

Der Lavendel - ein Multitalent



Lavendel steckt in Duftsäckchen zur Mottenbekämpfung, wird als pflanzliches Arzneimittel und Gewürz in der Küche verwendet.

Zunächst wurde die Pflanze für Waschwasser genutzt. Mitte des 12. Jahrhunderts empfahl Hildegard von Bingen den Echten Lavendel zur äußerlichen Anwendung und gegen Ungeziefer. Darüber hinaus hat das ätherische Lavendelöl eine beruhigende und entspannende Wirkung.

Und - Lavendel gelangte auch in die Küche. Er lässt sich gut mit anderen Gewürzen kombinieren und ist neben Salbei, Thymian, Rosmarin, Oregano und Bohnenkraut Teil der Gewürzmischung „Kräuter der Provence“.

Schnuppern Sie doch mal

Zum Rätseln und Schmunzeln:

Lavendel als duftender Strauch kennen die meisten Menschen. Aber welche dieser Duftpflanzen gibt es denn wirklich?

Ja

Nein

Lebkuchenbaum

Glückskastanie

Honigkraut

Parfümjasmint

Lakritzanne

Madonnenlilie

Vanilleblume

Zuckerrose

Nachtkerze

Schokoladenblume

Currynuss

Zimtstern

Ein kleiner Hinweis: Fünf dieser Pflanzen sind frei erfunden :-)

Wochenblatt

Nr. 88

Haltepunkt Kaiserstraße

Kontakt:

Telefon: (0208) 43 96 69 89

Mobil: 0170 87 94 973

andrea.quass@fliedner.de

annette.dietz@fliedner.de

Gültig 2021/Woche 41
11.10.2021 bis 15.10.2021



Düfte machen Laune

Düfte waren für unsere Vorfahren überlebenswichtig. Durch Riechen fanden sie Nahrung und waren vor Verdorbenem oder gefährlichen Situationen gewarnt.

Gerüche wecken Erinnerungen an Orte oder Personen, die man „riechen“ oder „nicht riechen“ kann. Sie beeinflussen unser Befinden und unsere Gefühle, sie können uns anregen oder ängstigen, sie beleben oder beruhigen uns.

Das können wir uns zunutze machen. Hirnforscher haben herausgefunden: wenn wir den richtigen Duft auswählen, und daran schnuppern können wir uns gleich besser fühlen. Welcher Duft uns erfreut, ist dabei sehr individuell. Für die meisten Menschen wirken Minze- oder Zitrusdüfte belebend und aufmunternd. Ingwer bringt unseren Kreislauf in Schwung und weckt mit seinem feurigen Duft die Lebensgeister.

Welchen Duft verbinden Sie mit guter Laune?

Speiseplan / Essen to go

Wochenplan

Die Einzeltermine sprechen wir persönlich und individuell mit Ihnen ab!

Montag

Andalusischer Tomaten-Gemüsetopf mit Rinderbeinscheibe und Brot

Dienstag

Sauerbratengulasch mit Rotkohl und Klößen

Mittwoch

Gyrosgeschnetzeltes mit Kartoffelspalten, Zaziki und Krautsalat
Nachtisch



Watt meint je, watt dat iss?



Montag, 11. Oktober 2021

09:00 Uhr bis 10:45 Uhr Gruppe Frau Krüger
11:00 Uhr bis 12:45 Uhr Gruppe Frau Quaß+Frau Dietz+Frau Krüger
11:00 Uhr bis 12:45 Uhr Gruppe Frau Rigaud
13:00 Uhr bis 14:45 Uhr Gruppe Frau Dietz

Dienstag, 12. Oktober 2021

09:00 Uhr bis 10:45 Uhr Gruppe Frau Krüger
10:45 Uhr bis 12:45 Uhr Gruppe Frau Dietz
12:00 Uhr bis 13:45 Uhr Gruppe Frau Rigaud
13:00 Uhr bis 14:45 Uhr Gruppe Frau Quaß

Mittwoch, 13. Oktober 2021

09:00 Uhr bis 10:45 Uhr Gruppe Frau Krüger
11:00 Uhr bis 12:45 Uhr Gruppe Frau Rigaud
11:00 Uhr bis 12:45 Uhr Gruppe Frau Quaß+Frau Dietz+Frau Krüger
10:45 Uhr bis 12:45 Uhr Gruppe Frau Dietz

Donnerstag, 14. Oktober 2021

09:00 Uhr bis 10:45 Uhr Gruppe Frau Krüger
10:00 Uhr bis 11:45 Uhr Gruppe Frau Rigaud
11:00 Uhr bis 12:45 Uhr Gruppe Frau Quaß
13:00 Uhr bis 14:45 Uhr Gruppe Frau Dietz

Freitag, 15. Oktober 2021

09:00 Uhr bis 10:45 Uhr Gruppe Frau Rigaud
10:00 Uhr bis 11:45 Uhr Gruppe Frau Quaß+Frau Dietz+Frau Krüger
11:00 Uhr bis 12:45 Uhr Gruppe Frau Quaß
11:00 Uhr bis 12:30 Uhr Gruppe Frau Krüger
13:00 Uhr bis 14:45 Uhr Gruppe Frau Dietz

