



Wohn „Fair“ Bunds Zeitung



Ausgabe: März 2011

Inhaltsverzeichnis

<u>Inhaltsverzeichnis</u>	Seite 2
<u>Neues aus dem Wohnverbund</u>	
Leitung informiert ...	Seite 3
Der Bewohnerbeirat informiert...	Seite 4
Die Tagesstätte-Brackel im Planetarium	Seite 5
„Haus am Weg““ - Meine Katze „Amy“	Seite 6,7
Geschichte und Geschichten rund um Wellinghofen	Seite 8,9
Kreativkreis	Seite 10
Projekt Leinwandgestaltung im „Wohnhaus Schwerter Heide“	Seite 11
<u>Thema des Monats</u>	Seite 12,13
<u>Was wann wo</u>	Seite 14,16
<u>Info-Ecke</u>	
Wussten Sie schon, dass...	Seite 18
Übung des Monats	Seite 19
<u>Wunschberichte unserer Leser</u>	Seite 20,21
<u>Tipps & Tricks</u>	Seite 22,23
<u>Rätsel des Monats / Auflösung Vormonat</u>	Seite 24,25
<u>Juxbox</u>	Seite 26
<u>Horoskop des Monats</u>	Seite 27
<u>Impressum</u>	Seite 28

Neues aus dem Wohnverbund

Leitung informiert... Verabschiedung in Haus 45

Am 31.01.2011 verabschiedeten wir, die Leitung von Haus Allerstraße 33/35 und Arbeitskollegen, Frau Nora de Los Reyes.



Nach 40 Arbeitsjahren hieß es am 27.01.2011 Abschiednehmen.

In der Wohngruppe feierten wir zusammen mit unserer lieben Kollegin Frau de Los Reyes. Zahlreiche Besucher kamen vorbei und gratulierten Frau Reyes zu ihrem neuen Lebensabschnitt.



Neben vielen Überraschungen und Gästen gab es auch noch einen Imbiss. Für ihren Ruhestand wünschen wir alles Gute.

Inge Elsner

Neues aus dem Wohnverbund

Der Bewohnerbeirat informiert...

Liebe Leserinnen und Leser,
als Euer Bewohnerbeirat bemühen wir uns, alle Eure Anliegen so schnell wie möglich der Wohnverbundsleitung mitzuteilen und zusammen mit Herrn Schröder und Frau Mans zu einer Lösung zu kommen, die uns alle zufrieden stellt.

Dabei können Eure Anliegen unterschiedliche Bereiche betreffen, wie z. B. das Wohnen in den einzelnen Wohnhäusern (z. B. Anregungen zur Gestaltung der Wohngruppen, zum Ablauf der Tagesstruktur oder bei Problemen beim Tagesablauf), die Freizeitgestaltung oder bauliche Probleme, oder, oder, oder...

In der Vergangenheit haben wir als Bewohnerbeirat schon oft erfolgreich zwischen Bewohnern und der Wohnverbundsleitung vermittelt, so haben wir uns für den Bau der Raucherüberdachung am Blauen Haus ebenso eingesetzt, wie für neue Küchen in Haus 44 und der Außenwohngruppe in der Allerstrasse.

Damit wir auch in Zukunft gute Arbeit leisten können, sind wir auf Eure Mitarbeit angewiesen. Sprecht bitte Eure, für Euch zuständigen, Beiratsmitglieder an, wenn Ihr Fragen, Anregungen oder Beschwerden habt, nur so kann der Beirat schnell und reibungslos zwischen Bewohnern und Leitung vermitteln.

Eure Bewohnerbeiräte sind:

**zuständig für das Wohnhaus Wellinghofen:
Frau Otte und Herr Saathoff**

**zuständig für das Wohnhaus Blaues Haus:
Frau Austmann und Herr Kahla**

**zuständig für die Wohnhäuser 16 und Haus 44:
Frau Schwarz und Herr Kriwet**

**und Beiratsvorsitzender und zuständig für die Außenwohngruppen von Haus 44:
Herr Brosin**

Neues aus dem Wohnverbund

LWL-Tagesstätte Brackel holt die Sterne vom Himmel

Diese neue Bochumer Planetariumsshow lädt zu einer atemberaubenden Reise durch den Kosmos ein, die von der Erde bis zum Rand des beobachtbaren Universums führt. Die Show zeigt die einzigartigen Möglichkeiten des neuen Projektionssystems besonders eindrucksvoll:

Fantastische Flüge und grandiose Bilder zeigen das Universum, wie Sie es sicher noch nie gesehen haben...

