

OBBA MOBIL

Ausgabe
März 2022

Dein Buntes Ideenheft



Lebenshilfe
Erlangen-Höchstadt

Liebe Leser,

da sind wir wieder. 😊

Wir haben eine schöne Nachricht bekommen.
Einige Leser wünschen sich noch eine Ausgabe
des **Bunten – Ideen – Hefts**.

Darüber freuen wir uns.

Also haben wir uns wieder etwas für Euch ausgedacht.

Diesmal findet Ihr im **Bunten – Ideen – Heft**.

viele Beiträge zu dem Thema Fasching.

Leider können wir nicht zusammen feiern.

Aber wir können uns trotzdem verkleiden.

Und eine kleine Party machen.

Dafür könnt Ihr Masken basteln.

Eine Anleitung findet Ihr im Heft.

Außerdem gibt es ein spannendes Experiment.

Ihr lernt wie ein Wasser-Barometer funktioniert.

Ihr lest oder hört gerne Geschichten?

Im Heft ist eine schöne Geschichte über den Hund „Teddy“.

Oder Ihr könnt einen Ausflug machen.

Zur wunderschönen Burg in Cadolzburg.

Wir wünschen Euch ganz viel Spaß beim Lesen und Ausprobieren
unserer Ideen.

Herzliche Grüße
Euer OBA – Team

Das **Bunte Ideen Heft** kann auf der Homepage der Lebenshilfe
runtergeladen werden.

Das **Bunte Ideen Heft** darf sehr gerne an Familien, Kinder und alle
Interessenten weitergegeben werden.

Inhaltsverzeichnis

Allgemeines

Einführung	S. 1
Inhaltsverzeichnis	S. 2

Aktivität / Kreativität / Bewegung

Winterbild	S. 3
Faschings-Masken basteln	S. 4
Bastel-Vorlagen für Faschings-Masken	S. 6
Faschingsrätsel	S. 13
Gemeinsam kochen	S. 14
Rezept	S. 16
Reime zum Fasching	S. 18
Geschichte in einfacher Sprache	S. 19
Schneeballrätsel	S. 20
Bewegen macht Spaß	S. 21
Luftballon Matherätsel	S. 25
Experiment - Wasserbarometer	S. 26
Bilder-Puzzle	S. 28
Ausmalbild	S. 30
Ausflugstipp zur Cadolzburg	S. 32
Sonnenuntergang	S. 34

In der Stille und Geduld des Winters
liegt die Kraft für das Neue.

Monika Minder,
Dichterin aus der Schweiz

Faschings-Masken basteln



Ein bisschen Verkleidung muss sein 😊

Auch in diesem Jahr können wir keine große Faschings-Party machen. Eine schöne Maske basteln das geht trotzdem. Probier es aus, mit der Maske siehst du ganz anders aus. Vielleicht machen deine Familie oder Freunde mit. Und schon entsteht ein bunter Masken-Ball.

Anleitung für die Masken

Material: Maske auf A4-Papier ausdrucken, Farben, Schere, Gummiband

Suche dir eine schöne Maske aus.

Male die Maske an, so wie es dir gefällt.

Schneide die Maske aus.

Steche mit einer Nadel oder spitzen Schere rechts und links in die Markierung ein kleines Loch.

Schneide ein 30-40 cm langes Gummiband ab.

Fädle das Gummiband durch die Löcher und verknote es am Ende.

Weitere Vorlagen gibt es bei www.kinder-malvorlagen.com



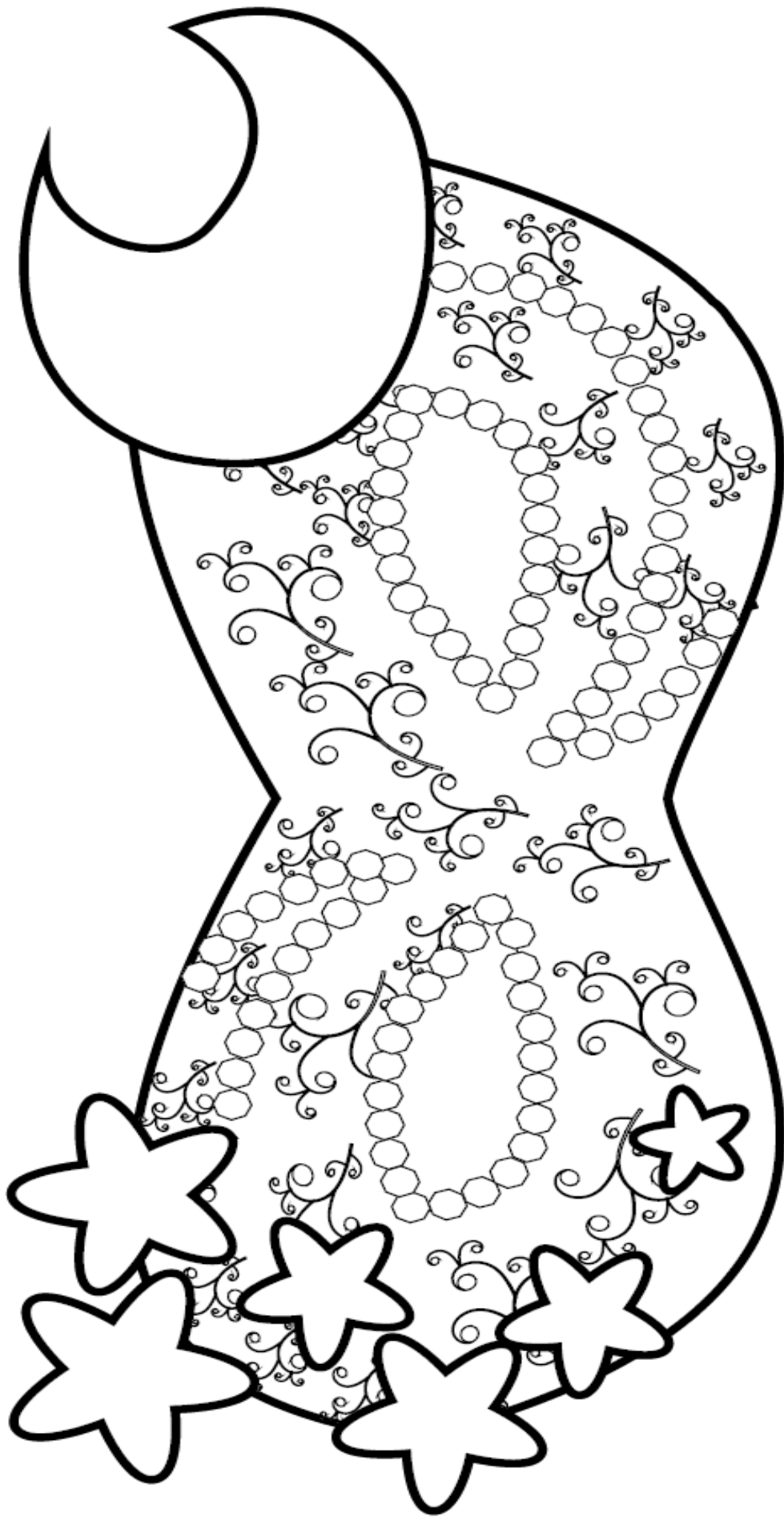
Quelle:

