

Juni 2022

s'Bläddli

Journal

Neues aus dem AWO Seniorenzentrum Ludwig-Frank-Haus



Humorvolles, Wissenswertes, Unterhaltung und mehr...



Seniorenzentrum
Ludwig-Frank-Haus

Liebe Leserinnen und Leser,



der Juni ist auf unserer Erdhalbkugel der Monat der Sommersonnenwende. Auf ihrem Lauf über den Horizont erreicht die Sonne zur Mittagszeit den höchsten Stand im Jahr. Es herrschen nun jeweils der längste Tag und die kürzeste Nacht. Richtung Polarkreis entfällt der Sonnenuntergang sogar ganz.

Schon in historischen Zeiten wurden in Europa an besonderen Orten Kultplätze für Riten und Feiern angelegt. Aber auch heute noch hat diese Zeit in vielen Ländern eine besondere Bedeutung.

Mittsommer wird in Skandinavien mit Lied und Gesang, mit Tänzen und Bräuchen begrüßt. Es werden die regionalen Trachten getragen und die traditionellen Speisen aufgetragen.

Im Baltikum verbindet sich das christliche Johannesfest mit heidnischen Überlieferungen. Tagsüber sammeln die Familien Gräser und Zweige und stellen gemeinsam Kränze zum Tragen her. Am Abend werden Freudenfeuer entzündet und es wird in Prozessionen von Haus zu Haus gegangen. Gefeiert wird der ewige Kreislauf der Natur, wobei vor allem der Sonne hohe Bedeutung zugemessen wird.

In slawischen Ländern wird wiederum der Iwan-Kupala-Tag gefeiert. Die jeweiligen Bräuche und Sitten behandeln dabei die Macht, die den natürlichen Gewalten inne lebt. Gerade das Wasser spielt als Symbol der Reinigung und Fruchtbarkeit eine große Rolle. So werden unter anderem von jungen Frauen Blumen gebunden und den Bächen und Flüssen in Hoffnung auf Liebesglück übergeben.

Auch in Spanien – vor allem in den Küstenregionen – werden Festlichkeiten begangen. Ein wichtiges Element ist hierbei die stärkende Kraft des Feuers. Man trifft sich am Strand, grillt und lacht zusammen. Um Mitternacht schließlich springen die Menschen in das Meer, feiern und singen miteinander bis zum Sonnenaufgang.

Haben Sie dieses Jahr Ende Juni schon etwas vor? Schauen Sie doch mal nach – vielleicht wird in Ihrer Nähe auch Mittsommer, ein Johannesfest oder eine Sommersonnenwende veranstaltet.

In diesem Sinne, 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.5 © Kyu Oh auf iStock | S.4 Blumen, S.7 Glasfenster, S.14 Akkordeon & Gitarre, Hände, Weg © pxhere.com | S.3 Landschaft, S.15 Landschaft & Grabstein © Fischer-Rimpf | S.4 Monroe, Schumann, Bush © wikipedia/wikimedia | alle anderen Bilder © AWO-Seniorenzentrum Ludwig-Frank-Haus/AWO Bezirksverband Baden

Inhaltsverzeichnis

	Seite		Seite
Vorwort	2	Rätsel	12
Willkommen, Wetterregeln, Preisrätselgewinnerinnen Geburtstagskalender	3	Flexibilität ist gefragt	13
Hinter den Kulissen	4	Witz, Regelmäßige Angebote, neue Mitarbeiterinnen, Verabschiedung	14
Pfingstbräuche	5	Gedicht, Gedenken	15
Speiseplan	7	Veranstaltungen, Angebote	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.

Johann B. | Lioba H. | Maria R. | Traute W.



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 Lösungswort des Rätsels in der Mai-Ausgabe war **Maibowle**.
Herzlichen Glückwunsch unseren Gewinnerinnen **Rosa G., Elfriede H. und Elfriede S.**

Geburtstagskalender

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

17. Elfriede H. 87 Jahre WB Lahr
25. Paul E. 95 Jahre WB Dinglingen

Persönlichkeiten, die ebenfalls im Juni geboren sind:



Marilyn Monroe
1.6.1926
in Los Angeles, USA
amerikanische Schauspielerin



Robert Schumann
8.6.1810
in Zwickau, Sachsen
deutscher Pianist und Komponist



Georg H. W. Bush
12.6.1924
in Milton, USA
Präsident d. Vereinigten Staaten



Hinter den Kulissen des Ludwig-Frank-Hauses

Steckbrief: Die Hausmeisterei

Das Ludwig-Frank-Haus ist Arbeitsplatz für viele Menschen. Sie alle sorgen dafür, dass sich die Bewohner so wohl wie möglich fühlen. Auch wenn die Pflege dabei oft im Vordergrund steht, gibt es weitere Abteilungen ohne die nichts läuft. Die Hauswirtschaft mit ihren verschiedenen Zweigen ist eine davon. Diesen Monat stellt sich die Hausmeisterei vor.

Wer gehört dazu?

