

Frohsinns G'schichtn



Themen in dieser Ausgabe

- Sommerfest zum 5-jährigen Jubiläum
- Schnitzeljagd - Interessante Fakten über den „Frohsinn“
- Impressionen aus den Freizeittreffs
- Alberts Künstlerseite
- Essen und Genießen mit der Ernährungspyramide
- Neues aus der Küchenecke und der Backstube
- Erfahrungsbericht einer Besucherin
- Neues aus dem Team „Frohsinn“
- Vorschau Herbst/Winter



... Sommerfest zum 5-jährigen Jubiläum.

Weitere Infos ab Seite 3.

Sommerfest zum 5-jährigen Jubiläum

Es war ein kleines Jubiläum für eine großartige Leistung. Das Tageszentrum „Frohsinn“ des Kreis-Caritasverbandes Landau a. d. Isar e. V. feierte am Dienstag, den 19. Juli 2022, auf der Falterhütte sein fünfjähriges Bestehen.



Zu der Feier wurden die Gäste mit einem Fruchtcocktail empfangen. Stellenleiterin Stephanie Friedberger begrüßte dazu die Vorsitzenden Rudolf Kramer und Josef Brunner, vom Aufsichtsrat Barbara Mitnacht, Maria Gsödl, Franz Peterhans und Stadtpfarrer August Lindmeier, sowie das Ehrenamtsteam und über 24 Besucher*innen.

Vorstand Josef Brunner erinnerte an die Herausforderungen der ersten fünf Jahre. Ein erstes Problem war die Suche nach passenden Räumen, eine nicht vorhersehbare Aufgabe war die Pandemie mit den vielen Einschränkungen. Brunner: „Aber es hat sich alles sehr gut entwickelt. Das freut uns und bestätigt uns in unseren Ansichten. Aber ich kann auch sagen, wir hatten bei der Einstellung des Personals ein gutes, glückliches Händchen.“ An die Mitwirkenden gerichtet sagte Brunner: „Ihr habt dafür gesorgt, dass hier eine gute und positive zukunftsorientierte Entwicklung für den bestimmten Personenkreis im Landkreis Dingolfing-Landau entsteht. Hier kann man sehen, Sie werden gebraucht, wir wollen Sie, wir schätzen Sie, wir achten Sie. Vielen herzlichen Dank für das Er-

reichte, das was geleistet worden ist, ist eine Gemeinschaftsleistung, auf die Sie alle stolz sein können.“

Die Freude war groß, als Barbara Mittnacht im Namen des Aufsichtsrates einen Müller-Gutschein überreichte. Ein Dankeschön ging auch an Robert Kettl von der VR-Bank Landau-Mengkofen, die 300 Euro spendete. Nach der gemeinsamen Grillfeier mit Salatbuffet ging es noch auf eine Schnitzeljagd mit Quiz. Anschließend saßen die Gäste bei Kaffee und Kuchen zusammen, dabei wurden sie von der eigenen Theater AG unterhalten, die beim Sommerfest ihre Premiere mit vier eingeübten Sketchen hatte.

Den Grundstein für die Einrichtung legte Sandra Hindelang, Stellenleitung der Beratungsstelle für seelische Gesundheit. Sie leitete bis 2019 das Tageszentrum, mit den Beteiligten der Caritas Landau bereits sogar seit 2014. Durch ihren engagierten Einsatz konnte am 15. Februar 2017 der Dienst seine Tür für Menschen mit psychischen Erkrankungen und Belastungen öffnen. Sie schaffte ein stabiles Fundament für den Dienst, auf dem weiter aufgebaut werden konnte.

Die Bedürfnisse der Besucher*innen an das Fachpersonal sind sehr unterschiedlich. So braucht es eine vielfältige Angebotspalette, das stetig angepasst und erweitert wird. Das Team nahm die Herausforderungen an und schaffte in den vergangenen Jahren einen Dienst, der Ankerpunkt in schwierigen Zeiten sein kann und bei dem Hilfsangebote zur psychosozialen Begleitung genutzt werden können.

Mittlerweile finden immer mehr Besucher*innen den Weg ins Tageszentrum. Für einige ist es ein zweites Wohnzimmer geworden, um mit Gleichgesinnten und neu gewonnenen Freunden Zeit zu verbringen. Für andere ist es eine Anlaufstelle, um Hilfe zu erhalten und Krisen zu bewältigen. Durch tagesstrukturierte Maßnahmen und psychosozialen Begleitung haben einige Besucher*innen Klinikaufenthalte vermeiden können, andere haben wieder einen Grund zum Aufstehen gefunden, weil sie gebraucht werden.