https://www.kunstnet.de/w4/27780/gross_die-maske.jpg

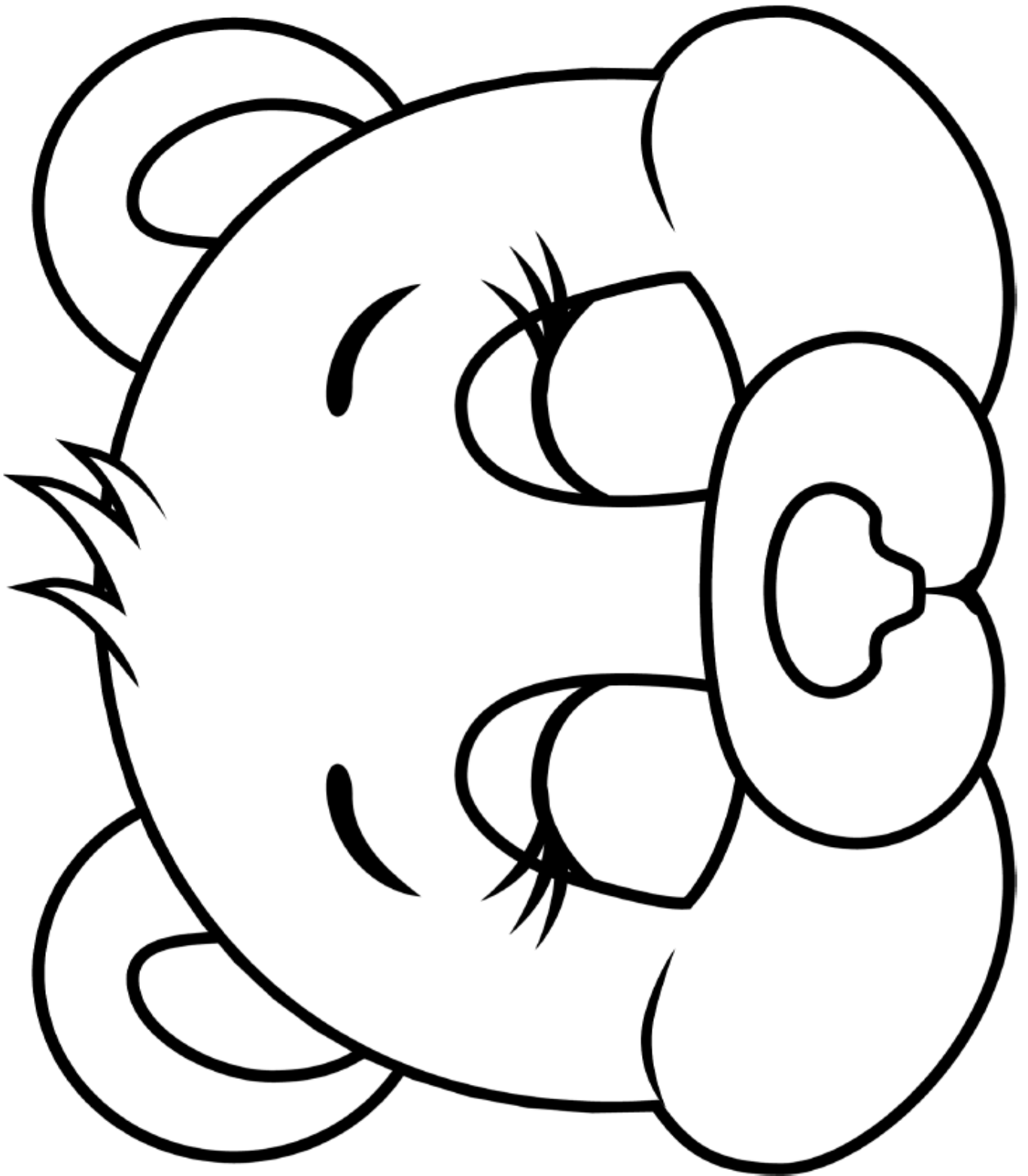














Quelle: © www.kinder-malvorlagen.com

Faschingsrätsel



Faschingsrätsel

Finde die Wörter waagrecht und senkrecht oder Diagonal!



