

60 plusminus

Für Menschen, die das Leben kennen!

DER MALER UND DER SCHOCK

„Marc Chagall. Von Witebsk nach Paris“
im Kunsthaus Apolda Avantgarde

ICH BIN DANN MAL IM VOGTLAND

Unterwegs auf dem Elsterperleweg
im Südosten Thüringens

FIT UND AGIL IM ALLTAG

So bleiben wir
und unsere Gelenke fit

Mehr auf Seite
12 und 13



MARIENSTIFT
ARNSTADT

KOMPETENZ FÜR MENSCHEN

AUF SCHRITT UND TRITT IM GANGLABOR

Bewegungsanalyse in
3D kann die Therapie
unterstützen

Seite 10–11



CREATING HOMES

TIPPS FÜR DIE GEMÜTLICHE HERBSTZEIT

Der Herbst: Die Zeit im Jahr, in der wir an die vergangenen Sommertage voller Licht und Sonne zurückdenken und es uns gleichzeitig in Strickpulli, Wolldecke und mit einem heißen Getränk zwischen den Händen gemütlich machen.



eigenen Geschmack. Denn dann kommt die Entspannung sofort.

Kerzenlicht und Wohlfühlduft

Versorgt mit einem leckeren Getränk in unserer Lieblingstasse lässt sich die Behaglichkeit mit stimmungsvollem Licht und einem ausgewählten Duft noch verstärken: Kerzen, Kerzenhalter und Windlichter sind daher im Herbst ein absolutes Muss. Die Teelichthalter und Windlichter der NewMoon-Kollektion, die ästhetisch die Formensprache einer Mondsichel aufgreifen, sorgen durch ihre dezenten Farben – Taupe und Beige – und ihr gleichzeitig besonderes Design in jedem Raum für Ruhe und Harmonie. Die Manufacture Rock Home Kerzenhalter und Windlichter überzeugen hingegen durch ihren urbanen Minimalismus. Die Sockel in Schieferoptik erzeugen ein faszinierendes Spiel aus

An klaren, sonnigen Tagen zieht es uns raus in die bunte Natur, in regnerischen, stürmischen Stunden bleiben wir lieber zuhause. Und mit diesen Tipps schaffen wir uns dort eine behagliche Wohlfühlatmosphäre:

gen, wie die Tassen und Becher von Manufacture Rock oder Manufacture Collier, begeistern durch ihre Optik und setzen haptische Reize. Egal, für welche Version man sich entscheidet – Hauptsache, sie entspricht dem

Heißgetränke in der Lieblingstasse

Draußen ist es grau und ungemütlich? Dann hilft oft das: Ab auf die Couch, ein gutes Buch schnappen oder eine spannende Serie schauen, und etwas Heißes trinken. Ob es ein Kaffee mit dicker Milchschaumschicht oder ein wohlduftender Tee ist, spielt keine Rolle. Viel wichtiger: die Wahl der richtigen Tasse. Runde Formen und glatte Oberflächen sind wahre Handschmeichler, denn sie lassen sich perfekt mit beiden Händen umfassen und fühlen sich angenehm an. Raue Oberflächen hingegen,



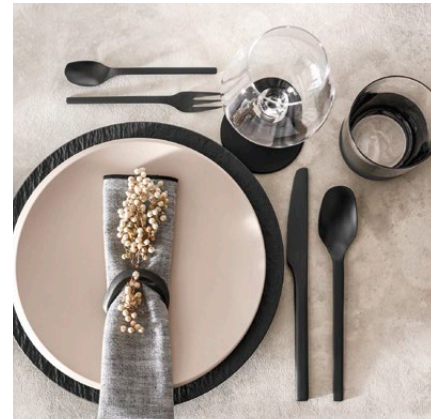
Licht und Schatten: Das Kerzenlicht bricht sich auf der rauen Oberfläche und bringt das naturgetreue Gesteinsrelief noch besser zur Geltung.

Perfekt miteinander kombiniert ist Licht, Duft und Design in den Duftkerzen von Manufacture Collier: Die exklusiven Kerzen in weißen oder schwarzen Porzellanbechern verströmen mir ihrem minimalistischen Design eine gewissen Eleganz und gleichzeitig einen betörenden Duft in vier unterschiedlichen Nuancen.

