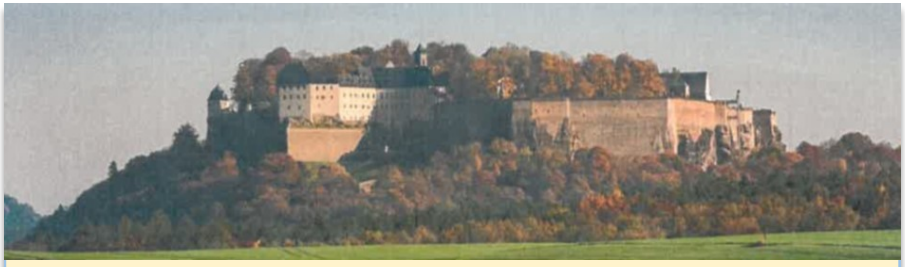


„Wir entdecken die Festung“

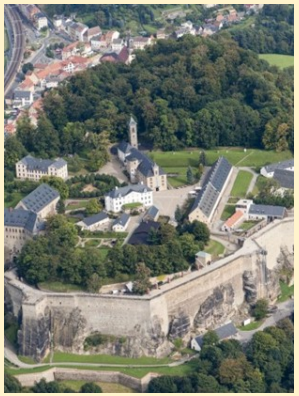
Familienwochenende in Königstein

vom 11. bis 13. August 2023

Anmeldung unter:

rappelkiste@juco-coswig.de

03523 60 40 8



Kleidsam

Soziale Läden

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**.

03523 77 49 467

03523 70 15 17

0171 97 23 094

0151 57 69 32 41

Impressum:

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

Geschäftsführer: Matthias Kowarzik

www.juco-coswig.de

03523 77 49 460

Bibo-Post Juli + August 23

Info-Blatt aus dem Mehrgenerationenhaus „Alte Bibo“

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

www.juco-coswig.de

Mehr Generationen Haus
Miteinander – Füreinander

AlphaDekade 2016 – 2026

JuCo Soziale Arbeit gGmbH

Alte Bibo

Gefördert von:

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Bundesministerium für Bildung und Forschung

Landkreis Meißen

STADTWERKE elbtal

COSWIG junge Stadt am grünen Rande Dresdens

Stammtisch für pflegende Angehörige

Unser Stammtisch bietet die Möglichkeit, sich mit anderen Menschen zu treffen und auszutauschen, die ebenso wie Sie eine Angehörige oder einen Angehörigen pflegen.

Die nächsten Treffen findet am Mittwoch, **19.07.2023 und 16.08.2023** von 15:00 - 17:00 Uhr im **Mehrgenerationenhaus**

„Alte Bibo“ statt

(Eingang über die Terrasse).

Anmeldung erwünscht bei

Frau Lindner

03523 77 49 469

#MITEINANDER FÜREINANDER

Beratung und Sprechzeiten

Einzelberatung in den Sprechzeiten:

Mo	14:00 - 16:00 Uhr	**03523 77 49 469**
Di	15:00 - 17:00 Uhr	
Mi	15:00 - 17:00 Uhr	**0171 97 18 641**
Fr	09:00 - 12:00 Uhr (nur nach vorheriger Anmeldung)	

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

Einsatzmöglichkeiten eines Therapiehundes

Das GIHK-Projekt „Familie verbindet“ lädt am

Dienstag, **11.07.2023,** von 10:00 – 12.00 Uhr im Jugendhaus EXIL zu einer Infoveranstaltung ein. Bitte weiter sagen!

Referentin: Smöke Bieber mit Therapiehund

Low Carb Pizza

Zutaten für 4 Portionen

Teig:

240 g	Quark
4	Eier
240 g	Emmentaler (gerieben)

Belag:

nach eueren Wünschen (Tomatenmark, Pizzagewürz, Gewürze, Gemüse, Wurst, Käse)

1. Den Backofen auf ca. 170 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen.

2. Den Quark mit dem Ei glatt rühren. Den Käse einstreuen und vermengen. Nach Geschmack würzen. Die Teigmasse auf dem Backblech glatt streichen und in den Backofen schieben. Ca. 15 Min. bei Ober-/Unterhitze backen.

3. Der Boden kann sofort nach eueren Wünschen belegt werden. Ihr nehmt u.a. Tomatenmark und verrührt ihn mit etwas Wasser und Pizzagewürz. Den Belag wählt ihr so wie es euch gefällt und bestreut ihn noch mit etwas Käse. Die Pizza wird dann wieder in den Ofen geschoben, bis der Käse schön geschmolzen ist. Der Boden kann etwas braun werden, so wird es knuspriger.

Guten Appetit!

Unser Kochkurs findet montags ab 10:00 Uhr statt.
Anmeldungen bitte bei Beate Lindner **03523 77 49 469**

Tischtennisturnier

am Freitag, 04.08.2023, 10:00—15:00 Uhr, in der Rappelkiste.

Mit Mittagsimbiss. Startgeld 3,00 €. Bitte mit Anmeldung bei Susi Barth

s.barth@juco-coswig.de