

# Zuhause



im Goetheviertel

Ihre Quartierszeitung 📄 Ausgabe 4/2022

Adventsfenster gestalten und gewinnen

Ferienprogramm im Goetheviertel ein Erfolg

Ehrenamtliche Helfer gesucht

## Liebe Bewohner:innen im Goetheviertel,

der Sommer ist zu Ende. Die meisten von uns konnten eine entspannte Zeit genießen, waren froh, dass es kaum noch Einschränkungen wegen Corona gab, haben sich wieder wie früher mit Freunden und Verwandten getroffen. Besuche im Biergarten, Ausflüge und auch Urlaube waren wieder möglich. Im Stadtteil gab es wieder Leben, einige Feste wie der „Tag der Nachbarn“, „Schulfeste“ und „fit und gesund im Goetheviertel“. Auch ein Kinderferienprogramm gab es erstmals im Goetheviertel. Doch jetzt kommt der Herbst mit steigenden Preisen, vielleicht auch wieder steigenden Corona-Fallzahlen und die Unsicherheit wie sich dies auf die eigene Person und das eigene Portemonnaie auswirken wird. Umso wichtiger ist es meines Erachtens in einer Gemeinschaft aufgehoben zu sein, sich mit anderen treffen, reden, spielen, essen und trinken zu können.

In diesem Heft finden Sie wieder viele Angebote, Vorträge, Freizeittipps, Informationen und Programm, das Sie vielleicht interessiert und Ihnen hilfreich ist. Dann hat es seinen Zweck erfüllt. Anregungen und Wünsche nehme ich gerne entgegen.



*Ihnen wünsche ich viele frohe Momente und bleiben Sie zuversichtlich.*

Ihre Monika Jochum,  
Quartiersmanagerin

### Kontakt:

Tel. 0631 361985-35

Mobil 0151 10045458

mjochum@gemeinschaftswerk.de

## Fahrrad-Repaircafé

Am 28. Juli um 17:00 Uhr hat im Innenhof von „Nils – Wohnen im Quartier“ im Goetheviertel ein Fahrrad-Repaircafé stattgefunden. Hierbei stellten ehrenamtliche Helfer ihre Fachkenntnisse zur Verfügung und reparierten mit den Fahrradbesitzer:innen die Räder. Helmut Lang und Rolf Krauß, zwei erfahrene „Bastler“, stellten ihre Erfahrungen zur Verfügung. Schnell füllte sich der Innenhof mit insgesamt 12 Fahrrädern und die Warteschlange wurde länger. Horst Herrmann (im Rollstuhl) fand auch eine Gelegenheit sich bei der Reparatur zu beteiligen und ein weiteres erfahrener Helfer aus der Stadt vervollständigte das Reparaturteam. Dann wurden Bremsen geprüft, Fahrräder aufgepumpt, lockere Schrauben festgezogen, die Sattelhöhe eingestellt usw. und viel „fachgesimpelt“. Am Schluss waren alle zufrieden und konnten bei einer Probefahrt feststellen, ob die Fahrräder wieder einsatzfähig waren. Eine gelungene Aktion, die dann nochmals am 8. September wiederholt wurde. Dann ab Frühjahr 2023 soll das Fahrrad-Repaircafé regelmäßig einmal im Monat stattfinden.



## Gesucht: Singpaten, Lesekönige,..

### ...Handarbeitsbegeisterte und Kochgenies!

Sie singen gerne oder spielen ein Instrument, das ganze am liebsten mit anderen zusammen? Dann kommen Sie doch in die „Guud Stubb“ und singen mit Kindern und Erwachsenen zusammen.

Sie lieben Bücher? Ob vorlesen für Jung und Alt, Kinder beim Lesenlernen unterstützen, in der „Guud Stubb“ ist das möglich. Sie lieben Handarbeiten, Basteln, sind kreativ, am liebsten in Gemeinschaft bei einer Tasse Kaffee oder Tee, in der „Guud Stubb“ kein Problem.

Sie lieben es zu kochen, neue Rezepte auszuprobieren, mit anderen zusammen die tollsten Gerichte zu kreieren? Auch dies ist in der „Guud Stubb“, dem Raum für Gemeinschaft und Ideen, möglich.

**Sie haben Lust sich aktiv zu betätigen, Ihr Hobby mit anderen auszuleben oder suchen einfach nur einen Ort, wo Sie nicht alleine sind und Ihre Freizeit sinnvoll gestalten können...?** Dann melden Sie sich bei der Quartiersmanagerin Monika Jochum [mjochum@gemeinschaftswerk.de](mailto:mjochum@gemeinschaftswerk.de) oder 0631 361985-35. Dort finden Sie viele Möglichkeiten.



## Schulranzen Sammelaktion im ASZ

In den letzten Jahren meiner Tätigkeit als Sozialarbeiterin habe ich erlebt, wie schwierig es für viele Familien ist, ihre Kinder mit einem geeigneten Schulranzen auszustatten. Auch im Austausch mit anderen Kolleg:innen und Institutionen gab es immer wieder die Rückmeldung, dass hier ein großer Bedarf besteht. Zwar gibt es Zuschüsse von den Leistungsträgern, trotzdem bleiben die teuren Schulranzen für viele Familien unerschwinglich. Gerade auch im Moment wissen viele Familien nicht, wie sie über die Runden kommen sollen. Die steigenden Lebensmittel- und Energiepreise sind für viele Familien eine große Belastung. Das betrifft nicht nur Menschen im Leistungsbezug, sondern auch einige – die trotz Arbeit – große Existenzängste haben und einfach nicht mehr wissen, wo sie das Geld hernehmen sollen, um alle Kosten zu decken. An neue Schulranzen ist für manche Familien oftmals gar nicht erst zu denken. Hier wollten wir ansetzen, um Familien in diesen schwierigen Zeiten konkret zu unterstützen.

Wir haben die Erfahrung gemacht, dass viele Schulranzen nach der Grundschule noch in gutem Zustand sind und von den Kindern nicht mehr gebraucht werden. Daher dachten wir, dass es ja keinen Sinn macht, den gut erhaltenen Schulranzen einfach zu entsorgen. Wir waren uns sicher, dass solch ein Schulranzen bestimmt auch noch ein anderes Kind glücklich machen und beim Lernen begleiten kann. Auch in der Kita-Sozialarbeit haben wir gemerkt, dass viele Familien, die jetzt aus der Ukraine nach Deutschland gekommen sind, auch noch keinen Schulranzen haben. Das wollten wir ändern. ;-)

Am Freitag, den 22. Juli 2022 (dem letzten Schultag) haben wir daher eine **Schulranzen Sammelaktion** durchgeführt. Zwischen 12:00 und 15:00 Uhr konnten Kinder (mit Erlaubnis der Eltern) ihren Schulranzen bei uns im ASZ in der Pfaffstraße 3 spenden.



Zu gewinnen gab es natürlich auch etwas. Jedes Kind, das einen Schulranzen spendete, nahm gleichzeitig an einer Tombola teil, bei der es kleine Preise zu gewinnen gab.

Bei der Sammelaktion kamen erfreulicherweise über 50 Schulranzen zusammen, die auch schon teilweise wieder an bedürftige Familien weitergegeben werden konnten. Wir haben aber noch jede Menge Schulranzen übrig.

Bei uns im Clearinghaus, werden die Schulranzen im Moment gelagert. Jede Familie, die noch einen Schulranzen benötigt, kann sich gerne bei uns in der Pariser Straße 90 melden. Telefonisch sind wir auch unter der Nummer: 0631 31050655 erreichbar.

Natürlich dürfen auch die Kinder mitkommen, um sich persönlich einen schönen Schulranzen auszusuchen. Vielleicht kennen auch Sie eine Familie die Schwierigkeiten hat einen Schulranzen zu kaufen? Melden Sie sich einfach bei uns, wir finden eine Lösung. Wir freuen uns, dass bei der Aktion so viele Schulranzen gespendet wurden und danken allen Unterstützer:innen für die Teilnahme an der Aktion.