1. Koch
2. Clown
3. Prinzessin
4. Fasching
5. Pirat
6. Geist
7. Gespenst
8. Luftballon
9. Konfetti
10. Maske
11. Musik
12. Karneval
13. Zauberer
14. Fee
15. Hexe
16. Tanz
17. Pilz
18. Tiger
19. Katze
20. Indianer
21. Cowboy
22. Löwe
23. Prinz
24. Narr
25. Affe

K	Y	X	P	I	R	A	T	C	V	B	G	E	S	P	E	N	S	T
O	M	A	S	D	F	G	H	J	K	L	Ö	Ä	Ü	R	P	O	Z	U
C	L	O	W	N	Z	T	F	R	E	W	Q	W	E	I	R	T	A	U
H	I	O	P	Ü	A	S	A	D	I	N	D	I	A	N	E	R	U	F
G	H	A	F	F	E	J	S	F	G	H	J	K	L	Z	Ö	F	B	F
X	C	V	B	N	M	M	C	A	S	K	A	T	Z	E	S	D	E	G
C	O	W	B	O	Y	H	H	J	N	K	K	L	Ö	S	L	Ö	R	E
Ä	P	Ü	O	I	U	Z	I	T	A	R	G	E	I	S	T	E	E	Q
L	Ö	W	E	W	E	R	N	R	R	T	Z	U	I	I	O	P	R	Ü
U	A	S	D	F	G	H	G	J	R	K	P	R	I	N	Z	L	E	Ö
F	Ä	C	M	V	B	N	M	M	K	L	J	H	G	F	D	S	A	I
T	W	K	A	R	N	E	V	A	L	E	B	O	R	F	E	S	T	T
B	T	Z	S	U	I	O	P	Ü	Ä	Ö	L	K	J	H	G	T	D	I
A	A	Y	K	Y	K	X	S	C	V	S	T	E	Y	N	E	N	M	G
L	K	L	E	I	T	P	H	Ä	L	C	K	J	H	F	T	D	S	E
L	A	M	S	W	A	E	E	R	T	H	Z	U	N	O	Z	A	E	R
O	P	U	Ü	L	N	Ö	X	Ä	T	M	N	O	V	C	X	Y	N	S
N	M	R	F	G	Z	H	E	F	A	I	K	G	E	N	P	I	L	Z



Gemeinsam kochen, essen und genießen

Kochen ist ein beliebtes Hobby.

Es gibt viele Koch-Sendungen im Fernsehen.

Wir können Koch-Zeitschriften und noch mehr Koch-Bücher kaufen.

Rezepte und Koch-Videos gibt es kostenlos im Internet.

Doch wie sieht es in unserem Alltag aus? Kochen wir regelmäßig selbst? Macht es uns Spaß? Oder ist uns das Kochen oft zu viel?

Manche denken:

- Ich kann nicht kochen.
- Ich habe keine Zeit.
- Ich habe keine Lust.

Aber es gibt viele gute Gründe, selbst zu kochen.



Kochen macht glücklich.
Essen auch

Oft haben wir beim Essen
bestimmte Erinnerungen.

Bei unserem Lieblings-Essen:
Das haben wir immer bei Oma
bekommen.

Bei unserem Lieblings-Kuchen:
Den gab es immer
zum Geburtstag.

Das alles
bringt uns
gute
Gefühle.



Gemeinsam kochen und
essen ist besonders gut

Nicht alle Menschen kochen gerne.
Und vor allem nicht für sich allein.
Lieber kochen wir zusammen mit
anderen.

Dabei können wir uns unterhalten.
Und später zusammen essen.
Dann schmeckt es auch besser.

Wir kochen mit unserer Familie,
mit Freunden oder Partnern.
Oder auch mit den Mit-Bewohnern
der WG oder der Wohn-Gruppe.
Wer alleine wohnt,

kann sich zum Kochen verabreden.
Andere haben vielleicht
auch keine Lust,
allein zu kochen.

Quelle: Juni 2019 Magazin der Lebenshilfe



Kochen macht gute Laune

Wir sind müde und geschafft nach einem langen Tag?
Da lockt das Sofa.
Und schnell ist der Fernseher an.
Ein Essen aus der Mikrowelle muss reichen.

Doch nach einem anstrengenden Tag kann es sehr guttun, wenn wir etwas machen.
Beim Kleinschneiden und Kochen kommen wir auf andere Gedanken.
Und wir bekommen gute Laune.

Kochen und Essen ist Selbst-Bestimmung

Manche kochen sehr gerne. Auch für sich allein.
Denn so können sie selbst bestimmen:

- Was sie essen wollen.
- Und wann sie essen wollen.

Kochen lernen

Vielleicht haben wir schon als Kinder Kochen gelernt. Durch Zuschauen bei unseren Eltern und beim Mithelfen. Oder wir haben Kochen in der Schule gelernt. Sonst gibt es aber auch heute noch Möglichkeiten: Wir kochen zusammen mit Menschen, die schon kochen können. Oder wir machen einen Koch-Kurs in einfacher Sprache.

