

Zuhause im Goetheviertel

Ihre Quartierszeitung ☎ Ausgabe 2/2021

Ostern im Goetheviertel

Malwettbewerb für kleine Künstler

Zeit für gute Pflege



Liebe Bewohnerinnen und Bewohner des Goetheviertels,

unsere Adventsfensteraktion hat viele positive Rückmeldungen gebracht. Viele Menschen waren froh in der dunklen, kalten Zeit mit Corona-Einschränkungen kleine Lichtblicke in Form von schön geschmückten Fenstern und anderen Beiträgen anschauen zu können. Auch bei der Wahl des schönsten Adventsfensters gab es eine rege Beteiligung – die Gewinner geben wir in dieser Ausgabe bekannt.

Haben Sie Lust unser Stadtteil etwas bunter zu gestalten? Dann machen Sie in der Woche vor Ostern mit, bei unserer Ostereierüberraschungaktion.

Auch wollen wir mit unserem Malwettbewerb die Kinder mehr mit einbeziehen. Mit einem Frühlingsbild können die Kinder einen Preis gewinnen, der vom Kaufland gespendet wird.

An alle kleinen Künstler!

Freut ihr euch auch so auf den Frühling? Dann malt uns doch ein Bild und schickt es bis zum Freitag, 30. April, an „Nils – Wohnen im Quartier“ im Goetheviertel, Quartiersmanagerin Monika Jochum, Hohlestraße 12 oder bringt es im Servicebüro vorbei. Es gibt auch etwas zu gewinnen!

Eine Jury wählt das schönste Bild aus. Die Gewinner stellen wir in der nächsten Ausgabe vor. Mitmachen können alle bis zu zwölf Jahren.

Besuche im Goetheviertel

Quartiersmanagerin Monika Jochum macht sich regelmäßig auf ins Quartier, um – coronakonform – Menschen zu treffen und Gespräche zu führen. Sie verlegt ihre Sprechstunden quasi auf



die Straße. Gerade während des Lockdowns, während dessen die Begegnungsmöglichkeiten sehr eingeschränkt sind, ist es Monika Jochum wichtig, mit den Nachbarn im Goetheviertel in Kontakt zu bleiben. „Wir im Goetheviertel sind füreinander da“, betont sie, „das gilt auch gerade jetzt!“.

Der Frühling kommt und mit ihm die Hoffnung auf mehr normales Leben und viel Bewegung an der frischen Luft. Ich freue mich, Ihnen vielleicht demnächst im Stadtteil zu begegnen.

Bleiben Sie gesund und Ihnen und Ihren Familien ein schönes Osterfest!

Ihre
Monika Jochum
Quartiersmanagerin

Kontakt:

Tel. 0631 361985-35
Mobil 0151 10045458
mjochum@gemeinschaftswerk.de



Machen Sie mit!

Ostereierüberraschung im Goetheviertel – das Leben für alle etwas bunter machen

Bemalen Sie Eier – ob ausgeblasen zum Aufhängen oder gekochte Eier für ein Nest. Diese Eierüberraschung können Sie mit anderen Mitwirkenden in der Woche vom 29. März. bis 4. April im Goetheviertel aufhängen oder verstecken. So können sich andere über eine kleine Osterüberraschung freuen und diese mitnehmen.

Den vielen heimlichen Osterhasen sei hier schon einmal gedankt.

Haben Sie weitere Ideen wie sie Ihren Mitmenschen in der Nachbarschaft eine kleine Freude bereiten können? Oder um anderen Mut zu machen oder um zu zeigen, dass wir eine Gemeinschaft sind? Rufen Sie mich an, dann kann in der nächsten Ausgabe Ihre Idee veröffentlicht werden.

Monika Jochum,
Quartiersmanagerin
Tel. 0631 361985-35
mjochum@gemeinschaftswerk.de



Nistkästen

Die regelmäßige Überprüfung der Nistkästen im Ruheforst fand in diesem Jahr situationsbedingt nur im kleinsten Kreise statt. Unter der fachkundigen Leitung von NABU-Mitglied Philipp Diermayr und mit Unterstützung von Kai Kehl, Ruheforst-Mitarbeiter der Stadt, wurden die über 30 Nistkästen auf mögliche Hinterlassenschaften tierischer Untermieter hin untersucht. Das Ergebnis ist erfreulich. „Das „Mieterinteresse“ ist ungebrochen groß. Über 90 Prozent der Kästen waren im Sommer belegt. Zum Teil gab es sogar Doppelbelegungen. Das bedeutet, verlassene Nester bzw. Nistkästen wurden beispielsweise noch von Siebenschläfern mitgenutzt“, erklärt der versierte NABU-Mann.

Anhand des Nestbaumaterials lässt sich bestimmen, welche Tierarten die Kästen bewohnten. Besonders Meisen und Kleiber nutzten die angebrachten Behausungen für ihren Nestbau. „Auffallend ist, dass die Baumläuferhöhlen nicht so stark genutzt wurden. Dies ist ein Beleg dafür, dass diese Vogelfamilie seltener wird und biotopverbessernde Anstrengungen notwendig sind“, ist Diermayr überzeugt.

Die Nistkästen im Ruheforst wurden gereinigt und für die neue Nistsaison wieder aufgehängt



Bei Senioren im Goetheviertel unterwegs



Wie auch in der Vorweihnachtszeit waren die Gemeindeschwester Plus Nicole Beitelstein und die Quartiersmanagerin Monika Jochum wieder im Stadtteil unterwegs. Sie besuchen einsame und gehbehinderte Seniorinnen und Senioren im Viertel, coronakonform an der Haustür, informieren über Hilfen und Unterstützungsmöglichkeiten. Nicole Beitelstein hat als Geschenk für jeden eine Tasche mit Mundschutz, Desinfektionsmittel und anderen nützlichen Kleinigkeiten dabei. Monika Jochum hat vom Kaufland gespendete kleine Osterüberraschungen bekommen, so dass viele Senioren sich neben den aufmunternden Worten und viel nützlicher Information sich über die Geschenke freuen können. Hier ein herzliches Dankeschön an Herrn Karg vom Kaufland, der die Spende veranlasst hat.

Wenn Sie zukünftig auch einen Besuch an der Haustür wünschen, können Sie sich gerne bei Nicole Beitelstein, Tel.: 0631 365-4087 oder Monika Jochum, Tel.: 0631 361985-35 melden.