Unsere Heimat, die Erde, erscheint wie eine Oase des Lebens auf dem samtschwarzen Hintergrund des Alls. Wir besuchen die Geschwister der Erde, die Planeten, die mit der Erde zusammen ihre Bahn um die Sonne ziehen. Tief tauchen wir ein in die mächtigen Canyons des Mars, unter uns zieht die Vulkanlandschaft des Jupitermonds Io hinweg, und staunend betrachten wir das Ringsystem des Saturn.

Dann dringen wir vor in das Reich der Sterne. Wir lernen unsere Nachbarsterne aus der Nähe kennen und werden Zeuge, wie unsere Sonne zum Stern unter Sternen wird und bald darauf in den Weiten der Milchstraße verschwindet. Wir tauchen in farbige Gasnebel ein, in deren Innerem noch heute neue Sterne entstehen, und durchqueren riesige Sternstädte, Sternhaufen, die vor Milliarden von Jahren entstanden, als das Universum noch jung war. Schließlich liegt die gesamte Sternenspirale der Milchstraße vor uns. Und noch weiter nach draußen geht es: Unzählige Milchstraßen bevölkern das Universum, und unser Blick reicht nicht nur tief in den Raum sondern auch zurück bis beinahe zum Anbeginn der Zeit.

Der exklusive Soundtrack wurde komponiert und arrangiert von Tim Heinrich mit dem Deutschen Filmorchester, Babelsberg. Wir waren begeistert und werden diese Sternreise wiederholen.

Ihre LWL -Tagesstätte

Neues aus dem Wohnverbund

„Haus am Weg“ -Meine Katze „Amy“

Mein Name ist Hans-Joachim Galk. Seit über einem Jahr lebe ich in meiner eigenen Wohnung und werde von Mitarbeitern des „Haus am Weg“ betreut.

Ich habe immer schon Haustiere gehabt und auch jetzt im stationären Einzelwohnen konnte ich mir mein Leben mit einem Tier gut vorstellen.

Im Oktober 2010 war es dann soweit: nach einigen Vorbereitungen, wie dem Einkauf von Tierfutter, Näpfen und Spielzeug, holte ich mit meiner Betreuerin eine kleine Katze ab, die vom Katzenschutzbund vermittelt wurde, und diese zog bei mir ein.



Als junge Katze ist sie sehr neugierig und lebhaft. Sie braucht viel Beschäftigung - das bedeutet auch für mich mehr Abwechslung in meinem Alltag und eine Menge Spaß. Manchmal rennt sie aber auch wie verrückt durch die Wohnung, springt auf den Tisch oder zwickt einen in die Hand, wenn man sie nicht genug beachtet.

Neues aus dem Wohnverbund

„Haus am Weg“ -Meine Katze „Amy“



Auch Gegenstände wie Schuhe, Kissen oder Taschen sind dann nicht vor ihr sicher und mit ihren Krallen richtet sie kleinere Schäden an.

Solche Momente sind für mich dann stressig, aber ihre Anhänglichkeit und Schmusebedürftigkeit, gerade am Abend, gleichen das wieder aus.

Auch mein Nachbar hat Gefallen an Amy gefunden, er nennt sie den "schwarzen Panther". Immer wenn er mich besucht, bringt er Amy Leckerlis mit. Alles in allem bin ich froh, dass sie da ist.



H.-J. Galk

Neues aus dem Wohnverbund

„Wohnhaus Wellinghofen“

„ Geschichte und Geschichten um uns herum “

Seit dem wir hier in Wellinghofen sind, gibt es eine Gruppe von Bewohnern von uns, die an der Erkundung unseres Umfeldes interessiert sind. Zuerst haben uns natürlich so Dinge interessiert wie: Wo ist der nächste Kiosk, Supermarkt und so weiter. Recht schnell haben wir uns da orientiert und zurecht gefunden. Schon nach kurzer Zeit stellte sich für uns die Frage, was es denn noch Interessantes hier in der Umgebung gibt.

Im Bereich „Naherholung“ liegt die Bittermark mit ihrer ausgedehnten Waldfläche sozusagen direkt vor unserer Haustür. Das war dann auch eines unserer nächsten Ziele. Ganz nebenbei hat sich dann für uns die Frage ergeben, was es denn mit dem Ehrenmal in der Bittermark genau auf sich hat. Das war der Zeitpunkt wo sich eine lockere Interessengruppe bei uns mit dem Thema „ Geschichtsinteresse“ gebildet hat. Da wir eine Internetverbindung nutzen können, haben wir die Möglichkeit, auch dort nach Informationen zu suchen. Nach einiger Zeit wussten wir auch, an welchen Stellen wir mit unserer Informationssuche am Besten fündig werden.



