



129

StadtZeit

KASSEL
MAGAZIN

... für die Fuldastadt
und die Region.
No. 129 • Jahrgang 23
HERBST 2026
Mitte Sept. - Mitte Nov.

HANDGEMACHT
LEBENSMITTEL SELBST HERSTELLEN



ARCHITEKTUR
MEHRGENERATIONENWOHNEN IM EIGENHEIM

UNTERWEGS
MIT GENUSS IM HERBST WANDERN



AUF DEM LAND
NAHVERSORGUNG NEU DENKEN

Wir sind der Campus, an dem du Daten in Lösungen übersetzt. Wir sind die Universität Kassel.



Informiere dich jetzt zu unseren technischen Studiengängen
und werde Teil einer gemeinsamen nachhaltigen Zukunft.



#unikassel360grad
www.uni-kassel.de

U N I K A S S E L
V E R S I T Ä T

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

„Irgendwas mit Karma!“, schallte es dem Schreiber dieser Zeilen in den vergangenen Wochen bei mehreren Gelegenheiten entgegen, als er gegenüber Menschen der jüngeren Generation seinen Spruch auf sagte und anschließend in solide fragende Gesichter blickte. So geschehen in der Mensa der Ingenieurschule oder in der Kassenschlange beim Kleinkrämer.

Was war passiert? In einem Fall hatte der Zeilenschreiber einem jungen Mann den Vortritt beim Durchschreiten einer Tür gelassen, bei der anderen Gelegenheit blickte er an der Kasse stehend auf das Einkaufsprogramm der jungen Frau hinter sich und ließ sie mit ihren zwei Teilen vor.

Beide hatten die Etikette drauf, sich für diese kleine Alltagsaktion freundlich zu bedanken. Und dann sagte der Schreiber, was er in solchen Momenten zu sagen pflegt: „Gerne! Das war die Pfadfindertat für den heutigen Tag!“

Wie oben schon kurz angedeutet, evozierte dieser Ausspruch fragende Gesichter, auch wenn die Botschaft irgendwie doch richtig angekommen schien. Vor dem Hintergrund, dass der Schreiber dieser Sache auf den Grund gehen wollte, ließ er es sich natürlich nicht nehmen, eine klitzekleine Erweckungspredigt zu diesem Ausspruch aus der Welt der Pfadfinder zu halten, nach dem die beiden jungen Leute verneinten, in ihrer bisherigen Karriere als Mensch jemals einen solchen Spruch gehört zu haben. „Jeden Tag eine gute Tat, ist das Motto der Pfadfinder“, quoll es in leicht pädagogisch angehauchter Mission aus ihm heraus.

Nächstes Fragezeichen in den Augen der jungen Menschen. Pfadfinder? Nicht, dass der Zeilenschreiber jemals einer solchen Organisation angehörte, was ihm angesichts seiner soliden Orientierungslosigkeit zweifellos gut angestanden hätte... – aber dass sich jetzt auch noch ein Fragezeichen ob der Vokabel „Pfadfinder“ im Gesicht abzeichnete, war doch einigermaßen überraschend.

Wie auch immer. In der Kassenschlange gab es noch die Möglichkeit, etwas weiter auszuholen. Der Zeilenschreiber dachte kurz nach und ihm kamen Donald Duck und das Fähnlein Fieselschweif in den Sinn. Im inneren Kurzdialog sagte eine Stimme: „Damit brauchst du jetzt nicht kommen. Das ist, als würde Opa vom Krieg erzählen.“

Genauso ein Spruch, den die nachwachsenden Generationen vielleicht nicht mehr einordnen können, denn 2026 dürften – glücklicherweise – deren Großeltern oft schon in den Nachkriegsjahren geboren sein.

Schon erstaunlich, in welchen kommunikativen Parallelwelten sich Menschen bewegen. Und doch irgendwie auch beruhigend, dass die Grundbotschaft irgendwie ihren Weg in die Hirnwindungen der jungen Leute fand.

Soweit aus der Parallelwelt. Jetzt hofft der Zeilenschreiber zusammen mit seinem Team, dass die Herbstausgabe auch bei Ihnen die ein oder andere Hirnwindung erreicht.

Wir wünschen viel Freude beim Vertiefen der gewonnenen Einsichten. Haben Sie einen guldernen Herbst und machen Sie mal wieder irgendwas mit Karma!

Ihr
Klaus Schaake

PS:
Wer Rechtschreibfehler entdeckt, finde mit ihnen gänzlich neue Pfade.

ARCHITEKTUR & STADT 4
VOM EIGENHEIM ZUM
MEHRGENERATIONENWOHNEN

WOHNEN & LEBEN 12
HOFFNUNG IST EIN TUWORT

WIRTSCHAFT & UMWELT 20
LÄNDLICHE NAHVERSORGUNG NEU

GESUND LEBEN 26
SELBSTFÜRSORGE VS. EGOISMUS



ESSEN & GENIEßEN 30
LEBENSMITTEL SELBER MACHEN

UNTERWEGS 38
GENUSSWANDERN IM HERBST

KULTUR 43
43. KASSELER DOKFEST

KURZMELDUNGEN 55
INFOS UND AUSGEWÄHLTE
VERANSTALTUNGEN

VERANSTALTUNGEN 57
TERMINE & PROGRAMMHINWEISE

IMPRESSUM 62

Titelbild Foto: unsplash/franzy meyer



Die straßenseitige Ansicht des umgebauten und modernisierten Hauses in Fritzlar.



Blick auf das frühere Erscheinungsbild des 1970er-Jahre-Hauses und aktuelle Perspektiven nach Umbau und Modernisierung.



Vom Eigenheim zum Mehrgenerationenwohnen

Wie sich ein in die Jahre gekommenes Einfamilienhaus zeitgemäß und nachhaltig umbauen und nutzen lässt zeigt das Pilotprojekt „4_Gewinnt!“ in Fritzlar.

Von der Straße aus hat sich auf den ersten Blick wenig verändert. Das Haus in der Galbächer Warte in einem Neubaugebiet der 1970er-Jahre steht weiterhin mit seiner ursprünglichen Kubatur am Hang und fügt sich in das umliegende Einfamilienhausgebiet ein. Im Inneren dagegen entstanden durch eine neue Raumaufteilung vier eigenständige Wohnungen. Das Spannende: Dafür musste das Gebäude weder wachsen noch einem Neubau weichen.

Vier Wohnungen unter einem Dach

Um Platz für zwei größere Maisonettewohnungen für Familien und zwei kleinere

Apartments zu gewinnen, bezog die Planung auch Flächen ein, die zuvor kaum eine Funktion erfüllten. Im Untergeschoss lagen vor allem Technik- und Nebenräume, der Dachboden diente als Abstellfläche. Heute gehören beide Etagen ganz selbstverständlich zum Wohnraum. Neue Gauben schaffen mehr Platz unter dem Satteldach, ein Lichtschacht bringt Tageslicht in die Räume im Untergeschoss. Jede Wohnung verfügt über einen eigenen Eingang von außen. So bewahren die Bewohner:innen trotz der vier Parteien das Gefühl eines eigenen Zuhauses. „Das ist für solche Einfamilienhaus-Areale unglaublich wichtig, dass man nicht in einen anonymen Eingang geht“, erklärt Gerhard Greiner, Architekt und Bauherr

des Projekts. Gartenzugänge, ein Balkon und Loggien öffnen die Wohnungen zum Außenraum. Eine gemeinschaftliche Terrasse bietet darüber hinaus Platz zum Spielen, Zusammensitzen und Grillen.

Das Bestehende weiter nutzen

Der Umbau folgt dem Grundsatz, möglichst viel von der bestehenden Bausubstanz zu bewahren. „Die beste Ersparnis ist, das Vorhandene weiter zu nutzen“, erklärt Gerhard Greiner. So blieben Rohbau, Dachtragwerk und Estrich erhalten, gebrauchte Dachsteine und Sanitärobjekte fanden eine neue Verwendung. Auch notwendige Eingriffe beschränkten sich auf ein Minimum. Für die Fußbodenheizung frästen die Bauausführenden schmale Rillen in den alten Estrich und verlegten darin die neuen Leitungen. Die bereits vorhandene Treppe verbindet die Ebenen einer Maisonettewohnung und eine neu eingebaute

Standort: Galbächer Warte 23, 34560 Fritzlar
Bauherr: Gerhard Greiner
Bauzeit: 2023 bis März 2024
Architektur: HHS Planer + Architekten AG
Fotos: Gerhard Greiner

Treppe übernimmt diese Funktion in der zweiten. Bei neuen Bauteilen setzte der Bauherr auf nachwachsende Rohstoffe: Holzfaser und Zellulose verbessern heute die Dämmung des Hauses. Eine Wärmepumpe ersetzt die frühere Ölheizung, eine Photovoltaikanlage unterstützt die Energieversorgung. Selbst der ehemalige Öltank erfüllt nach seiner Reinigung weiterhin einen Zweck: Er sammelt nun Regenwasser für den Garten.

Neue Perspektiven für Einfamilienhäuser

Das Projekt greift eine Frage auf, die viele Einfamilienhäuser in der gesamten Republik betrifft: Wie lässt sich eine solche Immobilie an veränderte Lebenssituationen anpassen? Während sie Familien zunächst viel Platz bieten, wohnen nach dem Auszug der Kinder oft nur noch ein oder zwei Personen auf derselben Fläche. Auch Gerhard Greiner kannte

diese Situation aus seinem Elternhaus in Fritzlar. Mit dem Umbau entschied er sich dafür, den verfügbaren Raum künftig auf mehrere Haushalte aufzuteilen. Dabei sollte sich das neue Mehrfamilienhaus weiterhin in das umliegende Wohngebiet einfügen. Die Fassade aus unbehandelten Lärchenholzleisten verleiht dem Gebäude ein neues Erscheinungsbild und bewahrt gleichzeitig seinen zurückhaltenden Charakter. Weil die neue Nutzung in der Nachbarschaft zunächst auf Vorbehalte stieß, stellte der Architekt seine Ideen und Pläne frühzeitig vor und lud zu Führungen durch das Haus ein. Welche Möglichkeiten ein solcher Umbau bietet, bestimmen die räumlichen Voraussetzungen des jeweiligen Gebäudes. In Fritzlar gaben die Hanglage, die Geschosse und die bestehende Erschließung den Rahmen vor. Das konkrete Konzept lässt sich daher nicht unverändert auf andere Häuser übertragen – der Grundgedanke schon: vorhandene Häuser weiterzuentwickeln, an

neue Wohnbedürfnisse anzupassen und auf intelligente Weise und ohne weitere Flächen zu versiegeln mehr dringend benötigten Wohnraum zu schaffen.

Text:
 Lisa Marie Fink

SPRECHZEIT-PODCAST ARCHITEKTUR

Gerhard Greiner, Architekt und Teil der für ökologisch innovatives Planen bekannten HHS PLANER + ARCHITEKTEN AG im Gespräch mit Klaus Schaafe zu seinem Pilotprojekt „4_Gewinnt!“ in Fritzlar.

Hier zu hören:
www.mittendrinn-kassel.de/podcast-sprechzeit



Das Baumrund wächst

Wenn Anfang Oktober die spektakuläre Bepflanzung in der Platzmitte beginnt, wächst Tag für Tag der Wald in der Stadt und das Bild vom neuen Brüder-Grimm-Platz nimmt Formen an.



Zukünftiges Baumrundell: Blick in Richtung Königsstraße. Visualisierung Club L94.

Die Weinbergstraße ist fertig und in der Grünfläche vor der Murhardschen Bibliothek und neben dem Hessischen Landesmuseum ist über den Sommer unter den großen alten Bäumen der neue attraktive Spielbereich gewachsen. Sobald der Rasen richtig grün ist, dürfen die verschiedenen Sitzmöglichkeiten sowie die Spiel- und Sportgeräte genutzt werden. Auch die Fahrleitungsanlage der Straßenbahn wurde zwischenzeitlich umgebaut und auf die künftige Platzgestaltung abgestimmt. In dem Zuge wurden zusätzlich

einzelne ältere Mastenmodelle, die ohnehin zu ersetzen waren, ausgetauscht. Die Straßenbauarbeiten haben sich ab Mitte Juli zunehmend auf die stadtauswärtige Fahrbahnseite zwischen Oberer Königsstraße und Wilhelmshöher Allee verlagert. Zunächst stand hier die Friedrichsstraße im Fokus, bevor anschließend die Fahrspuren auf dem Platz und später auch noch das Gleispflaster hergestellt werden. Gleichzeitig laufen die notwendigen Vorarbeiten im zukünftigen Baumrund zur Pflanzung der großen Kiefern.



Spielbereich am Landesmuseum: Erste Sitz- und Sportelemente sind da



Mastaustausch: Abbau und Abtransport der alten Masten

Im Herbst kommen die großen Kiefern

Während der gesamten Bauzeit wird die mehrwöchige Phase der Kiefernplantation wohl die eindrucksvollste Veränderung sein. Ab dem 5. Oktober – also mit Anfang der Hessischen Herbstferien – werden die Bäume schrittweise in die vorbereiteten Flächen gesetzt und verankert. Das Projektteam hatte die 74 Bäume bereits vor drei Jahren in der Baumschule von Ehren in Bad Zwischenahn ausgewählt. Wegen ihrer Größe werden die Kiefern zum Teil mit Sondertransporten von der Baumschule in Norddeutschland nach Kassel geliefert. Die auf Großbaumpflanzungen spezialisierte Firma Opitz übernimmt vor Ort für die mit den Bauarbeiten beauftragte Firma Bickhardt Bau die fachgerechte Pflanzung. Anfang Juli hatte sich eine Delegation aus Projektbeteiligten auf den Weg zur Baumschule gemacht und vor Ort vor allem logistische Details für die Umsetzung besprochen.

Damit die Bäume stabil stehen und sicher anwurzeln können, ist eine unterirdische Ballenverankerung geplant. Sie fixiert den Wurzelballen eines neu gepflanzten Baumes unsichtbar mit mehreren Erdankern im gewachsenen Boden. Zusätzlich sollen einzelne Bäume gruppenweise miteinander durch



Kiefern in der Baumschule: Projektdelegation vor Ort beeindruckt



Stahlseile im Kronenbereich verbunden werden, um in der Anwuchsphase eine möglichst große Standsicherheit zu gewährleisten. Aufgrund der Komplexität des Pflanzprozesses gehen die Beteiligten davon aus, dass sich pro Tag nur drei bis maximal sechs Bäume pflanzen lassen. Der Pflanzzeitraum wird daher in jedem Fall mindestens bis Ende Oktober andauern.

Die Waldkiefer: Zukunftsbaum und zentrales Gestaltungselement

Im Zentrum des Platzes entsteht das charakteristische Baumrundell mit insgesamt 74 hochstämmigen und immergrünen Waldkiefern (*Pinus sylvestris*). Die Bäume werden in unterschiedlichen Größen – zwischen sechs und zwölf Meter hoch – gepflanzt, damit bereits von Beginn an ein natürliches und eindrucksvolles räumlich wirksames Bild entsteht. Die Kiefern sind alle hoch aufgeastet, so dass für Fußgängerinnen und Fußgänger die Sicht auf die umliegenden Fassaden erhalten bleibt. Gleichzeitig sind die Bäume so angeordnet, dass sie die wichtigen Blickachsen betonen.

Als prägendes Gestaltungselement des Siegerentwurfs aus dem Realisierungswettbewerb überzeugte die Waldkiefer über ihre markante Wuchsform hinaus auch durch ihre hohe Anpassungsfähigkeit an Trockenheit, Hitze, Frost und nährstoffarme Böden. Aufgrund dieser ausgeprägten Robustheit und ihrer generell geringen Standortansprüche wird sie in der von Fachleuten angewendeten Klimaartenmatrix nach Roloff als besonders geeigneter Klima- und Zukunftsbaum eingestuft. Sie zeichnet sich durch ihre hohe Klimaresilienz aus.

Die Kiefern werden in einen Teppich aus Ziergräsern und Stauden eingebettet. Die Pflanzenauswahl nimmt Rücksicht auf die besonderen Bedingungen des innerstädtischen Standortes mit Halbschatten und legt ebenso Wert auf Widerstandsfähigkeit und geringen Pflegeaufwand.

Klimaschutz und -anpassung

Die durch den Club L94 geplante Neugestaltung umfasst mehrere Gestaltungsmerkmale und Entwurfsdetails mit besonderer Relevanz für den Klimaschutz und die Klimaanpassung:

- Flächenentsiegelung: Der künftige Brüder-Grimm-Platz wird über einen Grünanteil von über 2.500 qm verfügen, bisher waren es nur 1.840 qm. Der Anteil an

versiegelter Fläche wird durch die Vergrößerung des Grünflächenanteils um ca. 30% reduziert. Auch bei der Gestaltung von Stellplätzen werden ökologische Aspekte berücksichtigt und Parkbuchten etwa mit Rasenstegplatten bzw. Raseneinsaat ausgeführt.

- Baumbilanzierung: Den sechs gefällten Bäumen stehen 78 Neupflanzungen – davon 74 Kiefern und vier Bienenbäume – gegenüber.
- Bestandsvegetation: Bedeutende Bäume, etwa die Lindenallee vor und der Baumbestand neben dem Hessischen Landesmuseum sowie einzelne Großbäume im Platzbereich, wurden in den Entwurf integriert und bleiben erhalten.
- Großbaumpflanzung: Zwei Kastanien und zwei Eisenholzbäume, die am ursprünglichen Standort nicht zu erhalten waren, sind schon im November 2023 umgesetzt worden.
- Pflaster-Material: Als Platzbelag wird Granit als heller Naturstein eingesetzt, der

einer Aufheizung der Flächen entgegenwirkt und somit insbesondere im Sommer von Vorteil ist.

- Nutzung von Niederschlagswasser: Die Bewässerung des Baumrundes lässt sich über drei unterirdische Zisternen speisen, die mit einer Gesamtkapazität von rund 90 Kubikmetern in den jeweiligen Platzsegmenten verbaut sind. Diese werden sowohl durch geeignete Anteile der befestigten Platzflächen als auch durch das auf den Dachflächen der angrenzenden Gebäude anfallende Niederschlagswasser gespeist. Das gesammelte Wasser dient vorrangig der Baumbewässerung auf dem Platz. Dadurch bekommt das Projekt auch an dieser Stelle Pilotcharakter.
- Sprühnebelssystem im Baumrund: Dieses Planungsdetail ist von mikroklimatischer Bedeutung und kann zumindest partiell eine Grundfeuchte der im Baumrund angelegten Staudenfläche gewährleisten und insbesondere an heißen Tagen für Abkühlung sorgen.

Förderung zur Regenwasserbewirtschaftung mit Zisternen

Das Land Hessen – in diesem Fall das Hessische Ministerium für Landwirtschaft und Umwelt, Weinbau, Forsten, Jagd und Heimat (HMLU) – unterstützt Kommunen bei der Erreichung der Klimaneutralität und der Anpassung an den Klimawandel. Auf der Grundlage einer für den Brüder-Grimm-Platz von Kasselwasser erstellten Fachplanung erhält die Stadt aus dem Programm zur „Förderung von kommunalen Klimaschutz- und Klimaanpassungsprojekten sowie von kommunalen Informationsinitiativen – Projekt zur Begrenzung der negativen Auswirkungen des Klimawandels (Klimaanpassungsmaßnahme)“ die pro Projekt festgelegte Maximal-Höhe von 250.000 € für den Einbau der drei Zisternen.

Neugestaltung Brüder-Grimm-Platz

Das Bundesprogramm „Nationale Projekte des Städtebaus“ fördert Projekte mit besonderer nationaler bzw. internationaler Wahrnehmbarkeit – mit sehr hoher fachlicher Qualität, mit überdurchschnittlichem Investitionsvolumen oder hohem Innovationspotenzial. Die ausgewählten Projekte haben einen besonderen städtebaulichen und baukulturellen Qualitätsanspruch. Im Zusammenhang mit der Aufnahme des Bergparks Wilhelmshöhe mit Herkules und Wasserspielen in die UNESCO-Welterbeliste war es der Stadt Kassel möglich, sich um Fördermittel aus dem Bundesprogramm „Nationale Projekte des Städtebaus“ zu bewerben.

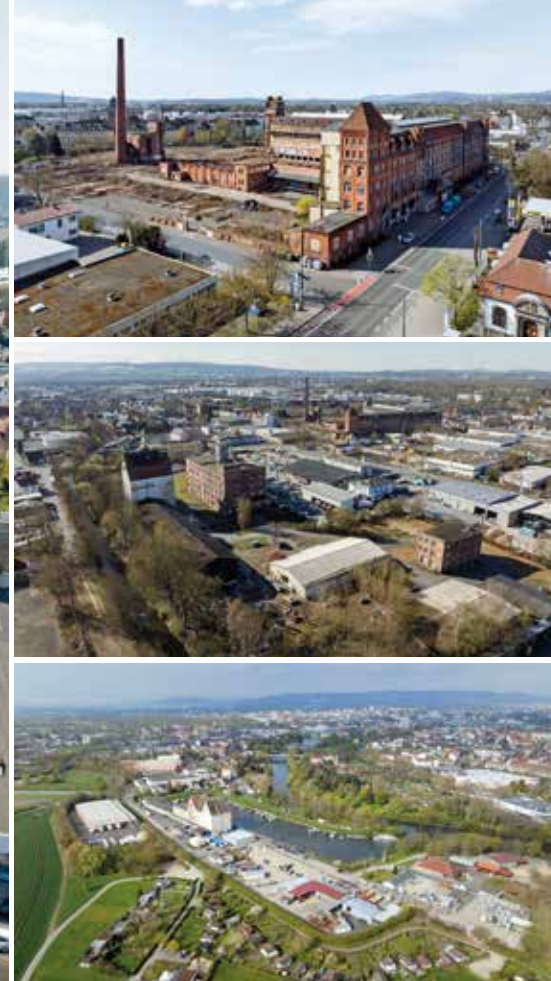
Bisher wurden zwei Kasseler Projekte mit Hilfe des Förderprogramms realisiert: ab 2014 die Sicherung und Instandsetzung der historischen Gartenarchitektur im Bergpark und ab 2015 die attraktivere neue Gestaltung der Wilhelmshöher Allee. Als drittes Projekt in Kassel fördert der Bund jetzt den Brüder-Grimm-Platz.

www.kassel.de





Im Osten entsteht Neues für die Stadtgesellschaft und die Stadtteile. Blick auf die Kirche St. Kunigundis (groß), Salzmann, Haferkakaofabrik und Hafen-Areal (von oben nach unten).



Neue Perspektiven im Kasseler Osten

Zwischen Hafen-Areal, Salzmann, Haferkakaofabrik und Kirche St. Kunigundis entstehen neue Chancen für historische Standorte, Freiräume und das Zusammenleben im Quartier. Ein neues Fördergebiet im Bundesprogramm „Wachstum und Nachhaltige Erneuerung“ unterstützt in den kommenden zehn Jahren Entwicklungen in der Unterneustadt und Bettenhausen.

Große Flächen, die bislang noch ungenutzte Potenziale aufweisen und auf denen sich sanierungsbedürftige und mitunter auch denkmalgeschützte Bausubstanz findet, sind für das neue Fördergebiet charakteristisch. Ein Leuchtturmprojekt in diesem Bereich, welches mit seiner behutsamen Umnutzung mittlerweile als Veranstaltungsort längst über die Stadtgrenzen hinaus bekannt und etabliert ist, ist das Hallenbad Ost. Viele weitere Flächen im Kasseler Osten bieten solch außergewöhnliche Potenziale. Bei Salzmann ist jetzt ein Anfang gemacht und auch für die Entwicklung des Hafen-Areals und das neue „KOOP-Quartier“ an der Ha-

fenstraße sowie der Haferkakaofabrik legt die Stadt Kassel gerade die planerischen Grundlagen. Ein weiteres interessantes Projekt hat zuletzt am Tag der Städtebauförderung am 9. Mai 2026 auf sich aufmerksam gemacht: die geplante Umnutzung der Kirche St. Kunigundis zu einem gemeinwohlorientierten Begegnungsraum.

Defizite zu Chancen machen

Viele dieser historisch bedeutsamen Gebäude und Flächen stehen heute leer, liegen brach oder werden nur noch teilweise genutzt. Sie wieder sinnvoll zu nutzen und miteinander zu verbinden, ist eine anspruchsvolle städtebauliche und architektonische Herausforderung – zugleich eröffnet sie die Chance, den Kasseler Osten langfristig und nachhaltig weiterzuentwickeln. Wohnhäuser, Gewerbebetriebe und große ehemalige Industrieflächen liegen im Fördergebiet eng beieinander. Viele dieser Flächen sind stark versiegelt und werden bislang nur wenig genutzt. Gleichzeitig teilen große Straßen den Bereich in einzelne, unzusammenhängende Abschnitte. Das erschwert es bisher, Wege, Freiräume und neue Nutzungen sinnvoll miteinander zu verbinden. Vier Programmschwerpunkte sollen in den kommenden zehn Jahren dafür sorgen, dass sich die hier skizzierten Defizite in neue Chancen

für den Kasseler Osten und damit für die gesamte Stadt verwandeln: Transformation der Quartiere im Sinne von Vielfalt, Daseinsvorsorge und wirtschaftlicher Entwicklung, Erhalt bedeutender Gebäude oder Ensembles als kulturelles Erbe, Anpassung an den Klimawandel, Klimaschutz und Freiraumgestaltung, Barrierefreie Mobilität und nachhaltige, ortsangepasste Verkehrslösungen. Beispielsweise ist im neuen Fördergebiet der Aufbau einer Entwicklungsachse vom Hafenareal und dem KOOP-Quartier über die Haferkakaofabrik und die Salzmann-Fabrik bis hin zur Kirche St. Kunigundis mit der umliegenden Wohnanlage geplant.

Partizipative Herangehensweisen fördern

Mit der Fortschreibung des vorhandenen integrierten Entwicklungskonzeptes für das neue Fördergebiet hat die Stadt Kassel die ProjektStadt, das Stadtentwicklungsbüro der Nassauischen Heimstätte | Wohnstadt (NHW), beauftragt. Um mit den Akteurinnen und Akteuren im Fördergebiet Wissen zu teilen und über wichtige Informationen, mögliche Restriktionen und wünschenswerte Ziele in Austausch zu treten, haben die Mitarbeitenden

Partizipative Herangehensweisen fördern

der ProjektStadt mit zentralen Akteurinnen und Akteuren bereits viele Gespräche geführt und setzen diese weiterhin fort. Für Projektleiter Clemens Exner ist im Sinne einer partizipativen Herangehensweise klar: „Stadtentwicklung lebt von Kommunikation, Austausch und Vernetzung. Gerne können Interessierte mit ihren Fragen oder Ideen für das neue Gebiet an uns herantreten.“



„Ortseingangsschild“, gefunden im Stadtteilzentrum Agathof.



Planausschnitt Entwurf Fördergebietsabgrenzung

Mitmachen erwünscht!

Ihre Fragen, Anregungen und Ideen für das neue Fördergebiet sind willkommen.

Kontakt: Clemens Exner
Tel. 0561-10 01 12 96
clemens.exner@projektstadt.de

Dominik Reimann
Tel. 0561-10 01 12 03
dominik.reimann@projektstadt.de

„Kassel – östlich der Fulda“ – das neue Programmgebiet

Das neue Fördergebiet umfasst den Kunigundishof, Flächen entlang der Leipziger Straße bis zum Platz der Deutschen Einheit, das Salzmann-Areal, die untergenutzten Gewerbeflächen im Bereich Ölmühlenweg/Königinhofstraße sowie die ehemalige Haferkakaofabrik. Mit dem Schleusenpark und dem Hafen-Areal bildet es den Übergang zur angrenzenden Innenstadt. Mit diesem neuen Programmgebiet, das einen Teilbereich des bereits bestehenden Fördergebiets „Unterneustadt / Bettenhausen“ umfasst, hat sich die Stadt Kassel für das Städtebauförderprogramm „Wachstum und Nachhaltige Erneuerung“ erfolgreich beworben. In den nächsten zehn Jahren werden Bund und Land die Stadt Kassel und auch private Investoren bei der Umsetzung von weiteren Projekten im Kasseler Osten unterstützen.



Programmschwerpunkte

1. Transformation der Quartiere – Vielfalt, Daseinsvorsorge und wirtschaftliche Entwicklung

- Nutzungsmischung qualifizieren und Angebotsstrukturen bündeln
- soziale, gesundheitliche, kulturelle, wirtschaftliche Angebote und der Nahversorgung aufbauen oder stärken

2. Erhalt bedeutender Gebäude oder Ensembles als kulturelles Erbe

- Wohnen im Innenbereich fördern, Leerstände beheben
- für brachgefallene Strukturen beispielhafte Nachnutzungskonzepte entwickeln
- vom Hafenareal und dem KOOP-Quartier über die Haferkakaofabrik bis hin zur St. Kunigundis Kirche mit der umliegenden Wohnanlage eine Entwicklungsachse aufbauen
- Brachflächen entwickeln und Strukturen wirtschaftlich stärken

3. Anpassung an den Klimawandel, Klimaschutz und Freiraumgestaltung

- Dach- und Fassadenbegrünung sowie Retentionsdächer fördern, Überwärmungsbereiche und Hitzeinseln durch Baumpflanzungen, Begrünung, grüne Trittsteine und Vernetzung mit vorhandenen Freiflächen reduzieren
- Frischluftschneisen erhalten und herstellen
- Renaturierungsmaßnahmen durchführen
- Energetische Sanierungen, Energieeffiziente Bauweise im Gebäudebestand und regenerative Energieproduktion fördern

4. Barrierefreie Mobilität und nachhaltige, ortsangepasste Verkehrslösungen

- Fuß- und Radwegeverbindungen aufbauen, stärken, verknüpfen und verstetigen
- Wohnen, Arbeit, Freizeit, Erholung und Nahversorgung im Sinne der 5-Minuten-Stadt vernetzen
- Veränderung im Mobilitätsverhalten durch Konzepte für nachhaltige Mobilität fördern

„Hör auf deine Intuition!“

Kassel bei Nacht – eine romantische Vorstellung. Je nach Situation kann das auch Nervosität und Unsicherheit verursachen. Angsträume sind für die meisten Menschen unterschiedlich, doch für alle gemein ist das ungute Gefühl, Kontrolle über eine Situation zu verlieren.



