

Der Kiezbote

Die Stadtteilzeitung für den Sprengelkiez. KiBo Nr. 1 / 2012



So frühstückt der der Sprengelkiez

Vorwort

- 2 Mit Herz und Charme –
Der Lindengarten ist wieder da!

Mein Kiez

- 3 Schöne Grüße: Neue Postkarten
vom Sprengelkiez
3 Neues Leben für leerstehende Läden
4 Aktuell und kompakt: Zwei neue
Broschüren zu Angeboten im Kiez
5 Horst Köhler: „Ich fühle mich wohl, jetzt
hier auch zu hängen“
6 Das Jobcenter zieht in den Rathaus-
Neubau!
6 Sibirien lässt grüßen: Der plötzliche
Wintereinbruch

Thema: So frühstückt der Kiez

- 7 Umfrage: So frühstückt der Kiez
7 Hier können Sie gut frühstücken
8 Die erste Mahlzeit am Tag: Das Frühstück
9 Kaffee oder Tee – internationale
Frühstücksgewohnheiten
9 Reim Dich oder ich fress Dich!
10 Ggespräch mit Raimo Kuntsche und
Albert Premer
10 Kiezfrühstück wieder da!

Initiative

- 11 Neujahrsempfang der Osterkita
11 Eine gute Idee
12 Vom Schulgarten bis zur Langen
Tafel: So half der Quartiersfonds 1 2011
13 Nachwuchs-Rapper gesucht
14 „Ein geschenkter Tag“
15 Der „Lebendige Adventskalender“ hat
sich als wertvolle Tradition etabliert
16 Christophe Ndabananiye, deutsch-ruan-
discher Künstler aus dem Sprengelkiez
16 Nützliche Adressen

Impressum

Herausgeber

Lo'Nam Verlag/
Afrika Medien Zentrum e.V.
Torfstr. 12, 13353 Berlin
Tel.: (030) 97 89 55 36
Fax: (030) 96 08 99 97
EMail: info@lonam.de
www.lonam.de

V.I.S.D.P.

Hervé Tcheumeleu

Redaktion

Siemen Dallmann, Karin
Liersch, Narcisse Djakam,
Stefanie Schams, Saskia
Vogel, Niklas Wunsch,
Bettina Kupke

Mitarbeiter dieser

Ausgabe

Anne Wispler, Carola
Kaltenegger, Franziska
Musche, Otto Zimmermann

Titelbild

Kiezfrühstück

Foto: Siemen Dallmann

Ernst Fretz - Fotolia

Korrektur

Niklas Wunsch, Lydia
Manock Bayap, Stefanie
Schams

Druck: Offset Druck
Wende

Gefördert durch die
Europäische Union,
die Bundesrepublik
Deutschland und
das Land Berlin im
Rahmen des Programms
„Zukunftsinitiative
Stadtteil“ - Teilprogramm
„Soziale Stadt“.



Mit Herz und Charme – Der Lindengarten ist wieder da!



Das Team vom Restaurant Lindengarten; Foto: Siemen Dallmann

Im August 2011 haben wir es gewagt, die wunderschön gelegenen und historisch geprägten Räumlichkeiten am Nordufer 15 wieder mit Leben zu füllen. Als langjährige Kiezbewohner lag uns dieses Lokal besonders am Herzen. Nach umfangreichen Renovierungsarbeiten und mit viel Unterstützung durch Freunde und Nachbarn ist ein stimmungsvoller Ort entstanden, an dem sich Familien, Generationen, Nachbarn, Weddinggäste, Berufstätige und Freunde treffen und wohl fühlen sollen. Besondere Aufmerksamkeit haben wir der Gartengestaltung geschenkt. Mit Buddelkasten und Sandboden, Rosen und Lavendel, ist eine sommerliche Oase für Groß und Klein entstanden. Der atmosphärisch gestaltete, separate Saal bietet neben zusätzlichen Toiletten und eigener Garderobe aufgrund seiner Größe und technischen Ausstattung Raum für Tagungen, Fortbildungen und Feierlichkeiten jeglicher Art.

