

Liebe Tanzgemeinschaft,

die Zeit der Pandemie hat uns lahmgelegt; interessanterweise sind wir aber zu vielen Dingen und Menschen neu aufgebrochen. Anneli B. schreibt: "Ich bin ganz gerührt über diese Flut von lieben Nachrichten. Fast alle sind so positiv. Ich habe sie mir ausgedruckt, um sie immer mal wieder lesen zu können: **wir sind doch eine tolle Truppe.**" So sehe ich das auch.

In dieser Mail möchte ich Sie anregen, darüber nachzudenken, wie sich Ihre Einstellung zur Ernährung in der Pandemie gestaltet hat. Einige haben sicher neue Rezepte ausprobiert; ihren Einkauf auf "Bio" umgestellt; vielleicht die Essensgewohnheiten verändert; den Tisch auch für sich allein schön gedeckt; Ich bewundere alle, die gern und gut kochen; das sind für mich echte KünstlerInnen. Ich bin so mehr die Frau für das Alltagsessen-... Pfannkuchen für die Kinder ... Eintöpfe...und wie überrascht war ich, als ich auf dem Heimweg von Siegen eine Freundin traf, die erzählte, dass sie in dieser Zeit einmal in der Woche für liebe Freunde eine Suppe kocht und vorbeibringt... und sie bot an, auch für uns diese Mittwochs-Freundschafts-Suppe zu kochen. Alles frisch und mit



Bio-Fleisch. Und so kamen wir jetzt in den Genuss einer Suppe mit Erdnüssen zum Drüberstreuen und einer Laugenstangenzugabe... schmackhaft. Ich stelle gerade fest, dass ich das Wort "schmackhaft" schon ewig nicht mehr benutzt habe. Was für eine tolle Pandemie - Suppen- Idee!!!!

Barbaras Freitagsmail vom 18.6.2021

Ansonsten erfreue ich mich über das große Schild : **DER HERBST
GEHÖRT UNS!!!**

Neben den Grüßen, die Lucia schickt, möchte ich an dieser Stelle Antonie Dell danken, die immer und immer all unsere Beiträge auf die homepage von ALTERAktiv setzt. www.senioren-siegen.de / Senioren Büro Siegen-Mitte / Aus den Quartieren / Mitmachtänze 2020/21

Mit herzlichen Grüßen und besten Wünschen

Barbara Kerkhoff