Beige und Bunt

Als eine der Trendfarben des Jahres ist Beige auch im Herbst nicht aus den Wohnräumen wegzudenken. Wärmer als Grau und weicher als Weiß entsteht mit der hellen Farbe in der dunklen Jahreszeit eine einladende und wärmende Atmosphäre. Die cleane, asymmetrische Form der Tischkollektion NewMoon beispielsweise verströmt in Beige eine sanfte Eleganz auf dem Tisch, kombiniert mit schwarzen Einzelteilen von Manufacture Rock entsteht hingegen ein

eindrucksvoll herbstlicher Look. Beige und Bunt lassen sich übrigens ebenfalls hervorragend miteinander kombinieren: Vasen in erdigen Tönen geben eine ruhige Basis für Äste mit buntem Laub, die man sich vielleicht vom letzten Spaziergang mitgebracht hat. So können die bunten Herbstfarben in allen Nuancen so richtig leuchten. ■



VILLEROY & BOCH

Villeroy & Boch ist eine der weltweit führenden Premium-Marken für keramische Produkte. Das im Jahr 1748 gegründete Familienunternehmen mit Hauptsitz in Mettlach/Deutschland steht für Innovation, Tradition und Stilsicherheit. Als renommierte Lifestyle-Marke ist Villeroy & Boch mit Produkten der Bereiche Bad & Wellness sowie Dining & Lifestyle in 125 Ländern vertreten.



Wir bieten Wohnungen
und so viel mehr!

Wohnungen zu fairen
Mieten in unterschiedlichen
Größen und Ausstattungen

Kontaktieren Sie uns! Wir freuen uns auf Sie.



Geschäftsstelle Mittelhäuser Straße 22
Telefon: 0361 7 40 79 – 0

zukunft@wbz-zukunft.de
www.wbz-zukunft.de



WOHNEN IN HISTORISCHEN MAUERN

Klosterurlaub auf einer Halbinsel. Private Suite Kloster Refugium heißt das Hideaway am Traunsee – so macht Klosterleben Freude. Zwei Doppelzimmer in einem historischen Gebäude aus dem 11. Jahrhundert, auf einer Halbinsel des beliebten Traunsees gelegen, sorgen für weltliche Glücksmomente.



Familie Gröller hat im idyllischen Örtchen Traunkirchen im Salzkammergut in den letzten Jahren eine genussvolle Erholungsoase geschaffen: Das Genießer-Seehotel Das Traunsee ist bekannt für das 4-Haubenrestaurant Bootshaus, Gault Millau „Koch des Jahres 2023“ Lukas Nagl sowie die direkte Seelage. Mit frisch renovierten Suiten wiedereröffnet haben Monika und Wolfgang Gröller das Hotel Post am See, welches mit der Poststube 1327 ein außergewöhnliches Kulinarik-Angebot bietet. Das Wirtshaus hat sich in den letzten Jahren zu einer Institution für Einheimische und Gäste entwickelt. „Manche Gäste wünschen sich Individualität und möchten dennoch die Annehmlichkeiten, wie Restau-

rants und Spa, eines Hotels genießen. Diese Möglichkeit bieten wir mit dem Private Suite Kloster Refugium“, freut sich Wolfgang Gröller.

Im Jahr 1020 erbaut, hätten die alten Gemäuer des ehemaligen Benediktinerinnenklosters sicherlich viele Geschichten zu erzählen, etwa von den Bränden 1327 und 1632 und den Jesuiten, die das Gebäude im 16. Jahrhundert wiedererrichtet haben. Das Kloster ist auch Heimat der internationalen Akademie für Quantenphysik und der Sommerakademie für Bildende Kunst. Nun kann das Refugium ganz privat oder als Rückzugsort und Ideenschmiede für Geschäftsleute reserviert werden. Wer zu zweit reist,

bucht ein Doppelzimmer und lässt sich in den naheliegenden Restaurants verwöhnen. Für Geschäftliches steht ein Seminarraum (40 m²) zur Verfügung.

Wie Einheimische tauchen „Kloster-UrlauberInnen“ in die Kultur des Salzkammerguts ein. Die malerische See- und Bergkulisse zog seit jeher StädterInnen aufs Land und jede Jahreszeit bietet eine Fülle an Freizeitmöglichkeiten. Während sich im Sommer Badegäste am Traunsee zum Schwimmen, Kitesurfen oder Stand-Up-Paddling treffen, spornt der Herbst GipfelstürmerInnen an die umliegenden Berge zu entdecken. Mit der Kälte kehrt in der Traunseeregion auch die vorweihnachtliche Ruhe ein. Kleinere Skigebiete, Rodelpartien und Winterwanderungen fernab vom Massentourismus stimmen auf die Weihnachtszeit ein und wo lässt sich's besser zur Ruhe kommen als im Kloster? ■



Vermietung und Verwaltung: Hotel Post am See, Ortsplatz 5, 4801 Traunkirchen, +43 7617/2307, www.hotel-post-traunkirchen.at

Der SeeSPA im Seehotel Das Traunsee liegt nur wenige Meter entfernt und Panorama-Sauna, Marmor-Dampfbad und Infrarotkabine stehen gegen eine Gebühr von € 25,00 pro Person zur Verfügung. Beauty und Massageanwendungen sind zusätzlich buchbar