*Tolle Sache
so eine
Internetrecherche*



*Hier das Ergebnis:
der Johannes Erbstock*

Neues aus dem Wohnverbund

„Wohnhaus Wellinghofen“

„ Geschichte und Geschichten um uns herum “

Als nächstes interessierte uns der neue Phönixsee. Das alte Hoesch-Betriebsgelände weckte natürlich unser Interesse am Bereich Kohle und Schwerindustrie. Im Frühjahr, wenn das Wetter wieder schöner ist, haben wir vor uns mit der Geschichte der Stahlindustrie zu beschäftigen. Anlass war die Platzierung einer Thomasbirne, die auf einer Insel im See aufgestellt wurde.

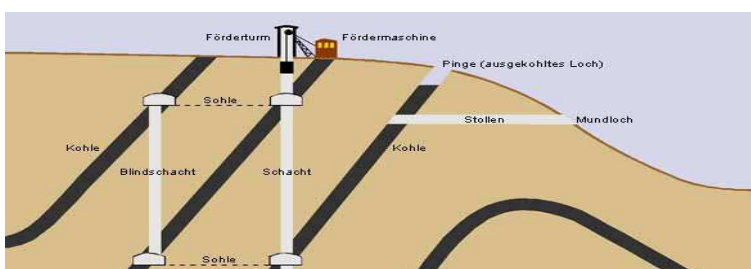
Vor ca. drei Wochen sind wir dann zur Zeche Zollern gefahren. Auf dem Weg dorthin sind wir, ganz in unserer Nähe, auf zwei alte Begriffe aus dem Bergbau gestoßen.

Den „Johannes Erbstollen“ und das Flöz „Mausegatt“.



Diese komischen Namen, und deren Bedeutung haben unser weiteres Interesse geweckt. Aus dem Internet haben wir dann erfahren, dass schon sehr früh, so ca. zum Ende des 16. Jahrhunderts hin, industriell Kohle abgebaut wurde. Diese Kohleregion zieht sich unter der Bittermark her und geht im Bereich Witten bis zur Ruhr. Dieser Landstrich wird auch als Muttental bezeichnet.

Der Johannes Erbstollen war die waagerechte Querverbindung (Stollen) von der Ruhr bis zur Bittermark. Der Johannes Erbstollen wurde vorwiegend zum Entwässern der Kohlegruben verwendet. Von ihm gingen aber auch die einzelnen Kohlestreben in das Flöz Mausegatt.



Als Flöz wird die Erdschicht bezeichnet, in der sich die Kohle befindet.

Geschichtsguppe WH Wellinghofen

Neues aus dem Wohnverbund

Kreativkreis mit Recyclingmaterialien

Bei dem Kreativkreis im Februar ging es um das Thema „Basteln mit Recyclingmaterialien“.

Die Möglichkeiten hier sind vielseitig, man muss nur Ideen haben und ein wenig Kreativität beweisen.



Vorgelegt wurden drei verschiedene Bastelideen:

- ein Portemonnaie oder eine Tasche aus Tetra-Packs
- Tischunterlagen individuell gestaltet aus Zeitschriften und leeren Kaffeetüten
- Figuren aus Zeitungspapier.

Die Kreativkreisteilnehmer konnten sich für eine der drei Techniken entscheiden und diese ausprobieren.

Besonders beliebt waren die Portemonnaies aus Getränkepackungen und die Tischsets.



Wer Interesse bekommen hat, eine Bastelanleitung für ein Portemonnaie aus Tetra-Pack befindet sich auf den *Seiten 20-21*



Neues aus dem Wohnverbund

„Wohnhaus Schwerter Heide“ Projekt „Leinwandgestaltung“

Der Gestaltung einer Leinwand kann auf sehr vielfältige und unterschiedliche Weise erfolgen. Einige kreative Köpfe aus dem Wohnheim Schwerter Heide ließen ihrer Phantasie freien Lauf. Im Rahmen der internen Ergotherapie entstanden die zu bestaunenden Tier- und Phantasiegestalten. Es wurden vielfältige Materialien wie Acrylfarben, Strukturspachtel, Moosgummi, Wolle, Fell, Filz, Tonpapier, Eierkartons, Zahnstocher, Glitter und Pailletten bei der Gestaltung verarbeitet.



Könnt ihr einige Gestalten zuordnen ?

Regenbogenfisch, Pferd, Schwein und Igel sind doch gut zu erkennen.

Aber der rote Geselle rechts auf dem Foto über dem Textfeld sucht noch seine Bezeichnung.

Wer Spaß daran und eine lustige Idee hat, kann seinen Vorschlag in der Tagesförderstätte abgeben.

Edith Schmidt

Thema des Monats

Lebensmittelskandal in Deutschland



Dioxin in Lebensmitteln

Uns beschäftigt gerade der Lebensmittelskandal über Dioxin im Essen. Was ist Dioxin überhaupt?