Wer kennt das nicht? Ein schöner Abend mit Freund:innen ist zu Ende und nun wartet der einsame Heimweg durch die dunkle Stadt. Ich selbst habe mich schon oft erwisch, dass ich, allein an der Straßenbahnhaltestelle stehend, die wenigen Menschen beobachte, die zur späten Stunde ebenfalls auf die Bahn warten. Ein Pärchen mit schlafendem Kind, das sich in einer fremden Sprache unterhält? Sehr gut! Zwei möglicherweise betrunkene Männer im Streitgespräch? Ich komme ins Abwägen – soll ich an der beleuchteten Haltestelle stehen bleiben oder begeben mich lieber allein durch die dunkle Stadt, um ihnen auszuweichen? Aber ich habe Glück. Sich laut anschreiend und anrennend verschwinden sie in die schlecht beleuchteten Gassen, statt auf die Tram zu warten, die mit kurzer Verspätung endlich einfährt. Schon beim Vorbeifahren mustere ich die Abteile – wo sitzen Menschen? Sind es Männer? Ist sonst noch jemand im Abteil? Einsame Ecken vermeide

ich lieber, wer weiß, wer noch einsteigt. Auf meinem Handy sehe ich, wie sich mein Punkt von der Wohnung der Freundin entfernt. Seit einigen Monaten teilen wir unsere Standorte miteinander. „Pass auf dich auf!“, hat sie beim Abschied gesagt und: „Meld dich, wenn du angekommen bist!“ Für manche scheint es übertrieben, für weiblich sozialisierte Personen ist es oft Realität. Angsträume sind nicht für alle Menschen gleich.

„Verdrängung führt in die falsche Richtung“

Ein in den Lokalmedien immer wieder als Angstraum betitelter Ort ist der Lutherplatz. Letzter Rückzugsort der Kasseler Drogenszene. Timo Eichel ist als Sozialarbeiter der Drogenhilfe täglich dort: „Warum ich Angst vor bestimmten Situationen oder Orten habe, ist ganz individuell. Ich zum Beispiel fühle mich unwohl, wenn ich nachts auf einer Kirmes von vielen betrunkenen Männern umgeben bin. Es gibt aber natürlich die Zuschreibung

von außen, die einen Ort zum Angstraum definiert. Da muss man gucken, welche Interessen dahinterstehen. Wenn ich das anhand des Lutherplatzes erkläre, heißt es im Umkehrschluss die Innenstadt ist sicher – also wir sollen uns dort sicherer fühlen, obwohl es das vielleicht gar nicht ist. Das ist gesellschaftlich eine Zuschreibung und hat ordnungspolitische Vorteile, um Polizeikontrollen oder Kameraüberwachung zu legitimieren.“ Laut Timo Eichels Beobachtung fühlen sich die meisten Leute aus der Drogenszene – egal ob männlich oder weiblich – am Lutherplatz nicht wohl: „Sie haben auch Angst, dort zu sein, müssen aber aus verschiedenen Gründen diesen Platz aufsuchen. Sie haben selbst Angst, Opfer von Gewalt zu werden, gleichzeitig bringt ihre Abhängigkeit bestimmte Notwendigkeiten mit sich. Wo bekomme ich meine Drogen her? Zum Teil geht es aber auch um sozialen Umgang. Viele leben in Wohnverhältnissen, die man sich nicht vorstellen kann. Die Leute müssen raus. Und in der Innenstadt gibt es wenig Möglichkeiten, sich ohne Kaufabsichten aufzuhalten.“ Von Verdrängung der Drogenszene aus dem öffentlichen Raum hält Timo Eichel nichts: „Das muss eine Stadtgesellschaft aushalten. Die Idee von Verdrängung führt in eine falsche Richtung. In keiner Stadt haben solche offensiven Strategien dazu geführt, dass es keine Drogenszene mehr gab. Ich sehe die sozialen Probleme, die hinter Betteln und Drogenabhängigkeit stehen. Das sind Probleme, die sozial gelöst werden müssen – und zwar nicht ordnungsrechtlich oder mit defensiver Architektur, die sich bewusst gegen beispielsweise Obdachlose wendet!“

Die eigene Kraft wiederentdecken

Für Sabine Mackrodt von der Selbstverteidigungsschule für Frauen und Mädchen war eine Angstsituation Auslöser, um mit dem Kampfsport anzufangen. Beim FES, der Traditionsbar in der Friedrich-Ebert-Straße, fährt ein Mann spät in der Nacht ihrer Freundin fast über den Fuß. Als diese sich beschwert, steigt der Mann aus, bedroht sie. Sabine steht

daneben, völlig überfordert mit der Situation: „Was sollte ich machen? Ich hätte überhaupt keine Möglichkeit gehabt, diesem Mann in irgendeiner Weise auf körperlicher Ebene etwas entgegenzusetzen.“ Andere aus ihrem Umfeld erzählen ihr, dass sie sich aus Angst vor ähnlichen Situationen in die Vermeidung verkriechen. „Erst gehen Frauen vielleicht abends nicht mehr allein raus, dann meiden sie bestimmte Orte, bis sie dann ganz zuhause bleiben. Wir werden mit bestimmten Mustern sozialisiert: Männer sollen stark sein, keine Tränen oder Emotionen zeigen. Frauen sollen sich klein machen, nicht „Nein“ sagen, freundlich bleiben, auch an Stellen, an denen keine Freundlichkeit mehr hingehört.“ Es ist wichtig, diese Muster zu erkennen, auszusteigen und dass Frauen ihre eigene Kraft wiederentdecken. Täter wollen Opfer, keine Gegnerinnen, so ihre Erfahrung: „Wenn eine Frau gegenüber einem Mann sofort klar sagt: ‘Lassen Sie mich sofort in Ruhe’, dann setzt sie eine Grenze.“

Angsträume sind politisch

Erfahrungen mit gefährlichen Situationen haben auch alle Mitglieder des feministischen Netzwerkes „Kasseler Bande“ gemacht: „Viele von uns haben am eigenen Leib erfahren, dass von der Polizei und Beratungsstellen abgeraten wurde, rechtliche Schritte gegen Übergriffe einzuleiten. Das sei ein zu kräftezehrender Vorgang mit geringen Erfolgswahrscheinlichkeiten. Das verstärkt die Ängste vor den Übergriffen umso mehr, denn die Erfahrung, im Ernstfall nicht ernstgenommen zu werden, prägt“, sagen die Mitglieder, die zugestimmt haben, anonym in diesem Artikel zitiert zu werden. Zwar ging laut Statistiken des Polizeipräsidiums Nordhessen die Straßenkriminalität in der Stadt Kassel 2025 um 14,7 Prozent zurück, doch Wiebke Reinert, wissenschaftliche Mitarbeiterin im Fachbereich Architektur, Stadt- und Landschaftsplanung an der Universität Kassel, sieht diese Zahlen vorsichtig: „Männer sind häufiger Opfer von Gewalt im öffentlichen Raum, Gewalt an Frauen wird dagegen oft im privaten Umfeld verübt.“



Diese Statistiken zu kennen, ist wichtig, ebenso wichtig ist es aber auch, zu bedenken, dass sie nicht abbilden, ob Frauen den öffentlichen Raum womöglich meiden und dass es ein Dunkelfeld an Straftaten gibt, die gar nicht zur Anzeige gebracht werden. Es ist naiv zu glauben, durch die Stadtplanung ließen sich gesellschaftliche Verhältnisse wie diese grundlegend verändern. Sie kann aber durchaus hilfreiche räumliche Strukturen schaffen. Gemeinhin können öffentliche Räume zu Angsträumen werden, wenn freie Sichtachsen fehlen, die Umgebung schlecht beleuchtet ist oder ein Ort wenig frequentiert wird.“

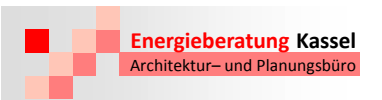
„Zwischen Angst und Intuition unterscheiden“

Für Sabine Mackrodt gilt schon lange nicht die Angst als sinnvoller Maßstab, sondern die eigene Intuition: „Man muss zwischen irrationaler Angst und berechtigter Vorsicht unterscheiden. Wenn die Intuition sagt ‚Hey, da ist es nicht gut langzugehen‘, sollte man das nicht einfach weg reden. Ich nehme dieses Gefühl ernst und suche mir einen anderen Weg.“ Verantwortung für sich selbst übernehmen bedeutet also: Wenn ich mich unwohl fühle, lasse ich die Kopfhörer ab. Ich bin achtsam, was um mich herum passiert, weiß aber auch, dass mein Kopf schnell voreilige Schlüsse in der Dunkelheit zieht und lasse die Angst nicht die Überhand übernehmen. „Es ist eine Entscheidung, darüber wie ich leben will“ sagt Sabine Mackrodt: „Wenn ich gut informiert bin und Selbst-Sicherheit verspüre und ausstrahle, kann ich leichter meiner Intuition vertrauen.“ Und das führt letztendlich zu einem sicheren Gefühl im öffentlichen Raum – auch wenn es absolute Sicherheit natürlich nicht gibt.

Text: Johanna Groß
Illustrationen: Maryam Andaz

Dankeschön!

Die an dieser Stelle präsentierten Architektur- und Planungsbüros oder Bauunternehmen aus Kassel und Region fördern die Stadt-Zeit-Berichterstattung zu Themen rund um Architektur, Städtebau und Baukultur.



janus architekten



Einkaufen, putzen, Wäsche waschen

Zehn Jahre Unterstützung im Alltag: Das Wohn-Service-Team der Unternehmensgruppe Nassauische Heimstätte | Wohnstadt feierte seinen runden Geburtstag.



Große Hilfe im Alltag: Das Einkaufen ist eine der WST-Dienstleistungen, die besonders gerne in Anspruch genommen werden.

Seit 2016 ist das Wohn-Service-Team (WST) in Kassel aktiv und unterstützt Mieterinnen und Mieter mit einfachen, alltagsnahen Hilfen – vor allem ältere Menschen. Dazu gehören Begleitungen

zu Terminen, die Reinigung der Wohnung, das Wäschewaschen, Unterstützung bei Einkäufen, das Putzen der Fenster, die Betreuung von Pflanzen oder Kleintieren, aber auch kleinere praktische Handgriffe in der Wohnung. Durch die enge Zusammenarbeit aller Beteiligten kommt die Unterstützung direkt im Quartier an. Rund 50 Gäste blickten bei der Feier des Wohn-Service-Teams Kassel auf eine Dekade erfolgreicher Zusammenarbeit zugunsten älterer und hilfebedürftiger Menschen in Kassel zurück. WST ist eine Marke der Unternehmensgruppe Nassauische Heimstätte | Wohnstadt (NHW). Angesiedelt ist sie beim Träger Dienste im Quartier GmbH (DiQ), der die Dienstleistungen im Auftrag von Hessens größtem Wohnungsunternehmen erbringt.



(v.li.) Angela Reisert-Bersch (NHW), Kassels Sozialdezernent Dr. Norbert Wett, NHW-Geschäftsführer Dr. Constantin Westphal, Jennifer Linke (NHW), Jürgen Schomburg und Antje Wenzel (beide DiQ).

Lebensqualität stärken, Nachbarschaften stabilisieren

Dr. Norbert Wett, Sozialdezernent der Stadt Kassel, würdigte die Bedeutung des Projekts: „Wie können Menschen im Alter möglichst lange gut, sicher und selbstbestimmt in ihrem vertrauten Umfeld leben? Genau hier setzt das Wohn-Service-Team an: mit konkreter Unterstützung im Alltag, die Selbstständigkeit, Sicherheit und Lebensqualität stärkt. Dieses Engagement zeigt, wie wichtig niedrigschwellige Hilfen im Quartier sind – denn gutes Altern gelingt am besten dort, wo Menschen zuhause sind.“ Die nachhaltige Wirkung des Projekts betonte auch NHW-Geschäftsführer Dr. Constantin Westphal: „Wohnungswirt-



Nutzten die Feier auch für den Austausch: NHW-Geschäftsführer Dr. Constantin Westphal (2.v.re.) und Sascha Holstein, Leiter NHW-Servicecenter Kassel (2.v.li.).

schaftliche Verantwortung und soziale Wirkung gehören zusammen. Unser Ziel ist es, Mieterinnen und Mieter im Alltag spürbar zu entlasten und Nachbarschaften zu stabilisieren – in enger Kooperation mit der Stadt und unseren Partnern.“ Westphal hob hervor, dass das WST ein Alleinstellungsmerkmal der Unternehmensgruppe Nassauische Heimstätte | Wohnstadt ist, „das für die räumliche Daseinsvorsorge sowie das Älterwerden im Quartier unheimlich wichtig ist und in der Zukunft noch mehr Raum einnehmen wird“. Jürgen Schomburg, DiQ-Geschäftsführer, sprach über die Anfänge des WST vor 20 Jahren als gemeinsames Projekt der NHW und der Gemeinnützigen Offenbacher Ausbildungs- und Beschäftigungsgesellschaft sowie die Entwicklung hin zu DiQ und die Ausweitung nach Kassel vor zehn Jahren. Zwei Mieterinnen aus Fulda und Kassel (Wolfsanger-Hasenhecke) hatte Schomburg zum feierlichen Anlass eingeladen und mitgebracht. Beide bekamen einen Blumenstrauß überreicht und betonten, dass sie ohne die Unterstüt-

zung von WST nicht mehr in der Lage wären, eigenständig in ihren Wohnungen zu leben. „Unsere Mitarbeitenden sind auch Alltagshelfer, Zuhörer und wichtige Bezugspersonen“, betonte Schomburg. „Der regelmäßige Kontakt hilft, Einsamkeit vorzubeugen und soziale Bindungen aufrechtzuerhalten.“

Die Nachfrage steigt – vor allem bei Alleinlebenden

Heute umfasst das Einzugsgebiet des 14-köpfigen WST-Teams rund 6.600 Wohneinheiten in Kassel und im Umland. Von anfänglich 125 Kundinnen und Kunden im Jahr 2016 ist die Zahl der Aufträge und die Nachfrage kontinuierlich gewachsen. Inzwischen profitieren jährlich über 170 Wohnstadt-Kunden von den Angeboten, 65 davon sind Stammkunden – allein im Jahr 2025 verzeichnete das WST Kassel mehr als 2500 Einsätze. Pro Monat fallen etwa 220 Einsätze mit rund 300 Einsatzstunden an. Besonders hoch ist die Nachfrage in Fasanenhof, Wolfsanger und Waldau, zunehmend auch bei alleinlebenden Seniorinnen und Senioren. Der Altersdurchschnitt der Kundschaft liegt bei etwa 78 Jahren; die ältesten sind 97 Jahre alt. Viele kleine Hilfen für ältere oder bewegungseingeschränkte Mieterinnen und Mieter sind komplett kostenfrei, etwa Unterstützung rund um Umzug und Sperrmüll oder Begleitsdienste. Für sonstige haushaltsnahe Dienstleistungen zahlen sie einen Eigenanteil von sechs Euro je angefangene halbe Stunde. Die tatsächlichen Kosten liegen etwa doppelt so hoch. Wer einen Pflegegrad hat, kann viele Leistungen unkompliziert über den

gesetzlichen Entlastungsbetrag nutzen, ohne in Vorleistung gehen zu müssen.

Pflege und Beratungsstellen entlasten, Quartiere stabilisieren

Für Stadt und Sozialträger ist das Wohn-Service-Team ein wichtiger Baustein der sozialen Infrastruktur. Durch die niedrigschwelligen, verlässlichen Angebote direkt in den Wohnquartieren werden Pflege, Beratungsstellen und Quartiersprojekte spürbar entlastet. Zugleich steht mit der NHW ein wohnungswirtschaftlicher Partner mit einem etablierten und praxisbewährten Angebot zur Stabilisierung der Quartiere zur Seite.

Unternehmensgruppe Nassauische Heimstätte | Wohnstadt

Die Unternehmensgruppe Nassauische Heimstätte | Wohnstadt (NHW) mit Sitz in Frankfurt am Main und Kassel bietet seit über 100 Jahren umfassende Dienstleistungen in den Bereichen Wohnen, Bauen und Entwickeln. Sie beschäftigt mehr als 900 Mitarbeitende. Mit über 61.000 Mietwohnungen an 112 Standorten in Hessen gehört sie zu den führenden deutschen Wohnungsunternehmen. Das Regionalcenter Kassel bewirtschaftet rund 17.500 Wohnungen, darunter rund 5.000 in der Stadt Kassel. Unter der NHW-Marke ProjektStadt führt sie nachhaltige Stadtentwicklungsaufgaben durch. Sie ist Gründungsmitglied der Initiative Wohnen.2050, um dem Klimaschutz in der Wohnungswirtschaft mehr Schlagkraft zu verleihen. Mit habitation verfügt die NHW zudem über ein Startup- und Ideennetzwerk rund um innovatives Wohnen. www.nhw.de



Kontakt/Info:
Regionalcenter Kassel
Wolfsschlucht 18, 34117 Kassel
Tel. 0800 3331110
rkassel@wohnstadt.de
www.nhw.de



WST seit Jahren treu: Zwei NHW-Mieterinnen bekamen einen Blumenstrauß überreicht. Ohne die Unterstützung des WST-Teams könnten sie nicht mehr eigenständig in ihrer Wohnung leben.

Das Gute liegt ganz nah

Mit Märkten, Workshops und Porträts regionaler Betriebe macht EMMA 2.0 erlebbar, was Kassel und die Region zu bieten haben.

Emma
2.0



Ob (Flo)markt oder kreative Workshops: EMMA 2.0 bringt Menschen zusammen, die gleiche Werte teilen.



Kleidungsstücke wechseln beim Flohmarkt ihre Besitzerin oder Besitzer, bei einem Feierabend-Workshop entstehen aus Ton oder Papier kleine Unikate. Man kommt miteinander ins Gespräch, entdeckt regionale Angebote und erfährt ganz nebenbei, wer hinter den Produkten und Ideen steht. Dabei lässt sich vielleicht ein bisher unbekannter Hofladen entdecken – oder eine kleine Manufaktur gleich um die Ecke. EMMA 2.0 macht deutlich: Manchmal liegt das Gute näher, als man denkt.

Von hier, für hier

Seit Mai 2021 stellt das Projekt Produkte, Dienstleistungen und Ideen aus Kassel und der Region vor. Das Herzensprojekt der WELL Group richtet den Blick dabei auf Betriebe, die Wert auf faires, ökologisches oder soziales Wirtschaften legen. Die Idee dahinter steckt schon im Namen: EMMA 2.0 ist eine moderne Version des guten alten Tante-Emma-Ladens und überträgt die Idee dahinter ins Hier und Jetzt: regional einkaufen und wissen, woher die Produkte kommen. Vor allem auf Instagram begleitet das Team seine Aktivitäten, stellt Angebote vor und informiert über kommende Veranstaltungen. Sophie Roscher, die seit 2020 bei der WELL Group im Bereich regionale Nachhaltigkeit arbeitet, leitet das Projekt. Sie ist für die Inhalte und die Gestaltung verantwortlich. Was sie erreichen möchte, bringt Sophie so auf den Punkt: „Regionalität sowie einen bewussten Konsum ganz einfach in den Alltag integrieren, lokale Betriebe stärken und auf all die großartigen Produkte und Dienstleistungen aufmerksam machen, die genau hier in und um Kassel herum entstehen und angeboten werden.“ Das beginnt damit, die Möglichkeiten vor der eigenen Haustür überhaupt zu kennen. Woher kommt ein Produkt? Wer bietet eine

bestimmte Dienstleistung an? Und welche Betriebe arbeiten auf eine Weise, die zu den eigenen Werten passt? EMMA 2.0 liefert zu solch alltäglichen Kauf- und Konsumentscheidungen immer wieder neue Einblicke – als Einladung, erst einmal in der eigenen Umgebung zu schauen.

Gemeinsam ist's einfach schöner

Einen großen Teil des Projekts bilden Veranstaltungen, die Sophie organisiert. Besonders beliebt ist der „Flohmarkt am Fluss“ bei Ahoi, der zweimal im Jahr stattfindet. Hinzu kommen regionale Märkte – darunter zur Weihnachtszeit ein eigener Weihnachtsmarkt – sowie ein Pre-loved Shop, ein Verkaufsangebot für gut erhaltene Lieblingsstücke aus zweiter Hand im Fashion Store Carpe Diem, in der Goethestraße. Wer gerne selbst kreativ wird, kann bei einem der Feierabend-Workshops mitmachen – zum Beispiel beim Töpfern oder beim Basteln von Papierblumen.



„Ich liebe es zu sehen, wie viel Freude die Teilnehmenden beim Kreieren ihrer Unikate haben und vor allem, wie stolz sie am Ende auf ihr Ergebnis sind – das macht mich auch immer ganz glücklich!“, freut sich Sophie.

Für ihre Veranstaltungen nutzt sie überwiegend Orte der WELL Group. Vom Ahoi direkt an der Fulda über das Restaurant Frieda bis zur Kultur- und Eventlocation UK14 bieten sie je nach Format den passenden Rahmen. Ob beim Stöbern, Töpfern oder Entdecken regionaler Angebote: EMMA 2.0 zeigt, wie viel Freude das Gute von hier machen kann.

EMMA 2.0 kontaktieren

Sophie Roscher | Tel. 0173 6931594
E-Mail: hallo@emma-zweipunktnull.de
@emma_zweipunktnull



EMMA 2.0 und die WELLGROUP

EMMA 2.0 ist ein Projekt unter dem Dach der WELLGROUP, die seit über einem Jahrzehnt Unternehmungen unterstützt, die gesellschaftliche und ökologische Herausforderungen als Chance begreifen. Im Mittelpunkt stehen nachhaltige Entwicklung und langfristige Werte für Mensch, Umwelt und Region.



Vom Papierbecher zum Korb

Gestaltung beginnt selten mit einer fertigen Idee. Häufig steht am Anfang etwas, das bereits existiert: eine Konstruktion, ein Material oder eine Beobachtung. Im Studio Alltag sind es oft genau diese kleinen Entdeckungen, die Neugier wecken und zu neuen Entwürfen führen.

Ausgangspunkt dieser Ausgabe war der klassische Origami Papierbecher. Seine einfache Grundfaltung warf die Frage auf, welche weiteren Formen darin verborgen sein könnten. Über mehrere Tage entstand durch Variieren zunächst eine kleine Tasche. Mit jeder Veränderung der Proportionen entwickelte sich der Entwurf weiter und führte schließlich zu einem Korb für kleine Alltagsgegenstände.

Das Material verstehen

Jeder Entwicklungsschritt brachte neue konstruktive und gestalterische Herausforderungen mit sich. Bei der Tasche dienen die umgeschlagenen oberen Dreiecke als Verschluss. Beim Korb ließ sich diese Lösung nicht

übernehmen. Erst das Einrollen der Dreiecke über einen runden Stab gab dem oberen Rand Stabilität und einen sauberen Abschluss. Besonders spannend war, wie stark die Proportionen das Ergebnis beeinflussen. Schon kleine Veränderungen innerhalb derselben Grundfaltung führen zu einer anderen Form. Die Konstruktion bleibt dabei sichtbar: Jede Falte übernimmt eine Aufgabe. Die Faltanleitung zeigt bewusst nur einen möglichen Weg. Andere Papierformate und Proportionen eröffnen weitere Varianten. Gerade dieses Erproben und Vergleichen gehört zum Entwurfsprozess. Weitere Informationen zur Faltung und ein kurzes Video finden sich wie gewohnt in der Onlineausgabe. Dort lässt sich der Weg vom Papierbecher bis zum fertigen Korb Schritt für Schritt nachvollziehen. Bis bald im Studio Alltag
Gita Wikullil



Die Langversion sowie weitere Kolumnen finden sich hier:

**BESUCHEN SIE UNSEREN ONLINESHOP!
WIR SIND WEITER FÜR SIE DA!
RUFEN SIE UNS AN, WIR BERATEN SIE GERNE!**

2. Bodentesttag in Ihringshausen

8.10.2026, 13 bis 17 Uhr

Freunde fürs ganze Leben!

**Sneeboer
Edelstahlgeräte**

Kupfergartengeräte

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

**25 Jahre
Garantie**

Geräteservice

Wir pflegen, schärfen, reparieren Ihre Gartengeräte!

**Frühjahrsblüher
jetzt pflanzen!**

Märkte & Termine: Wir stellen aus

26. & 27.9. Herbstfest Tierpark Sababurg
4.10. Pflanzenbörse botanischer Garten Kassel
8.10. Bodentesttag in Ihringshausen

Wir sind weiter für Sie da!
Persönliche Beratung unter 0561 - 14 122



Samen-Rohde
...alles Gute für den Garten



Hausführungen im Augustinum Kassel



Werfen Sie bei einer Hausführung inklusive Appartement-Besichtigung einen Blick hinter die Kulissen des Augustinum Kassel und erfahren Sie, was unser besonderes Wohnkonzept ausmacht. **Augustinum – Sie entscheiden.**

i Unsere Hausführungen finden jeden Mittwoch um 14 Uhr statt.

Um Voranmeldung wird gebeten unter 0561 9364-803. Ich freue mich auf Sie! Ihre Jutta Wittig



Augustinum

Seniorenresidenzen

Augustinum Kassel
Im Druseltal 12 · 34131 Kassel – Bad Wilhelmshöhe
Tel. 0561 93 64-803 · www.augustinum.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



Am Weinberg



Am Mulang



Flüßviertel



Wehlheiden



Baunatal



Am Brasselsberg



Am Mulang



Bad Wilhelmshöhe



Vorderer Westen



Harleshausen

Verkauft 2026

Vermietet 2026

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

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

Laut Wirtschaftsmagazin CAPITAL gehören wir auch in diesem Jahr wieder zur Spitze der deutschen Wohnungsmittler



Hoffnung ist ein Tuwort

Menschen wünschen sich Sinn, Erfüllung und Zukunft. Krisen stellen genau das in Frage und wecken gleichzeitig ein enormes Gestaltungspotenzial in uns – die Hoffnung.



Eva Keller

Wir können Hoffnung jeden Tag neu erschaffen. Und gerade dann, wenn Hoffnung im Chaos der planetaren Dynamik knapp wird, brauchen wir sie, hirngespunnen, herzgefeuert und handgemacht. In uns selbst ebenso wie in den Geschichten, die wir uns erzählen und die wir von Menschen erfahren, die sich ihre Zuversicht jeden Tag aufs Neue erarbeiten. In den letzten Jahren führte der Weg für viele scheinbar von „Wir schaffen das schon“ wie im Zeitraffer zu „Jetzt ist eh alles zu spät“. Vor dem Hintergrund der Klimakrise mit den bedrohlichen Kippunkten unserer Erdsysteme und im Angesicht aktueller politischer Tendenzen und Entscheidungen mit ihren sozialen Auswirkungen verwundert das kaum. Aber Hoffnung ist vielfältig und dynamisch. Sie tanzt eng umschlungen mit Zuversicht und Resignation durch unsere Gemüter. Wir brauchen sie wie die Luft zum Atmen. Hoffnung ist universell. Sie gehört zum Menschsein wie Sprache, Empathie und Kooperation. Sie ist gleichzeitig persönlich und hochpolitisch. Wir können Hoffnung sogar als täglichen Akt des wohlwollenden Widerstandes gegen lebensfeindliche Einstellungen und Handlungen begreifen.

Dranbleiben lohnt sich

Unsere Zukunft wird aus Hoffnung geboren. Dazu ist es unverzichtbar, träumen zu können. Die Anfangsimpulse für notwendige nächste Entwicklungsschritte der Menschheit entstehen oft aus Utopien und Visionen mit einem beherzten „Es ist möglich“ in ihrem Kern.

Erinnern wir uns an einige Beispiele, die durch beharrliches, mutiges Engagement zur Lebensrealität wurden: Weitgehende Abschaffung der Sklaverei, Frauenrechte, Demokratie, Umweltschutz, die UN-Agenda 2030 mit ihren 17 Nachhaltigkeitszielen und viele mehr. Diese Beispiele können uns jetzt durch kollektive Erschöpfung, Trauer und Angst tragen und Dankbarkeit in uns wecken. Was verändert sich wohl, wenn wir morgens mit einer Vision von einer besseren Welt aufstehen und erkennen, wie mächtig Humor sein kann? Wenn wir aufrichtige Beziehungen zu anderen Menschen aufbauen und pflegen? Jede Frage mit ihren bunt schimmernden Antworten ein Hoffnungsbooster, ein Weckruf, eine ehrliche Werbung für körperliche und geistige Unversehrtheit, für ein gleichwürdiges Miteinander, für regenerativen Wandel.

Auf die freie Wahl kommt es an

Wir können wählen, aus welchen Quellen wir uns nähren und aus welchen Informationen sich das Bild zusammensetzt, das wir uns von der Welt machen.

Wie verändert sich dieses Bild, wenn wir bemerken, dass unsere Gesellschaft viel mehr verbindet als spaltet? Wir können unsere Aufmerksamkeit über die mächtigen, negativen Medienberichte hinaus auf Geschichten des Gelingens lenken. Und gleichzeitig in kleinen Gemeinschaften, in denen wir uns zusammengehörig fühlen, auf die Veränderungen ausrichten, die wir ersehnen. So erneuert sich nach und nach die tiefe Erkenntnis, dass der Einzelne als Teil des großen Ganzen eben doch bedeutend ist. Dass wir einen Unterschied machen können...

