

**STADTTEILZEITUNG**

# GRÜBENTÄLCHEN

September 2024

**WIR SAMMELN  
jetzt auch Brillen**



**Geschafft!  
MOBILER BACKOFEN  
fürs Quartier**

**BUNDESWEITER  
VORLESETAG -  
eine Kooperation  
mit der VHS**

**KOSTENLOS**

Stadtteilzeitung Grübentälchen / 29. Ausgabe

## IMPRESSUM

### **Herausgeber:**

Stadtteilbüro Grübentälchen,  
Friedenstraße 118  
67657 Kaiserslautern  
0631 - 680 316 90  
stadtteilbuero@kv-cls.drk.de

**Auflage:** 3.200 Exemplare  
Die Stadtteilzeitung wird im  
Stadtteil Grübentälchen  
kostenlos an alle Haushalte  
verteilt und erscheint viermal  
im Jahr.

**Layout:** DRK-Kreisverband  
Kaiserslautern Stadt e. V.,  
Barbarossastraße 27, 67655 KL,  
Neumaier

**Druck:** Kerker Druck GmbH

**Fotos:** Titelseite: AdobeStock-  
teatian; S2: AdobeStock-Creative  
images; S4-S5: AdobeStock-  
andreasK; S14: AdobeStock-  
BillionPhotos.com, Angelov, drubig-  
photo; S17: AdobeStock-pankaj-  
stock123; Rückseite: AdobeStock-  
Анна Склярова; eigene Bilder,  
Bilder Kooperationspartner

Die Stadtteilzeitung wird aus  
dem Städtebauförderprogramm  
„Sozialer Zusammenhalt“ durch  
Bund, Land und die Stadt  
Kaiserslautern finanziert.

## INHALTSVERZEICHNIS

- 4 Editorial
- 5 Stadtteilstfest Grübentälchen
- 6 Unsere Angebote
- 14 Neues Angebot „Brillen ohne Grenzen“
- 15 Weitere Informationen und Angebote
- 20 Christuskirche
- 21 Weitere Informationen und Angebote
- 22 DRK-Kreisverband Kaiserslautern-Stadt e.V.
- 24 Agentur für Arbeit
- 25 Weitere Angebote
- 26 Nils - Wohnen im Quartier
- 29 Arbeits- und sozialpädagogisches Zentrum (ASZ)
- 30 AWO - Seniorenhaus
- 31 Siedler und Eigenheimer
- 33 Demokratie - Akzeptanz - Vielfalt
- 34 Handarbeitstreff
- 35 Vorlesetag in der Friedenskapelle
- 36 Die Pfothenhilfe Kaiserslautern
- 37 Bowling Verein Kaiserslautern
- 38 Prot. Kindertagesstätte Sonnenland
- 40 Mobiler Backofen im Grübentälchen
- 42 Das Kunstprojekt Friedhof „Weltreligionen“
- 46 Walking Football
- 48 Veranstaltungen in der Friedenskapelle
- 51 Einsamkeit geht uns alle an
- 52 Cosplay-Day im Japanischen Garten
- 54 Testphase KL Navi startet
- 56 Spiel- und Sportbox
- 57 Üben für den Ernstfall
- 58 Pilze im Garten oder Blumentopf
- 60 Hofessen
- 62 Rezepte - Auf Genuss-(Welt)reise) mit Holger

## STADTTEILBÜRO GRÜBENTÄLCHEN

### Aktuelle Öffnungszeiten

Montag	14:00 – 16:00 Uhr
Dienstag	14:00 – 18:00 Uhr
Mittwoch	14:00 – 16:00 Uhr
Donnerstag	10:00 – 14:00 Uhr
Freitag	13:30 – 15:30 Uhr

### Zusätzlich

**jeden 1. Mittwoch im Monat  
von 11.00 - 12.30 Uhr**

kostenloses Beratungsangebot  
der Betreuungsvereine  
Kaiserslautern

**jeden 2. Mittwoch im Monat  
von 10.00 - 12.00 Uhr**

Nähhilfe

**jeden letzten Mittwoch im Monat  
von 11.00 - 13.00 Uhr**

Sprechstunde  
der Landsmannschaft  
der Deutschen aus Russland

### donnerstags

**von 12.30 - 14.00 Uhr**

Sprechstunde der Fachkraft  
im Landesprojekt „Gemeinde-  
schwester Plus“

**jeden 2. Donnerstag im Monat  
von 10.30 - 12.00 Uhr**

Sprechstunde der  
Seniorenberaterin

**jeden 2. Donnerstag im Monat  
von 15.00 - 16.00 Uhr**

Singkreis

### 1x im Quartal dienstags

**von 10:00 – 12:00 Uhr**

Sprechstunde des  
Seniorenbeirats

Friedenstraße 118  
67657 Kaiserslautern  
Tel.: 0631 – 680 316 90  
stadtteilbuero@kv-cls.drk.de  
www.gruebentaelchen.de

*Kommen Sie vorbei!  
Wir freuen uns über Ihren*



Ute Rottler



Ali Ebrahimi

## Liebe LeserInnen,

nun ist der Sommer gerade vorbei und wir planen schon wieder Vorlesetag, Plätzchen backen und Adventsfenster.

Wir hoffen, Sie haben den Sommer genossen, die Wärme, den Sonnenschein und die Zeit im Schwimmbad, mit Freunden beim Grillen oder Chillen verbracht oder vielleicht eine Reise unternommen und Kraft gesammelt für die dunklere Jahreszeit.

Wir freuen uns sehr, mitteilen zu können, daß wir es durch das Zusammenwirken vieler engagierter Menschen und Institutionen geschafft haben, einen mobilen Brotbackofen für unser Quartier zu erwerben. Nun liegt es auch an Ihnen, liebe BewohnerInnen, Ideen einzubringen, bei welchen Aktionen wir diesen nutzen können. Bitte melden Sie sich mit Ideen, Vorschlägen bei uns im Stadtteilbüro.

In Kooperation mit der VHS Kaiserslautern werden wir den bundesweiten Vorlesetag in diesem Jahr gestalten mit einem Leseangebot am Nachmittag für Kinder und einem Abend mit der SchauspielerIn Barbara Seeliger.

Dem Wunsch vieler Teilnehmender entsprechend werden wir wieder eine Advents-Bäckerei mit der Ernährungsberaterin Marlein Stasche in Kooperation mit den Siedlern und Eigenheimern und dank der finanziellen Förderung des GKV-Bündnisses für Gesundheit anbieten.

Auch dank des GKV-Bündnisses (Verband der Krankenkassen RLP im Rahmen ihrer Aufgaben zur Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten) konnten wir unser Angebot „Bewegung für Alle“ mit

Filippo La Spina nach den Sommerferien wieder aufnehmen.

Und nicht zuletzt danken wir der AOK RLP/Saarland für die Übernahme der gestiegenen Kosten unseres „Mobilitätstrainings“ und Jennifer Höning, daß sie uns „treu“ geblieben ist.

Ansonsten wünschen wir Ihnen einen schönen und bunten Herbst und hoffen, Sie bei vielen unserer Veranstaltungen zu treffen! Oder schauen Sie doch einmal bei uns im Stadtteilbüro zum Austausch bei einer Tasse Kaffee/Tee vorbei...

***Ihre Ute Rottler und Ali Ebrahimi***



Sie können uns wieder auf Instagram folgen unter [stadtteilburo\\_grubentalchen](#)



# Stadtteilfest GRÜBENTÄLCHEN

**22. SEPTEMBER 2024**  
**11.00 - 17.00 UHR**  
**AUF DEM KALKOFEN**  
**(ASTERN- & GERANIENWEG)**

**SPIEL & SPAß  
LIVE-MUSIK  
SPEISEN & GETRÄNKE  
VEREINE & EINRICHTUNGEN  
STELLEN SICH VOR**

VERANSTALTET VON:

# Unsere Angebote

Während der Öffnungszeiten  
des Stadtteilbüros ...



Tauschbox

... können Sie unsere Tauschbox nutzen. Es kann alles getauscht werden, was in die **Tauschbox** passt und jemand anderes noch gebrauchen könnte. Besonders gerne wird getauscht: Geschirr, Küchenutensilien, Dekoartikel und Spielsachen.

*Größere Mengen können wir leider nicht annehmen.*



Büchertauschcke

Für Bücher gibt es eine **Büchertauschcke** im Stadtteilbüro, die ebenfalls kostenlos genutzt werden kann.



Sie können bei uns auch die **Rheinpfalz** lesen.



Litfaßsäule

Auch unsere Litfaßsäule kann genutzt werden.

Wer ein Angebot/Gesuch veröffentlichen möchte, kann sich an das Team des Stadtteilbüros wenden. Die Herstellung der Kontakte läuft dann über uns.

Darüber hinaus informieren wir über Veranstaltungen und Angebote im Quartier: z. B. des AWO Seniorenhauses, Nils-Wohnen im Quartier, Gemeinde St. Norbert, Christuskirche, DRK, Alzheimer Gesellschaft u. a. sowie des Stadtteilbüros.



Gelbe Säcke

Im Stadtteilbüro sind die Wertstoffsäcke (Gelbe Säcke) während der Öffnungszeiten gegen Abholkarten erhältlich. Wenn Sie keine Abholkarten erhalten haben, melden Sie sich unter **0631 365 17 00** (Stadtbildpflege).

Wir geben auch Hundekotbeutel aus.



Stadtteilplan  
Grüebentälchen

Im Stadtteilplan finden Sie wichtige Einrichtungen, Geschäfte zur Nahversorgung, Gastronomie und Spielplätze.

Außerdem soll er Sie bei der Orientierung im Grüebentälchen unterstützen - und vielleicht entdecken Sie ganz neue Ecken und Geschäfte, die Sie bisher nicht kannten.

Der Stadtteilplan steht auf unserer Homepage auch zum Download zur Verfügung:

[www.gruebentaelchen.de/stadtteilplan-gruebentaelchen](http://www.gruebentaelchen.de/stadtteilplan-gruebentaelchen)



Refill-Station

Das Stadtteilbüro Grüebentälchen ist eine **Refill-Station**. Hier kann kostenlos Leitungswasser in eine mitgebrachte Flasche aufgefüllt werden.

Das Stadtteilbüro beteiligt sich damit an der Initiative Refill, die deutschlandweit Einrichtungen zum Mitmachen aufruft, um den Plastikverbrauch zu mindern. Leitungswasser hat in Deutschland eine hervorragende Qualität und wird von den Wasserbetrieben ständig überprüft.

# Unsere Angebote

Kommen Sie vorbei! und nutzen Sie unser Angebot!



## Kostenlose Unterstützung bei Bewerbungen



Bild: AdobeStock.com/Alexander Limbach

Das Stadtteilbüro Grübentälchen bietet kostenlose Unterstützung bei der Erstellung von Lebenslauf und Anschreiben an. Bewohnerinnen und Bewohner aus dem Stadtteil aller Altersgruppen können sich mit ihren Unterlagen an das Team des Stadtteilbüros wenden und gemeinsam die Bewerbungsunterlagen bearbeiten.

**Terminvereinbarung unter**  
Tel. 0631—680 316 90 oder  
stadtteilbuero@kv-cls.drk.de

## Handarbeitstreff Kommen Sie vorbei!



Bild: AdobeStock.com/Katvic

Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat treffen sich die Handarbeitsfrauen von 14:00 – 16:00 Uhr

Wo: Begegnungsstätte der Siedler und Eigenheimer,  
Schreiberstr. 1

**Kontakt:**  
**Stadtteilbüro Grübentälchen**

**Beim Handarbeitstreff ist die Bude  
stets voll...“**

## Spenden Sie Ihr ALT-HANDY



**Handys für Hummel, Biene & Co.  
Die Sammelaktion zum Mitmachen.**

### Helpen Sie mit!

Werden Sie aktiv für den Umweltschutz und unterstützen Sie das Projekt „Handys für die Hummel“ des NABU - Naturschutzbund Deutschland e.V. in Kooperation mit O2, indem Sie gebrauchte Handys mit uns sammeln.

**Sie können Ihr Handy gerne bei uns im Stadtteilbüro im Rahmen der Öffnungszeiten abgeben.**

**Wer Lust hat, ehrenamtlich im Stadtteilbüro mitzuarbeiten, kann sich gerne im Stadtteilbüro melden.**

Die Aufgaben sind sehr vielseitig. Es gibt die Möglichkeit, das Stadtteilbüro während der Öffnungszeiten zu betreuen, an der Stadtteilzeitung mitzuarbeiten oder in verschiedenen anderen Projekten tätig zu sein.

## Briefmarken sammeln für Bethel

Bethel 



### Gemeinsam Briefmarken sammeln

Gesund oder krank, behindert oder nicht – in Bethel sind wir davon überzeugt, dass alle Menschen in ihrer Verschiedenheit selbstverständlich zusammenleben, lernen und arbeiten können. Seit 150 Jahren setzen sich die v. Bodelschwingschen Stiftungen Bethel für alle ein, die auf Hilfe, Unterstützung oder Assistenz angewiesen sind.

Im Rahmen dieser Arbeit kann Bethel alle Briefmarken gut gebrauchen: deutsche und ausländische, gestempelte und ungestempelte Marken, ganz gleich, ob auf Postkarten und Briefumschlägen oder ausgeschnitten.

Die an Bethel gespendeten Briefmarken ermöglichen es, sinnvolle Arbeits- und Beschäftigungsplätze für behinderte Menschen zu schaffen und zu erhalten. Der Weiterverkauf an Sammler ist dabei eine besondere Bestätigung für die Arbeit, die von Menschen mit Behinderungen geleistet wird.

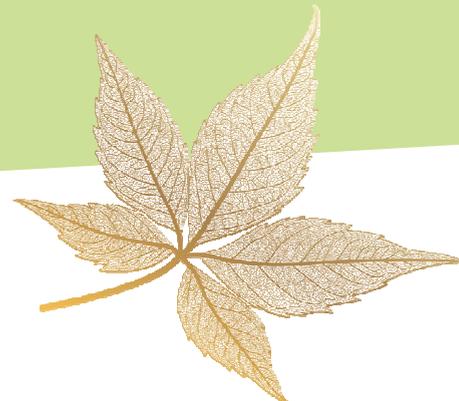
Beim Ausschneiden sollte ein Rand von einem Zentimeter gelassen werden, um die Marke nicht zu beschädigen.

**Briefmarken für Bethel können im Stadtteilbüro Grübentälchen (Friedenstraße 118) abgegeben werden oder direkt an die Briefmarkenstelle Bethel, Quellenhofweg 25 in 33617 Bielefeld gesendet werden.**

Weitere Informationen gibt es unter:  
[www.briefmarken-bethel.de](http://www.briefmarken-bethel.de)

# Unsere Angebote

Kommen Sie vorbei und nutzen Sie unser Angebot!



## Hilfe und/oder Anleitung bei kleineren Näharbeiten



Bild: Stadtteilbüro

Im Stadtteilbüro wird neuerdings „abgesteckt, anprobiert, gebügelt und genäht...“, aber auch gelacht und gefachsimpelt...Hosen werden gekürzt, Röcke enger gemacht und Vorhänge genäht.

Haben Sie auch **kleinere Änderungen** an Kleidungsstücken wie Hosen/Röcke kürzen, Reißverschlüsse einsetzen oder andere kleinere Näharbeiten, die Sie gerne unter kundiger Anleitung selbst oder von einer unserer ehrenamtlich Mitarbeitenden vornehmen lassen wollen?

*Dann kommen Sie vorbei oder melden Sie sich bei uns im Stadtteilbüro!*

**Die nächsten Termine sind Mittwoch, der 9. Oktober, 13. November und 11. Dezember.**

## Spieltreff und Jakkolo im Grübentälchen



Bild: AdobeStock.com/Patricia

Beim Jakkolo müssen 30 Holzscheiben direkt oder indirekt in vier Boxen, die mit Punktzeichen gekennzeichnet sind, gespielt werden.

Ab ca. 9 Jahren können alle mit gleichen Chancen spielen, egal ob Frau oder Mann, Kind oder Erwachsener, Jung oder Alt, Menschen mit oder ohne Handicap. Es kann im Stehen oder Sitzen gespielt werden.

Wir halten auch immer eine größere Auswahl an weiteren Spielen bereit.

**Wann:** Jeden letzten Freitag im Monat von 16.00 - 18.00 Uhr

**Wo:** Begegnungsstätte der Siedler und Eigenheimer „Im Grübentälchen“ e. V.  
Schreiberstr. 1, Kaiserslautern

*Machen Sie mit!  
Unser Team freut sich auf Ihr Kommen!*

## Kostenloses Übersetzungsangebot „Arabisch - Deutsch“ im Stadtteilbüro Grübentälchen



Bild: AobeStock/Cybrain

Das Stadtteilbüro Grübentälchen bietet kostenlose Übersetzungshilfe für Arabisch - Deutsch an.

Jeden **Mittwoch** ist von **14:00 – 16:00 Uhr** ein Dolmetscher für Arabisch vor Ort, der kostenlos bei der Übersetzung von Unterlagen hilft. Eine Beglaubigung der Unterlagen ist nicht möglich. Individuelle Termine können auch nach Bedarf ausgemacht werden.

**Kontakt: Stadtteilbüro Grübentälchen,  
Friedenstraße 118,  
Tel. 0631 – 680 316 90**

### تقديم خدمة إجراء ترجمة مجانية للغتين العربية والألمانية ضمن مكتب حي غرينتيلشن

يقدم مكتب حي غرينتيلشن خدمة إجراء ترجمة مجانية للغتين العربية والألمانية ضمن المكتب. يتواجد في مكتب الحي كل يوم أربعاء من الساعة 14 ولغاية الساعة 16 مترجم للغتين العربية والألمانية يساعدكم في الترجمة غير المحلفة لوثائقكم.

