

Ich koch mir was, Kochen macht so viel Spaß

Neuer Kochkurs im Panama-Ost



Foto: Stefan Jünemann

Handarbeit und ein wenig Geschicklichkeit sind beim Aushöhlen und Füllen von Kohlrabis gefragt. Dass dies Spaß machen kann, beweisen (auf unserem Foto v. l.) Emmanuell Etonyeaku (ehrenamtlicher Mitarbeiter), Jimmy Defloe, Markus König, Claus Müller und Maria Rodrigues.

„Mir hat der Kochkurs sehr viel Spaß gemacht. Ich habe viel über ernährungsbedingte Krankheiten und gesundes und ungesundes Essen bzw. Essverhalten gelernt. Hoffentlich geht der Kurs im nächsten Jahr weiter!“, sagt Jimmy Defloe. Er ist einer der sechs bis acht

Teilnehmer und Teilnehmerinnen, die sich an fünf Donnerstagen zwischen 12 und 14 Uhr in der neuen Küche des frisch renovierten Panama-Ost einfanden.

Vor der eigentlichen Praxis wurde gemeinsam besprochen, was es geben sollte. Wünsche wurden geäußert wie z. B. das Rezept von vegetarisch gefüllten Zucchini auszuprobieren. Auf dem Speiseplan standen zum Schluss gefüllte Kohlrabi, Hähnchenschkel auf italienische Art, Grüne Sauce, frische Tomatensuppe und Dessert mit Quark und Früchten. Kosten wurden geplant und anschließend ausgerechnet, Zusammensetzung und Frische der Lebensmittel begutachtet, Haltbarkeitsdaten, Verpackungsmaterial, Vitamine und Mineralstoffe studiert.

Danach ging es in die Küche. Jeder hat mitgearbeitet. Claus Müller resümiert: „Besonders die Vorbereitungsgespräche und der Einkauf von frischen Lebensmitteln, die Verwendung einheimischer Produkte, das Kennenlernen von Kräutern und deren Verwendung, haben mir sehr gut gefallen.“ Emmanuell Etonyeaku, ehrenamtlicher Mitarbeiter im Panama,

ergänzt: „Für mich ist Kochen eine besondere Kunst! Ich habe mich über das gemeinsame Wirken gefreut.“

Beim gemeinschaftlichen Essen wurden noch viele Fragen gestellt: „Was sind Salmonellen? Warum werden Tomaten gehäutet? Warum sollte man Kartoffeln nicht in Plastikbeuteln kaufen?“

Zum ersten Mal habe ich im Panama-Ost einen Kochkurs geplant und veranstaltet. Es war eine sehr schöne Erfahrung. Das große Interesse, die Freude an der gemeinsamen Arbeit – einschließlich Aufräumen, Spülen und Putzen – hat mich sehr gefreut. Am Kochtopf redet es sich leichter über alles – diese These hat sich bestätigt. Ein Übriges tat noch die gemütliche Einrichtung im Panama-Ost.

Wilma Thiele



Notschlafstellen



Foto: Stefan Jünemann

Klaus Schäfer packt gerne selbst mit an. Daher ließ er es sich auch nicht nehmen, seine Matratze selbst in die Notschlafstelle zu tragen. Gemeinsam mit der Stadt Kassel hat die Soziale Hilfe auch in diesem Winter wieder Notschlafstellen in Form von Containern auf verschiedenen kirchlichen Grundstücken im Stadtgebiet aufgestellt. Außerdem sind auch kleine Appartements angemietet worden. Ziel des Projektes ist es nicht nur, Menschen mit einer warmen Unterkunft über den Winter zu helfen, sondern sie dauerhaft in festen Wohnraum zu vermitteln. Klaus Schäfer ist einer der Ersten, der dieses Angebot Ende Oktober angenommen hat.