Dazu kommt die Hoffnung, dass Schulen und Universitäten endlich Orte des Vertrauens werden, in denen wir Eigenverantwortung und das Bewusstsein für Ursachen und Wirkungen aufmerksam erforschen, erproben und als Teil unseres Handelns etablieren. Kognitive, somatische und intuitive Intelligenz spielen hier selbstverständlich und gleichwertig zusammen. Vielleicht liegt genau in diesem Rumoren, das auf zukunftsfähige Bildung drängt, eine unerschütterliche Gewissheit: Wir sind werdende Wesen mit dem Potenzial, unseren Planeten zu behüten!

Wir haben die Chance, unsere Privilegien als einen Handlungsimpuls für Gemeinwohl und die ganze Vielfalt der Welt anzuerkennen. So bekommt Hoffnung einen Klang, der eine friedliche Epoche mit neuen Vorzeichen einläuten möchte. Ein Zeitalter der Genesung für alle.

Text: Eva Keller

Buchempfehlung

„Was wir meinen, wenn wir Hoffnung sagen“
Julien Gupta (Hrsg.) / Oekom Verlag 2026

Wohnen und Leben im Haus am Stiftsheim

Ein Zuhause für ein selbstbestimmtes Leben.



Freundschaftliche Begegnung im Café Lottermoser.

Selbstständiges Wohnen verbindet sich im Haus am Stiftsheim mit Sicherheit, Komfort und Gemeinschaft. Die 52 barrierearmen Wohnungen für Alleinlebende und Paare sind mit dem Aufzug erreichbar und verfügen über ein barrierefreies Bad, eine Einbauküche, Balkon und einen eigenen Kellerraum. Waschmaschinen und Trockner stehen zur gemeinschaftlichen Nutzung bereit. Für zusätzliche Sicherheit sorgen ein aktives Notrufsystem mit direkter Verbindung zu Pflegefachkräften sowie das passive Sicherheitssystem VELI. Auch bei weiterem Unterstützungsbedarf sind kurze Wege garantiert: Tagespflege und ambulanter Pflegedienst der Diakoniestation Kassel-West befinden sich direkt im Haus.

Gemeinschaft, Begegnung und Begleitung

Gemeinschaft prägt den Alltag. Die Hauskordinatorin ist feste Ansprechpartnerin vor Ort und organisiert regelmäßige Angebote und Begegnungen. Bei Gymnastik, Gesprächen, Malen, Singen, Vorträgen und Konzerten entstehen vielfältige Möglichkeiten zum Austausch. Das Café Lottermoser lädt mit Kaffee und Kuchen zum Verweilen ein und bietet Raum für gemeinsame Mahlzeiten und Treffen mit Familie und Freunden.

Gottesdienste, wöchentliche Friedensgebete und seelsorgerliche Begleitung ergänzen das Angebot und schaffen Raum für Besinnung und persönliche Gespräche.

Artenvielfalt im Garten!

Grüne Oasen in Kassel gesucht: Jetzt bewerben für den Kasseler Preis für GARTENVielfalt 2027!



Alle Bürgerinnen und Bürger Kassels sind eingeladen, ihre artenreiche, grüne Oase ins Rennen um den Kasseler Gartenpreis zu schicken. Neben klassischen Gärten wurde die neue Kategorie „Grüner Zwischenraum“ eingeführt. In Kassel werden viele grüne Flächen mit großem Engagement angelegt und gepflegt, bei denen es sich nicht um „klassische Gärten“ handelt. Hierzu zählen Flächen wie bepflanztes „Abstandsgrün“, Genossenschaftsgrün, Grünräume zwischen Gebäuden, Grünstreifen & Co. Ob insektenfreundliche Blühpflanzen, vielfältige Gehölze oder kreative Nisthilfen – gefragt sind naturnahe Gestaltung und Vielfalt. Mit dem Preis möchte die Stadt das Engagement unterstützen und noch mehr Menschen inspirieren, ebenfalls etwas für eine diverse Flora und Fauna in Kassel zu tun.

Mitmachen und bis 31. Januar 2027 bewerben:
www.kassel.de/gartenpreis.



Wohnen und Leben im Haus am Stiftsheim

so eigenständig wie möglich, so viel Service wie gewünscht – Sie entscheiden selbst!

Haben Sie Interesse an mehr Informationen?



Evangelisches Altenhilfezentrum
Stiftsheim Kassel
Evangelische Altenhilfe
Gesundbrunnen

info@kassel-gesundbrunnen.org

Ahrensbergstraße 23
Firnnsbachstraße 6
34131 Kassel

Tel. 0561 9329-240

mittendrin

IN KASSEL UND REGION

mittendrin-kassel.de

**PFLANZENHOF
NORDSHAUSEN**

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

Ein Unternehmen
der **hilzinger** Gruppe
Deutschlands große
Fenstermarke

Walter Fenster + Türen

www.walter-fenster.de
Telefon 0561 940990

Gärtnerei Uffelmann

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



Frank Rohdes Gartenkolumne

Gartentipps für den Herbst

Mit gezielten Maßnahmen lässt sich der Garten winterfest machen und für einen guten Start ins nächste Frühjahr vorbereiten.

Nach einem heißen und trockenen Sommer zeigt der Rasen oft braune oder kahle Stellen. Der warme Boden und die höhere Bodenfeuchtigkeit bieten im Herbst ideale Bedingungen für die Regeneration. Dafür den Rasen gründlich mähen und von abgestorbenem Pflanzenmaterial befreien. Bei starkem Rasenfz kann vorsichtig vertikutiert werden. Anschließend lassen sich kahle Stellen nachsäen. Ein guter Bodenkontakt der Saat und gleichmäßige Feuchtigkeit fördern das Wachstum. Die Düngung im Herbst kräftigt die Gräser für die kalte Jahreszeit! Damit die Gräser ausreichend Licht und Luft erhalten, ist es wichtig, regelmäßig das Laub vom Rasen zu entfernen. Dieses dient unter Hecken, Sträuchern und Staudenbeeten als Winterschutz und Rückzugsort für Kleintiere und Insekten.

Herbstgemüse und Frühjahrsblüher

Auch im Gemüsebeet ist die Saison noch nicht ganz vorbei. Feldsalat, Spinat, Winterkopfsalat und auch Radieschen eignen sich für die Aussaat im Spätsommer und frühen Herbst. Feldsalat ist besonders robust und liefert den ganzen Winter vitaminreichen Salat. Auch Spinat wächst bei kühleren Temperaturen gut und eignet sich für die Aussaat im Herbst oder Frühjahr. Radieschen entwickeln sich schnell und sind deshalb ideal für freie Stellen im Beet. Eine lockere, feinkrümelige Erde, leichtes Andrücken der Saat und regelmäßiges Gießen fördern die Keimung.

Der Herbst ist außerdem die ideale Zeit, um Blumenzwiebeln zu setzen. Tulpen, Narzissen, Krokusse und viele andere Frühjahrsblüher kommen jetzt in die Erde. Gepflanzt wird am besten in lockeren, gut durchlässigen Boden. Als Faustregel gilt: Die Zwiebel etwa zwei- bis dreimal so tief setzen, wie sie selbst hoch ist. Staunässe ist dabei zu vermeiden, da die Zwiebeln sonst faulen können. Verschiedene Sorten kombiniert und in kleinen Gruppen gepflanzt, sorgen im Frühjahr für ein besonders lebendiges und abwechslungsreiches Bild.

Wer diese Arbeiten im Herbst erledigt, schafft beste Voraussetzungen für einen gesunden Rasen, frisches Herbstgemüse und einen farbenfrohen Start in die neue Gartensaison.

EXKLUSIVES EINRICHTEN



Wohn-fabrik

MÖBEL • KUNST • UND MEHR
34117 Kassel • Erzberger Str. 13A • ☎ 7399983 • www.wohn-fabrik.de
Hofeinfahrt • 100m zurückliegend • KOSTENLOSE PARKPLATZE
Montag Ruhetag • Dienstag-Freitag 10-18 Uhr • Samstag 10-16 Uhr

Ländliche Nahversorgung neu denken

Wenn Dorfläden schließen, braucht es neue Wege für die Lebensmittelversorgung auf dem Land.



Wo der nächste Supermarkt nicht immer gleich um die Ecke liegt, bringt ein Lieferservice wie der Grüne Bote den Einkauf direkt zu den Menschen.

Die Schließung kleiner, lokaler Läden und die steigenden Energiepreise stellen die Lebensmittelversorgung in ländlichen Orten vor große Herausforderungen und belastet ältere Menschen, die nicht mehr mobil sind, umso mehr. Projekte wie der Grüne Bote oder genossenschaftliche Supermärkte wie Tante Enso zeigen, wie sich Versorgungslücken im ländlichen Raum schließen lassen.

Dorfläden kämpfen ums Überleben

Kleine Läden auf den Dörfern können oft nicht mit den Preisen von großen Supermarktketten mithalten. Viele Bewohner fahren daher mit dem Auto in die nächste Stadt, um dort in einem großen Supermarkt einzukaufen. Das schwächt wiederum die lokale Kundschaft und erschwert es den Läden, wirtschaftlich zu bestehen. Dazu kommt, dass ältere Ladenbesitzer häufig keine Nachfolge für ihr Geschäft finden. Darüber hinaus belasten die steigenden Energiekosten kleine Dorfläden wegen der Heizung und Kühlung. Dazu kommen hohe Transportkosten, sowie der gestiegene Mindestlohn, wodurch kleine Läden kaum noch Gewinn machen. Auch beim Einkauf von Gütern haben kleine Läden Nachteile: Sie können geringere Mengen abnehmen und zahlen dadurch häufig höhere Preise. Gleichzeitig sind für Logistikunternehmen Lieferungen in abgelegene Orte oft weniger wirtschaftlich. Das Aussterben der Dorfläden belastet vor allem diejenigen, die nicht mobil sind. Denn sie haben nicht die Möglichkeit, vor Ort einzukaufen, können aber auch nicht in die nächste Stadt fahren.

Frische Produkte geliefert bekommen

Der Grüne Bote ist ein Bio-Lieferservice im Werra-Meißner-Kreis, der Produkte an Privathaushalte, Firmen und Institutionen liefert. Mit speziellen Abokisten und einem Vollsortiment versorgt er Menschen mit regionalen und biologisch erzeugten Lebensmitteln.

Für die Versorgung mit Lebensmitteln auf dem Land ist der Grüne Bote von besonderer Bedeutung, da er fehlende lokale Einkaufsmöglichkeiten und eingeschränkte Mobilität durch die Lieferung direkt nach Hause kompensiert. Vor allem für ältere Menschen ist die Bestellung per Telefon statt über den Online-Shop wichtig. „Für manche Kunden ist der Lieferservice der einzige Kontakt und einige bestellen bereits seit 35 Jahren“, erzählt Peter Lubberich aus der Geschäftsleitung vom Grünen Boten. Auch individuelle Bedürfnisse werden berücksichtigt: So bringt der Grüne Bote die Einkäufe bei Bedarf bis in die Wohnung und liefert auch in abgelegene Regionen, in denen eine Versorgung wirtschaftlich kaum möglich wäre.

Die lokale Wirtschaft stärken

Tante Enso ist ein genossenschaftlich organisierter Supermarkt im ländlichen Raum. Bei der Eröffnung eines neuen Standorts beteiligen sich die Dorfbewohner selbst und werden zu Teilhabern des Geschäfts. Die neuen Märkte entstehen meist in kleinen Orten, in denen es bisher keine Nahversorgung oder Supermärkte gab.

Das Besondere an Tante Enso ist die Verbindung aus digitalem Konzept und lokaler Beteiligung: Die Läden sind rund um die Uhr geöffnet und die Kunden können über verschiedene Möglichkeiten Einfluss auf das Sortiment nehmen. Die Bremer Betreibergesellschaft myEnso betreibt das Projekt, während die Teilhaberschaft vor Ort für eine starke Einbindung der Dorfgemeinschaft sorgt.

Tante Enso setzt ebenso auf Produkte von lokalen Landwirten, Imkern und Bäckern, stärkt so regionale Strukturen und sichert die Versorgung vor Ort. Da der Weg in die nächste Stadt für den Einkauf entfallen kann, bedeutet ein solcher Markt vor Ort gerade für ältere Menschen eine wichtige Entlastung.

Text: Mia Lynn Boehme



Vogel des Jahres 2026 – das Rebhuhn

Hilferufe aus Feldern und Äckern.

Jedes Jahr schlägt der NABU eine kleine Auswahl von Vogelarten als Kandidaten für den Vogel des Jahres vor.

Auf einer entsprechenden Internetseite kann jeder darüber abstimmen, welchem Vorschlag er zustimmt. In diesem Jahr haben sich die Wähler für das Rebhuhn entschieden, eine Vogelart, die im Raum Kassel leider nur noch sehr selten beobachtet werden kann. Das Rebhuhn (*Perdix perdix*) ist ein Steppenvogel, der mit der Ausbreitung der Landwirtschaft zum Kulturfolger wurde. Bis vor kurzem war das zu den Glattfußhühnern gehörende Rebhuhn ein häufiger Brutvogel unserer Feldfluren und Brachflächen. Durch ihre gute Tarnung nehmen Beobachter sitzende Rebhühner oft kaum wahr. Flattern sie jedoch plötzlich auf, erschrecken sie manche Menschen beinahe. Auch fallen sie durch ihre kurzen Rufe (reb reb) auf.

Der bodenliebende Perdix

Der altrömische Autor Ovid erzählt in seinen Metamorphosen über Perdix, dem Neffen des berühmten Baumeisters Dädalus, folgende Geschichte: Der kluge und begabte Perdix erfand als Lehrling seines Onkels die Säge, den Zirkel und die Töpferscheibe. Dädalus wurde neidisch auf Perdix und stürzte ihn von der Mauer der Akropolis hinab. Die Göttin der Weisheit, Minerva, rettete ihn und verwandelte ihn in ein Rebhuhn. „Es (das Rebhuhn) fliegt am Boden und legt im Gesträuch seine Eier; denn es fürchtet die Höhe, des früheren Sturzes gedenkend“. „Aus dem schlammigen Sumpf das geschwätzige Rebhuhn: da wippt es mit dem Gefieder und lässt durch Gesang seine Freude erkennen.“

Auch heute können wir uns über den Anblick dieser graubraun marmorierten Gesellen mit orangenen Gesichtern freuen, wenn wir noch das Glück haben, Rebhühnern zu begegnen. Sie lassen sich entweder einzeln oder in kleinen Gruppen, den sogenannten Ketten, antreffen. Die Jungtiere bleiben im Familienverband und ernähren sich, im Gegensatz zu den stärker vegetarisch lebenden Altvögeln, vorwiegend von Insekten und wirbellosen Tieren.

Feldvögel in Bedrängnis

Inzwischen verschwinden Rebhühner zunehmend aus unserer Landschaft. In manchen Ländern jagen Menschen Rebhühner bis heute, da das Fleisch als Delikatesse gilt. Ein noch größeres Problem ist der Mangel an Insekten und Larven, von denen sich vorwiegend die Jungvögel ernähren. Als Bodenbrüter ist das Rebhuhn durch Beutegreifer gefährdet, in Ortsnähe sind das über Waschbären hinaus vor allem Hauskatzen und streunende Hunde. Die größten Probleme sind jedoch der zunehmende Mangel an geeigneten Lebensräumen sowie der Schwund der Insektennahrung für die Jungvögel und wilde Kräuter für die Altvögel. Um die Zukunft des Rebhuhns zu sichern sind vor allem Brachflächen, unbearbeitete Stoppeläcker und Feldraine notwendig. Letztes Jahr hat der NABU Kassel begonnen, den Erhalt einer solchen Landschaft im Kreis Kassel zu unterstützen (Seilerberg bei Dörnberg). Möglicherweise findet das Rebhuhn dorthin zurück. Nordöstlich vom Kern des Stadtteils Wolfsanger erhält der regionale NABU eine naturbelassene Fläche mit einem alten Wasserwerk, das Fledermäusen als Quartier dient und einem kleinen Teich, der Amphibien Lebensmöglichkeiten erhält. Es gibt immer reichlich zu tun.

Dr. Jürgen Wolf, Pfarrer im Unruhestand, war, nach seiner Tätigkeit in Mittelhessen von 1999 bis 2012 Pfarrer an der Lutherkirche in Kassel. Anschließend, bis zu seinem Ruhestand 2017 wirkte er an der Dreifaltigkeitskirche und in verschiedenen Seniorenheimen. Darüber hinaus beschäftigt er sich mit Weltanschauungsfragen und Religion in einer multikulturellen Welt. Während des Ruhestandes engagiert er sich u.a. für den NABU.



Ein Raum für Ideen und Begegnung

Das ECKD Event- & Tagungszentrum Kassel bietet auf drei Ebenen flexible Räume für Tagungen, Workshops und Events.



Der ideale Ort für Networking und persönliche Begegnungen: der Raum „Schöne Aussicht“.

Seit zehn Jahren steht das ECKD Event- & Tagungszentrum Kassel für professionelle Veranstaltungen mit persönlichem Service und modernen Raumkonzepten. Was 2016 mit klassischen Tagungsräumen auf einer Etage begann, hat sich zu einer vielseitigen Eventlocation entwickelt, die heute Tagungen, Workshops, Networking-Events und Firmenfeiern unter einem Dach vereint.

Tagen auf drei Ebenen

Ein besonderes Herzstück ist das Konzept „Tagen auf drei Ebenen“. Dabei übernimmt jede Etage eine eigene Funktion: Die erste Ebene bietet den idealen Rahmen für Keynotes, Präsentationen und Plenumsveranstaltungen. In den kreativen EPIC fields stehen Workshops, Gruppenarbeiten und neue Ideen im Mittelpunkt. Die dritte Ebene mit nachhaltigem Raumkonzept, großzügigen Flächen und Außenterrasse lädt zum Networking, zu kulinarischen Highlights oder einem entspannten Ausklang ein. So entstehen fließende Übergänge zwischen konzentriertem Arbeiten, kreativem Austausch und persönlicher Begegnung.

Ein Wandel mit Perspektive

Mit den Erweiterungen der vergangenen Jahre ist das Tagungszentrum kontinuierlich gewachsen und bietet heute flexible Raumlösungen für unterschiedlichste Veranstaltungsformate. Moderne Veranstaltungstechnik, persönliche Betreuung und die zentrale Lage gegenüber dem ICE-Bahnhof Kassel-Wilhelmshöhe machen das ECKD Event- & Tagungszentrum Kassel seit zehn Jahren zu einer festen Veranstaltungsadresse in Nordhessen.



ECKD
Event- und Tagungszentrum Kassel
Wilhelmshöher Allee 256
34119 Kassel | www.event-eckd.de

Klimaschutz wird ausgezeichnet!

Jetzt bewerben für den Kasseler Klimaschutzpreis 2027 – oder Engagierte aus Kassel vorschlagen.

Du bringst dich selbst, mit Freunden, in einer Initiative, mit deiner Schule oder deinem Unternehmen für den Klimaschutz in Kassel ein? Du kennst Menschen in deinem Umfeld, die sich engagieren? Dann berichte davon! Auch im kommenden Jahr unterstützt und würdigt die Stadt das Engagement für den Klimaschutz. Der Preis wird seit 2023 jährlich in den Kategorien „Privatpersonen“, „Personengruppen“ sowie „Unternehmen“ vergeben und umfasst ein Preisgeld von insgesamt 3.000 Euro. Alle Engagierten in Kassel sind eingeladen, sich für den Klimapreis 2027 zu bewerben oder andere Personen oder Organisationen vorzuschlagen.



Mitmachen und bis 31. Dezember 2026 bewerben:
www.kassel.de/klimapreis



Wir machen die Energiewende - hier und jetzt.

Gemeinsam leisten wir unseren Beitrag zu einer lebenswerten Zukunft.

www.EAM.de
Tel. 0561 9330-9330

Positive Energie aus der Mitte



TEIL EINES GANZEN SEIN

Wie wir uns wieder mit der Natur verbinden.

Manchmal ist es das Vogelgezwitscher frühmorgens beim Aufwachen, ein herbstlicher Spaziergang durch frisches Laub im Habichtswald oder der Sonnenuntergang am Meer im Sommerurlaub. Es sind diese kleinen Momente, die uns ein tiefes Gefühl von Verbundenheit spüren lassen. Der Alltagsstress rückt in den Hintergrund und wir erkennen, dass wir keine isolierten Individuen sind, sondern eingebettet in ein großes, lebendiges Netz. Doch in unserer heutigen Zeit wird es immer schwerer, diese Verbundenheit überhaupt noch zu spüren – und noch viel schwerer, sie im Alltag festzuhalten.

Schleichende Entfremdung

Wir Menschen haben eine Welt erschaffen, die uns von der Natur zunehmend trennt. Wir leben in betonierten Städten und sitzen zu viel vor Bildschirmen. Sind ständig unter Strom und kommen immer weniger zur Ruhe. Die moderne Welt ist laut, grell, fordernd und schnelllebig. Die Natur hingegen drängt sich nicht auf, sie schickt keine Push-Nachrichten. Weil wir ununterbrochen damit beschäftigt sind, Informationen zu konsumieren und unseren Alltag zu optimieren, übersehen wir schlichtweg, was sie uns zu bieten hat. Stattdessen wird die Natur zur reinen Kulisse degradiert, vor der wir in den sozialen Medien anderen beweisen, was wir alles Tolles erlebt haben. Wir laufen Gefahr, den Kontakt zu dem zu verlieren, was uns eigentlich am Leben hält.

Die Kunst des Einlassens

Eine echte Verbindung zur Natur bedeutet jedoch, tief einzutauchen, abzuschalten und zur Ruhe zu kommen. Dafür müssen wir uns heute bewusst entscheiden, uns Zeit nehmen und uns darauf einlassen. Wer liegt heute noch im Gras, ohne nach wenigen Minuten seine WhatsApp-Nachrichten zu checken? Wer folgt einer Hummel, ohne direkt ein Video zu machen? Und wer nimmt sich die Zeit, den Geräuschen des Waldes zu lauschen, ohne sofort Musik anzumachen? Diese Ruhe und Beständigkeit, die uns die Natur bietet, sind für uns Menschen oft nur noch schwer zu ertragen. Jene Erfahrungen sind jedoch wichtig, um zu erkennen, dass wir Teil eines größeren Ganzen sind.

NACHHALTIG im Gespräch

Die Keller & Gruber-Nachdenk-Kolumne

Einen Baum umarmen

Eine wunderbare Übung aus dem Waldbaden, um genau diese Verbundenheit mit der Natur zu spüren, ist die Umarmung eines Baumes. Wie sich eine solche Übung anfühlen kann, haben wir Autorinnen im Rahmen einer Weiterbildung selbst erfahren: Als wir mit der Gruppe im Wald standen, sollte sich zunächst jede von uns einen Baum aussuchen, zu dem sie sich instinktiv hingezogen fühlte. Wir näherten uns dem Baum und versuchten, ihn erst einmal ganz bewusst wahrzunehmen – seinen Stamm, die Äste, die Blätter und die Wurzeln. Dann nahmen wir Kontakt mit ihm auf, lehnten uns an den Stamm oder umarmten ihn. Schließlich schlossen wir alle die Augen, atmeten langsam ein und aus und ließen die Verbindung zu dem Baum und zur uns umgebenden Natur einfach zu. Das hört sich alles erst mal komisch an und fühlt sich auch so an. Aber diese Erfahrung hat uns gezeigt, wie wichtig solche achtsamen Momente sind. Wenn wir das unsichtbare Band zur Natur wieder spüren, finden wir auch im stressigen Alltag tiefe Entspannung.

Waldbaden im Habichtswald →

Der Naturpark Habichtswald bietet geführte Touren rund um das Erlenloch an. Aktuelle Termine sind online unter Events zu finden.



← Was ist Waldbaden?

Waldbaden ist das bewusste Eintauchen in die Atmosphäre des Waldes. Das bringt uns näher zur Natur und ist auch noch gesund.

KI-Hinweis: Ein KI-Tool wurde eingesetzt, um den selbstständig erfassten Text zu optimieren.

Das gute Gefühl: Energie vom eigenen Dach

Minimieren Sie Ihre Energiekosten

Hand in Hand mit uns als Fachbetrieb für Ihre PV-Anlage. Wir setzen unsere Energie für Ihren Strom ein. Sprechen Sie mit uns!



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

www.oekotronik.de

www.oekotronik.de

www.oekotronik.de

Nachhaltige Heizsysteme im Altbau

Mit der Baubiologie auf Du und Du

Kerstin Volkenant und Peter Wolff geben in einer StadtZeit-Serie sinnvolle Tipps für ein gesundes Lebensumfeld.

Eine neue Heizung allein spart noch keine Energie – entscheidend ist zunächst der Zustand des Gebäudes.

Steigende Energiekosten und der Wunsch nach mehr Klimaschutz bringen viele Hausbesitzer zum Nachdenken. Oft fällt der erste Blick auf eine neue Heizungsanlage, doch der wichtigste Schritt liegt meist an anderer Stelle. Bevor Hausbesitzer über eine Wärmepumpe oder ein anderes Heizsystem entscheiden, sollten sie zunächst den energetischen Zustand ihres Gebäudes bewerten. Denn nicht die Heizung allein bestimmt den Energieverbrauch, sondern vor allem die Qualität der Gebäudehülle.

Der energetische Zustand entscheidet

Ein guter Anhaltspunkt ist das Baujahr. Häuser aus der Zeit vor 1978 besitzen häufig ungedämmte Außenwände, schlecht gedämmte Dächer und ältere Fenster. Entsprechend hoch ist ihr Wärmebedarf. Die Wärmeschutzverordnung von 1978 führte erstmals verbindliche Anforderungen ein. Weitere Verbesserungen folgten 1984 und 1995. Seit der Energieeinsparverordnung von 2002 und dem heutigen Gebäudeenergiegesetz verschärften sich die Vorgaben weiter. Je besser die Gebäudehülle, desto effizienter arbeiten moderne Heizsysteme. Nicht jedes ältere Haus muss vollständig saniert werden. Oft reichen bereits die Dämmung der obersten Geschossdecke, der Kellerdecke oder der Austausch energetisch schlechter Fenster aus. Gerade bei vielen Altbauten bringen diese Maßnahmen fürs eingesetzte Geld die größte Energieeinsparung. Die günstigste und nachhaltigste Energie ist die, die gar nicht erst verbraucht wird. Jede Verbesserung der Gebäudehülle senkt dauerhaft Heizkosten und den Energiebedarf. Eine unabhängige Energieberatung zeigt, welche Maßnahmen im Einzelfall den größten Nutzen bringen.

Welche Heizung passt zum Altbau?

Pelletheizungen gelten als erneuerbare Heiztechnik, sind jedoch nur bedingt nachhaltig. Holz wächst zwar nach, steht aber nicht unbegrenzt zur Verfügung und dient auch als Baustoff. Zudem entstehen bei der Verbrennung Feinstaub und Stickoxide. Herstellung und Transport der Pellets verursachen ebenfalls Energieaufwand. Für viele Altbauten können hybride Heizsysteme eine sinnvolle Lösung sein. Eine Kombination aus Wärmepumpe und Solarthermie nutzt die Sonnenenergie zur Warmwasserbereitung. Ebenso lässt sich eine Wärmepumpe mit einer vorhandenen Gasbrennwertheizung kombinieren. Die Wärmepumpe deckt den größten Teil des Wärmebedarfs. Nur an sehr kalten Tagen unterstützt die Gasheizung.

Photovoltaik realistisch bewerten

Eine Photovoltaikanlage gilt oft für Hausbesitzer als ideale Ergänzung zur Wärmepumpe. Tatsächlich liefert sie einen Teil des benötigten Stroms. Die höchsten Stromerträge entstehen jedoch im Sommer, während die Wärmepumpe ihren größten Strombedarf im Winter hat. Dadurch lässt sich nur ein Teil des selbst erzeugten Stroms direkt nutzen. Eine Photovoltaikanlage kann die Betriebskosten senken, der Einspareffekt fällt jedoch häufig geringer aus als erwartet. Entscheidend ist, dass Photovoltaik, Wärmepumpe und Gebäude energetisch zusammenpassen. Die nachhaltigste Heizungsmodernisierung beginnt nicht mit dem Austausch der Heizung, sondern mit der Reduzierung des Wärmebedarfs. Erst wenn Gebäudehülle und Heizsystem aufeinander abgestimmt sind, lassen sich Energiekosten dauerhaft senken, CO₂ Emissionen reduzieren und der Wert der Immobilie langfristig erhalten.

Machen wir uns gemeinsam unabhängiger von unambitionierter Energiepolitik!

Unterstützen Sie den Umbau auf regionale und erneuerbare Energie

- mit einer Beteiligung an regionalen Windkraftwerken
- durch eine PV-Anlage auf dem eigenen oder gemeinschaftlichen Dach.

Ihre Bürger-Energie-Genossenschaft begleitet Sie dabei:

Nutzung regionaler erneuerbarer Energie für Strom und Wärme

Beratung - Beschaffung - Vermietung - Betrieb

Lassen Sie sich von uns unverbindlich und kostenlos beraten!

Bürger Energie Kassel & Söhre eG

Tel.: 0561 450 35 76
info@be-kassel.de
www.be-kassel.de

Advertorial

tregks Transformationsnetzwerk Region Kassel

Die Arbeitswelt von morgen mitbestimmen

Künstliche Intelligenz, Digitalisierung und Fachkräftemangel verändern die Arbeitswelt. Beschäftigte und ihre Interessenvertretungen stehen vor der Frage, wie sich der Wandel aktiv mitgestalten lässt.



Betriebs- und Personalräte sowie Beschäftigte vernetzen sich bei tregks.