وتبعا للحاجة يمكن إجراء مواعيد شخصية.

**للاتصال: مكتب حي غرينتيلشن، فريدينشتراسه 118،  
هاتف: 90 316 680-0631**

Gesponsert durch die  
Gemeindegewester+



## KOSTENLOSE TABLET-NUTZUNG IM STADT-TEILBÜRO

Während der  
Öffnungszeiten des  
Stadtteilbüros steht  
Ihnen ab sofort ein  
Tablet zur  
Verfügung.

Für welche  
Zwecke können Sie das  
Tablet nutzen?

Zum Recherchieren von z. B.:

- aktuellem Zeitgeschehen
- Kultur- und Freizeitangeboten
- dem Wetter
- Öffnungszeiten, Adressen, Telefonnummern
- Rezepten



# Unsere Angebote

Kommen Sie vorbei und nutzen Sie unser Angebot!

## Singkreis



Bild: Stadtteilbüro

Der Singkreis trifft sich **jeden zweiten Donnerstag** im Monat von 15:00 – 16:00 Uhr im Stadtteilbüro Grübentälchen.

Kommen Sie vorbei und lassen Sie uns gemeinsam singen!

Singen in Gemeinschaft schüttet Glückshormone aus, fördert Kreativität und Konzentrationsfähigkeit. Auch Sprachgefühl und Wortschatz werden trainiert.

Imgard Boerner begleitet uns auf der Gitarre und Karin Fuchs vom Seniorenbeirat unterstützt uns gesanglich.

Wir würden uns auch freuen, wenn wir weitere Teilnehmende finden würden, die uns mit einem Instrument begleiten könnten...

**Die nächsten Termine sind: 14. November und 12. Dezember 2024.**

## Mobilitätstraining



Bild: Stadtteilbüro

Machen Sie mit bei Übungen, die gut für die Gesundheit sind und Spaß und Freude an der Bewegung vermitteln. Wichtige Muskelgruppen, die die Wirbelsäule aufrichten, werden gekräftigt und die in der Tiefe liegenden Muskeln trainiert. Musik, die gute Laune macht, begleitet das Programm.

**Donnerstags  
von 13.00 - 14.00 Uhr**  
Am Heiligenhäuschen 11  
(Gemeindesaal der Christuskirche)

Das Mobilitätstraining wird durchgeführt von Jennifer Höning, Physiotherapeutin und Bewegungsmanagerin der Stadt Kaiserslautern der Landesinitiative „Rheinland-Pfalz – Land in Bewegung“ und gefördert von der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland.

Unser Angebot ist kostenlos und ganz in Ihrer Nähe. Sie können in bequemer Alltagskleidung kommen.

*Alle Termine können unabhängig voneinander und ohne Voranmeldung besucht werden.*

## Betreuungsvereine Kaiserslautern beraten im Stadtteilbüro

Vorsorgevollmacht  
Betreuungsverfügung  
Patientenverfügung



Die Betreuungsvereine Kaiserslautern informieren kostenlos zu den Themen Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung.

### SPRECHSTUNDEN

jeden 1. Mittwoch im Monat  
von 11:00 - 12:30 Uhr  
im Stadtteilbüro Grübentälchen  
Friedenstraße 118

# MONTAGS TREFF



## GRÜBENTÄLCHEN

JEDEN MONTAG VON 14-16 UHR

VERABREDEN SIE SICH ...

- ... zum Plaudern
- ... zum Spaziergehen / gemeinsam mit netten Menschen Zeit verbringen
- ... um Unterstützung bei Anwendung der neuen Medien zu finden

STADTTEILBÜRO GRÜBENTÄLCHEN | Friedenstr. 118 | 67657 Kaiserslautern  
Tel.: 0631 - 680 316 90 | [www.gruebentaelchen.de/kontakt/](http://www.gruebentaelchen.de/kontakt/)



## IT-Spenden gesucht für Kinder und Schulen in der Welt

- Laptops, Tablet-PCs, eBook-Reader
- Gerne mit Netzteil, Ladegerät und Zubehör



- Daten werden sicher gelöscht
- Online verfolgbar (E-Mail erforderlich)
- CO<sub>2</sub>-neutral durch Flug-/Transportpaten



contact-D@[Labdoo.org](mailto:Labdoo.org)  
[www.Labdoo.org](http://www.Labdoo.org)

Folgen Sie uns:




## DIGITALE HILFE

Ein kostenloses Angebot für Seniorinnen und Senioren

Sie haben Fragen im Umgang mit Smartphone, Tablet, Laptop und Co?

Ein Team von Freiwilligen hilft Ihnen bei Ihren Fragen. Das Angebot ist kostenlos. Spenden werden gerne entgegengenommen.

Jeden 1. Dienstag im Monat  
von 15:00 - 17:00 Uhr (ohne Anmeldung)

Im Stadtteilbüro Grübentälchen in der Friedenstraße 118, in gemütlicher Runde bei Kaffee, Tee und Gebäck.

Sie können auch gerne eine Einzelsprechstunde vereinbaren.  
**Wir freuen uns auf Sie!**



Stadtteilbüro Grübentälchen  
Friedenstr. 118 · 67657 Kaiserslautern  
Tel.: 0631 - 680 316 90  
[stadtteilbuero@kv-cls.drk.de](mailto:stadtteilbuero@kv-cls.drk.de)

# Neues Angebot

im Stadtteilbüro:

Wir nehmen Ihre  
gebrauchten Brillen an!

**BRILLEN**  
ohne **GRENZEN**



**Helfen Sie mit!**

[www.brillen-ohne-grenzen.de](http://www.brillen-ohne-grenzen.de)

**A)** Unter den Aspekten „Ressourcenschonung, Umweltschutz, Müllvermeidung, Recycling, Unterstützung armer Menschen“ geht es darum, möglichst viele gebrauchte Brillen aus Kommoden, Schränken und anderen Ablageorten zu retten und einer passenden, sinnvollen und helfenden Verwertung neu zuzuführen.

Stell Dir doch einfach mal vor, **DU** selbst müsstest ohne Brille leben.

Könntest Du problemlos lesen? Könntest Du auch Personen weit entfernt erkennen? Könntest Du problemlos Autofahren? Könntest Du deiner Arbeit problemlos nachgehen? Könntest Du uneingeschränkt leben?

Gutes Sehen ist die Grundlage für unseren heutigen Alltag. Gutes Sehen ist die Grundlage für unseren Wohlstand. Sehen ist schlicht und ergreifend wahre „Lebensqualität“.

Jedoch befinden sich viele Menschen in armen Ländern in der Situation, nicht selbst für eine Brille aufkommen zu können. Dadurch ist es für die Betroffenen häufig kaum möglich erwerbstätig zu sein und sich einen gewissen Wohlstand selbst erarbeiten zu können.



**B)** Eine „breite“ Beteiligung an der Hilfs-Aktion wird erreicht durch drei sog. „Brillen-Verwertungsstellen“ im Saarland, wo die gesammelten Brillen gereinigt, sortiert, nach Dioptrien vermessen und bis zum Versand in die Welt zwischengelagert werden:

1. WIAF-Brillenverwertungsstelle in St. Wendel (Projekt mit langzeitarbeitslosen Menschen und ehrenamtlichen Helfern)
2. Gudd-Zweck-Brillenverwertungsstelle in Oberkirchen (Projekt mit ehrenamtlichen Helfern)
3. JVA-Brillenverwertungsstelle in Saarbrücken (Projekt mit strafgefangenen Menschen)

**C)** Länderübergreifende „Kooperationen“ sorgen für eine internationale Zusammenarbeit.

So gibt es z.B. eine langjährige „Deutsch-Französische-Brillen-Freundschaft“ mit dem gemeinnützigen Verein L.S.F. Lunettes sans Frontiere in Hirsingue/Elsass, der bereits seit mehr als 45 Jahren aufbereitete Brillen in bis zu 156 Länder der Erde an zuverlässige langjährige Kooperationspartner vor Ort versendet.

BRILLEN-ohne-GRENZEN liefert aus Deutschland „fertige Brillen“ sowohl an den L.S.F. wie auch an eigene Projekt-Partner in vielen Ländern der Erde, z.B. Brasilien, Indonesien, Uganda, Kamerun, Indien, Thailand usw.



**D)** Wachsende strategische Partnerschaften erweitern das Hilfs-Projekt ständig sinnvoll.

So gibt es nicht nur die eigene sog. „**DIREKT-HILFE**“ mit gesammelten gebrauchten Brillen, sondern als weiteren Baustein auch die „**HILFE-zur-SELBSTHILFE**“ in Kooperation mit dem EDA Entwicklungsdienst Deutscher Augenoptiker, der kleine funktionierende und sich selbst tragende EDA-Optiker-Werkstätten in armen Ländern einrichtet und vor Ort die Menschen ausbildet, sodass sie sich mit ihrem eigenen Unternehmen etablieren und ernähren können.

Weitere und umfangreiche Informationen finden Sie hier:

[www.brillen-ohne-grenzen.de](http://www.brillen-ohne-grenzen.de)

# Adventsfenster- Aktion



Nach den vielen schönen Erlebnissen im vergangenen Jahr wurde aus dem Kreis der BewohnerInnen wieder die Bitte an uns hergetragen, eine Adventsfensteraktion zu planen und zu organisieren.

Das machen wir sehr gerne und bitten alle Interessenten von Adventsfenstern sich bei uns im Stadteibüro bis spätestens

**1. November 2024**

zu melden.



Save-the-Date/Terminankündigung

## Plätzchen backen: Weihnachtsduft in jedem Raum

Am Samstag, den 23.11.24, von 11:00 – 14:00 Uhr  
in der Begegnungsstätte der Siedler und Eigenheimer „Im Grübentälchen“ e. V., Schreberstr. 1

Um Anmeldung wird gebeten im Stadteibüro  
Grübentälchen, Tel 0631 680 316 90

Was wäre Weihnachten ohne Plätzchen backen? Der süße Duft nach Zimt und Vanille erhöht die Vorfreude aufs Fest. Doch alleine zu backen, ist viel Arbeit und fällt daher in immer mehr Familien aus.

**Gemeinsam wollen wir Plätzchen backen.**

*(Beim Backen liegt Mehl in der Luft und im Backofen.  
Der Kurs ist nicht für Zöliakie-Patienten geeignet!)*

Auf vielfachen Wunsch der Teilnehmenden laden wieder dazu ein das Stadteibüro Grübentälchen und die Siedler und Eigenheimer.

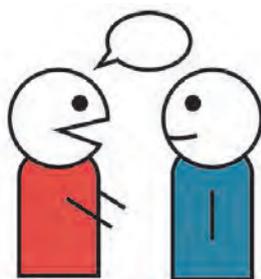
Das Angebot wird im Rahmen des Programms „teamw()rk für Gesundheit und Arbeit“ umgesetzt und gefördert von den Krankenkassen/Krankenkassenverbänden des Landes Rheinland-Pfalz nach § 20a SGB V im Rahmen ihrer Aufgaben zur Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten.

# Weitere Angebote

Kommen Sie vorbei und nutzen Sie unser Angebot!



## Sprechstunden der Seniorenberatung Stadt Kaiserslautern



- Für wen?** Personen ab 65 Jahren
- Wann?** Jeden 2. Donnerstag im Monat von 10.30 - 12.00 Uhr
- Wo?** **Stadtteilbüro Grübentälchen**  
Friedenstr. 118
- Was ?** **Beratungshilfe u. a. im Hinblick auf**
- Altersgerechte Dienste (z. B. Haushaltshilfe, Essen auf Rädern)
  - Pflege (z. B. Wohnformen, Betreuung, Pflegedienste)
  - Altersentsprechende Bedürfnisse (Kultur, Gemeinschaft, Bewegung)

**Erreichbarkeit:** 0631—365 4283



## Gemeindeschwester plus



### Ein Angebot für ältere Menschen in der Stadt Kaiserslautern

Aline Neumann ist **Ansprechpartnerin für betagte Menschen**, die noch keinen Pflegebedarf oder Pflegegrad haben. Ihr Angebot ist präventiv ausgerichtet, d. h. es wird versucht, vor Eintritt der Pflegebedürftigkeit den Menschen Möglichkeiten aufzuzeigen, Angebote zu vermitteln, um ihnen den Alltag leichter zu machen.

Darüber hinaus möchte sie gerne Seniorinnen und Senioren den Rahmen bieten, **im Stadtteilbüro zusammenzukommen**, um aktuelle Wünsche, Anregungen, aber auch Probleme aufzugreifen. Dieses Treffen im Stadtteilbüro soll den Seniorinnen und Senioren auch als **Begegnungsstätte** dienen, um mit anderen in Kontakt zu treten und sich auszutauschen:

**jeden Donnerstag von 12.30 – 14.00 Uhr**  
**Stadtteilbüro Grübentälchen, Friedenstr. 118**



## Seniorenbrochüre im Stadtteilbüro erhältlich



2024

## Älter werden in Kaiserslautern

Wegweiser und Ratgeber



## Informationsmaterial zum Thema Energie im Stadtteilbüro erhältlich

Im Stadtteilbüro finden Sie jetzt auch Informationsmaterial der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz zum Thema Energie / Energie sparen.



# Weitere Angebote

Kommen Sie vorbei und nutzen Sie unser Angebot!



## Seniorenbeirat

Sprechstunden des Seniorenbeirates der Stadt Kaiserslautern

im Stadtteilbüro Grübentälchen

Friedensstraße 118

1x im Quartal, dienstags

von 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Tel.: (0631) 680 316 90

Mitglieder des Seniorenbeirates sind für Fragen, Anliegen, Anregungen oder Kritik zu Themen, ältere Menschen betreffend, vor Ort.

Wir beraten, vermitteln, unabhängig davon, ob es sich um private, alltägliche oder gesellschaftspolitische Angelegenheiten handelt.

**Karin Fuchs**, Mitglied des Seniorenbeirats und Initiatorin unseres Singkreises bietet ab sofort an:

- Gespräche/Austausch mit älteren Menschen bei ihnen zu Hause oder im Stadtteilbüro
- Begleitung bei kleineren Spaziergängen oder zum Einkaufen.



Ortsverein  
Grübentälchen/Volkspark

*Auf ein Wort ...  
... im Carré*

*Alles gut im Grübentälchen?*

Lass uns mal reden.

Über Straßenverkehr, vierbeinige Mitbürger,

Ruhe, Sauberkeit ...

Was ist gut?

Was nervt?

Immer am ersten Freitag im Monat von

16.00—18.00 Uhr im Café Carré

Donnersbergerstr. 87, KL

*Einfach vorbeikommen!*



**Brigitte Seidler**

SPD Ortsverein Grübentälchen/Volkspark

## Landmannschaft der Deutschen aus Russland e.V.



Jeden letzten Mittwoch im Monat treffen sich BewohnerInnen des Quartiers zum **Nachbarschaftstreffen** der Landmannschaft der Deutschen aus Russland bei Kaffee, Tee und Süßem.

### Ziel der Treffen sind u. a.:

- die kreative Auseinandersetzung mit der eigenen Lebensgeschichte
- die persönlichen relevanten Ergebnisse und Ressourcen zu entdecken
- ein Zukunftsbild zu erstellen

So fand auch ein Workshop „Einführung in die Familiengeschichte“ als Teil des Angebotes zum Thema Ahnenforschung statt, der von Dr. Albert Obholz, Schriftsteller und erfahrener Familienforscher moderiert wurde.

### SPRECHSTUNDEN

jeden letzten Mittwoch im Monat  
von 11.00 - 13.00 Uhr



### Die Grünen Damen und Herren

am Westpfalz-Klinikum Kaiserslautern  
suchen Verstärkung.

### MACHEN SIE MIT!

Werden Sie Teil unserer Gemeinschaft und erleben Sie, wie erfüllend diese ehrenamtliche Tätigkeit sein kann.

Wir würden uns freuen, Sie als neue Mitarbeiterin oder neuen Mitarbeiter begrüßen zu dürfen! Wenn Sie auch dazu gehören wollen, wenden Sie sich an die:

### Einsatzleitung: Petra Schorz

Tel.: 0631 203 1875

(Krankenhaus Anrufbeantworter)

E-Mail: gruene-damen-und-herren-kl @westpfalz-klinikum.de

### Sie bringen mit:

- 3 – 4 Stunden Zeit an einem Tag in der Woche
- Einfühlungsvermögen und emotionale Stabilität
- Zuverlässigkeit und Kontaktfreude
- Verschwiegenheit und positive Ausstrahlung

### Wir bieten Ihnen:

- Fachkundige Einweisung
- Regelmäßigen Austausch bei den Sitzungen
- Fortbildungen und Basis-schulungen von der eKH.



# Christuskirche

Weitere Informationen  
und Angebote



**Traut Euch!**

#HOCHZEITSSEGENFÜRALLEFÄLLE  
Ein Angebot für alle Verheirateten  
und Unverheirateten!