Selbstgekochtes oder Fast Food

Fast Food ist ein englisches Wort. Es bedeutet: Schnelle Nahrung. Damit ist eine schnelle Zubereitung gemeint. Und schnelles Aufessen. Beispiele dafür sind: Hamburger, Pommes oder Döner für unterwegs. Genauso auch Tiefkühl-Pizza oder Fertig-Essen für die Mikrowelle zu Hause. Fast Food schmeckt vielen lecker. Und es macht keine Arbeit. Zu viel davon ist leider ungesund.

Es gibt aber auch gute Rezepte für schnelle und einfache Gerichte. Oder man kocht größere Mengen auf einmal. Dann hat man die nächsten Tage noch etwas davon. Selber kochen ist gesünder.



Curry-Eintopf mit Huhn

Kochen

Curry-Eintopf mit Huhn

für 6 Portionen

- 400 ml* Kokos-Milch
- 400 g Kicher-Erbsen, Abtropf-Gewicht
- 3 Zwiebeln
- 2 Knoblauch-Zehen
- etwas Oliven-Öl



- 350 g Hühner-Brust
- 3 TL* rote Curry-Paste
- 300 g Baby-Spinat, frisch und ess-fertig
- 5 Zweige Koriander
- Salz und Pfeffer



Mengen
kürzen wir ab. *

Zum Beispiel:
400 ml = 400 Milli-Liter
3 TL = 3 Tee-Löffel

Curry-Eintopf mit Huhn

Kochen

Curry-Eintopf mit Huhn



1 Dose oder Glas mit Kicher-ErbSEN öffnen, die Kicher-ErbSEN in ein Sieb gießen, abspülen und abtropfen lassen



7 Eine große Pfanne mit Oliven-Öl erhitzen, die Fleisch-Streifen mit den Zwiebeln und Knoblauch 5 Minuten kräftig anbraten



2 Koriander abwaschen und trocken tupfen, die Koriander-Blätter von den Zweigen zupfen



8 Mit einem Pfannen-Heber mehrmals wenden, sodass das Fleisch von allen Seiten anbrät



3 Die Hühner-Brust abspülen, mit Küchen-Papier trocken tupfen



9 Danach die Kicher-ErbSEN und die Curry-Paste dazugeben, alles zusammen weiter anbraten



4 Dann das Fleisch in feine Streifen schneiden



10 Anschließend zu der Kokos-Milch in den Topf geben, Deckel aufsetzen und zugedeckt 15 Minuten köcheln lassen



5 Die Haut von den Zwiebeln und den Knoblauch-Zehen abziehen und alles fein würfeln



11 Danach den Spinat dazugeben, der Spinat fällt durch die Hitze in sich zusammen



6 Kokos-Milch in einen Topf geben, Deckel draufsetzen, bei mittlerer Hitze 8 Minuten erhitzen



12 Zuletzt den Koriander zum Curry-Eintopf geben, salzen und pfeffern – fertig!

Quelle: September 2020 Magazin der Lebenshilfe

Reime zum Fasching

1. Fritz ist lustig anzuschauen
Mit roter Nase ist er... Clown
2. Mit Holzbein kommt der Pit in Fahrt
Er geht heute als ein... Pirat
3. Mit Flügeln kommt die Trine
Heut als schwarz-gelbe... Biene
4. Emma hebt die schwarze Tatze
Sie verkleidet sich als... Katze
5. Lang sind die Ohren und nicht die Nase
Der Ingo geht als weißer... Hase
6. Hugo fühlt sich wie ein Sieger
Geht als schwarz gestreifter... Tiger
7. Hans isst Fisch und davon viel
Er ist ein grünes... Krokodil
8. Kim hat ein Kleid so weiß wie Schnee
Sie kommt heute als gute... Fee

Lesen Sie jeden Zweizeiler langsam und deutlich vor. Lassen Sie die Lösung, hinter den Punkten, weg. In den meisten Gruppen vervollständigen die Teilnehmer das Reimrätsel automatisch. Sie können auch im Anschluss ein paar Tipps geben und mit Hinweisen weiterhelfen, wenn die Teilnehmer nicht von selbst auf die Lösung kommen.



© Colorpix.be

kf.

Quelle: <https://www.schulbilder.org/malvorlage-06-suesses-sonst-gibts-saures-i5202.html>



Wie ich zu meinem Namen kam

Mein Name ist Teddy. Ich bin ein Chihuahua Mix. Ich bin 9 Jahre alt und 25 cm groß. Seit dem 11. August 2012 wohne ich in Hellersdorf mit meiner Mama. Sie heißt Ella und ist ein Labrador-Mix. Außerdem wohnt bei uns eine Katze namens Sofie.

Eigentlich gibt es da noch meinen Papa. Aber der ist im April verstorben. Manchmal mache ich Urlaub bei meiner Freundin Rosie und ihrem Frauchen Katzenauge.

Der Tag meines Umzugs war sehr aufregend. Morgens kam eine ältere Dame und hat mich einfach mitgenommen. Als wir bei ihr zu Hause angekommen sind, brachte sie mich ins Wohnzimmer. Dann ging sie einfach wieder weg. Oh Mann, vor lauter Angst habe ich nur geweint. Das gefiel der Frau nicht. Sie hat mich gleich wieder zurückgebracht. Am Abend kam dann die Familie Kraben. Als ich die sah, wusste ich: Die sind lieb. Da will ich mit. Bin gleich bei dem Mann auf dem Schoss gesprungen. So war es dann auch. Alle Sachen gepackt und nix wie weg da.

Frau Kraben hat noch gefragt, wie denn mein Name sei. RAMBO sei mein Name. Den mochte ich nie leiden. Ich habe auch nicht drauf gehört.

Als wir draußen waren meinte Herr Kraben, dass Rambo doof sei. Sie sahen auf mich herunter und sagten: "Du siehst aus wie ein kleiner süßer Teddybär."

