

Selbstvertretung



www.autark.co.at

Post-Wurf

8. Ausgabe

1. Juli 2021



einfach erklärt

Impressum

Herausgeberin

autArK

Soziale Dienstleistungs-GmbH

**Kompetenzteam Barrierefreie Information
und Selbstvertretung**

Rudolfsbahngürtel 2

9020 Klagenfurt am Wörthersee

E-Mail: **selbstvertretung@autark.co.at**

Web: **www.autark.co.at**

Selbstvertretung



www.autark.co.at

Erarbeitet nach dem Qualitäts-Standard
von **capito**



Inhalt

Impressum 2

Inhalt 3

Vorwort 4



Nachrichten 5



Rezepte 6



Quiz 7



Termine 8

Vorwort

Liebe Beschäftigte, liebe Bewohnende!

Ihr habt über den neuen Namen unseres „Info-Briefs“ abgestimmt.

Die Mehrheit von euch hat sich bei der Stich-Wahl für den Namen **Post-Wurf** entschieden. Deshalb heißt unsere kleine Broschüre ab jetzt **Post-Wurf**.



In der 8. Ausgabe berichten wir euch, welche Lockerungen es ab sofort bei den Corona-Regeln gibt.

Dann gibt es neu ein **Quiz**.

Die Fragen betreffen die **Fußball-Europa-Meisterschaft**.

Hast du selber Vorschläge oder Ideen?

Dann wende dich bitte an die **Selbstvertretung**.

E-Mail: selbstvertretung@autark.co.at

Wir wünschen dir viel Spaß beim Lesen!

Deine Interessen-Vertretungs-Gruppe

Selbstvertretung

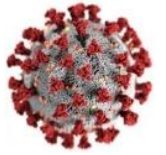
Interessen-Vertretungs-Gruppe



www.autark.co.at



Nachrichten



Diese Corona-Regeln gelten ab **1. Juli**

In diesen Bereichen gilt die **3-G-Regel**:

- **Gastronomie**

Die Lokale können wieder länger offen haben.

Die **Nacht-Gastronomie** darf auch wieder aufmachen.

Man kann also wieder in die Diskotheken tanzen gehen.



- **Unterkünfte**, zum Beispiel **Hotels**

- **Freizeit-Einrichtungen**, zum Beispiel **Tierpark** oder **Tanz-Schule**

- **Kulturelle Einrichtungen**, zum Beispiel **Theater**

- **Sport-Stätten**

- **Messen**

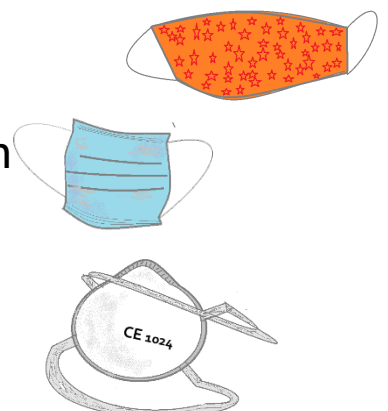
Was ist die **3-G-Regel**?

Genesen - **G**eimpft - **G**etestet

Mund-Nasen-Schutz oder FFP2-Maske?

- In **Einkaufs-Geschäften**, in **Museen** und in **öffentlichen Verkehrs-Mitteln** darf man wieder einen **Mund-Nasen-Schutz** tragen.

- In **Kranken-Häusern** und **Pflege-Heimen** muss man aber eine **FFP2-Maske** tragen.



Rezepte



Nudeln mit Fleisch-Soße

Ein Lieblings-Rezept von Manuel Stromberger

Zutaten:

- 500 Gramm Faschiertes
- 1 Packung geschälte Tomaten
- 2 bis 4 Esslöffel Tomaten-Mark, je nach Geschmack
- 1 Packung Nudeln, zum Beispiel Spiral-Nudeln, Farfalle, Hörnchen, Spaghetti oder Vollkorn-Nudeln
- Salz, Pfeffer, verschiedene Kräuter aus dem Garten oder Tiefkühl-Kräuter

Zubereitung:

Großen Topf halb mit Wasser füllen und aufkochen.

Salz ins Wasser geben, dann die Nudeln dazugeben.

Etwa **8 bis 10 Minuten** köcheln lassen.

Tipp: Wenn die Nudeln an den Fliesen kleben bleiben, sind sie fertig.

Die fertigen Nudeln in ein Sieb geben und abtropfen lassen.

Für die **Fleisch-Soße** Öl in eine Pfanne geben und erhitzen.

Das Faschierte darin anbraten, bis es nicht mehr roh ist.

Die passierten Tomaten und das Tomaten-Mark dazugeben.

Einige Male umrühren und würzen.

Guten Appetit!



Quiz



Quiz zur Fußball-Europa-Meisterschaft

1. Gegen wen hat Österreich das 1. Spiel gespielt?
2. Wie ist das Spiel Italien - Österreich ausgegangen?
3. Wie oft hat Österreich ein Spiel gewonnen?
4. Bei welchem Spiel oder welchen Spielen war nach 90 Minuten immer noch 0:0?
5. Wie groß ist der größte Spieler?
6. Wo findet das Finale statt (Name vom Stadion, Stadt und Land)?

Gebt bitte eure Tipps ab:

7. Welche 2 Mannschaften spielen im Finale gegeneinander?
8. Mit welchem Ergebnis endet das Finale?
9. Wer wird Europa-Meister?

Schickt bitte eure **Antworten** und eure **Tipps** per Mail bis spätestens **5. Juli 2021** an: selbstvertretung@autark.co.at

In der nächsten Ausgabe geben wir bekannt, wer **gewonnen** hat.



Der oder die Gewinner*in erhält ein **kleines Geschenk**.

Termine



Konzert am Monte-Carlo-Platz: **Udo Jürgens Tribute Band**

Es ist bereits 7 Jahre her, dass der beeindruckende und bekannte **Sänger Udo Jürgens** verstorben ist.

Zu Ehren von **Udo Jürgens** spielt die **Tribute Band** alle seine großen Hits wie „ Griechischer Wein“ oder „Merci Cherie“.

Wann und wo spielt die Tribute Band?

Wann: am **Samstag, 10. Juli 2021** von **20:00 bis 22:00 Uhr**

Wo: Monte-Carlo-Platz
Werzer Promenade 1 in 9210 Pörtschach