Essen und Trinken

Bodenständige deutsche Küche, gepaart mit vegetarischen Raffinessen, kleine Nachtküche, individuelle (auch Brunch-) Buffets, selbstgebackener Kuchen und eine umfangreiche Frühstückskarte (z. B. Kleines Frühstück: Wurst, Käse, Konfitüre, Ei, 2 Brötchen, Kaffee Crema/Tee satt für 4,90,-€) sind neben saisonalen und wechselnden Spezialitäten zu soliden Preisen im Angebot.

ALLE Suppen und Saucen werden von unserer

Küche ohne Verwendung von Geschmacksverstärkern oder Fertigprodukten frisch hergestellt. Die Getränkekarte findet Anklang bei Groß und Klein. Besonderer Beliebtheit erfreut sich das dunkle und helle Krusovice (ein tschechisches Bier) vom Fass.

Konzeptionelle Angebote

Ab Februar 2012 wird es regelmäßig einmal im Monat Gelegenheit geben, die „Gute alte Zeit“ wieder aufleben zu lassen und in Erinnerungen zu schwelgen.

Unter dem Motto „Kaffee - Kuchen - Krusovice“ sind alle Interessierten bei nostalgischer Musik, Gesprächen und Fotos hierzu herzlich eingeladen. Um die Wartezeit auf den Sommer zu verkürzen, möchten wir in der kalten Jahreszeit, neben unserem umfangreichen Angebot an Spielen, interessierten Eltern und Kindern im Saal Platz für entspannte Begegnungen bieten. Mütter und Väter melden sich bitte unter 0177-2888041 oder direkt im Lindengarten.

Wir freuen uns sehr, das Leben und Treiben im Kiez durch unser Lokal und unsere Angebote mitgestalten zu können und heißen alle Gäste täglich von 9.00 Uhr bis 1.00 Uhr „HERZLICH WILLKOMMEN!“.

Ihr Lindengartenteam

Gaststätte/Restaurant Lindengarten / Nordufer
15 / 13353 Berlin Tel.: 030-81404845 /
www.lindengarten-wedding.de

Schöne Grüße: Neue Postkarten vom Sprengelkiez



So sehen die neuen kostenlosen Karten aus. Grafik: QM Sparrplatz

Wie wäre es zum neuen Jahr mit einem Gruß aus dem Sprengelkiez? Die originellen Montagen aus Polaroids und „richtigen“ Fotos zeigen einige typische Ansichten aus unserer Nachbarschaft, wie den Sprengelpark oder die Brücke über den Berlin-Spandauer Schiffahrtskanal. Vier Motive stehen zur Auswahl.

Holen Sie sich die kostenlosen Postkarten im Quartiersmanagement-Büro in der Burgsdorfstraße oder den einschlägigen Kieztreffpunkten wie dem SprengelHaus, dem Afrika Medien Zentrum oder in den Geschäften und Einrichtungen im Sprengelkiez. So

können Sie nicht nur einem lieben Menschen einen Gruß zukommen lassen, sondern auch gleich Werbung für unser Viertel machen. Nur die Briefmarke müssen Sie noch selbst draufkleben. Das Logo „Original aus dem Sprengelkiez“ haben Gewerbetreibende einst in Workshops für ein gezieltes Marketing unseres Stadtteils entworfen. Finanziert wurde das bunte Druckwerk aus den Mitteln des Quartiersmanagements Sparrplatz zur Öffentlichkeitsarbeit.

