

# Frohsinns G'schichtn



## Themen in dieser Ausgabe

- Das „große“  
Kürbisschnitzen
- Neues aus der  
Küchenecke
- Erlebnis-  
spaziergang
- Kreativ-  
gestalterische  
Tätigkeiten
- Alberts Künstler-  
seite
- Einstimmung in  
die Adventszeit
- In der  
„Weihnachts-  
bäckerei“
- Adventsnachmitta-  
ge im „Frohsinn“
- Weihnachts-  
wünsche
- Rätsel



Die Zeit bis Weihnachten versüßen

## Das „große“ Kürbisschnitzen

Jedes Jahr im Herbst, wenn es draußen kalt und nass ist und die Tage dunkler werden, wird in vielen Haushalten geschnitzt und dekoriert, was das Zeug hält. Auch im Tageszentrum „Frohsinn“ ist dies mittlerweile zur kleinen Tradition geworden. Heuer gab es sogar zwei Termine für das „große“ Kürbisschnitzen, da der Andrang und das Interesse sehr groß war.

Es macht riesen Spaß und die benötigte Ausstattung gibt jeder Haushalt her. Folgende Dinge werden benötigt, um einen Kürbis zu schnitzen: einen Kürbis, spitzes und scharfes Messer, Löffel, einen Stift und schon kann es losgehen.



Die Vorbereitungen sind getroffen

---



Halloween-Kürbisse sind von unterschiedlicher Größe, Farbe und Form, von knallgelb bis knallorange, von groß bis ganz klein. Es finden sich unter ihren Vertreter der Kürbisart *Curcubita Maxima* wie der Altantic Giant und der Rote Hokkaido. Wir verwendeten den Early Harvest: der klassische Halloween-Kürbis zum Schnitzen.

---



Voll im Gange



Ein Teil unserer Werke



Ein bisschen Spaß muss sein



## Neues aus der Küchenecke

# Naturschnitzel mit Wintergemüse und Kartoffeln

### Zutaten für 4 Portionen

1 kg	Kartoffeln festkochend
400 g	Lauch
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
200 g	Sellerie
600 g	Karotten

2 EL	Rapsöl
600 g	Schweineschnitzel
3 EL	Mehl
	Salz, Pfeffer
	Öl zum Braten

### Zubereitung Kartoffeln

Die festkochenden Kartoffeln waschen, schälen und in Stücke schneiden. Anschließend ca. 20 Minuten in Salzwasser kochen.

Sind die Kartoffeln gar, das Wasser abschütten und die Kartoffeln mit etwas Butter und Petersilie abschmecken.

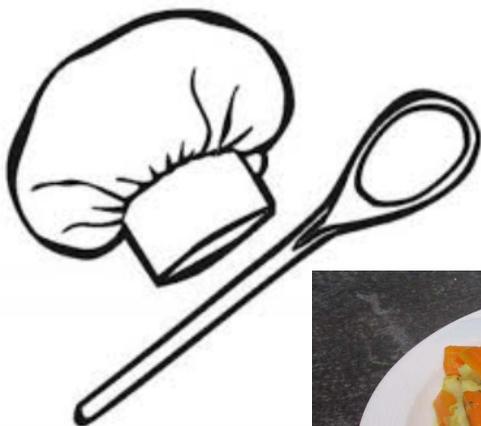
### Zubereitung Wintergemüse

Das Gemüse waschen, putzen und in Streifen schneiden.

Zwiebeln, Knoblauch und Öl in einen Topf geben, etwas andünsten.

Danach Sellerie und Karotten mit anschwitzen. 50ml Wasser dazugeben, würzen und alles 5 Min. mit Deckel leicht köcheln lassen (wenn zu wenig Flüssigkeit, noch etwas Wasser dazugeben).

Anschließend den Lauch hinzufügen und nochmal 10 Min. mit Deckel ziehen lassen. Nochmal abschmecken.



## Zubereitung Naturschnitzel

Schnitzel waschen und mit Küchenpapier abtrocknen, anschließend leicht klopfen, würzen und in Mehl wenden.