Geschenkt: Nützliche Taschen

Die Gemeindeschwester plus verteilt im Rahmen des Projekts „Förderung und Maßnahmen gegen Vereinsamung im Zuge der Covid-19 Pandemie“, die durch das Land Rheinland-Pfalz gefördert wurde, gezielt für Menschen ab 80 Jahren Taschen, die mit einem Rätselbuch, FFP2 Maske, Händedesinfektionsmittel und Handcreme bestückt sind. Zusätzlich enthalten die Taschen noch Informationsmaterial zu verschiedenen Gesundheitsthemen wie zum Beispiel Bewegung, Sicherheit im Alltag.

Die Gemeindeschwester plus möchte mit den Taschen die Senior(innen) für den Alltag gut ausstatten, sie dienen dem Infektionsschutz sowie der geistigen Beschäftigung.

Pflanztipp für das Frühjahr

Gerlinde Scheler, Kassiererin im Kleingartenverein Baalborner Weg, pflanzt in Töpfen für Balkon oder Terrasse gerne Rosmarin und Lavendelstauden oder andere Kräuter. Meist bieten viele Supermärkte im Frühjahr diese Stauden und andere Kräuter an. „Dies ist sehr praktisch“, meint sie, „diese Stauden blühen im Frühling, verbreiten einen angenehmen Duft, sind bienenfreundlich und man kann sie in der Küche verwenden. Lavendelblüten kann man auch in ein Säckchen füllen und zwischen die Wäsche im Kleiderschrank legen. Das verbreitet einen angenehmen Duft und hält Kleidermotten ab.“



Eliya Kinderheim e.V. Jahresrückblick 2020



Die Kinder aus dem Kinderheim freuen sich über die neuen Computer, die durch Spenden angeschafft werden konnten.

Kaum waren die Auswirkungen der Bombenanschläge zu Ostern 2019 halbwegs überstanden, kam schon das nächste Unheil in Sri Lanka an: Covid 19. Durch die Insellage kommt Sri Lanka noch einigermaßen glimpflich davon, allerdings mit den bekannten und nötigen Einschränkungen, wie strengen Ausgangssperren, monatelangem Schulunterricht zu Hause (im Eliya Heim mit Arbeitsblättern und seit Ende 2020 per TV-Unterricht für die verschiedenen Klassen), Maskenpflicht, Abstandhalten usw.

Im Eliya Kinderheim sind alle gesund und munter! Derzeit leben nur 24 Kinder (14 Mädchen und 10 Jungs) in der Eliya Familie, da drei Schwestern zur Mutter entlassen werden konnten, dafür sind aber schon drei neue Kinder angemeldet. Das Heim hält, wegen der schwierigen Zeiten durch das Coronavirus, weiterhin größere Vorräte als üblich an Essen und allem Notwendigem vor.

Durch mehrere Spenden (auch Nilsbewohner Klaus Weber trug durch den Verkauf selbst gebastelter Karten dazu bei) war es möglich, drei gute gebrauchte Computer zu kaufen. Nun können alle größeren Mädchen und Jungs einmal die Woche Computerunterricht bekommen.

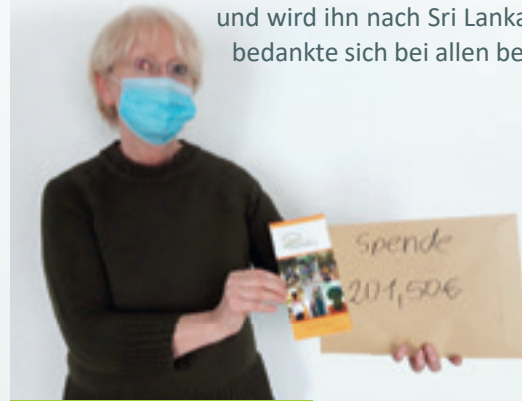
Das Eliya Kinderheim wurde im vergangenen Jahr neun Jahre alt und der Eliya Kindergarten (derzeit mit angemeldeten 19 Kindern) acht Jahre! Coronabedingt konnte nicht gefeiert werden, aber das Kinderheim bedankt sich bei allen Helfern und Spendern, die Zeit und Geld in das Projekt des Lichts (Eliya bedeutet in der singhalesischen Sprache Licht) investierten. Drei Praktikantinnen mussten Ende März 2020 frühzeitig das Land verlassen, neue können nicht kommen, die Öffnung der Grenze bzw. des Flughafens wird immer weiter nach hinten verschoben.

Die Schulen und Kindergärten sind in Sri Lanka nun seit Januar wieder geöffnet. Auch können der Hausaufgaben-/Nachhilfelehrer, der Mathelehrer und der Computerlehrer wieder regelmäßig in das Eliya Kinderheim kommen. Und auch der Tanzunterricht soll alsbald wieder 14tägig stattfinden, denn die Kinder haben viel Freude daran. Außerdem ist die Bewegung und Koordination in der Gruppe eine sehr gute „Psychotherapie“.



Spende aus Kartenverkauf

In der Vorweihnachtszeit hat Klaus Weber mit Helfern Grußkarten für Weihnachten, Geburtstag und andere Anlässe gebastelt (wir berichteten). Das Material wurde von der Bau AG gestiftet. Diese Karten wurden im Dezember im Servicebüro verkauft. So kam zusammen mit Spenden ein Betrag von 201,50 Euro zusammen. Eine Lehrerin vom Hohenstaufen-Gymnasium spendete für diesen Anlass 50 Euro, so dass die Kartenaktion insgesamt 251,50 Euro einbrachte. Siegrid Riedlinger vom Förderverein des Kinderheim Eliya freute sich über den Betrag und wird ihn nach Sri Lanka überweisen, sie bedankte sich bei allen beteiligten Helfern.



3. Ökumenischer Kirchentag

Aufgrund der aktuellen Pandemielage und der damit verbundenen unsicheren Rahmenbedingungen im Mai 2021 wird das Format des 3. Ökumenischen Kirchentages in Frankfurt grundlegend geändert. Der 3. ÖKT wird anders – konzentrierter, dezentraler, digitaler. Damit wird dem Gesundheitsschutz in Frankfurt Rechnung getragen.

Um der Verantwortung für den Gesundheitsschutz nachzukommen, aber gleichzeitig der Aufgabe als christliche Plattform gerecht zu werden, setzt der 3. ÖKT nun verstärkt auf digitale Beteiligung und Mitwirkungsmöglichkeiten auch jenseits der Frankfurter Stadtgrenzen. Das Event erhält dadurch ein neues Gesicht.