Inhalt

Im Innenteil:

- 🔸 Liebe Leserinnen und Leser
- 🔸 125 Jahre Soziale Hilfe
- 🔸 Erste Jahrespraktikantin in der Panama-Küche
- 🔸 Einmal Hann. Münden und zurück
- 🔸 Gastkommentar: Jörg-Uwe Meister
- 🔸 Patenschaften für Mobilität durch Solidarität
- 🔸 Engagiert: Inge Dung
- 🔸 Panamabesucher spenden für Flutopfer

Seite 4:

- 🔸 Gefüllte Kohlrabi mit Hackfleisch
- 🔸 Erlebnistage Vogelsberg
- 🔸 Recht auf Wohnen, Arbeit, Gesundheit

Liebe Leserinnen und Leser,



bei der Durchsicht alter Akten und Unterlagen zur Vorbereitung des 125-jährigen Vereinsjubiläums habe ich mich erinnert, dass im langen Leben des Vereins nicht immer alles fadengerade verlaufen ist. Wir hatten mit finanziellen Engpässen zu kämpfen und es gab neben dem Aufbruch auch inhaltliche Auseinandersetzungen. Bei der Überwindung dieser Probleme haben wir Unterstützung und Hilfe erhalten. Es ist mir ein großes Bedürfnis mich bei allen an diesen Prozessen Beteiligten herzlich für das Vertrauen zu bedanken!

1885 wurde von engagierten Bürgern Kassels ein Verein gegründet, der sich von da an der Fürsorge entlassener Strafgefangener widmen sollte. Der Name „Verein zur Fürsorge entlassener Strafgefangener im Regierungsbezirk Cassel“, die Begrifflichkeiten und die Methoden der Hilfe sollten sich im Laufe der Jahre mehrfach ändern – die Zielgruppe jedoch nicht.

Auch die Probleme, die erkannt wurden und mit denen man zu kämpfen hatte, sind denen in der heutigen Zeit sehr ähnlich, auch wenn rechtliche Grundlagen geschaffen wurden, ist die Umsetzung durchaus nicht selbstverständlich: Allem voran ging es damals (wie heute) um die Erlangung einer Wohnung bzw. eines Zimmers, um den persönlichen Lebensunterhalt und damit einhergehend um eine Lehrstelle oder eine Arbeit.

Zwei weitere Beiträge in dieser Ausgabe beschäftigen sich mit der langen Geschichte des Vereins: der Bericht über die Jubiläumsveranstaltung und der Gastkommentar des Leiters der Justizvollzugsanstalt Jörg-Uwe Meister. Ausführliche Informationen über die Jubiläumsveranstaltung finden Sie auf www.soziale-hilfe-kassel.de

Herzlichst
Ihre

Ulrike Moritz

125 Jahre Soziale Hilfe

Hoffnung für Menschen in schwierigen Lebenslagen

Bei strahlendem Sonnenschein feierte die Soziale Hilfe mit ihren Gästen am 22. 9. 2010 ihr 125-jähriges Jubiläum in der documenta-Halle. Auch im Logo des Vereins scheint die Sonne – allerdings durch Gitterstäbe – und steht damit für den Leitgedanken, Menschen in besonders schwierigen Lebenslagen Hoffnung zu geben.

Etwa 200 Gäste, unter ihnen Margarete Riemenschneider, die mit ihrer Stiftung seit vielen Jahren bedürftige Menschen unterstützt, der Leiter der Justizvollzugsanstalt Kassel I Jörg-Uwe Meister, Kooperationspartner, Förderer, ehrenamtliche Mitarbeiter und Freunde des Vereins waren der Einladung gefolgt.

Mit swingendem Jazz sorgte das Saxophonquartett Sistergold für den musikalischen Empfang und lockerte zwischen den Redebeiträgen die Atmosphäre des Festakts auf. Nach der Begrüßung durch den 1. Vorsitzenden, Dr. Michael Müller-Goebel charakterisierte der Oberbürgermeister der Stadt Kassel, Bertram Hilgen, in seinem Grußwort die Aufgabe des Vereins damals wie heute: „... die Selbstverpflichtung, den Schwächsten der Gesellschaft, die gesellschaftlich am Rande oder gar draußen stehen, zu Beistand mit Rat und Hilfe zu Teilhabe und Selbstachtung zu verhelfen.“

Zum feierlichen Anlass führte Walter Scharenberg, langjähriger und für die Leser dieser Zeitung durch die Öffentlichkeitsarbeit bekannter Mitarbeiter, durch den Nachmittag. Dr. Helmut Roos

(Ministerialdirigent des Hessischen Ministeriums der Justiz, für Integration und Europa), Dr. Wolfgang Werner (Vorstand Der Paritätische Hessen) und Ulrike Jorzik (Regionalmanagerin beim Landeswohlfahrtsverband Hessen) lobten in ihren Grußworten die engagierte Arbeit des Vereins mit seinen derzeit 28 hauptamtlichen und ebenso vielen ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern.

