Ausgabe 2 – 2016

m

das magazin vom m|c

Hier geht's zur Sache

Fußball abseits der Millionen

Foto : Sabine Bouaraba

Tokyo zur Kirschblütenzeit erleben, ist traumhaft. Sabine Bouaraba reiste ins ferne Japan und besuchte unter anderem den Kanji-Tempel im Ueno-Park. Immer mit dabei die neuste Ausgabe des **m** (auch praktisch auf dem Tablet, zum Runterladen auf **www.martinsclub.de/m**).

Titelfoto: Nico Oppel

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

das Sprichwort „Es ist nicht alles Gold, was glänzt" klingt eigentlich ziemlich abgedroschen. Wirft man einen Blick auf die nahe Vergangenheit, scheint es dennoch Gültigkeit zu besitzen. Erinnern wir uns zum Beispiel an den Abgasskandal um den deutschen Vorzeige-Autobauer VW oder die Manipulationsvorwürfe rund um die WM 2006 in Deutschland. Hier kommt besagtes Sprichwort wieder zum Zuge – nicht immer ist alles so toll, wie es zu sein scheint. Ganz schön enttäuschend. Statt immer wieder zu beobachten, wie bei den Großen der Glanz abbröckelt, konzentrieren wir uns lieber auf die kleineren Dinge, die nicht mit großen Skandalen von sich reden machen. Außerdem: Manchmal passiert das Interessanteste direkt vor der eigenen Haustür.

Ein gutes Beispiel ist der Fußball. Jetzt, wo die EM in vollem Gange ist, wird man von allen Seiten mit dem Sport konfrontiert. Auch uns interessiert natürlich der Ausgang des Turniers – aber ein **m** zur EM? Das passt nicht so richtig zu uns. Wir werfen lieber einen Blick auf das, was jenseits von Profis, Pokalen und Profit im Fußball los ist. Dabei sind wir auf Geschichten gestoßen, bei denen sich das Hinschauen auch ein zweites, drittes, viertes Mal lohnt.

Des Weiteren erwartet Sie in dieser Ausgabe der bunte Mix an Geschichten, den Sie von uns gewohnt sind: Wer sorgt eigentlich im ROTHEO dafür, dass das (übrigens sehr leckere) Essen auf dem Tisch steht? **Die durchblicker** wollen wissen, wie Bier gebraut wird. Wir sind dabei, wenn die Judokas der Werkstatt Bremen sich gegenseitig auf die Matte werfen. Und wie kommt man mit dem Rolli aufs Metal-Festival?

Viel Spaß mit vielen spannenden Themen!

Ihre m-Redaktion

In dieser Ausgabe

Hier geht's zur Sache
Fußball ist ein Millionengeschäft. Fußballspieler sind moderne Gladiatoren, umjubelte Stars, gerade jetzt wieder zur EM. Dabei ist auf den Plätzen so viel mehr los. **m** schaut, wo der Ball sonst noch rollt. Bei den Werder-Damen zum Beispiel. Oder beim African Football Cup. Und beim Blindenfußball rollt der Ball nicht nur, da rasselt er auch.

Kochen ist seine Leidenschaft
Wenn Jens Friedrichsdorf ein Küchenmesser oder einen Kochlöffel in der Hand hat, ist er in seinem Element. Als Beikoch zaubert er im ROTHEO täglich Leckerbissen auf den Tisch. Doch der Weg an diesen Herd war weit und beschwerlich, denn lange hatte er mit den Folgen eines Unfalls zu kämpfen. Ein Happy End mit Kirsche auf dem Sahnehäubchen!

Lass' krachen!
Inklusion muss laut sein, findet Ron Paustian. Er hört am liebsten Heavy Metal und ist oft auf Konzerten unterwegs. Um Rollstuhlfahrern und anderen Menschen mit Beeinträchtigung den Weg durch Open-Air-Schlammwüsten oder auf Konzert-Tribünen zu ebnen, hat er sich mit Gleichgesinnten eine Lösung überlegt: „Inklusion muss laut sein" macht Musik barrierefrei.

Ganz schön was los im Karton
Kneipe war gestern. Heute ist Eventgastronomie angesagt – Cafés und Co., bei denen nicht nur Speisen und Getränke auf der Karte stehen. Wie im Karton in der Neustadt. Ob Impro-Theater oder Repair-Café, ob Konzert oder inklusiver Treff – hier gefällt den Gästen nicht nur der Kaffee. Obwohl der natürlich auch sehr gut schmeckt …

Titelthema

Hier geht's zur Sache – Fußball abseits der Millionen 4

„Mir sind die rauen Spiele lieber" Fußball geht auch im Sitzen 10

Spannung auf Platz 11 Im Gespräch mit der Werder-Kapitänin 12

Menschen & Meinungen

„Wir sind die Versuchskaninchen" 14

Zurück am Herd 18

Von der Matte gefegt 20

Inklusion muss laut sein 34

News und Tipps

Zwei bedeutende Köpfe 16

Zu Besuch bei … Die durchblicker besuchen die Union-Brauerei 30

Buchrezensionen 38

„Alles außer Ponyreiten" 40

Machen Sie mit!

Wenn Alkohol zur Sucht wird 26

m|colleg – Fortbildungen 28

Rezept: Blätterteigschnecken 44

Immer in m

Kunstwerk! Malen hilft! 23

Zum Schluss: Safety first … 47

Autoren dieser Ausgabe 48

Text: Benedikt Heche | Fotos: Frank Scheffka

1

2

Hier geht's zur Sache

Fußball abseits der Millionen

Fußball ist ein riesiges Geschäft. Ruhm und sportlicher Erfolg sind eng verknüpft mit unvorstellbaren Geldbeträgen, die fleißig ihre Besitzer wechseln. In der Regel gilt: Die Reichen und Mächtigen gewinnen, und wer nicht genug Geld besitzt, bleibt auf der Strecke. Gerne werden Fußballer mit modernen Gladiatoren verglichen. Dieses Bild würde erklären, warum der Sport so viele Menschen in seinen Bann zieht. Jede Woche verfolgen Millionen die Bundesliga, Champions League oder aktuell die Europameisterschaft in den Medien. Dass Fußball aber weitaus mehr zu bieten hat, bleibt häufig unbeachtet. **m** schaut abseits der großen Stadien.

1 Spaß und Respekt stehen im Mittelpunkt des African Football Cups
2 Björn Meyer ist als Schiedsrichter im Rollstuhl unterwegs | 3 Augen zu! Noch kann sich Benedikt Heche nicht vorstellen, wie er sich auf dem Platz orientieren soll | 4 Ohren auf! Wo rasselt der Ball?

Nur auf die Ohren verlassen

Zack. Die Maske klappt herunter. Alles wird stockfinster. Die Geräusche um mich herum nehme ich jetzt lauter wahr; genau zuordnen kann ich sie jedoch nur schwer. Rollt da ein Ball auf mich zu? Hat da jemand meinen Namen gerufen? Es dauert nur wenige Sekunden, bis ich die Orientierung verloren habe. Wie soll man denn unter diesen Voraussetzungen Fußball spielen?

Dass es tatsächlich funktioniert, beweisen die Blindenfußballer des SV Werder Bremen. Richtig gelesen, hier spielen blinde Menschen Fußball. Das Spiel ist dasselbe. Der große Unterschied: Man muss sich komplett auf sein Gehör verlassen. „Die Ohren ersetzen die Augen", erklärt Niklas Schuster, der heute das Training der Truppe leitet. Der 25-jährige Bremer ist selber deutscher Blindenfußballmeister geworden und weiß daher, wie es geht. Die große Herausforderung besteht in der Vielzahl der Geräusche, die aus verschiedenen Richtungen auf die Spieler einprasseln. Da ist der rollende Ball, der ein lautes Rasseln von sich gibt. Da sind die Spieler, die sich durch die Rufe „HIER" (Hier stehe ich, spiel mir den Ball zu!) und „VOI" (Vorsicht, ich komme!) bemerkbar machen. Und da stehen die Trainer an der Seite, die den Spielern verschiedene Richtungskommandos zurufen. Sich in dieser Situation zu orientieren und den Ball im gegnerischen Tor unterzubringen, ist eine Meisterleistung und erfordert Konzentration und viel Training. →

Text: Benedikt Heche | Fotos: Frank Scheffka

1 Niklas Schuster, Deutscher Blindenfußballmeister, trainiert die Fußballer, die sich ganz auf ihre Ohren verlassen
2 Altersgemischt: Jungen und Mädchen zwischen 7 und 19 Jahren treffen sich in der Pauliner Marsch zum Training
3 Die Bande ringsherum und die Netze sorgen dafür, dass der Ball nicht abhaut | 4 Für Thomas Vorberger ist Inklusion im Fußball selbstverständlich

„Die Ohren ersetzen die Augen."

Niklas Schuster, Trainer

Damit ein Spiel für alle Beteiligten unter den gleichen Voraussetzungen stattfinden kann, tragen die Spieler eine Augenblende, ähnlich einer Schlafmaske. Denn auch wenn es Blindenfußball heißt, haben einige Spieler ein geringes Restsehvermögen. Niklas Schuster erzählt, dass besonders auf Menschen mit einer starken Sehbeeinträchtigung der Begriff Blindenfußball eine abschreckende Wirkung hat. „Blind ist endgültig, da wollen sich viele Sehbeeinträchtigte nicht dazuzählen", so Schuster, der selbst über 10 Prozent Sehvermögen verfügt. „Dabei begegnen sich beim Blindenfußball alle auf demselben Niveau, und es ist eigentlich völlig egal, wie gut oder schlecht man sehen kann. Es laufen ja eh alle blind über das Feld." So kicken beim SV Werder auch regelmäßig die sehenden Praktikanten mit.

Seit vier Jahren treffen sich die Jungen und Mädchen im Alter zwischen 7 und 19 Jahren jeden Montagnachmittag zum gemeinsamen Training in der Pauliner Marsch. Die Trainingsgruppe ist eine Kooperation zwischen dem SV Werder und der Georg-Droste-Schule, einem Förderzentrum für Sehen und visuelle Wahrnehmung. „Der Werder-Shuttle holt die Schüler direkt von der Schule ab", berichtet Mannschaftsbetreuer Thomas Vorberger, der von Beginn an dabei ist – ehrenamtlich, versteht sich. Der Frührentner kommt mehrmals pro Woche extra aus Hamburg, um verschiedene soziale Projekte des SV Werder tatkräftig zu unterstützen. Neben den Blindenfußballern betreut er auch die Handicap-Fußballmannschaft, und an den Wochenenden begleitet er Menschen mit Beeinträchtigung ins Stadion zu den Spielen der Profis. „So tue ich wenigstens was Gutes für die Menschen und für meinen Verein. Das ist doch besser, als zu Hause die Füße hochzulegen", sagt Vorberger schmunzelnd.

Ohne Ehrenamt geht nix

Thomas Vorberger steht beispielhaft für das große ehrenamtliche Engagement vieler Menschen, ohne das viele Projekte im Fußball nicht realisierbar wären. So rühmt sich der Deutsche Fußballbund damit, dass sich über 1,7 Millionen Menschen ehrenamtlich für den Fußball engagieren. Dieser Einsatz ist natürlich sehr lobenswert, hat allerdings auch einen merkwürdigen Beigeschmack: Besonders vor dem Hintergrund, dass der DFB Millionenbeträge für die Finanzierung der Nationalmannschaft, eine WM im eigenen Land oder den Bau einer neuen Zentrale ausgibt, wundert man sich doch, warum das Gelingen sozialer Projekte im Fußball eigentlich so stark vom Ehrenamt abhängt. An finanziellen Engpässen kann es schließlich nicht liegen. Außerdem wird der DFB ja selber als gemeinnütziger Verein geführt.

Eine Reportage zum Thema Blindenfußball finden Sie auf unserer homepage: www.martinsclub.de/m

Text: Benedikt Heche | Fotos: Benedikt Heche, Pan-Afrikanischer Kulturverein

1 Der African Football Cup wird zum fröhlichen Spektakel | 2 Chief Muritala Awolola rief die Veranstaltung ins Leben

Spaß und Respekt

Die Unterstützung durch den organisierten Fußball vermisst zuweilen auch Chief Muritala Awolola. Er ist der Gründer des African Football Cups, der seit 2004 jeden Sommer auf den Fußballplätzen vom FC Union 60 Bremen ausgetragen wird. Die Organisation des Turniers erfolgt zu 100 Prozent auf freiwilliger Basis. „Es ist immer eine große Herausforderung, Partner und Sponsoren zu gewinnen", erzählt der 59-Jährige, „denn damit der African Football Cup stattfinden kann, benötigen wir rund 12.000 Euro." Zwar haben die Organisatoren viele Partner an Board; enttäuscht ist man aber vor allem vom Bremer Fußballverband, der die Unterstützung für das Jahr 2016 abgelehnt hat. „Es kommen Tausende Menschen auf den Sportplatz, um die Spiele anzugucken. Es gibt ein extra Turnier, an dem Kinder und Jugendliche aus ganz Bremen teilnehmen. Wie kann das dem Fußballverband egal sein?", drückt Awolola sein Unverständnis aus.