Weitere Informationen gibt es unter www.oekt.de

Epilepsie-Ambulanz mit hoher Qualität und Expertise

Die Deutsche Gesellschaft für Epileptologie e.V. (DGfE) hat der Epilepsie-Ambulanz der Klinik für Neurologie (Chefarzt Prof. Dr. med. Johannes Treib) am Westpfalz-Klinikum Kaiserslautern ihr Zertifikat überreicht. „Wir freuen uns sehr über diese Auszeichnung“, sagt Prof. Dr. med. Thilo Hammen, der in der Klinik den Schwerpunkt Epileptologie etabliert hat. „Das Zertifikat bestätigt uns eine optimale fachliche Versorgung von Epilepsie-Patienten und Patienten mit anderen komplexen Anfallserkrankungen im ambulanten Bereich.“ Prof. Hammen ist Epileptologe und arbeitet als Oberarzt in der Klinik für Neurologie.

In enger Kooperation mit niedergelassenen Ärzten können in der Epilepsie-Ambulanz Patienten untersucht und hinsichtlich weiterer diagnostischer und therapeutischer Maßnahmen beraten werden. Bei Bedarf kann im nächsten Schritt eine stationäre Behandlung, z. B. zum Video-EEG-Monitoring oder zur medikamentösen Neueinstellung, erfolgen. Auch eine Nachbetreuung nach einem stationären Aufenthalt ist möglich. „Dies verbessert sowohl die langfristige Versorgung der Patienten als auch die Kooperation mit den niedergelassenen Ärzten und externen Einrichtungen“, sagt Prof. Hammen.



Veränderungen durch das Corona-Virus und seine Mutationen

Mutation (lat. mutare „ändern/verändern, verwandeln“) wird in der Biologie als spontan auftretende, dauerhafte Veränderung des Erbgutes bezeichnet. Soweit die wissenschaftliche Betrachtung. Aber was bedeutet das für uns im Alltag, bei unseren sozialen Bezügen oder bei unserer Arbeit? „Unsere Arbeit hat sich hier in P 90 stark verändert und wenn man so will, sie ist mutiert von der sozialraumorientierten Integrationsarbeit hin zu einer reinen Beratungs- und Unterstützungsarbeit“, so Andreas Philipp Breier, Hausleiter des Wohnprojektes Wohnen in P 90. „In der Vor-Corona-Zeit haben wir neben Beratungs- und Unterstützungsangeboten ein großes Augenmerk auf unterschiedlichste interkulturelle, religiöse und kulinarische Angebote sowie auf Bildungs- und Informationsveranstaltungen gelegt. Geselligkeit, Mit- und Füreinander waren uns wichtig, damit Integration auch gelingt. Das geht seit März 2020 nicht mehr. Kontaktbeschränkungen und die Lockdowns haben uns aus nachvollziehbaren, vernünftigen Gründen gezwungen, diese Angebote anfangs stark zu reduzieren und zuletzt auch ganz einzustellen. Arbeitslos sind wir dadurch aber nicht geworden“, so Breier etwas ironisch „im Gegenteil, quantitativ wie qualitativ haben wir zugenommen, die Gewichtungen haben sich eben verändert. Die Frequenz in unseren Beratungs- und Sprechzeiten ist gestiegen. Die Menschen kommen wegen der geschlossenen Ämter und Behörden eben zu uns. Hotlines und Online-Lösungen helfen eben nicht immer. Auch haben unsere Besucher*innen oftmals gar nicht die notwendigen digitalen Geräte.“ so Breier weiter. Vordrucke und Formulare von Juristen geschrieben machten es den meisten Geflüchteten unmöglich, einen Überblick oder besser einen Durchblick zu bekommen. Aber wir schauen mutig – und Mut steckt ja auch in Mutation – in die Zukunft. Wir werden gemeinsam mit den Geflüchteten an dieser Situation und den damit verbundenen Herausforderungen wachsen“, so Breier optimistisch.

Andreas Breier

KAISERSLAUTERN

Wochen
markt
... immer frisch

Der Kaiserslauterer Wochenmarkt findet dienstags und samstags auf dem Stiftsplatz sowie donnerstags in der Königstraße statt.

Donnerstagsmarkt in der Königstraße!

Ausführliche Informationen zu den einzelnen Ständen, einen Lageplan sowie die Geschichte des Wochenmarktes finden Sie hier:
www.wochenmarkt-kl.de

Immer von 7:00 bis 13:30 Uhr finden Sie hier alles, was das Herz begehrt. Frische Lebensmittel von Obst über Käse, Gemüse und Wurstwaren bis hin zu Fisch und Backwaren sowie Blumen und Pflanzen. Oder einfach nur einen netten Plausch über Wetter, Weltgeschehen und den FCK.

Pflegedienst im Gemeinschaftswerk

Wann immer Sie Hilfe benötigen,
sind wir für Sie da.

Das bieten wir Ihnen:

- » Pflegegästezimmer
- » Grundpflege
- » Behandlungspflege
- » Palliative Betreuung
- » Verhinderungspflege
- » Pflegeanleitung und Schulung für Angehörige
- » Hauswirtschaftliche Versorgung

**Wir
für Sie!**

Wir beraten Sie gerne, rufen Sie an unter:
Tel. 0631 361985-34



Hohlestraße 12 | 67655 Kaiserslautern | Tel. 0631 361985-34
E-Mail: Pflegedienst@gemeinschaftswerk.de | www.gemeinschaftswerk.de

 **Blaues Kreuz**
Suchtkrankenhilfe
befreit leben lernen

Für Betroffene und Angehörige

Selbsthilfe macht stark und bedeutet gute Aussichten

Mittwoch:	19.30 - 21.00 Uhr	Haus der Diakonie
Donnerstag:	17.30 - 19.00 Uhr	Pirmasenser Str. 82
Freitag:	19.00 - 20.30 Uhr	67655 Kaiserslautern



Zeit für gute Pflege

Johannes Laible ist der neue Pflegedienstleiter des ambulanten Pflegedienstes des Ökumenischen Gemeinschaftswerks Pfalz. Seine Stellvertreterin ist Sarah Weltz. Der Pflegedienst hat seinen Sitz im Neubau von „Nils – Wohnen im Quartier“ im Goetheviertel, Hohlestraße 12.

Johannes Laible, Gesundheits- und Krankenpfleger mit Weiterbildung zur leitenden Pflegefachkraft, war zunächst stellvertretende Pflegedienstleitung und hat nun die Leitung des Pflegedienstes übernommen. Sarah Weltz ist ebenfalls Gesundheits- und Krankenpflegerin mit einem Bachelor-Abschluss in „Management und Expertise im Pflege- und Gesundheitswesen“. Beide Fachkräfte arbeiten seit einigen Jahren im Gemeinschaftswerk und freuen sich sehr auf ihre neue Aufgabe. „Unser Pflegedienst ist sehr persönlich und individuell“, erklärt Johannes Laible. „Wir nehmen uns Zeit für gute Pflege“, ergänzt Sarah Weltz. Beide schätzen das Konzept von „Nils – Wohnen im Quartier“ im Goetheviertel. „Es ist ein nachbarschaftliches Miteinander“, ist die Erfahrung der beiden, „der persönliche Umgang miteinander hat einen hohen Stellenwert“.