**Pop-up Trauung  
in der und um die Lutherkirche  
am Messeplatz  
am 26. Oktober 2024  
zwischen 12 und 16 Uhr**

Weitere Infos telefonisch oder einfach  
QR-Code scannen:  
Zentrales Gemeindebüro: 06305-5223

**Sonntag  
mat+ anders**

**Familiengottesdienst zu Erntedank  
mit unseren beiden Kitas  
unter dem Motto:**

**„Alle guten Gaben!“**  
mit der Geschichte  
von der „Fiedelgrille  
und dem Maulwurf“  
(Janosch)

**am 6. Oktober  
um 11 Uhr  
ab ca. 12 Uhr:**  
gemeinsames Mittagessen  
Alle Speisen und Getränke sind **kostenlos**

*Der Helferkreis Kalkofen e. V. freut sich auch in diesem Jahr  
über Nudeln, Konserven und andere lange haltbare Lebensmittel.  
Die Spenden können an Erntedank zum Gottesdienst  
mitgebracht werden.*

Auf Ihr Kommen freut sich das Helferteam!



**Engagier Dich für Deine Community!**

Get engaged in your community!



**Deine Nachbarschaft!**

Your neighbourhood!



**Deine Stadt!**

Your city!



**Mitreden ■ Mitgestalten ■ Mitmachen**

Have your say

Co-create

Join in

**Wahlen zum Beirat Migration und Integration**

Elections to the Council for Migration and Integration in

**10. November 2024**

**Ob mit oder ohne Parteizugehörigkeit**

With or without a party membership



**Du lebst in Kaiserslautern? You live in Kaiserslautern?**

**Du hast einen internationalen Hintergrund?  
Oder interessierst Dich für die Themen der  
Integration? Oder Beides?**

Do you have an international background?  
Or are you interested in integration related topics? Or both?

**Dann mach Dich doch mit Deinen  
Kompetenzen stark und bestimm mit!**

Then why don't you use your skills to make a  
difference and be part of it!

**Du kannst Dich zur Wahl stellen!**

You can run for election!

**Wann gewählt wird... | When to vote...**

**Wie gewählt wird... | How to vote...**

**Was ein Beirat für Migration und Integration macht...**

What an integration committee does...



**Erfährst Du hier:  
Find out here:**



Einladung

**Fitness für Frauen**

Betreutes Fitnesstraining an Geräten.  
Auf individuelle Beschwerden und Ziele wird  
eingegangen. Das Training ist perfekt geeignet für  
Anfängerinnen!

Bitte bequeme Kleidung, Handtuch und  
Wasser mitbringen.

Die Teilnahme ist kostenfrei!  
Keine Anmeldung notwendig. Einstieg jederzeit möglich.

**Termine (freitags), jeweils 10.30 – 11.30 Uhr**

30.08. | 06.09. | 13.09. | 20.09. | 27.09. | 04.10. | 11.10. | 18.10.2024

**Ort**

Aktive Ladies FrauenfitnessStudio  
Zollamtstraße 11  
67633 Kaiserslautern  
(gegenüber Hauptbahnhof/Süd)

**Sie haben Fragen?**

Melden Sie sich gerne bei Aktive Ladies, Frau Franz (0631-361 5101 /  
kontakt@aktive-ladies.de) oder bei Ihrer Ansprechperson im Jobcenter Stadt  
Kaiserslautern.

Alle Angebote finden Sie auch unter: [www.agfrlp.de/kaiserslautern](http://www.agfrlp.de/kaiserslautern)



Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.



Kaiserslautern  
August bis  
Oktober  
2024

Foto: © Alastair W. / iStockphoto



Einladung

**Bewegung für Alle**

Gemeinsam bewegen und Spaß haben!  
Das Angebot wird von einem Physiotherapeuten  
durchgeführt.

Keine Vorkenntnisse notwendig.

Kommen Sie in bequemer Alltagskleidung.

**Die Teilnahme ist kostenfrei!**

**Alle Termine können unabhängig voneinander  
besucht werden.**

**Termine (mittwochs)**

28. August | 4. September | 11. September | 18. September | 25. September | 2. Oktober  
9. Oktober | 30. Oktober | 6. November | 13. November | 27. November | 3. Dezember  
11. Dezember | 18. Dezember 2024

**Uhrzeit**

jeweils 18.00 – 19.00 Uhr

**Ort**

Turnsaal der Kita Mobile  
Asterweg 61, 67657 Kaiserslautern

**Sie haben Fragen?**

Melden Sie sich gerne im Stadtteilbüro Grübenälchen unter 0631 680 316 90.

Alle Angebote finden Sie auch unter:  
<https://www.agfrlp.de/kaiserslautern/>



Kaiserslautern  
August bis  
Dezember 2024

# DRK-Kreisverband Kaiserslautern Stadt e.V.

DRK ganz nah



Der **Betreuungsverein**  
des DRK ist zu erreichen  
unter den Telefonnummern

**0631 80093184 und 80093141**

## Mitarbeiterinnenwechsel im DRK Betreuungsverein

Während Marina Senger und Dagmara Gruska schon seit Jahren im Betreuungsverein ihrer verantwortungsvollen Tätigkeit nachgehen, konnte jetzt Frau Marlene Ruppert neu für die Arbeit gewonnen werden. Frau Ruppert, die als Krankenschwester in der Sozialstation des DRK beschäftigt war, studierte berufsbegleitend Soziale Arbeit und arbeitet nun seit dem 01.05.24 als gesetzliche Betreuerin und Querschnittmitarbeiterin im Betreuungsverein.

Der **Betreuungsverein** ist eine kostenlose Anlaufstelle für Informationen zu **Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung** sowie **gesetzlicher Betreuung**.

„Jeder Mensch ab dem 18. Lebensjahr sollte sich frühzeitig darüber Gedanken machen, wer im Falle eines Unfalls oder einer plötzlichen Erkrankung notwendige Entscheidungen treffen und gegebenenfalls die weitere Versorgung regeln darf. Damit kann eine gesetzliche Betreuung vermieden werden“, erläutert Marlene Ruppert.

Ein weiterer wichtiger Baustein beim Betreuungsverein ist die Akquise, Ausbildung und Begleitung ehrenamtlicher Betreuer. Als vom Gericht bestellte Betreuerinnen übernimmt der DRK-Betreuungsverein zwar auch selbst die gesetzliche Betreuung von Menschen, die einen Unterstützungsbedarf haben, „ohne ehrenamtliche Mitarbeiter kommen wir jedoch auch in diesem Bereich nicht weit“, sagt Marina Senger. Der Betreuungsverein sucht deshalb Menschen, die sich engagieren wollen. Ehrenamtliche gesetzliche Betreuer\*innen erhalten eine Aufwandspauschale von jährlich 425 Euro. Je nachdem, welche Aufgaben vom Betreuungsgericht übertragen werden, unterstützt ein Betreuer Menschen, die nicht mehr alleine zurechtkommen z.B. in den Bereichen Finanzen, Wohnen, Behördenangelegenheiten oder im Bereich der Gesundheit. Das heißt, der /die Ehrenamtliche kümmert sich um Renten-, Sozialhilfeanträge träge, stellt sicher, dass die Miete oder Nebenkosten pünktlich überwiesen werden, oder redet mit dem Arzt und bespricht die weitere Therapie.

„Wir schulen die ehrenamtlichen Mitarbeiter in Kursen bei der Volkshochschule und bieten in Kooperation mit den anderen Betreuungsvereinen - AWO, Lebenshilfe und SKFM regelmäßig weitere Schulungen und Fortbildungen an“, erzählt Marlene Ruppert. Die Ehrenamtlichen werden mit ihren Aufgaben nicht alleingelassen. „Wir treffen uns regelmäßig mit den ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen zum Austausch und gegenseitigem Kennenlernen“ ergänzt Marina Senger. Alle Gespräche können auch in russischer Sprache geführt werden.



## Abschied nach mehr als 21 Jahren

Nach mehr als 21 Jahren verabschiedet sich **Martina Bürger** aus dem DRK Betreuungsverein und der Leitung der sozialen Dienste.

„Ich gehe mit einem lachenden und einem weinenden Auge“, sagt Martina Bürger. „Ich freue mich, dass der Betreuungsverein mit Marina Senger, Marlene Ruppert und Dagmara Gruska sehr gut und kompetent aufgestellt ist. Dennoch fällt mir der Abschied auch schwer. Ich habe den Betreuungsverein mit aufgebaut und die Arbeit als gesetzliche Betreuerin als sehr herausfordernd aber auch als sehr befriedigend erlebt. Durch die zahlreichen persönlichen Beratungen zu Vollmacht und Patientenverfügungen hatte ich sehr viel Kontakt zu unterschiedlichen Menschen und konnte ihnen hoffentlich ein Stück Sicherheit mit auf den Weg geben.“

Nach so vielen Jahren ist mir das DRK fast eine zweite Heimat geworden und ich arbeite sehr gern mit den geschätzten Kolleg\*innen aus den verschiedenen Bereichen zusammen. Die Gelegenheit habe ich dazu noch in einem reduzierten Stellenumfang und in einem neuen Tätigkeitsfeld.

## DRK Krankentransportservice



### KOMPETENT - SICHER - ZUVERLÄSSIG

Wir bringen Sie mit geschultem Personal sicher und zuverlässig an Ihr Ziel.

- Tragestuhlfahrten
- Liegendtransporte
- Rollstuhlfahrten

### MOBIL IN JEDER LEBENSLAGE

Mit unserem Fahrdienst möchten wir Menschen mit einer vorübergehenden oder dauerhaften Behinderung die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben erleichtern und den Alltag so angenehm wie möglich machen. Wir beraten Sie gerne, ausführlich, kostenlos und unverbindlich.

Tel: 0631 - 19 2 19  
Barbarossastraße 27,  
67655 Kaiserslautern

[www.drk-kl.de](http://www.drk-kl.de)



# Agentur für Arbeit

Karriereplanung  
und Weiterbildung!



**Bundesagentur für Arbeit**

Agentur für Arbeit  
Kaiserslautern – Pirmasens

Agentur für Arbeit Kaiserslautern-Pirmasens | Karriere- und Weiterbildung

## Beschäftigt? Erziehend? Betreuend? Aufgepasst!



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



Auch 2024 fanden im Stadtteilbüro Grübentälchen wieder regelmäßige Sprechstunden der Agentur für Arbeit Kaiserslautern-Pirmasens zu den Themen Karriereplanung und Weiterbildung statt. Das Angebot ist vielfältig und bietet beispielsweise Antworten auf folgende Fragen:

- Noch keinen Berufsabschluss! Und nun?
- Der Berufsabschluss liegt lange zurück oder Sie sind in einem anderen Bereich tätig. Wie kann es weitergehen?
- Die letzte Weiterbildung ist lange her. Wie kann man fit für den Arbeitsmarkt bleiben?
- Beruflich verändern oder aufsteigen. Wie schafft man das und welche Schritte muss man gehen?
- Nach der Elternzeit oder familiärer Pause wieder in den Beruf einsteigen. Wie kann das gelingen?

Nutzen Sie die Chancen und kommen Sie vorbei – das Beratungsteam berät Sie gerne! Individuelle Termine können jederzeit vereinbart werden:

Tel: 0631 36 41 130  
E-Mail: [Kaiserslautern-Pirmasens.Beratung@arbeitsagentur.de](mailto:Kaiserslautern-Pirmasens.Beratung@arbeitsagentur.de)

## Sprechstunden der Karriere- und Weiterbildungsberatung vor Ort:

Stadtteilbüro Grübentälchen  
Friedensstraße 118, Kaiserslautern



Weitere Informationen  
QR – Code **SCANNEN**

### Lernen Sie uns und unsere Angebote kennen!

Beruflich aufsteigen | Beruflich wieder einsteigen |  
Kenntnisse erweitern | Qualifikation nachholen |  
Beruf wechseln | Förderung von Weiterbildung

# Gemeinde und Kita St. Norbert

Weitere Informationen  
und Angebote!



## St. Martinsumzug

Begleitet von St. Martin auf dem Pferd und der  
Kolpingblaskapelle

Mit Martinsspiel zu Beginn und  
Martinsfeuer zum Abschluss

Donnerstag, 7. November  
Beginn 17 Uhr

Außengelände der Kita St. Norbert

Mennonitenstraße 13

**Herzliche Einladung an alle!**

Jedes Kind bekommt eine Martinsbrezel



**Kirche Kunterbunt**  
frech und wild  
und wundervoll  
Für Kinder von ca. 3 - 9 Jahren  
mit Begleitperson(en) & Familie

**Sonntag 17. November 2024  
um 15.00 Uhr**

**In der Christuskirche Kaiserslautern,  
Am Heiligenhäuschen 11, 67657 KL**

Kontakt:  
Pastoralreferent Andreas Braun  
Telefon 0151 148 79562  
[www.mariaschutz.de](http://www.mariaschutz.de)

**PFARREI  
MARIA SCHUTZ  
KAISERSLAUTERN**

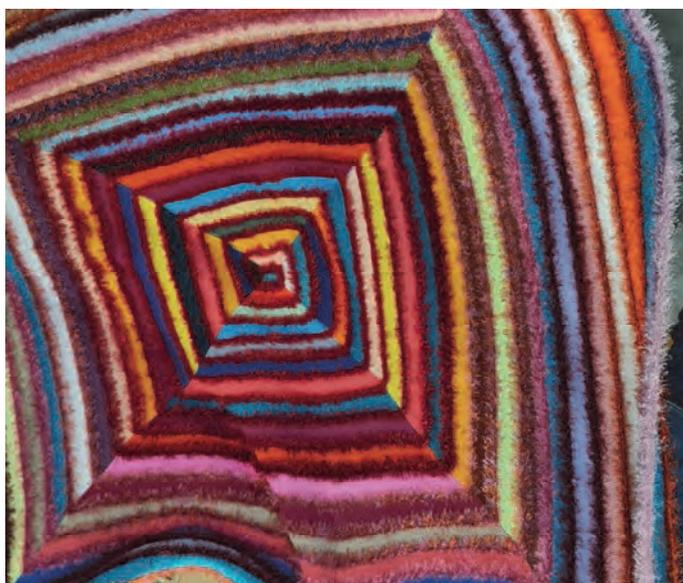
Eine Kooperation zwischen:  
Protestantische Christuskirchengemeinde  
Kaiserslautern &  
der katholischen Pfarrei Maria Schutz  
Kaiserslautern

# Handarbeitstreff

Kommen Sie vorbei!



Auch hochsommerliche Temperaturen halten unsere Damen vom Handarbeitstreff nicht vom Stricken, Häkeln und Kaffeetrinken ab...





**Freitag, 15. November 2024**

**In der Friedenskapelle**

Deutschland feiert das Vorlesen! Mit dem bundesweiten Vorlesetag soll ein öffentliches Zeichen für die Bedeutung des Vorlesens gesetzt werden.

**Programmvorschau:**

Nachmittags eine Lesung für Kinder

Abends Lesung mit der  
Schauspielerin Barbara Seeliger



**VOLKSHOCHSCHULE  
KAISERSLAUTERN**



Das Stadtteilbüro Grübertälchen dankt der Familie Bhatia von Bäckerei Café, Nordbahnstr. 8, für die regelmäßigen Backwarenspenden!

**Öffnungszeiten:**

Mo - Fr	6.15 - 12.00 Uhr
Sa	6.30 - 12.00 Uhr
So	7.30 - 12.00 Uhr



# Nils - Wohnen im Quartier

Wohnen im  
Grüentälchen

**BAUAG**  
Kaiserslautern  
wohnen · gestalten · leben

Grüentälchen  
**Nils**  
Nachbarschaftlich · inklusiv · lebensdort · selbstbestimmt

## Ferienprogramm: Trommeln für Kids



AdobeStock.com/craftykat

Auf den Trommeln werden einfache Rhythmen zu Popmusik geübt und kleine Stücke einstudiert. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich und jeder kann mitmachen, egal ob 5 oder 18 Jahre alt. Die Trommeln werden gestellt.

**Also: Lasst euch den Spaß nicht entgehen**

Bitte vorher telefonisch bei Quartiersmanagerin Frau Früauf unter **0172 – 257 94 63** anmelden. Frau Sittinger und Frau Früauf freuen sich auf euch

**Wann:** Dienstag, 15. Oktober 2024, 15.00 Uhr

**Wo:** Nils – Wohnen im Quartier“ im Grüentälchen, „Guud Stubb“ Friedenstr. 63, 67657 Kaiserslautern

## Ferienprogramm: Kochen mit Marko



Bild: AdobeStock.com/magann

In der „Guud Stubb“ bei „Nils – Wohnen im Quartier“ im Grüentälchen wird gekocht. Marko Münchschwander, Koch und Lebensmitteltechniker, wird mit Kindern ab 8 Jahren Spaghetti Bolognese kochen und danach einen leckeren Nachtisch zubereiten.

Bitte melden Sie Ihr Kind vorher telefonisch bei Quartiersmanagerin Frau Früauf unter **0172 - 257 94 63** an.

**Wann:** Mittwoch, 23.10.2024, 10.00 - 13.00 Uhr

**Wo:** Nils – Wohnen im Quartier“ im Grüentälchen, „Guud Stubb“ Friedenstr. 63, 67657 Kaiserslautern

## Hundebesuch in der „Guud Stubb



Bild: Hündin „Frieda“ mit Karin Wachter

Im Oktober 2024 besucht uns die ausgebildete Besuchshündin „Frieda“ mit ihrem Frauchen Karin Wachter wieder in der „Guud Stubb“.

Bitte melden Sie sich vorher telefonisch bei Quartiersmanagerin Frau Früauf unter **0172 - 257 94 63** an.

**Wann:** 21. Oktober 2024 um 15 Uhr

**Wo:** „Guud Stubb“ bei „Nils – Wohnen im Quartier“ im Grübentälchen, Friedenstr. 63, 67657 Kaiserslautern

## Info-Nachmittag: „Vorsicht Betrug: von Schockanrufen und Co.“



Bild: AdobeStock.com/Patricia

Straftaten zum Nachteil älterer Menschen, wie der Enkeltrick oder Schockanrufe, sind ein weit verbreitetes Problem. Deshalb ist es wichtig, Aufmerksamkeit dafür herzustellen: Seniorinnen und Senioren (aber auch alle anderen) müssen wissen, welche Betrugsmaschen es gibt und wie sie sich schützen können.

