

100 

StadtZeit

KASSEL
MAGAZIN

... für die Fuldastadt
und die Region.
No. 100 • Jahrgang 17
Okt/Nov 2020



GESUND LEBEN
HEILPRAKTIK & HOMÖOPATHIE



10. WILDE WOCHEN
DIE REGION SCHMECKEN

EINHUNDERT!
STADTZEIT FEIERT



BAUKULTUR FORTSCHREIBEN
PROJEKT FÜR DIE NORDSTADT

37.
KASSELER
DOK UMENTAR
FILM
UND
VIDEO **FEST**
17.-22. NOVEMBER 2020

Zurück ins Kino

Zusatzangebot DokfestOnline

Programm online und Katalog erhältlich ab Ende Oktober

WWW.KASSELERDOKFEST.DE

FILMLADEN KASSEL E.V. | GOETHESTR. 31 | 34119 KASSEL | FON: +49 (0)561 707 64-21 | DOKFEST@KASSELERDOKFEST.DE

Kasseler Dokfest / Anja Köhne / Atelier Capra / Yvonne Weber

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Da ist sie nun: die 100. StadtZeit-Ausgabe. Klar, bleibt man lange genug dran, ist es quasi unvermeidlich, fing man seinerzeit einmal mit der Ausgabe 1 an, irgendwann bei 100 anzukommen. Und doch ist es kein ganz so kurzer Weg, legt man im Falle des StadtZeit Kassel Magazins sechs Ausgaben pro Jahr zu Grunde. 16.666 Periode sagt der Taschenrechner dazu, wie viele Jahre das Magazin für die innovativen Seiten der Fuldastadt und der Region, zu dem es sich entwickelt hat, schon besteht. Was natürlich so nicht geht, denn Zweidrittel-Ausgaben lassen sich bislang nicht herstellen. Die ungerade Zahl erklärt sich dadurch, dass wir ganz zu Beginn, als wir auf der Marbachshöhe als StadtteilZeit „losliefen“, in einem vierteljährlichen Rhythmus erschienen und erst einige Zeit später zweimonatlich, so wie Sie es jetzt gewohnt sind. Damit wir bis zur Nummer 100 kommen konnten, war etwas notwendig, was Fachleute gern als „Persistenz“ bezeichnen. Der Duden übersetzt das mit „Ausdauer, Fortdauer, Kontinuität, Zähigkeit“. Der Schreiber dieser Zeilen möchte dem noch hinzufügen: eine gerüttelte Portion Optimismus. Was es darüber hinaus braucht, sind gute Kundinnen und Kunden, die vertrauensvoll mit unserem Team zusammenarbeiten, und mit denen sich gemeinsam auch solche Klippen umschiffen lassen, wie sie die Situation darstellt, die uns alle seit über einem halben Jahr begleitet. Mit seiner 100. Ausgabe legt das StadtZeit-Team die vierte Publikation unter Coronabedingungen vor. An dieser Stelle möchten wir Ihnen, liebe Kundinnen und Kunden, die Sie unser 100 Prozent frei finanziertes Magazin mit ihren Inseraten, PR-Beiträgen und redaktionellen Inputs in diesen Zeiten unterstützen ein riesengroßes „Dankeschön!“ zurufen. Ebenso auch allen, die uns seit 2003, als die StadtteilZeit Marbachshöhe die Bühne der Publikationswelt betrat, unterstützt haben und uns vielfach bis heute treu sind. Auch bei unseren Leserinnen und Lesern bedanken wir uns herzlich, denn auch sie tragen oft mit dazu bei, dass unser Team auf spannende Themen in Kassel und Region aufmerksam wird. Ein besonderer Dank gilt Günter Benedix, der von Ausgabe 3 bis 97 das Erscheinungsbild des StadtZeit Kassel Magazins prägte und der diesen Stab nun im Sommer 2020 weitergab.

Das gesamte StadtZeit-Team (siehe Seite 67) wünscht Ihnen jetzt eine erkenntnisreiche Lektüre.

Bleiben Sie optimistisch. Und persistent!

Klaus Schaake

P.S.: Wer Rechtschreibfehler findet, bringe sich mit ihnen zusammen auf hundert.

100 MAL STADTZEIT KASSEL MAGAZIN

Das StadtLabor des Freien Radios Kassel experimentierte zu hundert Ausgaben.
Hören: www.klausschaake.de/podcasts/



Titelfoto: Dieses Holzschwein kennzeichnet alle an den Wilden Wochen teilnehmenden Betriebe.
© Oliver Plümpe

GESUND LEBEN HEILPRAKTIK, HOMÖOPATHIE UND MEHR	4
ESSEN & GENIESSEN WILDE WOCHEN IM HABICHTSWALD	16
UNTERWEGS ... BEI DEN KULTURBOTEN	24
KULTUR ARSENAL VON OTTO FISCHER, DOKFEST	26
ARCHITEKTUR BAUKULTUR IN DER NORDSTADT	37
WOHNEN & LEBEN WIE CORONA DAS WOHNEN ÄNDERT	48



ENERGIE & UMWELT UNVERPACKT IN KASSEL	52
KURZMELDUNGEN INFOS UND AUSGEWÄHLTE VERANSTALTUNGEN IN KASSEL & REGION	58
VERANSTALTUNGEN TERMINE & PROGRAMMHINWEISE	64
IMPRESSUM	67



Sonnenhut (lat. Echinacea) stärkt das Immunsystem und hilft beispielsweise dabei, eine Erkältung schneller vorübergehen zu lassen.

Positive Erfahrungen mit Naturheilverfahren

In den Zeiten der Pandemie kommt der Aspekt der Prävention bislang zu kurz. Dabei kann jeder viel tun, um sich und sein Immunsystem zu stärken.

StadtZeit-Gespräch mit Stefanie Mai, Mitbegründerin der Heilpraktikerschule Wegwarte

Frau Mai, was kann die Heilpraktik aus Ihrer Perspektive leisten, damit wir Menschen gut durch solche Zeiten gehen, wie wir sie gerade erleben?

Die Zeit, die wir gerade erleben, fordert uns auf unterschiedliche Weise. Im Vordergrund steht natürlich die Corona-Pandemie und damit die Frage, wie wir uns vor der Infektion schützen können. Neben den bestehenden Maßnahmen wie Mund-Nasen-Schutz und Abstandsregelung kann natürlich jeder viel tun, um sein Immunsystem zu stärken. Damit, falls wir uns infizieren, die Erkrankung einen leichteren Verlauf nimmt.

Was genau kann jede und jeder für sich tun?

Zur Stärkung des Immunsystems stehen uns verschiedene Substanzen zur Verfügung, beispielsweise die Vitamine A, C und E, sowie die Spurenelemente Selen und Zink. Aus der Pflanzenheilkunde kennen wir Echinacea, den Sonnenhut.

Ein ganz wichtiger Punkt ist die Darmgesundheit, denn ein gesunder Darm ist die Voraussetzung für ein starkes Immunsystem. Daher würde ich in jedem Fall eine so genannte Darmsanierung empfehlen. Bewegung an frischer Luft, ausreichend Pausen und eine vielseitige Ernährung mit einem hohen Anteil an frischen Produkten tun darüber hinaus allen gut und stärken ebenfalls unser Immunsystem. Im Hinblick auf eine mögliche Infektion ist in meinen Augen der Aspekt der Prävention über die Zeit seit März dieses Jahres viel zu kurz gekommen.

Sehen Sie mit Bezug zur Corona-Pandemie Grenzen für heilpraktische Behandlungen?

Oh ja. Wir Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker sind schließlich an bestehende Gesetze gebunden. In diesem Fall halten wir uns natürlich an das Infektionsschutzgesetz. Dort ist ganz klar geregelt, dass wir bei einer Erkrankung durch Covid-19 ein Behandlungsverbot haben. Ansonsten können wir ganz normal weiter arbeiten, natürlich unter Berücksichtigung aller Hygieneregeln, die bei uns sowieso Standard sind.

Der Heilpraktik wird gern die Nähe zu Scharlatanerie unterstellt. Das Stichwort „unwissenschaftlich“ reicht dabei aus, um das zu untermauern. Erleben Sie solche Anwendungen in Ihrer täglichen Praxis?

Nein, das kann ich nicht sagen. Die Menschen, die meine Praxis aufsuchen, tun das ja bewusst, weil sie eine andere als die schulmedizinische Methode ausprobieren möchten. Die meisten haben bereits positive Erfahrungen mit Naturheilverfahren gemacht und lassen sich nicht von den reißerischen Berichten beeindrucken.

In meiner Praxis arbeite ich vor allem mit Kindern. Da erlebe ich viele Eltern, die sich sehr mit der Thematik auseinander gesetzt haben und sich bewusst für diesen Weg entscheiden. Natürlich führe ich in letzter Zeit häufiger Gespräche über die Wirksamkeit von Naturheilverfahren, aber die eigenen Erfahrungen stehen doch meistens im Vordergrund und sind ausschlaggebend für die Entscheidung, wie Erwachsene oder ihre Kinder behandelt werden sollen.

Wie erkenne ich als Patient, ob es sich um ein seriöses Angebot handelt oder nicht?

Das ist eine schwierige Frage, woran erkennen Sie, ob ein Arzt gut ist oder nicht, oder ein Gärtner oder ein Frisör? Und was heißt seriös? Meiner Meinung nach ist es immer wichtig, dass ich mich gut aufgehoben fühle sowie dass der oder die Behandelnde meine Bedürfnisse sieht und sich ausreichend Zeit nimmt – die „Chemie“ sollte stimmen. Natürlich spielt auch das Therapieverfahren eine wichtige Rolle. Hat jemand zum Beispiel Angst vor Spritzen, ist die Akupunktur möglicherweise nicht die geeignete Methode.

Für uns als Ausbildungsinstitut ist Seriosität absolut wichtig und wir vermitteln genau die Inhalte, die eine seriöse Heilpraktikerin und ei-

nen seriösen Heilpraktiker ausmachen – eine Garantie gibt es leider nie. Schwarze Schafe gibt es in jeder Branche, also auch in unserer.

Was ist – über das Fachwissen hinaus – die zentrale Botschaft, die Sie Ihren Schülerinnen und Schülern mit auf den Weg geben? Der Name „Wegwarte“, den wir unserer Schule gegeben haben, weist bereits darauf hin. Die Wegwarte ist eine blaue Blume, die immer am Wegesrand steht und Menschen auf „ihrem Weg“ begleitet. Wir möchten unsere Schülerinnen und Schüler genauso gut begleiten auf ihrem Weg in die Selbständigkeit und sie dabei unterstützen, herauszufinden, was sie wirklich gut können, wofür ihr Herz schlägt und was sie in die Welt tragen wollen. Genau das sollte der Motor für ihre Ausbildung sein und wir möchten, dass sich unsere „Azubis“ sowohl beruflich als auch persönlich weiter entwickeln.

Interview: Klaus Schaake



Stefanie Mai ist ausgebildete Diätassistentin. Sie absolvierte ein Studium der Humanmedizin und ist seit 2003 Heilpraktikerin in eigener Praxis. 2006 wurde sie Mitbegründerin und Leiterin der Heilpraktikerschule Wegwarte in Marburg.

Effektive sanfte Heilweise

Similia similibus curentur – Ähnliches wird in der Homöopathie durch Ähnliches geheilt. Lernen Sie in der Paracelsus Schule Kassel diese fantastische Therapiemethode kennen!

Die Homöopathie gehört zu den effektivsten sanften Heilweisen der modernen Zeit. Sie geht auf Dr. med. Samuel Hahnemann (1755-1843) zurück, der im ausklingenden 18. Jahrhundert äußerst unzufrieden mit den zum Teil brachialen Methoden seiner Kollegen war.

Mit der Homöopathie entwickelte er seine ganz eigene Therapiemethode. Hahnemann sah Krankheit als eine Störung, die den ganzen Menschen betrifft. Er betrachtete und behandelte nicht das einzelne Symptom, sondern den Patienten in seiner Gesamtheit. Schnell wurde er mit seiner Heilkunst bekannt und berühmt.

Die Homöopathie kann bei vielen akuten sowie chronischen Krankheiten eine deutliche Verbesserung der Symptome erzielen, bis hin zur absoluten Beschwerdefreiheit. Die klassische Homöopathie arbeitet mit Verdünnungen (Potenzen) von Arzneien aus dem Pflanzen-, Tier- und Mineralreich sowie den chemischen Elementen. Dazu wird in einer ausführlichen Anamnese die körperliche sowie die geistig-seelische Befindlichkeit des Patienten aufgenommen und ein auf die gesamte Per-

sönlichkeit abgestimmtes Mittel gewählt, das bei einem Gesunden dieselben Symptome hervorrufen würde, die der Patient hat. Das regt die Selbstheilungskräfte des Patienten an und ermöglicht eine Gesundung aus eigener Kraft.

Willkommen zum Info-Abend am 9. November!

Die Paracelsus Schule Kassel, Nordhessens Adresse Nummer 1 für die Ausbildung in alternativen Heilberufen, stationiert am zentralen Friedrichsplatz 8, bietet neben der großen Fachausbildung zur/zum Homöopathen/in auch verschiedene Fachseminare und Workshops rund um diese fantastische Therapiemethode an. Beim Infoabend am 9.11.2020 können Sie von 17 bis 18:30 Uhr mehr über die Homöopathie und ihre Möglichkeiten erfahren.

Bei Paracelsus sind Sie richtig: Über 44 Jahre Erfahrung und AZAV-zertifizierte Qualität sprechen für Europas führendes Heilpraktiker-Ausbildungsinstitut.



Kontakt: Paracelsus Heilpraktikerschule Kassel
Friedrichsplatz 8, 3411 Kassel
Tel. 0561 932 4747, E-Mail: kassel@paracelsus.de
www: paracelsus.de/kassel

paracelsus.de
die heilpraktikerschulen

Menschliche Zuwendung in einer schnelllebigen Zeit

Eine Heilmethode aus einer anderen Zeit ist beliebt wie nie, obwohl ihre Arzneimittel sprichwörtlich „nichts“ enthalten. Können wir heute dennoch von ihr profitieren? Eine persönliche Annäherung an das Thema Homöopathie.



Globuli – sanftes Heilen – ganzheitliche Betrachtungsweise“. Das ist das erste was mir in den Sinn kommt, als ich den Auftrag bekomme, einen Artikel über Homöopathie zu schreiben. Ich bin ja durchaus offen für alternative Heilmethoden. Aber ausgerechnet Homöopathie – die Arzneimitteltherapie ohne Wirkstoff? Ich bin skeptisch und fange an zu recherchieren. Für einen ersten Überblick lese ich zuerst die entsprechende Wikipedia-Seite. Da heißt es, dass die Homöopathie zu den Pseudowissenschaften gezählt wird und keine nachweisbare Wirkung über den Placeboeffekt hinaus habe. Zu einem ähnlichen Ergebnis kommt ein langer Spiegel-Artikel aus dem Jahr 2010. Ich hole mir ein paar Bücher aus der Bibliothek und stöbere darin herum. Auch ein Buch über berühmte Pioniere der Medizin fällt mir in die Hände.

Ein Arzt geht andere Wege

Darin wird die Geschichte Samuel Hahnemanns – des Begründers der Homöopathie – ausführlich dargelegt. Zu seiner Zeit, Ende des 18. Jahrhunderts, sah die Medizin noch deutlich anders aus als heute. Die Naturwissenschaft steckte noch in den Kinderschuhen und Ärzte schaden ihren Patienten mit radikalen Therapiemethoden oft mehr, als dass sie ihnen halfen. Aderlässe, Einläufe und Brechmittel waren an der Tagesordnung. Man glaubte noch an die Humoralpathologie, oder auch Vier-Säfte-Lehre, eine in der Antike entwickelte Krankheitslehre von den Körpersäften und deren Mischung als Voraussetzung für Gesundheit – oder eben Krankheit. Die Erkenntnis, dass der Körper aus Zellen aufgebaut ist, hatte sich noch nicht durchgesetzt und auch von kleinsten, unsichtbaren

Krankheitserregern, wie Bakterien oder Viren, wusste man noch nichts. Das Wirken Hahnemanns erscheint vor diesem Hintergrund geradezu visionär. Er wollte seinen Patienten wirklich helfen, wollte sie sanft heilen. Gleiches behandelte er mit Gleichem, indem er seinen Patienten Substanzen verabreichte, die bei einem Gesunden die gleichen Symptome auslösen würden, welche die Krankheit hervorruft. Dadurch müsse sich der Körper des Kranken mit dieser „Kunst-Krankheit“ auseinandersetzen und könne somit die eigentliche Krankheit überwinden. Da dabei Substanzen pflanzlichen, mineralischen und tierischen Ursprungs zum Einsatz kamen, die teilweise hochgiftig waren, verdünnte Hahnemann sie. Er nannte es „potenzieren“, da nach seiner Ansicht die Wirkung der Arznei umso stärker würde, je mehr sie verdünnt sei.

Wissenschaftlich nicht nachweisbar ...

So weit so gut. Dass Hahnemanns Theorien in dieser „vorwissenschaftlichen“ Zeit viele Anhänger fand ist nicht verwunderlich. Aber heute, 200 Jahre später, hat sich eben die Naturwissenschaft und auch die Medizin enorm weiterentwickelt. Die Wirkung von homöopathischen Arzneien lässt sich jedoch noch immer nicht wissenschaftlich erklären. Und auch die Homöopathen selbst bleiben eine befriedigende Erklärung der Wirkweise schuldig. „Es wirkt doch“ oder „Man kann nicht alles naturwissenschaftlich erklären“ sind gängige Aussagen, mit denen sie Skeptikern entgegenzutreten. Einig sind sich die Homöopathen darin, dass in homöopathischen Arzneimitteln (ab D6) keine Moleküle der Ursprungssubstanz mehr enthalten sind. Das Mittel trage aber deren „Energie“ bzw. „Information“ und wirke auf den „feinstofflichen“, den unsichtbaren seelisch-geistigen, Bereich des Menschen. Niedrig potenzierte Arzneien wirken demnach vorrangig auf der körperlichen Ebene, wogegen Hochpotenzen mehr auf der seelischen Ebene wirken sollen.

Unter den überzeugten Homöopathen befinden sich auch viele Schulmedizinerinnen und -mediziner. Bei meinen Recherchen fiel mir ein Buch einer solchen in die Hände, einer ausgebildeten Ärztin, die jahrelang eine homöopathische Praxis führte und damit großen Erfolg hatte. Sie habe ein flammendes Plädoyer für die Homöopathie schreiben wollen, heißt es darin. Herausgekommen ist das Gegenteil. Sie hinterfragt die Wirkweise des Ähnlichkeits-Prinzips der homöopathischen Arzneimittel streng und kommt zu dem Schluss, dass diese wissenschaftlich nicht nachweisbar sei. Es sei keine „Energie“ oder „Information“ in den Arzneimitteln enthalten und eine Wirkung sei nur durch den Placebo-Effekt erklärbar. Allerdings betont sie die positiven Effekte der ganzheitlichen Betrachtungsweise und der zeitintensiven Anamnese, die Homöopathen betreiben. Hier kommen Vergleiche mit der Psychosomatik ins Spiel. Obwohl sie „unter homöopathischer Therapie“ deutliche Verbesserungen verschiedenster Krankheiten gesehen habe, hat sich diese Ärztin von der Homöopathie abgewandt, da sie ihren Patienten nur verabreichen wolle, was nachweislich wirkt.

... und trotzdem wirksam?

Nachdem ich dieses Buch gelesen hatte, war ich überzeugt. Homöopathie als Arzneimittel lehre kann nicht funktionieren. Eine eventuelle positive Wirkung muss der Psyche zugeschrieben werden. Ein klarer Fall also. Doch ist es wirklich so eindeutig? Andere Beispiele und Gespräche mit verschiedenen Personen brachten meine sorgfältig angelesene Überzeugung ins Wanken. Ein erfahrener HNO-Arzt berichtete der StadtZeit (Ausgabe 64), wie er über seinen Hund zur Homöopathie kam und diese seither neben seiner schulmedizinischen Tätigkeit praktiziere. Menschen, die durch eigene positive Erfahrungen tiefgreifend von der Homöopathie und anderen alternativen Heilmethoden überzeugt sind, erzählten mir eindringlich davon.

Sollte es „Feinstoffliches“ geben, worauf sich die Homöopathie fokussiert und was naturwissenschaftlich orientierten Menschen so unendlich schwerfällt zu akzeptieren? Könnte es nicht sein, dass es jetzt noch nicht nachweisbar ist, weil unsere Messmethoden einfach noch nicht fein genug sind? So wie im 18. Jahrhundert Bakterien sehr wohl existent, aber eben noch nicht nachweisbar waren. Auch ein Herr Semmelweis – der Pionier der Krankenhaushygiene, der Mitte des 19. Jahrhunderts für die Händedesinfektion gegen unsichtbare Krankheitserreger eintrat – wurde zu seiner Zeit nicht ernstgenommen und als Scharlatan abgetan. Selbst wenn es dieses Feinstoffliche eben nicht gibt und die positiven Wirkungen der Homöopathie doch nur auf dem Placeboeffekt, der zeitintensiven Zuwendung der Therapeuten und auf Autosuggestion beruhen sollten, dann empfinde ich jetzt diese Aspekte in Kombination mit der Schulmedizin immer noch als einen Gewinn für die Menschen in einem Gesundheitssystem, in dem Zeit und menschliche Zuwendung zunehmend wegrationalisiert werden, zugunsten der Ökonomie und auf Kosten der menschlichen Versorgung. Vielleicht ist der große Zuspruch, den die unwissenschaftliche Homöopathie erneut erfährt, ein Symptom unserer schnelllebigen, hoch-effizienten Zeit, in der menschliche Zuwendung zunehmend auf der Strecke bleibt.

Hauptquellen:

- Grams, Natalie (2015): *Homöopathie neu gedacht. Was Patienten wirklich hilft*, Springer Verlag.
- Grill, Markus/ Hackenbroch, Veronika (2010): *Der große Schüttelfrost*, in: *Der Spiegel*, 28/2010. Online unter: <https://www.spiegel.de/spiegel/print/d-71558786.html>
- Weymayr, Christian (2007): *Hippokrates, Dr. Röntgen & Co. Berühmte Pioniere der Medizin*, Berlin Verlag GmbH/ Bloomsbury

Text: Rosemarie Rohde



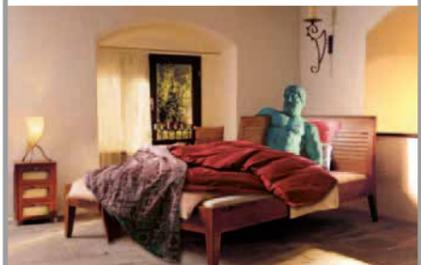
Gesunder Schlaf kann auch schön aussehen



Unser Problemlöser: Das Lattoflex Bettsystem mit Tellerfederung und Zufriedenheitsgarantie!



Kuschelige Dr. Metz Daunendecken gefüllt mit Upländer Öko-Downen in 5 Wärmeklassen



Große Auswahl an Massivholzgestellen, auch wenn's mal besonders stabil sein muss



Lassen Sie sich beraten von Ihrem Bettenspezialisten mit tausenden zufriedenen Kunden

HILLEBRAND
LIEGEN + SITZEN

Wilhelmshöher Allee 274
34131 Kassel
Tel.: 0561/32073
www.liegen-sitzen.de

Heilen durch Energieübertragung

Homöopathie erfreut sich großer Beliebtheit. Rund um Ähnlichkeitsprinzip und Lebensenergie dreht sich das Wirkprinzip dieser sanften Heilmethode.



Chronische Beschwerden wie Heuschnupfen lassen sich mit Homöopathie erfolgreich behandeln.

StadtZeit-Gespräch mit Anke Mendoza, Heilpraktikerin und erfahrene Krankenschwester.

Frau Mendoza, welches war ihr größter Heilerfolg, den Sie mit der Homöopathie bei Ihren Patienten erzielen konnten?

Ich habe insbesondere sehr gute Erfahrungen bei der Behandlung von Entwicklungsstörungen bei Kindern gemacht. Oft im Zusammenhang mit der Schule, bei Lern- oder Konzentrationsstörungen zum Beispiel. Ich erinnere mich an eine meiner kleinen Patientinnen, die in Vielem etwas verlangsamt war. Sie litt an einer moderaten Wachstumsverzögerung und war auch etwas schwach und ängstlich. Bei ihr hatte ich eine Langzeitbehandlung eingeleitet, danach habe ich mit Freude eine sehr gute Entwicklung feststellen können.

Wie genau haben Sie das erreicht?

Ich habe nach dem Ähnlichkeitsprinzip und unter Berücksichtigung ihrer spezifischen Konstitution im Rahmen einer Konstitutionstherapie das passende Mittel für sie gefunden. Natürlich habe ich, je nach Verlauf, zwischendurch auch mal ein anderes Mittel verordnet, aber ich kehrte immer wieder zu der ursprünglichen Arznei zurück, die ihr so gut geholfen hat. Jetzt beginnt bei ihr so langsam die

Pubertät und sie ist weitgehend von den ursprünglichen Beeinträchtigungen befreit.

Was genau ist eine Konstitutionstherapie?

Homöopathie arbeitet auf zwei Ebenen. Bei akuten Beschwerden auf der körperlichen Ebene verwenden wir niedrigpotenzierte Arzneimittel. Bei einer Verletzung durch einen Sturz beispielsweise eignet sich Arnica sehr gut. So etwas Akutes bekommt man schnell in den Griff. Eine Konstitutionstherapie ist bei grundlegenden Störungen im System des Betroffenen indiziert, etwa bei chronischen Beschwerden wie Migräne, Heuschnupfen oder Neurodermitis. Dann kommt ein Konstitutionsmittel – meist eine Hochpotenz – zum Einsatz, das im feinstofflichen Bereich wirkt. Im Sinne des ganzheitlichen Ansatzes behandeln wir nicht nur das vorliegende Krankheitsbild des Patienten symptomatisch, sondern nehmen auch entsprechend Einfluss auf seine Konstitution – die angeborenen körperlichen, seelischen und geistigen Eigenschaften des Individuums. In der homöopathischen Anamnese gucken wir welches Mittel dessen Gesamtzustand entspricht.

Lebensenergien fließen lassen

Stichwort: „Feinstofflichkeit“. In der Homöopathie spielt dieser Begriff eine große Rolle. Genauso wie der Begriff der „Lebenskraft“. Was können sich unsere Leserinnen und Leser darunter vorstellen?

„Lebenskraft“ ist ein Ausdruck, der oft mit dem Begriff „Qi“ der Traditionellen Chinesischen Medizin in Zusammenhang gebracht wird. Er bezeichnet die Lebensvorgänge als ein verwobenes System von materiellen und immateriellen Kräften. Qi ist im Grunde genommen Energie, Aktivität und Funktion. Sie ist in ständigem Fluss durch bestimmte Leitbahnen unseres Körpers. Eine Erkrankung ist in diesem Sinne eine Störung oder ein Ungleichgewicht dieser „Lebensenergie“. Ziel der Behandlung ist demzufolge diese Störung auszugleichen, damit die Lebensenergie frei fließen kann.

Homöopathie arbeitet mit Energieübertragung im Sinne von elektromagnetischen Schwingungen. Das ist schwer vorstellbar, weil es nichts Stoffliches ist. Im Gegensatz zur „grobstofflichen“ Ebene, was die sichtbare und messbare Materie darstellt, ist die „feinstoffliche“ Ebene nicht sichtbar.

Homöopathische Arzneimittel werden verdünnt. Dieses Verdünnen nennt man in der Homöopathie „potenzieren“. In höheren Potenzen sind keine Moleküle der Ursprungssubstanz mehr enthalten. Was hat es in diesem Zusammenhang mit der „Energie“ bzw. der „Information“ dieser Arzneimittel auf sich?

In einer niedrigen Potenz, beispielsweise einer D1-Potenz, ist noch Materie drin. Dabei ist ein Teil Arznei mit neun Teilen Wasser vermischt. Das Gemisch wird zehnmals verschüttelt und anschließend wird wieder ein Teil davon mit neun Teilen Wasser verschüttelt, was eine D2-Potenz ergibt. Auf diese Weise geht es weiter bis irgendwann keine Materie mehr in dem Arzneimittel drin ist. Es beinhaltet

dann nur noch die Energie, also die Information der Ursprungssubstanz. Deshalb kann man in hohen Potenzen auch so giftige Substanzen wie Arsen geben.

Was Sie gerade beschreiben, ist aus naturwissenschaftlicher Sicht schwer nachvollziehbar und die Homöopathie sieht sich daher auch mit weitverbreiteter Kritik konfrontiert. Trotzdem erfreut sie sich nach wie vor großer Beliebtheit. Was suchen Menschen, die sich der Homöopathie zuwenden?

„Ich war schon bei verschiedenen Ärzten und keiner konnte mir helfen!“ Das sagen manche Patienten, die zu mir kommen. Sie wollen auch erstmal einen „sanfteren“ Weg gehen und nicht gleich konventionelle schulmedizinische Medikamente, die oft nur Symptome unterdrücken, einnehmen. Bei chronischen Blasenbeschwerden beispielsweise kann die Ursache auch eine angeborene Anfälligkeit bzw. bestimmte Wesensmerkmale sein. Die Homöopathie betrachtet den Menschen als Ganzes; das Körperliche, Seelische und Geistige bildet eine Einheit und auf allen diesen Ebenen kann die Ursache der Beschwerden zu finden sein. Dazu führen wir eine zeitintensive homöopathische Anamnese durch und arbeiten im Anschluss daran ganz individuell das passende Mittel für den Patienten heraus.

Heilungsprozesse beschleunigen

Gibt es für Sie Grenzen bei einer homöopathischen Behandlung?

Natürlich. Eine homöopathische Behandlung sollte aus meiner Perspektive unterlassen werden, bei Zuständen, die einen chirurgischen Eingriff notwendig machen, wie beispielsweise, ein Darmverschluss oder eine Blinddarmentzündung, bei weit fortgeschrittenen Erkrankungen, bei denen es bereits zu irreversiblen Schäden gekommen ist, wie einer Leberzirrhose oder Gelenkverschleiß und natürlich bei lebensbedrohlichen Erkrankungen und Notfällen, wie einem Herzinfarkt, Schlaganfall oder allergischem Schock. Auch Krankheiten, die eine Substitutionstherapie erforderlich machen, beispielsweise bei Diabetes oder eine Schilddrüsenunterfunktion, würde ich nicht rein homöopathisch behandeln. Die Homöopathie kann dabei aber dennoch unterstützend wirken.

Demnach sind also Homöopathie und Schulmedizin für Sie durchaus kompatibel?

Ich finde es gut, beide Seiten zu haben, denn guter Erfolg ergibt sich oft erst, wenn mehrere Elemente zusammenwirken. Eine konventionelle Dauermedikation schließt eine homöopathische Behandlung keinesfalls aus und mit der Homöopathie lässt sich gerade präventiv viel bewirken, damit gravierendere Störungen erst gar nicht entstehen. Außerdem können notwendige chirurgische Eingriffe homöopathisch gut unterstützt werden, sei es durch eine OP-Vorbereitung oder eine Nachsorge. So kann sich der Heilungsprozess beschleunigen. Ich fände es schön, wenn die Homöopathie und die Schulmedizin künftig mehr zusammenarbeiten würden.

Interview: Rosemarie Rohde



Anke Mendoza ist langjährige Krankenschwester sowie Fachkrankenschwester für Anästhesie- und Intensivpflege sowie erfahrene Heilpraktikerin. Sie absolvierte mehrjährige Ausbildungen in der Traditionellen Chinesischen Medizin sowie der Homöopathie und praktiziert seit 2007 in ihrer eigenen Praxis für Naturheilkunde.

