

Frohsinns G'schichtn



Themen in dieser Ausgabe

- Impressionen aus dem Tageszentrum
- Herbstzeit ist Kürbiszeit
- Welttag der Ergotherapie
- Blue Brix Miniaturwunderland
- Neues aus dem Team
- Die Beratungsstelle für seelische Gesundheit wird 25 Jahre
- Neues aus der Küchenecke
- Alberts Künstlerseite
- Impressionen aus der Adventszeit
- Weihnachtsbäckerei
- Eine Weihnachtsgeschichte
- Caritas Landau auf Social Media



Impressionen aus dem Tageszentrum

Kicker-Spaß im „Frohsinn“



Waldwipfelweg St. Englmar



Boccia



Grundkurs Russisch



Herbstzeit ist Kürbiszeit



Kürbisschnitten auf Blech

Zutaten für ein Blech

5	Eier
200g	Zucker
200g	Margarine
400g	Mehl
100g	Mohn gemahlen oder Nüsse gemahlen
1 TL	Zimt
1 EL	Kakao
1 Pck.	Backpulver
300g	Kürbis fein geraspelt

Zubereitung:

1. Die Eier zusammen mit der Margarine und dem Zucker sehr schaumig rühren.
2. Mehl, Mohn (bzw. gemahlene Nüsse), Zimt, Kakao und Backpulver in einer Schüssel gut vermischen und unter die Eiermasse heben.
3. Zum Schluss die Kürbisraspel unterheben. Backblech mit Backpapier auslegen und die Masse darauf verteilen. Bei 180° Grad ca. 30-40min backen.



Welttag der Ergotherapie

Menschen mit psychischen Erkrankungen und Belastungen brauchen oft Hilfe im Alltag. Sowohl um seelische Krisen zu verringern, als auch um kognitive und soziale Fertigkeiten zu verbessern und Lebensqualität zu erhalten.



Gehöre dazu. Sei Du selbst.

Eine große Rolle spielt dabei die Ergotherapie. Um diesem Teilbereich mehr Aufmerksamkeit zu verschaffen, findet jedes Jahr am 27. Oktober der Welttag der Ergotherapie statt.

Stellenleiterin Stephanie Friedberger vertritt den Kompetenzbereich Ergotherapie im Tageszentrum „Frohsinn“, der ambulanten Einrichtung für Menschen mit psychischen Erkrankungen und Belastungen des Kreis-Caritasverbandes Landau.

„Gehöre dazu. Sei du selbst“: unter diesem Motto stand der diesjährige Welttag der Ergotherapie. „Gehöre dazu“ bringt zum Ausdruck, dass Ergotherapeuten Menschen darin unterstützen, am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben. „Sei du selbst“ beschreibt die ergotherapeutische Perspektive, jeden Menschen als ein Individuum zu betrachten.

Im Tageszentrum „Frohsinn“ wird dies im Alltag und im Umgang mit den Besuchern gelebt. Neben der Ergotherapie sind auch die Sozialpädagogik und die Hauswirtschaft in der Begleitung der Besucherinnen und Besucher vertreten. Das multiprofessionelle Team geht empathisch, wertschätzend und individuell auf die Bedürfnisse und Ressourcen jedes Einzelnen ein.

„Wir unterstützen alle dabei, ihre persönlichen Fähigkeiten zu entfalten und sorgen dafür, das Leben wieder ein Stück lebenswerter zu gestalten“, so Stellenleiterin und Ergotherapeutin Stephanie Friedberger.

Es steht eine vielfältige Angebotspalette zur Verfügung: vom gemeinsamen Kochen und Essen, Backen, über Gedächtnistraining, Kreativangebote, Singgruppe, Walking-Gruppe, Boccia, Kicker-Runden und Ausflüge in die Umgebung, Sprachkurse, bis hin zu geleiteten Gesprächskreisen zur psychosozialen Begleitung.



„Wir erfassen und fördern die Teilhabe, die Lebensqualität und das Wohlbefinden von unseren Besuchern“, so Friedberger weiter. Gesellschaftliche Teilhabe und selbstbestimmtes Leben seien die Grundlagen dafür, dass Menschen ihren Alltag bewältigen können, dass sie zufrieden sind und ein gutes Leben nach ihren individuellen Vorstellungen, Wünschen und Bedürfnissen leben können.

