

Bleiben Sie gesund!

„Jeden Tag einen Schritt weiter zu gehen, kann auch ein schönes Ziel sein.

Vergangenem nachtrauern
heißt Gegenwärtiges versäumen.“

aus Griechenland

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 Prospekthaltern von außen
erhältlich...

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

Newsletter

Muntermachblättle

Nr.13 12. November 2020

Begegnungszentrum Stühlinger



NEUIGKEITEN AUS DEM BEGEGNUNGSZENTRUM STÜHLINGER

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Es sind seit dem letzten Newsletter drei Wochen vergangen und während dieser Zeit hat sich erneut Vieles verändert. Im Moment ist es uns nicht erlaubt, nach der neusten Corona-Verordnungen, Sportaktivitäten, wie Walking, Qi Gong, Sturzprävention oder den E-Bike-Treff stattfinden zu lassen. Wir freuen uns, da wir eine Einrichtung der „sozialen Fürsorge“ sind, noch einige wenige Angebote im Programm haben zu können. Diese entnehmen Sie bitte diesem „Blättle“.

Das Programmangebot unsererseits steht, wir möchten Sie bitten, gut für sich zu überlegen, welches Angebot für Sie derzeit notwendig ist und auf was Sie in der aktuellen Situation verzichten können. Wir versuchen natürlich durch unser Hygienekonzept, Sie bestmöglich zu schützen, letztendlich besteht trotz allem ein Risiko, sich anzustecken.

Passen Sie gut auf sich auf!

Wir möchten Sie wissen lassen, dass aufgrund der angespannten Corona-Lage und steter Veränderungen, unsere Infos unter Vorbehalt sind. Es kann jederzeit zu Änderungen der Angebote und Bedingungen kommen.

Herzlichen Dank für Ihr Verständnis. Wir wünschen Ihnen alles Gute und senden ganz herzliche Grüße –

Ihr Team vom Begegnungszentrum

HALTEN SIE IHR GEDÄCHTNIS FIT!!

Wie gehen die Zahlenreihen logisch weiter ?

1) 12 – 8 – 16 – 12 – 24 – 20 - ____ ?

2) 5 – 8 – 14 – 23 – 35 - 50 - ____ ?

3) 1 – 1 – 2 – 3 – 5 - 8 - ____ ?

Lösung:

Zu1: 40 (Regel lautet: erst minus 4, dann mal 2)

Zu2: 68 (Regel lautet: immer 3 mehr addieren als zuvor)

Zu3: 13 (Regel lautet: die beiden vorherigen Zahlen addieren)

VERDREHTE WORT-VERBINDUNGEN

Suchen Sie zu jedem Wort im Raster das passende Verbindungswort. Diese sind unten im Kasten zu finden. Leider stimmt dort weder die Reihenfolge der Wörter noch die Buchstaben.

1	B	U	N	T	-				
2	W	A	N	D	-				
3	S	A	N	D	-				
4	W	E	L	T	-				
5	M	O	N	D	-				
6	B	A	U	M	-				
7	A	U	T	O	-				
8	R	A	N	D	-				
9	K	E	I	M	-				

MURST EISTN FTTSI BEAFR SIEZT

LELZE ERISE TILCH SAMTM



1. STIFT, 2. FARBE,
2. STURM, 4. REISE, 5. LICHT,
6. STAMM, 7. SITZE, 8. STEIN,
9. ZELLE

GESCHICHTE ZUM SCHMUNZELN

Ein Mann in einem Heißluftballon hat sich verirrt. Er geht tiefer und sieht einen Mann am Boden. Er sinkt noch weiter ab und ruft:- "Entschuldigung, können Sie mir helfen?"

Ich habe einem Freund versprochen, ihn vor einer Stunde zu treffen und ich weiß nicht, wo ich bin." Der Mann am Boden antwortet:- "Sie sind in einem Heißluftballon in ungefähr 10m Höhe über dem Boden. Sie befinden sich zwischen 40 und 41 Grad nördlicher Breite und zwischen 59 und 60 Grad westlicher Länge." Sie müssen Ingenieur sein", sagt der Ballonfahrer." Bin ich", antwortet dieser, "woher wussten Sie das? " Nun," sagt der Ballonfahrer, "alles was Sie mir sagten, ist technisch korrekt, aber ich habe keine Ahnung, was ich mit Ihren Informationen anfangen soll, und ich weiß immer noch nicht, wo ich bin. Offen gesagt waren Sie keine große Hilfe. Sie haben höchstens meine Reise noch weiter verzögert." Der Ingenieur antwortet: "Sie müssen im Management tätig sein."

"Ja," antwortet der Ballonfahrer, "aber woher wussten Sie das? "Nun," sagt der Ingenieur, "Sie wissen weder wo Sie sind, noch wohin Sie fahren. Sie sind aufgrund einer großen Menge heißer Luft in Ihre jetzige Position gekommen.

Sie haben ein Versprechen gemacht, von dem Sie keine Ahnung haben, wie Sie es einhalten können und erwarten von den Leuten unter Ihnen, dass sie Ihre Probleme lösen.

Tatsache ist, dass Sie in exakt der gleichen Lage sind wie vor unserem Treffen, aber jetzt bin irgendwie ich schuld!"



