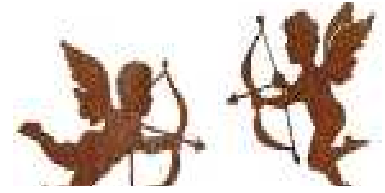




AMOR und AMORINE

AMOR und AMORINE und DESIREE, warten aufs Baby



LUCA, der im JANUAR 2022, zur Welt kommen soll. Alle sind aufgeregt und jeder lenkt sich anders ab. AMORINE horcht jeden Abend und jeden Morgen auf den Herzschlag und spürt jeden Tritt. Einmal saß sie auf dem Spielplatz und beobachtete zwei Mädels mit ihrem kleinen Bruder, der ca. ein Jahr alt war. In dem Moment als der Kleine zu schreien begann und AMORINE einen FAMILYPFEIL abschoss trat der kleine LUCA gegen ihren Bauch, und der Pfeil schoss vorbei und traf eine Entenmama die mit ihren Küken übers Eis der Gaissa lief. Und schon fing sie an aufgeregt zu gackern und die Küken rutschten fröhlich übers Eis hinter ihr her. Aber AMORINE war ja nicht dumm, sie schickte DESIREE los, einen PFEIL abzuschießen. Sie schoss und traf prompt den Jungen, der laut auflachte und quietschte vergnügt, in dem Augenblick als er Sand auf seine Schwestern warf. Und schon war eine lustige KEILEREI im Gange. Durchgefroren aber HAPPY gingen AMORINE und DESIREE wieder zurück in die Wohnung. Zum Aufwärmen machten sie sich ein Fußbad und eine heiße Schokolade. Und Luca`s Herz schlug ruhig im Gleichklang der Kirchenglocken.

eure Susi Sch.

Was tun bei kaltem Wetter im Januar 2022??

Z.B. heiße Schokolade bei trübem Wetter vor dem Kamin, dabei eine Zeitung lesen oder ein gutes Buch!! Ein Spieleabend mit Freunden oder der Familie bei guter Musik. Ein gutes Essen kochen für eine gute Freundin, mit einem neuem Rezept, oder Handarbeiten im Kerzenschein bei einem Glas Kinderpunsch und Kerzenschein.



Was tun bei kalten Händen und Füßen?

Nach Pfarrer Kneipp, kalte Güsse und Armwechselfüßbäder und danach mit Melkfett eincremen und Handschuhe und Socken aus Baumwolle über Nacht anziehen.

Einen heißen Ingwer-Zitronen-Tee trinken, oder mal wieder ein heißes Vollbad mit Melisse, danach kalt duschen und einen warmen Schlafanzug und warme Socken anziehen und ab ins Bett.

eure Susi Sch.

Irmgards Schlaue Seite



Wie viele verschiedene Verkehrszeichen haben wir?

Parken verboten, Vorfahrt oder Aquaplaning: In Deutschland gibt es für jede Situation ein Verkehrszeichen - laut ADAC über 400 verschiedene Symbole. Übrigens dürfen sich maximal drei Schilder an einem Pfosten befinden.



Wieso haben wir Menschen unterschiedliche Augenfarben?

Die verschiedene Kolorierungen haben einen praktischen Grund: Sie schonen das Auge bei Sonneneinstrahlung. Je dunkler die Farbe, desto besser ist das Sehorgan vor Licht geschützt. So haben Skandinavier eher eine blaue oder grüne Iris, Menschen aus südlichen Regionen eine braune.



Witze

Gast: „Das Schnitzel ist aber zäh!“

Ober: „Ich nehme es wieder mit. Soll ich ein Steak bringen?“ „Gern, aber ich habe das Schnitzel halb gegessen!“

„Macht nichts, wir haben auch angegessene Steaks!“



Ein Bewerber zaghaft zum Personalchef: „Eines muss ich Ihnen gestehen: Ich bin etwas abergläubisch!“ „Das macht nichts“, meint der Chef, „dann zahlen wir Ihnen kein 13. Gehalt.“

geschrieben von Irmgard

Der Vater schimpfte den kleinen Maxl. Seit`s du auf der Welt bist, hast du mir no koa Freid gmacht. Der Maxl meint: „Aba vorher scho gell!“

Der Kare sagt zum Lucke: Kehrn ma um, jetzt werd`s bald regna. Du spinnst ja, sagt der Lucke, i siech koa Wölkerl am Himmi. Der Kare deutet auf zwei Dakkel. Da schaug hi, d Hund laffa tiaf.

