

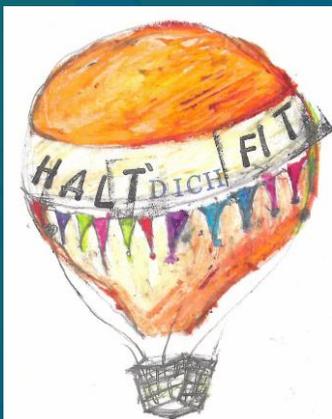
## Halt Dich Fit...die Sechste, im Fußballfieber!

Der beliebte Thementag „Halt Dich Fit“ rund um die Bewegung findet am **Donnerstag, 17. Juni 2021** statt und geht in die sechste Runde.

Jede Kleingruppe führt die sportlichen Herausforderungen für sich durch, so dass zusätzlich zum Gesamtsieg auch gruppenintern die Gewinnerin oder der Gewinner gesucht wird! Frau Dietz stellt wieder fünf Bewegungsdisziplinen und ein Quiz bereit!

Und wie jedes Mal gilt auch jetzt: Jeder kann mitmachen, Anfänger und Fortgeschrittene und der Spaß steht eindeutig im Vordergrund!

Viel Spaß und viel Erfolg ☺



## Zum Rätseln und Schmunzeln...

Welche Zutat passt denn da garantiert nicht ins Gericht?

- Spaghetti Bolognese:  
Hackfleisch, Spaghetti, Vanillezucker, Oregano, Salz
- Käse-Lauch-Suppe:  
Brühe, Porree, Schmelzkäse, Kakao-pulver, Pfeffer
- Kartoffelsalat:  
Zwiebeln, Apfelgelee, Essiggurken, Kartoffeln, Senf
- Obstsalat:  
Kürbis, Banane, Melone, Mandarine, Erdbeere
- Marmorkuchen:  
Mehl, Zucker, Backpulver, Gelierzucker, Stärke

# Wochenblatt

## Nr. 71

# Haltepunkt Kaiserstraße

Kontakt:

Telefon: (0208) 43 96 69 89

Mobil: 0170 87 94 973

[andrea.quass@fliedner.de](mailto:andrea.quass@fliedner.de)

[annette.dietz@fliedner.de](mailto:annette.dietz@fliedner.de)

Gültig 2021/Woche 24  
14.06.2021 bis 18.06.2021



## Weltblutspendertag

Der Weltblutspendertag ist eine offizielle weltweite Kampagne, die jedes Jahr am 14. Juni von der Weltgesundheitsorganisation organisiert wird.

Der Weltblutspendertag wurde ins Leben gerufen, um den ehrenamtlichen Blutspendern für ihre unbezahlten Lebendspenden zu danken und Menschen zu ermutigen Blut zu spenden.

Der 14. Juni bezieht sich auf den Geburtstag des österreichischen Serologen Karl Landsteiner, der 1901 das A-B-O-System der Blutgruppen entdeckte und 1930 für seine Forschungen den Nobelpreis erhielt.

So erstaunlich es klingt: Ein großer Teil der Bundesbürger ist mindestens einmal im Leben auf das Blut anderer angewiesen. Viele Operationen, Transplantationen und Behandlungen sind erst dank moderner Transfusionsmedizin möglich geworden.

## Speiseplan / Essen to go

## Wochenplan

Die Einzeltermine sprechen wir persönlich und individuell mit Ihnen ab!

### Montag

Panierte Schnitzel mit  
Kartoffeln und Bohnengemüse

### Dienstag

Kartoffelsalat mit Frikadellen

### Mittwoch

Möhren-Kartoffelstampf  
mit Mettwürstchen und Brot



**Watt meint  
je, watt  
dat iss?**

### Montag, 14. Juni 2021

09:00 Uhr bis 10:50 Uhr Gruppe Frau Krüger  
11:00 Uhr bis 12:50 Uhr Gruppe Frau Rigaud  
13:00 Uhr bis 14:50 Uhr Gruppe Frau Dietz

### Dienstag, 15. Juni 2021

09:00 Uhr bis 10:50 Uhr Gruppe Frau Krüger  
11:00 Uhr bis 12:50 Uhr Gruppe Frau Dietz  
12:00 Uhr bis 13:50 Uhr Gruppe Frau Rigaud  
13:00 Uhr bis 14:50 Uhr Gruppe Frau Quaß

### Mittwoch, 16. Juni 2021

09:00 Uhr bis 10:50 Uhr Gruppe Frau Krüger  
11:00 Uhr bis 12:50 Uhr Gruppe Frau Rigaud  
11:00 Uhr bis 12:50 Uhr Gruppe Frau Dietz

### Donnerstag, 17. Juni 2021

09:00 Uhr bis 10:50 Uhr Gruppe Frau Krüger  
10:00 Uhr bis 11:50 Uhr Gruppe Frau Rigaud  
11:00 Uhr bis 12:50 Uhr Gruppe Frau Quaß  
13:00 Uhr bis 14:50 Uhr Gruppe Frau Dietz

### Freitag, 18. Juni 2021

09:00 Uhr bis 10:50 Uhr Gruppe Frau Rigaud  
11:00 Uhr bis 12:50 Uhr Gruppe Frau Quaß  
11:00 Uhr bis 12:30 Uhr Gruppe Frau Krüger  
13:00 Uhr bis 14:50 Uhr Gruppe Frau Dietz