Zur Förderung der Gemeinschaft und gesellschaftlichen Teilhabe werden im Tageszentrum „Frohsinn“ für die Besucher auch jahreszeitliche Feste und besondere Aktionen angeboten. Sie sorgen für Spaß und Freude und geben dem Leben eine Struktur und stärken den Gemeinschaftssinn.

Das Tageszentrum „Frohsinn“ kann weiterhin, unter Einhaltung eines Schutz- und Hygienekonzeptes, all die Angebote für Betroffene und Hilfesuchende mit psychischen Erkrankungen und Belastungen anbieten.



Blue Brix - Miniaturwunderland

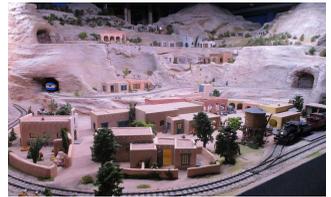
Der letzte Ausflug in diesem Jahr ging am 28. Oktober in das Miniaturwunderland Blue Brix nach Straubing. Dort gab es für uns vier liebevoll gestaltete Modellbahnanlagen zu bestaunen.



Nordsee-Alpen-Anlage...



...Schweiz-Anlage...



...Western-Anlage...



...& Straubing-Anlage...



...mit lustigen Details.



Im Café ließen wir uns Kaffee und Kuchen schmecken (die standesgemäß von einem Zug gebracht wurden).



Außerdem schauten wir uns noch Filme im 4D- und 5D- Kino an und machten eine Fahrt mit der virtuellen Achterbahn.

Ein wirklich gelungener Ausflug!



Neues aus dem Team „Frohsinn“

Griäß euch alle miteinander.

Ich heiße Heidimarie Schaitl, bin 54 Jahre und arbeite im Tageszentrum "Frohsinn" als Hauswirtschafterin.

Zuvor war ich lange Zeit im Lebensmittelgroßhandel (Wild- und Geflügel) als Betriebsassistentin beschäftigt.

In meiner Freizeit singe ich seit 22 Jahren in der Kantorei in unserem Dorf. Es begeistert mich dort das gemeinsame Singen und die Gemeinschaft.

Sehr gerne bewege ich mich an der frischen Luft beim Walken oder Radeln, wobei ich mich gerne vom "E" unterstützen lasse. 😊

Folgender Spruch, den ich mal gelesen habe, gefällt mir gut:

GLÜCKLICH wenn die Tage fließen, zwischen schaffen und genießen.

Ich freue mich auf die Zusammenarbeit mit euch.



Lisa, Praktikantin

Zu meiner Person:

Ich bin 20 Jahre alt und studiere Soziale Arbeit an der Hochschule Landshut. In meiner Freizeit findet man mich überwiegend bei meiner Familie oder beim Reiten.

Das mache ich bei der Caritas:

Im Rahmen meines Studiums bin ich von Oktober bis März als Praktikantin in der Beratungsstelle für seelische Gesundheit & im Tageszentrum „Frohsinn“ tätig. In dieser Zeit biete ich immer mittwochs einen Russischkurs an und bin für andere Unternehmungen mit euch offen.



schen Erkrankungen entstanden. Bereits im Jahr 2007 nahm das Zuverdienst-Arbeitsprojekt LanZE seinen Dienst auf. Dann folgten Personalaufstockungen für Menschen mit seelischen Problemen und Erkrankungen im Alter. 2017 folgte dann die Eröffnung des Tageszentrums Frohsinn und 2020 ging dann die Online-Beratung für einen noch einfacheren Zugang zu Beratung und Unterstützung an den Start. Zudem bilden zahlreiche ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit ihren niederschweligen Freizeitangeboten, wie beispielsweise den wöchentlich stattfindenden Teestuben, schon von Beginn an ein ausgesprochen wertvolles Bindeglied zwischen Betroffenen und den hauptamtlichen Fachkräften. Zwei von ihnen, Christl Broda und Hilde Huber sind bereits von Anfang an mit dabei und feiern damit auch ihr 25-jähriges Jubiläum bei der Caritas.