Wo geht s denn hier zum Aufschwung Ost? Da drüben, immer den Bach runter.

Weshalb mögen Blondinen keine Apfelsinnen? Weil sie stets vergeblich nach dem Reißverschluss suchen.

Kommt ein Häschen in ein Fitness-Studio. Fragt es einen Sportler: „Haddu Deo?“ „Ja“ antworte dieser. Sagt das Häschen: „Muddu auch benutzen.“

geschrieben von Brigitte H.

Warum bekommen Bäume kein Corona ?

richtige Variante : Die haben 2G

vereinfachte Variante: Die haben ganz schön viele Zweige

Was ist im Jahr 2038?

Da wird unser kleines Covid 19.

geschrieben von T.T.

BAUERNREGELN

Neujahrsnacht still und klar,
deutet auf ein gutes Jahr.

Januar muss vor Kälte knacken,
wenn die Ernte soll gut sacken.

Januar ganz ohne Schnee,
tut Bäumen, Bergen, Tälern weh.



geschrieben von Brigitte H.

Ein Wintergedicht zum Jahresbeginn

Hat das neue Jahr einen besonderen Sinn.
Ein neuer Tag und ein neues Jahr sagen euch das ich euch mag.

Das Leben ist wunderbar
und das ist für alle hier Sonnenklar.

Behaltet eure Träume im Herz,
und schon sind die Tage des Schmerz.

Tannenduft durchdringt die Nacht,
sie sagt euch leis,
es es ist vollbracht.

Schneeflocken tanzen durch die Luft
und der Schnee selbst verbreitet einen frischen Duft.

Es knirscht der Schnee unter deinem Schuh,
als du bist auf dem Weg auf mich zu.

Zauberküsse fliegen auf dich zu,
und der Zorn verfliegt im Nu.

Das alte JAHR 2021 ist vorbei
und das Neue JAHR 2022 bringt LIEBE UND FREUNDSCHAFT herbei,
im Zauber des JAHRESWECHSELEINERLEI!

eure Susi Sch.



Gedichte von Renate

Barfuß durch die Zeit

Reisende unterwegs
auf dem Pfad.
Vergangenheit - Gegenwart
- Zukunft
machen kleine Schritte
und auch große.
Sie überqueren Ozeane.
Sie treten
auf Blätter der Zeit
barfuß.

Der Ruf

Der Ruf des Wochenende
klingelt an der Tür.
Sechs Tage der Woche
Arbeit.
Und nun endlich ruft er,
der Sonntag.
Er ruft zur Ruhe.



Gespräch mit der Blume

Dein Antlitz wärmt
mein Herz
und heilt meine Augen.
Deine Stimme
öffnet meine Steinfaut
und deine bunten Glocken
sprechen mich an.
Jedes Wort im
Purpurgesang.
Dar ich jetzt auch
mal was sagen?
Darf ich Abschied nehmen
wenn es Zeit für dich ist
zu gehen?

Sein Gesicht

Auf seinem Gesicht
flatterte das Licht
der blauen Luft.
Sein Antlitz
wurde blau und er
fiel ins Schwarze.

Haushaltstipps



Man braucht nicht unbedingt immer Sahne oder Schmand zum Binden von Saucen. Wenn man Nudelwasser nimmt, bindet es auch. Das kommt von der Stärke, die im Nudelwasser enthalten ist.

Lackschuhe werden nicht so schnell brüchig und rissig, wenn man sie ab und zu mit etwas Olivenöl einreibt.



Man kann einen verlorenen Ohrring ganz leicht finden. Wenn man über das Staubsaugerrohr eine Damenstrumpfhose darüber zieht, und das Ende mit einem Gummi fixiert. Den Staubsauger einschalten, und auf die Suche gehen.



geschrieben von Andrea J.