Rundum zuhause versorgt in jeder Lebenslage: Das verspricht der Pflegedienst des Gemeinschaftswerks. Die Leistungen: Grundpflege (z.B. Duschen, Hilfe beim Ankleiden), Behandlungspflege (z.B. Medikamente richten, Beobachtungspflege, Injektionen verabreichen), Hauswirtschaftliche Versorgung (z.B. Reinigen der Wohnung, Fenster putzen), Betreuungsangebote (z.B. im häuslichen Bereich oder in der Gruppe), Verhinderungspflege (z.B. zur Entlastung pflegender Angehöriger), Beratungsgespräche nach § 37,3 SGB XI für Pflegegeldempfänger, Schulungen im häuslichen Bereich durch Pflegefachkraft (kostenfrei), Individuelle Beratung zu Pflegeversicherung und Pflegedienst (kostenfrei). Außerdem bietet der Pflegedienst Pflegegästezimmer in einer Pflegewohnung.

Der Pflegedienst berät bei allen Fragen rund um das Thema Pflege. Wir helfen gerne weiter!

Ökumenisches Gemeinschaftswerk Pfalz GmbH
Ambulanter Pflegedienst

Hohlestr. 12, 67655 Kaiserslautern, Tel. 0631361985-34
pflegedienst@gemeinschaftswerk.de
www.gemeinschaftswerk.de

Erziehungsberatung der Diakonie in der Pirmasenser Straße

„Wir unterstützen bei allen Fragen zum Thema Entwicklung und Erziehung“: So umreißt Erziehungswissenschaftler Marc Becker die Aufgabe der Erziehungs- und Familienberatungsstelle der Diakonie Pfalz im Haus der Diakonie in der Pirmasenser Straße 82. Zum siebenköpfigen interdisziplinären Team zählen Sozialarbeiterinnen, Sozialpädagoginnen, eine Psychologin, ein Erziehungswissenschaftler und eine Diplompädagogin.

Die Themen, mit denen die Ratsuchenden ins Haus der Diakonie kommen, sind vielfältig: Fragen zur Erziehung und Entwicklung, zu familiären Konflikten oder Verhaltensauffälligkeiten und Schulproblemen. Oft geht es auch um das Thema Trennung und Scheidung. „Durch unsere individuelle persönliche Beratung können wir gute Lösungswege finden“, berichtet Marc Becker. Dabei beziehen er und seine Kollegen – wenn sinnvoll – auch das Umfeld der Familien ein, wie Schule oder Kita. Bei Teilleistungsschwächen wird auch die entsprechende Diagnostik im Haus der Diakonie durchgeführt.

Immer im Blick hat das Team eines: Das Wohl des Kindes und seiner Familie. Vor allem in Trennungssituationen ist da viel Fingerspitzengefühl gefragt: Wie kann sich ein Paar trennen, aber als Eltern gut weiter funktionieren? Deswegen gehört zum Angebot der Beratungsstelle auch die Paarberatung, Lebensberatung und Trennungs- und Scheidungsberatung.

Zur Beratungsstelle kommen aber nicht nur Eltern, auch Jugendliche selbst holen sich hier Unterstützung. Und das so lange wie nötig. Das Angebot ist kostenlos und alle Berater unterliegen der Schweigepflicht. Manch einem kann mit wenigen Malen geholfen werden, andere benötigen eine längerfristige Begleitung. „Wir leisten Hilfe zur Selbsthilfe“, betont Marc Becker. Wichtig ist in jedem Fall die Eigenmotivation der Ratsuchenden: „Wir sind ja keine Reparaturstelle, an der man sein nicht funktionierendes Kind abgibt und wir bringen es in Ordnung. Wir schauen: Was können die Eltern machen, was die Kinder und Jugendlichen?“ Gerade die Coronapandemie bedeutet für viele Kinder und Jugendlichen eine große Herausforderung: Die Alltagsstrukturen sind weg, es gibt strenge Kontakteinschränkungen mit Freunden

und Angehörigen, die Freizeitaktivitäten praktisch auf Eis gelegt... Aber, so findet Marc Becker, entwickeln viele Kinder und Jugendliche kreative Möglichkeiten, um miteinander in Kontakt zu bleiben. Auch die Beratungsstellen im Haus der Diakonie haben ihr Angebot entsprechend erweitert: Möglich sind nun auch Telefon- und Videoberatungen. Auch persönliche Gespräche im Haus der Diakonie sind – mit entsprechenden Vorgaben – möglich.

Zum Angebot im Haus der Diakonie gehört außerdem eine Suchtberatung, Schuldnerberatung und eine Interventionsstelle bei Gewalt in engen sozialen Beziehungen und Stalking.

Diakonisches Werk Pfalz

Pirmasenser Straße 82
67655 Kaiserslautern
Telefon: 0631 72209
hdd.kl@diakonie-pfalz.de



DEINE AUFGABEN

- Du begleitest, unterstützt und fördest Kinder, Jugendliche oder erwachsene Menschen mit Beeinträchtigung
- Bei Tätigkeiten aus den Bereichen Pflege, Pädagogik und Therapie packst Du mit an

DEIN VORTEIL

- Vergütung und Urlaubsanspruch sind all inclusive
- Mitarbeit in einem professionellen und interdisziplinären Team
- Einblick in verschiedene Berufsfelder wie Pädagogik, Pflege, Therapie und Verwaltung
- Qualifizierte Einarbeitung und Begleitung
- Vielfältige Angebote im Bereich unseres betrieblichen Gesundheitsmanagements

Und das Beste kommt zum Schluss: viele neue Erfahrungen und jede Menge Spaß warten auf Dich!

Bei Interesse melde Dich bei
Laura Begander
Tel. 06371 618823
E-Mail: lbegander@gemeinschaftswerk.de
www.gemeinschaftswerk.de/mitarbeit

 **ökumenisches
GEMEINSCHAFTSWERK Pfalz**

Gewinner des Adventsfenster-Wettbewerbs im Goetheviertel



1. Preis

☛ Unser Foto von La Casita zeigt Laura Höring und Renie Burghaus.

Im Januar haben viele Bewohner aus dem Stadtteil an der Abstimmung „Schönstes Adventsfenster“ teilgenommen. Den **ersten Preis gewann der Kindergarten La Casita des DRK** in der Wilhelm-Kittelberger-Straße mit dem Fenster Nummer 7.