Dioxin umgibt uns in unserer Umwelt. So entsteht es ganz natürlich bei Waldbränden, aber in so geringen Mengen, dass es uns nicht krank macht. Generell entsteht es bei hohen Temperaturen. Bei 100 Grad Celsius kocht Wasser, aber erst bei 300 Grad Celsius entsteht Dioxin. Das Problematische ist, dass Dioxin sehr stabil ist und erst bei 900 °C zerfällt.

Wie kommt Dioxin in unser Essen?



In diesem Falle bei industrieller Nutzung von Rapsöl.

Dieses wurde verbotenerweise wieder für Futterfette genutzt, in dem eine Firma 150.000 Tonnen Futtermittel mit 2 % dieses belasteten Fettes vermischte. Dieses wurde an Futtermittelhersteller in ganz Deutschland geliefert. Nachdem bei Lebensmittelkontrollen das Dioxin in Eiern und Fleisch festgestellt wurde, stoppte man die Auslieferung an Kunden. Das betraf Legehennen-, Puten- und Schweinemastbetriebe.



Thema des Monats



Selbst bei einer sehr hohen Menge Dioxin besteht keine Lebensgefahr, es ist allerdings gesundheitsschädlich. Es führt unter anderem zu einer sogenannten Chlorakne (siehe Bild, rechte Seite).

Der Ukrainische Präsident nach Dioxin Anschlag.

Die Dioxinkonzentration in seinem Blut war 50.000mal höher als der Normalwert.

Trotzdem überlebte der Politiker.



Wer sicher sein will, sollte nicht unbedingt Leber oder Fettiges wie Eigelb essen, da dort dieses Gift eingelagert wird.

Michaela Held, Sebastian Schletter

Bild-Quelle: links: Günther Havlena, Viktor Mildenerger/ Pixelio.de
rechts: wikipedia

Was...

.wann..

...WO



Live-Übertragung/Quellennachweis Stadt Dortmund

Bolshoi Live-Saison 2010/2011

Eine Karte für die weltweit gefeierten Aufführungen des Bolshoi-Balletts in Moskau zu bekommen, ist eine wahre Herausforderung. Doch für deutsche Ballettfreunde ist das seit 1773 bestehende Theater nur noch einen Kinobesuch entfernt:

Das CineStar Dortmund fasziniert seine Gäste mit vier Live-Übertragungen aus Moskau - in High Definition-Qualität und 5.1 Surround Sound. Auch im März steht wieder eine auf dem Programm:

06. März 2011, um 17 Uhr: "Don Quichotte" von Ludwig Minkus unter Bearbeitung des Choreografen Alexei Fadeyev: Die Uraufführung des Werks fand am 26. Dezember 1869 im Bolshoi-Theater statt. Eine Liebesgeschichte in Anlehnung an Cervantes.

Wochenmärkte/Quellennachweis Stadt Dortmund

ORDNUNGSAMT PLANT BIS JANUAR 2013

Das Ordnungsamt hat die von der Stadt Dortmund durchgeführten Wochenmärkte gemäß der Gewerbeordnung bis zum 31. Januar 2013 festgesetzt. Diese im Zwei-Jahres-Rhythmus aufgrund gewerbe- und ortsrechtlicher Vorschriften zu treffende Entscheidung ist für die Dortmunder Wochenmärkte deshalb von besonderer Bedeutung, weil damit für Händler und Kunden verbindliche Regelungen über Platz, Zeit und Öffnungszeiten der nachstehend aufgeführten Wochenmärkte getroffen werden. Hinsichtlich der Veranstaltungsplätze, Markttag und der Öffnungszeiten verbleibt es grundsätzlich bei den bisherigen Festsetzungen.

Was...

.wann..

...WO



Abweichend hiervon konnte der Hörder Neumarkt mangels Händler- und Kundeninteresse und defizitärer Entwicklung nicht kostendeckend bewirtschaftet werden und wird daher vom Ordnungsamt nicht mehr veranstaltet.



Märkte in der Innenstadt:

Der Hansa Markt findet jeden Mittwoch, Freitag und Samstag auf dem Hansaplatz statt. Ersatzfläche ist grundsätzlich der Friedensplatz.

Der Nordmarkt findet jeden Dienstag und Freitag auf dem durch die Malinckrodt-, Lortzing-, Stollen-, und Clausthaller Straße begrenzten Platz statt.

Der Davidismarkt findet jeden Mittwoch und Samstag in der Davidisstraße von Von-der-Tann-Straße bis zur Walderseestraße statt.