Özlem Ayaydinli, Katja Krüger, Anne Wispler

Neues Leben für leerstehende Läden



Fenster eines Ladens; Foto: Saskia Vogel

Mietvertrag“, so Anke Rommels Erfahrung. Davon würden auch die Immobilienbesitzer profitieren. Das „a-dding“-Projekt soll den Wedding langfristig kreativ beleben. Die Gäste können aus den unterschiedlichsten Bereichen kommen wie Handel, Gastronomie, Bildung und Kunst. Damit deutlich wird, dass die Aktionen aktiv gemanagt werden, hat das „a-dding“-Team ein eigenes Ladenschild entworfen, welches auf das Projekt verweist. Anke Rommel freut sich über eine rege Beteiligung, vor allem der Vermieter: „Um die Kiezbelebung zu ermöglichen“.

Interessierte können auf der Plattform www.a-dding.de Kontakt aufnehmen.

Anke Rommels bedruckte „aroshi“-Shirts mit selbstentworfenen Motiven aus der Serie „Der Wedding zieht an!“ können unter www.aroshi.de bestellt werden.

Saskia Vogel

Schon lange ist es Anke Rommel aus dem Sprengelkiez aufgefallen: „Im Wedding gibt es viele Ladenlokale, die leer stehen, und gleichzeitig eine Menge kreative Leute, die Räumlichkeiten für ihre Arbeit gebrauchen können“. Gemeinsam mit Künstlerin Marlis Urbach hat die T-Shirt-Designerin daher die Plattform „a-dding.de“ entwickelt. Der Name setzt sich aus „A“ wie A-nke oder A-nfang und „-edding“ wie Wedding oder englisch „hinzufügen“ zusammen. Der Name ist Programm, denn die Plattform soll Inhaber von freien Ladenlokalen animieren, ihre Räumlichkeiten Mietgästen für eine Zwischennutzung zur Verfügung zu stellen. Das können wenige Tage oder auch mehrere Monate sein, bezahlt werden lediglich die Betriebskosten. „Oft ergibt sich aus der kurzfristigen Nutzung zügig ein regulärer



Termine

Hubert König - „art=(un)artig - MM-MMX“

Ausstellung bis 7. April 2012 bei Wedding Art, Tegeler Str. 40 - 13353 Berlin geöffnet: Montag 14-19, Donnerstag 14-22, Samstag 11-17 Uhr und nach Vereinbarung (030-96513121)

Abfahrt Kunst! Die Museums-Haltestelle: 04.03. und 18.03.2012

Abfahr um 13:15

Auch im Winter 2012 haben Kids aus dem Kiez die Möglichkeit, von der Museumshaltestelle am Leopoldplatz aus zu Kunst - Workshops ins Museum für Gegenwart, dem Hamburger Bahnhof, zu fahren. Info: <http://museumshaltestelle.blogspot.com/>

Quartiersrat Otto Zimmermann lädt Sie zur Diskussion ein

Was können die Quartiersräte persönlich tun, um die Bewohner besser über ihre wichtige Arbeit zu informieren? Wie kann eine breitere Bürgerbeteiligung erreicht werden? Diese Frage hat Quartiersrat Otto Zimmermann auf der offiziellen Facebook-Seite des QM Sparrplatz gepostet und wünscht sich dazu eine rege Diskussion. <http://www.facebook.com/Quartiersmanagement.Sparrplatz>

Mehr unter: www.sparrplatz-quartier.de

Aktuell und kompakt: Zwei neue Broschüren zu Angeboten im Sprengelkiez

Sie suchen eine KITA für Ihr Kind oder Freizeit- oder Sportangebote in der Nähe? Zwei neue Broschüren des Quartiersmanagements Sparrplatz informieren über Angebote im Sprengelkiez.



Die Bildungsbroschüre „Lernen für Kleine ganz groß im Kiez“

Das Quartiersmanagement Sparrplatz hat 2010 zum ersten Mal alle Kitas, Tagespflegestellen und Schulen zwischen Luxemburger Straße, Müllerstraße und Nordufer in einer Broschüre aufgelistet, die nun komplett überarbeitet wurde. Sie informiert über das vielfältige Angebot von Bildungseinrichtungen für Kinder im Sprengelkiez.