Herr Baumann informiert über die Maschen der Betrüger und gibt Tipps wie man sich davor schützen kann.

Bitte melden Sie sich vorher telefonisch bei Quartiersmanagerin Frau Früauf unter **0172 - 257 94 63** an.

**Wann:** Dienstag, 29. Oktober 2024 um 15.00 Uhr

**Wo:** Nils – Wohnen im Quartier“ im Grübentälchen, „Guud Stubb“ Friedenstr. 63, 67657 Kaiserslautern

## Einladung zum Kaffee-Kuchen-Kino



Bild: AdobeStock.com/magann

Erst eine schöne Tasse Kaffee und ein leckeres Stück selbstgebackenen Kuchen ... und dann die wunderschöne Komödie „Wir sind die Neuen“ gemeinsam genießen, das gibt es neu in der „Guud Stubb“.

Bitte melden Sie sich vorher telefonisch bei Quartiersmanagerin Frau Früauf unter **0631 36 40 - 119** an.

**Wann:** Donnerstag, 17.10.2024 um 14.30 Uhr  
Kaffee u. Kuchen und ab 16.00 Uhr der Film

**Wo:** „Nils – Wohnen im Quartier“ im Grübentälchen, „Guud Stubb“ Friedenstr. 63, 67657 Kaiserslautern

# Nils - Wohnen im Quartier

Datum	Wochentag	Uhrzeit	Veranstaltung
02.10.2024	Mittwoch	12.00 Uhr	Mittagstisch: Ditfe kocht dufte
02.10.2024	Mittwoch	15.00 Uhr	Boule
03.10.2024	Donnerstag		Tag der Deutschen Einheit - Feiertag
04.10.2024	Freitag	14.00 Uhr	Gangsicherheitstraining
07.10.2024	Montag	12.00 Uhr	Mittagstisch: Ditfe kocht dufte
07.10.2024	Montag	16.00 Uhr	Spiel und Spaß am Nachmittag
08.10.2024	Dienstag	14.00 Uhr	Singen kennt keine Grenzen (in Kooperation mit Netzwerk Demenz)
08.10.2024	Dienstag	18.00 Uhr	TREE – Selbsthilfegruppe (psychische Gesundheit)
09.10.2024	Mittwoch	12.00 Uhr	Mittagstisch: Uschi kocht vegetarisch
09.10.2024	Mittwoch	15.00 Uhr	Boule
11.10.2024	Freitag	14.00 Uhr	Gangsicherheitstraining
11.10.2024	Freitag	16.30 Uhr	Hilfe im Umgang mit Handy, Tablet & Co.
12.10.2024	Samstag	14.00 Uhr	Kids Kino
14.10.2024	Montag	12.00 Uhr	Mittagstisch: Ditfe kocht dufte
14.10.2024	Montag	17.30 Uhr	Spieleabend: Jakkolo
15.10.2024	Dienstag	09.30 Uhr	Mitbringfrühstück
15.10.2024	Dienstag	15.00 Uhr	Ferienprogramm: „Boom, Boom, Tschak“ - Trommeln für Kids
16.10.2024	Mittwoch	12.00 Uhr	Mittagstisch: Ditfe kocht dufte
16.10.2024	Mittwoch	15.00 Uhr	Boule
16.10.2024	Mittwoch	15.00 Uhr	Programmbesprechung November
17.10.2024	Donnerstag	14.30 / 16.00 Uhr	Kaffee-Kuchen-Kino mit dem Film „Wir sind die Neuen“
18.10.2024	Freitag	14.00 Uhr	Gangsicherheitstraining
18.10.2024	Freitag	17.30 Uhr	Stammtisch (Besprechung von Themen, die die Gemeinschaft betreffen)
18.10.2024	Freitag	18.30 Uhr	Stammtisch (gemütliches Beisammensein)
21.10.2024	Montag	15.00 Uhr	Hundebesuch von Frieda (mit Karin)
22.10.2024	Dienstag	12.00 Uhr	Mittagstisch: Margot kocht prima (hausgemachte Pizza)
22.10.2024	Dienstag	15.00 Uhr	Basteln mit Iris
22.10.2024	Dienstag	18.00 Uhr	TREE – Selbsthilfegruppe (psychische Gesundheit)
23.10.2024	Mittwoch	10.00 Uhr	Ferienprogramm: Kochen für Kids mit Marko (Spaghetti Bolognese mit leckerem Nachtisch)
23.10.2024	Mittwoch	15.00 Uhr	Boule
24.10.2024	Donnerstag	18.00 Uhr	Spanischer Abend: Hausgemachte Paella mit Ralfonso
25.10.2024	Freitag	14.00 Uhr	Gangsicherheitstraining
25.10.2024	Freitag	16.30 Uhr	Hilfe im Umgang mit Handy, Tablet & Co.
26.10.2024	Samstag	09.30 Uhr	Frühstück
28.10.2024	Montag	12.00 Uhr	Mittagstisch: Ditfe kocht dufte
28.10.2024	Montag	17.30 Uhr	Spielabend: Jakkolo
29.10.2024	Dienstag	15.00 Uhr	Info-Nachmittag: „Vorsicht Betrug: von Schockanrufen und Co.“
30.10.2024	Mittwoch	12.00 Uhr	Mittagstisch: Ditfe kocht dufte
30.10.2024	Mittwoch	15.00 Uhr	Boule
31.10.2024	Donnerstag	16.00 Uhr	Vegetarischer Kochkurs mit Uschi

Bitte tragen Sie sich bei den markierten Veranstaltungen spätestens 3 Tage vorher in die Liste ein oder melden Sie sich telefonisch bei Fr. Früauf 0631 - 3640 119 an.

# Arbeits- und sozialpädagogisches Zentrum (ASZ)

## Unterstützung im Asterweg und Geranienweg



## Sozialberatung im Bürgerbüro:

Im Bürgerbüro bieten wir umfassende Sozialberatung für die Bewohnerinnen und Bewohner des Asterwegs und Geranienwegs an. Unser Ziel ist es, Menschen in schwierigen Lebenslagen zu unterstützen und ihnen den Zugang zu wichtigen Hilfsangeboten zu erleichtern.

Als Mitarbeiter des Arbeits- und sozialpädagogischen Zentrums (ASZ) stehen wir Ihnen mit Rat und Tat zur Seite. In unserer Sozialberatung bieten wir vielfältige Hilfestellungen an: Wir helfen Ihnen beim Ausfüllen von

Anträgen, unterstützen Sie bei der Wohnungssuche, klären Fragen zu sozialen Leistungen und vermitteln bei Bedarf an Fachpersonal, wenn es um rechtliche oder finanzielle Angelegenheiten geht.

Unser Angebot richtet sich an alle, die Unterstützung benötigen – sei es bei der Beantragung von Sozialleistungen, der Klärung von Mietfragen oder der Suche nach weiteren Beratungs- und Hilfsangeboten. Gemeinsam mit Ihnen erarbeiten wir individuelle Lösungen und zeigen Ihnen Wege auf, wie Sie Ihre Situation verbessern können.

Besonders stolz sind wir darauf, dass

unser Bürgerbüro ein offener Anlaufpunkt für alle ist. Hier können Sie sich ohne Voranmeldung beraten lassen, ganz gleich, mit welchem Anliegen Sie zu uns kommen. Unsere Beratung ist vertraulich, kostenlos und stets darauf ausgerichtet, Ihnen weiterzuhelfen.

Wir freuen uns darauf, Sie in unserem Bürgerbüro begrüßen zu dürfen. Gerne können Sie nach telefonischer Absprache einen Termin mit uns vereinbaren oder während der

Öffnungszeiten einfach bei uns im Büro vorbeischaun. Bei Fragen oder Anliegen stehen wir Ihnen jederzeit zur Verfügung.

### KONTAKT: Bürgerbüro Asterweg/ Geranienweg

Hannah Schumacher  
Sebastian Vollmer

**Träger:** Arbeits- und  
sozialpädagogisches  
Zentrum (ASZ)

**E-Mail:**  
sebastian.vollmer@  
asz-kl.de  
hannah.schumacher@  
asz-kl.de

**Telefonnummer:**  
01773355280

# AWO - Seniorenhaus

Öffentliche Veranstaltungen  
Juli - Dezember 2024



## Oktoberfest im „Alex Müller“



Bild: AdobeStock.com/Bauer Alex

### Montag, 14. Oktober 2024

auch mit Weißwürsten Brezeln und Bier  
zum Mittagessen ab **14.30 Uhr**  
Live-Musik mit **Entertainer Horst Niski**

### Flohmarkt „Bares für Rares“

10.00 – 16.00 Uhr  
Wertvolles, Nützliches, Seltenes, Lustiges,  
Nostalgisches, Interessantes

### „Lassen sie Ihre Schätzchen schätzen“

10.00 – 16.00 Uhr  
Herr Remus Steinbach vom Kunst- und Schmuckhaus  
KL steht für eine kostenlose Schätzung Ihrer Kostbar-  
keiten und Schmuckstücke zur Verfügung – auch für  
Ankauf .

***Wir freuen uns auf Sie !!!***



## Präventionskurs: Yoga auf dem Stuhl



Bild: AdobeStock.com/sailorsoul33

Liebe Angehörige, liebe Interessierte,  
gerne möchten wir Sie auf ein Entspannungs-  
und Bewegungsangebot in unserem  
AWO Seniorenhaus „Alex Müller“,  
Donnersbergstraße 84 in Kaiserslautern  
aufmerksam machen:

### Hatha-Yoga auf dem Stuhl

Der Kurs beginnt am  
**24. Oktober 2024**

und findet an **8 Donnerstagen**  
von **16.00 – 17.00 Uhr**  
im **Aufenthaltsraum im Erdgeschoss / Nord** statt.

Das Angebot richtet sich vorwiegend an Menschen,  
die in ihrer Bewegungsfreiheit etwas eingeschränkt  
sind und trotzdem für ihre Gesundheit  
und ihr Wohlbefinden etwas tun wollen.



# Siedler und Eigenheimer

Es gibt immer etwas zu feiern...

## Die speziellen Yoga-Übungen auf dem Stuhl können

- für eine erhöhte Beweglichkeit sorgen
- die Durchblutung aller Zellen verbessern
- das Gehirn vermehrt mit Sauerstoff versorgen
  - den Stoffwechsel anregen
  - entspannen und viel Freude bereiten

Angeboten wird der Kurs von der ausgebildeten  
**Yogalehrerin Christine Rheinfrank aus Hochspeyer**  
(Website: [www.yoga-rheinfrank.de](http://www.yoga-rheinfrank.de)).  
Sie steht für Rückfragen vorab zur Verfügung unter  
Tel.: 0157 / 72016195.

Zunächst treten die Kursteilnehmer/innen in  
Vorkasse (bitte Gebühr am 1. Kurstag  
bei Frau Rheinfrank bezahlen):  
**8 x 60 Minuten Kurs = 80 Euro**

Nach Absolvierung des Kurses erhält  
man eine Teilnahme-Bestätigung.  
Diese reicht man bei seiner Krankenkasse  
zwecks Kostenerstattung ein.

Im Rahmen der Prävention sind diese Kurse  
für Teilnehmende ab 50 Jahren  
bis zu 100 % erstattungsfähig.  
**Kurs-ID: KU-ST-17TMFL**

Wir hoffen, mit diesem Kursangebot Ihr Interesse  
geweckt zu haben und wünschen Ihnen Entspan-  
nung und viel Spaß!!!

**Anmeldung im AWO-Seniorenhaus**  
unter Telefon: 0631 / 41530  
(begrenzte Teilnehmerzahl)



## z. B. Flammkuchenessen

Am 07. Juni 24 trafen sich die Siedler und ihre Gäste  
zum jährlichen Flammkuchenessen. Angeboten wurden  
drei Varianten: herzhaft - vegan – süß. Nach und nach  
füllten sich die Begegnungsstätte und das angrenzende  
Zelt.

Tischweise wurden die Bestellungen aufgenommen und  
an die Küche weitergeleitet. Dort belegte man die Böden  
frisch nach Wunsch. Dann ging es zum Ofen. Bei kühlen  
Getränken fiel das Warten leicht. Nachdem die Hälfte  
aufgegessen war, bestellten etliche noch einen zweiten  
Flammkuchen. Die Teller wurden leer.

*Heiß - schmackhaft - toll - ein dickes Lob an das Küchen-  
team. Danke an unsere Gäste!*



# Siedler und Eigenheimer

Es gibt immer etwas zu feiern...



Stadtteilbüro Grübentälchen überreichen. Hierfür kamen von der Organisation Slow Food Frau Eva Estomell und vom Stadtteilbüro Grübentälchen Herr Ali Ebrahimi und Frau Monika Dahms in Vertretung für Frau Ute Rottler. Die Spende dient der Realisierung des Projekts "Mobiler Backofen im Quartier", das von der Organisation Slow Food initiiert wurde und stammt aus den Einnahmen des Kuchenverkaufs beim Kommunalwahl-Sonntag Anfang Juli dieses Jahres.

Gute Musik - kalte Getränke - Laune bestens - gestärkt - Wetter passt. Es wurde getanzt, keiner wollte nach Hause. Abwechslung brachten die Line Dancer aus Landstuhl. Angie's Schnaps-Rollator trug auch dazu bei, die Stimmung zu halten. Rundum ein gelungenes Sommerfest.

*Text: C. Polyxena*

## Das Sommerfest

Am 20.07.2024 luden die Siedler und Eigenheimer „Im Grübentälchen“ zu ihrem Sommerfest, gleichzeitig feierten sie ihr 88-jähriges Jubiläum.

Beginn sollte um 17 Uhr sein, aber die ersten hatten schon früher ihre Plätze eingenommen. Bei strahlendem Wetter füllten sich die schön gedeckten Tische. Im Küchenzelt war vieles schon gerichtet. Die Pfannen wurden angeheizt. Eine reichhaltige Speisekarte bot für jeden etwas: Gyros, Champignons, Würstchen und Salate. Die Essensausgabe - belagert. Nach und nach wurde das Angebot etwas kleiner. Aber auch die letzten Hungrigen wurden fündig.

Um 18 Uhr eröffnete der 1. Vorsitzende Michael Illig die Veranstaltung offiziell. Er begrüßte den Ehrenvorsitzenden Heinz Steiner, den Landtagsabgeordneten Andreas Rahm, die Stadträtin Silke Wiedmann, die Vorsitzende des Helferkreises Kalkofen Brigitte Seidler, den Tanzsportverein Sickingen-Landstuhl, die Stadtgarde, die Karnevalsgesellschaft "Narrensänger" sowie die Siedlergemeinschaften Lothringer Dell e.V., Engelshof und Belzappel. Die grosse Zahl der Gäste wurde auch herzlich begrüßt.

Mit großer Freude durfte Michael Illig dann einen Spendenscheck in Höhe von 500 € an das DRK bzw. das

Das Stadtteilbüro Grübentälchen bedankt sich auch im Namen von Slow Food Pfälzerwald bei den Siedlern & Eigenheimern „Im Grübentälchen“ e. V. für die großzügige Spende.

Ute Rottler

# Demokratie – Akzeptanz – Vielfalt

Das Kunstprojekt  
von Thomas Brenner



Bild: Elmer Geissler

Das Kunstprojekt von  
Thomas Brenner zu Gast  
im Museum Pfalzgalerie  
Kaiserslautern  
10.8. - 15.9.2024

Die Wahlen in Europa haben es gezeigt: Immer mehr Demokratieverächter werden demokratisch gewählt. Sie machen sich in den Parlamenten daran, die Grundpfeiler demokratischer Staatsgebilde auszuhöheln.

Damit wir alle weiterhin eine Wahl haben, setzt sich diese Plakatkampagne für den Erhalt und die Stärkung der Demokratie ein. Menschen

lassen sich dafür an den verschiedensten Orten vor weißem Hintergrund ablichten und geben sich als

„Demokratieverteidiger“,  
„Demokratiefans“,  
„Demokratieapologeten“ oder  
„Demokratieliebhaber“

zu erkennen. Ein Wort genügt, um ihre Haltung klar zum Ausdruck zu bringen.

# Die Pfotenhilfe Kaiserslautern

Die TierTafel für Kaiserslautern  
und Umgebung

**Pfotenhilfe**   
KAISERSLAUTERN e.V.



**Pfotenhilfe Kaiserslautern**  
Am Heiligenhäuschen 3  
67657 Kaiserslautern  
[www.pfotenhilfekaiserslautern.de](http://www.pfotenhilfekaiserslautern.de)

#### Öffnungszeiten:

Jeden 2. und 4. Donnerstag  
im Monat, jeweils von  
15.00 Uhr bis 17.00 Uhr

#### Facebook

@ Pfotenhilfe e.V. Kaiserslautern

#### Instagram

@kaiserslautempfotenhilfe

Die Pfotenhilfe Kaiserslautern e.V. ist ein gemeinnütziger Verein in Form einer Tafel für Tiere, welcher Menschen in finanzieller Not unterstützt ihre Haustiere gesund und artgerecht halten können. Der Verein wurde im Mai 2014 gegründet und konnte in diesem Jahr sein 10-

jähriges Jubiläum feiern! Hauptziel ist es, durch Unterstützung, Aufklärung und Beratung eine schlechte Haltung zu verhindern und somit die Abgabe von Tieren ins Tierheim oder das Aussetzen zu vermeiden.