Kühlschrank up town ohne ihn auszustrecken? (kann man auch so schreiben : abtauen)

An eurem Kühlschrank hat sich am Eisfach außen, unten ein kleiner Streifen Eis gebildet und dort tropft immer Wasser in den Kühlschrank?

Und es ist hart so das ihr kein Messer benutzen wollt ? Einfach ein Tuch an die Tropf stelle im Kühlschrank legen den Streifen mit mit Salz einreiben nach ein paar Stunden sollte es runtergehen wie warme Butter.

Kann man auch Im Eisfach machen. Gut zu wissen "Salzwasser wird fest/gefriert bei 21,6 Grad unter Null"



geschrieben von T.T.

Obst und Gemüse für Januar

Obst:

Äpfel, Birnen, Clementinen, Satsumas, Mandarinen, Mangos, Orangen, Blutorangen, Khaki, Nüsse



Gemüse:

Topinambur, Wirsing, Kürbis, Knollensellerie, Spitzkohl, Weißkohl, Blaukraut, Pastinake, Rote Beete, Champignons, Chicorée, Grünkohl, Lauch, Rosenkohl, Schwarzwurzeln, Steckrüben, Radiccio, Feldsalat



Kräuter:

Basilikum, Koriander, Lorbeer, Petersilie, Schnittlauch



geschrieben von Andrea J.

Zitate und Sprichwörter



Glücklich ist nicht,
wer anderen so vorkommt,
sondern wer sich dafür hält.

Seneca
(etwa 1 n. Chr. - 65 n. Chr.)



Du bist mutiger,
als du glaubst,
stärker,
als du scheinst,
und intelligenter,
als du denkst.



Aus „Puh der Bär“

Wer aufhört,
Fehler zu machen,
lernt nichts mehr dazu.






Theodor Fontane



geschrieben von Andrea J.











Monatsplan Januar










Die Angebote sind nur für TZ-Besucher !!!










Tag	Datum		Aktion
Sa	1. Jan		
So	2. Jan		
Mo	3. Jan		10:30 Uhr Blumentöpfe mit Falk
Di	4. Jan	  	13:00 Uhr Redaktionssitzung 13:30 Uhr Boomwhackers mit Falk 14:30 Uhr dolce vita
Mi	5. Jan		
Do	6. Jan		Hl. Drei Könige
Fr	7. Jan		
Sa	8. Jan		
So	9. Jan		

Viel
Glück!
2022



Mo	10. Jan		11:00 Uhr Gedächtnistraining mit Verena
Di	11. Jan		
Mi	12. Jan	 	10:00 Uhr Malgruppe mit Ramona 11:30 Uhr Märchenstunde mit Manu
Do	13. Jan	   	11:00 Uhr Vogelstimmenquiz 13:00 Uhr Redaktion 14:00 Uhr Besucherplenum 15:00 Uhr Boomwhackers mit Falk
Fr	14. Jan	 	11:00 Uhr Basteln mit Verena 14:00 Uhr BX – bleib gesund
Sa	15. Jan		
So	16. Jan		Redaktionsschluss

Mo	17. Jan		11:00 Uhr Gedächtnistraining mit Verena
Di	18. Jan	 	10:30 Uhr PC-Kurs mit Markus 14:00 Uhr Monatsplan
Mi	19. Jan	  	10:00 Uhr Malgruppe mit Ramona 13:30 Uhr Blumentöpfe mit Falk 14:30 Uhr dolce vita
Do	20. Jan	 	13:00 Uhr Redaktion 14:00 Uhr Boomwhackers mit Falk
Fr	21. Jan		11:00 Uhr Basteln mit Verena
Sa	22. Jan		
So	23. Jan		

Mo	24. Jan		11:00 Uhr Gedächtnistraining mit Verena
Di	25. Jan		10:30 Uhr PC-Kurs mit Markus
Mi	26. Jan	  	10:00 Uhr Malgruppe mit Ramona 11:30 Uhr Märchenstunde mit Manu 14:00 Uhr Blumentöpfe mit Falk
Do	27. Jan	  	9:30 Uhr Meditation 13:00 Uhr Redaktion 14:00 Uhr Boomwhackers mit Falk
Fr	28. Jan		11:00 Uhr Basteln mit Verena
Sa	29. Jan		
So	30. Jan		
Mo	31. Jan		

Brigittes Rezepte



KARIBISCHER -STRUDEL

Zutaten:

75 g Butter, 1 Bio Orange, 100 g Walnuskerne, 4 Blätter Filoteig, 2 EL Honig, 2 EL Creme-fraiche, 2 große Bananen, 50 g Rosinen, 1 EL Puderzucker

Den Ofen auf 180 Grad / Umluft 160 Grad vorheizen.