Das schön gestaltete Druckwerk zeigt, dass im Sprengelkiez eine Menge für die Entwicklung und Betreuung der Jüngsten getan wird. Neben den Kontaktdaten und Öffnungszeiten stellen die Einrichtungen ihre speziellen Angebote vor. Ein großes Dankeschön geht an alle Kinder, die mit ihren Bildern das bunte Heft verschönert haben.

Die Kiezbrochure „Alles drin im Sprengelkiez“

Sie suchen Freizeit- oder Sportangebote in Ihrer Nähe? Sie brauchen Adressen und Öffnungszeiten von Beratungsstellen? Mit der ebenfalls komplett runderneuten Kiezbrochure „Alles drin im Sprengelkiez“ vom Quartiersmanagement Sparrplatz alles kein Problem. Wir haben gesammelt, was der Sprengelkiez an Bildung, Beratung und Begegnung zu bieten hat. Ob Kunst, Kultur oder Kleiderkammer: Hier finden Sie schnell und übersichtlich, wonach Sie suchen. Der Aufbau ist sehr nutzerfreundlich und soll zum Entdecken einladen.

Sie finden die Broschüren z. B. im SprengelHaus, im Afrika Medien Zentrum, in der Osterkirche, der Baptistenkirche und natürlich auch im Quartiersmanagement-Büro in der Burgsdorfstraße 13a. Sollten die Hefte vergriffen sein, so können Sie sie auf der Webseite www.sparrplatz-quartier.de herunterladen.

Anne Wispler

Deutsch lernen für den Beruf

für Menschen mit und ohne Migrationshintergrund

■ Lese-, Schreib- und Dialogwerkstatt

Voraussetzung: Deutschkenntnisse
Dauer: 8 Wochen
Wann: Start jeweils Mitte des Monats - Januar, März, Mai
Zeit: Mo bis Fr 9.00-12.00 Uhr

■ Deutsch für Menschen mit einfachen Sprachkenntnissen

Dauer: 8 Wochen
Wann: Start jeweils Mitte des Monats - Januar, März, Mai
Zeit: Mo bis Fr 13.00-15.00 Uhr



Seminarort: SprengelHaus

Sprengelstraße Nr.15
2. Hof, erste Etage
13353 Berlin

Kursstart:
laufender Einstieg möglich

Weitere Infos: www.wetek.de

Dieses Vorhaben wird aus dem Europäischen Sozialfonds der Europäischen Union und aus Mitteln des Bundesministeriums für Verkehr, Bau und Stadtentwicklung gefördert.

„Ich fühle mich wohl, jetzt hier auch zu hängen“

Bundespräsident a. D. Horst Köhler enthüllte im Rathaus Tiergarten ein Porträt seiner selbst, das nun neben jenen seiner Vorgänger zu sehen ist. Zur Causa Wulff äußerte er sich nicht.

Die Galerie der Bundespräsidenten im Balkonsaal des Rathauses beherbergt Bildnisse von sämtlichen deutschen Staatsoberhäuptern seit 1949. So reiht sich nun auch das Porträt des neunten Präsidenten Köhler – gemalt mit Öl auf Leinwand – in diese einmalige Tradition ein. Dessen Schöpfer Matthias Koeppel hatte 2005 schon Johannes Rau porträtiert. Nach der Begrüßung durch den Bezirksbürgermeister von Berlin-Mitte, Christian Hanke (SPD), ergriff auch Koeppel das Wort. „Ich bin froh, Herr Bundespräsident, dass Sie noch genauso aussehen wie damals“, sagte der Maler nicht ganz im Ernst, da das Bild bereits vor einiger Zeit entstanden war. Als Vorlage hatten ihm Fotos genügen müssen, nebst einer kurzen Audienz im Schloss Bellevue mit einem gerade vom Joggen kommenden Köhler.