Bei diesen Herausforderungen unterstützt die gewerkschaftliche Kooperations- und Beratungsstelle (KuB) im Rahmen des Transformationsnetzwerks Region Kassel (tregks) Betriebs- und Personalräte sowie Beschäftigte. In bislang zehn

branchenübergreifenden Netzwerktreffen seit Ende 2022 tauschen die Beteiligten Erfahrungen aus und entwickelten praxistaugliche Lösungen. Im Mittelpunkt stehen der Einsatz Künstlicher Intelligenz, digitale Arbeitsprozesse, Fachkräftesicherung und die Folgen technologischer Veränderungen für Beschäftigte und Mitbestimmung.

Gute Lösungen entstehen im Miteinander

Der Austausch über Branchengrenzen hinweg eröffnet neue Perspektiven und zeigt, dass viele Betriebe vor ähnlichen Herausforderungen stehen. Die Weiterbildung spielt dabei eine zentrale Rolle und bei den Netzwerktreffen diskutieren Beteiligte, welche Kenntnisse künftig benötigt

werden und wie sich Qualifizierung frühzeitig in betriebliche Veränderungsprozesse einbinden lässt. Die KuB versteht sich in diesem Prozess als Plattform für Vernetzung, Wissenstransfer und gemeinsames Lernen. Denn über technische Fragen hinaus betrifft Transformation auch Arbeitsbedingungen, berufliche Perspektiven und Mitbestimmung. Die Erfahrungen zeigen: Gute Lösungen entstehen dort, wo Unternehmen Beschäftigte frühzeitig einbeziehen und Veränderungen gemeinsam gestalten. Kontaktieren Sie uns gerne!

tregks: DGB Bildungswerk Hessen e.V.
Marc Groß
Tel. 0561-970 61 57
marc.gross@dgb-bwh.de
www.tregks.de



Gestalten. Mitdenken. Verantwortung übernehmen.

Das StadtZeit-Medienteam sucht eine Persönlichkeit mit Macherqualitäten, die mit uns die Zukunft gestalten will – unternehmerisch denkend, kreativ arbeitend, strategisch mitgestaltend.



StadtZeit Kassel Magazin und das mittendrin-Onlinemagazin für Kassel und Region, stehen seit vielen Jahren für unabhängige, lokal verankerte Medienarbeit – mit einem etablierten Printmagazin, lebendigen Onlineplattformen, Podcasts und vielfältigen redaktionellen Kooperationen. In diesem Kosmos bieten wir dir – weit jenseits eines klassischen Jobs – einen spannenden Möglichkeitsraum. Vielleicht bist du die Person, die diesen Raum neu denkt, weiterentwickelt, prägt. In enger Zusammenarbeit mit dem Gründer und unserem Team – später vielleicht auch als Teilhaber:in oder Nachfolger:in. Daraus ergeben sich vielfältige Aufgaben – mit echtem Gestaltungsspielraum: Es geht um Inhalte, Kommunikation, Markenentwicklung, Geschäftsmodell-Design, Teamführung und auch um betriebswirtschaftliche Fragestellungen. Und vor allem darum, für Kassel und die Region etwas zu schaffen, das wirkt – und bleibt. Was du mitbringen solltest? Den Wunsch, Verantwortung zu übernehmen. Den Mut, dich voll einzubringen. Die Fähigkeit, selbstständig zu arbeiten und zugleich im Team zu wirken.

Du fühlst Dich angesprochen?
Mach dir am besten gleich einen Termin.
Dein Ansprechpartner: Klaus Schaake
Tel. 0561 – 475 10 11 | E-Mail: schaake@stadtzeit-kassel.de

Für alle da – doch selbst erschöpft

Viele heutige Erkrankungen können auch entstehen, weil Betroffene für alle anderen da sein wollen und dabei sich selbst vernachlässigen.



Raus aus dem Alltag, abschalten, den Stress hinter sich lassen, zur Ruhe kommen.

Steffi war schon früh für andere da: zunächst für ihre Eltern, die mit ihrer beruflichen und privaten Situation selbst überfordert waren und dann für ihre Freundinnen, wenn diese sie brauchten. Später übernahm sie Verantwortung für ihren Mann und ihre Kinder. Sie kümmerte sich und stellte ihre eigenen Bedürfnisse immer wieder zurück. Steffi war für alle da – und vergaß dabei sich selbst.

Ein großer Denkfehler

Steffi steht stellvertretend für viele Menschen in der heutigen Gesellschaft. Besonders häufig betrifft dies Frauen, doch auch Männer stellen ihre eigenen Bedürfnisse immer wieder zurück. Sie denken, dass es ihnen dann, wenn es den anderen gut geht, ebenfalls gut gehen wird. Sie denken, dass sie egoistisch sind, wenn sie sich um sich selbst kümmern. Und genau hier liegt ein sehr großer und gefährlicher Denkfehler!

Immer für alle da sein, morgens aufstehen und funktionieren, das kann über eine kurze Zeit gut gehen. Doch irgendwann kommt der Punkt, an dem das Nervensystem überlastet ist. Der Urlaub reicht nicht mehr aus, um sich zu erholen. Viele Menschen kennen Symptome wie dauerhafte Müdigkeit, Erschöpfung, Infektanfälligkeit. Die Thematik beginnt schleichend: Aus einer Tasse Kaffee am Morgen werden zwei Liter Kaffee über den Tag verteilt. Und wenn man gesund leben möchte, dann ist es eben der Matcha, statt des Kaffees. Doch auch der hilft irgendwann nicht mehr.

Bis zum Umfallen

Als Steffi eines Morgens kaum noch aus dem Bett kam, suchte sie ärztlichen Rat. Körperlich ließ sich zunächst keine eindeutige Ursache feststellen; ihre Erschöpfung wurde auf anhaltenden Stress zurückgeführt. Doch an ihrem Alltag änderte sich wenig: Haushalt, Kinder und weitere Verpflichtungen blieben. Ihr Zustand verschlechterte sich zunehmend, bis sie kaum noch in der Lage war, ihren Alltag zu bewältigen. Viele Menschen befinden sich in ähnlichen Situationen wie Steffi. Sie sind an einem Tiefpunkt im Leben angekommen und wissen oft nicht weiter. Manchmal hilft eine Kur: Raus aus dem Alltag, abschalten, den Stress hinter sich lassen, zur Ruhe kommen. Betroffene erhalten während der Kur häufig eine psychologische Begleitung, durch deren Hilfe sie wieder zu sich selbst finden und einen besseren Umgang mit Stress im Außen lernen.

Selbstfürsorge vs. Egoismus

Menschen, die an chronischer Erschöpfung leiden, dürfen erkennen, wie wichtig es ist, die eigenen Bedürfnisse ebenso ernst zu nehmen, und dass das nichts mit Egoismus zu tun hat. Sobald sie lernen, Selbstverantwortung für sich zu übernehmen und Selbstfürsorge zu praktizieren, kommen sie mit viel mehr Energie durch ihren Alltag. Der Unterschied zwischen Selbstfürsorge und Egoismus erscheint minimal, macht aber viel aus: Ein egoistischer Mensch stellt sich selbst ganz nach vorne, er fährt seine Ellbogen aus, um seine Vorteile durchzusetzen, seine Ziele zu erreichen und geht über Leichen, um voranzukommen. Ein Mensch, der in Selbstfürsorge lebt, sorgt für sich selbst – wie der Begriff selbst schon sagt. Er kann Grenzen setzen, er kann nein sagen, er hat seine Zeiten, in denen er nur für sich selbst da ist und ihm ist bewusst, dass er auch für andere besser da sein kann, wenn es ihm selbst gut geht.

Text: Christina Meta Dann

Hatha-Yoga in der Tradition von B. K. S. Iyengar
Durch Präzision zur Meditation

Dr. rer. nat. Claudia Schaubitzer-Nowak

0561 / 88 59 23
www.yoga-schaubitzer.de



biodanza
Aus Freude am Leben!

www.biodanza-mitte.de
Tel. 05606-5633368



Ausgezeichnete HÖRMEISTEREI

Hörakustik-Meisterin und Inhaberin Gudrun Surup wurde mit dem Deutschen Hörakustik Award 2026 ausgezeichnet. Zusätzlich erhielt sie für ihr unternehmerisches Engagement und ihre besondere Form der Mitarbeiterführung die Sonderauszeichnung „Female Leadership“.

Die große Freude in der HÖRMEISTEREI am Bebelplatz fasste Gudrun Surup nach dieser besonderen Anerkennung für ihr Engagement so zusammen: „Diese Auszeichnungen bedeuten mir sehr viel. Sie sind für mich über eine persönliche Ehrung hinaus, vor allem eine Wertschätzung für den Weg, den wir in der HÖRMEISTEREI seit vielen Jahren konsequent gehen.“ Seit der Gründung im Jahr 2014 verfolgt die versierte Hörakustik-Meisterin mit ihrem Team ein klares Konzept: individuelle Hörlösungen statt Standardversorgung. Mit über 40 Jahren Berufserfahrung verbindet sie modernste Hörtechnik, wissenschaftlich fundierte Anpassverfahren und eine sehr persönliche Betreuung, die konsequent auf die Bedürfnisse jedes einzelnen Kunden ausgerichtet ist.

Immer die individuell beste Lösung finden

In Kassel nimmt die HÖRMEISTEREI mit ihrem Konzept eine besondere Stellung ein. Im einzigen reinen Hörakustik-Fachbetrieb der Region erfolgt die Auswahl, Anpassung und Feineinstellung der Hörsysteme ausschließlich durch Hörakustik-Meisterinnen. Kunden profitieren dadurch von einer Versorgung auf höchstem fachlichem Niveau – von der ersten Beratung bis zur finalen Einstellung der Hörsysteme. Ein weiterer wichtiger Grundsatz der HÖRMEISTEREI ist die Unabhängigkeit. Das Unternehmen arbeitet mit allen namhaften Hörgeräteherstellern zusammen und ist nicht an einzelne Marken oder Konzernvorgaben gebunden. Ziel ist es stets, für jeden Kunden die individuell beste Lösung zu finden. Grundlage dafür sind modernste Anpassverfahren und der Goldstandard der Messtechnik. Gudrun Surup setzt auf wissenschaftlich fundierte Verfahren, kontinuierliche Weiterbildung und eine konsequente Orientierung an aktuellen Erkenntnissen aus Forschung und Hörakustik. Mehrere Fachpublikationen veröffentlichten bereits ihre fachliche Expertise. Für den Deutschen Hörakustik Award würdigte die Jury insbesondere die Verbindung von handwerklicher Meisterqualität, wissenschaftlichem Anspruch, unternehmerischer Leistung und persönlicher Kundenorientierung.

Für die volle Vielfalt der Klänge

Auch in Zukunft wird sich die HÖRMEISTEREI auf ihrem Weg treu bleiben. Mit der Erweiterung des Teams um eine zusätzliche Hörakustik-Meisterin ist die hohe Versorgungsqualität künftig deutlich mehr Menschen zugänglich. „Zwischen den Wünschen unserer Kunden, den Möglichkeiten moderner Hörtechnik und den Erkenntnissen der Wissenschaft die beste individuelle Lösung zu finden – das ist und bleibt unsere tägliche Motivation“, so Gudrun Surup.



Stolzes Team der HÖRMEISTEREI (v.l.n.r.): Lisa-Marie Tripp, Inhaberin Gudrun Surup und 2. Meisterin Alexandra Lindner, die seit Juli an Board ist, um der gestiegenen Nachfrage gerecht zu werden.

Ihr besonderer Dank gilt ihren Kundinnen und Kunden für das langjährige Vertrauen, ihrem Team für das tägliche Engagement sowie ihrem Mann, der die Entwicklung des Unternehmens von Beginn an mit Ideen, Unterstützung und großem persönlichen Einsatz begleitet hat. Die HÖRMEISTEREI am Bebelplatz steht für unabhängige Beratung, modernste Hörakustik, wissenschaftlich fundierte Anpassung und Hörlösungen nach Maß – mit dem Ziel, Menschen wieder die volle Vielfalt der Klänge ihres Lebens erleben zu lassen.

HÖRMEISTEREI am Bebelplatz
Friedrich-Ebert-Str. 145 | 34119 Kassel
Tel. 0561 50 39 59 79
info@hoermeisterei.de | www.hoermeisterei.de



System der Inneren Familie – IFS

Advertorial

Christiane Brach begleitet Sie bei Krisen und persönlichen Veränderungsprozessen.



Als Psychologin und Heilpraktikerin für Psychotherapie bin ich in meiner Praxis und online für sie da. Der Schwerpunkt meiner Arbeit ist das „System der Inneren Familie“ (IFS), eine von Richard Schwartz entwickelte therapeutische Methode. IFS geht davon aus, dass jeder Mensch einen inneren, weisen und mitfühlenden Kern – das sogenannte Selbst – besitzt. Gleichzeitig besteht unser Innenleben aus unterschiedlichen „Teilen“, die unsere Gedanken, Gefühle und unser Verhalten beeinflussen. Manche stehen miteinander in Konflikt oder wurden aus dem bewussten Erleben verdrängt. In meiner therapeutischen Arbeit geht es darum, diese Anteile achtsam kennenzulernen und zu verstehen. Dabei kann sich zeigen, dass auch belastende Verhaltensweisen ursprünglich eine schützende Funktion haben.

Freundlichen Umgang mit sich selbst finden

Ich begleite bei Ängsten, depressiven Verstimmungen, Stress und Erschöpfung, belastenden Lebensereignissen sowie Konflikten in Partnerschaft, Familie und Beruf. Auch körperliche Beschwerden und Übergänge in neue Lebensphasen können Themen sein. Ich unterstütze Paare dabei, wiederkehrende Konflikte zu verstehen, Gefühle und Bedürfnisse auszudrücken und neue Wege miteinander zu finden. Kinder und Jugendliche lernen spielerisch, belastende innere Anteile wahrzunehmen und mit ihnen umzugehen. Bei Ängsten, Rückzug, Schul- und Lernschwierigkeiten, impulsivem Verhalten oder bei der Verarbeitung einer Trennung der Eltern kann das hilfreich sein. Die Begleitung der Eltern ist dabei ein wichtiger Bestandteil. Aus meiner langjährigen Tätigkeit in psychoanalytischer Praxis, Lerntherapie und als Sachverständige in Hochkonflikt-Familien bringe ich vielfältige Erfahrungen mit. Mir ist eine achtsame und wertschätzende Begegnung auf Augenhöhe wichtig. Ziel ist es, innere Entlastung und einen freundlicheren Umgang mit sich selbst zu ermöglichen – für mehr Lebensfreude und neuen Mut.

Christiane Brach
Psychologin und Heilpraktikerin für Psychotherapie
Tel. 0176 - 34 45 32 43 | www.christiane-brach.de



ACHTSAM aus der Grübelschleife

Advertorial

Vertrauensvoll hinein in Ihre lebendige Gegenwart.

Um Ihre Lebendigkeit wieder mehr zu spüren und Stabilität und Vertrauen zu finden, können Sie selbst etwas tun. In der Achtsamkeitstherapie MBCT (Mindfulness Based Cognitive Therapy), der Rückfallprophylaxe bei Depression, Ängsten und negativen Selbstgesprächen entwickeln Sie Schritt für Schritt Ihre Fähigkeiten zum weisen Umgang mit sich selbst – über acht Wochen, in einer kleinen Gruppe. Oder auch einzeln. Dabei begleite ich Sie gerne!



Kurs 1: 26.10. bis 14.12.2026
Kurs 2: 25.01. bis 15.03.2027
8 Termine, Mo 18 bis 20.30 Uhr
Vorgespräche ab sofort.

Beate Eickmeyer | HP Psychotherapie | Senior Teacher MBCT/ MBSR
Motzstr. 4 | 34117 Kassel
Tel. 0561-8166592 | betherapie@web.de | www.mbsr-eickmeyer.de

ausgezeichnet mit dem

DEUTSCHEN HÖRAKUSTIK AWARD 2026


HÖRMEISTEREI
— am Bebelplatz —

„Wirklich genial in der Anpassung,
wirklich genial in der Kundenzufriedenheit,
wirklich genial in der Fortbildung“

Laudator und Jury-Mitglied Dr. Dirk Oettinger
vom Hörzentrum Oldenburg gGmbH

Wir arbeiten ausschließlich
nach Terminvereinbarung!

Herstellerunabhängige Hörgeräte-Lieferantin
aller Kassen:

Gudrun Surup
Hörakustik-Meisterbetrieb
Friedrich-Ebert-Straße 145
34119 Kassel

Tel. 0561-50 39 59 79
www.hoermeisterei.de

wild & achtsam
FREUNDSCHAFT SCHLIESSEN MIT DER
INNEREN UND ÄUSSEREN NATUR



Eva Metz' Kolumne zu einer natürlichen und artgerechten Lebensweise

Herbstzeit ist Erntezeit Wildes haltbar veredeln.

Wälder, Wiesen, Hecken und Gärten schenken uns eine beeindruckende Vielfalt an Früchten, Beeren, Samen, Nüssen und essbaren Wildpflanzen. Für unsere Vorfahren war es selbstverständlich und überlebensnotwendig, diese kostbaren Gaben haltbar zu machen. Die Ernte musste schließlich bis zum nächsten Frühjahr reichen. Getrocknet, eingelegt, fermentiert – das Wissen über natürliche Konservierungsmethoden gehörte zum Alltag. Heute sind die Supermarkttregale ganzjährig gefüllt und vieles ist jederzeit verfügbar.

Lebensmittel mit Mehrwert

Selbst haltbar gemachte Lebensmittel überzeugen durch Qualität und Natürlichkeit. Sie enthalten keine künstlichen Zusatzstoffe, Geschmacksverstärker oder Konservierungsmittel. Stattdessen bleiben Geschmack, Aroma und viele wertvolle Inhaltsstoffe erhalten. Wer selbst sammelt und konserviert, spart außerdem Geld, reduziert Verpackungsmüll, stärkt die regionale Versorgung und macht sich unabhängiger vom Supermarkt. Besonders faszinierend ist, dass manche Konservierungsmethoden Lebensmittel sogar veredeln. Beim Fermentieren verwandeln Mikroorganismen Zucker in Milchsäure. Dadurch entstehen nicht nur spannende Aromen, sondern auch wertvolle Milchsäurebakterien, die unsere Darmflora unterstützen. Begeistert bin ich von dem Buch: Fermentieren von Wildpflanzen von Michael Machatschek, Leiter der Forschungsstelle für Landschafts- und Vegetationskunde in Hermagor, und Elisabeth Mauthner. Ausführlich und anschaulich beschreiben sie, wie breit die Spielräume des Fermentierens gefächert sind.

Die Möglichkeiten sind erstaunlich vielfältig

Kräuter, Blüten, Blätter, Wurzeln und Rinden lassen sich schonend bis maximal 42 Grad trocknen und später als Tee genießen. Laubmehle, aus Baumblättern gewonnen, sind nährstoffreich und eignen sich hervorragend, um den Wert von Gerichten aufzuwerten. Aromatische Wildkräuter ergeben, in hochwertigem Öl eingelegt, feine

Würzöle oder pflegende Hautöle wie Johanniskrautöl. Knospen, Samen und unreife Früchte lassen sich in Essig einlegen und zu würzigen „Kapern“ verarbeiten. Ein besonderer Schatz ist das Oxydel – eine Mischung aus Honig und Essig – die Menschen bereits seit über 2000 Jahren als traditionelles Heilmittel schätzen. Wildkräuter, Blüten, Beeren und Früchte ziehen in einem Honig-Essig-Sud und bereichern den Speiseplan den ganzen Winter über. Auch Fruchtleider ist eine wunderbare Möglichkeit, die Ernte haltbarer zu machen. Dafür Beeren oder Früchte, Leinsamen und Datteln pürieren, die Masse auf eine Folie streichen und bei maximal 40 Grad schonend trocknen. So bleiben viele Nährstoffe erhalten. Das Ergebnis ist ein natürlicher Snack, ganz ohne zugesetzten Zucker, der monatelang haltbar ist.

Das Haltbarmachen von Lebensmitteln ist weit mehr als eine praktische Vorratshaltung. Aus einfachen Wildpflanzen entstehen besondere Köstlichkeiten, die den Geschmack des Sommers und Herbstes bis in den Winter tragen. Wer einmal erlebt hat, wie aus frisch gesammelten Wildkräutern, Beeren, Früchten oder Nüssen haltbare Vorräte entstehen, entdeckt eine Freude am Selbermachen. Am schönsten ist es, gemeinsam zu sammeln, zu experimentieren und immer wieder neue Wege zu finden, die Schätze der Natur für das ganze Jahr zu bewahren.

Petra Kimm

Liberationista * SoulGuide

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

Mit den eigenen Händen

Brot, Käse, Kimchi – das Selbermachen von Lebensmitteln liegt wieder im Trend. Warum es oft einfacher ist, als viele denken.



franzi meyer – unsplash

fünf Minuten anrühren. Danach ruht der Teig über Nacht, ohne dass man sich weiter darum kümmern muss. Am nächsten Tag wird der Teig noch einmal kurz geknetet, darf dann aber wieder ruhen. Wirkliche Arbeitszeit verlangt das Brotbacken also kaum, sondern lediglich gute Planung. Bei vielen Lebensmitteln wiederholt sich dieses Prinzip: Es gibt gewisse Grundzutaten und eine lebendige Kultur, wie eben den Sauerteig. Diese Kultur übernimmt dann unsere Arbeit und verwandelt ein rohes Lebensmittel in ein fertiges Produkt. Besonders beim Herstellen von Kefir und beim Fermentieren kann man diesen Prozess wunderbar beobachten. Darüber hinaus wächst mit jedem Glas Kefir und Kimchi die Vielfalt unserer Darmbakterien. Die lebendigen Kulturen bereichern das Mikrobiom, stärken die Verdauung und das Immunsystem – meist viel besser als die endlosen und teuren Nahrungsergänzungsmittel.

Die Einkaufsliste

Hochwertige Grundzutaten sind meist entscheidend für ein gutes Ergebnis – gutes Brot braucht gutes Mehl, guten Joghurt und gute Milch. Beim Einkauf der Grundzutaten sollte man also nicht zu sehr sparen, das zahlt sich am Ende spürbar aus. Für viele Produkte ist ein regionaler Hof die beste Wahl, und die nötigen Kulturen sind heute leicht erhältlich. Käse- und Kefir-Kulturen gibt es in spezialisierten Online-Shops. Für Milchsäurebakterien, wie sie bei Sauerteig und Fermentation entstehen, braucht man nichts als Zeit, da sie sich ohnehin in unserer Umgebung befinden. Joghurtkulturen kann man im Supermarkt einfach in Form eines Naturjoghurts kaufen. Am Ende kommt es nur auf die Lust an, etwas zu probieren. Danach ist alles möglich, mit etwas Übung sogar irgendwann der Schweizer Bergkäse, hergestellt aus Kasseler Weidemilch.

Text: Linda Limmeroth

Die Welt der Foodfluencer

Stolz halten Foodfluencer ihr herzförmiges Sauerteigbrot in die Kamera, stellen zuckerfreie Bio-Cola-Gummibärchen her oder zeigen die Entstehung eines Schweizer Bergkäses, angefangen beim Melken der Kuh auf der Weide. In einer Welt mit Fastfood, Fastfashion und Fasteverything wächst die Sehnsucht nach Dingen, deren Herstellung Zeit braucht. Statt das gewünschte Produkt kurz im Supermarkt zu kaufen, schaut man ihm mehrere Tage beim Entstehen zu. Dass es am Ende viel besser schmeckt, liegt weniger an den fehlenden Konservierungsstoffen als am plötzlich gestiegenen Wert des Essens, der sich in Geld kaum bemessen lässt.

Einfacher als gedacht

Die Schwierigkeit des Selbermachens liegt nicht im Herstellungsprozess selbst, sondern darin, überhaupt anzufangen. Das naheliegendste Beispiel ist das Sauerteigbrot: Gutes Brot zu bekommen ist teuer. Wer nicht immer vor der Frage Qualität oder Bezahlbarkeit stehen will, sollte einmal die Möglichkeit des Selberbackens in Betracht ziehen. Ist der erste Schritt geschafft und ein Sauerteig angesetzt, steht dem Back- und Essvergnügen eigentlich nichts mehr im Weg. Wie bei vielen Herstellungsprozessen kommt es dann hauptsächlich auf Timing und Organisation an. Der Brotteig beispielsweise lässt sich abends in

SAUERTEIGBROT GRUNDREZEPT

Sauerteig ansetzen

Verrühre in einem Glas 50 g Roggenmehl mit 50 ml lauwarmem Wasser, decke es locker ab und stelle es warm. Füttere den Ansatz fünf Tage lang täglich mit je 50 g Mehl und 50 ml Wasser. Wenn er blubbert und säuerlich riecht, ist dein Sauerteig fertig.

Sauerteigbrot

Verknete 100 g fertigen Sauerteig mit 500 g Weizen- oder Dinkelmehl, 350 ml Wasser und 10 g Salz. Lass den Teig zugedeckt über Nacht gehen. Am Morgen formst du ihn, lässt ihn noch 2 Stunden ruhen und backst ihn im heißen Topf bei 250 °C: 20 Minuten mit, 20 Minuten ohne Deckel.

Herbstgenuss in der Markthalle

Zum 60. Geburtstag erhält die Kasseler Markthalle Schritt für Schritt ein modernes Gesicht.



Öffnungszeiten Markthalle:
Do. + Fr. 7-18 Uhr | Sa. 7-14 Uhr

Ein neuer Eingang von der Tränkeforte macht die Markthalle künftig noch leichter zugänglich. Das modernisierte Treppenhäus führt direkt ins Innere, barrierefreie Wege verbinden den Eingang mit der Halle und dem neuen Personenaufzug. Auch die Sanierung der Kunden-WCs steht kurz vor dem Abschluss. So ist die Markthalle gut für ihr Jubiläum gerüstet – und lädt weiterhin dazu ein, saisonale und internationale Lebensmittel sowie handgefertigte Produkte zu entdecken und zu genießen.

Aktionen im Herbst

September

- 12. und 26. September, 11 bis 13 Uhr
Klabauterlinge – Spaß für große und kleine Kinder
- 26. September
Markthallenfest zum 60-jährigen Bestehen
Wer im Outfit der 1960er-Jahre kommt, erhält ein Glas Sekt gratis.
- 30. September
Komische Nacht
Veranstalter: MITUNSKANNMAN.REDEN. GmbH & Co. KG

Oktober

- 31. Oktober
Halloween für Kinder in der Markthalle

Dezember

- An den Samstagen finden verschiedene weihnachtliche Aktionen statt – beispielsweise Chorsingen sowie Backen und Basteln für Kinder.

Kontakt: Kasseler Markthalle | Marstaller Platz 10 | 34117 Kassel
Instagram: @kasselermarkthalle | Facebook: @KasselerMarkthalle
www.kasseler-markthalle.de

PARTYS & VERANSTALTUNGEN IM WEISSENSTEIN PLATZ FÜR BIS ZU 80 PERSONEN

UNSER BIO-RESTAURANT BIETET IMMER DEN PASSENDEN RAHMEN

WEISSEN
STEIN

MARKT - RESTAURANT - CATERING

BIORESTAURANT WEISSENSTEIN
KÖNIGSTOR 46 | 34117 KASSEL
TELEFON: 0561-84 09 55 19
WWW.WEISSENSTEIN-KASSEL.DE



Die Fliege machen!

Über die Küche als Biotop und den Weg zurück zur Alleinherrschaft.



Es beginnt alles ganz harmlos. Eine Schale Pflaumen oder andere fruchtige Leckereien auf der Anrichte, zwei Tage Sonne, und schon hat die Küche Untermieter: Fruchtfliegen. Die Eier dieser kleinen Plagegeister sind meist Reisende auf der Obstschale und kommen seltener von draußen. Einmal da, schlüpfen sie in aller Ruhe in wärmeren Gefilden wie der Küche. Vom Ei zur fertigen Fliege dauert es gut eine Woche, ein einziges Weibchen legt in dieser Zeit ein paar hundert davon. Wer also glaubt, er habe mal zwei, drei Fliegen, hat in Wahrheit eine komplette Belegschaft. Der wirksamste Schlag ist unspektakulär und heißt: Nahrungsentzug. Also Obst in den Kühlschrank oder unter eine Haube, Biomüll täglich raus, Pfandflaschen ausspülen, das Weinglas nicht bis zum nächsten Morgen stehen lassen. Für die dann noch übriggebliebenen hilft die Essigfalle: ein Schuss Apfelessig ins Glas, ein Tropfen Spülmittel dazu und schon beginnt die Jagd. Das Spülmittel ist wichtig, weil es der Flüssigkeit die Oberflächenspannung nimmt, was den kleinen Biestern das Eintauchen erleichtert. Frischhaltefolie darüber, ein paar Löcher hinein, dann bleibt die übrige Küche verschont. Nach zwei, drei Tagen ist Ruhe im Biotop. Bis zur nächsten Schale Fruchtiges...

So schmeckt Nordhessen

Die Weinverkostung auf dem Feierabendmarkt Kirchditmold lädt zum Entdecken nordhessischer Reben ein.



Weinbau im Werratal.

Der Klimawandel begünstigt den Weinanbau zunehmend auch im Norden. Der Böddiger Berg gilt als Vorreiter des nordhessischen Weinbaus. Reinhard Riediger führt mit Expertise durch die geschmacklichen Nuancen der Sorten, Böden und des Weinausbaus. Zur Verkostung stehen Weißweincuvées aus den Rebsorten Solaris, Muscaris, Cabernet Blanc und Johanniter sowie Rotweine aus Spätburgunder, Cabernet Carbon und Pinotin. Die größten Anbauflächen bewirtschaften Lilo-Charlott Fülling in Liebenau-Zwergen und Klaus Minkel in Gudensberg-Dissen. Weine kleiner Erzeuger runden die Geschmacksexkursion ab. Im Anschluss ergänzen Käse- oder Wurststeller aus nordhessischer Produktion die kulinarische Reise.