Finanzierungskrisen, Personalausfälle und Fachkräftemangel, neue Aufgaben und nicht zuletzt die Corona-Pandemie stellten die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Beratungsstelle und die Verantwortlichen der Caritas Landau immer wieder vor Herausforderungen. Kreative Lösungen trugen letztlich doch auch immer zur Weiterentwicklung bei. Ein nächster Schritt auf diesem Weg wird die Beteiligung an den aufsuchenden Angeboten des Krisendienstes Psychiatrie Niederbayern sein, die sich gerade im Aufbau befinden und für die Beratungsstelle auch wieder viele Veränderungen mit sich bringen werden.

Die Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle bedanken sich bei allen Kooperationspartnern und Unterstützern für die gute Zusammenarbeit und bei allen Klientinnen und Klienten für das entgegengebrachte Vertrauen in den vergangenen 25 Jahren.



Das Team der Beratungsstelle für seelische Gesundheit:

v. l.: Nicole Neuhofer (Sozialpädagogin, Systemische Einzel-, Paar-, Familientherapeutin, stellvertretende Stellenleiterin), Ingrid Raab-Neiser (Sozialpädagogin, Psychoonkologin, gerontopsychiatrische Beratung u. Begleitung), Sandra Hindelang (Psychologin, Systemische Einzel-, Paar-, Familientherapeutin, Stellenleiterin), Iris Käser (Verwaltungsangestellte), Susanne Gruber (Pädagogin MA, gerontopsychiatrische Beratung und Begleitung)

Neues aus der Küchenecke

Schwabentopf

Zutaten für 4 Portionen

1	Zwiebel gewürfelt
4 Scheiben	Schweinelende
1 Dose	Champignons
1/2 l	Sahne
1 EL	Butter
1 EL	Olivenöl
1 Dose	Erbsen und Karotten
2 EL	Schmelzkäse
1 EL	Speisestärke
	Salz und Pfeffer



Zubereitung

1. Die Schweinestaks pfeffern und salzen. In Butter und Olivenöl auf beiden Seiten anbraten, dann aus der Pfanne nehmen.



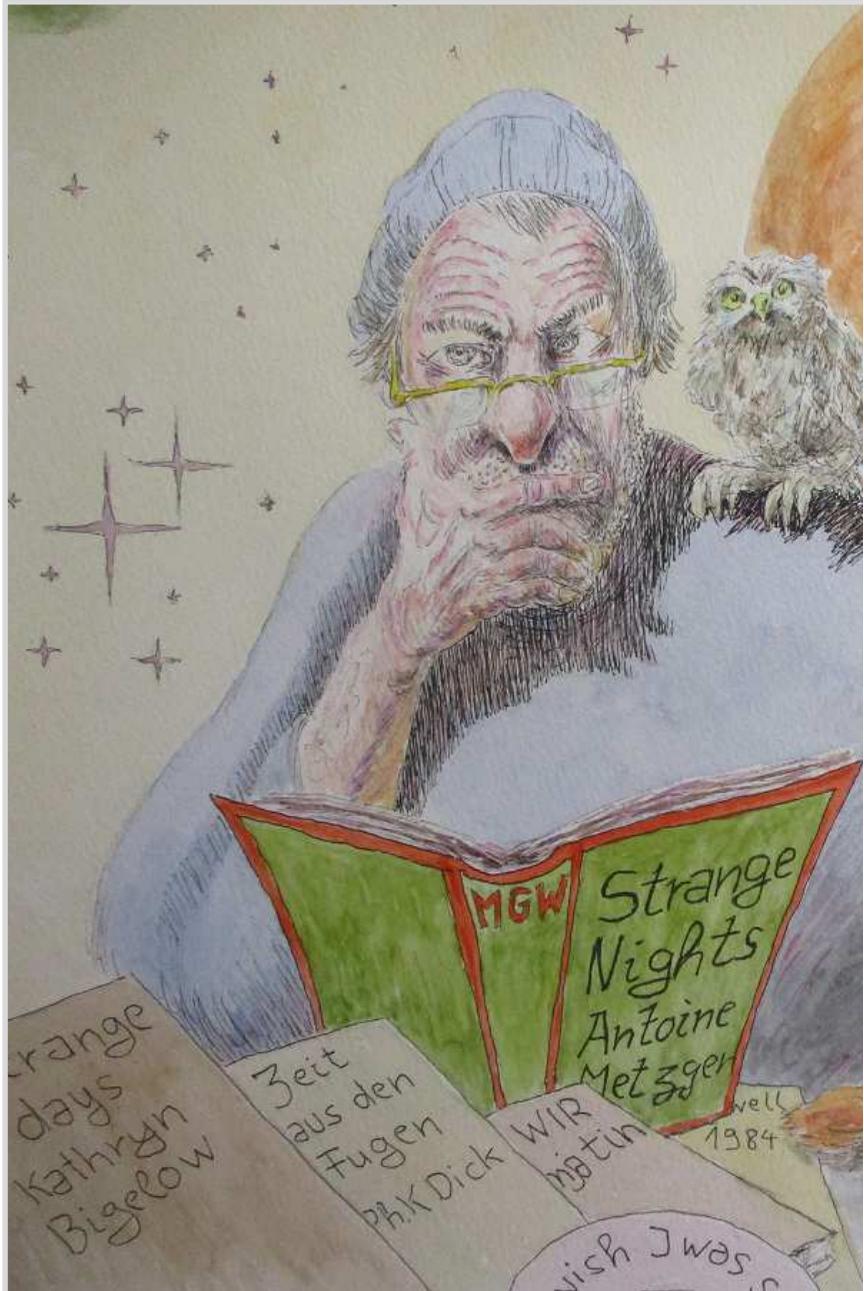
2. Die Champignons im restlichen Fett anbraten und die Sahne hinzufügen. 2 Minuten köcheln lassen.
3. Das Fleisch wieder einlegen und ca. 10 Minuten bei schwacher Hitze gar ziehen lassen.
4. Erbsen und Karotten abgießen, abtropfen lassen, in die Pfanne geben und nur kurz heiß werden lassen. 1 Esslöffel Speisestärke mit etwas Wasser anrühren und unter die Soße rühren. 2EL Schmelzkäse ebenfalls unter die Soße rühren.
5. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. In eine Auflaufform geben und bei 170° Grad 30min im Backofen garen.