Das ASZ-Team



## Kiosk „Zum Gallier“ wieder geöffnet

Nachdem die Coronapandemie und fehlende Einnahmen die Vorbesitzerin zum Aufgeben zwangen, ist der Kiosk mit Schankwirtschaft „Zum Gallier“ wieder geöffnet. Von 14:00 bis 22:00 Uhr kann man Kleinigkeiten wie Süßigkeiten, Knabberzeug, Eis, Tabakwaren, Getränke, auch ein heißes Würstchen, Brezel oder Kaffee mit Gebäck erwerben. Sonntag und Montag ist geschlossen, außer auf Bestellung.

Gaby Scholz wollte sich beruflich verändern und kannte den Betrieb eines Kiosks schon als Kind. Da lag es nahe, nun ihren Lebensraum zu verwirklichen und den Kiosk in der Langenfelder Straße 2a wieder mit Leben zu füllen. Sie ist gerne mit Menschen zusammen und hat auch durch langjährige, berufliche Erfahrung den Umgang mit Menschen in allen Lebenslagen kennen gelernt. Sie unterhält sich gerne, geht auf Menschen zu und hat immer ein offenes Ohr.

In ihrer Schankwirtschaft, in der geraucht werden darf, hat sie im Außengelände Tische und Stühle aufgestellt, so dass man gemütlich im Biergarten sitzen kann. Gaby Scholz möchte im Goetheviertel mit ihrem Kiosk das Leben wieder etwas bunter machen und freut sich über neue Besucher. Ihre Vision ist es, eine Kneipe mit Café anzubieten, leider sind die Auflagen dafür zu hoch. Auch ein Stammtisch und Kartenabende kann sie sich gut vorstellen. Neue Ideen und Wünsche sind gerne willkommen.

Dafür wünschen wir ihr viel Erfolg!  
Monika Jochum

## Vortrag „Seelische Gesundheit“

Marco Heil, Leiter einer Selbsthilfegruppe, hielt am 2. September um 18:00 Uhr einen Vortrag zum Thema „Seelische Gesundheit und wie man sie erhalten kann“. Das Interesse war groß und die Tipps wurden bereitwillig aufgenommen. Als selbst betroffene Person konnte Marco Heil von seinen eigenen Erfahrungen berichten, was viel überzeugender ist, als jeder medizinische Vortrag, meint er. Alle 14 Tage trifft sich die Selbsthilfegruppe dienstags von 18:00 bis 20:00 Uhr in „Nils – Wohnen im Quartier“ im Grübentälchen, in der „Guud Stubb“, Friedenstr. 63. Der nächste Termin ist der 11. Oktober. Weitere Interessenten sind herzlich willkommen! Falls genug Interesse im Goetheviertel besteht, kann die Selbsthilfegruppe auch abwechselnd dort stattfinden. Wer Interesse hat, kann sich bei der Quartiersmanagerin Monika Jochum melden.



Quelle: Energieagentur Rheinland-Pfalz

## Energielots:innen im Ehrenamt

Die aktuelle Gasmangel-Lage zeigt konkrete Auswirkungen: Steigende Preise für Gas und Strom, enge Gasmärkte, eine gedrosselte Gaslieferung und der Lieferstopp seitens Russland zwingen zum Energie sparen. Das betrifft sowohl Privathaushalte als auch Unternehmen und Kommunen.

Energie und Wärme einzusparen kann dabei helfen die Kosten zu reduzieren. Hier kann jeder tätig werden. Vom richtigen Lüften über die Abschaltung von technischen Geräten bis zum Heizen, gibt es Stellschrauben zum Sparen. Als Daumenregel gilt, dass allein hierdurch jeder Haushalt rund zehn bis fünfzehn Prozent sparen kann.

Jedoch sind sich viele Bürger:innen dieser einfach umzusetzenden Maßnahmen nicht bewusst und können somit auch die möglichen Potentiale nicht heben. Als Energielots:in im Quartier können Sie diese Personen dabei unterstützen den eigenen Energieverbrauch zu reduzieren und dadurch die Kosten zu senken.

Sie möchten gern Ihren Nachbarn, Bekannten und ratsuchenden Menschen im Goetheviertel in dieser Krise helfen? Dann nutzen Sie die Gelegenheit und lassen Sie sich durch die Energieagentur Rheinland-Pfalz und die Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz zur ehrenamtlichen Energielots:in ausbilden. Ihr Engagement macht für Ihr Umfeld den Unterschied!

Bei Interesse und Fragen hierzu wenden Sie sich an die Quartiersmanagerin Frau Jochum ([mjochum@gemeinschaftswerk.de](mailto:mjochum@gemeinschaftswerk.de)) oder Herrn Krüger von der Energieagentur Rheinland-Pfalz ([nils.krueger@energieagentur.rlp.de](mailto:nils.krueger@energieagentur.rlp.de)).

## Haus der Diakonie bekommt „Berater-Zuwachs“

Das Haus der Diakonie in der Pirmasenser Straße 82 wird zum Monatswechsel August/September auch der neue Dienstsitz von Andreas Philipp Breier, Berater für Flüchtlinge und zuständig für Gemeinwesenarbeit im Stadtteil Grübentälchen. Bislang war Herr Breier in der Tirolfstraße 16 ansässig. Das Gebäude wird zukünftig einer neuen Nutzung zugeführt.



Bis geeignete Räumlichkeiten im Stadtteil Grübentälchen gefunden sind, wird Herr Breier im Haus der Diakonie erreichbar sein. „Für Menschen aus dem Osten der Stadt wird der Weg jetzt etwas weiter, für alle anderen eben auch etwas näher“, so Breier mit einem Blick auf die Erreichbarkeit der neuen Wirkungsstätte. Die Diakonie wird aber weiterhin im Stadtteil Grübentälchen präsent und ansprechbar sein: **Andreas Breier bietet jeweils freitags in der Zeit vom 13:30 bis 15:30 Uhr Gesprächs- und Beratungszeiten** für Geflüchtete und Bürger:innen aus dem Stadtteil in den Räumlichkeiten des Stadtteilbüros (Friedenstraße 118) an.

Zwecks Terminvereinbarung im Stadtteilbüro oder im Haus der Diakonie setzen Sie sich bitte mit Andreas Breier telefonisch oder per Mail in Verbindung: Mobil: 0176 11664074 oder E-Mail: [andreasphilipp.breier@diakonie-pfalz.de](mailto:andreasphilipp.breier@diakonie-pfalz.de)



## Veranstaltungskalender in „Nils – Wohnen im Quartier“ im Goetheviertel

### Singen für Jung und Alt mit Liedern aus der Mundorgel

Jeden ersten Dienstag im Monat wird es um 11:00 Uhr ein Singen für Jung und Alt geben mit Liedern aus der Mundorgel. Sowohl für Kindergartenkinder als auch für Senioren und auch demente Menschen ist es ein gutes Training zu singen. Alle sind herzlich willkommen.

### Ausflug zum Walderlebnispfad Fuchsfährte

Am Samstag, 8. Oktober, um 14:00 Uhr gehen interessierte Personen mit Jennifer Höning, Bewegungsmanagerin des Landes Rheinland-Pfalz, zu dem Walderlebnispfad Fuchsfährte in der Nähe des Vogelwoogs in Kaiserslautern. Dort werden wir auf einer Strecke von ca. 3,4 km in 18 Stationen Wald erleben und viel über die Geschöpfe der Natur erfahren. Dieser Ausflug ist auch für Familien und Kinder, so wie Senioren geeignet. Dauer ca. 2-3 Stunden. Treffpunkt ist der Parkplatz am Vogelwoog.

### Kartenabend, jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat

Ab dem 6. Oktober findet jeden 1. und 3. Donnerstag ein Kartenabend um 18:00 Uhr in der „Guud Stubb“ statt. Helmut Lang möchte gerne mit Gleichgesinnten Karten aller Art spielen, von Phase 10, Skippo, über Skat, Schafskopf und alles was sich mit einem „Blatt“ spielen lässt sind Interessierte herzlich willkommen.