Ulrike Moritz, Soziale Hilfe-Geschäftsführerin, beschrieb in ihrer Darstellung Geschichte, Entwicklung und Aufgabenbereiche des 1885 unter dem Namen „Verein zur Fürsorge für entlassene Strafgefangene im Regierungsbezirk Cassel“ gegründeten Vereins.

Das Jubiläum fällt zusammen mit dem von der Europäischen Union deklarierten Jahr gegen Armut und soziale Ausgrenzung. Mit dieser Thematik beschäftigte sich auch die 15-jährige Kasseler Schülerin Sophia Liberis, Gewinnerin des vom Verein initiierten Schreibwettbewerbs, und beeindruckte mit ihrem einfühlsamen Gedicht über Armut und Obdachlosigkeit die Zuhörer.

In seinem sich anschließenden Fachvortrag schilderte Prof. Dr. Wolfgang Ayaß (Universität Kassel) die Situation und gesellschaftliche Stellung Wohnungsloser im Nationalsozialismus. Während dieser Zeit war die Arbeit des Vereins so stark reglementiert und eingeschränkt, dass sie weitgehend ruhte. Die Wohnungslosen wurden kontrolliert, verfolgt und viele von ihnen in Konzentrationslagern interniert. Eine Ausstellung zum Thema konnte im hinteren Bereich der documenta-Halle besichtigt werden.

Die in der Kunstwerkstatt entstandenen Exponate sowie die Präsentation des Buches „Meine Geschichte ist es wert erzählt zu werden“, mit Texten und Bildern von Klienten des Vereins Soziale Hilfe, schlugen den Bogen zur Kunst. Auch das entlang der Hallenwand exponierte Band mit allen Exemplaren der Zeitung Soziale Hilfe aktuell fand rege Beachtung.

Gestärkt durch einen leckeren Fingerfood-Imbiss verließen viele der Gäste die Veranstaltung mit den Worten: „Auf die nächsten 125 Jahre!“

Katarina Hays-Siebert



Erste Jahrespraktikantin in der Panama-Küche

Praxis fürs Fachabitur bei der Sozialen Hilfe



Foto: Stefan Jünemann

Der Umgang mit jungen Menschen, z. B. Praktikanten, die unseren Betrieb immer wieder mit den neuesten Erkenntnissen bereichern, bestärkte unseren Entschluss einen Praktikumsplatz einzurichten, von dem auch unser Personal profitieren kann. Zum ersten Mal gab es also nun eine Jahrespraktikantin in der Panama-Hauswirtschaft.

Am 5. August 2009 begann Sabrina Möller, Schülerin der Klasse 11 an der Elisabeth-Knipping-Schule, ihr Praktikum in unserem hauswirtschaftlichen Bereich. Um die Fachhochschulreife zu erlangen, erhalten die Schüler an zwei Tagen theoretischen Unterricht in der Schule und gehen an drei Tagen in die Betriebe, um die Praxis kennen zu lernen.

Nach einer umfassenden Einarbeitungszeit in allen Bereichen war schnell klar, dass Sabrina flexibel einsetzbar ist. Schon nach kurzer Zeit führte sie mit viel Engagement und Freude während der Abend- oder Wochenendöffnung selbstständig die Küche. Sabrina lernte bei uns den Umgang mit allen Geräten und Gebrauchsgütern sowie die selbstständige Speisenzubereitung mit dem Ziel, außer-

dem die Speiseplangestaltung nach ernährungswissenschaftlichen Grundlagen, Vorratshaltung und Warenwirtschaft sowie das Reinigen und Pflegen der Räumlichkeiten nach den europäischen HACCP-Richtlinien über die Hygiene im Betrieb.

Sie hatte nicht nur sehr viel Spaß an den ihr übertragenen Arbeiten. Im Laufe der Monate wurde sie immer selbstständiger und bereitete verschiedene Speisen alleine und äußerst schmackhaft zu. Nach einem Jahr waren sich die Anleiterinnen sicher: Sabrina war eine wunderbare Ergänzung für die Panama-Hauswirtschaft.