Die beiden Hausmeister Sascha Scheffel und Helmut Kruß unterstützen seit Juli letzten Jahres die Hauswirtschaftsleitung Frau Kaczmarek und deren Stellvertreter Herr Tritz mit einem Arbeitsumfang von 70 Prozent.

Was gehört dazu?

Wir erledigen Kleinreparaturen aller Art zur Erhaltung der hauseigenen Versorgung und des hauseigenen Mobiliars. Außerdem versorgen wir die Wohnbereiche mit Getränken, entsorgen den anfallenden Müll im und ums Haus und kontrollieren die technischen Anlagen. Und natürlich gehört auch die Gestaltung und Pflege der Außenanlagen zu den Aufgaben. Herr Tritz und Frau Kaczmarek helfen bei der täglichen Arbeitsorganisation, erledigen den Einkauf, haben Kontakt zu den Fremdfirmen und organisieren deren Einsatz im Haus. Außerdem überwachen sie den vorgeschriebenen Wartungsplan, holen Angebote ein für notwendige Anschaffungen, und kontrollieren regelmäßig die Funktionalität der Einrichtung im Haus.



von links nach rechts: Helmut Kruß, Beate Kaczmarek, Sascha Scheffel, Pascal Tritz

Wie arbeiten wir?

Reparaturaufträge werden per E-Mail an die Hausmeister versandt, damit nichts verloren geht. Die Aufträge werden zügig abgearbeitet und abgeholt, wenn sie erledigt sind. Wenn eine Reparatur nicht selbst erledigt werden kann, halten die Hausmeister Rücksprache mit der Hauswirtschaftsleitung.

Das sollten Bewohner und Angehörige über unsere Arbeit wissen

Möbel und Elektrogeräte im Zimmer, die den Bewohnern gehören, dürfen wir nicht reparieren, selbst ein einfaches Auswechseln der Glühbirnen ist bei Bewohnereigentum nicht erlaubt. Für elektrische Probleme aller Art haben beide Hausmeister keine Ausbildung.

Das wünschen wir uns

Selbstverständlich wünschen wir uns einen sorgfältigen Umgang mit der Ausstattung des Hauses. Und manchmal sind Kleinigkeiten durch eigenes Überlegen oder Zugreifen schneller erledigt, als auf uns zu warten.

Das bedeutet mehr Arbeit für uns

Es kommt immer wieder vor, dass Aufträge, Wünsche oder Reparaturhinweise mündlich auf Zuruf kommen. Dafür ist unser Haus aber einfach zu groß und das Aufgabenfeld zu vielfältig. Wenn alle Aufträge schriftlich vorliegen, geht nichts verloren, und kann zur Zufriedenheit aller bearbeitet werden. Viele Hunde lieben unser weitläufiges Gelände. Leider vergessen manche Hundebesitzer die Hinterlassenschaften ihrer Vierbeiner mitzunehmen.

Aufgaben, die alle gerne machen

Den Außenbereich pflegen und gestalten macht allen Freude. Es ist außerdem eine wichtige Arbeit, denn es ist der erste Eindruck, den Besucher vom Ludwig-Frank-Haus bekommen, und prägt die Wahrnehmung. Er soll die Besucher einladen, sodass man das Haus gerne betritt.

Das macht unser Team aus

Wir gehen offen miteinander um und versuchen die Stärken unserer Mitarbeiter zu nutzen. Der Unterschied in Erfahrung und Alter wird durch gegenseitige Achtung und dem Miteinander ausgeglichen. Dinge werden angesprochen, diskutiert und gemeinsam umgesetzt. Dabei lachen wir auch gerne miteinander.

Das Gespräch führte Hannah Fedricks Zelaya.

Pfingstbräuche und Traditionen

Das christliche Pfingsten wird als Abschluss der Osterzeit verstanden. Laut Apostelgeschichte wurde an Pfingsten der Heilige Geist – sichtbar durch Feuerzungen – offenbart. In manchen Kirchen wurden diese durch rote Blütenblätter, die aus dem Gewölbe heruntersinken, dargestellt. Auch Pfingstfeuer, die meist im Süden Deutschlands entzündet werden, gelten als Zeichen der Erleuchtung und als Symbol für den Heiligen Geist. Aus biblischer Sicht spielte an Pfingsten die Taube, als Symbol für den Heiligen Geist, eine tragende Rolle. Früher schenkte man Kindern Pfingstwecken in Form einer sitzenden Taube und gebratene Tauben kamen als traditionelle Speise auf den Mittagstisch.



Bei vielen weltlichen Pfingstbräuchen geht es um die Beschwörung des Wachstums. Die Menschen begrüßen den Frühling, dabei spielt traditionell die erwachende Natur und die Bitte um eine gute Ernte eine große Rolle – der Sommer hat nun endgültig den Winter besiegt, denn das Datum von Pfingsten liegt immer nach den Eisheiligen.

