

Heft | Herbst | Winter 2018

Hier

Das Magazin für Nord-Holland
und Rothenditmold



Gärtnern macht Spaß |6 Besser schlafen ist wichtig |18

Das schmeckt im Herbst und Winter |24

HieR

Inhalt

Wer wir sind	
Was macht der Ortsbeirat Nord-Holland?“	4
Nordstadt-Quiz	5
 Was uns Spaß macht	
Urban Gardening	6
 Wo wir herkommen	
Zwei Wege von Syrien nach Deutschland	8
 Was uns Spaß macht	
Move in nature – rerooted	13
 Was uns bewegt	
Der Ring	14
 Wie wir helfen können	
Glücksbringer für Weihnachten gesucht	16
 Wer uns hilft	
Willkommen von Anfang an	17
 Was uns gut tut	
Schlafen – Wichtig für das Leben	18
 Was wir machen	
Illustrationen sind mein Leben	20
 Was los war	
... in Rothenditmold	22
 Wo wir uns treffen	
Offener Adventskalender in ENGELHARD 7	23
 Was uns schmeckt	
Rezepte aus Syrien	24
 Was los war	
Das Sommerfest auf dem 4-Tore-Platz	26
 Was los war	
Interkulturelle Woche in Kassel	27
 Feiertage im Herbst und Winter	28

Impressum

HieR – Das Magazin für Nord-Holland und Rothenditmold

c/o Quartiersmanagement Nordstadt
Anja Waldschlängel · JAFKA gemeinnützige GmbH
Holländische Straße 200, 34127 Kassel
Telefon: 0561 / 8619218 · E-Mail: anja.waldschlaegel@jafka.de
c/o Stadtteilmanagement Rothenditmold
JAFKA gemeinnützige GmbH · Engelhardstr. 4 · 34127 Kassel
Tel. 0561 / 86 19 04 13 · E-Mail: martin.pauli@jafka.de

Chefredaktion/ Herausgeber: JAFKA gemeinnützige GmbH
Jürgen Hartrumpf (V.i.S.d.P) · Hegelsbergstr. 24A · 34127 Kassel

Redaktion: Anja Waldschlängel, Erwin Wiedergrüßer,
Sandra Schumann, Martin Pauli, Jan Krämer

Texte: Ron-Hendrik Peesel, Shvan Shkor, Rdwahn Murad,
Tülay Oguz, Gabriela Haase, Maryam Andaz, Jan Krämer,
Andreas Wollenberg

Fotos: Sandra Schumann, Heide Roll, Frank Kresse,
Erwin Wiedergrüßer, Martin Pauli u.v.a.

Grafikdesign/Layout: Sabine Dilling

Offene Redaktionstreffen: montags: Flüchtlingsunterkunft
Bunsenstraße/ piano 16:00 – 19:00 Uhr
mittwochs: Stadtteiltriff ENGELHARD 7, Rothenditmold
17:00 – 19:00 Uhr

Die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe zu veröffentlichen
bzw. zu kürzen. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben
nichtunbedingt die Meinung der Redaktion wieder.
Redaktionelle Änderungen vorbehalten. Für unverlangt
eingesendete Bild- und Textmaterialien wird keine Haftung
übernommen.

Auflage: 5000, kostenfrei, Verteilung in den Stadtteilen
Kassel 2018

Gefördert im Rahmen des gemeinwesenorientierten
altersunabhängigen Projekts „INouR“ – Integration
in Nordstadt und Rothenditmold des BMI

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern

Gefördert über das
Bund-Länder-Programm
Soziale Stadt

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Kassel documenta Stadt



Liebe Leserinnen und Leser,

der außergewöhnlich sonnige, warme und auch sehr trockene Sommer ist nun vorbei und wird bei so manchem in hoffentlich schöner Erinnerung bleiben. So wie vielleicht auch der Tag der Erde, der im April in der Henschel-, Gottschalk- und Fiedlerstraße stattfand und zu dem sehr viele BesucherInnen auch aus anderen Stadtteilen kamen. Das traditionelle Internationale Frühlingsfest des Kulturzentrums Schlachthof war fast unmerklich kleiner als sonst, da die beiden Gebäude des Kulturzentrums am Kemal-Altun-Platz saniert werden und dort ein neuer Veranstaltungssaal angebaut wird. Diese Bauarbeiten sind nun bald abgeschlossen und der Schlachthof kann dann wieder in seinen angestammten Räumen arbeiten, mit Jugendzentrum, Konzerten und vielen Kulturveranstaltungen mit und für alle, die hier leben.



Mit dem „JuNo“ an der Holländischen Straße/Ecke Struthbachweg wurde von der Stadt vor einem Jahr ein zweites Jugendzentrum in der Nordstadt eröffnet, um dem großen Bedarf in der Nordstadt, in der sehr viele Kindern und Jugendliche leben, gerecht zu werden. Geplant ist, die Grünfläche davor neu zu gestalten, damit sie besser genutzt werden kann. Angesichts der direkt angrenzenden Holländischen Straße, auf der täglich wahnsinnig viele Autos vorbeidonnern, eine sehr anspruchsvolle Aufgabe. Auf dem 4-Tore-Platz will der Skate-Verein Mr. Wilson eine öffentliche Skate Bowl errichten, und das Umwelt- und Gartenamt plant, den Platz schrittweise in einen Stadtteilpark zu verwandeln. Auch im innenstadtnahen Schillerviertel soll es Grünen: im Rahmen eines Förderprogramms zum »Zukunft Stadtgrün« werden Konzepte erstellt, die in den nächsten Jahren umgesetzt werden sollen. Und selbst an der Holländischen Straße werden wieder Bäume angepflanzt, die – sollte es in 20/30 Jahren wieder einmal einen so heißen Sommer geben – dann hoffentlich wenigstens für angenehmen Schatten sorgen.

Nach diesem sehr kurzen Ritt durch Teile der vielfältigen Nordstadt wünsche ich Ihnen eine schöne Winterzeit und viel Spaß beim Lesen »HieR« und jetzt

Hannes Volz
Ortsvorsteher Nord-Holland



„Was macht der Ortsbeirat Nord-Holland?“



Der Ortsbeirat (v.l.) Hannes Volz (Ortsvorsteher),
Doris Perger, Ali Timtik (stellv. Ortsvorsteher),
Ron-Hendrik Peesel

Die Stadt Kassel hat insgesamt 23 Ortsbeiräte. Unser Ortsbeirat Nord-Holland hat 13 stimmberechtigte Mitglieder und vertritt mit mehr als 15.000 Einwohnern die meisten Menschen im Vergleich zu den anderen Ortsbezirken der Stadt Kassel. Seine politische Zusammensetzung wird alle fünf Jahre bei der Kommunalwahl durch die wahlberechtigten Menschen der Nordstadt bestimmt. Die letzte Wahl fand im März 2016 statt, Neuwahlen stehen wieder im Frühjahr 2021 an. Wahlberechtigt ist jeder EU-Bürger, der das 18. Lebensjahr vollendet hat und seit mindestens drei Monaten in Nord-Holland lebt.

- Der Ortsbeirat ist die Interessenvertretung der Einwohner*innen des Ortsbezirks. Er fördert deren Beziehungen zur Stadtverordnetenversammlung, berät den Magistrat und pflegt Kontakte zu Vereinen, Initiativen und Gruppen im Stadtteil. Die monatlichen Sitzungen sind öffentlich und können von Allen besucht werden. Die Einladungen werden im Amtsblatt der Stadt Kassel veröffentlicht, die Protokolle können auf der Internetseite der Stadt Kassel eingesehen werden (www.stadt-kassel.de). Vor jeder Sitzung können alle Menschen eine Frage an die Stadt Kassel oder den Ortsbeirat stellen und erhalten zeitnah eine schriftliche oder mündliche Antwort.

Seit der Kommunalwahl Anfang 2016 hat der derzeitige Ortsbeirat bereits einige Erfolge erzielen können: So wurde beispielsweise eine Fahrradstraße vom Nordstadtpark bis nach Vellmar eingerichtet, um den Radverkehr zu verbessern, der Tag der Erde wurde 2018 auf Initiative des Ortsbeirats in der Gottschalk- und Fiedlerstraße veranstaltet und mit zahlreichen Menschen gefeiert. Zusätzlich wurde der Fußgängerweg in der Mombachstraße rollstuhlfahrgerecht gestaltet, sodass nun jeder Mensch den neugestalteten Schlachthof barrierefrei erreichen kann. Auch der Platz an der bekannten Fahrradwerkstatt in der Moritzstraße hat seinen würdigen Namen „Burckhardtplatz“ in Andenken an Annemarie und Lucius Burckhardt erhalten. Sie sind die Erfinder*innen der Spaziergangswissenschaften.