Wilma Thiele

Einmal Hann. Münden und zurück Freizeitgruppenausflug Ende September



Foto: Amrei Müller

Für das leibliche Wohl der zwölf Klienten und drei Begleiter war mit einem vollgepackten Picknickkorb gesorgt. Eigentlich konnten wir also loslegen, aber es herrschte noch einige Verwirrung darüber, wer jetzt mit dem Auto und wer im Zug mitfährt. Schließlich war der VW-Bus voll, und der Rest lief geschlossen zum Bahnhof.

Nachdem wir dort festgestellt hatten, dass der Fahrkartenautomat keine großen Scheine nimmt, saßen doch irgendwann alle im Zug. Kaum losgefahren, waren wir auch schon in Hannoversch Münden angekommen. Am Rathaus trafen wir uns

mit dem Rest der Gruppe, der trotz sehr gemütlichen Tempos auf der Landstraße schon dort wartete. Hier begann auch die Stadtführung, bei der wir viel Interessantes über die Geschichte der Stadt, des Rathauses sowie einzelner Fachwerkhäuser, deren Erbauer und die Bedeutung ihrer Verzierungen erfuhren. Trotz des beißenden Windes waren alle gespannt bei der Sache, auch wenn zwischenzeitlich die Kaffeemühle, eine Tagesstätte für Wohnungslose, das Interesse auf sich zog und die Stadtführerin Mühe hatte, die Aufmerksamkeit wieder auf sich zu lenken – aber sie trug es mit Fassung. Den Abschluss der Führung bildete das

Glockenspiel mit Dr. Eisenbart, das für uns gleichzeitig die Mittagszeit einläutete. Die meisten so durchgefroren, dass ein heißer Kaffee willkommen war. Als Umgebung für unser Picknick gab es natürlich in Münden nichts Schöneres als den Weserstein, wo wir umgeben von Grün und Wasser Bagels, Kuchen und Kaffee einnahmen. Durch die Kälte zog es die Meisten dann auch recht schnell wieder heim; nur ein paar Hartgesottene nutzten das Tagesticket aus und schauten sich noch mehr von der Stadt an.

Amrei Tripp
(Praktikantin)

Jörg-Uwe Meister



ratung und dem Übergangmanagement, d. h. der Vorbereitung der Entlassung. Das Übergangmanagement verkörpert in besonderer Weise die hinter der Gründung und Zweckbestimmung der Sozialen Hilfe e.V. stehende Idee der sozialen und beruflichen Integration und somit auch der Vermeidung des Rückfalls in die Strafbarkeit.

Was schon als Zielsetzung im Jahresbericht

im Jahre 1886 festgehalten wurde, ist auch mit dem am 1. November dieses Jahres in Kraft getretenen Hessischen Strafvollzugsgesetz als eine Leitlinie definiert worden: die sinnvolle und rechtzeitige, eng zwischen den sozialen Diensten innerhalb und außerhalb der Vollzugsanstalt verzahnte, durch kontinuierliche Betreuung sichergestellte Entlassungsvorbereitung. In diesem Jahresbericht 1886 heißt es: „Die Zunahme des Verbrechertums in den letzten Jahrzehnten, insbesondere die erschreckend hohe Zahl der Rückfälle, verlangt mit gebieterischer Notwendigkeit die Mitwirkung der bürgerlichen Gesellschaft zur Bekämpfung der Ursachen des Verbrechens. Diese Mitwirkung muß in der Richtung in Anspruch genommen werden, daß dem Bestraften bei seiner Entlassung aus dem Gefängnis die hilfreiche Hand zum redlichen Erwerb zu bieten und ihm Gelegenheit zu geben ist, auf diese Weise von der Bahn des Verbrechens sich fern zu halten.“

Ich gratuliere der Sozialen Hilfe e.V. in diesem Sinne zum 125-jährigen Bestehen und verbinde damit meinen Dank für die stets gute Zusammenarbeit und meine Zuversicht, dass dies auch künftig so sein wird.

Jörg-Uwe Meister
(Leiter der JVA Kassel I)

Jörg-Uwe Meister, 55 Jahre, Leitender Regierungsdirektor, Leiter der Justizvollzugsanstalt Kassel I. 1990 Eintritt in den Justizvollzugsdienst des Landes Hessen bei der JVA Frankfurt am Main I in Preungesheim; dort zunächst im pädagogischen Bereich, dann als Vollzugsleiter, einer Verwaltungsfunktion, tätig; 1994–1997 Leiter der JVA Fulda, 1997–2000 stellvertretender Leiter der JVA Weiterstadt, seit 2001 Leiter der JVA Kassel I.