In ländlichen Gegenden werden Häuser und Ställe mit Grün und segenbringenden Zweigen, meist von Birken, geschmückt, die Fruchtbarkeit und Glück verheißen. Mancherorts wird auch ein Pfingstbaum in Form eines Maibaumes feierlich mit bunten Bändern, Fahnen und Pfingstkranz geschmückt und aufgestellt, der dann anschließend den Mittelpunkt fröhlicher Feste bildet.

In früheren Zeiten war es vielerorts üblich, das Vieh zu Pfingsten zum ersten Mal zum Gras auf die Weiden zu lassen. Oft führte dabei ein besonders schön mit Blumenkrone, farbigen Bändern und Glocke geschmücktes Tier – der Pfingstochse – den feierlichen Zug an. Daher auch die Redensart: „aufgeputzt wie ein Pfingstochse“.

Zur bunten Vielfalt des pfingstlichen Brauchtums gehört auch der Pfingstausflug, den bestimmt heute noch viele Familien unternehmen. Dazu passt auch der Text von Joh. Wolfgang v. Goethe:

*Pfingsten, das liebliche Fest, war gekommen;
es grünt und blühten Feld und Wald,
auf Hügeln und Höhn in Büschen und Hecken
übten ein fröhliches Lied die neu ermunterten Vögel,
jede Wiese spross von Blumen in duftenden Gründen,
festlich heiter glänzte der Himmel und farbig die Erde.*

