

WIES

WIR IN EINEM STADTTEIL

Februar - März - April 2018

Die ZEITBÖRSE und das Mehrgenerationenhaus (MGH) gehen in Kooperation!

Die ZEITBÖRSE – Was ist das eigentlich und für wen?

In jeder Ausgabe der Wieszeitung gehört der ZEITBÖRSE eine ganze Seite, die Seite 6. Hier finden sich Angebote und Angebotsgesuche in einer großen Anzahl. Bestimmt hat der eine oder andere da auch schon mal reingeschaut und gedacht, das wäre mal was für, eine Hilfe im Garten, einen Kuchen für meinen Geburtstag, Nachhilfeunterricht, Kinderbetreuung und vieles, vieles mehr. Und dann aber die Seite wieder weggelegt, weil es ihm oder ihr zu kompliziert erschien, an diese Angebote ranzukommen. Doch an dieser Stelle steht ein klares „Nein!“ Nein, es ist nicht kompliziert, die Angebote der ZEITBÖRSE zu nutzen und die eine oder andere Erleichterung im Leben dadurch zu erfahren. Die einzige Voraussetzung ist, sich in der ZEITBÖRSE als Mitglied anzumelden und sich von den Verantwortlichen der ZEITBÖRSE nochmal genau erklären zu lassen, was es mit diesem gegenseitigen Hilfsangebot auf sich hat.

Der erste Schritt ist die Mitgliedschaft. Und dieser Schritt ist jetzt auch noch erleichtert dadurch, dass die ZEITBÖRSE mit dem Mehrgenerationenhaus eine Kooperation eingegangen ist und somit Teil des Mehrgenerationenhauses wird. An den kulinarischen Angeboten des MGH (Mittagstisch in der „Suppenküche“, Frühstück im Café Mehr und Stadtteilcafé) ist es möglich, sich über die ZEITBÖRSE zu informieren und einen Mitgliedsantrag zu stellen.

Mitglied in der ZEITBÖRSE, was heißt das? Alle Angebote, die auf Seite 6 dieser Zeitung stehen, können in Anspruch genommen werden.

Man erhält eine Liste, auf der die Kontaktdaten stehen, die sich hinter den „Kontonummern“ verbergen und macht einen Termin aus, wann die Hilfeleistung stattfinden soll.

Kostet das nichts? Das Prinzip der ZEITBÖRSE basiert auf einem gegenseitigen Geben und Nehmen, das nicht mit Geld sondern mit Talenten bezahlt wird. Die Talente sind die Währung der ZEITBÖRSE. Das einzige, was anfällt, ist eine einmalige geringe Aufnahmegebühr.

Was ist, wenn ich nichts bieten kann, keine „Talente“ erwirtschaften kann?

Sie werden staunen, was Sie alles für Talente haben, die Sie in das Gemeinwohl einbringen können, wenn Sie mal genauer nachdenken. Schon ein gebackener Kuchen bringt Talente, gestrickte Strümpfe, eine Stunde Zeit, die Sie jemandem widmen, der gerade Ihre Hilfe braucht. Die Mitarbeitenden sind auch bereit, mit Ihnen zu überlegen, was Sie in die ZEITBÖRSE einbringen können, um Talente zu sammeln.

Noch mehr Fragen? Bestimmt haben Sie das. Aber auch dem kann abgeholfen werden. Kommen Sie einfach zu den angegebenen Öffnungszeiten der ZEITBÖRSE und lassen Sie sich beraten.



Es wäre schade, wenn die vielen Angebote und Möglichkeiten, die die ZEITBÖRSE bietet, ungenutzt bleiben. Dieses Angebot ist nicht nur eine gegenseitige Hilfeleistung, sondern bietet auch die Möglichkeit, mit Menschen in Kontakt zu treten, die vielleicht in der nächsten Nachbarschaft wohnen und die Sie noch nie bemerkt haben. **Und wenn jetzt immer noch Fragen offen sind, dann kommen Sie am 19. April ab 19 Uhr in den Abendtreff im Mehrgenerationenhaus (s. S. 7).** Hier kann auch miteinander überlegt werden, welche Unklarheiten noch bestehen und welche Lösungsmöglichkeiten aufgetan werden!

Die ZEITBÖRSE im Wiesprojekt und im MGH ab April

Wiesprojekt, Wiesstr. 7 Donnerstags, 17 bis 18 Uhr

Franziska Fach und Valerie Konzelmann

Mehrgenerationenhaus „Suppenküche“ Montags, 12.30 bis 13.30 Uhr Mittnachtstr, 211 Cafe MEHR Dienstags, 8.30 bis 11.30 Uhr Stadtteilcafé Mittwoch, 15 bis 17.30 Uhr

Michaela Lipp, Konstantin Piotopoulos, Leonie Schmidt



Mehr
Generationen
Haus



Wir wünschen allen ein glückliches, gesundes und vor allem friedliches Neues Jahr! Das Jahr ist noch ganz frisch, weshalb noch nicht alle neuen Angebote und Termine feststehen. Wir bitten Sie deshalb, bei Interesse bei uns nachzufragen oder unsere Homepage zu besuchen. Interessierte und neugierige Frauen, die BIG oder WIR gerne kennenlernen möchten, sind herzlich einladen, bei unseren offenen Angeboten auch spontan vorbei zu schauen. Gerne können Sie natürlich auch einen Termin mit uns auszumachen. Wir können Ihnen dann das Projekt, die Räume und unsere Angebote persönlich vorstellen.

WIR- Welcome in Reutlingen - Angebote

WIR-Café

Jeden zweiten Freitag zwischen 14 und 16 Uhr treffen sich neuzugezogene Frauen aus „aller Frauen Länder“ mit Frauen, die bereits in Reutlingen leben. Das WIRcafé lädt herzlich sowohl Frauen aus den Flüchtlingsunterkünften, als auch alle an einem Austausch und einer Begegnung interessierten Frauen ein. Mit Übersetzerinnen aus dem Arabischen und Persischen. **Die nächsten Termine sind am 2. 3. und 16. 3. 2018!**

Musikprojekt: „Fugato trifft WIR“

Jeden 2. Freitag zwischen 14 und 16 Uhr wird bei WIR unter Anleitung einer iranischen Sängerin des Fugato-Projektes der Württembergischen Philharmonie gesungen: „Fugato trifft WIR“ – Die Sängerinnen bringen sich mit Liedern aus dem arabischen Sprachraum, aus dem Iran und aus Afghanistan, aus afrikanischen Ländern, aus der Türkei und aus Deutschland ein. Ein ganz besonderes Erlebnis, ebenfalls mit Übersetzerinnen! **Die nächsten Termine sind der 23. 2. und der 9. 3. 2018!**

Interkulturelle Mädchengruppe

Für Mädchen ab 16 Jahren. Das Programm und die Aktivitäten finden in unregelmäßigen Abständen statt. Interessentinnen wenden sich bitte an die Mitarbeiterinnen von WIR!