Der Ortsbeirat Nord-Holland verfügt über eigene Fördergelder. Mit den finanziellen Mitteln für die örtliche Gemeinschaft fördert der Ortsbeirat jedes Jahr wichtige ehrenamtliche Initiativen und soziale Festlichkeiten für alle Bürgerinnen und Bürger. Hierzu zählen der Flohmarkt „Vielfalt statt Einfalt“, das Mind-the-Gap-Festival, das Kulturfest im Schillerviertel, die Carl-Anton-Henschel-Schule, das 4-Tore-Platz-Fest und das Boxcamp, um nur einige zu nennen. Auch die Reparatur der Soccerbox in der Friedrich-Wöhler-Siedlung und die Sanierung von Gehwegen wurde durch den Ortsbeirat finanziert.

Der Ortsbeirat freut sich auf Ihre Ideen und Vorschläge für eine lebenswerte Nordstadt. Sprechen Sie die Mitglieder an oder kommen Sie zu den öffentlichen Sitzungen. Für die nächste Kommunalwahl werden noch engagierte und politikinteressierte Menschen gesucht.

**Kontakt: Hannes Volz, Ortsvorsteher Nord-Holland,
Mariendorfer Straße 13, 34127 Kassel,
Tel. 0561 / 560 105 12 (AB), E-Mail ha.volz@web.de**



Nordstadt-Quiz

von Tülay Oguz

Wie gut kennst Du die Nordstadt?
Teste Dein Wissen.

1) Wieviele Einwohner leben in der Nordstadt?

- a. 11.627
- b. 14.984
- c. 16.448

2) Welche Fläche hat die Nordstadt?

- a. 3,52 km²
- b. 2,81 km²
- c. 4,03 km²

3) Welche Schule befindet sich nicht in der Nordstadt?

- a. Carl-Anton-Henschel-Schule
- b. Elisabeth-Knipping-Schule
- c. Albert-Schweitzer-Schule

4) Wie heißt die Hauptverkehrsstraße in der Nordstadt?

- a. Holländische Straße
- b. Wiener Straße
- c. Leipziger Straße

5) Welcher Stadtteil grenzt nicht an Nord-Holland?

- a. Mitte
- b. Jungfernkopf
- c. Unterneustadt

6) Wie heißt der Zufluss der Fulda, der durch Nord-Holland fließt?

- a. Bossegraben
- b. Ahne
- c. Wahlebach



Urban Gardening

Gemeinsame Gartenarbeit – gemeinsamer Spaß von Shvan Shokr



Gartenarbeit kenne ich schon seit meiner Kindheit in Syrien. Schon sehr früh habe ich in unseren großen Gärten geholfen und habe viele Erfahrungen mitgebracht. Ich freue mich, beim Projekt Urban Gardening der StadtBild gemeinnützigen GmbH mitmachen zu können. Das Projekt findet im Garten des sozial-pastoralen Zentrums des Kirchenortes St. Joseph auf dem Rothenberg statt und wird aus dem Programm Soziale Stadt gefördert.

• Ich bin mit meiner Frau und unseren drei Kindern 2015 über die Türkei geflohen. In Syrien war ich Maurermeister, Spezialist für Tiefbau und hatte eine Firma mit bis zu 40 Mitarbeitern. Ich wünsche mir, dass ich hier in Deutschland auch in meinem Beruf arbeiten kann. Wenn es nicht klappt, würde ich gerne eine Ausbildung zum Mechaniker machen. Aber das Wichtigste ist, dass wir hier gesund und glücklich in Frieden leben können, in einer Gesellschaft, die keine Unterschiede macht in punkto Glauben und Herkunft. Im August letzten Jahres habe ich mit einem Sprachkurs beim Schlachthof angefangen. Es ist nicht einfach, aber es macht mir Spaß. Wenn ich Zeit habe, spiele ich mit anderen jungen Leuten Fuß- und Volleyball.

Ich war schon im letzten Jahr im Garten auf dem Rothenberg und hatte eine kleine Parzelle, wo ich Gemüse anpflanzen konnte. Das hat mir viel Spaß gemacht und ich habe schönes Gemüse geerntet. Dieses Jahr im Frühjahr kam der Stadtteiltreff ENGELHARD 7 mit dem Projekt Urban Gardening auf mich zu, ob ich Interesse hätte, mitzumachen. Ich habe mich gefreut und sofort zugesagt. Wir haben gemeinsam ganz viele Sachen angepflanzt: Blumen, Auberginen, Paprika, Tomaten, Gurken, Bohnen und anderes.

Hier in Deutschland ist es nicht so heiß wie in Syrien. Ich habe hier das Gemüse wie in Syrien ganz tief eingepflanzt, weil unten mehr Feuchtigkeit ist. Sie hält sich dort länger als oben. Deshalb braucht man nicht tagtäglich zu gießen, auch wenn es so warm und regenarm ist wie in diesem Jahr. Die Pflanzen nehmen die Feuchtigkeit und Mineralien von ganz unten auf. Das Unkraut um das gepflanzte Gemüse stirbt dann ab, weil seine Wurzeln nicht so tief gehen. Wir nutzen es, indem wir es zerkleinern und dann mit Erde mischen, es ist dann wie Kompost. Obwohl es in Syrien sehr heiß ist, gießen wir dort deshalb auch nur ein- oder zweimal in der Woche.

Wir essen gerne Tomaten, Paprika und Gurken. Klar, das kann man zwar alles auch kaufen, aber es schmeckt nicht so gut, als wenn man es selber angepflanzt hat. Leider konnte ich nicht immer mit den anderen aus der Gruppe zusammenarbeiten, weil ich oft andere Termine wie Deutschunterricht oder Fahrschule hatte und auch noch Zeit mit der Familie haben wollte. In dem Projekt haben wir uns gegenseitig geholfen, uns unterhalten und diskutiert über unterschiedliche Sachen, wie z.B. über die Zustände in Syrien. Meine Frau war mit den Kindern auch häufiger da, die Kinder haben dann auch immer ein bisschen geholfen.

Am 13. September haben wir ein kleines Erntefest gefeiert. Alle Teilnehmenden haben etwas mitgebracht, zum Teil auch Gerichte aus den geernteten Sachen. Eine Teilnehmerin hatte z.B. einen Rote-Beete-Salat gemacht. Ein anderer Teilnehmer hatte ein Taboulé mitgebracht, das ist ein arabisches Gericht, bestehend aus Tomaten, Bulgur, Romana-Salat, Petersilie, Minze, Zwiebeln, Zitronensaft und Olivenöl. Ich hatte einen Salat aus meinen geernteten Tomaten und Gurken zubereitet mit Kräutern wie Petersilie und frischen Thymianblättern, mit kleinen Würfeln aus trockenem arabischem Brot. Das Brot wird, bevor es zum Salat gegeben wird, in heißem Öl kurz frittiert.



OrganisatorInnen und TeilnehmerInnen des urban gardening Projekts beim Erntefest

Danken möchte ich dem sozial-pastoralen Zentrum, das uns die Möglichkeit gegeben hat, den Garten zu nutzen und den Mitarbeitenden des Stadtteiltreff ENGELHARD 7 der Stadt-Bild gemeinnützigen GmbH für die Betreuung und die Umsetzung. Das soziale Zentrum ist für uns so eine Art Familie geworden und wir freuen uns darüber, dass wir willkommen sind. Wir fühlen uns wie zuhause. Ich wünsche mir sehr, dass das Projekt Urban Gardening im nächsten Jahr weitergeführt wird.



von Isabelle Arbert, Laura
Günther, Katrin Mihr, Nico Ilin

Zwei Brüder



Majd (links) und Tarek (rechts)

– Zwei Wege von Syrien nach Deutschland – Gemeinsam in Kassel

Wurzeln in Syrien

Zwei Brüder sind geflüchtet vor dem Krieg und der Perspektivlosigkeit in ihrem Heimatland Syrien. 100 km von der Hauptstadt Damaskus entfernt, haben die zwei zusammen mit ihren Eltern und zwei weiteren Geschwistern gelebt, gearbeitet und studiert. Doch für den 24-jährigen Informatikstudent Majd und seinen 28-jährigen Bruder Tarek (studiert BWL) gab es nach dem abgeschlossenen Bachelorstudium nur eine einzige Perspektive: das Militär. „... alle Leute sterben dort!“ Die Flucht nach Deutschland – der einzige Ausweg.