Was mal als kleines Fußballturnier mit fünf Mannschaften begann, ist in den vergangenen Jahren enorm gewachsen. 2015 waren es bereits 12, 2016 werden erstmals 16 Mannschaften am African Football Cup teilnehmen. Wie der Name schon verrät, treten hier verschiedene afrikanische Länder gegeneinander an. Die Spieler wohnen alle in Bremen und Umgebung. Allerdings ist die exakte Herkunft nicht so entscheidend. „Ein Spieler aus Nigeria kann auch für Ghana spielen. Wichtig ist, dass jeder mitspielen darf und keiner ausgeschlossen wird", erklärt Awolola das Grundprinzip des Cups. Das Prinzip des Miteinanders regiert auch außerhalb des Platzes. Ein multikulturelles Rahmenprogramm sorgt dafür, dass sich der African Football Cup zu einem Volksfest der Begegnung entwickelt hat.

Der rasante Zuwachs ist durch die steigende Zahl der Flüchtlinge in Bremen zu erklären. In ihnen erkennt Awolola auch den Grund wieder, warum er vor 13 Jahren den African Football Cup ins Leben rief. „Ich möchte die Menschen vereinen und ihnen helfen, sich in Deutschland zu integrieren", sagt er und blickt dabei auf seine eigene Immigrationsgeschichte zurück: Er kam 1988 aus Nigeria nach Deutschland. Sport ist für ihn das beste Mittel zur Integration. „Fußball ist eine Sprache die jeder versteht. Außerdem lehrt er die jungen Menschen Respekt und Disziplin" – Eigenschaften, die für Awolola auch für ein erfolgreiches Leben abseits des Platzes wichtig sind.

Einen Bericht über den African Football Cup 2015 gibt es auf unserer homepage: www.martinsclub.de/m

„Fußball ist eine Sprache, die jeder versteht."

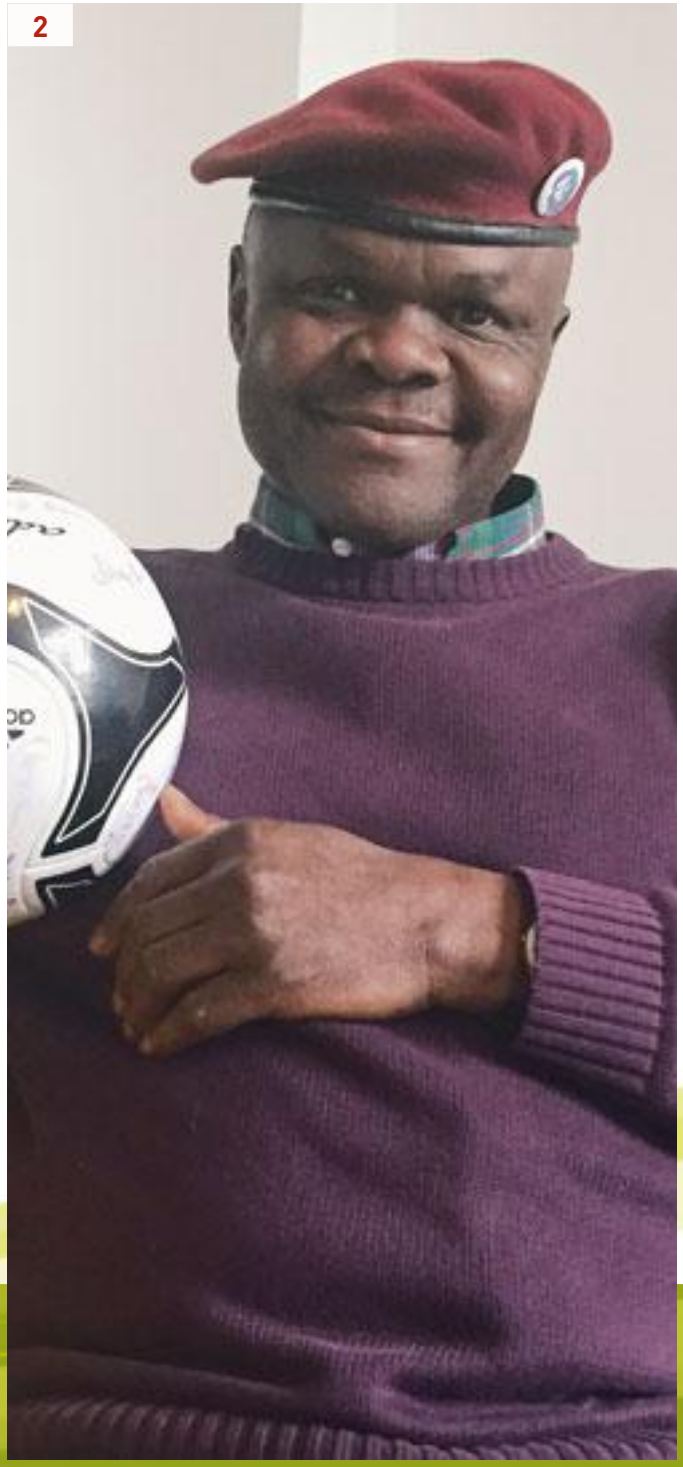
Chief Muritala Awolola, Gründer des African Football Cups in Bremen

Was heißt das eigentlich?

Korruptionsskandale: Korruption ist ein anderes Wort für Bestechung. Wenn z. B. ein Schiedsrichter Geld dafür annimmt, dass er zugunsten einer bestimmten Mannschaft pfeift, lässt er sich bestechen.

Wer die Ökonomisierung des Fußballs kritisiert, ärgert sich darüber, dass es vor allem um Geld geht.

Entertainment bedeutet Unterhaltung.


2

Den Blickwinkel erweitern

Es ist unrealistisch zu fordern, dass sich der Fußball, so wie man ihn aus dem TV kennt, verändern soll. Das gesamte System dahinter hat sich über Jahrzehnte etabliert und verfügt über eine Macht, die selbst von Korruptionsskandalen, Menschenrechtsverletzungen oder massiver Ökonomisierung unbeeinträchtigt bleibt. Natürlich wird sich das Publikum auch nicht von diesem Sport abwenden, dafür ist der Entertainmentfaktor zu groß. Fußball hat eine extrem emotionale Wirkung auf die Menschen. Er vereint Freude, Trauer, Wut, Liebe und Hass und ist für viele eine ideale Möglichkeit, dem Alltag zu entfliehen.

Dennoch bleibt zu hoffen, dass sich der Blickwinkel ein wenig erweitert, damit auch die Geschehnisse abseits der großen Stadien mehr Beachtung finden. Denn klar ist, dass Fußball viel mehr zu bieten hat als das reine Geschäft. Dadurch, dass die Grundregeln leicht zu verstehen sind, hat er ein hohes soziales Potenzial. Er erfüllt sowohl integrative als auch inklusive Maßstäbe, und auch die sportlichen Leistungen sind beachtlich. „Ich hoffe, dass einer der jungen Spieler beim African Football Cup mal Profi wird", sagt beispielsweise Chief Awolola und vermittelt eine Ahnung, welches Leistungsniveau dort vorherrscht. Und auch Niklas Schuster glaubt man sofort, wenn er berichtet: „Blindenfußball ist eine Mischung aus Eishockey und Fußball, da geht es schon richtig zur Sache!" ■

Text: Benedikt Heche, Frederike Treu | Fotos: Nico Oppel

„Mir sind die rauen Spiele lieber“

Fußball geht auch im Sitzen

Bei Fußball ist Beinarbeit gefragt. Aber wie sieht's aus, wenn man nur ein Bein hat? Dann spielt man im Sitzen. Das ist aber bei Weitem kein gemütliches Kaffeekränzchen! Sitzfußballer rutschen über den Boden und zeigen ganzen Körpereinsatz. Gespielt wird in der Turnhalle mit Mannschaften von jeweils sechs Feldspielern und einem Torwart. Alle Spieler haben eine Beinamputation oder eine vergleichbare Behinderung, Prothesen sind allerdings während des Spieles nicht zugelassen. Weil der Sport so anstrengend ist, dauert eine Halbzeit nur 12 Minuten.

Doch was macht man, wenn man im Rollstuhl sitzt und dennoch am Fußball teilnehmen will? Richtig, man wird einfach Schiedsrichter. Björn Meyer macht es vor:

„Mir sind die rauen Spiele lieber, bei denen der Umgangston auch mal schroffer ist“, sagt Björn Meyer, und zieht eine Gelbe Karte. Der Schiedsrichter ist gerne mal etwas strenger, denn so nimmt er allen, die an seinen Fähigkeiten zweifeln, den Wind aus den Segeln. Der Grund für mögliches Misstrauen: Björn Meyer sitzt im Rollstuhl. „Wenn ich irgendwo hinkomme, sind die Leute erst mal skeptisch.“ Seine Ausbildung hat er in Hamburg beim SC Sternschanze gemacht, in diesem Bezirk wird er auch eingesetzt. Hier pfeift er im Frauenfußball bis zur Landesliga, im Jugendbereich bis zur Bezirksliga. Egal, ob Kunstrasen- oder Hartplatz, er ist mit seinem sportlichen Alltagsrollstuhl überall im Einsatz. Dabei ist es gar nicht so leicht, mit dem Rolli immer auf Augenhöhe zu sein. Björn Meyers Strategie: Schnell unterwegs sein und sich Standpunkte suchen, die ihm einen guten Blick auf das Geschehen ermöglichen. Sein Ziel: „Für mich wird es halt schwer in die Kategorie der Leistungsschiedsrichter aufzusteigen. Da muss man dann eine DFB-Ausbildung machen und da sind die auf mich wahrscheinlich gar nicht vorbereitet.“ Deshalb plant er, sich in der Landesliga zu etablieren. ■

Fußballregeln in Leichter Sprache gibt es hier:
www.martinsclub.de/m

„Wenn ich irgendwo hinkomme, sind die Leute erst mal skeptisch."

Björn Meyer, Schiedsrichter in Hamburg

Text: Chris Ruschin, die durchblicker | Fotos: Frank Scheffka

Spannung auf Platz 11

Die durchblicker beim Frauen-Werderspiel

Ist Fußball immer gleich Fußball? Jeder von uns hat Werder schon live zugejubelt. Im März waren wir wieder in Richtung Stadion unterwegs – dieses Mal allerdings, um ein Spiel der Frauenmannschaft anzuschauen. Werder spielte in dieser Saison zum ersten Mal in der Bundesliga und befand sich im Abstiegskampf. Beim Spiel gegen Freiburg wollten wir wissen, ob sich das Zuschauen bei den Damen anders anfühlt.

1

Der Platz

Das Spiel fand nicht im Weserstadion statt, sondern auf dem benachbarten Platz 11. Es gibt dort nur wenige Zuschauerränge. Man ist viel näher dran. Allerdings wirkte das Spiel durch die Nähe auch ein bisschen wie Hobby-Fußball.

Die Zuschauerzahl

237 Fans waren da – das ist wenig. Stimmung gab es trotzdem – inklusive Trommeln und „Werder"-Rufe zum Anfeuern. Bei den Entscheidungen der Schiedsrichterin haben sich Viele aufgeregt. In diesen Momenten klang es nach deutlich mehr Zuschauern.

Das Spiel und die Spannung

Die erste Halbzeit war für uns ein wenig zäh, da keine Tore fielen und es auf beiden Seiten kaum ein Durchkommen gab. Das änderte sich in der zweiten Halbzeit – da wollten es beide Mannschaften richtig wissen und lieferten sich ein kämpferisches Spiel mit vielen Torchancen. So wurde es immer spannender. Als dann in der 75. Spielminute das Tor für Werder fiel, waren alle aus dem Häuschen. Beim Abpfiff brach großer Jubel aus: Die drei Punkte blieben in Bremen.

Die Nähe zu den Spielerinnen

Als das Spiel vorbei war, haben die Spielerinnen direkt Kontakt zu den Zuschauern aufgenommen. So nah kommt man den Männern nicht. Das war auf jeden Fall ein großer Sympathie-Bonus für das Frauen-Werderspiel!

Unser Fazit

Trotz Bremer Schietwetter haben wir unseren Sonntagvormittag gerne auf dem Platz 11 verbracht. Zwei von uns sind Werderfans und würden sich ein Frauenfußballspiel jederzeit wieder anschauen. Zwei von uns fanden es ganz spannend, aber ob wir uns ein Spiel noch mal anschauen, steht in den Sternen. Das liegt aber nicht am Frauenfußball , sondern am Fußballspiel generell.

Interview mit der Kapitänin Marie-Louise Eta

Wie sind Sie zum Fußball gekommen?
Seitdem ich laufen kann, war Fußball eigentlich immer dabei (lacht). Egal, ob mit Papa im Garten oder mit den Jungs im Kindergarten.

In welchem Alter fangen Frauen mit dem Profifußball an? Und wann gehen sie in Rente?
Das ist ähnlich wie bei den Jungs. Fast jeder größere Verein hat bereits eine gute Talentförderung, teilweise schon Internate, in denen die jungen Spielerinnen ab dem 13. Lebensjahr ausgebildet werden. Man spielt bis 17 Jahren im Jugendbereich. Da es keine Altersklasse U 19 im Frauenfußball gibt, rückt man nach der U 17 direkt in den Frauenbereich auf. Wann der Zeitpunkt zum Beenden der Karriere ist, ist ganz unterschiedlich. Viele hören recht früh auf, vielleicht direkt nach dem Studium, da sie dann Arbeit und Fußball nicht mehr nebeneinander ausüben können.

Sind die Spielerinnen Profis oder müssen sie nebenher arbeiten?
Professionelle Fußballspielerinnen gibt es in unserer Mannschaft nicht. Alle von uns machen noch etwas nebenbei.

Wie oft trainiert die Mannschaft in der Woche?
Wir trainieren viermal die Woche abends um 19 Uhr für eineinhalb Stunden. Dazu gibt es zweimal in der Woche eine Trainingseinheit am Vormittag. Da einige von uns Schüler und Studenten sind oder natürlich auch Berufstätige, können sie nicht immer vormittags dabei sein. Da gilt es dann, eine individuelle Extraschicht einzulegen, um den Fitnesslevel zu halten.

Was kann man als Spielerin in der Bundesliga verdienen?
Das ist überschaubar. Bei den meisten Vereinen in der Allianz-Frauen-Bundesliga ist es ein etwas besseres Taschengeld. Im Frauenfußball steckt noch viel Herzblut und Leidenschaft, da geht es nicht um das große Geld.

Lachen viele Männer noch über Frauenfußball oder nehmen sie das mittlerweile ernst?
Natürlich gibt es auch noch kritische Stimmen. Aber mittlerweile hat sich der Frauenfußball einen hohen Stellenwert erspielt, wird respektiert, und die Leistung wird anerkannt. Die Begeisterung in der Öffentlichkeit wächst. ■

2

3

1 Die durchblicker sind gespannt auf das Spiel
2 Werder-Frauen gegen die Mannschaft aus Freiburg
3 Ellen Stolte holt sich ein Autogramm von der Werder-Kapitänin

Text: Stefan Kubena | Fotos: Frank Scheffka, © fotolia

„Wir sind die Versuchskaninchen“

Stefan Kubena startet mit m2020

1. Januar 2016 Heute ist der Stichtag für m2020. Hinter diesem Kürzel steckt ein Plan: Wir Mitarbeiter gehen in die Stadtteile. Wir ziehen dorthin, wo die Kunden sind. Sind wir in den Quartieren vertreten, sind wir dichter an den Menschen und ihren Belangen und können uns mit anderen Organisationen vernetzen für eine inklusive Stadtentwicklung – so weit die Theorie. Allerdings warten meine drei gepackten Umzugskartons noch in der Geschäftsstelle – und dort werden sie auch noch weitere drei Tage verharren. Denn heute ist ja zum Glück ein Feiertag. Also ist mein erster Tag in der Region Mitte ganz schön entspannt.

2. und 3. Januar Endlich Wochenende!

4. Januar Heute mache ich mich dann mit „Handgepäck“ (der Verbleib der Akten ist noch nicht geklärt), Herrn Russow, unserem Haushandwerker, und meiner Kollegin Carolina Otten auf den Weg ins NAHBEI. Unser neues Zuhause. Wir sind die Versuchskaninchen. Mal gucken, was uns erwartet.

Ich fange direkt an, meinen PC anzuschließen. Meine Kollegin blickt erst einmal stumm in ihrem Büro herum. Ihr fehlt vermutlich der Seeblick aus der Geschäftsstelle. Na ja, dafür guckt sie in einen Innenhof in schönster Findorffer Architektur. Hoffentlich mag sie Grau.

Mein Büro ist eindeutig schöner. Aber das werde ich jetzt mal nicht laut kundtun. Dafür funktioniert die Telefonanlage nicht. Ich kann nicht telefonieren – nehme ich den Hörer ab und wähle, passiert nichts. Stattdessen landet Carolina immer bei mir, wenn sie eine Nummer wählt, die mit 017 beginnt. Na, das geht ja gut los ...

Um 14 Uhr wird die gesamte Belegschaft des NAHBEI in den Tagungsraum zum Essen eingeladen. Ein schöner Start! Ich fühle mich schnell als Teil des Teams und freue mich tatsächlich darauf, von heute an täglich hierher zu kommen. Und der Weg nach Hause ist immerhin fünf Minuten kürzer.

5. Januar Seit heute weiß ich: Einmal in der Woche tausche ich den Arbeitsplatz. Meine Kollegen nennen ihn liebevoll „Glaskasten" oder „Aquarium". Ich fühle mich wie im Terrarium, besonders, als ein Kollege von außen einen Zettel an die Scheibe hängt: Bitte nicht füttern!

Und des Rätsels Lösung in Sachen Telefon: Vorweg immer eine „0" wählen. Hätte man uns auch gleich sagen können.

6. Januar Die Kartons haben endlich den Weg zu mir ins neue Büro gefunden und sind tatsächlich schon ausgepackt. Ich teile mir das Zimmer übrigens mit Joachim Haupt. Er leitet den Pflegedienst des m|c. Ein netter Zeitgenosse. Ich finde neuen Input sowieso immer gut. Aber meine alten Kollegen vermisse ich schon ein wenig. Mal eben so Dinge über den Schreibtisch hinweg zu besprechen, war einfach praktisch.

11. April Vier Monate sitze ich jetzt schon hier in Findorff. Meine Güte, wie die Zeit vergeht. Auch wenn der Umzug unerwartete Problemchen und Schwierigkeiten mit sich brachte, kann ich heute sagen: Ich bin hier gut angekommen. Das Tagesgeschäft läuft flüssig, die Mitarbeiter wissen, wo sie uns erreichen, und ich genieße die ruhigere Atmosphäre hier im Quartier. Das Versuchskaninchen hat überlebt. Ziemlich gut sogar. ■

Text: Marco Bianchi | Foto: Frank Pusch | Cartoon: Marco Bianchi

Robert Koch und Theodor Billroth prangen als Namensgeber über dem ROTHEO

Zwei bedeutende Köpfe

Seit Kurzem ist Kattenturm mit der Stadtteilküche „ROTHEO" nicht nur um eine kulinarische Attraktion reicher. Auch das Graffiti-Kunstwerk der Gestaltungsagentur *LuckyWalls über dem Eingang hat es in sich!

Es zeigt die beiden Mediziner und Zeitgenossen Robert Koch (1843 – 1910) und Theodor Billroth (1829 – 1894). Robert machte sich einen Namen als Mikrobiologe und hat viel zum Verständnis von Tuberkulose, Milzbrand und anderen Infektionskrankheiten beigetragen. 1905 erhielt er sogar den Nobelpreis.

Theodors Fachgebiet hingegen war die Chirurgie. Er gilt als Begründer der modernen Bauchchirurgie und als Vorreiter in der Kehlkopfchirurgie. Er lehrte ab 1860 in Zürich und entwickelte medizinische Grundlagen, die noch heute gelten.

In Kattenturm sind die beiden schon lange Namensgeber zweier Straßen, und seit 2016 zieren ihre beiden Gesichter nun die entsprechende Straßenecke am Sonnenplatz. Weithin sichtbar und ehrfurchtgebietend scheinen sie stumm das bunte Treiben in dem Ortsteil im Bremer Süden zu beobachten. Doch nachts, wenn alles schläft, erwacht das Kunstwerk auf mysteriöse Weise zum Leben, und die beiden Männer führen bedeutungsvolle Gespräche, fachsimpeln und grübeln über den Sinn des Lebens. Wenn man ganz leise ist und lauscht, kann man sie flüstern hören … ■

ROB & THEO

Rooobäärt...!
Z
ROOOBÄÄÄRT!!!
Kennst du eigentlich schon mein Buch über die Vegetationsformen von Coccobacteria Septica?

Text: Frederike Treu | Fotos: Frank Pusch

Zurück am Herd

Der lange Weg des Jens Friedrichsdorf

Zack. Wusch. Leicht gleitet das Messer durch die Tomaten. Gekonnt zerlegt Jens Friedrichsdorf die runden Früchte in kleine Stücke. Kein Wunder, schließlich ist er Profi. Allerdings stand er viele Jahre nicht in der Küche, war völlig raus aus dem Geschäft. Ein Unfall hatte ihn aus der Bahn geworfen.

Damals hieß es für Jens Friedrichsdorf: Alles auf Anfang. Auf der Gorch Fock, dem Segelschulschiff der Marine, war er als Offizierskoch acht Jahre lang rund um den Erdball unterwegs gewesen. „Bis auf Japan und Südostasien habe ich die ganze Welt gesehen." 2001, er war 25 Jahre alt, erlitt er bei einem Verkehrsunfall ein Schädel-Hirn-Trauma und lag lange im Koma. Vieles musste er wieder ganz neu lernen. Nach einem schweren epileptischen Anfall war klar, dass er nicht so schnell wieder am Herd würde stehen können. Stattdessen begann eine lange Phase voller Frustration. Mal Unterforderung, dann wieder Überforderung – ein ständiges Auf und Ab.

„Ich kann mich mit dem identifizieren, was ich mache. Das habe ich gekocht, und es kommt von Herzen."
Jens Friedrichsdorf

Die Arbeitstherapie in der Reha unterforderte ihn. Deshalb durfte der gelernte Bäcker schließlich ein Praktikum in einer Backstube machen. „Ein Jahr lang habe ich dort in wechselnden Schichten gearbeitet. Aber dieses Schichtsystem war einfach zu anstrengend für mich." Sein rechtlicher Betreuer brachte ihn daraufhin in der Werkstatt Bremen unter, erst als Landschaftsgärtner auf dem Osterholzer Friedhof, dann in der Fahrradwerkstatt. Neun Jahre lang reinigte er die Produktionsvorrichtungen für Tierfutter. „Am Anfang war ich mit Elan dabei und habe mich auf die neuen Aufgaben gefreut. Aber dann war es schnell langweilig für mich." Jens Friedrichsdorf war nun völlig unterfordert. In seiner Freizeit engagierte er sich ehrenamtlich beim ASB. Die Aufgaben machten ihm so viel Spaß, dass er sich nebenbei zum Betriebs- und Rettungssanitäter ausbilden ließ. Doch komplett in diesem Bereich zu arbeiten, war wiederum zu anstrengend für ihn. Ein Schritt in die richtige Richtung war schließlich das Praktikum in der Küche der Gesamtschule Ost, das über den Integrationsfachdienst vermittelt wurde. Hier waren die Arbeitsbedingungen so auf seine Leistungsfähigkeit abgestimmt, dass er in seinen alten Beruf zurückfinden konnte.

Seit der Eröffnung des ROTHEO im April steht Jens Friedrichsdorf nun als Beikoch an Herd und Backofen. „Ich liebe die Vielfalt an Nahrungsmitteln und an Zubereitungsarten", erklärt er. Seine Leidenschaft für gutes Essen merkt man ihm direkt an: „Ich kann mich mit dem identifizieren, was ich mache. Das habe ich gekocht, und es kommt von Herzen." Und die Arbeit ist gut für das Selbstbewusstsein. Morgens bespricht er mit der Küchenchefin, Ulla Köster, die genauen Arbeitsabläufe. Gemeinsam bringen die beiden momentan jeden Tag etwa 25 bis 30 Essen auf den Tisch. Jens Friedrichsdorf ist motiviert: „Meinetwegen könnten wir ruhig noch eine Schippe drauflegen und die Öffnungszeiten verlängern." Da bremst ihn allerdings Moritz Muras, der Geschäftsführer des ROTHEO. Er legt großen Wert darauf, dass niemand überfordert wird und alle Mitarbeiter ihren Fähigkeiten entsprechend eingesetzt werden. Schließlich ist das ROTHEO ein Integrationsbetrieb. Wo ist der Unterschied zu einem „normalen" Restaurant? „Wir stellen ganz gezielt Menschen mit Beeinträchtigung ein. Wenn mehr als 40% unserer Belegschaft Menschen mit Schwerbehinderungen sind, sind wir ein gemeinnütziger Betrieb. Das ist unser Ziel." So weit ist es momentan allerdings noch nicht. Einen Vorteil eines Integrationsbetriebes erklärt der Geschäftsführer so: „Wir müssen nicht vom ersten Tag an den großen Reibach machen. Uns geht es eher darum, dass sich das neue Team einspielt und jeder das Umfeld hat, in dem er gut arbeiten kann." Und ein weiterer Vorteil: Menschen mit Beeinträchtigung eine Chance auf dem ersten Arbeitsmarkt geben. Jens Friedrichsdorf nutzt sie: „Ich mach's nun mal gerne. Und ich finde es genial, wieder auf dem ersten Arbeitsmarkt zu sein." ■

Ein Lieblingsrezept von Jens Friedrichsdorf:
Weiße Mousse au Chocolat

- 3 Blatt weiße Gelatine in etwas kaltem Wasser einweichen.
- 3 Eigelb und 40 g Zucker schaumig schlagen (wer mag, gibt noch 2 Esslöffel Cognac dazu).
- 150 g weiße Kuvertüre (im Wasserbad geschmolzen) unterrühren.
- Die ausgedrückte Gelatine in einem kleinen Topf auflösen und unter die Mischung rühren.
- 200 g geschlagene Sahne unterheben und kalt stellen.

Text: Petra Freiberg | Fotos: Frank Scheffka

Von der Matte gefegt

Petra Freiberg auf Stippvisite beim Judo-Training

Dienstagnachmittag, 16 Uhr: durchblickerin Tanja Heske und ich sind mit den Judokas von Werkstatt Bremen verabredet.

Der Trainer Heinz Hermann Meyer und zahlreiche Teilnehmer sind schon da. Die Stimmung ist ausgelassen, noch wird gekickert. Dann verschwinden die Sportler in der Umkleidekabine. Und kaum treten sie in ihren Anzügen, den sogenannten Judogis, wieder heraus, ändert sich die Stimmung. Mit einem Schlag ist es ruhig. Alle sind sehr diszipliniert und konzentriert, als sie barfuß den Übungsplatz betreten. Der ist mit dicken Judomatten, Tatamis, ausgelegt. Die Judoschüler begrüßen ihren Trainer mit einer respektvollen Verbeugung. Auch meine Interview-Kollegin Tanja hat sich kurzerhand in eine Judoka verwandelt und senkt ihren Kopf zum Gruß.

Jetzt geht es los! Die Judokas suchen sich Trainingspartner und üben verschiedene Würfe, die der Trainer ansagt: O Goshi oder Uki Goshi – die Judokas wissen genau, was jetzt zu tun ist, und wenden die richtige Technik an, um ihren Gegner auf die Matte zu werfen.

Prompt wird es ganz schön laut, denn wer über die Hüfte oder die Schulter zu Boden geworfen wird, schlägt mit der Hand fest auf die Matte. So bremst man den Fall ab. Beeindruckend ist vor allem die scheinbare Lockerheit, mit der die Judokas sich gegenseitig umwerfen …

Dahinter stecken allerdings langes Training und sehr viel Technik. Das erklären uns die Judokas und ihre Trainer, Heinz Hermann Meyer und Stefan Meyer. Das Sportangebot gibt es schon seit 12 Jahren und viele der Judo-Fans sind

1

Was heißt das eigentlich?

Judokas sind Sportler, die Judo machen.

O Goshi bedeutet „großer Hüftwurf". Der Gegner wird über die Hüfte auf den Boden geschleudert.

Uki Goshi heißt „Hüftschwungwurf" und ist eine andere Art, den Gegner über die Hüfte zu werfen.

Dan-Prüfung: Der „Dan" bezeichnet den Rang eines Judo-Meisters. Dafür muss man eine Prüfung bestehen.

schon seit mehr als fünf Jahren dabei. Unter Anleitung der beiden Trainer treffen sie sich einmal in der Woche zum gemeinsamen Training. Gleichzeitig sind sie Mitglieder im Judoclub Octagon in Lilienthal und damit auch im Deutschen Judobund.

Ich möchte wissen, welche Fähigkeiten man sonst noch für Judo braucht – und die Antwort ist von allen Teilnehmern dieselbe: Bei diesem Sport geht es um Kraft, Ausdauer und Konzentration. Aber Judo ist auch eine Philosophie, eine Lebensanschauung. Wichtig sind Respekt und gegenseitige Rücksichtnahme. Das war beim Training deutlich: Die Judokas helfen einander. Alle sind mit Spaß dabei, meint der Trainer: „Hinschmeißen wollte noch niemand aus der Gruppe, und als sportliches Ziel gilt bei allen: Immer besser werden." Er selbst macht schon seit seiner Jugend Judo. →

1 durchblickerin Tanja Heske ist schon seit vielen Jahren als Judoka aktiv | 2 Heinz Hermann Meyer trainiert gemeinsam mit Stefan Meyer die Sportler der Werkstatt Bremen | 3 Einfach ein Bein stellen, das gibt's beim Judo nicht. Die Judokas beherrschen unterschiedlichste Techniken | 4 Gewusst wie – und schon fliegt der Gegner auf die Matte

Text: Petra Freiberg | Fotos: Frank Scheffka

1 Tanja Heske hat ihren Gegner wehrlos gemacht | **2** Und wie läuft es bei den anderen so? Ein kurzer Blick …

Mittlerweile hat er die Dan-Prüfung abgelegt. Mit seinem Trainer-Kollegen fährt er zum regelmäßigen Training nach Japan und ist dort dann selbst Schüler. Er erklärt uns, dass alle Judokas eigene Erfolge und unterschiedliche Fähigkeiten haben. Ein Teilnehmer der Gruppe war sogar schon Landesmeister.

Apropos Landesmeister: Im April fanden diese im niedersächsischen Holle statt. Zwei erste Plätze, einen zweiten, zwei dritte und einen vierten Platz errangen die Judokas der Werkstatt Bremen. Eine tolle Leistung! Ein weiteres Highlight des Jahres für die Judokas der Werkstatt ist die Teilnahme an den Special Olympics. Die finden im Juni in Hannover statt. Auch dort will man möglichst viele Medaillen gewinnen und Gegner aus ganz Deutschland auf die Matte werfen. ■

Ein Beispiel für inklusives Judotraining gibt es auf www.martinsclub.de/m

Malen hilft!

Lorin (links) und Kaya (rechts) in einem Atelier für Flüchtlinge in Walle

Mit schnellen Strichen huscht der Pinsel über die Leinwand. Ein blauer Himmel, der von weißen Wolkenschleiern durchzogen ist. Rechts baut sich langsam ein Leuchtturm auf. Die Frau, die diese Landschaft entstehen lässt, heißt Kaya. Sie kommt aus Sri Lanka und malt ihr Heimatland. In farbenfrohen Bildern zeigt sie friedliche, grüne Landschaften, phantasievolle Blumen oder kunterbunte Vögel. „Wenn ich male, entspanne ich mich", erklärt Kaya. „Wenn ich schöne Wälder und Seen male, Wasserfälle oder Vögel, dann kann ich die Bilder verdrängen, die in meinem Kopf sind." Die Erinnerungen, die sie verdrängt, sind die an Bomben, Verletzte und Tote, denn Kaya hat als Tamilin den Bürgerkrieg in Sri Lanka erlebt. Seit drei Jahren lebt sie in Bremen, und seit knapp einem Jahr geht sie einmal in der Woche in ein kleines Atelier in Walle. Hier trifft sie Menschen, die alle aus ihren Heimatländern geflohen sind. Auf einem langen Tisch stapeln sich Leinwände und Farbtuben, rundherum sitzen manchmal drei, manchmal zwölf Malende. Auch Lorin arbeitet hier mit Farbe, Spachtel und Pinsel. Die Kurdin ist erst seit Kurzem dabei. In ihrer Heimat Syrien und in Kurdistan arbeitete sie als Kunstlehrerin und Künstlerin. Bilder und Skulpturen hat sie in beiden Ländern, aber auch in England ausgestellt. Zeigt sie auf ihrem Handy Fotos dieser Werke, sieht man großformatige, bunte Bilder, die viel Fröhlichkeit ausstrahlen. In Kurdistan verschönerte sie gemeinsam mit Kindern ganze Wände. In Deutschland bemalt sie nur die Wände ihrer Unterkunft. Genau wie die Bilder, die hier im Atelier entstehen, sprechen sie eine andere Sprache: dunkle Farben, traurige Menschen. „Ich male meine Gefühle", erzählt Lorin. „Es hilft mir, sie auf diese Weise auszudrücken."

Mirjam Aksoy weiß, wie gut es tut, sich künstlerisch auszuleben: „Wenn man emotional in Schieflage ist, hilft Malen." Deshalb rief die Mitarbeiterin der VHS in ihrer Freizeit dieses Atelier ins Leben. Ronald Philipps, digitaler Bildhauer und engagiert im Künstlerhaus Art 15, stellt den Raum dafür zur Verfügung. Die Materialien sind Spenden. Aktuell benötigen die Künstler Leinwände und einen Elektriker, der ehrenamtlich für eine bessere Beleuchtung im Atelier sorgt. Kontakt: Mirjam Aksoy, Telefon 0176-23849321.

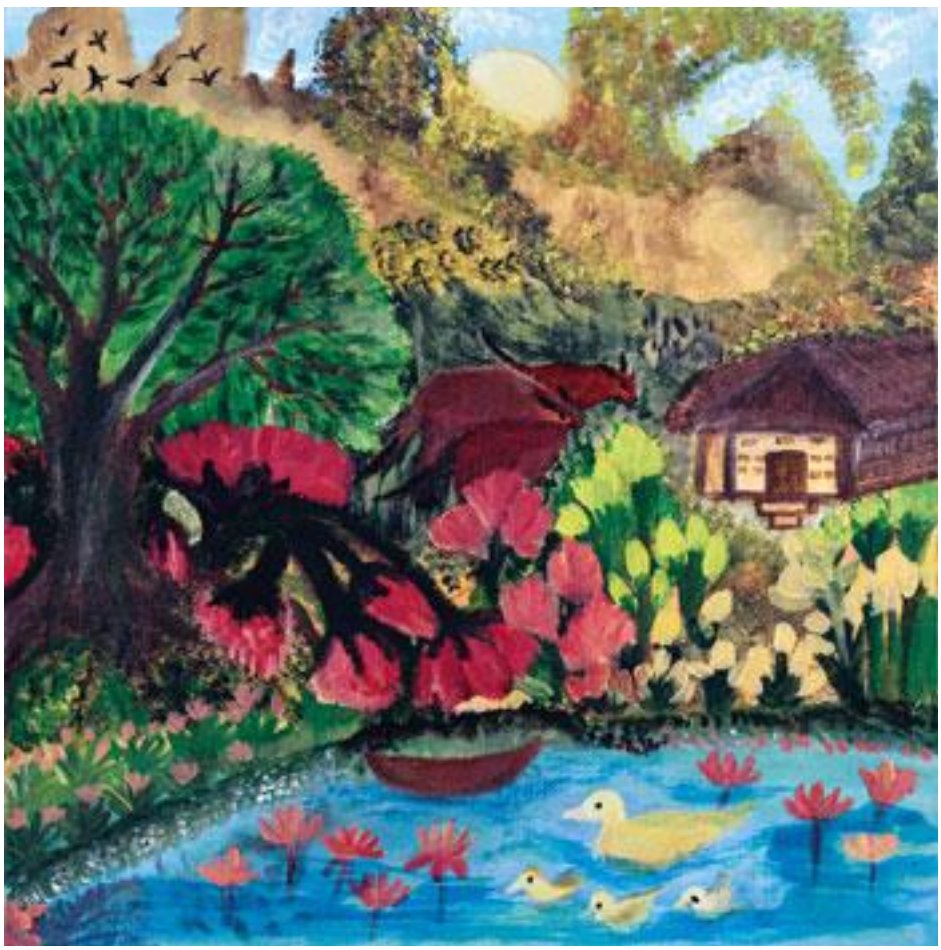
Fotos: Frank Pusch

„Ich male meine Gefühle. Es hilft mir, sie auf diese Weise auszudrücken."

Lorin

„Wenn ich schöne Wälder und Seen male, Wasserfälle oder Vögel, dann kann ich die Bilder verdrängen, die in meinem Kopf sind.“

Kaya



Text: Frederike Treu | Fotos: Frank Scheffka

Wenn Alkohol zur Sucht wird

Selbsthilfe-Treff zeigt neue Wege

Keine Freundin, Langeweile, kaum Bekannte – S. T. fiel die Decke auf den Kopf. Gegen die Einsamkeit ging er in die Kneipe. Dort spielte er Darts, klönte mit anderen Gästen und genehmigte sich das eine oder andere Glas. „Ich habe so lange getrunken, bis mein Geld alle war", erinnert er sich. Auch bei der Arbeit war S. T. nicht immer ganz nüchtern. Irgendwann schob ihm der Werkstattleiter unauffällig einen Flyer hin: Selbsthilfe-Treff Alkohol. „Diesen Zettel habe ich bestimmt zehnmal gelesen, bevor ich zu einem Treffen gegangen bin. Ich hatte Bedenken, mich vor den anderen zu öffnen."

Diese Bedenken sind längst verflogen. S. T. verpasst keinen Termin, denn der Selbhilfe-Treff ist ihm sehr wichtig. „Im Prinzip läuft es wie in jeder anderen Alkohol-Selbsthilfegruppe auch", erklärt Petra Nachtigal, die beim Gesundheitsamt arbeitet und gemein-

Selbsthilfe-Treff Alkohol

Mittwochs von 17 bis 19 Uhr, Faulenstraße 31
Informationen unter 0421-704581 (Netzwerk Selbsthilfe)
oder 0421-36115163 (Gesundheitsamt)

„Meine innere Stärke ist gewachsen. Ich hole mir jetzt keinen Träger Bier mehr, sondern gebe das Geld lieber für etwas anderes aus."

S. T., Teilnehmer beim Selbsthilfe-Treff Alkohol

sam mit Inken Berger vom Netzwerk Selbsthilfe und dem Martinsclub die Selbsthilfegruppe Alkohol ins Leben gerufen hat. „Jeder erzählt von seiner Woche. Was war gut, was nicht? Hat man es geschafft, nicht zu trinken?" Eine ganz wichtige Frage ist: Wobei hilft mir der Alkohol? Was bringt er mir? Vielleicht macht er mich mutig, wenn ich mich nicht traue, andere Leute anzusprechen. Oder er tröstet mich, wenn ich einsam oder traurig bin. Gemeinsam mit Inken Berger und Petra Nachtigal entwickeln die Teilnehmer und Teilnehmerinnen Strategien und Alternativen, diese Situationen ohne Bier und Wein zu meistern. Oft hilft auch ein Rollenspiel, um das neue Verhalten zu üben. „Im Dezember bin ich auf dem Weihnachtsmarkt immer extra dicht an den Glühweinständen vorbeigegangen. Ich wollte den Duft richtig in der Nase haben, um zu trainieren, trotzdem nichts zu trinken", erzählt S. T. „Ich bin auch an vielen Kneipen vorbeigelaufen, um zu üben. Manchmal bin ich dann doch reingegangen. Hinterher habe ich mich geärgert." Mittlerweile geht es ihm besser. Er hat eine Freundin und neue Bekannte, die er auch über diese Gruppe kennengelernt hat. „Meine innere Stärke ist gewachsen. Ich hole mir jetzt keinen Träger Bier mehr, sondern gebe das Geld lieber für etwas anderes aus."

Die beiden Leiterinnen der Gruppe sind überzeugt: Ob bei Menschen mit oder ohne Beeinträchtigung, die Gründe, Alkohol zu trinken sind ganz ähnlich. Einsamkeit, Stress bei der Arbeit, Ärger mit Freunden oder Familie – sie stehen ganz oben auf der Liste. Auch die Abläufe in den Gruppentreffen sind ähnlich. Der Unterschied: „Wir haben gemerkt, dass Geduld und Einfühlungsvermögen ganz wichtig sind. Jeder ist mit seiner Individualität und seinen Problemen willkommen. Bisherige Erfahrungen in inklusiven Suchtgruppen zeigen, dass oftmals alle miteinander überfordert sind." Deshalb sind sie froh, dass der Dachverband der Betriebskrankenkassen diese Selbsthilfegruppe Alkohol noch bis Ende des Jahres fördert. Ihr Plan für die Zukunft: weiterzumachen, eine Gruppe für Menschen mit einer Essstörung zu gründen und Begegnungen mit anderen Gruppen zu organisieren. ■

Teilhabe

Austausch. Vernetzung. Empowerment.

Fachtag zum Thema Medienkompetenz und Behinderung, veranstaltet von der Bremischen Landesmedienanstalt (bre(ma in Kooperation mit dem Martinsclub Bremen e. V. und dem Landesbehindertenbeauftragten Bremen.

Im Fokus des Fachtags steht die medienpädagogische Arbeit mit Menschen mit Behinderung. Bei den pädagogischen Kräften der Behindertenhilfe schlagen häufig „zwei Herzen in einer Brust" – natürlich soll selbstbestimmter Mediengebrauch unbedingt gefördert werden. Aber wie umgehen mit Kontrollverlust im Netz oder mit der eigenen Unkenntnis in Bezug auf soziale Netzwerke, die Nutzung von Apps oder die Bedienung eines Smartphones?

Auch in der Medienpädagogik stellen sich Fragen: Welche Zugangsbarrieren gibt es und mit welchen technischen Hilfsmitteln, Methoden der Vermittlung, Tricks und Kniffen können sie beseitigt werden? Wie kann selbstbestimmtes und souveränes Handeln durch Medien begleitet werden und wie gut eignen sich vorhandene Konzepte aus der Medienpädagogik in inklusiven Settings?

Beim Fachtag wollen wir diese Fragen gemeinsam diskutieren und Strategien zur Förderung von Medienkompetenz bei Menschen mit Behinderung erarbeiten.

Lassen Sie sich von Impulsen aus der Wissenschaft und Best-Practice-Beispielen inspirieren, tauschen Sie sich aus, und nutzen Sie den Fachtag für die lokale Vernetzung.

Wann?
26.8.16 | 9-17 Uhr
Wo?
m|Centrum, Buntentorsteinweg 24/26, 28201 Bremen

Entwicklungs- und ressourcenorientierte pädagogische Begleitung

Unter dem Fokus „Es ist normal, verschieden zu sein", erarbeiten Sie, wie (Entwicklungs-) Angebote an den subjektiven Möglichkeiten der Einzelnen auszurichten sind und lernen Verhaltensauffälligkeiten als subjektiv sinnvolle Stabilisierungsversuche zu begreifen und damit umzugehen.

Wann? 27.8.16 | 9-16 Uhr
Wer? Dr. Joachim Kutscher
Wie viel? 150 €

Spurensuche: Übergang in den Ruhestand

Biografische Begleitung von Menschen mit Beeinträchtigungen beim Übergang von der Werkstatt für Menschen mit Behinderung (WfbM) in den Ruhestand.

Wann?
2.9.16 | 10-17 Uhr und 3.9.16 | 10-17 Uhr
Wer? Sören Roters-Möller
Wie viel? 260 €

Pädagogische Männlichkeiten

Tagesseminar für Männer zur Auseinandersetzung mit Männerrollen, Männervorbildern, Männern als Helfer.

Wann?
3.9.2016 | 9 -16 Uhr

Wer?
Jens Brodauf

Wie viel?
130 €

Anmeldung zu den Fortbildungen:

Nina Marquardt und
Ulrike Peter
Telefon (0421) 53 74769
mcolleg@martinsclub.de

Aggressives Verhalten: verstehen, vermeiden, intervenieren!

Für Mitarbeiter-/innen ambulanter/stationärer Wohn- und Betreuungsformen.

Wann?
8.9.2016 | 9-17 Uhr

Wer?
Carlos Escalera

Wie viel?
185 €

Umfassende Infos über Inhalte, Dozenten/-innen etc. auf der Website:
www.mcolleg.de

Regeln und Grenzen im pädagogischen Alltag

Über die Auseinandersetzung mit entwicklungspsychologischen und bindungstheoretischen Zusammenhängen schärfen Sie Ihr Bewusstsein für das sinnvolle Einsetzen von Regeln und Grenzen.

Wann?
10.9.2016 | 9-17 Uhr

Wer?
Dr. Dagmar Meyer

Wie viel?
185 €

Teams – auch ohne Weisungsbefugnis – effizient und kompetent leiten

Mitarbeiter/-innen erhalten immer mehr Verantwortung und setzen sich hier mit der eigenen Rolle und dem entsprechenden „Handwerkszeug“ auseinander.

Wann?
23.9.16 |15-18 Uhr und 24.9.16 |9-16 Uhr

Wer?
Ulrike Diedrich

Wie viel?
195 €

Kommunikationsalternativen in Anlehnung an PECS

Den Austausch be-greifen: Besonders bei Menschen aus dem Autismus-Spektrum hat sich diese sehr basale Methode der Kommunikationsalternative bewährt.

Wann?
21.10.16 | 16-19 Uhr und 22.10.16 | 9-14 Uhr

Wer?
Martina Melzer

Wie viel?
160 €

Text: die durchblicker, Nina Marquardt | Fotos: Frank Scheffka, © fotolia

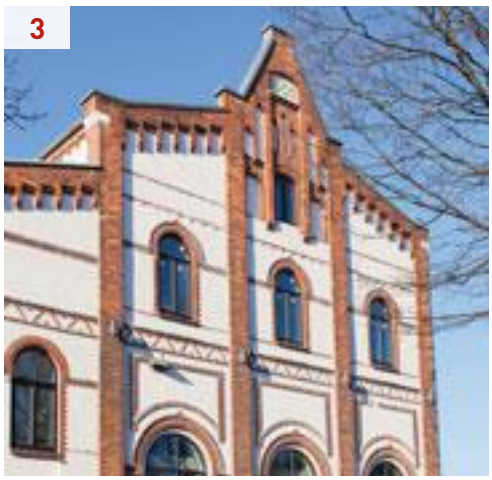
Von Hopfen-Vielfalt und dem Wert des Handgemachten

Brauereikunst aus Bremen – die durchblicker zu Besuch in der Union-Brauerei in Walle

1

2

1 Welche Zutaten stecken wohl in so einer Flasche? Hopfen, Wasser, Hefe und Malz. Dass Malz nicht gleich Malz ist, sehen wir hier | 2 Markus Zeller und sein Kollege Lüder Kastens haben die Union-Brauerei wieder ins Leben gerufen 3 Dieses Gebäude wurde 1907 gebaut, um hier Bier zu brauen | 4 Braumeisterin Doreen Gaumann verbindet Können mit Leidenschaft



Bier ist eines der ältesten alkoholischen Getränke der Welt. Man braucht nur wenige Zutaten, um es herzustellen, und damit passt es in einen Trend unserer Zeit: Heute wollen viele Menschen „ehrliche" Lebensmittel haben, die nicht durch künstliche Zusatzstoffe ergänzt werden. In Bremen hat sich eine kleine Szene von unabhängigen Bierbrauern gebildet, die geschmackvolles und qualitativ hochwertiges Bier herstellen. Sie wollen unabhängig sein und mit ihrem sogenannten Craft Beer eine Alternative zu den Biersorten der großen Konzerne bieten. „Klingt spannend", dachte sich Michael Peuser von **den durchblickern**. Und weil er nicht nur unbedingt mal ein Rotbier probieren, sondern auch etwas über die Herstellung erfahren wollte, landeten **die durchblicker** in der Union-Brauerei. Seit 2015 betreibt Markus Zeller die Brauerei gemeinsam mit Lüder Kastens. Er wusste Antworten auf all unsere Fragen.

Wie ist die Union-Brauerei entstanden?

In diesem Gebäude ging es ursprünglich 1907 los. Damals haben sich Bremer Wirte zusammengetan, um eine eigene Brauerei aufzubauen, die „Wirte Union Brauerei". Bis in die 60er-Jahre wurde dort Bier gebraut. 1968 hat Haake-Beck die Unionsbrauerei gekauft und geschlossen. Nach der langen Zeit haben wir hier jetzt wieder eine Brauerei ins Leben gerufen.

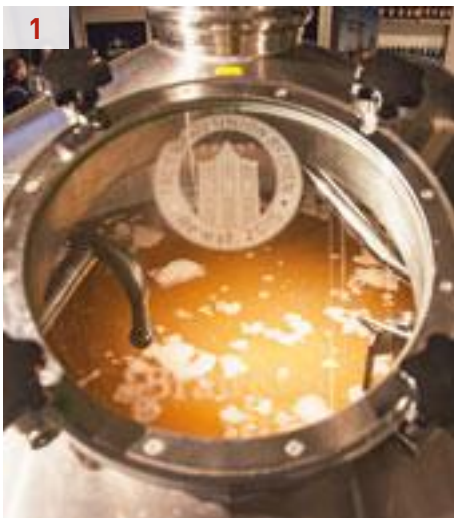
Was ist „Craft Beer"?

Der Begriff „Craft" ist Englisch und meint „handwerklich". Es geht darum, etwas mit viel handwerklichem Geschick und speziellen Kenntnissen zu machen. Bei Brauereien bezeichnet der Begriff eine hohe Braukunst, sehr viel Handgemachtes in kleinen Mengen. Wir haben eine große Vielfalt und können auch mal Biere ausprobieren, die ungewöhnlich sind. Die Rohstoffe, die wir verwenden, spielen dabei auch eine große Rolle. Wir nehmen die unterschiedlichsten Malz- und Hopfensorten und verwenden auch viel mehr Hopfen als die großen Brauereien.

Wie viele Leute arbeiten hier und was müssen die können?

Wir haben hier zwei Bereiche, die Brauerei und die Gastronomie. In der Brauerei arbeiten sechs Leute: zwei junge Braumeister, einer davon eine Frau, und ein älterer Braumeister mit viel Erfahrung. Deren handwerkliches Können ist für uns enorm wichtig, denn die Qualität des Bieres steht im Mittelpunkt. Ein Mitarbeiter macht den Vertrieb, einer kümmert sich um das Marketing und einer um die Rechnungen. →

Text: die durchblicker, Nina Marquardt | Fotos: Frank Scheffka, © fotolia



1 Ein Blick in den Kessel. Schon fertig? | 2 Matthias Meyer ist Malz, Hefe und Hopfen auf der Spur | 3 Ein Blick vom Gastraum auf die Produktionsstätte | 4 Ellen Stolte kann sich bei all den Sorten nicht entscheiden 5 Michael Peuser möchte gerne wissen, wie Rotbier schmeckt

In der Gastronomie haben wir 14 Festangestellte, einen Küchenchef mit Köchen und die Servicemitarbeiter, die die Gäste bedienen. Dazu kommen noch Aushilfen, so dass wir insgesamt um die 30 Mitarbeiter haben.

Welche Zutaten braucht man, um ein Bier zu brauen?
Wir haben nur vier Zutaten – Malz, Hopfen, Wasser und Hefe. Wir verwenden keine Zusatzstoffe, filtrieren unsere Biere nicht und finden es gut, wenn die Trübstoffe drin bleiben. Das Bier wird nach dem Lagern beim Abfüllen auch nicht mehr erhitzt. Wir verwenden Bremer Leitungswasser, das ist nämlich sehr gut und eignet sich zum Bierbrauen, weil es sehr weich ist.

Welche Unterschiede gibt es bei den Biersorten?
Man unterscheidet beim Bier, ob es ober- oder untergärig ist, ob die Hefe bei der Gärung nach oben steigt oder nach unten sinkt. Es gibt Biere mit weniger und mehr Alkohol – bei uns zwischen 4 und 6 Prozent. Es gibt milde Biere und welche, die etwas bitterer sind. Bei den einen schmeckt man vielleicht mehr das Malz heraus, beim anderen den Hopfen. Wir haben helle Biere, die goldgelb sind, dunkle, die eine kastanienbraune Farbe haben, oder rötliche, wie das Rotbier. Wir haben ein naturtrübes Kellerpils und ein bremisches Festbier, das Hanseat. Unterschiedlicher Geschmack entsteht zum Beispiel auch durch unterschiedlichen Hopfen. Beim Hopfen gibt es über 100 Sorten auf der Welt. Wir arbeiten mit 15 Sorten. Manche bringen ein Aroma mit sich, das an Zitrone oder andere Früchte erinnert.

Was ist Hopfenstopfen?
Der Hopfen wird am Anfang des Brauprozesses beim Kochen beigegeben. Wir verwenden danach zusätzlich nochmal Hopfen, also wenn das Bier eigentlich schon fertig ist. Wir pumpen das Bier dann nochmal durch eine Apparatur, in die wir einen ganz besonderen Hopfen gegeben haben. Das sorgt für ein tolles Aroma.

Regionaler Anbau von Hopfen – kommt das auch in Frage?
Dazu sind wir im Gespräch, würden wir gerne machen. Das Klima in Bremen wird nie so gut sein, dass man hier komplett den benötigten Hopfen für das Brauen anbauen kann. Aber als zusätzliche Beigabe ist das geplant. ■

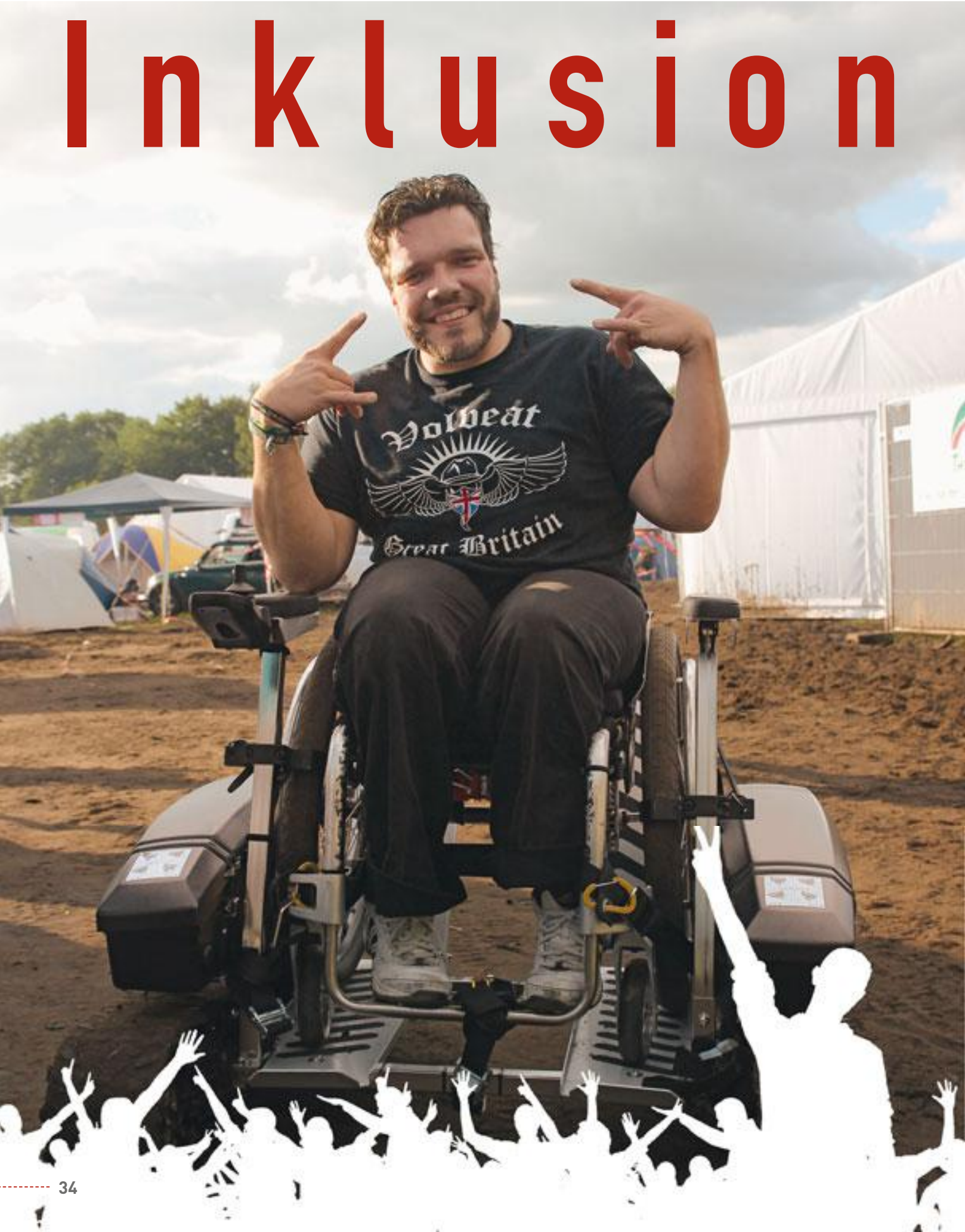
Unser Tipp:
Für all diejenigen, die das Bierbrauen selbst einmal erleben möchten: Eine Führung dauert etwa eine Stunde und kostet 11 Euro (inklusive Bier-Verkostung). Man kann aber auch einen Tag hier verbringen und zusammen mit den Braumeistern Bier brauen. Schon mal vormerken: Vom 16. bis zum 18.9. finden in und an der Union-Brauerei die 2. Bremer Craft Beer Tage statt.

Mehr Braukunst aus Bremen (Auswahl):
Bremer Braumanufaktur
www.bremer-braumanufaktur.de
Grebhan's Bier GmbH
www.grebhansbier.com
Schüttinger
www.schuettinger.de
Bremer Braustolz
www.bremer-braustolz.de

5

Text: Marco Bianchi | Fotos: Inklusion muss laut sein, © fotolia

Inklusion



muss laut sein!

Mit dem Rolli aufs Metal-Festival

„Inklusion Muss Laut Sein“ (www.i-m-l-s.com) ist nicht nur ein kluger Satz, sondern auch der Name einer spannenden Initiative. Die Macher/-innen beraten und unterstützen Konzertveranstalter, um möglichst viele Veranstaltungsorte barrierefrei zu machen. Zum Projekt gehört außerdem ein ganzes Netzwerk von ehrenamtlichen Begleitpersonen, die den Besuch von Menschen mit Behinderung ermöglichen. Wir haben mit Projektleiter Ron Paustian über die Initiative gesprochen. Der hat übrigens selbst eine Behinderung, die es ihm lange unmöglich machte, Konzerte und Festivals zu besuchen. So brachte er den Stein ins Rollen.

Wie funktioniert es, wenn ich für einen Konzertbesuch eine Begleitung haben möchte?

Es ist ein kostenfreier Assistenzservice, der nicht nur im Metal-Bereich, sondern für alle Veranstaltungen verfügbar ist. Wir verfügen über eine umfangreiche Datenbank mit ehrenamtlichen Begleitpersonen, den sogenannten „INKLUDIS“. Diese können von jedem angefordert werden. Auf unserer Homepage findet man hierzu ein Formular. Wir machen dann Vorschläge, organisieren den Kontakt und schicken beide gemeinsam los. Nach dem erfolgten Konzert geben sie eine kurze Rückmeldung. Wir legen uns mächtig ins Zeug, damit es Menschen mit Beeinträchtigung leichter haben.

Kann ich mich auch melden, wenn ich zu Florian Silbereisen möchte anstatt zu Metallica?

Ob nun Helene Fischer, die Toten Hosen, Slayer oder ein klassischer Theaterbesuch, eine Kinovorstellung oder das Volksfest mit Schunkelmusik – wir haben für alle Lebenslagen die richtige Begleitung.

Inzwischen unterstützt ihr auch das Wacken Open Air (WOA) in Schleswig-Holstein, also DAS Mekka für alle Headbanger weltweit. Ich erinnere mich an Schlammwüsten. Wie passt das mit Rollstühlen zusammen?

Wir haben ja gute Kontakte zum Regengott und hoffen, dass es in diesem Jahr trocken bleibt. Aber deine Frage ist natürlich gerechtfertigt. Bei einem Festival im Freien kann man nicht davon ausgehen, dass alles zu 100 Prozent barrierefrei und eben ist. Neu ist, dass alle Besucher mit Handicap einen Ansprechpartner auf dem Festival haben. Wir helfen, wenn es wieder zum Schlammchaos kommen sollte. →

Links: Mit dem Scout Crawler auf dem Wacken Open Air – der geländetaugliche Rolli kommt überall durch

Text: Marco Bianchi | Fotos: Inklusion muss laut sein, © fotolia

„Inklusion muss noch viel lauter werden, denn dann werden wir nicht mehr überhört."