Den **zweiten Platz erreichte die IGS Goetheschule** in der Goethestraße mit den Fenstern Nummer 6 und dem Titelbild der Stadtteilzeitung.



2. Preis

☛ Auf dem Bild der Goetheschule (oben links) ist Renate Michelberger zu sehen, die mit Frau Jüllig und Schülern die schönen Fenster gestaltet hat.

☛ Die Gewinner Amelie und Eugen Razen freuen sich über die Auszeichnung (unten links).

☛ Auch Familie Merkel, Mutter Anne-gret und Sohn Julian, hat die Teilnahme große Freude gemacht (unten rechts).



3. Preis



Der **dritte Platz ging an zwei Familien**: Die **Familie Razen** in der Möllendorfstraße mit dem Fenster Nummer 17 und die **Familie Merkel** in der Herzog-von-Weimar-Straße mit dem Fenster Nummer 19.

Allen Teilnehmern ein herzliches Dankeschön für ihr Engagement. Dies hat unser Goetheviertel während dem Winter mit Corona Einschränkungen etwas bunter gemacht.

Monika Jochum

VdK: Wir über uns



Eine gute und konsequente Öffentlichkeitsarbeit ist wichtig für unsere Mitglieder und für die, die eine Mitgliedschaft wünschen. Die erste Vorsitzende Inge Hofmann stellt auf unserer Internetseite „Sozialverband VdK Kaiserslautern Nord-Ost“ die Aktivitäten des Ortsverbandes mit über 900 Mitglieder dar. Besonders in den Ortsverbänden wird die Geselligkeit gepflegt. So finden auch bei uns gemeinsame Veranstaltungen, wie Ausflüge, Neujahrsempfang und Jahreshauptversammlung mit Rechenschaftsberichten für unsere Mitglieder statt.

Jeder kann Mitglied werden. Wir sind für Menschen aller Altersgruppen da. Empfehlen Sie den Sozialverband VdK weiter.

Der Sozialverband VdK bietet seinen Mitgliedern attraktive Serviceleistungen. Nach dem Motto „Wir sind an Ihrer Seite“ hilft der Sozialverband jedem Mitglied in folgenden Angelegenheiten:

- wenn – Rente abgelehnt?
- wenn – Ärger mit Hartz IV?
- wenn – Probleme mit der Krankenkasse?
- wenn – Kur abgelehnt?
- wenn – Arbeitslos?
- Pflegeversicherung?
- Schwerbehindert?
- Grundsicherungsrente?
- wenn Probleme mit der Berufsgenossenschaft?

...helfen die geschulten Mitarbeiter der Kreisgeschäftsstelle durch den Paragraphendschungel, wenn – der Gang zum Sozialgericht nicht vermieden werden kann, bieten die Rechtschutzstellen des VdK ihren Mitglieder komplette Hilfe an.

Kontakt: Tel. 0631 60215, www.vdk.de

Ein ganz besonders schöner Lichtblick...

Kaiserslautern, 1. Februar 2021

Hallo liebe Schüler/innen, liebe Lehrer/innen!

Ich habe mich sehr an Euren Beiträgen erfreut!
Vielen Dank dafür!

Besonders gefällt mir, dass hier wissenschaftliche & religiöse Betrachtungen gleichberechtigt nebeneinander stehen.

Ich hoffe, dass ihr bald wieder „ganz normal“ in die Schule gehen könnt.

Ich vermisse Euch und die „typischen Schulgeräusche“. Eure Stimmen, Euer Lachen auf dem Schulhof und die Schulglocke...

Viele liebe Grüße
von einer Anwohnerin



Diese Nachricht hing, von Hand geschrieben auf wunderschönem, bunt gestreiftem Papier, am Schultor des Hohenstaufen-Gymnasiums, und zwar mittendrin, unter den Beiträgen des Adventskalenders. Ja, des Adventskalenders, den es Anfang Februar immer noch gab, weil die Weihnachtsferien in die Phase einer neuen – teilweisen – Schulschließung übergegangen waren. Die Abiturient*innen hatten ihr Abitur geschrieben, auch Unterricht vor Ort gehabt, einige Kinder kamen zur Notbetreuung, aber die meisten Schüler*innen arbeiteten von zu Hause aus und tun es übrigens noch immer.

Die Lehrerin, die die Nachricht als Erste entdeckte, hat sich eine Träne aus den Augen gewischt und den Text ganz altmodisch mit einem Bleistift auf einen gelben Notizzettel geschrieben. Und dann erzählte sie, was sie gefunden hatte. Und es haben sich nicht nur die Kolleg*innen gefreut, die die Beiträge des Kalenders während der Adventszeit gesammelt hatten, sondern einfach alle Schüler*innen und Lehrer*innen, die man dank der Technik mit einem Knopfdruck hat benachrichtigen können. Der Kunstlehrer, der angeregt hatte, bei der gemeinsamen Arbeit über das Thema „Licht“ an alle großen Religionen zu denken und darüber die Wissenschaft nicht zu vergessen, hörte einen Moment auf, seinen nächsten Arbeitsauftrag zu formulieren, und lächelte. Die Ethiklehrerin schaute, als sie an der Schule war, noch einmal von einem Beitrag ihrer jüngsten Schüler*innen zum anderen und machte wunderschöne Fotografien von dem sich verabschiedenden Kalender, besonders natürlich von der Nachricht der Anwohnerin. Die Lehrerin, bei der vor Weihnachten die Mail von Monika Jochum vom Ökumenischen Gemeinschaftswerk eingegangen war, ob man nicht ein Fenster des Adventskalenders des Goethe-Viertels gestalten wolle, erinnerte sich an ihre Freude, als der erste Beitrag zum vorgeschlagenen Thema „Licht“ bei ihr eingetroffen war. Sie hatte ihn sofort mit dem Kunstkollegen geteilt. Fotografien, Bilder, selbst geschriebene Texte und Gedichte wie solche – wir sagen nur Matthias Claudius – ohne die es einfach nicht geht, waren bis zum 17. Dezember zusammengekommen, fast 50 an der Zahl, und hatten alle aufgehängt werden wollen.

Auch das ist wohl Schule. Und nicht die schlechteste.

Die Schulgemeinschaft
des Hohenstaufen-Gymnasiums



Wieder geöffnet!!!

Das Stadtmuseum (Theodor-Zink-Museum | Wadgasserhof) hat wieder geöffnet. Ein Besuch der Dauerausstellung und aktuellen Sonderausstellung, die Werke von DUZA zeigt, ist nach verpflichtender Voranmeldung möglich. Diese kann per E-Mail unter der Adresse museum@kaiserslautern.de oder telefonisch unter 0631 365-2327 erfolgen. Im Museum gelten die bekannten Hygienebestimmungen wie Masken- und Abstandspflicht.