Öl in der Pfanne erhitzen und kurz auf beiden Seiten anbraten. Pfanne von der Platte nehmen und 3 Min. nachziehen lassen.



## Erlebnisspaziergang

Wer sagt, dass ein Spaziergang *langweilig* sein muss?

Dass ein Spaziergang durchaus sehr spannend sein kann, zeigte uns der **Erlebnisspaziergang** im November.

Trotz nass-kaltem Wetter, machten wir uns auf die Socken an die Isar!



Für alle Teilnehmer des Ausflugs, gab es einen kleinen Wettbewerb. Man sollte ganz genau auf seine Umgebung achten und wenn man einen Blick gefunden hat, der besonders schön ist, sollte man diesen fotografieren.

Die dabei entstandenen Meisterwerke, wurden anschließend sogar bei uns im Tageszentrum „Frohsinn“ ausgestellt.

Hier hatten alle unsere Besucher dann die Möglichkeit, ihrem Favoriten einen „Like“ zu geben. Der Gewinner mit den meisten „Likes“, bekam einen Gutschein für einen Kaffee und ein Stück Kuchen.



***Unser Gewinner Foto:***



*Der wunderschöne,  
mystisch wirkende Blick,  
durch den Nebel auf die  
„Stadtpfarrkirche Mariä  
Himmelfahrt“.*

Zum Abschluss gab es noch eine kleine Achtsamkeitsübung.

Kleiner Tipp, zum nachmachen beim nächsten Spaziergang an der Isar:



Nimm dir kurz

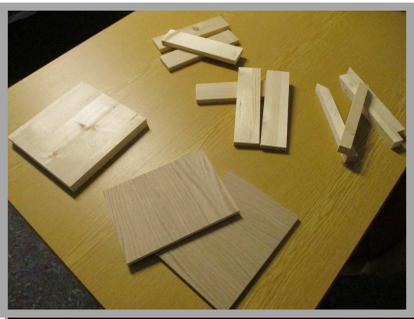
Zeit, halte inne und bau ein **Steinmännchen!**



# Kreativ-gestalterische Tätigkeiten

## Holz- und Kreativwerkstatt

Durch die kalte Jahreszeit braucht es wieder mehr Beschäftigungsmöglichkeiten drinnen. So wurde unsere Holz- und Kreativwerkstatt erneut ins Wochenprogramm mitaufgenommen. Immer montags und mittwochs ab 13:00 Uhr treffen sich alle handwerksfreudigen Besucherinnen und Besucher im Gruppenraum und gestalten tolle Dekorationsartikel für das Tageszentrum und aktuell sogar ein Vogelfutterhaus für die Hochbeete der Stadt Landau.



Aus den Holzteilen wird ...



...ein buntes Vogelfutterhaus

*Danke an die LANZE-Kollegen Maria und Mike, die für unsere Werkgruppe das Holz gespendet haben*

Holzdecoration für den Eingangsbereich



## Häkelgruppe

Am 03.12. haben wir im Tageszentrum „Frohsinn“ eine Häkelgruppe ins Leben gerufen. Diese Gruppe richtet sich sowohl an Anfänger als auch Fortgeschrittene.

Die Fortgeschrittenen oder alle, die bereits Erfahrung mit Häkeln gesammelt haben, können sich in der Gruppe ihren individuellen Häkelprojekten widmen.

Die Anfänger bekommen zunächst eine Einführung in die wichtigsten Techniken beim Häkeln und können dann mit einfachen Stücken, wie z.B. einem Topflappen, beginnen.