LebensSpielRaum

Petra Kimm

Yin & Beauty Celebration

fon +49 (0)561 . 430 212 95
www.lebensspielraum-kassel.de

PRAXIS FÜR KLASSISCHE HOMÖOPATHIE



Ulrike Ariela Göbel
Heilpraktikerin

0561 / 20 26 09 07

Stärken Sie
mit meiner fachkundigen Hilfe
Ihr Immunsystem!

Lindenstraße 9 34131 Kassel - Wilhelmshöhe www.ulrike-göbel.de



IMAGINA DECKENBILDER

Phantasiereisen für die Seele

www.gabrielawolf.de | heilungsfördernde wand- und raumgestaltung

Naturheilpraxis für ganzheitliche Therapie

Schmerzbehandlung | Hilfe für Nacken, Schulter, Rücken
Neurologische Erkrankungen | Allergien | Augenerkrankungen

Beate Bangert-Kühne
Heilpraktikerin und Fachkrankenschwester Neurologie



34117 Kassel | Treppenstraße 5
Tel.: 0151-16 52 98 47 | bb-kuehne@web.de | www.heilpraktikerin-kassel.de

Paarberatung

Geben Sie
Ihrer Beziehung eine Zukunft.

www.Claus-Trauernicht.de

Paarberatung Familienberatung Einzelberatung Coaching

Mit Ayurveda-Medizin gesund werden und gesund bleiben



Aus ayurvedischer Sicht wirken in jedem Menschen die drei Kräfte Vata, Pitta und Kapha. Sind sie nicht im Gleichgewicht, kann das Krankheiten verursachen. Solche Entwicklungen frühzeitig zu erkennen und zu behandeln ist das Ziel Ayurveda-Medizin, die sich mit Lebensweise und Ernährung befasst und über eine umfassende Pflanzenheilkunde

und hochwirksame Reinigungsmethoden verfügt. Ihre besondere Stärke liegt in der Behandlung chronischer Beschwerden wie Gelenkerkrankungen, Wechseljahresbeschwerden, Verdauungs- und Schlafstörungen.

Für meine Patienten entwickle ich ein individuelles Behandlungskonzept auf der Grundlage der Ayurveda-Medizin, wobei ich auch weitere Therapien aus meiner langjährigen naturheilkundlichen Erfahrung einbeziehe. Zudem verbinde ich die Naturheilkunde mit moderner Diagnostik wie Nährstoff- und Stuhlanalysen.



Kontakt:

Dr. med. Hilde Kartes-Sigwart
Fachärztin für Allgemeinmedizin,
Ayurveda-Medizin, Naturheilverfahren
Goethestr. 34, 34119 Kassel, Tel. 0157-75219248
info@kayurveda.de, www.kayurveda.de

Schöne Räume für Ihre Kurse, Seminare,
Vorträge, Trainings, Sessions.....
ZENTRUM im Vorderen Westen e.V.
Verein für bewusstes und gesundes Leben
Lassallestr. 4
34119 Kassel
T.0561-26399, www.zentrum-kassel.de

Pflegen. Begleiten. Beraten.

☎ 0561 313103

Neue Tagespflege an der Lukaskirche

www.diakoniestationen-kassel.de

Erfahren und leistungsstark –
in Kassel, Baunatal und Niestetal.

Diakoniestationen
Kassel

Homöopathie ABC

Ähnlichkeitsprinzip (Simile-Prinzip):

Grundprinzip der Homöopathie: Ähnliches möge mit Ähnlichem geheilt werden (lat. similia similibus curentur). Kranke werden mit homöopathischen Arzneien behandelt, die bei Gesunden ähnliche Krankheitserscheinungen hervorrufen würden, welche die Krankheit selbst auslöst.

Allopathie:

(aus dem Griechischen állos für anders, verschieden und páthos für Leiden, Krankheit) therapeutisches Prinzip der Schulmedizin, wobei Symptome mit entgegengesetzt wirkenden Mitteln behandelt werden. Der Begriff wurde von Hahnemann geprägt, um den Unterschied zur Homöopathie hervorzuheben.

Anamnese, homöopathische:

Erhebung der Krankengeschichte. Die sogenannte Erstanamnese stellt eine umfangreiche Befragung zu allen Lebensbereichen dar und dauert mindestens eine Stunde.

Einzelmittel:

Homöopathisch aufbereitetes Arzneimittel, das nur einen Wirkstoff – gemäß des Wirkstoffbegriffs der Homöopathie – enthält. Die Anwendung von homöopathischen Einzelmitteln erfordert, im Gegensatz zu Komplexmitteln, meist eine individuelle Ermittlung des passenden Mittels. Bei bestimmten Erkrankungen können E. jedoch in niedrigen Potenzen auch zur Selbstbehandlung angewendet werden.

Feinstofflichkeit:

Die Homöopathie unterscheidet zwischen Grobstofflichem, was die sicht- und messbare Materie darstellt, und Feinstofflichem, im Sinne

von elektromagnetischen Schwingungen. Letzteres ist für den Menschen nicht sichtbar, soll aber dennoch Einfluss auf ihn ausüben.

Ganzheitlichkeit:

Im Sinne eines ganzheitlichen Ansatzes will die Homöopathie nicht nur körperliche Symptome be-handeln, sondern fokussiert gleichermaßen auf Körper, Geist und Seele des Erkrankten, um die Ursachen von Beschwerden zu finden.

Globuli:

Globuli stellen die häufigste Darreichungsform homöopathischer Arzneimittel dar. Die kleinen weißen Streukügelchen aus Zucker sind mit homöopathischen Arzneimitteln benetzt. Tropfen und Tabletten sind weitere weitverbreitete Darreichungsformen. Daneben gibt es in der Homöopathie auch Salben, Zäpfchen und Injektionen.

Hahnemann:

Christian Friedrich Samuel Hahnemann (1755-1843) war ein deutscher Arzt und Begründer der Homöopathie. 1810 veröffentlichte er das „Organon der Heilkunst“, sein Grundlagenwerk zur Homöopathie.

Homöopathie:

(aus dem Griechischen homoios für gleich, ähnlich und páthos für Leiden, Krankheit) Heilmethode nach Hahnemann, die im Gegensatz zur Allopathie (Schulmedizin) auf dem Ähnlichkeitsprinzip beruht. Sie soll den Körper zur Selbstheilung anregen.

Komplexmittel/Kombinationspräparate:

Mischungen aus mehreren homöopathischen

Einzelmitteln. Die Zusammensetzung der Einzelsubstanzen ist auf ein Anwendungsgebiet abgestimmt. Komplexmittel enthalten meist Niedrigpotenzen.

Konstitutionstherapie:

Eine Konstitutionstherapie wird bei grundlegenden Störungen angewandt, etwa bei chronischen Beschwerden, und erfolgt über einen längeren Zeitraum. Konstitution bezeichnet die angeborenen körperlichen, seelischen und geistigen Eigenschaften eines Menschen. Im Rahmen einer K. werden im Sinne der Ganzheitlichkeit nicht nur die körperlichen Symptome betrachtet, sondern Körper, Geist und Seele stehen gleichermaßen im Fokus. Der Betroffene bekommt ein Konstitutionsmittel – ein homöopathisches Mittel, das seinem Wesen am Ähnlichsten ist. Im Laufe der K. kann sich die Konstitution ändern, daher sind regelmäßige Konsultationen erforderlich, um das Konstitutionsmittel ggf. anzupassen.

Lebenskraft:

Die L. ist nach Hahnemann eine geistartige, den Körper des Menschen belebende Kraft. Ist diese im Gleichgewicht, dann ist der Mensch gesund. Eine gestörte L. hingegen führt zu Krankheit.

Nosode:

(griech. nosos für Krankheit) homöopathisches Arzneimittel, das aus „krankem“ Material wie Eiter, Krankheitserregern, Krebszellen oder Blut hergestellt wird. Nosoden kommen vor allem bei Infektionen und chronischen Leiden zur Anwendung und sollen das Immunsystem stimulieren, damit der Körper die Erkrankung aus eigener Kraft überwinden kann.

Potenz:

Stufe der Potenzierung eines homöopathischen Arzneimittels (D-Potenz: Verdünnungsverhältnis 1:10, C-Potenz: Verdünnungsverhältnis 1:100, LM- oder Q-Potenz: Verdünnungsverhältnis 1:50.000). Die Zahl hinter der Potenz gibt an, wie oft die Verdünnung wiederholt wurde. Verschüttelt man einen Teil der Ausgangssubstanz mit neun Teilen Wasser oder Alkohol, erhält man eine D1-Potenz. Verschüttelt man wiederum einen Teil davon mit neun Teilen des Verdünnungsmittels, ergibt dies eine D2-Potenz. Bei einer Potenz D6 beträgt die Verdünnung 1:1.000.000; ab dieser Potenz ist in dem Arzneimittel kein materiell-nachweisbarer Wirkstoff mehr enthalten. Dennoch geht die Homöopathie davon aus, dass das Heilmittel umso wirksamer ist, je höher dessen Potenz ist. Ab einer Potenz C30 spricht man von Hochpotenzen.

Potenzierung:

Herstellungsprozess homöopathischer Arzneimittel durch Verdünnung und Verschüttelung der Ausgangssubstanz. Durch die Potenzierung soll die Wirksamkeit des Mittels gesteigert werden.

Repertorium:

Nachschlagewerk mit Listen der Symptome, die bei der Anwendung eines homöopathischen Arzneimittels beim Gesunden beschrieben wurden. Repertorien dienen dazu im Anschluss an die homöopathische Anamnese das passende Mittel, welches den Symptomen des Erkrankten am ähnlichsten ist, zu finden. Heute kommen dazu häufig Computerprogramme zum Einsatz.



Praxis Dr. med.

Sabine Schäfer

im Gesundheitszentrum Marbachshöhe

- Fachärztin für Allgemeinmedizin
- Anthroposophische Medizin
- Ernährungsmedizin DGEM/DAEM
- Vorsorge und Behandlung von Kindern und Jugendlichen
- Heileurythmie
- Rhythmische Massage
- Sprachgestaltung

Ludwig-Erhard-Str. 34
34131 Kassel
Telefon: (0561) 3 93 85
E-Mail: info-kassel@dr-sabine-schaefer.de

Farbige Räume, schöne Träume



Fotos: farbe.raum.wirkung, Gabriela Wolf

Farben sind mehr als nur eine physikalische Erscheinung. Davon legen Gabriela Wolfs Arbeiten Zeugnis ab. Mit heilungsfördernder Farbgestaltung verwandelt sie Kranken- und Pflegezimmer in Wohlfühlorte.

Sabine schließt Ihre Augen, und tritt über eine Türschwelle. Jetzt darf sie ihre Augen wieder öffnen. Vor ihr liegt ein lichtdurchfluteter Raum. Die Gelb- und Orangetöne der Wände geben dem hereinfallenden Sonnenlicht Wärme und sie fühlt sich bei dem Anblick sofort geborgen. Durch das gekippte Fenster gelangt die frische Herbstluft in den Raum, dennoch ist ihr kein bisschen kalt. Sie überfällt ein wohliges, nostalgisches Gefühl als sie sich an die warmen Herbsttage ihrer Kindheit erinnert, in denen sie, mit ihren Geschwistern, zwischen dem frisch gefallenen Laub Fangen spielte. Ihr Blick gleitet nochmal ruhig durch den Raum, er bleibt an dem frischen Blumenstrauß auf einem kleinen Beistelltisch, neben dem weiß-bezogenem Bett, hängen. So hatte sie sich das Zimmer in einem Altenpflegeheim nicht vorgestellt. Sie lächelt.

Individuell gefärbt

Menschen wachsen in einem Farbkontext auf. Je nachdem ob sie in der Stadt oder auf dem Land aufwachsen sind es unterschiedliche Farben, die sie während ihres Lebens umgeben. Diese Farben prägen und spielen eine große Rolle darin, welche Emotionen Individuen mit diesen Farben verbinden. „Farben nehmen wir über die Augen war. Das ist reine Physik. Alles andere, was wir dazu spüren, sind Emotionen“, sagt Gabriela Wolf. Die Expertin beschäftigt sich seit über zwanzig Jahren mit der Heilungsförderung durch Farbe und Gestaltung. Insgesamt hat sie sogar schon seit über dreißig Jahren mit Farben zu tun. Vorher arbeitete sie als gelernte Theater- und Kulissenmalerin. Heute gestaltet sie Räume, Wände und Deckenbilder für

medizinische Einrichtungen wie Krankenhäuser und Altenpflegeheime. Die meisten von uns haben eine individuelle Geschichte mit Farben. „Es gibt Menschen, die schon mal einen Unfall hatten und länger unter freiem Himmel lagen. Nach solchen Situationen kann es passieren, dass diese Menschen kein himmelblau mehr mögen“, erklärt Gabriela Wolf. Farben werden in vielen Bereichen, auch manipulativ, eingesetzt. Ein Beispiel dafür sind Trend- und Modifarben. Auf einmal sind alle Wohn- und Dekogegenstände in Läden grau und senfgelb. Einrichtungs- und Modemagazine sowie soziale Netzwerke sind überflutet von sauberen, ästhetischen Zimmern in genau diesen Trendfarben. Werbung spielt gezielt mit den Emotionen der Menschen, um ihr Kaufverhalten zu beeinflussen. Nachdem das Unterbewusstsein die Trendfarbe mehrmals in angesagten Magazinen gesehen hat, verbindet es die Farbe beispielsweise mit dem Wunsch modern zu sein und das Bewusstsein bekommt das Signal: „Du brauchst unbedingt ein senfgelbes Sofa.“ Gerade aufgrund dieser emotionalen Verbindung zu Farben findet Gabriela Wolf es wichtig, im Gesundheitsbereich damit zu arbeiten, denn sie ist überzeugt: Über Emotionen geschieht Heilung.

Farben um und in uns

„Ich hatte schon immer ein hohes soziales Handlungsbedürfnis“, erzählt Gabriela Wolf, die ihre Lebensaufgabe in heilungsfördernder Farbgestaltung gefunden hat. Bei der Gestaltung von Räumen lässt sie sich von der Natur inspirieren und achtet bei jedem Raum darauf welche Menschen sich in dem Raum aufhalten werden und mit welchen Farben sie sich am wohlsten fühlen könnten. Die Bewohner, Pfleger und Besucher von Pflegeheimen zum Beispiel. Deshalb geht einer Farbgestaltung ein ausführlicher Recherchevorgang voraus. Gabriela Wolf findet heraus, wo die Bewohner herkommen und infor-

miert sich darüber welche Pflanzen an deren Herkunftsort wachsen und ob es Farben gibt, die in der Region zu jeder Jahreszeit vorkommen. Auch die Umgebung der Pflegeeinrichtung selbst spielt bei der Farbwahl eine Rolle. „Ich versuche ziemlich viele Farben einzubringen, damit das Spektrum auf den menschlichen Organismus wirken kann. Dazu nutze ich auch gern Komplementärfarben in dezenten Varianten“, sagt die Farbexpertin. Eines von Gabriela Wolfs bisherigen Lieblingsprojekten war die Gestaltung der Station für Frühgeborene, der Neonatologie, in einer Kinderklinik in Bern. Sie hat den Raum in vier Phasen, je nach Wochenalter der Frühchen aufgeteilt. Jede Phase hat ein Deckenbild in anderen Farbtönen bekommen. Das Deckenbild über den Jüngsten ist rosa, danach kommt hellblau, grün und schließlich gelb. Denn das Alter der Frühchen ist für die Eltern mit verschiedenen Emotionen verbunden, am Anfang fühlen sie sich besonders zerbrechlich, deshalb auch das Rosa, es ist eine sanfte, emotionale Farbe, die Farbe von Schleimhäuten und dem Inneren des Mutterbauchs. „Haben Sie schonmal einen Inkubator gesehen?“, fragt Gabriela Wolf, „Normalerweise sind Frühchenstationen sehr funktional. In Bern hingegen hat sich der Chefarzt um alternative Heilmethoden bemüht. Ich habe eng mit der Psychologin, die die ganze Station betreute zusammengearbeitet. In unserem Team war sogar eine Musiktherapeutin.“

Alles ist in Bewegung

Die Corona-Zeit hat auch Auswirkungen auf Gabriela Wolfs Arbeit. Alte Menschen in Pflegeheimen sind einsamer, viele sterben allein. Menschen im Pflegebett haben oft nur eine weiße, trostlose Decke im Blickfeld. Besonders dafür hat Gabriela Wolf die IMAGINA Deckenbilder mit ihren vielfältigen Motiven entwickelt. Sie schenken den Bettlägerigen mit ihren freudvollen und



Gabriela Wolf mit einer ihrer Arbeiten.

Präzision im Hatha-Yoga
in der Tradition von B. K. S. Iyengar
Dr. rer. nat. Claudia Schaubitzer-Nowak
05 61 / 88 59 23
www.yoga-schaubitzer.de



Yogamatten
Meditationskissen
Klangschalen
Ätherische Öle
Heilsteine

**NATURA
MEDICA**
Fachgeschäft für Naturheilmittel

Friedrich-Ebert-Straße 87 34119 Kassel
Tel.: 0561 - 739 40 00 www.naturamedica.de

wechselbaren Bildinhalten eine Art visuelle Versorgung, die gleichzeitig Entspannung und Anregung ermöglichen. Durch das funktionale System und die Waschbarkeit der Bilder sind sogar alle Hygieneanforderungen erfüllt. „In Zukunft würde ich gerne über die reine Farbgestaltung hinaus gehen, indem ich auf der Bewusstseinssebene mit Menschen arbeite, damit sie ein eigenes Gefühl dafür entwickeln, welche Umgebung ihnen guttut“, erzählt Gabriela Wolf über ihr Wunschprojekt. „Indem ich mit Interessierten ein Gespräch führe und sie, sowie den Raum den sie sich vorstellen kennenlernen, um sie schließlich auf dem Weg zu ihrer individuellen Farbwahl zu beraten.“ Gabriela Wolf blickt mit einem Lächeln in die Zukunft „Alles ist in Bewegung. In der Natur scheint mal die Sonne, im nächsten Moment ist es bewölkt, das Licht ändert sich und damit verändern sich die Farben. Genau so verändern sich alle anderen Bereiche in unseren Leben.“

Text: Maria Bisaljeva



Ganzheitliche Heilung

Medizinische und therapeutische Angebote im Heilhaus

Gesundheit umfasst in unserem Verständnis die körperliche, geistige und seelische Dimension eines Menschen in Verbindung mit den sozialen Bezügen, in denen er lebt. Im Heilhaus werden verschiedene Wege zu Gesundheit und Heilung angeboten und miteinander verknüpft.

Wichtige Bausteine der Gesundheitsangebote bilden die Praxen für Allgemeinmedizin und Psychotherapie. Das allgemeinmedizinische Spektrum umfasst alle üblichen hausärztlichen Leistungen wie z.B. EKG, Ultraschall, Vorsorgeuntersuchungen bei Kindern und Erwachsenen, Impfungen etc.. Das Team der Psychotherapeuten bietet tiefenpsychologisch-fundierte Psychotherapie, Psychoanalyse nach C. G. Jung, Verhaltenstherapie, Therapie bei psychosomatischen Störungen und Psychoonkologie.

Dem individuellen Wohl der Patienten dient die enge Zusammenarbeit der verschiedenen Praxen, wie z.B. der Logo-, Osteo-, Physio- und Ergotherapie. Die Logopädie konzentriert sich auf die Behandlung von Sprech- und Sprachstörungen. Ergotherapie unterstützt und begleitet Menschen jeden Alters, die in ihrer Handlungsfähigkeit eingeschränkt oder von Einschränkung bedroht sind. In der Physiotherapie und Osteopathie geht es um körperliche Funktionseinschränkungen durch Krankheit, Verletzungen und Operationen. Ziel der Behandlungen ist die Verringerung von Schmerzen und das Wiederherstellen von natürlichen Bewegungsabläufen und der damit verbundenen Lebensfreude.

Neben fachlicher Kompetenz sind Respekt und Mitgefühl tragende Qualitäten. Die Begleitung steht sowohl gesetzlich als auch privat versicherten Menschen zur Verfügung. Patienten können auch ein kostenloses Gespräch mit der Beratungsstelle für Gesundheit und Heilung nutzen, um sich über die Angebote im Heilhaus zu informieren und einen individuellen Gesundheitsplan zu erstellen.

Abgerundet wird die gesundheitliche Versorgung durch die Hebammen des Geburtshauses im Heilhaus, die werdende Eltern vor, während und nach der Geburt begleiten.



Kontakt und Terminanfragen
 Heilhaus
 Brandastr. 10, Kassel
 Tel. 05 61 / 9 83 26 – 0
 kassel@heilhaus.org
 www.heilhaus.org
 für die Beratungsstelle:
 Wege zur Gesundheit und Heilung
 Tel. 05 61/ 9 83 26 777
 beratungsstelle@heilhaus.org

meinLeben! Nordhessen

Erfolgreiche Messereihe geht in Kassel an den Start.

Die Sport- und Gesundheitsmesse meinLeben! geht vom 29. bis 30. Januar 2022 in der documenta-Halle in ihre erste Runde. Dann dreht sich alles um die Themen Gesundheit, Wellness und Sport. Die Themenpalette reicht von Medizin und Therapie, Sport und Fitness über Pflege und Reha, Beauty, Wellness und Erholung, Versicherung und Vorsorge, gesund und barrierefrei wohnen, gesunde Ernährung, Bildung und Persönlichkeit bis hin zu Verbänden und Selbsthilfegruppen. Auf der meinLeben! Nordhessen präsentiert sich die gesamte Gesundheitsbranche aus Kassel und der Region. Über die actionreiche Bühne hinaus ist das Ärzteforum eines der Highlights der Messe. Eine vielseitige Vortragsreihe, unter anderem angeboten von der Orthopädischen Klinik Hessisch Lichtenau, richtet sich an eine interessierte Zuhörerschaft.

Interessierte Aussteller können sich ab sofort beim Veranstalter melden. Weiter Informationen bezüglich der Messe finden sich auf der Messe-Webseite.



meinLeben! Nordhessen
 29. bis 30.1.2022
 documenta-Halle, 34117 Kassel
 Öffnungszeiten 10 bis 17 Uhr
 Info: www.meinleben.ag/Nordhessen/Aussteller

Moderne Medizin und diakonische Werte

Behandlung und Pflege auf höchstem Niveau bietet die Orthopädische Klinik Hessisch Lichtenau seit 70 Jahren.



in Hessisch Lichtenau ein Höchstmaß an Expertise und Empathie ein. „Bei uns steht der Mensch im Mittelpunkt, der sich uns in einer außergewöhnlichen Lebenssituation anvertraut hat“, sagt die Ärztliche Direktorin, Dr. med. Marion Saur. Moderne Medizin und Therapie bieten in der Orthopädischen Klinik Hessisch Lichtenau neue Möglichkeiten und Perspektiven, beispielsweise mit der Fast-Track-Chirurgie, mit der sich eine besonders rasche und für den Patienten komfortable Genesung erreichen lässt, oder der Robotik, wobei sogenannte Exoskelette (Roboteranzüge) gelähmten Menschen ermöglichen, sich wieder aufzurichten und ihr autonomes Gehvermögen gezielt zu trainieren.

bindet die Orthopädische Klinik Hessisch Lichtenau moderne Medizin und diakonische Werte zu einem erfolgreichen Konzept. Mehrfach wurde die Orthopädische Klinik bereits ausgezeichnet, z.B. als eines der besten deutschen Krankenhäuser und als beste Fachklinik Hessens (F.A.Z.-Institut) sowie mit dem Top-Siegel des Magazins „FOCUS Gesundheit“ sowohl für die Klinik als auch für das angeschlossene Nachsorgezentrum, als eine der besten Reha-Einrichtungen bundesweit.

Kontakt:
 Orthopädische Klinik Hessisch Lichtenau gGmbH
 Am Mühlberg
 37235 Hessisch Lichtenau
www.klinik-lichtenau.de

Menschliches Miteinander im Fokus

Die Zufriedenheit jedes einzelnen Patienten und das menschliche Miteinander haben alle Mitarbeitenden dabei immer im Blick. Ob Medizin, Pflege, Therapie sowie Seelsorge oder psychologische Betreuung – jedem Patienten steht die bestmögliche Behandlung zur Verfügung. So ver-



WANDEL LEBENDIG GESTALTEN.

Selbstwirksamkeit. Wähle die Veränderung, die Du brauchst.

- Körperliche und geistige Ausgeglichenheit?
- Emotionale Intelligenz?
- Erkennen von Wirkungszusammenhängen?
- Lebensmut? Gleichmut? Demut?

Dein Yoga Grundstudium

Ein umfassender Zugang zur Weisheit des körperlichen und geistigen Yoga. Diese wertvolle und nachhaltige Bildung fördert eine gesunde Persönlichkeitsentwicklung, stärkt die natürliche Spiritualität und führt zu einem guten Gefühl für dieses Leben. Präsenz Einheiten werden durch Audio und Videoformate ergänzt. Es gibt konkrete Anleitungen für das Studium und die eigene Praxis daheim.

www.forum8.de
 Wir haben Zeit.
 Ich freue mich auf uns.
 Eva Keller

Neue Termine und erweiterte Inhalte bitte anfordern: info@forum8.de



Ein halbes Jahrhundert Erfahrung.

Die Augustinum Seniorenresidenz Kassel – Ihre erste Adresse für ein selbstbestimmtes, abwechslungsreiches Leben im Alter.

i Interessenten-Telefon: 0561 / 9364-803



Augustinum Kassel
 Im Druseltal 12 · 34131 Kassel-Bad Wilhelmshöhe
 Tel. 0561 / 9364-803 · kassel@augustinum.de
www.augustinum.de

Augustinum Φ
 Seniorenresidenzen



David Mark (Pixabay)

Jetzt mitfeiern –
10 Jahre
Wilde Wochen
inkl. Gewinnspiel!

vom 19.09. bis 15.11.2020

„WILDE WOCHE“ 2020

Das Habichtswaldschwein – der regionale Wildgenuss!



Das natürlichste Lebensmittel überhaupt

Wildfleisch steht gerade im Herbst und Winter gern auf der Speisekarte. Zum 10. Mal laden die Wilden Wochen ein, Köstlichkeiten vom Habichtswaldschwein zu genießen.

Für René Müller vom Kasseler Biorestaurant Weissenstein steht in Wild gerade ganz besonders im Fokus. Wie schon die Jahre zuvor, ist das Weissenstein, wie viele andere Betriebe aus Kassel und der Region, die in dieser Zeit kulinarische Köstlichkeiten vom Habichtswaldschwein anbieten, wieder bei den Wilden Wochen dabei. „Für mich ist Wild das natürlichste Produkt zur Ernährung überhaupt. Schaut man sich die konventionelle Fleischproduktion an, hat es so gut wie keine negativen Auswirkungen auf die Natur“, ist der Küchenchef überzeugt. Für ihn, wie für seine Kolleginnen und Kollegen, ist es eine Freude, bei einer Aktion wie den Wilden Wochen dabei zu sein. „Die Gäste

werden auf ihre nähere Umgebung sensibilisiert und stellen einen Bezug zu regionalen Produkten wie dem Habichtswaldschwein her.“ René Müller begreift es als Teil seiner Aufgabe, bei und mit solchen Aktionen auch Aufklärung und Kundenberatung zu leisten. Wer an der Fleischtheke seines Restaurants einkauft, das gleichzeitig auch ein kleiner regionaler Biomarkt ist, dem steht er mit seinem Team mit guten Ratschlägen zur Seite. „Man muss schon wissen, was zum Schmoren oder zum Kurzbraten ist, möchte man Zuhause Wild oder auch andere Fleischsorten zubereiten. Bei uns kann man ganz offen fragen“, lädt der Kochprofi zum Ausprobieren ein.

Neues und Altbewährtes genießen

Auch wenn Wild insbesondere in der dunklen Jahreszeit als deftig vermarktet wird, verfügbar ist es über das gesamte Jahr. Die Rehsaison beispielsweise startet im Mai. Für Köche wie René Müller ist es eine Frage der Zubereitung und der Zutaten, wann und wie Wildfleisch auf den Teller kommt. So eignet sich ein T-Bone-Steak vom Hirsch auch hervorragend zum Grillen an lauen Sommerabenden. Ein Rückensteak mit Kräuterbutter und Salat passt ebenso prima in die warme Jahreszeit. Zurück in den Herbst und zu den Wilden Wochen: Noch bis Mitte November haben Genussinteressierte die Möglichkeit, Neues oder auch Altbewährtes in den Gastronomiebetrieben ihrer Wahl zu verkostigen und auch die beteiligten Fleischereien haben Wild im Angebot und beraten gern zur Zubereitung am heimischen Herd. (sc)

10. Wilde Wochen im Habichtswald ... noch bis zum 15. November

Habichtswaldschwein, genussvolle Weine, geführte Wanderungen: Noch bis Mitte November kombinieren die Wilden Wochen kulinarische Köstlichkeiten von Gastronomie, regionalen Direktvermarktern und Metzgereien mit Streifzügen durch die unberührte Natur. Zu den Wilden Wochen im Herbst tischen die teilnehmenden Gastronomen Leckerer vom Habichtswaldschwein auf. Restaurants bieten für mindestens drei Wochen mehrere Spezialitäten an. Zusätzlich bieten Fleischereien, Direktvermarkter und der Waldladen Habichtswald herzhaftes Genüsse in deftiger und traditioneller Art an – handgemacht und regional. Fleisch oder Bratwürste zur eigenen Zubereitung sowie veredelte Produkte wie würzige Schinken oder eine „Ahle Wurst“ mit dieser besonderen Zutat laden zum probieren ein. Die weitgehend stressfreie Lebensweise in der freien Natur und seine abwechslungsreiche Nahrung sind das Geheimnis für den besonderen Geschmack des Habichtswaldschweins.

Info: www.naturpark-habichtswald.de, Suche: Wilde Wochen

Wilde Wochen 2020 – teilnehmende Betriebe

Genussrestaurant Habichtswald – Parkhotel Emstaler Höhe, Restaurant Zum Grischäfer (Bad Emstal), Landfleischerei Koch (Calden), Restaurant Hessischer Hof (Gudensberg), Biometzger Martin Theisinger, Ehlerer Poststuben (Habichtswald), Hotel Gude, Waldhotel Elfbuchen, Restaurant Herkules Terrassen, Restaurant Weissenstein, Waldgaststätte Herbsthäuschen, Weinhandlung Schluckspecht, Waldladen (Kassel), Landfleischerei Döring (Naumburg), Forstbetrieb Jordan (Niedenstein), Gasthaus Kraft (Schauenburg), Gasthaus Henze (Vellmar), Restaurant Zum Schiffchen (Wolfhagen), Bergcafé Friedrichstein, BBQ-Haus, Restaurant Kasseler Hof (Zierenberg)





Landfleischerei

-DÖRING-

Inh. Mike Döring

Reh-, Wildschwein-, Hirschfleisch aus dem Habichtswald



Produkte vom Wild aus eigener Herstellung
Wurst - Schinken - Konserven

Nutzen Sie auch unseren Partyservice,
Hochzeit, Geburtstag, Firmenfeier... wir liefern!!
Gern beraten wir Sie unter 05625/5593

Öffnungszeiten: Di. 15 - 17 Uhr, Fr. 14 - 18 Uhr (Okt.-Dez.), Sa. 9 - 14 Uhr (Nov.-Dez.)
Ehlerer Str. 31 / 34131 Kassel-Wilh. (Forsthaus am Golfplatz)

www.landfleischerei-doering.de



Der Überläufer

Schluckspecht GmbH und der Naturpark Habichtswald haben exklusiv für die Wilden Wochen einen Wein in einer limitierten Auflage von 420 Flaschen herausgebracht.

Geboren um Ellerstadt in der Pfalz, erzogen für ein Jahr in den Kellern von Lukas Kesselring ist mit dem Überläufer das perfekte Cuvée aus Merlot und Sankt Laurent entstanden. Mit einem sehr üppigen Bukett von Pflaumen, Cassis und Kakao ver-

führt es echte Genießer. Am Gaumen erfrischend und saftig, begleitet es mit viel Frucht und Finesse unser Habichtswaldschwein.