Haustiere sind besonders für Senioren und Menschen aus sozial schwachen Umfeldern eine wichtige Brücke zur Gesellschaft. Trotz der Bedeutung von Haustieren wird ihre Haltung bei der Bemessung von Sozialleistungen nicht berücksichtigt, was viele Halter in schwierige Situationen bringt. Hier setzt die Pfotenhilfe Kaiserslautern an, indem sie Futter- und Sachspenden kostenlos an Bedürftige weitergibt. Diese Spenden werden von Tierfreunden bereitgestellt.

Der Verein hat klare Regeln für die Unterstützung: Bedürftigkeit muss nachgewiesen werden (z.B. durch einen Bürgergeld Bescheid oder

Rentennachweis), und die Tiere müssen regelmäßig vorgestellt werden, um ihren Gesundheitszustand zu überprüfen. Obdachlose benötigen keine Bescheinigung.

Wichtig ist, dass die Pfotenhilfe nicht die vollständige Verantwortung für die Tiere übernimmt, sondern gezielte Hilfe leistet, wie z.B. durch Futterspenden für etwa vier Tage pro Woche. Finanzielle Unterstützung für Tierarztkosten kann der Verein jedoch nicht bieten. Zudem dürfen Bedürftige, die Unterstützung erhalten, sich keine weiteren Tiere anschaffen.

Die Pfotenhilfe Kaiserslautern arbeitet mit regionalen Tierschutzvereinen, dem Veterinäramt, Hundetrainern, Tierärzten und Tiertherapeuten zusammen, um eine umfassende Unterstützung zu gewährleisten.

**Steve Seguin Clavell**

# Bowling Verein Kaiserslautern

Der BVK - Wir leben Inklusion



## Bowlingsport mit und ohne Behinderung

**Carpe Diem:  
Donnerstag ist Bowlingtag**

Seit März 2013 spielen im Bowlingverein Kaiserslautern behinderte Menschen in einer festen Trainingsgruppe namens „Carpe Diem“ Bowling.

Unter der einfühlsamen Anleitung der Betreuer des BVK ist der Donnerstag ein Termin, der im Leben der Gruppe zu etwas ganz Wichtigem und fester Bestandteil der Woche wurde. Seit über zehn Jahren sind die Spieler/innen vollends in das Turnierspiel integriert. Besonderen Anklang finden die BVK-Turniere an Weihnachten und Ostern sowie die Abschlussturniere der Ligasaison mit anschließendem Grillfest.

Im Juni 2024 fand das Event in Verbindung mit der jährlichen Mitgliederversammlung in der Begegnungsstätte der „Siedler & Eigenheimer“ im Grubentälchen statt. Michael Illig, 1. Vorsitzender der „Siedler und Eigenheimer“ und langjähriges BVK-Mitglied, bewies sich zum dritten Mal als hervorragender Grillmeister.

Mit einer Vielzahl an hervorragend schmeckenden Salaten und frischen Brötchen als Spende der Vereinsmitglieder konnten die Teller und die Bäuche gefüllt werden.

An dieser Stelle möchten wir uns bei Michael Illig, seiner Frau Angie und dem Gastroteam für den tollen Service herzlich bedanken!

*Bis nächstes Jahr - wir kommen sehr gerne wieder! Claudia Rieß*



Am **03.10.** findet in der Planet Bowling die Jubiläumsveranstaltung **11 Jahre „Carpe Diem“** statt und alle sind herzlich dazu eingeladen. Alle Infos über gelebte Inklusion, den BVK und Wissenswertes rund um den Bowlingsport finden Sie unter [www.bvkaiserslautern.de](http://www.bvkaiserslautern.de).



## Was ist Inklusion?

Inklusion beschreibt die Gleichwertigkeit eines Individuums, ohne dass dabei Normalität vorausgesetzt wird. Normal ist vielmehr die Vielfalt, das Vorhandensein von Unterschieden.

Für die einzelne Person besteht kein Zwang mehr, nicht erreichbare Normen zu erfüllen.

# Prot. Kindertagesstätte Sonnenland

## Kinder reisen in fünf Stunden durch zehn Länder

Unter dem Motto „Wir reisen um die Welt“ initiierte die Protestantische Kindertagesstätte Sonnenland kürzlich ihr Sommerfest, stellte hierbei viele Länder vor. Es wurden internationale Musik geboten, landestypische Speisen angereicht und natürlich durften auch verschiedene Aktionsspiele und ein abwechslungsreiches Programm der Kinder auf der Bühne nicht fehlen.

Das Lied „194 Länder“ von Mark Forster klingt aus der Musikbox, Kinder schwenken Flaggen der verschiedensten Länder, laufen zur Bühne, während ihre Eltern begeistert mitsingen und mitklatschen – der Auftakt zum diesjährigen Sommerfest der Kita Sonnenland. Dies steht ganz im Zeichen von verschiedenen Ländern und Kulturen, denn die Einrichtung besuchen Kinder aus etwa zehn Ländern. Und einige davon lernen die zahlreichen Besucher – darunter Eltern und Großeltern der Kita-Kinder - im Verlauf der Feier kennen.

Zum bunten Programm, das die Erzieherinnen gemeinsam mit den Kindern auf die Beine gestellt haben, gehören verschiedene Aufführungen der Kinder auf der Bühne im Hof der Einrichtung. Dabei werden einige Länder vorgestellt, aus denen die Mädchen und Jungen der Kita kommen.

Etwa das Land Marokko, das beim Kindergartenklassiker „Aram sam sam“ präsentiert wird. Jenes musikalische Stück ist ein altes Volkslied, zu dem die Mädchen und Jungen Bewegungen einstudiert haben. Für viel Charme sorgen die Kinder beim Lied „Zwei kleine Italiener“, bei dem zwei Jungen – mit Fliege und schickem Anzug gekleidet – Rosen an die anderen Kinder verteilen. Beim „Macarena“-Tanz, diesmal mit italienischem Text, zeigen die Kinder, was sie choreografisch draufhaben, punkten mit ihren gut sitzenden Tanzschritten. Die Kleinsten der Kita hingegen glänzen mit ihrem russischen Matroschka-Tanz. Für nicht weniger Begeisterung sorgen die Kinder mit ihrem Auftritt zum deutschen Partyklassiker „An der Nord-

seeküste“, bei dem sie – in maritime Kostüme gehüllt – schunkeln und singen. Selbstverständlich darf auch ein Besuch am Betzenberg nicht fehlen: In schicken Trikots des Fußballvereins 1.FC Kaiserslautern singen die Mädchen und Jungen „Wir sind die Teufelsbande vom FCK.“

Nicht weniger schick wird es, als das Publikum Opernklänge, etwa von Luciano Pavarotti, zu hören bekommt und die Kinder wie beim Playback die Lippen dazu bewegen, große Mikrofone vor sich haben – es wirkt fast, als würden sie selbst wie die Profis singen. Gleich mehrere Länder werden beim Lied „Wir fliegen um die Welt“ von Volker Rosin bereist. Auf der Bühne tanzen sich die Kinder unter anderen durch Russland, Österreich und Japan.

**Am Ende erhalten die jungen Darsteller tosenden Applaus für all ihre abwechslungsreichen Darbietungen.**

Zwischen den einzelnen Auftritten sorgt der „Tourbus“ für gute Stimmung – die Kinder haben einen solchen aus Karton hergestellt, bemalt und mit bunten Aufklebern versehen. Am Bus sind Schlaufen angebracht, welche die Kinder festhalten, in den Karton klettern und sich so mit dem Bus hin- und her bewegen können. Mehrere der Mädchen und Jungen finden im Fahrzeug Platz und laufen mit diesem durch das Publikum. „Kommt alle mit, wir fahren um die Welt“, singen die Kinder hierbei begeistert und ihre Eltern klatschen mit.

Damit die Eltern auch wissen, welches Land die jungen Darsteller vorstellen, wird vor jedem Auftritt gesagt, wohin die Reise geht. Doch nicht nur musikalisch, auch kulina-



risch werden die einzelnen Länder präsentiert: Die Eltern haben landestypische Speisen mitgebracht und somit ein riesiges, reichhaltiges Buffet organisiert, so dass die Kulturen auch geschmacklich getestet werden dürfen. Ergänzt wird das Ganze mit dem Verkauf von Würstchen und Eis.

Und natürlich sollen auch Aktionsspiele für die jungen Gäste nicht fehlen. Neben den Klassikern Dosenwerfen und Entenangeln, die bei den Kindern sehr gut ankommen, dürfen sie auch Ketten und Armbändern herstellen. Ausgeschnittene Herzen und Sonnen dienen als Vorlage, darunter werden Münzen verschiedener Länder gelegt und mit Wachsmalstiften abgepaust.

Besonders beliebt ist auch die Schatzsuche: Im Sandkasten haben die Erzieherinnen große Knöpfe eingegraben, welche die Kinder suchen dürfen – ein Riesenspaß für die Kleinen. Richtig viel Spaß haben dann alle auch noch einmal zum Abschluss: Die Kinder tanzen auf der Bühne zum Lied „Ein Hoch auf uns“ von Andreas Bourani und die Zuschauer singen mit.

**Tim Kaufmann**



# mobiler Backofen im Grübentälchen

Juhu!  
Wir haben es geschafft!



Bild: Oliver Decker

## Wir werden unseren mobilen Brotbackofen fürs Grübentälchen bekommen!

Dank Claus Linde und Thomas Brenner von Slow Food Pfälzerwald, die die Idee dazu hatten, den Spenden der Siedler & Eigenheimer, Diakonie Pfalz, Bau AG, Europe direct und Ihnen liebe BesucherInnen unseres Flohmarktes sowie dem Verfügungsfonds-Gremium, das die Entscheidung hierüber getroffen hat und nicht zuletzt dank der Fördergelder aus dem Verfügungsfonds im Programm „Sozialer Zusammenhalt“ der Stadt Kaiserslautern für das Gebiet Kaiserslautern Ost. Wie kam es dazu?

### Die Idee:

Der internationale Verein „Slow Food“ (SF) beschäftigt sich mit unseren Nahrungsmitteln in Bezug auf Erzeugung, Genuss und Nachhaltigkeit (gut-sauber-fair). Die regionale Gruppe im Pfälzerwald möchte verstärkt Kinder und Jugendliche für gute, wohlschmeckende Lebensmittel begeistern und auch den **kommunikativen Charakter des gemeinsamen Kochens und Essens fördern**.

Durch Anregungen zweier Kitas im Grübentälchen entstand die Idee, gemeinsam Brot zu backen und hierfür einen klassischen Brotbackofen zu nutzen. Den Schülern von Kitas und Grundschule kann man durch das Zubereiten der Teige einen Bezug zum Lebensmittel „Brot“ geben, das Backen erfolgt in einer Gruppe, incl. des gemeinsamen Essens.

Die Idee des gemeinsamen Brotbackens gab es früher mit den „**Backhäuschen**“ in nahezu jedem Dorf. Diese gemeinschaftliche Idee soll ebenfalls gefördert werden, indem alle BewohnerInnen jeglicher Nationalität eingeladen werden, zu festgelegten Terminen ihre zu backenden Teige/Rohlinge mitzubringen. Da jede Kultur andere Backwaren genießt, findet hier zugleich auch ein **interkultureller Austausch** statt.

Gezielt sollen auch die unterschiedlichen Temperaturstufen bei einem Backvorgang genutzt werden, um zunächst die hohen Temperaturen zu nutzen, um diverse Brote, Fladen, Kuchen zu backen und im Anschluss die Restwärme auch für das Bereiten von Gemüse und/oder anderen Gerichten zu nutzen; d. h. auch das Thema **nachhaltige Ressourcennutzung** findet im Projekt Berücksichtigung.

So wird nicht nur ein **Bezug zu dem Grundnahrungsmittel** geschaffen und **Geschmackbildung** erlebbar gemacht; es werden zugleich **verschiedene Kulturen und Menschen** unterschiedlichen Alters und Status durch das gemeinsame Backen und Kochen **zusammengebracht** und das **Gemeinwesen im Quartier** gefördert.

### Die Umsetzung:

Pfarrerin Katherina Westrich und Thomas Brenner nahmen mit uns Kontakt auf und beim Stadtteilgespräch am 30.01.24 hat Thomas

Brenner dann die Idee eines mobilen Brotbackofens vorgestellt. Einige Teilnehmende zeigten sich sofort begeistert und trafen sich regelmäßig im Stadtteilbüro, um die Idee in die Tat umzusetzen.

Von Ofen Schwab aus der Mainzer Straße wurde ein kleinerer Backofen mit Anhänger angemietet, um die Resonanz zu testen. Claus Linde, gelernter Bäcker, hat dann bei mehreren Veranstaltungen im Quartier wie Ostermontag in der Christuskirche, Tag des Backens in der Friedenskapelle und bei unserem Quartiersflohmarkt Teige zubereitet und Osterlämmer, Pide und Dinnete gebacken zur Freude und großen Nachfrage aller Anwesenden. Damit war allen klar, das Projekt wird angenommen. Aber wie sollte es finanziert werden?

### Die Finanzierung

Glücklicherweise wurde in diesem Jahr zum ersten Mal der Verfügungsfonds im Rahmen unserer Förderkulisse aufgelegt: Das Gebiet Kaiserslautern Ost ist seit 2017 Teil des Städtebauförderprogramms „Sozialer Zusammenhalt“, das aus Bundes- und Landesmitteln Förderungen für verschiedene Projekte ermöglicht.

Der Verfügungsfonds dient der Finanzierung von Maßnahmen, die durch bürgerschaftliches Engagement zielgerichtete Effekte im Fördergebiet erzielen. Er richtet sich an private AkteurInnen, Vereine und Institutionen und beträgt 5.000 €

Am Montag, den 08.07.2024, kam das Gremium Verfügungsfonds im Gebiet Kaiserslautern-Ost zu seiner ersten Sitzung zusammen. Nachdem die AkteurInnen aus dem Gebiet sich eine Geschäftsordnung gegeben haben, riefen sie zum Einreichen von Projektideen in einer Pressemitteilung

auf. Da alle Projektanträge von der Stadtverwaltung vorab auf ihre Förderfähigkeit geprüft werden müssen, wurde um eine Abgabe des Projektantrages bis zum 08.08.2024 gebeten.

Mit Mail vom 14.08.24 teilte die Stadtverwaltung mit, daß nur ein Antrag für den Verfügungsfonds KL-Ost eingegangen sei, nämlich der Antrag von Slowfood für einen mobilen Brotbackofen. Des Weiteren, daß sie den Antrag gem. § 6 der Richtlinie der Stadt Kaiserslautern für die Gewährung von Fördergeldern aus dem Verfügungsfonds im Programm „Sozialer Zusammenhalt“ für das Gebiet Kaiserslautern Ost geprüft habe und er der Richtlinie zum Verfügungsfonds entspreche, das Projekt grundsätzlich förderfähig sei und auch Haushaltsmittel vorhanden seien. Das Verfügungsfonds-Gremium könne über den Antrag beraten. Bei positiver Entscheidung erfolge dann noch eine offizielle Bewilligung.

Das Verfügungsfonds-Gremium hat dann in seiner Sitzung am 15.08.24 über den Antrag beraten und nach Abklärung der Finanzierung - die Anschaffungskosten gehen über den Förderbetrag von 5.000 € hinaus; der Rest wird über Spenden abgedeckt - einstimmig angenommen.

*Ute Rottler*

**Geplanter erster Einsatz des Backofens wird auf dem Stadtteilfest am 22. September sein.**

Ansonsten sind Sie, liebe BewohnerInnen, aufgerufen, Ideen für Einsatzmöglichkeiten unseres Backofens einzubringen.

Die Organisation wird beim Stadtteilbüro verortet sein.

