

Termine im April 2023 im offenen Treff

Immer dienstags, 9:00 - 11:00 Uhr, Frühstückstreff
alle anderen Angebote jeweils 15:00 - 17:00 Uhr



- Di 04.04.2023** „Bibo macht sich einen Bunten“ - Spielertreff
„Strick & Liesel“ - Kreatives mit Wolle und Faden
- Di 11.04.2023** „Bibo macht sich einen Bunten“ - Spielertreff
- Mi 12.04.2023** Kaffeeklatsch 60+
- Di 18.04.2023** „Bibo macht sich einen Bunten“ - Spielertreff
„Strick & Liesel“ - Kreatives mit Wolle und Faden
- Di 25.04.2023** „Bibo macht sich einen Bunten“ - Spielertreff
- Mi 26.04.2023** Kaffeeklatsch 60+
- (Änderungen vorbehalten. Bitte aktuelle Aushänge am MGH beachten)


Soziale Läden


Kleidsam


Sozialer Laden Aufgemöbelt
Möbel aus zweiter Hand


Montag	10:00 - 15:00 Uhr	Dienstag	10:00 - 15:00 Uhr
Dienstag	10:00 - 15:00 Uhr	Mittwoch	13:00 - 17:30 Uhr
Donnerstag	10:00 - 15:00 Uhr	Donnerstag	10:00 - 15:00 Uhr

Die Annahme von gut erhaltener Kleidung oder Möbeln erfolgt **nur** nach vorheriger **Terminvereinbarung**.

 **0171 97 23 094**

 **0151 57 69 32 41**


 **03523 77 49 467**


 **03523 70 15 17**

Impressum:

Herausgeber/ Druck: JuCo Soziale Arbeit gGmbH,
Hauptstraße 17, 01640 Coswig

Geschäftsführer: Matthias Kowarzik

 www.juco-coswig.de


 **03523 77 49 460**



Bibo-Post April 23

Info-Blatt aus dem Mehrgenerationenhaus „Alte Bibo“

Träger: JuCo Soziale Arbeit gGmbH, Hauptstr. 17, 01640 Coswig

 www.juco-coswig.de



Gefördert von:



Mal wieder tanzen?

Tanzen fördert die Gesundheit und das Wohlbefinden und macht auch noch Spaß.

Wann habt ihr zuletzt getanzt?

Im MGH „Alte Bibi“ habt ihr mal wieder Gelegenheit dazu:

Ostertanz

Mo 10.04.2023 14:00 - 17:00 Uhr

Tanz in den Mai

Mo 01.05.2023 14:00 - 17:00 Uhr



Beratung und Sprechzeiten

Einzelberatung in den Sprechzeiten:

Mo 14:00 - 16:00 Uhr

Di 15:00 - 17:00 Uhr

Mi 15:00 - 17:00 Uhr

Fr 09:00 - 12:00 Uhr



03523 77 49 469



0171 97 18 641

„Info-Telefon“ dienstags 10:00 - 12:00 Uhr bei Beate Lindner

#MITEINANDER
FÜREINANDER

Pflanzentauschbörse am 11.05.2023 von 15:00 bis 17:00 Uhr



Ihr habt viele Stauden, Samen oder selbstgezogen Gemüsepflanzen und wollt sie gern weitergeben? Bringt sie vorbei zu unserer Tauschbörse im Mehrgenerationengarten an der Kita Knirpsenland (Moritzburger Str. 17)

Tortillas mit Hähnchen

1. Hähnchenbrustfilets salzen, pfeffern. Brösel auf einen flachen Teller geben. Ei auf einem tiefen Teller verschlagen.
2. Hähnchenbrustfilets erst in Ei, dann in Brösel wenden. In einer Pfanne Öl erhitzen und Hähnchenbrust in etwa 10 Minuten darin bei mittlerer Hitze rundherum goldbraun braten. Herausnehmen, etwas abkühlen lassen und in kleine Stücke schneiden.
3. Gurke schälen, längs halbieren, mit einem kleinen Löffel Kerne herauschaben und in Scheiben schneiden. Paprika waschen, putzen, halbieren, entkernen und quer in Streifen schneiden. Zwiebel schälen und kleinschneiden.
4. Salatblätter putzen, waschen, verlesen, trocken schleudern und kleinzupfen.
5. Tortillas im vorgeheizten Backofen bei 180 °C (Umluft 160 °C; Gas: Stufe 2-3) einige Minuten erwärmen, dann herausnehmen und mit Schmand bestreichen, mit Salz und Pfeffer würzen. Gemüse, Salat und Hähnchenfleisch darauf verteilen und tütenförmig aufrollen, diagonal halbieren und fertig!

Zutaten

2 Hähnchenbrustfilets
Salz und Pfeffer
2 EL Semmelbrösel
1 Ei
2 EL Rapsöl
½ Salatgurke
1 Paprikaschote
1 Zwiebel
4 Salatblätter (z. B. Eisberg)
4 Vollkorn-Tortilla (Fertigprodukt)
4 EL Schmand

Guten Appetit!



Unser Kochkurs findet montags (03., 17.+24.04.23) ab 10 Uhr statt. Anmeldungen bei Beate Lindner



03523 77 49 469