TRE-Kurs für Kinder ab 8 Jahren
Ab Donnerstag, 1. März wird es **donnerstags von 17 bis 18 Uhr** einen Kurs in der Methode TRE (Trauma Releasing Exercises) für Kinder geben. Mit gezielten Körperübungen hilft der Kurs traumabedingten Stress abzubauen. In Kooperation mit BIG und .mit Manuela Lieb. Die Plätze sind begrenzt, melden Sie sich deshalb rechtzeitig an!

Alle Angebote von WIR sind natürlich offen für alle interessierten Frauen. Sie richten sich im Schwerpunkt allerdings an den Bedürfnissen von geflüchteten Frauen aus. In der Regel sind Übersetzerinnen mit anwesend oder es wird Konversation in deutscher Sprache geübt. Die Veranstaltungen ändern auch häufig ihre Zeiten aufgrund von veränderten Sprachkurszeiten der Frauen. Für Informationen gerne vorher anrufen oder in einem unserer Offenen Treffen vorbeikommen!

Die Kontaktdaten von WIR:

☎ 07121/ 36 40 872; wir@pro-juventa.de, www.wir.pro-juventa.de



Laufende Kurse bei BIG

Dienstags um 9 Uhr: Nordic-Walking mit Beate Schäffer, Treffpunkt bei BIG

Mittwochs um 9 Uhr: Hatha-Yoga mit Marika Ellwart bei BIG

Mittwochs um 9.15 Uhr: Zumba mit Ute Quauka im Mehrgenerationenhaus

Mittwochs um 17.30 Uhr: Zumba mit Ute Quauka im Mehrgenerationenhaus

Offene Treffen bei BIG

BIG-Mamacafé

Dienstags immer 14 tägig findet unser BIG-Mamacafé von **10 bis 12 Uhr** statt. Das Mamacafé ist ein Offener Treff für junge Mütter mit kleinen Kindern. Neben einem gemütlichen Beisammensein gibt es Angebote rund um die Themen Gesundheit, Ernährung, Erziehung, Kreativität und vieles mehr. Das Programm im BIG- Mamacafé nimmt die Anregungen der Besucherinnen auf. Auf der Wunschliste stehen ein Elternkurs, kreative Angebote, gemeinsames



Kochen und vieles mehr. **Die nächsten Termine sind 19. 2. und 5. 3. 2018!**

BIG-Café

Einmal im Monat findet an einem Montag Nachmittag von 14 bis 16 Uhr unser BIG-Café statt. Neben Kaffee oder Tee gibt es ein wechselndes Programm von Informationen zu Gesundheitsthemen, Kreativangeboten oder Entspannendem ist alles möglich. Hierbei orientieren wir uns auch an den Interessen der Frauen. Neue Frauen sind herzlich willkommen. Die nächsten Termine: **12. 3. und 9. 4. 2018**



Weitere Angebote

Wie immer können Sie gerne Termine mit uns vereinbaren für:

Beratung: Wenn Sie aus irgendeinem Grund der Schuh drückt!

Massagen:

Wenn Sie sich nach Entspannung sehnen!

Ernährungsberatung:

Wenn Sie an Ihrem Ernährungsverhalten etwas ändern wollen.

Klopfakupressur und Kinesiologie:

Wenn Sie Methoden kennen lernen möchten, die geeignet sind, Stressgefühle zu reduzieren.

Bitte melden Sie sich zu allen Veranstaltungen, Schnupperterminen und Kursen vorher an, da die Plätze begrenzt sind!

Die Kontaktdaten von BIG:

☎ 07121/ 36 40 872; big@pro-juventa.de, www.big.pro-juventa.de und montags von 14 bis 16 Uhr ist Offenes Büro, in dem Sie persönlich auf einen Tee vorbeikommen können!

Kosten der BIG-Angebote

Unsere Preise für alle Kurse und Veranstaltungen werden einkommensgestaffelt angeboten. Ein Kurs mit 8 Terminen kostet bei BIG zwischen 30 und 60 Euro. Für Zumba können Sie 10-er Karten kaufen, die 4 Monate gültig sind. Diese kosten zwischen 37,50 und 75 Euro. Der Selbstbehauptungskurs kostet 40 Euro für 5 Termine.

Unsere Preise für unsere Einzelangebote sind einkommensabhängig gestaffelt. Der Mindestbeitrag liegt bei 5.- Euro/ Stunde für Beratungsangebote und 10.- Euro für eine halbe Stunde Massage.

Meine Geschichte im Wiesprojekt

Ich würde euch gerne meine Geschichte im Wiesprojekt erzählen. Eigentlich fing alles in der Realschule an. In der achten Klasse soll ein soziales Engagement Praktikum mit 25 Stunden absolviert werden. Mir war zu diesem Zeitpunkt schon klar, mein zukünftiger Beruf soll etwas mit Menschen zu tun haben. Als das Wiesprojekt von Martin Schenk vorgestellt wurde, war mein einziges Ziel, dieses Praktikum bei Martin Schenk zu absolvieren. Ich habe diesen Platz bekommen und half jeden Freitag insgesamt über 102 Stunden in der Sozialen Gruppe – mein Interesse für dieses Berufsfeld war geweckt.

Als ich nach der Realschule mein Abitur absolvierte, musste ich mir über meinen weiteren Weg Gedanken machen. Ich entschied mich zunächst für ein Freiwilliges Soziales Jahr in der Tagesgruppe des Wiesprojekts, um mir das Berufsfeld der Sozialen Arbeit nochmal aus einer anderen Perspektive anzuschauen. Für mich ist das Wiesprojekt mit seinen vielfältigen Angeboten eine Bereicherung. Im Kollegenkreis kann jeder so sein wie er ist und sich in seinen Interessen und Ideen entfalten, weshalb ich mich von Anfang an immer wohl fühlte und gerne zur Arbeit kam. Nach meinem Freiwilligen Sozialen Jahr wollte ich Soziale Arbeit studieren - naja, dazu war ein Notendurchschnitt von 1,6 nötig, meiner lag bei 3,2. So stand ich da ohne Plan und ohne etwas. Zu meinem Glück gab es personellen Mangel im Wiesprojekt, sodass ich gefragt wurde, ob ich als Honorarkraft einspringen möchte. Klar. Trotzdem hatte ich noch keinen festen Arbeitsplatz, geschweige denn eine Ausbildung oder einen Studienplatz. Mich interessierte aber die Arbeit mit Menschen in den verschiedensten Lebenslagen, mit den verschiedensten Ressourcen und Zielen.

