

Mai 2023

# s'Bläddli

Neues aus dem AWO Seniorenzentrum Ludwig-Frank-Haus



Humorvolles, Wissenswertes, Unterhaltung und mehr...



Seniorenzentrum  
Ludwig-Frank-Haus

## Liebe Leserinnen und Leser,



wir sind bereits schon im fünften Monat des gregorianischen Kalenders angekommen und nähern uns mit schnellen Schritten der Jahresmitte.  
Der Mai ist im kirchlichen Zyklus besonders der Verehrung der Muttergottes Maria gewidmet und daher in katholischen Gebieten auch als Marienmond bekannt. Vielerorts werden in diesem Zusammenhang die jeweiligen Marienstatuen entlang öffentlicher Wege mit Blumen geschmückt.

Generell werden im Mai verschiedenste Marienfeste gefeiert. So gibt es unter anderem die Gedenktage der seligen Jungfrau Maria von Fatima und „Maria, Mutter der Kirche“ sowie das Fest „Maria, Hilfe der Christen“ am 24ten Mai. Das Bundesland Bayern hat die Gottesmutter sogar als Schutzheilige erkoren und ehrt seine „Patrona Bavariae“ mittlerweile am 1ten Mai.

Geschichtlich betrachtet begann die marianische Widmung des Mais im Mittelalter, ein frühester Nachweis dafür findet sich im 13ten Jahrhundert im spanischen Kastilien. In der Barockzeit halten später ausgehend von Italien Maiandachten festen Einzug in die kirchliche Liturgie. Für Deutschland ist eine erste Predigt in München im Jahr 1841 belegt. Als Hochzeit der Andachten gilt dann schließlich das sogenannte „Marianische Jahrhundert“ zwischen 1850 und 1950.

Wie schon erwähnt ist das Brauchtum der Marienverehrung eng mit der Blumenbedeutung verknüpft. Die als Schmuck verwendeten Lilien können für die Jungfräulichkeit, Veilchen für Demut und die weiße Rose als Zeichen der Reinheit stehen. Die rote Variante versinnbildlicht wiederum die bedingungslose Liebe Marias sowie die Schmerzen, die sie durch den Tod Jesus erleiden musste.

Vielleicht haben Sie auch selbst einmal bei einem Mai-Spaziergang eine Blume an einem Wegkreuz gesehen oder abgelegt.

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](http://www.konzept-projekt.de) | Erscheinungsweise: monatlich | Auflage: 250 Ex. | Telefon: 07821 9229-0  
Fax: 07821 9229-1091 | E-Mail: [rosemarie.rimpf@awo-baden.de](mailto:rosemarie.rimpf@awo-baden.de) und [simone.dupps@awo-baden.de](mailto:simone.dupps@awo-baden.de)  
**Bildnachweis:** Titelbild, S.3 Maiglöckchen, S.4 Blumen, S.5-6 Brauchtum im Mai, S.12 Europafahne, S.14 Akkordeon & Gitarre, Herz, Blumen, S.15 Blumen © pxhere.com | S.16 Erdbeeren © pixabay.com | S.4 Tschai-kowski, Dürer, Meysel © 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	Humor-Seminar	13
Geburtstagskalender	4	Witz, Regelmäßige Angebote, Gedicht	14
Brauchtum im Mai	5	Gedicht, Gedenken	15
Speiseplan	7	Veranstaltungen, Impression	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.

Horst K. | Freya S. | Elvira W.



## Wetterregeln



*Abendtau und kühl im Mai,  
bringt viel Wein und bringt viel Heu.*

*Blüht im Mai die Eiche vor der Esche,  
gibt's noch eine große Wäsche.*

*Der Mai, zum Wonnemonat erkoren,  
hat den Reif noch hinter den Ohren.*

## Geburtstagskalender

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

13. Lieselotte T.	97 Jahre	Wohnbereich Lahr
14. Maria M.	95 Jahre	HG Reichenbach
17. Margarete F.	96 Jahre	WB Kippenheimweiler
17. Traute W.	78 Jahre	WB Dinglingen
22. Agatha E.	94 Jahre	WB Mietersheim
25. Hildegard S.	85 Jahre	HG Reichenbach
27. Ruth G.	92 Jahre	WB Mietersheim
30. Irmgard E.	79 Jahre	WB Sulz

## Persönlichkeiten, die ebenfalls im Mai geboren sind:



Peter Tschaikowski  
07.05.1840  
in Russland  
russischer Komponist



Albrecht Dürer  
21.05.1471  
in Nürnberg  
deutscher Maler



Inge Meysel  
30.05.1910  
in Rixdorf (Berlin)  
deutsche. Schauspielerin



## Brauchtum im Mai

Viel Brauchtum im Frühling gibt es zu Beginn des Monats Mai.

Die Nacht vom 30. April zum 1. Mai wurde über Jahrhunderte als Walpurgisnacht begangen. Die Walpurgisnacht leitet sich von der Hl. Walburga ab, ihr Gedenktag wurde im Mittelalter am 1. Mai gefeiert. Dieser Brauch lebt heute im „Tanz in den Mai“ fort, mit dem der Anbruch der warmen Jahreszeit gefeiert wird. Es wird ein Feuer entfacht, mit dem böse Geister vertrieben werden sollen. Manches mal werden auch Hexen aus Stroh oder Holz verbrannt. Gelegentlich wird auch der Brauch gepflegt, sich zu verkleiden und Hexentänze aufzuführen. Die Römer feierten im Mai die Floralien, ein Fest zu Ehren der Blumen-Göttin Flora, einer Patronin des Frühlings und der Blumen. Am 1. Mai wurde im Mittelalter in Europa der Frühling begrüßt.