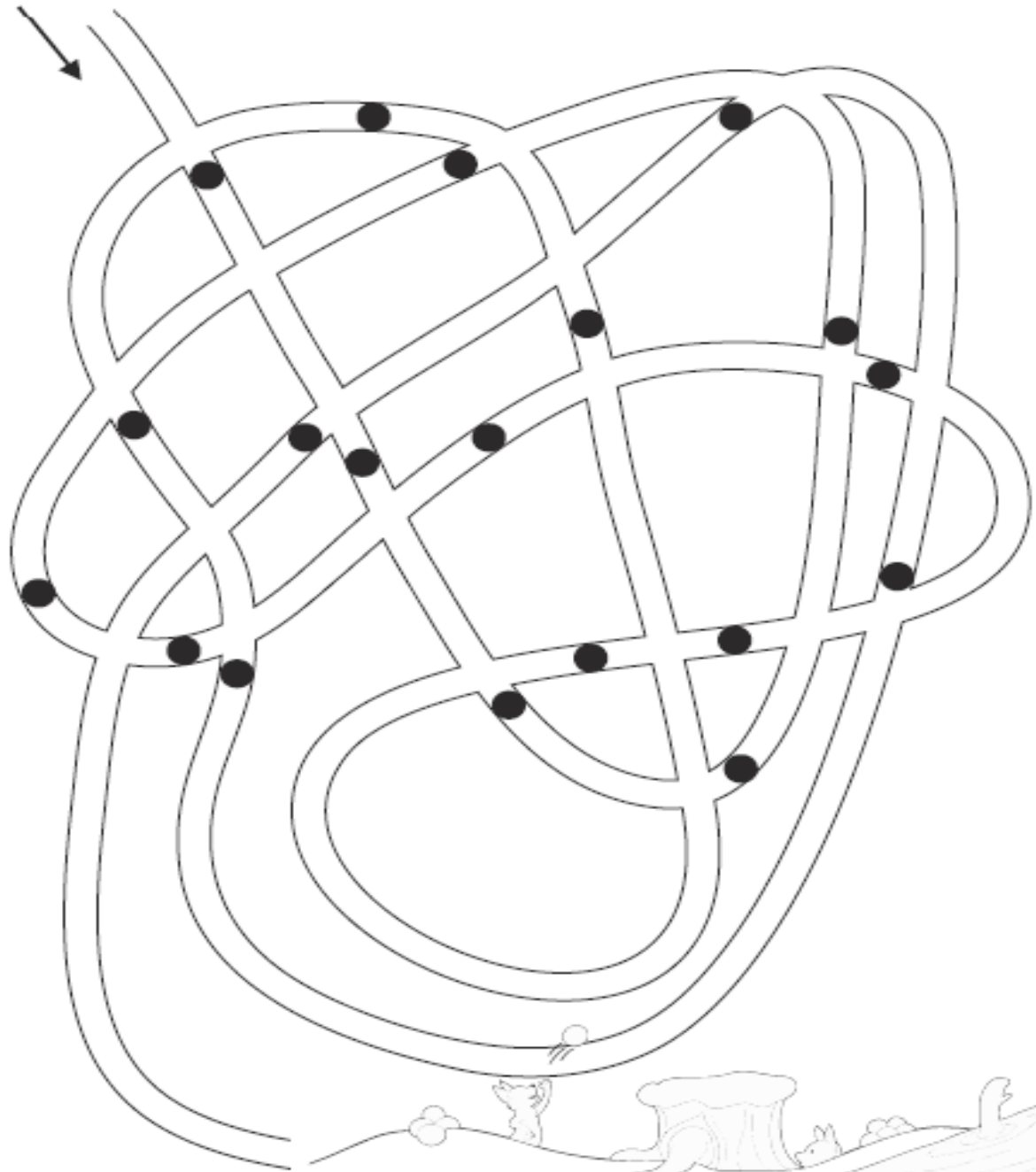
Das gefiel mir. Wow, ich heiße jetzt Teddy.

Wuff

Teddy



Welcher Weg führt zur Schneeballschlacht?



Quelle: www.Raetseldino.de



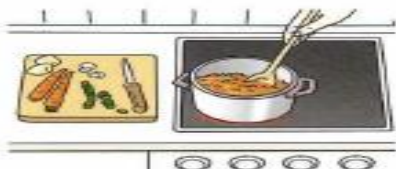
Bewegen macht Spaß



Viele Leute arbeiten im Sitzen.
Viele bewegen sich zu wenig.
Manche werden dick.
Das ist **nicht** gesund.



Bewegen ist gesund
und gut für Körper und Seele.



Das ist auch wichtig:
Gesundes Essen und Trinken.
Bewegen und gesundes Essen
gehören zusammen.

Es gibt verschiedene Möglichkeiten,
sich zu bewegen.
Eine gute Möglichkeit ist:
Sport machen.

Es gibt:
- Leistungs-Sport
und
- Freizeit-Sport.



Leistungs-Sport ist hartes Training.
Die Sportler trainieren sehr oft
und machen bei Wettbewerben mit.
Die Sportler wollen sehr gut werden.



Freizeit-Sport ist für jeden da.

Viele Leute machen Sport in der Freizeit.
Zum Beispiel als Ausgleich zum Beruf.
Das hält fit.

Bewegen macht Spaß

Sie können sich viel bewegen



Bewegen im Sport



Bewegen in der Freizeit



Bewegen im Alltag

Hier sehen Sie ein Dreieck mit Menschen.
Die Menschen bewegen sich.