### Kreativwerkstatt

Kreative und Helfer:innen treffen sich am 17. Oktober und 14. November um 15:00 Uhr zum gemeinsamen Stricken, Häkeln, Basteln, Nähen oder einfach nur zum Beisammensein. Bei einer Tasse Kaffee und netten Gesprächen kann jede/r seine Fähigkeiten einbringen.

### Informationen über Leistungen der Pflegekasse

Am 18. Oktober um 15:00 Uhr berichtet Johannes Laible, Leiter des Pflegedienstes des Gemeinschaftswerks, über Leistungen der Pflegekasse im Seniorencafé in der „Guud Stubb“.

### Ferienprogramm für Kinder in den Herbstferien

Um Voranmeldung bei der Quartiersmanagerin Monika Jochum wird gebeten. Treffpunkt wird jeweils die „Guud Stubb“ von „Nils – Wohnen im Quartier“ im Goetheviertel sein. Je nach Aktion ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Das Angebot ist kostenfrei.

- **Kochen mit dem Koch Marko**

Am 21. Oktober startet wieder um 10:00 Uhr unser Kochen mit dem Koch Marko. Für max. 5 Kinder ab 7 Jahren.

- **Kürbisse schnitzen und Herbstbasteln**

Am 28. Oktober um 10:00 Uhr wollen wir Kürbisse aushöhlen und Gruselgesichter hinein schnitzen. Auch andere Herbstbasteleien mit Papier werden angeboten. Für Kinder, die gut mit einem Messer umgehen können, ab 8 Jahre, maximal 6 Kinder.

### Energiekosten im Griff?

Am 8. November um 18:00 Uhr hält Frau Kusserow von der Verbraucherzentrale Rheinland Pfalz aus Kaiserslautern einen Vortrag zum Thema „Energiekosten im Griff“. Anschließend können Fragen gestellt werden.

### Bundesweiter Vorlesetag

Am 18. November ist der bundesweite Vorlesetag. Es werden voraussichtlich verschiedene Leseaktionen an mehreren Orten im Goetheviertel stattfinden. Der genaue Plan kann einige Tage vorher im Servicebüro abgeholt werden.

### Weltenbummler Abend

An einem Freitag Ende jeden Monats um 18:00 Uhr bis März findet wieder unser Weltenbummler Abend statt. Gerhard Scheler berichtet von verschiedenen Reisen aus dem In- und Ausland und zeigt auf Großleinwand seine Reisefotos. Termine entnehmen Sie bitte dem Programm auf der letzten Seite.

### Umgang mit dementen Menschen mit Weglauftendenzen

Sabine Römer von der Beratungsstelle der Polizei hält am 22. November um 15:00 Uhr einen Vortrag zu diesem Thema im Rahmen des Seniorencafé's in der „Guud Stubb“. Auch Angehörige, die demente Menschen betreuen, sind herzlich willkommen.

### Lebendiger Adventskalender mit Punsch, Plätzchen und Programm

Am 1. Dezember um 16:00 Uhr findet eine kleine Adventsfeier zur Eröffnung des Adventsfensters Nr. 1 in der „Guud Stubb“ statt. Bei Glühwein, Punsch und Plätzchen gibt es auch ein adventliches Programm und ein Basar mit Advents- und Weihnachtssachen.

Viele fleißige Hände haben in Handarbeit das Jahr über genäht, gestrickt, gebastelt, gekocht und gebacken und viele schöne Gegenstände, die sich zur Dekoration oder als Geschenk, oder für den eigenen Gebrauch eignen, hergestellt. Ob Adventskalender zum selbst füllen, Kirschkernsäckchen, Muffs, Nesteldecken, Socken, Schals, Weihnachtskarten, Marmelade, Plätzchen und vieles mehr sind vorhanden.

### Advents-Seniorencafé

Am 20. Dezember um 15:00 Uhr findet der Advents-Seniorencafé statt. Bei Kaffee, Kuchen und Adventsliedern können Senioren aus dem Goetheviertel Beisammensein.

### Ehrenamtliche Helfer für einen Leseclub gesucht

Sie gehen gerne mit Kindern um, möchten etwas vorlesen und anschließend mit den Kindern etwas basteln oder malen? Dann melden Sie sich bei der Quartiersmanagerin Monika Jochum. Der Leseclub soll ein bis zweimal pro Woche stattfinden.

## Polizei informiert Senioren über Trickbetrüger und klärt auf

Am 28. Juni besuchte Sabine Römer vom Präventionsprogramm der Polizei als Kriminalbeamtin das Seniorencafé in der „Guud Stubb“. Viele waren gekommen, um sich zu informieren oder sich auch beraten zu lassen. Schon manche Person ist auf Betrüger hereingefallen, überfallen worden oder wird sonst wie drangsaliiert. In ihren 30 Dienstjahren hat Sabine Römer schon viel erlebt und kann von so mancher Masche der Betrüger berichten.

### Wie z.B. bei Haustürbesuchen der Betrüger mit dem:

- Glas Wasser Trick
- angeblicher Handwerker oder zum Ablesen von Strom, Gas, Wasser
- angeblicher Gerichtsvollzieher und andere



So versuchen sie Zugang zu den Wohnungen zu erlangen, die Person abzulenken, während eine zweite Person Wertsachen aus der Wohnung stiehlt. Handwerker kommen nur, wenn sie bestellt sind. Mitarbeiter der Stadtwerke oder Gerichtsvollzieher kommen nicht einfach so, sondern werden **schriftlich!** angekündigt. Sie können sich bei den Stadtwerken telefonisch rückversichern, ob es den Mitarbeiter überhaupt gibt.

Die Polizei rät niemals die Personen einfach in die Wohnung zu lassen, sondern vor der Haus- oder Wohnungstür zu empfangen.

### Betrügereien am Telefon:

Wenn Vornamen wie Hedwig, Waltraud, Karl-Heinz oder Gustav im Telefonbuch stehen ist sofort erkennbar, dass sie älter sind und somit potentiell Opfer der Betrüger sein können. Deshalb die Vornamen abkürzen lassen, oder bei öfteren telefonischen Belästigungen eine neue Nummer beantragen, noch sicherer ist es ganz auf den Telefonbucheintrag zu verzichten. Denn die Menschen, die sie kennen und mögen, haben sowieso ihre Nummer. Viele ältere Menschen haben aufgrund ihrer Erziehung einen großen Respekt vor Amtspersonen, denen sie oft erst einmal vertrauen. So auch dem falschen Polizeibeamten. Dieser berichtet von einer angeblichen Einbrecherbande, die eine Liste mit Adressen von geplanten Einbrüchen liegen gelassen hätte – mit Ihrer Adresse! Der angebliche Polizist fordert dann auf, alle Wertgegenstände aufzuzählen, die er dann im nächsten Schritt abholen will, um sie sicher zu verwahren. Selbst wenn Sie dies als falsch durchschauen und das Telefon auflegen, kann es erneut klingeln und ein angeblicher echter Polizist Sie auffordern Ihnen zu helfen die falschen Polizisten zu fangen, in dem Sie mitspielen. Dabei können genannte Namen, Dienstgrade und Telefonnummern von Dienststellen von echten Polizeipersonen stammen.

📷 Bild oben: Senior wird von jungen Mann an der Haustür angesprochen.  
Quelle: Polizeiliche Kriminalprävention der Länder und des Bundes,  
<http://www.polizei-beratung.de>

### Variante: Schreiender Angehöriger

Hier schreit eine Person auf das erbärmlichste beim Anruf und es wird Ihnen durch einen angeblichen Polizisten versichert, dass z.B. Ihre Tochter/Enkelin ein Kind tot gefahren hat und dringend Geld für eine Kautions benötigt (was niemals der Fall ist). Die Angerufenen werden unter starken psychischen Druck gesetzt, dürfen auf keinen Fall auflegen, mit niemanden anderen reden und sollen sofort im Sinne der Täter handeln. Auch dies würde die Polizei niemals tun. Sie können einfach auflegen und die echte Polizei anrufen, sich rückversichern und auf jeden Fall solche Anrufe bei der Polizei melden.

