

asz@awo-kv-magdeburg.de

Fr: 8 – 14 Uhr

Mo-Do: 8 – 17 Uhr

Telefon: 0391 / 8355722

Zetkinstraße 17

ASZ im Bürgerhaus Cracau

Autor unbekannt

festhalten.“

„Merke: Wenn du beim Schokolade essen hüpfst, können sich die Kalorien nicht an deiner Hüfte festhalten.“

- präsentiert vom ASZ Cracau -

Das Heft gegen Langeweile



Ausflugtipps

Schauen Sie doch mal wieder in den Stadtpark und genießen Sie die Frühlingszeit im Grünen. Wir schlagen zwei schöne Anlaufpunkte vor, die Sie bei einem Spaziergang im Stadtpark besuchen können. Zum einen den **Marientempel am Adolf-Mittag-See**. In der Nähe der Sternbrücke direkt am Wasser lädt dieser Ort zum Verweilen ein. Das Restaurant „Le Frog“ bietet die Möglichkeit für einen Kaffee auf die Hand.



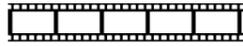
Zum anderen ist die **Elbschaukel an der Hubbrücke** ein besonderer Platz in Magdeburg. Mit wunderschönem Blick auf die Elbe und den Magdeburger Dom können Sie hier für einige Zeit abschalten. Die Elbschaukel ist unterhalb der Hubbrücke auf der Stadtparkseite zu finden.

6	9	8	2	3	5	4	1	7
5	4	7	6	9	1	2	8	3
2	1	3	7	8	4	6	5	9
1	8	6	3	2	7	9	4	5
9	5	4	8	1	6	7	3	2
3	7	2	5	4	9	1	6	8
7	3	5	1	6	2	8	9	4
8	6	9	4	7	3	5	2	1
4	2	1	9	5	8	3	7	6



Auflösung zum Sudoku

- verschiedene Märchen (verfügbar in der ARD Mediathek)
- Honig im Kopf mit Dieter Hallervorden



Filme:
NDR.de - Kultur - Buch
vorübergehender Zustand: Trauer und Scham |
- Gabriele von Arnim: "Das Leben ist ein
NDR.de - Kultur - Buch
- Anja Baumheier: "Die Erfindung der Sprache" |



Bücher:
Langeweile zu Hause
Film- und Buchempfehlungen für die



Herzen:
alle wollen wir lustig sein,
lustig wie die Vögel,
hier und dort, feldaus, feldin,
springen, tanzen scherzen.

Was sie uns verkünden nun, nehmen wir zur

lauter Heil und Segen.
wünschen dir ein frohes Jahr,
und die ganze Vogelschar
Amsel, Drossel, Fink und Star

Wie sie alle lustig sind, flink und froh sich regen!

Alle Vögel sind schon da, alle Vögel, alle!
Weich ein Singen, Musizieren,
Pfeifen, Zwitschern, Trillieren!
Frühling will nun einmischen,
kommt mit Sang und Schalle.



LIEDTEXT
Alle Vögel sind schon da
Hoffmann von Fallersleben (1847)

Bärlauch-Kartoffelsuppe (fertig in 35 Minuten)

Zutaten für 2 Portionen

- 2 Zwiebeln
- 600g mehligkochende Kartoffeln
- 1 Bund Bärlauch
- 3 EL Olivenöl
- 800ml Gemüsebrühe
- 2 TL Bio-Zitronenschale (fein abgerieben)
- Salz
- Pfeffer
- 2 EL Schmand



Zubereitung

- Zwiebeln würfeln. Kartoffeln schälen und würfeln. Bärlauch waschen und abtropfen lassen.
- 3 EL Olivenöl erhitzen. Zwiebeln darin glasig dünsten. Kartoffeln zufügen und kurz mitdünsten. Mit 800 ml Gemüsebrühe ablöschen. Die abgeriebene Zitronenschale, Salz und Pfeffer zufügen. Zugedeckt ca. 20 Min. bei milder Hitze garen.
- Bärlauchstiele abschneiden und die Blätter in Streifen schneiden. Bärlauch zur Suppe geben und 2-3 Min. weiterköcheln. 2-3 EL Schmand zur Suppe servieren.

Quelle: www.essen-und-trinken.de/rezpte/41599-rzpt-baerlauch-kartoffelsuppe

6			3	2				7
	8		1	6				
	2	1						
				2		6		
				1			5	
			1					3
			4					
4						3	5	3
						4		
6			8	5				

Für Rätselrunde

Ein frischer Cocktail für den Frühling

Zutaten:

- 8 cl Orangensaft
- 8 cl Ananassaft
- 3 cl Zitronensaft
- 1 Spritzer Grenadine
- Eiswürfel



Verschönern können Sie Ihren Cocktail mit einem Zuckerrand am Glas und einem Stück Obst auf dem Glasrand. Wenn Sie keinen alkoholfreien Cocktail möchten, können Sie den Zitronensaft durch Blue Curacao ersetzen.

Prost!

