

StadtZeit

107

KASSEL
MAGAZIN

... für die Fuldastadt
und die Region.
No. 107 • Jahrgang 18
Dez/Jan 2021/22



TANZEN
JEDER MENSCH KANN ES!



NACHHALTIG INVESTIEREN
GELD SINNVOLL EINSETZEN

FOTOGRAFIE
... IN WESTDEUTSCHLAND



GESCHENK- UND GENUSSTIPPS
... FÜR WEIHNACHTEN UND MEHR



Schupmann Collection

Fotografie in Westdeutschland

09
10
2021
19
12

Ausstellungen
im Schloss

MI – SA 14:30 bis 17:00 Uhr
SO 11:00 bis 17:00 Uhr

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Wie heißt es so schön: „Der Kopf ist rund, damit die Gedanken die Richtung wechseln können.“ In diesem Sinne haben wir mit der aktuellen Ausgabe mal ein eine andere Richtung gedacht und wagen ein Experiment. Genauer gesagt bereiten wir selbiges so auf, dass Sie es auch als solches wahrnehmen können. Denn im Grunde genommen haben wir so etwas zu einem in Kassel nicht unumstrittenen Projekt, dem Brüder-Grimm-Platz, schon einmal gemacht. Nur konnte es niemand wirklich verstehen, weil wir das diskutierte Thema in zwei aufeinanderfolgenden StadtZeit-Ausgaben gebracht haben, die bekanntlicherweise acht Wochen auseinanderliegen. Naja, und bis dahin ist das, was man in der einen Ausgabe gelesen hat, der berühmte Schnee von gestern, auch wenn das Thema in der Stadt noch immer aktuell ist. Hier haben wir großzügig an unsere eigene Lernfähigkeit appelliert und in eine die andere Richtung gedacht. Unter dem in großen Lettern gesetzten Stichwort „DEBATTE“ finden Sie in der Kulturrubrik der aktuellen Ausgabe zwei Positionen, die sich mit der jüngsten Kasseler Statue beschäftigen, die unter großer öffentlicher Aufmerksamkeit nun ihren Standort auf dem Scheidemann-Platz gefunden hat. Auf unserer Debattenseite stehen sich die beiden Beiträge von Dr. Eva Schulz-Jander und Dr. Harald Kimpel zu dem Monument, das Elisabeth Selbert würdigt, direkt gegenüber. Ein großes Dankeschön sei an dieser Stelle den Debattierenden zugerufen, die sich auf dieses Experiment eingelassen haben, ohne dass der oder die jeweils andere wusste, was in der aktuellen StadtZeit-Ausgabe zu lesen sein würde. Unser Team freut sich, wenn Sie, liebe Leserinnen und Leser, sich für diese Form des Experimentierens begeistern könnten. Begeistert sind wir selbst auch von der schier unglaublichen Vielfalt der Kasseler Tanzszene, der wir uns im Rahmen eines Themenschwerpunktes annähern. Auch hier ein großes Dankeschön an die Akteurinnen und Akteure, mit denen wir sprechen durften, um diese Vielfalt zu zeigen.

Jetzt wünschen wir Ihnen eine vielfältige, zum Diskurs anregende Lektüre. Tanzen Sie mal wieder und bleiben Sie stark!

Ihr
Klaus Schaake

PS: Wer Rechtschreibfehler findet, wechsle mit ihnen die Richtung.

GESCHENKE-TIPPS 4
... FÜR WEIHNACHEN UND MEHR

TANZEN 8
JEDER MENSCH KANN ES!

KULTUR 19
DEBATTE, FOTOGRAFIE, ARTISTIK

WOHNEN & LEBEN 30
FENG SHUI UND WOHNIDEEN



ENERGIE & UMWELT 38
NACHHALTIG INVESTIEREN

ESSEN & GENIESSEN 42
GEWÜRZE MACHEN DAS ESSEN BUNT

UNTERWEGS 49
VON NORDHESSEN BIS INS ELSASS

KURZMELDUNGEN 53
INFOS UND AUSGEWÄHLTE
VERANSTALTUNGEN IN KASSEL & REGION

VERANSTALTUNGEN 56
TERMINE & PROGRAMMHINWEISE

IMPRESSUM 59

Titelbild:
Generalprobe des Stücks „Backspace“
Foto: Karl-Heinz Mierke

GESCHENKE TIPPS

Musizieren in allen Altersklassen

Bei FARM-SOUND finden Musikbegeisterte über 2.000 tolle Saiteninstrumente.

Musizieren steht in allen Altersklassen hoch im Kurs und viele haben besonderen Spaß daran, sich beim Singen selbst auf der Akustikgitarre zu begleiten.

Als günstiges Einstiegsinstrument für Singer-Songwriter, die hin und wieder auf der Bühne stehen, empfiehlt das FARM-SOUND-Team die CORT Akustikgitarre, MR500E Brown/Open Pore oder die MR500E Open Pore, beide jeweils mit Pickup und Preamp zum Anschluss an einen Verstärker. Mit der MR-Serie bietet Cort günstige, aber dennoch professionelle Elektro-Akustikgitarren in Dreadnought-Form mit Cutaway, die optimal auf die Bedürfnisse von Live-Musikern ausgerichtet sind. Preis in verschiedenen Ausführungen jeweils 299 Euro.

FARM-SOUND-Musicshop | Rudolf-Schwander-Straße 11
34117 Kassel | 0561-77 77 69 | www.farm-sound.de



Ultimative Kinoerlebnisse

Gutscheine für eins der modernsten Kinos in Deutschland – dem filmpalast Kassel – verschenken.

Egal, ob Actionkino mit kraftvollem IMAX, dem 270°-Rundumkino ScreenX, 4DX oder gehobenem Kinogenuss in der Neuen Kaskade – ein Gutschein vom filmpalast ist für jedes Alter etwas! Interessierte finden im filmpalast-Shop den passenden Gutschein für die Liebsten, Freunde, Bekannte und Verwandte. Schenkende und Beschenkte können sich an diesem vielseitigen Geschenk erfreuen.

Über den klassischen Geschenkgutscheinwerb hinaus bietet der filmpalast an der Kinokasse auch Online-Gutscheine zum Verschenken und Sofortausdrucken an.

filmpalast Kassel | Karlsplatz 8 | 34117 Kassel
www.kassel.filmpalast.de



Besondere Genussmomente

... bei La Marina im Vorderen Westen.

Genießen Sie die Weihnachtszeit mit den vielen schönen, größtenteils handgemachten Naturkosmetik-Kreationen, köstlichen Leckereien und außergewöhnlichen Accessoires aus den Bereichen Mode, Einrichtung und weihnachtliche Dekorationen. Natürliche Körperpflegeprodukte, kulinarische Präsentkörbe, wunderschöne, individuelle Mitarbeitergeschenke für Firmenkunden und vieles mehr warten darauf, von Ihnen entdeckt zu werden. Machen Sie es sich mit unseren Duftkerzen, Wellnessprodukten, leckeren Tees und Kaffees, hübschen Heimaccessoires und hochwertigen Leckereien zu Hause gemächlich.

LA MARINA | Naturkosmetik, Feinkost & Geschenke
Friedrich-Ebert-Str. 90 | 34119 Kassel | 0561-70 55 97 74
www.lamarina-kassel.de | Online Shop: www.lamarina-shop.de

Piep-Show etwas anders...



Vogelhäuser vom Schreinermeister und lecker Vogelfutter gibt es bei Samen Rohde.

Eine große Auswahl an schicken Vogelhäusern finden Sie bei Samen Rohde am Königsplatz. Gefertigt werden die Häuser von einem Schreinermeister aus dem Sauerland. Verarbeitet wird ausgesuchtes Sauerländer-Holz. Die Häuser gibt es mit und ohne Ständer und in verschiedenen Größen, Ausführungen und Farben. Neben den klassischen Holzhäusern finden Sie auch für den designbewussten Vogel die „Piep-Shows“ von Radius Design. Probieren Sie auch das „Kasseler Schalenfrei“-Vogelfutter. Das Futter ist mit Insekten angereichert. Ein nahrhaftes Festmahl für jeden Vogel! Die Häuser gibt es ab 59 Euro.

Samen Rohde GmbH | Königsplatz 36 | 34117 Kassel
0561-141 22 | info@samen-rohde.de | www.samen-rohde.de



Aus der Region für die Region

Der Markthallen-Taler ist das ideale Geschenk für Genießerinnen und Genießer.

Wer noch nach einer passenden Geschenkidee zu Weihnachten sucht, dem sei ein Besuch in der Kasseler Markthalle ans Herz gelegt, denn die Markthallen-Taler sind genau das richtige Geschenk für alle, die die Lebensmittelproduktion in der Region unterstützen möchten. Die Taler lassen sich an jedem Stand in der Markthalle einlösen.

Erhältlich sind die Markthallen-Taler am Stand bei Mommy's Donuts im Erdgeschoss sowie im Büro der Kasseler Markthalle.

Kasseler Markthalle | Wildemannsgasse 1 | 34117 Kassel
www.kasseler-markthalle.de | Instagram: @kasseler-markthalle
Facebook: @KasselerMarkthalle

Passende Geschenke finden



Starke Marken und vieles mehr gibt es bei Eisenwaren Koch.

Mit vielerlei Geschenkideen, unserer gewohnt guten Beratung und dem bestmöglichen Hygienekonzept sind wir auch in der Weihnachtszeit, zum Jahreswechsel und darüber hinaus für Sie da. Wir freuen uns, wenn wir Sie auf der Suche nach einem Geschenk für Ihre Lieben in unserem Haus begrüßen dürfen.

Eisenwaren Koch – Seit 1902 – Ein Stück Kassel.

KOCH KG | Frankfurter Str. 57 | 34121 Kassel
0561-2 10 19 | www.eisenwaren-koch.de

Verschenken Sie E-Bike-Spass!



Ein Geschenkgutschein für Ausflüge mit komfortablen E-Bikes von Riese & Müller ist die perfekte Weihnachtsüberraschung.

Dolce vita in Nordhessen – Picknick und E-Bikes für zwei Personen: Komfortable E-Bikes und italienische Spezialitäten für einen schönen Tagesausflug zum Preis von 69 Euro.

Der Flex-Miet-Pass – sechs Tagesmieten zum Halb-Tages-Preis: Freie Wahl der Miettage und übertragbar auf Mitfahrer zum Preis von 108 Euro.

Gerne erstellen wir auch Ihren individuellen Geschenkgutschein, sprechen Sie uns an!

Heinrich Müller | Baumgartenstraße 8a | 34130 Kassel
Tel. 0151 18210826 | info@hm-ebike.de | www.hm-ebike.de



Immer die richtige Bohne!

... und das richtige Zubehör!

Bei der Seegert Kaffeerösterei finden Sie immer die richtige Bohne, die das Genießerherz höher schlagen lässt. Unser Sortiment von über 20 Kaffees bietet Spezialitäten aus biologischem Anbau, Direkthandel oder Kooperativen. All das sind prima Geschenkideen. Über diverse Kaffeespezialitäten hinaus finden Sie in der Kaffeerösterei eine Vielzahl an Zubehör wie Siebträgermaschinen, Filterkaffeemaschinen von Moccamaster, Mühlen, Kaffee-Vollautomaten und vieles mehr. Zum Kaffeegenuss gehören auch Gebäck oder leckere Schokoladen, die Sie bei uns finden. Sprechen Sie das Team der Seegert Kaffeerösterei an und genießen Sie die Welt des Kaffees.

Seegert Kaffeerösterei | Friedrich-Ebert-Str. 64 | 34119 Kassel
0561-95 28 12 68 | www.seegert-kaffee.de

Zum Wohlfühlen & Genießen



Leckereien und ausgewählte Produkte gibt es bei Sterna Butikken.

Genießen Sie Ihre Zeit mit herrlich schmeckenden Weinen aus dem einzigen Weinberg der Welt in freier Wildbahn. Die nie behandelten Rebstöcke sind seit sechzig Jahren frei von jeglichen chemischen Verfahren inmitten der chilenischen Flora gewachsen: zwischen Maitenes, Hagebutten, Culenes, Pinien und Brombeersträuchern. Bei uns finden Sie noch weitere Leckereien und ausgewählte Produkte zum Wohlfühlen. Honig, Öle, Pfeffer, Müsli, warme Kleidung aus Merinowolle und Seide, Schafswolle, handgefertigt, fair, bio. Kommen Sie vorbei und überzeugen Sie sich selber. Oder besuchen unseren Webshop. Wir freuen uns auf Sie!

Sterna Butikken UG | Wilhelmshöher Allee 282 | 34131 Kassel
0561-40066089 | info@sterna-butikken.de
www.sterna-butikken.de

Weihnachtszeit ist Spielezeit



Von knifflig bis lustig: Am Bebelplatz und am Campus finden Spiele-Freundinnen und Freunde tolle Geschenke.

In unseren Buchhandlungen am Bebelplatz und am Campus (Unibuch) haben wir eine große Auswahl an besonderen Spielen für Sie zusammengestellt.

Ob knifflige Knobelspiele, beliebte EXIT Games, lustige Familienspiele oder Puzzles – für jeden Geschmack ist etwas dabei. Wir freuen uns auf Ihren Besuch und beraten Sie gern!

- **Buchhandlung am Bebelplatz**
Friedrich-Ebert-Straße 130 | 34119 Kassel
0561-144 33
- **Buchhandlung am Campus**
Gottschalkstraße 8 | 34127 Kassel
0561-89 70 07

www.kassel-buch.de



Flotte Flitzer, leuchtende Sterne und mehr...



Das Samen Rohde-Team hat Super-Ideen für Weihnachten.

Wer schnelle Schlitten mag, wird die Stiga Snowracer lieben. Die schwedischen Schlitten haben einen stabilen Metallrahmen, Lenkrad und eine zuverlässige Bremse. Wer es lieber klassisch mag, findet bei Samen Rohde eine riesige Auswahl Holzschlitten in verschiedenen Längen.

Über 100 wunderschöne Leuchtsterne beleuchten den Laden am Königsplatz. Die handgearbeiteten Sterne sind in über 100 verschiedenen Modellen, Formen und Größen erhältlich. Alle Sterne sind 100% brandsicher und TÜV/GS geprüft. Liefer- und Versandservice: Heute bestellt, morgen geliefert! Nutzen Sie unseren Versandservice!

Samen Rohde GmbH | Königsplatz 36 | 34117 Kassel
0561-141 22 | info@samens-rohde.de | www.samens-rohde.de

Neuer Kalender mit kleinen Helden



... und skurrilen Erlebnissen von Alltagsgegenständen.

Im neuen Tischkalender „Dingens 2022“ von Andreas Zöls geht es um die skurrilen Erlebnisse kleiner Alltagsgegenstände. Unterschiedlichste Dinge treffen aufeinander und es kommt zu absurden und herrlich amüsanten Situationen. Auf der Suche nach einer etwas anderen Serie halfen dem Cartoonisten zwei zufällig auf dem Tisch liegende Wäscheklammern. Es schien, als unterhielten sie sich. So entstand die Idee, reale Gegenstände in seine Motive einzubauen. Erhältlich im ausgesuchten Buchhandel und per E-Mail-Bestellung für 9,80 Euro zzgl. Versandkosten. Bestellung über: thomas.radbruch@web.de

Mehr zu den Cartoons und anderes „kreatives Allerlei“ auf: [grafik.zoels@instagram](https://www.instagram.com/grafik.zoels)

Kleidsames, Kostbares und keine Krawatten



Dieses feinsinnige Motto von hab selig verspricht Außergewöhnliches.

Hier findest Du Dein zukünftiges Lieblingskleid, Schuhe, Taschen, Accessoires, originelle Geschenkideen und sehr besonderen Schmuck.

Die Schmuckstücke beispielsweise von SCHERNING werden in eigenen Werkstätten in Kopenhagen und Portugal von Hand gefertigt. Jedes Schmuckstück ist ein Unikat. Vom Guss über die Dekoration bis hin zum Brennen des Porzellans wird jeder Anhänger in sorgfältiger Handarbeit mit viel Liebe hergestellt.

hab selig | Friedrich-Ebert-Straße 90 | 34119 Kassel
0561-93 71 38 97 | info@habselig-kassel.de

Den Orten der Stadt lauschen



Mit ihren Liedern führt Veronika Blum ihre Zuhörer*innen zu Orten in Kassel.

Beginnend mit dem Trafohaus am Lutherplatz und endend mit einem Lied vom Sandershaus, hat sich Veronika Blum zu einer subjektiven musikalischen Reise durch ihre Stadt aufgemacht. In ihren Liedern setzt sie sich mit Orten auseinander wie beispielsweise den Wasserspeiern auf dem Königsplatz, aber auch mit Hoffnungsorten wie einer Stadtteilbücherei, die vor dem Aus bewahrt wurde. Oder auch Orte wie den Aschrottbrunnen, deren Wunde sie würdigt. Veronika Blums persönliche Sicht auf Kassel macht den Reiz und die Besonderheit dieser CD aus.

Hier gibt's die CD: **Bauer und Hieber (im Musikhaus Eichler), Scheibenbeisser, Suppenplantage, Partout Bio.**
Zu bestellen auch unter: veronika.cne@freenet.de

Aus Leidenschaft zum Käse



Köstlichkeiten von Annes Käse Theke & Petit Bistro.

Freunde der feinen Lebensart, die auf der Suche nach Geschmack und Charakter sind, werden bei Annes Käse Theke fündig. Etwa 200 internationale Käse-, viele Bio-Käse-Spezialitäten und eigene Frischkäsevariationen bieten eine Auswahl besonderer Güte. Exzellente Weine, feine Öle, süße und herzhaft Knabbereien verführen zum Probieren oder auch zum Verschenken – gerade jetzt in der Vorweihnachtszeit.

Annes Käsetheke | Wilhelmshöher Allee 289
34131 Kassel | 0561-400 71 88 | www.anneskaesetheke.de

Jeder Mensch kann es!

Tanzen bietet uns den Kontakt mit uns selbst, mit anderen und mit dem Leben. Im Hier und jetzt und ganz unmittelbar eröffnet es uns Räume, um uns auszudrücken und uns zu entfalten. Die StadtZeit-Reporterin hörte sich in der Tanzszene um.

Manchmal tanze ich lieber, als zu sprechen



Wenn ich tanze, bin ich sehr bei mir selbst. Ich merke immer wieder, dass Tanz meine bevorzugte Sprache ist. Tanzen, Bewegung und Körpersprache sind für mich die stärksten Ausdrucksweisen, die wir haben, auch wenn sie persönlichen Interpretationsraum lassen. Daher tanze ich auch manchmal lieber, als zu sprechen. Für mich ist Tanzen auch ein Rückzugsort, eine

Verankerung mit mir selbst. Aber vor allem ist Tanz für mich als Performance-Künstlerin mein bevorzugtes ästhetisches Ausdrucksmittel. Tanzen eröffnet einen weiten Interpretationsraum zwischen Performenden und Zuschauenden. Im Gegensatz zum Schauspiel, bei dem die Worte in ihrer Bedeutung gesetzt sind, kann ich mich Tanz mit meiner eigenen Assoziation und meinem eigenen Standpunkt nähern. Es gibt kein richtig oder falsch.

Und das ist das wunderbare am Tanzen für mich, es sagt mehr als Worte und ermöglicht eine ganz individuelle Betrachtungsweise. Tanz heißt jeden willkommen, unabhängig von Sprache und Erfahrungsschatz. Das möchte ich durch meine Arbeit auch an andere weitergeben.

Agnetha Jaunich: Tänzerin, Performerin, und Tanzpädagogin

Beim Tanzen mir selbst begegnen!

Ich tanze schon mein Leben lang und wusste früh, dass ich Tänzerin werden will. Da ich für eine Laufbahn im klassischen Ballett zu spät begonnen hatte, habe ich nach der Schule zunächst Psychologie studiert und eine Ausbildung im Bereich Tanztherapie begonnen. Während des Studiums habe ich bei einer Laien-Tanztheatergruppe teilgenommen und so den zeitgenössischen Tanz für mich entdeckt. Meiner Tanz-Leidenschaft bin ich dann weiter gefolgt und habe diesen Sommer meine Ausbildung zur zeitgenössischen Bühnentänzerin abgeschlossen. Beim Tanzen kann ich mir selbst begegnen und jede Rolle annehmen, egal ob sie spielerisch oder ernst ist. Im Tanz haben alle Gefühle Platz. Man ist mit Körper, Gefühlen und Geist involviert und zu hundert Prozent im Moment. Deswegen fühle ich mich sehr lebendig, wenn ich tanze. Ich würde mir wünschen, dass es mehr Räume gibt, in denen Menschen sich so erfahren können, wie es der Tanz ermöglicht. In meiner künstlerischen und pädagogischen Arbeit möchte ich einen offenen und wertfreien Raum für neue Erfahrungen bieten. Die Begegnung mit sich selbst und den anderen steht dabei für mich im Fokus. Tanzen ist dafür ein super Medium, weil es so unmittelbar physisch ist, Spaß macht und jeder Mensch schon mal irgendwie getanzt hat.

Deborah Manavi: Tänzerin, Choreografin und Leiterin für therapeutischen Tanz.

So viel mehr als Worte:
Tanzen

Schwanensee | Zwanenmeer | Tanzdoppelabend mit Uraufführungen von Roni Chadash (Israel) und United Cowboys (Niederlande), Ieva Navickaitė, Emily Paige Anderson in Reminiscence*Swanlake (United Cowboys)

Ritual, Brauch, darstellende Kunstgattung, Berufstätigkeit, Sportart, Therapieform, soziale Interaktion, Gefühlsausdruck:

Schon in der „Kinderzeit“ des menschlichen Lebens erfanden die Menschen einfache Rhythmen, zu denen sie stampften, sprangen, sich drehten – und entwickelten diese Fähigkeit, sich mit ihrem Körper auszudrücken, immer weiter. Zeit, sich dem Tanzen mit einem StadtZeit-Themenschwerpunkt zu widmen.



Sich mit der Lebensfreude verbinden

Als Jugendlicher habe ich Standardtanz getanzt und mir geschworen, dass ich nie mehr in meinem Leben tanzen werde. Nachdem ich Biodanza kennenlernte, habe ich wieder angefangen, mich sogar selbstständig gemacht und tanze heute mit Biodanza beruflich. Beim Tanzen fühle ich mich komplett frei: in der Bewegung, im Körper, in meinen Gedanken und vor allem emotional. Beim Tanzen fühle ich, was gerade in Bewegung kommt. Der große Vorteil beim Tanzen ist auch, dass ich sofort in der Gegenwart bin und gleichzeitig eine Verbindung zu meinen vergangenen und zukünftigen Wegen besteht. Tanzen bedeutet also, im Moment zu sein und sich mit der Lebensfreude zu verbinden. Darüber hinaus bietet Tanz den Kontakt zum Leben, zum eigenen Selbst und unseren Mitmenschen. Das ist ein ganz unmittelbarer Kontakt, der durch einen Blick, eine Bewegung oder ein An-die-Hand-Nehmen entstehen kann. So kann ich auch mit dem in Kontakt zu treten, was größer als wir Menschen selbst sind – unabhängig davon, was das für jeden und jede bedeuten mag.



Erhard Söhner: Biodanza-Anleiter und -Ausbilder

Tango entspricht meinem Lebensgefühl!

Ich habe als Kind Ballett getanzt und bin nach einer Tanzpause durch Schule und Berufung über einen Freund zum Tango gekommen. In Kassel haben wir 1989 unseren ersten Workshop angeboten und die Kasseler Tango-Szene gegründet. Seit dem tanze ich bis heute leidenschaftlich Tango. Die Tango-Musik ist für mich eine ganz wunderbare Mischung aus Rhythmus und Melancholie, die immer auch positiv und optimistisch ist. Das entspricht sehr meinem Lebensgefühl, sodass ich mich beim Tango sehr lebendig fühle. Viele Tango-Interessierte kennen Show-Tango, der aus akrobatischen Elementen mit viel gespreizten Beinen in der Luft besteht und sind davon abgeschreckt. Beim Tango Argentino bleiben die Füße aber auf dem Boden, da die Schritte auf der Grundbewegung des Gehens aufbauen. Jeder kann also Tango lernen. Durch den Tanz entstehen Kontakte und Begegnungen mit anderen Menschen. Der soziale Aspekt sorgt dafür, dass sich die Tanzenden auf die Tanzstunden freuen und gemeinsam Spaß haben. Gerade nach dem Lockdown haben wir hierzu tolle Rückmeldungen bekommen.



Susanne Helalat: Lehrerin für Tanztheater, Tanzimprovisation und Tango Argentino. Mit ihrem Mann Amir führt sie die gemeinsame Tango-Schule.

Jeder Mensch kann Tanzen!

Das Besondere am Tanzen ist, dass es uns in einen Raum entführt, der jenseits von Leistung liegt und gleichzeitig mit ganzkörperlicher Bewegung verbunden ist. Anders als beispielsweise beim Sport geht es nicht um das Erreichen eines Ziels im Außen, sondern um einen künstlerischen Ausdruck. Beim Tanzen ist mir immer sehr wichtig, dass ich mich in einem solchen wertfreien Raum befinde, in dem ich meinen inneren Bildern und meiner Fantasie nachgehen kann und in der Lage bin, meine Emotionen in Bewegung auszudrücken. Genau das ist auch das Wesenhafte der Tanztherapie: über die Sprache hinaus mit dem körperlichen Ausdruck zu arbeiten. Oft erleichtert die körperliche Sprache den Ausdruck von Dingen, die sprachlich eher schwerfallen. Zum Tanzen braucht man lediglich den Mut, es zu versuchen. In meiner Ausbildung habe ich gelernt, dass tanzen neben stehen, gehen, liegen und sitzen zu den fünf Würden des Menschen gehört. Daher kann jeder Mensch tanzen. Auch Menschen mit stark eingeschränkter Mobilität können mit und durch meine Arbeit die tolle Erfahrung des Tanzens machen.