Die Justizvollzugsanstalt Kassel I und die Soziale Hilfe e.V. haben beide eine weit zurück reichende Geschichte. Die Justizvollzugsanstalt Kassel I konnte im Jahre 2007 auf ihr 125-jähriges Bestehen zurückblicken und die Soziale Hilfe e.V. tut dies mit Blick auf ihre Geschichte in diesem Jahr. Es ist jedoch kein Zufall, dass ein Gefängnis und ein Fürsorgeverein eine fast gleich lange Geschichte haben.

Die Soziale Hilfe e.V. startete im Jahre 1885, also drei Jahre nach Inbetriebnahme der damaligen Königlich-Preußischen Strafanstalt Cassel-Wehlheiden, als Verein zur Fürsorge für entlassene Strafgefangene im Regierungsbezirk Cassel. Initiativen und Angebote der Betreuung und Unterstützung von Strafgefangenen durch externe Vereine und Gruppierungen, inspiriert durch die im Jahre 1826 auf Initiative des evangelischen Theologen Theodor Fliedner hin gegründete Rheinisch-Westfälische Gefängnisgesellschaft, gingen mit der Entstehung des modernen Gefängniswesens in der ersten Hälfte des 19. Jahrhunderts einher. Bereits seit 1950 verbindet die JVA und den Verein die wöchentliche Sprechstunde. Hier werden unter anderem Kontakte zu Familienangehörigen vermittelt, wenn nötig die Habe von Inhaftierten sichergestellt und Entlassungsvorbereitungen getroffen.

Und was schon damals galt, gilt auch noch heute: Gefangene und Haftentlassene bedürfen der Betreuung und Unterstützung während und nach der Haft. Hier arbeiten insbesondere der Sozialdienst der Vollzugsanstalt und die Soziale Hilfe e.V. eng und einander ergänzend zusammen in den Bereichen der Beratung und Unterstützung der ausländischen Gefangenen, der Schuldenbe-

Panamabesucher spenden für Flutkatastrophe

Flohmarkterlös zu Gunsten der Obdachlosen in Pakistan

Der 7. und 8. September waren zwei ganz besondere Tage für die Besucherinnen des Panama. Grund dafür: ein Flohmarkt in den Räumen der Tagesaufenthaltsstätte, auf dem es überwiegend Damenbekleidung, Handtaschen und auch modische Accessoires zu kaufen gab.

Tatkräftige Unterstützung bekam Sozialarbeiterin Amrei Müller durch Mitarbeiter der Hauswirtschaft, welche im Vorhinein geeignete Kleidungsstücke aus Spenden für die Kleiderkammer herausgesucht und zur Verfügung gestellt hatten. Zusätzlich halfen zwei Praktikanten beim Auf- und Abbau sowie beim Verkauf.

Nach dem Abendessen konnten die Damen (und Herren) in aller Ruhe Kleidung, Schmuck und vieles mehr anschauen und sehr günstig einkaufen. Am nächsten Vormittag öffnete der Flohmarkt zum zweiten Mal.

Die Einnahmen betragen 120 Euro, mit zusätzlichen Spenden einiger Kollegen kamen wir auf die Summe von 160 Euro, die den Opfern der Flutkatastrophe in Pakistan gespendet wurde. So konnten auch wir mit den Klienten zusammen einen kleinen Beitrag zur Unterstützung der Hilfemaßnahmen in Pakistan leisten.

Simon Werner,
Amrei Müller

Patenschaften für Mobilität durch Solidarität

KVG und Soziale Hilfe e.V. rufen auf zu Spenden von ÖPNV-Tickets

„Mobilität ist ein wichtiges Stück Lebensqualität, deshalb unterstützen wir dieses Projekt. Hinzu kommt, dass uns mit dem Verein Soziale Hilfe ein erfahrener und seriöser Partner zur Seite steht, der garantiert, dass die Spenden zweckgebunden verwendet werden“, erklärte KVG-Vorstand Dr. Thorsten Ebert.