Ron Paustian, Projektleiter der Initiative

Wir verkürzen Wege und achten darauf, dass Probleme sofort behoben werden. An unseren roten Jacken sind wir leicht zu erkennen, die sind ja bei den 80.000 schwarzen T-Shirts der Besucher nicht zu übersehen. Ziel ist es, das WOA fanfreundlich für jeden Teilnehmer zu gestalten.

Wie finanziert ihr euch denn eigentlich?

In den letzten Jahren haben wir alle Projekte aus eigener Tasche finanziert, leider. Die Arbeitszeit, den Rampenbau, die Beratungen lassen wir hier mal außen vor. Mit dem Projekt „Inklusion Muss Laut Sein" haben wir erstmals die Möglichkeit, uns über Spenden und Sponsoren zu finanzieren. Trotzdem weiß jeder im ehrenamtlichen Bereich, dass man sehr viel Idealismus mitbringen muss.

Was waren euer größter Erfolg und der größte Misserfolg?

Misserfolge und Frustration kennen wir bei „Inklusion Muss Laut Sein" nicht, denn so etwas könnte zu Resignation führen. Wir packen Probleme an, und selbst wenn es länger dauert, bleiben wir am Ball. Daniel Schultz, der unser Projekt als Mentor begleitet hat, hat es mal schön ausgedrückt: „Ein Nein haben wir jetzt schon, es kann also nur besser werden." Ich persönlich ärgere mich natürlich mal, wenn einige Mühlen sehr langsam mahlen. Auch mit den größten Erfolgen bin ich ein wenig vorsichtig: Natürlich haben wir in den letzten Jahren sehr viel bewegt, gerade wenn es um Veranstaltungen geht. Wir haben das Bewusstsein geweckt, dass Menschen mit Handicap genauso Besucher von Festivals und Konzerten sind wie alle anderen auch. Aber dieses ist noch ein Tropfen auf den heißen Stein. Bis Inklusion wirklich in den Köpfen ankommt, werden wir noch einiges zu tun haben.

Was wird die Zukunft bringen, was ist das nächste große Ziel?

Die Zukunft hält eine Menge parat für „Inklusion Muss Laut Sein". Das nächste große Ziel ist der Bezug eines eigenen Büros mit Beratungsräumen und die Schaffung von drei Arbeitsstellen für Menschen mit Behinderung. Zudem wollen wir in diesem Jahr noch ein Netzwerk von Arbeitgebern ins Leben rufen, die in ihren Firmen Menschen mit Behinderung beschäftigen und/oder ausbilden. Auch dieses soll deutschlandweit laufen, die ersten Gespräche finden bereits statt. Inklusion muss noch viel lauter werden, denn dann werden wir nicht mehr überhört.

Kontakt: 04825-902697 oder info@i-m-l-s.com ■

1 „Watt-Olümpiade“ 2015. Wer mit den Rolli-Rädern im Sand versinkt, hat gute Sicht von der Tribüne aus | 2 „Vorweg gehen statt hinten dran“ | 3 Von links: Ron und Bauke auf der Watt-Olümpiade

Text: Ellen Stolte, Michael Peuser | Fotos: Nina Marquardt, Mocambo Verlag, Kiwi-Verlag

Buchrezension von Ellen Stolte

Tatsunaga erkundet Deutschland

Ein blinder Japaner reist in ferne Länder

Der Autor kommt aus Japan und hat in den 80er- und 90er-Jahren Deutschland besucht.
Darüber hat er ein Buch geschrieben. Das Besondere an seinem Reisebericht ist, dass er als Kind auf einem Auge blind zur Welt kam. Auf dem anderen Auge ist er später erblindet. Ein Nachbarskind hat ihn mit einem Stein getroffen.

In seinem Buch schreibt er zum Beispiel über deutsches Essen und deutsches Wetter. Er macht sich darüber lustig, dass wir Deutschen angeblich so viele Kartoffeln essen. Bratkartoffeln, Knödel, Pommes frites ... Er sagt, wir hätten einen Kartoffelzwang, und er hat auf seiner Reise irgendwann aufgehört, sie zu essen.

Meine Meinung zum Buch:
„Ich fand das Buch interessant und zum Lachen. Aber ein paar Dinge haben sich seit den 80er-Jahren in Deutschland ja auch geändert. Trotzdem empfehle ich, das Buch zu lesen. Besonders gut fand ich, dass der Autor bei einer Lesung hier in Bremen war. Axel Knapp, der Übersetzer, war auch da. Beide haben mir ein Autogramm in mein Buch gegeben, sogar in japanischen Schriftzeichen!"

Tatsunaga erkundet Deutschland.
Ein blinder Japaner reist in ferne Länder.
Tatsunaga Totsuka
Mocambo-Verlag, 18,95 Euro

Buchrezension von Michael Peuser

Wann wird es endlich wieder so, wie es nie war

Die Geschichte handelt von der Kinder- und Jugendpsychiatrie Hesterberg in Schleswig. Ein Junge namens Joachim* schreibt über seine Familie: Er hat noch zwei Brüder, und der Vater ist der Psychiatrie-Direktor. Die ganze Familie lebt auf dem Gelände der Anstalt, und Joachim kommt daher viel mit den Menschen in Kontakt, die in der Psychiatrie leben.

Erzählt wird in einem witzigen und gleichzeitig traurigen Sprachstil. Das Buch hat einen ernsten Hintergrund, es geht um psychisch Kranke, Behinderte und Schwerstbehinderte, Menschen mit Zwangsstörungen oder psychotischem Verhalten. Es wird erzählt, wie die Menschen in der Anstalt leben, welche Eigenheiten sie haben und wie es ihnen dort geht. Joachim bekommt immer die Schreie mit, die aus der Anstalt kommen.

Der Autor beschreibt alles sehr detailgetreu, auch die unschönen Sachen, zum Beispiel das Aussehen einer behinderten jungen Frau. Sie hat ein deformiertes Gesicht und Einbuchtungen am ganzen Körper: „Das ganze Mädchen hatte etwas Waberndes und sah aus, als würde es sich jeden Augenblick verflüssigen. Mein mittlerer Bruder hatte meinem Vater angekündigt, dass er dieses Jahr nicht wieder neben ihr sitzen wolle. ‚Warum denn nicht?' ‚Die sieht so komisch aus.' ‚Das finde ich nicht', hatte mein Vater geantwortet, ‚schau sie dir mal genau an. Dann kannst du sehen, was für ein hübsches Mädchen Kimberly ist.' Mein Bruder sah ihn ungläubig an. Wir alle kannten diesen Hinweis meines Vaters. Immer und immer wieder wies er uns auf eine in den Gesichtern der Patienten wie im Verborgenen liegende Schönheit hin. Es braucht so wenig, beharrte er oft, damit ein Gesicht aus den Fugen gerät. Er demonstrierte es, indem er sich selbst ein wenig die Nase hochdrückte oder sich, die Lider mit den Zeigefingern herabziehend, Bluthund-Augen machte ...“

Joachim tut sich übrigens schwer, Bücher zu lesen, weil er sehr langsam liest. Er braucht drei Tage für ein Buch. Das gleiche Schicksal habe ich selber, mit meinen eigenen Lese-Blockaden. Beim Lesen des Buches habe ich gemerkt, dass ich es nicht schaffe, es zu Ende zu lesen. Ich schaffe nur dünne Bücher, nicht so dicke wie das hier. Aber 178 Seiten von über 300 habe ich gelesen und ich kann so viel sagen: Wer Ironie und Witz mag, für den ist das Buch empfehlenswert. Es fängt in gut verständlicher Sprache an, aber dann wird es durch Fremdwörter zum Teil auch etwas schwerer zu lesen.

*Der Roman hat autobiografische Züge. Das heißt, dass der Autor Joachim Meyerhoff in dem Buch über sich selbst und seine eigenen Erlebnisse in der Kindheit und Jugend schreibt. ■

Wann wird es endlich wieder so, wie es nie war
Joachim Meyerhoff
Kiwi-Verlag, 9,90 Euro

Text: die durchblicker, Nina Marquardt | Fotos: Frank Scheffka

1 Timo Schumacher und Nico Hirschmann sind die Betreiber vom Karton

Was heißt das eigentlich?

In veganem Essen ist nichts enthalten, das von einem Tier kommt. Neben Fleisch und Fisch wird zum Beispiel auch auf Milch, Eier und Honig verzichtet.

Beim Impro-Theater improvisieren die Schauspieler. Das Publikum darf einen Vorschlag machen und die Schauspieler reagieren darauf.

Repair-Cafés: Dorthin kann man kaputte Sachen bringen, die noch kein Schrott sind. Nähmaschine, Lampe und Co. werden repariert und man spendet Geld für Zeit und Material.

1

„Alles außer Ponyreiten“

Karton in der Neustadt

„Wieso macht ihr veganes Essen – macht ihr nicht mal was mit Käse?“ Das ist eine der ersten Fragen, die die durchblicker Timo Schumacher stellen. Er ist einer der beiden Geschäftsführer des Kartons. Zusammen mit Nico Hirschmann betreibt er in der Alten Schnapsfabrik am Deich Café, Bar, Bühne und Kantine in einem. Schumacher gibt lachend zu: „Eigentlich essen wir fast alle gerne auch mal gutes Fleisch und natürlich auch Käse. Aber als wir 2014 angefangen haben, gab es eine Mitarbeiterin, die hier nur arbeiten wollte, wenn wir auch veganes Essen anbieten. Das schließt niemanden aus, das können alle essen. Wichtig ist uns, dass wir frische Sachen kochen, Bio und Regionales. Der Mittagstisch reicht für 30 bis 40 Essen. Wir möchten möglichst wenig wegwerfen und die hochwertigen Produkte optimal nutzen.“

Elf Mitarbeiter/-innen in Küche und Service helfen dabei, diesen Wohlfühlort mit selbst gebauten Holztischen und gemütlichen Oma-Sofas zum Hineinsinken (fast) täglich von 11 bis 22 Uhr zu bespielen. Ein Blick auf die Facebook-Seite der Karton-Gemeinschaft verrät, wie vielfältig die Dinge sind, die hier geboten werden. Schumacher zählt auf: „Es gibt Lesungen, Impro-Theater, Tanzveranstaltungen, Kleidertausch- und Plattenbörsen, regelmäßige Repair-Cafés, politische Diskussionen, Workshops und viele Konzerte. Eigentlich alles außer Ponyreiten“.

Text: die durchblicker, Nina Marquardt | Fotos: Frank Scheffka

1 Oskar Spatz und Laura Solar von Lüü fühlen sich wohl im Karton | 2 Timo Schumacher im Gespräch mit den durchblickern

Das Projekt Lüü ist ein gutes Beispiel für die Möglichkeiten, hier aktiv zu werden. Lüü will Treffpunkte schaffen, bei denen Menschen mit und ohne Behinderung in ihrer Freizeit zusammenkommen und sich austauschen können – beim gemeinsamen Filme-Schauen, Essen oder beim Flohmarkt. Laura Solar und Oskar Spatz von Lüü schwärmen von der Atmosphäre des Kartons, den sie in Zukunft gerne häufiger als Plattform nutzen möchten. „Ist der Karton denn barrierefrei?" wollen die durchblicker wissen. Schumacher: „Der Raum ist ebenerdig begeh- oder befahrbar und an den meisten Sitz-Inseln können Rollstuhlfahrer gut Platz finden. Wir haben hier leider keine Rolli-Toilette. Für bestimmte Veranstaltungen können wir aber nebenan einen Schlüssel organisieren, da ist eine Rolli-Toilette vorhanden."

Spannend sind auch die zahlreichen Konzerte, die der Karton abends veranstaltet. Live-Musik von Singer-Songwritern oder Indie-Bands, Folk-Pop/-Rock oder Musik mit Elektro-Elementen – die Liste ist lang und abwechslungsreich. Da im Karton wegen der Nachbarschaft die Töne nicht ganz so laut werden dürfen, können hier nicht gerade Heavy-Metal-Bands auftreten. Musik, die etwas mehr „Verstärkung" braucht, kann aber in die Bar Papp verlegt werden. Das ist ein weiteres Projekt der beiden Karton-Macher, das sich gleich um die Ecke befindet. Hier legen auch öfter DJs auf. „Wie kommt ihr ran an diese vielen Bands?" fragen die durchblicker nach. Schumacher erklärt: „Wir haben anfangs mit André Conin zusammengearbeitet, der schon länger in Bremen Wohnzimmer-Konzerte organisierte, häufig mit Bands aus Schweden. Es hat sich dann nach und nach herumgesprochen, dass wir ein toller Ort für kleine Konzerte sind, und jetzt fragen immer mehr Leute direkt bei uns an. Wir müssen manchen sogar schon mal absagen."