Aplerbecker Wochenmarkt:

jeden Donnerstag auf dem Platz an der Köln-Berliner-Straße

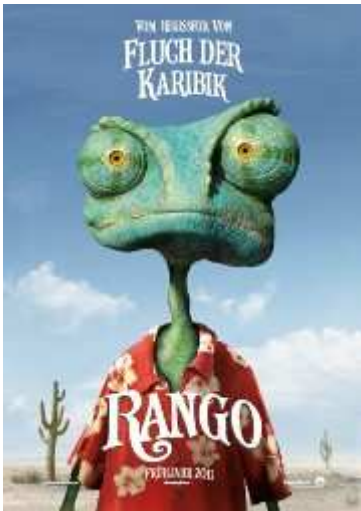
Was...

..wann..

...WO



Kinotipp Rango/ Quellennachweis Cinestar Dortmund
Filmstart am: 03.03.2011



Ein kleines Chamäleon fühlt sich zu Höherem berufen: Aufgepasst, hier kommt Rango! Und der wird als Sheriff einer Wüstenstadt endlich mal eine richtige Herausforderung erleben...

„Hey! Ich kann meine Augen getrennt voneinander bewegen! Und hier, das ist Camouflage de luxe“, so begeistert macht Rango seine Qualitäten publik. Dumm nur, dass niemand dem kleinen Chamäleon Beachtung schenkt. Rango fühlt sich verkannt. Er wäre so gern ein richtig cooler Held, der an jedem Kletterfinger zehn Mädchen hat. Das Leben im Terrarium kann für einen charismatisch-geheimnisvollen Typen wie ihn doch nicht alles sein! Mit mehr Glück als Verstand gelingt es Rango dann tatsächlich aus seiner Einöde im Glaskasten zu entkommen – die Suche nach seiner wahren Bestimmung beginnt und findet ihren Schauplatz in einer abgewetzten Stadt im Wilden Westen, die den hübschen Namen „Dirt“ trägt. Hier, in der Mojave-Wüste, sorgen fiese Banditen für Angst und Schrecken, und die fieberhafte Suche nach einem neuen Sheriff läuft auf Hochtouren. Rangos große Stunde hat endlich geschlagen!

Unser Sponsor für den Gewinn beim Rätsel des Monats

Café Big Apple

Geschäftsleiter Ümit Evgin

Tel.: (0231) 474 18 00, Fax: (0231) 474 17 99

Mobil: 0151-235 230 50, E-mail: applerbeck@gmx.de

Marsbruchstr. 179 • 44287 Dortmund

Vorbestellungen

Intern 3201 &

Extern (0231) 45 03 32 01

Unsere Küche hat Montags bis Freitags
von **11.00 Uhr** bis **17.30 Uhr** geöffnet.
bis **18.00 Uhr** haben Sie noch Möglichkeit
Pommes zu bestellen. Wochenende und
Feiertage bleibt unsere Küche geschlossen

Öffnungszeiten

Mo.-Fr.: 08.30-19.30 Uhr

Sa.-So. und Feiertage: 12.00-18.00 Uhr

Alle Gerichte können auch mitgenommen werden.
Ein kurzer zeitlicher Hinweis an der Kasse genügt.

Sie wollen feiern?

Geburtstag..? Fete..? Hochzeit..?

Neujahr..? Weihnachten..? usw.

kommen sie zu uns und sprechen sie uns an

Freitags und Samstags

ab 18.00 uhr vermieten wir unser Cafe

Info bei Ümit evgin

warme Getränke

Allegretto Latte Machiatto glas 1,95
warme Milch, frischer Espresso
und Milchschaum
Inkl. Vanille, Karamel o. Macadamia-Aroma2,25

Allegretto Cappuccino Tasse 1,60
warme Milchschaum und frischer Espresso
Inkl. Vanille, Karamel oder Macadamia-Aroma1,90

Allegretto milchkaffee Tasse 1,95
warme Milch, frischer Kaffee und viel Milchschaum
Inkl. Vanille, Karamel oder Macadamia-Aroma2,25

Allegretto Espresso Tasse 1,20
Klein, Stark und SchwarzDoppelt 1,95

Allegretto Café Creme Tasse 1,50

Allegretto Kaffee Tasse 1,20
frisch gebrühter Kaffee.....Pott 1,70

Espresso machiatto Tasse 1,60
Espresso mit aufgeschäumter Milch

Schokoccino Tasse 1,95
Espresso mit Schokolade und Milchschaum

Choxo warme Schokolade Tasse 1,50
hochwertiger Trinkschokolade
mit Milch und Sahne1,80

warme Milch glas 1,50
warme Milch mit honigglas 1,80

Ceylon classic Teeglas 1,20
schwarzer Tee

Ginger Lemon-Tee Bioglas 1,50
grüner Tee mit Zitrone

Yalai Springtimeglas 1,50
weißer Tee

Souvenir de Provence Bioglas 1,20
Kräuter Tee

Pfefferminzglas 1,20
Pfefferminztee

Kamilleglas 1,20
Kamillentee

Red Energy Bioglas 1,50
rote Früchtetee

Cape Caramel.....glas 1,20
Rooibostee mit Caramel Aroma

Happy Fruit.....glas 1,20
Früchtetee

*Coffee to go
alle Warm- und Heissgetränke
auch zum mitnehmen*

Café Big Apple - Marsbruchstraße 179

Info-Ecke



Wußten Sie schon, dass....