Die neue Sonderausstellung „Show a little more, show a little less“ mit Werken von DUZA (Claudia Gross) ist ab sofort zugänglich. DUZAs Werke drehen sich stets um das Thema Frau, ihre Silhouette, ihre Körperhaltung, ihre Gestik und die gängigen Schönheitsideale. Für die Umsetzung dieser Rhetorik des Weiblichen verwendet sie vornehmlich Schnitt- und Reißstechniken oder überträgt Papierschnitt und Collage auf textile Materialien. So gibt es unsichtbare, rein durch ihre Silhouette definierte Frauen (Collage) oder solche mit erst zerstörter und dann neu zusammengesetzter Form (Tissage = Papierverwebung). Die verschiedenen Methoden des Zerteilens und Zusammenfügens hat DUZA jüngst um eine weitere Materialcollagen-Technik (Dentellage) erweitert: Das Resultat sind weibliche Portraits und Frauenkörper aus dekorativer Spitze. Neben den zweidimensionalen Werken ist in der Ausstellung auch die Installation „Tischlein deck Dich“ mit Porzellanmalerei aufgebaut.

Die Arbeiten sind bis zum 25. April im Obergeschoss des Wadgasserhofs zu den üblichen Öffnungszeiten des Stadtmuseums zu sehen. Diese sind Mittwoch bis Freitag von 10:00 bis 17:00 Uhr sowie Samstag und Sonntag von 11:00 bis 18:00 Uhr. Der Eintritt beträgt fünf Euro pro Person, ermäßigt 2,50 Euro.



Foto: Copyright: DUZA

Hoffnungsbilder und Impulse für Trauernde

Noch immer haben Trauercafés geschlossen und Veranstaltungen für trauernde Menschen fallen in diesen Pandemiezeiten aus. Deshalb möchte die Hospiz- und Trauerseelsorge im Bistum Speyer Trauernde mit einem neuen Angebot unterstützen. Unter dem Motto „Ostern im Blick“ bietet sie von Palmsonntag bis Ostern (4. April) täglich ein „Hoffnungsbild“ und einen dazu passenden Impuls an.

„An Ostern hören wir wieder neu die Botschaft von Hoffnung, Auferstehung und Erlösung, vom Sieg des Lebens über den Tod. Deshalb möchten wir dazu einladen, die Hoffnung wieder neu ‚in den Blick‘ zu nehmen und sich mit Bildern und Versen aus der Bibel etwas Trost und Zuversicht zusprechen zu lassen – mit Worten, die uns und besonders trauernden Menschen Mut machen und uns berühren wollen in einer Krisen-Zeit, in der wir diese Hoffnung, die Zusage und den Glauben an das Leben so dringend brauchen“, erklärt Kerstin Fleischer, Referentin für Hospiz- und Trauerseelsorge im Bistum Speyer.

Zu finden sind die Texte und Fotos unter: www.osternimblick.bistum-speyer.de – wer möchte, kann die Impulse auch über den Postweg bekommen.

Kontakt:

Hospiz- und Trauerseelsorge
im Bistum Speyer
Webergasse 11
67346 Speyer

Tel. 06232 102 288

E-Mail: hospiz-trauerseelsorge@bistum-speyer.de

Wieder geöffnet!!!

Die Stadtbibliothek hat wieder mit leicht veränderten Zeiten geöffnet. Diese sind Montag und Freitag von 10:00-12:00 Uhr und 14:00-18:00 Uhr, Dienstag und Donnerstag von 10:00-17:00 Uhr sowie Mittwoch von 10:00-12:00 Uhr. Samstags ist nur die Abholung bzw. Rückgabe der Medien mit vorheriger Terminvereinbarung möglich. Wegen verschärfter Maskenpflicht und Personenbegrenzung ist der Besuch der Stadtbibliothek nur mit FFP2-Maske oder medizinischer Maske (OP-Maske) möglich. Die Anzahl der Personen, die sich gleichzeitig in der Bibliothek aufhalten dürfen, ist auf 25 begrenzt.



Ambulant betreute Wohngemeinschaft der Bau AG

Um ältere und auch jüngere unterstützungsbedürftige Menschen in ihrem Wunsch nach einem möglichst selbstständigen Wohnen individuell zu unterstützen, entwickelt die Bau AG ihr vielseitiges Angebot ständig weiter. Aktuell werden daher inmitten des innovativen Wohnprojektes „Nils – Wohnen im Quartier“ im Grübentälchen die Voraussetzungen für eine ambulant betreute Wohngemeinschaft neu geschaffen.

Diese Lebensform bietet die Möglichkeit, in Gemeinschaft selbstbestimmt alt zu werden und ein individuelles und unabhängiges Leben auch bei Hilfebedarf zu führen. Hierfür wurde eine Erdgeschosswohnung umgeplant. Mit drei gleich großen Zimmern, 2 Bädern, 2 WC's, Küche und Wohn-Esszimmer bietet sie somit Platz für drei Bewohner. Jeder von ihnen schließt mit der Bau AG Einzelmietverträge über das eigene Zimmer (ca. 16 m²) und die anteilige Gemeinschaftsfläche ab. Das angemietete Zimmer steht ausschließlich für die eigene Nutzung zur Verfügung, die Gemeinschaftsfläche (z.B. Wohnzimmer, Küche, Terrasse, etc.) steht allen drei Bewohnern gleichberechtigt zur Verfügung. Jede/r Mieterin/Mieter haftet der Bau AG gegenüber nur für die

von ihr/ihm zu zahlende Miete und unterliegt den gesetzlichen Regelungen des allgemeinen Mietrechts. Die Bewohner der ambulant betreuten Wohngemeinschaft können Unterstützung in verschiedenen Bereichen wie Pflege, Betreuung, Begleitung und Hauswirtschaft erhalten, je nachdem was benötigt wird. Wie im privaten Bereich auch, übernimmt, wenn nicht privat organisiert, ein ambulanter Dienstleistungsanbieter diese Unterstützung. Das kann durch den Kooperationspartner, die CURAMED GmbH, von „Nils – Wohnen im Quartier“ im Grübentälchen vor Ort sein, aber auch durch einen anderen ambulanten Dienstleistungsanbieter. Die Wahlfreiheit bleibt bestehen.