Mit sehr großer Dankbarkeit blicke ich heute zurück. pro juvena rief mich an und bot mir eine Ausbildung zur Jugend- und Heimerzieherin in ihren Einrichtungen an. Ohne langes Zögern nahm ich das Angebot an. So begann ich 2014 meine praxisintegrierte Ausbildung zur Jugend- und Heimerzieherin mit der Einsatzstelle im Wiesprojekt und der Schule in Maria Berg. In meiner drei-jährigen Ausbildung erfuhr ich noch mehr über Methoden, Hintergründe und Möglichkeiten bei der Arbeit mit Kindern sowie deren Eltern.

Durch Martin Schenk lernte ich nicht nur die Gegebenheiten in den Stadtteilen, sondern auch das komplette Netzwerk der Einrichtungen kennen. Ich begleitete Martin Schenk drei Jahre in der Arbeit mit den Schulen. In der Hermann-Hesse hatten wir wöchentliche Beratungstermine mit der Schulsozialarbeit, in denen wir, aus Sicht der Jugendhilfe, Fälle aus der Schule besprachen. Jeden Mittwoch boten wir an der Gerhart-Hauptmann-Schule Sportunterricht an. Ich stieg zusammen mit Frau Konzelmann in die ZEITBÖRSE ein und belegte Fortbildungen zum Thema Klettern als erlebnispädagogische Maßnahme und nahm bei einer In-house Schulung von Gut drauf (gesunde Ernährung bei Kindern und Jugendlichen) in der Bastille teil.

Bei pro juvena durfte ich auch einige andere Bereiche kennen lernen, wie die Flexibel Organisierte Familienhilfe, die Arbeit mit unbegleiteten minderjährigen Flüchtlingen, eine andere Art von Gemeinwesenarbeit in Lichtenstein und die Arbeit bei BIG im Wiesprojekt. In der Schule lernte ich neben der Entwicklung von Kindern im psychologischen Kontext etwas über rechtliche Grundlagen in der Arbeit der Erziehungshilfen, Werken und pädagogische Umgehensweisen mit Kindern aus strukturschwachen Familien sowie Familien, in denen sich in verschiedenen Bereichen Ressourcenknappheit zeigt.

Im Oktober 2017 habe ich meine Ausbildung erfolgreich abgeschlossen und wurde fest im Wiesprojekt übernommen. Als vollwertige Mitarbeiterin in der Tagesgruppe und mit einem kleinen Anteil in der ZEITBÖRSE kann ich nun mein erlerntes Wissen in den Alltag einbringen. Die Tagesgruppe betreut Kinder und Jugendliche mit Schwierigkeiten im sozialen Verhalten sowie Lernschwierigkeiten. Die Tagesgruppe sieht es vor, Strukturen in der Herkunftsfamilie durch regelmäßige Kontakte und Beratungsgespräche zu verbessern und eine Fremdunterbringung zu vermeiden. Wir bereiten die Kinder und Jugendlichen auf ein verantwortungsbewusstes und sicheres Leben in der Gesellschaft vor. Meine erlebnispädagogische Fortbildung bereitet den Kindern viel Spaß, denn freitags geht es seit November des letzten Jahres immer in die Kletterhalle. Montags fahre ich mit den Kindern auf den Bauernhof, und wir erleben gemeinsame Höhen und Tiefen.



Da mein Interesse weiterhin sehr groß ist, und ich mich auch jetzt noch weiterentwickeln möchte, gebe ich mich allein mit meiner Ausbildung nicht zufrieden. Die nächsten Fortbildungen stehen schon an. Dieses Jahr starte ich eine einjährige Ausbildung zum Kindercoach, welche ich an Wochenenden besuchen und abschließen werde.

So schön dieser Beruf sein kann, so gibt es in diesem Beruf auch Schattenseiten. Die meist gestellte Frage bei einem Bewerbungsgespräch im sozialen Bereich ist, ob man Arbeitsalltag und Privatleben trennen kann. Am Anfang meines Werdegangs erschien mir das sehr einfach, doch je mehr man von Einzelfällen und vor allem schwierigen Situationen erfährt, ist dies nicht mehr ganz so einfach.

Ich bin bei der Arbeit mit Kindern mit Herz und Seele dabei, und so gibt es auch Tage und Situationen, welche mich so sehr berühren, dass ich sie mit in mein Privatleben trage. Eine weitere Schattenseite ist, die professionelle Haltung gegenüber den Kindern und Jugendlichen zu bewahren. Es gibt Situationen, in denen man sehr wachsam sein muss, in welche Rolle man sich gegenüber den Kindern und Jugendlichen, aber auch gegenüber Eltern begibt. Den Spagat zwischen einem freundschaftlichen Verhältnis, welches Vertrauen und Sicherheit schenkt und dem Auftreten als autoritäre Person zu finden, fällt hin und wieder schwer.

Durch Teamsitzungen sowie einem offenen Austausch unter allen Mitarbeitern im Wiesprojekt, fällt es leichter, eigene Gedanken und Handlungen zu ordnen und zu strukturieren. Vielleicht überlegt sich ja der Ein oder Andere mal, bei uns vorbei zu schauen und sich über die vielfältigen Angebote des Wiesprojekts zu informieren.

Bis bald. Eure Franziska Fach

Gedächtnistraining

Wir wünschen es uns alle: Geistig fit zu bleiben auch in älteren Jahren, Freude am Denken haben und die damit empfundenen Erfolgserlebnisse genießen. Gedächtnistraining verbessert die Gedächtnisleistung. In kleinen Gruppen, in lockerer Atmosphäre lösen wir gemeinsam Aufgaben. Aktuelle und jahreszeitliche Themen und viele verschiedene Übungen bringen Abwechslung und Spaß in unsere Stunden. Bleiben Sie geistig fit, in dem Sie ihr Gehirn beanspruchen. Sie werden merken, es kann viel mehr, als Sie glauben.

Gedächtnistraining im MGH:

Dauer: 14.30 Uhr bis 15.30 Uhr

Anzahl: 8 mal jeweils montags

Kursgebühren: 6 Euro pro Stunde (48 Euro)

Die Kursgebühr wird erst nach der ersten Schnupperstunde fällig.

Die TeilnehmerInnenzahl ist begrenzt.

Infos und Voranmeldung bei

Brigitte Castro, Kursleiterin ☎ 50 69 30

Hatha Yoga - die neue Sparte des FC Reutlingen

Seit dem 12. September 2017 bietet der FC Reutlingen einen Kurs mit 12 Einheiten in Hatha Yoga an. Für diesen Kurs konnte der FC Reutlingen die Yogalehrerin Judith Klein gewinnen. Judith Klein ist ausgebildete und geprüfte Yogalehrerin und unterrichtet seit fünf Jahren in Hatha Yoga.