... die meistgesprochene Muttersprache Hochchinesisch ist?

Hochchinesisch (auch als Mandarin bezeichnet) ist mit 1215 Millionen Sprechern (davon über 850 Millionen Muttersprachlern) die meistgesprochene Muttersprache der Welt. Hochchinesisch wird vor allem in der Volksrepublik China, Taiwan und Singapur gesprochen. Damit hat Hochchinesisch wesentlich mehr Muttersprachler als Englisch, welches von „nur“ rund 350 Millionen Menschen als Muttersprache gesprochen wird. Jedoch gilt Englisch auch weiterhin als die häufigste Zweitsprache, die auch z. B. in chinesischen Schulen als erste Fremdsprache gelehrt wird.

Hochchinesisch wird genau wie Englisch als Weltsprache bezeichnet, weil beide Sprachen mehr als 100 Millionen Sprecher haben.

.... man ein DIN-A 4 Papier nur sechsmal falten kann?

Unglaublich wird so mancher denken – jedoch lässt sich ein normales DIN-A 4 Papier nur sechsmal falten. Ein siebter Versuch schlägt fehl, weil „der Platz nicht mehr ausreicht“ bzw. das Papier schon zu „dick“ ist.

Unter Falten versteht man in diesem Zusammenhang, wie oft man ein Papier durch Umknicken halbieren kann.



Übung des Monats zur Kräftigung der Bauchmuskulatur

Übung 1

1. Legen Sie sich auf den Rücken und stellen Sie die Beine nebeneinander auf
2. Legen Sie beide Hände in den Nacken
3. Heben Sie die Schulterblätter vom Boden ab, halten Sie diese Position kurz und gehen Sie dann wieder in die Ausgangsposition zurück
4. Legen Sie den Kopf während der Übung nicht ab
5. Diese Übung 10 Mal wiederholen.

Übung 2

1. Legen Sie sich auf den Rücken und stellen Sie die Beine nebeneinander auf
2. Legen Sie beide Hände in den Nacken, die Ellenbogen sind nach außen gedreht
3. Heben Sie die rechte Schulter in Richtung linkes Knie vom Boden und senken Sie sie wieder
4. Legen Sie den Kopf während der Übung nicht ab
5. Diese Übung 10 Mal wiederholen.

Wunschberichte

unserer Leser/-innen



Basteltipp: Portemonnaie aus Tetra-Packs



Zuerst einen leeren Getränkekarton gründlich auswaschen.

Sowohl den Deckel als auch den Boden von dem Tetra Pack abschneiden.

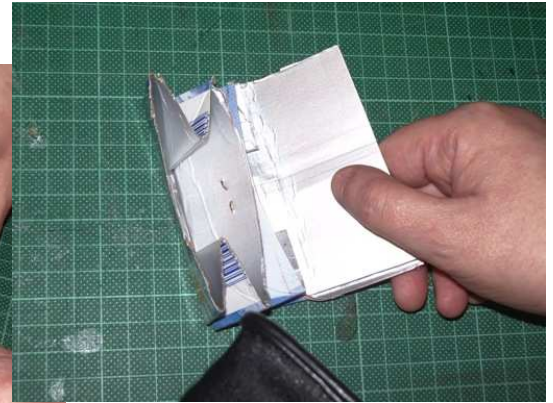


Auf der Packung, bei $\frac{1}{3}$, von unten gemessen, eine Markierung einzeichnen.

Danach sowohl die Rückseite als auch die Seitenteile zu $\frac{2}{3}$, also bis zur Markierung, abschneiden.



Die zugeschnittene Packung nun zu 2/3 nach oben falten und an der Knickstelle mittig zusammen tackern.



Danach Löcher mit der Lochzange, an der Stelle stanzen, wo der Druckknopf angebracht werden soll.



Zum Schluss den Druckknopf anbringen.



Fertig ist das Tetra- Pack Portemonnaie.

Tipps & Tricks



Nützliche Gartentipps



Im März geht es langsam los.
Die Tage werden wärmer, der Boden erwärmt sich langsam.
Die ersten Frühlingsblumen stecken ihre Köpfe aus der Erde.
Jetzt merkt man:
Der Frühling ist nicht mehr weit.