Zu bekommen im Schluckspecht, im Naturparkzentrum Habichtswald und in ausgewählten Restaurants.

Weinhandlung Schluckspecht GmbH
Wilhelmshöher Allee 118 | 34119 Kassel
Tel. 0561 12628 | info@schluckspecht.de
www.schluckspecht.de

seit 1981 kompetent & freundlich
Schluckspecht
Weinhandlung GmbH
www.schluckspecht.de

Genussrestaurant Habichtswald Im Parkhotel Emstaler Höhe

Zu den 10. „Wilden Wochen“ gibt es bis zum 17. November im Genussrestaurant Habichtswald ausgewählte kulinarische Köstlichkeiten vom Habichtswaldschwein.

Herzlich Willkommen im „Genussrestaurant Habichtswald“ im Parkhotel Emstaler Höhe. Idyllisch gelegen in der GrimmHeimat Nordhessen, dem Märchenland der Brüder Grimm, Ursprung spannender Sagen und Legenden. Wir verknüpfen Nordhessische Märchen- und Sagenwelt mit heimischer Gastlichkeit.



Ehrliche Küche und regionales Bewusstsein heißt bei uns, komplett auf den Einsatz von Zusatzstoffen, Geschmacksverstärker und auf Convenienceprodukte zu verzichten. Dazu ist ehrliches Handwerk erforderlich, das unsere Köchinnen und Köche von der Pike auf gelernt haben und beherrschen. Wir fühlen uns der Kunst des Kochens verpflichtet. Regionales Bewusstsein ergänzt diese Sichtweise nicht nur, sondern ist unabdingbar. Daher verarbeiten wir fast ausschließlich Produkte heimischer Erzeuger und sind Miterfinder von Aktionen wie den „Wilden Wochen“ oder „Heimatfisch“.

Das Küchenteam um Frank Schulz und Marius Ritter kreiert besonders gern hochwertige, regionale Spezialitäten und Gerichte aus der Grimm-Heimat. Über Rieder Bio-Lamm und Habichtswaldschwein hinaus, kommt im Genussrestaurant Habichtswald ganzjährig auch der Heimatfisch auf den Tisch.

Laut dem Fallstaff Gasthausguide zählt das Genussrestaurant damit zu den 500 besten deutschen Gasthäusern.



Mystisch.
Magisch.
Sagenhaft

Eine Wanderung nach Sagen der Brüder Grimm mit Mönch Gorgo am Sa., den 24.10., um 17 Uhr. Anmeldung erforderlich.



Kontakt:
Parkhotel Emstaler Höhe, Kissinger Straße 2, 34308 Bad Emstal
Tel. 05624 509-199, info@emstaler-hoehe.de, www.emstaler-hoehe.de



Kulinarischer Dialog

Das Weissenstein bietet unter dem Titel „The farmer is present!“ ein reichhaltiges Menü an, bei dem die Erzeuger der Zutaten mit am Tisch sitzen. Informativ und genussvoll geht es darum, die Herkunft der Zutaten kennenzulernen und herauszufinden, wie besondere Qualität und guter Geschmack zustande kommen. Im Rahmen der Wilden Wochen zu Gast: Jürgen Depenbrock, Naturpark Habichtswald, und Philip Homann, Revierjagdmeister im Forst&Jagdbetrieb Jordan. Während eines 5-Gänge-Menüs haben Interessierte Gelegenheit, etwas über das Verhältnis von Wald, Wild und Jagd im Naturpark Habichtswald zu erfahren. Das Weissenstein-Team freut sich auf einen informativen und genussvollen Abend!

Kulinarischer Dialog im Weissenstein

Donnerstag 22.10.2020, 18.30 Uhr
Preis: 48,- € p.P. incl. Aperitif
Königstor 46, 34117 Kassel
Reservierungen: Tel. 0561 - 840 955 19, info@weissenstein.de
Weitere Informationen: Stefan Itter, Tel. 0163-6063896



Regionale Gastlichkeit in Vellmar
GASTHAUS HENZES
Wilde Wochen
noch bis zum 1.11.2020



Öffnungszeiten
Dienstag-Samstag: 17:30-22:00 Uhr
Sonntag & Feiertag 11:30-22:00 Uhr
Küche bis 21:00 Uhr

Wir bitten wir um Reservierung
0561 475 05 675
gasthaus-henze@web.de

Ein guter Begleiter zu Wildgerichten

Für einen guten Wein ist es entscheidend, dass er etwas zu „sagen“ hat.

StadtZeit-Gespräch mit Dimitrios Kitsu, Geschäftsführer der Weinhandlung Schluckspecht

Herr Kitsu, was hat Sie motiviert, zu den Wilden Wochen einen eigenen Wein zu kreieren?

Interessante Events und interessante Weine: Das ist es, für was unser Herz schlägt. Wir waren und sind immer interessiert, etwas für unsere Region und die Gastronomie zu tun. Als Stefan Frankfurth vom Parkhotel Emstaler Höhe und Erfinder der Wilden Wochen, seinerzeit gemeinsame Veranstaltungen mit uns anfragte, war schnell die Idee geboren, mit einem unserer Winzer für die Wilden Wochen einen eigenen Wein zu kreieren.

Was waren die Anforderungen, die Sie an diesen Wein, der heute als „Überläufer“ in limitierter Auflage im Ausschank und im Verkauf ist, formulierten?

Der Wein sollte ein guter Begleiter zu Wildgerichten sein; also nicht nur zum Habichtswaldschwein, sondern auch zu anderen Zubereitungen mit Wildfleisch, die insbesondere im Herbst und Winter auf der Speisekarte stehen. Wichtig war es uns, dass dieser Wein geschmacklich nicht so stark variiert. Deswegen brachte Lukas Kesselring, ein Jungwinzer aus der Pfalz, für unseren Überläufer zwei Rebsorten zusammen: Merlot und Saint Laurent. Ein weiteres wichtiges Kriterium: Wir wollten einen bezahlbaren Wein kreieren.

Wie jeder gute Wein, ist auch dieser geschmacklich von Jahr zu Jahr anders, oder?

Jahrgangsbedingt ist das natürlich so. Die Kombination dieser beiden Rebsorten macht es uns möglich, die geschmackliche Ausrichtung immer ähnlich zu gestalten.

Wie beschreiben Sie den Überläufer?

Für mich ist das ein sehr fruchtiger, aromenreicher und ausgeglichener Wein. Seine feine Kirsch- und Waldfruchtnote schmeichelt dem Gaumen, im Mund ist der Wein mittelkräftig und er hat einen sauberen Abgang.



Was genau heißt das?

Der Wein hat nicht Störendes, was Sie nach dem Trinken wahrnehmen könnten, sondern eben einen weichen, runden und sauberen Abgang, wie wir das nennen.

Empfindet das nicht jeder anders?

Natürlich! Sie können die geschmackliche Ausprägung anders wahrnehmen als ich. Das ist sehr individuell und auch tagesformabhängig. Sind Sie gestresst, schmeckt Ihnen der selbe Wein möglicherweise ganz anders, als am Wochenende, wenn Sie entspannt sind und mit der Familie oder Freunden ein schönes Menü genießen. Für einen guten Wein entscheidend ist, dass er Sie etwas herauschmecken lässt – also, dass der Wein Ihnen etwas zu sagen hat.



Dimitrios Kitsu

WEISSENSTEIN
MARKT - RESTAURANT - CATERING

UNSERE REGIONALE KÜCHE HAT IM HERBST EINIGES ZU BIETEN.

AKTUELLE ÖFFNUNGSZEITEN:
Di. & Do.: 10-18 Uhr
Fr. & Sa.: 10-21 Uhr
Mo. & So.: geschlossen

Weissenstein - Königstor 46 - 34117 Kassel - Tel.: 0561/ 84 09 55 19 - www.weissenstein-kassel.de

Nur Gutes zum Jahreszeitenwechsel!

Dank des ausgedehnten Sommers konnte das Café am Bebelplatz vielen Gästen das Verweilen auf dem Platz noch lange versüßen. Zum Herbst hat sich das Team vom Café am Bebelplatz etwas Neues einfallen lassen. Die Gäste wird es begeistern und gleichzeitig wird es den Coronabestimmungen gerecht. Ab Mitte Oktober werden unter der Woche zur Mittagszeit hausgemachte Suppen serviert und am Wochenende gibt es Frühstück zum Festpreis. Nach telefonischer Reservierung (0561 - 51079499) kann zu zwei Uhrzeiten, nämlich ab 9:30 bis 11:30 Uhr oder ab 11:30 bis 13:30 Uhr im ansprechenden Gastraum des Cafés gefrühstückt werden. An der Frühstückstheke darf sich jeder Gast sein Frühstück je nach Appetit und Geschmack aus einer kulinarischen Vielfalt zusammenstellen lassen. Der beste Kaffee am Platz sowie köstliche Torten und Kuchen von unseren erfahrenen Backfrauen werden rund um die Uhr gereicht.

Café am Bebelplatz, Friedrich-Ebert-Str. 153, 34119 Kassel
Di. - So., 9:30 bis 18:30 Uhr | www.cafe-am-bebelplatz.de



Jetzt geht's ans Eingemachte!

Die Firma Koch Eisenwaren bietet alles was das Herz begehrt, um jetzt die Früchte dieses Sommers zu konservieren.



Das alte Kasseler Fachgeschäft unter junger Leitung bietet von der Schraube bis zur Bratpfanne alles und noch viel mehr an. So auch eine große Auswahl an Einweckgläsern samt Zubehör, Einkochautomaten, Saftflaschen, Schraubdeckelgläser, Drahtbügelgläser und alles was man zum haltbar machen der Schätze des Gartens benötigt. Zusammen mit einer guten Beratung Kassels erste Adresse für Haushaltswaren und Eisenwaren.

KOCH Eisenwaren und Hausrat – Seit 1902.

Kontakt:
KOCH KG, Frankfurter Str. 57, 34121 Kassel
Tel. 0561-21019, www.eisenwaren-koch.de

HAUSHALTSWAREN
Seit 1902 KOCH
EISENWAREN

Eisenwaren - Werkzeuge - Sicherheitstechnik
Gartengeräte - Heimwerkerbedarf
Haushaltswaren - Küchenhelfer
Elektrokleingeräte

Frankfurter Str. 57 • 34121 Kassel • Tel. 0561-21019
info@eisenwaren-koch.de • www.eisenwaren-koch.de



Bis zu einem Jahr sind eingekochtes Obst und Gemüse haltbar. Einkochen und Einmachen lassen saisonale Köstlichkeiten auch in der dunklen Jahreszeit munden.

lassen sich die ersten reifen Früchtkirschen vom Baum zupfen, beginnt normalerweise die Zeit des Einkochens. Mit seiner Fülle an Gemüsen, wie Karotten, Gurken, Kartoffeln, Sellerie, Zwiebeln oder Rote Bete, die im Herbst geerntet werden, bietet jedoch auch diese Jahreszeit viele Möglichkeiten zum Konservieren saisonaler Köstlichkeiten. Fürs Einkochen und Einmachen gibt es dabei eine Reihe von Zutaten und Geschmackskombinationen, wie beispielsweise Süßes mit Obst, wie Pflaumen mit Zimtstangen und Nelken oder lieber Herzhaftes und Pikantes mit Gemüse, etwa leckere Kirschtomaten mit Basilikum. Um die Freude an den konservierten Leckereien nicht zu trüben, verwendet man dafür natürlich nur frisches und unverletztes Obst und Gemüse. Eine kleine Definition rund ums Haltbarmachen: EINGEMACHT werden

Früchte. Mit Zucker gemischt und aufgekocht, wird aus ihnen Marmelade oder Konfitüre. Zum Einfüllen und Aufbewahren eignen sich Schraubdeckelgläser bei denen ein spezieller Gummiring unter dem Deckel ein Vakuum im Glas erzeugt. Der hohe Zuckergehalt sorgt für eine lange Haltbarkeit. EINGEKOCHT wird Gemüse oder Obst. Zerkleinert oder ganz kommt es in sogenannte Weck-Gläser, in die man so viel Wasser aufgießt, bis der Inhalt vollständig bedeckt ist. Gemüse lässt sich gern mit einer Messerspitze Salz anreichern, Obst mit einem Esslöffel Zucker. Die verschlossenen Gläser kommen in den Einkochtopf, wo man sie erhitzt. Während des Abkühlens bildet sich ein Unterdruck im Glas, der für die Konservierung wichtig ist. Im April 1892 wurde ein Verfahren patentiert, welches das Haltbarmachen von Lebensmitteln revolutionierte und sogar auch Eingang in die deutsche Sprache fand: das „Einwecken“. Dr. Rudolf Rempel, ein Chemiker aus Gelsenskirchen, erfand diese Methode, Johann Weck kaufte das Patent und startet um die Jahrhundertwende mit der Produktion seiner Einkochgläser. Bis heute ist diese Erfindung, neben dem Einfrieren, die einzige Methode, bei der Gartenprodukte ihren Geschmack und das Aussehen bewahren.

Spezialitäten vom Bauernhof
Fleischerei Hildebrand

Sie finden uns auf folgenden Wochenmärkten:

Mittwoch	Baunatal	8 - 13 Uhr
Donnerstag	Melsungen	9 - 14 Uhr
Freitag	KS Wehlheiden	7 - 13 Uhr

24h Wurstautomat Guxhagen-Grebenau
Fuldatalstr. 12 • Tel. 0151 15719605

eigene Schweineaufzucht – eigene Schlachtung
Fuldatalstr. 12 • 34302 Guxhagen-Grebenau • Tel. 0 56 65 / 33 73

Wehlheider Wochenmarkt
Der Markt mit Herz

Jeden Freitag von 7.00 bis 13.00 Uhr auf dem Wehlheider Platz
Marktgemeinschaft Wehlheiden

nudelnudel
frisch & hausgemacht

Friedrich-Ebert-Straße 55 • Kassel
www.nudelnudel.de

hausgemachte Nudeln mit täglich wechselndem Soßenangebot – frisch und flott!

Annes Käsetheke
KÄSE BISTRO FEINKOST WEIN

Mitarbeiter-innen gesucht
Frühstück • Mittag • Kaffee • Süßes • Snack ...
Wilhelmshöher Allee 289 • Tel. 400 71 88 • www.anneskaesetheke.de

Kultwurst aus Calden



Viel Licht, Platz und Stroh: Katharina Koch überzeugt sich regelmäßig persönlich von den Haltungsbedingungen bei ihren Partner-Landwirten.

Im Herbst können Liebhaber und Kunden in der Calde-ner Landfleischerei Koch neue Kreationen aus der Zusammenarbeit zwischen regionalem Metzger und Bauern genießen.

Bei einer befreundeten Bauernfamilie stehen seit einiger Zeit auch die bekannten Schwäbisch-Hällischen Schweine im Stall. Diese Schweine-

rasse, ohnehin schon für ihre hervorragende Fleischqualität bekannt, verarbeitet die Landfleischerei Koch in ihren neuen Kreationen. „Das wird et- was ganz Besonderes, wir machen aus ‚Schwäbisch-Hällischem‘ nun ‚Schwäbisch-Cällisches‘“, ist Katharina Koch, Inhaberin der Landfleischerei Koch, überzeugt.

Wissend fügt sie hinzu: „Bei der echten Ahlen Wurst ist es wie bei gutem Wein oder Käse: Wer beim Ausgangsmaterial Kompromisse eingeht, be- kommt nie ein Spitzenprodukt.“

Schon ihr Vater Thomas ist diesem einfachen Grundsatz gefolgt und damit für seine Calde-ner Kultwurst über die Grenzen der Region hinaus berühmt geworden.

Für Katharina Koch, die das Geschäft in der fünften Generation leitet, gibt es keinen Grund, von dieser goldenen Regel abzuweichen. Ganz im Gegen- teil: „In den letzten Jahren bemerken wir verstärktes Interesse von Kunden, die ganz bewusst nach der Herkunft der Tiere und deren Haltung fragen.“ Diese bezieht Katharina Koch ausschließlich von kleinen und mittleren Be- trieben aus der unmittelbaren Umgebung.

Nur deren Fleisch kommt bei den Kochs in die Ahle, die danach bis zu zwölf Monate unter natürlichen Bedingungen in den traditionellen Lehmkam- mern – dem berühmten Wurstehimmel – heranreift.

Ganz besondere Kenner dieser Qualität lassen sich bei Kochs aus dem Fleisch dieser Schweine auch Braten, Steaks und Koteletts schneiden. „Das ist Schweinefleisch für Genießer, kräftig dunkelrot und mit viel mehr Speck unter der Schwarte, dabei sehr zart marmoriert“, schwärmt Katharina Koch.

Kontakt:

Landfleischerei Koch, Mittelstraße 6, 34379 Calden
Tel. 05674 6106, www.landfleischerei-koch.de



Kochen

Wildschwein-Risotto

für
2 Personen

Wer sich bislang nicht traute, Wildschweingerichte zu kochen, weil sie zu schnell zu trocken wurden, dem sei dieses Risotto ans Herz gelegt. Für alle, die gern Wild essen, ist es eine schöne Variante, bei welcher auch der Rotwein geschmacklich sehr gut herauskommt.

Einkaufsliste

- 2 Wildschweinbratwürste
- 1 Zwiebel
- 150 gr Risotto-Reis
- 50 gr Parmesan
- 100 ml Rotwein
- ca. 700 ml Gemüsebrühe
- 20 gr kalte Butter
- frischer Rosmarin
- schwarzer Pfeffer

So wird's gemacht

- Würste in Scheiben schneiden und in Olivenöl anbraten bis sie Farbe annehmen
- Zwiebeln würfeln, in die Pfanne zu den Würsten geben
- Reis dazugeben, sobald die Zwiebeln glasig sind
- mit Rotwein ablöschen und diesen einkochen lassen
- nach und nach die Gemüsebrühe dazugeben (jeweils so viel, dass der Reis bedeckt ist). Unter leichtem Köcheln einkochen lassen, ab und zu leicht rühren. Wiederholen.
- Nach 10 Minuten gehackten Rosmarin dazugeben
- Nach insgesamt ca. 20 Minuten ist der Reis leicht bissfest. Vom Herd nehmen.
- Butter und Parmesan unterheben
- 5 Minuten ruhen lassen
- nach Belieben Pfeffer dazugeben

Tipp

Das Risotto ist am leckersten, wenn es eine cremige Konsistenz hat. Also bitte darauf achten, dass es nicht zu trocken wird.

Rezept: Cathrin Körber



Ökologisch – Regional – Nachhaltig
Zertifizierte Bio Metzgerei seit 1989

Bio-Metzgerei Armbröster

Denken Sie rechtzeitig an Ihre Weihnachtsbestellungen!

Unsere aktuellen Öffnungszeiten

Bebelplatz: Montag bis Freitag 8.00–18.30 Uhr
Samstag 8.00–13.00 Uhr

Markthalle: Donnerstag und Freitag 7.00–18.00 Uhr
Samstag 7.00–14.00 Uhr

Bio-Metzgerei Armbröster
Friedrich-Ebert-Str. 143, in Kassel | www.biometzgerei-armbroester.de

NATURKOST Quer Beet

ECHT BIO-ANGEBOTE
Naturkost Querbeet
Martin Sulzbacher
Korbacher Str. 211, 34132 Kassel

☎ 0561-40 47 02
info@querbeet-kassel.de
www.querbeet-kassel.de

Öffnungszeiten:
Mo-Fr: 9-18 Uhr, Sa: 8:30-13 Uhr

MITGLIEDERLADEN
Gemeinsam mit Ihrem Naturkostladen anders wirtschaften! Einen monatlichen Beitrag zahlen und in unbegrenzter Menge wesentlich günstiger einkaufen.

GEMEINWOHL ÖKONOMIE
Bilanzierendes Unternehmen

dufte seit 1981

Vollkornbäckerei BROTGARTEN
aus ökologischem Anbau

... BROTKULTUR PUR ...

*natürlich
vielfältig
lecker*

** Herzlich Willkommen **

Abwechslungsreiche Landkultur

Schülerinnen und Schüler bringen kulturelle Impulse in die ländlichen Regionen Nordhessens. Interessierten zeigen die Kulturbotinnen und Kulturboten wichtige Standorte der Industrie, der Geschichte und der Kultur aus ihrer Perspektive.



Es ist ein bewölkerter Samstagvormittag der ersten Sommerferienwoche, die RT1 hält an der Haltestelle Hofgeismar-Hümme. Eine einzige Person steigt aus. Die Straßen um den ehemaligen Bahnhof, in dem heute das Generationshaus Hümme ist, sind still und leer. Die Eingangstür des Generationshauses öffnet sich automatisch. Schlagartig ändert sich die Geräuschkulisse. Von allen Seiten kommen lebhaftige Gespräche und ausgelassenes Lachen. Pia Thielemann und Chiara Siebert, zwei Schülerinnen, die nach den Sommerferien in die zwölfte Klasse kommen, stehen in der Küche und kneten Teig. Die beiden Schülerinnen arbeiten die ersten drei Sommerferienwochen als Kulturbotinnen im Generationshaus Hümme. Sie unterstützen die Ferien-Workshops für Kinder und Jugendliche, an manchen Tagen auch als Teilnehmerinnen. Heute bereiten sie für die Teilnehmenden des Jugend-Fotoworkshops nebenan das Mittagessen vor: Es gibt Pizza.

Kulturtourismus auf dem Land stärken

„Das Kulturboten-Projekt beruht auf Vorbildern, die seit einigen Jahren erfolgreich in Skandinavien praktiziert werden“, berichtet Daniel Teppe, Projektmanager der GrimmHeimat NordHessen. „Eine lange in Schweden tätige Kulturwissenschaftlerin, die vor drei Jahren ein Praktikum bei uns absolvierte, machte uns mit der Idee bekannt.“ Nach dem erfolgreichen Debüt 2019 findet das Projekt dieses Jahr zum zweiten Mal statt. Insgesamt 18 Kulturbotinnen und -boten waren diese Sommerferien, auf drei Standorte verteilt im Einsatz. Interessierte können sich die Alte Synagoge Vöhl, das Generationshaus Bahnhof Hümme in Hofgeismar oder das Eisenbahnenensemble in Bebra zusammen mit den Kulturboten anschauen. In Bebra haben Besucher die Möglichkeit, an einer Führung rund um den alten Lokscheunen und den Wasserturm teilzunehmen, das Generationshaus in Hümme bietet ein wechselndes Workshopangebot für Kinder- und Jugendliche und in der Alten Synagoge Vöhl können Besucher etwas über die Geschichte der Synagoge sowie das jüdische Leben rund um den Edersee lernen. Das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft fördert das Projekt, das zur Stärkung des Kulturtourismus im ländlichen Raum dient, vollständig.

In Ferien kreativ sein

„Eine Freundin aus meiner Klasse hat mich auf einen Zeitungsartikel über das Kulturboten-Projekt aufmerksam gemacht, als wir über Ferienjobs geredet haben“, berichtet Pia Thielemann. Ab Januar geben die Partnerorganisationen – die Eisenbahnfreunde Bebra e.V., das Generationshaus Bahnhof Hümme e.V., der Förderkreis ‚Synagoge Vöhl‘ sowie die GrimmHeimat NordHessen – das Projekt in Schulen in der Nähe der drei Standorte in Form von Infoveranstaltungen, Flyern und Anzeigen in Lokalzeitungen bekannt. Daraufhin bewerben sich Schülerinnen und Schüler ab 16 Jahren schriftlich. „Es gab mehrere Bewerbungen auf die Stelle“, sagt Chiara Siebert und wendet ihren Blick lächelnd Pia Thielemann zu, „aber, scheinbar haben wir das ganz gut hingekriegt.“ Die beiden mögen die abwechslungsreichen Arbeitstage

als Kulturbotinnen „Nächste Woche machen wir einen Töpferkurs und einen Buchbindekurs. Ich wollte schon immer mal töpfern!“, erzählt Pia Thielemann voller Vorfreude beim Besuch der Reporterin. „Und am letzten Tag organisieren wir eine Schatzsuche. Ich freue mich darauf sie vorzubereiten, vor allem weil es den Kindern bestimmt Spaß macht!“, fügt Chiara Siebert hinzu. Darüber hinaus sind die Kulturbotinnen und -boten auch als Social-Media Redakteurinnen – und Redakteure tätig und aktualisieren die Instagramseite des Generationshauses Bahnhof Hümme. Die Sommerangebote in Hümme finden genauso wie das Kulturboten-Projekt nächstes Jahr erneut statt.

Neue Erkenntnisse über vergangene Ereignisse

„Ich finde es interessant mehr über den Ort zu erfahren, an dem ich aufgewachsen bin“, sagt Regina Nazarenus begeistert. Zusammen mit Celine Marie Iemmolo ist sie in der Synagoge Vöhl als Kulturbotin tätig. „Wir lernen sehr viel über die Juden, die hier gelebt haben und die Synagoge selbst.“ Zuerst war in dem Gebäude eine jüdische Schule. Ab dem 18. August 1829 fanden dort die ersten Gottesdienste statt – am Schabbat, also am Samstag. In der Woche nutzten Lehrerinnen und Lehrer das Gebäude weiterhin für den Unterricht. Danach lebten jüdische und später auch christliche Familien in dem Synagogengebäude. 1999 kaufte der Förderkreis Synagoge Vöhl das

Haus. Im Jahr 2000 begann der Förderkreis mit der Recherche über die jüdische Bevölkerung, die in der Synagoge und in der Region gelebt hat. Auch die Landkulturbotinnen recherchieren während ihrer Arbeit weiter zur Geschichte der Synagoge. „Kommen Besucher, geben wir ihnen Führungen“, erzählt Regina Nazarenus, „Aktuell gibt es sogar eine Kunstaussstellung. Für mich ist es eine Herausforderung Führungen zu machen, da ich etwas schüchtern bin. Deswegen ist es eine super Möglichkeit, um über meinen Schatten zu springen!“ Solange keine Besucher da sind, arbeiten die Landkulturbotinnen an ihrem persönlichen Projekt: Sie bereiten eine Präsentation über die Synagoge früher und heute vor. „Am meisten gefällt es mir, dass ich die Geschichte der Synagoge an andere Menschen weitergeben kann und selbst viel dabei lerne“, fährt Regina Nazarenus fort. Auch Celine Marie Iemmolo findet ihre Arbeit als Kulturbotin bereichernd. „Das Thema ‚Juden‘ hatte ich auch in meiner Abschlussprüfung. Ich versuche, es mir die Situation dieser Menschen damals so nah wie möglich zu bringen. ‚Wie wäre es, wenn wir heute in ihrer Situation wären?‘ frage ich mich dann.“ Das Ergebnis ihrer Recherche präsentierten die Landkulturbotinnen am 10. September um 19 Uhr in der Vöhler Synagoge. Celine Marie Iemmolo und Regina Nazarenus sind gespannt was aus ihrem Projekt wird. „Wir freuen uns darauf das Ergebnis zu präsentieren, damit die Besucher sehen, dass wir uns Mühe gegeben haben und wir ihnen etwas beibringen können.“



Text/Illustrationen: Maria Bisaljeva

RIESE & MÜLLER

Modelle 2020
Hier probefahren!

FAHRRAD HOF

Fahrradhof VSF GmbH
Wilhelmshöher Allee 261
34131 Kassel
Telefon: +49 561 471132
info@fahrradhof.de
www.fahrradhof.de
Öffnungszeiten:
Mo–Fr 9:30–18:30 Uhr
Sa 9:00–14:00 Uhr





HerbstGenuss im Habichtswald

Wenn es langsam Herbst wird, sich die Blätter leuchtend verfärben und die letzten warmen Sonnentage nach draußen in die Natur locken, lädt der Naturpark Habichtswald zu ausgedehnten Spaziergängen und erholsamen Wanderungen ein. Was gibt es schöneres, als nach einer Wanderung in ein uriges Gasthaus einzukehren und die regionalen Spezialitäten in geselliger Runde zu genießen. Neben den „Wilden Wochen“, bei denen sich kulinarisch alles um das Habichtswaldwildschwein dreht, bieten die Gastronomen im Naturpark saisonale und regionale Gerichte an, die Leib und Seele verwöhnen. Tipps und Empfehlungen finden Sie unter www.naturpark-habichtswald.de/gastronomie



TAG Habichtswald e.V. | Kasseler Straße 57 | 34308 Bad Emstal
Tel.: 05624/99 97-14 | tourismus@naturpark-habichtswald.de
www.naturpark-habichtswald.de | www.facebook.com/NaturparkHabichtswald

Beschützende Höhle, bedrohliche Höhle



Otto Fischers Inszenierung „Arsenal“ in der Zeughausruine verwebt die Erlebnis- und Wahrnehmungsebenen zu einer komplexen Gesamtgeschichte.

Ist die Zeughausruine im „Normalbetrieb“ von außen einsehbar und können Interessierte somit Zaungäste bleiben, schafft Otto Fischer mit seiner aktuellen Inszenierung einen Raum, in welchem sich die von ihm kreierten Fragmente ins Verhältnis zu ihrer unmittelbaren Umgebung setzen und zusammen ein komplexes Gesamtbild schaffen.

Arsenal ist für genau diesen Ort – ein ehemaliges Waffenlager – konzipiert und mit betreten der Bühne, die für den Künstler der gesamte Innenraum darstellt, werden



Otto Fischer: Arsenal – eine Inszenierung

Zeughausruine
noch bis 31.10.2020

Öffnungszeiten:

Mo - Fr 10 - 17 Uhr, Sa 10 - 13 Uhr
und nach Vereinbarung
Kontakt: 0561-430 855 36

Info:

www.otto-fischer-art.de
Unter www.kassel.de das Suchwort „Zeughausruine“ eingeben.



Reihung der Wandobjekte bricht. Vom Boden ausgehend, treffen sich seine Profile, verbinden sich miteinander und streben nach oben auseinander.

Metamorphosen

Es sind ganz einfache, „arme“ Materialien aus der arte povera, die Otto Fischer für seine Inszenierung in der Zeughausruine nutzt. Sie bilden sein „Alphabet“ von Materialien, die er auch in anderen seiner raumgreifenden Kunstwerke einsetzt.

Die Materialien sind das, was sie sind – und doch sind sie gleichzeitig aufgeladen mit Bedeutungen. Um das Kunstwerk zu erfahren, zu erkennen, zu erfahren gilt es, sich darauf einzulassen, die entstehenden eigenen Bilder ins Verhältnis zu dieser Inszenierung zu bringen und somit Teil davon zu werden.

Der Künstler lässt an diesem historischen Ort einen Innenraum entstehen, der beschützende Höhle und bedrohliche Höhle gleichermaßen sein könnte.

Harter Stahl, weicher Stoff. Stahl als feste Materie, der sich mit jedem Luftzug bewegende Stoff, der im Einklang mit Regen, Sonne, Wind lebt: Objekten wie Materialien wohnt eine Dialektik inne, die Themen wie Schmerz, Trauer, Gewalt, Tod, Schutz, Geborgenheit, Leben und Bewegung assoziieren lässt.

Wie ein Dreiklang „liest“ sich Otto Fischers Inszenierung: Der Ort erzählt eine Geschichte, der Künstler erzählt eine Geschichte, die Betrachtenden lassen ihre Geschichte entstehen. (sc)

SPRECHZEIT MIT OTTO FISCHER

Interview mit dem Künstler zu seiner Inszenierung „Arsenal“ in der Zeughausruine.

Zu hören unter:
www.mittendrin-kassel.de/podcast-sprechzeit



EIN KALEIDOSKOP MENSCHLICHEN LEBENS

Beim diesjährigen Kasseler Dokumentarfilm- und Videofest legen auch zwei junge Kasseler Medienschaffende ihre Sichtweise auf die Welt dar.