Auch über das Internet, WhatsApp und die sozialen Medien versuchen Betrüger mit dem Enkeltrick, der dringend Geld benötigt oder falsche Software-updates, das Anklicken von Links von angeblichen Paketen die geliefert werden u.a. Verbraucher dazu zu bewegen Daten preis zu geben oder eine Schadsoftware anzuklicken. Wenn Sie hereingelegt wurden, melden Sie es der Polizei, damit die eine Strafverfolgung einleiten kann und einen Überblick hat welche Tricks am Laufen sind. Benutzen Sie auch immer ein sicheres Passwort mit 12 Stellen, Zahlen, Buchstaben und Sonderzeichen gemischt, das schützt.

Abschließend bekamen die Senioren noch Tipps eine Tasche mit Reißverschluss zu verwenden, die man verschließen kann und eng am Körper getragen wird, Geldbörsen nicht hinten in eine Jeanstasche zu stecken und nur so viel mitzunehmen, wie man wirklich braucht. Auch in Innentaschen von Jacken ist eine gute Verwahrmöglichkeit. Denn Vorsicht und vorrausschauendes Wissen und Handeln ist die beste Prophylaxe.



## Ferienprogramm für Kinder

Diesen Sommer gab es in den Ferien jeden Freitagvormittag ein Angebot für Schulkinder in „Nils – Wohnen im Quartier“ im Goetheviertel. Schnell füllte sich die Anmeldeliste und bei einigen überfüllten Aktionen mussten sogar Absagen erteilt werden.

Los ging es am 29. Juli um 10:00 Uhr mit einer **Stadtteilralley**, bei der die Kinder im Goetheviertel verschiedene Fragen und Aufgaben herausfinden mussten, z.B. Welche Haustiere hat das DRK Seniorenzentrum?



Am 5. August konnten die Kinder unter der Anleitung des Kochs Marko Münchschwander eine **Pizza backen**. Da wurde Teig gerührt, geknetet und ausgerollt, Gemüse geschnippelt und Käse gerieben und jeder konnte seine Pizza nach Wunsch belegen. Am Schluss gab es noch ein Kochdiplom und Pizza mit nach Hause.

Am 12. August versuchten sich die Kinder in **Geocaching**. Mit einer Navigations-App auf dem Handy, auf der ein Kompass und Entfernungsmeter angegeben wurden, suchten die Kinder verschiedene „Caches“, die im Stadtteil versteckt waren. Den größten Schatz fanden sie im Innenhof von „Nils – Wohnen im Quartier“ in einer Schatzkiste, die mit Süßigkeiten gefüllt war.

Die Woche darauf versuchten sich die Kinder am 19. August als Künstler bei der **Malerei mit Acrylfarben** und waren selbst erstaunt, was sie alles zu Wege brachten.



Am 26. August konnten die Kinder **Holzteile zusammenkleben und anmalen**. So entstanden viele bunte Blumen, Vögel und Tiere.



Der Höhepunkt und Abschluss des Ferienprogramms fand am 2. September um 14:00 Uhr statt: Eine **Clown Vorführung**. Die Clownin „Florina“ erlebte mit ihrem Kofferhund „Fiffi“ einige Abenteuer. Als er eine Uhr verschluckt hatte, musste er operiert werden. Im Kofferbauch des Hundes fand sich dann neben der Uhr, die vermissten Pantoffel und ein Hundebaby. Im Anschluss modellierte Florina jedem Kind ein Hund aus Modellierluftballons, den sie mit nach Hause nehmen durften.



Das Ferienprogramm erfreute sich großer Beliebtheit und wird daher schon in den Herbstferien erneut angeboten.

## BLICKWECHSEL:



Verantwortlich für die Vorbereitung:



Netzwerk Demenz Kaiserslautern  
Kontakt: Stadt: 0631-800 93 – 116  
Landkreis: 06371 – 92 15

In Kooperation mit:



## WIR SIND BUNT IM KOPF

Dienstag,  
**18. Oktober**  
19:30 Uhr



Foto: Linda Rosa Saal

Theodor-Zink-Museum  
Kaiserslautern

Lesung mit  
**DAVID WAGNER** aus

„Der vergessliche Riese“  
Für diese Erzählung erhielt Wagner  
den Bayerischen Buchpreis.

- Eintritt frei! -

## Ein beweglicher Nacken

„Mir sitzt etwas im Nacken“, hört man häufig und daran ist wohl mehr dran als gedacht. Rund jeder dritte Erwachsene in Deutschland leidet mindestens einmal im Jahr unter Nackenschmerzen. Die oft schmerzhaften Verspannungen führen oft zu einer Bewegungseinschränkung des Kopfes und der Arme. Bei unspezifischen Nackenschmerzen ist keine deutliche Ursache auszumachen. Die Schmerzen werden meistens durch Verspannungen in den Muskeln verursacht. Der spezifische Nackenschmerz hat eine ganz konkrete Ursache und sollte von einem Arzt begutachtet werden. Um subakute und wiederkehrende Beschwerden zu behandeln, wird vor allem regelmäßige Bewegung empfohlen. „Wirksam ist eine Kombination aus Ausdauersport, Kräftigungsübungen der Rumpfmuskulatur und Dehnungsübungen“, erklärt die Physiotherapeutin und Bewegungsmanagerin Jennifer Höning.

**Eine Übung, die Anspannung und Dehnung der Nackenmuskeln kombiniert ist folgende:** Aufrecht sitzen oder stehen, beide Hände am Hinterkopf, Kinn parallel zum Boden. Jetzt Hände und Hinterkopf behutsam gegeneinander drücken, ohne dass eine Bewegung erfolgt. Anspannung 5-10 Sekunden halten, weiter atmen, dann langsam lösen. Danach die verschränkten Hände am Hinterkopf lassen. Die Ellenbogen vor dem Gesicht zusammen führen und dabei das Kinn in Richtung Brust bringen. Die tiefen Nackenmuskeln 1 Minute lang dehnen. Anspannung und Dehnung im Wechsel 2-3 mal trainieren und es entspannen sich die Nackenmuskeln spürbar sofort.



Was ebenfalls schnell wirkt, ist sich bewusst zu machen, wer oder was einem im Nacken sitzt und diese Ursache versuchen zu beseitigen oder etwas hinter sich zu bringen, wie z.B. eine Prüfung oder ein wichtiges Gespräch.

Viel Spaß beim Üben wünscht Ihnen Jennifer Höning, Bewegungsmanagerin der Stadt Kaiserslautern.



## Gaby Huber, eine Macherin

Gaby Huber ist eine bemerkenswerte Frau. Ich habe mich mit ihr verabredet. Zwei Stunden habe ich mir in meinem Terminkalender geblockt. Sechs Stunden wurden daraus. Sie vergingen im Fluge. Kurzweilig, informativ und bereichernd war die Zeit. Gaby Huber, langjährige Einrichtungsleiterin des Seniorenzentrums „An der Feuerwache“ in Kaiserslautern, sprüht nur so von Ideen und Tatkraft. Vieles konnte sie schon bewegen, Neues hat sie im Sinn.

Menschen in Einrichtungen wie das Seniorenzentrum „An der Feuerwache“ liegen ihr am Herzen. Darin sieht die gelernte Krankenschwester mit zahlreichen fachlichen Weiterbildungen ihre Berufung, ihre Lebensaufgabe: Einen aktivierenden, altersgerechten Alltag und Lebensabend voller Bestätigung und Wertschätzung des bereits „gelebten“ Lebens und für die Zeit, die einem im Alter noch bleibt. Sinnbringend und möglichst selbstbestimmt. Und sie sieht sich als Chancegeberin für ihre Mitarbeitenden. Bunt ist das Team, bunt wie das Leben und bunt soll das Leben in der Einrichtung sein. Ideen hat sie viele. Und sie macht was aus den Ideen. Eine Macherin eben.

Andreas Philipp Breier

☛ Gaby Huber (rechts im Bild) mit ihrem „Schatz“ Belqis S.