Der Kurs konnte mit 15 TeilnehmerInnen immer Dienstags von 20 bis 21.30 Uhr in der Dietweg-Halle starten. Nach kurzer Zeit zog der Kurs in die Räumlichkeiten im Mehrgenerationenhaus in die Mittnachtstr. 211 um, da diese Räumlichkeiten für die erwartete Entspannung und Ruhe geeigneter sind. Somit steht der Fortsetzung der nächsten 12 Kurseinheiten in den Räumlichkeiten im Mehrgenerationenhaus nichts im Wege.

Der FC Reutlingen freut sich sehr über den Start mit der neuen Fitness - Sparte „Yoga“ und somit über die Weiterführung des Kurses mit Judith Klein.

Über weitere neue TeilnehmerInnen freut sich der FC Reutlingen und lädt Interessenten gerne zu einer Schnuppereinheit ein.

Info's unter: metzingen@t-online.de

☎ 0160 / 330 23 30 Theo Faßnacht

Termine: dienstags 20 bis 21.30 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus (MGH), Mittnachtstr. 211, 72760 Reutlingen



RAH

Reutlinger AltenHilfe gGmbH

...motiviert an Ihrer Seite



Information, Entlastung, Austausch

Wann und Wo:

Unsere Treffen für Angehörige und Interessierte finden jeden 2. Mittwoch im Monat von **17.30 Uhr bis 19.00 Uhr im Haus Voller Brunnen** der RAH, Carl-Diem-Str. 100 in 72760 Reutlingen statt.

Termine und Themen 2018:

Unsere Demenzspezialisten bereiten bei jedem Treffen einen kleinen fachlichen Input vor. Im Mittelpunkt stehen aber der Austausch und Ihre Fragen.

- | | |
|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| 10.01. Orientierungshilfen und Wohnraumgestaltung | 11.07. Erinnerungen pflegen (August Urlaubspause) |
| 14.02. Demenz und Depression | 12.09. Umgang mit Schmerzen |
| 14.03. Umgang mit Gefühlen | 10.10. Medikamente und Demenz |
| 11.04. Krankheitsbild Demenz | 14.11. herausforderndes Verhalten |
| 09.05. wertschätzende Kommunikation | 12.12. Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen... |
| 13.06. Autofahren und Demenz | |

Anmeldung:

Die Teilnahme ist gratis. Bitte melden Sie sich für die jeweilige Veranstaltung telefonisch oder per Email an.

Leitung:

Stephani Maser, Referentin in der Altenhilfe und Demenzberaterin, Ergotherapeutin, Supervisorin und Validationslehrerin

Ansprechpartnerin der RAH:

RAH Demenzberatungsstelle, Petra Müllerschön

Telefon: 07121 / 9280 680, Email: info@rah-reutlingen.de

Impressum

Herausgeberkreis:

pro juvena, Reutlingen; Mehrgenerationenhaus Reutlingen, Trägerverein: Voller Brunnen e. V.; FCR e.V., Jugendhaus Bastille, evang. Katharinengemeinde

Redaktion:

Hans-Anton Maier (v.i.S.d.P. Theodor-Heuss-Str. 19/13, 72762 Reutlingen, www.pro-juvena.de), Ursula Heller, Stephanie Wildenberg, Victoria Jopp, Valerie Konzelmann, Ingo Glöckler, Martin Schenk.

Erscheint vierteljährlich, in den Monaten:

Februar, Mai, August, November.

Redaktionsschluss: 13. April 2018

Bildrechte:

siehe Auszeichnung, sonst die jeweiligen gekennzeichneten Organisationen.

Druck:

Grafische Werkstatt der BruderhausDiakonie, Reutlingen

Auflage: 4.800 Exemplare.

Die Verteilung erfolgt kostenlos.

Patenschaften: SPD Nordwest, weitere

Patenschaften sind erwünscht

Spendenkonto für

WIES-Zeitungspatenschaften:

Konto 111 424 003 (BLZ 640 901 00)

bei der Volksbank Reutlingen

Stichwort „Patenschaft“

Mama Lernt Deutsch, Papa auch

Deutsch lernen - für Mütter und Väter gefördert vom Amt für Migration der Stadt Reutlingen mit neuer Kursleiterin Dimitra Giagkou, **mittwochs von 14 bis 17 Uhr!** Dieser Sprachkurs ist an alle Mütter und Väter gerichtet, welche ihre Sprache in Wort und Schrift verbessern und dies aber in einer geselligen Runde ohne Stress und Druck probieren möchten. Wir sind eine kleine Gruppe mit unterschiedlichen Niveaus, so dass auch Anfänger willkommen sind. Frau Giagkou leitet diesen Kurs und wird mit den Teilnehmern auch Ausflüge zum Rathaus, in die Bibliothek und nach Bedarf veranstalten.

Kosten: 45 Min. kosten 0,50 Euro

Eine Kinderbetreuung wird angeboten. Anmeldung und Info gibt es unter ☎ 514 97 80 oder E-Mail an demian7430@hotmail.com

Stadt Reutlingen | 

Leselern-Paten gesucht!

Wer das lesen kann, ist klar im Vorteil!

Viele Kinder haben Schwierigkeiten mit dem Lesenlernen. Der Verein "MENTOR Leselern-Paten Reutlingen e.V." unterstützt Kinder, indem ein Schulkind von einem Paten einmal in der Woche während einer Schulstunde eine individuelle Förderung erhält. Die SchülerInnen werden mit Leselern-Büchern, Sprach- und Wortspielen oder Bilderrätseln zum Lesen motiviert und erfahren, dass Lesen auch Spaß machen kann.

Wir suchen Menschen für die umliegenden Schulen, die unsere Arbeit durch ihre Fördermitgliedschaft unterstützen und Leselern-Paten, die Lust an diesem ehrenamtlichen Generationenprojekt haben.

MENTOR – Leselern-Paten Reutlingen e.V.
Geschäftsstelle ☎ 07121 / 387-8446
kontakt@leselern-paten.org

Abendtreff im MGH

Der Abendtreff ist aus der Idee heraus entstanden, dass es in unseren Stadtteilen wenig Orte gibt, die einladen, sich ganz unverbindlich zum Bier, Wein oder auch einem nicht alkoholischen Getränk zu treffen. Themen des Alltags aus Politik, Kirche, Sport, der Umgang mit den „Social Media“ und vieles mehr laden ein, miteinander ins Gespräch zu kommen. Trauen Sie sich und kommen vorbei im MGH **jeden 3. Donnerstag im Monat ab 19 Uhr.**

Die nächsten Termine sind der **15. Februar, 15. März und 19. April** im MGH, Mittnachtstr. 211. Getränke und kleine Knabbereien sind vorhanden.