Zwei Brüder – Zwei Wege

Ihr Weg nach Deutschland hätte dabei nicht unterschiedlicher sein können. Majd ist jetzt seit ungefähr fünf Jahren hier und lebt davon drei Jahre in Kassel. Er ist während seines laufenden Studiums als Student nach Deutschland gekommen. Sein Bruder Tarek hingegen musste nach seinem abgeschlossenen Studium in Syrien als Geflüchteter den Weg nach Deutschland antreten. Über zwei Monate hat er verschiedene Länder durchquert. Tarek ist jetzt ungefähr zwei Jahre und sieben Monate in Deutschland, eineinhalb Jahre in Kassel. Neue Probleme und Herausforderungen dabei: die neue Sprache, eine fremde Umgebung, die Suche nach einer Wohnung, die Konfrontation mit Vorurteilen und Abneigung, neue soziale Kontakte knüpfen, Arztbesuche und Behördengänge.

Majd hat bereits in Syrien sein Studium begonnen. Jedoch herrschte dort während seines Studiums Krieg und „...die Situation ist immer schlimmer geworden“. Er beschloss, seine Heimat zu verlassen, um in Deutschland zu studieren. Majd wählte den schnellen Weg, mit dem Flugzeug – sechs Flugstunden. Zunächst nahm er in Paderborn an einem zweijährigen Sprachkurs teil. Danach kam er für sein Informatikstudium nach Kassel. Der erste Eindruck: „Ich finde die Stadt ist ein bisschen zu klein!“ Syrische Städte seien viel größer, weil sie nicht nur ein Zentrum haben, in dem sich alles abspielt. Das Eingewöhnen in Kassel wurde außerdem dadurch erschwert, dass Majd in den ersten drei Monaten viermal die Wohnung wechseln musste, bis er eine passende Wohngemeinschaft gefunden hatte. Zuvor hatte er fast nur Wohnangebote zur Zwischenmiete erhalten, die sich auf 5 bis 10 Tage beschränkten. Majd und Tarek leben nun zusammen in einer Wohnung im Schillerviertel, wo es ihnen gut gefällt.

Vorname: Majd
Nachname: Al Henawi
Alter: 24 Jahre
Geburtsort: Sweida, Syrien
Ausbildung: Informatikstudent
Neben-Job: Angestellter bei McDonalds
Aktueller Wohnort: Kassel Schillerviertel
Familienstand: verheiratet



Majds Route nach Deutschland, Eigene Darstellung



Majds Ankunft in Deutschland (Flughafen Düsseldorf)



Tareks Route nach Deutschland, Eigene Darstellung



Tareks Ankunft in Deutschland (Flüchtlingsunterkunft Homberg)

Vorname: Tarek
Nachname: Al Henawi
Alter: 28 Jahre
Geburtsort: Sweida, Syrien
Ausbildung: Bachelor in BWL
Job: Lagerkraft
Aktueller Wohnort: Kassel Schillerviertel
Familienstand: verheiratet

Tarek hat sein BWL-Bachelor-Studium erfolgreich in Syrien abgeschlossen, konnte aber mit seinem Studium dort „nichts machen“ – es blieb ihm einzig die Wahl zwischen Master oder Militär. Ohne ein Visum ist die Einreise mit dem Flugzeug nach Deutschland nicht möglich. Also flog er aus dem Libanon in die Türkei. Dort dauerte es circa einen Monat, bis er jemanden fand, der ihn mit einem Schiff nach Griechenland brachte. Anschließend nutzte Tarek Busse und Bahnen, um über Mazedonien, Serbien, Kroatien nach Österreich zu kommen. Besonders beschwerlich und gefährlich waren lange Strecken zu Fuß zu. Zwei Monate, um Deutschland zu erreichen. In Homburg lebte er in einem „Heim“ für Geflüchtete, einem Zelt, in dem etwa 60 Menschen auf engstem Raum lebten. In dieser Zeit belastete ihn die Angst vor einer Abschiebung besonders stark. Anschließend zog Tarek zu seinem Bruder Majd nach Kassel. Majd konnte ihm in den vergangenen eineinhalb Jahren ein bisschen helfen. Mittlerweile lebt Tarek schon zweieinhalb Jahre in Deutschland.

Neue Stadt, neue Umgebung, neue Sprache

Wie orientiert man sich in einer völlig fremden Stadt? In einem Land, dessen Sprache man nicht oder nur teilweise mächtig ist? Wie bewegt man sich in einer solchen Situation im Raum und wie findet man neue Orte? Überraschende Antwort: „Nee nee, das war ganz einfach, anhand der Haltestellen.“ Die Infrastruktur der Bahn- und Bushaltestellen, als immer gleichbleibende Konstante im städtischen Raum, hat Majd die nötige Orientierung für seine alltäglichen Wege gegeben. Tarek berichtet: „Mit einem Smartphone kann man alles herausfinden, da man es ja auf seine eigene Sprache einstellen kann.“ Wie haben sie neue Orte im damals noch fremden Kassel entdeckt? – „Google Maps!“. Die hierdurch entdeckten neuen und mittlerweile beliebten Orte sind vor allem die Orangerie mit der Aue und auch der Herkules.

Die erste Wohnung war in Nord-Holland. Durch die alltäglichen Wege zur Universität, zu Behörden oder zur Arbeit sind neben den Lieblingsorten auch Durchgangsorte wie der Königsplatz und der Friedrichsplatz besonders prägnant für die beiden Brüder gewesen. Aktuell leben die beiden im Schillerviertel beim Hauptbahnhof, wo sie sich auch sehr wohlfühlen. Zur Uni benutzen sie Tram und Fahrrad bei schönem Wetter.

Kaum in Deutschland angekommen, hatten Majd und Tarek mit vielen Alltagsproblemen zu kämpfen. Die Wohnungssuche gestaltete sich für beide äußerst schwierig. Besonders bei Tarek nutzten viele Vermieter seine Situation aus und erhöhten den angesetzten Mietpreis, da das Jobcenter die Miete übernimmt. Oftmals erhielten sie jedoch nicht einmal die Chance, zu einem Besichtigungstermin eingeladen zu werden. Die eigenständige Suche nach einer Wohnung und einer Arbeit zog sich über 10 Monate hin.

Schwierige Jobsuche

Viele Arbeitgeber gaben ihnen nicht einmal die Chance eines Vorstellungsgesprächs, teilt Majd uns mit. Inzwischen hat er einen Arbeitsplatz in einem Schnellimbiss gefunden. Tarek ist als Lagerkraft tätig. Die sehr flexiblen deutschen Arbeitszeiten waren für die beiden Brüder anfangs eine enorme Umstellung, denn in Syrien wird in der Regel von 7 Uhr morgens bis spätestens 15 Uhr nachmittags gearbeitet.

Mittlerweile studiert Majd seit drei Jahren im 5. Semester Informatik. Rückblickend erzählt er uns, dass die ersten Semester „katastrophal schwer“ für ihn waren. Neben sprachlichen und inhaltlichen Schwierigkeiten fehlte ihm anfangs auch die Orientierung in der Universität. Um überhaupt studieren zu können, musste er ein Sparkonto eröffnen, auf dem er jedes Jahr 8.000 Euro nachweisen muss.

Trotz Verbesserungen seiner Sprachfähigkeit verursachen die vielen Fachbegriffe während seiner Informatikvorlesung noch inhaltliche Probleme.



Majd im Interview

Freunde zu finden, fällt Majd schwer: „Wenn ich ehrlich bin, habe ich keine deutschen Freunde“. Er hat lediglich zwei syrische, die er bei der Arbeit kennengelernt hat. Majd und Tarek wären gerne mit Deutschen befreundet, sie haben allerdings das Gefühl, dies wird nicht erwidert: Versuche, mit seinen Kommilitonen ins Gespräch zu kommen, blieben ohne Erfolg. Dadurch, dass sein Bruder Tarek im Privatinstitut Deutsch lernte, fehlte ihm der Kontakt zu Einheimischen. Bei Majd war dies etwas anders, da das Sprachinstitut in Paderborn an der Universität angesiedelt war. Aber auch diese Bekanntschaften schiefen nach dem Fortzug nach Kassel ein. Tarek konnte ebenfalls keine Freundschaften aufbauen. Es hätten leider keine Kennenlernetreffen zwischen Geflüchteten und Einheimischen stattgefunden, bedauert er.

Ganz alltägliche Termine, vor allem Behördengänge oder ein Arztbesuch, stellen die beiden Brüder vor große Herausforderungen. Mittlerweile hat Majd aber einen arabischen Arzt in Kassel gefunden.

Immer wieder überkommt Majd und Tarek das Heimweh. Um dies etwas zu kompensieren, versuchen sie jeden Tag mit ihrer Familie zu telefonieren oder zu skypen. Majd hätte nie gedacht, dass er gewohnte Alltagsgegenstände vermisst, die lebhaften Diskussionen mit seiner Familie oder seine Lieblingsplätze. In Syrien trifft sich die Familie mindestens einmal im Monat zum gemeinsamen Essen. Dieses starke Familienzugehörigkeitsgefühl ist Grundlage für Ihre gegenseitige Unterstützung.