## „Sie ist so ein Schatz!“

Gaby Huber ist voll des Lobes. Sie lobt ihre neue Mitarbeiterin: Belqis S. Seit kurzem arbeitet Belqis S. im „Seniorenzentrum An der Feuerwache“ des Deutschen Roten Kreuzes. Sie hat in der Nähstube des Seniorenheims jede Menge zu tun: Wäsche und Bekleidungsstücke der Mitarbeitenden ausbessern, das ist ihre Aufgabe. Und sie ist froh und dankbar für diese Aufgabe. Gelernt hat sie das Schneiderhandwerk von Grund auf in ihrer Heimat Afghanistan. Sie hat dort und in Pakistan berufliche Erfahrungen gesammelt, hat eine Hemdenfabrik geleitet. „Und sie weiß sich zu behaupten“, berichtet Gaby Huber, langjährige Einrichtungsleiterin des Seniorenzentrums. „Sie ist die Chefin in ihrem Reich und sie macht alles mit viel Charme“ fährt Gaby Huber fort.

Mittlerweile ist die Nähstube auch zu einer Kontaktbörse geworden: BewohnerInnen und Mitarbeitende treffen sich dort auf einen Plausch, trinken Kaffee oder Tee. Andere winken im Vorbeigehen und grüßen freundlich. Belqis S. arbeitet derzeit an drei Tagen für jeweils 4 Stunden in der Nähstube. „Das ist ausbaufähig, Arbeit haben wir mehr wie genug. Es gibt viel zu flicken, egal ob Dienstkleidung oder Bekleidungsstücke der BewohnerInnen. Wir brauchen sie, sie ist mittlerweile unentbehrlich und fester Bestandteil unseres multikulturellen Teams“, sagt Gaby Huber sichtlich erfreut und ein wenig stolz, dass sie Belqis S. anheuern konnte.

Versteht sich Gaby Huber doch als Chancegeberin: Im Seniorenzentrum arbeiten Menschen aus über 14 unterschiedlichen Herkunftsnationen. „Wir sind ein buntes Team, so bunt und vielfältig wie das Leben eben so ist“ sagt Gaby Huber voller Überzeugung. „Ob bunt gefärbte Haare, Tattoos oder Piercings, unterschiedliche Religionen, Beeinträchtigungen: alles nicht wichtig. Wichtig ist der Mensch, seine Haltung, seine Meinungen und mit welchem Selbstverständnis er seine wichtige Arbeit hier in unserem Haus, im Team oder eigenverantwortlich vollbringt. Wie er in Beziehungen zu unseren BewohnerInnen tritt und deren Eigenständigkeit und Selbstbestimmung beachtet und weitmöglichst umsetzt. Darauf kommt es an.“ sagt Gaby Huber mit voller Überzeugung. „Neben fachlichen Fähigkeiten brauchen wir die menschlichen Kompetenzen: Warmherzigkeit, Toleranz, Geduld und viele andere Eigenschaften“, ergänzt Huber. Und Belqis S. besitzt solche Fähigkeiten. Sie kann sich mit Händen und Füßen verständigen, hat eine warmherzige Ausstrahlung und viel Empathie. „Wir üben zwischendurch die deutsche Sprache. Das klappt mit einfachen Sätzen schon ganz gut und wird bestimmt noch besser“, sieht Huber optimistisch in die Zukunft. Im Alltag helfen Mitarbeitende aus der Heimat von Belqis S. beim Übersetzen, wenn Hände und Füße mal nicht ausreichen.

Belqis S. ist vor rund einem Jahr nach Deutschland gekommen. Sie hat ein dramatisches Leben in Afghanistan gehabt. Mehrere enge Familienangehörige wurden in den letzten Jahren von den Taliban und deren HelfershelferInnen ermordet. Ihre Familie hat mit deutschen und amerikanischen Streitkräften und Hilfsorganisationen zusammengearbeitet. Sie wollten an einer



Demokratisierung und einer wirtschaftlichen Entwicklung Afghanistans mitarbeiten. Letztes Jahr hielt sich Belqis S. und weitere Familienangehörige zu einem Urlaub in Usbekistan auf. Dort traf sie mit weiteren Familienangehörigen, die nach Deutschland geflüchtet sind, zusammen. Es kam der Umsturz. Die Taliban übernahmen die Macht, die westlichen Alliierten verließen überstürzt das Land. Bei einem Terroranschlag am Flughafen Kabul kam ein weiteres Familienmitglied ums Leben. Dank der Unterstützung durch ein Helferteam aus Kaiserslautern konnte Belqis S. zusammen mit anderen Familienmitgliedern unter dramatischen Bedingungen mit einem Visum nach Deutschland kommen. „Das ist eine eigene Geschichte voller Dramatik und vor allen von und über Menschen, die zur richtigen Zeit, am richtigen Ort das richtige tun konnten, weiß der Autor dieses Artikels, Andreas Philipp Breier, Mitarbeiter der Diakonie in der Flüchtlingsberatung, zu berichten. Belqis S. ist voller Trauer und traumatisiert nach Deutschland gekommen. Froh und glücklich, dass alles überstanden, ja überlebt, zu haben, aber voller Trauer über die verlorenen Familienmitglieder und die zurück gebliebenen Angehörigen. Dank eines Kontaktes in der Goethekonferenz in „Nils – Wohnen im Quartier“ im Goetheviertel, in der sich alle Institutionen im Stadtteil austauschen und gegenseitig unterstützen, wusste Breier von der beruflichen Vergangenheit von Belqis S. Und so konnte sie ins Seniorenzentrum vermittelt werden: Win win, wie man so sagt: „Wir haben jemand für die Nähstube gefunden. Einen kompetenten, liebenswerten und warmherzigen Menschen. Und Belqis S. einen Ort der Anerkennung und Wertschätzung, Tatkraft und Gestaltungsmöglichkeit. Eine Aufgabe und einen Ort der Ablenkung von den traurigen Gedanken, die sie immer noch und sicher noch lange quälen. Unsere Aufnahmegesellschaft hat einen wertvollen Menschen gewonnen, der sich zunehmend in unserer Gesellschaft wohl fühlt und integriert wird und sich integriert, eine Bereicherung. Und Belqis S. kann mehr: Sie kann schneidern und kann sich mit ihren Ideen verwirklichen“ sind Huber und Breier überzeugt. Man muss Schätze zu schätzen wissen, Belqis S. ist solch ein Schatz.

Andreas Philipp Breier  
Diakonie-Pfalz  
Flüchtlingsberatung und Gemeinwesenarbeit

# Kinderseite: Sockenmonster – einfacher Bastelspaß für große Spielfreude

Habt ihr zuhause auch viele einzelne Socken, mit denen man nichts mehr anfangen kann? Zum Wegwerfen sind sie aber viel zu schade. Bastle daraus doch einfach „Sockenmonster“!  
Wie das geht, erfährst du hier..



4.)



1.)



Verschiedene Gesichtsausdrücke  
und Mundbewegungen machen das  
Sockenmonster richtig lebendig...

1.)



# Zuhause



im Goetheviertel

## Und so geht es:

1.) Schlüpfe mit der Hand in die Socke, Ferse zeigt dabei nach unten. Etwas unterhalb der Fingerknöchel (Richtung Finger­spitzen) nähe nun nebeneinander die Perlen oder Knöpfe als Augen. Darauf klebe entweder Wackelaugen (auf die Perlen) oder weißes, rund ausgeschnittenes Papier mit einem schwarzen Punkt als Pupille auf die flachen Knöpfe.

2.) Nun wickle Wolle z.B. über ein Brett o.ä. in der Länge, in der du die Haare für das Monster haben möchtest. Binde die Wolle in der Mitte ab und knote es gut zu.



2.)



3.) Nähe nun dieses Bündel in der Mitte hinter die Augen (hinter die Fingerknöchel) gut an den Socken fest. Schneide nun die Schlingen der Wolle auf und mache daraus eine Frisur. Je nach Länge kannst du Zöpfe flechten, Wuschelfrisur oder ähnliches gestalten. Achte dabei darauf, dass die Augen gut zu sehen bleiben. Du kannst auch mit einer spitzen Häkelnadel einzelne Wollfäden durch den Stoff als Haare ziehen und verknoten. So kann man gut einen Pony machen.