## Maibräuche in Mitteleuropa

In vielen Orten wird zum 1. Mai ein bunt geschmückter Maibaum aufgestellt, um den früher verbreitet Volkstänze aufgeführt wurden. Es gilt, im Wettbewerb um den größten und schönsten Maibaum mit den umliegenden Gemeinden zu bestehen.



Auch werden etwa in Bayern die Maibäume von den jeweils anderen Gemeinden gestohlen und von ihren Besitzern verteidigt. Nach dem ungeschriebenen Gesetz der Tradition muss eine Gemeinde, deren Baum gestohlen worden ist, ihn von den Dieben um eine gehörige Menge Bieres „auslösen“. In manchen Gegenden, etwa in Bayern, Württemberg und im Rheinland, sind noch dazu private Maibäume üblich, die von jungen Männern am Haus ihrer Freundin beziehungsweise Angebeteten angebracht werden. Dabei handelt es sich vornehmlich um junge Birken. Im Schaltjahr sind dann die Frauen angehalten, ihrem Liebsten einen Maibaum zu stellen.



Im bergischen Land pflegt man das Pfingstsingen. Junge Männer oder Gesangsvereine ziehen von Haus zu Haus und entbieten den Pfingstgruß. Dafür sammeln sie Eier, Speck und sonstige Gaben, aber auch Geld.



In vielen Gegenden werden Maitouren oder Maiwanderungen durchgeführt. Hauptsächlich junge Menschen wandern, mit Bollerwagen ausgestattet, durch die ländliche Region. Auch das Maisingen pflegt man noch heute in manchen Regionen. Es handelt sich dabei um ein Heischesingen, mit dem von Kindern Süßigkeiten und inzwischen auch Geldmünzen eingesammelt werden.

Bei Maifesten wird häufig auch Maibowle angeboten. Die Maibowle ist ein Getränk aus Weißwein und Sekt, das mit Waldmeister, einer Kräuterpflanze, die zu dieser Zeit meist im Wald blüht angesetzt wird. Sie verleiht dem Getränk ein besonderes Aroma.



Der 1. Mai wird auch als Tag der Arbeit bezeichnet, er erinnert an den Kampf der Arbeiter, der vor 100 Jahren begann. Sie forderten gerechte Löhne und streikten für das Ziel, nicht länger als acht Stunden am Tag zu arbeiten. Bis heute finden am 1. Mai Demonstrationen für gerechte Arbeitsbedingungen statt.

(nach Wikipedia)



## Speiseplan vom 01.05.2023 - 07.05.2023

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-
<b>Mittagessen (11:45-13:15Uhr)</b>				
Tag	Vollkost / Mischkost	Fleischfreie / vegetarische Kost	Abendessen 17:00 - 20:00 Uhr (kalt)	
<b>Mo.</b>	Selleriesuppe 2,F,G,I Gebratene Hähnchenbrust F5 Brokkoli G Wildreis G Frische Erdbeeren 538 kcal, 12 g Fett, 68 g KH, 35 g Eiweiß	Selleriesuppe 2,F,G,I Germknödel 1,A,A1,G1,G Vanillesoße G Frische Erdbeeren 585 kcal, 15 g Fett, 95 g KH, 15 g Eiweiß	Sülze mit Bratkartoffeln 93,1,2,3,12,16,F,I,J,F2 254 kcal, 14 g Fett, 21 g KH, 11 g Eiweiß	
<b>Di.</b>	Erbsencremesuppe 2,F,G Maultaschen A,A1,C,I Kartoffel-Apfelstampf 2,14,G1,F,G Röstzwiebeln Grüner Salat F,G,J 653 kcal, 32 g Fett, 70 g KH, 16 g Eiweiß	Erbsencremesuppe 2,F,G Vegetarisch gefüllte Paprika A,A1,I,J Gemüse Couscous A,A1,I Kerbelsoße 2,F,G 475 kcal, 18 g Fett, 56 g KH, 17 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	
<b>Mi.</b>	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Spaghetti A,A1 Hackfleischbolognese 2,I,F1,F2 Bunter Mischsalat F,G,J Schokoladenmousse G1,G 862 kcal, 48 g Fett, 76 g KH, 30 g Eiweiß	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Gemüsenuggets A,A1,G1,C,G,I Asiagemüse G Currysoße 2,F,G,L Schokoladenmousse G1,G 604 kcal, 34 g Fett, 57 g KH, 14 g Eiweiß	Pelkartoffeln G Kräuterquark G1,G 336 kcal, 16 g Fett, 29 g KH, 17 g Eiweiß	
<b>Do.</b>	Nudelsuppe mit buntem Gemüse 2,A,A1,C,I Gemüselasagne A,A1,G1,C,G,I Schnittlauchsoße 2,F,G Karottensalat J 623 kcal, 33 g Fett, 65 g KH, 13 g Eiweiß	Nudelsuppe mit buntem Gemüse 2,A,A1,C,I Gemüsebratling mit Bulgur A,A1,C,G,I Rahmwirsing F,G Süßkartoffelstampf F,G Karottensalat J 928 kcal, 56 g Fett, 83 g KH, 17 g Eiweiß	Vesperteller 1,2,I,J,F2 333 kcal, 31 g Fett, 1 g KH, 13 g Eiweiß	
<b>Fr.</b>	Brokkoli G Heringssalat 1,4,14,G1,D,G Salzkartoffeln G 350 kcal, 18 g Fett, 27 g KH, 17 g Eiweiß	Brokkoli G Sauerkraut 2,G,L Schupfnudeln A,A1,C 528 kcal, 18 g Fett, 69 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	
<b>Sa.</b>	Schwäbischer Linseneintopf 2,I Wienerle 1,2,16,F2 Frisches Obst 14 627 kcal, 30 g Fett, 56 g KH, 27 g Eiweiß	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Brötchen A,A1 Frisches Obst 14 354 kcal, 9 g Fett, 57 g KH, 9 g Eiweiß	Eiersalat 12,A,A1,C,J 186 kcal, 15 g Fett, 2 g KH, 10 g Eiweiß	
<b>So.</b>	Selleriesuppe 2,F,G,I Schweinegulasch 13,L,F2 Spätzle A,A1,G1,C,G Rotkraut 6 Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2 672 kcal, 30 g Fett, 59 g KH, 34 g Eiweiß	Selleriesuppe 2,F,G,I Spaghetti A,A1 Kürbisrahmsoße F,G Grüner Salat F,G,J Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2 927 kcal, 61 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	