Butter schmelzen, Orangen abbrausen, Schale mit Zestenreißer abziehen, Nüsse 5-6 Minuten auf dem Backblech im Ofen rösten. Dann sehr fein hacken. Filoblätter auf einem Tuch aufeinanderlegen. Jede Schicht dünn mit flüssiger Butter bepinseln. Nüsse, Honig und Creme fraiche verrühren auf den Teig streichen, geschälte Bananen mittig nebeneinander auf den Teig legen, Rosinen mit der Hälfte der Zesten bestreuen, Strudel mithilfe eines Küchentuchs von der kurzen Seite her aufrollen. Enden nach unten einklappen. Mit der Naht nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, Strudel rundum mit übriger flüssiger Butter bestreichen.

Im Ofen 33-40 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen und mit Puderzucker bestäuben und mit übrigen Zesten garniert servieren.



MAKKARONI-Quiche

Zutaten:

250g Makkaroni, Nudeln, Salz, für die Form 1 Rolle ungesüßter, fertiger Mürbeteig (300g), 1 Zwiebel, 1 EL ÖL, 150g TK -Erbsen, 80g Kochschinken, 4 Eier, 200g Schlagsahne, 150g Schmand, Pfeffer, 150g Kirschtomaten, 80g geriebener Gouda oder Emmentaler, Petersilie zum Bestreuen.



Makkaroni nach Packungsangabe in Salzwasser garen. Backofen auf 180 Grad / Umluft 160 Grad vorheizen. Eine Springform fetten, mit dem Mürbeteig auslegen, dabei einen kleinen Rand formen. Überschüssigen Teig abschneiden, Zwiebel abziehen, fein würfeln und im Öl kurz andünsten. Die Erbsen 2 Minuten mitgaren, Schinken würfeln, Eier mit Sahne und Schmand verquirlen, salzen und pfeffern, Tomaten und Schinken mischen und auf dem Teig verteilen. Mit der Eimasse übergießen, den Käse darüber streuen. Quiche im Ofen ca. 45 Minuten backen. Mit gehackter Petersilie bestreut servieren.

SCHNELLE-GEMÜSESUPPE

Zutaten:

100g Schmetterlingsnudeln oder andere Nudeln, Salz, ½ Stange Lauch, 2 Möhren, 2 Petersilienwurzeln, ½ kleiner Blumenkohl, 2 EL Öl, 1 Liter Gemüsebrühe, 2 Tomaten, 100g tiefgekühlte Erbsen, Pfeffer, 2 EL Schnittlauchröllchen



Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsangabe garen. Inzwischen Lauch, Möhren, Petersilienwurzeln und Blumenkohl putzen. Lauch in Ringe, Möhren in Scheiben und Petersilienwurzeln in Würfeln schneiden. Den Blumenkohl in Röschen teilen, Nudeln abgießen, abschmecken und abtropfen.

Öl in einem Topf erhitzen, Lauch, Möhren und Petersilienwurzeln ca. 5 Minuten andünsten, Blumenkohl hinzufügen, Brühe angießen, Suppe ca. 15 Minuten köcheln lassen.

Tomaten waschen, halbieren und Stielansätze herausschneiden. Tomatenhälften grob zerkleinern, Tomaten und Erbsen zur Suppe geben und alles nochmals 2-3 Minuten köcheln lassen. Nudeln zur Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Schnittlauch bestreut servieren.

geschrieben von Brigitte H.