4.) Nun bist du eigentlich schon fertig. Übe jetzt verschiedene Gesichtsausdrücke, lachende, traurige, ärgerliche Gesichter. Übe mit dem Monster zu sprechen. Achte darauf, dass die Mundbewegungen der Puppe zu dem passt, was sie spricht. Gib deinem Monster einen lustigen Namen, der zu ihm/ihr passt.

Wenn deine Familie oder Freunde und Freundinnen auch ein Sockenmonster basteln, könnt ihr zusammen spielen oder sogar ein Theaterstück einüben oder ausdenken. Das macht sicher viel Spaß.

Wenn du uns ein Foto von deinem Sockenmonster/n schickst, werden wir es in der nächsten Ausgabe veröffentlichen.

Viel Spaß beim Basteln und spielen.

3.)

Zum Basteln brauchst du:

- Alte Socken, die noch ganz sind
- Wollreste
- Perlen oder alte, flache Knöpfe, Wackelaugen
- Nähgarn und Nadel
- Bastelkleber, Schere, Bleistift, schwarzer Filzstift, Papier



Sie finden uns bei:



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



Hohlestraße 12 | 67655 Kaiserslautern | Tel. 0631 361985-34  
E-Mail: [Pflegedienst@gemeinschaftswerk.de](mailto:Pflegedienst@gemeinschaftswerk.de) | [www.gemeinschaftswerk.de](http://www.gemeinschaftswerk.de)



**Für Betroffene und Angehörige**

**Selbsthilfe macht stark und bedeutet gute Aussichten**

Mittwoch:	19:30 - 21:00 Uhr	<b>Haus der Diakonie</b> Pirmasenser Str. 82 67655 Kaiserslautern
Freitag:	19:00 - 20:30 Uhr	

## Demenz früh erkennen...

Termine vergessen, die Orientierung verlieren oder Konzentrationsprobleme beim Lesen – das können Anzeichen einer beginnenden Demenz sein. Gedächtnisschwierigkeiten und andere Störungen der geistigen Leistungsfähigkeit sind häufig berichtete Beschwerden im Alter, die aber vielfältige Ursachen haben. Neben der Demenz können auch Stoffwechselerkrankungen oder psychische Störungen zu den Beschwerden führen. Um dies frühzeitig abzuklären, hat die Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie in Kaiserslautern eine so genannte Gedächtnisambulanz eingerichtet. Das Angebot gibt es seit Januar diesen Jahres, in der Klinik in der Albert-Schweitzer-Straße 64 (4 OG ZI 52) und findet regelmäßig jeden Mittwoch von 8:00 bis 15:00 Uhr statt.

Patientinnen und Patienten erhalten eine umfassende Diagnostik mit Beratung und Behandlungsempfehlung nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Zum Angebot zählen außerdem Sozialberatung, Angehörigengespräche, Selbst- und Angehörigengruppen, sowie tagesklinische und ambulante Hilfen. Patientinnen und Patienten benötigen zur Vorstellung ihre Krankenkassenkarte und eine Überweisung vom Haus- oder Facharzt (Neurologe oder Psychiater).

Kontakt:

Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie  
Kaiserslautern

Dr. Ivana Kutlesa Dangubic, Telefon 0631 5349-0

## Einladung zur Selbsthilfegruppe

### Gruppe für Angehörige von psychisch kranken Menschen

Wir möchten alle Interessentinnen und Interessenten einladen, an einer Gesprächsrunde für Angehörige von psychisch kranken Menschen teilzunehmen.

Aus unserer Arbeit kennen wir die unterschiedlichen emotionalen, gesundheitlichen und sozialen Belastungen, die die Erkrankung eines Familienmitgliedes für die Angehörigen bedeuten kann. Damit möchten wir Sie nicht allein lassen und haben für Sie, liebe Angehörige, dieses Gesprächsangebot entwickelt. Im gemeinsamen Austausch mit anderen Betroffenen und den professionellen Helfern können Sie Entlastung, neue Perspektiven und Informationen, auch über Nachsorgemöglichkeiten, erfahren.

**Wann:** Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat, 18:00 bis 19:30 Uhr

**Wo:** Pfalzlinikum Kaiserslautern, Albert-Schweitzer-Str. 64, im Konferenzraum / Erdgeschoss links, (Anmeldung ist nicht erforderlich)

Kontakt:

Dorothee Ruster-Hebel,  
Koordinierungsstelle Gemeinwesen und Öffentlichkeitsarbeit  
Telefon 0631 5349-228

## Bei „Nils“ im Goetheviertel eine neues Zuhause gefunden

Jasmin Wollnik ist 32 Jahre alt, hat von Geburt an das Gillespie-Syndrom, eine angeborene, sehr seltene Genmutation, die verschiedene Behinderungen beim Laufen, Sehen und der Kognition mit sich bringt. In Ihrer Kindheit saß sie im Rollstuhl und musste das Laufen mühsam über viele Jahre erlernen. Sie besuchte den integrativen Kindergarten und die Förderschule Landstuhl des Gemeinschaftswerks. Im Haus im Westrich des Ökumenischen Gemeinschaftswerks Pfalz, ein Wohnheim für Menschen mit Hilfebedarf, fand sie ihre erste eigene Wohnmöglichkeit. Dort konnte sie in fünf Jahren in einer „Trainingswohnung“ erlernen wie es ist selbständig einen Haushalt zu führen.

Sie arbeitet in den Westpfalz-Werkstätten des Ökumenischen Gemeinschaftswerk Pfalz, bis sie vor einigen Jahren in eine integrative Arbeitsgruppe der Firma Freudenberg auf dem Einsiedlerhof wechselte, die Autofilter herstellt.

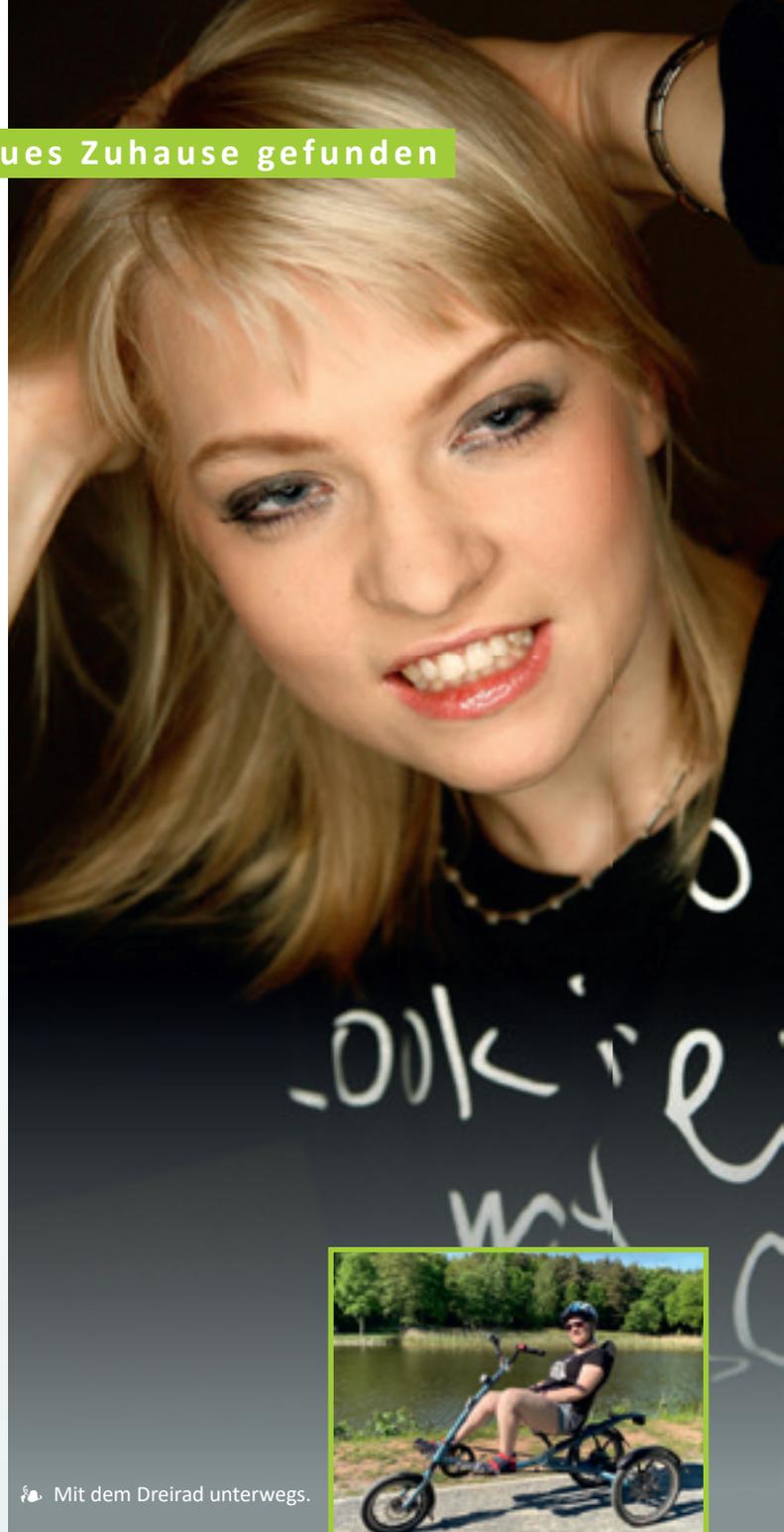
Im September 2017 hatte Jasmin Wollnik die Möglichkeit in ein eigenes Appartement in „Nils – Wohnen im Quartier“ im Goetheviertel zu ziehen. Mit nur wenig professioneller Unterstützung gelang es ihr sich dort ein eigenständiges Leben aufzubauen und sie ist bestens in die Hausgemeinschaft integriert.