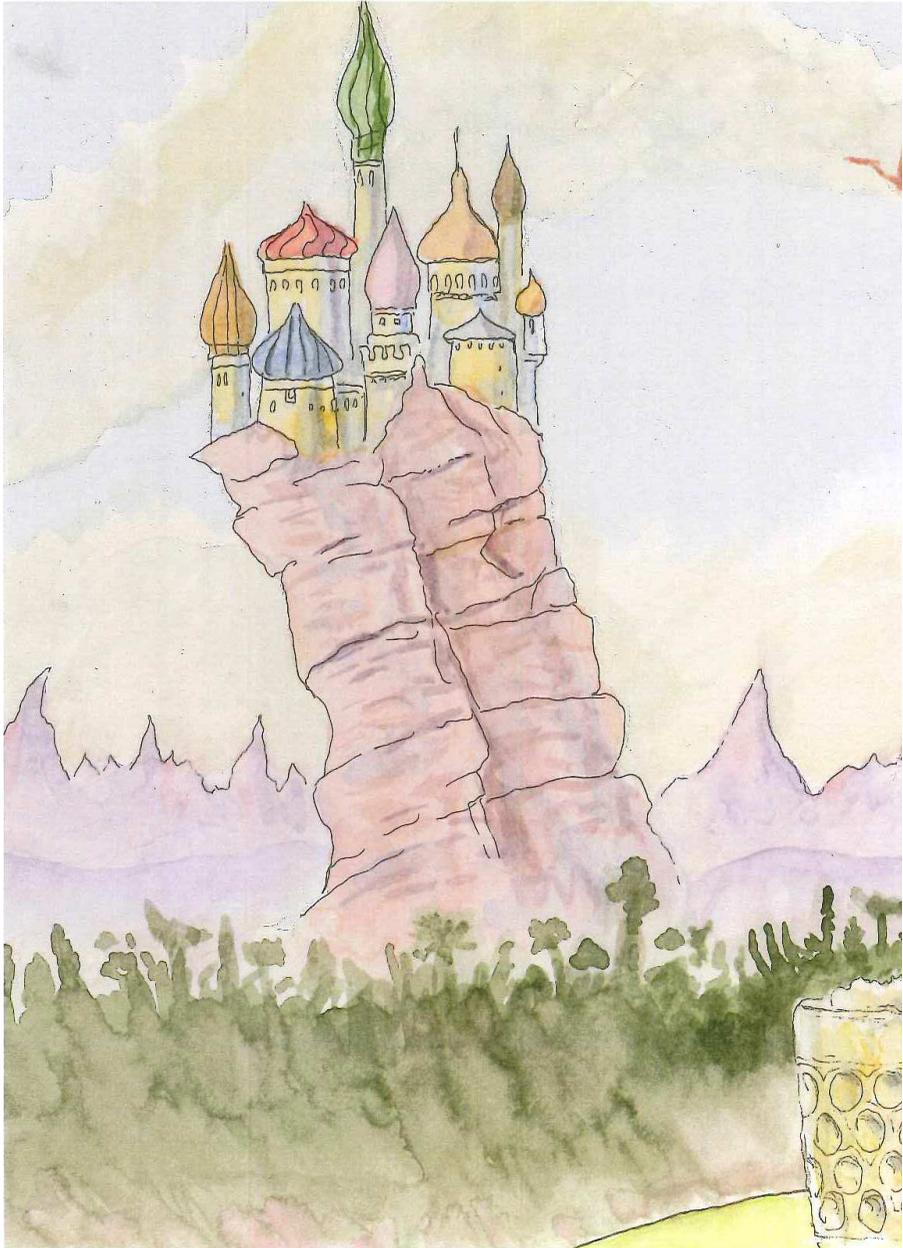
Handarbeiten, wie das Häkeln, bringen nicht nur Spaß. Sie fördern auch die Konzentration und die Feinmotorik. Ganz zu schweigen von der Freude, die es bringt, ein selbstgehäkeltes Stück in den Händen zu halten.

Wir mitmachen möchte, kann jederzeit einsteigen.

Wir freuen uns über neue Teilnehmer.