„Mobilität durch Solidarität“ lautet das Motto der seit 1995 bestehenden Initiative. Bedürftigen Menschen wird dabei durch eine Ticketspende ermöglicht, mit Bus und Bahn zu fahren. „Zu helfen, ist ganz einfach“, erklärt Ulrike Moritz, Geschäftsführerin des Vereins Soziale Hilfe:

Mobilitäts-Patenschaft:

Für 50 Euro kann man eine Mobilitäts-Patenschaft übernehmen. Über eine Kooperation mit der KVG erwirbt der Verein Soziale Hilfe ein rabattiertes Kontingent an Fahrkarten. Diese verkauft er stark vergünstigt weiter an bedürftige Menschen. Wenn Sie Pate werden möchten, schicken Sie uns bitte eine kurze E-Mail an info@soziale-hilfe-kassel.de.

Spende von Zeitfahrkarten oder Einzelfahrtscheinen:

Diese können in eine der Spendenboxen im NVV-Kundenzentrum der KVG in der Mauerstraße gegeben oder an den Verein Soziale Hilfe gesendet werden. Zeitfahrkarten können für die Dauer einer temporären Abwesenheit verliehen werden. Der Verein Soziale Hilfe verteilt die Fahrkarten an Bedürftige.

Fahrkarten können hier direkt abgegeben werden:

– im NVV-Kundenzentrum der KVG in der Kurfürsten Galerie, Kassel, Mauerstraße. Öffnungszeiten: Mo – Fr 9 – 18 Uhr, Sa 9 – 16 Uhr

– Verein Soziale Hilfe, Tagesaufenthaltsstätte Panama, Kassel, Kölnische Straße 35. Öffnungszeiten: täglich 8.30 – 13.30 Uhr, Di + Do 18 – 21 Uhr

Informationen über das Projekt „Mobilität durch Solidarität“ gibt es auch auf der Homepage der KVG unter www.kvg.de.



v.l. Michaela Rohde, Ulrike Moritz, Dr. Thorsten Ebert stellen die neuen Flyer für das Projekt „Mobilität durch Solidarität“ im Kundenzentrum der KVG vor.

Foto: Walter Scharenberg

➤ Engagiert

Inge Dung



Foto: Stefan Jünemann

Einfrieren vor. Die Atmosphäre, die sie verbreitet, wirkt sehr heimelig und wohltuend, fast ein bisschen wie früher zuhause.

Auch im Janoschstand oder beim Waffelverkauf im City Point ist sie mit Lust und Freude dabei. Das Verkaufen liege ihr im Blut, sagt sie und strahlt übers ganze Gesicht. Das ist der Junggebliebenen, die „auf dem Lande“ in Schauenburg zuhause ist, nicht schwer zu glauben. Wenn sie nicht gerade turnt, in der Sauna schwitzt, wandert oder die Walking-Stöcke schwingt, hilft Inge Dung sporadisch in der Gaststätte einer Bekannten beim Bedienen aus. Dort komme sie gut und immer gerne mit den unterschiedlichen Gästen ins Gespräch.

Die positive Lebenseinstellung, die sie ausstrahlt, steckt an. Und diese Ansteckung ist einfach zu empfehlen.

Michaela Rohde

Mit Spaß dabei – das ist die Devise von Inge Dung. Seit fast vier Jahren unterstützt uns die gelernte Verkäuferin in unterschiedlichen Bereichen. Freitags findet man sie beispielsweise im hauswirtschaftlichen Bereich, immer mit guter Laune schnippelt sie Gemüse, schält Kartoffeln oder bereitet Lebensmittel zum

Titelrezept

Gefüllte Kohlrabi mit Hackfleisch

Die Kohlrabi schälen (das zarte Grün aus der Mitte zurückbehalten) und in ausreichend Salzwasser bis zu 45 Min. fast gar kochen lassen. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und würfeln und mit dem Katenschinken zum Gehackten geben, mit Salz und Pfeffer würzen. Den fast garen Kohlrabi aus dem Wasser nehmen, abkühlen und abtropfen lassen. Danach mit einem Löffelchen aushöhlen. Die ausgehöhlten Kohlrabistücke klein hacken, mit dem Hackfleisch mischen. Nun die Hackfleischmasse in den Kohlrabi füllen, in eine gefettete Auflaufform setzen, etwas von der Kochbrühe angießen, abdecken und bei 200 Grad im vorgeheizten Backofen 30 Minuten garen, den geriebenen Käse darüber streuen und nochmals 10 Minuten überbacken.