von Anneliese Wöhrle, auszugsweise aus Wikipedia

Speiseplan vom 06.06.2022 - 12.06.2022					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.	Flädlesuppe ^{2,A,A1,G1,C,G,I} Kalbsrahmgulasch ^{93,3,F,G,L,F3} Spätzle ^{A,A1,G1,C,G} Zuckerschoten ^G Schokoladenmousse ^{G1,G}	Flädlesuppe ^{2,A,A1,G1,C,G,I} Grießschnitte ^{A,A1,C,G} Zwetschgenkompott Schokoladenmousse ^{G1,G}	Straßburger Wurstsalat ^{1,2,4,16,G,J,F2}						
	872 kcal, 40 g Fett, 78 g KH, 48 g Eiweiß	706 kcal, 21 g Fett, 102 g KH, 23 g Eiweiß	233 kcal, 20 g Fett, 1 g KH, 11 g Eiweiß						
Di.	Nudelsuppe ^{2,A,A1,C,I} Spaghetti ^{A,A1} Ratatouillegemüse Tomatensalat	Nudelsuppe ^{2,A,A1,C,I} Blumenkohlbratling ^{A,A1,G1,C,G} Kräuterpüree ^{2,G1,F,G} Kräutersoße ^{2,F,G} Tomatensalat	Frischkäseteller mit Obst ^{1,G1,G}						
	425 kcal, 8 g Fett, 70 g KH, 13 g Eiweiß	564 kcal, 20 g Fett, 75 g KH, 16 g Eiweiß	467 kcal, 40 g Fett, 15 g KH, 13 g Eiweiß						
Mi.	Gemüsecremesuppe ^{2,F,G,I} Hackbällchen ^{A,A1,G1,C,G,F1,F2} Zigeunersoße ³ Basmatireis ^G Vanillepudding ^{G1,G}	Gemüsecremesuppe ^{2,F,G,I} Käsespätzle ^{A,A1,G1,C,F,G,I} Rahmsoße ^{93,3,F,G,L} Grüner Salat ^{F,G,J} Vanillepudding ^{G1,G}	Putenschnitzel ^{A,A1,F5}						
	864 kcal, 38 g Fett, 90 g KH, 40 g Eiweiß	1066 kcal, 64 g Fett, 94 g KH, 29 g Eiweiß	318 kcal, 14 g Fett, 21 g KH, 27 g Eiweiß						
Do.	Rote Linsensuppe ^{93,2,G1,F,G,I,L} Tortellini ^{A,A1,G1,C,G} Zucchini-Tomatengemüse Bunter Mischsalat ^{F,G,J}	Rote Linsensuppe ^{93,2,G1,F,G,I,L} Pfannkuchen ^{A,A1,C,G} Apfelmus ²	Gemischter Aufschnittteller ^{1,2,16,G,J,F2}						
	625 kcal, 34 g Fett, 62 g KH, 16 g Eiweiß	367 kcal, 12 g Fett, 51 g KH, 11 g Eiweiß	202 kcal, 17 g Fett, 0 g KH, 11 g Eiweiß						
Fr.	Gemüsecremesuppe ^{2,F,G,I} Paella Spanische Reispfanne mit Meeresfrüchten ^{B,D,N} Hirtensalat ^G	Gemüsecremesuppe ^{2,F,G,I} Semmelknödel ^{A,A1,C} Spargelragout ^{F,G} Hollandaise ^{2,G1,C,F,G,I} Hirtensalat ^G	Bayrische Käsereise mit O-badzter ^{G1,G}						
	478 kcal, 24 g Fett, 43 g KH, 21 g Eiweiß	723 kcal, 41 g Fett, 60 g KH, 28 g Eiweiß	363 kcal, 31 g Fett, 1 g KH, 20 g Eiweiß						
Sa.	Gulaschsuppe ^{2,I,F1} Obstsalat ¹⁴	Gemüsecremesuppe ^{2,F,G,I} Obstsalat ¹⁴	Ochsenmaulsalat ^{1,2,A,A5,I,F1}						
	374 kcal, 14 g Fett, 40 g KH, 21 g Eiweiß	206 kcal, 9 g Fett, 27 g KH, 3 g Eiweiß	81 kcal, 2 g Fett, 0 g KH, 14 g Eiweiß						
So.	Karotten Ingwersuppe ^{2,F,G} Hacksteak ^{A,A1,C,F1,F2} Mexikogemüse ¹ Kartoffelspalten 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}						
	715 kcal, 33 g Fett, 73 g KH, 23 g Eiweiß	530 kcal, 25 g Fett, 50 g KH, 20 g Eiweiß	233 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 Süßungsmittel, 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 13.06.2022 - 19.06.2022					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.	Blumenkohlsuppe ^{2,F,G} Senfeier ^{93,2,C,F,G,J,L} Kräuterkartoffeln ^G Karottensalat ^J	Blumenkohlsuppe ^{2,F,G} Pfannkuchen ^{A,A1,C,G} Apfelmus ²	Pellkartoffeln ^G Kräuterquark ^{G1,G}						
	610 kcal, 40 g Fett, 43 g KH, 16 g Eiweiß	327 kcal, 9 g Fett, 49 g KH, 11 g Eiweiß	332 kcal, 16 g Fett, 29 g KH, 16 g Eiweiß						
Di.	Flädlesuppe ^{2,A,A1,G1,C,G,I} Spaghetti ^{A,A1} Tomatensoße Grüner Salat ^{F,G,J}	Flädlesuppe ^{2,A,A1,G1,C,G,I} Karamellisierte Schupfnudeln mit Mohnbrösel ^{A,A1,G1,C,G} Vanillesoße ^G	Gemischter Aufschnittteller ^{1,2,16,G,J,F2}						
	647 kcal, 33 g Fett, 70 g KH, 15 g Eiweiß	1004 kcal, 34 g Fett, 147 g KH, 22 g Eiweiß	202 kcal, 17 g Fett, 0 g KH, 11 g Eiweiß						
Mi.	Mediterraner Hackeintopf ^{2,F,G,F1,F2} Fruchtjoghurt ^{G1,G}	Gemüsecremesuppe ^{2,F,G,I} Griechische Reissnudelpfanne ^{A,A1,G1,G} Kichererbsen- Tomatensalat Fruchtjoghurt ^{G1,G}	Pizzatoast ^{1,2,A,A1,G1,G,F2}						
	415 kcal, 24 g Fett, 29 g KH, 21 g Eiweiß	626 kcal, 25 g Fett, 77 g KH, 20 g Eiweiß	482 kcal, 26 g Fett, 26 g KH, 33 g Eiweiß						
Do.	Kartoffelsuppe ^{2,F,G} Sauerbraten ^{3,J,F1} Bandnudeln ^{A,A1,C,G} Blattsalat mit Dressing ^{F,G,J} Überraschungsdessert ^{6,12,G1,G,H,H2}	Kartoffelsuppe ^{2,F,G} Germknödel ^{1,A,A1,G1,G} Schokoladensoße ^G Überraschungsdessert ^{6,12,G1,G,H,H2}	Badischer Vesperteller ^{1,2,I,J,F2}						
	871 kcal, 50 g Fett, 62 g KH, 38 g Eiweiß	719 kcal, 23 g Fett, 108 g KH, 16 g Eiweiß	333 kcal, 31 g Fett, 1 g KH, 13 g Eiweiß						
Fr.	Spargelcremesuppe ^{2,F,G} Gegrillter Seelachs ^{G1,D,G} Safransoße ^{93,2,F,G,L} Kräuterkartoffeln ^G Gurkensalat ^{F,G,J}	Spargelcremesuppe ^{2,F,G} Kartoffeltaschen ^{G1,G} Paprikagemüse Safransoße ^{93,2,F,G,L} Gurkensalat ^{F,G,J}	Bayrische Käsereise mit O-badzter ^{G1,G}						
	488 kcal, 25 g Fett, 41 g KH, 24 g Eiweiß	491 kcal, 32 g Fett, 40 g KH, 8 g Eiweiß	436 kcal, 37 g Fett, 1 g KH, 24 g Eiweiß						
Sa.	Nudeleintopf mit Rindfleisch ^{2,A,A1,C,I,F1} Frisches Obst ¹⁴	Gemüsecremesuppe ^{2,F,G,I} Frisches Obst ¹⁴	Badischer Schinkenteller mit Ei ^{1,2,C,F2}						
	332 kcal, 8 g Fett, 46 g KH, 16 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.	Markklößchensuppe ^{2,A,A1,C,I,F1} Schweinebraten ^{J,F2} Bratensoße ³ Kartoffelgratin ^{G1,C,G} Speckbohnen ^{1,2,16,F2} Frische Erdbeeren	Markklößchensuppe ^{2,A,A1,C,I,F1} Pizzarösti ^{G1,G,I} Grüner Salat ^{F,G,J} Frische Erdbeeren	Feinschmeckerteller ^{1,2,16,A,A1,C,D,F1,F2}						
	892 kcal, 56 g Fett, 51 g KH, 40 g Eiweiß	743 kcal, 46 g Fett, 67 g KH, 12 g Eiweiß	177 kcal, 11 g Fett, 2 g KH, 16 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 20.06.2022 - 26.06.2022				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.	Champignoncremesuppe 93,2,F,G,L Gemüselasagne A,A1,G1,C,G,I Tomatensoße Bunter Mischsalat F,G,J 531 kcal, 30 g Fett, 49 g KH, 13 g Eiweiß	Champignoncremesuppe 93,2,F,G,L Grießschnitte A,A1,C,G Apfelmus 2 434 kcal, 10 g Fett, 67 g KH, 16 g Eiweiß	Rindfleischsalat 4,F1 120 kcal, 7 g Fett, 1 g KH, 12 g Eiweiß	
Di.	Grießklößchensuppe 2,A,A1,G1,C,G,I Schinken-Käse Makkaroni 1,2,A,A1,G1,C,F,G,I,F2 Tomatensoße Grüner Salat F,G,J 804 kcal, 52 g Fett, 55 g KH, 25 g Eiweiß	Grießklößchensuppe 2,A,A1,G1,C,G,I Kräuterquark G1,G Salzkartoffeln G 439 kcal, 21 g Fett, 39 g KH, 20 g Eiweiß	Frischkäseteller mit Obst 1,G1,G 467 kcal, 40 g Fett, 15 g KH, 13 g Eiweiß	
Mi.	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Chilli con Carne F1,F2 Basmatireis G Quarkcreme G1,G 622 kcal, 24 g Fett, 66 g KH, 32 g Eiweiß	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Semmelknödel A,A1,C Mediterranes Gemüse Pestosoße 93,1,2,G1,C,F,G,H,H4,L Quarkcreme G1,G 635 kcal, 28 g Fett, 64 g KH, 29 g Eiweiß	Wienerle mit Senf 1,2,16,J,F2 231 kcal, 20 g Fett, 1 g KH, 12 g Eiweiß	
Do.	Nudelsuppe 2,A,A1,C,I Gemüsefrikadelle 2,A,A1,C,G,I Kartoffelgratin G1,C,G Kräutersoße 2,F,G Mexikosalat 811 kcal, 40 g Fett, 84 g KH, 22 g Eiweiß	Nudelsuppe 2,A,A1,C,I Pfannkuchen A,A1,C,G Apfelmus 2 340 kcal, 5 g Fett, 60 g KH, 12 g Eiweiß	Badischer Vesperteller 1,2,I,J,F2 333 kcal, 31 g Fett, 1 g KH, 13 g Eiweiß	
Fr.	Tomatencremesuppe 2,F,G,I Gegrillter Seelachs G1,D,G Karottengemüse G Bandnudeln A,A1,C,G Weißweinsoße 93,2,F,G,L 498 kcal, 20 g Fett, 50 g KH, 26 g Eiweiß	Tomatencremesuppe 2,F,G,I Blätterteigpastete 12,A,A1,G1,G Pilzragout F,G 341 kcal, 21 g Fett, 27 g KH, 10 g Eiweiß	Französischer Käseteller mit Traube, Feigensenf und Fisch G1,G 362 kcal, 27 g Fett, 9 g KH, 19 g Eiweiß	
Sa.	Graupeneintopf mit Speck 1,2,16,A,A5,F,G,I,F2 Frisches Obst 14 404 kcal, 17 g Fett, 51 g KH, 8 g Eiweiß	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Frisches Obst 14 206 kcal, 9 g Fett, 27 g KH, 3 g Eiweiß	Badischer Schinkenteller mit Ei 1,2,C,F2 141 kcal, 8 g Fett, 1 g KH, 17 g Eiweiß	
So.	Selleriesuppe 2,F,G,I Wildgulasch 93,13,L,F6,F7 Spätzle A,A1,G1,C,G Preiselbeeren Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2 601 kcal, 20 g Fett, 64 g KH, 35 g Eiweiß	Selleriesuppe 2,F,G,I Bratkartoffeln Körniger Frischkäse G1,G Bunter Mischsalat F,G,J Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2 630 kcal, 33 g Fett, 54 g KH, 22 g Eiweiß	Russisch Ei 1,2,4,12,16,A,A1,C,F2 365 kcal, 32 g Fett, 2 g KH, 17 g Eiweiß	