Alle waren sich einig: „Frohsinn“ ist ein Ort, an dem man wieder fröhlich sein kann und durch den Kontakt zu anderen Menschen und das vielfältige Angebot dem Leben und dem Alltag wieder mehr Struktur und Sinn geben kann.



Eindrücke vom Sommerfest



Auflösung Schnitzeljagd - Interessante Fakten über den „Frohsinn“

1. Seit wie vielen Jahren gibt es das Tageszentrum „Frohsinn“? **5 Jahre**
2. Wer macht mit euch „Fit mit KoKo“? **Steffi**
3. Wohin fahren wir gerne zum Minigolfen? **Gasthof Lehermeier**
4. Wie heißt der Garten auf dem Dach der Tiefgarage in Landau (wir haben dort auch Gemüse angepflanzt und gießen regelmäßig)? **Miteinander Garten**
5. Welches Spiel spielen wir meist im Landauer Bewegungspark? **Boccia**
6. Welches Spieleturnier fand in diesem Jahr statt? **Kickerturnier**
7. Wie heißt unser einziger männlicher Ehrenamtlicher? **Stefan**
8. Wie heißt das Gruppenangebot, das unsere Ehrenamtliche Julia leitet?
Theater AG
9. Welches Gruppenangebot findet seit diesem Jahr jeden 1. Donnerstag im Monat statt? **Aktionsgruppen „Gesünder Leben“**
10. Wo fand die diesjährige Osterfeier statt? **Pfarrsaal**
11. Wie lautet das Motto des Tageszentrums „Frohsinn“?
Heiterkeit und Frohsinn sind die Sonne, unter der alles gedeiht!
12. Zu welchem Verband gehört das Tageszentrum „Frohsinn“?
Kreis-Caritasverband Landau a. d. Isar e.V. oder kurz Caritas ☺
13. Wer kümmert sich um die Verwaltung im Tageszentrum „Frohsinn“?
Tanja
14. Wie heißt unsere Hauswirtschaftskraft? **Heidimarie**
15. 2021 konnten wir ab Juni endlich wieder Ausflüge machen. Wie viele Freizeittreffs fanden statt? **6 Freizeittreffs**
16. Wie oft wurde 2022 schon ein Mittagessen gekocht? (Zeitraum 01.01 – 19.07 ohne Feste!) **134 Mal**
17. Da nicht alle Besucher/innen mobil sind, gibt es unseren Fahrdienst. Wie viele Kilometer sind wir bis zum 31.12.2021 gefahren? **44.689 km**

Impressionen aus den Freizeittreffs



Ausflug in die Waldschänke Grieshaus:
erst gab's zu Mittag eine Brotzeit und
anschließend wurde auf der urigen Holzkegel-
bahn gekegelt



**Spaziergang entlang des Vilstaler
Sees mit anschließender Einkehr
in die Seehütte**



Besichtigung eines Schweinebetriebs:
 nach einem kurzen Vortrag über die wichtigsten Fakten und Infos zum Hof der Familie Jaud in Simbach bei Landau, erhielten wir eine Führung durch die Ställe. Zum Abschluss gab's eine kleine Brotzeit.



Alberts Künstlerseite





Essen und Genießen mit der Ernährungspyramide

Gesund essen und trinken ist einfach - ohne mühsames Kalorienzahlen und Verzicht. Wichtig sind die Vielfalt, Frische und die richtige Auswahl. Die Ernährungspyramide zeigt, worauf es ankommt.

In der Aktionsgruppe „Gesünder leben“ haben wir uns mit diesem Thema befasst und die Ernährungspyramide mal genauer angesehen.

Die Ernährungspyramide ist in sechs Bereiche aufgeteilt. Reichlich essen können wir Lebensmittel, die im unteren Bereichen stehen. Lebensmittel im oberen Bereich sind nur in kleinen Mengen noch gesund.

Getränke bilden die Basis der Ernährungspyramide

Wasser, Schorle, Kräuter- und Früchtetees – mindestens 1,5 Liter pro Tag sollten wir davon trinken, weshalb sie die Basis der Ernährungspyramide bilden. Denn ohne Wasser läuft im Organismus nichts. Wasser ist für den Menschen und seine Körperfunktionen lebensnotwendig. Viel Trinken fördert Gesundheit, Fitness und Leistungsfähigkeit.