5. Oktober 2026, 16 bis 17.30 Uhr
Anmeldung unter info@regional-optimal.de
maximale Teilnehmendenzahl: 20
Die Teilnahme kostet 10 Euro

Cafeteria IM TAGUNGSZENTRUM

Genießen. Begegnen. Wohlfühlen.

Montag - Freitag
12.00 - 14.30 Uhr
MITTAGSTISCH

- ✓ für Jedermann
- ✓ ohne Anmeldung
- ✓ lecker & preiswert

www.tagungszentrum-kassel.de

0561 / 9378 - 1580

Wilhelmshöher Allee 330
34131 Kassel

Speisekarte & Infos



 **Restaurant**
Öffnungszeiten:
07.00 - 15.30 Uhr

Advertorial

Einfach gut essen!

Gesunder Genuss aus Kassel: Biond bringt fertige Bio-Mahlzeiten direkt nach Hause.



Biond-Geschäftsführerin Jana Fuhrmann-Heise.

Was gibt es heute zu essen? Wer diese Frage nicht mehr täglich mit Einkaufszettel, Kochtopf und Abwasch beantworten möchte, findet bei Biond eine unkomplizierte Lösung: fertig gekochte Bio-Mahlzeiten, die gekühlt nach Hause geliefert werden und in wenigen Minuten auf den Teller kommen. Biond, abgeleitet aus dem Englischen „beyond“, was so viel wie „darüber hinausgehend“ bedeutet, ist dabei alles andere als ein anonym Anbieter aus dem Internet, auch wenn sich die Gerichte selbstverständlich bequem darüber bestellen lassen. Die Geschichte des Unternehmens begann im Jahr 2000 auf der Kasseler Marbachshöhe. Aus diesen Anfängen entwickelte sich ein Catering-Unternehmen, das sowohl als Deutschlands nachhaltigste Unternehmensgastronomie sowie als nachhaltigste Kita- und Schulverpflegung ausgezeichnet wurde. Heute befindet sich der Sitz des Unternehmens in Kassel-Waldau. In seiner Heimatstadt ist Biond bis heute fest verankert: Über die Verpflegung in Schulen und Kitas betreibt das Unternehmen auch die Kantinen der beiden

Kasseler Rathäuser und auf der Marbachshöhe werden im „Biond Daily Kitchen“ mittags Speisen aus der Bio-Küche serviert.

Richtig lecker – und gesund dazu

Die Idee dahinter ist bis heute dieselbe: Gute Ernährung ist eine wichtige Grundlage für ein gesundes Leben. Aber sie sollte nicht kompliziert sein. Deshalb kocht Biond so, dass man sich weder mit Rezeptplanung noch mit Ernährungstheorie beschäftigen muss. Die Gerichte sind ernährungswissenschaftlich durchdacht, von Hand zubereitet und vor allem eines: richtig lecker. Denn gesundes Essen funktioniert im Alltag nur dann, wenn es nicht nach Verzicht schmeckt. Im Onlineshop stehen wechselnde Gerichte zur Auswahl, darunter viele vegane und vegetarische Mahlzeiten – etwa ein cremiges Linsen-Dal mit Gemüse, italienisches Rinderragout oder Klassiker wie hessische Kartoffelsuppe. Gekocht wird mit Bio-Zutaten, frischem, bevorzugt regionalem, Gemüse, eigenen Fonds und aufwendig zubereiteten Saucen. Anschließend werden die Mahlzeiten in der Biond-Küche schonend vakuumiert und gekühlt, nicht tiefgefroren: Dadurch bleibt Gemüse al dente und Saucen cremig, wie frisch gekocht – zu Hause genügt kurzes Erwärmen. Das Angebot passt deshalb zu vielen Lebenssituationen: zum Homeoffice, zu Berufstätigen mit wenig Zeit, zu Ein- und Zweipersonenhaushalten – und ganz besonders zu Menschen, die gerne gut essen, aber nicht mehr jeden Tag einkaufen und kochen möchten.

Vielfältiges Essen für jeden Tag

Auch viele Seniorinnen und Senioren in Kassel haben Biond bereits als moderne Alternative zu „Essen auf Rädern“ für sich entdeckt: Statt eines täglich warm angelieferten Menüs stehen mehrere hochwertige Bio-Gerichte im Kühlschrank bereit – was wann auf den Teller kommt, entscheidet man selbst. Bestellt werden kann einmalig oder im flexiblen Abo. Wer möchte, hinterlegt persönliche Ernährungs-Schwerpunkte – etwa vegetarisch, darmbewusst, blutzuckerfreundlich oder proteinreich – und bekommt dann durchgehend passende Gerichte geliefert. Das Abo lässt sich jederzeit anpassen, pausieren oder kündigen. Die Lieferung erfolgt in der Region Kassel direkt und persönlich bis vor die Haustür. So wird aus gesunder Ernährung kein neues Projekt, sondern eine angenehme Alltagserleichterung: Kühlschrank auf, Lieblingsgericht wählen, kurz erwärmen – und einfach gut essen.

Biond Online-Shop

Bio-Gerichte für zu Hause. Fertig zubereitete Mahlzeiten im Online-Shop. Gekühlter Versand deutschlandweit. Erwärmen, genießen – 100 % Bio

Tel. 0561-500 45678
www.biond.de



Biond und die WELLGROUP

Biond ist ein Unternehmen unter dem Dach der WELLGROUP, die seit über einem Jahrzehnt Unternehmen unterstützt, die gesellschaftliche und ökologische Herausforderungen als Chance begreifen. Im Mittelpunkt stehen nachhaltige Entwicklung und langfristige Werte für Mensch, Umwelt und Region.





Kokos-Curry-Wok mit Reis im Frischepack.

nudelnudel
frisch & hausgemacht

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

hausgemachte Nudeln mit täglich wechselndem Soßenangebot – frisch und flott!

besser als Luxus

gruener-bote.de





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



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

Bio seit 1987

großes, überwiegend regionales Angebot

Mo, Di, Mi, Fr: 9-18 Uhr
Do: 9-14 Uhr
Sa: 8:30-13 Uhr

NATURKOST

GEMEINWOHL ÖKONOMIE

Bilanzierendes Unternehmen

Gutes Essen. Gute Freunde. Gute Zeit.



Sie möchten etwas vorbestellen?
Telefon: 0561-920 25 839

Unsere aktuellen Öffnungszeiten

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

Bio-Metzgerei Armbröster
Friedrich-Ebert-Str. 143

Die vegan-Kolumne von Mia Lynn Boehme



Einfach, lecker, pflanzlich!

Pflanzlicher Genuss aus dem Suppentopf

Die passenden Zutaten auswählen.

Sarah steht vor dem Herd und rührt die köchelnde Suppe. Dann setzt sie sich wieder an den Küchentisch und liest ihr Buch weiter. Sobald das Gericht fertig ist, legt sie ihr Buch zur Seite und genießt das leckere Essen.

Vielseitige Gerichte kreieren

Suppen gehören zu den unkompliziertesten Gerichten der pflanzlichen Küche. Während die Suppe köchelt, bleibt, wie auch bei Sarah, Zeit für andere Dinge. Zudem sind sie einfach zuzubereiten, gesund und reichhaltig an Nährstoffen. Durch Zutaten wie Nudeln, Kartoffeln und Hülsenfrüchte sorgen sie für eine langanhaltende Sättigung. Ob Linsen-, Gemüse- oder Cremesuppe: Die Vielfalt bietet für unterschiedliche Geschmäcker und Bedürfnisse passende Varianten. Sie halten sich einige Tage im Kühlschrank und lassen sich gut einfrieren und wieder erhitzen. Wenige Zutaten genügen, um Suppen vegan zuzubereiten. So finden Gemüse und Tofu, insbesondere Räuchertofu, anstelle von Fleisch Verwendung. Gemüsebrühe ist, im Vergleich zu Hühner- oder ähnlichen Brühen, meist vegan. Pflanzliche Alternativen, wie vegane Kochcremes und Kokosmilch ersetzen Milchprodukte.

Die Suppe richtig verfeinern

Die Reihenfolge zum Würzen der Suppe ist ebenfalls von Bedeutung. Zu Beginn kommen robuste Gewürze wie Pfeffer, Lorbeer, Kümmel und Wurzelgemüse in den Topf, damit sie ihr Aroma während des Kochens entfalten können. Zum Schluss folgen frische Kräuter, Säure, wie zum Beispiel Zitronensaft und Essig, sowie Salz. Auch die Zubereitung macht bei Suppen einen großen Unterschied. So werden Cremesuppen unter anderem mit einem Pürierstab zubereitet. Klassische Gemüsesuppen bleiben dagegen stückig: Das geschnittene Gemüse kommt direkt in den Topf.

Die Langversion, ein Rezept für eine Gemüsesuppe, sowie weitere Kolumnen finden sich hier:



Gnocchi Gorgonzola Birne

Für 2 Personen

Süß trifft herzhaft: Cremige Gorgonzola-Soße, fruchtige Birnen, knackige Walnüsse und ein Hauch Chili machen diese Gnocchi zu einem besonderen Wohlfühlgericht.

Einkaufsliste

2	Birnen
1	Zwiebel
1 TL	Butter
ca. 200 ml	Sahne
250 g	Gorgonzola
4-5	Walnüsse
1	rote Chili
1 Handvoll	Parmesan
400 g	Gnocchi
	Salz und Pfeffer

Rezept: Cathrin Körber

So wird's gemacht

- Die Birnen in mundgerechte Stücke schneiden.
- Zwiebel und Chili fein würfeln.
- Walnüsse in einer Pfanne anrösten und auf einem Teller beiseitestellen.
- Gnocchi kochen.
- In der Pfanne die Birnenstücke mit Butter anbraten. Zwiebel und Chili dazugeben.
- Gorgonzola und Sahne einrühren, bis der Käse geschmolzen ist.
- Gnocchi und etwas Kochwasser der Gnocchi zur Soße geben und alles schwenken.
- Nach Belieben Parmesan hinzugeben.

Tipp

Die Soße funktioniert auch super mit Pasta.

Genuss aus der Region

Wie Gastronomie, Landwirtschaft und Tourismus in Nordhessen zusammenwirken und in der Region für neue Wertschöpfung sorgen.



Gaumenfreuden und Konzept - „uffgetischt“ am Rastplatz Höllichen.

Regional, saisonal und nachhaltig sind längst keine Modewörter mehr, sondern das, was Gäste heute wirklich schmecken wollen. Ob zu Fuß, mit dem Rad oder dem Auto: Wer unterwegs ist, möchte die kulinarische Landschaft einer Region kennenlernen und erleben. Genau darauf stellen sich immer mehr Gastronominnen und Gastronomen ein. Mit kreativen Ideen aus der Erlebnisastronomie und partnerschaftlichen Lieferantenbeziehungen gelingt es ihnen, regionale Spezialitäten nah, frisch und mit Geschichte auf den Tisch zu bringen. Davon profitieren die hungrigen Gäste und auch Landwirt:innen gewinnen eine zusätzliche Einkommensquelle und können ihre Produkte sichtbarer machen. Gleichzeitig bleiben Arbeitsplätze vor Ort erhalten. So verbindet regionale Küche Gastronomie, Landwirtschaft und Tourismus. Wie das konkret aussieht, hat sich eine Gruppe Studierender der Justus-Liebig-Universität (JLU) Gießen unter Leitung von Prof. Dr. Christian Herzig bei einer Studienreise durch Nordhessen angeschaut.

Erste Station: der Kasseler Renthof

Hoteldirektorin Jasmin Ohlendorf erläuterte, wie das Renthof-Team in seiner Küche seit vielen Jahren Nachhaltigkeit lebt. Die Zulieferbetriebe aus der Region wählt man sorgfältig aus, die Produkte sind hochwertig und die Speisen saisonal angepasst. Das ganzheitliche

Konzept beginnt beim umweltfreundlichen Graspapier für die Speisekarte und reicht bis zum fairen Umgang mit den Mitarbeitenden. Besonders spannend war der direkte Austausch mit Landwirt Timo Opfermann vom Birkenhof in Grebenstein, den man auch aus der Markthalle kennt, und der den Renthof mit Bio-Lebensmitteln aus dem Umland beliefert. Er sprach über die Vorteile der Direktvermarktung, also die verbindliche Zusammenarbeit mit dem Renthof und die faire Bezahlung, für die er angesichts der aktuell schwierigen Wirtschaftslage umso dankbarer ist.

Zweite Station: der Habichtswald

„uffgetischt“ heißt das Projekt, das Heike Dietrichkeit, Geschäftsführerin des Naturparks Habichtswald e.V. vorstellte. Das Prinzip ist denkbar einfach: Bestellen, wandern, Holzbox aufschließen – fertig ist das



Das Masterstudium kann im Winter- und im Sommersemester begonnen werden.

Picknick mitten im Wald. Am kulinarischen Rastplatz Höllichen gab's für die Studierenden Gaumenfreuden von „Lena's GLUTEN-FREI!“. Quiche, frischer Salat und ein Schmand-Schoko-Nuss-Kuchen nach hessischer Art. Für die junge Caterin eröffnete sich über „uffgetischt“ ein neuer Absatzweg. Ganz nach Essenswunsch der Picknickfans lassen sich weitere Anbieter auf einer Online-Plattform auswählen. Das Erfolgsmodell hätte es verdient, hessenweit ausgerollt zu werden, denn es schließt Lücken entlang beliebter Wanderwegen, wo Gaststätten zunehmend selten werden. Mittlerweile gibt es im Habichtswald schon drei dieser sehr besonderen Raststätten.

Zum tiefer reinschmecken: Studienangebote der Uni Gießen

Solche Studienreisen gehören fest zu vielen Studiengängen der Justus-Liebig-Universität (JLU) Gießen. Wer sich für nachhaltige Ernährungssysteme begeistert, findet im zweijährigen M.Sc. Nachhaltige Ernährungswirtschaft (NEWI) das passende Studienangebot: praxisnah, wissenschaftlich fundiert und mit Blick auf die Zukunft unserer Nahrungsmittelproduktion. Die Nordhessen-Reise war Teil des jährlichen Sommer-Moduls „Nachhaltiges Gastronomie- und Veranstaltungsmanagement“. Weitere Eindrücke von Exkursionen finden sich auf Instagram. Noch tiefer eintauchen kann, wer zum Begleitbuch „Nachhaltiges Veranstaltungsmanagement“, erschienen im UTB Verlag, greift. Das umfangreichste Kapitel widmet sich ganz der Nachhaltigkeit in Gastronomie und Catering.



Infos Nachhaltige Ernährungswirtschaft (NEWI): www.uni-giessen.de/ibae/newi

Eindrücke von Exkursionen auf Instagram



Nachhaltige Gastlichkeit im Herzen Kassels

Wie der Renthof Geschichte bewahrt und Zukunft gestaltet.



Nachhaltigkeit bedeutet für den Renthof Kassel weit mehr als den bewussten Umgang mit Energie und Ressourcen. In dem über 700 Jahre alten Karmeliterkloster verbindet das Boutiquehotel historische Architektur mit verantwortungsvoller Gastlichkeit. In der Küche setzt das Team auf saisonale Produkte, möglichst kurze Lieferwege und eine enge Zusammenarbeit mit regionalen Partnern. Eine bewusste Speisenplanung hilft dabei, Lebensmittelabfälle zu reduzieren, vegetarische und vegane Angebote sind selbstverständlich. Im Hotelalltag können Gäste auf die tägliche Zimmerreinigung verzichten, Wasser- und Energieverbräuche werden kontinuierlich überprüft, ein intelligentes Energiemanagement trägt dazu bei, den besonderen Anforderungen des denkmalgeschützten Gebäudes gerecht zu werden und gleichzeitig wertvolle Ressourcen zu sparen.

Vielfalt, Wertschätzung und Verantwortung leben

Im Renthof hat Nachhaltigkeit auch eine soziale Komponente. Als ausgezeichnete Ausbildungsbetrieb investiert das Haus in junge Menschen, fördert die persönliche Entwicklung seiner Mitarbeitenden und lebt Vielfalt, Wertschätzung und Verantwortung im täglichen Miteinander. Die Zertifizierung mit dem GreenSign Level 4 bestätigt diesen ganzheitlichen Weg. Für das Renthof-Team ist Nachhaltigkeit ein fortlaufender Prozess, der immer wieder neue Ideen, mutige Entscheidungen und gemeinsames Handeln verlangt. So bleibt der Renthof ein Ort, an dem Geschichte bewahrt und gleichzeitig verantwortungsvoll in die Zukunft geführt wird.

Renthof | Renthof 3 | 34117 Kassel
Tel. 0561-50 66 80 | www.renthof-kassel.de

Mehr über das nachhaltige Renthof-Engagement erfahren Sie über den QR-Code.



Regional ist optimal

Das Portal für Lebensmittel aus der Region.



Viele Direktvermarkter, Hofläden sowie Wochen- und Feierabendmärkte aus Kassel und dem Landkreis Kassel finden sich auf der Internetseite regional-optimal.de. Die Plattform zeigt die vielfältige regionale Lebensmittelversorgung – und lädt dazu ein, Einkauf und Freizeit miteinander zu verbinden. Ob Fahrradausflug zum Hofladen, ein Besuch auf dem Wochenmarkt oder der spontane Einkauf beim Feierabendmarkt: Oft lassen sich regionale Produkte direkt dort entdecken, wo sie erzeugt oder verarbeitet werden. Viele Betriebe ergänzen ihr Angebot zudem mit Produkten anderer regionaler Anbieter. So entsteht ein breites Sortiment mit kurzen Wegen. regional-optimal.de bietet auch Hintergrundinformationen zu Betrieben, Märkten und saisonalen Angeboten. Denn jede Kaufentscheidung stärkt regionale Wertschöpfung, unterstützt landwirtschaftliche Betriebe vor Ort.

www.regional-optimal.de



Kürbisfest beim Grünen Boten

Herbstlicher Spaß für Groß und Klein.



Der Grüne Bote lädt wieder zum Kürbisfest nach Witzenhäusen-Hübenthal ein. Ein besonderes Highlight ist das Kürbisschnitzen mit Sven: Mit viel Geduld und Humor unterstützt er kleine und große Gäste beim Gestalten schaurig-schöner Kunstwerke. Dazu gibt es leckeres Essen und erfrischende Getränke sowie ein buntes Programm mit Ponyreiten, Spielen, Traktorrundfahrten und Führungen durch die Bioland-Gärtnerei. Wer mit der Bahn anreist, kann den kostenlosen Shuttleservice ab Bahnhof Gertenbach nutzen.

27.9.2026 in Witzenhäusen-Hübenthal
Alle Infos unter: www.gruener-bote.de

Mit Genuss im Herbst wandern

Milde Temperaturen, farbenfrohe Wälder und saisonale Spezialitäten machen den Herbst zur idealen Wanderzeit. Wer jetzt unterwegs ist, erlebt die Natur mit allen Sinnen.



Goldenes Licht und leuchtende Herbstfarben laden zu Ausflügen in die Natur ein.

Die Hitze des Sommers ist vorbei. Milde Temperaturen schaffen ideale Bedingungen für eine Wanderung durch die Natur: Statt schon in der Sonne zu schwitzen, wird einem erst beim Wandern angenehm warm. Jetzt steht die Sonne tiefer als im Sommer. Dadurch entstehen weichere Schatten und ein wärmeres Licht. Strukturen und Oberflächen treten deutlicher hervor, sodass die Landschaft besonders plastisch wirkt.

Farben und Düfte im Wald

Die Verfärbung des Laubes bringt leuchtende Farben in die Natur. In Deutschland beginnt sie meist Ende September oder Anfang Oktober und erreicht ihren Höhepunkt häufig zwischen Mitte und Ende Oktober. Einen „Indian Summer“ kann man also auch hierzulande erleben.

In dieser Jahreszeit nimmt man die Düfte des Waldes besonders intensiv wahr. Feuchtes Laub, Pilze, Harz und Waldboden verbinden sich mit der kühlen, feuchten Witterung zu einem unverwechselbaren Geruch. So riechen jeder Herbsttag und jeder Wald ein wenig anders – und laden dazu ein, die Natur bewusst wahrzunehmen.

Genussjahreszeit

Der Herbst spricht viele Sinne an – die Lust auf kulinarische Genüsse steigt. Pilze wie Pfifferlinge, Steinpilze oder Hallimasch haben jetzt Hochsaison. Äpfel und Birnen sind jetzt reif – der Apfelmarkt der Hessischen Pomologentage bietet Gelegenheit, zahlreiche Sorten zu probieren.

Gesammelte Esskastanien lassen sich rösten oder kochen. Außerdem beginnt für viele Wildarten die Hauptjagdzeit, sodass Gastronomen frisches Wildbret anbieten können. Durch das reichhaltige Nahrungsangebot im Sommer gilt Wild nun als besonders zart und aromatisch.

Wandertipp: Extratour H10 „Über den Dächern der Stadt“

Die rund 18 Kilometer lange Extratour des Habichtswaldsteigs führt durch den Hohen Habichtswald und eignet sich ideal für eine abwechslungsreiche Herbstwanderung. Sie verbindet das UNESCO-Welterbe mit stillen Waldwegen, historischen Wassergräben, Speicherbecken und markanten Basaltformationen wie Porta Lapidaria und Teufelsmauer. Vom Herkules, dem Aussichtsturm Hohes Gras und – nach einem Abstecher – vom Hirzsteinblick, eröffnen sich weite Ausblicke über die herbstliche Landschaft. Besonders reizvoll ist das Firnsbachtal mit hohen Buchen und mächtigen Basaltfelsen. Mehrere Einkehrmöglichkeiten liegen direkt am Weg oder sind über kurze Abstecher erreichbar.

Infos zur Tour: 18 Kilometer, Höhenmeter: ca. 440 Meter bergauf und bergab ÖPNV-Einstiegspunkte: Hohes Gras, Herkules und Dru-seltal – dadurch lässt sich die Tour gut in Etappen auf-teilen. Anreise zum Hohen Gras ab Kassel-Königsplatz: mit dem Auto ca. 25 Minuten, mit öffentlichen Ver-kehrsmitteln ca. 45 Minuten.



Am H10 kulinarisch aus dem Vollen schöpfen

Direkt entlang der Extratour laden mehrere Gaststätten zu einer ge-nussvollen Pause ein: Waldgaststätte Hohes Gras, Landgasthaus Unteres Firnsbachtal, Herbsthäuschen und Herkules-Panorama.

Text: Erik Neumeyer



Der Herbst lockt mit reichlich kulinarischen Köstlichkeiten und tollen Farben.

Eine genussvolle Reise

Beim „Lecker Herbst“ in den Naturparken Habichtswald, Kellerwald-Edersee, Münden und Reinhardswald verbinden Besucher Naturerlebnisse mit regionalem Genuss. So wird die Herbstwanderung zugleich zu einer genussvollen Reise durch Landschaft und regionale Küche.



Termine Lecker Herbst →

Herkules Panorama entdecken

Regionale Küche, moderne Gerichte und ein einzigartiger Blick über Kassel.



Der schönste Tisch über Kassel.

Nach einer abwechslungsreichen Tour durch den Habichtswald darf eines nicht fehlen: eine genussvolle Pause mit einem be-sonderen Ausblick. Direkt am Kasseler Wahrzeichen, dem Herkules, lädt das Herkules Panorama dazu ein, den Tag kulinarisch ausklingen zu lassen und dabei den einzigartigen Blick über Kassel zu genießen.

Das Richtige für jeden Geschmack

Ob nach einer Wanderung, einem Ausflug mit der Familie oder ein-fach für eine kleine Auszeit vom Alltag – bei uns verbinden sich re-gionale Küche, moderne Gastronomie und echtes Kasseler Lebens-gefühl. Auf unserer Speisekarte finden sich herzhaftes Klassiker, saft-ige Burger, Schnitzel, frische Salate und saisonale Gerichte. Für den süßen Abschluss sorgen hausgemachte Waffeln, Kuchen und unser eigenes Eis. Und natürlich darf auch ein gutes Getränk nicht fehlen: In entspannter Atmosphäre lässt sich der Blick über Kassel beson-ders gut genießen.

Unser Tipp: Erst wandern, dann einkehren – und den schönsten Ausblick gibt's gratis dazu.



Herkules Panorama,
Schloßpark 26, 34131 Kassel
www.herkules-panorama.de

Auf in die Apfelhauptstadt!

Die 27. Hessischen Pomologentage laden mit einem Apfelmarkt zum genussvollen Wochenende ein.

Wer kennt schon See-stermüher Zitronenap-fel oder Ananasrenette? Im reich geschmückten „Haus des Gastes“ in Naumburg werden zahlreiche Apfelsor-ten in Deutschlands schön-ster Präsentation ausgestellt. Erleben Sie Äpfel, Apfelbäu-me, Apfelsaft, Apfelspekt, Ap-felbrand, Apfelchips oder Ap-felkuchen. Sie können selbst mitgebrachte Früchte bestimmenlassen oder Obstsortenseminare besuchen. Höhepunkte 2026: Fotoausstellung „Apfelportraits“, Preisverleihung „Wiesenmeisterschaft“, Gerd der Gaukler.



Hessischer Apfelmarkt

31. Oktober & 1. November
www.hessische-pomologentage.de
Sonderfahrt: www.hessencourrier.de

Wandertipp H8 „Im Tal der zwei Burgen“

Die Extratour H8 lädt zu einer abwechslungsreichen Herbstwanderung im Habichtswald ein.

Der rund 15 Kilometer lange Rundweg startet in Naumburg und führt durch offene Wiesen, Bachtäler und Wälder. Über dem historischen Burgberg in Naumburg, der Weingartenkapelle und dem Naturdenkmal Bildstein hinaus ist unter anderem die im-posante Ruine der Weidelsburg ein Höhepunkt der Tour. Am Fuße der Burg, etwa auf halber Strecke, lädt der kulinarische Rastplatz Weidelsburg zum Picknick ein. Unter dem Motto „Uffgetischt“ warten kalte und warme regionale Köstlichkeiten, die Grup-pen ab vier Personen vorab online buchen können. So wird aus der Wanderung ein rundum genussvoller Herbsttag.



Alle Informationen unter
www.habichtswaldsteig.de und
www.naturpark-habichtswald.de/uffgetischt



Zeitreise durch Nordhessens Burgen & Schlösser

Geschichte und Kultur an besonderen Orten erleben.



Residenzschloss Arolsen bei Nacht.

Sanfte Mittelgebirge, dichte Wälder und idyllische Flusstäler prägen in der GrimmHeimat NordHessen die Landschaft. Mittendrin liegen trutzige Burgen, romantische Schlösser, geheimnisvolle Burgruinen und historische Klosteranlagen. In der Heimat der Brüder Grimm verleihen sie der Region ein märchenhaftes Flair und erzählen von einer bewegten Vergangenheit.

Eine Zeitreise mit Ausblick

25 ausgewählte Anlagen laden zu einer Zeitreise ein. Einst aus strategischen Gründen auf Bergkuppen und an Hängen errichtet, sind sie heute eindrucksvolle Aussichtspunkte und kulturelle Orte mit Führungen, Veranstaltungen und Festen. Den Saisonauftakt bildet der „Tag der Burgen & Schlösser“ im Frühjahr, während die stimmungsvolle „Nacht der Burgen & Schlösser“ im Herbst den Saisonabschluss markiert. So wird Geschichte in der GrimmHeimat NordHessen lebendig – zwischen imposanter Architektur, weiten Ausblicken und beeindruckender Kultur.

Zeitraum Nacht der Burgen & Schlösser: 30.10. bis 15.11.
Weitere Informationen:
www.grimmheimat.de/burgenundschloesser



Dein Onlinemagazin für Kassel und Region
mittendrin-kassel.de

Entdeckertour im Knüll

Der HWGV Kassel lädt am 18. Oktober zu einer Wanderung auf dem Raboldshäuser Ritterweg ein.



Ausblick vom Raboldshäuser Ritterweg zum Eisenberg.

Die Entdeckertouren des HWGV Kassel führen im Sommerhalbjahr zu attraktiven Orten in Nordhessen und angrenzenden Regionen. Im Oktober steht der gut 15 Kilometer lange Premiumweg durch die abwechslungsreiche Landschaft rund um Neuenstein im Naturpark Knüll auf dem Programm. Auf 210 Höhenmetern geht es durch die idyllischen Wiesentäler von Gelbach und Armesbach. Weite Ausblicke reichen über das Geistal nach Bad Hersfeld, bis in die Vorderrhön und zum Eisenberg, dem höchsten Berg des Knülls. Weitere Höhepunkte sind das Schloss Neuenstein, der sagenumwobene Predigerstuhl und eine abschließende Einkehr im Landgasthof Heß in Neuenstein-Aua, um die Wanderung genussvoll ausklingen zu lassen.

Weitere Informationen zu dieser und vielen anderen Wanderungen: hwgv-kassel.de

Auf Spurensuche durch die Stadt

Stadtkrimis verwandeln 14 Städte in aufregende Tatorte.

Der Herbst wird kriminell spannend! Macht die Stadt zu eurem Tatort! Bei Stadtkrimis schlüpft ihr selbst in die Rolle von Ermittlern: Spürt versteckte Hinweise auf, entdecke spannende Orte und jagt gemeinsam den Täter – spielbar in 14 Städten! Das besondere Erlebnis für Freunde, Familie & Kollegen. Ob Herbstausflug, Teamevent oder Gute-schein zum Verschenken: Ihr bestimmt Tag, Startzeit und Tempo völlig flexibel selbst. Per App oder mit Stadtkrimi-Heft.

Jetzt auf Tätersuche gehen! www.stadtkrimis.de



Advertorial



Kassel – begrünt und bewässert

Der Zisselbrunnen und seine Umgebung

An der verkehrsbelärmten Altmarkt-Kreuzung in Kassel, einem in Asphalt gegossenen Wahrzeichen des autogerechten Wiederaufbaus der kriegszerstörten Stadt, überrascht der Zisselbrunnen als städtebaulicher Kontrapunkt. Dort, wo Brüderstraße und Kurt-Schumacher-Straße aufeinandertreffen und der Stadtteil „Freiheit“ mit der Straße gleichen Namens endet, sollte nach dem Willen der Stadtplaner inmitten des anschwellenden Verkehrsstroms der Wirtschaftswunderjahre eine „Insel der Ruhe“ mit Brunnen entstehen. Nachdem am 8. August 1957 die „modernste Ampelkreuzung Europas“ feierlich ihrer Bestimmung übergeben wurde, folgte zwei Jahre später am 24. Juni 1959 die nicht minder feierliche Einweihung des Zisselbrunnens. Seitdem ist er von dort nicht mehr wegzudenken.

Vorwärts in die Vergangenheit

Mit dem Wissen von heute erscheint uns das Konzept der damaligen Stadtplaner weit vorausschauend und hellsichtig. Als hätten sie geahnt, wie unbedingt notwendig es ist, am hochfrequentierten Verkehrsknotenpunkt Altmarkt ein kleines Areal zum Innehalten und Durchatmen zu bewahren und nicht dem stets nach mehr Fläche verlangenden Autoverkehr zu opfern. Die Errichtung eines denkmalgeschützten, von Kunstwerken geschmückten Brunnens, dessen schlussendliche Namensgebung die Seele Kassels, den Zissel, hervorhob, war ebenso klug wie zukunftsweisend. Niemals und unter keinen Umständen sollte dieser Brunnen dem Abriss anheimfallen und irgendwelchen Neubauten weichen müssen. Feuchtfrohlich ging es am Zisselbrunnen zu, Badespaß und Festtagswonnen waren angesagt. Die Stadt ließ es sich etwas kosten, den Brunnen und seine Umgebung regelmäßig zu pflegen. Doch die letzte große, kostenintensive Instandsetzung liegt schon mehr als zehn Jahre zurück. Es scheint, als sei die Zeit für eine gestalterische Aufwertung gekommen.

Rückwärts in die Zukunft

Die „Insel der Ruhe“ in der Straße „Die Freiheit“ ist eine schmale, von Häusern umgrenzte, zum Zisselbrunnen hinführende Fußgängerzone. Sie beginnt am Abgrenzungsmäuerchen längs der Wildemannsgasse und führt in Treppenstufen übergehend bis zum Vorplatz am Altmarkt. Was Ende der 1950er Jahre als städtebaulicher Kontrapunkt zum Verkehrslärm erdacht und umgesetzt wurde, zeigt mit dem Wissen von heute das Potenzial für eine grüne Lunge. Die Zissel-Linde auf dem Vorplatz wächst bereits seit Jahrzehnten zum stattlichen Solitär mit schattenspendender Baumkrone heran. Brunnen und Baum gehörten schon damals zusammen. Die vereinzelt kleinen Bäume und Pflanzkübel oberhalb der Zisselbrunnen-Treppe geben Anlass zur Hoffnung. Warum nicht dort noch mehr Asphalt

Fußläufig unterwegs Streifzüge durch kulturelle Welten

Eine Kolumne von Doris Gutermuth



aufbrechen, um weitere blättergeschmückte Gehölze anzupflanzen?! Eine den schmalen Grünstreifen flankierende Anlage zur Wasserverdunstung könnte dem Zisselbrunnen zuarbeiten. Vielleicht wären örtliche Hauseigentümer im Zuge einer amtlich initiierten Stadtverwaltung auch von den Vorzügen einer Fassadenbegrünung zu begeistern. Und wie steht es eigentlich um den Untergrund des Vorplatzes? Sind mit dem erworbenen Wissen um die Anpflanzung des Kiefernforstes am Brüder-Grimm-Platz sogar ungeahnte Möglichkeiten für eine grüne Oase am Altmarkt zu entdecken? In Zeiten des Klimawandels und überhitzter Betonwüsten könnte eine kühlende Insel der Erholung entstehen. Das 100-jährige Jubiläum der Zissel-Namensgebung wäre ein schöner Anlass, dem Zisselbrunnen und seiner Umgebung diese besondere Ehre zu erweisen.

Ein Lächeln im Schaufenster

Advertorial

Mit neuer Kollektion feiert Patrizia Plandero 25 Jahre an der Friedrich-Ebert-Straße.

Wer an der Friedrich-Ebert-Straße 137 vorbeigeht, liest im Schaufenster meist einen handgeschriebenen Gruß an die Kundschaft – mal ein Dank ans alte Jahr, mal eine Ermütigung, mal eine Notiz, falls der Laden wegen Schnee geschlossen bleibt. Seit 25 Jahren führt Patrizia Plandero ihr Modegeschäft im Vorderen Westen. In ihrem Quartier mit seinen kleinen Läden und Cafés erkennt sie etwas Italienisches wieder. Ihre Mode entwirft sie selbst: klassische Schnitte in Schwarz, Weiß und Grau mit einer Akzentfarbe, in den Größen 36 bis 56. Sie berät immer offen und ehrlich, auch wenn am Ende nichts im Einkaufsbeutel liegt.



25 Jahre feiern

Die neue Kollektion ist eingetroffen und wird am Samstag, 26. September 2026, ab 12 Uhr, gefeiert.

Patrizia Design | Friedrich-Ebert-Straße 137 | 34119 Kassel
Tel. 01578-23 11 621

Advertorial

Bestattung in der Natur

Den FriedWald Reinhardswald bei einer Führung erleben.

Bei einer kostenlosen Waldführung haben Interessierte wieder die Möglichkeit, den FriedWald Reinhardswald zu entdecken. Die FriedWald-Försterinnen und -Förster erklären bei dem einstündigen Spaziergang die Idee der Bestattung in der Natur, zeigen verschiedene Grabarten und erläutern die Kosten. Wer über Vorsorge nachdenkt, kann sich direkt vor Ort informieren und vielleicht schon den passenden Baum finden. Treffpunkt ist die Infotafel am FriedWald-Parkplatz, Navigationspunkt: Bushaltestelle „Reinhardswald Friedwald“. Die Waldführungen finden regelmäßig statt und sind in der Teilnehmerzahl für eine angenehme Gruppengröße begrenzt.



Die nächsten Termine:

19. September, 15 Uhr
10. & 24. Oktober, 15 Uhr
7. & 21. November, 14 Uhr

Weitere Termine und Anmeldung:

www.friedwald.de/reinhardswald | Tel. 06155 848-100



FriedWald®
Die Bestattung in der Natur

Frisch von der Messe!

Advertorial

Neue E-Bikes und Fahrräder jetzt beim Fahrradhof entdecken und probefahren.

Leichte E-Bikes, robuste Trekkingbikes für lange Touren, stylische Citybikes für den urbanen Alltag und leistungsstarke E-Bikes: Beim Fahrradhof findet jeder das für sich passende Modell. Die neuen Trekking und Touring-E-Bikes sorgen mit starken Motoren und fein abgestimmten Schaltungen für maximalen Fahrspaß. Wer es gemütlicher mag, findet komfortable Tiefensteiger-E-Bikes, die mit einer Mischung aus Stil, Bequemlichkeit und starker Unterstützung aufwarten. Details wie schlank verbauten Akkus oder smarte Displays runden den Fahrspaß mit den neuen Modellen ab. Überzeugen Sie sich bei uns von den neusten Neuheiten oder sichern Sie sich spannende Sommer/Herbst-Angebote!



Kontakt: Fahrradhof VSF GmbH & Co.KG

FAHRRAD HOF

Wilhelmshöher Allee 261 | 34131 Kassel

Tel. 0561-47 11 32 | info@fahrradhof.de | www.fahrradhof.de

BURGEN UND SCHLÖSSER
GRIMMHEIMAT
NORDHESSEN

NACHT DER BURGEN UND SCHLÖSSER

30.10. BIS 15.11.2026

SEID DABEL:



EinWurf

von Harald Kimpel

Das Gedankengrab

Ansatz zu einem neuen Denkmaltyp

Orte des Gedenkens gehören zu den geläufigen Erscheinungen im öffentlichen Stadtraum. In Gestalt von Skulpturen, Installationen oder Informationstafeln bereichern sie das kollektive Gedächtnis, stiften sie lokale Identität und versuchen sie, sich im visuellen Getöse des urbanen Betriebs zu behaupten. Doch da ist eine, die sich um das Gegenteil bemüht: die sich verbirgt vor den Augen der Öffentlichkeit und übersehen werden will, indem sie sich gemein macht mit den Bekritzelnungen und sonstigen Menetekeln des städtischen Lebensraums. An einer seitlichen Begrenzungsmauer im oberen Teil der Treppenstraße gibt es nahe am Boden ein unscheinbares, 17 x 17 cm messendes Täfelchen zu entdecken: „Hier ruht: ein Gedanke“. Eine handschriftliche Botschaft, mit ungelinker Sorgfalt aufgebracht, die zu denken gibt. Ausgerechnet an dieser unbedeutenden Stelle, unterhalb von Laterne und Abfallbehälter, ist jemand auf die Idee gekommen, einem Gedanken ein Denkmal zu setzen: eines, das nichts von dem aufweist, was gemeinhin ein Erinnerungsobjekt für Personen oder Ereignisse auszumachen pflegt. Statt Erhöhung über die Alltagswelt ein Ruhen auf dem schmalen Sockel des Unterstrichs. Die schlichte Kachel mit dem knappen Text, gehalten in einer unprofessionellen Optik, lässt Gleichgültigkeit gegenüber zeitgemäßen Typografie- und Designregeln erkennen und verweigert nähere Auskünfte. So fehlen Namen, Daten und Meriten, von dekorativem Aufwand und beeindruckenden Würdeformen keine Spur. Der ästhetische Ehrgeiz dieses schriftlichen Hinweises besteht stattdessen darin, sich unauffällig zu machen. Ohne aufdringliche Gebärde (U. Sonnemann: „Das Verschwiegene bedarf keiner Gebärde, ja es erträgt keine.“) scheint die Rechnung des Verschwiegens aufzugehen: Wer hat jemals dort Vorübergehende innehalten sehen?

„Geben Sie Gedankenfreiheit“, hatte Marquis von Posa in Friedrich Schillers Drama „Don Karlos“ gefordert. Irgendeiner dieser Freigesetzten hat es – glücklich zu Ende gedacht oder vorzeitig kollabiert – anscheinend bis hierher geschafft. Von einem Einzelnen ist die Rede, ohne Beziehung zu anderen, mit denen gemeinsam sich eine Argumentation ergeben hätte, jedoch privilegiert gegenüber all dem sonstigen Gedachten und Ungedachten. Da nun aber das Denken allemal eine solistische Angelegenheit ist, und solange ein Endlager für abgelebtes Gedankengut fehlt, müssen Einzelmaßnahmen wie diese ausreichen.

Unerfindlich bleibt, welche Institution oder Person zu welchem Zeitpunkt diesen bescheidenen Gedenkort gestiftet hat; sein Erhaltungszustand deutet auf eine länger zurückliegende Entstehung

hin. Desgleichen fehlt ein Hinweis, wann der betreffende Gedanke gedacht wurde. Ruht hier ein eigener oder ein vorgefundener, dessen sich die anonyme Instanz lediglich angenommen hat? Wurde er an dieser Stelle oder eher anderswo gedacht? Ist er nur einmal gedacht worden oder viele Male, bis er sich schließlich hier erschöpft niedergelassen hat? Fragen über Fragen – und das Schweigen der Tafel ruft nach weiteren: Was wird aus einem Gedanken, wenn er gedacht, also in der Welt wirksam geworden ist? Wohin mit ihm, wenn er verbraucht, gealtert, ausgedacht ist? Kann er ein weiteres Mal gedacht werden, oder ist er erledigt, zu entsorgen an belangloser Stelle wie dieser? Und benötigt ein Gedanke, also ein immaterieller Gehirnzustand, tatsächlich einen materiellen Ort, um im ausgedachten Zustand zu ewiger Ruhe zu kommen?

Auch ist nicht auszumachen, wo genau dieses Hier zu verorten ist. In prekärer Bodennähe jedenfalls besteht die permanente Gefahr der Beschädigung der urbanen Fußnote mitsamt dem zugrundeliegenden Gedanken. Das Hier ist dem Zutritt der Gedankenlosen preisgegeben. „Alle Gedanken scheinen das Gestöhn des von Engeln zertretenen Gewürms zu sein“, mutmaßt der Gedankenskeptiker E.M. Cioran in seiner „Gedankendämmerung“. Ein Gestöhn ist hier, in der städtischen Geräuschkulisse, allerdings nicht auszumachen, so wenig wie es sich bei den Passanten um Engel handelt.

„Die Gedanken sind frei, wer kann sie erraten, sie fliegen vorbei wie nächtliche Schatten. Kein Mensch kann sie wissen“, wird im Volkslied gesungen. Und Totalkünstler Timm Ulrichs ergänzte geschäftstüchtig: „Meine Gedanken sind frei, aber nicht gratis!“ Trotzdem wüsste man hier – möglichst gebührenfrei – den Gehalt des Gedachten. „Das Universum ist ein Gedanke Gottes“, wusste Schiller. Dass es sich um diesen Gedanken handelt, der hier ruht: So weit sollte man in Kassel nicht gehen. Doch muss er von



gewisser Tragweite gewesen sein, da ihm eine solche Ehrung zuteilwurde. Was also war seine Substanz? War er ein leichtgewichtiger oder ein mühsamer? War er wohlwollend oder gehässig, unge-reimt oder clever, emotional oder sachlich, friedlich oder aggressiv, gerade heraus oder gar quer? War er mit der Realität in Übereinstimmung – um nicht zu sagen: wahr – oder auf Kollisionskurs – um nicht zu sagen: falsch? Über all das lässt uns das Grabmal des unbekannten Gedankens im Ungewissen.

„Wenn es einen Gedanken gibt, den du nicht kennst, denke den Gedanken. Kostet

er dich Geld, verlangt er dein Haus: Denke ihn, denke ihn! Du darfst es! Im Interesse der Ordnung. Zum Besten der Stadt. Für die Zukunft der Menschheit. Zu deinem eigenen Wohlbefinden darfst du.“ So lautet eines der „Gesetze der Glückseligkeit“, das Bertolt Brecht in „Aufstieg und Fall der Stadt Mahagonny“ als anarchistischen Appell an eine saturierte Stadtgesellschaft ausgegeben hat. Die Stadt Kassel hat sich zu ihrem Besten und ihrer Glückseligkeit ein Denkmal gestattet. Ob es einem jener Gedanken gilt, der jemanden um Haus und Hof gebracht hat, bleibt unerforschlich.

Möglicherweise ist dieser Ort Teil einer Gedanken-Nekropole, in der abgenutzte, gescheiterte oder auch hochmögliche Geisteszustände auf Dauer abgelegt sind. Was hier ruht, ist nichts Geringeres als ein Ansatz zu einem neuen Denkmaltyp. Dem Kasseler Museum für Sepulchralkultur mag sich an dieser Stelle ein weiteres Forschungs- und Sammlungsfeld auftun. Bei genauerem Hinsehen warten sicher noch andere Ruhestätten auf Entdeckung. Halten wir Ausschau nach Gedanken!

Wer darf hinsehen?

Vom 17. bis 22. November findet das 43. Kasseler Dokfest vor Ort in den Kinos und online bis zum 29. November statt. Die neue Professorin der Kunsthochschule Kassel, Vika Kirchenbauer, präsentiert dort ein vierteiliges Programm ihrer Arbeiten und eröffnet subversive Perspektiven auf die Gegenwart.



Vika Kirchenbauer, *YOU ARE BORING!*, 2015, 3D video, 13 mins © Vika Kirchenbauer & VG Bild-Kunst

London, 18. Jahrhundert. Die ersten öffentlichen Kunstausstellungen ziehen zahlreiche Menschen aus den unterdrückten Gesellschaftsschichten an. Auf die emanzipatorische Teilhabe reagieren die etablierten Künstler mit der Einführung von Eintrittspreisen, die als Instrument gezielter Exklusion fungierten. Diese Geschichte erzählt Vika Kirchenbauer in ihrer Videoarbeit „Compassion and Inconvenience“ als Frage an die Gegenwart: Wer besucht Ausstellungen, wer studiert Kunst, wer nicht? „Für wen und unter welchen Umständen Kunst erfahrbar wird“, darum kreist ihre Arbeit.

Beim 43. Kasseler Dokfest ist die Berliner Künstlerin nun mit einer Auswahl ihrer Arbeiten zu Gast. Seit über 15 Jahren zeigt das Dokfest ihre Arbeiten, dieses Mal mit neuem Anlass: Seit April lehrt Kirchenbauer als Professorin an der Kunsthochschule Kassel. „Eine schöne Gelegenheit“, sagt sie, „sich den Studierenden, aber auch der Stadtgesellschaft vorzustellen“.

Sehen und übersehen

Die gezeigten Videoarbeiten sind zwischen 2015 und 2026 entstanden, und eine Frage eint sie: Wie sind Kunstinstitutionen mit gesellschaftlichen Macht- und Gewaltstrukturen verwoben? In „You Are

Boring!“ (2015) geht es darum, wie Institutionen marginalisierte, queere, nicht-weiße Körper sichtbar machen. „Untitled Sequence of Gaps“ fragt, für wen Gewalt sichtbar ist und wie viel davon sich außerhalb des Sichtbaren abspielt.

Es ist ein Kino, das die eigenen Sehgewohnheiten befragt. Sichtbarkeit sei kein Ziel an sich, meint Kirchenbauer, manches gesellschaftlich Hochrelevante lasse sich nicht aus allen Perspektiven bezeugen. Bewusst arbeitet sie für den Kunst- und Festivalkontext, nicht fürs Fernsehen, denn dort träfe man „formal ganz andere Entscheidungen“.

Das Jetzt aushalten

Wie politisch ihr Blick ist, zeigt die jüngste Arbeit „This Suffocating Now“ (2026). Sie beschreibt einen Prozess der Faszisierung, jenen Vorlauf, in dem Institutionen ihre eigenen Prinzipien aushöhlen, „bevor eine Partei der extremen Rechten an der Macht ist“. Aus vorausseilendem Gehorsam, aus dem Wunsch, sich gegen ein Zukunftsszenario zu wappnen. Vieles davon beobachtet Kirchenbauer vor der eigenen Haustür, am Berliner Hermannplatz. Und sie fragt, welche Rolle der Kunstbetrieb durch sein Schweigen spielt und wie Gewalt „normalisiert und legitimiert wird“, gerade weil geschwiegen wird.

Dem Kasseler Publikum wünscht sie „Gespräche und Gedanken“ darüber, wozu Kunst in der Lage ist, wozu nicht und wie eng Kulturbetrieb und staatliche Machtstrukturen verflochten sind. Ihren Studierenden wünscht sie vor allem eines: das Studium als Freiraum zu begreifen, ins Risiko zu gehen und einzuüben, „dass es sich lohnt, mutig zu sein“.



Vika Kirchenbauer, *This Suffocating Now*, 2020, video, 16 mins © Vika Kirchenbauer & VG Bild-Kunst

Das Kasseler Dokfest

Jedes Jahr im Herbst präsentiert das Kasseler Dokfest ein multiperspektivisches Programm aus Kurz- und Langfilmen sowie nationaler und internationaler Medienkunst. Produktionen aus Nordhessen werden genreübergreifend in der Sektion Herkules präsentiert. Zum tragenden Konzept des Festivals gehört es, aktuellen gesellschaftspolitischen Arbeiten eine Bühne zu bieten.

Dieses Jahr gab es über 2.600 Einreichungen, von denen eine Auswahl von etwa 200 Filmen auf dem Kasseler Dokfest gezeigt wird. Die Kasseler Arthouse-Kinos – die BALi Kinos, das Gloria und der Filmclub – sind über Tag bis in den späten Abend bespielt und werden zum Ort des Austauschs mit den Filmschaffenden.

Das gesamte Festivalprogramm ist ab dem 30. Oktober im Netz oder gedruckt als Katalog erhältlich.

www.kasselerdokfest.de

Dok@home

Zusätzliche Streaming-Plattform renommierter Dokumentarfilmfestivals in Deutschland

Seit 2025 gibt es die Möglichkeit, ganzjährig auf Dok@home Dokumentarfilme der Festivals dokKa Karlsruhe, Kasseler Dokfest, LICHTER Filmfest Frankfurt International, DokuMontale Berlin und DOK.fest München, für 5 Euro zu Hause zu schauen. Zu Beginn jedes Monats wird ein neues Festival-Highlight veröffentlicht.

Ab September präsentiert das Kasseler Dokfest den Film „An Island“ von Lee Pei-Chin, der in der 41. Ausgabe des Festivals gezeigt wurde.

www.dok-at-home.de



Advertorial

BUCHTIPPS

DER BÜCHEREI KIRCHDITMOLD



Chris Warnat: 15 Sekunden
Penguin 2025

Die Gerichtsmedizinerin Farah Rosendahl ist auf dem Heimweg von einer Feier, als ihr ein Mann vors Auto läuft – und sich wieder auf-rappelt, um in den Wald zu flüchten. Sie folgt ihm und trifft auf einen zweiten schwerverletzten Mann, der sie mit letzter Kraft warnt, bevor er das Bewusstsein verliert.



Naomi Alderman: The Future
Heyne 2025

In naher Zukunft: Waldbrände, Überschwemmungen, Hunger – die Zerstörung der Umwelt schreitet voran. Martha arbeitet für einen Social-Media-Konzern im Silicon Valley – und plant mit einigen Mitstreitenden einen Coup, der den Planeten retten soll. Doch dann verliebt sie sich in Lai Zhen, die als Kind den Untergang von Honkong erlebt hat.



Andreas Eschbach: Ins fahle Herz des Sommers. Lübbe 2026

In naher Zukunft sind weite Landstriche unbewohnbar geworden. Wer das Geld hatte, ist in den Norden ausgewandert. Fausto hat es nicht geschafft. In einem fast aufgegebenen Dorf kämpft er mit ein paar Wenigen ums Überleben. Doch eines Tages taucht eine schweigsame junge Frau auf, der die Hitze wenig auszumachen scheint ...



Katrin Zipse: Moosland
DuMont Buchverlag 2026

1949 wirbt Island junge Frauen aus Deutschland als Landarbeiterinnen oder Haushalts-hilfen an. Die meisten von ihnen sprechen kein Isländisch und sind durch die Kriegs- und Nachkriegszeit traumatisiert. Elsa kommt auf einen abgelegenen Bauernhof, sie beherrscht weder die Sprache noch die anfallenden Arbeiten. Nach und nach entfaltet sich ihre Geschichte ...

Bücherei Kirchditmold e.V.
Zentgrafstraße 142
34130 Kassel
www.buecherei-kirchditmold.de

Kultur, die Räume öffnet

Eckhard Manz, seit 20 Jahren Kirchenmusiker an St. Martin, und die Kulturplattform St. Martin schaffen einen Ort für Begegnung und Kunst.



Kantor und Kirchenmusikdirektor Eckhard Manz (links) und Prof. Dr. Rüdiger Faust, 1. Vorsitzender der Kulturplattform St. Martin e.V. (rechts)

Mit ihren beiden modernen, nach dem Krieg entstandenen Türmen prägt die Martinskirche die Kasseler Innenstadt. Hinter ihren Türen öffnet sich für Besucherinnen und Besucher ein weiter heller Raum mit einer besonderen Atmosphäre. Mal erfüllen Musik und gesprochenes Wort den Kirchenraum, mal verändern große Installationen sein Inneres. „Egal, was dort angeboten wird: Es berührt einen auf ganz verschiedenen Ebenen“, sagt Prof. Dr. Rüdiger Faust, Vorsitzender der Kulturplattform St. Martin. Hier können Menschen zur Ruhe kommen, sich treffen oder einfach nur den Raum auf sich wirken lassen.

Eine Plattform, die ermöglicht

Den organisatorischen und inhaltlichen Rahmen für die Kulturarbeit an St. Martin schaffen die Evangelische Kirche und die Kulturplattform. Der Verein entstand aus dem vielfältigen bürgerschaftlichem Engagement im Umfeld der Chöre, die an St. Martin proben und auftreten. Er fördert kulturelle Aktivitäten, entwickelt Veranstaltungsprogramme, greift gesellschaftliche Fragen auf und bringt Institutionen sowie Kunstschaffende zusammen. „Wir verstehen uns als Ermöglicher für Dialog und Begegnung“, fasst der Vorsitzende die Aufgabe des Vereins zusammen. Mehr als 150 Menschen engagieren sich regelmäßig in den Chören. Auch Veranstaltungen mit bis zu 1.000 Gästen wären ohne die vielen Ehrenamtlichen kaum denkbar. Sie helfen beim Einlass, verkaufen Eintrittskarten, beantworten Fragen und sorgen dafür, dass große Kulturereignisse reibungslos über die Bühne gehen. Die kulturellen Angebote erreichen unterschiedliche Gruppen. Auch junge Menschen gehören zum Publikum: Schulklassen besuchen St. Martin regelmäßig. Künftig möchte die Kulturplattform verstärkt Studierende und junge Erwachsene für ihr Programm gewinnen.

Eckhard Manz – 20 Jahre in Kassel

Der unermüdliche Motor hinter allen Projekten ist Eckhard Manz, der seit zwei Jahrzehnten als Kantor an St. Martin wirkt. Als Organist spielt er regelmäßig Konzerte, darüber hinaus veranstaltet er

auch Orgelkonzerte wie die beliebte Reihe „Orgelmusik zum Weihnachtsmarkt, den internationalen Orgelsommer mit Stars der Szene oder Spring Pipes – das Festival für neue Orgelmusik. Gleichzeitig wirkt er als Chorleiter und leitet die Chöre an St. Martin. Hier gelingen ihm immer wieder herausragende Aufführungen der Chorliteratur. In den Chören begegnen sich wöchentlich über 150 Menschen in St. Martin, die mit ihrem Engagement das Rückgrat aller Kulturarbeit an St. Martin bilden.

Kunst kennt keine Sparten

Die Kulturplattform St. Martin e.V. verbindet Musik mit bildender Kunst, Lesungen, Vorträgen, Theater, Tanz und Pantomime. Einen besonderen Platz nimmt die international bekannte Rieger-Orgel ein. Das 25 Tonnen schwere Instrument erreicht ungefähr die Größe zweier Einfamilienhäuser und wirkt dennoch filigran. Gäste aus Japan und Amerika kommen nach Kassel, um sie zu sehen, zu hören und zu spielen. Ihre außergewöhnlichen Klangmöglichkeiten inspirieren Komponisten zu neuen Werken und Uraufführungen. Unter gemeinsamen Programmschwerpunkten führt die Kulturplattform verschiedene Formate zusammen. Anlässlich des 80. Jahrestags des Kriegsendes stand das Thema „Frieden“ im Zentrum. Zur nächsten documenta plant das Team eine Video- und Klanginstallation, die während der Öffnungszeiten zugänglich sein wird. Lesungen und Vorträge greifen die behandelten Fragen auf. Zugleich möchten Rüdiger Faust und Eckhard Manz die Vernetzung mit Kulturschaffenden und Institutionen in Kassel und darüber hinaus weiter stärken.

Kulturplattform St. Martin e.V.

St. Martin ist täglich von 10 bis 17 Uhr geöffnet. Der Eintritt ist frei. Der Verein fördert und entwickelt die kulturellen Aktivitäten des Ortes.



SPRECHZEIT-PODCAST KULTUR Die Kulturplattform St. Martin

Eckhard Manz und Prof. Dr. Rüdiger Faust sprechen über die Kulturplattform und ihre vielseitige Arbeit mitten in Kassel. Zu hören unter „StadtGespräch Kassel“ bei allen Podcatchern.



Malen im geschützten Raum

Advertorial

Das Malspiel, von Arno Stern erfunden, bietet einen selten gewordenen Raum der Stille und Kreativität.

Frei von Bewertung, Vergleich und Zielvorgaben malen Kinder und Erwachsene bei Johannes Wettengel in einem geschützten Raum. Da das Malspiel weder Malschule noch Kunstunterricht ist, entsteht im Malort ein Klima der Geborgenheit und Konzentration. Hier zählt nicht das Ergebnis, sondern das Geschehen: ein Spiel mit Farbe und Form. Arno Stern – 1924 in Kassel geboren – entdeckte seit 1946, dass mit dieser Herangehensweise eine natürliche Ausdruckssprache entsteht, die er später die Formulierung nennt. Das Malspiel stärkt Selbstvertrauen, Achtsamkeit und innere Ruhe – ein einzigartiges Erlebnis – seit 2017 auch im Malort Kassel.



Aktuelle Termine für Informationsstunden finden Sie auf der Webseite des Malortes.

**MALORT
KASSEL**

Johannes Wettengel | Goethestraße 34 | 34119 Kassel
Tel. 0561-70 82 91 94 | info@malort-kassel.de | www.malortkassel.de



Zeit-Landschaften | Zeichnungen

Kunst in der Kanzlei: Norbert Städele zeigt eine umfangreiche Ausstellung mit großformatigen Zeichnungen.



Farbstift und Graphit in realistischer Darstellungsweise oder abstrakt – aber immer sehr konkret, sind die Werkzeuge mit denen der Künstler seine großformatigen Zeichnungen erschafft. Zwei Bildgruppen, die trotz ihrer Gegensätzlichkeit miteinander korrespondieren, vereint die aktuelle Ausstellung. Beiden ist auf unterschiedliche Weise der Faktor Zeit eingeschrieben: Zeit-Landschaften zwischen Vergangenheit und Zukunft. Was beide Bildkonzepte miteinander verbindet, ist die Macht der Imagination.

JOUR FIXE – Führungen mit dem Künstler

Jeden 1. Freitag im Monat, Führung um 16 Uhr
In lockerer Gesprächsform führt Künstler Norbert Städele Kunstinteressierte durch die Ausstellung und erläutert Hintergründe zu den Themen und zur Entstehung seiner Zeichnungen.