Majd und Tarek werden mit einigen Vorurteilen konfrontiert: „Es gibt in Syrien schlechte und gute Leute, aber in Deutschland auch!“. Viele kritisieren, dass die meisten Geflüchteten sehr gute Smartphones besitzen. Dieses ist für Tarek und ihn sehr wichtig, um mit ihrer Familie zu kommunizieren, sich mit Google Maps zu orientieren oder um im Supermarkt unbekannte Lebensmittel in ihre Sprache übersetzen zu lassen: „Viele Leute sagen uns: ‚Schau mal: ich hab nur ein schlechtes

Handy!‘ – „Okay. Aber du bist Deutscher. Du kannst alles auch so verstehen. Wir sind Ausländische und sind darauf angewiesen!“ Majd kann nur schwer nachvollziehen, dass es zwischen den verschiedenen Kulturen so viele Vorurteile gibt, die seiner Meinung nach nicht bestünden, wenn mehr miteinander kommuniziert würde.

Ein fremdes Land, eine fremde Kultur und ein fremder Geschmack?

Anfangs bestand das Deutsche Essen für Majd nur aus: „Kartoffeln: Kartoffelsalat, Kartoffelbrei ...“. Dieses Cliché – offenbar im starken Gegensatz zur vielfältigen und gewürzintensiven syrischen Küche wurde neugierig hinterfragt. Dazu stellte er kulinarische Experimente an: Erster Anlaufpunkt: die Mensa der Universität. Aber: „Wenn man sich selbst etwas für zwei oder drei Tage kocht, ist das einfacher und billiger.“ – Eine Erkenntnis, zu der viele Studierende gelangen, die einen eigenen Haushalt führen. „In Syrien essen wir gern deftige Speisen, Fleisch mit Reis, sehr viel Reis und sehr viel Brot“. Viel Brot, so könnte fast eine Beschreibung der deutschen Essgewohnheiten beginnen. „Was noch? Milchprodukte, zum Beispiel Käse, Joghurt, mit über 50% Fett“. Eine weitere Gemeinsamkeit. „... und viel Gemüse und Hähnchen!“, sicherlich in Deutschland auch immer beliebter im Zeichen von „clean und healthy eating“. Essen bietet eben eine internationale Basis für gegenseitigen Austausch und Kommunikation.

Berufsaussichten – in Kassel schwierig ?

Majd und Tarek machen sich Sorgen über ihre zukünftigen Berufsaussichten in Kassel. In größeren Städten, wie Berlin, erhoffen sie sich bessere Berufschancen und einen höheren Verdienst. In Kassel gäbe es leider nicht so viele Firmen, die freie Stellen für Informatiker anbieten.

Auf die Frage, ob sich Tarek vorstellen kann, sein ganzes Leben in Deutschland zu bleiben, antwortet er uns, dass er sich hier nur niederlassen möchte, wenn er sich von den deutschen Mitmenschen akzeptiert fühlt. Majd und sein Bruder Tarek haben zwei weitere 18jährige Geschwister, die in Syrien Architektur und Informatik im ersten Semester studieren. Ein Nachzug ihrer Eltern kommt für Majd nicht in Frage: „Mein Vater ist 60 Jahre und meine Mutter 55 Jahre alt, was sollen sie hier machen?“. „Einen alten Baum verpflanzt man nicht“.

move in nature

Was uns
Spaß
macht

**Bist Du sportlich aktiv oder
möchtest Du es werden?**

Gemeinsam entdecken wir „Bunte Orte“ in Rothenditmold und beleben sie mit Fitnessangeboten.

Wir treffen uns immer **Mittwochs ab 17 Uhr am Marienhof 4**, dem wohl farbenfrohesten Ort in Rothenditmold. Dort gibt es viel zu entdecken! Wir treiben Sport und gehen gemeinsam raus ins Grüne. Wir laden Euch ein! Macht mit, die Teilnahme ist kostenlos!

Gerne könnt ihr euch vorab an uns wenden, wir freuen uns aber auch ohne Anmeldung, über Euren Besuch und Eure Teilnahme!

Sozialer Friedensdienst Kassel e.V.
0561 / 71268 0



Bunte Orte
move in nature

Jeden Mittwoch
ab 17 Uhr



DYNAMO
Windrad
FREIZEITSPORT KASSEL



Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat



Städtebau-
FÖRDERUNG
von Bund, Ländern und
Gemeinden



Rothenditmold
in Bewegung

Kassel

documenta Stadt

reRooted



**Tomaten ernten, Apfelkuchen
backen, Honig schleudern –
kurzum, – gärtnern und dabei
andere Menschen treffen?**

Wir wollen Rothenditmold mehr beleben und bieten zunächst den Garten des Marienhofs an, als einen Treffpunkt auszubauen und im Rahmen des Projekts „reRooted“ neu zu gestalten, damit dort bald Gesundes, Leckeres, z. B. Beeren, Obst und Gemüse geerntet werden kann.

Der Treff ist immer **mittwochs um 17:00 Uhr und donnerstags um 15:00 Uhr**

Die Teilnahme ist kostenlos!

Sozialer Friedensdienst Kassel e.V.
0561 / 71268 0



Was uns
bewegt

Der Ring

von Rdwan Murad

• Das Wetter war teils bewölkt, als wir uns getroffen haben. Ich habe auf einer Bank im Park gesessen, als eine alte Frau, etwa um die siebzig Jahre, an einem Stock gehend vorbei kam und mich fragte, ob sie sich zu mir setzen darf.

Mir fiel auf, dass ihre weißen Haare so lockig waren und sie strahlend blaue Augen hatte. Die Falten in ihrem Gesicht sahen aus wie viele lange, feine Linien.

Ihre Hand, die den Stock hielt, hatte ein wenig gezittert. Aber was mir am meisten auffiel, war ein Ring an ihrer linken Hand, der wie neu glänzte. Ich dachte sofort an einen Verlobungsring. Ich war ein wenig verwundert aufgrund ihres Alters und dachte mir, dass die Traditionen in europäischen Ländern vielleicht anders sind als in meiner Heimat Syrien.

Ich habe sie daraufhin angesprochen. Sie hatte viel zu erzählen. Nachdem wir uns unsere Namen und Nationalität vorgestellt hatten, versuchte ich herauszufinden, was der Ring für eine Bedeutung hat. Nach einer halben Stunde Unterhaltung über das Jung und Alt sein, habe ich sie danach gefragt, was es mit dem Ring auf sich hat und wann die Hochzeit stattfinden wird. Sie sah mich staunend an. Ihre Hand fing noch stärker an zu zittern und sie atmete tief durch. Sie antwortete mir, dass der Ring an ihrer Hand über vierzig Jahre alt sei. Ich dachte mir, der Mann, mit dem sie sich verlobt hatte, sei vielleicht verstorben und in Erinnerung an ihn hätte sie ihn weiter getragen. Ich fragte sie, ob es so war. Nein, so sei es nicht gewesen, antwortete sie.

Ich entschuldigte mich für meine Neugier, wollte aber unbedingt etwas über diesen Ring erfahren. Vielleicht möchte sie es mir erzählen? Sie schaute mich an und ich konnte mein Gesicht in ihren Augen klar gespiegelt sehen. Plötzlich sagte sie zu mir: „Ich kenne dich nicht und du mich nicht. Deswegen kann ich es dir erzählen.“

Also begann sie mit ihrer Geschichte: „Vor vierzig Jahren hatte ich ein Verhältnis mit einem so jungen Mann wie dir. Wir waren sehr verliebt und hatten uns entschieden, an meinem Geburtstag zu heiraten. Nachdem wir uns verlobt hatten, änderte sich auf einmal alles. Er nahm immer weniger Kontakt zu mir auf und wir unternahmen kaum noch etwas gemeinsam. An einem Samstagmorgen im Jahr 1978 sagte er „Auf Wiedersehen“ zu mir.“



Dieses Treffen
fühlte sich für mich an,
als hätte er mir eine Pistole
auf die Brust gesetzt und ich wäre
gestorben. Ich lag für vierzehn Tage im
Bett. Meine Familie hat mir versucht zu helfen
und die Situation zu vergessen. Ich habe Tage,
Monate oder Jahre verpasst, weil ich darauf gewar-
tet habe, dass er zurückkommt. Ich frage mich immer
noch, warum ich das gemacht habe. Dieses Wort „warum“
bekam eine große Bedeutung in meinem Leben und wurde zu
einem Teil von mir. Ich habe mich immer wieder gefragt,
warum er mich verlassen hat.“

Ich spürte einen Kloß im Hals. Das habe ich von meiner Mutter.
Wenn ich sehr traurig bin, kann ich nicht mehr sprechen und meine
Tränen kontrollieren. Ich fragte sie, ob der Ring die ganzen vierzig
Jahre an ihrem Finger geblieben ist und ob sie in ihrem Leben nicht
wieder jemanden kennengelernt habe. Sie sagte mit Tränen in den
Augen „ja“. Aber warum hatte sie den Ring an ihrem Finger gelassen?
Sie antwortete: „Ich habe mich immer wieder gefragt: Warum? Wenn
du mich fragst, warum er damals von mir gegangen ist, kann ich dir keine
Antwort geben. Aber warum ich den Ring behalten habe, kann ich dir
sagen. Ich bin ihm mein Leben lang treu geblieben.“
Diese Worte haben mich sehr beeindruckt. Ich hatte große Mühe, mein
Weinen zu unterdrücken, vor allem, weil sie auch so traurig war. Ich
konnte nicht weiter sprechen.