Speiseplan vom 08.05.2023 - 14.05.2023					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.	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 Nudelaufwurf 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						
	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.	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	Frischkäseteller mit Obst 1,G1,G						
	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 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						
	940 kcal, 48 g Fett, 94 g KH, 29 g Eiweiß	851 kcal, 38 g Fett, 96 g KH, 29 g Eiweiß	378 kcal, 17 g Fett, 25 g KH, 29 g Eiweiß						
Do.	Kartoffelsuppe 2,F,G Wienerle 1,2,16,F2 Linsengemüse 2,I Spätzle A,A1,G1,C,G	Kartoffelsuppe 2,F,G Rösti Pilzragout F,G Tomatensalat	Gemischter Aufschnittteller 1,2,16,G,J,F2						
	800 kcal, 42 g Fett, 70 g KH, 31 g Eiweiß	356 kcal, 17 g Fett, 36 g KH, 11 g Eiweiß	202 kcal, 17 g Fett, 0 g KH, 11 g Eiweiß						
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 Obadzter G1,G						
	513 kcal, 21 g Fett, 59 g KH, 20 g Eiweiß	662 kcal, 35 g Fett, 64 g KH, 22 g Eiweiß	363 kcal, 31 g Fett, 1 g KH, 20 g Eiweiß						
Sa.	Pichelsteiner Gemüseeintopf mit Huhn 2,I,F5 Obstsalat 14	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Brötchen A,A1 Obstsalat 14	Ochsenmaulsalat 1,2,A,A5,I,F1						
	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.	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						
	606 kcal, 32 g Fett, 53 g KH, 21 g Eiweiß	530 kcal, 25 g Fett, 50 g KH, 20 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 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 15.05.2023 - 21.05.2023					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 Penne A,A1 Parmesan 1,C,G Tomaten - Mozzarellasoße G1,G Obst der Saison 14	Blumenkohlsuppe 2,F,G Pfannkuchen A,A1,C,G Apfelmus 2 Obst der Saison 14	Pellkartoffeln G Kräuterquark G1,G						
	628 kcal, 12 g Fett, 103 g KH, 22 g Eiweiß	410 kcal, 9 g Fett, 67 g KH, 12 g Eiweiß	336 kcal, 16 g Fett, 29 g KH, 17 g Eiweiß						
Di.	Erbsencremesuppe 2,F,G Spaghetti A,A1 Tomatensoße Grüner Salat F,G,J	Erbsencremesuppe 2,F,G Schupfnudeln A,A1,C Sauerkraut 2,G,L Grüner Salat F,G,J	Gemischter Aufschnittteller 1,2,16,G,J,F2						
	540 kcal, 25 g Fett, 61 g KH, 13 g Eiweiß	741 kcal, 37 g Fett, 79 g KH, 15 g Eiweiß	202 kcal, 17 g Fett, 0 g KH, 11 g Eiweiß						
Mi.	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Hacksteak A,A1,C,F1,F2 Kartoffelpüree 2,G1,F,G Paprikasoße Frische Erdbeeren	Gemüsecremesuppe 2,F,G,I Kichererbsen Curry mit Gemüse 2,F,G,I,L Kokos Mandel Reis G,H,H1 Gurkensalat F,G,J Frische Erdbeeren	Putenschnitzel A,A1,F5						
	575 kcal, 32 g Fett, 50 g KH, 20 g Eiweiß	995 kcal, 53 g Fett, 98 g KH, 23 g Eiweiß	318 kcal, 14 g Fett, 21 g KH, 27 g Eiweiß						
Do.	Kartoffelsuppe 2,F,G Hähnchenkeule F5 Erbsen Minz Kartoffelstampf 2,G1,F,G Ratatouillegemüse Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Kartoffelsuppe 2,F,G Farfalle A,A1,G Spinatsoße 2,F,G Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Badischer Vesperteller 1,2,I,J,F2						
	761 kcal, 38 g Fett, 56 g KH, 40 g Eiweiß	540 kcal, 24 g Fett, 65 g KH, 10 g Eiweiß	333 kcal, 31 g Fett, 1 g KH, 13 g Eiweiß						
Fr.	Spargelcremesuppe 2,F,G Paella Spanische Reispfanne mit Meeresfrüchten B,D,N Safransoße 2,F,G,L	Spargelcremesuppe 2,F,G Kaiserschmarrn A,A1,C,G,H,H1 Vanillesoße G	Bayrische Käsereise mit Obadzter G1,G						
	434 kcal, 21 g Fett, 46 g KH, 14 g Eiweiß	634 kcal, 18 g Fett, 91 g KH, 25 g Eiweiß	436 kcal, 37 g Fett, 1 g KH, 24 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	Badischer Schinkenteller mit Ei 1,2,C,F2						
	332 kcal, 8 g Fett, 46 g KH, 16 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.	Markklößchensuppe 2,A,A1,C,I,F1 Hühnerfrikasse 2,F,G,L,F5 Erbsengemüse G Kräuterreis G Grießdessert A,A1,G1,G	Markklößchensuppe 2,A,A1,C,I,F1 Maultaschenpfanne mit Ei und Gemüse A,A1,C,I Grüner Salat F,G,J Grießdessert A,A1,G1,G	Feinschmeckerteller 1,2,16,A,A1,C,D,F1,F2						
	747 kcal, 31 g Fett, 72 g KH, 40 g Eiweiß	674 kcal, 37 g Fett, 62 g KH, 20 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 22.05.2023 - 28.05.2023					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-
<b>Mittagessen (11:45-13:15Uhr)</b>									
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)	
