

Bleiben Sie gesund!

„Die schwierigste Zeit in
unserem Leben ist die beste
Gelegenheit, innere Stärke zu
entwickeln.“

(Dalai Lama)

Kontakt

Ferdinand-Weiß-Str. 70a, 79106 Freiburg

Telefon: 0761/ 27 30 92

E-Mail: bz@vfs-ev.de

Homepage: www.vfs-ev.de

In unserem Prospekthalter [von außen](#)
erhältlich...

Vor Ort können Sie unseren neuesten Newsletter und das aktuelle Monatsprogramm frei zugänglich erhalten! Gerne bedienen Sie sich auch mit frischen Kräutern aus dem neuen Hoch-Beet neben dem seitlichen Eingang.

Newsletter

Muntermachblättle

Nr.11 08. Oktober 2020

Begegnungszentrum Stühlinger



NEUIGKEITEN AUS DEM BEGEGNUNGSZENTRUM STÜHLINGER

Nun hat er uns... – der Herbst ist da, mit allem was dazu gehört. Er bringt uns bunte Blätter, luftige Tage, tanzende Drachen am Herbsthimmel, Regentropfen, welche an die Fenster klopfen, ... und kühlere Temperaturen.

Diese fallenden Temperaturen lassen uns hier im Begegnungszentrum zusätzlich aktiv werden, in Anbetracht dessen, dass es uns wichtig ist, für unsere Besucherinnen und Besucher hier im „Häusle“ angenehme wohltuende Momente zu ermöglichen. Die Heizungen sind entlüftet und funktionieren wunderbar. Was auch nötiger ist denn je, da wir aus Sicherheitsgründen auf Frischluft angewiesen sind.

Um Sie weiterhin optimal zu schützen und Ihnen die Bewegungsangebote ohne Mundschutz möglich zu machen, gibt es neu bei uns, mobile durchsichtige Stellwände, die dies zusätzlich zum großen Abstand nach medizinischer Rücksprache ermöglichen.

Sie sehen, wir tun mit unseren Überlegungen das Beste was uns möglich ist, um mit den steten Veränderungen, Unannehmlichkeiten für alle und den Problemen, die diese Pandemie mit sich bringen, umzugehen.

Wir freuen uns sehr über Ihren Besuch und wünschen Ihnen von Herzen, das Allerbeste!

Team des Begegnungszentrums Stühlinger

HALTEN SIE IHR GEDÄCHTNIS FIT!!

Eine Übung zum Gedächtnistraining haben wir in der folgenden Grafik für Sie aufbereitet: Konzentrieren Sie sich und zählen Sie die Buchstaben:

Zählen Sie die Buchstaben „g“ und „f“

t	p	q	f	l	m	g	s	r	h	z	w	a	k	u	d	n	i	t	ä	j	a
a	f	i	r	q	t	o	d	a	t	o	o	n	j	q	p	b	t	h	g	r	u
c	r	t	a	t	y	z	t	e	a	s	f	q	t	k	a	t	t	t	t	t	t
s	z	o	v	k	m	d	i	q	g	w	j	b	n	a	t	k	ü	j	h	c	s
h	e	ä	t	h	f	a	t	t	g	z	b	m	k	ä	r	a	s	c	e	t	m
g	t	q	a	t	o	i	e	q	e	h	m	i	b	z	w	y	p	k	h	a	g
y	c	h	t	r	u	y	i	g	b	n	a	q	y	z	v	ö	m	h	g	w	d
q	l	w	u	c	e	d	v	t	e	b	m	e	t	f	a	d	r	y	t	e	s
f	a	n	w	f	y	t	t	v	t	e	t	d	l	e	t	v	t	t	d	s	r
l	m	g	v	t	t	d	t	c	t	t	t	t	t	d	t	t	t	t	b	v	u
b	t	y	e	e	t	n	b	f	c	v	f	g	r	t	j	e	t	p	q	a	k
f	t	w	c	ö	v	y	g	z	f	r	e	v	z	g	h	t	d	r	i	p	i
p	a	e	z	d	z	r	t	a	q	s	a	h	e	r	o	e	m	g	t	s	f



Lösung:

12 x f

13 x g

„Wenn das Leben dich zu einem Glücksmoment einlädt,
sag ja und nimm Platz !“

SCHERZFRAGEN



Warum läuft die Krankenschwester auf Zehenspitzen am Medikamentenschrank vorbei?

Sie möchte die Schlaftabletten nicht aufwecken.

Was sagt ein Hammer zu einem Daumen?

Schön dich mal wieder zu treffen !!!

Welcher Vogel kann seinen eigenen Namen rufen?

Der Kuckuck.

Wie kann man 1 Liter Wasser in einem Sieb transponieren?

Gefroren.

Kann man mit einem deutschen Personalausweis nach Istanbul fliegen, um dort Urlaub zu machen?

Nein, man benötigt ein Flugzeug!

MIT HUMOR GEHT ALLES BESSER



Im Zug:

Könnten Sie Ihrem Sohn bitte sagen, er soll aufhören, mich zu imitieren.

- Fritzchen, hör bitte auf so dämlich zu tun.

Gehen zwei Eskimos nach Hause.

Fragt der eine den anderen: "Wo ist eigentlich dein Iglu?"

- Erschrickt der andere: "Oh nein, ich hab' das Bügeleisen angelassen!"