Dazu passen sehr gut Spätzle oder Nudeln und ein frischer Salat.



Alberts Künstlerseite





Impressionen aus der Adventszeit

Adventskranze binden



Kleine „Weihnachtsfreuden“



Unser Adventskalender



„Frohsinns Christbaum“



Gemutlicher Adventsnachmittag



Beim Platzchen backen





In der Weihnachtsbäckerei ...

Schokowürfel-Brownies

Zutaten für etwa 50 Stück

250g	Butter oder Margarine
100g	Kakaopulver
4	Eier
1/2	Butter-Vanille-Aroma
300g	Zucker
125g	Mehl
2 TL	Backpulver
100g	Mandeln ,gehackt



Zutaten für die Glasur

1 Glas	Marmeladengelee
1	Schokoladenglasur

Zubereitung

1. Die Butter im Topf zerlassen. Vom Herd nehmen und alle Zutaten in die zerlassene Butter geben. Die Masse zu einem Teig verarbeiten.
2. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und die Masse darauf verteilen. Bei 175° Grad Ober-/Unterhitze ca. 25-30 Minuten im Backofen backen.
3. Nach dem Backen, wenn die Masse fast erkaltet ist, mit Marmeladengelee bestreichen und das Gelee einziehen lassen. In mundgerechte Würfel schneiden. Die Schokoladenglasur nach der Packungsanleitung schmelzen. Dann die Würfel mit Schokoladenglasur bestreichen oder in die Glasur eintauchen.

... gibt es manche Leckerei!

Vanillekipferl

Zutaten Teig für etwa 80 Stück

250g	Mehl
2 Pck.	Vanillezucker
1 Prise	Salz
100g	Mandeln ,gemahlen
200g	Margarine oder Butter
75g	Zucker

Zutaten für Vanillezucker

100 g	Puderzucker
2	Vanilleschoten



Zubereitung

1. Alle Zutaten sollten Zimmertemperatur haben!
2. Die Zutaten für den Teig miteinander verkneten und daraus Kipferl formen. Diese auf ein Backblech setzen und 10-12 Minuten bei 175° Grad Umluft backen (oder 200° Grad Ober-/Unterhitze). Die Kipferl sollten hell bleiben, nur ganz leicht gelb-bräunlich werden.
3. In der Zwischenzeit die beiden Vanilleschoten längs mit einem scharfen Messer aufschneiden und das Mark rauskratzen. Das Mark mit dem Puderzucker gut vermischen und die noch heißen Vanillekipferl darin wälzen.



