



Arbeiterwohlfahrt  
**Ortsverein  
Unna-Oberstadt**

AWO Ortsverein Unna-Oberstadt, Vinckestraße 47, 59423 Unna

„Treff mit Herz“  
Vinckestraße 47  
59423 Unna

Mitglieder sowie  
Freundinnen / Freunde

[www.awounnaoberstadt.de](http://www.awounnaoberstadt.de)

des AWO-Ortsvereins  
Unna-Oberstadt

Tel.: 02303- 558 004 (AB)  
E-Mail: [awo-unoberstadt@online.de](mailto:awo-unoberstadt@online.de)

Unna, 31. August 2023

### ein Nachmittag auf dem Kürbishof „Hof Ligges“

Liebe Freundinnen und Freunde,  
in der vergangenen Woche wurde offiziell auf Hof Ligges die „Kürbis-Saison“ eröffnet.

Auf Wunsch aus unseren Reihen haben wir bei Fam. Ligges einen Nachmittag für uns reserviert. Wir laden Euch ein, einen bunten, spannenden und auch leckeren Nachmittag auf dem Hof Ligges zu verbringen.

Treffpunkt:

**Freitag, 22. September 2023,  
15.00 Uhr**

**Hof Ligges, Afferder Str. 1, 59174 Kamen**

Nach einem Gläschen zur Begrüßung erhalten wir bei Kaffee und (Kürbis-)Kuchen einige spannende Informationen über die Geschichte des Kürbisanbaus.



Wir lernen den Kürbis mit seinen wertvollen Inhaltsstoffen als Bestandteil einer gesunden Ernährung kennen und erfahren wertvolle Tipps über den vielfältigen Einsatz dieses „Allround-Gemüses“ in der Küche und dessen Heilkraft.

Eine Hofführung und ein kleines Abschiedsgeschenk (wird noch nicht verraten) runden den Nachmittag ab, so dass wir gegen 17.30 Uhr den Heimweg antreten können.

Als Kostenbeitrag fallen für diesen Nachmittag an:

**10,00 Euro / Person** für Mitglieder (oder)  
**12,00 Euro / Person** für Gäste.

Um planen zu können, ist es unbedingt notwendig, sich bis  
spätestens **Freitag, 15. September 2023**  
durch Überweisung des Betrages auf unser angegebenes Konto anzumelden.

*Gäste sind wie immer sehr herzlich willkommen.*

Vorsitzender: Wolfgang Rickert  
stv. Vorsitzender: Theo Thoben



Sparkasse UnnaKamen  
IBAN: DE76 4435 0060 0008 0044 42  
BIC: WELADED1UNN

Wir haben aus nachvollziehbaren Gründen zu dieser Veranstaltung keinen Bus gemietet, sondern treffen uns direkt auf dem Hof Ligges. Die An- und Abreise organisiert bitte jeder für sich.

Solltest Du keine Möglichkeit sehen, so melde Dich bei uns. Wir organisieren dann eine passende Fahrgemeinschaft.

Unabhängig von unserem Termin bietet der Hof Ligges auch „Kürbisschnitzen für Erwachsene“ an. Solltest Du auch daran Interesse haben, so melde Dich bitte gern bei uns. Bei ausreichendem Interesse würden wir ein gemeinsames Schnitzen organisieren.

Wir freuen uns jetzt aber erst einmal auf einen interessanten, aber auch unterhaltsamen Nachmittag.

Im Namen des Vorstandes

*Wolfgang Rickert*

Wolfgang Rickert

*Theo Thoben*

Theo Thoben