Delfine in Venedig“ ist ein Dokumentarfilm der Kunsthochschülerin Flora Weber. Der sensible Film beschäftigt sich mit einem Thema, das auch im Herbst 2020 noch immer allgegenwärtig ist: Corona. Nachdem die junge Filmemacherin ihr Auslandsjahr in Schottland aufgrund des drohenden Lockdowns frühzeitig beenden musste, kehrte sie in ihr Elternhaus in Berlin zurück. Die Isolation traf sie wie ein harter Schlag ins Gesicht. Sie begann ihren Alltag und den von Bekannten und Freunden zu dokumentieren.

Auf der alljährlich stattfindenden Medienaustellung „Monitoring“ präsentiert der freischaffende Comiczeichner und Illustra-

tor Michel Esselbrügge seinen Online-Comic „Link in Bio“, der sich mit den zu großen Teilen prekären Arbeitsbedingungen freischaffender Künstlerinnen und Künstler beschäftigt. Die Zeichnung „Link in Bio“ bezieht sich hierbei insbesondere auf einen typischen Satz im Vorstellungsbereich von kreativen Kanälen in sozialen Medien wie etwa Instagram. Besagter Link, ermöglicht es BesucherInnen weiterführende künstlerische Arbeiten über die Verlinkung auf eine Homepage zu betrachten. Die Grenze zwischen Arbeit und Freizeit schwimmt nach Michel Esselbrüggens Erfahrung immer mehr. Mit seinem Comic weist er auf diese schwierigen Entwicklungen hin.

VORNÜBER IN EINE GANZ ANDERE WELT Stadtzeit-Gespräch mit Flora Weber



Richard, Kunststudent, beim Homegardening.

„Delfine in Venedig“ ist dein erster Dokumentarfilm, Flora. Eigentlich studierst du Malerei. Wie bist du zum Film gekommen? Tatsächlich wollte ich mit meiner Mitbewohnerin in Schottland einen Film über das Land drehen. Doch plötzlich war Corona allgegenwärtig. Zu Beginn habe ich meinen eigenen Alltag gedreht. Diskussionen mit Freunden; wie ich meine Sachen gepackt habe und den letzten Direktflug von Schottland nach Berlin genommen habe. Meine Ankunft im abgeriegelten Berlin und in meinem alten Kinderzimmer, in dem ich keinen Platz zum malen hatte. Ich begann daraufhin Freunde und Bekannte überall auf der Welt zu kontaktieren und sie nach ihrem Erleben zu fragen. Sie schickten mir Handyvideos aus der Isolation. Ihre Schicksale habe ich collagenhaft zusammengeschnitten, so dass eine große Bandbreite an Meinungen und Umgangsformen mit der Pandemie vertreten sind. Eine schwangere Stewardess erzählt mir beispielsweise genauso ihre Geschichte wie ein indischer Arzt, ein deutscher Freiwilligendienstler in Sibirien oder meine alte Nachbarin.

Wie bist du vorgegangen?

Ich überlagere Wirklichkeitsebenen miteinander; Haltungen gegenüberstellen und Ähnlichkeiten aufzeigen. Es ist in Ordnung, wenn der Zuschauer nicht weiß, an welchem Ort er sich gerade befindet, oder wer die Person ist, die gerade redet. Die Geschichten entwi-

ckeln sich im Laufe des Films immer weiter.

Es geht nicht um eine allgemein gültige Wahrheit. Vielmehr wollte ich dieses Gefühl des „Gestrandet-Seins“ dokumentieren und für spätere Generationen konservieren.

Was hast du in den vergangenen Monaten während der Dreharbeiten für dich persönlich mitgenommen?

Mit der Isolation ist mir wirklich klar geworden, wie wichtig Nähe und Austausch für mich sind. Wie wichtig mir mein Umfeld ist und wie dankbar ich dafür sein kann. Während des Lockdowns habe ich mich sehr einsam und ernüchtert gefühlt, es war als wäre ich vornüber in eine ganz andere Welt gekippt. Gleichzeitig habe ich die Inspiration erhalten, eine eigene sehr umfangreiche Video-Arbeit zu entwickeln. Dabei habe ich gemerkt, wo meine persönlichen Grenzen liegen und wie gut es mir tut, wenn ich meine Zeit mit lieben Menschen aus meinem Umfeld teilen darf. Aktuell arbeite ich mit zwei Kommilitoninnen und Kommilitonen an einer gemeinsamen Ausstellung. Zugleich beschäftige ich mich auch jetzt noch sehr stark mit meinem Film.

37. KASSELER DOKUMENTARFILM- UND VIDEOFEST 17. BIS 22. NOVEMBER 2020

Das Kasseler Dokumentarfilm- und Videofest findet auch dieses Jahr in den Räumlichkeiten des Bali- und Gloriakinos sowie im Filmaden statt. Über 250 filmische Arbeiten werden vorgeführt. Zugleich bietet das Kasseler Dokumentarfilm- und Videofest mit der Ausstellung Monitoring und dem generationsübergreifenden Programmpunkt DokfestGeneration ein vielseitiges Repertoire an künstlerischen Arbeiten. Der hessische Filmnachwuchs hat zum Hessischen Hochschulfilmtag eine Möglichkeit zum Austausch und zum Vernetzen.

www.kasselerdokfest.de

37. KASSELER DOKUMENTARFILM UND VIDEO FEST 17.-22. NOVEMBER 2020

„CARTOONING“ ALS BESCHWÖRUNGSZAUBER Stadtzeit-Gespräch mit Michel Esselbrügge



Michel Esselbrügge

Michel, dein Comic beschäftigt sich mit prekären Arbeitsbedingungen in einer digitalisierten Welt. Woher stammt die Idee?

Ich stand selbst kurz vor meinem Abschluss an der Kunsthochschule Kassel und beschäftigte mich mit dem mir drohenden Schicksal, nach dem Studium als „Freelancer“ zu arbeiten. Ich wollte mir mit der Geschichte gewissermaßen selbst die Angst vor dem Arbeitsleben nehmen. „Cartooning“ als Beschwörungszauber um meine eigenen Zukunftsängste zu bannen.

Du hast also für deine Angst eine übertriebene, ironisierende Form gefunden?

Genau. Ich würde mich freuen, wenn sich die Leserinnen und Leser vielleicht selbst erkennen oder wenn der Comic aufschlussreich für sie ist, falls sie selbst solche Arbeitsbedingungen noch nicht erlebt haben. Ich habe viel zum Thema recherchiert, bevor ich mit dem Storyboard für den Comic begonnen habe. Schließlich sind so Szenen entstanden wo meine beiden Protagonisten, „die Freelancer“, aus ihrem Büro geschmissen werden, weil ihre Chefin, eine Hexe die eine „Trend Forecasting Agentur“ leitet, also eine Agentur, die versucht sich neu entwickelnde Trends vorherzusagen, das Büro selbst benötigt, um einen Vortrag zu planen. Meine beiden Protagonisten sitzen im Anschluss unter Wellblechpappen und arbeiten weiter. Heutzutage ist man schließlich flexibel. Solange man seinen Laptop mit dabei hat, kann man ja überall arbeiten!)

Interviews/Text: Johanna Groß

Lerntreff
– lieber entspannt lernen, als angestrengt spicken

Einzigartig und zertifiziert: der Lerntreff

Seit über 20 Jahren bietet der Lerntreff Kindern und Jugendlichen in entspannter Atmosphäre eine qualifizierte Hilfestellung zur Lösung ihrer schulischen Probleme. Mit einem ganzheitlichen Konzept werden Schülern in Einzel- und Kleingruppenunterricht das nötige Wissen und der Spaß am Lernen vermittelt.

**Kostenlose Schnupperstunde vereinbaren:
Tel. 05 673 / 92 93 83**

Nutzen Sie folgende Vorteile:

- ✓ Zertifizierter Unterricht für alle Fächer und Jahrgänge
- ✓ Offizieller Partner bei Bildungsgutscheinen
- ✓ Legasthenie- und Dyskalkulie-Therapien
- ✓ Gezielte Prüfungsvorbereitung für Haupt- und Realschule
- ✓ Abiturvorbereitung
- ✓ Zwei Standorte in Kassel und weitere in Ahnatal, Hofgeismar, Immenhausen und Vellmar

www.entspannt-lernen.de

Logisch ... Zeitschriften clever mieten - statt kaufen!

• bequem
• preiswert
• zuverlässig

0561/820 868-0

HETTLING'S LeseZirkel
www.lesezirkel.com

StadtZeit 1-100

KASSEL
MAGAZIN

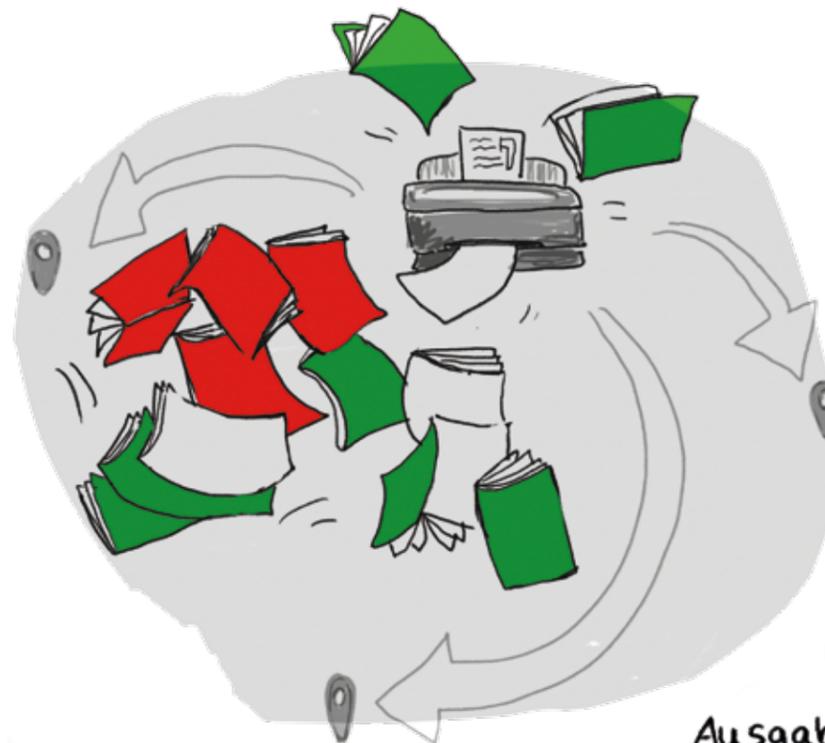


Vor über zwanzig Jahren zog ein Mann mit seinem Sohn in die Marbachshöhe. Zu der Zeit war der Stadtteil noch im Aufbau. Viele junge Familien und Unternehmen besiedelten das

ehemalige Kasernenareal. Die Menschen die dort lebten, wussten wenig über ihren neuen Stadtteil, die Umgebung und die vielen Unternehmen.

Das wollte der Mann ändern: Er gründete eine Zeitschrift. Die „StadtteilZeit Marbachshöhe“

Die ersten beiden Ausgaben machte er allein und ließ sie in schwarz-weiß drucken. Es machte ihm Spaß.



Bald kam ein Grafiker dazu und die Inhalte der Zeitschrift gingen weit über einen Stadtteil in Kassel hinaus.

Aus der „StadtteilZeit“ wurde das „StadtZeit Kassel Magazin“.

Heute steht hinter jeder

Ausgabe ein Team von Menschen, die

für Inhalte, Grafik, Bilder und Anzeigen im Magazin zuständig sind. Das StadtZeit Kassel Magazin hat sich zu einem Magazin für Kassel und Region weiterentwickelt und berichtet sechs Mal im Jahr über spannende Themen.

Jetzt, im Oktober, feiert das Team die 100ste Ausgabe der StadtZeit.

Und es macht noch immer Spaß!



LANDKREIS KASSEL



Gute Idee, aber kein Geld um sie umzusetzen? Vizelandrat Andreas Siebert (vorn), Patricia Ruffini (Demografieagentur) und Daniel Klein (Jugendförderung) wollen mit dem Förderprogramm „Unser Ding“ Jugendlichen helfen, interessante Angebote auf die Beine zu stellen.

Mach Dein Ding!

Jetzt bewerben: Der Landkreis Kassel fördert Projekte von Jugendlichen. Für bis zu 20 Ideen stehen 10.000 Euro zur Verfügung.

Jugendliche haben viele gute Einfälle, aber nicht immer die notwendige Unterstützung, um diese auch umzusetzen. Deshalb hat der Landkreis Kassel ein neues Förderprogramm unter dem Namen „Unser Ding“ ins Leben gerufen. „Insgesamt stehen 10.000 Euro für bis zu 20 Projekte zur Verfügung“, informiert Vizelandrat Andreas Siebert. „Ziel ist die unbürokratische Unterstützung für Kleinprojekte, damit Jugendliche im Landkreis Kassel ihre Ideen auch in die Tat umsetzen können.“

Patricia Ruffini von der Demografieagentur und Daniel Klein von der Jugendförderung im Landkreis Kassel unterstützen Sieberts Initiative Klein verspricht sich von der Förderung, „dass demokratische Prozesse unmittelbar erlebbar werden“. Gehört und gefördert zu werden, verstärkte diesen Ansatz.

„Die Förderung hat auch einen demografischen Aspekt“, ergänzt Ruffini. Gerade bei Jugendlichen herrsche manchmal das Gefühl, dass interessante Angebote eher in den Städten und Metropolen anzutreffen sind und im ländlichen Raum nichts los ist. Das Förderprogramm könne diesem Gefühl entgegenwirken. Denn: Mit „Unser Ding“ können Jugendliche selbst die Angebote schaffen, die für sie und vielleicht auch andere in ihrem Ort attraktiv sind“, so Ruffini.

Etwas Neues im Ort anstoßen

Wichtige Akteure bei diesem Projekt sind über Ruffini und Klein hinaus die Jugendarbeiter in den Gemeinden des Landkreises Kassel. Sie stehen durch ihre Arbeit in Kontakt mit den Jugendlichen und können helfen, den absichtlich einfach gehaltenen Förderantrag auszufüllen und zu stellen.

Wichtig bei den eingereichten Projekten ist allen Beteiligten, dass die Ideen von den Jugendlichen selbst kommen und sie damit etwas Neues im Ort angestoßen möchten. Ob das als Vorschuss ausgezahlte Geld von den Jugendlichen dann für Baumaterialien, Raummieten, Honorare oder Eintrittsgelder eingesetzt wird, bleibt ihnen überlassen. Am Ende wird das realisierte Projekt in Form eines Presseartikels, Videoclips oder Fotodokumentation der Öffentlichkeit präsentiert.

„Wir hoffen auf diese Weise, vielen kleinen innovativen Projekten von Jugendlichen im Landkreis Kassel bei der Umsetzung helfen zu können und freuen uns auf die Ergebnisse“, so Vizelandrat Siebert.

Kontakt:

Patricia Ruffini, Tel. 0561-1003-2452
patricia-ruffini@landkreiskassel.de

Daniel Klein, Tel. 0561-1003-1554
daniel-klein@landkreiskassel.de

www.landkreiskassel.de
Suche: **Mach dein Ding**



EinWurf

von Harald Kimpel

Die Nackten und die Untoten: Extremkörperpflege in der documenta-Halle

Die Freakshow ist weitergezogen. Jene Zombies, die der Beuys-Imitator Gunther von Hagens auf die noch lebende Menschheit loslässt, haben die documenta-Halle hinter sich gelassen, um anderenorts mit Gruseffekten aufzuwarten. Während in einigen Städten die Attacken wegen Geschmacklosigkeitsverdacht abgewehrt wurden, öffnete Kassel einen prominenten documenta-Standort (der schon manche Party über sich ergehen ließ und beherbergte, was seinem Ruf abträglich war) für den modernen Totentanz, den der Plastinator mit seinen menschlichen und tierischen Akteuren inszenieren ließ.

Seit seiner Erfindung der „Plastination“, die es ihm ermöglicht, die verweslichen Teile eines Körpers dauerhaft zu konservieren, hat der selbsternannte „Robin Hood der Anatomie“, der sich darin gefällt, als „Dr. Tod“ vermarktet zu werden, sein Verfahren perfekt kommerzialisiert: als ein Freizeitangebot, im Zwiespalt von Schauer und Faszination, Abscheu und Neugier den Sonntags-spaziergang im Familienverband einmal nicht ins Blaue, sondern ins eher blutig Rote zu unternehmen. Öffentliche Äußerungen moralischer Entrüstung werden dabei als kostenlose Werbung willkommen geheißen.

Im Künstlergestus stets mit Hut und gern auch Weste auftretend, zwingt der Leichen-Dompteur in tingelnden Zurschaustellungen seine Models zu Verrenkungen, die „praxisnahes“ Alltagsleben vortäuschen. Ein stummes Personal, jeweils auf eine einzige Pose dressiert, bevölkert den Wanderzirkus, in dem es fröhlich, als wenn nichts gewesen wäre, equilibristische Übungen vollführt. Enthäutete Muskelmänner und -frauen posieren in Bewegungen aus Sport und Spiel, Beruf und Freizeit und allem, was das Leben sonst noch so an Stellungen ermöglicht. Sichtbar wird das Bemühen um den Kairos, den fruchtbaren, wenn schon nicht gottgegebenen, so doch vom plastinierenden Halb-gott verordneten Augenblick.

Wirkungsentscheidend ist dabei das stets präsent gehaltene Wissen darum, dass es sich bei den Sehenswürdigkeiten in der anatomischen Geisterbahn nicht um künstlich gefertigte Skulpturen, sondern um die künstlich erhaltenen Überreste real existierender Menschen handelt, die hier zu einer Pseudoexistenz verurteilt sind: der Schein des Authentischen – obwohl die reichliche Verwendung von Silikon inzwischen zugestanden wird. So unterscheiden sich die

detaillierten Objekte allenfalls in ihren sportiven Gestikulationen von jenen informativen Exponaten, die in den öffentlich zugänglichen medienhistorischen Sammlungen als Wachs- oder Kunststoffmodelle die menschlichen Innereien offenlegen. Wie's drinnen aussieht, geht heutzutage nicht nur die Internisten was an.

In Ingmar Bergmans Film „Das siebente Siegel“ (1957) – und Scott Walkers gleichnamigem Song – spielt ein Lebensüchtiger Schach mit dem Tod, um ihm beim Spiel ums Leben Zeit abzugewinnen. Von Hagens geht da einen entscheidenden Schritt weiter: Game over! Der hier am Zug ist, hat die Partie bereits verloren. Mit entblößtem Gehirn brütet der nackte Schachspieler in unablässiger Denkerpose ohne denken zu können über dem nächsten Zug, der doch niemals erfolgen wird. Hirntot sitzt er uns – selbst nur eine Figur in von Hagens' Spiel mit den Toten – vor dem Brett gegenüber und lädt ein zu einer Partie, die auf ewiges Verlieren angelegt ist: dauerhaft schachmatt gesetzt vom Großmeister der Extremkörperpflege.

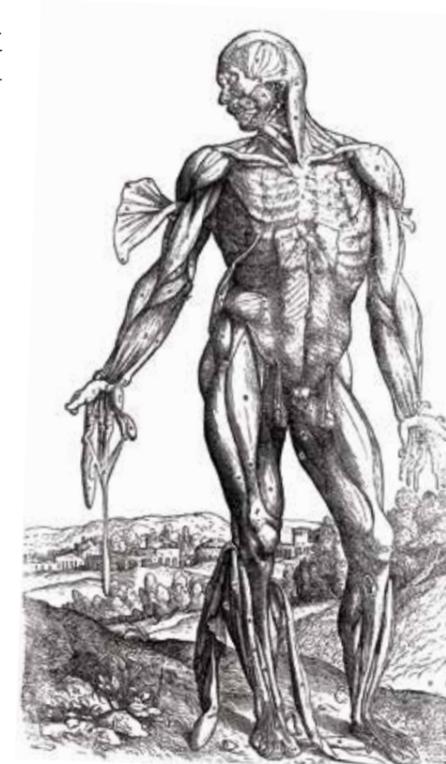
Im Jonglieren mit den eigenen Gliedmaßen dienen die Untoten als Schauobjekte einer Darstellung, die letzten Endes eine Selbstdarstellung ist. Denn im Kabinett des Dr. von Hagens wird der Triumph des Todes zum Triumph des Anatomen. Er ist es, der den Tod besiegt, indem er dessen Opfer, zwischen Scheinleben und Scheintot aufgehängt, zu spektakulären Auftritten verhilft. „Es lebt!“, so seinerzeit der Triumphschrei in Frankens Labor. Von derartiger Wiedererweckung ist unser zeitgenössischer Mad scientist allerdings noch weit entfernt. Er nährt lediglich die Illusion von Lebendigkeit. Dr. Tod liefert den Beweis: Es gibt ein Leben nach dem Tod – wenngleich etwas krampfhaft gestaltet und zur permanenten Langeweile verdammt.

Inzwischen ist unsere Mediengesellschaft einiges an Entblößungsverfahren gewöhnt – so zum Beispiel das Musikvideo „Rock DJ“, in dem Popstar Robbie Williams 2006 zwecks Beeindruckung einer gelangweilten Damenwelt sich tanzend nicht nur die Kleider, sondern auch die Haut und schließlich fetzenweise alles Fleisch bis auf die Knochen vom Leibe riss. Was damals als selbstkritisch-parodistischer Trick beschmuzzelt werden konnte, wird in der 3D-Realität der Medicine Show in

tödlichen Ernst überführt: in eine ultimative Striptease-Darbietung, die unter die Haut geht – und noch weit darunter hinaus.

Die medizinisch gebildeten Schaubudenbetreiber sehen das verständlicherweise anders. Ausschließlich von didaktischen Absichten getrieben, nehmen sie „präventive Gesundheitsaufklärung“ zum Vorwand, um die Geschmacklosigkeiten breitesten Kreisen der Bevölkerung schmackhaft zu machen. Für die Ehefrau des Impresarios, die als Kuratorin der Makabritäten firmiert, ist die Geschäftsidee „Herzenssache“: „Ich wünsche mir, dass die Ausstellung den Besucher anregt, herzbewusster und herzgesünder zu leben“, beteuert scheinheilig Frau Dr. Tod, während ihr ausgefeiltes PR-Konzept keinen Zweifel daran lässt, dass es um nichts anderes geht, als möglichst viel zahlendes Publikum (Kinder die Hälfte) an die Kasse zu locken. In Kassel war es – der gesundheitlichen Weltlage geschuldet – wohl nicht genug, und so ist die Wiederkehr der Wiedergänger bereits in Aussicht gestellt.

Und wenn wir noch etwas Geduld haben, wird uns der Plastinator demnächst höchstpersönlich als Schaustück in seinem Berliner Museum das eiskalte Händchen zur Begrüßung reichen. Bis es soweit ist, können wir von Glück reden, dass wir selbst (noch) nicht diesem Doktor in die begnadeten Hände gefallen sind.



vhs Volkshochschule Region Kassel

Programm Herbst/Winter 2020/21

zusammenleben. zusammenhalten. digital und analog

Das neue vhs-Programm ist erschienen!

Kostenlos erhältlich in Rathäusern, Buchhandlungen, Sparkassen und an vielen anderen Orten

Oder online durchstöbern: www.vhs-Region-Kassel.de

数独 Sudoku

	9		3					
		7					3	
	7		6				8	1
		9				7	5	
			2					
	7	3			8			
9	5			4		1		
	8				1			
			2				4	

Viel Erfolg!

Filmladen
 Filmladen, Goethestr. 31
 Kinokasse Tel 0561/7076422
www.filmladen.de

BALI
 BALI Kinos im KulturBahnhof
 Kinokasse Tel 0561/710550
www.balikinost.de

Gloria
 Gloria Kino, Fr.-Ebert-Str. 3
 Kinokasse Tel 0561/7667950
www.gloriakino.de



GLORIA
Eine Frau mit berauschenden Talenten
 Frankreich 2020
 Regie: Jean-Paul Salomé
 Mit: Isabelle Huppert, Hippolyte Girardot u.a./

Patience ist selbstbewusst, unabhängig und schlagfertig. Als Dolmetscherin im Drogendezerntat übersetzt sie abgehörte Telefonate und ist dafür massiv unterbezahlt und deshalb in finanziellen Schwierigkeiten. Der Zufall will es, dass gerade eine Drogenlieferung auf dem Weg nach Paris ist. Patience entscheidet sich spontan gegen die Ehrlichkeit und sabotiert die Beschlagnehmung. In Eigenregie fahndet sie nach dem hochwertigen Hasch – und wird fündig. Patience macht sich sofort fröhlich ans Werk und zeigt sich von ihrer besten Seite: als begnadete Verkäuferin mischt sie den Pariser Drogenmarkt auf. Doch die Drogendiva muss sich sputen, denn ausgerechnet ihr Verehrer, Leiter des Drogendezerntats, hat einen Verdacht, wer hinter dem Phantom wirklich steckt...

Zum Bundesstart am 8.10.



BALI KINO
Und morgen die ganze Welt
 Deutschland/Frankreich 2020
 Regie: Julia von Heinz
 Mit: Mala Emde, Noah Savedra, Tonio Schneider u.a.
 111 Min./ 12 J.

Das Politdrama erzählt von der Radikalisierung einer jungen Frau, die mit linken Kreisen in Kontakt gerät und bald anfängt, den Kampf gegen den Rechtsruck in Deutschland als persönliche Mission zu betrachten - notfalls auch mit Waffen. Luisa ist 20, stammt aus gutem Haus, studiert Jura im ersten Semester. Alarmiert vom Rechtsruck und der zunehmenden Beliebtheit populistischer Parteien, tut sie sich mit ihren Freunden zusammen, um sich klar gegen die neue Rechte zu positionieren. Schnell findet sie Anschluss bei dem charismatischen Alfa und dessen besten Freund: Für die beiden ist auch der Einsatz von Gewalt ein legitimes Mittel, um Widerstand zu leisten... Luisa muss entscheiden, wie weit zu gehen sie bereit ist – auch wenn das fatale Konsequenzen haben könnte.

Geplant zum Bundesstart am 29.10



FILMLADEN
Milla Meets Moses
 Australien 2019
 Regie: Shannon Murphy
 Mit: Eliza Scanlan, Toby Wallace, Essie Davis u.a. /
 118 Min./ 12 J.

Die 16-jährige, schwerkranke Milla verliebt sich in den älteren, mit reichlich krimineller Energie ausgestatteten Moses, der ziellos durch den Tag irrt. Gemeinsam erleben sie ein Feuerwerk unterschiedlichster Emotionen, an denen auch Millas schräge Eltern nicht ganz unschuldig sind. Doch Millas Lebensfreude und ihre Sehnsucht, die Liebe und die Welt zu entdecken, stellen die Familie auf den Kopf. Als die Eltern merken, dass Moses ihrer kranken Tochter sichtlich guttut, nehmen sie ihn trotz ihrer Bedenken bei sich auf und werden dabei mit ihren eigenen Schwächen konfrontiert. „Die ebenso berührende wie eigenwillige Coming-of-Age-Tragikomödie erzählt angenehm unsentimental von widersprüchlichen Gefühlen, Todesangst und überschäumender Lebenslust.“ (Programmkimno.de)

Geplant zum Bundesstart am 8.10.



So sagen Sie's den Medien!

Seminare, Workshops und Trainings für Ihre erfolgreiche Öffentlichkeitsarbeit

Spannende Überschrift, verständliche Schreibweise, ein lebendiger Einstieg und profunde Hintergrundinformationen: Das erwarten Redaktionen von einer solide verfassten Medieninformation. Im dialogischen Miteinander vermitteln Seminare, Workshops und Trainings den professionellen Aufbau einer Pressemeldung, bieten Tipps für den richtigen Schreibstil und zeigen, wie Sie Ihre Anliegen in die Medien tragen.

Mit den Teilnehmenden diskutiert Klaus Schaake beispielhafte Pressemitteilungen und vermittelt wesentliche Grundlagen. Aufbauend auf diesem Erfahrungsschatz, verfassen Sie ihre eigene Medieninformation und optimieren diese in einer gemeinsamen „Redaktionskonferenz“. Das Erörtern offener Fragen bezüglich eines konstruktiven Miteinanders mit Print, Online-, Radio- und TV-Redaktionen rundet dieses praxisorientierte Coaching ab.

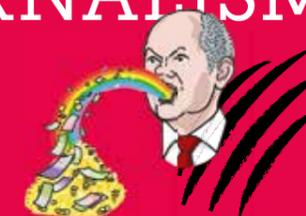
Kontakt: Klaus Schaake Tel. 0561 - 475 10 11 info@klausschaake.de

www.klausschaake.de

**KEINE WIDERWORTE
 SIND KEIN JOURNALISMUS.**



Ab sofort mit noch mehr Links.
 Die neue taz App fürs Telefon. Jetzt laden und 6 Wochen kostenlos testen.



taz

**KEINE ANGST
 VOR NIEMAND**

taz Verlags- und Vertriebs GmbH, Friedrichstraße 21, 10969 Berlin

GRIMM WELT KASSEL

5+15

Doppeljubiläum: fünf Jahre GRIMMWELT, 15 Jahre Weltdokumentenerbe – und Besucher aus der ganzen Welt.



Am 4. September 2015 öffnete die GRIMMWELT Kassel. Als weltweit größtes Ausstellungshaus zu den Brüdern Grimm und macht sie das schöpferische Leben und Wirken der Brüder Grimm einem breiten Publikum zugänglich. Die lebendige Vermittlung von Sprache und Literatur stellt sie dazu in den Mittelpunkt und bleibt nicht bei der Präsentation des Historischen stehen.

Das Museums- und Ausstellungshaus bietet viele Attraktionen: Von großer historischer Bedeutung und gleichzeitig eines der beliebtesten Exponate sind die persönlichen Arbeitsexemplare der Brüder Grimm zu den Kinder- und Hausmärchen mit handschriftlichen Notizen und Korrekturen von Jacob und Wilhelm, die sogenannten Handexemplare von 1812/1815. Sie wurden 2005 als Weltdokumentenerbe in die UNESCO-Liste "Memory of the World" aufgenommen. Ihre Eintragung jährt sich nun zum 15. Mal.

Dem großen Lebenswerk der Grimms, dem „Deutschen Wörterbuch“, gibt die GRIMMWELT ebenfalls viel Raum. Originale, interaktive Angebote und künstlerische Arbeiten widmen sich diesem Großprojekt.

An zentraler Stelle ist das die Arbeit von Ecke Bonk „Random reading/Buch der Wörter“, die auf der documenta 11 zu sehen war und nun in der GRIMMWELT einen geeigneten dauerhaften Ort gefunden hat. Beim Gang durch die Dauerpräsentation trifft man auf weitere zeitgenössische Kunstwerke, darunter Lutz & Guggisbergs „Märchenbombe“, Ai Weiweis „Colored Roots“, Alexej Tchernyis „Dioramen zur Geschichte des Deutschen Wörterbuchs“ und Antoni Miraldas „Banquet Table Tales“.

Peter Stohler, Geschäftsführer und Programmleiter der GRIMMWELT Kassel fasst die Erfolgsgeschichte kurz zusammen: „Fünf Jahre Grimmwelt; das sind weit über eine halbe Million Besucherinnen und Besucher – aus der Stadt, aus Hessen, aus Deutschland und der ganzen Welt.“

BAUKULTUR BEWAHREN UND FORTSCHREIBEN



Eine alte Industriehalle wird zum Einkaufsort mit sakraler Anmutung, eine Baulücke zum Studierendenwohnhaus: Mit Modernisierung und Neubau an der Eisenschmiede erfährt die Nordstadt eine architektonische und städtebauliche Bereicherung.

stephan gerd meyer
integraler unternehmercoach

wachsen
zum wohle
aller!