Von dort fährt sie selbständig mit Bus oder Bahn täglich zu ihrem Arbeitsplatz auf dem Einsiedlerhof, geht einkaufen und zu Therapeuten. In ihrer Freizeit geht sie gerne mit ihrem Freund Schwimmen, macht einen Stadtbummel und spielt seit ca. sechs Wochen Fußball in einer integrativen Gruppe in Speßbach. Auch das Fahrrad fahren mit ihrem Dreirad mag sie sehr. Vor ein paar Jahren bekam sie ein professionelles Fotoshooting geschenkt, bei dem dieses Portraitfoto entstanden ist.

Jasmin Wollnik ist sehr froh nach Kaiserslautern gezogen zu sein: „Hier ist mehr los und ich bin viel schneller auf der Arbeit“ meint sie. Sie ist rundherum zufrieden.

Dies ist meines Erachtens ein Beispiel für gelungene Integration.

Monika Jochum



☺ Mit dem Dreirad unterwegs.

# Zuhause



## im Goetheviertel

**Im Goetheviertel lässt es sich gut leben!**

**Warum das so ist, davon berichten die Menschen in unserer Serie: Heute Jasmin Wollnik.**



## Kastaniensuppe

Bei einem Herbstspaziergang lassen sich gut Esskastanien sammeln, aus denen man leckere Gerichte zaubern kann, hier eine Kastaniensuppe. Sie ist auch hervorragend geeignet als Vorspeise für ein Festtagsessen.

### Vorbereitung:

Die Kastanien kreuzweise einritzen und in Wasser ca. 20-30 Minuten garen. Noch warm schälen, so lässt sich die Schale leichter entfernen.

### Zubereitung:

Die Zwiebel klein würfeln und in der Butter anbraten. Bei leichter Bräune den Zucker dazu geben und karamellisieren lassen. Dann die Kastanien dazu geben, leicht anschwitzen und mit der Brühe und Wein ablöschen. Die Karotten und den Lauch waschen, klein würfeln und dazu geben. Alles in ca. 15 Minuten garen. Die Sahne dazu geben und die Suppe mit dem Pürierstab pürieren. Wenn die Suppe zu fest ist, noch etwas Wasser dazu geben. Mit den Gewürzen abschmecken. Auf den Tellern anrichten und mit einem Sahnehäubchen und Petersilie dekorieren.

### Tip:

Dazu passt gut Brot oder Toastbrot getoastet und mit Kräuterbutter bestrichen.

### Zutaten:

400-500 gr. Kastanien, 1 kleine Zwiebel, 1 Essl. Zucker, 1-2 Karotten, 1 Stange Lauch, 50 gr. Butter oder Öl, 150 ml Weißwein, 500 ml Gemüsebrühe, 200 ml Sahne (oder vegetarische Alternative), Salz, Pfeffer, Muskat, Sahne und Petersilie zum Dekorieren

## Adventsfenster im Goetheviertel gestalten und Preis gewinnen

**Auch dieses Jahr wollen wir wieder einen lebendigen Adventskalender im Goetheviertel gestalten:**

Sie haben Lust ein Fenster im Dezember weihnachtlich zu schmücken? Das Fenster sollte im Erdgeschoss oder höchstens in der ersten Etage zur Straße hin liegen und gut sichtbar sein. Dann bis zum 15. November bei der Quartiersmanagerin Monika Jochum melden. Tel: 0151 10045458 oder [mjochum@gemeinschaftswerk.de](mailto:mjochum@gemeinschaftswerk.de). Im Januar erscheinen dann Fotos von allen Fenstern in der nächsten Ausgabe von „Zuhause im Goetheviertel“. Dann können alle Stadtteilbewohner:innen abstimmen, welches die drei schönsten Fenster sind. Diese erhalten einen Preis. Also, ganz einfach anrufen und mitmachen, es lohnt sich.

**Basar mit Glühwein, Plätzchen und adventlicher Geschichte in der „Guud Stubb“:**

Im Rahmen des lebendigen Adventskalenders wird am 1. Dezember die Terrassentür in der „Guud Stubb“ von „Nils – Wohnen im Quartier“ im Goetheviertel adventlich gestaltet und beleuchtet sein. Um 17:00 Uhr sind alle eingeladen bei Glühwein, Punsch und Plätzchen einer adventlichen Geschichte zu lauschen. Anschließend werden selbst hergestellte Sachen wie Kissen, Kirschensäckchen, Muffs für die Hände, Leseknochen, Marmelade, Weihnachtskarten und anderes mehr bei einem Basar verkauft. Sie eignen sich gut als Geschenke für die Advents- und Weihnachtszeit. Dazu sind alle herzlich eingeladen.

### Herausgeber:

Ökumenisches Gemeinschaftswerk Pfalz GmbH  
Luitpoldstraße 4 · 66849 Landstuhl · Tel. 06371 6188-0  
[www.gemeinschaftswerk.de](http://www.gemeinschaftswerk.de)

In Kooperation mit Bau AG

 ökumenisches  
GEMEINSCHAFTSWERK Pfalz

Goetheviertel  
 Nils  
Nachbarschaftlich · inklusiv · lebenswert · selbstbestimmt

 BAUAG  
Kaiserslautern  
wohnen · gestalten · leben



© LightField Studios / Shutterstock.com

# Willkommen zu Hause!



© bbernard / Shutterstock.com



© Rawpixel.com / Shutterstock.com



© Pixel-Shot / Shutterstock.com

## **BAUAG**

Kaiserslautern  
wohnen . gestalten . leben

...jetzt auch auf  
Facebook!