<b>Mo.</b>	Champignoncremesuppe 2,F,G,L Straßburger Wurstsalat 1,2,4,16,G,J,F2 Bratkartoffeln Obstsalat <sup>14</sup>	Champignoncremesuppe 2,F,G,L Spaghetti <sup>A,A1</sup> Basilikumpesto <sup>1,2,G1,C,G,H,H4</sup> Tomatensalat Obstsalat <sup>14</sup>	Schäufele <sup>1,2,F2</sup> Kartoffelsalat <sup>3,12,J</sup>	543 kcal, 26 g Fett, 54 g KH, 18 g Eiweiß	<b>Mo.</b>	Rote Linsensuppe <sup>2,G1,F,G,I,L</sup> Schweinesteak <sup>F2</sup> Rösti Champignonrahm <sup>F,G</sup> Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Rote Linsensuppe <sup>2,G1,F,G,I,L</sup> Gemüsesouffle <sup>A,A1,G1,C,G</sup> Basilikum- Kartoffelpüree 2,G1,F,G Kräutersoße <sup>2,F,G</sup> Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Paniertes Schnitzel <sup>A,A1,F2</sup> Grüner Bohnensalat	746 kcal, 43 g Fett, 41 g KH, 44 g Eiweiß
<b>Di.</b>	Grießklößchensuppe 2,A,A1,G1,C,G,I Chilli con Carne <sup>F1,F2</sup> Basmatireis <sup>G</sup>	Grießklößchensuppe 2,A,A1,G1,C,G,I Apfelküchle <sup>14,A,A1,C,G</sup> Vanillesoße <sup>G</sup>	Frischkäseteller mit Obst 1,G1,G	541 kcal, 20 g Fett, 60 g KH, 25 g Eiweiß	<b>Di.</b>	Kürbissuppe <sup>2,F,G</sup> Hackbällchen <sup>A,A1,G1,C,G,F1,F2</sup> Tomatensoße Wildreis <sup>G</sup>	Kürbissuppe <sup>2,F,G</sup> Süßer Brotauflauf <sup>A,A1,G1,C,F,G</sup> Rhabarberkompott	Käseteller mit Trauben <sup>G1,G</sup>	669 kcal, 30 g Fett, 66 g KH, 32 g Eiweiß
<b>Mi.</b>	Gemüsecremesuppe <sup>2,F,G,I</sup> Spaghetti <sup>A,A1</sup> Linsen-Gemüsebolognese <sup>2,I</sup> Blattsalat mit Dressing <sup>F,G,J</sup> Erdbeerquark <sup>G1,G</sup>	Gemüsecremesuppe <sup>2,F,G,I</sup> Semmelknödel <sup>A,A1,C</sup> Rahmgemüse <sup>F,G</sup> Blattsalat mit Dressing <sup>F,G,J</sup> Erdbeerquark <sup>G1,G</sup>	Wienerle mit Senf <sup>1,2,16,J,F2</sup> Tomatensalat	669 kcal, 30 g Fett, 73 g KH, 22 g Eiweiß	<b>Mi.</b>	Nudeleintopf mit Rindfleisch und Gemüse <sup>2,A,A1,C,I,F1</sup> Quarkcreme <sup>G1,G</sup>	Gemüsecremesuppe <sup>2,F,G,I</sup> Apfelküchle <sup>14,A,A1,C,G</sup> Vanillesoße <sup>G</sup> Quarkcreme <sup>G1,G</sup>	Bratkartoffeln Körniger Frischkäse <sup>G1,G</sup>	316 kcal, 8 g Fett, 34 g KH, 24 g Eiweiß
<b>Do.</b>	Nudelsuppe mit buntem Ge- müse <sup>2,A,A1,C,I</sup> Hackbällchen <sup>A,A1,G1,C,G,F1,F2</sup> Lauchgemüse <sup>F,G</sup> Bandnudeln <sup>A,A1,C,G</sup>	Nudelsuppe mit buntem Ge- müse <sup>2,A,A1,C,I</sup> Milchreis <sup>G1,G</sup> Kirschkompott	Badischer Vesperteller 1,2,I,J,F2	667 kcal, 35 g Fett, 51 g KH, 35 g Eiweiß	<b>Do.</b>	Brokkolisuppe <sup>2,F,G</sup> Käseknödel <sup>A,A1,C,G</sup> Pilzrahmsoße <sup>3,F,G,L</sup> Tomatensalat	Brokkolisuppe <sup>2,F,G</sup> Penne <sup>A,A1</sup> Schmorgemüse <sup>I</sup> Tomaten- Hollandaisesoße 2,G1,C,F,G,I Tomatensalat	Gemischter Aufschnittteller 1,2,16,G,J,F2	552 kcal, 23 g Fett, 58 g KH, 26 g Eiweiß
<b>Fr.</b>	Tomatencremesuppe <sup>2,F,G,I</sup> Seelachsfilet <sup>D</sup> Wurzelgemüse Bandnudeln <sup>A,A1,C,G</sup> Weißweinsauce <sup>2,F,G,L</sup>	Tomatencremesuppe <sup>2,F,G,I</sup> Nudelauflauf <sup>A,A1,C,F,G</sup> Schnittlauchsoße <sup>2,F,G</sup>	Französischer Käseteller mit Traube, Feigensenf und Fisch <sup>G1,G</sup>	474 kcal, 18 g Fett, 43 g KH, 31 g Eiweiß	<b>Fr.</b>	Spargelcremesuppe <sup>2,F,G</sup> Backfisch <sup>A,A1,C,D,J</sup> Kartoffelsalat <sup>3,12,J</sup> Remouladensoße <sup>8,G1,C,G,J</sup>	Spargelcremesuppe <sup>2,F,G</sup> Pfannkuchen <sup>A,A1,C,G</sup> Apfelmus <sup>2</sup>	Gemischter Käseteller mit Fisch <sup>2,3,6,12,A,A1,C,D,G,I,J</sup>	833 kcal, 58 g Fett, 56 g KH, 20 g Eiweiß
<b>Sa.</b>	Graupeneintopf mit Speck 1,2,16,A,A5,F,G,I,F2 Frisches Obst <sup>14</sup>	Gemüsecremesuppe <sup>2,F,G,I</sup> Brötchen <sup>A,A1</sup> Frisches Obst <sup>14</sup>	Badischer Schinkenteller mit Ei <sup>1,2,C,F2</sup>	406 kcal, 18 g Fett, 51 g KH, 8 g Eiweiß	<b>Sa.</b>	Schwäbischer Linseneintopf <sup>2,I</sup> Wienerle <sup>1,2,16,F2</sup> Frisches Obst <sup>14</sup>	Gemüsecremesuppe <sup>2,F,G,I</sup> Brötchen <sup>A,A1</sup> Frisches Obst <sup>14</sup>	Eiersalat <sup>12,A,A1,C,J</sup>	674 kcal, 30 g Fett, 64 g KH, 29 g Eiweiß
<b>So.</b>	Selleriesuppe <sup>2,F,G,I</sup> Wildgulasch <sup>13,L,F6,F7</sup> Spätzle <sup>A,A1,G1,C,G</sup> Preiselbeeren Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Selleriesuppe <sup>2,F,G,I</sup> Bratkartoffeln Körniger Frischkäse <sup>G1,G</sup> Bunter Mischsalat <sup>F,G,J</sup> Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Russisch Ei <sup>1,2,4,12,16,A,A1,C,F2</sup>	607 kcal, 20 g Fett, 64 g KH, 35 g Eiweiß	<b>So.</b>	Flädlesuppe <sup>2,A,A1,G1,C,G,I</sup> Cordon Bleu <sup>1,2,A,A1,G1,G,F5</sup> Mischgemüse <sup>I</sup> Kräuterkartoffeln <sup>G</sup> Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Flädlesuppe <sup>2,A,A1,G1,C,G,I</sup> Gemüsenuedeln <sup>A,A1,C,G</sup> Kräutersoße <sup>2,F,G</sup> Blattsalat mit Dressing <sup>F,G,J</sup> Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Feinschmeckerteller 1,2,16,A,A1,C,D,F1,F2	749 kcal, 28 g Fett, 80 g KH, 38 g Eiweiß

