

# Wochenpost

Wochenimpuls der Sozialgemeinschaft Schiltach/Schenkenzell e.V.

Ausgabe 83  
Kalenderwoche  
27/2023  
03. bis 09. Juli  
immer montags



## GFH GFH macht Ausflug an den Bodensee



Gruppe auf das Ausflugschiff MS Munot. Der Einstieg war ebenfalls barrierefrei und die Mannschaft inklusive Kapitän interessierten sich sehr für die Schiltacher und ihr logistisch herausforderndes Abenteuer.

Für alle Beteiligten war der Ausflug mit 23 Rollstuhlfahrer\*innen aus dem Gottlob-Freithaler-Haus an den Bodensee am vergangenen Dienstag aufregend. Die SGS hatte einen barrierefreien Bus gemietet, der die Ausflügler auf die Reichenau brachte. Nach einer schönen Pause im Schatten großer Bäume, mit Blick auf den Untersee und einem flotten Liedchen auf den Lippen, wartete die

Einstieg war ebenfalls barrierefrei und die Mannschaft inklusive Kapitän interessierten sich sehr für die Schiltacher und ihr logistisch herausforderndes Abenteuer. Nach Zwischenanlegestationen ging es entlang des Rheins nach Konstanz. Nach einem Besuch im Biergarten und einem Spaziergang im Stadtgarten ging ein schöner Tag zu Ende.



## Prognose des Deutschen Wetterdienstes (Stand 03. Juli)

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
03.07.	04.07.	05.07.	06.07.	07.07.	08.07.	09.07.
22/ 14 Grad überwiegend trocken Regen 90 %	21/ 14 Grad leichter Regenschauer Regen 90 %	19/ 16 Grad leichter Regenschauer Regen 90 %	23/ 13 Grad leicht bewölkt Regen 90 %	27/ 17 Grad sonnig Regen 0 %	28/ 16 Grad leicht bewölkt Regen 0 %	30/ 18 Grad leicht bewölkt Regen 0 %

## Bauernkalender

„Geht Maria  
(2. Juli) übers Gebirge  
nass, bleiben leer  
Scheune und Fass.“



## Feuerwehr rückte an

Der automatische Brandmelder im Heizungsraum des Gottlob-Freithaler-Hauses alarmierte am

Samstag gegen 6.15 Uhr die Schiltacher Feuerwehr. Sofort rückte diese mit mehreren Fahrzeugen in den Ebersbach aus. Der Motor des Druckausgleichsbehälters der

Heizung war durchgeschmort und produzierte Rauch. Das Gebäude musste lediglich gelüftet und der defekte Motor sichergestellt werden.

## Besuch beim Peter- und Paul-Krämermarkt

Am vergangenen Donnerstag war das Betreuungsteam mit Bewohner\*innen des Gottlob Freithaler-Hauses auf dem Peter- und Paul-Krämermarkt in der Schramberger Straße. Zu den Verkaufshits gehörten der Kleider- und Hutstand.

Es wurde probiert und auch eingekauft.

Die Verkäuferin des Hutstands gab den Bewohner\*innen sogar kostenfrei einen Stapel neue Sonnenhüte für Männer und Frauen mit.



## Zitate der Woche

**Heinz Ehrhardt**  
(1909 bis 1979)  
Deutscher Komiker



„Manche Menschen wollen glänzen, obwohl sie keinen Schimmer haben.“



„Wer sich selbst auf den Arm nimmt erspart den anderen die Arbeit.“

**Menüplan:** Die hauseigene SGS-Küche serviert zu jedem Menü eine Suppe und einen Nachtisch.

gelb markierte Menüs sind leichte Vollkost	Suppe Nachtisch	Menü I	Menü II
Montag, 03.07.	Currycremesuppe; Mandarinencreme mit Keks	Penne „Alfredo“ mit Schinken, Champignons, Erbsen und Salat	<b>Polentaschnitte mit Gemüse und heller Soße</b>
Dienstag, 04.07.	Buchstabensuppe; Buttermilchdessert	marinierter Putenbraten mit Kräutersoße, Gemüse und Kartoffeln	<b>Kartoffel-Brokkoligratin mit Sauce Hollandaise</b>
Mittwoch, 05.07.	Spinatcremesuppe; Schwarzwälder Kirschdessert	Fleischkäse mit Soße, Bratkartoffeln und Blattsalat	<b>Ratatouille mit Schafskäse überbacken und Bärlauchkartoffeln</b>
Donnerstag, 06.07.	Eierflockensuppe; Vanillepudding mit Schokosoße	Bauernwurst mit Soße, gebratenen Zwiebeln und Kartoffelsalat	<b>Wokpfanne mit Mie-Nudeln und asiatischem Gemüse</b>
Freitag, 07.07.	Wirsingcremesuppe; Johannisbeerjoghurt	Fischfilet in Zitronensoße, Romanesco und Reis	<b>Marillenknoedel mit Vanillesoße</b>
Samstag, 08.07.	Wurzelgemüsesuppe; Apfelquark	<b>Schweine-Paprikagulasch mit Serviettenknödel</b>	<b>Schweine-Paprikagulasch mit Serviettenknödel</b>
Sonntag, 09.07.	Maultaschensuppe; Eierlikörcreme	<b>Hähnchensteak in Kräutersoße und Kartoffelgratin</b>	<b>Hähnchensteak in Kräutersoße und Kartoffelgratin</b>