

OBA Blättle

Nr. 1

November 2020



Caritasverband für die Stadt
und den Landkreis Augsburg e. V.
Depotstraße 5 · 86199 Augsburg



Gefördert durch:



Gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium des
Innern, für Sport und Integration



www.bezirk-schwaben.de

Inhalt

· Vorwort	Seite	3
· Einblicke in die OBA.....	Seite	4
· OBA-Suchbild	Seite	5
· OBA-Kreuzworträtsel.....	Seite	6
· Zitronen-Handpeeling	Seite	7
· Witze.....	Seite	8
· Kürbissuppe á la Monika.....	Seite	9
· Herbstgedicht	Seite	10
· Mandala	Seite	11

Impressum

Herausgeber

Caritasverband für die Stadt
und den Landkreis Augsburg e. V.
Depotstraße 5, 86199 Augsburg

Redaktion

Monika Prankl, Bettina Reker, Dieter Demel

Layout / Gestaltung

Kathrin Seemüller



Liebe Freunde der Offenen Behindertenarbeit,

heute meldet sich das OBA-Team auf einem ungewöhnlichen Weg bei Ihnen! Wir denken an Sie und wollen Sie in diesen ganz speziellen Zeiten gerne weiterhin begleiten und an Ihrer Seite stehen!

Da wir uns momentan leider nicht persönlich treffen können, haben wir uns überlegt in unregelmäßigen Abständen unser neues „OBA-Blättle“ rauszugeben.

Das OBA-Blättle ist kein typischer Newsletter mit Infos zu Corona oder Gesetzen, sondern ein Mitmachheft, bei dem Sie aktiv werden müssen. Sie können leckere Kochrezepte von Frau Prankl nachkochen oder ein Caritas-OBA- Kreuzworträtsel lösen. Und auch die ein oder andere interessante Information aus dem OBA-Alltag ist für Sie dabei. Eine Mischung eben!

Wir freuen uns, wenn Sie auf den nächsten Seiten einfach mitmachen und nachmachen und darüber hinaus auch mal nicht an den Virus denken.

Gerne nehmen wir Anregungen und Wünsche zu unserem OBA-Blättle entgegen. Es ist ja unser erster Versuch! 😊

Gemeinsam blicken wir positiv in die Zukunft, denn wenn eines sicher ist, dann dass dieser Virus auch irgendwann Geschichte sein wird!

Ihr OBA-Team der Caritas

Einblicke in die OBA

Die Offene Behindertenarbeit (OBA) des Caritasverbandes für die Stadt und den Landkreis Augsburg e. V. gibt es seit über 20 Jahren. Es ist eine Beratungsstelle für Menschen mit einer körperlichen und geistigen Behinderung sowie chronischen Erkrankungen. Selbstverständlich können sich auch Angehörige, Interessierte, Behörden und Institutionen bei uns melden. Zuständig sind wir für den südlichen und westlichen Landkreis Augsburg. Ganz praktisch können wir Sie unter anderem in folgenden Bereichen beraten:

- Barrierefreiheit
- Teilhabe und Freizeit
- Arbeit
- Wohnen
- finanzielle Zuschussmöglichkeiten
- Entlastungsangebote

Außerdem bietet die OBA auch Bildungs- und Freizeitveranstaltungen sowie monatliche Kontaktgruppentreffen in Neusäß, Bobingen und Schwabmünchen an. Die Beratungen können gerne bei uns im Büro, in den Außenstellen in Königsbrunn und Schwabmünchen oder bei Ihnen daheim stattfinden. Die Gespräche unterliegen der Schweigepflicht und sind kostenfrei. Weitere Informationen erhalten Sie unter **www.der-sozialmarkt.de**. **Wir freuen uns auf Ihren Anruf!**