Nach einer Weile erst konnte ich zu ihr sagen, dass das aber doch nicht
über so viele Jahre nicht gehen kann. Sie sagte: „Doch. So bin ich mir
und meinem Gefühl treu geblieben. Wenn ich mir selber treu bleibe,
kann ich auch allen anderen Menschen meine Treue geben.“ Aber
wie kann das gehen? Hier erinnerte ich mich daran, als ich einmal
in der Moschee war und der Imam uns erzählt hat, dass man jede
Person wie sich selbst sehen und annehmen soll.
Bevor sie ging, sagte sie zu mir: „Mein Kind, das Leben ist sehr
schwer. Mach niemandem das Leben noch schwerer. Auf
Wiedersehen, ich muss meinen Weg weiter gehen.“

Ich war tief berührt. Erst fühlte ich mich wie ge-
lähmt, dann konnte ich nicht mehr auf der Bank
sitzen und ging schnell nach Hause. Ihre Worte
blieben für eine lange Zeit in meinem Kopf
und ich kann mich gut an ihre Stimme
erinnern. Ihr ganzer Körper hat
mit mir gesprochen als sie
sagte, sie sei sich und
allen anderen
treu.

Wie wir
helfen
können



GLÜCKSBRINGER

Du hast gute Spielsachen, die Du nicht mehr brauchst?
Dann werde zum **Glücksbringer!**
Mach anderen Kindern in der Nordstadt und in
Rothenditmold zu Weihnachten eine Freude!

Wir sammeln ab sofort bis zum **07.12.2018**
im Quartiersmanagement Kassel Nordstadt,
Holländische Straße 200 / Ecke Hegelsbergstraße.



Vielen Dank!

Kassel documenta Stadt

Nord-Holland. Das Quartiersmanagement Kassel Nordstadt, Holländische Str. 200, 34127 Kassel, sammelt Spielzeug für bedürftige Familien - Abgabe bis Freitag, 07.12.2018 möglich.

Glücksbringer für Weihnachten gesucht

Glücksbringer-Sammeltage

Bis zum 07.12.2018 sammeln wir gut erhaltenes Kinder-spielzeug, mit dem Kinder aktuell noch spielen wie zum Beispiel: Lego/Bionicle, Bücher, Spiele, Kinderfahrräder, Modelautos, Carrera Bahn, Barbie Puppen, etc.

Bitte keine Stofftiere!

Abgabezeiten/-ort:

**Mo: 14:00 bis 17:30 Uhr
Do: 09:00 bis 12:00 Uhr**

**Quartiersmanagement
Kassel Nordstadt
JAFKA/StadtBild gemeinnützige GmbH
Holländische Straße 200 /
Ecke Hegelsbergstraße
34127 Kassel
Tel.: 0561/8906994**

Glücksbringer-Weihnachtsbasar

**Am Di., 11.12.2018 und
Mi., 12.12.2018**

**in der Zeit von
10:00 - 17:00 Uhr
ist es wieder soweit!**

**Eltern und Kinder können sich
im Quartiersmanagement
Kassel Nordstadt,
Holländische Str. 200,
Geschenke **kostenlos**
aussuchen.**

Gerade für Kinder spielen Geschenke an Weihnachten eine große Rolle. Damit auch Familien, die wenig Geld zur Verfügung haben, ihren Kindern eine Freude machen können, hat das Quartiersmanagement der Nordstadt die Aktion „Glücksbringer“ ins Leben gerufen.

Auch dieses Jahr werden wieder gut erhaltene Kinderspiele, Bücher, Spielzeug und auch Schultaschen und anderes Schulzubehör gesammelt, die dann vor Weihnachten kostenlos an Familien verteilt werden.

Beim Glücksbringer-Weihnachtsbasar am Dienstag und Mittwoch, 11. und 12. Dezember 2018, in der Zeit von 10:00 bis 17:00 Uhr können sich Kinder und Eltern dann kostenlos Geschenke abholen.

Kontakt:

Quartiersmanagement Kassel Nordstadt,
Jafka/StadtBild gemeinnützige GmbH
Annika Beran & Anja Waldschlägel & Ingo Sprakel
Holländische Straße 200, 34127 Kassel
Infoansage zur Aktion: 0561 / 8906994



Petra Haas von „Willkommen von Anfang – Gesunde Kinder in Kassel“ hat einen Termin mit Familie Mohamed und der kleinen Dania. Der „Begrüßungsbesuch“ ist ein Präventions- und Serviceangebot des Gesundheitsamtes Region Kassel. (siehe Infokasten) Die Eltern von Dania sind sichtlich erfreut: Petra Haas beglückwünscht die jungen Eltern im Namen des Oberbürgermeisters und der Stadträtin Anne Janz und wünscht der Familie Alles Gute für die Zukunft.

„Willkommen von Anfang an – Gesunde Kinder in Kassel“

- Die Mitarbeiterin des Gesundheitsamtes Region Kassel hat wertvolle Informationen zum Thema „Gesund aufwachsen“ für die junge Familie dabei. Bereits während der Schwangerschaft wurde ein Ordner mit vielen Tipps und Hinweisen für werdende Eltern überreicht. Petra Haas spricht mit den Eltern der kleinen Dania, die ganz aufgeweckt schaut und lächelt, über wichtige Themen rund um das Großwerden: zum Beispiel Ernährung für Säuglinge, die Einführung der Beikost und die damit einhergehende wichtige Pflege der ersten Milchzähne. Petra Haas schenkt den Eltern eine Babyzahnbürste. Die Eltern freuen sich darüber und auch Dania guckt ganz interessiert.

Frau Haas informiert über die Förderung der „sensomotorischen“ Entwicklung von Babys. Damit ist zum Beispiel gemeint, dass Babys viel über das Ertasten und „Begreifen“ von Gegenständen lernen. Daher auch der deutsche Begriff „Begreifen“ für „etwas verstehen“. Sie erklärt der Familie Mohamed das Internetportal webKITA, ein Service der Stadt Kassel. Hier können sich Eltern über Betreuungsplätze in ihrer Nähe informieren und frühzeitig Interesse an einem Kindergartenplatz bekunden. Sie weist die Eltern auch auf Beratungsstellen und das Angebot von Deutschkursen in Kassel hin.

Die Eltern bedanken sich herzlich bei der „Begrüßungsbesucherin“ Petra Haas für das Geschenk, die wertvollen Tipps und Hinweise und besonders für die muttersprachlichen Informationsbroschüren.

Info:

Ein gesundes Aufwachsen der Kinder und ihrer Familien von Anfang an zu fördern, ist das Ziel: Mit dem Angebot „Willkommen von Anfang an – Gesunde Kinder in Kassel“ begleitet das Gesundheitsamt der Region Kassel die jungen Eltern in der Stadt. Die ersten Informationen über alle wichtigen gesundheitlichen Themen rund um Schwangerschaft und Geburt erhalten Sie von Ihrem Frauenarzt oder der betreuenden Hebamme. Nach Geburt des ersten Kindes wird ein Begrüßungsbesuch angeboten, bei dem alle Fragen in dieser neuen Lebenszeit besprochen und der Familie kleine Geschenke überreicht werden. Familien, die besondere Unterstützung brauchen, werden in Angebote des Beratungs- und Hilfenetz der Stadt oder je nach Bedarf an eine Familienhebamme oder Familienkrankenschwester vermittelt. Familien mit mehreren Kindern erhalten ein Begrüßungspaket und können zusätzlich einen Begrüßungsbesuch vereinbaren.



Weitere Informationen erhalten Sie bei der Servicestelle im Gesundheitsamt:

Gabriele Haase
Gesundheitsamt Region Kassel
Wilhelmshöher Alle 19–21,
34117 Kassel
Tel.: 0561 / 787 1958 oder
787 1926
E-Mail: gabriele.haase@kassel.de



Schlafen

– WICHTIG FÜR DAS LEBEN

von Tülay Oguz

Sowohl Menschen als auch die meisten Tiere haben Schlafphasen. Der Schlaf dient der Erholung und wird meistens von Träumen begleitet. Das Träumen ist dabei ebenso wichtig, wie der Schlaf selbst. Jeder Mensch träumt mehrere Male in der Nacht, erinnert sich jedoch oft nicht mehr daran. Beim Träumen verarbeiten wir Konflikte, Ängste und entwickeln sogar neue Ideen.