Am 19. April besteht die Möglichkeit, sich über die neue Kooperation des MGH mit der ZEITBÖRSE zu informieren (s. S. 1).

Musikalisch Kostbares

Mit Jazz, Blues, Klassik, Country und Flamenco Nuevo wird die Konzertreihe in der Katharinenkirche am **Freitag, 23. Februar um 20 Uhr** weitergeführt.

Jan Henning gibt sein Reutlinger Konzert in der Katharinenkirche.

Der deutsche Saitenzauberer, Musikproduzent und stilistische Grenzgänger stellt mit „Catch the Cat“ sein lang erwartetes, neues Solo-Programm vor.



Am **Freitag, 16. März um 20 Uhr** erwartet die Zuhörenden in der Katharinenkirche am Friedhof Unter den Linden eine bekannte Musikgruppe, allerdings mit erweiterten musikalischen Möglichkeiten. Ein Flügel befindet sich zu diesem Zeitpunkt in der Katharinenkirche und Veit Erdmann an eben diesem Flügel, Thomas Lambeck am Cello, Birgit Lauw-Zenker an der Flöte und Ursula Heller mit ihrer bekannten Gesangsstimme werden einen vergnüglichen und anregenden und natürlich melodischen Abend gestalten!

Ein weiterer musikalischer Höhepunkt erklingt am Freitag, 23. März um 20 Uhr in der Katharinenkirche.

Das Bielefelder Jazz-Trio Kordes-Tetzlaff-Godejohann ist wieder zu Gast. Es wird in der neu illuminierten Katharinenkirche in der Rommelsbacher Str. 2, Friedhof Unter den Linden, die „Easter Suite“ von **Oscar Peterson** zu Gehör bringen, Bachchoräle in jazzige Rhythmen packen und Neuheiten aus ihrem vielfältigen Programm mitbringen. Ein begeisterndes Trio, das sich niemand entgehen lassen sollte. Dem Bielefelder Jazztrio Olaf Kordes - Piano, Wolfgang Tetzlaff - Kontrabass, Karl Godejohann - Schlagzeug kommt das große Verdienst zu, dem lange in Vergessenheit geratenen Werk Petersons nach 23 Jahren wieder den Weg aufs Podium geebnet zu haben.

Und wie üblich bei den Konzerten in der Katharinenkirche besteht im Anschluss an das Konzert die Möglichkeit, bei Getränk und Gebäck mit den Künstlern im schönen Ambiente der Katharinenkirche ins Gespräch zu kommen und noch einige Zeit im Kirchenraum zu verweilen!

Angebote für Kinder im MGH

Kinderbrunch für Schulkinder

Ein Frühstück wird gemeinsam vorbereitet und zusammen genossen! Danach steht noch genügend Zeit auf dem Programm zum Spielen, Basteln, Geschichten hören, Tischkicken oder was Euch sonst noch einfällt.

Nächste Termine sind am **10. Februar, 17. März und 14. April von 10 bis 13 Uhr**

Kostenbeitrag: 2 Euro; Anmeldung ☎ 31 04 51 Ursel Oettle-Wurst (Diakonin esjw)
ursel.oettle-wurst@esjw.de

Kinderkino

Am **22. Februar und am 22. März** findet wieder unser Kinderkino statt und dazu seid Ihr alle herzlich ins Mehrgenerationenhaus, Mittnachtstr. 211 eingeladen.

Für Kinder ab 6 Jahren geeignet. Start ist wie immer um 16 bis 17.30 Uhr. Eine Spende wäre schön! Anmeldung unter ☎ 31 04 51 Ursel Oettle-Wurst (Diakonin esjw)

Jungs-Hort

Seit einiger Zeit wird im Mehrgenerationenhaus der „Jungs-Hort“ angeboten. Immer **montags zwischen 16 und 17.15 Uhr** wird für Jungs von 8 bis 12 Jahren ein wöchentlich wechselndes Programm gestaltet. Von sportlich bis kreativ ist alles dabei. Betreut wird dies von den Bundesfreiwilligen des MGH Leonie Schmidt und Konstantin Pliopoulos.

BEGLEITUNG/BETREUUNG

SUCHE:

Ich bin nicht mehr gut zu Fuß, daher suche ich jemand, der mit mir 14-tägig mit eigenem PKW einkaufen fährt. Kto. 560

BIETE:

Ich begleite Sie gerne mit Ihrem Rollstuhl bei Spaziergängen. Kto. 531

Ich gehe gerne für oder mit jemand mit meinem Auto einkaufen und übernehme gerne allgemeine Botengänge. Kto. 545, 546, 572

Älteren Menschen, auch mit Behinderung, kann ich meine Begleitung anbieten z. B. ins Konzert, Kino oder Gottesdienst. Kto. 563

Entlastung für pflegende Angehörige. Ich habe langjährige Erfahrung mit Älteren-, behinderten, demenzen und halbseitig gelähmten Menschen. Kto. 574

Ich betreue Ihre Katzen (Kleintiere). Kto. 584

Ich passe auf Ihre Tiere auf Kto.583

Ich gehe mit Ihrem Hund spazieren Kto.583

Ich passe auf Ihre Kinder auf Kto.583

DIENSTLEISTUNG

SUCHE:

Wer kann mich zum Getränkekauf mitnehmen? Kto. 489

Wer kann mir beim Großeinkauf helfen? Kto. 584

BIETE:

Ich kann Ihnen nach Absprache beim Tragen und Transportieren von schweren Sachen behilflich sein. Kto. 517

Kaufe gerne für Sie ein oder begleite Sie. Kto. 464, 531, 535

Helfe beim Großeinkauf und beim Transport mit meinem Auto. Kto. 425

Stress muss nicht immer sein. Ich zeige Ihnen, wie man mit Pflanzen Burnout vorbeugen kann. Kto. 574

Ich biete Ihnen verschiedene Botengänge an. Kto. 575

Ich streiche Ihre Wohnung Kto. 583

BÜRO/EDV

SUCHE:

Wer kann mir im Internet Visitenkarten bestellen? Kto. 574

Wer kann mir zeigen, wie ich ein digitales Fotoalbum erstelle? Wer kann mir Fotos einscannen Kto. 581

BIETE:

Helfe bei EDV- und PC-Problemen. Kto. 510

Unterstützung von Verkäufen im Internet z. B. bei ebay. Kto. 464

Programmierung und Betreuung von web Portalen im Internet. Kto. 464

GARTEN

SUCHE:

Wir suchen Hilfe im Garten für Unkraut und zum Büscheausgraben. Kto. 531

Wer hilft mir im Garten? Kto. 535, 568, 571

Ich habe keinen „grünen Daumen“. Wer hilft mir bei der Pflege meines Rasens und Kirschaumes? Kto. 440