Speiseplan vom 29.05.2023 - 04.06.2023					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-
<b>Mittagessen (11:45-13:15Uhr)</b>									
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)	
<b>Mo.</b>	Champignoncremesuppe 2,F,G,L Straßburger Wurstsalat 1,2,4,16,G,J,F2 Bratkartoffeln Obstsalat <sup>14</sup>	Champignoncremesuppe 2,F,G,L Spaghetti <sup>A,A1</sup> Basilikumpesto <sup>1,2,G1,C,G,H,H4</sup> Tomatensalat Obstsalat <sup>14</sup>	Schäufele <sup>1,2,F2</sup> Kartoffelsalat <sup>3,12,J</sup>	543 kcal, 26 g Fett, 54 g KH, 18 g Eiweiß	<b>Mo.</b>	Rote Linsensuppe <sup>2,G1,F,G,I,L</sup> Schweinesteak <sup>F2</sup> Rösti Champignonrahm <sup>F,G</sup> Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Rote Linsensuppe <sup>2,G1,F,G,I,L</sup> Gemüsesouffle <sup>A,A1,G1,C,G</sup> Basilikum- Kartoffelpüree 2,G1,F,G Kräutersoße <sup>2,F,G</sup> Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Paniertes Schnitzel <sup>A,A1,F2</sup> Grüner Bohnensalat	746 kcal, 43 g Fett, 41 g KH, 44 g Eiweiß
<b>Di.</b>	Grießklößchensuppe 2,A,A1,G1,C,G,I Chilli con Carne <sup>F1,F2</sup> Basmatireis <sup>G</sup>	Grießklößchensuppe 2,A,A1,G1,C,G,I Apfelküchle <sup>14,A,A1,C,G</sup> Vanillesoße <sup>G</sup>	Frischkäseteller mit Obst 1,G1,G	541 kcal, 20 g Fett, 60 g KH, 25 g Eiweiß	<b>Di.</b>	Kürbissuppe <sup>2,F,G</sup> Hackbällchen <sup>A,A1,G1,C,G,F1,F2</sup> Tomatensoße Wildreis <sup>G</sup>	Kürbissuppe <sup>2,F,G</sup> Süßer Brotauflauf <sup>A,A1,G1,C,F,G</sup> Rhabarberkompott	Käseteller mit Trauben <sup>G1,G</sup>	669 kcal, 30 g Fett, 66 g KH, 32 g Eiweiß
<b>Mi.</b>	Gemüsecremesuppe <sup>2,F,G,I</sup> Spaghetti <sup>A,A1</sup> Linsen-Gemüsebolognese <sup>2,I</sup> Blattsalat mit Dressing <sup>F,G,J</sup> Erdbeerquark <sup>G1,G</sup>	Gemüsecremesuppe <sup>2,F,G,I</sup> Semmelknödel <sup>A,A1,C</sup> Rahmgemüse <sup>F,G</sup> Blattsalat mit Dressing <sup>F,G,J</sup> Erdbeerquark <sup>G1,G</sup>	Wienerle mit Senf <sup>1,2,16,J,F2</sup> Tomatensalat	669 kcal, 30 g Fett, 73 g KH, 22 g Eiweiß	<b>Mi.</b>	Nudeleintopf mit Rindfleisch und Gemüse <sup>2,A,A1,C,I,F1</sup> Quarkcreme <sup>G1,G</sup>	Gemüsecremesuppe <sup>2,F,G,I</sup> Apfelküchle <sup>14,A,A1,C,G</sup> Vanillesoße <sup>G</sup> Quarkcreme <sup>G1,G</sup>	Bratkartoffeln Körniger Frischkäse <sup>G1,G</sup>	316 kcal, 8 g Fett, 34 g KH, 24 g Eiweiß