Andreas Rezepte

Rezepte für die kalte Jahreszeit

Würziger Kürbiskaffee (4 Gläser)

Zutaten:

300 g Kürbis (z.B. Hokkaido), 1 l Milch, 25 g Coffee Sugar, 2 TL Zimtpulver, Muskat, Ingwer- und Nelkenpulver, 350 ml Espresso, 200 ml Sahne

Zubereitung:

Den Kürbis waschen, vierteln, entkernen und in Stücke schneiden. Mit 100 ml Wasser zugedeckt ca. 15 Minuten weich kochen. Kürbis in einem Sieb abtropfen lassen, dann mit 6 EL Wasser pürieren. Durch ein feines Sieb passieren. Die Milch, Coffee Sugar, Zimt, Muskat, Ingwer- und Nelkenpulver erhitzen. 250 g Kürbispüree unterrühren. Mit Espresso mischen. Sahne evtl. mit etwas Coffee Sugar süßen und steif schlagen. Als Haube auf den Kürbis-Kaffee spritzen und evtl. mit etwas Coffee-Sugar bestreuen.

Tipp:

Wer keinen Coffee-Sugar hat, kann auch normalen Zucker nehmen.

Wer keinen Spritzbeutel hat, kann auch einen Teelöffel nehmen.



Kartoffel-Mandel-Suppe (6 Portionen)

Zutaten:

600 g mehligkochende Kartoffeln, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 30 g Butterschmalz, 150 g Mandelblättchen, Salz, Pfeffer, 750 ml Gemüsebrühe, 150 g Schlagsahne, 2 Zweige Thymian

Zubereitung:

Kartoffeln schälen, würfeln. Zwiebel und Knoblauch hacken. 10 g Butterschmalz erhitzen. Mandeln darin anrösten, herausnehmen. Zwiebel, Knoblauch, Kartoffeln und 20 g Butterschmalz in einen Topf erhitzen, andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Brühe und Sahne ablöschen. 100 g Mandeln in den Topf geben, zugedeckt ca. 15 Minuten köcheln.

Suppe pürieren, abschmecken. Suppe anrichten. Thymian abzupfen. Mit Rest Mandeln und Thymian bestreuen.



Shakshuka mit Käse-Nocken (4 Personen)

Dieses Gericht wird in Israel zum Frühstück gegessen

Zutaten:

500 g rote Spitzpaprika, 350 g kleine Tomaten,
2 Zwiebeln, 1 Knoblauchzehe, 3 EL Olivenöl,
1 EL Tomatenmark, Salz, Pfeffer, Chiliflocken,
4 Stiele Petersilie, 4 Eier, 1 Becher Frischkäse-zubereitung mit Knoblauch (150 g)

Zubereitung:

Paprika waschen, putzen, Tomaten waschen. Zwiebeln schälen. Alles grob würfeln. Knoblauch schälen und fein hacken.

Zwiebeln und Knoblauch in einer Pfanne anbraten. Paprika kurz mitbraten. Tomatenmark unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Chili würzen. Tomaten zufügen. Alles 5 – 10 Minuten schmoren.

Petersilie waschen und hacken. Gemüse abschmecken. Petersilie unterrühren. Mit einem Esslöffel 4 Mulden in die Shakshuka drücken. Jeweils 1 Ei in jede Mulde gleiten lassen. Zugedeckt in der Pfanne ca. 10 Minuten stocken lassen.

Aus dem Frischkäse mithilfe eines angefeuchteten Teelöffels 8 kleine Nocken abstechen und auf der Shakshuka verteilen.

Tipp:

Wer den Frischkäse mit Knoblauch nicht mag, kann auch eine andere Sorte nehmen.

Wer die Eier nicht so weich essen kann oder verträgt, kann den Deckel ruhig länger auf der Pfanne lassen. Dann stocken die Eier weiter, und sind somit leichter verträglich.



Guten Appetit und gutes Gelingen wünscht Euch Andrea J.