Speiseplan vom 27.06.2022 - 03.07.2022				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.	Grießklößchensuppe 2,A,A1,G1,C,G,I Hacksteak A,A1,C,F1,F2 Kartoffelpüree 2,G1,F,G Mexikogemüse I Karottensalat J 706 kcal, 45 g Fett, 50 g KH, 22 g Eiweiß	Grießklößchensuppe 2,A,A1,G1,C,G,I Ofengemüse I Limetten-Minz Dip 14,G1,F,G Karottensalat J 995 kcal, 74 g Fett, 62 g KH, 15 g Eiweiß	Paniertes Schnitzel A,A1,F2 218 kcal, 10 g Fett, 16 g KH, 16 g Eiweiß	
Di.	Kürbissuppe 2,F,G Fleischklößchen C,F1,F2 Kokos- Currysoße 93,2,F,G,L Asiagemüse G Kräuterreis G 564 kcal, 29 g Fett, 60 g KH, 14 g Eiweiß	Kürbissuppe 2,F,G Apfelküchle 14,A,A1,C,G Vanillesoße G 639 kcal, 11 g Fett, 114 g KH, 18 g Eiweiß	Käseteller mit Trauben G1,G 362 kcal, 27 g Fett, 9 g KH, 19 g Eiweiß	
Mi.	Nudeleintopf mit Rindfleisch 2,A,A1,C,I,F1 Schokopudding G1,G 515 kcal, 13 g Fett, 72 g KH, 26 g Eiweiß	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Spaghetti A,A1 Basilikumpesto 1,2,G1,C,G,H,H4 Schokopudding G1,G 716 kcal, 25 g Fett, 99 g KH, 22 g Eiweiß	Bratkartoffeln Körniger Frischkäse G1,G 262 kcal, 6 g Fett, 31 g KH, 17 g Eiweiß	
Do.	Flädlesuppe 2,A,A1,G1,C,G,I Käseknödel A,A1,C,G Blattspinat G Tomatensalat 626 kcal, 28 g Fett, 62 g KH, 30 g Eiweiß	Maronencremesuppe 2,F,G Kokos Curry mit Wurzelge- müse 93,1,2,13,F,G,I,L Orientalischer Couscous 1,2,13,A,A1,I,L Tomatensalat 950 kcal, 40 g Fett, 122 g KH, 16 g Eiweiß	Gemischter Aufschnittteller 1,2,16,G,J,F2 202 kcal, 17 g Fett, 0 g KH, 11 g Eiweiß	
Fr.	Spargelcremesuppe 2,F,G Heringssalat 1,4,14,G1,D,G Salzkartoffeln G 383 kcal, 20 g Fett, 33 g KH, 16 g Eiweiß	Spargelcremesuppe 2,F,G Germknödel 1,A,A1,G1,G Vanillesoße G 561 kcal, 16 g Fett, 88 g KH, 14 g Eiweiß	Gemischter Käseteller mit Fisch 2,3,6,12,A,A1,C,D,G,I,J 272 kcal, 20 g Fett, 4 g KH, 20 g Eiweiß	
Sa.	Linseneintopf 2,I Wienerle 1,2,16,F2 Frisches Obst 14 582 kcal, 21 g Fett, 64 g KH, 27 g Eiweiß	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Frisches Obst 14 206 kcal, 9 g Fett, 27 g KH, 3 g Eiweiß	Eiersalat 12,A,A1,C,J 186 kcal, 15 g Fett, 2 g KH, 10 g Eiweiß	
So.	Nudelsuppe 2,A,A1,C,I Rindfleisch F1 Meerrettichsoße 93,2,13,G1,F,G,L Boullionkartoffeln 2,I Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2 656 kcal, 27 g Fett, 62 g KH, 35 g Eiweiß	Nudelsuppe 2,A,A1,C,I Gemüsenudeln A,A1,C,G Kräutersoße 2,F,G Blattsalat mit Dressing F,G,J Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2 763 kcal, 43 g Fett, 74 g KH, 14 g Eiweiß	Feinschmeckerteller 1,2,16,A,A1,C,D,F1,F2 177 kcal, 11 g Fett, 2 g KH, 16 g Eiweiß	