## Alberts Künstlerseite





## Einstimmung in die Adventszeit

### *Wann fängt Weihnachten an?*

Wenn der Schwache dem Starken die Schwäche vergibt,

wenn der Starke die Kräfte des Schwachen liebt,

wenn der Habewas mit dem Habenichts teilt,

wenn der Laute bei dem Stummen verweilt

und begreift, was der Stumme ihm sagen will,

wenn das Leise laut wird und das Laute still,

wenn das Bedeutsame bedeutungslos,

das scheinbar Unwichtige wichtig und groß,

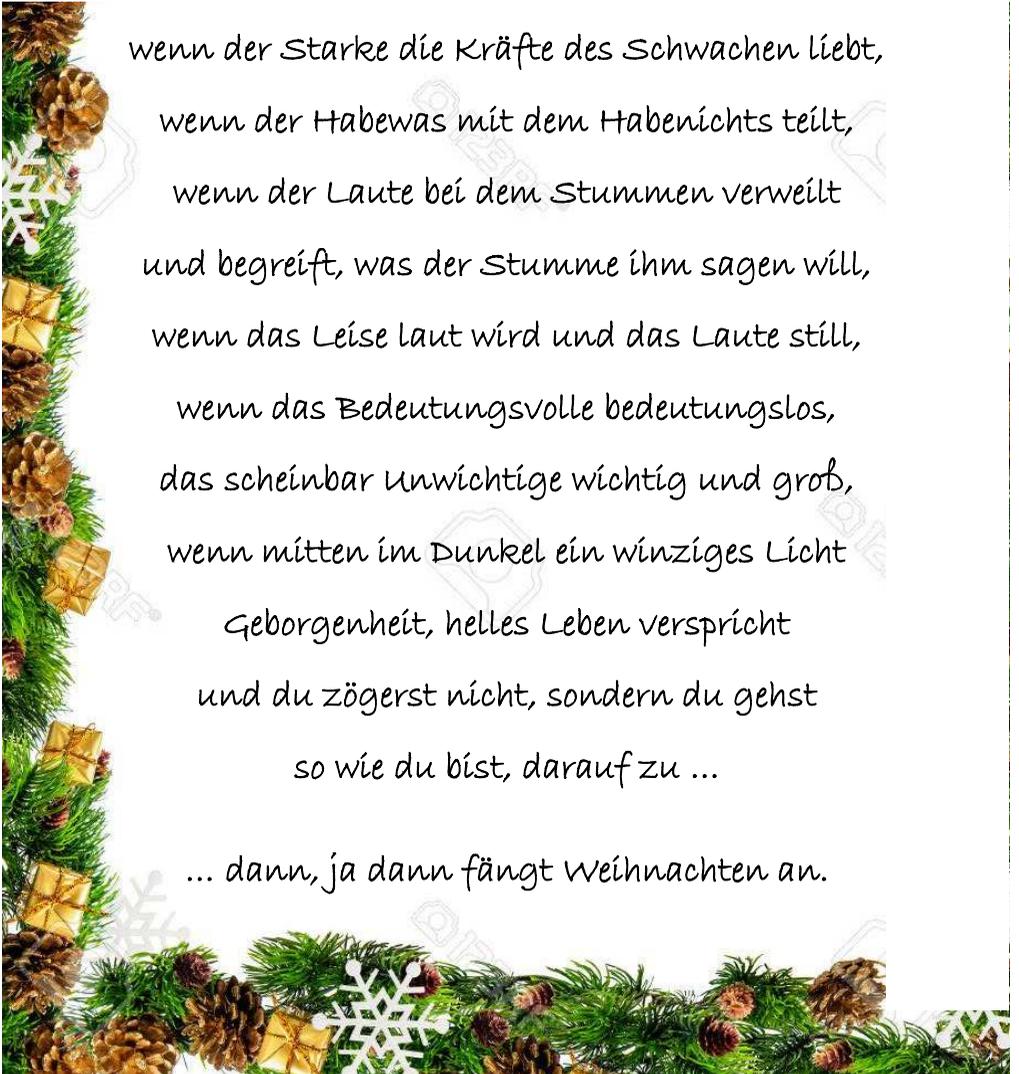
wenn mitten im Dunkel ein winziges Licht

Geborgenheit, helles Leben verspricht

und du zögerst nicht, sondern du gehst

so wie du bist, darauf zu ...

... dann, ja dann fängt Weihnachten an.



## Adventskalender, Christbaum und Co

Schon seit mehreren 100 Jahren gibt es in der Vorweihnachtszeit (der Adventszeit) Traditionen, welche die Zeit bis Weihnachten schneller vergehen lassen. Und so verkürzen und versüßen wir uns die Wartezeit bis Weihnachten:

### Adventskranz

Den ersten Adventskranz gab es 1839, in einem Waisenhaus. Damit alle Kinder genau wussten, wann Weihnachten ist, wurden 24 Kerzen an einem Wagenrad befestigt. Ab dem 1. Dez., durfte jeden Tag eine Kerze angezündet werden. 20 Jahre später, wurden Kränze aus Tannengrün verwendet und nur noch 4 Kerzen (für die Adventssonntage) aufgestellt.