Zum Beispiel:

- Beim Sport
- In der Freizeit
- Im Alltag

Nutzen Sie die vielen Möglichkeiten.
Das Bewegen hält Sie fit.



Bewegen macht Spaß

Sport ist gesund



Beim Freizeit-Sport hat man Zeit für sich und Zeit für Freunde.

Man kann auch mit dem Partner oder der Partnerin Sport machen. Zum Beispiel tanzen.

Das sind Vorteile von Freizeit-Sport:

- Jeder kann Freizeit-Sport machen.
- Man kann Verschiedenes probieren.
- Freizeit-Sport ist gut für den Körper.



Es ist egal, wie alt man ist.

Man muss **nicht** der Beste sein.

Es geht einfach ums Bewegen.

Das Bewegen soll Spaß machen.

Freizeit-Sport ist ohne Stress.

So werden Sie fit



Bewegen Sie sich im Alltag.

Und machen Sie Sport.

Sport ist 3 Mal in der Woche gut.

Eine halbe Stunde reicht am Anfang.

Darauf kommt es an:

- Starten Sie langsam.
- Machen Sie **nicht** zu viel und **nicht** zu wenig.
- Planen Sie feste Zeiten ein.
- Machen Sie Sport, der Spaß macht.



Das ist gut:

Das Bewegen soll etwas anstrengen.

Aber Sie sollen dabei noch reden können.

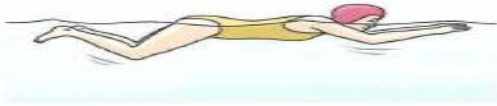
Es soll **nichts** wehtun.

Bewegen macht Spaß

Suchen Sie sich Ihren Sport

Es gibt viele Möglichkeiten.

Welchen Sport mögen Sie?
Was macht Ihnen Spaß?



Mögen Sie Wasser?

Vielleicht ist dann Schwimmen etwas für Sie?



Oder mögen Sie Kegeln?
Das kann man gut
mit einer Gruppe machen.

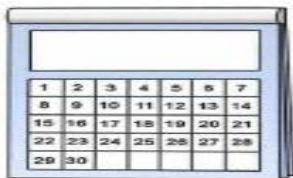


Sie können auch Rad fahren.
Das geht alleine
oder auch in der Gruppe.

Überlegen Sie:

Welcher Sport passt zu Ihnen?
Was wollen Sie erreichen?

Sie können den Sport planen



Machen Sie feste Termine aus.
Schreiben Sie die Termine auf.
Zum Beispiel:

Montag nach der Arbeit:
Turnen mit Anna.

Legen Sie Ihre Sportsachen bereit.
Nehmen Sie Ihren Sport ernst.

Setzen Sie sich kleine Ziele.
Zum Beispiel:

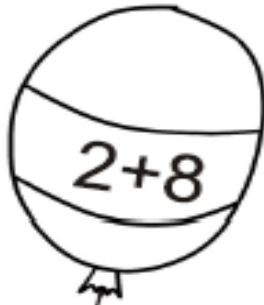
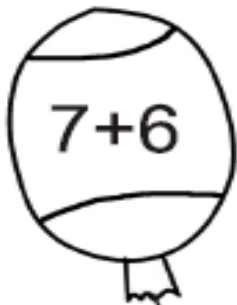
Ich will in 3 Monaten eine halbe Stunde
am Stück laufen können.

Prüfen Sie nach ein paar Wochen:

- Wie fühlen Sie sich?
- Gefällt Ihnen der Sport?
- Möchten Sie etwas verändern
an Ihren Plänen?



Luftballon Matherätsel



Ergebnis

Ergebnis

Ergebnis

Ergebnis

Ergebnis



Quelle: www.Raetseldino.de

Wasserbarometer

Wie wird das Wetter? „Fällt“ das Barometer, bedeutet das ziemlich schlechtes Wetter. Ein Blick in dein eigenes Wetterglas kann dich rechtzeitig vorwarnen.



ZEIT: ca. 1 Tag

Was brauchst du?

- 1 Suppenteller
- 1 Trinkglas
- 3 1-Cent-Stücke
- Wasser
- 1 Permanentschreiber

Wie gehst du vor?

Fülle das Trinkglas mit Wasser randvoll und lege den Suppenteller umgekehrt darauf (1). Drehe Teller und Glas zusammen um (2), sodass das Trinkglas nun umgekehrt mit der Öffnung nach unten auf dem Teller steht. Hebe das Trinkglas jetzt so weit an, dass die Hälfte des Wassers auf den Teller läuft, und schiebe die drei Münzen so unter den Glasrand, dass das Glas nicht direkt auf dem Teller steht, sondern ein kleiner Spalt bleibt (3). Stelle das Ganze an einen schattigen Ort, an dem die Temperatur möglichst gleich bleibt, und beobachte, wie sich der Wasserstand mit der Zeit langsam verändert.



Was passiert?

Der Wasserstand im Glas verändert sich, er schwankt innerhalb mehrerer Stunden nach oben und unten. Markiere dir den höchsten und niedrigsten Wasserstand mit einem Filzschreiber auf dem Glas. Dies ist ein Dauerexperiment, du kannst es so lange fortführen, wie du willst. Ab und zu musst du etwas Wasser nachfüllen, damit der Wasserstand außen nie unter den Rand des Glases sinkt.

Experiment - Wasserbarometer

Warum ist das so?