Marianne Challier: Tanz- und Psychotherapeutin

Lächeln und gute Laune durch den Tanz

Tanzen hat natürlich den großen Vorteil, dass man sich bewegt. Bewegung ist grade bei Tätigkeiten, wo man viel sitzt, ein wichtiger Ausgleich. Tanzen ist für mich auch eine gute Möglichkeit, den ganzen Stress, Spannungen und Sorgen loszuwerden. Ich fühle mich beim Tanzen auch immer ein bisschen wie in einer anderen Welt. Bei Auftritten bekomme ich immer noch ein bisschen Lampenfieber, da ich aufgeregert bin. Das gehört auch dazu. Wenn ich meinen Kursteilnehmern das Tanzen beibringe, nehme ich daher nicht nur Takt- und Rhythmusgefühl und die einzelnen Tanzschritte ins Programm, sondern auch noch die dahinterliegende Leidenschaft. Wenn Leute bei mir Irish Dance oder K-Pop lernen wollen, kommen sie oft auch mit hohen Erwartungen, weil sie denken, dass das ganz einfach ist. Wichtig ist dann, dass man sich nicht davon abschrecken lässt, wenn es dann doch nicht so einfach ist. Tanzen braucht Zeit und regelmäßige Übung. Besonders wichtig ist aber eine Verbindung zwischen Körper, Seele und Musik. Dann ist egal, ob die Schritte perfekt sind. Wichtig ist nur, dass du mit einem Lächeln und guter Laune nach Hause gehst.



Alessandro Cristin: Tanzlehrer für Irish Dance und K-Pop

Den eigenen Körper erfahren und neugierig sein

Für mich ist das Tanzen meine künstlerische Ausdrucksweise und auch ein ganz existentieller Bestandteil meines Lebens. Tanzen ist die Sprache mit dem Körper und das Erleben des eigenen Körpers. In der Verbindung mit Musik kann man mit dem Tanzen auch erfahren, dass man lebendig ist. Und ich würde auch sagen, dass es Tanzen gab, bevor es die Sprache gab. Früher haben sich die Menschen mit ihrem Körper ausgedrückt. Der Tanz ist eine sehr ursprüngliche Ausdrucksform auch vielleicht die erste kreative und künstlerische Ausdrucksform des Menschen überhaupt. Noch bevor er angefangen hat zu malen. Heute ist Tanzen, sich bewegen und den Körper zu erfahren vielleicht wichtiger als jemals zuvor, damit man nicht nur sitzt und aufs Handy schaut. Wer gerne mit dem Tanzen anfangen will, findet hier in Kassel ein vielfältiges Angebot innerhalb und außerhalb von Tanzschulen. Wichtig ist es, keine Scheu zu haben, denn niemand erwartet, dass man direkt perfekt tanzen kann. Einfach neugierig sein und sich trauen, verschiedene Dinge auszuprobieren, denn Tanz ist nicht gleich Tanz.



Mirjam Henß: Tänzerin, Choreografin, Tanzvermittlerin

Alle Protokolle der O-Töne: Paula Behrendts



Schwanensee | Zwanenmeer | Tanzdoppelabend mit Uraufführungen von Roni Chadash (Israel) und United Cowboys (Niederlande), Anna Gorokhova, Sophie Borney, Vincenzo Minervini in Reminiscence*Swanlake (United Cowboys)

Tanz kann Grenzen überschreiten!

T.KS

Die Stadt zu einem Zentrum des Zeitgenössischen Tanzes zu machen ist das Ziel, das Thorsten Teubl mit seiner Company und der freien Szene erreichen will.

StadtZeit-Gespräch mit Thorsten Teubl, TANZ_KASSEL, Staatstheater Kassel

Herr Teubl, Ihr Herz schlägt für den Zeitgenössischen Tanz. Was kann – ja, was muss – Zeitgenössischer Tanz aus Ihrer Perspektive heute leisten?

Wie eine große Reise durch die Welt des Tanzes betrachte ich die aktuelle Spielzeit – eine Reise, auf der wir viele Menschen und vor allem auch die Menschen in Kassel mitnehmen möchten, den Tanz in seiner ganzen Vielfalt und Diversität zu erleben und letztendlich auch Sichtweisen auf Zeitgenössischen Tanz zu erlernen oder überhaupt zu ermöglichen.

In dieser Spielzeit beschäftigen wir uns mit Begriffen wie „Gender“, „Identität“, „Body Images“ sowie auch mit großen Klassikern, beispielsweise Schwanensee.

... ein Stück, das in den letzten Jahren in Verruf geraten ist.

Es gibt Studien an der Opéra National de Paris, die sagen, das Stück sei rassistisch und diskriminierend. Was es im Grunde auch tatsächlich ist, aber nur durch die Aufführungspraxis und seine Rezeption. Beispielsweise in den sogenannten „weißen Akten“ wurden People of Colour, also dun-

kelhäutige Tänzerinnen und Tänzer, gezwungen, sich weiß zu schminken, um eine Gleichheit, eine weiße Linie zu erreichen.

Eine permanente positive Grenzüberschreitung

Die Empfehlung aus Paris ist es, diese Stücke nicht mehr aufzuführen.

Das Gegenteil muss passieren: Man muss sie aufführen! Gleichzeitig muss man sie aber kommentieren und sie in das 21. Jahrhundert überführen. Genau das haben wir hier in Kassel mit der Eröffnungspremiere von Schwanensee auch getan.

Sie schöpfen auch mit einer solchen Aufführung die Möglichkeiten des Zeitgenössischen Tanzes aus?

Definitiv. Gerade, weil er im positiven Sinne eine permanente Grenzüberschreitung darstellt, ist Zeitgenössischer Tanz für mich so etwas Wunderbares.

Diese Mischung der unterschiedlichsten Kunstformen – Schauspiel, Tanz, und dort eben unterschiedliche Bewegungsformen, Musiktheater, Performance ...

... was alles sehr viele Anknüpfungspunkte für Zuschauerinnen und Zuschauer bietet?

Was auf der Bühne passiert, müssen Sie erst einmal nicht verstehen. Sie können es

assoziativ ganz frei auf sich wirken lassen.

Und dann?

Ich verspreche Ihnen: Was Sie sehen, das macht etwas mit Ihnen. Sie werden aus sich selbst heraus eine Antwort haben, was das ist. Und zwar aufgrund Ihres eigenen biografischen Archivs des Körpers. Tanz, vor allem Zeitgenössischer Tanz, kann Grenzen überschreiten – eine non-verbale Kraft. Mit dieser Form des Tanzes können wir sehr unterschiedliche Zielgruppen erreichen. Der Zeitgenössische Tanz war immer auch Impulsgeber, Ideengeber für alle anderen Kunstformen. All das, was sich im Schauspiel und der Oper irgendwann entwickelt hat, war zuerst im Zeitgenössischen Tanz vorhanden. Das ist etwas Wunderbares – eine große Kraft.

Ein internationales ‚Biotop‘ an Diversität

Mit welchem Ensemble bringt TANZ_KASSEL diese große Kraft auf die Bühne?

Wir haben ein deutlich internationales Ensemble, ein ‚Biotop‘ an Diversität. Tänzerinnen und Tänzer aus fünfzehn Nationen bilden unser festes Ensemble, und darüber hinaus haben wir hier in Kassel etwas sehr Besonderes: eine Art von „Education Company“, in der Studierende zu uns kommen, um hier zu lernen und TANZ_KASSEL zu unterstützen. Es macht unglaublich viel Freude, mit diesen Menschen zusammenzuarbeiten.

Haben Sie für sich ein Ziel vor Augen, wo Sie mit TANZ_KASSEL hinwollen?

Das Ziel ist, Kassel zu einem Zentrum des Zeitgenössischen Tanzes zu machen. Wir haben mit der Company ein wunderbares Team, das wir dafür brauchen, wir haben die Möglichkeiten, das gestalten zu können, wir haben ein spannendes Theater und Kassel ist ein unglaublicher Ort. Nicht nur für zeitgenössische Kunst, sondern auch ein wunderbarer Ort, um hier zu leben und zu gestalten. Zusammen mit Kassel, also auch mit der einzigartigen freien Tanzszenen, die für mich der Inbegriff von Diversität, Inklusion und Teilhabe ist und die ich sehr schätze, kann hier etwas Großes für den Zeitgenössischen Tanz entstehen.



Thorsten Teubl ist Tanzdirektor von TANZ_KASSEL, der neuen Zeitgenössischen Tanzcompany des Staatstheaters Kassel.

Die Lebensfreude im Fokus

Die Flotte Sohle 55plus bietet vielfältige Möglichkeiten für Junggebliebene und Alleintanzende.



Mark Twain sagte einmal: „Das Alter ist eine reine Willensfrage. Ist man willens, ist es keine Frage“. Raus aus den vier Wänden, rauf auf die Tanzfläche: Das tun in erster Linie tanzfreudige Frauen, die entweder keinen Tanzpartner haben oder deren Partner das Tanzbein nicht mehr schwingen wollen oder können. Bei der Flotten Sohle 55plus geht es auch ohne: die abwechslungsreichen Gruppen-, Kreis- oder Linientänze und die Musik sorgen für muntere und manchmal auch besinnliche Momente. Folkloretänze aus Griechenland, der Balkanregion, aus Israel oder Afrika sind Teil des Tanzpro-

gramms. „Einfache Walzerschritte im Dreivierteltakt, ein alter Schlager oder auch populäre Tanzchoreografien lösen jede Menge Spaß auf der Tanzfläche aus. Die Mischung macht's“ sagt Ralf Wenzel, Tanzleiter im Bundesverband Erlebnistanz und Trainer im Deutschen Tanzsportverband, der diese Tanzform in Kassel unterrichtet. Dass Bewegung und Tanz gesundheitsfördernd sind, hat sich herumgesprochen. Manchmal trauen sich die engagiertesten Tänzer und Tänzerinnen auch, vor Publikum aufzutreten. Für Ralf Wenzel und die Tänzer und Tänzerinnen sind das schöne und verbindende Momente.



Kontakt
Flotte Sohle 55plus
Ralf Wenzel
0561-10 41 51 (AB)
fs55plus@arcor.de

Die Vielfalt des Tanzgeschehens kennenlernen

Die Volkshochschule Region Kassel bietet Tanzkurse unterschiedlichster Ausrichtungen.



Getanzt wird auf der ganzen Welt. Und jede Kultur hat ihre eigenen Tänze und die dazu gehörige Geschichte.

Die vhs Region Kassel bietet unterhaltsame Einblicke in die Vielfalt des aktuellen Tanzgeschehens. Über traditionelle Tanzstile wie Folklore- und Kreis- oder klassischen Gesellschaftstänze reicht die Palette von Stepp-Tanz, Rock 'n' Roll, Tango-Argentino über Salsa, African Contemporary Dance, Boogie Woogie, Modern Dance, Dancehall Choreo und Health Ballet bis hin zu DanseVita®. Sogar Online-Tanzkurse bietet die vhs an.

Das umfangreiche Tanz-Programm der vhs, das mit dem Frühjahr-/Sommersemester ab dem 14.2.2022 viele weitere Bildungsangebote für Interessierte bereit hält, findet sich auf der Webseite.

Kontakt/Info
0561-10 03 16 81
www.vhs-region-kassel.de

Wir wünschen uns ein Tanzhaus!

Das Tanzwerk Kassel schafft Strukturen, vernetzt Tänzerinnen und Tänzer über die Generationen und macht Kassels diverse freieTanzszene sichtbar.



Generalprobe zum Stück „META“

StadtZeit-Gespräch mit Heike Wrede, Tanzwerk Kassel e.V.

Frau Wrede, Sie sind die Mitbegründerin von Tanzwerk Kassel e.V., einem Verein, der sich auf die Fahne geschrieben hat, dem zeitgenössischen Tanz in Kassel mehr Sichtbarkeit zu verschaffen. Was hat Sie motiviert, Mitbegründerin dieses Netzwerks zu werden?

Wir, die Gründungsmitglieder des Tanzwerks, arbeiten schon über 20 Jahre in unserer Stadt, wir haben ein Publikum etabliert, sind vielfach vernetzt und sind – das muss man so realistisch sehen – nicht mehr die Jüngsten. Wir haben uns zusammen die Frage gestellt, was passiert, wenn wir nicht mehr tätig sein werden und wie wir die Brücke zu einer jungen Generation von professionellen Tänzerinnen und Tänzern schlagen, damit die Kasseler Tanzszene weiter wachsen kann.

Als Außenstehender fragt man sich, wo hier die jungen Profis sein sollen?

Wir haben in Kassel, was tatsächlich vielen so nicht bekannt ist, mit SOZO visions in motion eine staatlich anerkannte Berufsfachschule für zeitgenössischen Tanz. Tanzinteressierte aus der ganzen Welt besuchen diese Ausbildungsstätte und absolvieren über drei

Jahre eine sehr fundierte Ausbildung. Fast alle wandern dann wieder ab, weil es hier nur sehr wenige Möglichkeiten gibt, professionell zu tanzen und sich beruflich zu etablieren. Wer bleibt, kommt gern zu uns in die freie Tanzszene. Genau das wollen wir fördern und Strukturen schaffen, die für junge Nachwuchstänzerinnen und -tänzer attraktiv sind.

Ein Pool von professionell Tanzenden

Was braucht es, um diese Strukturen anzulegen?

Mit dem Tanzwerk haben wir, bei aller Unterschiedlichkeit in der Ausrichtung der Akteurinnen, die meist als One-Woman-Unternehmen agieren, eine Institution geschaffen, die die Interessen der freien Szene bündelt und die mittlerweile auch bei der Stadt Kassel und darüber hinaus wahrgenommen wird. Mit einer solchen Institution haben wir auch die Möglichkeit bekommen, öffentliche Fördermittel zu beantragen, die es uns ermöglichen, feste Strukturen aufzubauen und diese zu verstetigen.

Mit welchem Erfolg?

Seit Gründung des Tanzwerks hat sich die Mitgliedschaft mehr als verdoppelt und

wir haben im Tanzwerk einen Pool von Tänzerinnen und Tänzern, auf die wir untereinander für unsere Produktionen zurückgreifen können. Wir müssen also nicht mehr zwingend mit Leuten von außerhalb arbeiten, und gerade mit den frisch ausgebildeten jungen Tänzerinnen und Tänzern zusammen zu arbeiten, ist eine große Bereicherung.

Ein lebendiger Teil der Kulturszene sein

Liegt es im Wesentlichen an der wirtschaftlichen Unterstützung, die ein Vorankommen ermöglicht?

Die meisten von uns arbeiten in finanziell völlig ungesicherten Verhältnissen und hangeln sich von Projekt zu Projekt. Gerade für die freie Tanzszene war und ist die Pandemie ein riesige Katastrophe. Von daher sind die öffentlichen Förderungen, die wir beantragen konnten, natürlich eine große und willkommene Unterstützung. Ebenso wichtig ist natürlich die Vernetzung untereinander, die es bereits zuvor gab und die zur Gründung des Tanzwerks führte. Sich in dieser Form zusammenschließen, betrachte ich als eine herausragende Leistung. Unsere Idee ist es, dass viele Menschen zusammen etwas schaffen, was eine oder einer allein nicht schaffen kann.

Blicken wir zusammen in die Zukunft: Was möchten Sie zusammen mit anderen noch schaffen?

Kassel hat keine freie Bühne, die den Bedürfnissen des Tanzes entspricht. Das war schon immer so und wir mussten und müssen für unser Training Räume in Tanzschulen, im Dock 4 oder bei SOZO visions anmieten. Wir haben also ein großes Raumproblem, vor allem mit der Bühne. Die Halle des Dock 4 ist die einzig geeignete Bühne. Diese fällt alle fünf Jahre zur documenta weg, womit es in diesem Jahr dann überhaupt keine Bühne für uns gibt.

Wir wünschen uns ein Tanzhaus für Kassel und Region, in dem wir trainieren, proben und inszenieren können, wo wir Gastspiele realisieren und wo wir mit einer gesicherten Perspektive ein lebendiger Teil der Kulturszene und ein Ort der Begegnung sind.



Heike Wrede ist Vorstand von tanz*werk kassel, dem Netzwerk der freien Zeitgenössischen Kasseler Tanzszene.

Die freie Tanzszene fördern!

Unter dem Stichwort „Institutionen stärken“ führt die Kulturkonzeption Kassel 2030 explizit auch die freie Tanzszene auf. Das Kulturamt unterstützt dieses Anliegen in vielfältiger Weise.



Mit dem tanz*werk kassel, dem KasselerTanzFestival für junges Publikum und SOZO – visions in motions, einer staatlich anerkannten Berufsfachschule für Bühnentanz, verfügt die Fuldstadt über herausragende Akteurinnen und Akteure der freien Tanzszene. Alle drei Projekte würdigte die Stadt Kassel bereits mit ihrem Kulturförderpreis und über die ideelle Unterstützung hinaus beraten und unterstützen die Mitarbeitenden des Kulturamtes die freie Tanzszene, die sich in den letzten fünf Jahren stetig entwickelt, vergrößert, professionalisiert und vernetzt hat.

Die finanziellen Zuwendungen des Kulturamtes für Produktionsförderung im Bereich „Tanz“ haben sich in den letzten fünf Jahren erhöht, ebenso hat sich die Anzahl der Anträge, der Antragstellenden und die damit verbundenen Beratungsleistungen, beispielsweise auch bei der Erstellung von Förderanträgen auf Landes- und Bundesebene, deutlich vermehrt.

Als Kooperationspartner sowie Produktions- und Aufführungsort

der freien Tanzszene in Kassel hat sich das städtische Kulturhaus Dock 4 weiter etabliert.

Tanzproduktionen und Beratung

Das in Hessen einmalige Tanzfestival für junges Publikum, kurz auch Kindertanzfestival, startete 2010 und fand in diesem Jahr in seiner siebten Auflage statt. Seine Initiatorinnen, die Tänzerinnen von henß & kaiser / tanzen schräg, konnten für die Realisierung auf regelmäßige Förderungen und Beratungen durch das Kulturamt zurückgreifen. SOZO – visions in motions förderte das Kulturamt kontinuierlich bei Tanzproduktionen und es entwickelte sich darüber hinaus eine enge Zusammenarbeit bei der Beratung von Absolventinnen und Absolventen der staatlich anerkannten Berufsfachschule für Bühnentanz zu den Themen „Kulturförderung“ und „Selbstständigkeit“.

Professionalisierung der Arbeit

Das tanz*werk kassel, mittlerweile ein eingetragener Verein, konnte sich über regelmäßige Förderungen von Einzelproduktionen von tanz*werk-Mitgliedern freuen und das Kulturamt realisierte auch Zuschüsse zum vom tanz*werk veröffentlichten Tanzkalender. Bei der Erstellung von Förderanträgen auf Landes- und Bundesebene stand das Kulturamt dem tanz*werk ebenfalls zur Seite.

Mit seiner Bewerbung im Förderprogramm „TANZPAKT Stadt-Land-Bund“ für den Zeitraum von 2022 bis 2024 war das tanz*werk Kassel erfolgreich. Die städtischen Komplementärmittel in Höhe von 30.000 Euro pro Jahr sind nun durch die erfolgte Förderzusage mit Landes- und Bundesförderung für diesen ergänzt und gesichert worden – ein wichtiger Schritt für die weitere Professionalisierung der freien Kasseler Tanzszene.

Den Tanz leben!

Zum Spaß gelegentlich, intensiver oder professionell tanzen: Pamela Hering bietet mit ihrer Tanzwerkstatt Kassel ein vielseitiges Spektrum.

Ballett, Jazz, Contemporary sowie Steptanz für alle Altersgruppen und Levels bietet Kassels Schule für künstlerischen Tanz. Das Team von acht Lehrer*innen steht für zeitgemäßen, gesunden, kreativen Tanzunterricht und einen herzlichen und achtsamen Umgang miteinander. Regelmäßige Workshops für Hobbytänzer*innen, Fortbildungen in Tanzpädagogik sowie die Ausbildung in Tanzpädagogik hat die Tanzwerkstatt Kassel darüber hinaus im Programm. Die erfolgreiche Teilnahme an einer Ausschreibung des Dachverbands Tanz ermöglichte es kürzlich, eine Jugend-Tanzkompanie zu gründen und so das Spektrum nochmals zu erweitern.

Kontakt: Tanzwerkstatt Kassel | Inh. Pamela Hering
Ob. Königsstr. 37A | 34117 Kassel
0561-73 99 377 | dance@tanzwerkstatt-kassel.de
www.tanzwerkstatt-kassel.de



Kindern eine Bühne bieten



Sebastian Kröhenbühl

Szene aus dem Stück »Spring doch« von den Kumpanen aus der Schweiz

„Mit Hand und Fuß der Nase nach“- Deutschlands ältestes Tanzfestival, speziell für ein junges Publikum, bietet bunte Geschichten, die mit dem Körper erfahrbar sind.

18 Jahre ist es her, da entwickelten Mirjam Henß und Birgit Kaiser von der Tanzkompanie „Henß & Kaiser tanzen schräg“ ihr erstes Stück, explizit für Kinder. Damit waren sie Vorreiterinnen im gesamten deutschsprachigen Raum. „Wir haben bemerkt, dass die Kinder, die in unserem Publikum saßen, eine große Freude am Tanz hatten und fragten uns, warum Tanzproduktionen eigentlich immer nur für Erwachsene sind – das wollten wir ändern und so entstand unser erstes Kinderstück“, erklärt Mirjam Henß. Über die Jahre entstand eine bunte Sammlung von Werken internationaler Tanzschaffender, die in Kassel für Kinder und Jugendliche aufgetreten sind. „Kinder sind ein ehrliches Publikum. Sie lassen sich mitreißen, wenn es ihnen gefällt und wenn es ihnen nicht gefällt – dann äußern sie das deutlich“, sagt Mirjam Henß.

Wie Kinder: stetig gewachsen

Die Resonanzen, welche die beiden Initiatorinnen bekamen, waren außerordentlich. Jahr um Jahr wuchs ihre Reichweite. Zeitgleich begannen erste weitere Entwicklungen in Richtung Kindertanztheater in

Deutschland und in den europäischen Nachbarländern. Zunehmend entwickeln Choreografinnen und Choreografen Tanz für ein junges Publikum und erachten dies als eine erstrebenswerte Sache. „Vor zwölf Jah-



D. Blattmann

Szene aus dem Stück »Rock wie Hose« von Hennermanns Horde aus Frankfurt

ren war das noch ganz anders. Im deutschsprachigen Raum gab es kaum jemanden außer uns. Es war sehr schwierig, überhaupt ein Gastspiel für das Festival zu finden. Mittlerweile findet man in vielen Theatern Tanzstücke für ein junges Publikum. Das zeigt uns, dass wir da auf einem richtigen Weg sind“, meint Mirjam Henß.

Über die Stücke vieler häufig noch junger, unbekannter Ensembles hinaus, denen das Festival die Möglichkeit bietet, Aufmerksamkeit zu erfahren, gibt es jedes Mal auch Workshops für Kinder und Jugendliche, um eigene Tanzerfahrungen zu machen: „Tanzen ist immer ein guter Ausgleich für alles! Ob nun für Erwachsene, die einen stressigen Arbeitstag haben, oder für Kinder. Unserer Meinung nach müsste Tanz sowieso ein Schulfach sein. Es fördert wie alle musischen Fächer eine Vernetzung im Gehirn aber vor allem das Ausdrücken mit dem Körper. Etwas, das den Kindern heutzutage vielleicht mehr fehlt als noch vor zehn, zwanzig Jahren. Die Welt ist bereits vor Corona digitaler geworden.“

Ein Tanzstück ist ohne Worte verständlich

Ab 2022 soll das Festival jährlich stattfinden. Damit kommen Mirjam Henß und Birgit Kaiser dem Wunsch ihres Publikums entgegen. Über die Jahre haben sie viele Kinder auf ihrem Weg zum Tanz begleitet: „Es gibt junge Erwachsene, die als Neunjährige erstmals bei einem Tanzprojekt teilgenommen haben und uns auch heute noch immer begleiten. Uns liegt die Förderung des Nachwuchses hier vor Ort sehr am Herzen. Deswegen freuen wir uns, wenn wir schulischen und außerschulischen Tanzprojekten die Bühne bereiten können, genauso wie auch den Absolventinnen und Absolventen der Kasseler Berufstanzschule“, erklärt Mirjam Henß. Dabei schafft Tanz etwas, das dem klassischen Sprechtheater nicht gelingen mag: Generationen zu verbinden. Es gibt keine Sprachbarrieren und die Stücke funktionieren über eine größere Altersspanne. Gleichzeitig ist es auch etwas für Kinder, denen bisher deutsche Sprachkenntnisse fehlen. „Ein Tanzstück ist ohne Worte verständlich. Ich denke, dass Kinder für Tanz Experten sind, weil sie einen ganz unmittelbaren Zugang haben zu Tanz, Musik und Bewegung.“

Text: Johanna Groß

BIODANZA – das Leben tanzen



Fotos: Biodanza mitte

Vitalität

Der Saal füllt sich, die Erwartung wird genährt aus Neugier, Vorfreude, Lust auf Erleben. Augen überall, Gesichter mit Beinen dran, die tanzen wollen.“ So beschreibt Angelika das erste Mal, als sie zu Biodanza kam. Biodanza – der Tanz des Lebens – bedeutet, voller Freude, Lebendigkeit und Kraft Kontakt zu sich selbst und dem inneren Kern aufzunehmen, auch zu den sensiblen und zarten Seiten, die im Alltag oft so wenig Raum haben. Zu Musik aus aller Welt kommt der Körper in Bewegung, die Seele erfreut sich, Verbundenheit wird erfahrbar und die Türen zum reinen Leben öffnen sich. Es entsteht ein Raum der Wertschätzung und des Angenommenseins.



Begegnungen

„Eine wunderschöne Oase im Alltag“, sagt Christine und Georg ergänzt: „Biodanza ist ein kreativer Baustein meiner Lebensgestaltung.“

Sich mit der Kraft und dem Glück verbinden

Biodanza, von dem Psychologen und Künstler Rolando Toro in 1960er-Jahren in Chile begründet, ist ein ganzheitliches System der Integration und Entwicklung menschlicher Potentiale.

Das Leben eines jeden Menschen ist geprägt von Liebe, Zuneigung und Unterstützung; ebenso auch von Ablehnung, Angst und Verlusten. Tief in uns Menschen brennt jedoch unbeirrbar die Sehnsucht und das Wissen über die Möglichkeit, sich mit der Kraft und dem Glück zu verbinden, auch in schwierigen Lebenssituationen – immer wieder neu die Möglichkeit wahrzunehmen, das Leben intensiv zu spüren und zu genießen. Biodanza arbeitet mit diesem Wissen. Es ist eine Einladung zum Erleben unserer ureigenen Vitalität, Kreativität, Lebensfreude und Sinnlichkeit – zum Erleben unseres Lebens-tanzes.