Ich suche für die Gestaltung meines

Gartens (Sitzplatz, Platten neu verlegen) Hilfe. Kto. 541

Ich brauche Hilfe bei Gartenarbeiten. Kto. 576, 464

Ich brauche im Winter Hilfe beim Schneeschippen. Kto. 576

Wer kann mir ab- und zu im Garten ein ein Pflanzloch graben? Kto. 574

Suche Rhabarberableger für meinen Garten. Kto. 577

BIETE:

Ich helfe Ihnen bei Bedarf im Garten. Kto. 566

Ich kann Ihnen bei diversen Gartenarbeiten und bei der Gestaltung Ihres Gartens behilflich sein oder dies übernehmen. Kto. 517

Ihre Wohlfühloase auf Balkon-, Terrasse oder Garten. Ich helfe Ihnen mit meinen Ideen und Erfahrungen. Kto. 574

Mit Duftpflanzen gestalten und entspannen. Ich habe viele eigene Erfahrungen und möchte sie gerne weitergeben. Kto. 574

Ich helfe Ihnen gerne im Garten. Kto. 577

Sie dürfen gerne meine Wiese für Heu (Futter für Tiere) abmähen. Kto. 577

Biete junge Gartenpflanzen. Kto. 577

Ich helfe gerne im Garten und habe Ableger von Stauden für Ihren Garten Kto. 581

HANDARBEITEN

SUCHE:

Ich suche bei Gelegenheit jemanden, der für mich Näharbeiten machen kann. Kto. 575

BIETE:

Ich stricke sehr gerne und habe schon viele schöne Stricksachen für Auftraggeber erledigt. Häkeln kann ich genauso gut. Kto. 560

Verändern und ausbessern von Wäsche und Kleidern, Socken stricken. Kto. 572

Ich bügeln Ihre Wäsche. Kto. 575

Ich stricke und häkel gerne . Kto. 581

HANDWERK/REPARATUR

SUCHE:

Ich würde mich freuen, wenn mir jemand bei kleineren handwerklichen Tätigkeiten behilflich sein könnte, z.B. Regale aufstellen, streichen, usw. Kto. 572

Wer repariert bei Bedarf mein Fahrrad? Kto. 425

Wer kann mir meine TV-Programme wieder einstellen? Kto. 574

Ich brauche handwerkliche Unterstützung nach Bedarf. Kto. 464

BIETE:

Ich bin handwerklich begabt und biete nach Absprache verschiedene Tätigkeiten. Kto. 517, 566

Ich repariere Ihre Korbmöbel. Kto. 489

HAUSHALT

SUCHE:

Wer hilft mir beim Säubern im Haus? Kto. 571

Unterstützung beim wöchentlichen Putzen im Haushalt. Kto. 464

Wer kann mir meine Fenster putzen? Kto. 584

BIETE:

Gerne helfe ich ihnen bei ihrer Bügelwäsche! Kto. 568

Putze gerne mit umweltfreundlichen Reinigungsmitteln Ihre Wohnung. Kto. 577

KINDER

SUCHE:

Suche Kinderbetreuung (auch abends). Kto. 513

BIETE:

Geschichten vorlesen für 4 bis 12 Jahre alte Kinder würde mir Spaß machen! Kto. 571

Ich passe ab und zu auf Ihre Kinder auf. Kto. 531

Betreuung für Kind/Kinder gerne auch mal abends. Kto. 550

Vorlesen für 6 bis 8 jährige Kinder würde mir Spaß machen, habe Erfahrung als mehrfache Omi. Kto. 567

Ich betreue ihre Kinder auch abends Kto. 581

KOCHEN/BACKEN

BIETE:

Ich backe Ihnen nach Absprache gerne einen Kuchen. Kto. 425, 513, 568, 573

Ich koche Marmelade oder backe Kuchen. Kto. 541, 572

Vegetarische Indische Küche, ich koche für Sie! Kto. 574

KULTURELLES

SUCHE:

Suche jemanden für Unternehmungen und einfach nur zum Schwätzen. Kto. 489

BIETE:

NACHHILFE

SUCHE:

Dringend: Suche Nachhilfe, Gymnasium Klasse 9 für Mathematik, Chemie und Physik. Kto. 573

Würde gerne Französisch lernen Kto.583

BIETE:

Ich biete Nachhilfe in Chemie, Physik, Mathematik. Kto. 518

Ich gebe gerne Nachhilfe in allen Fächern bis 10. Klasse, außer Naturwissenschaften. Kto. 446

Nachhilfe für Grund- und Hauptschüler Klassen 3 bis 8 in Mathematik und Deutsch Kto. 547

UNTERRICHT/KURSE

SUCHE:

Suche arabische oder spanische Konversation (mögl. in der Muttersprache). Kto. 481, 577

Suche Klavierunterricht Kto. 583

BIETE:

Lehre Französisch, Spanisch, und Englisch für Fortgeschrittene und biete nichttechnische Übersetzungen. Kto. 481

Übersetzen von Deutsch auf Spanisch. Kto. 535

Ich gebe Musikstunden für Klavier, Gitarre und Flöte, auch in kleinen Gruppen. Kto. 571

Sprachunterricht in Französisch und Latein. Kto.571

Sie haben Probleme mit Ihrem Hund? Vielleicht kann ich helfen. Ich habe viel Erfahrung in Hundeeziehung. Kto. 574

URLAUB

SUCHE:

Welcher tierliebe Mensch mag an einem Wochenende auf meine fünf Katzen aufpassen und sie versorgen? Kto. 577

BIETE:

Ich gieße Ihre Blumen und leere den Briefkasten im Urlaub. Kto. 425, 568

Ich habe Erfahrung in der Begleitung bei Wanderungen, Flug-, Auto oder Bahnreisen. Gerne begleite ich Sie. Kto. 563

Ich versorge ihre Katzen, gieße ihre Blumen und leere ihren Briefkasten. Kto. 581

VERSCHIEDENES

SUCHE:

Die ZEITBÖRSE sucht Zeitungsausträger. Kto. 400

Suche 2m hohen Maschendrahtzaun, eventuell mit Montage. Kto. 577

BIETE:

Die Besonderheit für Kindergeburtstage oder sonstige Veranstaltungen. Ich knote aus Luftballons Tiere nach Ihren Wünschen. Kto. 489

Ich bin gerne der dritte Mann beim Skat spielen oder zum Doppelkopf der Vierte. Kto. 563

Das besondere Geschenk - Themen- und Meditationsgläser zur Entspannung und Beruhigung für zu Hause oder den Bürotisch. Näheres im persönlichen Gespräch. Kto. 574

Ich trage Zeitungen aus. Kto. 575

Probleme mit dem Pferd? Ich übe mit Ihrem Pferd und Ihnen das Huße geben, führen und noch vieles mehr. Kto. 577

Habe jede Menge Strickzeug,, Stricknadeln und Wolle zum Tausch Kto. 464

Habe einen gut erhaltenen Scanner zu vergeben. Kto. 577

Liebe ZEITBÖRSEN-Mitglieder und Interessierte!