# Das Kunstprojekt Friedhof 2.0/3.0

Fortführung unserer Artikelreihe  
zum Thema „Weltreligionen“

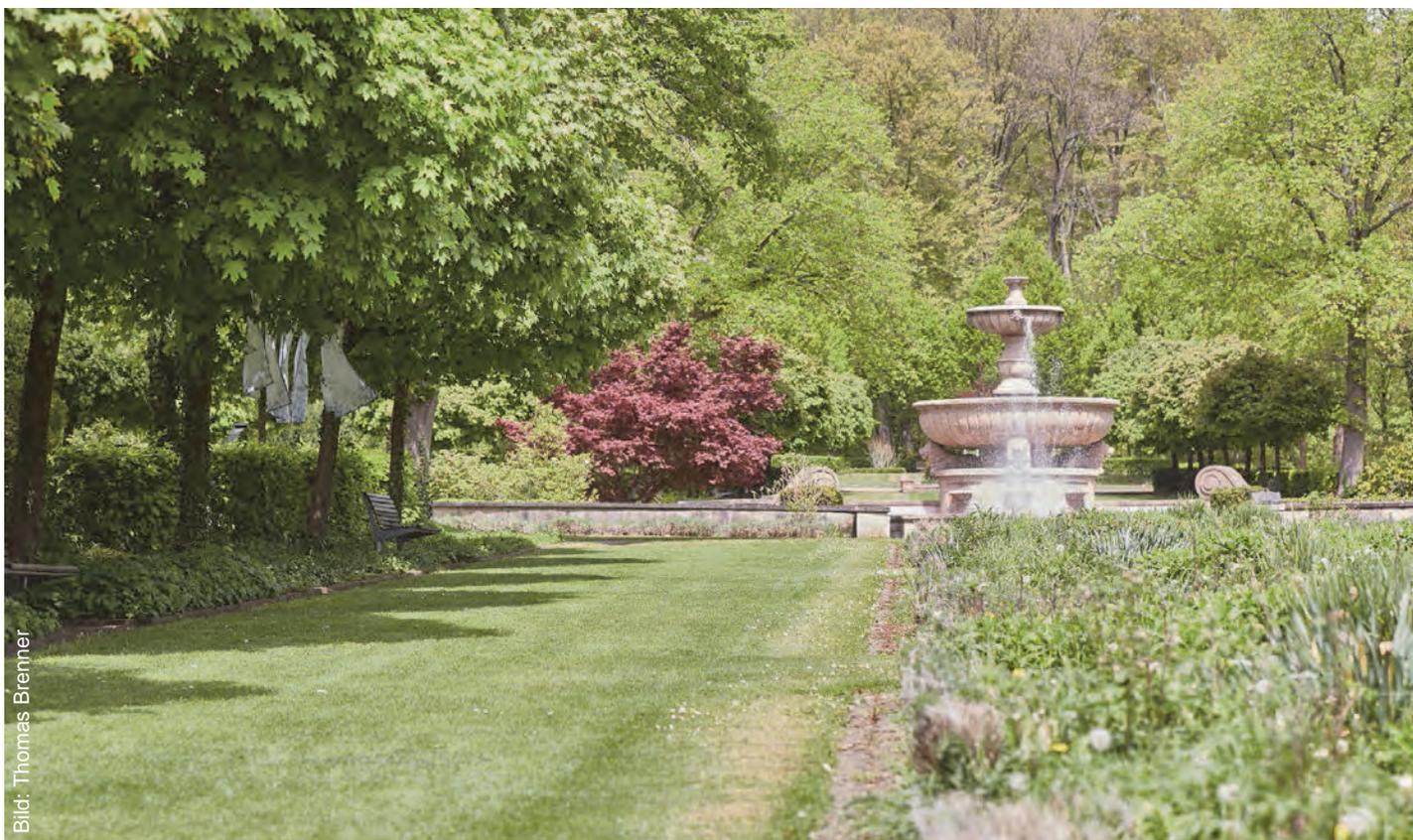


Bild: Thomas Brenner

## Diskurs 5:

*Von Samsara, Nirvana und mehr...: Jenseitsvorstellungen und Bestattungspraktiken im Buddhismus*

Bevor wir etwas über den Buddhismus erfahren, stellt uns Thomas Brenner nach der Begrüßung das Programm der nächsten Veranstaltungen vor. Religion - Musik - Vorträge - für jeden etwas dabei. Heute hören wir die Religionswissenschaftlerin Frau Dr. Céline Grünhagen. Sie wurde gebeten, nicht so lange zu sprechen. Von ihr aus könnte der Vortrag auch 2 Stunden dauern, soviel gibt es zu erzählen.

Buddha starb 400 vor unserer Zeitrechnung. Seine Lehren sind in Indien, Laos und China verbreitet. Nicht überall sind die Regeln gleich. Man unterscheidet:

1. **Theravada** => Lehre der Ordensältesten
2. **Mahayana** => Das große Fahrzeug
3. **Vajrayana** => Das diamantene Fahrzeug

Buddhistische Mönche glauben an die Erlösung. Nonnen können nicht erlöst werden, außer sie werden als Mann wiedergeboren. Beim Mahayana ist das oberste Ziel, auf der Erde zu bleiben, um die Lehren an Männer, Laien und Frauen weiter zu geben.

Das Tantra war nicht in dem Sinn gedacht, wie europäische Meister es vielfach weitergeben. Rein spirituell, nicht körperlich. Ins Nirwana dürfen nur hochverdiente Mönche und Lamas eingehen. Es gibt viele Vorstufen, die nicht alle erreichen. Das ICH stirbt nicht.

Der Leib besteht aus 5 Komponenten, die sich trennen und in anderer Form einzeln zurückkommen. Trauer wird nicht offen gezeigt. Gefühlsausbrüche (Weinen) sind nicht erwünscht. Einfache Bestattung in weißer Kleidung, der Körper wird oft verbrannt. Man zahlt Geld an die Mönche, damit sie beten. Der dritte, der 49. und der 100. Tag sind wichtige Tage bis zum Übergang in ein Totenreich.

Eine Einäscherung ist dem Lama und höhergestellten Mönchen vorbehalten. In Tibet gibt es ein Totenbuch, Sibirien ist schamanistisch. In Vietnam, Japan und Korea ist die Ahnenverehrung verbreitet - Diaspora.

Vielerorts ist der Boden zu hart, dann gibt es eine Himmelsbestattung. Die Verabschiedung findet auf einem hohen Berg statt. Dann wird der Körper zerstückelt und Raubvögeln als Futter dargeboten. "Geübtes Mitleid", hauptsächlich bei Parsen in Indien. Aus den Knochen werden zuweilen Flöten und aus der Schädeldecke Schalen hergestellt. Meditation auf Friedhöfen, alles ist vergänglich - Leichenacker.

Japan bietet Begräbnisfeiern für Lebende an. Reflektion des Lebens bis zum Sterben - die Aufbahrung kann dann ohne Emotion sein. Zum Abschied wird oft ein kleiner Holztisch aufgestellt, darauf eine Kerze, Weihrauch, außerdem eine Schale mit Wasser und eine Schale mit Reis, in dem die Essstäbchen senkrecht aufgestellt werden. Aber nur für Tote. Bitte nicht im Restaurant machen. Posthum wird ein neuer Name vergeben, der einfach oder teuer sein kann.

**Dann begann die Fragerunde:**

Buddha hatte nur eine Handvoll Männer, denen er seine Lehren weitergegeben hat. Diese lebten sehr asketisch und im Zölibat, sie hatten sich



Bild: Thomas Brenner

auch von der Welt abgesondert. (Notiz: Christus Jünger - Buddha hatte auch 12 Anhänger, asketisch leben - Zölibat) Erste Frauenorden wurden gegründet. Dadurch gelten seine Lehren nur noch 500 statt 1000 Jahre. Frauen würden vom Fortschritt abhalten. Bei Frauen sei aber auch eine Erleuchtung möglich. In Thailand gibt es hauptsächlich männliche Orden. Dafür aber drei Geschlechter. Transgender werden sehr geachtet, können auch aufsteigen, aber nur, wenn sie nicht zu schrill sind.

Bei den Hindus gab es die Witwenverbrennung, die Frauen hatten keinen Wert mehr für die Gesellschaft. Wenn die Kinder sich nicht um die Mutter kümmerten, landeten sie auf der Straße. Frauen werden im Buddhismus zwar geduldet, sind aber nicht so angesehen. "Sie verführen nur die Männer und sind zum Gebären da".

**Regeln für ein besseres Leben:**

12:00 Essen - Kein Besitz - Spenden/ Almosen sammeln - Ordensleben



Bild: Thomas Brenner

## 5 Hauptregeln:

Nicht töten - nicht lügen - kein Rausch - nicht stehlen - niemandem schaden (missbrauchen). Insgesamt gibt es 277 Regeln, für Frauen 100 mehr.

Um in einen Orden einzutreten, darf man nicht krank sein, keine Schulden haben und die Familie muß einverstanden sein. In der Regenzeit gibt es einen temporären Eintritt in einen Orden. Durch die karge Zeit eines einfachen Lebens können sie reif sein für eine Heirat. Buddhisten können auf einem normalen Friedhof beigesetzt werden. Als Gaben: Lotusblüten, Lebensmittel, Räucherstäbchen.

Buddhismus ist auch für Europäer interessant geworden durch seine Zeremonien und Grundsätze.

## Diskurs 6:

„Bankgespräche“ von Sabrina Jacob und Ute Dettweiler / Evangelische Arbeitsstelle Bildung und Gesellschaft und Kinder- und Jugendhospizdienst Rückenwind

Ca. 2 Bänke zum Sitzen, 1 Bank Ablage, in der Mitte eine Spieldecke: Seifenblasenmaschine - Kekse - Äpfel .

Zwei Frauen des Hospizdienstes wollen uns mit Stofftieren und Büchern ihr Thema näherbringen. In einem Buch geht es um eine Ente, eine Tulpe und den Tod, der sehr bild-

haft mit einem Totenkopf dargestellt wird. Kleine Diskussion zwischen den Verantwortlichen und einem Teil des wenigen Publikums (9 Erwachsene, 2 Kinder): Ist ein Totenkopf schon für kleine Kinder das Richtige?

Traurigsein ist natürlich. Aus einer Raupe kann ein Schmetterling werden. Blätter kommen wieder an einen Baum. Leben und Sterben gehören zusammen. Auch mit Kindern soll man über das Sterben reden. Es wurden viele Bücher angeboten. Kindgerecht auf Fragen antworten finde ich besser.



Bild: Thomas Brenner

## Diskurs 7:

### Gespräche mit Medizin

„Leben bis zuletzt – was wir für ein gutes Sterben tun können“

Schönes Wetter. Mindestens 50 bis 60 Menschen wollen zuhören. Redner: Prof. Dr. med. Sven Gottschling. Er begrüßte Frau Dr. Frankenberger, die Leiterin des Kaiserslauterer Hospizdienstes. Als erstes wies er uns lächelnd darauf hin, dass ein Radio läuft, da die Basketball-Meisterschaft noch nicht entschieden sei. Er wolle sofort wissen, wie das Spiel ausgeht. Sein Arbeitsplatz ist die Uni-Klinik Homburg. Dort wurde er auch schon gefragt, ob er auch Pfälzer behandelt. Ja. Ein Saarländer Patient wollte partout kein Pfälzer Blut.

Nun zum ernsten Thema: Er habe gerade auch in seiner Familie festgestellt, wie wenig die Menschen über Palliativmedizin wissen. 90% aller Kranken wollen zuhause sterben, das ist aber nur zu ca. 15% möglich. Auf einer Palliativstation können Medikamente fein tariert werden, um gezielt Schmerzen zu lindern. Bis zuletzt ist die Betreuung eine Teamleistung. Was müssen wir wissen, um die Sterbenden gut zu versorgen? Gerüche, Geschmack, Berührungen können dem Sterbenden helfen, leichter zu gehen. Rituale geben Halt. Begreifen ist anfassen.

Auf der Station wurde schon vieles gefeiert - Hochzeit -Taufe - Party. 5-8 Menschen sterben dort pro Woche. Es ist wichtig, im Leben nichts aufzuschieben. Vermächtnisse können aufgesetzt werden. Herr Gottschling liest die letzten Worte eines Vaters an seine kleine Tochter vor. Die Warteliste ist auf 6-8 Monate ausgebucht. SAPV-Versorgung (spezialisierte ambulante Palliativversorgung) ist nicht flächendeckend, aber kostenfrei für alle. Sein Arbeitsplatz ist das Kinderhospiz. Das Leben ist limitiert. Eine Riesenaufgabe, gefällt ihm trotzdem.



Bild: Thomas Brenner

Frau Dr. Frankenberger informierte uns über ihre Arbeit in Kaiserslautern. Unser Krankenhaus verfügt über 4-6 Betten. In Landstuhl werden auch viele Menschen betreut.

Prof. Dr. Gottschling macht seine Arbeit seit 24 Jahren gem. Natürlich gibt es auch Durchhänger, aber die Sympathie und Empathie, die ihm entgegengebracht wird, geben ihm die Kraft, weiter zu machen. Wenn wir nicht mehr heilen können, dann

können wir lindern. Und wenn wir nicht mehr lindern können, dann können wir trösten. Und wenn wir nicht mehr trösten können, dann sind wir immer noch da. (Auszug aus seinem Buch)

*Frei wiedergegeben- Kein "Anspruch" auf Vollständigkeit und Richtigkeit, so nah wie möglich an den Vorträgen - keine Wertung.*

**C. Polyxena (Name der Redaktion bekannt)**



Bild: Thomas Brenner

# Walking Football

Fußball mal anders



Im Mai 2023 hat der **1.FC Kaiserslautern e.V.** ein neues Sportangebot etabliert. Ursprünglich aus England stammend wird es neudeutsch „Walking Football“ genannt, was so viel bedeutet wie Fußball im Gehen.

Eine geeignete Fußballvariante, die ältere Menschen vom langweiligen Sofa holen kann, Spaß macht und zudem nachhaltig fit hält. Walking Football kann in gemischten Mann-

schaften, unabhängig vom Alter, Geschlecht und Leistungsstand gespielt werden. Der Spaß am Fußball, soziale Kontakte und die Freude an der Bewegung stehen im Vordergrund.

Walking Football ist altersgerechtes und gesundheitsförderndes Fußballspielen, das ausschließlich im Gehen gespielt wird. Der Ball wird maximal in Hüfthöhe gespielt, wobei Körperkontakt möglichst zu vermeiden ist. Da

diese Sportart bewusst als Alternative für ältere Spieler entwickelt wurde, zielen die meisten Regelanpassungen darauf ab, Verletzungen und körperliche Überforderung zu vermeiden.

Jede Mannschaft darf sechs Spieler:innen auf dem Feld haben. Das Spielfeld ist angepasst und in der Regel 42 Meter lang und 21 Meter breit. Gespielt wird auf Mini-Tore ohne Torwart, die drei Meter breit und einen



Die Walking Footballer trainieren regelmäßig freitags um 19:30 Uhr im Sportpark Rote Teufel in Mehlingen.

Wir freuen uns auf euren Besuch.



Meter hoch sind. Die Spielzeit beträgt viermal zehn oder zwölf Minuten mit fünfminütigen Pausen, kann aber variiert werden.

Wer interessiert ist kann gerne beim freitagabendlichen Training vorbei-

schauen oder sich vorab per E-Mail an [verein@fck.de](mailto:verein@fck.de) wenden. Willkommen sind Männer wie Frauen sowie Sportbegeisterte mit gesundheitlichen Einschränkungen und/ oder einem Handicap. Inklusion wird bei

uns aktiv gelebt. Diese Sportart ermöglicht das aktive Fußballspielen bei einem sehr geringen Verletzungsrisiko.

**Text: Jürgen Viedt**  
**Fotos: Elmer L. Geissler**

# Veranstaltungen in der Friedenskapelle



Bild/Text: Elmer Geissler

## Kevin Alamba & Dynamix, 8. Mai

Gemäß dem Motto „Dance to the music!“ nahm das begeisterte Publikum die Aufforderung von Kevin Alamba zu tanzen auch sogleich wahr und tanzte ungenhemmt, wie in der Friedenskapelle so vermutlich noch nicht geschehen. Auf die Bestuhlung hätte man locker verzichten können. Zu hören war ein Mix aus afrikanischen Rhythmen (ausschließlich Eigenkompositionen), die vielen sofort in die Beine ging. Stillsitzen war nicht angesagt. Die siebenköpfige Besetzung: Kevin Alamba (Gesang und Trommel), Klaus Blinde (Bassgitarre), Jörg Weiland (Schlagzeug), Sebastian Dinger (Piano), Nicolas Barbian (Saxofone und Klarinette), Michael Wack (Gitarre) und an den Trommeln war Bernhard Linz.

## Boneguitar Monnem, 15. Mai

Boneguitar ist ein Wortspiel, zusammengesetzt aus trombone (Posaune) und guitar (Gitarre). Die virtuoson Musiker sind Christian Lassen (Gitarre) und Max Strauch (Posaune/Gesang) aus Mannheim. Als professionelle Musiker sind sie seit vielen Jahren in unterschiedlichsten Bands und Projekten unterwegs. Jetzt haben sie einige ihrer Lieblingsstücke in einem Konzertprogramm für Gitarre und Posaune zusammengefasst, das sie an diesem Abend erstmals einem Publikum vorstellten. Zu hören waren ausgesuchte Perlen aus dem „Great American Songbook“, Pop-Evergreens und selten gehörte Melodien aus dem Bereich der Filmmusik, stilistisch angesiedelt zwischen Swing, Bossa Nova, Rumba und Gospel-Jazz. Der Gitarrist Christian Lassen erweckt diese sowohl mit der akustischen als auch der elektrischen Jazz-Gitarre zum Leben, und der Posaunist Max Strauch präsentierte bei einigen Titeln zusätzlich sein besonderes gesangliches Talent.



Bild/Text: Elmer Geissler

### Europa in 90 Minuten, 9. Juni

Mit Gedichte, Lieder und Musik aus allen Mitgliedsstaaten der Europäischen Union war das eine perfekte Ergänzung zur Europawahl gewesen.

Nach der Wahl des Europäische Parlaments konnte man sich am Abend in der Friedenskapelle auf eine kleine Reise durch den europäischen Kontinent begeben. „Europa in 90 Minuten“ war eine musikalisch-literarische Odyssee und eine kurzweilige Schnitzeljagd mit Gedichten, Sagen, Märchen, Liedern und Melodien aus der heutigen EU. Es wurde jedes Mitgliedsland bereist und zu hören waren Texte und Musik von Cervantes, Shakespeare, Michelangelo, Brecht, Beckett, Kreisler, Kafka, Lindgren, Chopin, Beethoven u.v.a.

Das Reiseleiterteam bestand aus einem sympathischen Trio: Die Autorin Madeleine Giese, der Schauspieler Rainer Furch und die Akkordeonistin Alexandra Maas. Mehr Europa in anderthalb Stunden geht nicht!