Choco Crossies

Zutaten für etwa 35 Stück

60g	Cornflakes
200g	Schokolade (Blockschokolade)
10g	Butter
60g	Mandeln, gehackt
1 Pck.	Vanillezucker



Zubereitung

1. Die Cornflakes mit der Hand zerkleinern. Dazu in eine Gefriertüte geben, diese auf die Arbeitsplatte legen und mit dem Nudelholz kreuz und quer darüber fahren.
2. Die Blockschokolade in Stücke brechen und im Wasserbad schmelzen.
3. Die Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Mandeln und den Vanillezucker dazugeben und auf niedriger Stufe karamellisieren lassen bis die Mandeln goldbraun sind.
4. Die Masse in eine Schüssel geben, die zerkleinerten Cornflakes dazugeben und alles gut durchrühren. Nun die geschmolzene Schokolade darüber geben und die Masse nochmals gut umrühren.
5. Zum Schluss auf ein Stück Backpapier mit einem Löffel kleine Häufchen legen und danach kaltstellen.

Eine Weihnachtsgeschichte aus dem Englischkurs

Merry Christmas allerseits

When the snow falls wunderbar
And the children happy are,
When the Glatteis on the street,
And we all a Glühwein need,
Then you know, es ist soweit:
She is here, the Weihnachtszeit

Every Parkhaus ist besetzt,
Weil die people fahren jetzt
All to Kaufhof, Mediamarkt,
Kriegen nearly Herzinfarkt.
Shopping hirnverbrannte things
And the Christmasglocke rings.

Merry Christmas, merry Christmas,
Hear the music, see the lights,
Frohe Weihnacht, Frohe Weihnacht,
Merry Christmas allerseits...

Mother in the kitchen bakes
Schoko-, Nuss- and Mandelkeks
Daddy in the Nebenraum
Schmcks a Riesen-Weihnachtsbaum
He is hanging auf the balls,
Then he from the Leiter falls...

Finally the Kinderlein
To the Zimmer kommen rein
And es sings the family
Schauerlich: "Oh, Chistmastree!"
And the jeder in the house
Is packing die Geschenke aus.

Merry Christmas, merry Christmas,
Hear the music, see the lights,
Frohe Weihnacht, Frohe Weihnacht,
Merry Christmas allerseits...

Mama finds unter the Tanne
 Eine brandnew Teflon-Pfanne,
 Papa gets a Schlips and Socken,
 Everybody does frohlocken.
 President speaks in TV,
 All around is Harmonie,

Bis mother in the kitchen runs:
 Im Ofen burns the Weihnachtsgans.

And so comes die Feuerwehr
 With Tatü, tata daher,
 And they bring a long, long Schlauch
 An a long, long Leiter auch.
 And they schrei - "Wasser marsch!",
 Christmas is now im Eimer...

Merry Christmas, merry Christmas,
 Hear the music, see the lights,
 Frohe Weihnacht, Frohe Weihnacht,
 Merry Christmas allerseits...

Weihnachtsgruß aus dem Russisch- Grundkurs

Мы желаем радостного Рождества, счастья, успехов и благополучия в Новом году.

Bedeutet: „Wir wünschen frohe Weihnachten, Glück, Erfolg und persönliches Wohlergehen für das neue Jahr.

JETZT NEU!

Caritas Landau auf

**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!**



www.instagram.com/caritaslandau/



www.facebook.com/Caritas.Landau



**Wir freuen uns, wenn unsere Seite gefällt.
Kommentiert und teilt
unsere Beiträge!**

Schaut rein ...



Impressum

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

Verantwortliche: Friedberger Stephanie
„Frohsinns G'schichtn“ unter Leitung
der Verantwortlichen
liegt vor

Gestaltung: teilnehmende Besucher des Redaktionstreffs „Frohsinns G'schichtn“ unter Leitung der Verantwortlichen

Bildrechte: Einverständniserklärung für die Veröffentlichung von Fotos der gezeigten Personen

Auflage: 4. Auflage Winter 2021
Quellenangaben: PNP; DVE; Chefkoch;
Google Bilder, www.udojuergens.de



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

