

## AUSFLUG AN DIE ELBE

Ziehen Sie sich warm an!

Am **Do., 12.01.** machen wir einen schönen Elb-Spaziergang, inkl. Fahrenfahrt.

Hierfür treffen wir uns um **11:00 Uhr** an den Landungsbrücken (Brücke zur U- und S- Bahn).

Anmelden können Sie sich bis zum **09.01.**

Wir freuen uns auf zahlreiche Wegbegleiter:innen.

-----

## ANKÜNDIGUNG

Ab Januar 2023 verändert sich die Zeit für den **Dienstag - OT** auf **15:00 - 17:30 Uhr**.

## KINO-GRUPPE



Treffpunkt: **10.30 Uhr Eingang**  
Rostocker Str. 7 oder **10.40 Uhr**  
Savoy - Kino  
Eigenbeteiligung: **2 €**

Anmeldung über die Bezugs-  
Betreuung oder Frau Döpke

**04. Januar 2023**  
**„Der Nachname“**  
87 Minuten | Komödie |  
Deutschland 2021  
Eine Komödie um ein Familientreffen, das aus dem Ruder läuft.  
Fortsetzung zum deutschen Kinohit "Der Vorname".

# JANUAR 2023



**JWRG**  
Team St. Georg  
Rostocker Straße 7  
20099 Hamburg  
Tel. 280 95 39 - 0  
Fax 280 95 39 - 25  
[www.jwrg.de](http://www.jwrg.de)

## GRUPPENANGEBOTE

### MONTAGS

**Yoga** 12:30 – 13:30 Uhr /  
ab dem **23.01.**

### DIENSTAGS

**!NEU! Offener Treff**  
**15:00 – 17:30 Uhr**

### MITTWOCHS

**Kino-Gruppe** 10.30 Uhr Eingang  
Rostocker Str. 7 oder 10.40 Uhr  
Savoy – Kino/ **04.01.**

**Münze-Treff** 13:00-14:00 Uhr /jeden  
2. Mittwoch im Monat / **11.01.**

### DONNERSTAG

**Elb-Spaziergang** 11:00 Uhr Landungs-  
brücken (Brücke zur U- und S-Bahn) /  
**12.01.**

**SPIELE-Offener Treff**  
13:00 -15:00 Uhr

### FREITAGS

**Frühstücksgruppe** 09:30 – 11 Uhr /  
**13. & 27.01.**

**Offener Treff** 11-13 Uhr

## **Seelenwärmer – Gemüseeintopf**

(4 Portionen)

2 Zwiebel(n), rot  
600 g Kartoffel(n)  
500 g Karotte(n)  
2 Kohlrabi

2 EL Butter o. Margarine  
1 l Brühe  
Salz, (Selleriesalz)  
Pfeffer, weiß  
300 ml Sahne

4 Würste (Wiener Würstchen)  
Petersilie, reichlich, gehackt

Die Zwiebeln, Kartoffeln, Karotten und Kohlrabi schälen und alles würfeln. Butter in einem großen Topf zerlassen und die Zwiebeln darin glasig dünsten. Das übrige Gemüse dazu geben, ebenfalls andünsten. Dann die heiße Brühe angießen. Den Eintopf mit Salz&Pfeffer würzen und etwa 30 Minuten köcheln lassen.

Zum Schluss die Sahne unterrühren, nicht mehr kochen lassen. Die Würstchen in den Eintopf geben und darin erwärmen.

Den Gemüsetopf zum Schluss mit reichlich gehackter Petersilie bestreuen.

## **ES GEHT WIEDER LOS**



Die YOGA-gruppe startet wieder nach einem Jahr Pause:

Eine Gruppe für Interessierte und Neugierige, die eine Körpererfahrung dieser Art machen bzw. sich daran herantasten möchten.

Das Angebot findet in einem Raum statt, der jeden Montag extra für die Gruppe hergerichtet und atmosphärisch entsprechend ausgestattet wird.

Ein Block beinhaltet  
10 Termine.

### START

**23. Januar von 12:30 – 13:30 Uhr**