Mit den ansteigenden Temperaturen steigt auch die Notwendigkeit,
im Garten einiges tun zu müssen...

- Im Lauf der kalten Jahreszeit lagern sich auf dem Terrassenpflaster Laub, Zweige und Moos ab. Kehren Sie den Schmutz mit einem harten Besen zusammen und entfernen Sie hartnäckigere Ablagerungen mit einem Fugenkratzer oder Hochdruckreiniger.
- Alle öfterblühenden Rosen brauchen im März einen kräftigen Rückschnitt, damit sie in der kommenden Saison üppig blühen.



Tipps & Tricks



- Die ersten Unkräuter sprießen und müssen entfernt werden. Jetzt geht das noch relativ schnell. Die Beete müssen sauber gemacht werden, die Erde in den Beeten sollte aufgelockert werden.

- Auch der Rasen wacht langsam auf. Wenn der Frost vorbei ist, sollten Sie alte Blätter und herabgefallene Äste vom Rasen entfernen. Wichtig ist, dass der grüne Teppich jetzt viel Licht bekommt, damit er sich schnell von den Winterstrapazen erholt. Auch die erste Düngergabe für den Rasen kann bereits jetzt erfolgen.

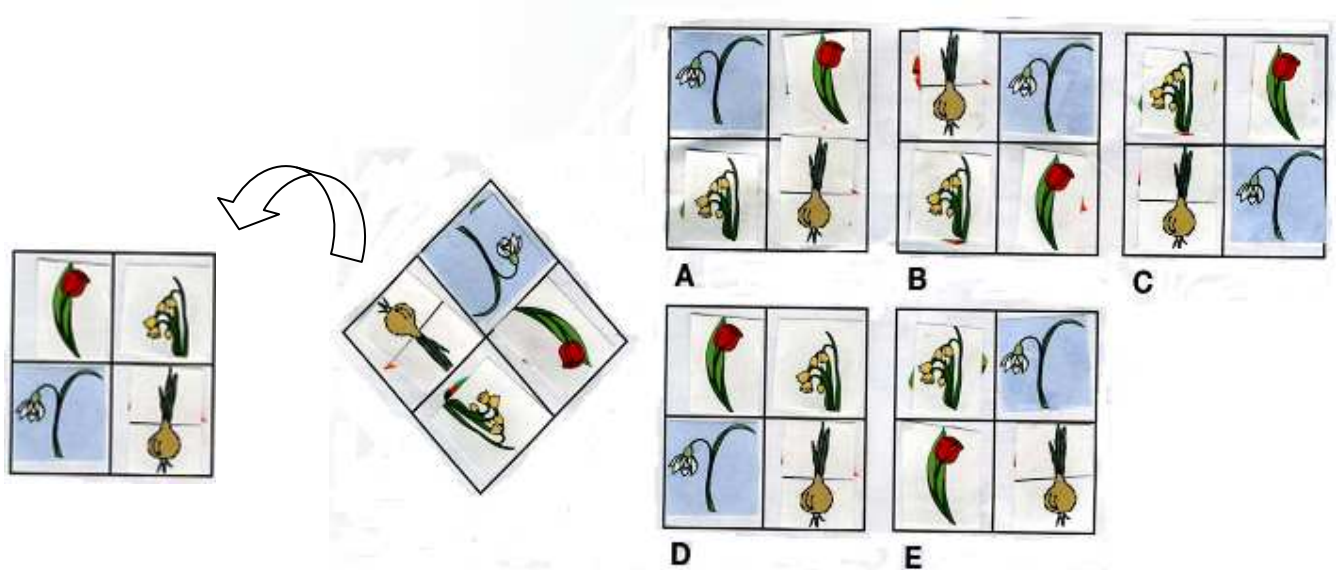


- Der März ist der letzte Termin, um sommergrüne Bäume und Sträucher umzupflanzen.
- Ab März kann man in vielen Regionen Deutschlands die warmen Strahlen der Frühlingssonne schon wieder auf der Terrasse genießen. Holen Sie daher rechtzeitig Ihre Gartenmöbel aus dem Winterlager und säubern Sie sie gründlich von Staub und anderen Ablagerungen.

Auflösung des Februarrätsels



Die Lösung lautet: „D“



Gewinner/-in ist:
Olaf Kahla

Herzlichen Glückwunsch!

Lieber Herr Kahla,
der Gutschein für eine Tasse Kaffee und ein Stück
Kuchen, einzulösen im Sozialzentrum „Big Apple“,
kann in der Tagesförderstätte
abgeholt werden.