Gemüse, Salat und Obst dürfen reichlich auf den Teller

Roh, gekocht, gedünstet, zu den Mahlzeiten oder zwischendurch – genießen Sie Gemüse, Salat und Obst ganz wie Sie wollen. Dabei lohnt es sich, die Flle der Natur zu nutzen. Denn Obst und Gemüse liefern neben Kohlenhydraten viele essenzielle Nährstoffe wie Vitamine, Mineralstoffe, Ballaststoffe und sekundäre Pflanzenstoffe.

Nudeln, Reis oder Brot

Getreide, aber auch schlichte Kartoffeln sind ausgezeichnete Kohlenhydratlieferanten, die lange satt machen. Ihre wertvollen Ballaststoffe fördern außerdem die Darmgesundheit. Wer knuspriges Baguette liebt, der kann es zu einem besonderen Highlight am Wochenende machen. Unter der Woche zur Vollkornvariante greifen, fördert die Vitalstoffbilanz.

Milchprodukte, Fleisch, Fisch oder Ei – auf die Mischung kommt es an

Milchprodukte, Fleisch, Wurst, Fisch, Hülsenfrüchte, Nsse, Tofu und Ei sind wichtige Eiweißlieferanten. Milchprodukte sollten täglich verzehrt werden. Sie



Die Ernährungspyramide - gestaltet von den Besucherinnen und Besuchern im „Frohsinn“

versorgen den Körper mit Calcium, das unter anderem für die Knochengesundheit unentbehrlich ist. Bei Milchprodukten, aber auch bei Fleisch und Wurst sollten fettarme Sorten bevorzugt werden. Denn neben Eiweiß, Vitaminen und Mineralstoffen enthalten Fleisch & Co. oft auch viele (versteckte) Fette.

Öle und Fette – richtig ist wichtig

Am besten essen wir fettarm und bevorzugen pflanzliche Öle. Sie liefern uns sogenannte einfach und mehrfach ungesättigte Fettsäuren, die für den Körper wichtig sind. Als Träger des fettlöslichen Vitamins E schützen sie die Zellen. Zu den „guten“ Fetten/Ölen gehören u. a. Oliven- und Leinöl.

Schokolade, Knabbereien & Co. – maßvoll mit Genuss

Sie sind nicht verboten, sollten aber die Spitze der Ernährungspyramide bilden. Der bewusste Genuss kleiner Mengen ist hier der richtige Weg. Hinter "Co." verbergen sich übrigens auch alkoholische Getränke wie Wein und Bier. Auch hier gilt: Weniger ist mehr – Alkohol liefert viele leere Kalorien.

Neues aus der K uchenecke ...

Spinatknödel mit Zucchini-Tomatensauce



Zutaten Knödel 4 Personen

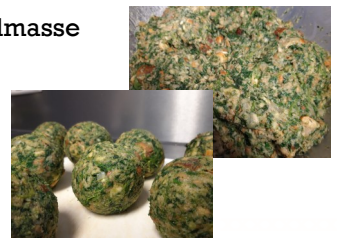
400 g	Toastbrot oder altbackenes Weißbrot
250 g	Milch
300 g	Spinat gefroren
30 g	Butter
1	kleine Zwiebel
1 Zehe	Knoblauch
2	Eier
	Salz, Pfeffer, Muskat
1 EL	Mehl
2 EL	Semmelbrösel
	Parmesan gerieben

1. Das klein gewurfelte Weißbrot bzw. Toastbrot mit so viel Milch  bergie en, wie es annimmt.

2. Den Spinat auftauen lassen. In einem Topf die Butter zerlassen. Den Knoblauch und die Zwiebel fein hacken und in der Butter anschwitzen und etwas auskühlen lassen.

3. Den aufgetauten Spinat, die Eier und die Zwiebelmasse zum Brot geben und gut vermischen . Anschließend mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

4. Mehl und Semmelbrösel zugeben und aus der Masse 12 kleine Knödel formen. In Salzwasser ca. 15 Minuten leicht köcheln lassen.