Biodanza Mitte bietet eine Vielzahl von Veranstaltungen, von wöchentlichen Tanzgruppen am Abend über Tages- und Wochenendworkshops, Tanz-Urlaube sowie vertiefenden Ausbildungen.

Komm und tanz' mit uns!
Wir freuen uns auf Dich!
Barbara Schlender & Erhard Söhner

Die nächsten Termine:

Ab dem 1.2.2022
Wöchentliche Gruppe, dienstags in Kassel

So., 13.2.2022
„Circle of Life“ Tagesworkshop Teil 1 von 3 in Kassel

13.-18.3.2022
„Biodanza & Natur“, Tanz-Retreat, Kloster Benediktushof bei Würzburg

1.-6.5.2022
„Biodanza & Frühling“, Tanz-Urlaub im Ammergau

13.-15.5.2022
Frauenjahresgruppe am Edersee

16.-19.6.2022
6. Biodanza-Sommerscamp an den Helfensteinen

Weitere Termine und Infos:
www.biodanza-mitte.de



Lebensfreude

Advertorial

Tanztherapie, Selbsterfahrung und neue Perspektiven



Szene aus einer tanztherapeutischen Gruppe.

Tanz eröffnet einen Raum, sich der eigenen Leichtigkeit und Lebendigkeit bewusst zu werden und zum Ausdruck zu bringen, was sich mit Worten nicht sagen lässt. Die Perspektive verändert sich und ermöglicht einen anderen Blick auf das Leben, mit neuen überraschenden und kreativen Antworten. Mit meiner langjährigen Erfahrung als Körper-Tanz- und Psychotherapeutin begleite und unterstütze ich Sie auf diesem Weg. Jeder Mensch kann tanzen, es sind keinerlei Voraussetzungen nötig.

- Einzeltherapie,
- fortlaufende Gruppen,
- Tagesveranstaltungen und Seminare

Kontakt:
 Marianne Challier | Schulstr.7 | 34292 Ahnatal
 05609-80 38 40 | Marianne.Challier@t-online.de
 www.therapie-und-tanz.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

Advertorial



TANZ*WERKE 2021- short piece edition: Liberation of female anger von Agnetha Jaunich, mit Hannah Breuker, Velia Malika Hahnemann, Paula Moré.

Zeitgenössischen Tanz sichtbar machen!

Seit 2010 besteht das tanz*werk kassel und bereichert das kulturelle Leben.

Das tanz*werk kassel ist ein seit 2010 bestehender Zusammenschluss professionell arbeitender Tänzer*innen, Choreograf*innen und Produzent*innen der freien Kasseler Tanzszene. Die Mitglieder haben sich zum Ziel gesetzt, den Zeitgenössischen Tanz in Kassel als eigenständige und für die Kultur einer Stadt relevanten Kunstform zu stärken und sichtbarer zu machen. 2015 würdigte die Stadt Kassel das tanz*werk mit ihrem Kulturförderpreis. Über Aufführungen und Performances hinaus, die Einblick in die Vielfalt des Zeitgenössischen Tanzes in Kassel geben, bieten die tanz*werk-Mitglieder auch ein offenes Tanztraining für alle Interessierten an.

tanz*werk kassel Info: www.tanzwerk-kassel.de

Unterstützt durch DIEHL+RITTER/TANZPAKT RECONNECT, gefördert von der Beauftragten der Bundesregierung für Kultur und Medien im Rahmen der Initiative NEUSTART KULTUR. Hilfsprogramm Tanz

Fotografie in Westdeutschland

Seit Beginn seiner Sammlungstätigkeit Ende der 1980er-Jahre gelang es Michael Schupmann, Fotografien vieler wichtiger deutscher Autorenfotografeninnen und -fotografen zusammenzutragen.



Jaschi Klein, Don't Move, 1987, © Jaschi Klein

Etwa 700 Schwarz-Weiß-Fotografien hat der Mediziner Michael Schupmann zu einer exquisiten Sammlung zusammengetragen: angefangen bei den Mitgliedern der Gruppe „fotoform“, die nach dem Zweiten Weltkrieg durch ungewohnte Sichtweisen und Dunkelkammerexperimente auf sich aufmerksam machten, über die Reportagefotografie einer Barbara Klemm oder eines Will McBride bis hin zu den Ar-

beiten des Digitalpioniers Andreas Müller-Pohle. Die Sicht des Sammlers als Amateur-Fotograf und Fotografie-Liebhaber seit der Tübinger Studienzeit in den 1970er Jahren war und blieb eine persönlich geprägte. Dies zeigt sich auch daran, dass er zu fast allen Fotografen seiner Sammlung den persönlichen Kontakt suchte; ihn interessierten immer auch die Geschichten hinter den Bildern.

Fokussiert auf analoge Schwarz-Weiß-Fotografie

So ist es Michael Schupmann gelungen, seit Beginn seiner Sammlungstätigkeit Ende der 1980er Jahre Fotografien vieler wichtiger deutscher Autorenfotografeninnen und -fotografen und aller nennenswerter künstlerischer Strömungen in Westdeutschland nach 1945 (und im Wesentlichen bis 2000) zusammenzutragen: „subjektive“, inszenierte und konkrete Fotografie, Arbeiten des Visualismus der 70er und 80er Jahre, Konzeptfotografie sowie berührende Reportagefotografien und

nüchterne Dokumentaraufnahmen, ebenso wie bedeutende Werke der Mode- und Sachfotografie sind vertreten. Dabei beruht die konzentrierte Kraft der Sammlung Schupmann auch auf der Tatsache, dass sie sich auf analoge Schwarz-Weiß-Fotografie fokussiert. Mit einer Auswahl von rund 200 faszinierenden Einzelbildern erlaubt die Ausstellung einen Streifzug durch die Geschichte der Schwarz-Weiß-Fotografie in Westdeutschland nach dem Zweiten Weltkrieg. Bei aller Verschiedenheit haben die Aufnahmen eines gemeinsam: ihre hohe künstlerische Qualität; gerade dadurch öffnen sie einen neuen Blick auf die Welt voll überraschender Perspektiven und tiefer Einblicke.



Verena von Gagern, Barbara, 1979, © Verena von Gagern

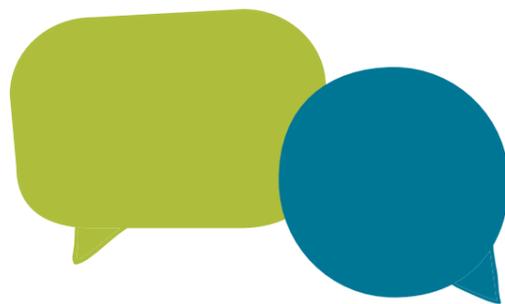
Schupmann Collection Fotografie in Westdeutschland

noch bis 19. Dezember 2021
 Ausstellungen im Schloss
 Museum Bad Arolsen und Museumsverein
 Mittwoch bis Samstag 14.30 bis 17 Uhr,
 Sonntag 11 bis 17 Uhr.
 Information 05691 / 625734



F. C. Gundlach, In Black and White, 1957 © Stiftung F. C. Gundlach, Hamburg

DEBATTE



Brauchen wir noch eine Statue in Kassel?

Besuch der alten Dame

Die künstlerische Würdigung Lebender wie auch Verstorbener ist ein heikles Unterfangen. Nicht nur, dass der Ruhm der zu Ruhmenden oftmals flüchtig ist, flüchtig ist auch die Form, in der die Rühmung vorstättengeht: Bleibenden Ruhm durch eine zeitabhängige Gestaltung fassen zu wollen, ist zum Scheitern verurteilt. Besonders prekär aber, wenn eine Formensprache angewandt wird, die bereits im Moment ihrer Anwendung aus der Zeit gefallen ist. Dies zu bestätigen, bleibt nun auch einer Frau nicht erspart, die zu den bedeutendsten gerechnet wird, die Kassel hervorgebracht hat. Der Juristin und Politikerin Elisabeth Selbert, untrennbar verbunden mit der Formel „Männer und Frauen sind gleichberechtigt“, die sie ins Grundgesetz eingeschrieben hat, wurde zu ihrem 125. Geburtstag ein lebensgroßer Auftritt am Scheidemannplatz gegönnt.

Bekanntlich setzt im öffentlichen Raum der Stadt Kassel die documenta die Maßstäbe für die künstlerische Möblierung. Diese Messlatte liegt hoch, und es versteht sich, dass es nicht immer möglich ist, sie zu erreichen. Doch die Luft nach unten wird selten so genutzt wie im Fall jener Statue, mit der sich der Anspruch verknüpft, Elisabeth Selbert nicht nur darzustellen, sondern in ihrer Leistung nachhaltig zu würdigen. Nach den zahlreichen Ehrungen, die der Kasseler Ehrenbürgerin überregional in jeglichem Format – von der Briefmarke bis zum Straßennamen – bereits zuteil wurden, hat ein bronzenes Standbild gerade noch gefehlt. Oder auch nicht! Denn mit seinen detaillierten Ausformulierungen von Aktenmappe, Frisur, Kostüm, Schleife und Mimik – teils der fotografischen Vorlage abgelascht, teils zur Karikatur verzogen – fällt der Prototyp eines naturalistischen Realismus hinter alles zurück, was die Plastik der Gegenwart zu leisten in der Lage ist. Das zeitgebundene Outfit bleibt stumm gegenüber der überzeitlichen Bedeutung der Person. Nichts verweist auf Allgemeines, alles bleibt in den Erscheinungsformen des Individuellen stecken. Dabei liegt doch die Besonderheit der zu würdigenden Frau gerade nicht in deren äußerer Erscheinung, sondern in der gesellschaftspolitischen Funktion, die sie vertreten hat. Wenn es heute als politisch unkorrekt gilt, einen Menschen auf seine Äußerlichkeiten zu reduzieren und nach dem Kleidungsverhalten zu beurteilen, so gilt dies auch für ein Bildwerk, bei dem keine andere Ambition spürbar wird als die, eine historische Person anhand ihrer äußerlichen Merkmale herbeizusimulieren. Mit kalkuliert eingesetzten Bewegungseffekten, die ein Leben und eine Dynamik vortäuschen wollen, die es nicht besitzt, zeugt das Werk von einer Kunstauffassung, die nichts mit dem zu tun hat, was Kunst im Stadtraum heute ausmachen könnte und stattdessen ins denkmal-selige 19. Jahrhundert verweist.

In einem Moment der Unaufmerksamkeit muss den zuständigen Gremien entgangen sein, dass hier ein Kunstwerk vorliegt, das weder der zu rühmenden Persönlichkeit noch deren Lebenswerk gerecht zu werden vermag. Denn dass seit der 2. Hälfte des 20. Jahr-

hunderts figürliche Personaldenkmäler ausgedient haben, sollte sich gerade in der documenta-Stadt herumgesprochen haben. So wird das Denkmal zum Mahnmal dafür, dass nicht jedes noch so gut gemeinte Kunstgeschenk angenommen werden muss.

Bundespräsidentliche Weihen ändern nichts daran, dass diese abgestandene Form statischer Erinnerungskultur geradezu als ein Anschlag auf den öffentlichen Raum zu sehen ist. Im ästhetischen Dunstkreis des „Vertikalen Erdkilometers“ von Walter De Maria, der Stadtverwaltung durch Joseph Beuys oder des vielsagend zergliederten Granitblocks Ulrich Rückriems – der immerhin 1981 als Heinrich-Heine-Denkmal für Hamburg konzipiert war – wäre ein wenn schon nicht zukunftsweisendes, so doch wenigstens gegenwartskompatibles Konzept nicht zu viel verlangt. Solche Vorbilder vor Augen, schrumpft die neue Kunstbeifügung zu einem Stück belangloser Stadtmöblierung, das die Chance verpasst, jenseits biederer Schleifchen- und Frisuren-Ikonographie eine allgemeingültige Form zu finden, die das Potenzial besitzt, ästhetische Geschmackswandlungen zu überdauern.

An die „Mutter des Grundgesetzes“ wird in Deutschland bereits auf vielfältige Weise erinnert, selbstverständlich und nicht zuletzt auch in Kassel – wenngleich dort nicht immer glücklich. So verendet die „Elisabeth-Selbert-Promenade“ auf halbem Weg im Zickzack-Kurs des Grundstückszuschnitts in der Unterneustadt, ohne recht zum Promenieren Anlass geboten zu haben; und über die Ausführung des „11 Frauen – 11 Jahrhunderte“-Monuments am „Motzberg“, in das sie als eine der elf Prominenten integriert ist, motzten selbst die Initiatorinnen. Und nun noch dies: eine skulpturale Wirklichkeitsauffassung, die für die Marktplätze der Umgebung ausreichen mag, die innerstädtische Aufgabe aber verfehlt.

Zum schwachen Trost ist allerdings absehbar, dass auch diesen unzeitgemäßen Platzschmuck das Schicksal aller Denkmäler ereilen wird: eingereicht zu werden in jene Übersehenswürdigkeiten, die unbemerkt aus der öffentlichen Wahrnehmung ausgeblendet sind. Elisabeth Selbert hätte in ihrer Geburts- und Wirkungsstadt für ihre Lebensleistung Besseres verdient, als in Metall erstarrt sich wie eine Schachfigur in der Karree-Struktur des Platzes den gleichgültigen Blicken flüchtiger Passanten aussetzen zu müssen. Die beste Würdigung bestünde darin, die von ihr vertretenen Maximen ernst zu nehmen und in tägliche Tat zu verwandeln.

Dr. Harald Kimpel studierte Kunstpädagogik und Kunstgeschichte in Kassel und Marburg. Er ist tätig als Kunstwissenschaftler, Kurator und Autor.



Haben wir nicht schon genug? Entspricht es noch unserer Zeit Denkmäler oder Statuen zu errichten?

Die Liste der öffentlichen Kunstwerke und Denkmäler in Kassel ist lang und eindrucksvoll. Landgraf Karl auf dem Karlsplatz, Friedrich II auf dem Friedrichsplatz, Louis Spohr, Denis Pepin oder der gigantische Herkules, der alle überragt. Wirkungsvoll, Ehrfurcht gebietend stehen sie auf einem Sockel. Wir schauen auf zu ihnen, ihnen ins Gesicht blicken können wir nicht, zu hoch stehen sie über uns. Würde Geschichte, Wissenschaft, Kunst nur von Männern bestimmt und gestaltet? Haben Frauen nichts bewegt, nichts geleistet? Es gibt sie zwar, die Statuen von Frauen, nicht für ihre Leistungen wurden sie geschaffen, sondern als Symbolträgerinnen für Tugend, Schönheit, Liebe. Wir treffen sie als Heilige in Kirchenräumen, als Nymphen und Göttinnen in Parks und Alleen, jenseits der Geschichte schweben sie in einer ewigen Gegenwart. Warum nicht auch den Leistungen von Frauen einen Platz im öffentlichen Raum schaffen, ihre Verdienste sichtbar machen? Für uns Frauen als Identifikationsfiguren.

Die Heimkehr Elisabeth Selberts als Frau aus Bronze

Unser Club heißt SI-Club Kassel-Elisabeth Selbert, weil sie uns ein Vorbild ist, und wir sie und ihre Leistungen zurückholen möchten ins öffentliche Gedächtnis, aus dem sie weitgehend verschwunden war. Wir sind stolz auf ihr Vermächtnis, wollen es ehren und mit möglichst vielen Bürgerinnen und Bürgern teilen. Gibt es hierfür einen besseren Weg, als Elisabeth Selbert heimzuholen in ihre Stadt und so größere Aufmerksamkeit auf ihr Wirken zu lenken als eine bürgerliche Statue auf einem belebten Platz der Innenstadt?

So wurde die Idee einer Bronze-Statue geboren, der Auftrag an Karin Bormann, eine Künstlerin der Region, vergeben, Geld gesammelt, Anträge gestellt, ein Fest geplant. Es gab eine breite Unterstützung für diese Idee, bei den städtischen Behörden, bei den Bürgerinnen und Bürgern aller Parteien, finanzielle Unterstützung kam aus der ganzen Bundesrepublik. Und dann war sie fertig. Pünktlich zum 125. Geburtstag von Elisabeth Selbert schenkte der Club die Bronze Statue der Stadt Kassel. Enthüllt wurde sie gleich zwei Mal, morgens vor dem Renthof durch den Bundespräsidenten Frank-Walter Steinmeier, und nachmittags auf dem Scheidemannplatz von drei Frauen: der Kulturdezernentin Dr. Susanne Völker, der Bürgermeisterin, Ilona Friedrichs und der SI-Deutschland-Präsidentin Dr. Renate Tewaag. Viele waren gekommen, Frauen und Männer, junge und alte, die Sonne schien und es herrschte eine ausgelassene Volksfeststimmung auf dem Scheidemannplatz, als Elisabeth Selbert, beklatscht und bejubelt, buchstäblich herabschwebte aus dem blauen herbstlichen Himmel auf die Schachbrettmuster-Platten



des Scheidemannplatzes. Und als sie endlich stand, gab es Sekt, zum 125. Geburtstag einer besonderen Bürgerin unserer Stadt.

Sie steht nicht auf einem Sockel, nein sie steht nicht, sie geht, der linke Fuß setzt an für den nächsten Schritt. Sie ist in Bewegung, geht einen Schritt nach vorn, strahlt in der Bewegung Ruhe und Gelassenheit aus. Erhobenen Kopfes, den Blick nach vorn gerichtet, eine Aktenmappe in der linken Hand scheint sie direkt aus ihrer Kanzlei zu kommen, die im zweiten Stock der heutigen Handwerkskammer lag. So begegnen wir ihr, eine Frau wie du und ich; wir können ihr ins Gesicht blicken, mit ihr reden.

Jetzt, einige Wochen später, habe ich mich auf die Einfassung der Rasenfläche gesetzt und beobachtet, wie interaktiv eine Statue sein kann. Eine Frau, legt den Arm um die Statue, lächelt und macht ein Selfie; zwei junge Frauen bücken sich, lesen die kurze Erläuterung auf der Bronzeplatte und gehen diskutierend weiter; ein älterer Herr in Windjacke und tippt mit dem Finger an seine Baseballkappe, nickt ihr zu und schmunzelt.

Dialog mit einer Statue

Und ich frage mich, was die Statue ihnen wohl bedeutet, reden sie mit ihr, was mag sie ihnen sagen? Und so sitze ich und fange selbst ein Gespräch mit ihr an. Du Elisabeth hast jahrelang und gegen viele Widerstände gekämpft, Netzwerke geknüpft, bevor der einfache wirkungsmächtige Satz „Männer und Frauen sind gleichberechtigt“ endlich doch ins Grundgesetz geschrieben wurde. Es lohnt sich also, für meine Visionen zu kämpfen, du bist ein Beispiel dafür. Dein Leben war nicht leicht, zwei Kinder, beim Telegrafenamts hast Du gearbeitet, warst oft die Einzige, die das Geld für die Familie verdiente, aber du wolltest mehr, hast das Abitur im Selbststudium nachgeholt, studiert, promoviert, welche Energie du hattest, immer das Ziel vor Augen. Spät, aber dennoch, wurdest du 1984 zur Ehrenbürgerin der Stadt Kassel ernannt. Ermunterst du Mädchen, und Jungen, Frauen und Männer, sich einzumischen, sich politisch zu engagieren, für eine gerechtere Gesellschaft zu kämpfen? Mich inspirierst du auf jeden Fall.

Ein Denkmal entspricht unserer Zeit, wenn:

- es von einer breiten Mehrheit gewollt und unterstützt wird
- an Leistungen erinnert, die uns heute noch betreffen
- uns noch etwas zu sagen hat, uns anspornt
- sich Aktivitäten rundherum entwickeln können.

Treffen wir uns doch auf dem Scheidemannplatz zu einem Kaffee und einem Gespräch mit Elisabeth Selbert.



Dr. Eva Schulz-Jander, Ehrenbürgerin der Stadt Kassel und Mitglied im Soroptimist Club Kassel-Elisabeth Selbert

KUNSTRAUM BURG HERSTELLE

Wo sich einst die Gebrüder Grimm und Annette von Droste-Hülshoff zu literarischen Zirkeln trafen...



... bieten wir heute praxisnahe Kunst-Workshops mit bundesweit, teilweise auch international bekannten Dozenten*innen an. Es gibt Angebote für Einsteiger und Fortgeschrittene in den Bereichen Malerei (z.B. Portrait, Akt und Pleinair, Drink & Draw Dance),

Zeichnen/Sketchen, (Hyper-) Realistisches Zeichnen, Aquarell, Mixed-Media, Buchbinden, Handlettering, Fotografie u.v.m. Die landschaftsprägende Burganlage, Burg Herstelle, liegt hoch über der Weser im Ortsteil Herstelle auf historischem Boden

im Dreiländereck Nordrhein-Westfalen, Niedersachsen und Hessen.

Aktiv Kunst leben in historischen Gemäuern im jungen Gewand des Burgateliers und Kursgemeinschaft pflegen beim gemeinsamen Mittagessen im Wintergarten der Burg oder im Burgpark mit Blick auf die Weser.

Termine, Infos, Anmeldung unter:
Akademie Burg Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 10
37688 Beverungen-Herstelle
www.burgherstelle.de
sekretariat@burgherstelle.de
05273-36 77 68-0 oder 0170 1497461



GRIMM | | | | |
WELT | | | | | | | | | | |
KASSEL | | | | |

Necla Rüzgar

My Name Was
Written On
Every Page

04|11|2021-24|04|2022



Mit freundlicher Unterstützung von

hessische
kultur
stiftung

www.grimmwelt.de

Kassel documenta Stadt

Advertorial

StadtZeit Kassel Nr. 107

Advertorial

BUCHTIPP

Sibylle Walz

ZENTGRAFEN-BUCHHANDLUNG

K I R C H D I T M O L D



Jörg Römer, Christoph Seidler (Hg.): Von Oben. Die schönsten Geschichten, die Satellitenbilder über die Erde und uns Menschen erzählen
DVA, 24 €
empfohlen von Sibylle Walz

Vielleicht würde es das Verhalten auf der Erde nachhaltig beeinflussen – jeden Morgen ein Satellitenbild anzusehen und eine Geschichte dazu zu lesen. „Von Oben zu betrachten“ erzeugt Nachdenken – Staunen, Respekt, Achtung vor unserem einzigartigen Planeten Erde! Verschenken!



Daniela Schreiter: Schattenspringer – Wie es ist anders zu sein
Panini Comics, 19.99€
empfohlen von Dennis Gröschke

D. S. erzählt in dieser Graphic Novel, wie sie die Welt erlebt, klärt dabei über das autistische Spektrum auf und räumt Vorurteile aus dem Weg. Sie nimmt die Leser*innen an die Hand und zeigt ihre Sichtweise auf die Welt mit Ehrlichkeit und einer großen Portion Humor.



Hazel Brugger, Thomas Spitzer, Jannes Weber: Deutschland Was Geht. Das Wimmelbuch
Diogenes Verlag, 14.-€
empfohlen von Sibylle Walz

Der Knaller unter den Wimmelbüchern. Kennt ihr Hazel Brugger? Möglicherweise aus der Heute Show? Soooo witzig! Es spielt sich alles in der Erfahrungswelt (nicht nur) von Kindern ab, ist dabei unglaublich witzig und schräg – Spaß beim Anschauen garantiert. Freut euch drauf mit euren Kindern ab 2 Jahren.



Irvin und Marilyn Yalom: Unzertrennlich – Über den Tod und das Leben
btb Verlag, 22.-€
empfohlen vom Bücherhamster

Die Geschichte einer großen Liebe und Unfassbarkeit der Abschieds: obwohl (oder gerade weil) Liebesgeschichte, liest dieses Buch sich nicht als Romanze, sondern als Zeugnis zweier innig verbundener Leben auf der Grundlage von Wertschätzung und Zuneigung.

Zentgrafens Buchhandlung | Inh. Sibylle Walz
Zentgrafensstraße 134 | 34130 Kassel
0561-73 96 03 50 | info@zentgrafens-buchhandlung.de
www.zentgrafens-buchhandlung.de

Liefer-
service

StadtZeit Kassel Nr. 107



BEGEGNUNGEN

Ich arbeite in einem Supermarkt. Ich fahre mit dem Fahrrad eine gute halbe Stunde durch die Stadt, um zu dem einzigen Supermarkt zu gelangen, der mich als Hilfskraft annahm. Es hat seine Vorteile, so weit fahren zu müssen. Um fünf Uhr morgens ist kaum jemand auf den Straßen und ich singe dann, bis ich Angst bekomme, dass ich die eine oder andere Person um ihren Schlaf bringe.

Wir sind meist zu zweit im Laden und ordnen die Lieferungen. Wenn die Filiale öffnet, sitzt eine Person hinter der Kasse, während die andere die Magazine und Zeitschriften sortiert. Ich bemühe mich darum, freundlich zu sein und meine Unsicherheiten mit den Kassensystemen nicht zu zeigen. Innerhalb weniger Tage kenne ich um die fünfzehn verschiedene Zigarettenarten und kann den Unterschied zwischen den Bananensorten erkennen, wenn das Etikett fehlt. Wenn ich es nicht weiß, berechne ich die günstige Variante. Ich zähle im Kopf, sortiere, beobachte und meine Gedanken rauschen so an mir vorbei, als würden sie ohne mich existieren und ich mich langsam auflösen.

Besonders sind die Abendschichten. Auch wenn die Tageszeiten in den Innenräumen des Geschäfts keine Rolle spielen und die Neonröhrenbeleuchtung ohne Unterlass jede Ecke der Regalreihen ausleuchtet, bringen die Menschen den Abend und die Nacht mit herein. Die Ware ist für diesen Tag schon ausgepackt und es gibt keine Zigarettenvorräte, mit denen man die Spender befüllen könnte. Es wird kurzzeitig sogar leise um mich herum. Dann setze ich mich hin und warte, wobei ich mich schnell wieder aufraffe, und durch den Laden gehe, weil es sich merkwürdig anfühlt, wenn ich die andere Person im Laden arbeiten höre und es selbst für einen kurzen Moment nicht tue. Also stehe ich auch dieses Mal auf von dem Drehstuhl hinter der Kasse und laufe auf die Bananenauslage zu. Ich schaue nach rechts, dort ist der Behälter mit chirurgischen Masken umgekippt. Ich schaue nach links, zucke zusammen, wende mich ab und schaue dann noch einmal etwas länger in die Glasscheibenfront des Geschäfts. Da stehe ich. Habe ich mich gerade vor mir selbst erschreckt? Sah ich mich von außen?