Das Redaktionsteam

Rätsel des Monats



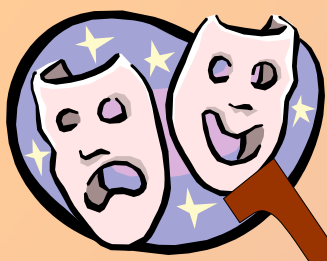
Wie viele
Mäuse
haben
sich im
Zugabteil
versteckt?

Die richtige Zahl sendet bitte bis zum 22. März 2011 an die Tagesförderstätte.

Die Ziehung des Gewinners erfolgt in der nächsten Redaktionssitzung und wird in der Aprilausgabe bekannt gegeben.

Der Gewinner erhält einen Gutschein für eine Tasse Kaffee und ein Stück Kuchen im „Big Apple“ - Sozialzentrum.

Idee: C. Zimmer



Der Kölner Kardinal stirbt. Er vermacht seinen Papagei dem Papst. Dieser Papagei hatte die Angewohnheit, jeden Tag in der Früh, wenn der Kardinal ins Zimmer kam, zu sagen: "Guten Morgen, Eminenz." Wie sein Käfig nun im Arbeitszimmer des Papstes steht, macht er genau das gleiche. Jeden Morgen:
"Guten Morgen, Eminenz."

Der ganze Vatikan ist entrüstet, dass der Papagei nicht "Guten Morgen, Eure Heiligkeit" sagt. Sie probieren alles Mögliche, um dem Papagei den neuen Spruch beizubringen - vergebens. Schließlich meint ein Berater des Papstes: "Weißt Du was, morgen in der Früh gehst Du in vollem Ornat mit Mitra, Hirtenstab, prunkvollem Messgewand usw. ins Arbeitszimmer, dann ist der Papagei sicher so voller Ehrfurcht, dass ihm gar nichts anderes übrigbleibt, als
"Heiligkeit" zu sagen.

Gesagt, getan, am nächsten Morgen schleppt sich der Papst vollbehangen mit kirchlichem Klunker ins Arbeitszimmer.

Der Papagei scheint zuerst etwas verwirrt zu sein. Dann ruft er:
"Kölle Alaaf, de Prinz kütt!"

Wie heißt das
Fleisch des
Karnevalisten?
„Tatar“



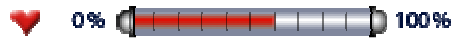
Polizist hält Jeck mit seinem Auto an: "Verkehrskontrolle. Haben Sie noch Restalkohol?"
Der Jeck grimmig: "Ich verbitte mir diese Bettelei!"



Fische

Quellennachweis Internet

Liebe & Partnerschaft (60%)



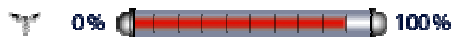
Weil Sie Ihre Karriere so in Anspruch nimmt, kommen Sie kaum dazu, Ihrem Liebesleben genügend Aufmerksamkeit zu schenken. Aber der Mensch lebt nicht vom Brot allein. Treten Sie beruflich etwas kürzer, denn die Sterne stehen günstig für Flirts und Abenteuer. Durch eine Einladung in den nächsten Tagen kommen Sie voll auf Ihre Kosten.

Beruf & Karriere (80%)



Ihr kreatives Potenzial ist auf dem höchsten Punkt, es scheitert aber an der Umsetzung. Lassen Sie sich dadurch nicht frustrieren, sondern suchen Sie gezielt nach Möglichkeiten, Ihre Ideen zu verwirklichen. Wenn Sie sich intensiv damit beschäftigen, werden Ihnen gegen Monatsende einige Optionen offen stehen.

Gesundheit & Wohlbefinden (90%)



Alles bestens! So könnte für Fische-Geborene die Devise in diesem Monat lauten. Sie fühlen sich wohl in Ihrer Haut, da sind doch sicher ein paar Sport-Trainingseinheiten drin? Vielleicht schreiben Sie sich sogar in einem Fitness-Studio ein, das Ihnen die Möglichkeit für Kraft- und Ausdauersport bietet? Ihre Figur wird sich darüber freuen

Impressum:

Verantwortlich für den Inhalt:

Im Sinne des Presserechtes:

*Dieter Juhls , Anja Aust/ LWL-Wohnverbund
Dortmund*

*Namentlich gekennzeichnete Beiträge
müssen nicht immer der Meinung der
Redaktion entsprechen.*

Kontakt:

*LWL-Wohnverbund Dortmund
44287 Dortmund
Tel: 0231 / 4503 5366*

Redaktion:

*Michaela Held
Brigitte Jörgens
Barbara Radig
Petra Wald
Carola Zimmer
Reiner Brosin
Hans -Jürgen Kloska
Marc Scheurer
Sebastian Schletter
Erika Austmann
Karl-Heinz Kriwet*



Bitte senden an: