

Sauerland-Post

SOMMER DER BEGEGNUNGEN

Stadtteilstfest Sauerland
 Bunt es Bühnen- und Platzprogramm
Freitag, 14. Juni,
15:00 bis 20:00 Uhr
 Sauerlandpark

Bitte
 Geschirr
 mitbringen

Bitte
 Geschirr
 mitbringen

Picknick der Nationen
Dienstag, 28. Mai,
15:30 bis 17:30 Uhr
 Sauerlandpark

Open-Air Theater
 "Streithähne" mit dem Galli Theater
Mittwoch, 5. Juni, 17:00 Uhr
 Marktplatz vor der Erlösergemeinde

Stadtteilstfest
Freitag, 14. Juni,
15:00 bis 20:00 Uhr
 Sauerlandpark

Opern-Konzert
 Stücke aus verschiedenen
 bekannten Opern mit der
 „Rheingauer Opernwerkstatt“
Samstag, 29. Juni, 18:00 Uhr
 Marktplatz vor der Erlösergemeinde

Märchenstunde für Erwachsene
 Christiane Müller
Mittwoch, 19. Juni, 17:00 Uhr
 Marktplatz vor der Erlösergemeinde

Familienbingo
Donnerstag, 4. Juli, 15:30 bis 17:30 Uhr
 Marktplatz Sauerland

Filmabend
Freitag, 5. Juli, 21:30 Uhr
 Gemeinschaftsraum am Marktplatz

Duo Konzert
 „Orgel und Klavier – ungewöhnliche Geschwister“
Samstag, 6. Juli, 18:00 Uhr
 Erlösergemeinde

Schöne Ferien vor Ort mit
KIEZ -Elterncafé
12. bis 16. August, 15:00 bis 19:00 Uhr
 Sauerlandpark

WIESBADEN
 Amt für Soziale Arbeit

w i & y o u
 Schöne Ferien



Angebote



OSTEREIER FÄRBEN IM MITTENDRIN-CAFÉ 50+

Passend zu Ostern wurden im Angebot 50+ Eier gefärbt.

Wir haben eine besondere Methode angewandt: Zwiebelschalen und Schwarztee wurden mit Wasser aufgekocht und ziehen gelassen. In der Zwischenzeit wurden Petersilie und Blüten auf die Eier gepresst und mit Nylonstrumpfhosen fixiert. Dann wurden die Eier 10 Minuten in dem Sud gekocht. Nachdem die Eier etwas abgekühlt waren, haben wir die Strumpfhosen und die Blumen entfernt und hatten ein super tolles Ergebnis.

Die tollen Eier wurden beim Familiengottesdienst am Sonntag zum Frühstück verteilt.

Ibtissam Kallouch, KBS Praktikantin



REFOODGEEES! KOCH DEINE HEIMAT!

Dieser besondere Kurs lädt dich ein, ein Gericht aus deinem Herkunftsland zu kochen und es filmisch sowie fotografisch eindrucksvoll festzuhalten. Dabei geht es nicht ums Kochen lernen – das Können bringst du schon mit.

Wir zeigen dir, wie du dein leckeres Rezept richtig gut in Szene setzt, um deine Heimat würdig zu vertreten. Dein fertiges Gericht, das Rezept und deine persönliche Geschichte werden auf Social Media geteilt, um Menschen aus aller Welt zum Nachkochen zu inspirieren. Wir stellen alles Nötige zur Verfügung, du bringst dein Lieblingsrezept und deine Leidenschaft mit. Der Termin folgt bald, die Teilnahme ist kostenlos. Melde dich unter info@vierter-raum.de an.

Komm, zeig uns deine Heimat auf dem Teller!

Natalie & Tom, VierterRaum & das KBS



SCHNELLE GEMÜSESUPPE



Wir schälen, schnippeln, lachen und erzählen uns Geschichten. Immer montags beim gemeinsamen Kochen für die 50+ Stadtteilbewohner:innen. Unser Rezept für eine leckere Gemüsesuppe:

Zutaten für 4 Portionen:

- 1 Kohlrabi
- 4 Karotten
- 1 Lauch
- 1 kleine Knollensellerie
- ½ Wirsing
- 1 kleine Zwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 L Gemüsebrühe
- 2 EL Öl
- Salz, Pfeffer
- Frische Kräuter (Petersilie, Schnittlauch)



Gemüse gründlich waschen, schälen und klein schneiden. Wirsing vierteln, den Strunk rausschneiden. Wirsing in feine Streifen schneiden. Zwiebel, Lauch und Knoblauch kurz im Öl anbraten. Kohlrabi, Karotten, Sellerie und Wirsing dazu geben, kurz dünsten.

Mit der Brühe aufgießen und 15 Minuten köcheln lassen. Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Brot und frischen Kräutern servieren.

Zuzana Karaffova, KBS

FUNDSACHEN

Im Sauerland gehen hin und wieder Sachen von Bewohner:innen verloren. Meist werden die gefundenen Fundsachen bei uns im KBS Stadteilbüro abgegeben. Für die Fundsachen hängen wir Blätter am Stadteilbüro, Quartiersbüro (Ei) und in der Sauerlandbäckerei aus. Falls ihr was verloren habt, schaut nach Aushängen an den genannten Orten. Vielleicht wurde es bei uns abgegeben.

IBTISSAM KALLOUCH

Hey ich bin Ibtissam, ihr könnt mich auch gerne Ibtî nennen. Ich bin 20 Jahre alt und studiere Soziale Arbeit. Für das nächste halbe Jahr mach ich mein Praktikum im KBS und freue mich auf die Zeit. Ihr werdet mich oft im KiEZ, in den 50+ Angeboten und im Trafohaus sehen.



DAS ESSBARE SAUERLAND BLÜHT!

In der letzten Sauerlandpost haben wir von der großen Blumenzwiebel-Pflanz-Aktion beim Essbaren Sauerland berichtet. Das Ergebnis kann sich sehen lassen, denn inzwischen blüht es überall um den Gemeinschaftsgarten wunderschön bunt! Nochmal herzlichen Dank an die GWH und die GWW für die großzügige Spende und die engagierten Bewohner:innen, die sich an der Aktion beteiligt haben. Wir freuen uns schon auf die neue Gartensaison!

Tanja Vitucci, GWA & JUZ Trafohaus)



BAUMHELDEN GESUCHT! STADT SPENDET DAS WASSER UND „WIESBADEN GIESST“

Es wird immer wärmer und es regnet weniger (auch wenn wir in den letzten 6 Monaten nicht das Gefühl hatten ;-). Das stresst unsere Bäume. Immer mehr gehen kaputt. Wir brauchen unsere Bäume, weil sie uns vor Hitze schützen. Auch die Tiere und Insekten brauchen gesunde Bäume.

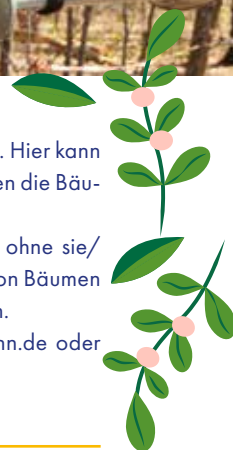


ABER: Es ist so einfach zu helfen.

Seit Sommer 2022 gibt es das Projekt „gießbaden“. Hier kann jeder kostenfrei den Bäumen helfen, indem Bewohner:innen die Bäume gießen.

Das Sauerland will mitmachen – das geht aber nicht ohne sie/dich! Ziel des Projektes ist es, Baumpaten beim Wässern von Bäumen zu finden. Diese bekommen Gießwasser und Gießkannen.

Super, ihr macht mit, dann bitte eine Info an kbs@ekhn.de oder tanja.vitucci@ekhn.de / 0611 2051714



TAG DER OFFENEN TÜR IM JUGENDZENTRUM TRAFORHAUS

Am Freitag, den **24. Mai** veranstalten wir in der Zeit von **15:00 bis 18:00 Uhr** erstmals einen Tag der offenen Tür, der mit Unterstützung unserer Jugendlichen geplant wurde. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen vorbeizukommen und das Jugendzentrum Trafohaus in der Langeooger Straße 43 kennenzulernen! Es wird unter anderem einen kleinen Flohmarkt und verschiedene Aktionen geben. Wir freuen uns auf euren und Ihren Besuch.

Das Trafohaus Team



SAVE THE DATE! TERMINE ZUM VORMERKEN

- 6.9.** findet im JUZ Trafohaus zum zweiten Mal der Sauerländer **Frauen- und Mädchentag** statt.
- 20.-22.9.** wollen wir gemeinsam mit euch zur **LAG Frauentagung** nach Fulda fahren.
- 26.9.** beteiligen wir uns wieder mit einer Veranstaltung am **Queeren Sommer** und zeigen den Film „Oskars Kleid“ im Gemeinschaftsraum.

Nähere Infos werden noch bekannt gegeben!

Petra Ebeling & Tanja Vitucci (GWA)

Trafohaus



MÄDCHEN FREIZEIT

OSTERFERIENPROGRAMM IM TRAFHAUS

In den Osterferien hatten wir ein cooles Programm im Trafohaus. Wir waren oft unterwegs und hatten coole Ausflüge wie zum Beispiel die Fahrt zum Barfußpfad in Bad Sobernheim und das Bowling spielen mit den Jugendlichen in Biebrich. Da die Osterferien im Monat Ramadan waren, haben wir mehrmals zusammen im Trafohaus das Fasten gebrochen und haben zusammen gegrillt.

Ibtissam Kallouch (KBS Praktikantin)



Ab 10 Jahren, Kosten: 25,- € , 7. bis 9. Juni 2024
Anmeldungen gibt es im Trafohaus, Langeoogerstr. 43,
Telefon: 0611/842441, Handy: 01573/562 38 08



KOMM MIT AUF FREIZEIT!

Ab Juni startet das Jugendzentrum Trafohaus wieder mit verschiedenen Freizeiten. Es gibt nicht nur Ausflüge über das Wochenende, sondern auch eine große Sommerfreizeit nach Frankreich ans Meer. Ist der Beitrag für die Freizeit zu viel Geld, sie kennen nicht die Förderanträge? Sprechen Sie uns an und wir finden gemeinsam eine Lösung! Anmeldungen gibt es im Trafohaus (Langeooger Str. 43). Kontakt: 0611-1842441 oder kbs.trafohaus@ekhn.de.

WIESPATEN-DINNER

Im März traf sich die WiesPaten-Gruppe des Trafohauses in der Firma Brömer & Sohn mit den Patenunternehmen Baumstark und Brömer und hat gemeinsam mit ihnen ein Drei-Gänge-Menü gezaubert. Neben dem leckeren Essen gab es auch Spiel & Spaß und gute Gespräche mit den Paten.



SOMMERFREIZEIT



FRANKREICH

15.7. bis 26.7.2024

340,- €

Anmeldungen gibt's im Trafohaus

BABYSITTING- SCHULUNG

Am 24. Februar wurden 12 neue Babysitter:innen ausgebildet. Mit Hilfe von lebensgetreuen Puppen wurde in knapp 6 Stunden alles Wichtige vermittelt, was man als Babysitter:in wissen muss.

Man kann die Babysitter:innen auch buchen. Infos im Trafohaus.





TÖPFERN IN DER KITA KBS

Im Februar haben wir in der Kita KBS eine kleine Töpferwerkstatt eingerichtet. Als erstes haben wir dort mit den Vorschulkindern ein Projekt gestartet: Wir töpfeln Eierbecher für Ostern.

Wir haben einige Kinder gefragt, warum ihnen das Töpfern so viel Spaß macht.

ELIAS: „Der Ton fühlt sich ein bisschen gut an und die Form auszustechen ist schön.“

ELFIDA: „Dass die anderen Kinder dabei sind. Wenn ich dahin komme, dann freue ich mich.“

ALEA: „Mir hat es Spaß gemacht, die Löcher auszustechen, an meinem Eierbecher.“

MATTEO: „Es fühlt sich schön an. Der Ton ist so schön glitschig. Mir macht Spaß, Eierbecher und Muster zu machen.“

Wir freuen uns schon auf den nächsten Teil des Projekts. Wenn die Eierbecher gebrannt sind, werden wir sie bunt bemalen.

Melanie Bleidner-Horsinka, Nicole Stiehl



Die Kita KBS nimmt an der Aktion „Klimafasten“ teil. Vom 4. März bis 28. März 2024 wurde bei uns vegetarisch gekocht.

Das Küchenteam stellte den Speiseplan um:

Statt Wurst gab es Rührei zum Frühstück. Quark mit Rote Bete oder mit Kräutern wurde von dem Küchenteam täglich frisch zubereitet. Die Kolleginnen erzählen, dass es ihnen Spaß gemacht hat, neue Rezepte zu suchen und auszuprobieren. Leider ist das Essen bei manchen Kindern nicht immer so gut angekommen. Aber wir wollen das gemeinsam weiter ausprobieren.

Wir als Team freuen uns, dass wir an der Aktion teilnehmen und etwas für die Umwelt tun konnten.

Sara Demurtas, Wioletta Kur, Adila Munisi und Besne Aksöz



VERLEIH VON SPIELE- UND LESERUCKSÄCKEN IN DER KITA KBS

Seit Januar können sich die Kinder der Kita KBS regelmäßig einen Spiel- und Leserucksack für das Wochenende ausleihen. Darin enthalten: ein Gesellschaftsspiel und ein Buch nach Wahl.

Dank einer Förderung der Stiftung Spiel des Jahres konnten wir

10 stabile Rucksäcke und viele neue Spiele für Kinder ab 2 Jahren anschaffen.

Die Kinder freuen sich sehr über diese Möglichkeit - die Rucksäcke sind jeden Freitag schnell vergeben

Team der Kita KBS



MITMACH-AKTION: PFLANZSAMEN VORZIEHEN



Eine weitere Aktion im Rahmen des Klimafastens war die Verteilung von Pflanzsamen. Interessierte erhielten an Pflanzsamen in Kokosquelltabletten zum Vorziehen. Als kleine Pflänzchen werden diese dann in einer weiteren Aktion in die Hochbeete im Stadtteil gepflanzt. So erhalten die Hochbeete des Jugendzentrums Trafohaus, der evangelischen Kindertagesstätte KBS und des Essbaren Sauerlandes einige Pflücksalat-, Kürbis- und Zucchiniplanzen, die wiederum Zutaten für die verschiedenen Kochprojekte für Jung und Alt sind.

Wir suchen schon nach leckeren Rezepten!

Petra Ebeling, KBS





WIR BASTELN SCHULTÜTEN

Donnerstag **13. Juni**, 15:30 bis 17:30
Uhr im Gemeinschaftsraum. Informationen
bei dem KIEZ-Verantwortlichen:
Jan Matous, 0611 20 517 13
Handy: 0178 101 2258
Stadtteilbüro, Föhler Str. 72
jan.matous@ekhn.de

Wir freuen uns auf euch!
Zuzana & Hannah



STUDIUM MIT ZWEI KINDERN – SCHWER ABER MACHBAR



Wie die Überschrift schon sagt, ist es sehr schwierig, bei-
des gleichzeitig zu bewältigen. Ernsthaft, ich würde nie auf die Idee
kommen, mit zwei kleinen Kindern ein Studium zu beginnen.

Das Studium „Gebärdensprachdolmetschen“ war mein Kind-
heitstraum. Ich finde, dass die Gebärdensprache eine der schön-
sten Sprachen ist, so authentisch und schön.

Und nicht zu vergessen, ich bin Designerin und gelernte Kondito-
rin. Meine süßen Köstlichkeiten kann man auf Instagram sehen und
bestellen. Studium, Konditorin, Kinder, Haushalt - ... schaffe ich das
an einem Tag.

Dafür muss man allerdings einiges zurückstellen, z.B. schaue ich
schon lange kein Fernsehen mehr, gehe früh mit den Kindern ins
Bett, stehe dafür um 4:00 Uhr morgens auf und beginne mit der
täglichen Arbeit. Das alles schaffe ich nur mit der Hilfe und Unter-
stützung meines Mannes. Wäre ich alleinerziehend, wäre das alles
nur ein Traum und nicht realisierbar.

Ich hoffe, dass ich mit meinem Beitrag Frauen mit Kindern moti-
vieren und stärken konnte, ihren Traum zu verwirklichen.

Eure Eritrea Lang

VATER-KIND NACHMITTAG

Zusammen Spaß haben, spielen, Aktio-
nen, essen, reden, Feuer machen... Zeit mit
den Kindern & anderen Vätern.

7. Juni 2024, von 16:00 Uhr bis 19:30
Uhr, Treffpunkt: KiEZ Gemeinschaftsraum

Anmeldung beim KiEZ-Verantwortlichen:

Jan Matous, 0611 20 517 13

Handy: 0178 101 2258

Stadtteilbüro, Föhler Str. 72

jan.matous@ekhn.de



VATER-KIND-TAG LASST UNS EINE PIZZA BACKEN!

Unsere Kita veranstaltet jedes Jahr einen Vater-Kind-Tag. So auch
in diesem März.

Die Väter, Großväter und Onkel sind immer herzlich eingeladen
ein Abenteuer sowie gemeinsame Zeit zu erleben und eine besonde-
re Verbindung zum Kind aufzubauen. In einer lockeren Atmosphäre
haben die Kinder, mit ihrer Begleitperson, Pizzateig nach Lust und
Laune belegt. Während der Wartezeit sind tolle Gespräche geführt
worden, neue Bekanntschaften sind entstanden und das Gemein-
schaftsgefühl wurde gestärkt. Die Kinder nutzten die Wartezeit mit
dem Spielen im Außengelände-toben mit dem Papa, Opa, Onkel!
Die Pizza schmeckte wunderbar! Ein mehr als gelungener Nachmit-
tag mit Wiederholungscharakter!

Tanja Merz, KT Zentrum

WAND MAL-AKTION

NEUER TERMIN!

Samstag **4. Mai 2024**, 10:00 bis 16:00 Uhr, am Quartiersbüro,
Borkumer Straße 10, mit Hannah.

Weitere Infos im KBS:

Tel. 0611 20517-0

E-Mail: kbs@ekhn.de



Mit freundlicher
Unterstützung der
Wohnbaugesellschaften





MACH MIT BEIM KBS RADELT-TEAM

Am Sonntag, 5. Mai geht es wieder los. Das „KBS radelt“-Team radelt wieder beim Wiesbadener Stadtradeln mit. Die Anmeldung ist ab sofort möglich: www.stadtradeln.de, Wiesbaden als Kommune wählen und dem vorhandenen Team „KBS radelt“ beitreten.

Vom **5. bis 25. Mai** geht es wieder um Klimaschutz, Förderung des Radfahrens, Spaß haben am Fahrradfahren.

Letztes Jahr haben wir mit 41 Personen den 14. Platz erreicht. Ich bin gespannt, wie viele Kilometer wir dieses Jahr alle zusammen radeln.

Eure Kapitänin, Petra Ebeling

MIETERBEFRAGUNG DER GWH

Im Herbst 2023 hat die GWH erstmals eine Befragung durchgeführt. Etwa 33 Prozent der 10.000 angeschriebenen Mieterinnen und Mieter haben daran teilgenommen. Die Antworten liefern wichtige Erkenntnisse über die Zufriedenheit der Mieter.

Erste Ergebnisse zeigen: Eine gute Nachbarschaft ist einer der wichtigsten Aspekte beim Wohnen im Quartier. Fast 89% der Befragten bewerten das nachbarschaftliche Verhältnis als gut bis sehr gut. Als wichtigste Informationskanäle wurden Hausmeister, Infotafeln und das Zentrale Kundenmanagement angegeben. Auch der Informationsfluss und die Kommunikation über die Mieter-App werden von über 80% als gut bis sehr gut bewertet.

Erfreulich ist auch, dass 82,5% der Befragten die GWH als Vermieter weiterempfehlen würden.

Aus den Ergebnissen werden Verbesserungsmaßnahmen entwickelt; zum Beispiel mehr Fahrradabstellplätze, neue Spielgeräte oder eine optimierte Außenbeleuchtung.

Wir werden Sie informieren.

Ihre GWH

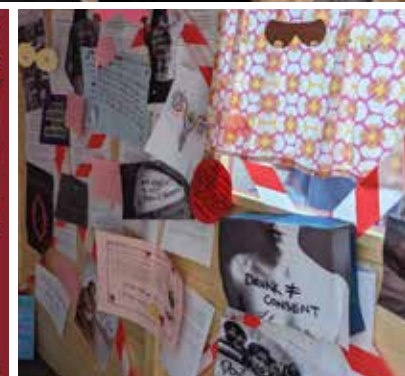
WELTFRAUENTAG

Let's talk about female Sex!

Der Internationale Frauentag fand in diesem Jahr unter dem Motto „Let's talk about female Sex!“ statt. Auf dem Schlossplatz gab es verschiedene Mitmachstände und Aktionen rund um das Thema weibliche Sexualität. Wir vom KBS waren auch mit einem Stand dabei und haben bei der Organisation des Tages geholfen.

Sexualität von Frauen ist häufig ein Tabu-Thema. Das bedeutet man spricht darüber nicht. Das Ziel der Veranstaltung war es, zu informieren und zu zeigen, dass Frauen ein Recht darauf haben, eigene Entscheidungen in Bezug auf ihren Körper zu treffen. Durch die Veranstaltung sollten Frauen dazu ermutigt werden, offen über ihre sexuellen Bedürfnisse zu sprechen, selbstbewusst Grenzen zu setzen und Ausgrenzung jeglicher Art nicht hinzunehmen. Das Thema des Weltfrauentags möchten wir beim Sauerländer Mädchen- und Frauentag am 6.9. im JUZ Trafohaus erneut aufgreifen.

Tanja Vitucci, GWA & JUZ Trafohaus

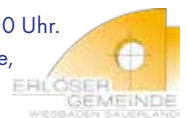


FESTGOTTESDIENST 55 JAHRE KBS

Wir laden herzlich zum Festgottesdienst „55 Jahre KBS“ mit Dekanin Arami Neumann ein.

Datum: Donnerstag, 29. August 2024, um 17:00 Uhr.

Ort: Gemeindezentrum der Erlösergemeinde, WI-Sauerland, Föhler Str. 84.



SAUERLAND RUNDE

Kommt alle zur nächsten Sauerlandrunde am **27. Juni 2024** um **17:00 Uhr** im **Gemeinschaftsraum!** Wir freuen uns auf euch!