<b>Do.</b>	Nudelsuppe mit buntem Ge- müse <sup>2,A,A1,C,I</sup> Hackbällchen <sup>A,A1,G1,C,G,F1,F2</sup> Lauchgemüse <sup>F,G</sup> Bandnudeln <sup>A,A1,C,G</sup>	Nudelsuppe mit buntem Ge- müse <sup>2,A,A1,C,I</sup> Milchreis <sup>G1,G</sup> Kirschkompott	Badischer Vesperteller 1,2,I,J,F2	667 kcal, 35 g Fett, 51 g KH, 35 g Eiweiß	<b>Do.</b>	Brokkolisuppe <sup>2,F,G</sup> Käseknödel <sup>A,A1,C,G</sup> Pilzrahmsoße <sup>3,F,G,L</sup> Tomatensalat	Brokkolisuppe <sup>2,F,G</sup> Penne <sup>A,A1</sup> Schmorgemüse <sup>I</sup> Tomaten- Hollandaisesoße 2,G1,C,F,G,I Tomatensalat	Gemischter Aufschnittteller 1,2,16,G,J,F2	552 kcal, 23 g Fett, 58 g KH, 26 g Eiweiß
<b>Fr.</b>	Tomatencremesuppe <sup>2,F,G,I</sup> Seelachsfilet <sup>D</sup> Wurzelgemüse Bandnudeln <sup>A,A1,C,G</sup> Weißweinsauce <sup>2,F,G,L</sup>	Tomatencremesuppe <sup>2,F,G,I</sup> Nudelauflauf <sup>A,A1,C,F,G</sup> Schnittlauchsoße <sup>2,F,G</sup>	Französischer Käseteller mit Traube, Feigensenf und Fisch <sup>G1,G</sup>	474 kcal, 18 g Fett, 43 g KH, 31 g Eiweiß	<b>Fr.</b>	Spargelcremesuppe <sup>2,F,G</sup> Backfisch <sup>A,A1,C,D,J</sup> Kartoffelsalat <sup>3,12,J</sup> Remouladensoße <sup>8,G1,C,G,J</sup>	Spargelcremesuppe <sup>2,F,G</sup> Pfannkuchen <sup>A,A1,C,G</sup> Apfelmus <sup>2</sup>	Gemischter Käseteller mit Fisch <sup>2,3,6,12,A,A1,C,D,G,I,J</sup>	833 kcal, 58 g Fett, 56 g KH, 20 g Eiweiß
<b>Sa.</b>	Graupeneintopf mit Speck 1,2,16,A,A5,F,G,I,F2 Frisches Obst <sup>14</sup>	Gemüsecremesuppe <sup>2,F,G,I</sup> Brötchen <sup>A,A1</sup> Frisches Obst <sup>14</sup>	Badischer Schinkenteller mit Ei <sup>1,2,C,F2</sup>	406 kcal, 18 g Fett, 51 g KH, 8 g Eiweiß	<b>Sa.</b>	Schwäbischer Linseneintopf <sup>2,I</sup> Wienerle <sup>1,2,16,F2</sup> Frisches Obst <sup>14</sup>	Gemüsecremesuppe <sup>2,F,G,I</sup> Brötchen <sup>A,A1</sup> Frisches Obst <sup>14</sup>	Eiersalat <sup>12,A,A1,C,J</sup>	674 kcal, 30 g Fett, 64 g KH, 29 g Eiweiß
<b>So.</b>	Selleriesuppe <sup>2,F,G,I</sup> Wildgulasch <sup>13,L,F6,F7</sup> Spätzle <sup>A,A1,G1,C,G</sup> Preiselbeeren Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Selleriesuppe <sup>2,F,G,I</sup> Bratkartoffeln Körniger Frischkäse <sup>G1,G</sup> Bunter Mischsalat <sup>F,G,J</sup> Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Russisch Ei <sup>1,2,4,12,16,A,A1,C,F2</sup>	607 kcal, 20 g Fett, 64 g KH, 35 g Eiweiß	<b>So.</b>	Flädlesuppe <sup>2,A,A1,G1,C,G,I</sup> Cordon Bleu <sup>1,2,A,A1,G1,G,F5</sup> Mischgemüse <sup>I</sup> Kräuterkartoffeln <sup>G</sup> Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Flädlesuppe <sup>2,A,A1,G1,C,G,I</sup> Gemüsenuedeln <sup>A,A1,C,G</sup> Kräutersoße <sup>2,F,G</sup> Blattsalat mit Dressing <sup>F,G,J</sup> Überraschungsdessert 6,12,G1,G,H,H2	Feinschmeckerteller 1,2,16,A,A1,C,D,F1,F2	749 kcal, 28 g Fett, 80 g KH, 38 g Eiweiß

## Rätsel: Wer kennt die Städte, nennt die Namen?

Haben Sie sich auch schon mal gefragt, warum die öffentlichen Gebäude am 9. Mai beflaggt sind?

Am 5. Mai 1949 wurde in London das Statut des Europarats unterzeichnet; und am 9. Mai 1950 schlug Frankreichs Außenminister Robert Schuman die Schaffung einer europäischen Kohle- und Stahl-Produktionsgemeinschaft – die so genannte Montanunion – vor. Seit über einem halben Jahrhundert rücken nun die Staaten Europas immer näher zusammen. 28 Länder gehören heute der gemeinsamen Union an; ihre Bürger genießen viele Freiheiten. Ein Grund, sich auch einmal in einem Rätsel mit Europa zu befassen.



In der nachfolgenden Übersicht finden Sie die Namen von 10 europäischen Hauptstädten. Mit ein wenig Nachdenken werden Sie sicher auch die Namen der Länder herausfinden, die zu ihnen gehören. Die Namen tragen Sie bitte in die danebenstehenden Buchstabenfelder ein. Und wenn Sie alle Ländernamen richtig getroffen haben, ergibt sich aus den Buchstaben der grau unterlegten Felder das Lösungswort, das für Europa typisch geworden ist.

Hauptstadt	Staat / Land									
Lissabon										
Paris										
Rom										
Den Haag										
Nikosia										
Brüssel										
Madrid										
Luxemburg										
Warschau										
Stockholm										

Wir wünschen viel Spaß beim Lösen des Rätsels. Einsendeschluss des Lösungsabschnitts ist der **15.05.2023** Einwurf in den Briefkasten im Eingangsbereich. Wir verlosen wieder nette Preise.

Das Lösungswort lautet:

Name und Wohnbereich: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

## Humor-Seminar für unsere ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Das erste Seminar seit drei Jahren, für unsere ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter stand unter dem Zeichen des Humors. Nach den vergangenen Pandemie Jahren, in denen so mancher an seine Grenzen stieß, war es uns ein Anliegen, wieder mehr Leichtigkeit in den Alltag zu bringen und Strategien aufzuzeigen, wie man auch schwierige Zeiten mit Hilfe von Humor besser meistern kann.

Ulrike Schwarzkopf, die Dozentin des Seminars, ist nicht nur das den Bewohnerinnen und Bewohnern durch Besuche im Ludwig-Frank-Haus bekannte „Trudl“ (Gesundheit!Clown®). Sie ist seit drei Jahren auch ausgebildete Humortrainerin/ Humorcoach und hat zum Thema „Alltag mit Humor meistern“ ein Tagesprogramm für unsere Ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen gestaltet. Durch Übungen mit den Teilnehmerinnen machte Frau Schwarzkopf deutlich, dass das Klima in Beziehungen, u.a. auch zu Kolleginnen und Kollegen, Bewohnerinnen und Bewohnern „sich durch die Fähigkeit, andere zum Schmunzeln zu bringen, positiv verändern lässt. In ein lächelndes Gesicht zu blicken, aktiviert unsere Spiegelneuronen. Es kann eine gewisse Leichtigkeit und Gelassenheit im professionellen, beruflichen Alltag entstehen, die das gesamte Umfeld miteinbezieht.“ (Ulrike Schwarzkopf)

Mit viel Freude haben die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen am Seminar teilgenommen. Es kam immer wieder zu lustigen Szenen, z. B. als jede eine rote Clownsnase überreicht bekam und dann Anweisungen befolgte, unterschiedliche Gefühle darzustellen. Nachdenklich wurde es, als Frau Schwarzkopf von persönlichen Schicksalsschlägen berichtete und wie sie damit umzugehen lernte. Damals wurde ihr klar, dass es auch in schwierigen Situationen immer eine Wahl gibt, wie man mit etwas umgeht. „Siegt der Engel oder der Teufel?“. Frau Schwarzkopf zeigte mit dem Bild einer Schatzkiste auf, was im humorvollen Umgang miteinander zu beachten ist. In einer neuen Schatzkiste konnte zum Schluss jede Teilnehmerin kurz zusammenfassen, was sie vom Tag mitnimmt. Ein rotes Ballonherz und eine Teilnahmebescheinigung wurden von Ulrike Schwarzkopf überreicht. Im Restaurant „Da Vinci“ trug das feine Mittagessen dazu bei, dass es für alle ein rundum gelungener Tag wurde.