UNTERNEHMENSFÜHRUNG · MENTORING · EXISTENZGRÜNDUNG

Für ganzheitlich und nachhaltig orientierte Unternehmer*innen

www.stephangerdmeyer.de · 0561-816 86 91

staatl.
Förderung
bis zu
90%



Neues Flair in alter Halle

Unablässig rauscht der Verkehr zwischen Fiedler- und Quelhofstraße an der Stelle vorbei, wo die Eisenschmiede abknickt, um dann alsbald in die Holländische Straße zu münden. Auf eine Lücke wartend, das Dauerrauschen im Ohr, wechselt der Besucher die Straßenseite, um zu einem Durchgang zu gelangen, der sich von seinem Standpunkt aus andeutet.

Dort angekommen, durchschreitet er, zwischen einem Altbau und der neuen baulichen Ergänzung gelegen, einen kleinen „Tunnel“.

Der eben noch so präsente Verkehrslärm weicht einer angenehmen Ruhe. Nach nur ein paar Metern findet sich der Besucher plötzlich in einem Innenhof wieder, in dessen Mitte ein prächtiger Baum steht, ein Feldahorn. Menschen sitzen entspannt an kleinen Bistrotischen, reden und genießen ihren Kaffee.

Eine offene Tür lädt ein, weiter ins Innere des Gebäudes zu gehen. Wieder ein paar Schritte weiter, erreicht der Besucher eine angenehm großzügige Passage, die quer zur gesamten Breite des Gebäudes läuft – „durchgesteckt“, wie es Architekten gern nennen.

Die Passage, in der die Bäckerei des Edeka-Marktes untergebracht ist, den der Besucher gerade betreten hat, verbindet den Eingang an der Fiedlerstraße mit dem hinter dem Haus gelegenen Park- und Stellplätzen für die Einkaufswagen.

Der Passage lässt sich anmerken, dass auch Anwohner und Besucher sie sehr gern nutzen, auch wenn sie gar nicht einkaufen wollen. Der Weg durch das Gebäude bietet ihnen die Möglichkeit, eine schöne Abkürzung zu nehmen, um nicht ganz vor bis zur Eisenschmiede laufen zu müssen und dann um das Haus herumzugehen.

Für Marco Wenzel, den Betreiber des Marktes ist die Passage ein echter Frequenzbringer, der potenzielle Kunden anzieht.

Mit nahezu sakraler Anmutung

Wer aus der großzügigen Passage in die Halle blickt, in welcher der moderne Supermarkt seine Lebensmittel feil bietet, sieht eine von riesigen Stahlbeton-Rundbögen überspannte Halle, die sich bis auf gute 15 Meter Höhe entwickeln – ein absolut beeindruckender Raum dem fast etwas Sakrales innewohnt.

Oberlichter im Hallendach lassen natürliches Licht in den Supermarkt fallen. Fragmente aus der ehemaligen Industriehalle wie die Kranbahn sind noch erhalten, alle neuen Installationen sind sichtbar verlegt und auch das „Innenleben“ des Supermarktes orientiert sich an der „rohen“ Gestaltung der raumprägenden Betonbögen.

In der gut hundert Jahre alten Halle wurden einst Kühlschränke der Marke „Bitterpolar“ produziert, wie Renate Westhoff, die Besitzerin des Areals berichtet. Auf die Frage, was sie motivierte, ihre Halle zu modernisieren, sagt die 80-Jährige kurz und knapp: „Weil es nötig war!“

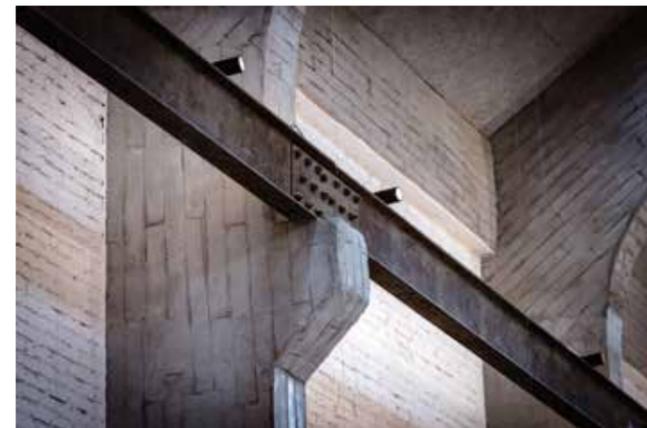
Der Edeka-Markt war in die Jahre gekommen und entsprach aus Renate Westhoffs Perspektive nicht mehr dem, wie Kunden heute einkaufen möchten. Auch Marco Wenzel hatte als Betreiber große Ambitionen, seinen Markt modernisieren.

Die Besitzerin nahm Kontakt zu Meinrad Ladleif auf, der sie mit seinen fundierten Erfahrungen im Umgang mit historischer Bausubstanz bei einem anderen ihrer Projekte überzeugt hatte.

Mit seinem Team entwickelte der Architekt Visionen für diesen besonderen Ort und bekräftigte damit die Bauherrin. Gemeinsam leisten



Die Fotos zeigen den Blick in die neue Markthalle, den neuen Innenhof, ein historisches Baudetail und das Ensemble mit Blick aus der Eisenschmiede.



die Beiden Überzeugungsarbeit in der Melsunger Zentrale des bisherigen und zukünftigen Nutzers, der für seine Märkte eigentlich flächendeckend nahezu identische Einrichtungskonzepte umsetzt.

Übersetzt auf den Markt an der Fiedlerstraße hätte das bedeuten können, die Decke auf gut 3,50 Meter Höhe abzuhängen und die Stahlbeton-Rundbogenkonstruktion damit weiterhin, wie über die Jahrzehnte zuvor, zu verstecken – für Renate Westhoff und das Architektenteam undenkbar, diesen Schatz in seinem Dornröschenschlaf zu belassen.

Ein Stück Stadt reparieren

Die Bestandsanalyse der Bausubstanz kam zu dem ernüchternden Ergebnis, dass die in die Jahre gekommenen Betonbögen alle zu sanieren waren, um die historische Bausubstanz bewahren und die Halle

für die nächsten Jahrzehnte nutzen zu können. Das bescherte den Bauwilligen die nächste Herausforderung: Eine Sanierung bei laufendem Marktbetrieb war undenkbar. Für den Übergang fand sich – ein Glücksfall – eine Zwischenlösung in unmittelbarer Nähe. Der Supermarkt konnte in die ehemaligen Räume der Holzhandlung Fleischhut umziehen.

Parallel zur Hallensanierung sollten für die Marktmitarbeiter auf dem Grundstück neue Sozialräume entstehen. Um an dieser prominenten Stelle gleichzeitig ein Stück Stadtreparatur zu betreiben, schlugen die Architekten den Bau eines kompletten Wohnhauses auf dem Grundstück an der Eisenschmiede vor, in das sich die gewünschten Sozialräume auf der Erdgeschoss-Ebene integrieren.

Die Neustrukturierung der Zugangssituation zum Markt von der Eisenschmiede aus sowie des Parkplatzes war ebenso Bestandteil des architektonischen Konzepts.

Das neue Gebäude, in dessen Obergeschossen künftig Studierende in Wohngemeinschaften leben können, schließt die ehemalige Lücke zum benachbarten Gründerzeithaus und interpretiert dessen Gestaltung und Formensprache auf moderne Art und Weise neu. Es fügt sich nahtlos in den städtebaulichen Kontext ein und ist ein gelungener Beitrag zu einer neuen städtischen Baukultur.

Standort: Fiedlerstraße 8/Eisenschmiede, 34127 Kassel

Baujahr: 2019/20

Bauherrin: Renate Westhoff

Architekten: Ladleif Architekten, **Projektleitung:** Benjamin Reibold

Freiraumplanung: Ladleif Architekten

Fotos: Ladleif Architekten/Bastian Arndt

Text: Klaus Schaake

„Die Krönung meines Schaffens“

Renate Westhoff ist als Bauherrin immer offen für gute Vorschläge ihrer Architekten gewesen und hat ihnen den Rücken gestärkt.



StadtZeit-Gespräch mit der Inhaberin des Arealis an der Fiedlerstraße

Frau Westhoff, wussten Sie, dass sich über der ehemals abgehängten Decke des Edeka-Marktes ein architektonischer Schatz befindet?

Ja, natürlich wusste ich das! Ich war ja x-mal da oben und habe immer wieder dieses Gewölbe gesehen. Ein Traum! Damals, 1966, als mein Mann das Gebäude kaufte war es so, dass der Supermarkt so eingerichtet wurde, wie er überall war – ein Standardmarkt.

War es Ihre Vision, den jetzt erfolgten Umbau zu nutzen, um die Halle mit ihrem architektonischen Potenzial zu zeigen?

Die Vision hatte Herr Ladleif. Ich hatte ihn angerufen und ihn gebeten mit offenen Augen durch diesen Laden zu gehen. Das haben wir zusammen gemacht, ich habe ihm gesagt, was mir alles nicht gefällt

und dann hat er mit seinem Team Verbesserungsvorschläge erarbeitet und vorgeschlagen, was wir wie machen könnten. Die Ideen sprudelten nur so.

Wie sind Sie mit den Vorschlägen der Architekten umgegangen?

Ich habe nie gebremst und war immer offen für alle Erneuerungen und für alle vernünftigen Vorschläge. Ich habe sie aufgegriffen und dieses Konzept auch direkt der Edeka-Zentrale, dem Hauptmieter, angeboten und dabei den Planern den Rücken gestärkt. Nach vielen Diskussionen und unserer gemeinsamen Überzeugungsarbeit konnte sich die Edeka damit anfreunden, die Markthalle bis nach oben komplett offen zu lassen und ihren Charakter unverfälscht zu zeigen.

„Die Sanierung war ein Wahnsinnsaufwand!“

Bei der Sanierung mussten Sie dann feststellen, dass der Aufwand doch erheblich größer war als gedacht...

Es war ein unglaublicher Aufwand diese Stahlbetonbögen zu sanieren. Anfangs machten mir die Architekten die Hoffnung, dass es in einem überschaubaren Rahmen bleibt. Es kam dann so, dass alle saniert wurden, wirklich alle. Das war ein Wahnsinnsaufwand! Die Halle bestand nur noch aus Gerüsten, die die zu sanierenden Bögen stabilisieren mussten, während die Fachleute daran arbeiteten. Das waren Spezialisten mit Erfahrungen in der Brückensanierung!

Was haben Sie mit dem Edeka-Markt gemacht?

Unser großes Glück war, dass der Markt komplett ausgelagert werden konnte. An einen Weiterbetrieb war nicht zu denken. Wir konnten Räume des ehemaligen Holzhandels Fleischhut in direkter Nachbarschaft nutzen, damit Herr Wenzel den Betrieb aufrecht erhalten konnte.

Das neue Gebäude an der Eisenschmiede, das mit seinem Türmchen Bezug auf die Gründerzeit nimmt und wo bald Studierende wohnen werden, war immer Bestandteil des Konzepts Ihrer Architekten, Sie aber waren skeptisch...

Anfangs habe ich mich ehrlich mit Händen und Füßen gegen dieses Wohnhaus gestäubt. Ich wollte, dass wir lediglich die Sozialräume, die Herr Wenzel für seine Mitarbeiter gern noch dazubekommen

wollte, auf dem Grundstück neu bauen. Ich hatte die laienhafte Vorstellung, dass das kein großer Aufwand sein könne.

Was passierte dann?

Es stellte ich heraus, dass die Gründung auch für diese paar Räume irrsinnig teuer werden würde, weil der Untergrund nicht richtig tragfähig war. Nachdem die Gründung so teuer wurde, habe ich überlegt, dass wir dann auch die ursprüngliche Planung mit dem kompletten Haus umsetzen können. Setzt man das ins Verhältnis, wird die Gründung ja unterm Strich günstiger.

„Die Architekten haben mich überzeugt“

Wie geht es Ihnen mit der heutigen Situation?

So wie es jetzt ist, wirkt es an dieser Stelle wirklich fertig. Die von mir angedachte Lösung wäre irgendwie halb fertig geblieben und das Umfeld damit hässlicher geworden. Die Architekten überzeugten mich mit ihren Argumenten. Sie hatten die Situation von Beginn an genau so vorgeschlagen.

Stadtgestaltung ist das eine. Wie sieht das von der wirtschaftlichen Seite aus?

Wenn das auf Null aufgeht, sind wir froh. Von der Ästhetik her hätte mir diese halbe Geschichte aber nie und nimmer gefallen. Ich hätte mich da immer geärgert. Und das wollte ich mir nicht antun. Wenn ich sowas mache, dann mache ich es auch richtig.

Wie wichtig war es für Sie, sich mit diesem Projekt auch für die Nordstadt zu engagieren?

Anfangs kaum. Zu Beginn war es für mich wichtig, dass der Edeka-Markt ein gutes und modernes Umfeld bekommt. Alles Andere hat sich dann quasi automatisch ergeben. Jetzt, mit ein bisschen Abstand und dem Blick darauf, was ich schon alles gebaut habe, empfinde ich dieses Projekt als die Krönung meines Schaffens. Ich bin achtzig Jahre alt und habe mir das nochmal zugetraut!



Renate Westhoff hat sich über die letzten 35 Jahre mit der Verwaltung und Entwicklung von Immobilien beschäftigt.

Diese Fachfirmen und Fachplaner waren an der Realisierung dieses Bauvorhabens beteiligt.

Handwerkskompetenz – seit über 100 Jahren:
Trockenbau | Deckensysteme | Innenausbau
Trennwände | Baulicher Brandschutz



Stephan Bode Holzbau GmbH
Industriestraße 13 c
D-34260 Kaufungen
Telefon: +49 (0)5605-3009
Fax: +49 (0)5605-3486
www.bode-holzbau.de



otto scheuerer
blitzschutz
gmbh

Planung und Ausführung
von Blitzschutzanlagen
Erdungsanlagen
Blitzschutzprüfungen

hafenstr. 67
34125 Kassel
telefon 0561 - 86 19 59 - 0
fax 0561 571658
blitzschutz@otto-scheuerer.de



Walter Fenster + Türen

Theodor-Haubach-Straße 11 · 34132 Kassel
Telefon 0561 / 9 40 99-0 · www.walter-fenster.de

Die Fensterkompetenz. Fenster. Haustür. Services. Rolläden. Glas.

Westermann
Gerüstbau



... konstruktiv, erfahren

Zentgrafenstr. 61, 34130 Kassel, Tel. 0561- 77 53 61
westermann-geruestbau.de

MARCO WENZEL
Marktsopping

Marco Wenzel
Lebensmittel- und
Getränke Einzelhandel
Fiedlerstr. 30 + 20
34127 Kassel



MIT UNS ERLEBEN SIE DAS BESONDERE



Traditionelle Handwerkskunst erleben mit dem erlesenen Rindfleisch aus unserem Dry Ager.



Regionales Fleisch vom Strohschwein aus Hofgeismar-Carlsdorf für mehr Tierwohl.



Frischfisch in Bedienung inklusive erstklassiger Beratung – „Meer“-Genuss finden Sie nur bei uns.

Blickpunkt Lebensräume
Malerarbeiten · Putzarbeiten
Bodenbeläge/Designböden · Wärmedämmverbundsysteme · Fachwerksanierungen
Bodenbeschichtungen · Trockenbau · Malertechniken



Malerbetrieb GmbH
Werner & Sohn
Wir gestalten Ihren Lebensraum

Dörnbergstraße 38
34233 Fulda

Telefon 0561 - 77 10 13
info@wernerundsohn.de
www.wernerundsohn.de

Diese Fachfirmen und Fachplaner waren an der Realisierung dieses Bauvorhabens beteiligt.

**Dach.
Schornstein.
Fassade.
Balkon.**

Hallo Partner!
Wir machen das schon!



T 05 61. 5 10 91 80
kuehne-meisterbetriebe.de

KÜHNE
MEISTERBETRIEBE IM HANDWERK

betoninstandsetzung
bodenbeschichtung
abdichtung
spritzbeton
fugensanierung
verpressarbeiten

Wir gratulieren der Westhoff Verwaltung für den gelungenen Umbau

otto scheuerer bautenschutz gmbh
hafenstr. 67 . 34125 kassel
telefon 0561 861959-0
bautenschutz@otto-scheuerer.de




Städtebaulich und architektonisch schlüssig

Mit seinen gründerzeitlichen Gestaltungsansätzen ergänzt das neue Wohngebäude an der Eisenschmiede den Blockrand und bildet eine räumliche Kante für den Kreuzungsbereich. Darüber hinaus könnte es Teil einer größer angelegten Quartiersentwicklung werden.

Fragen an die Stadt Kassel und Antworten

Wie schätzt die Stadt Kassel dieses Bauvorhaben städtebaulich und architektonisch ein?

Mit dem neuen Wohn- und Geschäftsgebäude im Bereich einer vormaligen Baulücke wurde eine städtebaulich schlüssige Ergänzung des Blockrands vorgenommen und eine räumliche Kante für den Kreuzungsbereich und die Eisenschmiede geschaffen. So hat die Vorstellung des Bauvorhabens als Ergänzung der unter Denkmalschutz stehenden Bebauung am Kreuzungsbereich Eisenschmiede / Fiedlerstraße / Quellhofstraße aus städtebaulicher Sicht auch im Beirat für Stadtgestaltung der Stadt Kassel im Juni 2017 grundsätzlich breite Zustimmung gefunden. Architektonisch weist das Gebäude einen starken Bezug auf gründerzeitliche Gestaltungsansätze auf und orientiert sich ausdrücklich am unmittelbar angrenzenden historischen Gebäudebestand. Die vorhandene Traufhöhe wurde ebenso wie der Schmuckrisalit in der Neuplanung des neuen Gebäudes mit fünf Vollgeschossen aufgenommen. Somit ergänzt es nicht nur städtebaulich, sondern auch architektonisch konsequent das vorhandene gründerzeitlich geprägte Gebäudeensemble im Kreuzungsbereich, ohne etwa eine sich vom historischen Gebäudebestand abhebende moderne Architektursprache zum Ausdruck bringen zu wollen.

Kann man an dieser Stelle von einem gelungenen Stück Stadtreparatur sprechen?

Hinsichtlich der historisch bereits teilweise vorhandenen Blockrandstruktur stellt das Gebäude aus heutiger Sicht insofern ein Stück Stadtreparatur dar, als dass typische Merkmale der historischen Stadtstruktur aufgegriffen und im Sinne einer Erweiterung nach historischem Muster in gelungener Weise umgesetzt wurden. Dabei handelt es sich jedoch nicht zwangsläufig um eine Nachbildung einer tatsächlichen vormaligen bzw. historischen Bebauung.

Mit Blick auf die nähere Umgebung: Wie ist der Stand der Planungen auf dem ehemaligen Fleischhut-Gelände?

Die Stadtverordnetenversammlung der Stadt Kassel hat für den Bereich zwischen Fiedlerstraße und Eisenschmiede am 23. September 2019 die Aufstellung des Bebauungsplans Nr. V/14 „Fiedlerstraße / Eisenschmiede“ beschlossen. Zweck ist zum einen die Schaffung der planungsrechtlichen Voraussetzungen für die Entwicklung der Flächen und zum anderen die Ermöglichung der Aktivierung planungsrechtlicher Sicherungsinstrumente. Die Stadtverordnetenversammlung hat entsprechend am 4. November 2019 der Satzung über eine Veränderungssperre zugestimmt. Derzeit finden von Seiten der Stadt in Hinblick auf den Geltungsbereich des Bebauungsplans, der auch das ehemalige Gelände der Firma Fleischhut umfasst, Voruntersuchungen hinsichtlich der möglichen künftigen Nutzungen und der damit verbundenen städtebaulichen Anforderungen für diesen Bereich statt.



LAD LADLEIF ARCHITEKTEN

www.ladleif.info

Diese Fachfirmen und Fachplaner waren an der Realisierung dieses Bauvorhabens beteiligt.

R seit 1889

- Neubau
- Sanierung
- Umbau
- Baureparatur

Wir gratulieren der Familie Westhoff zu einem tollen städtebaulichen Projekt in der Nordstadt und sind stolz darauf an der Realisierung mitgewirkt zu haben.

Geschäftsführer: Dipl.-Ing. Thilko Gerke
Lange-Straße 59 - 61 Fax 0561 - 316797-97
34131 Kassel info@rennert-kassel.de
Tel 0561 - 316797-0 www.rennert-kassel.de

RSST GMBH
Rückbau - Schadstoffsanierung - Transport

„Die Erkenntnis der Gegenwart und die Zukunft des Bauens verlangen oft den Rückbau der Vergangenheit“

Wir bedanken uns für die gute Zusammenarbeit mit allen Beteiligten und wünschen weiterhin viel Erfolg!

Ausgeführt haben wir die Demontage von schadstoffhaltigen Bauteilen sowie die komplette Entkernung des Gebäudes.

RSST GmbH
Rückbau - Schadstoffsanierung - Transport
Siedlung Thomas Müntzer 36 · 37345 Am Ohmberg

Tel. 036077 29614 · Fax 036077 29090 · info@rsst-gmbh · www.rsst-gmbh.de

Was hat die Stadt Kassel für Vorstellungen hinsichtlich der Entwicklungen in diesem Umfeld?

Durch den Aufstellungsbeschluss sollen frühzeitig die Handlungsoptionen für die Stadt im Rahmen des Geltungsbereiches möglichst flexibel und offengehalten werden, um den aktuellen und künftigen Bedarfen der Stadt und des Stadtteils in diesem Bereich gerecht zu werden. Als Grundlage und zur Festlegung der Planungsziele soll ein noch zu erarbeitendes städtebauliches Entwicklungskonzept dienen. Ziel und Zweck der Planung ist eine geordnete städtebauliche Entwicklung für den gesamten Geltungsbereich. Das Planungsgebiet soll in unterschiedliche Nutzungsbereiche gegliedert werden. Gemäß dem Aufstellungsbeschluss für den Bebauungsplan ist als Planungsabsicht für einen Teilbereich die perspektivische Schaffung von Wohnnutzung, für weitere Teilbereiche die Schaffung von Flächen für Gemeinbedarf sowie gemischte Bauflächen für Dienstleistungen vorgesehen.

Diese Fachfirmen und Fachplaner waren an der Realisierung dieses Bauvorhabens beteiligt.

Zimmer frei

In diesem bezugsfertigen Neubau gibt es 3-er WGs mit gemeinsamer Küche und Balkon. Ab sofort zu vermieten.

Kontakt: Westhoff Verwaltung
Frau Westhoff-Dittmar
Tel. 0177- 30 555 13



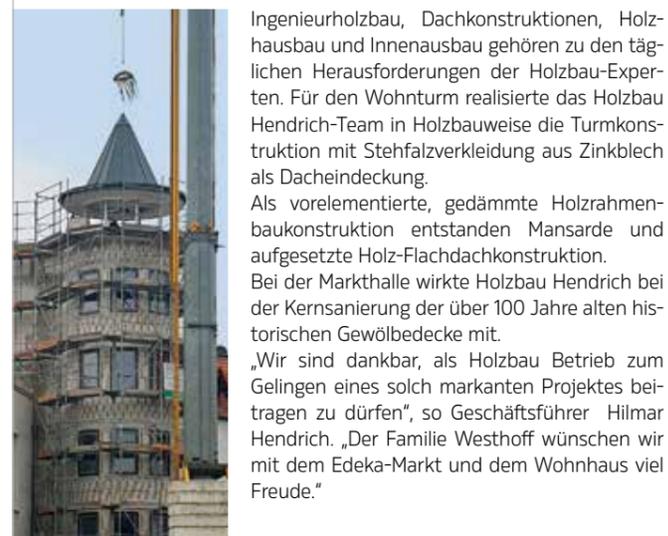
Ingenieurbüro für Versorgungstechnik BAKOWIES

34327 Körle – Sperlingsweg 7 07422 Bad Blankenburg – Georgstr. 28

Wir bedanken uns für die gute Zusammenarbeit mit allen Beteiligten bei der Durchführung unserer Planung und Bauleitung der haustechnischen Gewerke. Weiterhin wünschen wir Familie Westhoff für die Zukunft alles Gute.

Zum Gelingen beigetragen!

Die Holzbau Hendrich GmbH brachte ihre fachlichen Kompetenzen in dieses markante Projekt ein.



Ingenieurholzbau, Dachkonstruktionen, Holzhausbau und Innenausbau gehören zu den täglichen Herausforderungen der Holzbau-Experten. Für den Wohnturm realisierte das Holzbau Hendrich-Team in Holzbauweise die Turmkonstruktion mit Stehfalzverkleidung aus Zinkblech als Dacheindeckung. Als vorelementierte, gedämmte Holzrahmenbaukonstruktion entstanden Mansarde und aufgesetzte Holz-Flachdachkonstruktion. Bei der Markthalle wirkte Holzbau Hendrich bei der Kernsanierung der über 100 Jahre alten historischen Gewölbedecke mit. „Wir sind dankbar, als Holzbau Betrieb zum Gelingen eines solch markanten Projektes beitragen zu dürfen“, so Geschäftsführer Hilmar Hendrich. „Der Familie Westhoff wünschen wir mit dem Edeka-Markt und dem Wohnhaus viel Freude.“

Kontakt: Holzbau Hendrich GmbH, Industriestrasse 6, 34277 Fuldabrück
☎ 0561-9582646, holzhendrich@t-online.de, www.holzbau-hendrich.de

„Wir haben eine Einheit geschaffen“

Das Projekt an der Eisenschmiede hat für die Architekten eine Vorreiterfunktion für die weitere Entwicklung des Quartiers.

StadtZeit-Gespräch mit Benjamin Reibold, Projektleiter
Ladleif Architekten BDA

Herr Reibold, wie haben Sie die Situation an der Eisenschmiede wahrgenommen, bevor Sie in die Planungen eingestiegen sind?
Wir hatten fast das Gefühl, so eine Art Nachkriegssituation vorzufinden. Da stand an dieser städtebaulich zentralen Stelle der Brandgiebel des Nachbarhauses. Alles schien provisorisch und nicht fertig geworden.

Und jetzt?
Jetzt haben wir eine Einheit geschaffen.

Mit welchen „Bausteinen“ ist Ihnen das gelungen?
Wir haben die Logik des Nachbargebäudes aufgenommen und uns im Sinne einer postmodernen Rückbesinnung dem Stadtteil genähert. Wir wollten das Vorhandene fortführen, um in der gleichen architektonischen Sprache zu bleiben. Wir wollten diese Einpassung. Dass beispielsweise auf dem Turm jetzt so ein kleines Fähnchen weht, hat ein bisschen was von früher.

Der Turm wirkt sehr schlank und betont damit sehr in die Vertikale. Wie wichtig war das an dieser Stelle?

Zwischen Eisenschmiede und dem Eingangsniveau des Marktes, wo täglich tausende Menschen hineinströmen, gibt es einen ziemlichen Höhenversprung, so dass dieser Bereich fast wie abgesackt wirkt. Mit der Betonung auf die Vertikale bei dem Wohnhaus wollten wir einen Hingucker schaffen, der diese Situation optisch ein Stück weit auflöst. Uns war das Gefühl wichtig, an dieser Stelle quasi nach oben gezogen zu werden.

Wie fallen die Reaktionen auf diese neue Situation aus?

Es ist schon eine Begeisterung festzustellen, dass gerade in diesem Stadtteil so ein schönes Projekt entstanden ist. Das hören wir immer wieder. Die Nordstadt ist ja im Kommen und wenn wir uns vorstellen, dass es hier weitergeht, beispielsweise auf dem Fleischhut-Gelände, dann wird das ein tolles Quartier. Wir sehen bei diesem Projekt eine gewisse Vorreiterfunktion, die wir mit Frau Westhoffs großartiger Unterstützung einnehmen durften, und wünschen uns, dass sich diese Qualität auch bei anderen Projekten im Quartier fortsetzt.



Magazinhof wird attraktives Stadtquartier

Historie trifft Moderne: Auf dem früheren Militär-Areal in Niederrzwehren können Menschen künftig wohnen, arbeiten und genießen.



Es geht voran: Der neue Magazinhof soll ein Quartier für alle werden – ein gemischtes Quartier zum Wohnen, Arbeiten und Erholen.



Gemeinsam für ein attraktives Viertel: (v.li.) Clemens Exner (ProjektStadt), Nico Rotschedl (Beethoven-Gruppe), Architekt Martin Schlüter, Dr. Alexander Weigand (Beethoven-Gruppe) sowie Architekt Manfred Schoeps.

Die Arbeiten im ehemaligen Magazinhof schreiten voran. Die Eigentümerin, die Beethoven Development GmbH aus Würzburg, entwickelt auf dem ca. 39.000 qm großen, ursprünglich militärisch genutzten Grundstück zwischen Leuschnerstraße, Glöcknerpfad und Bahnlinie ein neues gemischtes Quartier zum Wohnen, Arbeiten und Erholen. Unterstützung erhält die Beethoven-Gruppe auch von der ProjektStadt. Die Stadtentwicklungsmarke der Unternehmensgruppe Nassauische Heimstätte | Wohnstadt (NHW) ist – in enger Abstimmung mit der Stadt Kassel – für den städtebaulichen Entwurf sowie die Erstellung des Bebauungsplans verantwortlich. Ein spannendes Projekt, findet Clemens Exner, Projektleiter im Fachbereich Stadtentwicklung Nord: „Dieser Standort im Innenbereich Kassels entwickelt sich zu einem attraktiven Quartier mit hohen urbanen Qualitäten für Wohnen und Arbeiten und bewahrt gleichzeitig den kulturhistorisch bedeutsamen Baubestand.“

Ein Quartier für alle

Der Magazinhof wurde zwischen 1939 und 1945 als Getreidelager errichtet. Bis in die 1990er-Jahre nutzte ihn die Bundeswehr als Bekleidungskammer, anschließend dienten Teilbereiche als Lagerflächen. Die seit 2012 denkmalgeschützten Silogebäude sowie die

Heeresbäckerei bestimmen das Erscheinungsbild. Die Würzburger Investorengruppe hat das Areal 2015 gekauft und im vergangenen Jahr mit der Sanierung begonnen. Das Projektvolumen liegt bei ca. 80 Millionen Euro. „Unser Ziel ist es, dass der neue Magazinhof ein Quartier für alle wird“, sagt Nico Rotschedl, geschäftsführender Gesellschafter der Beethoven-Gruppe. „Dabei achten wir sehr stark auf eine sensible Einbettung in das städtebauliche und landschaftliche Umfeld und berücksichtigen auch Nachhaltigkeitsaspekte.“ Alle Gebäude, die umgebaut beziehungsweise neu errichtet werden, zertifiziert die Deutsche Gesellschaft für nachhaltiges Bauen. Das Wäldchen im Süden des Quartiers bleibt erhalten und soll als Erholungszone dienen.

Zentraler Platz mit markantem Holzgebäude

Einer der neuen Mieter wird der Landesbetrieb Bau und Immobilien Hessen (LBIH). Die Mitarbeiter beziehen den 5.000 qm großen Bodenspeicher, der derzeit umfassend saniert wird. In die beiden ehemaligen jeweils rund 5.000 qm großen Silos wird ab 1. April 2021 ebenfalls eine Landesbehörde einziehen: das Straßen- und Verkehrsmanagement Hessen Mobil. Auf einer Freifläche östlich der Bestandsbebauung wird der Investor MH1 Immobilien GmbH ein Büroge-

bäude errichten. Den südlichen Teil des Areals veräußert die Beethoven-Gruppe an einen Bauträger. Der Investor plant dort vier Baukörper mit etwa 100 Wohnungen. Bereits im Bau ist ein Parkhaus mit 465 Stellplätzen. Es bündelt zentral den Stellplatzbedarf und beschränkt so den Kfz-Verkehr im Quartier auf das Nötigste. Zudem dient das Gebäude als Lärmschutzriegel gegenüber der benachbarten Bahntrasse. Für die auf dem Areal geplanten Wohngebäude ergreifen die Investoren entsprechende Schallschutzmaßnahmen, um den äußerst attraktiven Wohnstandort ausreichend zu schützen. Auf dem zentralen Platz des Grundstücks plant die Beethoven-Gruppe ein markantes Holzgebäude mit acht Geschossen. Im Erdgeschoss soll es Gastronomie geben, in den oberen Etagen sind Wohnungen und Büros vorgesehen.