5. Die Knödel werden mit Zucchini-Tomatensoße angerichtet und vor dem Servieren mit geriebenem Parmesan bestreut.

Zutaten Soße 4 Personen

1	Große Zucchini
	Öl zum Anbraten
1	kleine Zwiebel
1	Knoblauchzehe
1 Dose	Tomaten gestückelt
	Salz, Pfeffer, Muskat, Chili



- 1.** Die Zucchini in feine Streifen schneiden und in Öl kurz anbraten. Dann aus der Pfanne nehmen.
- 2.** Eine klein geschnittene Zwiebel und eine fein gehackte Knoblauchzehe goldgelb anbraten. Dann mit der Dose Tomaten aufgießen.
- 3.** Die Masse kurz auf kleiner Stufe köcheln lassen und mit Salz, Pfeffer, Muskat und Chili abschmecken.
- 4.** Zum Schluss die angebratenen Zucchini wieder dazugeben. Die Soße, wie in Schritt 5 beschrieben, zusammen mit den Spinatknödeln anrichten.

Kleiner Tipp: Dazu passt hervorragend ein grüner Salat!



... und der Backstube

Zwetschgentorte



1. Die trockenen Zutaten für den Boden in eine Schüssel geben und miteinander vermischen. Dann die Margarine dazugeben und zu einem festen Teig verkneten. Zu einer Kugel formen, in Klarsichtfolie legen und 40 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

2. Mit den Zutaten der Streusel genauso verfahren. Daraus 3-4 Teigrollen formen und diese abgedeckt in den Kühlschrank stellen.

3. Die Zwetschgen waschen, trocknen, entsteinen und halbieren .

4. Den Teig für den Boden in eine gefettete Springform (ø 28cm) geben, gleichmäßig verteilen und in die Form drücken. Das Pflaumenmus darauf verteilen.

5. Nun die halbierten Zwetschgen dicht nebeneinander auslegen. Die Teigrollen für die Streusel über den Früchten gleichmäßig zerbröseln. Den Backofen auf 180° Grad Ober-/Unterhitze vorheizen und den Kuchen auf mittlerer Schiene ca. 40 Minuten backen.

Zutaten für den Boden

100 g	Margarine
35 g	Zucker
40 g	Mandeln gemahlen
130 g	Dinkelmehl
100 g	Weizenmehl
1 Prise	Salz

Zutaten für die Streusel

130 g	Margarine
130 g	Zucker
130 g	Mandeln gemahlen
200 g	Weizenmehl

Zutaten für den Belag

1 kg	Zwetschgen entsteint
200 g	Pflaumenmus oder andere Marmelade

Erfahrungsbericht einer Besucherin

Hallo Miteinander!

Ich bin Sylvia und 45 Jahre. Seit drei Jahren bin ich schon im „Frohsinn“ und ich möchte es nicht mehr missen.

Ich lebe seit einem Jahr getrennt von meinem Mann und ich habe zwei Mädels von 16 und 19 Jahren, die leider nicht bei mir sind. Ich male sehr gerne Aquarell, lese, rätsle und schreibe Tagebuch.

Im „Frohsinn“ fühle ich mich sehr gut aufgehoben. Man hat immer das Gefühl, richtig am Platz zu sein, egal wie man eben ist. Ich fühle mich im „Frohsinn“ integriert. Ich mag gerne die geselligen Runden, wie das Kaffeetrinken und die Ausflüge, die der „Frohsinn“ organisiert.

Auch hat der „Frohsinn“ viel Wissenswertes zu bieten, wie die Aktionsgruppen „Gesünder leben“, wo auch dazu eine Lebensmittelpyramide gebastelt wurde.

Ich bin froh, in den „Frohsinn“ gehen zu können, dies hat mir meine Psychotherapeutin empfohlen. Ich fühle mich nicht mehr alleine und habe gelernt, mich mit mir auseinander zu setzen. Sicher, im Leben gibt es immer wieder gute Phasen und schlechte Phasen. Und in den schlechten unterstützt der „Frohsinn“ ganz besonders. In den guten Phasen kann man miteinander lachen.

Ich finde Steffi, Susanne, Tanja und Heidimarie sind ein super Team, das zusammenhält und sich gegenseitig unterstützt, was den Besuchern zu Gute kommt. Sie kochen, backen, basteln und sind kreativ mit uns und haben immer ein offenes Ohr.

Es ist wirklich eine wertvolle Einrichtung, wo man ein Stück weit zu Hause findet.