Kanzlei Benderoth Weißenborn und Kollegen
Kathäuser Str. 7-9, 34117 Kassel
geöffnet jeweils freitags 14 – 17 Uhr
Ausstellungsdauer: bis 30.5.2027

TAX meets ART: Kunst in der Kanzlei

In seiner lichtdurchfluteten Etage im obersten Stockwerk gewährt die Kanzlei der ETL Benderoth Weißenborn & Kollegen GmbH einen wunderbaren Blick über den Westen Kassels – und nun zum dritten Mal auch wieder einen Blick auf das künstlerische Schaffen eines interessanten Künstlers aus der Region. Nach der Malerei von Christine Reinckens und den Fotografien von Nils Klinger folgen im Rahmen des einjährigen Ausstellungsprojektes TAX meets ART nun als inhaltlicher Schwerpunkt Zeichnungen von Norbert Städele.

Mit diesem nachhaltigen Engagement wird die Steuerkanzlei inzwischen zu einem festen Ort der Kunst.

Info: www.bwsteuerberater.de



Der Ruhm des Albrecht Dürer

Hessen Kassel Heritage zeigt im Schloss Wilhelmshöhe, wie hessische Fürsten Dürer sammelten.

Albrecht Dürer war schon zu Lebzeiten in ganz Europa bekannt, vor allem durch seine Druckgraphik. Wie daraus Wertschätzung wurde und warum sie über 500 Jahre hält, zeigt Hessen Kassel Heritage zum 555. Geburtstag des Künstlers im Schloss Wilhelmshöhe. Die Ausstellung entsteht mit dem Hessischen Landesmuseum Darmstadt und folgt dem Sammeln von Dürers Werken an den Höfen von Hessen-Kassel und Hessen-Darmstadt, vom späten 16. bis ins 19. Jahrhundert. Rund 130 Arbeiten sind zu sehen, darunter etwa 100 Kupferstiche, Radierungen und Holzschnitte sowie Gemälde, die die Landgrafen als Dürer erwerben – standgehalten hat die Zuschreibung nur bei der „Tucherin“. Mehrere Abzüge derselben Platte hängen nebeneinander, sodass sich beim Vergleichen nachvollziehen lässt, was Kennerschaft ausmacht.

9. Oktober 2026 bis 17. Januar 2027
Schloss Wilhelmshöhe, Hessen Kassel Heritage
www.heritage-kassel.de



27. KUNSTHANDWERKERMARKT
documenta-Halle Kassel

**31. OKT.
1. NOV.
2026**

**Sa., 11-18 h
So., 10-18 h**
Tagesticket 5 €

www.kunsthawerkermarkt-kassel.de

BESSER ENDLICH

Eine Kolumne von Dr. Dirk Pörschmann

Hat die Vergänglichkeit ausgedient?

Ein Ausflug in aktuell verschlossene Bereiche des Kasseler Weinbergs lenkt den Blick des Autors auf eine Lagerstätte besonderer Grabsteine, die in früheren Jahrhunderten Gräber auf dem Altstädter Friedhof, heute Lutherplatz, markierten. Seit drei Jahren unter einer Hochstraße in Reih und Glied abgestellt, wirken sie wie Relikte aus einer Zeit, in der die materielle Bestattungskultur eine hohe Bedeutung hatte. Auf den teils massiven Grabzeichen finden sich unter anderem Reliefs mit Darstellungen, die an die Vergänglichkeit des Lebens erinnern: Das Abbild eines Totenschädels ist allgegenwärtig. Es mag verwundern, dass gerade auf einem Grabstein Symbole an die Endlichkeit erinnern müssen – immerhin ist der Friedhof das Memento mori schlechthin, die eindringlichste Mahnung an die eigene Sterblichkeit. Wo sonst kann man eindrücklicher begreifen, dass der Mensch endlich ist?

In den Jahrhunderten, in denen die Gräber auf dem Altstädter Friedhof angelegt wurden (1561–1843), lag die Sterblichkeitsrate um ein Vielfaches höher als heute. Noch im 19. Jahrhundert starb jedes fünfte Kind vor seinem fünften Geburtstag. Der Tod war allgegenwärtig. Wieso musste also gerade in solchen Zeiten daran erinnert werden, dass alles endlich ist? Dafür lassen sich zwei Gründe anführen: Die verbreitete Religiosität mit einem fundierten Jenseitsglauben und der damit verbundenen moralischen Pflicht, ein gottgefälliges Leben im Angesicht von Himmel und Hölle zu leben. Wenn der Tod jederzeit und unvermittelt eintreten konnte – eine Erfahrung, die Menschen durch Gewalt, Kriege oder schwerste Epidemien permanent machten –, dann war es eine wichtige Vorsorge, stets darauf vorbereitet zu sein, um nach christlichem Glauben nicht mit Sünde behaftet vor den Schöpfer treten zu müssen. Und somit wurde die permanente Erinnerung an die eigene Sterblichkeit zur ‚lebensrettenden‘ Maßnahme für ein jenseitiges Leben. Ein weiterer Grund führt in das Zeitalter des Barock. Hier wurden Vanitassymbole – etwa Totenschädel, Sanduhr, Kerze – zu einem omnipräsenten Zeichenkodex der Vergänglichkeit. Und dies in einer Epoche, die dem sinnlichen Leben zugewandt war, was die Gemälde von Peter Paul Rubens auf Schloss Wilhelmshöhe eindrucksvoll vermitteln. Lebenslust und Todesgewissheit waren keineswegs unvereinbar, sondern bedingten einander.

Und wie ist es heute? Popkultur und Modeindustrie haben die Zeichen der Vergänglichkeit längst vereinnahmt. Sie haben ihre warnende Wirkung verloren. Der Mensch des 21. Jahrhunderts erschreckt eher und gerät ins hektische Handeln, wenn er ein Akku-Symbol sieht, das ihm anzeigt, dass die Energie seines Smartphones bald erloschen sein wird.

Leben Sie wohl!
Ihr Dirk Pörschmann



Blick auf die UK14, eine Veranstaltung im großzügigen Atrium des Hauses und in den modernen Theatersaal mit Tribüne und 120 Sitzplätzen.



FRÜHZEITIG PLANEN! Wunschtermin sichern!

Wer seine Weihnachtsfeier oder einen besonderen Neujahrsauftakt in der UK14 plant, sollte frühzeitig buchen. Architektur, festliches Ambiente und vielseitige Möglichkeiten schaffen den passenden Rahmen für besondere Anlässe.

Ansprechpartner:
Moritz Sauer,
Leitung Eventmanagement
Tel. Büro: 0561 2078-8114
Mobil: 0173 23 43 887
ms@uk14.de



Wo Events ihren Raum finden

Als multifunktionale Kultur- und Eventlocation verbindet die UK14 historischen Charme mit moderner Veranstaltungstechnik – mitten im Herzen Kassels.

Sichtbare Betonsäulen treffen auf Backsteinwände, großzügige Räume auf moderne Lichtkunstwerke: Wer die UK14 betritt, spürt sofort die besondere Atmosphäre des Hauses. Die Verbindung aus rustikalem Charme und moderner Gestaltung gibt der Location ihren unverwechselbaren Charakter. Dabei sind die Räume funktional konzipiert und hochwertig für professionelle Veranstaltungen ausgestattet.

Von Business bis Bühne

Das vielseitige Raumangebot eröffnet zahlreiche Möglichkeiten für Tagungen, Konferenzen, Workshops, Firmenfeiern und alle anderen Businessformate. Gleichzeitig schafft das Haus und das UK14-Team den passenden Rahmen für kulturelle Veranstaltungen wie Konzerte, Theateraufführungen, Filmpremieren, Lesungen und Kunstausstellungen sowie für private Feiern. „Die UK14 ist für mich weit mehr als eine klassische Veranstaltungsstätte – sie ist ein Ort, an dem Menschen, Ideen und besondere Veranstaltungen zusammenkommen“, sagt Moritz Sauer, Leiter des Eventmanagements. Diese Vielseitigkeit zeigt sich auch in der Architektur: Unterschiedlich große Räume auf zwei Etagen, eine modulare Trennwand und flexible Nutzungsmöglichkeiten ermöglichen es, Veranstaltungen individuell an die jeweiligen Anforderungen anzupassen. Das gesamte

Veranstaltungshaus ist barrierefrei und bietet damit beste Voraussetzungen für unterschiedlichste Zielgruppen und Formate. „Kaum ein Event gleicht dem anderen – und genau das macht die Arbeit in der UK14 für mich so besonders“, sagt Moritz Sauer. Dank der zentralen Lage in der Unteren Karlsstraße 14, der die UK14 ihren Namen verdankt, ist die Location zudem unkompliziert erreichbar.

Eine Ausstattung, die den Unterschied macht

Über die besondere Architektur hinaus überzeugt die UK14 vor allem durch ihre technische Ausstattung und die herausragende Akustik. Hochwertige Veranstaltungstechnik schafft optimale Voraussetzungen für Vorträge, Konferenzen, Konzerte oder Bühnenprogramme. Dabei steht immer auch die Qualität des gesamten Hauses im Mittelpunkt. „Besonders beeindruckt uns der konsequent gelebte Nachhaltigkeitsanspruch, der sich im gesamten Haus widerspiegelt“, betont Anke Müller von Kassel Marketing. Auch das Kasseler Dokfest nutzt die UK14 für Veranstaltungen: „Wir schätzen die tolle Atmosphäre der Räume und die Großzügigkeit des Foyers, die hochwertige Ausstattung sowie die professionelle Betreuung sehr und kommen immer gerne wieder“, sagt Marie Kersting, stellvertretende Festivalleiterin.

Vom Sommerfest bis zum Jahresabschluss

Selbst in den heißen Sommermonaten bietet die Location beste Voraussetzungen für Events. Auch an heißen Tagen sorgt die Klimatisierung für angenehme Bedingungen und macht die UK14 zu einem komfortablen Veranstaltungsort. Und auch wenn draußen die Temperaturen sinken, bleibt die UK14 ein Ort für besondere Anlässe. Gerade mit Blick auf die zweite Jahreshälfte lohnt es sich deshalb, frühzeitig zu planen. Wer eine individuelle Weihnachtsfeier oder einen besonderen Neujahrsauftakt plant, kann sich so rechtzeitig seinen Wunschtermin sichern. Die besondere Architektur, das festliche Ambiente und die vielseitigen Möglichkeiten der UK14 schaffen dafür einen Rahmen, der lange in Erinnerung bleibt.

Die UK14 und die WELLGROUP

Die UK14 ist ein Unternehmen unter dem Dach der WELLGROUP, die seit über einem Jahrzehnt Unternehmungen unterstützt, die gesellschaftliche und ökologische Herausforderungen als Chance begreifen. Im Mittelpunkt stehen nachhaltige Entwicklung und langfristige Werte für Mensch, Umwelt und Region.



Handgemachtes zum Staunen und Stöbern

Am 31. Oktober und 1. November lädt der 27. Kunsthandwerkermarkt in der documenta-Halle zum Entdecken besonderer Einzelstücke ein.



Vollbepackt mit fantastischen Produkten kommen Ende Oktober wieder über 90 Kunsthandwerker:innen nach Kassel. Unter ihnen ist auch Lea Diehl, die Holzbildhauermeisterin. Ihre Spezialität sind kleine Holzskulpturen mit großer Wirkung. Immer, wenn sie zu Gast in Kassel ist, erfreut sie mit neuen charakterstarken Stücken. Doch Holz ist nicht der einzige Werkstoff, den die Kunsthandwerker:innen präsentieren. Der Kunsthandwerkermarkt lebt von der Vielfalt an Ideen und Gewerken. Ob handgenäht oder handgedreht, gedrechselt, gehämmert, gesägt und gezeichnet: Alle Stücke spiegeln die Persönlichkeit, das Können und den individuellen Stil derjenigen wider, die sie erschaffen haben. Die Besucher:innen können sich auf eine bunte Mischung freuen, das Markttreiben genießen und sich im Markt-Bistro vom Team des Bio-Restaurants Weißenstein kulinarisch verwöhnen lassen.

Kunsthandwerkermarkt Kassel
Sa., 31.10.2026, 11 – 18 Uhr
So., 01.11.2026, 10 – 18 Uhr
Tagesticket 5€ (Kinder und Jugendliche bis 16 Jahre Eintritt frei)
documenta-Halle I Du-Ry-Str. 1, 34117 Kassel

Info: www.kunsthandwerkermarkt-kassel.de
Instagram: [instagram.com/kunsthandwerkermarkt.kassel](https://www.instagram.com/kunsthandwerkermarkt.kassel)

MUSEUM
MUSEUMSVEREIN
BAD AROLSEN

... da ist alles drin,
lauter Bilder

Der Malerpoet
OTTO HEINRICH KÜHNER

12
09
2026
15
11

Ausstellungen
im Schloss

MI – SA 14:30 bis 17:00 Uhr
SO 11:00 bis 17:00 Uhr
Sonntagsführungen 11:15 Uhr

Information 05691 625734
www.museum-bad-arolsen.de

QR Code

HESSEN
Museum
Hessisches
Museum für
Vaterländische
Geschichte
und Kunst

mv*
museumverband
hessen

Brückner
Kühner

OTTO HEINRICH KÜHNER: SCHÜBILANTS, o.J., Stiftung Badener-Kühner

Räume, die antworten

Zum 50. Geburtstag zeigt die Neue Galerie Werke der letzten Jahre und wie diese miteinander wirken.



Ausstellungseröffnung in der Neuen Galerie: Resonanzräume.

Die Neue Galerie wird 50 Jahre alt. Zum Jubiläum zeigt Hessen Kassel Heritage unter dem Titel „Resonanzräume“, was in den vergangenen Jahren in die Sammlung gekommen ist: großformatige Installationen, Filme und Objekte, die den Raum für sich einnehmen. Resonanz meint dabei, dass die Arbeiten einander antworten. Obwohl sie einen unterschiedlichen Blick auf Vergangenheit und Gegenwart zeigen, verstärken sie sich nebeneinander. Eröffnet wurde das Haus 1976, und vor allem der enge Bezug zur documenta hat sein Profil verschoben, hin zu Positionen aus aller Welt und zu neuen Medien.

Erinnern und Bewahren

Pinar Öğrenci geht in ihrem Film „Aşit“ (Lawine) dem kollektiven Erinnern nach. Jürgen O. Olbrich archiviert weggeworfenes Fotomaterial und fragt damit, was es wert ist, im Gedächtnis zu bleiben. Ute Lindner legt in ihren „Belichtungszeiten“ die Zeitebenen historischer Gemäldenhängungen übereinander und zeigt, wie sich das Sehen von Kunst mit den Bedingungen ändert. Michal Heiman arbeitet mit Anleihen an psychologische Tests, die sie zugleich in Zweifel zieht. Am deutlichsten wird das Prinzip bei Amol K Patil: Mit „Black Masks on Roller Skates“ verleiht er der prekären Lage von Arbeitsmigrantinnen und Arbeitsmigranten in Indien Sichtbarkeit und tritt damit in Resonanz mit der Protesttradition seines Vaters und Großvaters. Dazu kommen Arbeiten von Britto Arts Trust, Hubertus Gojowczyk, Urs Lüthi und Fabio Mauri, aus Deutschland, Italien, Israel, Indien und Bangladesch. So wird die Sammlung noch einmal neu lesbar – als Rückblick, Standortbestimmung und Ausblick zugleich.

6. März 2026 bis 24. Januar 2027
Neue Galerie, Hessen Kassel Heritage
Unterstützt vom Museumsverein Kassel e.V.
www.heritage-kassel.de

DÜRER

8.10.2026
– 17.01.2027
SCHLOSS WILHELMSHÖHE

HESSEN
KASSEL
HERITAGE

HESSEN

KABARETT kleinkunst

Bürgerhaus Lohfelden | Do. 10.09.2026 19:30 Uhr
Ingrid Kühne
»Ja, aber ohne mich!«

Bürgerhaus Lohfelden | Fr. 16.10.2026 19:30 Uhr
Anny Hartmann
»Klima-Ballerina«

Bürgerhaus Gudensberg | Fr. 30.10.2026 19:30 Uhr
Max Uthoff
»uns.ich.er«

Bürgerhaus Gudensberg | Do. 12.11.2026 19:30 Uhr
Kabarett-Theater DISTEL
»Stadt Land Sockenschuss«

Veranstalterin:
frauke stehl
kulturbüro

Tickets: www.reservix.de
Infos: www.fraukestehl.de

QR Code

Otto Heinrich Kühner – Malerpoet

Eine Ausstellung über das Zusammenspiel von Literatur und Malerei.



Otto Heinrich Kühner, Herbst unterwegs, 1988, Stiftung Brückner-Kühner

Die Arbeiten Otto Heinrich Kühners (1921 – 1996) sind untrennbar mit seinem schriftstellerischen Werk und jenem seiner Frau Christine Brückner verbunden. Kühners Bilder erschienen auf Covern von Brückners Romanen, in Erinnerung an gemeinsame „erfahrene und erwartete“ Erlebnisse und als Visualisierung und Illustration der Texte Brückners. Zu einer Serie von Bildern inspirierte ihn sein letzter Roman „Mein Eulenspiegel“ (1991), in welchem der Titelheld den Weltuntergang vorantreibt. Die Ausstellung in den Räumen im Schloss zeigt das Museum Bad Arolsen in Kooperation mit dem Freundeskreis Brückner-Kühner.

12.9. – 15.11.2026

Museum Bad Arolsen | Schlossstraße 27 | 34454 Bad Arolsen
05691 625734 | info@museum-bad-arolsen.de

Erzählen in Bild und Wort

Die neue Sonderausstellung in der GRIMMWELT zeigt Werke der Illustratorin und Autorin Helga Gebert.



GRIMMWELT Kassel | Foto: Nicolas Wefers

A schenputtel und Schehrezâd, der furchtlose Jonny und der »Aufblaser Blob« – willkommen in der Welt von Helga Gebert und ihrer Gestalten! Die umfassende Einzelausstellung der Illustratorin, Übersetzerin und Autorin Helga Gebert zeigt anhand von über 200 Arbeiten, biografischen Spuren und interaktiven Stationen erstmalig die Vielfalt ihres Werkes – von Illustrationen zu Grimms Märchen und 1001 Nacht hin zu ihren frühen, von der antiautoritären Bewegung inspirierten, Kinderbüchern. Gebert war prägende Stimme der Erneuerung des deutschsprachigen Kinderbuches ab den 1970er Jahren und wurde viele Jahre bei Beltz & Gelberg verlegt. ZWISCHEN GESTALTEN zeichnet ein feines Bild ihres von Witz und großer künstlerischer Autonomie geprägten Werkes.

12.6.2026 – 11.4.2027 (neue verlängerte Laufzeit)
GRIMMWELT Kassel | Weinbergstr. 21 | www.grimmwelt.de

Advertorial

Never stop the beat!

25 Jahre Rhythmus und Trommelkultur im Kulturbunker Kassel: percussion+m bietet Drums und Percussion-Instrumente aus aller Welt, Trommelunterricht und Workshops sowie inspirierende Drum Circle Events.



Drum Circles: alle können mitmachen und es sind keine Vorerfahrungen notwendig.

Ein Team aus erfahrenen Musiker:innen, Musikpädagog:innen und Drum Circle-Anleiter:innen steht hinter percussion+m. Sie alle verbindet umfangreiches Fachwissen und vor allem die Begeisterung für Rhythmus, Instrumente, Klänge. Sowie die Freude daran, Menschen gemeinsam ins Musizieren zu bringen. Gründer, Inhaber und Geschäftsführer ist der Percussionist Mathias Reuter. Seine musikalische Laufbahn ist ebenso vielseitig wie die Welt der Percussion: unzählige Konzerte führten ihn durch Deutschland, Europa und die ganze Welt. Dazu kamen Theaterproduktionen, Studioaufnahmen für viele CD- und Fernsehproduktionen sowie Einsätze als Geräuschemacher für Trickfilmvertonungen.

Inspirierende Events zum Mitmachen

Viele kennen Mathias Reuter auch als Drum Circle-Facilitator und Moderator. Er gehört zu den Wegbereitern der deutschsprachigen Drum Circle Bewegung, deren Anliegen es ist, Menschen zusammenzubringen, um gemeinsam zu trommeln und zu musizieren und dabei ihr kreatives Potenzial durch Integration, Kooperation und Anerkennung voll auszuschöpfen.



Mathias Reuter in Aktion.

Seit mehr als 25 Jahren veranstaltet Mathias Reuter inspirierende Rhythmus-Events in ganz Deutschland: von Team-Events für Unternehmen, Großveranstaltungen, Community-Projekte für Schulen, soziale und öffentliche Einrichtungen oder auch beim Weltkongress der Musiktherapie.

Der Trommelladen im Bunker

percussion+m befindet sich in den Räumen des ehemaligen Luftschutzbunkers im Hohenzollernviertel und ist heute Teil des Kulturbunker Kassel in der Friedrich-Engels-Straße. Wer den „Trommelladen“ betritt, taucht in eine beeindruckende Klangwelt ein. Das Verkaufssortiment umfasst inzwischen mehr als 3.500 verschiedene Artikel. Traditionelle Schlaginstrumente aus aller Welt finden sich ebenso wie klassische Percussion, moderne Handpans, außergewöhnliche Effektinstrumente, Berimbaus, Didgeridoos, Flöten und vieles mehr. Ob für Bühne, Unterricht, Schule, Kita, Musiktherapie, Wellbeing, Yoga oder Drum Circles – bei percussion+m gibt es über die Instrumente hinaus auch das passende Zubehör. Das Besondere: die Instrumente lassen sich im Ladengeschäft ausprobieren, anfassen und spielen. Zum Angebot gehört außerdem ein Verleih für Drums, Percussion und Handpans. Und wenn die Lieblingstrommel ein neues Fell braucht oder das Xylophon der Schule repariert werden muss, ist percussion+m der lokale Ansprechpartner für Service und Reparaturen.

Rhythmus selbst erleben

Soziale und pädagogische Einrichtungen profitieren von attraktiven Sonderkonditionen und das percussion+m Team berät kompetent, persönlich und praxisnah zu allen Fragen rund um Klang, Spielweise, Instrumentenauswahl und Zubehör. Wer noch tiefer in die Welt der Rhythmen eintauchen und aktiv werden möchte, findet unter Anleitung des percussion+m Teams und Gastreferent:innen zahlreiche Workshops und diverse Unterrichtsangebote.

Aktuelle Workshops und Kurse

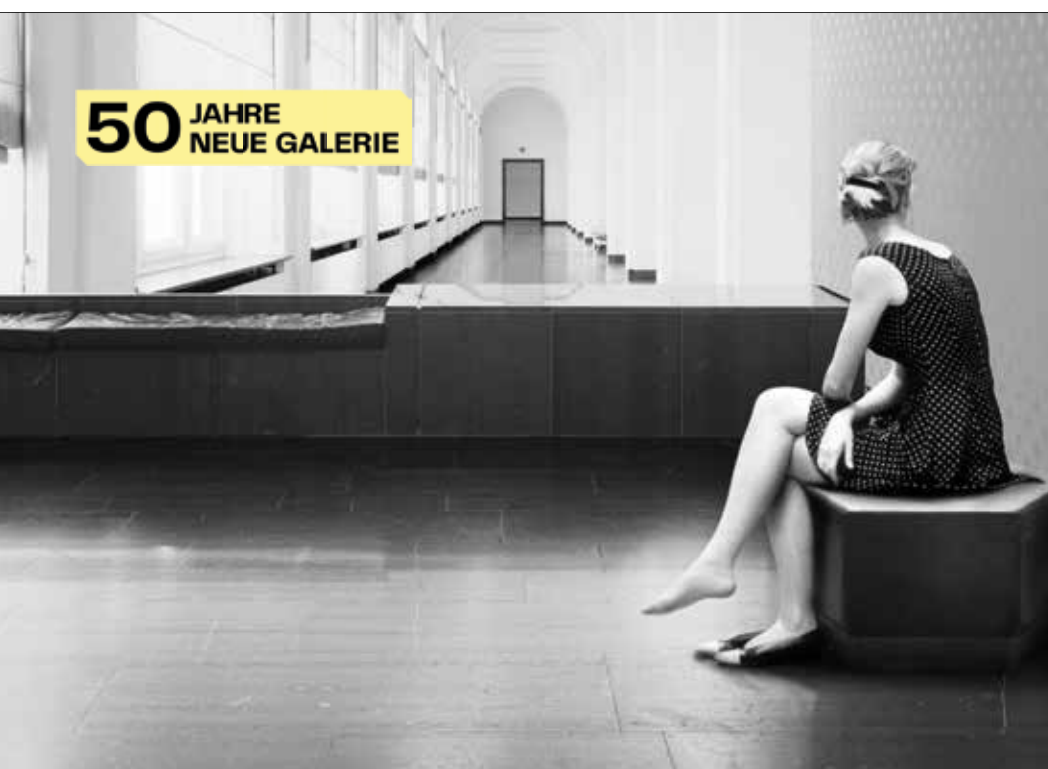
- 31.8.: Handpan Basis Workshop Vol. 1
- 11.9.: Djembe-Workshop
- 13.9.: Rhythmus 60plus Trommel, kostenloser Schnupper-Workshop
- 14.9.: Handpan Basis Workshop Vol. 2
- 19.9. & 26.9.: Frauen Power Trommel Workshops 28.9.: Neuer Handpan Schnupper-Workshop
- 14.11.: Body Percussion Workshop)
- 27.11.: Klang & Sound-Healing Clinic
- 05.12.: 2 Cajon Workshops

percussion+m | Kulturbunker Kassel
Friedrich-Engels-Straße 27 | 34117 Kassel
Tel. 0561-739 74 40

Alle Informationen, Onlineshop und aktuelle Veranstaltungen:
www.drumcircles.de
www.percussionundm.de



percussion+m
percussionundm.de



**50 JAHRE
NEUE GALERIE**

Resonanzräume
documenta Kunst
und weitere
Neuerwerbungen
6.3.2026 bis 24.1.2027
Neue Galerie

HESSEN
KASSEL
HERITAGE





Primer

USA 2026
Regie: Lance Oppenheim
Mit: Robert Pattinson, Merritt Wever, Skyler Gisondo / 107 Min.

USA, Mitte der 2000er-Jahre: Journalist Chris Hansen ist das Gesicht der Reality-TV-Show „To Catch A Predator“, in der Pädophile vor laufenden Kameras entlarvt werden. Was als moralischer Kreuzzug beginnt, entwickelt sich durch Hansen, Produzentin Andie und Schauspieler Dan zu einer gnadenlosen Jagd, die die Einschaltquoten steigert. Während Hansen zunehmend von Visionen heimgesucht wird, führt das Team seine Suche nach einem prominenten Täter nach Texas. Dort geschieht etwas, das Fernsehgeschichte schreiben und das Medium nachhaltig verändern soll.

Geplant zum Bundesstart am 24.9.26



Heimsuchung – Eine Jahrhundertgeschichte

Deutschland, Frankreich 2026
Regie: Volker Schlöndorff. Mit: Lars Eidinger, Martina Gedeck, Susanne Wolff / 118 Min.

Ein Haus an einem märkischen See wird über Jahrzehnte hinweg zum Schauplatz verschiedener Lebensgeschichten. Generation für Generation spiegeln die Bewohner die politischen und gesellschaftlichen Umbrüche des 20. Jahrhunderts wider – von der Weimarer Republik über Nationalsozialismus und Zweiten Weltkrieg bis zur DDR. Auch nach der Wiedervereinigung bleibt das Haus ein stiller Zeuge des Wandels und der Schicksale seiner Bewohner. So entsteht ein Porträt mehrerer Generationen auf der Suche nach Heimat, Identität und ihrem Platz in einer sich verändernden Welt.

Geplant zum Bundesstart am 15.10.26



Geister

Deutschland 2026
Regie: Fatih Akin
Mit: Eren M. Güvercin, Mariam Dawoud, Lama Alhalabi / 106 Min..

Farasha und Faris sind 20 Jahre alt, als sie sich auf einer Abiparty begegnen und auf den ersten Blick ineinander verlieben. Doch ihr junges Glück währt nur wenige Stunden: Noch in derselben Nacht stirbt Farasha. Verzweifelt sucht sie nach einem Weg, Faris weiterhin nahe zu sein. Für 40 Nächte kann sie ihm in seinen Träumen begegnen, und zwischen ihnen entsteht eine tiefe, unmögliche Liebe, die keine Zukunft haben kann. Als die letzte gemeinsame Nacht näher rückt, müssen sie sich der größten Prüfung ihres Lebens stellen.

Geplant zum Bundesstart am 05.11.26

Kultur braucht ein dichtes Dach!



Da helfen selbst Regenschirme nicht mehr, das Dach dicht zu bekommen.

Der Kulturbunker Kassel hat eine Spendenaktion gestartet.

Das 600 m² große Dach des Kulturbunkers Kassel in der Friedrich-Engels-Straße ist undicht. Eindringende Feuchtigkeit gefährdet bereits die Nutzung der Räume. Eine umfassende Sanierung kostet 200.000 €. Mit 20.000 € unterstützt die Stadt Kassel die Dachsanierung, 10.000 € kommen vom Land Hessen – ca. 170.000 € fehlen bislang noch. Als gemeinnützige Einrichtung kann der Kulturbunker diese Summe nicht allein aufbringen. Jede Spende hilft, den Kulturbunker als lebendigen Ort für Kultur, Bildung, kreative Projekte und gesellschaftlichen Austausch (siehe auch Veranstaltungsteil in dieser Ausgabe) zu erhalten.

Info: www.kulturbunker-kassel.de

Online spenden ➔



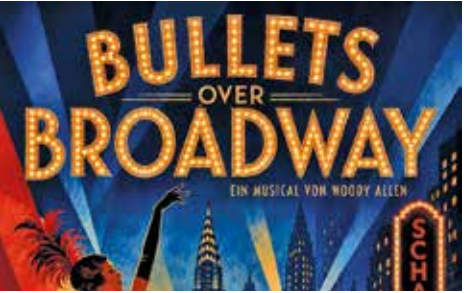
KURZMELDUNGEN



Was bewegt dich?