### Adventskalender

Den ersten richtigen Adventskalender gab es 1920. Bei diesem verborgten sich hinter den Türchen kleine Bildchen, welche bei den Kindern, die Geduld bis Weihnachten aufrecht erhalten sollten. Heute gibt es den Adventskalender für groß und klein, in allen möglichen Ausführungen (bei uns mit leckeren Süßigkeiten).



### Christbaum

Bereits vor vielen hundert Jahren brachte man immergrüne Pflanzen im Winter ins Haus, da sie ein Symbol für Fruchtbarkeit und Lebenskraft waren. Im 16. Jahrhundert begann man einzeln diese zu schmücken. Heute gibt es allein in Deutschland ca. 25 Millionen schön geschmückte Weihnachtsbäume in unseren Wohnzimmern.



# In der Weihnachtsbäckerei

## Spitzbuben

### Zutaten für etwa 60 Stück

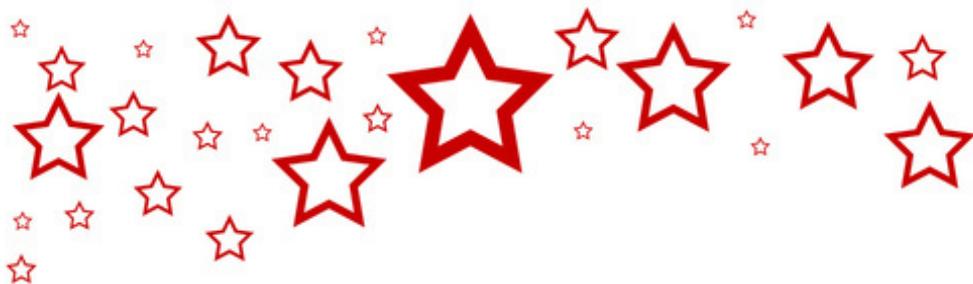
420 g	Mehl
210 g	Feiner Grießzucker
250 g	Butter
2	Eier
125 g	gemahlene Haselnüsse
	Marmelade nach Geschmack
	Puderzucker



### Zubereitung

- 1) Einen gebröselten Mürbteig aus Mehl, Zucker, Butter, Eier und den gemahlene Haselnüssen herstellen und mindestens eine Stunde kalt stellen.
- 2) Den Teig einen halben Zentimeter dick ausrollen und kleine runde Plätzchen ausstechen.
- 3) Bei Umluft 180 Grad lichtgelb backen und anschließend abkühlen lassen.
- 4) Am Ende werden je zwei Plätzchen mit beliebiger Marmelade zusammengesetzt und mit Puderzucker bestäubt.





# Nougat - Küsse

## Zutaten

400 g	Mehl
200 g	Butterflocken
125 g	Zucker
2	Eidotter
2 - 3 EL	Mandeln gemahlen

1 Prise	Salz
	Bittermandelöl, Vanille, Muskat
1 Pck.	Backpulver
2 Pck.	Vanillezucker
200 g	Nougat

## Zubereitung

- 1) Aus den Zutaten einen Teig herstellen und eine Stunde kalt stellen.
- 2) Den Teig dünn ausrollen, runde Plätzchen ausstechen und ca. 12 Minuten bei 180 Grad backen.
- 3) Nach dem Abkühlen zwei Plätzchen mit geschmolzenen Nougat füllen.



## Adventsnachmittage

Leider findet dieses Jahr wegen der aktuellen Situation durch Corona keine Weihnachtsfeier statt.

Weihnachten und die weihnachtliche Vorfrende, lassen wir uns aber dennoch nicht nehmen!



Im Jahr 2020 war alles etwas anders als wir es gewohnt sind. Eine außergewöhnliche Situation, benötigt auch ein außergewöhnliches Programm bei uns im Frohsinn.