Das Büro der ZEITBÖRSE hat immer noch geöffnet **jeden Donnerstag (außer in den Schulferien) von 17 bis 18 Uhr!**

Die Kooperation mit dem MGH beginnt ab April (s. S. 1).

Außerhalb dieser Zeiten dürfen Sie gerne auf die Mailbox sprechen, wir rufen Sie dann zurück.

☎ 364 08 20
Wiesstraße 7

fwa.zb@pro-juventa.de

Kindergruppe „Dreikäsehoch“ Voller Brunnen e.V.

Pädagogische Betreuung Ihrer Kinder unter drei Jahren übernehmen angestellte Fachkräfte des MGH in drei Gruppen.

Gruppe 1: Mo / Mi / Fr 8.05 bis 12.15 Uhr

Gruppe 2: Mo bis Fr 7.45 bis 12.45 Uhr

Gruppe 3: Di / Do 7.45 bis 12.45 Uhr

Eine Aufnahme ist bereits zwischen 12 und 18 Monaten möglich. Vormerkung für einen Platz erfolgt über AnKeR Reutlingen (Anlaufstelle für Kindertagesbetreuung in RT/Rathaus ☎ 303-5578 oder www.reutlingen.de/anker). Die Anmeldung und Platzvergabe erfolgt anschließend über unsere Einrichtung.

Informationen zu den einzelnen Gruppen erhalten Sie vormittags zu den Betreuungszeiten persönlich und unter ☎ 0157 / 32 46 58 35 oder über das Büro des MGH ☎ 514 97 80.



Kinderferienspaß im MGH

Der Verein Voller Brunnen e.V. bietet in den Osterferien vom **26. bis 29. März in der Zeit von 8 bis 14 Uhr** die beliebte Kinderferienbetreuung, für Kinder im Alter von 5 bis 12 Jahren, an.

Das ehrenamtliche Team hat eine Menge Spiel, Spaß und Ausflüge auf dem Programm, so dass keine Langeweile aufkommen wird und selbst der Hunger, beim gemeinsamen Mittagessen, keine Chance hat.

Anmeldung ab sofort unter:
bufdi@mgh-reutlingen.de oder
☎ **07121/ 514 97 80**

Weitere Termine für den Kinderferienspaß:

Pfingsten: 22. Mai. bis 25. Mai

Sommer: 6. August bis 10. August

Begegnungsabend

Am **13. März um 19.30 Uhr** findet im MGH, Mittnachstr. 211 der erste Begegnungsabend in diesem Jahr statt. An diesem Abend macht sich Frank Höwner mit allen Interessierten auf den Weg, **die Bewegung „Slow Food“ kennen zu lernen**, über Hintergründe zu informieren und für diese Bewegung, die in Abgrenzung zu dem vielen Fast Food entstanden ist, zu begeistern.

Die Begegnungsabende, die in der Regel im MGH, Mittnachstr. 211 stattfinden, werden vorbereitet und verantwortet vom Ökumenausschuss der St. Peter- und Paulgemeinde, der Auferstehungs- und der Katharinengemeinde. **Der nächste Begegnungsabend, bei dem getanzt und gegessen wird, ist am 24. April um 19 Uhr im MGH.**



72760 Reutlingen, Mittnachstraße 211
Info- und Geschäftsstelle:
Annette Singer, Carmen Schmitt

☎ (07121) 5 14 97 80

Fax (07121) 5 14 97 84 oder
buero@mgh-reutlingen.de

Bürozeiten: Montag bis Freitag 9 bis 12 Uhr
und nach Vereinbarung.

Sprechen Sie bitte auf den Anrufbeantworter!
Wir rufen zurück!

www.mgh-reutlingen.de

Begegnungen beim Essen im MGH

Frühstück im „Café MEHR“:

Jeden Dienstag von 8.30 bis 11.30 Uhr!

Sie haben die Möglichkeit, bei einem leckeren Cappuccino oder auch „normalem“ Kaffee aus Fairkaffee und Imbiss (Backwaren der Bäckerei Berger) zu verweilen, um gemütlich den Tag zu beginnen oder ein Arbeitsfrühstück genüsslich zu gestalten!

Stadtteilcafé:

Hier können Sie sich mit hausgemachten Kuchen verwöhnen lassen! **Jeden Mittwoch ist von 15 bis 17.30 Uhr** das Stadtteilcafé im Mehrgenerationenhaus geöffnet. Sie können auch Ihr Geburtstagsfest im Stadtteilcafé feiern!

Suppenküche:

Eine wohlschmeckende Suppe, oft eher ein Eintopf, und ein Nachtisch erwartet die Gäste wöchentlich **jeden Montag von 12.30 bis 13.30 Uhr im MGH, Mitnachtstr. 211!** Suppe und Nachtisch werden gegen eine Spende ausgegeben!

Speiseplan für Februar und März:

- 5. 2.: Winterminestrone Pannacotta
- 12. 2.: Risotto-Suppe, .Zitr.Quarkspeise
- 19. 2.: Buntes Allerlei mit Einlage
- 26. 2.: Kartoffelsuppe Hausfrauen Art
- 5. 3.: Frühlingssuppe, Grießpudding
- 12. 3.: Ingwer-Karotten-Kartoffelsuppe
- 19. 3.: Ratatouille mit Gnocchi, Tiramisu
- 26. 3.: Pizza-Suppe, Waffeln

Den weiteren Speiseplan finden Sie unter:

www.mgh-reutlingen.de

www.katharinenkirche-reutlingen.de

„MuKi Treff“ – Starker Start für Mutter + Kind

Der „MuKi Treff“ besteht aus zehn fortlaufenden Modulen jeden Montag von **26. 2. bis 14. 5. 2018**. Es handelt sich um ein Starthilfeprogramm für werdende Mütter und Väter

und für Eltern bis zum Ende des 1. Lebensjahres des Kindes. Der Kurs vermittelt Grundlagen, um auf den Alltag mit dem Kind vorzubereiten, die Mütter und Väter in ihrer Rolle zu bestärken und ihnen Strukturen an die Hand zu geben, damit das „Mutter- und Vatersein“ gelingen kann.

Uhrzeit: 9.30 Uhr Ankommen und ab 10 bis 11.30 Uhr startet das Programm. Im Anschluss daran besteht die Möglichkeit zum Mittagessen in der Suppenküche.

