

# Wochenpost

Wochenimpuls der Sozialgemeinschaft Schiltach/Schenkenzell e.V.

Kalenderwoche  
33/2023  
14. bis 20. August  
Ausgabe 88  
immer montags



## Mit der Rikscha durch Freudenstadt



Offenburger Tageblatt

WOLFAL / OBERES KINZIGTAL

Montag, 14. August 2023

### Nicht in Stein gemeißelt

Kultur im Stadtgarten: Buchautorin und Wälderführerin Astrid Lehmann aus Oberungulthar erzählt in Schiltach spannende Geschichten aus ihrer neuen Buchreihe.



### Jubiläumsbesuch im Oktober geplant

Freudenstadt wird im Oktober von der Rikscha durch die Stadt besucht.



### Mit der Rikscha durch die Stadt

Einem guten Anreiz durch Aufträge haben die Anbieter der Rikscha durch die Stadt.



### Viel Abwechslung

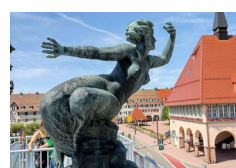
Bei der Rikscha durch die Stadt gibt es viel Abwechslung.



Freudenstadt wird im Oktober von der Rikscha durch die Stadt besucht. Einem guten Anreiz durch Aufträge haben die Anbieter der Rikscha durch die Stadt. Bei der Rikscha durch die Stadt gibt es viel Abwechslung. Die Rikscha durch die Stadt ist ein Angebot der Malteser in Freudenstadt. Die Rikscha durch die Stadt ist ein Angebot der Malteser in Freudenstadt. Die Rikscha durch die Stadt ist ein Angebot der Malteser in Freudenstadt.

Einige Senior\*innen des Gottlob-Freithaler-Hauses nutzten das Angebot der Malteser, mit der Rikscha Freudenstadt zu erkunden. Pensionär Gottfried Gnädinger trat ehrenamtlich in die Pedale und zeigte jeweils eine halbe Stunde, was die Große Kreisstadt an schönen Plätzchen rund um den Marktplatz zu bieten hat.

Die Senior\*innen hatten großen Spaß bei der Sache und sprachen noch die ganze Woche vom schönen und außergewöhnlichen Sommerausflug.



## Prognose des Deutschen Wetterdienstes (Stand 14. August)

Mo 14.08.	Di 15.08.	Mi 16.08.	Do 17.08.	Fr 18.08.	Sa 19.08.	So 20.08.
29/ 18 Grad wolkig Regen 30 %	29/ 20 Grad leicht bewölkt Regen 90 %	28/18 Grad wolkig Regen90 %	29/ 19 Grad leicht bewölkt Regen 30 %	21/ 20 Grad sonnig Regen 0%	31/ 18 Grad leicht bewölkt Regen 0 %	30/ 18 Grad leicht bewölkt Regen 0 %

## Bauernkalender

„Wie das Wetter am Mariä Himmelfahrtstag (15.08.), so der ganze Herbst sein mag.“



## Kräuterbüschel zu Mariä Himmelfahrt (Dienstag, 15. August)

Seit dem siebten Jahrhundert erinnert die katholische Kirche mit Mariä Himmelfahrt an die legendäre Grabesöffnung Mariens. Statt eines Leichnams fanden die Apostel dort Rosen sowie Lilien und vor dem Grab wuchsen die Lieblingskräuter der Gottesmutter.



Vielerorts werden vor allem im süddeutschen Raum Kräuterbüschel gebunden. Die Zahl der mindestens sieben Kräuter soll magisch sein. Es können auch neun - drei mal drei, zwölf für die zwölf Apostel, oder sogar 77 sein. Jede Pflanze hat ihre Bedeutung.



**Rose und Lilie** stehen für Maria und Josef.



**Rosmarin** soll zum guten Schlaf verhelfen.  
**Salbei** bringt Wohlstand.



**Wermut** verspricht Kraft, Mut und Schutz.

**Minze** steht für Gesundheit.

**Arnika** schützt vor Feuer und Hagel.

**Baldrian-**holt das Glück ins Haus.

## Zitat der Woche

Marlene Dietrich (1901 bis 1992)  
deutsch-amerikanische  
Schauspielerin und Sängerin



„Wenn ich mein Leben noch einmal leben könnte, würde ich die gleichen Fehler machen. Aber ein bisschen früher, damit ich mehr davon hätte.“

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

gelb markiert: leichte Vollkost	Suppe Nachtisch	Menü I	Menü II
Montag 14.08.	Currycremesuppe Mandarinencreme mit Keks	Spaghetti Bolognese mit Hartkäse und Blattsalat	<b>Kartoffel-Gemüse-Gratin mit Bärlauchsoße und Blattsalat</b>
Dienstag 15.08.	Buchstabensuppe Buttermilchdessert	Kasseler mit Rahmkraut und Bandnudeln	<b>Kartoffelgulasch mit Paprika und Zucchini sowie Baguette</b>
Mittwoch 16.08.	Spinatcremesuppe Schwarzwälder Kirschdessert	Hähnchenbrustfilet in Käsesoße, Blattspinat und Polentaschnitte	<b>grüne Nudeln mit Cocktailtomaten und Schafskäse sowie Blattsalat</b>
Donnerstag 17.08.	Eierflockensuppe Vanillepudding mit Schokosoße	Schweizer Wurstsalat mit Ei und Tomate sowie Bratkartoffeln	<b>Schupfnudel-Gemüsepfanne mit buntem Salat</b>
Freitag 18.08.	Wirsingcremesuppe Johannisbeerjoghurt	Fischroulade auf Gemüse- streifen mit Dillsoße und Reis	<b>Quark-Kirschauflauf mit heißen Himbeeren</b>
Samstag 19.08.	Wurzelgemüsesuppe Apfelquark	<b>gebratene Maultaschen mit Gemüse, Schinken und Ei sowie Blattsalat</b>	<b>gebratene Maultaschen mit Gemüse, Schinken und Ei sowie Blattsalat</b>
Sonntag 20.08.	Maultaschensuppe Eierlikörcreme	<b>Rindergulasch mit Paprika und Serviettenknödel</b>	<b>Rindergulasch mit Paprika und Serviettenknödel</b>