Text: Nuria Rojas Castañeda

Von Spezialbeton und Netflix-Würmern

Das Stadtmuseum präsentiert die Sonderausstellung „Wunderkammer modern – 50 Jahre Universität Kassel“, die die Ausstrahlung der Uni unter die Lupe nimmt.

noch bis zum 9. Januar 2022

Anhand von 50 Objekten aus 50 Jahren Hochschulgeschichte, die die innovative und ästhetische Dimension wissenschaftlicher Prozesse und ihre Wirkung auf Umwelt, Gesellschaft, Kulturleben und Wirtschaft verdeutlichen, zeigt die Ausstellung die Ausstrahlung der Uni in Stadt, Region und weit darüber hinaus. Im Vordergrund standen bei der Auswahl der Objekte einzelner Forschungsprojekte ihre Originalität, Anschaulichkeit und Bedeutung für Stadt und Region, nicht primär die wissenschaftliche Exzellenz. „Es geht nicht um eine wissenschaftliche Leistungsschau“, betont Kuratorin Martina Sitt. „Wichtiger ist, dass die Gäste aus einer Art Vogelperspektive etwas über die Arbeit an einer Hochschule erfahren und diese in der Stadt Kassel mit neuen Augen sehen. Es geht um die Visualisierung spannender Projekte, um die Frage, welches Wissen auf welche Art und Weise verbreitet wird.“ Die Positionen reichen von einem Wurm, der für Netflix eine Rolle spielt, über patentierte Erfindungen, die in der Region und deutsch-



Kuratorin Prof. Dr. Martina Sitt vor einem Ausstellungsstück. Es visualisiert Doktorarbeiten der vergangenen Jahrzehnte.

landweit Erfolg haben, bis zu Impulsen, die die Universität in die Schulen der Region gibt. Vorträge und ein Mitmach-Angebot für Kinder ergänzen die Ausstellung „Wunderkammer modern“. Sie ist Teil des Jubiläumsprogramms, mit dem die nordhessische Hochschule ihren Geburtstag feiert: 1971 nahm sie als Gesamthochschule ihren Betrieb auf und wurde 2003 Universität.

Info: www.50jahre-unikassel.de/ausstellung-stadtmuseum

Harry Soremski

Adrenalin und Artistik!

Das 12. Festival der Artisten gastiert auf den Friedrichsplatz.

21. Dezember 2021 bis 9. Januar 2022



Daniel Golla Showflieger Flic Flac

Eine tolle und aufregende Festivalzeit erleben

In 14 einmaligen Acts – ausgezeichnet mit Preisen und Trophäen vieler Circusevents weltweit – werden die Teilnehmer zum 12. Festival in Kassel wie immer um die Gunst der Besucher-Jury werben. Jede und jeder von ihnen tritt an, um einen der drei hochdotierten Preise zu gewinnen. Gesponsert werden diese zu jedem Festival der Artisten von den Flic Flac-Partnern, Reservix, Glinicke und der HNA. „Freuen Sie sich mit uns auf eine tolle und aufregende Festivalzeit in Kassel auf dem Friedrichsplatz – und dies erstmalig im großen Rundbogenmastenzelt ohne störende Stichtbehinderungen durch innenstehende Masten“, lädt Festival-Chef Martin Krockauer Kassel und Region in das neue gelb-schwarze Flic Flac-Zelt ein.



Fabrizio Rosselli



Tyron Laner

Textwerkstatt Pressemeldung

am 29.1.2022

öffentlichkeitswirksam
kommunizieren
SEMINARE WORKSHOPS TRAININGS
klausschaake.de

30.10.2021 – 30.01.2022

TREFFPUNKT
ROM

1810

DIE GESCHICHTE
EINES KÜNSTLERSTAMMBUCHS

www.museum-kassel.de

schloss
wilhelmshöhe
mhk•

Langsam neigt sich dieses Jahr dem Ende zu. Das Schöne daran: Es nähert sich Weihnachten und auch dem mittlerweile 12. Festival der Artisten an. Intensiv und mit großem Elan laufen die Planungen und Vorbereitungen, um eins der kulturellen

Jahres-Highlights in und um Kassel herum zu realisieren. Flic Flac hat sich große Ziele gesetzt, um das Festival der Artisten erfolgreich fortzuführen und das Publikum zum Jahreswechsel 2021/22 wieder so richtig begeistern und mitreißen zu können.

Tickets gibt es online, telefonisch oder vor Ort ab dem 20.12.2021 an der Flic Flac-Kasse.

Kontakt/Info:
0800 060606 11 (kostenfrei)
www.flicflac.de/kassel

Logisch ... Zeitschriften clever mieten - statt kaufen!

- bequem
- preiswert
- zuverlässig

0561/820 868-0

HETTLING'S LeseZirkel
www.lesezirkel.com

ACHTSAM aus der Grübelschleife – vertrauensvoll hinein in Ihre lebendige Gegenwart an guten wie an schlechten Tagen!!

Sie können selbst etwas tun, um Ihre Lebendigkeit wieder mehr zu spüren und Stabilität und Vertrauen zu finden:

In der Achtsamkeitstherapie MBCT, der Rückfallprophylaxe bei Depression, Ängsten und negativen Selbstgesprächen (Mindfulness Based Cognitive Therapy) entwickeln Sie Schritt für Schritt Ihre Fähigkeiten zum weisen Umgang mit sich selbst – über 8 Wochen, in einer kleinen Gruppe oder einzeln. Dabei begleite ich Sie gerne!

24.01 -14.03.2022
8 x Mo: 18.30 - 21.00 Uhr
Vorgespräche ab sofort.

Kontakt: Beate Eickmeyer
HP, HP Psychotherapie
Körperpsychotherapeutin
Senior Teacher MBCT/ MBSR
Motzstr. 4 | 34117 Kassel
0561 - 8166592
bethherapie@web.de
www.mbsr-eickmeyer.de



My Name Was Written On Every Page

Die GRIMMWELT Kassel zeigt in ihrer aktuellen Sonderausstellung über hundert Zeichnungen und Aquarelle der türkischen Künstlerin Necla Rüzgar.

noch bis 24. April 2022

Viele Werke stammen aus dem Zyklus „My Name Was Written On Every Page“, den die Künstlerin während des ersten Lock-downs der Pandemie im Frühjahr 2020 – als Reaktion auf die Ereignisse – begonnen hat.

Oft bewegt Necla Rüzgar in ihren Arbeiten gesellschaftskritische Themen, welche die „Problemzonen“ des Frauseins, aber auch die des Menschseins thematisieren und kulturübergreifend beleuchten. Häufig verwendet sie in ihren Arbeiten ihr eigenes Portrait als eine Art Alter Ego für das Weibliche. Genau wie die Rehe, Hirsche, Vögel und anderen Tiere in den Bildern, wird das Weibliche so zur potentiellen Beute. Die Faszination für die Diskrepanz von Schönheit und Gewalt, die nur vordergründig weit auseinander liegen, spiegelt sich in vielen Arbeiten wider. „Die Geschöpfe, die als Beute ausgewählt werden, werden im Allgemeinen als heilig betrachtet und um ihre Schönheit beneidet. Seltsamerweise evozieren Schönheit und Fruchtbarkeit das Heilige, das wiederum zu Gewalt und Tragödie führt“, sagt Rüzgar.

Reelles und Fantastisches verschmilzt

Gleichzeitig erzählen Rüzgars Bilder Geschichten, tiefgründig und auf archaischen Erzählstoffen basierend. Inspiration hierfür ist ein innerer Bilderkanon, den die Künstlerin seit ihrer frühesten Kindheit durch die Erzählungen ihres Großvaters erworben hat. Zentrales Motiv im visuellen Werk Rüzgars ist die symbolische Verwandlung oder Verschmelzung eines Menschen in ein Tier oder Mischwesen. So verschmilzt Reelles und Fantastisches und bietet den Betrachtenden die Möglichkeit, sich in der eigenen Traumwelt zu verlieren. Das Neuland Magazin beschreibt Rüzgars Schaffen so: „Ihre künstlerische Arbeit basiert auf fein gemalten Aquarellen, und seit kurzem macht sie auch Skulpturen. Die Szenarien stellen recht kaltblütig die sozialen und politischen Bedrängnisse des alltäglichen Lebens vor, konfrontieren sie aber mit einer anderen, zarten und magischen Realität.“ Diese Ambivalenz von Schönheit und Gefahr macht die Werke der türkischen Künstlerin so vielschichtig.

Info: www.grimmwelt.de



Blick in die Ausstellung.

Treffpunkt Rom 1810

Die Geschichte eines Künstlerstammbuchs zeigt die Museumslandschaft Hessen Kassel in Schloss Wilhelmshöhe.

noch bis 30. Januar 2022



Ausstellungsansicht (Pultvitrine mit Schriftzug)

Der livländische Adlige Wilhelm von Blanckenhagen steht im Fokus der Ausstellung. Im Frühjahr 1810 konnte die Museumslandschaft Hessen Kassel für ihre Graphische Sammlung mit Unterstützung der Kulturstiftung der Länder, der Hessischen Kulturstiftung und des Museumsvereins Kassel e.V. eine spektakuläre Neuerwerbung tätigen: ein Künstlerstammbuch, das Wilhelm von Blanckenhagen (Riga 1761 – Allasch 1840) 1810 in Rom zusammentrug. Die meisten Künstler, darunter Gottlieb Schick oder Christian Daniel Rauch, die Blanckenhagen um einen Beitrag für sein Stammbuch bat, stammen aus dem unmittelbaren Umfeld Caroline von Humboldts. Briefe, Tagebuchaufzeichnungen und Zeitungsberichte veranschaulichen beispielhaft das Beziehungsgeflecht der Künstler des Humboldt-Kreises.

Wilhelm von Blanckenhagens Album erweitert das zeichnerische Oeuvre sowie die Biographie bedeutender deutscher und russischer Künstler des 19. Jahrhunderts in Italien.

Es erbrachte darüber hinaus neue Erkenntnisse zur bislang kaum erforschten Sammeltätigkeit der Deutsch-Balten und zur Gattung des Künstlerstammbuchs im frühen 19. Jahrhundert.

Weitere Informationen unter: www.museum-kassel.de

HOW TO BE YOUR OWN (CHRISTMAS-) PRESENT...

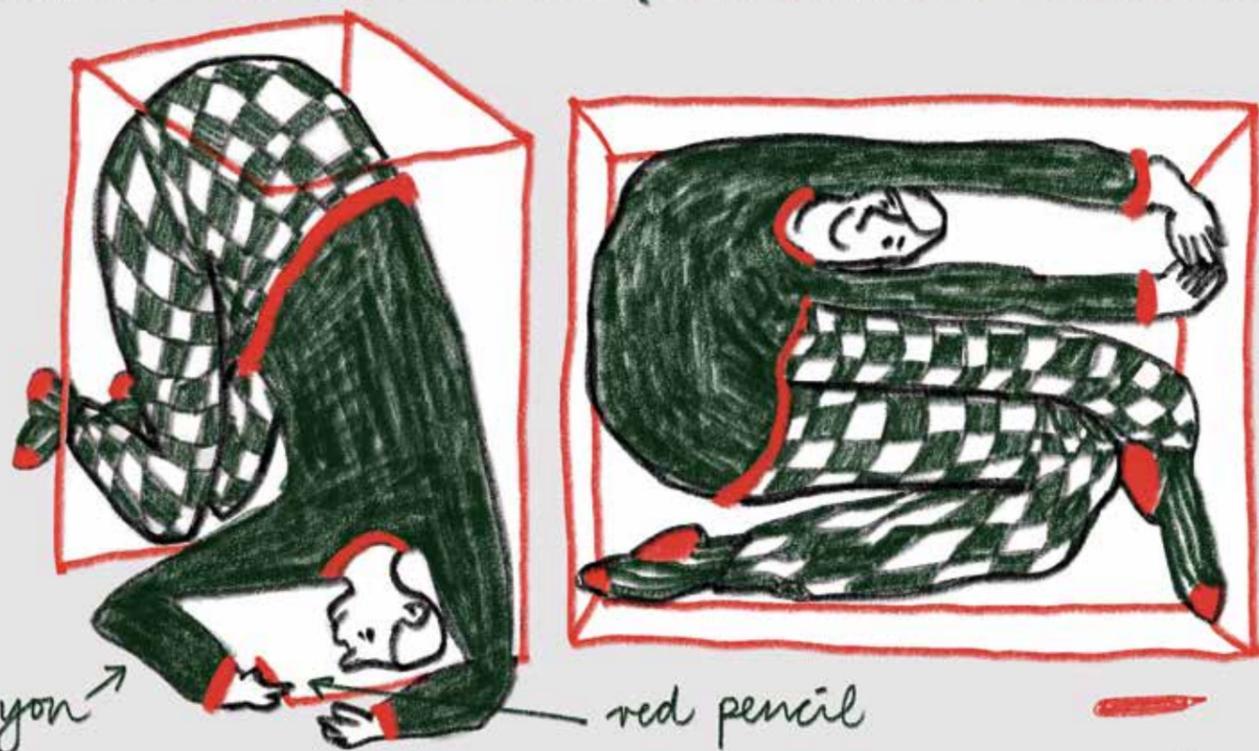


Illustration: Amelie Stute

CINEPLEX
Digital | BARRACUDA

Magische Weihnachten

Schenke eine schöne Zeit mit Kinogutscheinen von Cineplex

Erhältlich an der Kinokasse oder online unter cineplex.de/shop

Cineplex Capitol Kassel • Cineplex Baunatal • www.kino-nordhessen.de
Wilhelmstraße 2A • 34117 Kassel / Friedrich-Ebert-Straße 8 • 34225 Baunatal

Positive Lösungen finden!

Digitale Kompetenzen für den Beruf vermittelte eine erfolgreiche Teilzeitweiterbildung der Frauencomputerschule und stärkte damit das Fachkräftepotenzial für die Region.

Was ist eigentlich Digitalisierung?“, fragt Fatima zu Beginn der Weiterbildung DigiKom. Diese Digitalisierung durchdringt mittlerweile alle Bereiche unseres Lebens. Für die meisten ist sie nicht mehr aus dem privaten Miteinander wegzudenken und schon lange hat sie Einzug in unseren Arbeits- und Büroalltag gehalten. Dies gilt branchen- und berufsübergreifend. Umso wichtiger ist es deshalb, dass möglichst alle über die aktuellen digitalen Entwicklungen informiert sind und auch mit diesen umgehen können. Genau das war das Ziel der über einjährigen Weiterbildung „DigiKOM – Digitale Kompetenzen für den Beruf“. Fünfzehn Frauen hatten sich im November 2020 beworben, um in der Frauencomputerschule Kassel an diesem geförderten Qualifizierungsprojekt des Hessisches Ministeriums für Soziales und Integration und der Stadt Kassel teilzunehmen. „Wir haben die Weiterbildung speziell auf die Bedürfnisse von alleinerziehenden Frauen ausgerichtet. Aus diesem Grund fand diese zweimal pro Woche vormittags statt. Weitere Lernphasen haben unsere Teilnehmerinnen orts- und vor al-

lem zeitunabhängig absolviert“, berichtet Vera Lieder vom Team der Frauencomputerschule. Die Teilnehmerinnen hatten dabei auch die Möglichkeit, Unterstützung bei der Kinderbetreuung wahrzunehmen.

Ein Beitrag zur Green Economy

Ein Großteil der Weiterbildung veranstaltete die Frauencomputerschule digital. Dazu bekamen die Teilnehmerinnen Laptops und wurden in den Schulungsräumen vorab in die Technik der virtuellen Lernwelten eingewiesen. Und dann ging's direkt mit dem Online-Live-Training los. Mehrere Trainer*innen unterrichteten die Teilnehmerinnen per Videokonferenzsystem und waren entsprechend live jederzeit ansprechbar und sichtbar. „Für ‚unsere‘ Frauen war es wichtig, dass wir als Trainerinnen – zwar online – aber live immer ansprechbar waren, da oftmals auch individuelle Dinge zu besprechen waren“, berichtet Heidrun Lötzer, IT-Trainerin der Frauencomputerschule.

Per Videoschaltung konnten sich natürlich auch die Teilnehmerinnen untereinander austauschen, was die Gruppenzugehörigkeit und den Teamgeist sehr förderte. Die örtliche Unabhängigkeit von einem konkreten Lernort war für die Frauen eine große Erleichterung hinsichtlich der corona-bedingt gestiegenen zeitlichen Anforderungen bei Kinderbetreuung und Familienmanagement. „Lange Fahrten zum Lernort konnten wir so vermeiden – somit lieferte das Projekt auch einen Beitrag zur Green Economy“, sagt Heidrun Lötzer.

Virtuelle Kommunikation effektiv gestalten

Diese mobilen Lern- und Arbeitsformen, welche die Teilnehmerinnen während ihrer Fortbildung



praktizierten, werden zukünftig bei der Wahl des Arbeitsplatzes eine zunehmende Bedeutung einnehmen, denn von unterwegs oder zu Hause aus Zugriff auf die Arbeitsanwendungen und Informationen zu haben und zusätzlich noch zeitlich flexibel zu arbeiten, ist gerade für Alleinerziehende ein großer Vorteil. Durch die Pandemie verstärkt, bieten inzwischen viele nordhessische Betriebe solche Arbeitsformen an. „Entsprechend dieser zunehmenden betrieblichen Anforderungen haben wir die Lerninhalte der Weiterbildung konzipiert. Unsere Teilnehmerinnen lernten, virtuelle Kommunikation effektiv zu gestalten, Informationen gezielt zu recherchieren, aufzubereiten und sicherer weiterzugeben“, so Heidrun Lötzer. Digitale Dokumente per Mail zu versenden oder in eine Cloud zu laden, um gemeinsam daran weiterzuarbeiten und dabei gleichzeitig wichtige Aspekte des Datenschutzes zu beachten, erprobten die Teilnehmerinnen ganz praxisnah.

Darüber hinaus haben die Teilnehmerinnen jede Woche intensiv die Möglichkeit eines individuellen Einzelcoachings genutzt. Dabei erarbeiten sie persönlich mit „ihrer“ Coachin, wie beispielsweise der zukünftige Berufswunsch aussieht und sich realisieren lässt, welche Möglichkeiten der Kinderbetreuung sich während einer Berufstätigkeit in Anspruch nehmen lassen und wie die zukünftige Organisation des Familienmanagements mit einer Berufstätigkeit gut zu kombinieren ist.

Weg zur erfolgreichen Berufstätigkeit geebnet

„Ich habe viele wichtige Gespräche mit den Teilnehmerinnen geführt, denn gerade durch die Pandemie war die häusliche Situation



für einige Frauen angespannt. Durch das Coaching konnten wir meist positive Lösungen finden“, berichtet Silvia Fröhlich, Coachin der Frauencomputerschule. Das Schöne: Bereits nach kurzer Zeit haben drei Teilnehmerinnen eine Berufstätigkeit aufgenommen und eine Teilnehmerin begann ihre Ausbildung. Im November absolvierten die verbliebenen Teilnehmerinnen ein vierwöchiges Praktikum, damit sie unter realitätsnahen Bedingungen prüfen können, ob noch weitere Gesichtspunkte für die zukünftige Berufstätigkeit zu regeln, zu organisieren oder zu lernen sind, die dann gemeinsam im letzten Monat der Weiterbildung angestoßen bzw. umgesetzt werden. „So ist der Weg zur zukünftigen erfolgreichen Berufstätigkeit der Teilnehmerinnen geebnet“, ist Silvia Fröhlich überzeugt, „und zur Verminderung des nordhessischen Fachkräftemangels stehen gut ausgebildete Fachkräfte bereit.“



Die Frauencomputerschule

Mädchen und Frauen im Alter von sieben bis 99 Jahren lernen seit 1991 in Gruppen- oder individuellen Einzelschulungen den professionellen Umgang mit dem Computer und der sich immer weiter digitalisierenden Welt. Die Lernangebote richten sich an alle Frauen und Mädchen, die sich unter professioneller Leitung für ihr schulisches, berufliches oder privates Fortkommen weiterbilden wollen.

Von der Anfängerin bis zur fortgeschrittenen Computerbenutzerin können Lernwillige vormittags, nachmittags, abends oder auch am Wochenende in der Frauencomputerschule lernen. Damit im Büro oder auch im Home Office am PC alles rund läuft und auch die Büroorganisation einwandfrei und effizient funktioniert, bietet die etablierte Fortbildungseinrichtung zudem Kurse bzw. Module in den Bereichen Buchführung, Personalmanagement, Qualitätsmanagement und Qualifizierungen für (zukünftige) Führungskräfte an. Nach erfolgreichem Kursabschluss erworbene Zertifikate belegen die neu erworbenen Qualifikationen, international anerkannte Abschlüsse dokumentieren den Erfolg der sich fortbildenden Frauen.

Kontakt: Frauencomputerschule

Wilhelmshöher Allee 164 | 34119 Kassel
0561-351 61
info@frauencomputerschule-kassel.de
www.frauencomputerschule-kassel.de





Grundrissanalyse nach Feng Shui.

Die Harmonie wiederfinden

Von der Herausforderung, alte Weisheiten für den notwendigen Wandel in der heutigen Zeit zu nutzen.

In den achtziger Jahren konnten die Menschen mit der chinesischen Harmonielehre rund ums Wohnen und Arbeiten, dem Feng Shui, nur wenig anfangen. Dies hat sich in den vergangenen Jahren stark verändert. Wir leben in einer Zeit, in der viele erkannt haben, dass grundlegende Werte, wie die Nähe zur Natur und Mutter Erde, die Achtsamkeit für die Dinge um uns herum, die Stille und die Verbindung mindestens einen genauso großen Stellenwert haben wie Profit und weltliches Streben, so wie es die alten Weisheitslehren übermitteln. Nach Jahren des rasanten technischen Fortschritts und der verwirrenden Vielfalt an Informationen schauen nicht wenige nun zurück und sehen, was wir verloren haben: den unmittelbaren Bezug zur Natur, obwohl wir offensichtlich ein Bestandteil dieser sind.

Feng Shui kann uns helfen, unsere Sehnsucht nach Harmonie und die Nähe zu unserer Umgebung, wiederzufinden und somit die entstandene Lücke zwischen Innen und Außen zu schließen.

Einfacher gesagt als getan

Mit dem Boom, der Anfang der 1990er-Jahre mit Feng Shui einherging, Räume in Lebensräume zu verwandeln, gab es bei uns, anders z.B. als in England, wo das Interesse an Feng Shui kontinuierlich gewachsen ist, von einem Tag auf den anderen nicht nur zahlreiche Bücher und Zeitschriften zu dem Thema, sondern auch immer häufiger Berater, die ihr Wissen aus Volkshochschule oder in einem Wo-

chenendkurs erlernt haben. Eine alte Faustregel besagt, es brauche 30 Jahre, um ein echter Feng Shui-Meister zu werden und das Lernen höre ein Leben lang nicht auf.

Es gibt unterschiedliche Schulen des Feng Shui, wie die „hsing shih“-Schule oder auch Formenschule genannt, die als das intuitive Feng shui gilt, eher dem Westen Chinas zugeschrieben wird, und sich mit den Formen und ihrer Wirkung auf die Umgebung befasst. Die Kompassschule oder auch Fang Wei-Lehre hingegen verfolgt eher einen analytischen Ansatz und beschäftigt sich mit den günstigen (Himmels-) Richtungen. Sie wird der kargen Landschaft des Nordens und Osten Chinas zugeordnet. Beide haben sich erst Ende des 19. Jahrhunderts vereint.

Hinzu kommen unterschiedliche Lehren, wie das I Ging, die Fünf Elemente Lehre, die Yin & Yang-Theorie, die auch alle für sich selbst stehen und viele Meister, wie Yün Sung und Wang Chih, Philosophen wie Laotse oder Konfuzius, die die mit ihren Werken, Einsichten und Kommentaren auf die Entstehung großen Einfluss hatten.

So wie manche Ansätze und Lehrmeinungen auseinander zu driften schienen, gab und gibt es auch Bücher, die sich offenbar sogar widersprechen. Erschwerend hinzu kommt, dass nicht jede Aussage auf die westliche Welt zu übertragen ist. Wie zum Beispiel der Spruch, dass keine Haustür in den Norden zeigen sollte. Damals war in China die Gefahr täglich präsent, dass die im Norden ansässigen Mongolen angreifen könnten. Wer hätte also diesen seinen Hauseingang gen Norden geöffnet?

Universelle Gesetzmäßigkeiten

Die Verwirrung, die kaum oder schlecht ausgebildete Berater bei Kunden zusätzlich angerichtet haben, lässt sich wohl erahnen. Dies hat dem ursprünglichen Trend einen Knacks und unseriösen Touch verpasst, sodass die Anfang der neunziger Jahre große Feng Shui-Euphorie abebbte und manch einer nur noch hinter vorgehaltener Hand zugab, ein Verfechter der chinesischen Weisheitslehre zu sein oder diese gar zu praktizieren.

Dabei stimmt vieles, was Feng Shui lehrt, auch mit unseren europäischen Gestaltungs- und Einrichtungslehren überein. Das ist natürlich kein Zufall, denn die Gesetzmäßigkeiten die hier Anwendung finden, sind universal und damit multikulturell. Zum Beispiel die Fünf Elemente Lehre mit ihren körperlichen Repräsentanten, Wasser, Feuer, Erde, Luft, Metall und Holz, die die Energiebewegung beschreiben. So steht das Element Holz für eine nach oben gerichtete Energie, der dazugehörige Körper ist das stehende Rechteck. Auch in der modernen Innenarchitektur wissen wir, dass die Form eines Rechteckes, wie zum Beispiel ein hoher Schrank, den Raum streckt und höher wirken lässt, während ein liegendes Rechteck, z.B. verkörpert durch ein Sideboard, im Feng Shui dem Erdelement zugeordnet, den Raum eher niedriger wirken lässt. Solches Wissen findet beispielsweise beim Streichen von Räumen Anwendung: Indem man die Höhe der Strickante verändert, verändert man sogleich die Wahrnehmung des Raumes.

Feng Shui ist mittlerweile (wieder) salonfähig

Daher feiert die Harmonielehre ein Comeback, denn vielen ist bewusst oder sie spüren, dass alles um uns herum eine permanente Wirkung auf uns hat, kennen aber die Bedeutung und die Wirkungsweise von Farben, Formen und Materialien nicht, auch wenn es mittlerweile physikalisch beweisbare Zusammenhänge zwischen der Form eines Raumes und seiner Ausstrahlung oder Studien zur Wirkungsweise von Farben auf unsere Empfindungen gibt.