Kosten: Gefördert von Stärke werden bei allen stärkeberechtigten Personen (auf Anfrage, vertraulich!!) die Kurskosten übernommen. Der Betrag von Selbstzahlern erfolgt mittels einer Einkommenstabelle gestaffelt. Anmeldung und Informationen erhalten Sie bei Annette Singer im Mehrgenerationenhaus ☎ 514 97 80. oder unter buero@mgh-reutlingen.de. Selbstverständlich werden Ihre Angaben vertraulich behandelt.

Folgende Module werden angeboten: Säuglingspflege (26. 2.), Handling beim Neugeborenen (5. 3.), Hilfen in Krisen (12. 3.), Kinderschutzbund stellt sich vor (19. 3.), „Gut von Anfang an – wie kann ich den Übergang für mein Kind gut gestalten“ (9. 4.), Methoden zum Stressabbau und seelischen Ausgleich (16.4.), Kunsttherapie (23. 4.), Unterstützung durch das SGBII (30. 4.), Mama, Mutter, Ehefrau/Partnerin, sowie Papa, Vater, Ehemann/Partner sein,... wie finde ich MEINE Zufriedenheit und Wertschätzung (7. 5.) und am Schluss Ausklang, Feedback, Austausch und Anregungen (14. 5.)!



Folkloretänze

An den **Samstagen 10. 2., 17. 3. und 14. 4. von 15 bis 18 Uhr** im MGH, Mitnachts-

tr. 211 lädt Erika Erdmann auf leichte und beschwingte Art ein, sich tanzend im Kreis zu bewegen. Die Musik, sowie die Tänze kommen aus der ganzen Welt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Kontakt: Erika Erdmann ☎ 2 25 92



Entspannungsübungen am Ende einer jeden Stunde gehören dazu. Meike Herrmann (Dipl. Sportpädagogin) freut sich stets über neue TeilnehmerInnen. Kosten: 45 Euro (10 x) Informationen unter ☎ 5 14 97 80 oder meike.herrmann@web.de ☎ 67 78 83

BLICKWINKEL

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Krebs! Alter und Geschlecht spielen keine Rolle und Kinder können gerne mit dabei sein!

Bist Du auch jemand, der durch eine Krebstherapie gegangen ist oder noch mitten drin steckt??

Bist Du auch jemand, der nach vorne blickt oder gerne nach vorne blicken möchte?

Bist Du auch jemand, der aus den Zitronen des Schicksals, dass uns vereint, nun versucht ist Limonade daraus zu machen?? Dann bist Du bei uns genau richtig!

SeniorInnengymnastik

Dienstags von 8.30 bis 9.30 Uhr und 9.30 Uhr bis 10.30 Uhr

Gezielte regelmäßige Bewegung ist Voraussetzung für die Erhaltung von Muskulatur und Gelenken, aber auch für die Funktion von Kreislauf, Atmung und Stoffwechsel. Wir trainieren mit der eigenen Körperkraft, aber auch mit Kleingeräten wie Ball, Stab, Thera-Band, Herz-Kreislaufübungen und

Wir treffen uns jeden letzten Donnerstag im Monat im MGH, in der Mitnachtsstr. 211, um 19 Uhr. Kontakt unter blickwinkel15@gmail.com

YOGA für Jeden

„YOGA beginnt immer mit dem ersten Schritt“.

Yogavorkenntnisse sind nicht erforderlich. Eingeladen ist jeder der diese sanfte Art kennen lernen möchte. Matten sind vorhanden, Decke, Kissen und ein Getränk mitbringen.

Termine: **17. 2., 10. 3. und 7. 4. 2018 von 15 bis 17 Uhr!**

Unkosten pro Termin: 15 Euro; Anmeldung unter ☎ 07121 / 284 64 60 oder katja.schultz-nisi@hotmail.com Katharinengemeinde ☎ 33 44 37.



Jugendhaus Bastille

Das Kochstudio - Altbewährtes neu aufgelegt

Schon beim Öffnen der Türe des Jugendhauses steigt einem der Geruch von frischen Kräutern, gerösteten Zwiebeln und heißem Öl in die Nase. Es ist Dienstag, 17.30 Uhr und einige Jugendliche haben sich bereits in der Küche versammelt, um gemeinsam mit den MitarbeiterInnen die Vorbereitungen fürs bevorstehende Kochen und Backen zu treffen. Die benötigten Lebensmittel liegen ausgebreitet auf der Arbeitsfläche, die Küchenutensilien sind noch in den Schränken verborgen und ein Rezept ermöglicht einen ersten Ausblick auf das, was am Ende die Gaumen erfreuen soll – es ist Zeit für das Bastille-Kochstudio. Dieses ist seit Jahren ein fester Bestandteil des Wochenprogramms und erlebt derzeit einen Aufschwung.



Durch die aktive Mitgestaltung der Jugendlichen entstand die letzten Jahre immer wieder Leckeres, sowohl süßer als auch salziger Art. Bereits die Auswahl der Gerichte erfolgte auf Grundlage der Wünsche von Besucherinnen und Besuchern. Im Anschluss an den Lebensmitteleinkauf wurden die Speisen von Jugendlichen für Jugendliche zubereitet und abschließend in gemütlicher Atmosphäre gemeinsam gegessen.

Neu am Kochstudio ist, dass die Bastille als gesundheitsförderndes Jugendhaus (Zertifikat: „Gut-Drauf“- ein Programm der BZgA) einen besonderen Fokus auf eben diesen gesundheitsfördernden Aspekt legt (z.B. Auswahl der Lebensmittel).

Ein Unternehmen des Stadtteils ermöglicht durch Lebensmittelspenden zusätzlich,

dass die Gerichte umsonst (für HelferInnen) oder für einen sehr geringen Betrag ausgegeben werden können. Das gemeinsame Zubereiten und Genießen der Lebensmittel wurde und wird stets zu einem Erlebnis, welches nicht nur den Genuss zum Ziel hat.



Im Kern vereint das Kochstudio besonders die Grundidee von ‚Gemeinschaft‘ und ‚Ernährung‘ (bzw. Gesundheit im weiteren Sinne). Das Interesse am Thema Ernährung wächst stetig und die Beschäftigung mit Herkunft von Lebensmitteln, deren Zubereitung sowie Nährwerte und deren Auswirkung auf die Gesundheit, kann im Kochstudio optimal aufgegriffen und in unserer Arbeit umgesetzt werden.



Bastille Rommelsbacherstr. 21
72760 Reutlingen
Tel: 07121 / 33 86 31
info@jugendhaus-bastille.de
www.jugendhaus-bastille.de

Jugendwerk
Reutlingen
Gemeinnützige Stiftung

Öffnungszeiten:
Di und Mi: 16.00 – 21.00 Uhr
Fr: 14.00 – 21.00 Uhr
Sa: 14.00 – 19.00 Uhr
Weitere Zeiten siehe Homepage und Aushang