Das Experiment ist ähnlich wie das mit der „Vogeltränke“ (siehe Experiment S. 62), nur dass du kein Wasser entnimmst. Der Luftdruck drückt auf den Wasserspiegel außerhalb des Glases und hält dadurch das Wasser im Glas. Weil sich der Luftdruck je nach Wetterlage verändert, drückt er unterschiedlich stark, was an der Veränderung des Wasserpegels im Glas sichtbar wird. Zieht ein Hochdruckgebiet heran, steigt auch der Wasserpegel im Glas, weil der höhere Luftdruck Wasser in das Glas drückt. Sinkt der Luftdruck aufgrund eines Tiefdruckgebietes, sinkt auch der Wasserpegel im Glas.



■ So funktioniert ein Barometer

Bei dem heute gebräuchlichen Dosenbarometer (Aneroidbarometer) wird der Boden einer metallenen „Druckmessdose“ durch

den Luftdruck mehr oder weniger weit eingedrückt, was auf einen Zeiger übertragen wird. Wenn das Barometer „fällt“, also sehr schnell sinkt, zeigt es auf der Ableseskala ein „Tief“ –



Druckmessdose

ein Tiefdruckgebiet – an, das mit schlechtem Wetter einhergeht. Bei einem „Sturmtief“ mit stürmischen Winden sinkt das Barometer ungewöhnlich tief. ■

Wo kommt das vor?

Das Wasserbarometer heißt auch „Wetterglas“. Ein sehr schönes Wetterglas ist das „Goethe-Barometer“, das einer Teekanne ähnelt und von dem deutschen Dichter Johann Wolfgang von Goethe (1749–1832) erfunden wurde. Je nach Luftdruck verändert der Wasserspiegel in einem offenen Röhrchen seine Höhe.

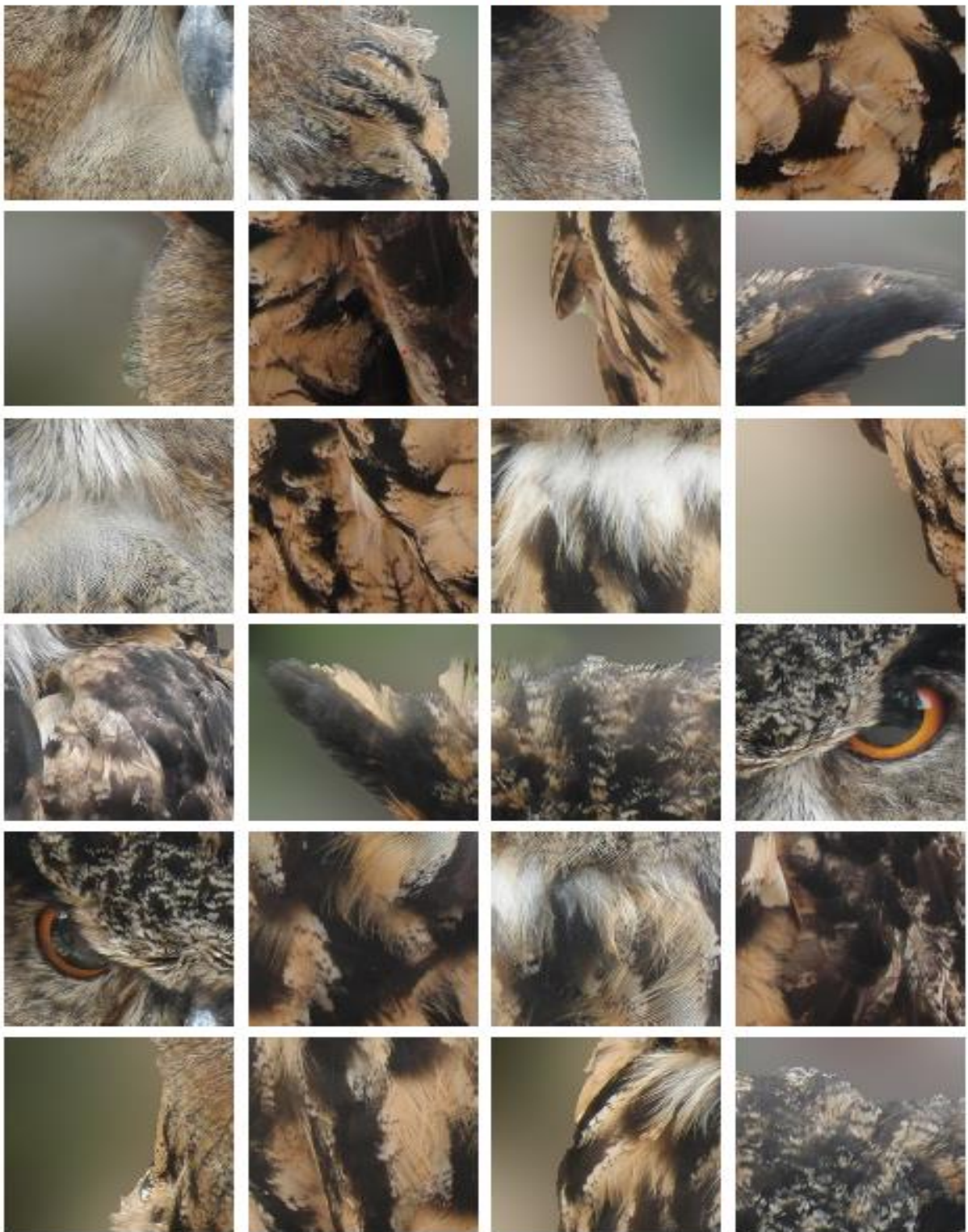
Dein Wasserbarometer ist dem ersten Barometer von 1643 nachempfunden, das der italienische Mathematiker und Physiker Evangelista Torricelli (1608–1647) erfand. Dieses funktionierte mit giftigem Quecksilber (Hg), das vom Luftdruck auf Meereshöhe in einem luftleeren Rohr 760 mm hochgedrückt wird (siehe S. 169). Blutdruck wird noch heute in „Millimeter Quecksilbersäule“ (mm Hg) gemessen, während der Luftdruck in Hektopascal (hPa) angegeben wird. Der höchste je gemessene Luftdruck betrug 1083,8 hPa, der