Bild/Text: Elmer Geissler

### Palatina Washboard, 12. Juni

Die Palatina Washboard Jassband präsentierte ihr Swing- und Dixie- Programm mit hingebungsvoller Leidenschaft und zelebrierte eindrucksvoll ihre Liebe zum traditionellen Jazz und Dixieland. Sie spielten den „New Orleans-Stil“ und zwar stilecht ohne Schlagzeug und Kontrabass. Das Programm der sechs Musiker ist geprägt von frühen Jazz-Kompositionen bis 1930, von King Oliver, Louis Armstrong, Jelly Roll Morton und anderen Legenden. Bandleader Johannes Maiß (Sousaphon) und seine Musiker Stefan Schwab (Posaune/Gesang), Peter Fett (Klarinette/Saxofon), Henrik Dahn (Banjo), Bernd Fischer (Washboard) sowie Franz Wosnitza (Kornett/Gesang) kennen sich seit vielen Jahren. Alle Musiker bringen vielfältige Erfahrungen aus verschiedensten Formationen mit und begeisterten ihr Publikum mit feinsten Jazzmusik.



Bild/Text: Elmer Geissler

### Jazz'n, 19. Juni

Den Abschluss der ersten Staffel von „WEDNESDAY“ gestaltete eine außergewöhnliche Jazzband. Das Südwestpfälzer Trio, Thomas Andelfinger (Gitarre), Sebastian Sommer (Bass) und Andreas Rauth (Drums), bediente sich aus dem breiten Spektrum der Jazzmusik. Clever arrangiert verschmelzen ihre Grooves und Sounds mit Bebop, Rock und Blueslines. Zu hören waren u.a. Stücke legendärer amerikanischer Jazzmusiker wie Pat Metheny, Chick Corea oder Keith Jarrett, die zu den Besten ihres Fachs zählen, allerdings auch ziemlich speziell und weit entfernt vom allgemeinen Jazz-Mainstream anzusiedeln sind.

Das Trio musiziert seit 2017 miteinander und lässt sich in keine Schublade stecken. Alle drei Musiker profitieren von ihrer jahrelangen Erfahrung aus vielen Formationen und verschiedenen Musikrichtungen.



Bild/Text: Elmer Geissler

# Veranstaltungen in der Friedenskapelle

Juli / September 2024



Samstag 05. Oktober 19.30 Uhr	<b>"Der junge Mann" - Lesung mit Harald Michel, Barbara Bernt und Jochen Schot.</b> Ein Abend ganz im Zeichen französischer Literatur von Annie Ernaux und Gustave Flaubert
Samstag 12. Oktober 19.30 Uhr	<b>Erinnerungen einer Törin - Theaterstück nach Gustave Flauberts "Mémoires d'un fou"</b> Gegen Ende ihrer ausgesprochen steilen beruflichen Karriere zieht eine Frau Bilanz. Anerkannt, erfolgreich und mit Ehrungen überhäuft, hat sie dennoch das Gefühl, nie wirklich in der Gesellschaft angekommen zu sein. Mit sarkastischem Blick betrachtet sie ihre Mitmenschen und sich selbst ...
Dienstag 8. Oktober 19.00 Uhr	<b>Laut(r)er grüne Ideen Zusammen ist man nicht allein: nachhaltige Projekte für alle</b> Bereits zum zweiten Mal laden der Bezirksverband Pfalz und die VHS Kaiserslautern zum Austausch rund um das Thema Nachhaltigkeit ein.
Donnerstag 14. November 18.00 Uhr	<b>Grenzen im Fokus: Einblicke in räumliche, psychische und zeitliche Dimensionen</b> Die Veranstaltung thematisiert die vielfältige Bedeutung von Grenzen im menschlichen Leben, sei es räumlich, physisch, psychisch oder zeitlich, und möchte gemeinsam darüber nachdenken und diskutieren. Ziel ist es, die Herausforderungen und prägende Wirkung von Grenzerfahrungen im Leben zu reflektieren.
Freitag, 15. November 17.00 Uhr + 19.30 Uhr	<b>Bundesweiter Vorlesetag 2024</b> <b>Jedes Jahr am dritten Freitag im November ist es soweit:</b> Deutschland feiert das Vorlesen! Mit dem bundesweiten Vorlesetag soll ein öffentliches Zeichen für die Bedeutung des Vorlesens gesetzt werden. <b>In Kooperation mit dem Stadtteilbüro Grübentälchen</b> veranstaltet auch die VHS an diesem Tag zwei Vorlesestunden, einmal für Kinder, einmal für Erwachsene. Am Nachmittag gestalten Desirée Kohl und Iggi Weber eine musikalische Lesung für alle ab 6 Jahren: Neben dem Zuhören kommt also auch das Mitmachen nicht zu kurz! Das Abendprogramm für Erwachsene übernimmt die in Kaiserslautern bestens bekannte Schauspielerin Barbara Seeliger – lassen Sie sich überraschen!
Samstag 16. November 19.30 Uhr	<b>Pfälzer, das Vaterland ruft!</b> Vor 175 Jahren spielte die Pfälzische Revolution eine zentrale Rolle in der deutschen Demokratiegeschichte. Michael Geib und Alexandra Maas erwecken die Ereignisse von 1849 mit Zeitzeugen-Berichten und mitreißenden Liedern wie „Trotz alledem“ und „Die Gedanken sind frei!“ zum Leben, wobei das Publikum aktiv mitsingen kann.
Sonntag 24. November 18.00 Uhr	<b>Duo LiteraTöne: "Wandlungen"</b> Schauspielerin Hannelore Bähr und Flötistin Katrin Lerchbacher thematisieren in einer musikalischen Lesung die Vergänglichkeit, indem sie humorvolle und nachdenkliche Texte mit melancholischen und fröhlichen Klängen verbinden. In Kooperation mit dem Referat Kultur der Stadt Kaiserslautern.

**WEDNESDAY Jazz+Blues+Co**  
(auch im Abo buchbar!)jeweils 19.30 Uhr

9. Oktober: „Heavy Bones“ mit Bernhard Vanecek
16. Oktober: Helmut Engelhardt und Tom Woll
13. November: „Still Great“ mit Oliver Abt
20. November: Jazztones Rhein-Neckar
4. Dezember: exklusives Sonderkonzert für Abonnentinnen und Abonnenten
11. Dezember: „Christmas time“ mit den OJU All-Stars
18. Dezember: Weihnachten mit der Volker Klimmer Band

**Kontakt:**

**VOLKSHOCHSCHULE  
KAISERSLAUTERN**



VHS Kaiserslautern  
Kanalstraße 3, 67655 Kaiserslautern

Sebastian Geiss  
E-Mail [sebastian.geiss@vhs-kaiserslautern.de](mailto:sebastian.geiss@vhs-kaiserslautern.de)  
Tel. 0631 36258-24

# Einsamkeit geht uns alle an

## Gemeinsam aus der Einsamkeit

Einsamkeit hat viele Ursachen und ist ein subjektives Gefühl, das in jedem Alter auftreten kann. Neben individueller Lebensumstände verstehen wir Einsamkeit heute auch als gesellschaftliches Problem.

Entsprechend sind die Hintergründe vielfältig und reichen vom Umzug in eine fremde Stadt, dem Verlust des Lebenspartners bis hin zur Armut, Arbeitslosigkeit und/oder Krankheit etc. Daneben sind hochbetagte Menschen die altersbedingt in hohem Maße mit dem Verlust von Partner- und Freundeskreis konfrontiert werden, besonders betroffen. Gleichzeitig führen gesundheitliche Einschränkungen und die eingeschränkte Mobilität bei diesem Personenkreis häufig dazu, dass eine soziale Teilhabe kaum mehr möglich ist. Es lassen sich aber auch Zusammenhänge zwischen Isolation und Krankheitsentstehung herstellen. So zeigen Untersuchungen, dass das Risiko einen Schlaganfall oder Herzinfarkt zu erleiden erhöht ist und Krebserkrankungen häufiger auftreten können. Hinzukommender Bewegungsmangel und ein ungesunder Lebensstil sind dabei ebenfalls nicht unerheblich.

Letztlich spielen auch die jeweiligen Lebensumstände eine entscheidende Rolle. So sind beispielsweise Personen die in Städten wohnen mehr gefährdet, als Personen die in einem Dorf leben wo man sich kennt

und eine gegenseitige Fürsorge eher selbstverständlich ist.

Die Vielfältigkeit der o.g. Beispiele zeigen auf, wie unterschiedlich die Ursachen bzw. Ereignisse sein können, die uns das Gefühl von Einsamkeit vermitteln. Dennoch haben gibt es grundlegende Gemeinsamkeiten; sich einsam zu fühlen ist schmerzhaft, Einsamkeit macht krank.

Vor diesem Hintergrund fanden im Rahmen der bundesweiten Aktionswoche „**Gemeinsam aus der Einsamkeit**“ in Kaiserslautern zwei Plauderspaziergänge statt. Ziel der Initiative im Juni war es Menschen zusammenzuführen, Kontakte herzustellen und miteinander ins Gespräch zu kommen. Damit jeder die Gelegenheit hatte an einem der Angebote teilzunehmen, wurden leichte Wege und zentrale Treffpunkte ausgewählt; teilnehmen konnte jeder, unabhängig vom Lebensalter.

Insgesamt war die Resonanz gut, berichtet Aline Neumann, die im Rahmen des Landesangebotes GemeindegewesterPlus bei der Stadtverwaltung Kaiserslautern beschäftigt ist. Insbesondere im Volkspark wurde das Angebot gut angenommen; in einer lockeren und ungezwungenen Runde fand ein reger Austausch statt, es wurden Kontakte geknüpft und Informationen über weitere Veranstaltungen in der Stadt eingeholt.



Bild: DREI/EINS/AdobeStock.com

Häufig braucht es nur einen kleinen Anstoß um Menschen zusammenzuführen, berichtet Aline Neumann; der Rest ergibt sich dann meist von alleine ohne großes Zutun. Dies lässt sich an einem Beispiel verdeutlichen als mich eine Dame kontaktierte, weil ihr der Freundeskreis bereits nach und nach weggebrochen war. An dieser Stelle konnte ein Kontakt zu zwei weiteren Damen hergestellt werden, die in der Nähe wohnen und in einer ähnlichen Situation waren. Aus dem ersten Kennenlernen wurde schließlich ein regelmäßiges wöchentliches Treffen, an dem sich die Damen in der Stadt verabreden und irgendwo gemeinsam einkehren.

Eine Entwicklung die einmal mehr aufzeigt, wie wertvoll ein erster Schritt sein kann. Morgen- und Abendstunden.

*Aline Neumann,  
Gemeindegewester Plus*

# Cosplay-Day im Japanischen Garten

Ein Fest für Japan-  
Interessierte und Manga Fans



Pünktlich um 12 Uhr begann am Samstag, 17. August, das schillernd bunte **Fest der Cosplay-Fans im Japanischen Garten**. Vorbei war die sonst so idyllische Atmosphäre bei malerischer Kulisse mit Koiteich und blühenden Pflanzen. Über 500 Menschen feierten fröhlich und ausgelassen den Cosplay-Tag bei sonnigem Wetter.

Cosplay ist ein in Japan entstandener Begriff, bei dem die beiden aus dem Englischen stammenden Wörter „costume“ (Kostüm) und „play“ (Spiel) miteinander kombiniert wurden.

Beim Cosplay stellt der Cosplayer einen Charakter (Figur), zum Beispiel einen Superhelden oder einen Bösewicht, durch Kostüm, Maske, Accessoires und Verhalten möglichst nah am Original dar. Die Figur kann dabei aus einem Manga, einem Anime, einem Comic, einem Videospiel, einem Spielfilm, einer TV-Serie oder einem Roman stammen. Es ist eine Ausdrucksform, die es Fans ermöglicht, ihre Begeisterung für fiktive Welten und Charaktere auf eine einzigartige Weise zu präsentieren.

Neben dem **Cosplay-Wettbewerb**, bei dem die kreativsten und authentischsten Darstellungen prämiert wurden, bot der **Cosplay-Day** ein buntes Programm mit zahlreichen Highlights.

Der japanische Garten mit seinen kunstvoll angelegten Teichen, Wasserfällen und Brücken bot eine perfekte Kulisse für stimmungsvolle Fotoshootings. Hier konnten die Cosplayer ihre farbenfrohen und fantasievollen Kostüme entsprechend in Szene setzen.

Wie ernsthaft und leidenschaftlich manche Teilnehmer:innen ihr aufwendiges Hobby ausüben, konnte ich selbst erfahren. Als ich eine junge Frau bat, doch bitte etwas freundlicher in die Kamera zu sehen, wurde mir erklärt, dass dieser Charakter sehr böse ist und niemals lächelt.

Für mich war der Cosplay-Day eine willkommene Gelegenheit, hemmungslos kostümierte Menschen zu porträtieren, ohne mich dafür rechtfertigen oder auf lästige Fragen eingehen zu müssen.

*Text und Fotos: Elmer L. Geissler.*



# Testphase KL Navi startet

Feedback aus der  
Bevölkerung gewünscht



## Die Mobilitätsplattform „KL Navi“ soll individuelles Routing möglich machen

Eine Route ohne Barrieren und mit einem breiten Mobilitätsangebot? Das ist nur ein mögliches Benutzerprofil, das mit der neuen Mobilitätsplattform „KL Navi“ online geht. Seit dem 14. August befindet sich die Plattform in der Testphase und Kaiserslautern ist aufgerufen, das System auszuprobieren und zu verbessern. Das Ziel – eine inklusivere und individuellere Routenplanung für die herzlich digitale Stadt.

Über eine Web-Anwendung, die eine breite Palette an Verkehrsmitteln miteinbezieht und auf die persönlichen Bedürfnisse und Präferenzen der Nutzenden eingeht, kann das gewünschte Ziel ausgewählt und die Navigation gestartet werden. Für die erste Erprobung der Plattform sei man im engen Kontakt mit dem Inklus-

sionsbeirat und insbesondere Menschen mit Einschränkungen – denn deren Erfahrungen seien besonders wertvoll, wie Projektverantwortlicher Günther Klein erläutert: „Wir setzen auf das Feedback der Menschen, die tagtäglich mit verschiedenen Mobilitätshürden konfrontiert sind. Ihre Rückmeldungen sind entscheidend, um KL Navi zu einem verlässlichen und benutzerfreundlichen Tool für alle zu machen. Auch interessierte und engagierte Mitmenschen sind natürlich aufgerufen, ihr Feedback zu teilen. Denn unser Ziel ist es, die Plattform kontinuierlich zu verbessern und an die Bedürfnisse der Nutzenden anzupassen.“

Neben den spezifischen Routen für Menschen mit Einschränkungen können auch Bike-Sharing-Fans und Fußgänger:innen von den maßgeschneiderten Routenvorschlägen profitieren. Die Plattform soll zukünftig

sogar Echtzeit-Informationen zu Verkehrsbedingungen, Baustellen und anderen relevanten Faktoren bieten, die die Routenwahl beeinflussen können. Perspektivisch ist das Herzstück von KL Navi die Berücksichtigung der vielfältigen Bedürfnisse der Nutzenden. Bewegungseingeschränkte Bürgerinnen und Bürger, wie Rollstuhlfahrer:innen oder Personen mit Rollator, sowie ältere Mitmenschen können auf ihrer Strecke Treppen oder hohe Bordsteinkanten vermeiden. Auch Menschen ohne Einschränkungen profitieren von KL Navi, da es die Zugangshürden zum ÖPNV senkt und alternative Verkehrsmittel aufzeigt.

**Die Plattform ist unter folgendem Link erreichbar: <https://klnavi.de/>**

Hinweise, Anregungen und Kritik zur Plattform können gerne per E-Mail an **[Lotse@kaiserslautern.de](mailto:Lotse@kaiserslautern.de)** eingereicht werden.



## Hintergründe zum Projekt „KL Navi“:

KL Navi bildet die technische Grundlage für ein umfassendes Lotsensystem.

Im Rahmen des Projekts werden unterschiedliche Nutzer-Profile eingepflegt, um ein individuelles und inklusives Mobilitätserlebnis zu ermöglichen.

Das Projekt integriert verschiedene Datenquellen aus dem kommunalen Kontext, einschließlich Informationen zum Nahverkehr, Baustellen, OpenStreetMap und wichtigen städtischen Orten. Durch diese umfassende Datenbasis wird eine präzise und individuelle Routenplanung ermöglicht.

### Pressekontakt:

Sabine Martin  
Öffentlichkeitsarbeit  
und Modellprojekt Smart City  
s.martin@kl.digital  
Tel. +49 (0) 631 205 894 76

Weitere Informationen über „Herzlich digital“ finden Sie unter [www.herzlich-digital.de](http://www.herzlich-digital.de)

## Über „Herzlich digital“

Die Dachmarke „Herzlich digital“ wurde im Jahr 2017 im Bitkom-Wettbewerb „Digitale Stadt“ kreiert. Für die Erprobung innovativer Technologien und zur Unterstützung des digitalen Fortschritts gibt es in Kaiserslautern zwei Organisationseinheiten: Das Referat Digitalisierung und Innovation (eingrichtet im April 2024) im Dezernat der Oberbürgermeisterin Beate Kimmel und die städtische Digitalisierungsagentur KL.digital GmbH.

Darüber hinaus arbeiten weitere Mitarbeitende in den Fachreferaten der Stadtverwaltung an den Smart City Projekten. Ziel der herzlich digitalen Vorhaben ist es, die gesellschaftlichen Auswirkungen der Digitalisierung zu untersuchen und die Akzeptanz von Digitalprojekten in der Bevölkerung zu stärken.

Das herzlich digitale Team umfasst insgesamt mehr als 20 Mitarbeitende. Im Team werden Projekte bearbeitet, die vom rheinland-pfälzischen Ministerium des Innern und für Sport sowie vom Bundesministerium für Wohnen, Stadtentwicklung und Bauwesen gefördert werden.