Kontakt/Info: Regionalcenter Kassel
Wolfsschlucht 18, 34117 Kassel
Telefon 0800 3331110, rckassel@wohnstadt.de
www.wohnen-in-der-mitte.de



Einbinden, Vernetzen, Bündeln

Fotos: Karsten Socher

Die Mitglieder der Lokalen Partnerschaft in den Oberlichtsälen der Salzmännfabrik.

Die Lokale Partnerschaft koordiniert im Rahmen des Förderprogramms „Wachstum und Nachhaltige Erneuerung“ die Eigeninitiativen privater und institutioneller Akteure mit den Programmzielen. Sie weckt, unterstützt und bündelt lokale Ressourcen.

LoPa“ nennen die Mitglieder liebevoll das Gremium mit dem sie ihre Stadtteile Bettenhausen und Unterneustadt gemeinsam voranbringen. Die Einbindung und Vernetzung örtlicher Akteure in dieser Lokalen Partnerschaft sorgt für einen intensiven Austausch zwischen Vertretern aus Wirtschaft, Verwaltung und Zivilgesellschaft. Anders als in vergangenen Jahrzehnten, liegt es für Planende und auch für die Verwaltung heute auf der Hand, dass sich eine erfolgreiche Entwicklung von Stadtteilen und Quartieren nicht allein durch öffentliches Handeln erreichen lässt. Es bedarf ebenso eines entsprechenden privaten und zivilgesellschaftlichen Engagements. Ein zentrales Kennzeichen der Städtebauförderung in Hessen ist deshalb die Programmvorbereitung und -umsetzung in öffentlich-privater Partnerschaft. Im Sinne eines Urban Governance-Ansatzes versteht sich die Lokale Partnerschaft als Gremium, in dem sich alle relevanten Akteure des Fördergebiets, beispielsweise Unternehmer, Grundstücks- und Immobilieneigentümer, Bewohner, Vertreter von Kultur- und Sozialeinrichtungen, gemeinsam mit der Verwaltung auf Augenhöhe begegnen. Ge-

meinem entwickeln und realisieren sie in der LoPa Konzepte und Projekte zur Stärkung der Quartiere auf Basis des Integrierten Städtebaulichen Entwicklungskonzeptes ISEK „Kasseler Osten“.

Die Fördergebietsentwicklung unterstützen

Aufgabe der Lokalen Partnerschaft ist die lenkende Begleitung und Unterstützung der Fördergebietsentwicklung durch ihre Funktion als Multiplikator in den eigenen Wirkungskreis hinein oder als Träger eigener privater oder zivilgesellschaftlicher Initiativen und Projekte zur Unterstützung der Fördergebietsentwicklung. Die Lokale Partnerschaft ist in alle das Fördergebiet grundsätzlich betreffenden Entscheidungen zu Maßnahmen oder Prozessen eingebunden. Dazu gehören insbesondere die Beratung und Begleitung von Projekten, die Priorisierung bei der Beantragung von Fördermitteln für Projekte, die Mitarbeit bzw. Teilnahme an Öffentlichkeitsveranstaltungen oder Beteiligungsprozessen sowie die Initiierung eigener, das Fördergebiet stützender Ideen, Maßnahmen und Projekte.

Die LoPa-Mitglieder treffen sich in der Regel quartalsweise in wechselnden Räumlichkeiten im Fördergebiet. In ihren bisherigen Sitzungen diskutierten die Teilnehmenden beispielsweise intensiv über das Freiraumkonzept Kassel Ost und brachten als Expertinnen und Experten vor Ort ihre Anregungen und Einschätzungen zu Projektansätzen ein und priorisierten konkrete Projekte, die sie für ihren Stadtteil ganz vorne sehen. In einer anderen Sitzung stellten Grafiker das von ihnen entwickelte Kommunikationskonzept Kassel Ost vor. Die Mitglieder trugen daraufhin begeistert die Idee von einem neuen Gemeinschaftsgefühl für den Kasseler Osten durch bedruckte Anstecker, Aufkleber oder Taschen sowie ein gemeinsames Logo hinaus in ihre Quartiere.

Vergangenheit erleben, Zukunft mitgestalten

„Lokale Partnerschaft unterwegs“ nannte sich das Format, mit dem die LoPa-Mitglieder nach der pandemiebedingten Pause Ende August an

Städtebauförderung im Kasseler Osten

Bettenhausen, Forstfeld, Unterneustadt und Waldau wurden nach intensiver Vorarbeit durch das Planungsamt in Städtebauförderprogramme aufgenommen, die über zehn Jahre zukunftsfähige Entwicklungen in diesen Stadtteilen fördern. Im Programm „Soziale Stadt“ ist es für Waldau und Forstfeld das übergeordnete Ziel die Lebens-, Wohn- und Arbeitsbedingungen vor Ort durch städtebauliche Entwicklungs- und Erneuerungsmaßnahmen zu verbessern. Bettenhausen und Unterneustadt sind Teil des Programms „Wachstum und Nachhaltige Erneuerung“, das bis Ende 2019 unter „Stadtumbau in Hessen“ firmierte. Die Anpassung an die demografische Entwicklung, den wirtschaftlichen Strukturwandel sowie Stadtgrün, Klimaschutz und Klimaanpassung sind vorrangige Themen dieses Programms. Grundlage für die Arbeit in den Fördergebieten ist das Integrierte Stadtteilentwicklungskonzept Kasseler Osten, das die vier Stadtteile analysiert und in Form konkreter Maßnahmenvorschläge Perspektiven für die einzelnen Stadtteile sowie den Kasseler Osten als gesamten Stadtraum formuliert.

Info:
www.kassel.de | Suche: ISEK Kasseler Osten

ihre Arbeit anknüpften. Mit Mundschutz und auf Abstand achtend, trafen sich rund 25 Personen zunächst am Hallenbad Ost und ließen sich von den neuen Eigentümern über den Stand der Sanierungs- und Umbauarbeiten informieren. Anschließend unternahmen sie auf dem Salzmänn-Areal eine Reise in die Vergangenheit. Unter Führung von Oliver Leuer (Kulturfabrik Salzmänn) und Annette Spielmeyer (Stadtplanungsamt) wandelte die Gruppe durch die Gebäudetrakte und setzt große Hoffnungen darauf, dass es diesmal etwas wird mit Umbau und Sanierung. Vor Ort beeindruckte sie die Dimension der Baustruktur, die riesigen Produktionssäle sowie der Architektur- und Ingenieurskunst der damaligen Erbauer. Bestürzt und erschrocken mussten die Teilnehmenden auch feststellen, unter welch roher Gewalt das eigentlich geschützte Ensemble in den letzten acht Jahren leiden musste. Man lief überwiegend über einen „Teppich“ zerborstenen Glases. Den Abschluss bildete ein Treffen im lauschigen Hinterhof des Sandershaus, wo eine kleine Ausstellung des Stadtumbaumanagements auf die Teilnehmenden wartete, die den Bearbeitungs- und Realisierungsstand der Stadtumbauprojekte zeigte. Bei Ge grilltem tauschten sich die LoPa-Mitglieder in entspannter Atmosphäre über das Gesehene aus, knüpften neue Kontakte und informierten sich über kommenden Projekte in ihren Stadtteilen.



Die neuen Eigentümer informieren zu ihren Planungen für das Hallenbad Ost.

Mitglieder der Lokalen Partnerschaft Bettenhausen/Unterneustadt

Diakonie Wohnstätten gGmbH, Stadtteilzentrum Agathof e.V., Diakonisches Werk Region Kassel, Sozialgruppe Kassel e.V., Stiftung „Hessisches Waisenhaus zu Kassel“, Herderschule Eigentümer und Bewohner (vier Personen), Bengii e.V., Casseler Sport Club 03 e. V., Kulturfabrik Salzmänn, Sandershaus e.V., Grabelandgemeinschaft Blüchergarten, Ev. Kirchengemeinde Kassel-Mitte (Bezirk Unterneustadt), Ortsvorsteher, Stadtverwaltung, Amt für Stadtplanung, Bauaufsicht und Denkmalschutz, Umwelt- und Gartenamt, Straßenverkehrs- und Tiefbauamt Abt. Verkehrsplanung, Jugendamt, Liegenschaftsamt, Stadtumbaumanagement.

STIMMEN AUS DER LOKALEN PARTNERSCHAFT

„Ein sehr kluger Prozess“

Als relativ „frisch“ gewählte Ortsvorsteherin war die „Lokale Partnerschaft unterwegs“ für mich ein wunderbarer Einstieg in meine zukünftige Mitarbeit. Die anderen Akteurinnen und Akteure haben mich sehr wohlwollend aufgenommen und schon beim ersten Treffen entstanden viele neue Kontakte, die auch für meine Ortsbeiratsarbeit von Bedeutung sein werden. Was hier geschieht, empfinde ich als sehr klugen Prozess und ich habe Vorfreude und Lust auf die weitere Zusammenarbeit bekommen. Kerstin Linne, Ortsvorsteherin Unterneustadt

„Ein konstruktives Miteinander“

Die Lokale Partnerschaft als Schnittstelle zwischen der Verwaltung und uns Bürgerinnen und Bürgern erlebe ich als sehr positiv. Ich fühle mich als Beteiligter, Betroffener und Bürger gut informiert und ich gebe diese Informationen auch im meinem Umfeld gern weiter. Es ist bereits jetzt viel geschehen und es ist schön zu sehen, dass unsere Wünsche hier einfließen können. Die gute Zusammensetzung und das konstruktive Miteinander in der LoPa bringt die Stadtteile nach vorn. Anton Holm, Bewohner der Unterneustadt

„Stadtteile nehmen sich untereinander wahr“

Es brauchte fünf, sechs Jahre, bis das Entwicklungskonzept stand. Jetzt läuft es und es kommt viel an hier! Es gibt Möglichkeiten Projekte umzusetzen, die schon lange „in der Luft“ lagen und die mit dem Rückenwind der Förderung jetzt an den Start gehen oder sogar bereits umgesetzt sind. Auch Vereine, Jugendzentren oder Schulen bekommen Unterstützung. Alle merken: Die Aufmerksamkeit ist da, es wird investiert. Die Stadtteile entwickeln sich und nehmen sich untereinander wahr. Oliver Leuer, Kulturfabrik Salzmänn e.V.



Warum Corona das Wohnen nachhaltig verändert



Die Krise rund und der damit verbundene Lockdown hat uns wieder mehr nach Hause gebracht, was aktuelle Wohntrends beschleunigte. Selten erfuhrt das eigene Heim so konzentriert so viel ungeteilte Aufmerksamkeit.

Es ist eine Mischung aus vielen Faktoren, die den Stellenwert des Zuhauses und die Bedeutung dessen, was Menschen unter Wohnen verstehen, innerhalb der letzten Monate geändert hat. Der Begriff vom Zuhause hat sich in den letzten zwei Jahrzehnten bereits stark gewandelt. Die Zeiten, in denen die eigenen Räume lediglich Unterkunft und Möglichkeit zur Aufbewahrung des eigenen Besitzes war, gehörte auch vor Corona schon der Vergangenheit an. „Hygge und Gemütlichkeit“, „Reduzieren für Ordnung und innere Klarheit“, „Lieblingsplätze daheim“, „Einklang von Wohnen und Arbeiten“ hatten als wichtige Trends auch vorher schon viele Anhänger und füllen schon seit geraumer Zeit die Seiten der Wohnzeitschriften.

„Zuhause kann überall da sein, wo sich die Seele wohlfühlt“, war bisher das Credo nicht nur derer, die von Berufs wegen oft unterwegs sind. Dies kann auch ein Café, ein Museum, ein öffentlicher Platz oder gar das Büro sein. Manche Arbeitgebende haben versucht, Arbeitsplätze in Wohlfühlorte zu verwandeln – mit dem Resultat, dass einige Büros sogar mehr Wohnzimmeratmosphäre ausstrahlen, als es die eigenen Räume daheim tun.

Ein elementarer Ort des Lebens

In den letzten sechs Monaten jedoch war das Zuhause weit mehr als der Ort zum Ausruhen, um zum nächsten Projekt, zur nächsten Verabredung zu starten. Mit der Erfahrung des Lockdowns und den damit verbundenen Verhaltensmaßregeln spielte sich das gesamte Leben mehr oder minder freiwillig dort ab – oder tut es noch – und das betrifft fast jeden. Schutz und Geborgenheit gehören zu den

EXKLUSIVES EINRICHTEN

CARUZZO-AKTION
Sessel kaufen – Hocker gratis bis 31.10.2020

brühl

Schottens

TEAM7
natürlich wohnen

Wohn-fabrik
MÖBEL • KUNST • UND MEHR
34117 Kassel • Erzberger Str. 13A • ☎ 7399983 • www.wohn-fabrik.de
Hofeinfahrt • 100m zurückliegend • KOSTENLOSE PARKPLÄTZE
Montag-Freitag 10-19 Uhr • Samstag 10-16 Uhr

ERFAHREN | ENGAGIERT | ERFOLGREICH

Kerstin Braun und ihr Team verkaufen und vermieten auch Ihre Immobilie zu einem guten Preis.

Wir laden Sie herzlich zu einer Kontaktaufnahme zu uns ein.

Ihr Maklerinnen-Kompetenz-Team

Wilhelmshöher Allee 270, 34131 Kassel | ☎ 0561 / 63425
info@west-immobilien-ks.de | www.west-immobilien-ks.de

Dipl. Betriebswirtin Kerstin Braun
DEKRA-zertifizierte Sachverständige
für Immobilienbewertung



„Wir verkaufen auch Ihre Immobilie!“



Zu Hause bei der GWH.

www.gwh.de



Grundbedürfnissen von uns Menschen. Diese sollen sich auch in der eigenen Wohnung widerspiegeln – sie wird zu einem elementaren Ort des Lebens.

Die eingeschränkte Mobilität führte bei vielen Menschen zu mehr Zeit. Sie hatten Zeit zum Reflektieren, was ihnen wirklich wichtig ist, Zeit zum Wahrnehmen, zum Verändern. Vielen fiel erst jetzt auf, wie wichtig ein kleines bisschen Grün sein kann, sei es ein Balkon oder ein noch so kleiner Garten. Wie bedeutsam eine gute Nachbarschaft ist.

Verändern sich Menschen, verändern sich oft auch ihre Wohnorte – immerhin sind diese der Spiegel der Persönlichkeit, eine zweite Haut. In diesen Zeiten haben sich Bedürfnisse radikal verändert, deshalb erleben die vier Wände unserer Wohnräume gerade große Herausforderungen.

Apropos Wände: Rissen viele diese nicht eben noch ein, um aus Küche und Wohnzimmer den Begegnungsort für die ganze Familie zu machen, einen gemeinsamen Raum zu schaffen, um die wenige, wertvolle Zeit dennoch zusammen zu verbringen? Viele wünschen sich jetzt die Wände wieder

herbei, da die Familien- oder Wohngemeinschaftsmitglieder nun jeweils unterschiedliche Tätigkeiten nebeneinander und im gleichen Raum erledigen.

Flexible Unterkünfte sind die Zukunft

Vielleicht waren wir etwas voreilig beim Wunsch nach Offenheit und Flexibilität oder haben wir die positiven Qualitäten von Wänden einfach unterschätzt. Letzteres würde zumindest das Phänomen erklären, dass insbesondere in moderner Architektur mit bodentiefen Fenstern immer mehr Schränke, Fernseher oder Sofas vor den Fenstern zu sehen sind, da ihnen die berühmte Stellwand fehlt.

In der Zukunft wird die Hauptherausforderung auf der Planung flexibler Unterkünfte liegen, die sich schnell und einfach an die sich schnell wechselnden Lebens-Anforderungen anpassen. Möglicherweise wird der ländliche Raum für viele wieder attraktiver, wenn Dank Homeoffice nicht mehr alle jeden Tag ins städtische Büro pendeln müssen.

Ja, in den letzten Wochen und Monaten hat sich eindeutig für viele Menschen rund ums Wohnen sehr viel verändert. Räume können immer verbessert und optimiert werden – jedoch das Bewusstsein für die eigenen Bedürfnisse an Wohnräume hat sich weiterentwickelt und dies ist gut so.

Immerhin: Nie waren Wohnungen und Häuser so blitzsauber und aufgeräumt wie heute, selbst die Gärten sind in Schuss. Menschen praktizieren eine neue Art von Nachbarschaft, werkeln, malen und verschönern.

So hat die Coronakrise auch Gutes hervorgebracht: Eine neue Achtsamkeit für Dinge, die uns direkt umgeben und die Sensibilisierung, wie stark diese uns beeinflussen. In diesem Sinne: Wohnen Sie gut!

Text: Andrea Staude



Gärtnerei Uffelmann
 Von der Wurzel bis zur Blüte!
 Hohemannstraße 4
 34130 Kassel-Kirchditmold
 Tel: 0561 643 78
 www.blumen-uffelmann.de

PFLANZENHOF NORDSHAUSEN
 Körbecher Str. 181
 34132 Kassel
 Tel. 05 61-40 64 01
 Fax. 05 61-40 68 82
 eMail: info@pflanzen-hof.de
 http://www.pflanzen-hof.de

Auf zum Herbstputz!

Damit der Garten auch im kommenden Jahr wieder viel Freude bereitet, gilt es jetzt, Rasen, Beete und Stauden auf die frostige Jahreszeit vorzubereiten.

Verabschiedet sich der Sommer endgültig, kommen auf Hobbygärtnerinnen und -gärtner einige Aufgaben in ihrer grünen Oase zu, denn der Herbst ist auch Pflanzzeit für das kommende Frühjahr. Die letzten warmen Herbstwochen sind der richtige Zeitpunkt, um Tulpenzwiebeln oder auch Pfingstrosen in die Erde zu bringen. So können sie im warmen Boden noch Wurzeln schlagen und blühen im kommenden Frühjahr prachtvoll. Pfingstrosen mögen es, wertet man ihr Umfeld beim Einsetzen in den Boden noch mit etwas Gesteinsmehl und Humus auf.

Wird es dann langsam kühler, sollte man sich ebenso Gedanken um den Frostschutz machen. Kübelpflanzen, die den Sommer über im Freien verbracht haben, finden nun am besten an einem hellen geschützten Ort im Haus einen Platz und freuen sich, werden sie etwa einmal im Monat gegossen. Widerstandsfähigere Pflanzen lassen sich mit Vlies, Sackleinen und ähnlichem warm einpacken. Auch Ziergräser sollte man zusammenbinden. Das regelmäßig von den Rasenflächen entfernte Laub, lässt sich für den Kompost, aber auch als Isolation für Hecken nutzen.

Damit er widerstandsfähig genug ist, um gut über den Winter zu kommen, braucht der Rasen jetzt die richtige Pflege. Ein für den Herbst geeigneter Dünger sollte nicht das Längenwachstum anregen, sondern eher für ein möglichst robustes und widerstandsfähiges Wachstum sorgen, um dem Rasen die notwendige Stabilität für den ersten Frost zu geben. Fazit: Der Herbst ist für Hobbygärtnerinnen und -gärtner eine sehr arbeitsreiche Zeit, der sie jedoch reich belohnt – mit schönen Blüten und leckeren Früchten.

Simone Mäckler
 DIPL. ING. ARCHITEKTIN
 Freie Sachverständige für Gebäude und Grundstücksbewertung
 T: 0561 70 55 51 75
 kontakt@maeckler.de | www.maeckler.de

HS Bau GmbH
 Firnskuppenstraße 21
 34128 Kassel
 - Baureparatur
 - Verkehrssicherung
 Telefon 0561 88 48 65
 Web www.hsbau-kassel.de

Ein bisschen neugierig auf unsere Küchen?

... na dann auf nach Sontra!

www.persch-die-kueche.de

20 Jahre Qualität

Peter Persch ... die Küche!

Donnerstag 4 · 36205 Sontra · Telefon 05653 91 94 90

BÜRO UND WOHNDISIGN WIR HABEN DIE KLASSIKER.

JORI

Inhaber Matthias Göbel
 Flughafenstraße 31-35, 34277 Fuldabrück-Bergshausen
 Tel. 0561-58528-0 Fax 0561-58528-28 www.buero-wohn-design.de

Freunde fürs ganze Leben!

Sneeboer Edelstahl-Geräte

Wir führen Gartengeräte von Sneeboer in großer Auswahl.

Kupfergartengeräte 25 Jahre Garantie!

verbessern den Boden und fördern das Wachstum durch Einbringen von Kupferspurenelementen in den Boden.

Frag' den Pflanzendoktor!

Moos und Unkraut? Schädlinge? Kranke Pflanzen?

Sprechen Sie uns an! Wir haben für alle Pflanzenprobleme ein offenes Ohr.

Wichtig für den Rasen: Herbst-Düngung!

Jetzt düngen mit Oscorna Bodenaktivator und Rasaflo Rasendünger!

Zeit für Blumenzwiebeln!

Riesenauswahl mit vielen Neuheiten und Raritäten frisch eingetroffen!

Samen-Rohde
 ...alles Gute für den Garten

Königsplatz 36 · 34117 Kassel
 Tel. 1 41 22 · info@samem-rohde.de
 www.samem-rohde.de

UNIKASSEL
VERSITÄTHessische Staatsdomäne
Frankenhausen

Ökologisch wirtschaften, regional vermarkten

Die Hessische Staatsdomäne Frankenhausen ist seit 1998 Vorreiter für enkeltaugliches Wirtschaften.



Das Lehr-, Versuchs- und Transferzentrum für Ökologische Landwirtschaft und Nachhaltige Regionalentwicklung wirtschaftet auf einer Fläche von 320 Hektar nach ökologischen Richtlinien.

In ihrem Hofladen bietet die Domäne eigene und darüber hinaus viele Bio-Erzeugnisse aus der Region an. Ganz neu wird auch eine Schiene mit unverpackten Lebensmitteln angeboten. Ein baubiologisch renoviertes Seminarhaus mit 29 Betten bietet Platz für Familienfeiern, Workshops oder Tagungen.

Die Domäne Frankenhausen ist zertifiziert durch die Initiative Gemeinwohl Ökonomie e.V..

Hofladen Öffnungszeiten:
Do und Fr 10-18 Uhr, Sa 10-14 Uhr

Kontakt:
Universität Kassel
Hessische Staatsdomäne Frankenhausen
Katharina Mittelstraß
34393 Grebenstein
Tel. 0561 804 1440
kmittel@uni-kassel.de
www.unikassel.de/agrar/dfh

NACHHALTIG konsumieren



Der Wunsch nach verpackungsfreien Einkaufsalternativen wächst. In Kassel haben inzwischen drei Unverpacktläden geöffnet: Die Nachfüllbar, Partout Bio und Einfach bewusst locken Konsumbewusste an.

Ausgerüstet mit Gläsern, Dosen und Beuteln startet der Einkauf in den Kasseler Unverpacktläden. Nach der Ermittlung des Leergewichts der Gefäße, folgt der aufregende Teil des Einkaufs: Das Abfüllen der Wunschprodukte erfolgt selbstständig und bedarfsgenau. Ein großer Schritt in die richtige Richtung, den Kundinnen und Kunden gut annehmen. Zusehends wächst der Wunsch, die Müllproduktion zu verringern und den Plastikkonsum zu reduzieren. Viele Konsumierende sehnen sich nach verpackungsfreien Supermärkten, sogenannten „Unverpacktläden“. Das Konzept ist ebenso einfach wie zukunftsweisend: Die Kundinnen und Kunden füllen ihre Produkte bedarfsgerecht ab und lassen sie an der Kasse abzüglich des Leergewichts wiegen. Das Sortiment der Läden variiert.

Vor allem trockene Lebens- und Grundnahrungsmittel wie Nudeln, Reis, Tee, Gewürze und Süßigkeiten bieten alle Kasseler Unverpacktläden an. Hinzu kommen meist Hygieneartikel wie Duschgels, Seifen und Waschmittel. Einige bieten ausschließlich Biowaren an und legen Wert auf eine regionale Erzeugung. Kundinnen und Kunden unterstützen durch ihren Einkauf die regionale Wirtschaft und schonen die Umwelt. Dafür sind sie bereit, ein größeres Maß an Planung und Flexibilität bei der Sortimentsauswahl und den Preisen aufzuwenden.

Viele Produkte werden in an der Wand montierten Glasspendern, sogenannten „Bulk-Bins“, angeboten. Duschgel und Waschmittel lassen sich aus großen Gefäßen abpumpen, Kräuter und Süßigkeiten löffeln, Essig, Öl und Sojasoße aus Kanistern abfüllen. Konsumbewusste bringen eigene Behältnisse mit oder greifen auf den Vorrat in den Läden zurück.

Durch dieses Konzept nimmt die Lebensmittelverschwendung ab und Einwegverpackungen verschwinden. Mit den neuen Unverpacktläden in Kassel reagieren die mutigen Gründerinnen auf eine Problematik unserer Zeit. Ein Blick in die Läden lohnt sich, denn umweltfreundlicher als dort einzukaufen ist nur die Eigenproduktion.

Einfach bewusst: Die Welt ein Stück besser machen



Zwischen Gastronomie- und Marktständen findet sich der neue Unverpacktladen „einfach bewusst“. In der oberen Etage der Kasseler Markthalle können Interessierte seit Anfang Juni plastikfrei einkaufen. Sabina Michel, die Inhaberin, bezeichnet die Umgebung treffend als „Ort der Entschleunigung“. Mit ihrem Laden in der Markthalle geht sie auf die Kunden zu. Die Idee entstand aus dem Eigenbedarf heraus und entspricht ihrer Weltsicht und ihrem globalen Denken.

Mit ihrem Team bietet sie Nudeln, Reis und Hülsenfrüchte, Honig, Süßigkeiten und Hygieneartikel an. Alle Produkte sind auf pflanzlicher Basis produziert. Zur Herstellung der Lebensmittel und Non-Food-Produkte setzten die Entwickler demnach ausschließlich nachwachsende Rohstoffe und keine erdölbasierten Stoffe ein. Die Lieferung erfolgt CO2 neutral und die Produkte kommen in 25 kg Papiertüten an. Nur der kleinste Teil erreicht den Laden in Plastikverpackungen. Das Sortiment umfasst unsere Grundnahrungsmittel in Bio-Qualität und zu großen Teilen aus regionaler Herkunft. Kunden bringen ihre eigenen Gläser, Beutel oder Dosen mit. Zusätzlich bietet Sabina Michel einen kleinen Glasvorrat, Baumwollbeutel und Papiertüten an. Donnerstags sparen Studierende 10 % bei ihrem Einkauf bei einfach bewusst.

Herbststimmung

in einer der schönsten Markthallen Deutschlands



Genießen Sie aus der neuen Ernte:

Obst, knackiges Gemüse, bunte Blumen und mehr, taurisch aus der Region



Herbstzeit - Erntezeit

Erleben

Sie bei uns und mit uns den Herbst in stimmungsvoller Atmosphäre und stilvollem Ambiente

Jetzt Vitamine für den Winter tanken!



Markthalle Kassel

www.markthallekassel.de · Tel.: 78 03 95
Öffnungszeiten: Do-Fr: 7-18 Uhr · Sa: 7-14 Uhr



Partout Bio: Ende dem Verpackungsmüll

Seit dem 22. Juni hat im Kirchweg 50 in Kassel der Concept-Store „Partout Bio“ geöffnet. Er setzt sich aus einer großen Auswahl an unverpackten Lebensmitteln, einem Bistro und einer Kosmetik- und Geschenkeabteilung zusammen. Mit dem Laden hat sich Christine Grabolle, die Inhaberin, ihren großen Traum erfüllt. Sie ist schon immer im Handel tätig und war den dort entstehenden Verpackungsmüll leid. Bei Partout Bio kommen die Produkte in Pfandbehältern oder großen Papiersäcken an. Das gesamte Sortiment ist biozertifiziert und unverpackt oder nachhaltig im Glas verpackt. Frisches Obst und Gemüse von der Gärtnerei Fuldaaue aus Kassel und vom Schmiedehof in Borken, Honig aus Kassel und Kaffee aus Gudensberg begeistert die Kundschaft. Das Team bemüht sich, möglichst regionale Produkte anzubieten. In Zukunft wird das Angebot entsprechend der Vorlieben und Nachfragen der Kunden erweitert. Die Wunschbox im Laden sammelt die vielen Kundenwünsche. Ins Sortiment sollen auch Tier- und Babynahrung kommen, sobald sich ein passender Anbieter findet. Der Besuch im Laden lässt sich mit einem Frühstück oder dem Mittagessen abschließen. „Alle frischen Lebensmittel bereiten wir vor Ort zu, sie besitzen Bio-Qualität und es gibt immer mindestens eine vegane Option“, erklärt die Inhaberin. Zur Mittagszeit bietet Christine Grabolle eine wechselnde Auswahl an Suppen und Salaten sowie Kuchen und Gebäck an.

Der Verpackungsmüllberg wird immer größer

Laut dem Umweltbundesamt produzierten Privatverbraucher und Verbraucherinnen 2017 durchschnittlich 107 kg Müll pro Person in Deutschland. Etwa 70% des Verpackungsmülls wird recycelt, von dem anfallenden Kunststoff jedoch nur 49,7%. Plastikverpackungen sind sehr komplex und unter anderem wegen der Materialvielfalt schwierig zu sortieren und zu recyceln. Hinzu kommt die problematische Herstellung mit hohem Energieaufwand aus Erdöl. Dieser fossile Brennstoff gelangt über kleinste Partikel in die Luft und somit auch in den menschlichen Körper. Plastikproduktion und -verwendung ist also nicht nur schlecht für die Umwelt und den Rohstoffverbrauch, sondern auch für unsere Gesundheit.

Nachfüllbar: Gemeinsam können wir was verändern

Die Nachfüllbar in der Wilhelmshöher Allee 178 hat inzwischen seit April geöffnet. In den hellen und großzügigen Räumlichkeiten können Menschen unter dem Motto „Gemeinsam können wir was verändern“ plastikfrei und nachhaltig in Kassel einkaufen. Das Sortiment besteht aus trockenen und möglichst regionalen Lebensmitteln, Hygiene- und Haushaltsprodukten. Die Glasspender an den Wänden erstrahlen in den verschiedensten Farben. Von Müsli, über Nudeln und Quinoa bis hin zu Erbsen und Hirse finden sich hier alle trockenen Grundnahrungsmittel. Im Laden haben insgesamt drei Mahlmäshmaschinen Platz gefunden: Mit der Getreidemühle für Mehl lassen sich Weizen, Roggen und Grünkörner zerkleinern. Verschiedene Kaffeevariationen und -intensitätsstufen stellt die Kaffeemahlmaschine her. Besonders glücklich sind Samira Waldeck und Franziska Werner über die Nussmaschine, mit der sie frisches Nussmus herstellen. Seit ihrem Eröffnungstag im April haben die beiden Gründerinnen ihr Sortiment entsprechend der Wünsche ihrer Kundschaft um 50 Produkte erweitert. Dekorative Kosmetikprodukte, Trockenhefe, Kokosblütenzucker, Kinderbücher und viele weitere Neuheiten sind nun in der Nachfüllbar erhältlich. Die Inhaberinnen laden auch zum Verweilen im Laden ein: An dem großen Tisch im Eingangsbereich können die Gäste bei Kaffee und Gebäck auch untereinander ins Gespräch kommen. Nach Feierabend möchten die Inhaberinnen zukünftig verschiedene Kurse, wie beispielsweise zum Cocktails mixen, anbieten.



Einfach bewusst:

Der Unverpacktladen „einfach bewusst“ in der Wildemannsgasse 1 hat zu den gewöhnlichen Markthallenzeiten Donnerstag und Freitag von 7 bis 18 Uhr und samstags bis 14 Uhr geöffnet. Nähere Informationen und eine Produktliste finden sich unter www.unverpackt-kassel.de.