Die asiatische Lehre kann hier eine Brücke zwischen Intuition und Verstand schlagen, denn kaum ein anderes Volk hat über Jahrtausende hinweg ihr Wissen rund um die Natur, Ihren Wandel und Rhythmus, sowie die Weisheiten vom Zusammenhang von Menschen, Räumen und Energien so umfassend und anschaulich beschrieben wie die Chinesen und dies schriftlich dokumentiert.

Guter Menschenverstand und Intuition

Zugegeben, auch heute ist es nicht ganz einfach, sich den Weg durch den Dschungel der Feng Shui-Literatur zu bahnen und selbst, wenn man sich für professionelle Hilfe entscheiden sollte, gilt es, den Seriösen vom Möchtegern zu unterscheiden.

Dies sind aber allgemein die Herausforderungen unserer Zeit; auch in anderen Bereichen unseres Lebens sind wir tagtäglich mit neuen Informationen und neuen Menschen konfrontiert, mit denen wir uns auseinandersetzen und bei denen wir zwischen Vertrauen, Verstand, Erfahrung und Intuition abwägen, um unsere ganz persönlichen Entscheidungen zu treffen. Ein Patentrezept gibt es leider nicht.

Beherzt man, dass es bei dieser Lehre um Harmonie geht, sollten unsere Alarmglocken klingen, wenn nach einer Beratung oder beim Umstellen von Möbeln eher Bauchschmerzen die Folge sind.

Die Energien im Raum wirken wechselseitig. Verändern wir etwas im Raum, verändert sich gleichzeitig auch unser Gefühl zum Raum. Meist können wir recht schnell sagen, ob uns etwas gefällt, gut tut oder nicht. Wichtig ist, dass wir auf unser Bauchgefühl hören, bevor unser Verstand sich einmischt, denn wir haben einen sicheren inneren Kom-

pass. Diesen zu nutzen schafft Bewusstsein für unsere innere Weisheit und eine Nähe zu unserem natürlichen Umgang mit unserer Umwelt.

Ausmisten und Ordnung schaffen!

Jetzt ist die Zeit, sich wieder den Innenräumen zuzuwenden, die großen Jahresfeste wie Weihnachten und Silvester stehen an, vielleicht Besuch von Familie und Freunden, und man möchte natürlich „good vibrations“ auch für sich selbst in seiner Wohnstätte haben. Ein erster, einfacher Schritt, um die Energie in den Räumen wieder besser fließen zu lassen, ist: Ausmisten und Ordnung schaffen! Auch unsere Psychologen wissen, dass dies wiederum für Klarheit im Innen sorgen kann, oder wie die chinesische Weisheitslehre sagt: Wie oben so unten, wie Innen so Außen. Kein Meister fällt vom Himmel oder wie ein asiatisches Sprichwort sagt: Selbst ein Weg von tausend Meilen beginnt mit einem kleinen Schritt. Es lohnt sich also, sich die Verbindung zu seiner Umgebung bewusst zu machen.

Text: Andrea Staude

Feng Shui...

... ist eine taoistische Harmonielehre aus China. Ziel des Feng Shui ist die Harmonisierung des Menschen mit seiner Umgebung, die durch besondere Gestaltung der Wohn- und Lebensräume erreicht werden soll. Feng Shui ist Kunst und Wissenschaft in einem und basiert auf chinesischen Philosophiesystemen sowie aus der Beobachtung und Ableitung der Naturgesetze. Hieraus resultieren verschiedenste Feng Shui Systeme und Techniken wie z.B. Yin und Yang, die Acht Trigramme sowie die Fünf Elemente unter Einbeziehung der Himmelsrichtungen.

Eines der traditionellen Anwendungsgebiete des Feng Shui in China ist die Planung von Grabstätten. Darüber hinaus hat diese Lehre auch die chinesische Gartenkunst maßgeblich geprägt. Die Prinzipien lassen sich auch bei Zimmereinrichtungen, Hausarchitektur, Landschaftsgestaltung und städtebaulicher Planung berücksichtigen. Die Raum- und Baugestaltung erfolgt nach verschiedenen Regeln, die sicherstellen sollen, dass sich sogenannte „verstockte Energien“ nicht in diesen Räumen festsetzen können und das sogenannte Qi frei fließen kann. Die Lehren des Feng Shui finden auch zunehmendes Interesse in der westlichen Architektur und Innenarchitektur.


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

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
 Firmkuppenstraße 21
 34128 Kassel
 - Baureparatur
 - Verkehrssicherung
 Telefon 0561 88 48 65
 Web www.hsbau-kassel.de

Geschenke und Ideen für die Winterzeit

Leuchtende Sterne, edle Geräte, flotte Flitzer für Winter, Geschenke für Gartenfreunde, Vogelhäuser in riesiger Auswahl! Einlade- und Lieferservice: Das Samen Rohde-Team hat Super-Ideen für Weihnachten und die weiße Jahreszeit.



Auch und gerade für die Weihnachts- und Winterzeit ist Frank Rohde mit seinem Team bestens vorbereitet. Neben den hochwertigen Artikeln für Gartenliebhaber bietet Samen Rohde ein umfangreiches Winterprogramm an. Jedem, der nach einer besonderen Geschenkidee sucht, sei ein Besuch am Königsplatz 36 wärmstens empfohlen. Ein Überblick über das Winterprogramm:

Über 100 leuchtende Sterne

Sternenzauber in jedem Raum und auch für draußen: Aus über 100 verschiedenen wunderschönen Leuchtsternen können Sie ihren Stern auswählen. Sterne von 8 cm bis zu 100 cm Durchmesser sind in vielen Farben und Mustern auf Lager. Viele neue Modelle sind hinzugekommen. Besonders wichtig ist Samen Rohde, dass unsere Starlightz-Sterne unter fairen Arbeitsbedingungen, aus natürlichen Materialien und OHNE Kinderarbeit hergestellt werden. Alle Sterne sind einem Karton oder Umschlag verpackt und sofort zum Mitnehmen vorrätig.

Flotte Flitzer für den Winter

Was gibt es schöneres als eine Rodelpartie? In der riesigen Schlittenauswahl bei Samen Rohde findet jeder den passenden Schlitten. Vom Poporutscher über klassische Davoser- oder Hörnerschlitten aus Holz bis zu den schnellen Stiga Snowracern reicht die Auswahl. Alle Schlitten sind in verschiedenen Ausführungen auf Lager. Ausgestattet mit einer Rückenlehne ist für Groß und Klein der Schlittenpaß garantiert.

Vogelhäuser aus Deutschland

Große oder kleines Haus? Designer- oder Holzhaus? Bei uns findet jeder sein bevorzugtes Modell. „Der größte Teil unserer Vogelhäuser wird in Deutschland von Handwerksmeistern gefertigt!“, sagt Frank Rohde. Ein Futtersilo schützt das Futter vor dem Wetter und vor Verschmutzungen. Eine riesige Auswahl erwartet Sie! Beim Kauf eines Vogelhauses mit Ständer gibt es eine Tüte leckeren Futters gratis dazu. „Wir mischen unser Futter selbst in Handarbeit! Mein Lieblingsfutter ist unser Kasseler Schalenfrei“, sagt Frank Rohde. „Das Futter wird aus besten Rohstoffen schonend von Hand gemischt, das schmeckt allen Vögeln!“

Tüten schleppen?!? Nein danke! Unser Liefer- und Einladeservice

Egal, ob kleiner Stern, Schlitten oder Vogelhaus. Wir helfen Ihnen, Ihren Einkauf in ihrem Kofferraum zu verstauen. Sie haben gerade keine Zeit oder Lust, in die Stadt zu gehen? Kein Problem! Wir liefern alle Artikel gegen eine Gebühr von 3,50 € zu Ihnen nach Hause. Oft erfolgt die Lieferung noch am selben Tag! Samen Rohde wünscht Ihnen alles Gute und freut sich auf Ihren Besuch! Für Rückfragen stehen wir Ihnen gerne per E-Mail oder telefonisch zur Verfügung: 0561-14122 | info@samens-rohde.de

Freunde fürs ganze Leben!

Sneeboer Edelstahl-Geräte

Wir führen Gartengeräte von Sneeboer in großer Auswahl.

Piep-Show XXL

von Radius Design

Das Haus für den designbewussten Vogel. In Grün, Grau, Orange oder Weiß.

Earth friendly Starlightz

Viele Farben, 100% brandsicher. Für innen und außen, bis 1m Durchmesser

Flotte Flitzer für weiße Winter

Vom Stiga Skibob bis zum Rodelschlitten aus Holz

STIGA

in verschiedenen Farben und Ausführungen erhältlich!

Für Ihre Winterfreu(n)de:

Von der Schwedenkate bis zum klassischen Futterhäuschen mit Strohdach: Wählen Sie bei uns aus über 50 verschiedenen Vogelhausmodellen!

Geschenk-Ideen von Samen-Rohde

...alles Gute für den Garten

Königsplatz 36 · 34117 Kassel
Tel. 14122 · info@samens-rohde.de
www.samens-rohde.de

Gemeinschaftlich, generationsübergreifend, sozial

Der Verein B12 baut ein Haus, das innovative und zukunftsweisende Wohn- und Lebensformen ermöglicht.

Als erstes „Wohnprojekte“-Haus realisiert der Verein B12 – Verein zur Förderung gemeinschaftlichen Wohnens e.V. im Feldlager in Harleshausen ein Mehrgenerationenhaus. Die sechs zwischen 70 und 100 qm großen Wohneinheiten und Gemeinschaftsflächen sind als innovative, nahezu einzigartige und zukunftsweisende Wohn- und Lebensform für Frauen organisiert.

Im Rahmen dieser gemeinschaftlichen und solidarischen Wohnform tragen und finanzieren alle Bewohnerinnen ihre Belange gemeinsam. Das im Feldlager in Realisierung begriffene Konzept zeigt neue Wege für Weiterentwicklung und Umgestaltung von Wohnquartieren auf, damit dort Frauen aller Altersstufen mit unterschiedlichen Lebensstilen und unterschiedlicher Herkunft zusammen leben können.



Die Baugruppe mit ihren Generalunternehmern, den Herren Langhans, bei der Grundsteinlegung im Feldlager in Harleshausen.

Info: www.b12-kassel.de

Immobilienkompetenz in Kassel

■ Erfahren ■ Engagiert ■ Erfolgreich

Für Ihre Immobilie finden wir die richtigen Käufer und Mieter.

Sie bestimmen den passenden Zeitpunkt, erzielen den optimalen Preis und leben so, wie Sie es sich wünschen.



Wir verstehen, dass Ihre Immobilie Ihnen viel bedeutet. Mit uns kommen Sie sicher ans Ziel ...

WEST-IMMOBILIEN
Maklerinnen-Kompetenz-Team
Wilhelmshöher Allee 270
34131 Kassel
Telefon 0561-63425
www.west-immobilien-ks.de
info@west-immobilien-ks.de



Capital

MAKLER-KOMPASS
HEFT 10/2021

Top-Makler Kassel

★★★★★
Höchstnote für
West-Immobilien

IM TEST: 2.984 Makler GÜLTIG BIS: 09/22

Minimalismus und Freiheit

Als mobiles Ferienhaus erlaubt das Grimmwald Tiny Haus eine Gelegenheit zum Perspektivwechsel.

Eine hohe Aufenthaltsqualität auf nur 15 Quadratmetern Grundfläche schafft das Grimmwald Tiny Haus, das aus nordhessischen Hölzern gefertigt ist und in seinen liebevoll gestalteten Einrichtungsdetails vielfach auf die Märchen der Brüder Grimm anspielt. Als mobiles Ferienhaus bietet es zudem Gelegenheit zum Perspektivwechsel. Die Idee zum Grimmwald Tiny Haus hatten Andrea Staude und Caroline Führer, die bereits für die GrimmHeimat NordHessen beim Projekt „Märchenstuben“ Stilelemente aus den bekannten Märchen der Brüder Grimm entworfen hatten. Nun entstand, mit regionalen Materialien umgesetzt, aus einer Verbindung von modernem Design mit Feng Shui und Funktionalität ein einzigartiges Urlaubsrefugium. So einzigartig, dass es beim hessischen Tourismustag in Wiesbaden mit dem „Typisch Hessisch Award“ ausgezeichnet wurde.

Info: www.grimmwald-nordhessen.com



Fotos: Andreas Berthel



Erfahren und leistungsstark.
In Kassel, Baunatal, Niestetal.

TAGESPFLEGE

Tagsüber gut versorgt in Gemeinschaft, abends wieder zuhause

WOHNEN UND LEBEN IM QUARTIER

Barrierearmes Wohnen mit Versorgungssicherheit und sozialer Teilhabe

PFLEGEBERATUNG Wir beraten Sie zuhause

Pflichtberatungen, Schulungen, Pflegekurse für Angehörige

HÄUSLICHE PFLEGE

10 regionalen Pflegeteams bieten alle pflegerischen Leistungen, für ein Leben zuhause bei Krankheit und Pflegebedürftigkeit

HAUSWIRTSCHAFT UND BETREUUNG

Unsere „Helfenden Hände“ unterstützen im Alltag

GEMEINSCHAFTLICHES WOHNEN FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ

Wir pflegen und versorgen in drei Wohngemeinschaften

Diakoniestationen der Evangelischen Kirche in Kassel gGmbH
Lutherplatz 11, 34117 Kassel

Zentrale Rufnummer 313103
www.diakoniestationen-kassel.de



Diakoniestationen
Kassel

PFLEGEN.
BEGLEITEN.
BERATEN.

Quartiersentwicklung in Kassel Niederzwehren erfolgreich abgeschlossen

Die Unternehmensgruppe Nassauische Heimstätte | Wohnstadt (NHW) hat die Modernisierung in der Paul-Heidelberg-Straße/Silberbornstraße beendet – ein Jahr früher als ursprünglich geplant.



Ortstermin in der Paul-Heidelberg-Straße: (v. li. Servicecenterleiter Matthias Otto, Haustechniker Jürgen Schaumburg, Joachim Möller (Leiter Projektabwicklung) und Regionalcenterleiter Jürgen Bluhm.

Im Rahmen der energetischen und sozialen Quartiersentwicklung wurden seit 2016 insgesamt 108 Wohnungen modernisiert und ein neuer Spielplatz angelegt. Vorrangiges Ziel war die nachhaltige Umstellung der Energieversorgung, denn das um 1960 entstandene Quartier entsprach nicht mehr den aktuellen Energiestandards. So wurden bei den Modernisierungsmaßnahmen im Innenbereich unter anderem die Bäder komplett saniert und auf eine zentrale Warmwasserbereitung umgestellt. Im Außenbereich wurden sämtliche Balkone, das Dach und die Überdachungen der Hauseingänge erneuert. Zwei Blockheizkraftwerke decken nun die Stromversorgung ab und erzeugen nebenbei lokalen Strom, das lohnt sich in zweifacher Hinsicht. Die Wohnungen sind komfortabler und verursachen deutlich weniger Energieverbräuche. Betrug der CO₂-Ausstoß vor der Modernisierung etwas mehr

als 492.000 kg/Jahr, sind es danach nur noch rund 182.000 kg/Jahr. Das bedeutet eine Einsparung von 310 Tonnen CO₂ pro Jahr.

„Den Wohnungsmarkt stabilisieren“

Rund 8,6 Millionen Euro investierte die NHW in das Kasseler Quartier. Im Rahmen der sozialen Mietpolitik der NHW fällt die Mieterhöhung moderat aus. Der Mietpreis beträgt nun ca. 7,50 Euro pro Quadratmeter bei Neubezug, Bestandsmieter profitieren weiterhin von den geringeren Vorzugskonditionen. „Durch diese Maßnahme bieten wir unseren Mieterinnen und Mietern ein optimales Preis-Leistungsverhältnis für ihre umfangreich modernisierten und energieeffizienten Wohnungen und tragen zur Stabilisierung des Wohnungsmarktes bei“, macht Jürgen Bluhm deutlich, Leiter des Regionalcenters Kassel der NHW.

Den Schlusspunkt unter diese Maßnahme wird die NHW voraussichtlich im Frühjahr setzen – mit einem großen Modernisierungsabschlussfest als finales Dankeschön an alle Mieterinnen und Mieter. Bis dahin soll – in Kooperation mit den Städtischen Werken – auch eine Elektro-Ladesäule in Betrieb gehen, so dass Elektro-Fahrzeuge vor Ort geladen werden können.

Unternehmensgruppe Nassauische Heimstätte | Wohnstadt (NHW)

Seit gut 100 Jahren bietet die Unternehmensgruppe umfassende Dienstleistungen in den Bereichen Wohnen, Bauen und Entwickeln. Sie beschäftigt rund 800 Mitarbeitende. Mit rund 59.000 Mietwohnungen in 120 Städten und Gemeinden in Hessen gehört sie zu den zehn führenden deutschen Wohnungsunternehmen. Das Regionalcenter Kassel bewirtschaftet rund 17.500 Wohnungen, darunter rund 5.000 in der Stadt Kassel, und hat mit den Servicecentern in Fulda und Marburg sowie einem Vermietungsbüro in Eschwege drei Außenstellen. Die Unternehmensgruppe arbeitet daran, ihren Wohnungsbestand weiter zu erhöhen und sich bis 2050 klimaneutral zu entwickeln.

www.naheimst.de



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

Auf der Sonnenseite



Blick auf eins der Häuser des Ensembles im Wasserweg.

Nach einer kleinen Odyssee durch die Welt, die Region und Kassel haben Annemarie und Hartmut Reisse im Wilhelmshöher Wasserweg ihre Traum-Wohnung gefunden.

Was Sie suchen, muss noch gefunden werden!" Diesen Satz hörten die Reisses des öfteren, nachdem sie sich entschieden hatten, ihr großzügiges Architektenhaus in Gudensberg mit seinem wunderschönen, über 2.000 Quadratmeter steil abfallendem Gartengrundstück und einem tollen Blick bis auf den Fritzlarer Dom zu verkaufen, um in einen neuen Lebensabschnitt zu starten.

Für die Eheleute war dieser Neustart angezeigt, weil die beiden überaus agilen Senioren merkten, dass Hege und Pflege eines sehr großen Hauses zusammen mit den Arbeiten rund um das Anwesen in absehbarer Zeit eine zu große Herausforderung darstellen würde.

Getreu der Devise „Früher an später denken“ entschlossen sich die beiden, nach einer neuen Bleibe zu suchen. Der Hausrat kam in ein Depot, eine Auto in die Scheune. Die Reisses waren so wagemutig, ihr Haus zu verkaufen, ohne schon eine feste neue Bleibe zu haben. Was folgte, war eine kleine Odyssee durch die Welt, die Region und

Kassel selbst. Teneriffa, das Baltikum, große Fluss-Radtouren, München, eine Ferienwohnung in Fritzlar und der Neubau an der Kasseler Aue waren die Stationen, bis das Ehepaar dann im September 2020 in dem Ensemble im Wasserweg 5 im Kasseler Kurbezirk einziehen konnte.

Grüner und ruhiger wohnen

„Mein Mann hat mir einen Wunsch erfüllt“, sagt Annemarie Reisse an dem großen Esstisch des lichtdurchfluteten Küche-Wohn-Essbereichs sitzend. Von dort aus blickt man in den gepflegten Garten, der direkt an der Terrasse anliegt und den die Reisses als ihren privaten Freiraum nutzen können. „Ich wollte grüner und ruhiger leben als zuletzt an der Aue in der Menzelstraße“, sagt die Seniorin, wo sie zusammen mit ihrem Mann wohnte und dort die Fahrradstraße zum PKW-Schleichweg und damit laut wurde, jetzt aber zu Ruhe zurückfand.

Gute eineinhalb Jahre suchte das Ehepaar, bis es über Kerstin Brauns Vermittlung seine Traum-Wohnung mit Garten fand. Zu-

sammen mit ihrem kompetenten Maklerinnen-Team hat die Gründerin von West Immobilien bereits über 1.000 Wohnungen und Häuser in Kassel und Region verkauft. Sie hatte sofort eine Vorstellung davon, was für die Reisses nach ihrem Auszug aus dem großen Eigenheim und der damaligen Verkehrsbelastung in der Menzelstraße das Richtige sein könnte und sie hatte ein Objekt in der Vermarktung, in dem sich die Wohnwünsche der Reisses verwirklichen ließen.

Ein dörfliches Idyll

Über die zentral gelegene, barrierefreie Erdgeschosswohnung mit Garten hinaus, war die gute Infrastruktur und das viele Grün in der direkten Umgebung ausschlaggebend für die Entscheidung für den neuen Wohnstandort in Bad Wilhelmshöhe. Die kleinen Läden, Cafés und Restaurants, die gut zu Fuß erreichbar sind, eine Laufstrecke direkt vor der Haustür, das Schloss und die Bergparkkonzerte in unmittelbarer Nähe, der Bach, die Wiese mit den Pferden gleich um



Der Garten liegt im geschützten Bereich des Grundstücks und grenzt an die Gärten der umliegenden Hinterhöfe.

die Ecke: Es ist ein dörfliches Idyll, wie man es in einer Stadt kaum erwarten kann, was die Reisses an diesem Standort für sich gefunden haben.

Mittlerweile haben Annemarie und Hartmut Reisse auch über ihren Gartenzaun hinaus viele Kontakte in die Nachbarschaft geknüpft – ein Thema, das den beiden immer wichtig war.

Wir wollen hier eine gute Zeit haben

Ihr Tag beginnt morgens an ihrem sonnigen Frühstücksplatz. Über den Tag wandert die Sonne einmal rund ums Haus, so dass sich für die beiden auch im Winter und in den Übergangszeiten in ihrem zusammenhängenden Küche-Wohn-Essbereich immer ein sonniges Plätzchen finden lässt, falls man aufgrund der Temperaturen nicht draußen sein kann. „Wir haben den ganzen Tag Sonne“, freut sich Hartmut Reisse immer wieder über diese tolle neue Bleibe, für die er sich zusammen mit seiner Frau entschieden hat.

Die Beiden haben durchaus im Blick, dass auch dieses schöne Zuhause möglicherweise nicht ihr letztes sein wird. „Auch wenn man in eine Einrichtung geht, muss man früh genug gehen“, ist Annemarie Reisse überzeugt, denn „ist man erst ein Pflegefall, bleibt man isoliert“, weiß sie aus ihren Beobachtungen und Gesprächen mit Freunden und Bekannten.

Doch das ist für Annemarie und Hartmut Reisse jetzt noch lange kein Thema. „Wir wollen auf jeden Fall noch ein paar Jahre hier wohnen und eine gute Zeit haben.“



Ein Platz an der Sonne: Blick in die Küche mit nach Osten ausgerichteten Frühstücks-Essplatz.

Buntes Rothenditmold

Die „Public Art Gallery“ der KolorCubes wächst.

In der Naumberger Straße 53 hat das Wohnungsunternehmen Vonovia die Fassade seines Hauses zur Verfügung gestellt, das jetzt ein großformatiges Bild der Künstlerin Isa Toman ziert. Innerhalb von nur zwei Tagen ließ die Wiener Künstlerin, die in der Szene als „Frau Isa“ bekannt ist, das gesprayte Fassadenbild einer sitzenden Frau entstehen.

Auch wenn Frau Isa ihrem Werk keinen Titel verliehen hat, soll es das Quartier widerspiegeln und an einer Stelle, die stark vom Verkehr frequentiert ist, zugleich beruhigen. Das wird auch darin deutlich, dass die gemalte Frau ihre Füße auf einem Auto abstellt und es so zum Stillstand bringt. „Als KolorCubes mit der Idee auf uns zukam, das Haus in der Naumberger Straße zu bemalen, waren wir direkt begeistert“, erzählt Markus Peplinski, für Vonovia Regionalleiter in Kassel. Gefördert wurde das Projekt vom Bund-Länder-Programm „Sozialer Zusammenhalt“. Frau Isas Kunstwerk ist eines von insgesamt sieben Fassadenbildern in Rothenditmold und bildet vorerst den Abschluss des Projekts.



Markus Peplinski, Regionalleitung bei Vonovia Kassel/Göttingen.

EXKLUSIVES EINRICHTEN

QLOCKTWO®



Strässle Switzerland



TEAM7



FRANZ FERTIG BETTSOFA-AKTION „Malou“ ab € 1698,-



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

Mit Geld die Welt retten!



Mit unseren privaten Investitionen und Anlagen bestimmen wir die Zukunft des Planeten.

Sicherheit, Rentabilität, Liquidität - und Nachhaltigkeit. Auch in Kassel können Anlegerinnen und Anleger bei Banken, lokalen Unternehmen und Gewerkschaften verändernde Entscheidungen über ihre Investitionen treffen.

Ein Beratungsgespräch bei einer Bank in Kassel. Rosi Kaufmann möchte gerne Geld für ihren Enkel Leon anlegen. Sie hat davon gehört, dass sie mitbestimmen kann, wofür ihr angelegtes Geld verwendet wird. Ihr liegt die Zukunft und die Welt ihres Enkels am Herzen, deswegen möchte sie mit ihrer Anlage Projekte unterstützen, die die Umwelt schützen und soziale Gerechtigkeit fördern. Im Gespräch mit ihrem Berater muss sie jedoch feststellen, dass dieser ihr nicht weiterhelfen kann. Frustriert verlässt sie die Bank.

So wie Rosi in unserem fiktiven Beispiel geht es vielen Menschen, die mitentscheiden wollen, welche Projekte mit ihrem Geld gefördert werden. Das Interesse an nachhaltigen Investitionen wächst und das ist gut so.

Die Wirkkraft des Finanzsektors im Hinblick auf eine nachhaltige Entwicklung ist groß. Er kann mit Instrumenten und Produkten beeinflussen, wohin das Geld fließt. Banken können diese Kraft zur Veränderung nutzen und die Wirtschaft in Richtung Nachhaltigkeit lenken.

Doch was genau eine nachhaltige Investition ist und was nicht, darüber streiten sich mitunter die Gelehrten.

Finanzierung aktiv nachhaltig mitgestalten

Ein Beispiel für eine Bank in Kassel, die sich schon seit langem mit nachhaltigen Geldanlagen befasst, ist die Evangelische Bank. Den sogenannten „EB-Öko-Aktienfonds“ gibt es mittlerweile seit 30 Jahren.

Er gilt als einer der ersten bundesweiten Aktienfonds, der es Anlegern mit einem Fokus auf Klima und erneuerbare Energien ermöglicht, konsequent in nachhaltige Aktien zu investieren.

Über die Möglichkeit hinaus, Geld für die Förderung ökologischer und sozialer Projekte anzulegen, ist es Kundinnen und Kunden auch bei der Führung eines Girokontos möglich, einen Bereich zu wählen, der ihnen besonders am Herzen liegt: kirchliche Arbeit, Kinder- und Jugendhilfe, Inklusion, Pflege und Gesundheit oder erneuerbare Energien.

Das Engagement im Bereich Nachhaltigkeit ist sowohl für die an christlichen Werten orientierte Kirchenbank als auch für Kundinnen und Kunden als auch für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter essenziell. „Als genossenschaftliche Bank ist uns die gelebte Partnerschaft mit Mitgliedern und Kunden besonders wichtig. Darüber hinaus unterstützen und fördern wir ihre Nachhaltigkeitsleistungen. Ein Beispiel: Alle zwei Jahre organisieren wir die Vergabe eines Nachhaltigkeitspreises“, berichtet Dr. Astrid Herrmann, Abteilungsleiterin für gesellschaftliche Verantwortung und nachhaltige Finanzen (Corporate Social Responsibility und Sustainable Finance).

Die Evangelische Bank hat einen strengen internen Kriterienkatalog und ein internes Rating festgelegt, nach dem beispielsweise Großkraftwerke, Waffenhandel, umweltschädliche Produkte, sozial unverträgliche Projekte, Gentechnik, industrielle Landwirtschaft und unfaire Geschäftspraktiken nicht finanziert werden.

„Der Kriterienkatalog ist jedoch nur die Basis. Je nach Produkt integrieren wir weitere Nachhaltigkeitsaspekte. Dabei erweitern wir unser Produkt- und Dienstleistungsspektrum unter Berücksichtigung von sozialen und ökologischen Gesichtspunkten“, fügt Dr. Astrid Herrmann hinzu. Für sie gehen nachhaltige Investitionen also noch über die Festlegung interner Ausschlusskriterien hinaus.

Nachhaltig investieren als Prozess

Professor Christian Klein, zuständig für den Bereich Sustainable Finance an der Universität Kassel, findet, dass nachhaltige Finanzierung weniger ein konkreter Zustand, als viel mehr ein Prozess ist.

„Alles was ein Schritt in Richtung Erhalt dieser Welt für nachfolgende Generationen darstellt, ist für mich nachhaltig. Hierbei ist es wichtig, dass man bestimmte Bereiche nicht von vornherein ausschließt, nur weil sie auf den ersten Blick nicht nachhaltig erscheinen. Stahl zum Beispiel ist ein Produkt, das viele für nicht nachhaltig befinden und es deswegen für eine Förderung mit ihren Geldanlagen ausschließen. Dabei wird es eine Welt ohne Stahl nicht geben. Hier gilt es also zu überlegen, wie man Stahl ökologisch und sozial verträglich fördern kann“, sagt der Experte.



Prof. Dr. Christian Klein, Fachgebiet Nachhaltige Finanzwirtschaft am Fachbereich Wirtschaftswissenschaften der Universität Kassel



Über Anteile in Energiegenossenschaften kann der Ausbau erneuerbarer Energien direkt gefördert werden

Auch andere Akteure spielen eine Rolle im Sinne einer nachhaltigen Finanzierung. Private Anlegerinnen und Anleger können auch Startups und kleine Unternehmen regional finanziell unterstützen und damit einen Wandel hin zu einer nachhaltigen Gesellschaft antreiben.

Junge Ideen und grüne Energien unterstützen

Crowdfunding-Plattformen bieten dazu eine Möglichkeit. Bei allen Investitionen in kleinere Unternehmen, Startups oder Genossenschaften gilt es allerdings auch die Risiken zu beachten.

„Grundsätzlich ist eine nachhaltige Investition bisher als mindestens genauso sicher zu bewerten wie jede andere Geldanlage. Trotzdem ist es abhängig von der jeweiligen Branche und dem Unternehmen, inwiefern möglicherweise ein höheres Risiko besteht“, berichtet Prof. Klein.

Privatpersonen können so etwa beispielweise über die Online-Plattform „UNIKAT Crowdfunding“ der Universität Kassel Projekte und Start-Ups kollektiv finanziell unterstützen. Der Science Park, eine auf dem Gelände der Kasseler Universität errichtete Stätte für studentische Neugründungen zeigt, dass es sich lohnen kann, die Ideen junger Unternehmerinnen und Unternehmer zu finanzieren. Ein Problem von Crowdfunding in Deutschland ist allerdings, dass es



Sun Pi

Planungs- und
Beratungs-
genossenschaft

Wir rechnen mit der Sonne

- Energie- und Sanierungskonzepte
- Fördermittelberatung
- Altbaumodernisierung/Neubauplanung

Energetische Nachweise (GEG, BAFA, KfW)

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

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

durch die stockende nationale Umsetzung einer EU- Verordnung keine einheitlichen Regularien gibt. So ist es momentan noch mit hohen Transaktionskosten und hohen Haftungsrisiken für die auf Unterstützung angewiesenen Unternehmen verbunden. Über die Möglichkeit hinaus, via Crowdfunding Projekte direkt zu fördern, können Anlegerinnen und Anleger auch Anteile in Genossenschaften erwerben. Die Energiegenossenschaft „Bürger Energie Kassel & Söhre eG“ bietet Bürgerinnen und Bürgern so beispielsweise die Option, Genossenschaftsmitglied zu werden und dabei Geschäftsanteile zu erwerben. Hiermit fördern Investorinnen und Investoren den Ausbau erneuerbarer Energien und treiben eine nachhaltige regionale Entwicklung voran.

Forschung und Praxis entwickeln sich rasant

Generell wächst der Bereich der nachhaltigen Finanzierung in den letzten Jahren schnell und wird sich auch in den kommenden Monaten und insbesondere im nächsten Jahr weiterentwickeln. „Als ich 2013 in Kassel im Bereich Sustainable Finance angefangen habe, war das Thema noch in einer totalen Nische. Mittlerweile ist nachhaltige Finanzierung ein sehr zentraler Bereich und wird im Jahr 2022 nochmal an besonderer Bedeutung gewinnen, da es dann neue gesetzliche Vorgaben aus Brüssel geben wird. Dann sind Beraterinnen und Berater in Banken dazu verpflichtet, ihre Kundinnen und Kunden über die Ziele Ihrer Geldanlagen und damit auch explizit im Hinblick auf nachhaltige Investitionen aufzuklären“, sagt Prof. Klein. Gemäß dem Jahresbericht des „Forum für nachhaltige Geldanlagen“ (FNG) gab es im Jahr 2020 im Vergleich zum Vorjahr im Bereich nachhaltiger Geldanlagen einen Anstieg von 25 Prozent. Nachhaltige Geldanlagen von Privatanlegerinnen und -anlegern wuchsen um 117 Prozent, nachhaltige Investmentfonds um 69 Prozent im Vergleich zum Vorjahr. Dieser regelrechte Boom motiviert mehr Menschen dazu, ihr Geld nachhaltig anzulegen, und löst auf Seite der Banken und Unternehmen einen enormen Zuwachs an Beratungsbedarf aus. Hier sind sowohl Banken und die gesamte Finanzwirtschaft als auch Universitäten gefragt, junge Menschen entsprechend auszubilden sowie das Know-how in nachhaltiger Finanzierung durch Forschung voranzutreiben. „Die Universitäten haben die Aufgabe, die Forschung auszubauen, aber auch auf der anderen Seite Studierende auszubilden, die sich im Bereich Sustainable Finance auskennen und dieses Wissen dann in den Finanzsektor tragen können“, sagt Prof. Klein. Mit diesem Wissen haben sowohl private Anlegerinnen und Anleger als auch Banken, Organisationen, Genossenschaften und Unternehmen die Möglichkeit, im Rahmen der Finanzwelt mit ihren Investitionen über die Entwicklung und den Erhalt des Planeten für nachkommende Generationen mitzuzentscheiden.

Text: Johanna Lara Nöh

elektro sms – stefan meybert service

Fachbetrieb für Elektro-
installation und
Netzwerktechnik

mobil: 0163 1562526 www.elektrosms.de

Unsere Region steckt voller Energie.

Setzen Sie auf unsere regionale Nähe und auf die positive Energie aus regenerativen Quellen.

www.EAM.de 0561 9330-9330

Positive Energie aus der Mitte

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

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 14 14
kmittel@uni-kassel.de | uni-kassel.de/agrar/dfh

UNI KASSEL
VERSITÄT

Hessische Staatsdomäne
Frankenhausen

Klimaschutz lohnt sich!

im Rahmen des Projektes „Clever fürs Klima“ erhalten Schulen Prämien von insgesamt 101.000 Euro.

Im Jahr 2020 wurden an allen Schulen des Landkreises Kassel zusammen 331.877 Kilowattstunden Strom eingespart. Zum Vergleich: Damit könnten 110 Drei-Personen-Haushalte ein Jahr versorgt werden. Dazu noch einmal rund 1,9 Millionen Kilowattstunden an Heizenergie, was dem durchschnittlichen Verbrauch von 189 Haushalten entspricht. „Für den Landkreis als Schulträger bedeutet das eine geldwerte Einsparung von rund 202.000 Euro“, rechnet Thomas Ackermann, Dezernent für Umwelt und Klimaschutz beim Landkreis Kassel, vor. Die Hälfte davon gibt der Landkreis als Prämien an seine Schulen weiter.



Kerstin Linne von Energie 2000 e.V. übt mit Schulkindern Energiesparen.

Info: www.cleverfürsklima.de

Wenn, dann fair

KARIBU
FAIR | GLOBAL | REGIONAL | ÖKOLOGISCH

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

PV auf's Dach!

Bürger Energie Kassel & Söhre eG

Keine Zeit verlieren! Private Solaranlagen sind aktiver Klimaschutz.

Beratung, Finanzierung und Aufbau Ihrer Photovoltaik-Anlage. Alles aus einer Hand!

Die Bürger Energie Genossenschaft Kassel & Söhre bietet allen Interessierten kostenlose Beratung an. Sie kann die Anlage für Sie errichten, betreiben und alle steuerlichen und regulatorischen Anforderungen erledigen.

Wir haben uns die nordhessische Energiewende und die Unterstützung der Bürgerinnen und Bürger auf die Fahnen geschrieben!

**Bürger Energie Kassel & Söhre eG, Wilhelmstr. 2, 34117 Kassel
Tel.: 0561 4503576, E-Mail: info@be-kassel.de**

Hütt



www.huett.de

WAS MICH (ER)NÄHRT!

Eva Metz' Kolumne zu gesundem Essen

Die schnelle Kost aufwerten

Eine geschickte Auswahl an vitalen Lebensmitteln hilft

Viele Menschen berichten, Sie haben keine Zeit für gesunde Ernährung. Dieser Umstand stimmt mich traurig. Denn ich bin überzeugt, dass wir um eine ausgewogene Ernährung nicht herum kommen, wollen wir gesund alt werden. Und das wollen wir, oder? Durch eine geschickte Auswahl an vitalen Lebensmitteln kann jede und jeder sofort starten, auch die schnelle Kost für zwischendurch aufzuwerten.

Sauerkraut / Fermentiertes

Sauerkraut, das am besten roh verzehrt wird, ist ein Heilkraut. Es enthält Vitamin C, Vitamin A, B-Vitamine, Folsäure, Enzyme und wertvolle Milchsäurebakterien, wertvolles Eiweiß sowie Ballaststoffe.

Gesund für: Verdauung, Darmflora, Magen, Immunsystem, Nervensystem

Empfehlung: 2 Gabeln Sauerkraut extra oder als Salat einfach roh verzehren.

Tipp: Roh und unerhitzt hat es die beste Wirkung.

Nüsse + Samen und Saaten

Nüsse, Samen und Saaten wie Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne, Sesam, Leinsamen, Hanfsamen speichern auf kleinstem Raum große Nährstoffmengen: Einfach und mehrfach ungesättigte Fettsäuren, essentielles Eiweiß sowie Magnesium, Eisen, Selen, Zink, Kupfer, Mangan, Kalium, Vitamin E und B-Vitamine

Gesund für: Herz- u. Kreislaufsystem, Gehirn und Nervensystem

Empfehlung: Eine handvoll Nüsse jeden Tag ist ein gutes Maß. Saaten lassen sich wunderbar über viele Gerichte, Müslis und Salate streuen.

Tipp: Röstet man die Saaten ohne Fett auf der Pfanne so erhalten sie einen leckeren intensiveren Geschmack – aber Vorsicht: bitte nicht verbrennen!

Kräuter, Wildkräuter und Gewürze

Küchenkräuter, Wildkräuter und Gewürze entfalten eine milde Heilwirkung. Sie beinhalten ätherische Öle, sekundäre Pflanzenstoffe, Vitamine, Mineralstoffe und Antioxidantien. Manchen Gewürzen und Wildkräutern wie z. B. Zimt, Kardamon und Bitterkräutern wird sogar eine stimmungserhellende Wirkung zugeschrieben.

Gesund für: Durchblutung, Stoffwechsel, Verdauung, Magen- und Darm, Immunsystem

Empfehlung: Möglichst viele verschieden Kräuter und Gewürze nutzen.

Tipp: je frischer, desto besser

Sprossen

Während des Keimprozesses von beispielsweise Alfalfa, Sonnenblumenkerne, Getreidekörner, Mungobohnen erhöht sich die Nähr- und Vitalstoffkonzentration um ein Vielfaches. Darüber hinaus verbessert sich die Bekömmlichkeit und Aufnahmequalität. Sprossen beinhalten einfach u. mehrfach ungesättigte Fettsäuren und hochwertiges Eiweiß. Ebenso verfügen sie über einen sehr hohen Gehalt an Mineralstoffen, Vitaminen sowie sekundären Pflanzenstoffen.

Gesund für: Krebsprophylaxe, Herz-Kreislaufsystem, Immunsystem, **Empfehlung:** 1 bis 2 Gabeln Sprossen jeden Tag werten jedes Schnellgericht auf!

Tipp: Kichererbsen und Sojabohnensprossen müssen vor dem Verzehr blanchiert werden!

Die Nougat-Fabrikanten

Nougat de Montélimar

Friedrich-Ebert-Str. 85 • 34119 Kassel • Tel: 0561 288 73 11
 info@pralinenwerkstatt.de • www.pralinenwerkstatt.de

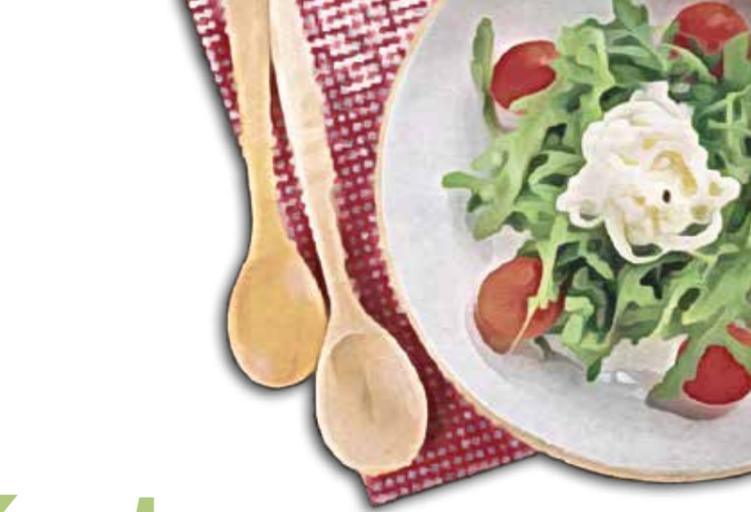
dufte seit 1981

Vollkornbäckerei BROTGARTEN aus ökologischem Anbau

... BROTKULTUR PUR ...

natürlich
vielfältig
lecker

* Herzlich Willkommen *



Schmackes

BIOLADEN FAIR REGIONAL ÖKOLOGISCH

SCHMACKES BIOLADEN & MITGLIEDERLADEN
 Erzbergerstr. 51, 34117 Kassel
 Mo - Fr 9:30 - 19 Uhr
 Sa 9 - 15 Uhr

→ schmackeskassel.de

großes, überwiegend regionales Angebot

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

NATURKOST
Quer Beet

Korbacher Str. 211
34132 Kassel
0561-404702
www.querbeet-kassel.de

Optional monatlichen Beitrag zahlen und günstiger einkaufen

GEMEINWOHL ÖKONOMIE Bilanzierendes Unternehmen

Wehlheider Wochenmarkt

Der Markt mit Herz

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

WEISSENSTEIN
MARKT - RESTAURANT - CATERING

BIOREGIONALES Catering
FÜR IHRE VERANSTALTUNG

MIT 100% BIOZUTATEN!
FÜR JEDEN ANLASS - FÜR JEDES BUDGET!

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

HOCHWERTIGE BIO-GEWÜRZE

aus aller Welt auf den heimischen Tisch

NATURA MEDICA

Fachgeschäft für Naturheilmittel
Friedrich-Ebert-Str. 87 | 34119 Kassel | 0561-7394000 | www.naturamedica.de

Die kleinen Kronen für jedes Essen



Sie machen unser Essen bunt. Sie geben Speisen einen unverwechselbaren Charakter. Manche regen den Appetit an. Andere beruhigen Magen und Darm. Einige machen Lebensmittel haltbar. Wenige kosten ein kleines Vermögen: Gewürze gehören seit vielen Jahrhunderten für uns zum Kochen

Als Gewürze gelten Pflanzenteile, die über einen natürlichen Gehalt an Geschmacks- und Geruchsstoffen (ätherischen Ölen) verfügen und Speisen und Getränken dadurch Geschmack geben. Sie kommen frisch, getrocknet oder bearbeitet zum Einsatz. Die Pflanzenteile können Blätter, Blüten und Knospen, Rinden, Wurzeln und Zwiebeln sowie Früchte und Samen sein.

Einige Beispiele:

- Blätter: Lorbeerblätter, getrocknete Kräuter wie Basilikum, Oregano und Thymian
- Blüten und Knospen: Safran, Nelken
- Rinden: Zimt
- Wurzeln und Zwiebeln: Ingwer, Kurkuma, Meerrettich, Wasabi, Knoblauch
- Früchte oder Samen: Anis, Kümmel, Muskatnuss, Pfeffer, Paprika, Vanille

Von bestimmten Pflanzen können auch mehrere Bestandteile genutzt werden. Kräuter werden zu Gewürzen, wenn sie getrocknet sind.

Chili oder Oregano und Thymian

Eine Brise Muskat zum Spinat, Blumenkohl, Kohlrabi und ins Kartoffelpüree. Curry für eine indische Note. Zimt und Vanille für den Pep im Dessert und besondere Freude am Gaumen. Chili für Schärfe in jedem gewünschten Schärfegrad. Da entscheidet nicht nur die Menge des Pulvers oder der Flocken, sondern ganz besonders auch die Sorte der Schote: von „schon scharf“ wie Pimentón de la Vera über „heftig scharf“ wie Aji Amarillo und Hontaka bis zu „gnadenlos scharf“ wie Carolina Reaper, der aktuell schärfsten Chili der Welt. Aber das Naheliegende muss es nicht immer sein, zum Beispiel lässt sich eine zarte Schärfe nicht nur durch Pfeffer oder Chili erreichen, sondern auch mit Oregano oder Thymian.

Qualität macht den Unterschied

„Geschmack ist etwas sehr Persönliches“, sagt Jens Bose. Was dem einen zu viel ist, ist der anderen zu wenig. Der Inhaber von Natura Medica rät dazu, „sich zart ‚anzuwürzen‘ und mit vielen kleinen Aromen zu experimentieren“. Mit Rosmarin, Thymian, Oregano, Estragon, Kreuzkümmel, Kardamom, Koriander, Paprika und Pfeffer (schwarz, weiß, rot) ist die Gewürzsammlung zu Hause gut bestückt, dazu verschiedene Salze. Salz zählt per Definition nicht zu den Gewürzen, weil es ein Stoff mineralischer Herkunft ist und nicht von einer Pflanze stammt.

Reichhaltiger an Aromen

Bose bemerkt gerade „eine große Nachfrage nach Qualität“. In seinem Fachgeschäft bietet er Heilkräuter und Gewürze in Bio- oder Demeterqualität an. Für ihn sind die Qualität der Produkte und deren fairer Handel von entscheidender Bedeutung. „Gewürze sind nicht gleich Gewürze“, betont er. Es sei ein riesiger Unterschied, ob man sie als Massenware über Supermarktketten kauft oder im Fachhandel aus begleiteten Kleinbauernprojekten. „Hochwertige Gewürze sind reichhaltiger an Aromen. Man riecht es, man schmeckt es und man braucht von ihnen weniger beim Kochen. Wer es mal ausprobiert und vergleicht, bemerkt den Unterschied.“ Für ihn sind „Gewürze ein Hauch von Etwas, ein Teelöffel oder eine Messerspritze sind das Zünglein an der Waage“, sagt Bose. „Gewürze sind die kleinen Kronen für jedes Essen.“

Text: Lars Hofmann

Safran und der Pfeffersack

Als teuerstes Gewürz gilt heutzutage Safran. Das Gewürz wird aus den Blüten des gleichnamigen Krokus' (Crocus sativus) gewonnen. Ein Kilogramm kostet bis zu 30.000 Euro. Der Grund für diesen Preis liegt in der aufwändigen Herstellung: Für ein Kilogramm Safran müssen bis zu 200.000 Blüten von Hand geerntet werden.

Auch Vanille zählt zu den teuren Gewürzen. Aktuell liegt ihr Preis bei 700 Euro pro Kilogramm. Etwas 80 Prozent der Vanille-Pflanzen wachsen auf der afrikanischen Insel Madagaskar. Nachdem Versuche gescheitert waren, Vanille außerhalb des Ursprungslands Mexiko anzubauen, gelang es Anfang des 19. Jahrhunderts auf der Insel Réunion, ein Verfahren zu entwickeln, die Vanille-Blüte per Hand zu bestäuben. Die bis heute sehr aufwändige Bestäubung, Ernte und Verarbeitung tragen zum hohen Preis von Vanilleschoten bei. Der Handelsname Bourbon-Vanille kommt daher, dass die Insel Réunion früher Île Bourbon hieß.

Der verächtliche Begriff „Pfeffersack“ hat mit dem einträglichen Geschäft mit Gewürzen im 16. Jahrhundert zu tun. Damals wurden Kaufleute und Großhändler so bezeichnet, weil viele von ihnen durch den Handel mit Gewürzen reich geworden sind. Pfeffer war damals so kostbar, dass man ihn mit Gold aufwog.

Was Chilis so scharf macht

Die Schärfe von Chilischoten gibt die Scoville-Skala an. Sie geht zurück auf Wilbur Lincoln Scoville. Der Pharmakologe entwickelte 1912 einen Test, um die Schärfe von Chilischoten zu bestimmen. Dabei wird der Gehalt von Capsaicin gemessen. Capsaicin kommt in Paprika-Arten wie Chili vor und löst bei Säugetieren einen Hitze- oder Schärfereiz aus. Für die Messung erhielten Paprikafrüchte ohne nachweisbare Schärfe den Scoville-Grad null. Reines Capsaicin liegt bei 16 Millionen Scoville. Das bedeutet, dass für einen Milliliter reines Capsaicin 16 Millionen Milliliter Wasser benötigt werden, um keine Schärfe mehr zu empfinden. Seit 2017 gilt die Carolina Reaper laut dem Guinness-World-Records-Buch als schärfste Chili der Welt.

Scoville	Schärfegrad	Chilisorte (Beispiel)
bis 2.200.000	10+++	Carolina Reaper
bis 1.500.000	10++	Trinidad 7 Pot Primo
bis 1.200.000	10+	Naga Morich
bis 600.000	10	Habanero Red Savina
bis 250.000	9	Jamaican Hot Yellow

Quelle: Redaktionsnetzwerk Deutschland/rnd.de

Bierbrauen!

Hütt Relaunch: zurück zur Kernkompetenz!

Als Brauerei kämpfte das Team der Hütt-Brauerei schwer. Nach einer Zeit mit Lockdowns, abgesagten Festen und geschlossener Gastronomie startet Nordhessens mittelständische Brauerei nun mit einem Marken-Relaunch – einem neuen Werbeauftritt - in die Zukunft durch. „Klare Linien, optimierte Prozesse und ein einheitlicher Markenauftritt“: So bringt Kai Salzmann, Geschäftsführer der Hütt-Brauerei, die neue Strategie auf den Punkt. Die 38 Mitarbeitenden des Teams fokussieren sich auf das, was sie können: das Brauen von Bier – und das bereits seit 1752! „Wir, als einzige mittelständische Brauerei in unserer Region, sind biozertifiziert, brauen mit streng kontrolliertem Brauwasser aus unserem eigenen Tiefenquellbrunnen und Gerste aus der Region. Wir achten auf Nachhaltigkeit und steigern das Bewusstsein unserer traditionellen Werte“, sagt Kai Salzmann. Die vielseitigen Bierspezialitäten aus dem Hause Hütt kommen jetzt in einem klaren Design daher. Das aus Produktion, Marketing, Vertrieb, Logistik und Verwaltung bestehende Team steht mit seinem Wissen, seiner Erfahrung und Leidenschaft für die nordhessische Traditionsmarke. Für Kai Salzmann ist klar: „Unsere Kernkompetenz ist und bleibt: Bier brauen – mit besten Zutaten, erfahrenen Brauern, gutem Brauwasser.“

Info: www.huett.de



Abfüllanlage der Hütt-Brauerei.



Kochen

Schwarze-Bohnen-Suppe

für 4 Personen

Kombiniert mit Gewürzen und Zutaten aus aller Welt sind die kleinen Kraftpakete besonders in der kalten Jahreszeit eine preiswerte und gesunde Delikatesse.

Einkaufsliste

- 400 g schwarze Bohnen
- 4 Stangen Sellerie
- 2 Knoblauchzehen
- 2 rote Zwiebeln
- 1 frische rote Chili
- 1 TL Kreuzkümmel
- 1 Limette
- 1 Olivenöl

Fürs Topping:

- Tofu
- Petersilie
- Sojasoße
- Paprika
- Kresse
- Maisstärke

So wirts gemacht

- Am Vortag: Bohnen nach Packungsanleitung einweichen und köcheln. Bohnenwasser aufheben.
- Sellerie, Knoblauch, Zwiebeln und Chili fein würfeln und in Olivenöl andünsten.
- Bohnen und ca. 400ml des Bohnenwassers dazugeben. 15 Minuten köcheln lassen, bis die Suppe eingedickt ist.
- Mit Stabmixer pürieren.
- Mit Salz, Pfeffer und Limettenabrieb abschmecken.
- Wenn die Suppe zu dick ist, mit etwas Bohnenwasser verdünnen.

Topping Tofu-Petersilie

- Tofu in Würfel schneiden und in etwas Stärke panieren.
- In Rapsöl frittieren.
- Suppe mit Petersilie, Tofu und etwas Sojasoße garnieren.

Topping Paprika-Kresse

- Paprika kleinschneiden und Suppe beliebig mit Paprika und Kresse garnieren.

Rezept: Cathrin Körber

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

Frühstück • Mittag • Kaffee • Süßes • Snack...

Wilhelmshöher Allee 289 • Tel. 400 71 88 • www.anneskaesetheke.de

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

HAUSHALTSWAREN · EISENWAREN
KOCH
KG SEIT 1902

WERKZEUGE · EISENWAREN · SICHERHEITSTECHNIK
GARTENGERÄTE · HEIMWERKERBEDARF
HAUSHALTSWAREN · KÜCHENHELFER
ELEKTROKLEINGERÄTE

FRANKFURTER STRASSE 57 · 34121 KASSEL · TEL. 0561 21019
INFO@EISENWAREN-KOCH.DE · WWW.EISENWAREN-KOCH.DE
f FACEBOOK.COM/EISENWARENKOCH

LECKER ESSEN GEHEN!

Hier stellt die Redaktion eine Auswahl der vielfältigen gastronomischen Angebote vor, die sich in Kassel und der Region finden. Nutzen sie die Weihnachts- und Jahreswechselzeit, um kulinarische Köstlichkeiten aus der Region und der Welt kennenzulernen.



Der Familienbetrieb mit rustikal-modernem Herz

Unser „Hessen á la carte“ Betrieb bietet hochwertige regionale Küche in einem wunderschönen, ländlichen Ambiente. Hier gelingt der Spagat zwischen Tradition und Moderne. Verbringen Sie genussvolle Stunden in unserem Kaminzimmer, ob zu zweit oder mit der ganzen Familie.

Deutsche Eiche Grebenstein
Untere Schnurstraße 3
34393 Grebenstein
05674-233 90 09
www.eiche-grebenstein.com



Klima, Ökonomie, Gemeinwohl

Eine Ausstellung beschäftigt sich mit dem Thema „Bodenpolitik“.

bis Mittwoch, 15. Dezember
Universität Kassel, Neubau ASL, Universitätsplatz 9

Wir leben auf und mit dem Boden. Er ernährt uns, er kühlt die Atmosphäre und wir brauchen ihn zum Wohnen, in der Freizeit und für die Arbeit. Seit der Weltfinanzmarktkrise rentieren sich konservative Geldanlagen nicht mehr, und so haben sich unsere Böden zu begehrten, international nachgefragten Anlageobjekten entwickelt. Steigende Mieten sind ein Beleg dafür. Damit stehen unsere Soziale Marktwirtschaft, unser Gemeinwesen und der Erfolg im Umgang mit dem Klimawandel auf dem Spiel. Der freie Zugang zu Grund und Boden muss also neu verhandelt werden.



Info: www.uni-kassel.de/go/staedtebau

Feinste Bio-Produkte aus Nordhessen

CHATTENGAUER
OELMUEHLE



Dank fairer Kooperation mit regionalen Bio-Landwirten entstehen in der bio-zertifizierten Chattengauer Ölmühle seit 2017 feinste kalt gepresste Bio-Öle mit charakteristischem Geschmack und wertvollen Inhaltsstoffen. Die Leidenschaft zu hochwertigen ökologischen

Produkten lässt in der Ölmühle weitere Bio-Produkte wie Pestos, Aufstriche, Mehle, Nüsse und Seifen entstehen. Das Sortiment ist im ausgesuchten Einzelhandel in der Region und im Online-Shop erhältlich. Im Hofladen wird das Portfolio durch eine große Auswahl unverpackter Lebensmittel ergänzt. Alle Informationen zum Unternehmen, Produktsortiment und Öffnungszeiten des Hofladens in Gudensberg unter: www.chattengauer-oelmuehle.de, facebook und instagram.

Chattengauer Ölmühle | Forstweg 8 | 34281 Gudensberg
05603-91 03 59 | info@chattengauer-oelmuehle.de

Advertorial

Zu Pferd von Nordhessen bis ins Elsass



Zweite Etappe, zwischen Neu-Berich und Basdorf im Kreis Waldeck-Frankenberg.

Drei Frauen, drei Pferde, vier Wochen Zeit: Heike Dippel, Petra Jordan und Gundula Zeitz haben sich einen Traum erfüllt und sind im September von Nordhessen bis ins Elsass geritten. Rund 500 Kilometer legten sie zurück – und erlebten einen unvergesslichen Altweibersommer.

Waaas? So lange – und so weit?!“ Anfangs ernten die drei Frauen noch ungläubige Blicke, wenn sie Freunden und Verwandten erzählten, was ihr Plan für September 2021 ist. Start in Kelze im Landkreis Kassel. Ziel: Elsass, Frankreich. 21 Etappen, Ruhetage sind auch eingeplant, zwischen 15 und 35 Kilometer pro Tag, durch den Habichtswald, Kellerwald, Burgwald, Westerwald, Taunus, Pfälzerwald. Ohne Trossfahrzeug, das Gepäck am Pferd. „Abholen lassen wir uns am 2. Oktober, mit dem Hänger“. „Nee, oder??“ – „Doch!!“ – „Echt jetzt?! Aber ... ihr seid doch auch nicht mehr die Jüngsten ...“ Gemein, auch wenn's schon irgendwie stimmt – aber frau ist so jung, wie sie sich fühlt. Und: Wenn nicht jetzt, wann dann? „Ja – aber warum?“ Nun, DAS können auch nur Nicht-Reiter*innen fragen.

Abschalten vom Alltag. Entspannen. Sich auf einen ganz anderen Rhythmus einlassen: „Zeitdruck, Stress und Hektik sind schnell vergessen, wenn man mit dem Pferd unterwegs ist“, sagt Heike Dippel (57), unterwegs mit Appalosa-Wallach Dakota (11) „Bei kaum einer anderen Gelegenheit lernen sich Pferd und Reiterin so gut kennen wie bei einem Wanderritt, denn man verbringt ja den ganzen Tag

zusammen“, erklärt Petra Jordan (61), zu ihr gehört Tinker-Stute Coby (10). „Den ganzen Tag draußen an der frischen Luft zu sein, die Natur hautnah zu erleben, die Schönheit der Landschaft zu genießen – auch das macht für mich das Wanderreiten aus“, ergänzt Gundula Zeitz (57), unterwegs mit Fjord-Wallach Haldir (11). Die drei Frauen kennen sich über ihr gemeinsames Hobby: Petra Jordan und Heike Dippel, die auch Berittführerin, Geländerittführerin und Übungsleiterin ist, reiten seit ihrer Kindheit und halten seit mehr als 30 Jahren Pferde, Gundula Zeitz hat mit Ende 30 über eine Reitbeteiligung wieder angefangen – und hat sich Haldir zum 50. Geburtstag geschenkt.

Aufwendige Routenplanung

Es war Heike Dippel, die vor gut eineinhalb Jahren die Idee zu dem gemeinsamen Wanderritt hatte, vier Wochen, einfach mal raus. Die Udenhäuserin, die gemeinsam mit ihrem Mann Ottmar eine Pferdewaage betreibt, mit der die beiden bundesweit unterwegs sind, musste nur wenig Überzeugungsarbeit leisten: Petra Jordan, die in



Pausentag auf dem Meiserhof bei Trippstadt (Rheinland-Pfalz).

Grebenstein einen Pflegedienst betreibt, und Gundula Zeitz, selbstständige Redakteurin und PR-Beraterin in Kassel, waren begeistert. „Natürlich wussten wir damals noch nicht, ob das überhaupt klappt, es war ja noch mitten im Corona-Lockdown, als wir die ersten Pläne schmiedeten – aber einen solchen Ritt muss man gut vorbereiten, das dauert seine Zeit“, sagt Heike Dippel.

Zunächst galt es, Quartiere zu finden, meist Wanderreitstationen, die darauf eingerichtet sind, nicht nur Menschen, sondern auch Pferde zu beherbergen. Tatsächlich gibt es ein bundesweites Netz solcher Stationen. Zudem konnten die Dippels ihre zahlreichen Kontakte zu Pferdehaltern nutzen. Dann musste die Route ausgearbeitet werden: „Wir haben die App Komoot genutzt und uns Stellen, die schwierig werden könnten – wie Bundesstraßen- oder Bahnschienen-Überquerungen oder Autobahn-Untertunnelungen –, über Google Earth genauer angeschaut“, sagt Dippel. Aber ist das Reiten überall erlaubt? „Das ist in den Bundesländern unterschiedlich geregelt, in Hessen darf man zum Beispiel auf Straßen und festen Waldwegen reiten, die mindestens zwei Meter breit sind, außerdem auf gekennzeichneten Waldwegen“, erklärt Jordan.

Intensives Training

„Wir haben auch die Pferde trainiert, das hat jede von uns ein bisschen anders gehandhabt“, sagt Zeitz. „Ich habe für Haldir Ende 2020



RIESE & MÜLLER

Jetzt die neuen Riese & Müller Modelle hier Probe fahren.

FAHRRAD HOF

Fahrradhof VSF GmbH & Co.KG
Wilhelmshöher Allee 261 · 34131 Kassel · Tel.: +49 561 471132 · fahrradhof.de

einen richtigen Trainingsplan geschrieben und über den Winter zum Beispiel gezielt an seiner Rückenmuskulatur gearbeitet, an der Aktivierung der Hinterhand, der Trittsicherheit. Im Frühjahr kamen dann immer mehr Ausritte dazu, dabei ging es mir dann auch darum, Kraft und Kondition aufzubauen“, erklärt die 57-Jährige. „Und ich habe mich selbst vorbereitet, habe Gymnastik und Pilates gemacht, bin viel gejoggt und gewandert, denn bei einem Wanderritt geht man ja auch viel zu Fuß, man muss selbst auch fit sein“, ergänzt sie.

Los geht es dann schließlich am 3. September, von Kelze nach Neu-Berich oberhalb des Twistesees, führt die erste Etappe. Dann Basdorf oberhalb des Edersees, Bottendorf im Burgwald, Wetter-Oberrospehe, Gladenbach-Frohnhausen, Bellersdorf, Löhnberg, Beselich-Hünstetten ...

„Dichte Laubwälder, windgepeitschte, baumlose Hochebenen, wuchtige Basaltkegel, verwunschene Seen, Feuchtwiesen, Moore und Auenwälder, aber auch Magerrasen und Heideflächen: Seit Tagen erleben wir, wie vielfältig und abwechslungsreich die hessischen Wälder



Fjordwallach Haldir lässt sich auch dann nicht aus der Ruhe bringen, wenn man ihm seinen Hafer stibitzt.

sind. Einige große Waldgebiete haben wir auf unserer Tour nun schon gestreift: Habichtswald, Kellerwald, Burgwald, Westerwald – in jedem lassen sich schützenswerte Besonderheiten entdecken. Immer wieder stoßen wir auf Natur- und Landschaftsschutzgebiete ...“, schreibt Gundula Zeitz in einem Reisebericht. „Übrigens: Hessen ist in Sachen Wald zusammen mit Rheinland-Pfalz Spitzenreiter in Deutschland: Rund 42 Prozent des Bundeslandes sind von Wald bedeckt – das sind mehr als 894.000 Hektar. Unvorstellbar! Ein Fußballfeld entspricht ungefähr einem Hektar, also sind das ... naja: immer noch unvorstellbar. Aber wunderschön ... Wir genießen die Ruhe in den Wäldern, manchmal begegnen wir stundenlang keinem einzigen Menschen, dafür entdecken wir jede Menge Tierspuren“.

„Die Pferde sind ein Türöffner“

Begegnungen gibt es in den Dörfern, die die drei passieren: „Die Pferde sind ein Türöffner“, sagt Heike Dippel. Ältere Menschen bleiben stehen, sprechen die drei an: „Wie schön, wir hatten auch mal Pferde ...“, und dann erzählen sie von früher. Da ist der junge Handwerker, der gerade von der Arbeit kommt und den Reiterinnen, die ihre Pferde am Wegesrand grasen lassen, Wasser anbietet, da sind die Radfahrer, die am Brunnen rasten und sich die Route beschreiben lassen. „In Dauborn haben wir auf einem Hof gefragt, ob wir unsere Trinkflaschen auffüllen dürfen“, erzählt Heike Dippel, „der Besitzer Holger Becker und seine Freunde waren gerade dabei, die Scheune für ein großes Fest vorzubereiten. Wir haben dann nicht

nur Wasser, sondern auch Kaffee und ein frisch gezapftes Bier bekommen – und wir mussten den Dauborner Korn probieren“. Dauborn, ein Ortsteil der Gemeinde Hünfelden im mittelhessischen Landkreis Limburg-Weilburg, gilt als „Schnapsbrenner-Hochburg“, so jedenfalls erzählt es Becker den Reiterinnen.



Geschafft! Nach 22 Tagen und fast 400 Kilometern erreichen Dakota, Heike Dippel, Coby, Petra Jordan, Haldir und Gundula Zeitz (v. l.) die französische Grenze.

Von Beselich-Hünstetten geht es nach Wiesbaden-Frauenstein, oberhalb des Rheins. Für die Überquerung des Flusses bekamen die Reiterinnen Unterstützung von ihren Männern, die mit dem Pferdehänger kamen: „Den Rhein zu Pferd zu überqueren wäre schwierig gewesen: Die großen Straßen- und Autobahnbrücken kamen natürlich nicht infrage und auf den Fähren werden Pferde nicht unbedingt mitgenommen“, sagt Petra Jordan. „Unsere Männer haben uns dann ein Stück hinter dem Rhein in den Weinbergen wieder ausgesetzt“, schmunzelt sie.

Unerwartete Hilfe

Weiter geht's in Rheinland-Pfalz: Planig, Altenbamberg, Wartenberg-Rohrbach, Trippstadt, Darstein ... hier wäre die Reise für Gundula Zeitz fast zu Ende gewesen: „Bei Haldir war vorne ein Hufeisen locker, der Hufschmied, den unsere Vermieterin Melanie Reiss organisiert hatte, konnte es nicht mehr befestigen. Ohne Hufschutz – Hufeisen oder sogenannte Hufschuhe aus Kunststoff, die eine Profilssole haben und dem Pferd vor dem Ritt angezogen und nachher wieder ausgezogen werden – kann man eine solche Tour aber nicht machen. Ich hatte schon überlegt, wie ich die Rückreise organisiere – da haben uns drei Frauen aus Bayern geholfen, die mit ihren Pferden in unserem Quartier ein paar Tage Urlaub gemacht hatten und am nächsten Tag abreisen wollten. Sie hatten jede Menge Hufschuhe dabei – und ein Paar hat tatsächlich gepasst“, erzählt Zeitz. Der Fjordwallach lief also vorne mit Hufschuhen weiter, „er musste sich erst ein bisschen daran gewöhnen, deshalb bin ich erst viel zu Fuß gelaufen, aber bald ging es super.“

Der kleine Weiler St. Germanshof unmittelbar an der Grenze ist die letzte Station vor dem Elsass. Die drei übernachteten in der Wanderreitstation von Julia Arnswald. „Nach einem ausgiebigen Frühstück in St. Germanshof brechen wir am späten Vormittag Richtung Frankreich auf. Eigentlich ein Katzensprung: Der Bach am Ende von Julius Weiden ist die Grenze. Doch die Brücke, die wir ins Auge gefasst hatten, ist wegen Baggerarbeiten gesperrt. Und auch durch den Bach geht es an der Stelle nicht weiter. Wir suchen uns über unsere App einen anderen Weg ... aber der wird eine echte Herausforderung für uns – und für die Pferde“, schreibt Gundula Zeitz in ihrem Reisebericht.

„Wir sind stolz auf unsere Pferde“

„Wir steigen ab und führen, als aus dem Weg ein schmaler Pfad wird ... Er wird so eng, dass es irgendwann kein Zurück mehr gibt. Rechts geht es steil bergauf, links steil bergab. Hochkonzentriert kämpfen wir sechs uns Schritt für Schritt durch das Gestrüpp, eine gefühlte Ewigkeit ... Am Ende dauert es vielleicht eine halbe Stunde, bis wir eine passierbare Brücke und eine Furt erreichen. Frankreich! Wir sind alle erschöpft, machen erstmal Pause. Dakota, Coby und Haldir schlafen auf der Stelle ein. Wir sind unglaublich stolz auf unsere Pferde! Für uns ist es ein sehr emotionaler Moment, nach 22 Tagen und fast 400 km sind wir nun in Frankreich. Am Nachmittag erreichen wir Lembach im Elsass ...“

Im Elsass werden die Etappen kürzer: „Wir haben das extra so geplant, um die Pferde wieder abzutrainieren“, erklärt Heike Dippel. Obersteinbach, Eguelshardt – das ist schon Lothringen, hier haben die Freundinnen ein Blockhaus gemietet, bleiben ein paar Tage, erkunden die Gegend zu Fuß. Von Eguelshardt geht es noch einmal zurück nach Obersteinbach, dann nach Merkwiler-Pechelbronn und schließlich nach Schleithal, wo sich die drei mit ihren Pferden wie geplant am 2. Oktober abholen lassen.

Es war ein unbeschreibliches Erlebnis, darüber sind sich die drei Frauen einig. „Unter dem Strich hat alles gut geklappt. Es war manchmal eine Herausforderung, aber wir haben uns durchgebissen – und darauf können wir stolz sein“, meint Heike Dippel. „Ich habe viel über mein Pferd gelernt – zum Beispiel, dass es noch gelassener und souveräner ist, als ich dachte“, schmunzelt Gundula Zeitz. Fazit der drei: „Wir würden es wieder tun!“



» Froh & munter –

jetzt wieder zu zauberhaften Weihnachtsmärkten in Ihrer Region mit Bus & Bahn

Die große Weihnachtsmarktkarte des NVV mit 56 Zielen ist erhältlich in NVV-Kundenzentren, NVV-InfoPoints, der Mobilitätszentrale in Eschwege, Rathäusern sowie vielen Gaststätten und Tourist-Infos.

Weitere Infos unter www.nvv.de oder über das NVV-ServiceTelefon unter **0800-939-0800** (gebührenfrei).



DANKESCHÖN!

Für die wunderbare, wertvolle und wichtige Unterstützung in diesem für uns alle nicht ganz einfachen Jahr, bedanken wir uns bei all unseren treuen und gut mit uns verbundenen Kundinnen und Kunden.

Mit ihren regelmäßigen Präsentationen sind Sie es, die unsere redaktionelle Arbeit und die vielfältigen Impulse für Kassel und Region ermöglichen.

Wir freuen uns, auch in 2022 für Sie da sein zu dürfen!

Ihr StadtZeit-Team



EXAMEN 2021

Absolvent*innen und Meisterschüler*innen zeigen ihre Arbeiten.
9. bis 12.12.2021, documenta-Halle

Die Studiengänge Bildende Kunst, Lehramt Kunst, Kunstwissenschaft, Produktdesign und Visuelle Kommunikation der Kunsthochschule Kassel zeigen, was Absolvent*innen und Meisterschüler*innen erschaffen haben.

Die digitale Ausstellungseröffnung mit Begleitprogramm ist am 8. Dezember, 18 Uhr, über examen.kunsthochschulekassel.de zu verfolgen. Mit Beiträgen der Philosophin Eva von Redecker und des Kurator*innenkollektivs der documenta 15, ruangrupa, sowie der Vergabe des Förderpreises, Führungen, Performances und Lesungen.

Öffnungszeiten:

Donnerstag, Freitag: 13 bis 20 Uhr | Samstag, Sonntag: 11 bis 20 Uhr

Digitale Plattform: examen.kunsthochschulekassel.de



Modernste Technik, größter Komfort

Den europäischen Oscar der Kinobranche für den besten Kinoumbau holte der Filmpalast nach Kassel.

Der „Best Cinema refurbishment of the year 2021/22“-Award ging nach der aufwendigen Umgestaltung des Kinos an der Kasseler „Trompete“ an den Filmpalast. Das Haus präsentiert 15 individuell gestaltete Kinosäle, die von modernster Technik über größten Komfort bis hin zu einem bezaubernden Design keine Wünsche offen lassen. Dafür wurden die Macher nun auf internationaler Bühne prämiert. „Uns macht es natürlich sehr stolz und dankbar, in einem internationalen Vergleich, nach der harten Arbeit, die mein Mann und ich sowie unser gesamtes Team in dieses Kino gesteckt haben, nun mit diesem tollen Preis geehrt zu werden“, sagt Juliane de Boer, die gemeinsam mit ihrem Geschäftsführerkollegen Ingo Kraft die Gruppe mit 14 weiteren Kinostandorten leitet.

Info: www.kassel.filmpalast.de

Verschaffen Sie sich Gewissheit über den Zustand Ihres Gehörs. Corona-konform macht die Hörmeisterin bei Kaffee oder Tee einen kostenlosen und unverbindlichen Hörtest nach vorheriger Terminvereinbarung.

HÖRMEISTEREI
am Bebelplatz

Herstellerunabhängige Lieferantin aller Kassen.
Gudrun Surup / Hörakustikmeisterin / Friedrich-Ebert-Straße 145 / 34119 Kassel
Tel. 0561-50 39 59 79 / www.hoermeisterei.de

Hörsysteme nach Maß | Persönliche Beratung | Innovative Messtechnik

Beate Burmester

TRAUERBEGLEITUNG
AURA- & CHAKRENARBEIT
TRANSPERSONALE
PSYCHOTHERAPIE

Telefon: 0170 3251683
www.beate-burmester.de



DenkmalKunst – KunstDenkmal

In Hann. Münden veranstalten Denkmalretter 2022 das 7. Kunstfestival. Am 1. Dezember beginnt der Ticketvorverkauf.

DenkmalKunst – KunstDenkmal (DKKD) ist eine Liebeserklärung an die historische Altstadt von Hann. Münden. Vom 1. bis 9. Oktober 2022 verwandeln sich Denkmäler, Kirchen, Türme, Keller, Mauern und Parks in Orte der Kunst. Bereits 20 Häuser fanden im Anschluss an frühere Festivals neue Eigentümer*innen und wurden vor dem Verfall gerettet. Für 2022 rechnen die Veranstalter mit rund 100 teilnehmenden Künstler*innen und 45 bis 50 Abendveranstaltungen. Tickets gibt es ab 1. Dezember 2021.

Info: www.denkmalkunst-kunstdenkmal.de/hann-muenden

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

RUDOLF STEINER institut
 Ausbildungen für Pädagogik KASSEL

Ausbildung Sozialassistenten
 Eine zweijährige Ausbildung, die jungen Erwachsenen praxisnahe Einblicke in verschiedene soziale Berufsfelder vermittelt.

Ausbildung Sozialpädagogik/ ErzieherIn
 Perspektiven von Wahrnehmung, Handlung und Reflexion erweitern und eigene Lernwege entdecken.

NEU: Teilzeitausbildung Sozialpädagogik/ ErzieherIn
 Die berufsbegleitende Ausbildung zum staatlich anerkannten Erzieher auf Basis der Waldorfpädagogik.

Ausbildung Heilpädagogik
 Viele Kinder geben Rätsel auf - in dieser praxisbegleitenden Ausbildung, gehen wir diesen Rätseln des Individuums auf die Spur...

Beginn Sommer 2022
 Jetzt informieren und bewerben!

Infos: www.steiner-institut.eu
 ☎ 0561 - 930 88 30
 ✉ info@steiner-institut.eu



Bildung für ein gutes Leben

Junge Menschen bereiten sich beim „Bachelor of Being“ auf die Zukunft vor.

Ende Oktober begann auf dem Kragenhof ein innovatives Bildungsprojekt, der Bachelor of Being. 25 junge Menschen im Alter zwischen 18 und 25 starteten eine auf fünf Monate angelegte Reise zu sich selbst. Sie fragen sich: Wo geht's für mich hin im Leben? Was ist eine lebenswerte Zukunft? Wer bin ich angesichts von Klimakrise, Fake-News und KI? Vor Ort begleiten sie die Kulturpädagogin Dr. Imke-Marie Badur, der Meditationscoach Wolf Schneider und der Playback Theater Trainer Markus Hühn. Workshops in politischer und nachhaltiger Bildung, Berufsorientierung und Social Skills runden das Programm ab.

www.bachelor-of-being.de



Mit dem Buschtaxi durch Westafrika

Thomas Bering verfasste ein literarisches Roadmovie.

Braucht es ein Faible für die Apokalypse, um Westafrika zu bereisen? Das fragt Thomas Bering in seinem Buch „Im Schatten – Mit dem Buschtaxi durch Westafrika“. 7.000 Kilometer legt der Autor zurück, meist im Buschtaxi, seltener im Bus oder auf Eselskarren. Eine Reise durch Länder auf den Abstiegsrängen der internationalen Wohlstandstabelle. Sein Buch ist ein literarisches Roadmovie, das die harte Lebenswirklichkeit der Region ungeschminkt, aber immer auch mit einer Prise Humor, schildert. Er berichtet von obskuren Despoten, Drogengeschäften und dem Wahnsinn der Entwicklungszusammenarbeit, von Hotelruinen und deplatzierten Ausländern. Und er beschreibt die gewaltige Anziehungskraft, die der faszinierende Kontinent entwickelt.

„Im Schatten – Mit dem Buschtaxi durch Westafrika“
 Erschienen im Reise Know-How Verlag
 300 Seiten / € 15,-, als eBook € 11,99

Info: www.thomas-bering.de



Heroes Kassel

Das Festival für alle Deutschrapp-Fans bekommt Zuwachs durch weitere Künstler*innen.
 10./11. Juni, Auestadion

Über den bereits bestätigten Headliner K.I.Z hinaus ergänzen weitere Hochkaräter aus dem Deutschrapp-Kosmos das Festival. Als zweiten Headliner heißen die Veranstalter*innen Trettmann willkommen. Der Chemnitzer hat längst bewiesen: Er gehört zur absoluten Deutschrapp-Spitze und damit auch auf die Heroes-Bühne. Ebenso dabei: Jordi Napieray, besser bekannt als badmómzjay. Ihr erstes Album "badmómz" wird sie in Kassel spielen. 01099, Ahzumjot, die boloboy, Bounty & Cocoa, Şoho Bani, Vega und Yugo ergänzen das Künstler*innenteam für das Festival-Zuhause der größten Jugendkultur des Landes.