Fischerstraße 25  
67655 Kaiserslautern  
Tel. (0631) 3640-0  
info@bau-ag-kl.de  
[www.bau-ag-kl.de](http://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

Nachbarschaftlich . inklusiv . lebenswert . selbstbestimmt



[www.nils-wohnenimquartier.de](http://www.nils-wohnenimquartier.de)

## 2022 Termine: Zuhause im Goetheviertel

### Oktober

<b>Di, 04.10.</b> 11:00 Uhr	<b>Singen aus der Mundorgel für Jung und Alt</b>
<b>Mi, 05.10.</b> 12:30 Uhr 15:00 Uhr	<b>Lachs mit Bandnudeln Yoga + Bewegung</b>
<b>Do, 06.10.</b> 18:00 Uhr	<b>Kartenspielabend</b>
<b>Fr, 07.10.</b> 15:00 Uhr	<b>Boule <sup>1)</sup></b>
<b>Sa, 08.10.</b> 14:00 Uhr	<b>Ausflug:</b> Wanderung zur Fuchsfährte (Treffpunkt: Parkplatz Vogelwoog)
<b>Mo, 10.10.</b> 12:00 Uhr 16:00 Uhr 18:00 Uhr	<b>Mittagstisch (Hirtle) Erzählzeit Singen mit Frau Groß</b>
<b>Mi, 12.10.</b> 12:30 Uhr	<b>Karottenpüree und Leberknödel Yoga + Bewegung</b>
15:00 Uhr <b>Fr, 14.10.</b> 15:00 Uhr	<b>Boule <sup>1)</sup></b>
<b>Mo, 17.10.</b> 12:00 Uhr 15:00 Uhr	<b>Mittagstisch (Hirtle) Kreativwerkstatt</b>
<b>Di, 18.10.</b> 15:00 Uhr	<b>Seniorencafé mit Vortrag: Leistungen der Pflegekasse</b>
<b>Mi, 19.10.</b> 12:30 Uhr 15:00 Uhr	<b>Burger mit Pommes und Salat Yoga + Bewegung</b>
<b>Do, 20.10.</b> 18:00 Uhr	<b>Kartenspielabend</b>
<b>Fr, 21.10.</b> 10:00 Uhr	<b>Ferienprogramm: Kochen mit dem Koch Marko Boule <sup>1)</sup></b>
15:00 Uhr <b>Sa, 22.10.</b> 12:00 Uhr 16:00 Uhr	<b>Mittagessen Trauercafé Selbsthilfegruppe trauernder Menschen</b>
<b>Mo, 24.10.</b> 12:00 Uhr 16:00 Uhr 18:00 Uhr	<b>Mittagstisch (Hirtle) Erzählzeit Singen mit Frau Groß</b>
<b>Mi, 26.10.</b> 12:30 Uhr	<b>Frikadellen, Kohlrabi-Gemüse und Kartoffeln Yoga + Bewegung</b>
15:00 Uhr <b>Fr, 28.10.</b> 10:00 Uhr	<b>Ferienprogramm: Kürbisse schnitzen, Herbstbasteln Boule <sup>1)</sup></b>
15:00 Uhr <b>Mo, 31.10.</b> 12:00 Uhr 16:00 Uhr	<b>Mittagstisch (Hirtle) Erzählzeit</b>

### November

<b>Mi, 02.11.</b> 12:30 Uhr 15:00 Uhr	<b>Pizza und Salat Yoga + Bewegung</b>
<b>Do, 03.11.</b> 18:00 Uhr	<b>Kartenspielabend</b>
<b>Fr, 04.11.</b> 15:00 Uhr	<b>Boule <sup>1)</sup></b>
<b>Mo, 07.11.</b> 12:00 Uhr 16:00 Uhr	<b>Mittagstisch (Hirtle) Erzählzeit</b>
<b>Di, 08.11.</b> 11:00 Uhr 18:00 Uhr	<b>Singen aus der Mundorgel für Jung und Alt Vortrag Verbraucherzentrale: „Energiekosten im Griff?“</b>
<b>Mi, 09.11.</b> 12:30 Uhr	<b>Paprikagulasch, Klöße und Rotkraut Yoga + Bewegung</b>
15:00 Uhr <b>Fr, 11.11.</b> 15:00 Uhr	<b>Boule <sup>1)</sup></b>
<b>Mo, 14.11.</b> 12:00 Uhr 15:00 Uhr 18:00 Uhr	<b>Mittagstisch (Hirtle) Kreativwerkstatt Singen mit Frau Groß</b>
<b>Mi, 16.11.</b> 12:30 Uhr 15:00 Uhr	<b>Lasagne und Salat Yoga + Bewegung</b>
<b>Do, 17.11.</b> 18:00 Uhr	<b>Kartenspielabend</b>
<b>Fr, 18.11.</b> ca. 10:00 bis 18:00 Uhr	<b>Bundesweiter Vorlesestag</b>
<b>Mo, 21.11.</b> 12:00 Uhr 16:00 Uhr	<b>Mittagstisch (Hirtle) Erzählzeit</b>
<b>Di, 22.11.</b> 15:00 Uhr	<b>Seniorencafé Vortrag: Weglauftendenzen bei dementen Menschen</b>
<b>Mi, 23.11.</b> 12:30 Uhr 15:00 Uhr	<b>Risotto mit Fisch Yoga + Bewegung</b>
<b>Fr, 25.11.</b> 18:00 Uhr	<b>Weltenbummler Abend (Hr. Scheler)</b>
<b>Sa, 26.11.</b> 16:00 Uhr	<b>Trauercafé Selbsthilfegruppe trauernder Menschen</b>
<b>Mo, 28.11.</b> 12:00 Uhr 16:00 Uhr 18:00 Uhr	<b>Mittagstisch (Hirtle) Erzählzeit Singen mit Frau Groß</b>
<b>Mi, 30.11.</b> 12:30 Uhr 15:00 Uhr	<b>Kürbissuppe mit Würstchen Yoga + Bewegung</b>

### Dezember

<b>Do, 01.12.</b> 16:00 Uhr	<b>Lebendiger Adventskalender mit Punsch, Plätzchen und Programm und einem Basar</b>
<b>Fr, 02.12.</b> 15:00 Uhr	<b>Boule <sup>1)</sup></b>
<b>Mo, 05.12.</b> 12:00 Uhr 16:00 Uhr	<b>Mittagstisch (Hirtle) Erzählzeit</b>
<b>Di, 06.12.</b> 11:00 Uhr	<b>Singen aus der Mundorgel für Jung und Alt</b>
<b>Mi, 07.12.</b> 12:30 Uhr	<b>Hähnchen mit Zucchini-Möhrenreis Yoga + Bewegung</b>
15:00 Uhr <b>Fr, 09.12.</b> 15:00 Uhr	<b>Boule <sup>1)</sup></b>
<b>Mo, 12.12.</b> 12:00 Uhr 16:00 Uhr 18:00 Uhr	<b>Mittagstisch (Hirtle) Erzählzeit Singen mit Frau Groß</b>
<b>Mi, 14.12.</b> 12:30 Uhr 15:00 Uhr	<b>Fisch und Kartoffelsalat Yoga + Bewegung</b>
<b>Do, 15.12.</b> 18:00 Uhr	<b>Kartenspielabend</b>
<b>Fr, 16.12.</b> 15:00 Uhr 18:00 Uhr	<b>Boule <sup>1)</sup> Weltenbummler Abend (Herr Scheler)</b>
<b>Sa, 17.12.</b> 12:00 Uhr	<b>Mittagessen</b>
<b>Mo, 19.12.</b> 12:00 Uhr 16:00 Uhr	<b>Mittagstisch (Hirtle) Erzählzeit</b>
<b>Di, 20.12.</b> 15:00 Uhr	<b>Advents-Seniorencafé</b>
<b>Mi, 21.12.</b> 12:30 Uhr	<b>Ungarischer Gulasch, Klöße und Salat</b>
<b>Di, 27.12.</b> 16:00 Uhr	<b>Trauercafé Selbsthilfegruppe trauernder Menschen</b>

Änderungen des Programms vorbehalten. Der jeweils aktuelle Monatsplan kann im Servicebüro abgeholt werden.

<sup>1)</sup>bei schlechtem Wetter Spielenachmittag

In der Regel ist der Veranstaltungsort die „Guud Stubb“ von Nils. Findet eine Veranstaltung an einem anderen Ort im Goetheviertel statt, so ist dies gesondert aufgeführt.

Bitte für alle Essensangebote spätestens 2 Tage vorher anmelden bei: Monika Jochum 0631 36198535 oder mjochem@gemeinschaftswerk.de