Partout Bio:

Partout Bio im Kirchweg 50 hat Montag bis Freitag von 9 bis 18.30 Uhr und samstags von 9 bis 14.30 Uhr geöffnet. Auf der Website www.partoutbio.com gibt es eine Produktliste und weitere Informationen.

Nachfüllbar:

Die Nachfüllbar in der Wilhelmshöher Allee 178 hat montags bis samstags von 10 bis 19 Uhr und samstags von 11 bis 15 Uhr geöffnet. Nähere Informationen und eine Produktliste finden sich unter www.nachfuellbarkassel.de.

Text und Fotos: Eva Rohland

Wege zu weniger Müll



Nachhaltig leben: Der beste Abfall ist der, der gar nicht erst entsteht.

Die Möglichkeiten, seinen Müll zu verringern, sind vielfältig. Hilfreiche Tipps und Anregungen gibt die Abfallberatung der Stadtreiniger Kassel:

Überlegt einkaufen spart Lebensmittelabfälle

- Wer zu viele Nahrungsmittel kauft, wirft auch zu viele wieder weg. Überlegen Sie vor dem Einkauf, welche Mengen Sie wirklich benötigen.
- Wie Sie Lebensmittel richtig lagern und tolle Rezepte für Lebensmittel-Reste finden Sie unter: www.zugutfürdietonne.de

Unverpackt einkaufen

- Zum Einkauf die eigene Tragetasche mitzubringen, ist mittlerweile für viele selbstverständlich.
- Nutzen Sie zusätzlich wiederverwendbare Gemüsenetze und eigene Behälter für den Einkauf an der Käse- und Wursttheke.
- Auf dem Wochenmarkt lässt sich Obst und Gemüse lose einkaufen oder bestellen Sie eine Gemüsebox vom Hofladen in der Region.
- Weiterer Lebensmittel wie beispielsweise Nudeln, Nüsse oder Öle sowie



Oberste Gasse 30 · Kassel
www.karibu-kassel.de



Körperpflegemittel und Waschmittel lassen sich in Kassels Unverpackt-Läden in mitgebrachten Behältnissen abfüllen.

- Verzicht auf Mikroplastik und Verpackungen im Bad: Fürs Duschen gibt es Naturseife am Stück und für die Haare festes Shampoo oder Haar-seife. Statt der Zahnpasta aus der Tube testen Sie mal Zahnpasta-Tabletten.

Mehrweg statt Einweg

- Nutzen Sie Ihren eigenen Becher, wenn Sie gerne unterwegs einen Kaffee trinken. Einige Geschäfte geben sogar einen Rabatt beim selbst mitgebrachten Becher.
- Entscheiden Sie sich bei Getränken für die Mehrwegflasche und testen Produkte aus der Region.
- Nachfüllpackungen tragen erheblich zur Müllvermeidung bei.
- Wer auf Wasser aus der Leitung umsteigt, spart Getränkeverpackungen und Geld.
- Mehrwegbehältnisse eignen sich prima für den Mittagssnack und helfen die zahlreichen To-Go-Verpackungen einzusparen.
- Das Brot vom Bäcker lässt sich prima im Leinen- oder Baumwollbeutel transportieren.

Mieten statt Kaufen und Gebrauchtes statt Neues

- Was wir nur selten gebrauchen, lässt sich häufig viel günstiger mieten. Überlegen Sie vor dem Neukauf, was gebraucht gekauft, gemietet oder getauscht werden kann. Schauen Sie mal beim Ausleihservice Kassel: www.allerleih.de
- Entdecken Sie die Online-Tauschbörse für Gegenstände, die Sie nicht wegwerfen, sondern verschenken möchten: www.stadtreiniger.de - Verschenk- & Tauschmarkt.
- Achten Sie beim Kauf von Haushaltswaren und elektronischen Geräten auf die Langlebigkeit und Reparaturfreundlichkeit der Produkte. Beispielsweise sind verschraubte Produkte den vernieteten Produkten vorzuziehen.
- Unterstützung beim Reparieren bieten Ehrenamtliche in Kassels Repaircafés.
- Genießen Sie das Stöbern im Secondhand-Laden für ein neues Kleidungsstück und geben bei der Gelegenheit gut erhaltene Kleidungsstücke ab.

Entsorgung

- Hilfestellung bei der Entsorgung gibt es bei der Abfallberatung montags bis freitags von 6:30 Uhr bis 17:00 Uhr unter der Rufnummer 50 03 - 0 oder rund um die Uhr im Internet: www.stadtreiniger.de.

Die Stadtreiniger
nachhaltig | zuverlässig | nah



Wir rechnen mit der Sonne

- Energie- und Sanierungskonzepte
- Altbaumodernisierung/Neubauplanung

Energetische Nachweise (EnEV, KfW, IFB)

Planungs- und Beratungsgenossenschaft

- Technische Gebäudeausrüstungs-Planung (Sanitär, Heizung, Lüftung und Elektro)
- Bauphysikalische Berechnungen (Wärmebrücken, Feuchteschutz)

Michael Faulhaber | Susanne Koch-Wagner
Lassallestr. 1 • 34119 Kassel • 0561-3161636 • info@sun-pi.de • www.sun-pi.de

Wissen, Vernetzen, Gestalten



Das Team des House of Energy feiert den 5. Geburtstag.

Das House of Energy initiiert, moderiert und begleitet als hessische Denkfabrik seit fünf Jahren Projekte zu konkreten Themenstellungen der Energiewende.

Unter Einbindung der Politik bringt das House of Energy den Transformationsprozess der Energiewende durch Impulse für Hessen und Impulse aus Hessen voran.

Es ist das erste mit EU-Mitteln geförderte Innovationscluster Hessens und hat seinen Sitz im Gründerzentrum Science Park in Kassel. Auch die objektive Aufbereitung von Fachthemen, der Wissenstransfer sowie die Betreuung von Netzwerken gehören zum Portfolio des House of Energy. Der Dreiklang von Wissen, Vernetzen und Gestalten beschreibt die Arbeitsweise. Wichtig für das House of Energy sind seine Neutralität und Unabhängigkeit, die Sachorientierung und Objektivität, sowie das damit verbundene Vertrauen. Die Wahrnehmung des House of Energy als transdisziplinär arbeitende Denkfabrik in Hessen und bundesweit nimmt stetig zu. Auch die Anzahl der Mitglieder, der zu koordinierenden Förderprojekte sowie die Kooperationsmöglichkeiten steigen.

Von der Idee bis zur Anwendung

Das House of Energy ist von der Idee über die Projektinitiierung und Forschungsunterstützung bis hin zur Anwendung der Ergebnisse für seine Mit-

glieder und Partner Ansprechpartner. Die Projekte unterstützen die beteiligten Unternehmen bei der Umsetzung ihrer Geschäftsmodelle, die Universität bei der Verbreitung ihrer Expertise und nicht zuletzt das Land bei der Etablierung der Energiewende.

Eines seiner entwickelten Netzwerke ist das Forum Startup+.

Es umfasst über 130 Start-ups und kleine innovative Unternehmen aus dem Energiesektor. Von jedem existiert ein Innovations-Steckbrief, über den es sich verbindlich und kostenlos registriert. Das House of Energy versucht diese jungen Unternehmen durch Kontaktvermittlung oder auch durch die Einbindung in Projekte zu unterstützen.

Im Veranstaltungsbereich gibt es über Workshops und Ideen-Zirkel im Mitgliederumfeld hinaus Dialog-Veranstaltungen zum intensiven Austausch von Experten sowie den House of Energy Jahreskongress.

Das House of Energy arbeitet zudem mit der Universität Kassel an der Durchführung eines Zertifikatsprogramms, dass im Frühjahr 2021 erstmals starten soll.

Das House of Energy

... wurde 2015 als fünftes der hessischen „Houses of...“ vom hessischen Wirtschaftsministerium unter Mitwirkung von Wirtschaftsunternehmen und wissenschaftlichen Einrichtungen gegründet. Drei geschäftsführende Vorstände leiten die Aktivitäten, operativ unterstützt sie dabei die Geschäftsstelle. Diese wird von einem Geschäftsführer geleitet und hat aktuell 15 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Das Mitgliedernetzwerk umfasst im 33 Unternehmen und Institutionen. Darunter sind zwei hessische Ministerien, sieben hessische Wissenschaftseinrichtungen und 24 Wirtschaftsunternehmen. Letztere decken einen Großteil der energiewenderelevanten Themen ab. Dazu gehören beispielsweise Technologie, Mobilität, Wärme und Kälte, IT und Digitalisierung, Datensicherheit, Engineering, Finanzierung, Zertifizierung, Rechtsfragen und Energieversorgung. Die Größe reicht von kleineren und mittleren Unternehmen bis hin zu globalen Spielern. Rund 40 Prozent des Budgets stammt aus EU-Mitteln des Landes Hessen (EFRE). Weitere 45 Prozent stammen aus Mitgliedsbeiträgen und rund 15 Prozent erwirtschaftet das House of Energy aus Projektbeiträgen.

Info: www.house-of-energy.org

Zukunftsforum Energie & Klima

Virtuelle Kongresswelt für die Energiewende

Erstmals als reines Online-Event findet in diesem Jahr das Zukunftsforum Energie & Klima statt.

Mit Hilfe von optisch aufwändig gestalteten 3D-Räumen können die Teilnehmenden über ihren Browser in eine virtuelle Kongresswelt eintauchen und dabei mit Ausstellenden via Chat in Kontakt treten oder sich in einer speziell animierten Sponsoren-Lounge bewegen.

Dort präsentieren sich die Partner beispielsweise mit digitalen Broschüren, Informationsmaterial und Videos.



Zukunftsforum Energie & Klima

15. bis 20. November 2020, Online-Event
Virtuelle Kongresswelt, interaktive Fachforen, digitale Fachausstellung, attraktive Side-Events
Programm und kostenfreie Anmeldung:
www.zufo-energie-klima.de

Mit nur wenigen Mausklicks ist es zudem möglich, an interaktiven Fachforen, Workshops und Side-Events zu den Themenkomplexen „Energiewende“ und „Klimaschutz“ teilzunehmen. Diese werden anschließend auch als Videoaufzeichnung in einem eigens hierfür eingerichteten On-Demand-Bereich mehrere Monate zur Verfügung gestellt. So können sich die Nutzerinnen und Nutzer auch im Nachhinein auf das Event beziehen.

Zu den Highlights der Veranstaltung zählen die Eröffnungsdiskussion mit prominenten Gesprächspartnern zum Thema „Covid 19 – Stolperstein oder Rückenwind der Energiewende?“, die feierliche Verleihung des Hessischen Staatspreises Energie und das Innovationsforum Nordhessen, das sich mit Innovationen im Zusammenspiel von Energie, Tourismus und nachhaltiger Regionalentwicklung beschäftigt.



Erste Einblicke in die digitale Kongresswelt des diesjährigen Zukunftsforums.

Klimaschutz in Zeiten der Pandemie?

**ZUKUNFTSFORUM
ENERGIE & KLIMA**
www.zufo-energie-klima.de

15. – 20.11.2020
ONLINE EVENT

JETZT KOSTENFREI ANMELDEN



virtuelle
Kongresswelt



kostenfreie
Anmeldung



digitale
Fachausstellung



interaktive
Fachforen



attraktive
Side-Events

SCHIRMHERR:



VERANSTALTER:



UNTERSTÜTZT VON:



HAUPTSPONSOREN:



cdw stiftung



VIESMANN



Das Kraftwerk auf Ihrem Dach

Minimieren Sie Ihre Stromkosten!

Hand in Hand mit unserem Fachbetrieb für PV.
Wir setzen unsere Energie für Ihren Strom ein.
Sprechen Sie mit uns.

ÖkoTronik
Solar GmbH

Sälzerstraße 3b · 34587 Felsberg
Telefon: +49 (0)5662 6191
E-Mail: info@oekotronik.de

www.oekotronik.de

www.oekotronik.de

www.oekotronik.de



5x10 – Lunchkonzerte

Neue Konzertreihe ab Oktober 2020 an St. Martin.

Für zehn Personen exklusiv wird an fünf aufeinanderfolgenden Tagen in der Martinskirche ein Lunchkonzert angeboten. Damit bietet das Musikbüro den Hörern ein intensives Erleben der Musik am Mittag. Die 10 Eintrittskarten pro Veranstaltung gibt es nur im Vorverkauf.

Ihr traditionelles Weihnachtsoratorium von Johann Sebastian Bach in der Adventszeit führt die Kantorei St. Martin auch in diesem Jahr auf.

Termine/Info:
5x10 - Lunchkonzerte
19. - 23. Oktober, Eckhard Manz, Orgel
23. - 27. November, Manfred Schumann, Violoncello
jeweils 13.00 bis 13.30 Uhr

Weihnachtsoratorium
12. und 13. Dezember, jeweils um 16 und 19 Uhr
Karten ab 1. November im Vorverkauf – keine Abendkasse.
www.musik-martinskirche.de

eb Ihr Wordpressprofi in Kassel
www.evabogner.de mail@evabogner.de

Sie möchten eine Webseite oder Sie suchen Unterstützung für facebook und instagram? Gerne schule ich Sie auch zu Ihrer WordPress Webseite. Für Fragen und Problemlösungen stehe ich gerne zur Verfügung.

Onlineshop
professionell und modern in wordpress

Eva Bogner 0172 294 63 98

Private Pflegeversicherung

- Sichern Sie sich erstklassige Pflegeleistungen.
- Schützen Sie Ihr Vermögen und das Ihrer Angehörigen.

Lassen Sie sich beraten, gesellschaftsunabhängig.



Roger Fischer

Stephan & Mucha GmbH
Baunsbergstraße 63
34131 Kassel
Telefon: 0561 - 60 25 40 1
E-Mail: roger.fischer@stephan-mucha-gmbh.de
Internet: www.stephan-mucha-gmbh.de



Siehst du Musik?

#trotzdem: Kasseler Musiktage

Das Publikum trotz sicherer Sitzplätze auf Distanz zu einer Gemeinschaft werden zu lassen, möchten die Kasseler Musiktage trotz dieser pandemischen Zeit an vier intensiven Festivaltagen ermöglichen. Ob bei einer Musik zu zweit aus nächster Nähe, in einem der vier inszenierten Konzerte bei Musik zum Strahlen in der documenta-Halle oder bei einem Klangspaziergang durch Kassel – herausragende Künstlerinnen und Künstler laden mit für diese Situation entwickelten Programmen ein, Musik mit allen Sinnen wahrzunehmen.

Termin/Info:
29. Oktober bis 1. November 2020
www.kasseler-musiktage.de



Gregor Höhenberg

Winterzeit =
Wartungszeit

Jetzt ist der ideale Zeitpunkt für die Fahrradinspektion und -wartung!
Denn jetzt ersparen Sie sich nicht nur die Wartezeiten im alljährlichen Frühjahrsanlauf...

12€ Ermäßigung
auf die Winterzeit- und -wartung von
den Winterreifen (je Rad)

VSF.

Ein Mensch und sein Rad

Gut gewartet durch den Winter

Fahrradhof-Winterservice beim Fahrradhof

Experten checken das Rad nach einer bundesweit einheitlichen Liste, prüfen es auf eventuelle Mängel und warten es umfassend. In mehr als 100 Arbeitsschritten unterziehen sie jedes zu wartende Rad einer gründlichen Sichtinspektion, überprüfen Schraubverbindungen, ziehen diese nach und fetten und schmieren bewegliche Teile. Zeigen sich dabei schwerwiegendere Mängel, stellen die Mechaniker diese nach Rücksprache mit ihren Kunden ab und machen das Rad fit für die täglichen Wege im Winter. Den Winterservice gibt es nur nach telefonischer Terminreservierung.

Termin/Kontakt:
1.11.2020 bis 28. Februar 2021
Fahrradhof Kassel, Wilhelmshöher Allee 261, 34131 Kassel
Tel. 0561 - 47 11 32, info@fahrradhof.de, www.fahrradhof.de

„Afrodeutsche und Schwarze Menschen in Deutschland“



5. bis 30. Oktober 2020
in der Seitenhalle des Rathauses

Die Ausstellung kann zu den regulären Öffnungszeiten des Rathauses besichtigt werden.

Afrodeutsche und Schwarze Menschen in Deutschland

Ausstellung im Kasseler Rathaus

Homestory Deutschland – Schwarze Biografien in Geschichte und Gegenwart“ zeichnet die Lebenswege von 27 schwarzen deutschen Persönlichkeiten aus drei Jahrhunderten nach. Die Ausstellung zeigt sowohl Personen des öffentlichen Lebens als auch Frauen und Männer „von nebenan“. Die Wanderausstellung der Initiative Schwarze Menschen in Deutschland, ISD Bund e.V., ist unter dem Titel „Afrodeutsche und Schwarze Menschen in Deutschland“ gemeinsam mit der Ausstellung „Self-Profilings“ des Kasseler Künstlers Zaki Al-Maboren zu sehen.

Öffnungszeiten:
noch bis 30. Oktober
Mo bis Do, 8 bis 17 Uhr, Fr, 8 bis 15 Uhr
Seitenhalle im Kasseler Rathaus

öffentlichkeitswirksam
kommunizieren
SEMINARE WORKSHOPS TRAININGS
klauschaake.de



Tanzend zu neuen Ufern

Seminare und Workshops mit BIODANZA MITTE setzen kreative Kräfte frei

Im Tanz zu mehr Lebensfreude und tiefen Begegnungen finden! Frei und individuell können sich die Teilnehmenden bei Biodanza zu Musik aus aller Welt vielfältig ausdrücken. Die Themen und Erfahrungen des Tanzens wecken schöpferische Kräfte. Sehr konzentriert und in schützender Gemeinschaft ist dies im „Deepening“ zu erleben – so nennt BIODANZA MITTE seine Basisausbildung für alle, die sich intensiv und mit dem ganzen Körper entfalten wollen. „Es ist wie eine spannende Reise“, sagt eine Teilnehmerin. „Du entdeckst ungeahnte Energien in dir selbst und beim Austausch in der Gruppe – überraschend und beglückend.“ Das Deepening besteht aus mehreren Wochenend-Seminaren über 18 Monate hinweg. Start ist im Februar 2021. Informationen zum Deepening gibt es bei BIODANZA MITTE.

Kontakt: Tel. 05606 5633 368, www.biodanza-mitte.de



Licht aus! Spot an

discotheke – Die etwas andere Musicalshow...

Angelehnt an die Fernsehshow „disco“, erwartet die Zuschauer ein buntes, turbulentes und abwechslungsreiches Programm und ein breites Spektrum von musikalischen Stilrichtungen. Eine interaktive Show, in der die Zuschauer die Songs bestimmen dürfen – eine nostalgische, musikalische Reise mit einer großen Portion Spaß, vielen schönen Melodien und tollen Gewinnen. „Licht aus – Womm! Spot an – Jaaaa!“ Darüber hinaus im Herbst im TIC: „Imagine – eine Hommage an John Lennon“.

Termine/Info:
Premiere: 16.10.2020
www.theaterimcentrum.de



Gründerwoche Deutschland

16.–22. November 2020

www.gruenderwoche.de

Gründerwoche Deutschland

Kostenfreie Einzeltermine bei Stephan Gerd Meyer, Integraler Unternehmercoach.

Während der bundesweiten Aktionswoche bieten die Partner der Gründerwoche zahlreiche Veranstaltungen rund um das Thema berufliche Selbstständigkeit an.

Gemeinsam mit dem Bundesministerium für Wirtschaft und Energie setzen sie damit Impulse für eine neue Gründungskultur und ein freundlicheres Gründungsklima in Deutschland.

Die Gründerwoche will Menschen für unternehmerisches Denken und Handeln begeistern, unternehmerische Kompetenzen fördern und Kreativität wecken, den Austausch von Ideen, Erfahrungen und Meinungen zum Thema Gründung und Selbstständigkeit ermöglichen, Initiativen zur Förderung von Gründungsideen vorstellen.

Kostenfreie Einzeltermine:

16.11. Businessplan Check: Was ist sinnvoll und realistisch?

18.11. Geschäftsaufbau / -ausbau / -umbau: Welche Strategie passt zu mir?

20.11. Krisenbewältigung: Wie komme ich erfolgreich weiter?

Uhrzeit jeweils 12, 14, 16 und 18 Uhr.

Per Zoom, Telefon oder in Stephan Gerd Meyers Coaching-Praxis.

Terminvereinbarung:

praxis@stephangerdmeyer.de

Info: www.gruenderwoche.de



Tierkinder

Sonderausstellung im Naturkundemuseum

Die Ausstellung „Tierkinder“ präsentiert vielfältige und aufwändig inszenierte Geschichten aus tierischen Kinderstuben – von „Riesen-Wonneproppen“ bis zu den Aller kleinsten. Sie ist eine Eigenproduktion des Naturkundemuseums Kassel und in dieser Form in Naturkundemuseen einzigartig.

Termine/Info:

noch bis zum 28. Februar 2021

www.kassel.de/naturkundemuseum



MEMENTO

Im Kraftfeld der Erinnerungen – Ausstellung

Zwölf künstlerische Werke (Fotografie, Video/Film, Skulptur, Installation, Grafik und Performance), die sich individuell mit dem Themen Erinnern und Gedenken auseinandersetzen, werden in der Ausstellung präsentiert und kulturhistorischen Zeugnissen der Trauer- und Erinnerungskultur aus der Sammlung des Museums für Sepulkralkultur an die Seite gestellt. Konzeption: Direktor Dr. Dirk Pörschmann / Künstlerin Ella Ziegler.

Termine/Info:

Museum für Sepulkralkultur

17/10/ 2020 – 28/02/ 2021

www.sepulkralmuseum.de



Waters' Witness

Einzelausstellung Tarek Atouis im Fridericianum

Mit Waters' Witness stellt das Fridericianum das Schaffen Tarek Atouis, der 1980 in Beirut geboren wurde und heute in Paris lebt, erstmals in Deutschland in einer Einzelausstellung vor. Dabei basiert die Präsentation auf dem fortlaufenden Projekt I/E, in dessen Rahmen Atoui seit 2015 Klänge von Hafenanlagen in Athen, Abu Dhabi, Singapur, Porto und Beirut erforscht. In Kassel werden bislang separat genutzte Bestandteile dieser künstlerischen Unternehmungen zusammengeführt.

Termine/Info:

3. Oktober 2020 – 17. Januar 2021

Fridericianum, Friedrichsplatz 18, 34117 Kassel

www.fridericianum.org



The Dragon Dentist

Episches Fantasy Adventure im Cineplex Kassel Capitol

In einer alternativen Welt werden Kriege auf den Rücken gewaltiger Drachen ausgetragen, groß genug, dass sie ganze Schlachtschiffe tragen können. Diese Drachen sind stark genug, dass sie das Blatt in Kriegen wenden können, aber sie haben eine einzige Schwäche – ihre Zähne. Nonoko ist eine neu ernannte Drachen-Zahnärztin und hat die Aufgabe, den Drachen, den Hüter des Landes, vor Bakterien in der Zahnhöhle zu schützen. Eines Tages findet Nonoko zwischen den Zähnen des Drachen einen bewusstlosen Jungsoldaten aus dem feindlichen Land ...

Kinostart:

27. Oktober 2020



das Zeitliche segnen
Jürgen Dahlfeld
Bestattungen



Tel. 0561 / 93 00 7890 (jederzeit) | Brandastr. 10, 34127 Kassel
dahlfeld@daszeitlichesegnen.de | www.daszeitlichesegnen.de

ZENTRUM im Vorderen Westen e.V.
KUNDALINI YOGA • HATHA YOGA • NIA •
GESUNDHEITSGYMNASTIK •
MASSAGEN • MEDITATIONEN • RÄUME
Lassallestr. 4, 34119 KS, T 26399 www.zentrum-kassel.de



Unkraut vergeht nicht / Beste Bilder

Aktuelle und kommende Ausstellung in der Caricatura.

In der Ausstellung „Unkraut vergeht nicht“ zeigt die Caricatura Galerie was eine Harke ist. Anhand von fast 130 Cartoons lässt sich erfahren, was das kleine und auch das große Einmaleins des Gärtnerns ist. Und auch das Jahr 2020 kann, darf und soll nicht ohne eine „Beste Bilder“-Ausstellung zu Ende gehen! Über den Jahreswechsel präsentiert die Caricatura Galerie das Beste der Besten.

Termine/Info:

Unkraut vergeht nicht | noch bis 8.11.2020

Beste Bilder | 21.11.2020 bis 14.2.2021

www.caricatura.de

TEXTWERK STATT

Büro für Drucksachen

- Vervielfältigung
- Erstellung
- farbig und s/w
- Gestaltung
- digitale Dienste
- Weiterverarbeitung

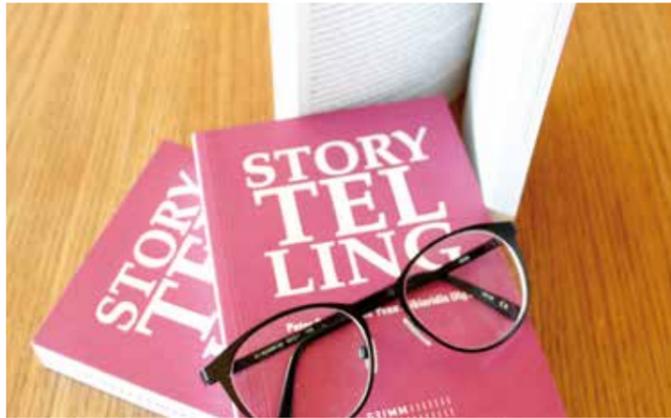
Vom Copyshop zum Büro für Drucksachen

Textwerkstatt in neuen Räumen.

Die Textwerkstatt musste wegen Sanierungsarbeiten ausziehen und ihr bisheriges Konzept – Copyshop mit Laufkundschaft – einstellen. Zum Herbst wurde die Inhaberin samt Hund und Technik in der Bürogemeinschaft 48zwei aufgenommen und bietet nun weiterhin digitale Dienstleistungen an: Das neue „Büro für Drucksachen“ nimmt Ihre Aufträge per Telefon und E-Mail entgegen.

Telefon: 0561-20 22 550

E-Mail: textwerkstatt-kassel@arcor.de



Storytelling

GRIMMWELT veröffentlicht Publikation über das Erzählen in der Kunst heute.

Ihr fünfjähriges Jubiläum feiert das Ausstellungshaus mit der deutsch-englischen Publikation „Storytelling“. Zweiundzwanzig künstlerische Positionen übermitteln in vier Kapiteln Geschichten und Informationen: Einblick in die Entstehungsgeschichte der Werke und den künstlerischen Hintergrund geben neunzehn Interviews der Kunstschaffenden. Das Spektrum reicht von Malerei und Zeichnung, über Skulptur, Installation und Fotografie bis hin zu elektronischen Medien.

Info:
Storytelling, Hg. Peter Stohler und Yvan Sikiaridis,
GRIMMWELT Kassel, 256 Seiten, 113 Abb.
www.grimmwelt.de



Orte der Demokratiegeschichte

Archiv der deutschen Frauenbewegung ist Mitglied in der Arbeitsgruppe.

Die AG „Orte der Demokratiegeschichte“, der das Archiv der deutschen Frauenbewegung (AddF) aus Kassel seit Kurzem angehört, hat sich auf die Fahnen geschrieben, deutsche Vergangenheit sichtbar zu behalten, ohne sich dabei ausschließlich auf das Negative zu konzentrieren. Bei der Entscheidung für die Aufnahme des AddF spielte eine wichtige Rolle, dass dort neben verschiedenen Nachlässen und Sammlungen von Frauen und Frauenorganisationen auch der Nachlass der Kasseler SPD-Politikerin Elisabeth Selbert aufbewahrt und beforscht wird. Sie ist eine der Mütter des Grundgesetzes und die Initiatorin der Verankerung des Gleichberechtigungsartikels von Frauen und Männern.

Info: www.addf-kassel.de



Spuren jüdischen Lebens

Geschichte der kleinen jüdischen Gemeinde Felsberg.

Dieter Vaupel gibt den verfolgten Menschen einen Namen und ein Gesicht und dokumentiert Einzel- und Familienschicksale, die exemplarisch zeigen, wohin Hass und Intoleranz führen. Der Autor spannt dabei den Bogen von den ersten auffindbaren Spuren jüdischen Lebens in der nordhessischen Kleinstadt Felsberg bis zum Wiederentstehen einer jüdischen Gemeinde Anfang des 21. Jahrhunderts.

Info:
Dieter Vaupel
„Etwas Schaden ist wohl bei den meisten Juden eingetreten“
Jüdisches Leben in Felsberg: Integration – Verfolgung – Erinnerung
www.schueren-verlag.de

PLANSECUR

WEIL WIR WERTSCHÄTZEN

**SIE HABEN FRAGEN
ZU FINANZEN?
UND WIR PASSENDE
ANTWORTEN.**

- Einkommen absichern
- Für Familie und Alter vorsorgen
- Immobilie finanzieren
- Vermögen anlegen oder vererben
- Betriebliche Risiken absichern
- Mitarbeiter versorgen

HARALD KOLLE Finanzwirt (twi) Coach EASC und IHK
Druseltalstraße 150 • 34131 Kassel • Telefon 0561 93 55-234
h.kolle@plansecur.de • www.h-kolle.plansecur.de

ANTWORTEN AUF FINANZFRAGEN. plansecur.de

#wärmespenden

Tatort Winter:
„Für Obdachlose geht es in dieser Zeit um Leben und Tod. Eine einfache Spende hilft, die Nächte zu überleben.“

Ulrike Folkerts



www.waermespenden.de

Eine Kooperation von

Diakonie
Hessen

LANDESSTIFTUNG
MITEINANDER
IN HESSEN



Alle Veranstaltungsankündigungen unter Vorbehalt

YOGASANA - YOGA WEST
Ganzheitlicher Yoga Cornelia Hold

Hatha-Yoga
in der Tradition von B.K.S. Iyengar

Cornelia Hold

Zertifizierte Yogasana® Yoga-Lehrerin SKA
Bad Wilhelmshöhe / Vord. Westen | 0561 / 67412
cornelia.hold@arcor.de | www.yogasana-kassel.de

LebensSpielRaum
Petra Kimm
Yin & Beauty Celebration

Christian-Reul-Str. 23, 34121 Kassel
fon +49 (0)561 . 430 212 95
mobil +49 (0)179 . 533 66 66
www.lebensspielraum-kassel.de

Deine Insel im Alltag ...
wöchentlich mit Yin Yoga
montags, 19.30 h – 21.00 h
mittwochs, 19.30 h – 21.00 h
donnerstags, 10.00 h – 11.30 h

biovision
Umwelt- und Gebäudeanalytik GmbH

Wir untersuchen, bewerten & sanieren
Schimmel, Geruch, Schadstoffe, Elektro-Smog
www.biovision-analytik.de 05 61 - 92 03 95 30

Neu in Kassel

Klangmassagen kennenlernen
Schnuppertag zum Nikolaus

Sonntag, 6.12.2020, 14 bis 18 Uhr
Philosophenweg 34 in Kassel

Lernen Sie Klangmassage als eine Form der energetischen Vitalisierung kennen und lieben. Das 20-minütige Klangerlebnis können Sie an diesem Tag zu jeder vollen Stunde erleben und genießen. Die Klangbehandlung findet ohne körperliche Berührung statt. Bringen Sie bitte bequeme Kleidung und Socken mit.

Als systemische Therapeutin freue ich mich Klangmassagen nach Baehr in eigenen Räumlichkeiten anbieten zu können. „Tu dir Gutes“ ist das Motto. Über den Nikolaustag hinaus sorgen ganzheitliche Entspannung und Inspiration gerade in diesen Zeiten für ein schönes (Klang-) Erlebnis. Lernen Sie die Heilkraft der Töne kennen und erfahren Sie, wie es gelingen kann, neue Impulse ins Leben zu bringen.