Diese Wohngemeinschaft ist eine echte Alternative zum „klassischen Pflegeheim“, für pflege- oder hilfebedürftige Menschen, die nicht mehr alleine zu Hause wohnen können oder wollen. Die Anbindung an das Konzept von „Nils – Wohnen im Quartier“ ist deshalb so besonders, weil die Wohnung der Wohngemeinschaft innerhalb einer Hausgemeinschaft angesiedelt ist, in der eine aktive Nachbarschaft von Jung und Alt, Familien und Singles gelebt wird. Davon können alle Bewohner profitieren.

Bei Fragen zu dieser ambulant betreuten Wohngemeinschaft steht Ihnen Frau Gehm, Sozialberaterin der Bau AG, Tel. 0631 36 40-247, gerne zur Verfügung.



Der Grundriss der Pflege-WG.

„Selbstbestimmt in Gemeinschaft leben!“ Ambulant betreute Wohngemeinschaft der Bau AG in „Nils – Wohnen im Quartier“ im Grübentälchen



Wir beraten
Sie gerne!

Tel. 06301 719641



Handwerk mit Herz

- . Elektroprüfung
- . Garten- und Landschaftsbau
- . Gebäudereinigung
- . Wäschepflege
- . Malerarbeiten
- . Fahrdienste
- . Konfektionierung und Montage
- . Mobile Hausmeisterei
- . Gemeinschaftsverpflegung und Catering

Simotec GmbH
Sauerwiesen 14
67661 Kaiserslautern
info@simotec-kl.de

www.simotec-kl.de

Gewinnspiel

Liebe Seniorinnen und Senioren,
gemeinsam mit Ihrer Quartiersmanagerin Frau Jochum habe ich mir vorgenommen, für Sie in Zukunft eine Quiz-Seite in Ihrer Quartierszeitung zu gestalten.
Natürlich gibt es dabei auch etwas zu gewinnen. Wir entscheiden nach Losverfahren und natürlich mit dem richtigen Lösungswort.

So geht's:

Die Gewinnfrage beantworten, die „Lösung“ mit Ihren Kontaktdaten schicken Sie bitte bis zum **30. April** an:

„Nils – Wohnen im Quartier“ im Goetheviertel
Betreff „GEWINNSPIEL“

Servicebüro, Monika Jochum

Hohlestraße 12, 67655 Kaiserslautern

Bitte vergessen Sie nicht, Ihre Adresse auf die Karte zu schreiben.

Gewinnspielfrage:
Wer war von 1967-1979 Oberbürgermeister der Stadt Kaiserslautern?



Dier ersten drei Gewinner erhalten eine „SOS-Notfalldose“. (Natürlich informiere ich Sie auch ohne Teilnahme am Gewinnspiel über die Notfalldose).

Wenn ich Ihre Lust aufs Rätseln geweckt habe, würde ich mich freuen, wenn Sie mitmachen!



GEMEINDEGEWESTER plus

Ihre Gemeindegewest plus
Nicole Beitelstein

60er Jahre Quiz

Testen Sie Ihr Wissen!

Zeitgeschehen

1. Im welchen Jahr war der „Beginn des Mauerbaus“?
a) 1960
b) 1961
c) 1963
2. Welcher US Präsident besuchte 1963, anlässlich des 15. Jahrestages der Berliner Luftbrücke, West-Berlin?
3. Wie hieß das britische spindeldünne Fotomodel der 60er Jahre?
a) Peggy
b) Twiggy
c) Sandy
4. Ordnen sie die Lieder nach den Sängerinnen.
1) Gitte
2) Manuela
3) Nana Mouskouri
a) Weiße Rosen aus Athen
b) Schuld war nur der Bossa Nova
c) Ich will nen Cowboy als Mann
5. Wie hieß einer der erfolgreichsten US-amerikanischen Countrysänger und Songschreiber, der den Hit „Ring of Fire“ in den 60ern landete?
6. Welches spektakuläre Ereignis fand am 20. Juli 1969 statt?
7. In welchem Jahr wurde John F. Kennedy ermordet?

Die Lösungen finden Sie auf der letzten Seite.



Diese Postkarte erreichte uns zum Gewinnspiel von Nicole Beitelstein in der letzten Ausgabe – leider ohne Absender. Bitte melden Sie sich bei uns im Servicebüro, bei Monika Jochum!

Info zur Notfalldose

Das Konzept der Notfalldose ist einfach und kann im Ernstfall Leben retten.

Die Notfalldose beinhaltet ein Informationsblatt und zwei Aufkleber, auf dem Infoblatt tragen Sie alle wichtigen Daten über sich ein, wie z. B. Erkrankungen, wichtige Medikamente, Kontaktpersonen, Patientenverfügung...

Die Dose kommt im Anschluss in Ihre Kühlschrankschranktür. Ein Aufkleber mit dem Hinweis Notfalldose kommt auf den Kühlschrank, der zweite Aufkleber an Ihre Wohnungstür (nach Innen!). Somit kann der Rettungsdienst im Ernstfall schnell auf wichtige Informationen von Ihnen zugreifen. Die Rettungsdienste und die Feuerwehr sind für die Notfalldose sensibilisiert.

Metzgerei Hirtle – selbstgemachtes Essen und freundliches Team



Schon seit Januar 2019 beliefert die Metzgerei Hirtle im Kaufland jeden Montag den warmen Montagstisch in „Nils – Wohnen im Quartier“ im Goetheviertel. Vor der Corona Pandemie konnte man noch in der „Guud Stubb“ das Mittagessen in Gemeinschaft genießen. Das Angebot wurde schnell auch zu einem Treffpunkt, um mal mit anderen in Ruhe „ein Schwätzchen zu halten“.

Auch wenn aufgrund der Einschränkungen kein gemeinsames Essen mehr möglich ist, geht der Lieferservice im Haus für alle weiter und wird auch gerne genutzt. „Das Essen schmeckt lecker und die Portionen sind immer sehr groß,“ erzählt Klaus Weber, der sich regelmäßig ein Essen bestellt. „Da gibt es schon mal einen gratis Salat dazu.“

Das Essen wird täglich frisch von Karin Pabst, Judith Vollmar oder Pia Dick gekocht, ebenso wie die vielen Salate in der Frischetheke. Weiter ergänzen das Team Melanie Mentz und Pascal Schröder, die mit allen im Schichtdienst zwischen 6 und 20 Uhr ihre Kunden stets freundlich und kompetent bedienen, ein nettes Wort gibt es immer dazu. Die Harmonie im Team spürt man und sie ist sicher auch ein Grund für den Erfolg der Frischetheke und der Essensangebote.

Da ist es kein Wunder, dass die Metzgerei und ihr Essensangebot viele Stammkunden hat, die auch während der Corona-Pandemie treu blieben und sich nun ein Essen „to go“ mitnehmen. Die Fleisch- und Wurstwaren werden täglich frisch von der Metzgerei Hirtle in Rodalben geliefert. Es stammt aus der Region und aus artgerechter Tierhaltung. Die Leberknödel und viele Pfälzer Spezialitäten sind der Renner.