Zutaten (für 4 Personen):

- 4 große Kohlrabi
- 400 g gemischtes Hackfleisch
- 1 Bd. glatte Petersilie
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 100 g Katenschinken
- 150 g ger. Emmentaler
- Auflaufform mit Deckel oder Alufolie
- etwas Öl zum Einfetten
- 2 Zweige Estragon

Guten Appetit wünscht der Kochkurs.

Schön und nutzbar



In Terracotta-Farben präsentiert sich seit einigen Wochen der Garten der Tagesaufenthaltsstätte Panama. Dort, wo bisher Rasen wuchs, liegt nun ein rotes Verbundplaster. Nötig geworden war die Maßnahme, weil sich die kleine Rasenfläche durch die vielen Gartennutzer immer wieder in eine Schlammwüste verwandelte und dann oftmals wochenlang nicht nutzbar war.

Erlebnistage Vogelsberg

Vertrauen, Selbstbewusstsein, Grenzen und Gruppendynamik



Foto: Anja Schreiter

Gemeinsam mit meiner Kollegin Anja Schreiter fuhr ich mit fünf jungen Frauen aus dem Wohnprojekt 4Wände ins Erlebnispädagogische Camp *Erlebnistage Vogelsberg*. Zuerst waren die Teilnehmerinnen noch skeptisch, doch bereits auf der Hinfahrt änderte sich die Stimmung: „Vielleicht wird es ja doch ganz lustig ...“ Die Fahrt war für die Teilnehmerinnen verpflichtend. Die pädagogische Zielsetzung war unter anderem Vertrauen zu schaffen, Selbstbewusstsein zu stärken, die eigenen Grenzen und Möglichkeiten zu erfahren sowie eine bessere Gruppendynamik in den 4Wänden.

Im Camp angekommen wurden wir sofort von unseren Teamerinnen begrüßt und besprachen das Programm für das Wochenende. Unsere Teilnehmerinnen waren begeistert von den verschiedenen Angeboten und suchten sich sofort einige Aktivitäten aus. Kurze Zeit später ging es dann auch schon mit den ersten Vertrauensspielen los, z. B. blindes Sich-Führen-Lassen über unbekanntes Gelände und Hindernisse sowie eine Spinnennetz-Übung. Anfangs waren alle noch sehr zögerlich, aber später doch hoch motiviert. Nach dem Sieg über das Spinnennetz konnten wir uns etwas entspannen

und unser Abendessen zu uns nehmen. Doch das reichte für den ersten Tag noch nicht aus. Weiter ging es mit Baumklettern – im Dunkeln, bei Flutlicht! Schnell wurde klar, wer Höhenangst hat. Bei Frau S. war der Ehrgeiz größer als die Angst. Sie war die Einzige, die sich nach ganz oben traute. Bei unglaublich hohen Temperaturen am folgenden Morgen entschieden wir uns gegen eine weitere Klettertour und für Floßbau und Wasserspiele. Nach dem Frühstück wanderten wir zu einem See. Dort hatten die Teilnehmerinnen die Aufgabe, in zwei Kleingruppen zwei wassertüchtige Flöße aus Reifen, Brettern und Seilen zu konstruieren. Ziel war – nebenbei - die erfolgreiche Gruppenarbeit. Diese Aufgabe führte zwar zu zwei funktionierenden Flößen, aber auch zu großen Diskussionen. Letztendlich wurde sich ein Wett paddeln geliefert, bis schließlich eine der Mannschaften im Wasser landete. Da sowieso alle schon nass waren, machten wir auch gleich mit einer Wasserschlacht und einer Wasserrutsche weiter.

Abends durften wir natürlich das WM-Spiel nicht verpassen, schließlich ging es für Deutschland um Platz 3. Nach dem Spiel passierten wir einzeln im Dunkeln ein altes Mauergerölbe – Mut war gefragt. Am Ziel angekommen, ließen wir im Schein einer Kerze das Wochenende Revue passieren. Highlights kamen genauso zur Sprache wie Kritik aneinander und Änderungsvorschläge.

