



## Januar 2020



**Wir wünschen allen ein gesundes und glückliches neues Jahr 2020.**



Zum Jahresbeginn möchten wir wieder helfen, das mühsam gesteigerte Gewicht nicht zu schnell zu verlieren.

Am Freitag, 17.01.2020 um 19:00 Uhr treffen wir uns zu einem gemütlichen Abendessen bei Gulasch mit Gemüse und Kartoffeln oder Grünkohl mit Mettwurst im Siedlertreff.

Anmeldungen mit dem unteren Abschnitt bitte bis **13.01.2020** bei Ursel Hagemann im Sanddornweg 18 oder Jochen Kappelhoff im Goldregenweg 15.

**Nächstes „Schäbbelcafé“ am 22.01.2020, 15:00 Uhr.**

**Hierzu würden wir gerne wieder Kuchenspenden entgegennehmen.**

Wir freuen uns auf Euch/Sie.

Viele Grüße  
Jochen Wolf

---

Freitag, 17.01.2020 nehme/n ich/wir mit \_\_\_\_\_ Personen teil und esse/n

\_\_\_\_\_ x Grünkohl mit Mettwurst zum Preis von je 9,00 €

\_\_\_\_\_ x Gulasch mit Gemüse und Kartoffeln zum Preis von je 11,00 €

Name: \_\_\_\_\_

