

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 Wälderpädagogin Astrid Lehmann aus Oberungeloh erzählt in Schiltach spannende Geschichten aus ihrer neuen Buchreihe.

Jubiläumsbesuch im Oktober geplant
Freudenstadt wird im Oktober ein Fest. Die Stadt feiert ihren 100. Geburtstag. Ein Jubiläumsbesuch ist im Oktober geplant.

Mit der Rikscha durch die Stadt
Einen guten Anreiz, die Stadt zu besuchen, bietet die Rikscha. Mit der Rikscha durch die Stadt.

Viel Abwechslung
Bei der Rikscha-Fahrt durch die Stadt gibt es viel Abwechslung. Die Fahrerinnen zeigen die schönsten Plätze der Stadt.

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	Kartoffel-Gemüse-Gratin mit Bärlauchsoße und Blattsalat
Dienstag 15.08.	Buchstabensuppe Buttermilchdessert	Kasseler mit Rahmkraut und Bandnudeln	Kartoffelgulasch mit Paprika und Zucchini sowie Baguette
Mittwoch 16.08.	Spinatcremesuppe Schwarzwälder Kirschdessert	Hähnchenbrustfilet in Käsesoße, Blattspinat und Polentaschnitte	grüne Nudeln mit Cocktailtomaten und Schafskäse sowie Blattsalat
Donnerstag 17.08.	Eierflockensuppe Vanillepudding mit Schokosoße	Schweizer Wurstsalat mit Ei und Tomate sowie Bratkartoffeln	Schupfnudel-Gemüsepfanne mit buntem Salat
Freitag 18.08.	Wirsingcremesuppe Johannisbeerjoghurt	Fischroulade auf Gemüse- streifen mit Dillsoße und Reis	Quark-Kirschauflauf mit heißen Himbeeren
Samstag 19.08.	Wurzelgemüsesuppe Apfelquark	gebratene Maultaschen mit Gemüse, Schinken und Ei sowie Blattsalat	gebratene Maultaschen mit Gemüse, Schinken und Ei sowie Blattsalat
Sonntag 20.08.	Maultaschensuppe Eierlikörcreme	Rindergulasch mit Paprika und Serviettenknödel	Rindergulasch mit Paprika und Serviettenknödel