Neues aus dem Team „Frohsinn“

Dankeschön - Essen für die Ehrenamtlichen

Am Mittwoch, den 03. August war das hauptamtliche Team mit seinen Ehrenamtlichen beim Griechen in Landau, um sich mit einem kleinen Essen in gemütlicher Runde für das ehrenamtliches Engagement zu bedanken. Ohne ihre Hilfe und ihren Einsatz wären viele Aktionen nicht möglich, als nochmal vielen Dank dafür!

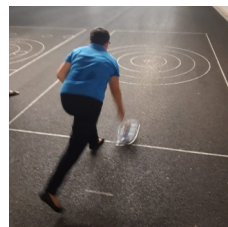


Leider musste sich das Team „Frohsinn“ auch gleich von Julia verabschieden. Sie startet nach ihrem Studium beruflich durch, wofür das Team „Frohsinn“ ihr alles Gute wünscht. Ein herzliches Vergelt's Gott für den Einsatz und die lustigen Stunden in der Theater AG.

Stadtmeisterschaft im Stockschießen

Der EC Kleegarten-Zeholting veranstaltete am Samstag, den 17. September 2022 die 1. Stadtmeisterschaft der Vereine im Stockschießen. Schirmherr für die Veranstaltung war die Stadt Landau mit ihrem ersten Bürgermeister, Herrn Matthias Kohlmayer.

Die Caritas Landau war mit einer Damen-Mannschaft, bestehend aus Steffi Friedberger, Susanne Gruber und Tanja Brunner aus dem Tageszentrum, vertreten. Im Vordergrund standen bei dieser Veranstaltung der Spaß und das gesellige Zusammensein. Da die drei Damen absolute Anfänger in diesem



Sport waren und sie doch etwas der sportliche Ehrgeiz packte, waren sie schon vor der Meisterschaft 3-4 x am Ausprobieren und Trainieren.

Die Meisterschaft begann neben einer kurzen Einführung mit einem freien Training. Ab 15:00 Uhr wurde es dann ernst. Die Caritas-Mannschaft hatte viel Spaß und konnte als reine Anfänger mit ihrer Leistung sehr zufrieden sein. Sie erzielten



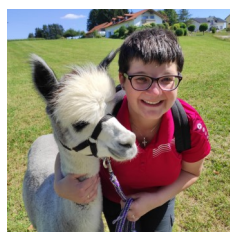
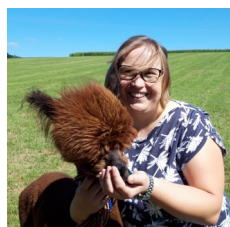
mind. 3 Punkte pro Spiel und gewannen sogar ein Spiel mit 19-3. Am Ende reichte es dennoch nur für den letzten Platz. Den 1. Platz und somit den Wander-Pokal gewann der SSC Kammern.

Nach der Siegerehrung gab es für alle Mannschaften eine bayerische Brotzeit und wir ließen den Tag gemütlich ausklingen.



Einblick in den Teamausflug

Teamgeist stärken und einfach mal gemeinsam Spaß haben - bei dem diesjährigem Teamausflug ging es tierisch zu: die hauptamtlichen Mitarbeiterinnen des Tageszentrums erlebten einen sehr lustigen und unterhaltsamen Tag auf dem Alpakahof „Golden Alpacas“ in Iggensbach. Mit Teddy, Laila, Maya und Simba ging es durch den Wald und über Wiesen. Natürlich haben sich die vier zwischendurch kleine Pausen verdient und freuten sich auf saftiges Gras und Klee.



Vorschau Herbst/ Winter

Zum „*Welttag der seelischen Gesundheit*“

am 10. Oktober besuchen wir in diesem Jahr einen Vortrag zum Thema „Sozialrecht für psychisch kranke Menschen“. Vor dem Vortrag kehren wir zusammen im „Gattopardo“ ein.

Wann: Donnerstag, den 13. Oktober 2022

17:00 Uhr Einkehr Pizzeria Gattopardo

19:00 Uhr Vortrag im Kastenhof „Herzogsaal“ (Oberer Stadtplatz 20)

Kosten: Die Kosten für die Einkehr trägt jeder selbst. Der Vortrag ist kostenlos, Spenden vor Ort sind willkommen.