MIT HUMOR GEHT ALLES BESSER

Ein Huhn und ein Ei sitzen beim Arzt im Wartezimmer. Kommt die Krankenschwester und fragt:" Wer kommt zuerst ?" Da sagt das Ei:" Die Frage nervt so langsam ."

HERBSTGERICHT

Vegetarischer Nudelauflauf mit Kürbis

Zutaten für 2 Personen

200g	Bandnudeln oder Spinatnudeln
200g	Kürbisfleisch
200g	Zucchini
200g	Paprikaschote(n)
1	Zwiebel (n), gehackt
1	Knoblauchzehe(n), gehackt
2 EL	Olivenöl
2 EL	Frischkäse
150g	Käse, gewürfelt
100g	Käse, gerieben
	Salz und Pfeffer, evtl. Chilischote
	Fett für die Form



Zubereitung

1. Nudeln nach Packungsanleitung kochen, Kürbis würfeln, Zucchini und Paprika klein schneiden.
2. Zwiebel und Knoblauch fein hacken und im Öl glasig dünsten, das übrige Gemüse dazugeben, ca. 5 Min. dünsten evtl. mit etwas Wasser, das Gemüse nach Geschmack würzen, 2 EL Frischkäse unterrühren sowie Käsewürfel dazugeben.
3. Die Masse unter die gekochten Nudeln heben. Alles in eine gefettete Auflaufform geben und mit Käse bestreuen.
4. Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad Ober-/Unterhitze ca. 20 Min. überbacken.

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: 09. November 2020)

- Ankommen:** Bitte tragen Sie **bereits vor** dem Begegnungszentrum den **Mund-Nasenschutz** und **desinfizieren Sie sich direkt nach dem Betreten die Hände** (Alternativ: 30 Sek. Hände waschen mit Seife). **Der Mund-Nasenschutz ist ab sofort dauerhaft während der gesamten Zeit im Begegnungszentrum zu tragen.**
- Halten Sie sich nicht im Eingangsbereich auf, sondern gehen direkt in den kleinen Veranstaltungsraum, dort befindet sich die Garderobe und das **Datenerhebungsblatt wird mit Ihnen zusammen ausgefüllt.**
- Bitte nehmen Sie die **aktuellen Hinweise und Aushänge** an den Schautafeln zur Kenntnis.
- Zutritts- und Teilnahmeverbot im Begegnungszentrum:** Falls Sie Krankheitssymptome wie Halsschmerzen, Fieber, Husten, Geruchs- und Geschmacksstörungen haben **oder** in Kontakt mit einer an dem Corona-Virus erkrankten Person stehen (und noch keine 14 Tage vergangen sind) **dürfen Sie das Begegnungszentrum nicht betreten.** Ferner ist es ebenfalls **untersagt das Begegnungszentrum ohne Mund-Nasenschutz** zu besuchen !!
- 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).**
- Info:** In Anbetracht der kühler werdenden Temperaturen bitten wir Sie **wärmende Kleidung** mitzubringen. Wir werden mind. alle 20 min Stoßlüften. Die mobilen Stellwände dienen zusätzlich Ihrer Sicherheit.

Sportveranstaltungen dürfen derzeit nicht statt finden !!!

WÖCHENTLICHE ANGEBOTE NOVEMBER 2020

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
<p>10 Uhr Walking Treff vor dem Häusle. (Ohne Anmeldung) - kein Beitrag Entfällt bei Regen. Mund-Nasenschutz tragen.</p> <p>entfällt</p>		<p>11 Uhr Qi-Gong Treff vor dem Begegnungszentrum Neu: Zur besseren Planung ist die Anmeldung erforderlich! Pro Termin</p> <p>entfällt</p>	<p>9.15 – 10.15 Uhr Kraft & Balance zur Sturzprävention Kurs: 10 Termine für 40€. Mit Anmeldung. Gruppe A & B im wöchentlichen Wechsel max. 5 Teilnehmer pro Gruppe. Kurs ist aktuell voll!</p> <p>entfällt</p>
<p>9.30 – 11.30 Uhr Handy- und Smartphone-Sprechstunde Verbindliche Anmeldung für Einzeltermine bis am Mittwoch davor: 1. 9.30-10 Uhr 2. 10-10.30 Uhr 3. 10.30-11 Uhr 4. 11-11.30 Uhr Pro Termin: 5 €</p>			<p>10.45 – 11.45 Uhr Gedächtnis spielend trainieren mit Frau Margit Petri (Anmeldung erforderlich - kein Beitrag).</p>
<p>11.00 – 12.30 Uhr Machen Sie sich fit am PC! 5 Termine für 50€: Termine für neuen Kurs: 9.11., 16.11., 30.11., 14.12., 21.12. Kurs ist schon belegt!</p>	<p>14 Uhr Kreativ sein, neues Lernen - mit Häckelnadel & Co (Anmeldung erforderlich) kein Beitrag</p> <p>entfällt</p>		<p>14.30 Uhr E-Bike-Treff Treffpunkt vor dem Begegnungszentrum. Bitte Mund-Nasenschutz tragen. (Anmeldung erforderlich) neue Teilnehmer - kein Beitrag). Entfällt bei Regen.</p> <p>entfällt</p>