Im Rahmen des Vorhabens „Modellprojekte Smart Cities: Stadtentwicklung und Digitalisierung“ kooperiert die herzlich digitale Stadt eng mit dem Deutschen Forschungszentrum für Künstliche Intelligenz (DFKI) in Kaiserslautern und ist mit anderen Innovatoren und Kommunen in Deutschland vernetzt. In Rheinland-Pfalz leitet Kaiserslautern das Interkommunale Netzwerk Digitale Stadt (IKONE DS).

# Spiel- und Sportbox

Platz der Kinderrechte  
erhält Spiel- und Sportbox



## Ausstattung orientiert sich an den Wünschen der Kinder und Jugendlichen

Nach vielen Möglichkeiten im Volkspark zu trainieren, zieht die Sportbox nun auf den Platz der Kinderrechte um und wechselt von Functional Training zu Outdoor-Spielen. Im Rahmen mehrerer Beteiligungsformate hatten Kinder und Jugendliche die Möglichkeit, ihre Wünsche und Vorstellungen für die Inhalte der neuen Spiel- und Sportbox zu äußern. Einen Fußball, Springseile, zwei Federball-Sets oder auch Kreide und ein Skateboard zum Ausleihen – all diese Dinge standen bei der Umfrage hoch im Kurs und finden nun ihren Weg in die Spiel- und Sportbox. Außerdem mit dabei: Wikingerschach, ein Balancierbogen, Gummi-Twist und ein Frisbee.

„Uns war es wichtig, dass die Kinder und Jugendlichen nicht nur passive Konsumenten sind, sondern den Inhalt der neu bestückten Box selbst bestimmen können“, erklärt die Projektverantwortliche für das Smart-City-Projekt „Stadt. Raum. Wir.“ Olivia Duran. Ziel sei es, den Platz der Kinderrechte als attraktiven und lebendigen Treffpunkt zu gestalten, der Bewegung, Spiel und gesellschaftliches Miteinander fördert, wie sie weiter zusammenfasst: „Der Platz der Kinderrechte soll seinem Namen gerecht und belebt werden. Nachdem der Volkspark nun mehr als ein Jahr lang von mehr Sportmöglichkeiten profitiert hat, zieht die Sportbox jetzt auf den Stockhausplatz um und ändert ihre Ausstattung. Die neue Spielbox wird mit den Spielwünschen der jungen Lautrerinnen und Lautrer bestückt.“ Aufgrund der unter den Erwartungen gebliebenen Nachfrage im Volkspark, habe man sich gegen die Beschaffung einer zweiten Box, sondern für die Umnutzung der Bestehenden entschieden, so Duran weiter.

*Die Ausleihe der Spiel- und Sportgeräte ist per App möglich und kostenlos.*

### Und so funktioniert es:

Für die Nutzung der Spiel- und Sportbox ist eine Registrierung in der dazugehörigen App erforderlich. Die App ist im App Store und bei Google Play erhältlich (Stichwort „Sportbox App and Move“). In der Anwendung können in einem digitalen Terminkalender freie Zeiten gebucht werden. Sobald die Buchung erfolgt ist, kann die Box geöffnet und das gewünschte Zubehör entliehen werden. Ein Kontrollsystem der Box gleicht den Bestand nach der Benutzung ab und meldet Diebstahl oder Vandalismus. Der benötigte Strom wird über eine Solaranlage erzeugt, die sich auf der Oberseite der Box befindet.

**Bei Fragen oder Anregungen freut sich die Projektverantwortliche Olivia Duran über eine Kontaktaufnahme per E-Mail: [olivia.duran@kaiserslautern.de](mailto:olivia.duran@kaiserslautern.de)**

# Üben für den Ernstfall

## Die spektakuläre NATO-Übung

Am 06.06.2024 war es über Ramstein erheblich lauter gewesen als sonst üblich.

Grund war eine groß angelegte Übung der NATO mit Kampffjets. An der Übung auf der US-Air Base in Ramstein haben mehr als 30 Piloten mit Jets aus mehreren NATO-Staaten teilgenommen. Darunter Deutschland, Frankreich, Großbritannien, die Niederlande, Belgien, Dänemark, Polen, Finnland und die USA.

Die Übung war die erste dieser Art über Ramstein. Geübt wurde vor allem der 1 zu 1 Luftkampf. Bei der Übung ging es darum, die Fähigkeiten der Kampffjetpiloten zu verbessern. Ziel war es auch den Austausch und die Kommunikation untereinander effektiver zu machen. Außerdem sollten Taktiken besprochen werden, um im Fall der Fälle bereit zu sein, die NATO-Länder verteidigen zu können. Bei der Gelegenheit sollte auch getestet werden, wie gut die verschiedenen Systeme und unterschiedliche Technik der Verbündeten am Boden und in der Luft miteinander funktionieren.

Die spektakuläre NATO-Übung verlief über sechs Stunden. In dieser Zeit sind immer wieder Kampffjets lautstark über Ramstein und die Region geflogen.

**Text : SWR Aktuell**



Bild: Elmer Geisler



Bild: Elmer Geisler

# Pilze im Garten oder Blumentopf

## Gefährlich oder nicht?



Es gehört wohl zum Allgemeinwissen, dass es essbare Pilze gibt, aber auch giftige, wenn man sie denn isst. In jedem Jahr gibt es durch den Verzehr von giftigen Pilzen Vergiftungsfälle, die manchmal sogar tödlich enden.

Dabei handelt es sich immer um den Verzehr selbst gesammelter Pilze – bei gekauften Pilzen dürfen wir darauf vertrauen, dass diese als Lebensmittel ge- und überprüft sind. Hier kann es allenfalls mal vorkommen, dass Pilze gammelig sein könnten (wie z. B. auch Obst, Gemüse, etc.) - dann sollte von einem Verzehr selbstverständlich abgesehen werden.

Warum sind gammelige/alte Pilze eine Gefahr – gleich ob selbst gesammelt oder gekauft? Pilze enthalten einige Prozent Eiweiß – und Eiweiß kann verderben (das kennen wir von Fleisch und Fisch) und dann zu einer gefährlichen Lebensmittelvergiftung führen.

### Zurück zu den Pilzen im eigenen Garten.

Die kann es geben, gleich ob es ein Garten mit oder ohne Baumbestand ist. Es gibt Pilze, die auf die Symbiose mit Pflanzen, insb. Bäumen angewiesen sind – gerade die beliebtesten Speisepilze wie Pfifferlinge und Steinpilze gehören dazu. Andere Pilze leben von totem Material, meistens Pflanzenresten. Vor allem solche Pilze können wir häufig in unseren Gärten finden, manchmal auch eingeschleppt durch gekaufte Blumenerde oder Rindenmulch. Deswegen finden wir manchmal sogar Pilze in Blumentöpfen – u. U. auch exotische Arten.

Wenn es um Pilze geht, ist ja meistens die erste Frage: Kann man die essen? Diese Frage lässt sich immer nur im Einzelfall beantworten, man kann davon ausgehen, dass die allermeisten im Garten vorkommenden Pilze nicht essbar sind (überhaupt sind nur ca 100 – 150 Arten essbar, eine ganze Reihe weiterer Pilzarten sind ungiftig, aber ungenießbar oder nicht schmackhaft – und dann gibt es noch die mehr oder weniger giftigen Arten).



Normalerweise wird wohl kaum jemand irgendwelche Pilze in seinem Garten oder Blumenbeet sammeln und diese dann verzehren. Doch gibt es zwei Gruppen, die hier gefährdet sind: Kleinkinder und Haustiere. Immer wieder erreichen mich Anrufe von Eltern, deren Kleinkind einen Pilz im Garten oder auf dem Spielplatz in den Mund gesteckt oder gar verschluckt hat. Gleiches passiert auch schon mal bei Hunden.

**Dann ist umgehendes und besonnenes Handeln gefragt:**



Nicht gleich Arzt oder Krankenhaus kontaktieren – denn zunächst muss bestimmt werden, um welche Pilze es sich handelt bzw. handeln könnte – und dafür greifen die Mediziner generell auf die Fachkenntnisse von Pilzsachverständigen zurück.

Also: Pilze/Pilzreste sichern. Sich merken, auf welchem Substrat/ Untergrund die Pilze gewachsen sind (z. B. Blumenerde, Wiese). Welche Bäume/Büsche gibt es ggfs. auf dem Grundstück oder dem Nachbargrundstück. Das kann man ggfs. auch fotografieren.

Mit diesen Angaben einen Pilzsachverständigen der Deutschen Gesellschaft für Mykologie e. V. kontaktieren – diese findet man unter <https://www.dgfm-ev.de/service/pilzsachverstaendige>

Per telefonischer Kontaktaufnahme wird das weitere Vorgehen vereinbart. (Anmerkung dazu: Fotos reichen in der Regel nicht aus zur sicheren Bestimmung von Pilzen. Vom Ergebnis der Pilzbestimmung hängt dann alles Weitere ab.

Was kann man zur Vorbeugung tun, um kritische Situationen oder gar Vergiftungen zu vermeiden?

Pilze im Garten lassen sich nicht prinzipiell verhindern oder entfernen. Denn die eigentlichen Pilze sind Fa-

dengeflechte (Fachbegriff: Myzel) im Boden etc., die wir in der Regel noch nicht einmal sehen können. Was wir gemeinhin als Pilze bezeichnen, sind nur die Fruchtkörper. Insofern sind Pilze praktisch überall vorhanden, wo es Erde, Pflanzen, totes biologisches Material gibt.

So bleibt fürsorglichen Menschen nur, ihren Garten (oder Pflanzkübel) zu checken und Pilz-Fruchtkörper vorab einzusammeln und zu entfernen, bevor kleinere Kinder oder Hunde die aufnehmen könnten.

Vor einiger Zeit hatte ich auch eine Anfrage, ob denn in einem Beet/ Pflanzkasten, wo neben Nutzpflanzen auch Pilze wuchsen, ggfs. giftige Inhaltsstoffe auf Pflanzen/Gemüse/ Früchte übergehen könnten. Ich habe dazu recherchiert – und nichts gefunden, was für eine solche Übertragung sprechen könnte. Auch eine Anfrage beim Toxikologen der Deutschen Gesellschaft für Mykologie e. V., Prof. Dr. Siegmund Berndt, bestätigte das: „Es gibt keine Hinweise, dass "ggf. unterirdisch mögliche Giftstoffe" von Pilzen auf z.B. im Hochbeet wachsende Pflanzen übertragen werden könnten.“, so Prof. Berndt.

*Dietmar Theiss  
Pilzsachverständiger Dgfm e. V.*

# Hofessen

Ein geniales soziales Projekt



Liebe Nachbarinnen und Nachbarn, ich möchte euch heute über ein tolles soziales Projekt berichten. Es wurde im September 2015 in einer WG in der Distelstraße im Grübentälchen von Judith Schäfer ins Leben gerufen.

Drei Monate davor war diese dienstlich in England gewesen. In ihrer Freizeit stand sie dort an einem Tisch und half bei der Austeilung von Speisen an bedürftige Menschen. Sie fühlte sich dabei nicht ganz wohl, da sie keinen persönlichen direkten Kontakt mit diesen Menschen haben konnte. Sie hätte lieber mit ihnen in Augenhöhe am selben Tisch gesessen, sich mit ihnen unterhalten und gespeist.

Drei Monate davor war diese dienstlich in England gewesen. In ihrer Freizeit stand sie dort an einem Tisch und half bei der Austeilung von Speisen an bedürftige Menschen. Sie fühlte sich dabei nicht ganz wohl, da sie keinen persönlichen direkten Kontakt mit diesen Menschen haben konnte.

Sie hätte lieber mit ihnen in Augenhöhe am selben Tisch gesessen, sich mit ihnen unterhalten und gespeist.

Nach ihrer Rückkehr nach Deutschland wollte sie diesen Wunsch in Erfüllung bringen. Sie fing an, mit ihrem WG-Mitbewohner und späteren Ehemann Olaf Schäfer jeden Tag zur Obdachlosenspeisung bei den Nonnen im St. Franziskus Gymnasium zu gehen und mit den Bedürftigen dort zu Mittag zu essen.

Sie konnten dabei einige dieser bedürftigen Menschen kennenlernen und sie begannen, diese mittwochs in ihre WG einzuladen. Dadurch wurde die Idee des Hofessens mit Unterstützung der anderen WG-Mitbewohner Laura, Carolin, Selena, Achim und Anna realisiert. Jeden Mittwoch um 18.00 Uhr wurde für circa 20 Bedürftige ein Abendessen zubereitet und angeboten. Im Winter fand das Essen drinnen und im Sommer im Innenhof statt.

Bei der Zubereitung des Essens und der heißen Getränke, bei Aufstellung und Abbau der Sitze und Sitzbänke, bei der Bedienung der Gäste und dem Geschirrabwasch wurde wie in einem Bienenkorb emsig gearbeitet. Manchmal haben Freunde von au-



ßerhalb der WG und der Nachbarschaft geholfen, so haben z. B. der Vater von Judith sowie Christian und seine Frau besondere Spezialitäten gekocht. Und es wurde mit Foodsharing und der methodistischen Kirche Kaiserslautern zusammengearbeitet. Das Essen begann immer mit einem kurzen Gebet von Olaf. Zu Weihnachten wurde Schokolade und manchmal auch Kleidung angeboten.

Im Mai 2017 haben Judith und Olaf geheiratet und ihre Hochzeit im Garten der methodistischen Kirche gefeiert.

Im März 2020 wurde die WG aufgelöst. Die Idee aber ist lebendig geblieben. Carolin und Laura konnten den damaligen Pastor der methodistischen Kirche Volker Kempf davon überzeugen, dass die Kirche das Projekt einmal im Monat fortsetzt.

Die Bezeichnung Hofessen ist eine Anlehnung an das Hochzeitsessen von Judith und Olaf, das in der methodistischen Kirche stattfand. Mit

dem späteren Pastor der Kirche Marc Laukemann ging das Projekt weiter, im Winter in einem großen Raum und im Sommer im großen schönen Garten der Kirche.

Der Pastor, Michaela und andere Angehörige der Kirche übernahmen das ganze Projekt.

In diesem Zusammenhang ist es mir wichtig, darauf hinzuweisen, dass in Kaiserslautern drei weitere soziale Projekte mir Erfolg laufen.

1. Das Projekt Kalkofen im Geranienweg, wo einmal wöchentlich Lebensmittel und Kleidung an Bedürftige verteilt werden.
2. Die Kirche Maria Schutz bietet einmal im Monat ein Mittagessen für Bedürftige an.
3. Die Kirche Sankt Martin bietet ebenfalls einmal im Monat Essen sowie Hygieneartikel, Arztuntersuchungen und Haarschneiden für Bedürftige an.

**Suleiman ABU GHAZALE**



Judith und Olaf an ihrem Hochzeitstag

# Rezepte

## Auf Genuss-(Welt)reise mit Holger



### Borschtsch

Ich schreibe absichtlich kein Land davor, da Borschtsch in fast allen Ländern Osteuropas in den unterschiedlichsten Arten zubereitet wird. Es gibt also nicht das eine Rezept, sondern eine Unzahl von Rezepten je nach Land und Region. Jedoch sind bei fast allen die Rote Beete und der Kohl ein Hauptbestandteil. Ich habe mich für eine vegetarische Variante entschieden; das Rezept habe ich von einer ehemaligen Arbeitskollegin. Also nochmals vielen Dank Olga (kein Scherz, sie heißt wirklich so)!

#### Zutaten

500 g rote Beete  
(ich nehme die vorgegarte, macht weniger Dreck)  
500 g Kartoffeln  
200 g Tomaten  
200 g Zwiebeln  
400 g Spitzkohl (ziehe ich dem normalen Weißkohl vor)  
2 Möhren, ca. 200 g  
1 Packung Schmand oder saure Sahne  
1 Chili  
500 ml Gemüsebrühe  
2 - 3 Lorbeerblätter  
1 Esslöffel Kümmel  
Salz und Pfeffer nach eigenem Geschmack

#### Zubereitung:

Das ganze Gemüse grob würfeln und die Chili fein hacken. Etwas Olivenöl in einen großen Topf geben und die Kartoffeln mit der Rote Beete darin ca. 5 Minuten leicht anbraten, dann Zwiebel und Möhren dazugeben und nochmals 3 – 4 Minuten weiter dünsten, danach die Tomaten rein und mit der Gemüsebrühe ablöschen und die Lorbeerblätter dazu. Das ganze 30 Minuten köcheln lassen.





In der Zwischenzeit den Kohl zusammen mit dem Kümmel und den Chili in etwas Olivenöl anbraten. Meine Bekannte schwört darauf, da sie die Röstaromen mag, die dadurch entstehen. Die Chili ist ihrem Mann, einem Thailänder geschuldet, zwar nicht unbedingt stilecht, macht das ganze aber etwas würziger.

Jetzt Topf nehmen und den Inhalt mit dem Stabmixer grob pürieren, es sollen schon noch Stücke sichtbar sein. Früher hat man die Flüssigkeit abgeschüttet und das andere zerstampft, aber man kann ja mit der Zeit gehen und so ist es einfacher. Danach den angebratenen Kohl unterheben und die Hälfte des Schmands / saurer Sahne hinzugeben und nochmals 10 Minuten köcheln lassen. Wenn nötig, etwas Wasser nachfüllen. Jetzt wie es sich für einen Eintopf gehört, eine Nacht ziehen lassen.

Zum Schluss in einen Teller geben, nochmals einen Klacks Schmand / saure Sahne in die Mitte und fertig.

*Euer Holger*

*Guten Appetit!*



Gefördert von:



Die nächste Stadtteilzeitung erscheint im Dezember 2024