- Wir brauchen den Schlaf, um gesund zu bleiben. Wir legen uns schlafen, wenn es dunkel ist und wachen morgens wieder auf. Ausnahmen: Menschen im Schichtdienst oder auf Fernreisen. Viele Tiere machen dies genauso, allerdings gibt es auch manche, die nachts auf Nahrungssuche sind. Andere Tiere haben längere Schlafphasen, weil sie Winterschlaf oder Winterstarre halten. Diese Tiere haben sich zuvor meistens gut mit Nahrung versorgt oder ein Winterfell entwickelt. Es ist wichtig, diese Tiere in solchen Phasen nicht zu stören. Ihre Atmung, Blutdruck und ihre Körpertemperatur können sie senken, um möglichst viel Energie zu sparen. Einige Tiere suchen sich ein Winterquartier, damit sie den Winter schadlos überleben.

Bei uns Menschen wird der Schlaf in verschiedene Phasen eingeteilt: Zuerst kommt die Einschlafphase. Die Augen bewegen sich langsam und die Atmung wird ruhiger. Danach kommt der leichte Schlaf, wo das Bewusstsein ausgeschaltet ist und die Augen sich nicht mehr bewegen.

Im Tiefschlaf erholen wir uns am meisten. Die Muskeln sind entspannt, der Körper befindet sich im Energiesparmodus. Jetzt kommen wir in die Phase, wo sich die Augen schnell hin und her bewegen, (engl.: „rapid eye movement oder abgekürzt REM – wie die Band aus den 90ern“) da der Mensch nun zu träumen beginnt. Wer jemanden aufwecken möchte hat es nun schwer. Dazwischen gelangen wir immer wieder in den Tiefschlaf. Diese Phase wird zum Morgen hin immer kürzer, bis wir schließlich aufwachen.

Wieviel Schlaf nötig ist, hängt von vielen Faktoren ab: Das Geschlecht und das Alter spielen hierbei eine große Rolle.

Zudem können Schlafstörungen auftreten, wenn der Mensch z.B. aufgeregt, nachdenklich oder traurig ist. Auch ein Essen am späten Abend oder ein anregendes Getränk, wie Kaffee, Cola oder Tee können den Schlaf behindern. Nach Alkoholgenuß schläft man zwar schneller ein, wacht jedoch wieder auf, sobald der Alkohol abgebaut ist, so dass sich keine Erholung einstellt. Krankheiten können den Menschen durch Hustenreiz oder Schmerzen ebenfalls wach halten. Wenn das Bett mit jemandem geteilt wird kann Schnarchen oder andere ungewöhnliche Geräusche den Menschen aufwecken. Ein fremdes Bett kann auch hinderlich für gesunden Schlaf sein.

Wenn der Schlaf auf diese Weise ein paar mal gestört wird, fühlen wir uns am nächsten Tag müde und erschöpft. Dann sollte man wieder einen richtigen Schlafrhythmus finden. Manche Menschen leiden unter chronischen Schlafstörungen, was auf Dauer nicht gut für den Körper ist. Dann sollte ein Arzt aufgesucht werden, um die Ursache zu finden. Dafür gibt es unter anderem Schlaf-Labore, wie z.B. im Marienkrankenhaus in Rothenditmold.



Eine Schlafstörung kann auch die Zeitumstellung sein. Am 28.10.18 wurden die Uhren von 3:00 auf 2:00 Uhr zurückgestellt. Körperlich ist diese Zeitumstellung für Menschen und Tiere schwierig. Eine Kuh kann nicht einfach eine Stunde früher gemolken werden. Viele Landwirte melken also jeden Tag ein bisschen früher, bis die Stunde voll ist.

Für den öffentlichen Nahverkehr ist es durch die Fahrpläne ebenfalls eine große Herausforderung. Die Menschen sollen ja nicht eine Stunde früher zur Arbeit kommen. Einen Tag bis zu einer Woche nach der Umstellung sind viele Menschen müde und haben Konzentrationsprobleme.

Deshalb starten wir hierzu eine kleine Umfrage. Soll die Zeitumstellung abgeschafft werden? Bis zum 23. März 2019 können Sie unter folgendem Link abstimmen:
<http://kurzelinks.de/zeitumstellung>

**Alles Gute, und
schlafen Sie wohl!**



Was wir
machen

Illustrationen sind meine Welt

von Maryam Andaz



- Ich bin seit zwei Jahren in Deutschland, wohne in Kassel und bin sehr glücklich, hier zu sein. Geboren bin ich in Teheran, der Hauptstadt des Iran und habe dort auch Grafik-Design studiert. Direkt nach dem Studium habe ich angefangen, für verschiedene Zeitungen und Zeitschriften zu arbeiten, was zu Beginn nicht einfach war. Im Iran habe ich für Kinder und Jugendliche illustriert. Ich war mehrmals in der Woche in einem Atelier bei Profis, die mir viel beigebracht haben. Neben der Arbeit gab es immer schöne Musik und tolles Essen. Ich liebe es mit Papier und Farbe zu illustrieren.

„Gute Illustrationen funktionieren für mich am besten, wenn ich mich in meine Kindheit zurückversetze.“

Seitdem ich in Deutschland bin, lerne ich Deutsch, ich finde die deutsche Sprache schwer aber irgendwie süß, sie kommt mir wie Mathematik vor.

Hier in Kassel hatte ich im letzten Jahr drei Ausstellungen, zu Themen, die ich selbst auswählen konnte. Für eine Ausstellung habe ich einige meiner Träume illustriert. Außerdem habe ich für einen Kalender Illustrationen gemacht. Auch für dieses Stadtteilmagazin habe ich schon Illustrationen angefertigt.

Bei meiner zweiten Ausstellung habe ich Günter Staniewski kennengelernt, er ist ein sehr bekannter Puppenspieler. Er hat mir sein Projekt Mikrotheater von Migranten vorgestellt und mir vorgeschlagen, dabei mitzumachen.



Darüber war ich natürlich sehr froh. Wir haben uns dann oft in seiner Werkstatt getroffen und ein kleines Theaterstück entwickelt. Die ganze Arbeit war sehr intensiv und hat länger als ein halbes Jahr gedauert.

Als Geschichte habe ich einen Text ausgewählt, den meine Schwester geschrieben hat. Es geht in dem Stück um ein kleines Mädchen, das mit seinen Eltern einen Ausflug in den Wald macht und dabei die Eltern verliert. Sie lernt die Tiere des Waldes kennen und schätzen. Ein Schmetterling zeigt ihr am Ende den Weg nach Hause.

Für meine Auftritte habe ich eine kleine Bühne genutzt, die sich Kamishibai nennt. Sie ist so gebaut, dass ich meine Illustrationen von oben als Hintergründe einschieben kann. Es sind insgesamt 20 Illustrationen.

Das Stück ist sehr süß und für Kinder gedacht. Man bekommt ein schönes Gefühl, wenn man während des Spielens ihre Reaktionen sieht und die Kinder mir nach der Aufführung Fragen stellen.

An dem Projekt Mikrotheater von Migranten nahmen noch andere Geflüchtete teil, die auch kleine Bühnen hatten und ihre eigenen Stücke spielten. Meist sind wir zusammen bei verschiedenen Veranstaltungen aufgetreten.

Die Zusammenarbeit mit Günter hat sehr viel Spaß gemacht und ich danke ihm ganz herzlich für die Unterstützung.



Was los
war

Einweihung des Kunstwerks Pääreschwänze: Bildhauer Sigi Böttcher (m.), Kulturdezernentin Susanne Völker, stellv. Ortsvorsteher Norbert Hornemann, Ursula Strutwolf-Hahn (Wir für Rothenditmold e.V.)



