Medien werden frei Haus geliefert und nach 4 Wochen wieder abgeholt. Sollte ein Wunschartikel bereits anderweitig ausgeliehen sein, kann er bei einem der nächsten Male geliefert werden.
Wer sich gerne überraschen lässt, kann auch angeben, dass er z.B. gerne einen Abenteuerroman lesen würde. Ein passendes Buch wird dann von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Mediathek ausgesucht. Gerne sind unsere Betreuungskräfte bei der Bestellung behilflich. Auch sie nutzen das Angebot, im Rahmen ihrer Arbeit um mit neuen Spielen, Filmen und vielem mehr, den Alltag in den Wohnbereichen noch abwechslungsreicher zu gestalten.
Wir danken dem Team der Mediathek Lahr für das schöne Angebot, das sehr gut bei Bewohnerinnen und Bewohnern ankommt und mit viel Freude angenommen wird.

Mediathek **Lahr**

Aktuelle Regelmäßige Angebote

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

- Herr Charly Lüftner am Akkordeon, dreimal wöchentlich
- Herr Erich Biehler und Herr Dieter Kurz an den Akkordeons, zweimal pro Woche
- Herr Karl Bühler an der Gitarre, jede Woche
- Herr Werner Kohler an der Gitarre, alle 14 Tage

Auch im **Juni** gibt es für jeden Wohnbereich wieder **Gartentage**:

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vormittags	WB Lahr	WB Mietersheim	WB Kippenheim-weiler	HG Reichenbach	WB Sulz
Nachmittags	WB Kippenheim-weiler	HG Reichenbach	WB Sulz	WB Lahr	WB Mietersheim

An diesen Tagen können die **Bewohnerinnen und Bewohner unbegleitet** in den Garten!

Internationaler Tag der Pflege

Die Belegschaft des Ludwig-Frank-Hauses nahm an der Protestaktion von **ver.di** zum Internationalen Tag der Pflegenden am 12. Mai teil.

Jubiläum

Herzlichen Dank für die Treue zum Unternehmen AWO und für jahrelanges Engagement in unserem Hause. Danke für die Verbundenheit mit Kolleginnen und Kollegen und nicht zuletzt zu unseren Bewohnerinnen und Bewohnern.

Danke an **Tanja Fischer** und **Martin Wälde** für **10 Jahre** Betriebszugehörigkeit.

Frühlingsnacht

Übern Garten durch die Lüfte
hört ich Wandervögel ziehn,
das bedeutet Frühlingsdüfte,
unten fängt's schon an zu blühn.

Jauchzern möcht ich, möchte weinen,
ist mir's doch, als könnt's nicht sein!
Alte Wunder wieder scheinen
mit dem Mondesglanz herein.

Und der Mond, die Sterne sagen's,
und in Träumen rauscht's der Hain
und die Nachtigallen schlagen's:
Sie ist Deine, sie ist dein!

(Joseph v. Eichendorff)

Gedenken an die Verstorbenen

Ella E.

Lothar L.

Glaube, Liebe und Hoffnung
soll nie aus meinem Herzen weichen,
dann gehe ich,
wohin es soll und werde gewiss am Ende sagen:
„Ich habe gelebt“

(Friedrich Hölderlin)

s'Bläddli
Bildimperessionen...

von Veranstaltungen und Aktionen im Mai.

De Schorsch frogt sinner langjährige Huusarzt:
"Sag emol, Dokter! Het die Medizin au Näbewirkunge?"
De Doc schaut ganz besorgt un sait:
"Ja Schorsch. Du kannsch morge schun widder schaffe!"

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

RECYCLING PAPIER
gedruckt auf 100%