Um Anmeldung wird gebeten unter:
veltum@klangtherapie-kassel.de
Ich freue mich auf Sie!
Sanne Veltum
www.klangtherapie-kassel.de

Geschenkgutscheine sind erhältlich sowie individuelles Einzelcoaching zur Potentialentfaltung ist auf Anfrage möglich.

PREMIEREN IM NOVEMBER

SCHAUSPIEL WELCOME TO PARADISE LOST
VON FALK RICHTER
INSPIRIERT VON »DIE KONFERENZ DER VÖGEL« VON FARID UD-DIN ATTAR
URAUFFÜHRUNG: 6. NOVEMBER 2020

DRAGONFLY I THEORY OF THEORIES
TANZTHEATER: EIN STÜCK VON JOHANNES WIELAND
URAUFFÜHRUNG: 7. NOVEMBER 2020

WEIHNACHTSMÄRCHEN DER ZAUBERER VON OZ
MUSICAL NACH LYMAN FRANK BAUM
MUSIK: THORSTEN DRÜCKER
PREMIERE: 22. NOVEMBER 2020
für alle ab 6 Jahren

SCHAUSPIEL KASIMIR UND KAROLINE
VON ÖDÖN VON HORVÁTH
PREMIERE: 29. NOVEMBER 2020

STARTS THEATER KASSEL
www.staatstheater-kassel.de

tic theater im centrum das musicaltheater

Theater im Centrum e. V. | Akazienweg 24 | 34117 Kassel
Karten: 0561/701 87 22, Mo, Di 10-14 Uhr; Mi-Fr 15-18 Uhr
Eintrittspreise: €24 (€22 ermäßigt); Kinder bis 12 Jahre: €12
Kassenöffnung zusätzlich immer eine Stunde vor Beginn der Vorstellung
Kartenbestellung online: www.theaterimcentrum.de/spielplan

Termine: bis Dez. 2020

Imagine - eine Hommage an John Lennon (1940-1980)
Musik und Erinnerungen

Disco-, Pop-, Rock-, Country-, Comedy- und NDW-Lieder. Eine interaktive Show, in der die Zuschauer die Songs bestimmen dürfen – eine nostalgische, musikalische Reise mit einer großen Portion Spaß, vielen schönen Melodien und tollen Gewinnen. „Licht aus – Wommt! Spot an – Jaaaa!“

Erinnerungen an einen einzigartigen Künstler, Songschreiber und Menschen. John Lennon war eine schillernde Persönlichkeit: Träumer, Rebell, Pop-Genie, Friedensaktivist und Familienvater: kontrovers, direkt, ehrlich und unsicher, ein Liverpooleser Junge, der zum Sprachrohr für eine ganze Generation wurde.

Termine:
Fr 04.12., Sa 05.12., So 06.12., Fr 11.12., Sa 12.12., So 13.12., Fr 18.12., Sa 19.12., So 20.12., Sa 26.12., So 27.12. 18:00 Uhr

discotheke - Die etwas andere Musicalshow...
Premiere: 16.10.2020

Eintrittspreise: 24,00 Euro (ermäßigt 22,00 €)
Ticketbuchungssystem: www.theaterimcentrum.de/spielplan
Kartentelefon: 0561 7018722
Ticketshop: Neue Öffnungszeiten Mo., Mi. und Fr. von 12-14:00 Uhr, sowie 30 Minuten vor Vorstellungsbeginn
Anschrift: Theater im Centrum, Akazienweg 24, 34117 Kassel

Diese Show ist anders, diese Show ist neu! Angelehnt an die Fernsehserie „disco“, erwartet die Zuschauer ein buntes, turbulentes und abwechslungsreiches Programm und ein breites Spektrum von musikalischen Stilrichtungen – beispielsweise Schlager-,

Gemäß den Verordnungen hat das TIC ein Hygienekonzept für die Sicherheit der Zuschauer und Mitarbeiter erstellt. Im Moment darf das TIC nur eine eingeschränkte Anzahl von maximal 74 Plätzen anbieten.

So sagen Sie's den Medien!

Seminare und Workshops für Ihre erfolgreiche Öffentlichkeitsarbeit

TERMINE 2020

Online- oder Präsenz-Seminare in Kleingruppen mit maximal sechs Personen:
Freitag, 30.10.2020, 14-16 Uhr
Freitag, 27.11.2020, 14-16 Uhr
Freitag, 29.1.2021, 14-16 Uhr
Weitere Termine auf Anfrage.

Die gemeinsame Arbeit vermittelt den professionellen Aufbau einer Pressemeldung, bietet Tipps für den richtigen Schreibstil und zeigt, wie Sie Ihre Anliegen in die Medien tragen.

Das Erörtern offener Fragen bezüglich eines konstruktiven Miteinanders mit Print, Online-, Radio- und TV-Redaktionen rundet dieses praxisorientierte Vorgehen ab. Als Inhouse-Schulung ist dieses Angebot für Unternehmen, Verbände, Vereine und Initiativen ebenso für Gruppen bis zu 20 Personen buchbar.

Einzelcoachings finden mit ausreichendem Abstand als Präsenzveranstaltung nach Ihren individuellen Wünschen statt.

Info/Anmeldung:
Klaus Schaake
Tel. 0561-475 10 11
info@klausschaake.de
www.klausschaake.de

SprechZeit

Im mittendrin-Podcast zu Leben und Arbeiten in Kassel und Region berichten die Gäste über Themen, die ihnen am Herzen liegen, oder über Projekte und Initiativen, für die sie sich engagieren.

Eine Auswahl zum documenta-Institut:
Jörg Sperling (documenta forum Kassel e.V.), Eckhard Jochum (Stadtplaner) Prof. Dr.-Ing. Uwe Altröck (Fachbereich Architektur. Stadt und Landschaftsplanung der Universität Kassel), Christof Nolda (Stadtbaurat), Prof. Dr. Heinz Bude, (Gründungsdirektor)

Weitere Gäste/Themen:
Prof. Dr. Martin Hein (Leiter und Moderator des Klimaschutzrates), Otto Fischer (Künstler; zur Ausstellung „Arsenal“), Ruth Hunstock und Zaki Al-Maboren (zur Ausstellung „Afrodeutsche und Schwarze Menschen in Deutschland“)

Hören: www.mittendrin-kassel.de/podcast/

StadtLabor
im Freien Radio Kassel

UKW-Frequenz: 105.8 über Antenne, DAB-Digitalradio: DAB+ Kanal 6, Block A im Band III/FRK
Livestream: www.freies-radio-kassel.de

donnerstags, 21 bis 22 Uhr
Studio-Livesendung mit Gästen

Gemeinsam mit seinen Gästen widmet sich das StadtLabor widmet städtgesellschaftlichen, kulturellen, sozialen, sozioökonomischen oder umweltpolitischen Fragestellungen. Interessierte, die mit ihren Projekten und Initiativen im StadtLabor präsent werden möchten, melden sich unter: Tel. 0561-475 10 11 oder info@klausschaake.de

StadtLabor-Podcast
Nach ihrer Ausstrahlung sind die Sendungen jederzeit online als Podcast hörbar.

Eine Auswahl der letzten Sendungen:

- Afrodeutsche & Schwarze Menschen in Nordhessen
- Zur 100. Ausgabe des StadtZeit Kassel Magazins
- Grüner Nachbarstrom für alle!

Hören unter:
www.klausschaake.de/podcasts/

Aktuelles:
www.facebook.com/stadtlabor/

Sendetermine Herbst/Winter

- 15.10. Heilungsfördernde Raumgestaltung
- 12.11. Helena Schätzle, Fotografin
- 10.12. Thema noch offen

Kostenlose Sprechstage für Unternehmer*innen und Gründer*innen

Sie haben ein Unternehmen und planen Investitionen oder Sie möchten sich selbständig machen?

Wir beraten Sie gerne: unabhängig, umfassend und vertraulich.

Bitte vereinbaren Sie Ihre individuelle Beratungszeit für folgende Termine:

20. Oktober 2020
Servicezentrum Waldeck-Frankenberg
Christian-Paul-Str. 5 in Korbach
Anja Jesinghausen
05631 9503-12
jesinghausen@kassel.ihk.de

12. November 2020
IHK Kassel-Marburg
Kurfürstenstraße 9 in Kassel
Gabriele Kunz
0561 7891-235
kunz@kassel.ihk.de

27. Oktober 2020
Wirtschaftsförderungsgesellschaft Werra-Meißner-Kreis
Niederhoner Str. 54 in Eschwege
Birgit Baasner
05651 7449-10
birgit.baasner@wfg-werra-meissner.de

19. November 2020
Wirtschaftsförderung Schwalm-Eder-Kreis
Parkstraße 6 in Homberg
Renate Richter
05681 775-477
renate.richter@schwalm-eder-kreis.de

Weitere Termine, Infos und Veranstaltungsorte finden Sie auf www.wibank.de

ZENTRUM im Vorderen Westen e.V.

Sigrid Woas, Verein für bewusstes und gesundes Leben
Lassallestr. 4, 34119 Kassel, Tel. 0561-26399
info@zentrum-kassel.de, www.zentrum-kassel.de

Alle Veranstaltungen vorbehaltlich neuer Corona-Bestimmungen.

REGELMÄSSIGE TERMINE:
Yogakurse:
Mo. 9, 15:30, 16, 18 u. 20 Uhr
Di. 18 Uhr, Mi. 18 Uhr, Do.18 u. 20 Uhr

ZEN Meditation
Mo. u. Di. 18-20 Uhr

Gesundheits-Gymnastik:
Mo. 11 u. Di. 10.15 Uhr

Feldenkrais:
Di, 10, Mi. 9, u. Do. 16:30 Uhr

Do. 15. Okt., 20-22 Uhr
Astrologische Einblicke mit Matthias Teller
An diesem und evtl. folgenden Abenden besteht die Möglichkeit, sich in der Kunst der astrologischen Deutung zu üben. An Hand von Horoskopen bekannter Persönlichkeiten oder, wenn gewünscht, auch von Teilnehmer*innen könnt ihr Schritt für Schritt lernen, ein Horoskop zu lesen.
www.archetypencoaching.de
info@archetypencoaching.de

So. 18. Okt., 18-19.30 Uhr
Herzklangbad mit Seelengesang mit Marion Barth
Seelengesang ist eine direkte und intensive Kommunikation mit dem eigenen Energiefeld. Es wirkt über das Resonanzprinzip. Aus der Anbindung heraus singt Marion Barth heilsame Töne, die sie aus der Verbindung mit dem Feld der Teilnehmer intuitiv erspürt. Die Töne kommunizieren über eine feine Vibration direkt mit der Seele der Zuhörenden und helfen dabei Blockaden loszulassen und sich neu auszurichten.
www.marion-barth.net
0561 / 92197933, marion.barth1@gmx.de

Fr. 23.Okt. 19.30 Uhr, Sa. 24. u. So.25. jew. 10-17Uhr
Seminar mit Boris Lukács
Fr. Vortrag, Meditation & Mediale Botschaft

Sa 19.10. & So 20.10.2019, 10-17 Uhr
Das Göttliche ICH BIN-Bewusstsein & die Erhöhung deiner Energie
Erinnere Dich daran, wer DU wirklich BIST! Lerne deine Energie auf erhöhtem Niveau zu halten. Du erhältst praktische Hilfen für dein Leben.
Anm.: C.Kayser: 0152/54297109.
Info: www.borislukacs.com

Di. 27. Okt., 10. Nov. u. 8. Dez. 20:00 – 22:00 Uhr
Mantrasingen und Meditation mit Sabeenamayi Tilmann
Mantras sind kostbarste Wortschätze und Keimsilben, die nach innen führen und uns neu mit uns selbst verbinden. Sabeenamayi lebte viele Jahre mit ihrer Familie in Indien und schöpft aus einem kraftvollen Erfahrungsschatz.
Info & Anmeldung: 0157-3712 2924
www.segnendemusik.de,
sabeena.tilmann@gmx.de

Fr. 30. Okt. 19:30 – 22:00 Uhr
off. mtll. Gruppe Klangreise, Stimme und Körper mit Franziska Winkler u. Uwe Merl
Mit Hilfe der obertonreichen Klänge von z.B. Monochord, Klangschale, Shrutibox, Trommel u. Gong etc. Deine Seelen-Landschaften bereisen und erforschen. Lieder und Spiele mit Körper und Stimme unterstützen das Loslassen und das Erleben von Verbundenheit.
Info/mit Anm.: uwemerl@arcor.de.
0561/4002222

Sa. 31. Okt. ab 9.30 Uhr u. So. 1. Nov. bis 15.30Uhr
Shantidevi C. Felgenhauer "Im heilenden Kreis der Liebe"
Kollektive Heilungsarbeit mit transformativen Ritualen u. Aufstellungen. Diese lassen unbewußte Muster deutlich werden. Alles was wir in uns erlösen, erlösen wir auch für die Welt. Liebe ist die stärkste Kraft im gesamten Universum.
Anm. bei Annette Schrot, annette@reinerschrot.de

Hören: www.mittendrin-kassel.de/podcast/

STADTTEILZEIT = StadtteilZeit

Im mittendrin-Podcast zu Themen und Entwicklungen in und aus Kassels Stadtteilen kommen nach und nach die Ortsvorsteherinnen und Ortsvorsteher der 23 Kasseler Stadtteile zu Wort.

Bislang erschienen mit folgenden Personen/Stadtteilen:

- Sabine Wurst, Ortsvorsteherin Mitte
- Steffen Müller, Ortsvorsteher Vorderer Westen
- Kerstin Saric, Ortsvorsteherin Süd
- Norbert Sprafke, Ortsvorsteher Wehlheiden
- Hans Roth, Ortsvorsteher Rothenditmolde
- Christian Unverzagt, Ortsvorsteher Jungfernkopf
- Volker Zeidler, Ortsvorsteher Bettenhausen
- Vera Wilmes, Ortsvorsteherin Brasselsberg

Hören: www.mittendrin-kassel.de/podcast/



Fine Art Druck
auf Papier und Leinwand
Bildreproduktion
Kaschierung
Aluminium-Verbundplatten
Leichtschäumplatten
Einrahmung
Passepartouts
Bilderglas
Keilrahmen
Kunstdrucke
Originalgrafik
Bio-Wein aus der Pfalz

print+rahmen Werkstatt für Fine Art Print und Einrahmung
Königstor 52 • 34117 Kassel • 0561 / 739 99 66 • www.print-rahmen.de

Biodanza-Deepening

Die Basis-Ausbildung

wenn Du es liebst zu tanzen
wenn Du Dich verändern willst
wenn Du in Deine Tiefe tauchen willst
wenn Du in der Gruppe Kraft tanken willst
wenn Du intensiv leben willst
wenn Du Deine Potentiale entdecken willst
wenn Du ahnst, es ist noch mehr
in Deinem Leben möglich
wenn Du spürst: jetzt ist der Moment!



Barbara Schlender & Erhard Söhner
Telefon: 05606 - 5633 368
info@biodanza-mitte.de
www.biodanza-mitte.de/ausbildung

biodanza
mitte



KASSELER MUSIKTAGE
29. OKT. – 1. NOV. 2020

Kasseler Musiktage #trotzdem »SIEHST DU MUSIK?«

www.kasseler-musiktage.de

Do, 29.10., 12-21 Uhr, UK14,
Untere Karlsstraße 14
KREATIVWETTBEWERB | In diesem
Jahr digital: Präsentation der einge-
reichten Videos von Jugendlichen
zum Motto "Siehst du Musik?" | Preis-
gelder von je bis zu 500 Euro

Ötzbrugger auf den Spuren des 16.
Jahrhunderts

Do, 29.10., ab 18 Uhr, UK14,
Untere Karlsstraße 14
MUSIK ZU ZWEIT | Einzigartige
Erfahrung: Musik für jeweils eine/n
Zuschauer/in für etwa 15 Minuten.
Eintrittskarten werden online verlost.

Sa, 31.10., 17 Uhr, documenta-Halle
MUSIK ZUM STRAHLEN | Trio Catch |
Romantische Klänge von Dvořák und
Brahms und Neues von der Kompo-
nistin Milica Djordjević

Fr, 30.10., 19 Uhr, documenta-Halle
MUSIK ZUM STRAHLEN | Duo
Viennese | Eine Inszenierung für vier
Konzerte: Auftakt mit dem Geigen-
duo mit Musik von Renaissance bis
Moderne

Sa, 31.10., 20 Uhr, documenta-Halle
MUSIK ZUM STRAHLEN | Spark |
Bach – Berio – Beatles: Eine Hommage
an musikalische Heroen mit der
klassischen Band Spark

Fr, 30.10., 21 Uhr, documenta-Halle
MUSIK ZUM STRAHLEN | Counter-
tenor Valer Sabadus und Johannes

So, 01.11., 10 Uhr, Martinskirche
FESTGOTTESDIENST | Das Festival-
motto "Siehst du Musik?" in der Kirche

So, 01.11., 19 Uhr, documenta-Halle
**EIN KLANGSPAZIERGANG DURCH
KASSEL** | Mit improvisatorischer
Spielfreude, Volksliedern und etwas
Beethoven im Gepäck: das STEGREIF-
orchester

Tel 0561/6026543
info@kasseler-kinderkunstschule.de
www.kasseler-kinderkunstschule.de

Kasseler Kinder- und Jugendkunstschule



Fortlaufende Kurse

Montag:
Ästhetische Früherziehung
3,5-5 Jährige 15.00 bis 16.00 Uhr
6-8 Jährige 16.15- 17.45 Uhr
9-13 Jährige 16.15 bis 17.45 Uhr
13-16 Jährige 18.00 bis 19.30 Uhr

Dienstag:
Ästhetische Früherziehung
3,5-5 Jährige 15.00 bis 16.00 Uhr
7-10 Jährige 16.15 bis 17.45 Uhr
9-13 Jährige 16.15 bis 17.45 Uhr
15-18 Jährige 18.00 bis 19.30 Uhr

Mittwoch:
4-7 Jährige 15.30 bis 17.00 Uhr
8-11 Jährige 17.15 bis 18.45 Uhr

Donnerstag:
8-11 Jährige 15.30 bis 17.00 Uhr
11-13 Jährige 17.15 bis 18.45 Uhr

Freitag:
4-7 Jährige 15.00 bis 16.30 Uhr
7-10 Jährige 16.45 bis 18.15 Uhr

Winterferienkurse

Sterntaler
Erste Anatomieübungen, um das
Märchen der Gebrüder Grimm zu
illustrieren.
Winterferien: 21.12. von 10.00-12.00
Uhr für 4-7-Jährige

Let it snow! Schnee- und Glitzerkugeln
Schneekugeln bauen – zum Verschren-
ken oder Behalten.
Winterferien: 21.12. von 12.30-14.30
Uhr für 5-8-Jährige

Egon Schiele-Aquarelle & Zeichnungen
Wir wollen uns durch Egon Schieles
Werk anregen lassen, um zu eigenen
Bildlösungen zu gelangen.
Winterferien: 22. - 23.12. von 11.00
-13.00 Uhr ab 15 Jahren

**Erzähl mir eine Geschichte –
Buchillustration**
Eigene Tiergeschichten schreiben und
mit fantasievollen Bildern illustrieren.
Winterferien: 06.01.2021 von 11.00-
13.30 für 8-10-Jährige

Manga Zeichenkurs
Grundlagen zum Zeichnen von
Manga-Figuren erarbeiten und eigene
Porträtzeichnungen entwerfen.
Winterferien: 06.01.2021 von 14.00-
16.30 Uhr 9-13-Jährige

Märchen-Pop-Up Bilder
Dreidimensionale Bildwelten gestalten.
Winterferien: 07.01.2021 von 11.00-
13.00 Uhr für 5-8-Jährige

Zeichenkurs: Hände und Füße
Hände und Füße naturgetreu zeichnen.
Winterferien: 07.01.2021 von 13.30-
16.30 Uhr für 11-14-Jährige

Kunst-Geburtstage:
Wir veranstalten zu vielen Themen
und Techniken einen Kindergeburts-
tag der in Erinnerung bleibt!

50 Schritte zur Kunst.
Die Gesichter dahinter
KolorCubes
Das Kunstprojekt KolorCubes betreibt
Kunstvermittlung und die Gestaltung
großformatiger Wände und Objekte.
Führung durch die Public Art Gallery
im Schillerviertel.
Referent*innen: Dustin Schenk, Sarah
Menzel
Ort: Rothentitmolter Straße 21
Termin: 21.10.2020, 18.00 Uhr Spazier-
gang und Gespräch

evangelisches
forum
kassel
Evangelisches Forum
Lutherplatz 11
Tel. 0561-2876021
www.ev-forum.de
ev.forum.kassel@ekkw.de

Bildpredigt
Waters' Witness
Tarek Atoui
Referent*innen: Frank Bolz, Pfarrer,
Anjelika Spöth, Kunsthistorikerin
Ort: Fridericianum, Friedrichsplatz 18
Termin: 25.10.2020, 12.00 Uhr

**Der Heilige Gral:
Geschichte und Legende**
Referent: PD Dr. Matthias Egeler,
Universität München
Ort: Online-Vortrag
Termin: 03.11.2020, 19.00 Uhr

**Gebeutel, gezeichnet, verändert –
Kirche und Corona**
Referentin: Prof. Dr. Beate Hofmann,
Bischofin der Evangelischen Kirche von
Kurtessen-Waldeck
Ort: Kreuzkirche Kassel, Luisenstraße
Termin: 29.10.2020, 19.00 Uhr

**Hat die Kirche eine Zukunft? Wie sie
sich ändern muss, um zu bleiben**
Referentin: Hanna Jacobs, Pfarrerin,
Hannover
Ort: Evangelisches Forum, Lutherplatz
Termin: 12.11.2020, 19.30 Uhr

**Aktuelle Wohnungsbauvorhaben
der GWG im Gespräch**
Präsentation der Projekte: Peter Ley,
Geschäftsführer der GWG
Moderation: Prof. Dr. Uwe Altröck,
Universität Kassel
Ort: CROSS jugendkulturkirche,
Lutherplatz
Termin: 18.11.2020, 19.00 Uhr

Anthroposophisches Zentrum Kassel



Kontakt: Anthroposophisches Zentrum
Tel. 0561 / 93 0 88-14 (AB) | www.az-kassel.de
Karten für die Veranstaltungen sind im Vorverkauf
im Haus erhältlich.

bis zum 15.11.2020
Ausstellung: 11 Fotografierende
Angeregt durch die Zeitschrift „Oya“
lichteten Fotografierende ein Motiv
ihrer Wahl aus jeweils zwei um 180°
gedrehten Perspektiven ab. Die so ent-
standenen Bildpaare, die dazu einladen
den eigenen Blickwinkel zu hinterfragen,
werden erstmals im Rahmen einer
Ausstellung gezeigt.
Einführung: Dr. Ellen Markgraf, Kassel
Ausstellungsdauer:
Öffnungszeiten: Mo. - Do. 9.30 - 16.00
Uhr, Fr. 9.30 - 13.00 Uhr
Anmeldung unter: 0561 / 930 88-49
oder kultur@az-kassel.de

Kostenbeitrag: Eintritt frei, Spenden
erbeten
Veranstalter: Anthroposophische Gesell-
schaft, Zweig Kassel
Anmeldung unter: 0561 / 6 33 89

Mittwoch, 21.10.2020, 20.00 Uhr
Vortrag: Das Wohlt temperierte Klavier
von Johann Sebastian Bach und der
Tierkreis
Steffen Hartmann, Hamburg
Kostenbeitrag: 8 € / ermäßigt 5 €
Veranstalter: Anthroposophische Gesell-
schaft, Zweig Kassel
Anmeldung: 0561 / 6 81 80

Mittwoch, 25.11.2020, 20.00 Uhr
**Vortrag: Kaspar Hauser, ein maßgeblicher
Schlüssel für die kommende Zeit**
Eckart Böhmer, Lehrberg
Kostenbeitrag: 8 € / ermäßigt 5 € |
Karten nur an der Abendkasse
Veranstalter: Anthroposophische Gesell-
schaft, Zweig Kassel
Anmeldung: unter 0561 / 6 81 80

Dienstag, 17.11.2020, 20.00 Uhr
**Vortrag: Dreigliederungsprozesse in
der Natur, im Menschen und in der
Gesellschaft**
sal - mercur - sulphur
Joseph Hörtreiter und Dr. Rainer Werth-
mann, beide Kassel
Kostenbeitrag: Eintritt frei, Spenden
erbeten
Veranstalter: Anthroposophische Gesell-
schaft, Zweig Kassel
Anmeldung unter: 0561 / 6 33 89

Sonntag, 29.11.2020, 17.00 Uhr Ausstel-
lungseröffnung
**Unterwegs – Im Versuch Humus und
Humanität zu verstehen**
Almuth Strehlow, Kassel
Einführung: Dr. Ellen Markgraf, Kassel
Anmeldung für die Öffnung unter:
0561 / 930 88-49 oder kultur@az-kassel.de
Ausstellungsdauer: 29.11. 2020 -
29.01.2021
Öffnungszeiten: Mo. - Do. 9.30 - 16.00
Uhr, Fr. 9.30 - 13.00 Uhr
Anmeldung auch für Besucher not-
wendig unter: 0561 / 930 88-49 oder
kultur@az-kassel.de

Mittwoch, 18.11.2020, 20.00 Uhr
**Künstlerische Dokumentation
„Es geht mir nicht um Wohllaut, es
geht mir um Wahrheit.“**
Paul-Celan-Jubiläum
Sprecher*in: Gabriela Götz-Cieslinski,
Kassel und Volker Frankfurt, Berlin
Aus dem Leben Paul Celans mit Gedich-
ten, Auszügen aus Reden und Briefen
von Paul Celan, Ingeborg Bachmann
und Gisèle de Lestrangé.
Kostenbeitrag: 10 € / ermäßigt 7 €
Veranstalter: Anthroposophische Gesell-
schaft, Zweig Kassel
Anmeldung unter: 0561 / 6 81 80

Samstag, 05.12.2020, 20.15 Uhr
**Vortrag: Pandemie und Zukunft im
Spannungsfeld von Gesundheit - Frei-
heit und Verantwortung**
Dr. med. Michaela Glöckner, Goethea-
num, Dornach Schweiz
Kostenbeitrag: 8 € / ermäßigt 5 €
Veranstalter: Patienteninitiative Kassel e. V.
Anmeldung unter: 0561 / 6 87 82 oder
info@patienteninitiative-kassel.de

Dienstag, 24.11.2020, 20.00 Uhr
**Vortrag: Im falschen Körper? – Welche
Ich-Erfahrung haben Menschen,
wenn sie sich unpassend auf die Erde
gekomen fühlen?**
Frank Hörtreiter, Hannover

**Wichtiges zum Corona-Virus:
Bitte vorab Plätze reservieren.
Das Team bittet um Anmeldung bei
der angegebenen Emailadresse/Tele-
fonnummer.
Nach dem aktuellen Corona-Konzept
können nur so viele Personen Einlass
finden, wie der Mindestabstand
hergibt.**



biodanza
Aus Freude am Leben!
www.biodanza-mitte.de
Tel. 05606-5633368

Cristina Caracas

HEILPRAKTIKERIN FÜR PSYCHOTHERAPIE
Hypnosetherapie
Paar- und Verhaltenstherapie
Friedrich-Ebert-Str. 48 | 34117 Kassel
Tel.: 0561 / 739 70 877
www.heilpraxis-caracas.de

IMPRESSUM

Herausgeber: Dipl.Ing. Klaus Schaake
printszenrolle - verlag & medien GmbH
Friedrich-Ebert-Str. 48, 34117 Kassel

Fotos/Grafiken: Klaus Schaake,
StadtZeit Kassel Magazin
Alle nicht näher bezeichneten Bilder/
Grafiken wurden der Redaktion von
den verschiedenen Veranstaltern zur
Veröffentlichung überlassen.

StadtZeit Kassel erscheint 6 Mal
jährlich
Auflage: 10.000
Druck: Druck- und Verlagshaus
Thiele und Schwarz GmbH
Erscheinungstermin:
Mitte der geraden Monate
Anzeigenpreisliste: 12/2019

WEITERE HINWEISE
Es gelten die AGB auf
www.StadtZeit-Kassel.de

Redaktion: Klaus Schaake
Fon: 0561/475 10 11
redaktion@stadtzeit-kassel.de

Das StadtZeit Kassel Magazin ist
eine zu 100 Prozent werbefinanzierte
Publikation.
Über klassische Inserate hinaus
ermöglicht es die printszenrolle verlag
& medien GmbH Interessierten,
sich mittels eines Advertorials zu
präsentieren.
Advertorials sind erkenntlich durch
die Platzierung von Logos und Kon-
taktdaten des jeweiligen Unterneh-
mens/der jeweiligen Institution inner-
halb der gebuchten Präsentation.
Für Advertorials gilt die jeweils
aktuelle Preisliste die unter www.
stadtzeit-kassel.de einsehbar ist.

Grafik/Layout: Maria Ruffe

Titelbild: Das Holzschwein, das die an
den Wilden Wochen teilnehmenden
Betriebe kennzeichnet.
© Oliver Plümpe

Autoren:
Klaus Schaake (sc),
Gastautor/innen

DAS STADTZEIT-TEAM DER AKTUELLEN AUSGABE:



Maria Bisaljeva studiert
Visuelle Kommunika-
tion an der Kunst-
hochschule Kassel.
Sie schreibt Texte zu
Themen, die sie interessieren und fertigt
Illustrationen an. Geschichten, die
sie und andere erleben, inspirieren sie.



Maria Ruffe ist freibe-
rufliche Grafikerin und
Webdesignerin mit
beruflichen Wurzeln
in der Kunsttherapie
und Sozialpädagogik. Seit Frühjahr
2020 macht sie die Grafik fürs Stadt-
Zeit-Magazin.



Johanna Groß ist Fil-
memacherin, Fotografin
und Geschichtenerzäh-
lerin. Sie interessiert
sich für die tiefen
Belange menschlichen Lebens und
beobachtet gern Alltagsmomente. Bi-
bliotheken durchforstet sie mit Freude
nach neuen Inspirationsquellen.



Iryna Sauerwald
begleitet als studierte
Wirtschaftswissen-
schaftlerin Projekte
und organisiert die
Kundenkommunikation. Die persönli-
che Beratung von Werbekunden und
denen, die es noch werden möchten,
ist ihr Ding.



Dr. Harald Kimpel stu-
dierte Kunstpädagogik
und Kunstgeschichte.
Von 1981-2015 war
er wissenschaftlicher
Mitarbeiter beim Kulturreferat der Stadt
Kassel. Seit 2018 ist er assoziierter
Wissenschaftler im documenta archiv.



Klaus Schaake ist Mit-
erfinder des StadtZeit
Kassel Magazins. Er
studierte Architektur
und Städtebau. Über
Umwege kam er zum Schreiben und
begeistert sich seitdem für alles
rund ums öffentlichkeitswirksame
Kommunizieren.



Rosemarie Rohde ist
examierte Kranken-
schwester, arbeitet
auf einer Intensivsta-
tion und studiert im
Masterstudiengang Politikwissen-
schaft an der Universität Kassel.
Sie interessiert sich besonders für
sozialpolitische Themen.



Andrea Staude
ist freiberufliche
Innenarchitektin und
Feng Shui-Beraterin.
Sie beschäftigt sich
täglich mit den individuellen
Wünschen und Anforderungen
ihrer Kunden an Wohnen, Arbeiten,
Leben und Wohlbefinden.



Eva Rohland studiert
Architektur an der Uni-
versität Kassel. Ist sie
nicht mit dem Stadt-
Zeit Kassel Magazin
beschäftigt, zeichnet sie gern, trinkt
Kaffee, ist beim Sport oder in einem
Kasseler Architekturbüro anzutreffen.



**WIR
SIND SO
80ER!**

**JETZT
AUF DAB+
HARMONYFM.DE**

RADIO
**HAR
MO
NY** FM