Soccerbox Eröffnung



Einweihung des Kunstwerks „Sky Stack“ (c) asdfg Architekten, Hamburg, am Schornstein des Gewerbeparks Clasen



Spaziergang „Stadtteil der Kinderrechte“ des Deutschen Kinderschutzbundes: Stadträtin Anne Janz und Jugendamtsleitung Judith Osterbrink, Ortsvorsteher H. Roth, J. Effert, 1. Vors., Dörten Wahlen, Geschäftsführerin Familienzentrum (von links)



Christine Weber (v.links), Heike Sälzer, Petra Aschmann, Geschäftsführung Gewerbepark Clasen, Matthias Tunnemann (h. mitte), Architekt, Volker Mohr, Amtsleiter Stadtplanung, Bauaufsicht und Denkmalpflege Stadt Kassel

Offener Adventskalender in „Engelhard 7“

1.12. bis 24.12.2018 um 17.30 h



1. Advent

2. Advent

3. Advent

4. Advent

Wo
wir uns
treffen

Gemeinsam aktiv

Förderverein Wir für Rothenditmold
Mehrgenerationenhaus
HEILHAUS KASSEL
Anne-Frank-Haus
Deutscher Kinderschutzbund
Evang. Philippus-Kirchengemeinde
Familiennetzwerk AKERO
Gewerbepark Clasen
JAFKA gemeinnützige GmbH
Kath. Kirchengemeinde St. Joseph
Ortsbeirat Rothenditmold
Rothe Ecke
Sozialer Friedensdienst Kassel e.V.
Turngemeinde Rothenditmold
Valentin-Traudt-Schule

Koordination

Mehrgenerationenhaus
HEILHAUS KASSEL
Brandastr. 10 34127 Kassel
Tel. 05 61 / 9 83 26 0
www.heilhaus.org



Förderverein
Wir für Rothenditmold e.V.
V.i.S.d.P. Rolf Schulze, Breithauptstr. 5
34127 Kassel Tel. 05 61 / 89 51 43
www.rothenditmold.de

Täglich wird
um 17.30 Uhr
ein Adventstürchen
geöffnet.



Samstag 01.12.
Festlicher Auftakt des Adventskalenders mit Musik, Bratwurst und adventlichen Köstlichkeiten
Alle Initiativen gemeinsam
Chor Horst Mengel



Sonntag 02.12.
Einladung zum Adventsgottesdienst
Evang. Philippus-Kirchengemeinde



Montag 03.12.
Bunter Baumschmuck – selbst gemacht
Deutscher Kinderschutzbund
Round table



Dienstag 04.12.
Leckere Weihnachtsreise
Gewerbepark Clasen



Mittwoch 05.12.
Gedichte und Geschichten und leckere Kekse dazu
Valentin-Traudt-Schule



Donnerstag 06.12.
Leckere Lebkuchentiefel – wir verzieren sie
Deutscher Kinderschutzbund



Freitag 07.12.
Hör doch mal: Klarinettenklang
Mehrgenerationenhaus Heilhaus



Samstag 08.12.
„Suhla“ – ein Schattentheater, die Geschichte von einem besonderen Drachennädchen
Mehrgenerationenhaus Heilhaus



Sonntag 09.12.
Einladung zum Adventsgottesdienst
Kath. Kirchengemeinde St. Joseph



Montag 10.12.
Musik- und Bilderspaziergang durch Rothenditmold
Stadtteil der Kinderrechte
Ortsvorsteher Rothenditmold



Dienstag 11.12.
Die Turnzwerge erzählen und spielen eine Geschichte aus dem Märchenwald
Turngemeinde Rothenditmold



Mittwoch 12.12.
„Das Mädchen mit der Perlenkette“, die Geschichte einer Flucht, erzählt mit dem Kamishibai – einem Fernseher ohne Strom
Mehrgenerationenhaus Heilhaus



Donnerstag 13.12.
In der Waffelbäckerei...
Jafka – Frauentreff Engelhard 7



Freitag 14.12.
Gemeinsam basteln wir Wichtel
Förderverein Wir für Rothenditmold



Samstag 15.12.
Syrien - Leben und Flucht
Erzählungen, Musik und Süßes aus einer anderen Kultur
Ortsbeirat Flüchtlingsbeauftragte



Sonntag 16.12.
Einladung zum Adventsgottesdienst in der evang. Kirche Mombachstraße
Evang. Philippus-Kirchengemeinde



Montag 17.12.
Weihnachtskarten basteln – für Mama, Papa, Oma, Opa...
Rothe Ecke



Dienstag 18.12.
Federleicht und eisig – gemeinsam ein Weihnachtsgeschenk herstellen
Anne-Frank-Haus



Mittwoch 19.12.
Zauberhaftes Adventsmärchen mit Musik
zu Gast: Ilona Friedrich
Alle Initiativen
Bürgermeisterin Ilona Friedrich



Donnerstag 20.12.
Der Tag, an dem ich den Weihnachtsmann einfinf – eine spannende Weihnachtsgeschichte
Förderverein Wir für Rothenditmold



Freitag 21.12.
Advent, Advent, ein Lichtlein brennt – mit musikalischer Überraschung
Sozialer Friedensdienst Kassel e.V.



Samstag 22.12.
Weihnachtslieder unter dem Baum
Förderverein Wir für Rothenditmold
Ortsbeirat



Sonntag 23.12.
Festlichkeiten in den Kirchen
Evang. Philippus-Kirchengemeinde
Kath. Kirchengemeinde St. Joseph



Montag 24.12.
Festlichkeiten in den Kirchen
Alle sind herzlich eingeladen
Evang. Philippus-Kirchengemeinde
Kath. Kirchengemeinde St. Joseph

im STADTTEILTREFF
„ENGELHARD 7“
Engelhardstr. 7
Kassel-Rothenditmold



Was uns
schmeckt

Syrische Linsensuppe Schorbet Ades

von Rdwan Murad

Diese Linsensuppe wird in Syrien traditionell gegessen, wenn es im Winter draußen kalt ist.

Zutaten für 4 Personen

- 1 Tasse rote Linsen
- 1 Zwiebel
- 1 große oder 2 kleine Kartoffeln
- 5 Tassen Wasser
- 1 guter Schuss Olivenöl
- Gewürze nach Geschmack: Currypulver, Kreuzkümmel, Liebstöckel, Cayennepeffer, Salz

So wird's gemacht...

Linsen gut waschen. Rote Linsen müssen nicht eingeweicht werden. Man erhält sie inzwischen in gut sortierten Supermärkten oder im türkischen Lebensmitteladen.

Zwiebeln und Kartoffeln in kleine Würfel schneiden, in einem Topf mit dem Öl anschwitzen und ca. 5 Minuten weich werden lassen. Aufpassen, dass nichts anbrennt. Die Linsen und das Wasser dazu geben. Mit den Gewürzen und Salz abschmecken. Gut durchrühren. Vorsichtig mit dem Salz sein – lieber zum Schluss noch einmal abschmecken!

Abgedeckt auf niedriger Stufe köcheln lassen, bis die Linsen gar sind. Im Anschluss alles mit einem Pürierstab zerkleinern und noch einmal abschmecken.

Dazu isst man...

... gebratenes Brot, am Besten dünnes arabisches Fladenbrot. Unter dem Namen „Dürüm“ erhält man es in türkischen Geschäften. Das dünne Brot in ca. 2 cm große Würfel schneiden und in einer Pfanne in reichlich Sonnenblumenöl kross braten. Die gebratenen Brotwürfel werden nach Belieben auf die bereits in den Tellern servierte Suppe gegeben. Wer mag, träufelt hinterher noch frischen Zitronensaft darüber.

Süßkartoffel-Apfel-Suppe

von Jan Krämer

Zutaten für 4 Personen

- 6 kleine Zwiebeln
- 800g Süßkartoffeln
- 4 EL Butter
- 1L Gemüsebrühe
- 4 säuerliche Äpfel
- 20g Ingwer
- 4 TL Basilikum
- 200g Schlagsahne
- nach Belieben: Salz, Cayennepeffer, Curry

So wird's gemacht...

Zwiebeln würfeln. gewaschene Kartoffeln schälen und würfeln. Äpfel waschen, schälen entkernen und würfeln. Ingwer schälen und klein schneiden. Ggf. Basilikum vom Stiel zupfen. In einem großen Topf Zwiebeln in der Butter glasig dünsten. Danach Kartoffeln zugeben und 2 Min. unter Rühren mitdünsten, danach mit der Brühe ablöschen, aufkochen lassen und 10-15 Minuten köcheln (bei reduzierter Hitze) lassen.

Äpfel, Ingwer und Sahne einrühren. Alles aufkochen und weiter ein wenig köcheln lassen. Danach den Topf vom Herd nehmen und alles mit dem Stabmixer fein pürieren. Mit Salz, Cayennepeffer und ein wenig Curry würzen. Als letztes Basilikum drüberstreuen.

Herbstliche Kürbissuppe

von Christine Hottenroth und Sandra Schumann

Zutaten für 4 Personen

- 1 kg Kürbis
- 250 g Möhren
- 500 g Kartoffeln
- 1 große Zwiebel
- 1 EL Butter
- 1 Liter Gemüsebrühe
- ½ Becher Sahne
- Salz, Pfeffer
- Kürbiskerne und Crème fraîche (nach Bedarf)

So wird's gemacht...