KLASSISCHE KÜRBISSUPPE

mit individueller Stempeldekoration

www.trendexpress.org
Rezept und Fotos: trodat



Zutaten für 4 Portionen

- 500 g Hokkaido-Kürbis
- 2 Kartoffeln
- 1 Karotte
- 1 Stange Lauch
- 30 g Butter
- 1 l Gemüsebrühe
- Salz, Pfeffer, Muskat
- Kürbiskernöl
- Kürbiskerne
- Petersilie

Was ist herbstlicher als eine traditionelle Kürbissuppe? Doch klassische Rezepte müssen nicht langweilig sein – ganz im Gegenteil. Vor allem bei der Tischdekoration kann der Fantasie mit individuellen Abdruckmotiven freien Lauf gelassen werden.

Zubereitung

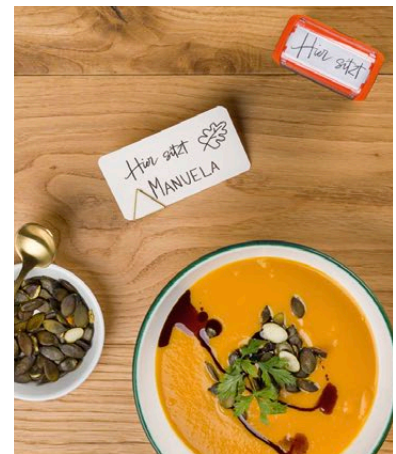
- 1 Den Kürbis halbieren, aushöhlen und in kleine Würfel schneiden (Schälen ist nicht notwendig!).
- 2 Die Kartoffel und die Karotte schälen und würfeln.
- 3 Den Lauch gründlich waschen und in Ringe schneiden.
- 4 Die Butter in einem großen Topf erhitzen und danach das Gemüse darin anschwitzen.
- 5 Mit der Gemüsebrühe aufgießen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

- 6 Bei moderater Hitze etwa 30 Minuten köcheln, bis alles weichgekocht ist.
- 7 Alles pürieren und mit Kürbiskernöl, Kürbiskernen & Petersilie anrichten.

Tipp

Um dem Ganzen den letzten Schliff zu verleihen, dürfen individuell gestaltete Namensschilder für Ihre Gäste nicht fehlen. Aber auch selbstgebastelte Anhänger und Streuelemente mit herbstlichem Charakter versprühen Charme an der gedeckten Tafel. Mit den trodat Printy Stempeln prägen Sie Ihr Esszimmer schnell und einfach mit persönlichen Wunschemotiven – so klassisch und doch modern gelingt die kulinarische Herbstdekoration.

Weitere Informationen unter
www.trodat.de



MANDEL- BIRNEN-TARTE

Die Birnen Mandel Tarte ist eine köstliche und verführerische französische Dessertspezialität, die durch ihre Mischung aus saftigen Birnen und knackigen Mandeln besticht. Diese delikate Tarte verbindet den süßen Geschmack reifer Birnen mit dem nussigen Aroma gerösteter Mandeln auf einer buttrigen Mürbeteigbasis.

www.trendexpress.org
Rezept von Küchenstübchen
Bild: Kirsch Import e.K

Zutaten

Für den Teig:

- 100 g Butter
- 75 g Zucker
- 200 g Mehl
- 1 Ei

Für die Füllung:

- 20 ml Franzbrötchenlikör
- 120 g Butter
- 120 g Zucker
- Abrieb einer Bio-Orange
- 2 Eier
- 100 g gemahlene Mandeln
- 1 Esslöffel Mehl
- 1/4 Teelöffel Backpulver
- 180 g Orangenmarmelade
- 2 Birnen
- 2 Esslöffel Mandelblätter

Zubereitung

- 1 Butter und Zucker schaumig rühren. Mehl und Ei dazugeben und verkneten. Teig in Frischhaltefolie wickeln und für eine Stunde in den Kühlschrank legen.
- 2 Ofen auf 180 °C vorheizen.
- 3 Tarteform mit Backpapier auskleiden, mit dem Teig auslegen (ggf. den Teig vorher dünn ausrollen) und 15 Minuten blindbacken. Ofen nicht ausschalten.
- 4 Für die Füllung Butter, Zucker und Orangenabrieb schaumig rühren. Die Eier einzeln unterrühren. Dann gemahlene Mandeln und Backpulver unterheben.
- 5 Franzbrötchenlikör mit der Marmelade vermischen, den Tarteboden damit bestreichen und die Füllung darauf geben.
- 6 Birnen schälen, vierteln, entkernen und auf die Füllung legen.
- 7 Circa 50-55 Minuten backen.
- 8 Nach dem Backen mit der restlichen Orangenmarmelade bestreichen und mit Mandelblättern bestreuen. Warm oder kalt servieren.