Im Rückblick haben unterschiedliche Teilnehmerinnen erzählt, wie wertvoll dieses Seminar für sie war. Sie haben mitgenommen, dass Lachen mit jemandem sehr befreiend sein kann. Es kann tatsächlich Fürsorglichkeit und Unbeschwertheit zusammenbringen. Auch Strategien, mithilfe derer man den manchmal schwierigen Alltag besser meistern kann, wurden dankbar aufgenommen.

Ein herzliches Dankeschön an Ulrike Schwarzkopf für das wunderbar humorvolle und lehrreiche Seminar! Ein weiterer Dank geht an unsere ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter die uns sowie unseren Bewohnerinnen und Bewohnern, auch in schwierigen Zeiten, treu und mit unermüdlichem Engagement zur Seite stehen!

Simone Dupps

Schwerer Fehler im Büro.

De Chef tobt: „Herr Schundelmeier! Sind nun Sie verrückt oder ich?“  
„Aber Chef! Ä Mann mit Ihrem Niveau wird doch kei verrückter Mitarbeiter iinstelle!“

-----  
De Scheidungsrichter fragt: „Zeuge Himmelsbach, waren Sie eigentlich dabei, als der Streit der Eheleute Müller begann?“  
„Jawohl, Herr Richter! Des kammer so sage. Ich war Trauzeuge!“

#### Hämmes Witze

aus Helmut Dolds' „Badischem Witzbüchle“  
Abdruck mit freundlicher Erlaubnis und Herzlichem Dank.

## Regelmäßige Angebote



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

**Charly Lüftner** am Akkordeon und Keyboard

**Karl Bühler** an der Gitarre

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

**Rüdiger Liedtke** (im Foyer oder im Innenhof)

## Jubiläum



Dank für die Treue zum Unternehmen der AWO und für jahrelanges Engagement in unserem Hause, für die Verbundenheit mit Kolleginnen und Kollegen und nicht zuletzt zu unseren Bewohnerinnen und Bewohnern an **Katja Müller-Reisenleiter** für **15 Jahre Betriebszugehörigkeit**.

### Frühling

Die blauen Frühlingaugen schau'n aus dem Gras hervor;  
das sind die lieben Veilchen, die ich zum Strauß erkor.

Ich pflücke sie und denke und die Gedanken all,  
die mir im Herzen seufzen, singt laut die Nachtigall.

Ja, was ich denke, singt sie lautschmetternd,  
dass es schallt;

mein zärtliches Geheimnis  
weiß schon der ganze Wald.

Heinrich Heine

## Der Mai

Im Galarock des heiteren Verschwenders,  
ein Blumenzepter in der schmalen Hand,  
fährt nun der Mai, der Mozart des Kalenders,  
aus seiner Kutsche grüßend, über Land.

Es überblüht sich, er braucht nur zu winken.  
Er winkt! Und rollt durch einen Farbenhain.  
Blaumeisen flattern ihm voraus und Finken.  
Und Pfauenaugen flügeln hinterdrein.

Die Apfelbäume hinterm Zaun erröten.  
Die Birken machen einen grünen Knicks.  
Die Drosseln spielen, auf ganz kleinen Flöten,  
das Scherzo aus der Symphonie des Glücks.

Die Kutsche rollt durch atmende Pastelle.  
Wir ziehn den Hut. Die Kutsche rollt vorbei.  
Die Zeit versinkt in einer Fliederwelle.  
O, gäb es doch ein Jahr aus lauter Mai!

Melancholie und Freude sind wohl Schwestern.  
Und aus den Zweigen fällt verblühter Schnee.  
Mit jedem Pulsschlag wird aus Heute Gestern.  
Auch Glück kann weh tun. Auch der Mai tut weh.

Er nickt uns zu und ruft: „Ich komm ja wieder!“  
Aus Himmelblau wird langsam Abendgold.  
Er grüßt die Hügel, und er winkt dem Flieder.  
Er lächelt. Lächelt. Und die Kutsche rollt.

Erich Kästner

## Gedenken an die Verstorbenen



Wenn jemand Dir erzählt,  
dass die Seele mit dem Körper  
zusammen vergeht und dass das,  
was einmal tot ist, niemals wiederkommt,  
so sage ihm:

Die Blume geht zugrunde,  
aber der Samen bleibt zurück  
und liegt vor uns, geheimnisvoll,  
wie die Ewigkeit des Lebens.

*Khalil Gibran*



# s'Bläddli

## Veranstaltungen im Mai



**Montag, 15.05.**

### Clownerei

s'Trudl kommt zu Besuch in unterschiedliche Wohnbereiche.



**Dienstag, 16.05.**

Herr **Vladimir Vinogradov** besucht uns im Café oder Innenhof. Er musiziert auf der Domra, einem russischen Saiteninstrument.



### Erdbeerfeste

gestaltet durch die Betreuungskräfte in den Wohnbereichen.

Weitere Hinweise auf Veranstaltungen entnehmen Sie bitte den aktuellen Aushängen.

## Bildimpression

Im April brachte das Streichtrio Ronja, Maria und Annika, zur Freude unserer Bewohnerinnen und Bewohner, klassische Musik ins Haus.



# 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%