Wen er garantiert nicht wegschicken würde, auch wenn es sehr unwahrscheinlich ist, dass der mal anklopft: Eddie Vedder von der Grunge-Band Pearl Jam. Diese Antwort freut vor allem durchblicker Michael Peuser, der ebenfalls für dessen Musik schwärmt. „Haben die Mitarbeiter hier eigentlich auch künstlerische Begabungen?", wollen die durchblicker wissen und Schumacher nickt sofort: „Ja, es gibt unter uns Theaterpädagogen, Maler, Musiker, kreative Köche und Schreiner – und", fügt er grinsend hinzu „einen Fußballkünstler." Diese Gruppe und Menschen, die von außen Ideen hineintragen – sie sorgen gemeinsam dafür, dass der Karton so ist, wie er ist. Außerdem zeigen sich weitere Akteure im Stadtteil neuen

Mehr „Kultur-Gastronomie“ in der Neustadt:
Karton, Am Deich 86
Kukoon, Buntentorsteinweg 29
Kuß Rosa, Buntentorsteinweg 143
Panama, Osterstr. 49
Gastfeld, Gastfeldstr. 67

Ideen gegenüber meist offen: „Hier in der Neustadt passiert gerade eine Menge, und die Leute aus Politik und Stadtteilarbeit versuchen, vieles möglich zu machen – da rennt man oft offene Türen ein.“

Was war der schönste Moment bisher? „Die ganze Kartonzeit bisher ist ein einziger schöner Moment“, antwortet Schumacher. „Es macht sehr viel Spaß, eigene Ideen umzusetzen und zu sehen, dass auch andere Menschen Freude damit haben.“ Was noch so für die Zukunft ansteht, möchten **die durchblicker** zum Schluss noch wissen. Schumacher gibt einen kleinen Ausblick: „Der Platz vor dem Papp (dort, wo die Wilhelm-Kaisen-Brücke in die Friedrich-Ebert-Straße übergeht) soll ein toller, lebendiger Ort werden.“ Bereits in der Vorweihnachtszeit 2015 hatten sich hier einige Kooperationspartner aus der Neustadt zusammengetan, um unter dem Titel „Lichter der Neustadt“ ein alternatives Winterfest zu veranstalten. Es bleibt also spannend! ■

Was heißt das eigentlich?

Lüü wird hergeleitet von „Lüüt“, das bedeutet „Leute“.

Singer-Songwriter meint, dass der Sänger/die Sängerin selbst die Texte schreibt, die Musik komponiert und sich selbst beim Auftritt mit einem oder mehreren Instrumenten begleitet.

Indie (-Rock) ist die Abkürzung für Independent. Das ist Englisch und steht für „unabhängig“. Solche Bands waren früher nicht bei den großen Plattenfirmen unter Vertrag, sondern wurden häufig von kleinen, unabhängigen Plattenlabels vertreten.

Wohnzimmer-Konzerte sind kleine Konzerte in Privatwohnungen. Dort ist man ganz nah dran an den Musikern.

Grunge ist eine Richtung der Rockmusik, die in Seattle/USA entstand. Bekannt wurde Grunge durch Bands wie Nirvana, Alice in Chains oder Pearl Jam.

Text: Dennis Klein (Karton) | Fotos: Kathrin Truhart

Gefüllte Blätterteigschnecken

Wie lecker im „Karton“ gekocht wird, zeigt dieses Rezept. Es ist ein bisschen aufwendiger, aber die Arbeit lohnt sich.

Zutaten für die Tomatensoße

½ Gemüsezwiebel
1 Knoblauchzehe
5 frische Tomaten
1 Packung passierte Tomaten
1 kleine Dose Tomatenmark
Rosmarin, Thymian und Oregano (am besten frisch, getrocknet geht aber auch)
Olivenöl
Salz, Pfeffer, Zucker

Zutaten für die Füllung

½ Gemüsezwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Zucchini
2 Handvoll frischer Spinat
½ Spitzkohl
eventuell 1 kleine Aubergine
1 Rolle Blätterteig
Olivenöl
Salz, Pfeffer

Und so geht's

Für die Tomatensoße die Zwiebel und den Knoblauch ganz klein schneiden und in einem Topf in Olivenöl anbraten. Das Tomatenmark dazugeben. Die frischen Tomaten klein schneiden und unterrühren. Dann die passierten Tomaten dazugeben und die Soße 30 Minuten lang köcheln lassen. Schließlich die gehackten Kräuter unterrühren und mit Salz, Pfeffer und ein wenig Zucker abschmecken. Abkühlen lassen.

Für die Füllung das Gemüse (außer dem Spinat!) sehr klein schneiden und in Olivenöl anbraten. Nach 10 Minuten den grob gehackten Spinat und nach weiteren 2 Minuten 2 kleine Kellen der Tomatensoße dazugeben. **[1]**

Alles gut verrühren und kalt stellen. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.
Sind Soße und Füllung abgekühlt, wird der ausgerollte Blätterteig zu zwei Dritteln mit Tomatensoße bestrichen. Auf diese Fläche anschließend außerdem die Füllung geben. **[2]**

Den Rand des Teiges an einer Seite über die Füllung schlagen und das Papier anheben. Je höher man das Papier hält, desto schneller rollt sich der Teig auf. **[3]**

An den Enden den Teig einschlagen und mit einer Gabel eindrücken. Dann die Rolle in 3 cm breite Stücke schneiden. **[4]**

Diese Schnecken werden auf einem Backblech 15 bis 20 Minuten lang gebacken (immer wieder mal prüfen, wie braun sie schon sind).
Besonders gut schmecken dazu Kartoffelbrei und ein Tomaten-Joghurt-Dip. **[5]**

Guten Appetit wünscht der Karton!

Bremer
Volkshochschule
Adult Education Center
Université Populaire
Das neue Programm
erscheint im August!
Themen beleuchten.
Kreativ denken.
Neugierig bleiben.
vhs
bremer
volkshochschule
www.vhs-bremen.de
hofATELIER, Bremen · Foto: © fotolia

Anzeige

Foto: © fotolia

Safety first .... Exklusion statt Inklusion

Ein Kommentar von Thomas Bretschneider

Da haben sich mal wieder Fachleute zusammengesetzt und sich über die Sicherheit behinderter Menschen Gedanken gemacht. Voilà: Nun dürfen auch Epileptiker schwimmen lernen. Mit Schwimmweste, überdimensioniertem Überlebenskragen und einer eigenen persönlichen Assistenz (mit Rettungsschwimmernachweis) in unmittelbarer Nähe des besagten Kindes – oder sollten wir besser „Hochrisiko-Person" sagen?

Wir, der Martinsclub, begleiten tagtäglich Menschen mit ihren eigenen Fähigkeiten inklusiv in dieser Gesellschaft. Wir Eltern von Kindern mit Epilepsie tragen tagtäglich Sorge, dass unsere Kinder ein möglichst normales Leben führen können. Wir Ärzte finden einen medizinischen Weg zwischen Risiken und Chancen, um den Patienten mit Epilepsie Lebensqualität und Sicherheit im Umgang mit dieser Krankheit zu ermöglichen. Wir alle sagen „herzlichen Dank" an die Bremer Bäder und das Sportreferat der Senatorin für Kinder und Bildung für das sofortige Verbot, am Schwimmunterricht teilnehmen zu dürfen – sofern sich nicht ein Assistent mit Rettungsschwimmerabzeichen neben dem sowieso schon anwesenden Bademeister im Wasser bei dem Kind mit Epilepsie aufhält. Wohlgemerkt: Das Kind muss trotzdem noch die technische Lebensrettungsausrüstung tragen!

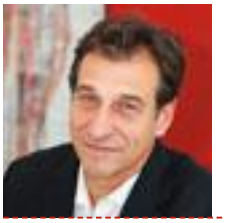
Wie kann Inklusion funktionieren, wenn überzogene Sicherheitsanforderungen immer stärker um sich greifen und immer stärker bevormunden, ja, sogar ausgrenzen? Wie kann Inklusion funktionieren, wenn das gesunde Risikobewusstsein und die Verantwortung aller Beteiligten ausgehebelt werden durch Vorschriften und Erlasse?

Kein Vater und keine Mutter erlauben ihrem Kind zu schwimmen, wenn es regelmäßig Anfälle erleidet, kein Arzt wird eine entsprechende Erlaubnis ausstellen. Trotzdem wird dieses Verbot mit aller Konsequenz durchgezogen, auch für diejenigen, für die Schwimmen kein Risiko darstellt. Ein behördliches Schwimmen-Lern-Verbot in Bremen – herzlichen Dank dafür! ■

Autoren dieser Ausgabe

Frage an die Autoren: „Was ist dein liebstes Sommerlokal?“

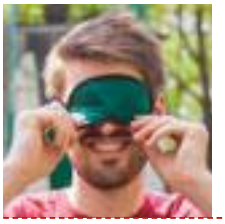
Marco Bianchi
„Ich empfehle den guten alten Blues-Club Meisenfrei in der Hankenstraße. Dort gibt's Heavy Metal live und nette Leute.“



Thomas Bretschneider
„ROTHEO natürlich, nach dem Motto: Sommer, Sonne, Sonnenplatz ... und Kattenturm ist immer eine Reise wert!“

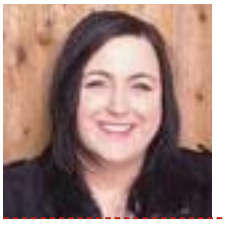
die durchblicker ...
... wollen den Sommer im Freien mit einem Eis genießen.

Petra Freiberg
„‚Die Kneipe': nur wenige Minuten entfernt, Einrichtung wie in den 70ern, Gäste ebenso ... kein Chichi.“



Benedikt Heche
„Mein Kneipentipp für jede Jahreszeit: Capri-Bar im Bermudadreieck – gute Menschen, gute Drinks, gute Musik. Cheers!“

Stefan Kubena
„Ich bin lieber an der Bar als in der Bar. Bar ist nämlich auch ein Wort für Turnstange.“



Nina Marquardt
„Mediterrane Küche im Bandonion. Mit etwas Glück kann man im Sommer am offenen Fenster sitzen.“

Michael Peuser
„Das Haus am Walde, weil man da draußen sitzen kann.“

Chris Ruschin
„Loui & Jules im Steintor. Auf drei Dinge kann man sich verlassen: schöner, luftiger Raum, leckeres Essen, gute Atmosphäre.“

Ellen Stolte
„Das Café Sand. Da kann man beim Essen auf das Wasser schauen und sich hinterher in den Sand legen.“

Frederike Treu
„Die Hammehütte in Worpswede. An einem lauen Sommerabend am Wasser sitzen und der Sonne beim Untergehen zuschauen.“

m@martinsclub.de

Foto: Frank Pusch

Impressum und Kontakt

Herausgeber	Martinsclub Bremen e. V. Buntentorsteinweg 24/26, 28201 Bremen Telefon: (0421) 53 747 40 kontakt@martinsclub.de, m@martinsclub.de www.martinsclub.de
ViSdP	Thomas Bretschneider
Redaktion	hofAtelier, Frederike Treu, die durchblicker und Martinsclub Bremen e. V.
Gestaltung	hofAtelier, Bremen
Korrektur	besserschreiber, Bremen
Fotografie	Frank Scheffka, Frank Pusch, mocambo Verlag, KiWi Verlag, Nina Marquardt, Nico Oppel, Inklusion muss laut sein, Kathrin Truhart. Pan-Afrikanischer Kulturverein
Erscheinungsweise	4 x jährlich
Auflage	5.800 Stück
Druck	Girzig + Gottschalk GmbH

Spenden und Sponsoring

Kim Langer
Telefon: (0421) 53 747 799
spenden@martinsclub.de

Spendenkonto
Nr. 10 68 45 53, BLZ 290 501 01
Sparkasse Bremen
IBAN DE72 2905 0101 0010 6845 53
BIC SBREDE22XXX

Informationen zur Bewerbung unter
www.martinsclub.de/pflegedienst

Pflegedienst m|c
BESSER • GEPFLEGT