Kontakt zum OBA-Team

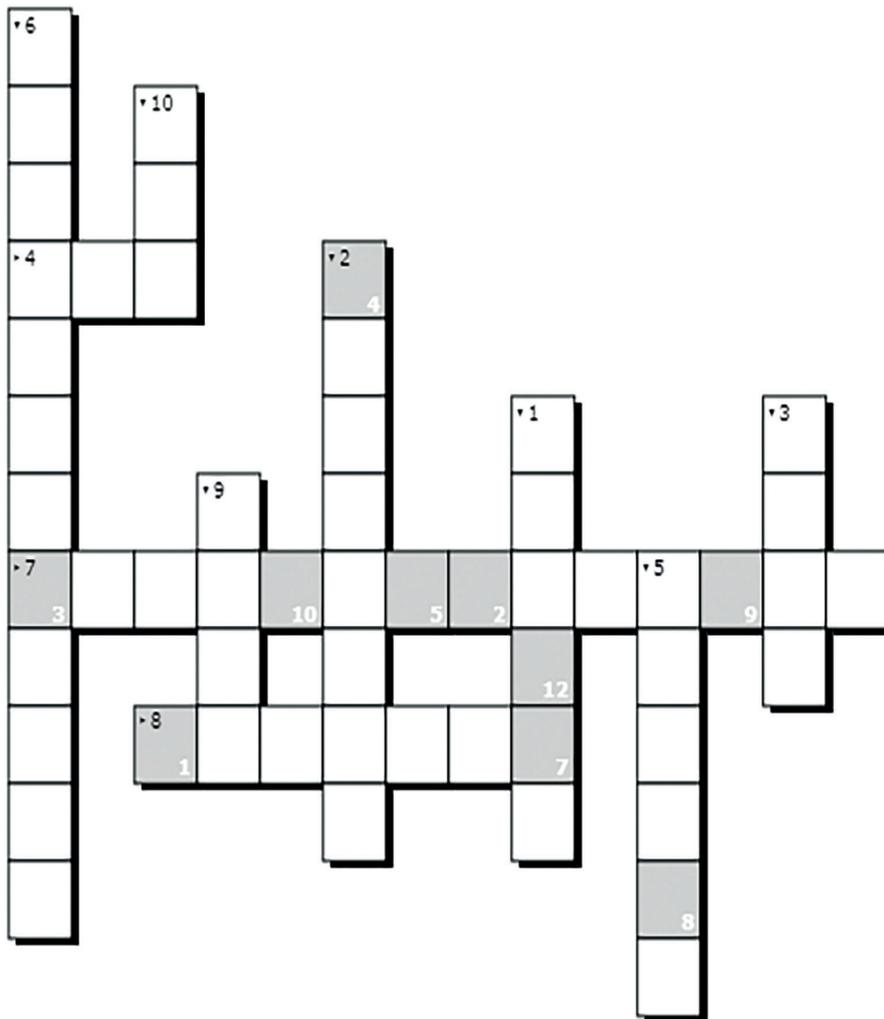
Caritasverband für die Stadt und den Landkreis Augsburg e. V.
Depotstraße 5 · 86199 Augsburg
Fax 0821 57048-40 · E-Mail oba@caritas-augsburg-land.de

- Telefon Herr Demel: 0821 57048-13 (Beratung, Arbeit im Sozialraum)
- Telefon Frau Reker: 0821 57048-37 (Beratung, Arbeit im Sozialraum)
- Telefon Frau Prankl: 0821 57048-17 (Bildung und Freizeit)

Finden Sie die fünf Fehler im unteren Bild



Rätselspaß



1. Vorname von Herrn Demel
2. Hauptsitz unserer OBA
3. Anzahl der Teammitglieder
4. Farbe des Caritaslogos
5. Virus des Jahres 2020
6. Rezept in diesem Heft
7. Ort der Kontaktgruppe am Donnerstag
8. Frucht vom Handpeeling
9. Wieviele Kinder hat Frau Prankl
10. Haarfarbe von Frau Reker

1 2 3 4 5 M 7 8 9 10 L 12

Erstellt mit XWords - dem kostenlosen Online-Kreuzworträtsel-Generator
<https://www.xwords-generator.de/de>

Wellness für die Hände Zitronen-Handpeeling

Mehrmals täglich desinfizieren wir unsere Hände. Viele von uns leiden deswegen unter trockener und rissiger Haut. Mit diesem einfachen Peeling verwöhnen wir unsere Hände und machen sie ganz geschmeidig.