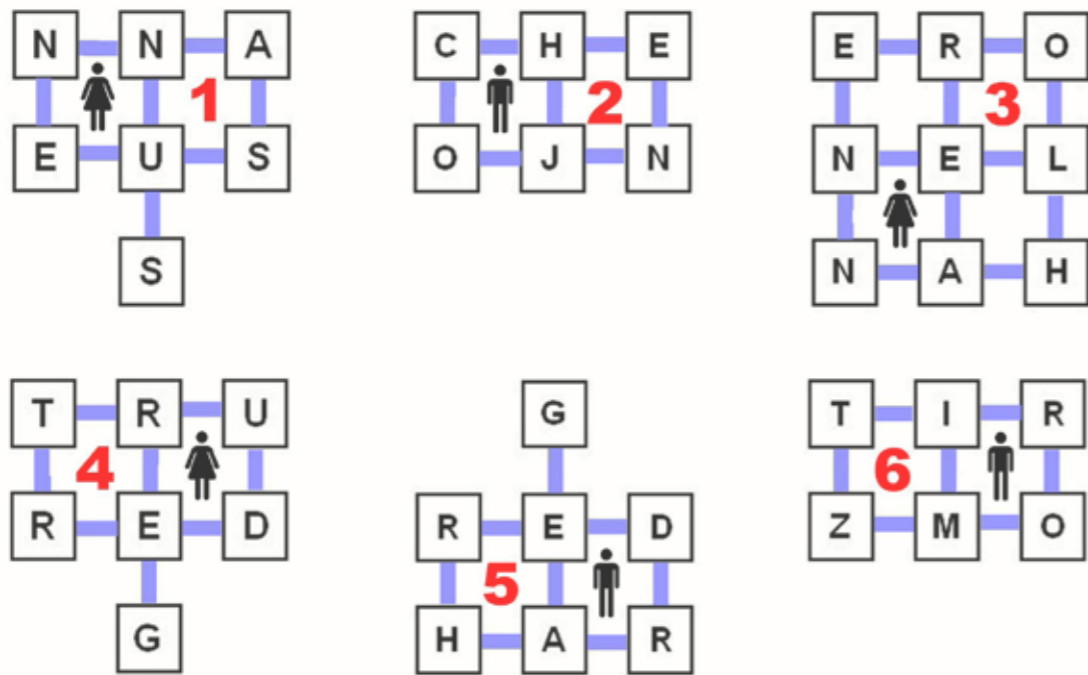
Rätsel: Wie heißt du?