Deshalb haben wir die Weihnachtsfeier in diesem Jahr, aufgeteilt auf vier Adventsnachmittage.

Immer an den Freitagen vor den jeweiligen Adventssonntagen, haben wir gemeinsam Punsch getrunken, Plätzchen gegessen, Weihnachtslieder gehört und immer eine neue Kerze am Adventskranz entzündet.



Man kann sagen:

Die Weihnachtszeit war noch nie so ruhig und besinnlich wie im Jahr 2020!



## *Weihnachtswünsche*

**I wünsch mir zur Weihnacht a fröhliches Fest  
und all meine Spatzerl versammelt im Nest,  
dann wünsch i, dass alle recht froh san und gsund,  
des wünsch i für d' Kinder, für d' Katz und für'n Hund,  
a warme und herzliche Stimmung im Haus  
und vui Appetit und an herzhaften Schmaus, dann  
wünschert i mir no zum Schmunzeln an Grund,  
a freundliches Wort aus am liabreichen Mund,  
a Heilige Nacht ohne Kummer und Neid,  
für jeden a bisserl a bsondere Freid.  
So wünsch i mir oiso in Wirklichkeit  
a Häusl voi Glück für de Weihnachtszeit,  
am Herrgott sei Schirmhand, sei gnadenreiche, und  
euch, habe Nachbarn, euch wünsch i des Gleiche!**

*~ Leopold Kammerer*

## Frohsinns Rätsel mit Gewinnspiel

Hallo an alle Ratselfreunde,

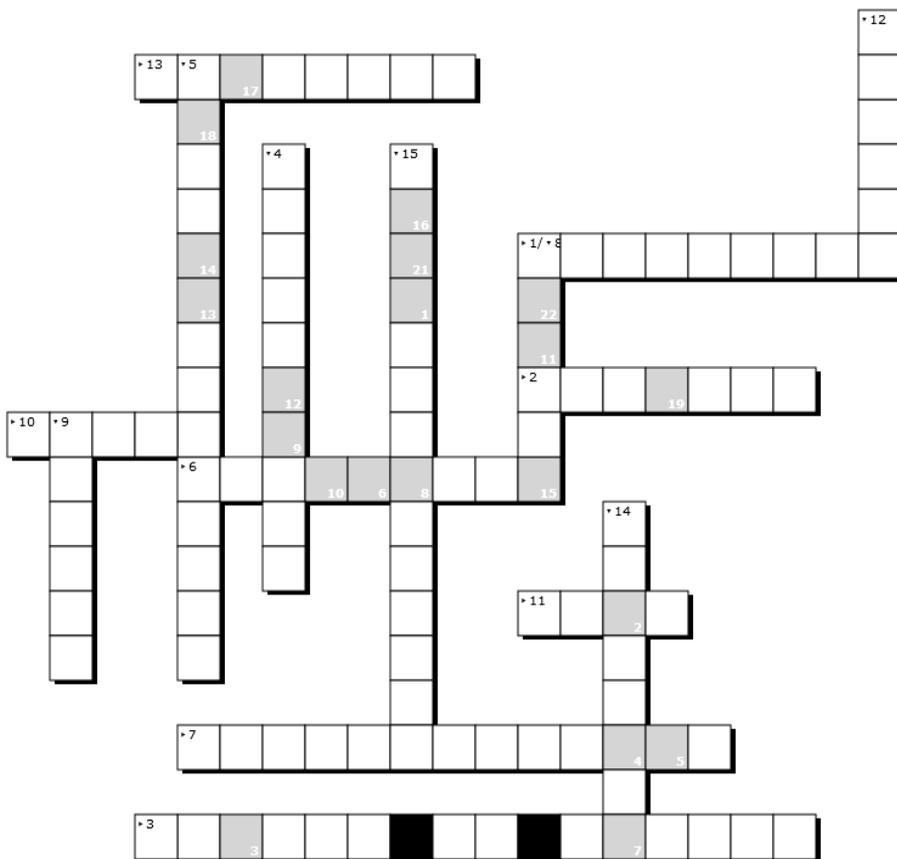
wer bei unserem Gewinnspiel mitmachen möchte, der beantwortet bitte die Fragen auf dieser Seite und trägt die Lösungen in die Kästchen auf der rechten Seite ein. Habt ihr alles richtig eingetragen, erhaltet ihr einen „Losungssatz“. Schreibt noch euren Namen in das dafür vorgesehene Feld, trennt den Abschnitt ab und werft ihn bis spätestens Montag, den 11.01.2021 in die Losbox im Tageszentrum. Es werden am Dienstag, den 12.01.2021 drei Gewinner ausgelost. Der Gewinn kann jederzeit im Tageszentrum eingelöst werden.