Die Fahrt hat allen Teilnehmerinnen, trotz anfänglicher Vorurteile, gut gefallen. Sie war ein voller Erfolg!
Magdalena Janiszewski

Diese Firmen unterstützen unsere Öffentlichkeitsarbeit. Kontakt: Lena Kuhnen, Tel. 05 61 707 3829

Kreative Floristik · Glas und Keramik · Pflanzen · Braut- und Trauerfloristik

BLATT+FORM
Stephanie Schneider

Friedrich-Ebert-Str. 83
34119 Kassel
Telefon: 0561/77 24 60
Mo-Fr 9-13 + 14-18 Uhr
Sa 9.00 - 13.30 Uhr

Wilhelmshöher Allee 91
34121 Kassel
Telefon: 0561/739 70 97
Mo-Fr 9.00-19.00 Uhr
Sa 9.00 - 15.00

Innenraumbegrünung · Skulpturen · Kurse · Wohnaccessoires · Ausstellungen

K.H. Großkurth u. E. Goebel
KFZ MEISTER SERVICE

Reparaturen aller Fabrikate AU und TÜH im eigenen Haus

Olebachweg 50a; 34123 Kassel; Tel.: (0561) 5 51 45

Das Beste was Ihrem Haus passieren kann...

HARTMANN
DACHEINDECKUNGEN GMBH

■ DACHEINDECKUNGEN
■ WÄRMEDÄMM-VERBUNDSYSTEME

- Dacheindeckungen aller Art
- Dachrinnenerneuerung
- Fassadenbekleidung
- Dachbegrünung
- Wärmedämmung von Dach und Fassaden
- Schornsteinverkleidung
- Abdichtungen
- Zimmerarbeiten
- Komplettrenewing der Gebäude-Außenhaut
- Photovoltaik für Jedermann

Bergstraße 21 · 34266 Niestetal · Tel. 05 61 / 9 52 27-0
Fax 05 61 / 52 70 53 · E-Mail: hartmandacheindeckungen@t-online.de

Bus und Tram für alle

DiakonieTickets erhalten Sie im NVV-Kundenzentrum der KVG in der Kurfürsten Galerie

Infos unter www.kvg.de und www.nvv.de oder nutzen Sie das WVV-ServiceTelefon 0180-234-0180.*

* 4 Cent pro Anruf aus dem Festnetz der Deutschen Telekom, Mobilfunkpreise maximal 42 Cent pro Min.

Gemeinsam mehr bewegen. NVV KVG

Schlüsseldienst West

24 h Notdienst
Kassel + Umgebung
0172 - 522 88 16

Festpreise:
Tag 59 € - Abend 79 € - Nacht 99 €
Diese Preise sind Endpreise

Ruf: 0561 - 68 333 + 0172 - 522 88 16
Fax: 0561 - 766 90 109
Internet: www.schluesseldienst-kassel.de
Lager + Werkstatt: Bei den Weidenbäumen, Kassel/Vellmar



Hair creatIV

Friseur und Zweithaarspezialistin
Wilhelmshöher Allee 82 · 34119 Kassel
Tel.: 0561 774499 · www.cf-creativ.de

Ruheforst

RuheForst® Stiftswald Kaufungen
Telefon: 05605 - 2047
Internet: www.ruheforst-kaufungen.de

e-on | Mitte Markthalle Kassel

1 8 8 9 | Vereinigte Wohnstätten 1889 eG

RESTAURANT-CAFÉ RIVERSIDE
by CSK 98

34121 Kassel · Auedamm 15 · Tel. 0561 - 8 16 4 5 98 · www.riverside-kassel.de

Gartencenter Meckelburg

Kasseler Sparkasse

Impressum

Herausgeber: Soziale Hilfe e. V.
Kölnische Straße 35
34117 Kassel
Tel. 0561 707 3832
Fax 0561 707 3820
was@soziale-hilfe-kassel.de

ViSdP: Walter Scharenberg
Redaktion: Stefan Jünemann, Walter Scharenberg
Anzeigen: Lena Kuhnen
Telefon 0561 707 3829

Gestaltung: Julian Scharenberg
Herzlicher Dank an Oliver Hering

Druck: Boxan
Auflage: 2800

Die Soziale Hilfe e. V. ist gemeinnützig und vom Finanzamt Kassel, Goethestraße, als besonders förderungswürdig anerkannt.
Spendenkonto 177 0361, BLZ 500 905 00, Sparda-Bank Hessen eG

Soziale Hilfe 125 JAHRE

DER PARITÄTISCHE UNTERSTÜTZUNGSVERBAND