Großmutter Mathilde feiert ihren 80. Geburtstag. Die Groß-Familie mit zahlreichen Verwandten, die von weither kommen, ist eingeladen. Da kennt längst nicht jeder jeden. Und so hat sich Mathilde ausgedacht, mit einem Spiel ihre 6 Enkel - drei Mädchen und drei Jungen - allen bekannt zu machen. Sie hat die Namen in einige Buchstabengitter eingetragen.

Und nun knobelt die ganze Gesellschaft erst einmal an Mathildes Rätsleinfall. Die Buchstabenreihe geht mal links-, mal rechts herum im Kreis. Oder sie windet sich wie eine Schlange.

Machen Sie mit bei dem Spiel? Wir würden uns freuen! Tragen Sie bitte die Namen im Lösungsabschnitt ein. Wenn Sie alles richtig gemacht haben, ergeben die Buchstaben in den grau unterlegten Feldern von oben nach unten gelesen noch ein Lösungswort, das zu der heiteren Stimmung des Geburtstagsfestes von Mathilde beitragen soll.

Einsendeschluss: **15.06.2022**. Es winken drei nette Preise, die wir auslosen.



LÖSUNGSABSCHNITT 1 _____ 2 _____ 3 _____
 4 _____ 5 _____ 6 _____

Lösung:

Name und Wohnbereich: _____

Bewegung in der Ludwig-Frank-Haus-Küche - Flexibilität ist gefragt

Auf dem Teller liegen Tortellini obwohl Lasagne im Speiseplan stand? Die Bratwurst ist dieses Mal eine weiße statt der üblichen roten? Das kann in Zukunft öfter passieren, denn ein Problem, mit dem die Küche immer häufiger umgehen muss, sind Lieferengpässe. „Das hat schon während der Corona-Pandemie angefangen und sich jetzt nach Beginn des Ukraine-Krieges nochmal verschlimmert“, sagt Küchenleiter Pascal Tritz. Wenn die bestellten Waren nicht lieferbar sind, muss kurzfristig umdisponiert werden. „Immer öfter müssen wir auf Alternativen ausweichen. Das irritiert natürlich dann manche Bewohner, weil es nicht das ist, was sie gewohnt sind und erwarten“, so Tritz. Er verstehe das, deshalb versuche er immer, möglichst das Beste für die Bewohner rauszuholen. Trotzdem geht es manchmal nicht anders, als vom Plan abzuweichen.“

Gut planen muss das Küchenpersonal auch, weil die Lieferungen von vier Mal wöchentlich auf zweimal pro Woche reduziert worden sind. Das liege auch an den hohen Spritpreisen. Doch nicht nur dort sind die Preise gestiegen. „Früher habe ich für zehn Liter Öl zehn Euro gezahlt, inzwischen sind es 27 Euro“, gibt Tritz ein Beispiel. Insgesamt seien die Kosten um zweitausend bis dreitausend Euro pro Monat gestiegen.

Ausbildungsplatz Küche

Küchenleiter Pascal Tritz hat eine Fortbildung als Ausbilder gemacht. Die Küche des Ludwig-Frank-Hauses ist damit jetzt ein möglicher offizieller Ausbildungsplatz für angehende Köche und Köchinnen. „Ich finde das wichtig, da es immer schwieriger wird, gute Mitarbeiter zu finden.“