Das Gemüse (Kürbis, Möhren, Kartoffeln und Zwiebeln) schälen und in kleine Stücke schneiden.

Im Kochtopf die Butter erhitzen und die Zwiebelwürfel andünsten. Danach die Gemüsebrühe hinzufügen und solange erwärmen, bis sie aufkocht.

Kürbis, Möhren und Kartoffeln hinzugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und eine halbe Stunde auf kleiner Flamme kochen lassen. Zum Schluss die Suppe mit einem Pürierstab pürieren, Sahne hinzufügen und nochmals mit Salz und Pfeffer nach Geschmack abschmecken.

Tipp: Die heiß servierte Suppe mit Kürbiskernen und einem Klecks Crème fraîche garnieren und verfeinern.

Syrisches „Weihnachtshähnchen“ Dagaga al Schtaa von Rdwan Murad

In Syrien gibt es eigentlich kein „Weihnachtshähnchen“ – wir haben es so genannt, weil es dort auch gerne im Winter zubereitet wird. Und zusammen mit der Linsensuppe und einem Rotkohlsalat ergibt sich ein festliches Menü:

Zutaten für 4 Personen

- 2 ganze Hähnchen
- 6 große Kartoffeln
- 4 Zwiebeln
- 2 Becher Joghurt
- 2 EL Tomatenmark
- 2 Zehen Knoblauch
- Sonnenblumenöl
- Gewürze: Hähnchengewürz (Tavuk Baharati – gibt es im türkischen Lebensmittelladen), Salz, schwarzer Pfeffer

So wird's gemacht...

Hühnchen gut von innen und außen waschen. In der Mitte durchteilen. Das Hähnchen mit der Hautseite nach oben auf ein Backblech legen. Kartoffeln schälen und in Stücke schneiden, Zwiebel ebenfalls und um die halbierten Hähnchen legen. Sonnenblumenöl mit einem dünnen Strahl darüber verteilen.

Den Joghurt mit dem Tomatenmark und den Gewürzen verrühren und über dem Hähnchen und dem Gemüse verteilen.

Mit Alufolie abdecken und eine halbe Stunde bei 200°C in den Backofen auf mittlerer Ebene schieben. Nach einer halben Stunde die Alufolie entfernen und eine weitere halbe Stunde im Backofen garen.



Syrischer Rotkohlsalat Salt Malfof AL ahmer a

von Rdwan Murad

Dieser Rotkohlsalat passt hervorragend zu dem syrischen „Weihnachtshähnchen“. Es erinnert ein wenig an ein klassisches deutsches Weihnachtsgericht: Gans mit Rotkohl und Klößen. Warum nicht dieses Jahr Weihnachten mal etwas Anderes probieren?

Zutaten für 4 Personen

- 1 Kopf Rotkohl
- 3 große Karotten
- 4 Löffel Zucker
- 1 Glas Mayonnaise
- 1 Becher Joghurt
- Salz

So wird's gemacht...

Den Rotkohl und die Karotten in dünne Streifen schneiden oder hobeln (wenn man einen Gemüsehobel hat). Mit Zucker vermengen und kurz ziehen lassen. Die Mayonnaise und Joghurt in einer anderen Schüssel gut verrühren und mit dem Salz abschmecken. Auf den Rotkohl und die Karotten geben und nochmal gut zusammen mischen. Eine Stunde in den Kühlschrank stellen und gut durchziehen lassen.



Möchten Sie den Bürgerraum mit großer Küche im Haus der Zukunft für eine Veranstaltung mieten? Dann wenden Sie sich gern an: Martin Wiegand, Projektleitung CUBE, Tel. 0561/ 95 37 98 55 Weitere Infos: www.stadtbild-kassel.de/index.php?id=117



Das Sommerfest auf dem 4-Tore-Platz

Kisten, Essen und Ballons! von Jan Krämer

- Bereits zum 9. Mal lud das Quartiersmanagement Kassel Nordstadt in Kooperation mit der Kinder- und Jugendförderung der Stadt Kassel zum alljährlichen Sommerfest auf dem 4-Tore-Platz (Spielgelände Joseph-Fischer-Straße) ein. Wie jedes Jahr folgten zahlreiche Familien dieser Einladung und freuten sich auf Aktionen für die Kinder.

Verschiedene soziale Institutionen aus Kassel boten den Kindern eine Auswahl zwischen Kistenklettern, Ballonwerfen, Schminken und vielem mehr. Das Spielmobil „Rote Rübe“ kam mit seiner Hüpfburg. Es war für jeden was dabei.

Zusätzlich konnten die Eltern bei einer Tasse Kaffee und einem Stück Kuchen ein wenig entspannen und sich über die vielen sozialen Angebote in Kassel informieren. Sogar prominenter Besuch von der Stadt kam vorbei, um das umfangreiche Angebot zu erleben.

Aus finanziellen Mitteln der Stadt Kassel, Stiftungsgeldern, Gelder des Förderprogramms „Soziale Stadt“ Rothenditmold und einer Spende aus dem Ortsbeirat Nord-Holland war es auch dieses Mal wieder möglich, alle Mitmachaktionen, Kuchen und Getränke kostenfrei anzubieten.

Letztendlich fanden sich über 600 Menschen auf dem 4-Tore-Platz ein, um einen spaßigen Tag für Jung und Alt zu erleben. Es war ein großartiges Fest mit einem bunten Umhertreiben voller lachender Kindergesichter, scheppernden Kisten und platzenden Ballons.

Die Veranstalter versuchen, auch im nächsten Jahr wieder ein großes Sommerfest zu realisieren.



Archivbild Ingo Sprakel

Interkulturelle Woche in Kassel

Spiel, Klang, Kaffee

von Andreas Wollenberg

• Vom 22. September bis zum 3. Oktober 2018 fand in Kassel die Interkulturelle Woche statt. Mehr als 20 Institutionen beteiligten sich mit über 30 Aktionen und Veranstaltungen im ganzen Stadtgebiet.

Und natürlich war auch PIANO e.V. mit seiner Gemeinschaftsunterkunft in der Bunsenstraße wieder mit dabei. Am Montag, den 24. September gab es unter dem Titel "Spiele, Kulinarisches und Musik aus Afrika" zahlreiche Aktivitäten. Das Highlight war sicherlich die eritreische Kaffeezeremonie, das afrikanische Haareflechten und der Auftritt des "Chor der Kulturen". Hierfür einen besonderen Dank an Helen Haile und Merhawit Debrebression.

Besonders erwähnenswert ist, dass alle in der Gemeinschaftsunterkunft lebende Nationen an diesem Aktionstag teilgenommen haben und uns immer wieder mit neuen kulinarischen Überraschungen erfreuten. In toller, entspannter Atmosphäre klang dieser Tag gegen 20:00 Uhr aus.

Andreas Wollenberg
Piano e.V.
Flüchtlings- und Sozialberatung



24 09 2018



Feiertage im Herbst und Winter

31.10.2018	Halloween (Volksbrauch am Abend und in der Nacht vor dem katholischen Hochfest Allerheiligen und der folgenden Feier Allerseelen, an dem die Katholiken ihrer Verstorbenen und aller Armen Seelen gedenken.)
01.11.2018	Allerheiligen (katholischer Feiertag)
07.11.2018	Diwali (hinduistisches Lichterfest)
18.11.2018	Volkstrauertag (staatlicher Gedenktag in Deutschland – Erinnerung an die Kriegstoten und Opfer der Gewaltbereitschaft und Gewaltherrschaft aller Nationen)
20. – 21.11.2018	Lailat al-mawlid an-nabi (islamisches Fest – die Nacht der Geburt des Propheten Mohammed)
25.11.2018	Totensonntag (Volksbrauch)
03. – 10.12.2018	Chanakka (jüdisches Lichterfest)
06.12.2018	Nikolaus (Todestag des heiligen Nikolaus – Andenken an seine guten Taten)
18.12.2018	Assara Be Tewet (jüdischer Fastentag)
24.12.2018	Heilig Abend (christliches Fest zur Geburt Christi)
25. – 26.12.2018	Weihnachten (christliches Fest zur Geburt Christi)
31.12.2018	Silvester (Volksbrauch zum Jahreswechsel)
01.01.2019	Neujahrstag
06.01.2019	Heilige Drei Könige (christliche Tradition aus der Weihnachtsgeschichte des Matthäusevangeliums)
07.01.2019	Orthodoxe Weihnachten (die russisch-orthodoxe und die serbisch-orthodoxe Kirche feiert nach dem alten julianischen Kalender Christi Geburt dreizehn Tage später als die anderen Christen)
14.01.2019	Makar Sankranti (hinduistisches und indisches Erntedankfest)
21.01.2019	Tubischerat (jüdisches Fest, Tag der Bäume und Pflanzen)
26.01.2019	Tag der Republik Indien