Monika Jochum



Die Pandemie

*Im Februar 2020 da ging's mit Corona los,
Die Angst von uns allen war riesengroß,
Doch ganz im Stillen hat wohl jeder von uns gedacht,
In 1-2 Monaten verschwindet das Virus,
ganz über Nacht.
Aber ganz das Gegenteil war der Fall,
Covid 19 verbreitet sich schnell und überall.
Die Regierungen aller Länder riefen den Lockdown aus,
Das heißt für alle Leute, bleibt schön zu Haus.*

*Angela Merkel gab sofort einen Regelplan raus,
Und der sah folgendermaßen aus:
AHA Regeln wurden sie genannt,
Sie sind noch gültig und uns allen bekannt.
Alltagsmasken, Hygiene und Abstand war wichtig,
Alle die das befolgen machten es richtig.
Und jeder der was von Nähen verstand,
Produzierte Stoffmasken am laufenden Band.*

*Was Lockdown bedeutet war schnell bewusst,
Und sorgte bei uns allen manchmal für Frust.
Soziale Kontakte wurden eingeschränkt,
Unser ganzes Leben in andere Bahnen gelenkt.
Feiern und Reisen wurden abgesagt,
Geburtstagsfeiern auf spätere Zeiten vertagt.
Gaststätten, Hotels und Geschäfte waren dicht,
nur Apotheken und Lebensmittelläden nicht.*

*Das Thema Lockdown war schnell in aller Munde,
Und sofort ab dieser Stunde,
Waren dann Hamsterkäufe angesagt.
Alles andere wurde auf spätere Zeiten vertagt.
Mehl, Nudeln, Zucker und so weiter,
Klopapier stand ganz oben, war Spitzenreiter.
Man fragte sich was das wohl bedeute,
Warum so viel Klopapier ihr lieben Leute?
Das Rätsel ist bis heute noch offen,
Auf eine Lösung wir jetzt immer noch hoffen.*

*Die Pandemie hält uns jetzt schon ein Jahr in Atem,
und deshalb sind wir alle sehr gut beraten,
Die AHA Regeln weiterhin ernst zu nehmen,
Und dies auf keinen Fall abzulehnen.
Wir wünschen uns alle das die Impfung was bringt,
Und damit wieder ein neues Leben beginnt.*

von Hannelore Brill



Karin Diehl – Kuchenbäckerin aus Leidenschaft



Die 72jährige Karin Diehl lebt zusammen mit ihrem Hund Jule und liebt es täglich in den Wald zu gehen. In ihrem Mietshaus hat sie mit den Bewohnern schon einige Treffs im Hausflur, Spieleabende und kleine Feste angeregt, was vor Corona sehr gerne angenommen wurde.

Karin Diehl ist seit neun Jahren in Rente und seitdem ehrenamtlich tätig. Sie ist Schriftführerin beim Förderverein Galgenschanze (dem heutigen Goetheviertel), der soziale Projekte im Stadtteil unterstützt. Sie treffen sich meist einmal pro Monat – so es denn die Umstände zulassen – und besprechen das zukünftige Programm und Aktionen. Meist veranstaltet der Verein einmal pro Jahr ein Grillfest, dessen Erlös an Einrichtungen wie Grundschulen, Kindergärten, Jugendfeuerwehr, Hospiz u.ä. gehen.

Darüber hinaus ist Karin Diehl eine leidenschaftliche Kuchenbäckerin. Für Geburtstage und Feste backt sie gerne Kuchen und Torten. So steuerte sie vor der Corona-Pandemie monatlich einen Kuchen für den Seniorenkaffee und den Adventskaffee in der „Guud Stubb“ bei, für das Stadtteilstfest und die Kaffeenachmittage im Fairneskaufhaus. Im Advent hat sie täglich Plätzchen gebacken und in 65 Tüten für Senioren im Goetheviertel und das Fairneskaufhaus abgepackt. Die Gemeindeschwester Plus Nicole Beitelstein und die Quartiersmanagerin Monika Jochum verteilten die Tüten in der Vorweihnachtszeit an Senioren im Stadtteil, die sich sehr darüber freuten.

Hier hat Karin Diehl eines ihrer Lieblingsrezepte aufgeschrieben, das noch von Ihrer Mutter stammte. Dieser Kuchen ist meist der Renner auf jedem Geburtstag und schneller gegessen als gebacken: **Mutters Käsekuchen**.

Knetteig:

- 180 g Mehl
- 80 g Zucker
- ½ Teelöffel Backpulver
- 1 Ei
- 1 Prise Salz

Aus den Zutaten einen Knetteig bereiten und am besten über Nacht im Kühlschrank lagern. Dann ausgerollt in eine gefettete Springform legen und einen hohen Rand bilden.

Quarkmasse:

- 1 kg Magerquark
- 100 g Butter
- 200 g Zucker
- 2 Becher Sahne (nach Wunsch schlagen)
- 5 Eier
- 1 Päckchen Vanillepudding
- 1 Esslöffel Mehl

Quark, Zucker, weiche Butter, Puddingpulver, Mehl und die Eigelbe gut verrühren. Das Eiweiß zu Schnee schlagen und die geschlagene Sahne unterheben. Alles in die Springform geben und bei Ober- und Unterhitze bei 200° (Heißluft ca. 180 °) 90-105 Minuten backen. Am besten in der Form auskühlen lassen.

Guten Appetit!



Lösungen zum Quiz:

1. b) 1961; 2. John F. Kennedy; 3. b) Twiggy; 4. 1c, 2b, 3a; 5. Johnny Cash; 6. Mondlandung; 7. 1963



© LightField Studios / Shutterstock.com



© bbernard / Shutterstock.com

Willkommen zu Hause!



© Rawpixel.com / Shutterstock.com



© Pixel-Shot / Shutterstock.com

100 JAHRE
BAU AG.
Kaiserslautern
wohnen . gestalten . leben

Fischerstraße 25
67655 Kaiserslautern
Tel. (0631) 3640-0
info@bau-ag-kl.de
www.bau-ag-kl.de

**wohnen
gestalten
leben**
...in einer der über
5.000 Wohnungen
der Bau AG.



© Monkey Business Images / Shutterstock.com



© Nadasaki / Shutterstock.com



© fizkes / Shutterstock.com



© Zivica Kerkez
/ Shutterstock.com

Nils
Nachbarschaftlich . inklusiv . lebenswert . selbstbestimmt



www.nils-wohnenimquartier.de