Anlass für die Fortbildung zum Ausbilder war der Wunsch eines jungen Mannes, der die Ausbildung zum Beikoch am Dinglinger Haus absolviert hatte. Im Zuge der Kooperation, hat dieser auch einige Zeit im Ludwig-Frank-Haus gearbeitet und nach seinem Abschluss den Wunsch geäußert, dort zusätzlich die Ausbildung zum Koch zu machen. „Seine Ausbildung hat im September hier angefangen und die Zwischenzeugnisse sind gut, Es hat sich also gelohnt“, lobt Tritz. Zukünftig hat er vor nach Möglichkeit immer einen Azubi anzunehmen. „Wenn man ihnen wirklich etwas beibringen will, ist das sehr zeitintensiv, deshalb wird es denke ich vorerst bei einem bleiben.“

von Hannah Fedricks Zelaya



De stolze Vadder prahlt bim
Kaffee, wie toll sinner einjährige Sohn schun
schwätze kann. „Männli, sag emol Rhinozeros!“ De Kleine
kummt zum Tisch krabbelt, zägt sich miähselig an de Tisch-
kant, schaut skeptisch in die Rundei un frog:
„Zu wem, Babba?“

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

Aktuelle Regelmäßige Angebote



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

Charly Lüftner am Akkordeon und Keyboard
Erich Biehler und **Dieter Kurz** an den Akkordeons
Karl Bühler an der Gitarre (oder im Innenhof)
Werner Kohler an der Gitarre (oder im Innenhof)

Bei geeignetem Wetter **im Innenhof**:
Annette Tafler an unterschiedlichen Instrumenten

Neue Mitarbeiter/innen



Alona Hlavatska hat am 19. April ihre Arbeit in der Pflege begonnen. Und ab dem 1. Juni beginnen **Susanne Veith**, **Karin Ott-Waibel** und **Simone Glaser** ihre Arbeit in der Betreuung.

Wir heißen sie herzlich Willkommen und freuen uns auf eine gute und angenehme Zusammenarbeit!

Verabschiedung



Wir danken **Shorena Chikaidze**, die am 31. Mai unser Haus verlassen wird, für die gute Zusammenarbeit und wünschen für die Zukunft alles Gute!

Geh aus mein Herz

Geh aus mein Herz und suche Freud
in dieser schönen Sommerszeit
an deines Gottes Gaben.
Schau an der schönen Gärten Zier
und siehe wie sie mir und dir
sich ausgeschmücket haben.

Die Lerche schwingt sich in die Luft,
das Täublein fliegt aus seiner Kluft
und macht sich in die Wälder.
Die hochbegabte Nachtigall
ergötzt und füllt mit ihrem Schall
Berg, Hügel, Tal und Felder.

Die Bäume stehen voller Laub,
das Erdreich decket seinen Staub
mit einem grünen Kleide.
Narzissus und die Tulipan,
die ziehen sich viel schöner an
als Salomonis Seide.

Ich selber kann und mag nicht ruhn:
des großen Gottes großes Tun
erweckt mir alle Sinnen;
ich singe mit, wenn alles singt,
und lasse was dem Höchsten klingt,
aus meinem Herzen ringen.

(Paul Gerhardt 1656)

Gedenken an die Verstorbenen

Anneliese G.
Eva W.



Als der Regenbogen verblasste
da kam der Albatros
und er trug mich mit sanften Schwingen
weit über die sieben Weltmeere.
Behutsam setzte er mich an den Rand des Lichts.
Ich trat hinein und fühlte mich geborgen.
Ich habe euch nicht verlassen,
ich bin nur ein Stück voraus.

(Antoine de Saint-Exupéry: Der kleine Prinz)

s'Bläddli

Veranstaltungen im Juni



Donnerstag, 23. Juni
15.30 Uhr, im Innenhof

Helmut Dold und Philipp Moehrke, Profimusiker und Entertainer aus Lahr und Bad Krozingen, geben ein Jazzkonzert der besonderen Art.



Montag, 27. Juni

Clownin Adele besucht an diesem Tag unterschiedliche Wohnbereiche.



Neues Angebot der Mediathek: "Älter ist wie jung, nur besser"

Die Mediathek Lahr als Begegnungsstätte für Senioren und Menschen, die mit Senioren leben und arbeiten. Die Mediathek Lahr lädt ein zum gemütlichen Beisammensein, zum Spielen und Hören, Begegnen und Bewegen, zum Singen und zu Vorträgen. Stattfinden wird diese Veranstaltungsreihe immer am zweiten

Montag eines Monats in der Mediathek. Die Reihe beginnt vormittags um 10:00 Uhr für ca. eine Stunde. Organisiert werden diese Vormittage von der Mediatheksmitarbeiterin Diana Dold.

Gestartet wird die Reihe am **Montag, 9. Mai 2022**, 10:00 Uhr mit dem Thema „Spiele und Gesellschaftsspiele für Senioren zum Mitspielen“.

Um Anmeldung wird gebeten. Tel.: 07821/918-217 oder unter diana.dold@lahr.de

Weitere Themen sind: **Montag, 13. Juni 2022**, 10:00 Uhr: Basteln von Lesezeichen aus Natur- und wiederverwertbaren Materialien.

Montag, 11. Juli 2022, 10:00 Uhr: Vorlesung von heiteren Geschichten in alemannischer Mundart vorgetragen von Helmut und Diana Dold



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



gedruckt auf 100%