Info: www.heroes-festival.com/kassel

1. jeden DIENSTAG im Monat

CINEPLEX

BEST OF CINEMA
 Meisterwerke zurück im Kino

ab 5,90€

Best of Cinema

Cineplex CAPITOL Kassel und Cineplex Baunatal präsentieren Meisterwerke des Films.

An jedem ersten Dienstag im Monat präsentieren die beiden Kinos ab dem 7. Dezember in ihrer neuen Filmreihe „Best of Cinema“ Meisterwerke, Klassiker und Kultfilme auf der großen Leinwand: Die fabelhafte Welt der Amélie, Tod auf dem Nil, Mulholland Drive, Total Recall - Die totale Erinnerung, Grüne Tomaten, Reservoir Dogs, Léon - Der Profi (Director's Cut), La Boum - Die Fete, Highlander - Es kann nur einen geben, Die Klapperschlange, Tiger & Dragon.

Filmliebhaberinnen und -liebhaber können sich online oder an der Kinokasse bereits ab 5,90 Euro Tickets für ganz großes Kino sichern.

Info: www.kino-nordhessen.de



Vertreter der Sozialgruppe Kassel e. V. haben die Spende offiziell im JOKA City-Store Kassel an den Geschäftsführer der W. & L. Jordan Stiftung übergeben.

Regionales Aufforstungsprojekt unterstützt!

Mitarbeiter der Sozialgruppe Kassel spenden 1.000 Euro.

Durch eine gemeinschaftliche Sammelaktion unter den Mitarbeitenden der Sozialgruppe Kassel e.V. wurden Anfang November 1.000 Euro an das Aufforstungsprojekt „Baumpate“ der W. & L. Jordan Stiftung übergeben. Die Stiftung pflanzt damit 333 Bäume in einem nordhessischen Wald in der Nähe von Fritzlar, die zukünftig für die Bindung und Speicherung von CO2 sorgen. Mit ihrer Spende setzen sich die Mitarbeiter aktiv für den Klimaschutz ein und zeigen regionales Engagement. Die W. & L. Jordan GmbH, die die Aktion 2019 anlässlich ihres 100-jährigen Firmenjubiläums zusammen mit der W. & L. Jordan Stiftung ins Leben gerufen hatte, verdoppelt diese Spende noch einmal.

Info: www.jordan-baumpate.de

KLARHEIT UND STABILITÄT
 GRUNDKURS YOGA

THEORIE UND PRAXIS
 240 EINHEITEN
 ONLINE UND PRÄSENZ

workshops | moderation | coaching | zeitgestaltung
www.forum8.de
 Eva Keller

das Zeitliche segnen
 Jürgen Dahlfeld
 Bestattungen

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

LebensSpielRaum
 Petra Kimm
 Yin & Beauty Celebration
 fon +49 (0)561 . 430 212 95
www.lebensspielraum-kassel.de



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



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



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



FILMLADEN

Der Schein trägt

(Nebesa)
Serbien/Mazedonien/Deutschland/Kroatien/Slo-
wenien 2021
Regie und Drehbuch: Srdjan Dragojevic
Mit: Goran Navojec, Ksenija Marinkovic, Bojan Na-
vojec u.a. / 122 Min.

Eine wilde Satire mit anarchischem und teils ziemlich rabiatem Humor, die in drei Episoden und zahllosen unerwarteten Wendungen von Gewinnern und Verlierern im neokapitalistischen, postsocialistischen Europa erzählt. Stojan ist ein unbescholtener Mann, fürsorglicher Familienvater und sehr bescheiden. Ein Kurzschluss der Glühbirne bringt ihm unverhoffte Erleuchtung: ein Heiligenschein zielt plötzlich Stojans Haupt. Er wird zu der Attraktion in der Nachbarschaft und stellt das beschauliche Leben seiner Familie auf den Kopf. Stojans Frau Nada ist vom Trubel schnell genervt. Das Ding muss weg und eine Mütze ist bekanntlich keine Dauerlösung. Doch nachdem auch gründliches Haarwaschen nichts bringt, verdonnert sie ihren Mann zu einem ausgiebigen Curriculum in Sachen Sünde. Ein bisschen Völlerei hier, ein wenig Ehebruch dort. Je herzloser Stojan seinen Vorteil ausnutzt, umso bereitwilliger wird er von den Nachbarn als moralische Instanz akzeptiert. Es stellt sich heraus: der schöne Schein überstrahlt auch noch den schlimmsten Frevel.

Geplant zum Bundesstart am 16.12.



BALI KINO

Annette

Frankreich/Deutschland/Belgien/Mexiko/Japan/
Schweiz 2021
Regie & Buch: Leos Carax
Mit: Adam Driver, Marion Cotillard, Simon Helberg,
Rebecca Dyson-Smith u.a. / 139 Min.

Henry ist erfolgreicher Stand-Up-Comedian im Stile eines Lenny Bruce, der sein Publikum nicht mit amüsanten Anekdoten begeistert, sondern mit betont schockierenden, misogynen Auftritten. Als große Publikumsbeschimpfung könnte man das bezeichnen, als öffentlich ausgetragenen Kampf mit den eigenen Dämonen. Ganz anders seine große Liebe Ann, eine liebevolle Opernsängerin. Das gemeinsame Kind scheint das Glück zu vervollständigen, doch dieses Kind namens Annette ist anders: Sie ist eine Puppe, eine Marionette, allerdings ohne sichtbare Fäden. Die öffentliche Beziehung des Paares fordert ihren Preis, bei einem Bootsausflug in stürmischer See kommt Ann ums Leben. Dass Henry bald darauf bei einem Auftritt Witze über den Mord an seiner Frau macht, lässt ihn erst recht verdächtig erscheinen. Allein mit Annette lebt Henry nun und plötzlich beginnt Annette zu singen und wird binnen kürzester Zeit zum großen Star. „Annette“ ist der Eröffnungsfilm der diesjährigen Filmfestspiele in Cannes gewesen und wurde dort mit dem Regiepreis ausgezeichnet.

Geplant zum Bundesstart am 16.12.



GLORIA

Monte Verità - Der Rausch der Freiheit

Schweiz 2020
Regie: Stefan Jäger
Mit: Maresi Riegner, Max Hubacher, Julia Jentsch,
Hannah Herzprung u.a. / 116 Min.

1906: Eine Zeit im Umbruch. Ängste und Hoffnungen prägen die Gesellschaft. Die ersten Aussteiger - zu denen auch der junge Hermann Hesse zählt - suchen ihr Paradies und finden es im Süden der Schweiz, auf dem Monte Verità. Die Reformer legen nicht nur ihre Kleider ab, sondern ebenso das geistige Korsett, an dem die Gesellschaft zu ersticken droht. Auch die junge Mutter Hanna Leitner zieht es ins tessinische Ascona, um ihrer bürgerlichen Rolle zu entfliehen. Hin- und hergerissen zwischen Schuldgefühlen gegenüber ihrer zurückgelassenen Familie und der Faszination eines selbstbestimmten Lebens entdeckt Hanna nicht nur ihre Leidenschaft zur Kunst der Fotografie, sondern findet - inmitten idyllischer Natur - ihre eigene Stimme. „Monte Verità - Der Rausch der Freiheit“ erzählt die Geschichte einer Frau, die gequält von innerer Zerrissenheit ihren eigenen Weg findet. Das historische Drama, das auf wahren Gegebenheiten basiert, wirft die immer noch aktuelle Frage auf, wieviel Selbstbestimmung eine Frau in ihrem Leben haben darf, ohne dabei von der Gesellschaft kritisiert zu werden.

Geplant zum Bundesstart am 16.12.

taz #leavonoonebehind

Solidarische Weihnachten

Mit diesem Paket unterstützen Sie die Initiative Luftbrücke Kabul

Auch nach der Machtübernahme der Taliban kann diese Initiative erfolgreich Menschen aus Afghanistan ausfliegen. Wir leiten 25 Euro als Spende weiter und erhöhen diese Summe noch um 10 Euro pro bestelltem Geschenkpaket. Ein in jeder Hinsicht solidarisches Angebot.

Jetzt im taz Shop bestellen unter taz.de/geschenkabo

Das taz-Geschenkpaket

- + Geschenkgutschein für 10 Wochen taz
- + 25 € Spende an Luftbrücke Kabul
- + Safran aus Afghanistan

für 50 Euro

Luftbrücke Kabul

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

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 / Harleshausen | 0561 / 67412
cornelia.hold@arcor.de | www.yogasana-kassel.de

**stadtzeit-
kassel.de**

SprechZeit - der mittendrin-Podcast

In der SprechZeit kommen Menschen aus Kassel, der Region und darüber hinaus zu Wort. Die Gäste berichten über die Themen, die ihnen am Herzen liegen, oder über Projekte und Initiativen, für die sie sich engagieren.

Aktuelle Themen:

- Kultur im Stadtteil - Menschen erreichen
Mit Birgit Hengesbach-Knoop (Frauentreff Brückenhof), Britta Wagemann (Raamwerk - Studio für Kunst, Sozial, Kommerz) und Gunther Burfeind (Stadtteilzentrum Agathof)
- Kultur im Stadtteil - Partizipation gestalten
Mit Maïke Bruse (Essbare Stadt e.V.), Svenja Schröder (Studio Lev e.V.) und Frank Fornaçon (Kirche im Hof und Kassel West e.V.)
- Zeitgenössisch Tanzen
Mit Thorsten Teubl, Tanzdirktor von TANZ_KASSEL, Staatstheater Kassel

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

WINTERFERIEN 21/22

Weihnachtssterne marmorieren
23.12.2021 von 10.00-12.00 Uhr für 4-7-Jährige
23.-12.2021 von 12.30-14.30 Uhr für 7-9-Jährige

Hundertwasser- Weihnachtliche Stoffbilder
23.12.2021 von 15.00-17.30 Uhr für 9-12-Jährige

Die Farben der Arktis
27.-28.12.2021 von 10.30-12.00 Uhr für 8-10-Jährige
27.-28.12.2021 von 12.30-14.00 Uhr für 11-13-Jährige

Zeichnkurs: Hände und Füße
27.-28.12.2021 von 14.30-16.30 Uhr für 12-15-Jährige
27.-28.12.2021 von 17.00-19.00 Uhr ab 16 Jahren

Das Bohnenfest
06.01.2022 von 10.00-12.30 Uhr für 4-7-Jährige
06.01.2022 von 13.00-15.30 Uhr für 8-9-Jährige

Let it snow! Schnee- und Glitzerkugeln
06.01.2022 von 16.00-17.00 Uhr für 5-8-Jährige
06.01.2022 von 17.30-19.30 Uhr für 8-10-Jährige

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
16-20-Jährige 18.00 bis 19.30 Uhr

Mittwoch:
4-7-Jährige 15.30 bis 17.00 Uhr
10-13-Jährige 17.15 bis 18.45 Uhr

Donnerstag:
Ästhetische Früherziehung
3,5-5-Jährige 16.00 bis 17.00 Uhr (neu)
12-15-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

KUNST-GEBURTSTAGE:
Wir veranstalten zu vielen Themen und Techniken einen Kindergeburtstag der in Erinnerung bleibt!

HEROES FESTIVAL

K.I.Z

TRETTMANN

01099 - AHZUMJOT

BADMOMZJAY

BOLOBOYS

BOUNTY & COCOA

SOHO BANI - VEGA

YUGO - UVM.

10.-11. JUNI 2022
AUESTADION, KASSEL

Infos: www.heroes-festival.com

Facebook: [facebook.com/heroes-festival](https://www.facebook.com/heroes-festival) Instagram: [instagram.com/heroes-festival](https://www.instagram.com/heroes-festival)

Jetzt Promocode »STADTZEIT-316904« verwenden und 5€ pro Festivalticket sparen!*

Dieser Promocode ist ausschließlich gültig für Festivaltickets für Heroes Festival Kassel. Rabattierte Produkte sind ausschließlich Tickets der Kategorien: Weekend Ticket (Early Bird), Weekend Ticket (Phase 1) und Weekend Ticket VIP. Beim Kauf wird der Promocode nach Eingabe automatisch auf alle im Warenkorb befindlichen Tickets der genannten Kategorien angewandt. Der Promocode kann nur auf <https://www.heroes-festival.com/kassel> eingelöst werden. Der Aktionszeitraum gilt vom 01.12.2021 bis spätestens zum 31.01.2022. Die Anzahl der einlösbaren Promocodes ist limitiert, sodass ein Ende des Aktionszeitraumes schon vorher eintreten kann.

Textwerkstatt Pressemeldung

Optimieren Sie die handwerklichen Grundlagen für Ihre Präsenz in den Medien.

Die Pressemeldung ist das zentrale "Werkzeug", um Redaktionen für das Vermitteln Ihrer Botschaft an die Öffentlichkeit zu begeistern. Um auf Ihren eigenen Kanälen wie Newslettern, Internetseiten und Social Media-Accounts zu erscheinen, eignet sie sich ebenfalls hervorragend als Grundlage. In der "Textwerkstatt Pressemeldung" beschäftigen wir uns intensiv mit dem Verfassen und Optimieren von Texten, die für die Medien und damit für die Öffentlichkeit bestimmt sind. Der Wechsel von inhaltlichen Inputs, Einzel- und Gruppenübungen und gemeinsamen Reflexionen des Erarbeiteten vermittelt Ihnen die handwerklichen Grundlagen für das Verfassen guter Pressemeldungen.

Online-Workshop:
Samstag, 29.12.2022, 10.30 bis 13.30 Uhr

Anmeldung:
Klaus Schaaake | Tel. 0561-475 10 11
www.oeffentlichkeitswirksam.de

Alle Veranstaltungsankündigungen unter Vorbehalt

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

evangelisches
forum
kassel

Die klimastabilen Wälder der Zukunft – wie uns Modelle dabei helfen können, die Folgen des Klimawandels im Wald abzumildern
Referent: Dr. Matthias Schmidt, Nordwestdeutsche Forstliche Versuchsanstalt
Evangelisches Forum
20.1.2022, 19 Uhr

Vom Porträtrecht zur Porträtpflicht. Die Darstellung des Menschen in der bildenden Kunst
Referentinnen: Kunst und Kaviar
Gottesgleich oder bildunwürdig? Von der Antike bis ins späte Mittelalter
22.1.2022, 16 Uhr ONLINE
Aufbruch in die Moderne. Die Darstellung des Menschen bis zur Französischen Revolution
12.2.2022, 16 Uhr ONLINE

Wege zu einer Verkehrswende für Kassel
Referenten: Prof. Dr. Carsten Sommer, Universität Kassel; Christof Nolda, Dezernent für Stadtentwicklung, Bauen, Umwelt und Verkehr
Evangelisches Forum
25.1.2022, 19.30 Uhr

Holocaust-Gedenkkonzert Klezmer im Elfenpalast
Birke Falkenroth, Harfe
Helmut Eisel, Klarinette
CROSS jugendkulturkirche
27.1.2022, Einlass: 18 Uhr, Beginn: 19 Uhr

Wie kann man über Gott und den Menschen reden? Einige Antworten aus dem Brief des Jakobus
Referent: Dr. Michael Glöckner, Stadtdekan
Evangelisches Forum
21.2.2022, 19.30 Uhr

Bildpredigt Heimat – Flucht – Hoffnung auf ein besseres Leben
Referent*innen: Frank Bolz, Pfarrer; Angelika Spöth, Kunsthistorikerin
Hessisches Landesmuseum
27.2.2022, 12 Uhr

Für alle Veranstaltungen Anmeldung an ev.forum.kassel@ekkw erforderlich. Es gilt die 3G-Regel, Nachweis bei Eintritt.

Durch Präzision zur Meditation
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

**stadtzeit-
kassel.de**

webdesign@
evabogner.de
freundlich und modern

TEXTWERK STATT Büro für Ihre Kopien und Drucksachen
Coronagerechte Auftragsabwicklung, individuell nach Absprache
textwerkstatt-kassel@arcor.de
Friedrich-Ebert-Straße 48, Tel. 0561 2022550

- Layout, Druck und Weiterverarbeitung
- Digitale Dienstleistungen rund um Text und Bild, Erstellung und Vervielfältigung





**ANTHROPOSOPHISCHES
ZENTRUM KASSEL**

Mittwoch, 12.01.2022, 20.00 Uhr
Vortrag: Die Geburt der Geistigen Sonne - Meditative Wege und Erfahrungen
Corinna Gleide, Heidelberg, Meditationslehrerin

Freitag, 04.02.2022, 20.00 Uhr
Vortrag mit Musik: "Gilgamesch und Enkidu - eine weltgeschichtliche Freundschaft"
Zum gemeinsamen Karma von Rudolf Steiner und Ita Wegman, Steffen Hartmann, Hamburg

Sonntag, 16.01.2022, 11.30 Uhr
Ausstellungseröffnung: Zwei Mitarbeiterinnen – zwei Kontinente – zwei Lebensgeschichten
Lilian Moreno – Mona Gassim, beide Kassel
Einführung: Dr. Ellen Markgraf, Kassel
Anmeldung für die Eröffnung unter 0561 / 930 88-49 oder kultur@az-kassel.de
Ausstellungsdauer: 16.01. - 13.02.2022
Öffnungszeiten: Mo. - Do. 10.00 – 16.00 Uhr, Fr. 10.00 - 13.00 Uhr |
Je nach der aktuellen Corona-Regelung kann auch zum Besuch der Ausstellung eine Anmeldung notwendig sein. Die jeweilig aktuellen Regeln können Sie beispielsweise auf der Homepage der Stadt Kassel erfahren.

Dienstag, 15.02.2022, 20.00 Uhr
Vortrag: Dreigliederungsprozesse in der Natur, im Menschen und in der Gesellschaft
sal – mercur - sulphur
Joseph Hörtreiter und Dr. Rainer Werthmann, beide Kassel

Samstag, 26.02.2022, 20.00 Uhr
Eurythmie-Aufführung Verwandlungen
Eurythmiebühne-Nürnberg
Rainer Maria Rilke, szenisch dramatische Dichtung „Die Blinde“ sowie Texte von Rilke, Novalis und Steiner sowie Werke von César Franck, Claude Debussy u.a.

Samstag, 22.01.2022, 15.00 Uhr und 19.00 Uhr: **Filmvorführungen European Outdoor Film Tour 2021**
Veranstalter: E.O.F.T. Thalkircher Str. 58, 80337 München
VVK bei Kletterkogel, Garde-du-Corps-Str.1, 34117 Kassel 0561 776192 oder WWW.EOFT.EU

Mittwoch, 02.03.2022, 20.00 Uhr:
Vortrag: Die TAO-Mysterien
Eva Folle-Schneider, Herrnburg

Sofern nicht anders benannt, ist die Anthroposophische Gesellschaft, Zweig Kassel der Veranstalter.
Anmeldungen für diese Veranstaltungen unter: Tel. 0561 / 6 81 80 oder udo-heinkel@online.de

Marc Marshall – Weihnachtskonzert



Tobias Wirth

Liebe, Frieden, Respekt

Donnerstag, 16.12.2021, Volkmarsen – St. Marienkirche

Wo seine Stimme erklingt, öffnen sich die Herzen der Menschen: Marc Marshall, der Meister der leisen Töne, ist mit einem neuen Weihnachtsprogramm auf Tour. Sein neues Weihnachtskonzert besteht aus traditionellen Weihnachtsliedern und weihnachtlichen Texten. Auch Lieder, die Familie und Freundschaft ehren, werden erklingen. René Krömer begleitet Marc Marshall am Flügel. Zusammen spielen, singen und schwelgen sie zusammen in Gedichten, Liedtexten und persönlichen Geschichten.

Info: www.marcmarshall.de

Tickets: An allen bekannten VVK-Stellen und: Volkmarsen: Raiffeisenbank | Ehringen: Raiffeisenbank | Wolfhagen: Autohaus Ostmann
Telefon: Hotline: 0172-7629190 | Internet: www.reservix.de, www.eventim.de

ARENA der Attraktionen

Als Kasseler Weihnachtscircus gastiert die ARENA der Attraktionen mit ihrem kreativen Artistenensemble in Kassel mit einem bunten zeitgemäßen Programm für die ganze Familie.




18. Dezember 2021 bis 9. Januar 2022
Neben dem ALDI Fuldata, Ihringhäuser Strasse/Ecke Ziegelei

Der Weihnachtsmann mit Esel und Rind, eine Schar bunter Engel, ein orientalisches Traum aus „Tausend und einer Nacht“ mit einer Karawane mächtiger Kamele, ein feuriger Fakir, ein Narr und Clown Angelo, eine elegante Luftdarbietung an langen Tüchern, eine Rasselbande eigensinniger Ponys, eine im Fischernetz anmutig durch die Luft schwebende Nixe, kunstvoll kreisende Hula-Hoop-Reifen, schwungvolle Akrobatik am Luftring, edle Araberhengste und andere Pferde, tollkühne Akrobatik auf einem schnell rotierenden Todesrad – und all das mit passender musikalischer Begleitung und modernster Lichtregie bietet die ARENA der Attraktionen.

Kartenvorverkauf/Zeiten:
Vorstellungen werktags immer um 16 Uhr
samstags: 16 Uhr und 19.30 Uhr
Sonntags: um 11 und 15 Uhr
Heiligabend: nur um 14 Uhr
Am 23. Dezember keine Vorstellung.

Info: www.circus-arena.com | www.facebook.com/arenaattraktionen
Karten vorreservieren unter: Tel. 0176-70 93 64 40

IMPRESSUM

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

StadtZeit Kassel erscheint 6 Mal jährlich
Auflage: 10.000
Druck: Druck- und Verlagshaus Thiele und Schwarz GmbH
Erscheinungstermin: Mitte der geraden Monate
Anzeigenpreisliste: 2021

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

Grafik/Layout: Maria Rufle

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

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

Für namentlich gekennzeichnete Beiträge sind die Autorinnen und Autoren verantwortlich. Die Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion und des Herausgebers wieder.

ADVERTORIALS
Das StadtZeit Kassel Magazin ist eine zu 100 Prozent werbefinanzierte Publikation. Über klassische Inserate hinaus ermöglicht die printszenrolle verlag & medien GmbH Interessierten, sich mittels Advertorials zu präsentieren. Es handelt sich dabei um redaktionell aufgemachte Werbebeiträge von Kundinnen und Kunden, die mit "Advertorial" gekennzeichnet sind. Für Advertorials gilt die jeweils aktuelle Preisliste, die auf der Webseite einsehbar ist.

PRESSEMELDUNGEN
Pressemeldungen mit dem dazugehörigen Bildmaterial können an einer Veröffentlichung interessierte Personen, Institutionen und Unternehmen jederzeit an die Redaktion übermitteln. Die Redaktion prüft diese Informationen und bereitet sie gegebenenfalls für die Veröffentlichung auf. Kürzungen und Umstrukturierungen von Texten behält sich die Redaktion vor. Garantien für eine kostenfreie Veröffentlichung gibt es nicht.

Für dem Gemeinwohl verpflichtete Initiativen und Vereine gibt es das Modell eines Druck- und Verteilkostenzuschusses, um eine Veröffentlichung zu ermöglichen. Weitere Informationen dazu gibt es über die Redaktion.

www.stadtzeit-kassel.de

DAS STADTZEIT-TEAM DER AKTUELLEN AUSGABE



Paula Behrendts studiert Soziologie an der Universität Kassel. Für das StadtZeit Kassel Magazin transkribiert sie Interviews, recherchiert und schreibt Beiträge. Darüber hinaus ist sie für die Social-Media-Auftritte bei Facebook und Instagram von StadtZeit und mittendrin zuständig.



Johanna Groß ist Filmemacherin, Fotografin und Gesichtenerzählerin. Sie interessiert sich für die tiefen Belange menschlichen Lebens und beobachtet gern Alltagsmomente. Bibliotheken durchforstet sie mit Freude nach neuen Inspirationsquellen.



Leonie Heidel studiert Bildende Kunst an der Kunsthochschule Kassel. Davor hat sie in Augsburg ihren Bachelor in Kommunikationsdesign gemacht. Sie interessiert sich außerdem für Philosophie, Theater, Tanz und Musik.



Eva Metz. Die Liebe zur Natur, das Interesse an Ernährungsthemen und die Schulung der Achtsamkeit prägen Ihr Leben. Als studierte Oecotrophologin und MBSR-Achtsamkeitslehrerin ist es Ihr ein Anliegen, die Begeisterung und das Bewusstsein für eine vitale Lebensweise bei Ihren Klienten zu wecken.



Johanna Nöh studiert Nachhaltiges Wirtschaften an der Universität Kassel. Sie interessiert sich für die kleinen und großen Veränderungen hin zu einer nachhaltigen Entwicklung in der Stadt und schreibt gerne darüber.



Nuria Rojas Castañeda studiert bildende Kunst an der Kunsthochschule Kassel. Sie schreibt Kurzgeschichten und dokumentiert gerne das Alltagsgeschehen mit Zeichnungen, Fotografien und Audioaufnahmen.



Maria Rufle ist freiberufliche Grafikerin und Webdesignerin mit beruflichen Wurzeln in der Kunsttherapie und Sozialpädagogik. Sie macht die Grafik fürs StadtZeit-Magazin.



Iryna Sauerwald begleitet als studierte Wirtschaftswissenschaftlerin Projekte und organisiert die Kundenkommunikation. Die persönliche Beratung von Werbekunden und denen, die es noch werden möchten, ist ihr Ding.



Klaus Schaake ist Miterfinder 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.



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



Amelie Stute studiert Illustration und Redaktionelles Gestalten an der Kunsthochschule Kassel. Beobachtungen aus dem Alltag sind Inspirationsquelle für Ihre Geschichten und Illustrationen.



Flic Flac

Das
12. Festival
der Artisten

Vom 21.12.21. bis zum 09.01.22 auf dem Friedrichsplatz in Kassel.
Tickets unter [FlicFlac.de/Kassel](https://www.flicflac.de/Kassel), 0800-06 06 06 11 oder an den bekannten Vorverkaufsstellen



reservix
die ticketexperten

Glinicke / Ihre Mobilität

HNA