Vortrag zum Thema Sozialrecht für psychisch kranke Menschen



Zum internationalen Tag der seelischen Gesundheit bietet die Beratungsstelle für seelische Gesundheit der Caritas Landau in Kooperation mit der KEB Dingolfing-Landau einen Vortrag an zum Thema:

Sozialrecht für psychisch kranke Menschen

Themenschwerpunkte:

- Was muss ich über die Schwerbehinderung wissen?
- Vom Antrag bis zum Gerichtsverfahren!
- Was bringt ein Schwerbehindertenausweis?
- Wissenswertes zum Krankengeld
- Wie lange gibt es Krankengeld maximal?
- Was passiert bei der Aussteuerung?
- Muss ich mich dann arbeitslos melden?
- Wie funktioniert eine Reha?
- Die Erwerbsminderungsrente - was muss ich hier beachten?

Referent:

Helmut Plenk

VdK-Kreisgeschäftsführer Arberland/Deggendorf

Die Teilnahme ist kostenlos, freiwillige Spenden sind willkommen.

Der Vortrag findet statt am: **13. Oktober 2022**

im **Kastenhof „Herzogsaal“**

Oberer Stadtplatz 20 in 94405 Landau a. d. Isar

Beginn: **19:00 Uhr**

Freizeittreff

Donnerstag, 20.10.2022 Treffpunkt 12:30 Uhr	Mittwoch, 02.11.2022 Treffpunkt : 13:00 Uhr	Dienstag, 15.11.2022 Treffpunkt: 12:30 Uhr
Freilichtmuseum Massing	Stockschießen in Zeholfing	Archäologiemuseum Quintana Künzing

Herbstzeit

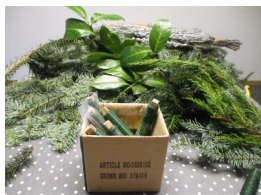


Dienstag, 25.10.2022
ab 13:00 Uhr

Das „große“ Kürbisschnitzen: es werden „Halloween“-Kürbisse geschnitzt

Advents- und Weihnachtszeit

Montag, 21.11.2022	Mittwoch, 23.11.2022
Weihnachtsbäckerei: es werden gemeinsam Plätzchen für das Tageszentrum gebacken	



Dienstag, 22.11.2022

Donnerstag, 24.11.2022

Adventskranzbinden: für das Tageszentrum und für einen selbst

Dienstag, 06.12.2022 ab 14:00 Uhr	Donnerstag, 15.12.2022 ab 11:30 Uhr
Gemütliches Beisammensein zum Nikolaustag	Große Adventsfeier im Pfarrheim St. Maria



Weitere Informationen und Anmeldung im Tageszentrum „Frohsinn“.

Die Aktionen und Feierlichkeiten finden unter Einhaltung der in diesem Zeitraum gültigen Schutzmaßnahmen und Regelungen statt.



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!**

Tageszentrum „Frohsinn“

zur Förderung der seelischen Gesundheit

Das Tageszentrum "Frohsinn" ist ein ambulanter Dienst der Sozialpsychiatrischen Einrichtungen des Kreis-Caritasverbandes Landau a. d. Isar e. V. Menschen mit psychischen Erkrankungen und Belastungen finden hier unter Anleitung von qualifiziertem Fachpersonal Unterstützung bei der Strukturierung ihres Tagesablaufs, Anregungen zur (Wieder-) Erlangung von Kompetenzen und Interessen, Kontaktmöglichkeiten zu Menschen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben oder einfach nur ein offenes Ohr, einen Platz zum Wohlfühlen und Gelegenheiten zum Ratschen, Lachen und Leben.

Die Finanzierung erfolgt durch den Bezirk Niederbayern im Rahmen der ambulanten Eingliederungshilfe SGB XII.

Impressum

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

Verantwortliche: Friedberger Stephanie
unter Leitung
der Verantwortlichen

Gestaltung: teilnehmende Besucher des Redaktionstreffs „Frohsinns G’schichtn“

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

Auflage: 3. Ausgabe Herbst 2022

Quellenangaben: PNP, AOK Bayern,
EDEKA, Chefkoch



1934 **85** 2019
Jahre

Boschstraße 15
94405 Landau a.d. Isar
Telefon (0 99 51) 60 02-0
Telefax (0 99 51) 60 02-50

DRUCKEREI
Wegmann
GmbH & Co. KG



info@druckerei-wegmann.de

www.druckerei-wegmann.de