**1. Preis: ein Wertgutschein in Höhe von 5,00€ (z.B. für Mittagessen oder Kaffee im Tageszentrum einlösbar)**

**2. Preis: 1x Mittagessen + Getränk (Wert 4,00€)**

**3. Preis: 1x Kaffee und Kuchen (Wert 1,30€)**

1. Wo waren wir dieses Jahr im Tierpark?
2. An welchem Tag findet der Englischkurs statt?
3. Wie heißt die Gruppe, die den Miteinander Garten in die Wege geleitet hat?
4. In welchen Biergarten sind wir dieses Jahr eingekehrt?
5. Wie nennt man Medikamente, die gegen Depressionen eingesetzt werden können?
6. Was gibt es am Donnerstag, den 10.12. im Tageszentrum mittags zu essen?
7. Was findet fast immer mittwochs ab 14:30 Uhr statt?
8. Wer ist die Leiterin des Tageszentrums?
9. Welche Art von Kamel haben wir uns dieses Jahr schon angesehen?
10. Was muss zur Zeit immer im Tageszentrum getragen werden, wenn man nicht sitzt?
11. Wie viele Wasserhähne gibt es im Tageszentrum?
12. Was muss man benutzen, wenn man nicht die Treppe zum Tageszentrum hochgehen möchte?
13. Wer "wohnt" über dem Tageszentrum?
14. Wer ist die Hauswirtschaftsfachkraft im Tageszentrum?
15. Welche Insekten sind auf Bildern im Tageszentrum dargestellt?



**Um am Gewinnspiel teilzunehmen, diesen Abschnitt bis spätestens Montag, den 11.01.2021 in die Losbox im Tageszentrum werfen.**

**Auslosung der Gewinner ist am Dienstag, den 12.01.2021.**

Bitte abtrennen

Name: \_\_\_\_\_

1 2 3 4 5 6

7 8 9 10 11 12 13

14 15 16 17

18 19 C 21 22



caritas

**Kreis-Caritasverband  
Landau a. d. Isar e. V.  
Tageszentrum „Frohsinn“  
Marienplatz 6  
94405 Landau a. d. Isar**

**Öffnungszeiten:**  
Montag - Freitag  
09:00 - 16:00 Uhr

**Telefon:** 09951 6034536  
**Telefax:** 09951 6043516  
**E-Mail:**  
tageszentrum@caritas-  
landau.de

**Heiterkeit und Frohsinn  
sind die Sonne unter der  
alles gedeiht!**



*Frohe  
Weihnachten  
und ein gutes  
neues  
Jahr*

wünscht euch das Team  
„Frohsinn“

## **Informationen zur Corona-Pandemie:**

Das Tageszentrum „Frohsinn“ kann trotz des erneuten harten Lockdown weiterhin geöffnet bleiben. Unter Einhaltung eines Schutz- und Hygienekonzeptes können die Angebote genutzt werden und das Team „Frohsinn“ steht weiterhin in dieser Zeit als Ansprechpartner zur Verfügung.

### **Impressum**

**Herausgeber:** Tageszentrum „Frohsinn“  
Marienplatz 6; 94405 Landau a. d. Isar

**Verantwortliche:** Friedberger Stephanie

**Gestaltung:** teilnehmende Besucher des Redaktionstreffs „Frohsinns G'schichtn“

**Bildrechte:** Einverständniserklärung für die Veröffentlichung von Fotos der gezeigten Personen liegt vor

**Auflage:** 4. Auflage Winter 2020

**Quellenangaben:** Google Bilder