Die Kasseler Musiktage beschäftigen dieses Jahr die Frage, was Musik mit den Zuhörenden macht – körperlich, emotional, im Denken und im Raum. Elf Tage lang werden Orte in der Stadt, die man sonst nicht als Bühne kennt, bespielt. Auf dem Programm stehen klassische Konzerte, Minimal Music und Vokalabende, in denen gesungen und gespielt wird und dazu ein selten aufgeführtes Oratorium. Bekannte Stücke klingen dabei anders, als man sie aus dem Konzertsaal kennt.

22. Oktober bis 1. November 2026
Infos und Karten: www.kasseler-musiktage.de



Jazz, Gangster, Diven

Rund 30 junge Mitwirkende proben seit Mai für die neue Produktion der SCHAUBUDE Kassel: „Bullets over Broadway“, das Musical nach dem Film von Woody Allen. Es spielt im New York der zwanziger Jahre, wo ein junger Autor vom Erfolg träumt und ein Gangster seine Produktion finanziert – Schauspiel, Tanz und Gesang treffen auf eine Live-Band auf der Bühne. Dass es überhaupt eine neue Produktion gibt, war zum Jahreswechsel offen: Die dreijährige Förderung durch Aktion Mensch lief aus. Der Trägerverein kulTOUR e. V. und mehrere Förderer haben die offene Theaterarbeit mit Jugendlichen gesichert.

Premiere: 23. Oktober 2026, 19 Uhr, Saal der Jean-Paul-Schule. Weitere Vorstellungen bis Dezember, Nachmittagsvorstellungen am 8. November und 6. Dezember jeweils 16 Uhr. Eintritt frei, Reservierung erforderlich: www.schaubude-kassel.de



Vier Tage goldener Herbst

Vier Tage lang zieht sich die Casseler Herbst-Freyheit zwischen Opernplatz und Königsplatz durch die Innenstadt. An den Ständen gibt es Herzhaftes und Süßes, dazu saisonale Produkte aus der Region. Zwischen den Buden gibt es immer wieder künstlerische Einlagen, oft überraschend und mitten im Geschehen. Angelegt ist die Herbst-Freyheit als Familienkirmes mit regionalem Bezug und kulturellem Programm, als Treffpunkt für alle Generationen im Herzen Kassels.

29. Oktober bis 1. November 2026
Innenstadt Kassel, zwischen Opernplatz und Königsplatz



Menschen an Maschinen

Zwischen 1996 und 2003 realisierte Manfred Schwellies eine Fotoserie, die in Industriebetrieben im In- und Ausland entstand. Fotografiert wurde analog auf Schwarzweiß-film mit 30/33 ASA und Push-Entwicklung. Die Serie „Heroes of work“ ist jetzt im Hallenbad Ost zu sehen. Schwellies zählt zu den Industrie- und Unternehmensfotografen mit internationaler Erfahrung. Nach langer beruflicher Zeit in Süddeutschland lebt und arbeitet er im Raum Kassel und gibt unter anderem Kurse in der Fotografie.

4. September bis 16. Oktober 2026, Mittwoch bis Freitag 13 bis 17 Uhr
Hallenbad Ost, Kassel
www.industriefotografie-schwellies.de

Willkommen in Friedas Welt

Frieda Braun, die westfälische Bühnenfigur der Kabarettistin, kommt mit ihrem Programm „Auf ganzer Linie“ nach Kaufungen. Sie erzählt darin von Carolas Zahnkorrektur, Mias Ausflug in erotische Filme und Brunos Deckenlampe, die er im Baumarkt neben Loreley-Gesängen entdeckt – Geschichten, die sich in Friedas Welt widerspruchsfrei zusammenfügen. Ihre Pointen entstehen aus Wortspielen statt aus fertigen Witzen. Bei der szenischen Umsetzung arbeitet sie mit dem belgischen Pantomimen und Clown Joseph Collard zusammen. Bekannt ist sie aus der Ladies Night in ARD und WDR.

Donnerstag, 5. November 2026, 20 Uhr
Bürgerhaus Kaufungerwald, Kaufungen
Vorverkauf: Rathaus Oberkaufungen, Tel. 05605 8020, alle HNA-Geschäftsstellen und www.adticket.de



Dinos im Scheinwerferlicht

Im Herbst bevölkern mehr als 20 Dinosaurier den Archäologiepark Höxter. Die Tiere sind lebensgroß nachgebaut, vom 20 Meter langen Brachiosaurus bis zum T-Rex, sie bewegen sich, brüllen und tragen eine Kunststoffhaut, die bis in die Falten gearbeitet ist. In der Dämmerung werden sie farbig angestrahlt; wer dann über das drei Hektar große Gelände geht, sieht Rachen aufreißen und Flügel schlagen. Höxter ist nach Erfurt und Hemer die dritte Station der Schau von „World of Lights“ aus Unna.

1.10. bis 1.11.2026, Do bis So ab 17 Uhr
Archäologiepark Höxter



Freitag, 30. Oktober 2026, ab 18 Uhr
Tagungszentrum Haus der Kirche,
Wilhelmshöher Allee 330



Bis 25. Oktober 2026, Mittwoch bis Freitag
und Sonntag 16 bis 19 Uhr
Galerie Coucou, Elfbuchenstraße 20, und
Kunsttempel, Friedrich-Ebert-Straße 177



Bis 16. Oktober 2026, Handwerksform,
Scheidemannplatz 2.



Freitag, 16. Oktober 2026, 19.30 Uhr
Bürgerhaus Lohfelden, Dr.-Walter-Lübcke-
Platz 2



19.9. bis 10.10.2026, Do bis So 14 bis 18 Uhr
Vernissage: 19.9.2026, 18 Uhr
Pluteum, Königstor 43, 34117 Kassel
Eintritt frei, Anmeldung zu den Talks
erwünscht: art@jackules.de



Mittwoch, 10. Februar 2027, 20 Uhr
Stadthalle Kassel
Tickets und Infos: www.falco-amadeus.com



Di, 27.10., 19 Uhr, UK14
BOOTSFAHRT
 Ein szenisch-musikalisches Projekt
 über Wasser, Bewegung und Ver-
 änderung: Junge Erwachsene des
 Studio Lev Chor: und der Bassklari-
 nettist Sem R. A. Wendt erkunden
 neue Klangräume.

Do, 29.10., 20 Uhr, Martinskirche
ISACCO
 Marianna Martinez' wieder zu ent-
 deckendes Oratorium erzählt die
 Geschichte Abrahams und Isaaks
 als Drama zwischen Vertrauen
 und Erlösung – mit dem Staats-
 orchester Kassel, herausragenden
 Solist*innen und dem Heinrich-
 Schütz-Ensemble.

Fr, 30.10., 20 Uhr, Alte Brüderkirche
MONTEVERDI A SOLO
 Der italienische Countertenor
 Raffaele Pe und sein Ensemble
 La Lira di Orfeo widmen sich
 Monteverdis Liedern, geistlichen
 Werken und Opernmusik.

Sa, 31.10., 19 Uhr, Weinkirche
ERHÖRE UNS
 Das Vokalensemble The Present
 verbindet Madrigale von Heinrich
 Schütz mit einer neuen Komposi-
 tion von Laura Steenberge – ein
 Abend über Zuhören, Resonanz und
 das Gehörtwerden.

So, 1.11., 17 Uhr, Aula der Heinrich-Schütz-Schule
FREEBRUCKNER
 Das Stegreiforchester verwandelt Bruckners 7. Symphonie in eine freie, bewegte Performance – ohne Dirigat, mitten im Publikum und voller überraschender Klangmomente.



Donnerstag für Neugierige im Future Space

unseren Alltag verändert und was wir
darüber wissen sollten

12.11. Michael Schorsch, Ernst Benary Samenzucht
Pflanzenzucht der Zukunft: Mit Nano-Engineering das Korn, seine Gene und seine unsichtbaren Mitbewohner entschlüsseln

26.11. Paul Zurawski, Uni Kassel,
Wissenschaftlicher Mitarbeiter
Fachgebiet Öffentliches Recht
Wer liest mit? Datenschutz und
Datenzugriff im Internet

17.12. Team Future Space

Was Weihnachtssterne mit Mathematik zu tun haben? Falten und verstehen

AUSSTELLUNGS RADAR

Kassel,
Landkreis &
Nordhessen

- **Wohin mit dem Hund? – dazwischen 4.0**
Museum für Sepulkralkultur | 6.5.–1.11.2026
- **GLAS 2026. 9. Immenhäuser Glaspreis**
Glasmuseum Immenhausen | 9.5.–31.10.2026
- **Der Wald lebt... Mitmachausstellung für Groß und Klein**
Museum Hofgeismar | 17.5.–18.10.2026
- **ZWISCHEN GESTALTEN | HELGA GEBERT. Erzählen in Bild und Wort**
GRIMMWELT | 12.6.2026–24.12.2027
- **Fußgängerzonen im Wandel. Ein Blick auf Kassels Innenstadt**
UNI:Lokal | 22.7.–1.10.2026
- **Alles wird Ruth. Cartoons von Ruth Hebler**
Caricatura | 1.8.–1.11.2026
- **in Bewegung – motion and beyond. Wolfgang Rang & Maciej Rusinek**
Alles künstlich Galerie, Altmüllerstraße 16 | 16.8.–11.10.2026
- **Rana Matloub: Grabe keine Löcher neben die Gräber**
Museum für Sepulkralkultur | 21.8.–4.10.2026
- **Charles Ray**
Fridericianum | 22.8.2026–3.1.2027
- **Zauri Matikashvili: Ahnen**
Kasseler Kunstverein | 28.8.–27.9.2026
- **Ein Kasseler in Paris – Friedrich Kalkbrenner**
Spohr Museum im Palais Bellevue | 2.9.2026–14.2.2027
- **... Die Sehnsucht stirbt zuletzt ... Urs Lüthi – Kunsttempel & Galerie**
Cocou | 4.9.–25.10.2026
- **ZOOM. Einblicke in die Welt der Mikroskopie**
Hessisches Landesmuseum (HKH) | 4.9.2026–11.4.2027
- **... da ist alles drin, lauter Bilder. Der Malerpoet Otto Heinrich Kühner**
Museum Bad Arolsen, Christian Daniel Rauch-Museum im Schloss
12.9.–15.11.2026
- **Hans Staden – sein Leben hing am seidenen Faden**
Regionalmuseum Wolfhager Land, Zehntscheune | 17.9.–15.11.2026
- **Zwischen Akten, Fotografien und Leinwand – Einblicke in die Restaurierung**
documenta archiv (Studioausstellung) | 29.9.–18.12.2026
- **Mohammed Sami: Hostless**
Fridericianum | 3.10.2026–3.1.2027
- **DÜRER – Für hessische Fürsten**
Schloss Wilhelmshöhe (HKH) | 9.10.2026–17.1.2027
- **was war und was bleibt**
Nachrichtenmeisterei | 17.–31.10.2026
- **23. Kunst- und Kulturrundgang (offene Ateliers, Werkstätten, Ausstellungsräume)**
Vorderer Westen | 24./25.10.2026, 12–19 Uhr
- **Beste Bilder – Die Cartoons des Jahres 2026**
Caricatura | 14.11.2026–28.2.2027.
Die Galerie ist vom 2. bis 12.11. wegen Umbau geschlossen.

Liebe zur Wahrheit

Einführungswochenende in den
Diamond Approach® in Kassel



Am 23. bis 24. Oktober 2026 laden die Diamond Approach-Lehrerinnen Marianne Tolle-Erb und Franka Nagel dazu ein, den Diamond Approach näher kennenzulernen.

Dieser Weg verbindet spirituelle Weisheit mit moderner Psychologie. Im Zentrum steht die „Inquiry“ – eine achtsame Selbsterkundung im Hier und Jetzt. Wir erforschen dieses Mal jene essenzielle Seinsqualität, die wie ein innerer Kompass wirkt: die Liebe zur Wahrheit. Indem wir uns unserer direkten Erfahrung vorurteilsfrei zuwenden, kommen wir uns selbst näher. Diese Nähe berührt unser Herz.

- Ort: Mergellstraße 40, Kassel
- Gebühr: 140-160 € (Ermäßigung möglich)
- Anmeldung: marianne.tolle-erb@diamondapproach.org



www.ridhwan-stiftung.de/events/liebe-zur-wahrheit

Abschied als Teil des Lebens

Zehn Jahre Mehrgenerationenhospiz Heilhaus –
gefeiert wird mit Fachtag, Festakt und
Erinnerungsfeier.



Seit mehr als zehn Jahren begleitet das Mehrgenerationenhospiz im Heilhaus Menschen aller Generationen am Ende ihres Lebens. Zum Jubiläum lädt es zu drei Veranstaltungen ein. Beim Fachtag stehen die Botschaften lebensverkürzt erkrankter Kinder und Jugendlicher im Mittelpunkt, eingeladen wird zum Erfahrungsaustausch und zum gemeinsamen Lernen. Beim Festakt „Leben bis zu Ende leben. Spirituelle Sterbekultur im Heilhaus“ ist der Theaterregisseur Yaron Goldstein zu Gast, geboren in Israel, in Deutschland lebend, verheiratet und Vater eines Kindes, das im Mehrgenerationenhospiz verstarb. Sein Vortrag heißt „Dem Unsagbaren begegnen“, dazu kommen Musik, Dialog und eine Ausstellung. Am Welthospiztag folgt die Erinnerungsfeier für die Verstorbenen des Jahres, für alle, die um Angehörige trauern.

Montag, 5. Oktober 2026, 10 bis 16 Uhr:
Fachtag (Anmeldung erbeten)
Mittwoch, 7. Oktober 2026, 17 bis 21 Uhr: Festakt
Sonntag, 11. Oktober 2026, 16 bis 17.30 Uhr:
Erinnerungsfeier (Anmeldung erbeten)
Mehrgenerationenhospiz im Heilhaus,
Brandaustraße 8b, 34127 Kassel
Tel. 0561 98326-821,
mehrgenerationenhospiz@heilhaus.org
Weitere Informationen über den QR-Code



biodanza®



Wöchentliche Biodanzagruppen - eine Einladung
Lebensfreude, Genuss und Entspannung zu tanzen!

Dienstags, 19:45 Uhr bis ca. 21:45 Uhr,
Studio 4, Fabrik Chasalla, Sickingenstr. 10, Kassel
Mittwochs: 20:15 Uhr bis ca. 22 Uhr
Ballettschule Harleshausen, Wolfhagerstr. 377, KS
Anmelden bei: **Christiane Rogl**, Biodanza-Leiterin
01577-2473141, kontakt@leben-tanzen.de

Schnuppern möglich. www.leben-tanzen.de



Pater Brown
DAS LIVE-HÖRSPIEL
ANTOINE & WANJA MONOT & MUES
Mi. 20. JAN. 2027 20 Uhr
BAUNATAL STADTHALLE

ADDNFAHRER
Lausbuam Gschicht'n
Do. 13. MAI 2026 20 Uhr
BAUNATAL Stadthalle
Tickets: alle eventim-VVK-St., eventim.de

Petra Kimm
Liberationista * SoulGuide

Deine Insel im Alltag ...
wöchentlich mit Yin Yoga
Glow Session – dein
Raum zum Ankommen
14-tägig im Wechsel

mittwochs 19.30 h – 21.15 h |
donnerstags 10.30 h – 12.15 h
Einstieg jederzeit möglich

Alle Termine als Livestreaming
via Zoom und in Präsenz vor Ort

fon 0561 . 430 212 95
mobil 0179 . 533 66 66
www.lebensspielraum-kassel.de

Das Magazin für die
innovativen Seiten der
Fuldastadt und der Region.
Alle drei Monate in
gedruckter Form und mit
den letzten sechs
Ausgaben im Netz.

stadtzeit-
kassel.de



evangelisches
FORUM kassel

Evangelisches Forum
Goethestraße 85
Tel. 0561-1002 4080
www.ev-forum.de
ev.forum.kassel@ekkw.de

1.10.26, 19.00 Uhr*
Eine Frage des Formats
Autorinnenlesung
Lea Singer, Autorin
Moderation: Susanne Jakubczyk
Kunsttempel, Friedrich-Ebert-Str. 177
Anmeldung: ev-forum.de

21.10.26, 18.00 Uhr*
SALON Abwegige Neuigkeiten
Im Gespräch: Jenny Rode, CEO der QonHuman GmbH und Simone Twents, Theologin und Leiterin der Fachstelle Pastorale Innovation, Bistum Fulda
Moderation: Susanne Jakubczyk, Michaela Tünnemann
BIOTOP ZACK,
Rothenditmolder Str. 21

28.10.26, 19.00 Uhr*
Katharina Staritz
Vortrag und Gespräch
Prof. Dr. em. Ilse Meseberg-Haubold
Moderation: Dr. em. Gernot Gerlach,
Dekan in der EKKW i.R.
Gemeindehaus der Evangelischen

Kirchengemeinde Harleshausen,
Karlschafener Str. 4
Spenden erbeten

29.10.26, 19.00 Uhr*
Die Träume, die wir hatten. Meine Freundin, Russland, die Ukraine und ich
Autorinnenlesung
Christiane Hoffmann, Autorin
Moderation: Christoph Baumanns
Kunsttempel, Friedrich-Ebert-Str. 177
Anmeldung: ev-Forum.de

22.11.26, 19.00 Uhr*
ZwischenWelten
Konzert zum Totensonntag
Christoph Baader, Posaune; Rainer Böttcher, Piano; Kerstin Röhn, Saxophon
Eintritt: 20 Euro / erm. 12 Euro
Kulturbunker Kassel,
Friedrich-Engels-Str. 27

*Mit Kooperationspartner*innen

Jetzt zu unserem
Newsletter anmelden:





TERMINVORSCHAU

jeden Di. und Mi.
Biodanza-Wochengruppen in Kassel mit Christiane Rogl & Team
dienstags, 19:45 Uhr Fabrik Chasalla, Sickingenstr. 10, KS
mittwochs, 20:15 Uhr Ballettschule Harleshausen, Wolfhager Str. 377, KS
In der regelmäßigen Gruppe lässt sich der Alltag abschütteln, Lebensfreude & Genuss wecken. Für Menschen mit und ohne Vorerfahrung. Schnuppern möglich. Einstieg auf Anfrage.

Di. 20.10.2026, 19:45 Uhr
„Herbst-Zeitlose“ – Biodanza-Abend für Frauen mit Christiane Rogl
Ort: Fabrik Chasalla, Sickingenstr. 10, KS
ein Abend mit Tanz und wertvollem, nährenden Austausch im Kreis der Frauen. Schnuppern möglich.

Fr. 23.10. – So. 25.10.2026
„Sturm & Stille“ - Biodanza-Wochenende für Männer mit Erhard Söhner
Ort: Haus Ebersberg, Bad Zwesten
Kraftvoll im Ausdruck, tief verankert in der Ruhe. In diesem Biodanza Workshop laden wir die Polarität des Mann-Seins ein: Die unbändige Energie des Sturms und die heilsame Präsenz der Stille.

Infos: Barbara Schlender & Erhard Söhner
05606-563 33 68 | www.biodanza-mitte.de

Biodanza ist eine Einladung, Vitalität, Genuss und Freude, Lebensmut und Motivation zu erfahren. Ohne vorgegebene Schrittfolgen, ohne Richtig oder Falsch, geben sich die Tanzenden den inneren und äußeren Bewegungen hin.

So. 1.11. – Mi. 4.11.2026
„Natur & Stille“ Herbst-Retreat mit Barbara Schlender und Erhard Söhner
Ort: Benediktushof Holzkirchen b. Würzburg
Verbunden im Tanz und in der Stille findet sich ein tiefer Zugang zu dem uns innewohnenden authentischen Sein.

Sa. 28.11. – So. 29.11.2026
„Herzflug: Tanz in die Freiheit“ Biodanza-Workshop in Berlin-Kreuzberg mit Bettina Wessolowski und Erhard Söhner
In diesem Workshop wollen wir hineintanzen in den Moment, in dem wir spüren, „etwas“ öffnet sich in uns und das Herz beginnt zu fliegen.

Fr. 26.2. – So. 28. 2.2027
„Love-Vision“ - Dance, Passion & Challenge - Der Liebe im Leben mehr Raum geben!
Biodanza-Wochenende mit Barbara Schlender und Erhard Söhner
Ort: Haus Ebersberg, Bad Zwesten

12.3. – 14.3.2027
Start der neuen Biodanza-Ausbildung/ Deepening
Auftakt-Wochenende mit Barbara Schlender und Erhard Söhner
Ort: Haus Ebersberg, Bad Zwesten

Zück dein Telefon!

Das StadtZeit-Team
sucht Verstärkung durch

Verkaufstalente (m/w/d)

Du telefonierst total gerne und hast eine souveräne Telefon-Performance im Erstkontakt mit potenziellen Kundinnen und Kunden? Dann haben wir einen Job für dich!

Unseren Kundinnen und Kunden stellst du am Telefon die vielfältigen Möglichkeiten dar, die sich in einer Zusammenarbeit mit dem StadtZeit-Team bieten. Zusammen mit unserem Redaktionsteam entwickelst du darüber hinaus spannende Themenideen, für die du die neuen Kontakte machst. Dein Arbeitsplatz gestaltet sich in freier Zeiteinteilung und ist sowohl vom Homeoffice als auch aus der Redaktion möglich. Unser Team bereitet dich mit seinem Know-how auf deine neuen Aufgaben vor.

Wenn du dir bei einigen Aufgaben unsicher bist, aber das Gefühl hast, gut in unser Team zu passen und Lust hast, dich in deine Aufgaben einzufuchsen, melde dich gerne bei uns!

Dein Ansprechpartner ist
Klaus Schaake
tel.: 0561 - 475 10 11
schaake@stadtzeit-kassel.de

Hier kannst du dich zum
StadtZeit Kassel Magazin
schlau machen:
www.stadtzeit-kassel.de



Volha Hlinskaya – stock.adobe.com

StadtZeit

KASSEL
MAGAZIN



**Mehrgenerationenhaus und
Familienzentrum Heilhaus**
Brandastr. 8b, Kassel
Telefon 0561 / 983260
kassel@heilhaus.org
www.heilhaus.org
Instagram: @heilhauskassel

HIGHLIGHT: Weihnachtsmarkt
Herzlich willkommen zu einem weihnachtlichen Markt mit Musik, Gesang und Geschichten, schönen Geschenkideen, friedvollen Momenten, besinnlichem Verweilen bei Kaffee, Kuchen und Herzhaftem.
Sa., 28.11., 14:00 – 18:00 Uhr

Offener Mittagstisch*
Mi. – Fr., 12:30 – 14:00 Uhr

Trauercafé
In einem geschützten Raum haben Trauernde die Gelegenheit zum Austausch mit anderen Betroffenen.
Jeden Mittwoch, 15:30 Uhr

Erzählcafé
Menschen jeden Alters kommen zusammen, schauen, hören, sprechen. Wir teilen Geschichten des eigenen Lebens, Gedanken zu unterschiedlichen Themen.
Do., 01.10., 10.12., 15:30 Uhr

Musikcafé
Musikalische Begegnungen am Nachmittag mit Liedern, Instrumenten, Geschichten und Rätseln. Ein Nachmittag zum Mitmachen und/oder Zuhören.
Do., 10.09., 05.11., 15:30 Uhr

Beratungscfé – Gesundheitsgespräche am Kaffeetisch
In gemütlicher Café-Atmosphäre Vorträge, Austausch, Informationen und Unterstützung rund um wichtige Gesundheitsthemen. Jeder Nachmittag steht unter einem anderen Thema.
Do., 24.09., 19.11., 03.12., 15:30 Uhr

Führung
Öffentliche, kostenlose Führung durch das Heilhaus und die Siedlung am Heilhaus.
Di., 29.09., 20.10., 08.12., 16:30 Uhr

Kulinarischer Abend – Essen à la carte*
Kulinarische Köstlichkeiten in schöner Atmosphäre gemeinsam genießen.
Di., 29.09., 18:30 Uhr – 21:30 Uhr

Geburtshaus im Heilhaus
Informationen zur Geburtshilfe und dem Kursprogramm unter:
www.geburtshaus-im-heilhaus.org

Mädchen-Treff und interkulturelles Familiencafé
Kreativer Treff zum Malen, Singen, Gestalten. Für 6 – 10-jährige. Parallel treffen sich die Familien zum interkulturellen Familiencafé.
Montags, 16:00 – 17:30 Uhr

Treffpunkt Bewegung im Stadtteil
Sich gemeinsam bewegen, mit qualifizierter Anleitung, ab 60 Jahre.
Dienstags, 11:00 – 12:00 Uhr

Spaß an Bewegung
Kostenloses Angebot zum Kennenlernen von Bewegungs- und Entspannungsformen wie Yoga, Taiji und QiGong.
Sonntags, 16:45 – 17:45 Uhr

Friedensritual
Gemeinsam innehalten. Wahrnehmen, was ist. Verbundenheit spüren. Um Frieden bitten in uns selbst, für unsere Gemeinschaften, für die Welt.
Sonntags, 18:00 Uhr, Friedensmandala

Demenz – Herausforderungen und Hilfe für Angehörige
Im Rahmen der „Woche der Demenz“ der Stadt Kassel. Über die Begleitung Betroffener informieren der Ambulante Pflegedienst und der Ambulant Betreute Wohnverbund des Heilhauses und berichten von ihren Erfahrungen, ihrem alltäglichen Umgang, aus der Beratung, von Hilfestellungen und Entlastungsmöglichkeiten.
Do., 24.09., 19:30 – 21:00 Uhr

Depression
Wie lassen sich niedergeschlagene Gefühle von einer ausgeprägten Angsterkrankung oder Depression unterscheiden? Ein Abend mit Information und Gespräch. Referentin Dipl.-Psych. Julia Tampubolon-Dehage, Psychotherapeutin im MVZ Heilhaus gGmbH.
Do., 26.11., 19:30 – 21:00 Uhr

Kinderheilkreis* Heilsame Unterstützung für Kinder und Jugendliche im Alter von 4 bis 14 Jahren. Das heilsame Feld balanciert körperliche, emotionale und mentale Belastungen. Ihr Kind erfährt Zugang zu seinen eigenen Kräften und Fähigkeiten, Wohlfühl und Freude.
Do., 08.10., 15:00 – 17:00 Uhr

Ritual zum Wechsel der Jahreszeit
Zum Herbstanfang.
Mi., 23.09.2026, 19:00 Uhr
Zum Winteranfang.
Mo., 21.12., 19:00 Uhr

Feier des Erinnerns
In einer Atmosphäre von Besinnlichkeit und begleitet von Musik gedenken wir der Verstorbenen. Wir halten inne, geben der Erinnerung Raum, sprechen die Namen der Toten, entzünden Licht für die Seelen. Eingeladen sind alle Menschen, die um ihre Angehörigen trauern und ihnen rituell gedenken wollen.
So., 11.10., 16:00 Uhr.
Anmeldung bis zum 5. Oktober

*kostenpflichtige Angebote

Do., 10. Dezember 2026, 20 Uhr
Bürgerhaus Kaufungerwald

Stille Nacht? Falsch gedacht!

Weihnachtliches Musikkabarett des
Grazer Schauspielers Michael Großschädl

Tickets gibt es ab 23 € im Vorverkauf unter www.adticket.de, im Rathaus Oberkaufungen und in allen HNA-Geschäftsstellen.



www.kaufungen.eu



!Kassel

CASSELER HERBST- FREYHEIT

29.10.-01.11.2026

KIRMES & STRAßENKUNST

Verkaufsoffener Sonntag
am 01.11. | 13–18 Uhr

www.casseler-freyheit.de

!Kassel Marketing
TOURISMUS MANAGEMENT

QUARTIER
Wilhelms
straße

EINKAUFEN IN
KASSEL
City

Kassel



ACHTSAMKEITSTRAININGS mit Eva Metz

Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Achtsamkeit ins Leben einladen, innere Kraftquellen nutzen und den Geist zur Ruhe kommen lassen: Das Training der Achtsamkeit ist ein Übungsweg, bei dem sich das „Gedankenkarussell“ verlangsamt und der Körper entspannen darf. Nach Jon Kabat-Zinn, dem Begründer der Mindfulness-Based Stress Reduction – MBSR.

Kursangebot: MBSR-8-Wochenkurs: 31.01. - 11.04.27 | A-Tag: 14.03.26

Achtsam Essen

Achtsames Essen ist ein wunderbarer Stressunterbrecher und hilft dabei, sich wieder mit allen Sinnen den Köstlichkeiten des Lebens zu zuwenden.

Kursangebot: achtsam zum Wohlfühlgewicht
19.10.26 - 07.12.26 | weitere Termine auf Anfrage

Beide Formate lassen sich auch individuell und flexibel im Einzeltraining gestalten. Ich freue mich über Ihre Anfragen.

wild + achtsam

Waldbaden - Zeit für dich: Ruhe für Körper und Seele. Tauche ein in die heilsame Kraft des Waldes und tanke neue Energie.

Essbare Wildpflanzen: entdecken und schmecken - lerne die Schätze der Natur kennen und genieße ihre Vielfalt mit allen Sinnen.

Kontakt: Eva Metz

Diplom Oecotrophologin,
zert. MBSR-Achtsamkeitslehrerin
Tel. 0561 - 9 37 15 290 | kontakt@esswertsein.de
Weitere Angebote: www.esswertsein.de



43. KASSELER DOK UMENTAR FILM UND VIDEO FEST

17.-22.11.2026 + ONLINE → 29.11.



**PROGRAMM ONLINE
UND KATALOG ERHÄLTlich
AB ENDE OKTOBER**

WWW.KASSELERDOKFEST.DE