DEFTIGES HERBSTGERICHT (REICH AN KALZIUM)

Überbackene Lauchstangen

Zutatenliste für 2 Personen

- 1 ½ Stangen Lauch (große, dicke)
- 3 Scheiben Kochschinken
- 3 Scheiben Emmentaler
- 3 EL Senf, scharfer
- 400 ml Gemüsebrühe
- 1 Schuss Weißwein
- ½ EL Margarine, zum Anbraten
- 50 ml Schmand oder süße Sahne
- Evtl Butter und Mehl



Zubereitung

1. Den Lauch putzen, den Schopf entfernen und jede Stange in 12 – 15 cm lange Stücke schneiden. Diese Stücke in der Brühe mit dem Schuss Wein nicht zu weich garen.
2. Währenddessen den Käse auf einem Brett ausbreiten und mit dem Senf bestreichen. Die Lauchstangen aus der Brühe nehmen, zuerst mit einer Scheibe Kochschinken, dann mit dem bestrichenen Käse umwickeln und in eine gebutterte Auflaufform legen.
3. Nun entweder etwas Brühe mit Sahne oder Schmand angießen oder aus einem Teil der Brühe, etwas Butter und Mehl eine Soße kochen und die Rollen herum gießen (nicht darauf).
4. Das Ganze dann im 200 Grad heißen Ofen überbacken, bis der Käse braun wird und zerläuft.

Viel Spaß beim Ausprobieren und guten Appetit !

ÖFFNUNGSZEITEN UND TELEFONISCHE ERREICHBARKEIT

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
9.00-13.00	13.00-17.00	9.00-12.00	9.00-15.00

Wichtige Infos und Orientierung für den Besuch des Begegnungszentrums Stühlinger während der Corona-Zeit (Stand: 8. Oktober 2020)

- 1) Ankommen: Bitte betreten Sie das Begegnungszentrum nur mit **Mundschutz und desinfizieren Sie sich direkt nach Betreten die Hände** (Alternativ: 30 Sek. Hände waschen mit Seife).
- 2) Halten Sie sich nicht im zu engen Eingangsbereich auf, sondern gehen direkt in den kleinen Veranstaltungsraum, dort befindet sich die Garderobe und das **Datenerhebungsblatt wird mit Ihnen zusammen ausgefüllt.**
- 3) **Zutritts- und Teilnahmeverbot im Begegnungszentrum:** Falls Sie Krankheitssymptome wie Halsschmerzen, Fieber, Husten, Geruchs- und Geschmacksstörungen haben **oder** in Kontakt mit einer an dem Coronavirus erkrankten Person stehen (und noch keine 14 Tage vergangen sind) **dürfen Sie das Begegnungszentrum nicht betreten.** Ferner ist es ebenfalls **untersagt das Begegnungszentrum ohne Mundschutz** zu besuchen !!
- 4) Bitte bringen Sie Ihre eigenen Getränke mit. Im Begegnungszentrum kann derzeit **keine Verpflegung** stattfinden. **Ende der Veranstaltung: Bitte verlassen Sie das Haus durch den hinteren – seitlichen Ausgang (durch die Küche).**
- 5) **Info:** in Anbetracht der kühler werdenden Temperaturen bitten wir Sie **wärmende Kleidung** mitzubringen. Wir sind stetig um Ihre Sicherheit bei uns bemüht und werden mind. alle 20 min Stoßlüften müssen. Die Heizungen sind gewartet und arbeiten wunderbar ☺.

WÖCHENTLICHE ANGEBOTE OKTOBER 2020

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
10 Uhr Walking Treff vor dem Häusle. (Ohne Anmeldung - kein Beitrag) Entfällt bei Regen.		10 Uhr Qi-Gong Treff vor dem Begegnungszentrum, findet <u>noch</u> im Eschholzpark statt. Neu: Zur besseren Planung ist die An- und Abmeldung erforderlich , sobald es <u>im</u> BZ stattfindet. Pro Termin: 4 €	9.15 – 10.15 Uhr Kraft & Balance zur Sturzprävention Kurs: 10 Termine für 40€. Mit Anmeldung. Gruppe A & B finden im wöchentlichen Wechsel statt. Max. 6 Teilnehmende pro Gruppe. Aktuell noch einen freien Platz zu vergeben!
9.30 – 11.30 Uhr Handy- und Smartphone-Sprechstunde Verbindliche Anmeldung für Einzeltermine bis Mittwoch davor: 1. 9.30-10 Uhr 2. 10-10.30 Uhr 3. 10.30-11 Uhr zusätzlich 11-11.30 Uhr - wegen großer Nachfrage! Pro Termin: 5 €	Bitte Termin vormerken Die nächste Dienstrunde mit Frau Dr. Schulz findet am Dienstag, 10. Nov. um 14.30 Uhr statt.		10.45 – 11.45 Uhr Gedächtnis spielend trainieren mit Frau Margit Petri (Ohne Anmeldung-kein Beitrag).
11.00 – 12.30 Uhr Machen Sie sich fit am PC! 5 Termine für 50€: Resttermine des laufenden Kurses: 5.10./ 12.10./ 19.10. / 26.10. Aktueller Kurs ist voll!	14 Uhr Offene Kreativwerkstatt in geselliger Runde (Ohne Anmeldung - kein Beitrag)		14.30 Uhr E-Bike-Treff Treffpunkt vor dem Begegnungszentrum (Anmeldung erforderlich für neue Teilnehmende - kein Beitrag). Entfällt bei Regen.