Gedanken zum Tag

von *Jacqueline Knopp*



Da es immer wieder Herausforderungen im Leben gibt, macht es mich persönlich langfristig glücklicher, diese Herausforderungen als Lernaufgaben anzusehen und mir zuzugestehen auch mal zu scheitern, etwas nicht zu können oder nicht so gut umzusetzen, wie ich es mir wünsche. Das ist menschlich und gehört zum Leben dazu. Dieses Mindset hilft mir dabei, mehr Frieden mit Herausforderungen und schwierigen Situationen zu schließen. (...) Um mehr Resilienz zu entwickeln, das heißt in Krisenzeiten oder bei Problemen schneller wieder zur Normalität zurückkehren zu können, ist es für mich eine gute Taktik, nicht nur auf einen Lebensbereich zu setzen, der mich mit allem versorgt, was ich zum Glücklichein brauche. Daher sind mir meine Lebensbereiche wie Arbeit, Zeit für mich, Zeit in der Natur und mit Tieren, Hobbys und Sport, eine Partnerschaft pflegen, Zeit mit Freunden und Familienmitgliedern verbringen, alle gleich wichtig (...). Wenn es also einmal in einem Bereich schlecht läuft, einer wegfällt oder ich in einem Bereich eine Krise habe, kann ich mich hoffentlich zu der Zeit auf andere Bereiche stützen, sodass ich insgesamt schneller wieder zufrieden bin und die Krise (...) überwinden kann, damit es mir wieder gut geht.

Entnommen aus: Jacqueline Knopp "Ich kann viel und das ist gut so! Erkenne deine Stärken und entfalte dein volles Potenzial als hochsensibles Multitalent", Remote Verlag, Oakland Park 2021 (E-Book, Kap. 7 "Glücklicher leben")

ausgewählt von Pia

Katzengeschichte

Vicky aus Pfarrkirchen



Grüß´ Euch, Ihr lieben Ta-Ze -Leser.
Mein Name ist Vicky, und ich bin neu hier in Pfarrkirchen.
Ich bin noch eine kleine schwarze junge Miezekatte.
Und ich habe einen Bruder.

Bipo.
Vorher war ich an einem Ort, wo viele Katzen und Hunde waren.
Die Menschen nennen es Tierheim.
Mit einigen Mitbewohnern kam ich sehr gut zurecht.
Und dann kam der Moment, der Momente, die man nie vergisst.

Ich bekam ein neues Zuhause.
Bei Claudia und Günther in Pfarrkirchen.
Bipo war auch da.
Es war am Anfang ungewohnt für mich.
Keine Spielgefährten mehr, es waren ja sehr viele.
Total ungewohnt.
Da war Bipo, und meine neuen Eltern.
Natürlich hatte ich am Anfang Angst, und ich war skeptisch.
Ich wusste ja nicht, was auf mich zukam.
Es entwickelte sich sehr gut.
Und ich durfte zuerst nicht auf Wanderschaft gehen, um zu sehen, wie es hier aussieht.
Seit kurzer Zeit erkunde ich die Gegend, um mir ein eigenes Revier zu schaffen.
Und die Nachbarn werden auch besucht.
Wir Katzen sind sehr neugierig.
Und überall darf ich die Wohnungen besichtigen.
Zu dieser Zeit ist das ganz wichtig, weil es sehr kalt draußen ist.
Aufwärmen ist die beste Lösung.
Alle Menschen sind immer sehr freundlich zu mir.
Danach geht es weiter.
Ich sag´s Euch.
So ein Katzenleben ist schon was Feines.
Man kommt nach Hause, und ich bekomme sofort etwas Feines zum Fressen.
Da muss ich gar keine Anstalten machen.
Einfach toll.
Ist schon toll, wenn die Menschen bei einer Katze wohnen.
Aber ich glaube, ich muss jetzt gehen.

Mein Magen knurrt.

Bis zum nächsten Mal.

Miau, Maunz,

Eure Vicky aus Pfarrkirchen

geschrieben von Andrea J.

Impressum

Herausgeber:

Tageszentrum der Lebenshilfe Passau
Innstraße 20
94032 Passau

Tel.: 0851/8519600

Fax: 0851/8519601

E-Mail.:

tageszentrum@lebenshilfe-passau.de

Homepage:

www.lebenshilfe-passau.de

Redaktionsteam:

Brigitte H., Susi Sch., Irmgard, Andrea
J., Falk, Markus

Externe Reporter:

Renate M., T.T.

Titelbild:

Brigitte H.

Layout:

Pia, Markus

Druck:

UTAX P-4035i-MFP



**Für die Angabe von
Veranstaltungen und Informationen
übernehmen wir keine Gewähr!!!**

**Nächste Ausgabe:
Februar**