Was braucht man dafür?

- + 1 Bio-Zitrone
- + 1 Esslöffel Zucker
- + 1 Esslöffel Olivenöl

So funktioniert es:

Die Zitrone heiß abwaschen und halbieren. Den Saft einer halben Zitrone in eine kleine Schüssel geben. Zucker und Olivenöl hinzufügen. Mit einem Löffel umrühren.

Anschließend das Peeling auf die Hände auftragen und mit der anderen Hälfte der Zitrone einreiben.

Die Hände trockenreiben und schon merken Sie den angenehmen Duft. Die Haut fühlt sich ganz weich an.



Witze

„Den Wettervorhersagen traue ich nie, die stimmen ja doch nicht!“ „Naja, die Vorhersagen sind immer korrekt, nur mit dem Datum tun sich die Meteorologen noch etwas schwer.“



Heute schon gelacht?

Die kleine Susi ist gestürzt.
„Ist die Nase noch heil“ fragt die Oma besorgt.
„Ja die zwei Löcher waren vorher schon drin.“

Paul zerscheppert in der Wohnung seines Onkels eine große Vase. Der erblasste Onkel stammelt: „Die Vase ist aus dem 17. Jahrhundert!“ Daraufhin Paul ganz erleichtert: „Gott sei dank, ich dachte schon, sie wäre neu.“

Ein Schneckenmann geht im Wald joggen. Als er wieder nach Hause kommt fragt seine Frau: „Warum hast du so ein blaues Auge“ Antwortet der Mann: „Ich war im Wald joggen, da schoss plötzlich ein Pilz aus dem Boden!“

Kürbissuppe á la Monika

Zutaten:

- 1 Hokkaido Kürbis
- 1 Karotte
- 1 Zwiebel
- 1 kleine Tasse Orangensaft
- 1 Dose Kokosmilch
- 1 Brühwürfel (Gemüsebrühe)



Gewürze: Salz, Pfeffer, Chili, Knoblauch, Curry

Dekoration: Schmand, geröstete Kürbiskerne, Kürbis Öl

Zubereitung:

1. Kürbis waschen und anschließend aufschneiden und die Kerne mit einem Löffel entfernen. Den Kürbis in kleine Stücke zerteilen. Die Karotte und die Zwiebel schälen und ebenfalls in Stücke schneiden.
2. Kürbis, Karotte, Zwiebel und den Brühwürfel mit 1,5 Liter Wasser in einen Topf geben und ca. 25 Minuten kochen lassen.
3. Orangensaft und Kokosmilch reingeben und mit den Gewürzen abschmecken. Nicht zu viel Chili sonst wird es zu scharf. Nun nur noch ganz fein pürieren und genießen.

Zur Dekoration nehme ich einen kleinen Löffel Schmand und ein paar geröstete Kürbiskerne sowie einen Spritzer Kürbis Öl.

Wir wünschen einen guten Appetit!



Wenn die Blätter bunt sich färben

Wenn die Blätter bunt sich färben,
kommt der Herbst, wie uns bekannt,
fröhlich an mit seinem Pinsel.
Bunt wird es bei uns im Land.

Wenn die Blätter bunt sich färben,
rauft der Herbst, wie uns bekannt,
wild mit seinen Windgesellen,
und es stürmt bei uns im Land.

Wenn die Blätter bunt sich färben,
ruft der Herbst, wie uns bekannt
den Tieren zu: "Passt nur gut auf!
Es wird wieder kalt im Land."

Wenn die Blätter bunt sich färben,
steht der Herbst, wie uns bekannt,
auch vor unsrer Tür und rät uns:
"Zieht euch warm an jetzt im Land!"

© *Elke Bräunling*

Mandala