niedrigste 856 hPa. Auf Meereshöhe (NN = Normalnull) beträgt der Luftdruck im Mittel 1013,25 hPa. Weil der Luftdruck mit der Höhe abnimmt, dienen Barometer auch als Höhenmesser. Dabei wird allerdings vorausgesetzt, dass sich das Wetter und damit der wetterbedingte Luftdruck während einer Wanderung, Bergbesteigung oder eines Fluges nicht verändert, was nicht immer der Fall ist.

Bilder-Puzzle

Was verbirgt sich hier? Schneide die einzelnen Bilder aus und lege das Bilder-Puzzle zu einem großen Bild zusammen.



Quelle: www.Raetseldino.de







Ausflugstipp zur Cadolzburg



Quelle: <https://www.burg-cadolzburg.de/deutsch/burg/>

Wie haben die Menschen früher gelebt?
Warum haben sie so große Burgen gebaut?
Was haben die Menschen in einer Burg angezogen?

Das sind viele Fragen.

Auf der Burg in Cadolzburg gibt es viele Antworten.

Die Burg ist frisch renoviert.

Der Hof und die meisten Räume sind barrierefrei gestaltet.

Und es gibt eine interessante Ausstellung.

Diese berichtet von dem Leben auf einer Burg.

Man kann in der Ausstellung viel ausprobieren.

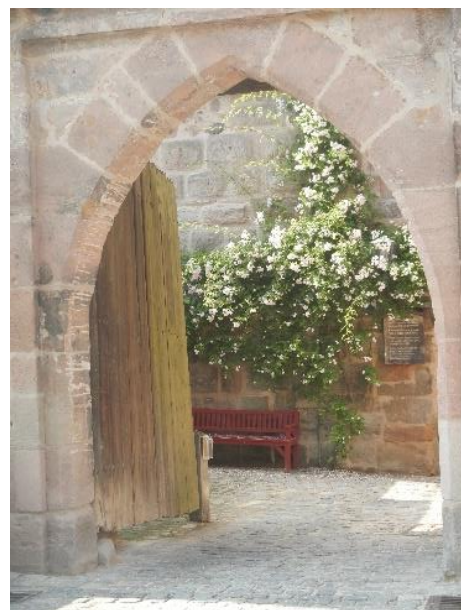
Die Burg steht etwas erhöht auf
einem Berg.

Man kann sie schon gut von
weitem sehen.

Es ist ein beeindruckendes
Bauwerk.

Vor der Burg gibt es einen
hübschen Burrgarten.

Im Frühling und Sommer wachsen
hier viele bunte Blumen.



Ausflugstipp zur Cadolzburg



Wichtige Informationen für Menschen mit Behinderung

Vor der Burg befinden sich im Hof zwei Behinderten – Parkplätze.
Der Hof und die Räume sind zum großen Teil mit dem Rollstuhl befahrbar.

Es gibt einen Aufzug, der ist relativ klein.

Für sehbehinderte Menschen gibt es einen Audio-Guide.

Für hörgeschädigte Menschen werden transportable Induktions-Schleifen
verliehen.

Auf Anfrage werden Führungen mit Gebärdensprache angeboten.

Die Mitarbeiter der Burg sind sehr freundlich.

Rufen Sie vor Ihrem Ausflug an und klären Sie alle Fragen.

Kontakt:

Burg Cadolzburg:

90556 Cadolzburg

Telefon 09103 70086-21 oder -22

burg-cadolzburg@bsv.bayern.de

Aber auch ein Spaziergang durch die Gassen von Cadolzburg ist schön.

Dort sind viele hübsche Häuser und kleine Läden.

Man muss gut laufen können.

Es gibt viele Treppen und die Straßen sind oft uneben.

Wer hungrig und müde von dem Ausflug ist,

kann sich in einem Biergarten oder Restaurant stärken.

Mein Tipp ist das Restaurant „Bauhof“ (Bauhof 1, 90556 Cadolzburg).

Hier gibt es leckere fränkische Küche.

Viel Spaß auf der Entdeckungsreise
in Cadolzburg.



Jeder Sonnen-Untergang ist so schön,
wie man ihn betrachtet.
Und jeder Mensch ist so wertvoll,
wie man ihn im Herzen trägt.

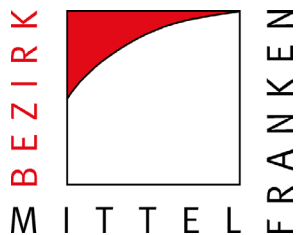
Autor unbekannt



Herausgeber:

Offene Hilfen der Lebenshilfe Erlangen-Höchstadt (West) e. V.
Steggasse 12
91074 Herzogenaurach
Abteilungsleitung: Ute Meindel
Tel.: 09132 -78 10 –180
www.lebenshilfe-herzogenaurach.de

Die OBA wird gefördert von:



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



LANDRATSAMT
ERLANGEN-HÖCHSTADT



adidas

Spendenkonto:

Sparkasse Herzogenaurach
IBAN: DE1576350000006001797
BIC: BYLADEM1ERH
Verwendungszweck bei zweckgebundener Spende: OBA