„Sie haben ein paar sehr markante Falten“, so Koeppel weiter; er verstehe diese als Zeichen von Köhlers „Entschlossenheit“. Der nahm es sportlich: Die Ernsthaftigkeit eines Präsidenten komme heraus, stellte er fest. Insgesamt schien den offenbar gut aufgelegten Köhler das Ergebnis von Koeppels Arbeit zu erfreuen: „Ich habe das Gefühl, ich bin ganz gut getroffen“, würdigte er die Leistung des Künstlers.

Der im Mai 2010 wegen der Kritik an seinen Aussagen zu Auslandseinsätzen der Bundeswehr vom Amt des Bundespräsidenten zurückgetretene Köhler äußerte sich nicht zu der aktuellen



Ex-Bundespräsident Horst Köhler; Foto: AMZ

Affäre um seinen Nachfolger Christian Wulff. Dafür brachte er seine Wertschätzung für die Tradition der Galerie zum Ausdruck, die ursprünglich – zu Zeiten der deutschen Teilung – die Solidarität der BRD mit Berlin symbolisiert hatte, wie Bezirksbürgermeister Hanke erinnerte. „Ich fühle mich wohl, jetzt hier auch zu hängen“, sagte Köhler.

Niklas Wunsch

Das Jobcenter zieht in den Rathaus-Neubau!

Die Entscheidung über die Vermietung des Rathaus-Neubaus in der Müllerstraße ist gefallen. Jetzt will man in Mitte das Jobcenter auf drei Standorte verteilen – Wedding, Moabit und Mitte. Mit dieser Entscheidung kommt auch frisches Geld in die Landeskasse, sowohl für die Sanierungskosten – der Beitrag der Arbeitsagentur beträgt ca. 4 Millionen Euro – als auch durch wahrscheinlich höhere Mieteinnahmen. Als Mieter war bis vor kurzem nur die Beuth Hochschule für Technik im Gespräch, die auch gut in das Sanierungskonzept für das Aktive Zentrum Müllerstraße gepasst hätte. Hier ist von einem „Band der Bildung“ die Rede, das vom Atze-Musiktheater über die Beuth Hochschule und die Schiller-Bibliothek bis hin zum Leopoldplatz und zur Volkshochschule gehen soll.

Aus Sanierungsgründen muss auch das Bürgeramt spätestens im Herbst 2012 auf einen neuen Standort ausweichen. So wie es aussieht, wird das Bürgeramt wohl in das Finanzamt in der Osloer Straße ziehen.



Siemen Dallmann

Sibirien lässt grüßen: Der plötzliche Wintereinbruch

Nachdem Nachdem 2011 auch im Sprengelkiez bei gefühlt tropischen Verhältnissen ausgeklungen war, dachte so mancher schon, der Winter könnte dieses Jahr tatsächlich ausfallen. Weit gefehlt – Ende Januar kam er dann doch noch. Und wie! Das sibirische Hoch „Cooper“ bescherte Deutschland eisige Temperaturen, die Thermometer fielen teils auf minus zwanzig Grad Celsius; selbst bei Sonnenschein kletterte das Quecksilber kaum über den Gefrierpunkt. Fliehen zwecklos: Sogar im italienischen Badeparadies Rimini herrschte Schneegestöber statt Strandvergnügen.

Was nun manch einem lästig ist, bietet dem Winterliebhaber Gelegenheit zum beschaulichen Spaziergang inmitten weißer Pracht, denn Schnee brachte „Cooper“ auch dem Kiez. So kann man entlang des Kanalufers oder im Park die Seele baumeln lassen. Wem es doch zu frisch wird, der muss sich in der Regel nur einmal nach rechts und links wenden – und schon ist ein ruhiges Plätzchen gefunden, an dem man sich bei Kaffee oder Tee aufwärmen kann. Kinder und Junggebliebene freuen sich aufs Rodeln, Schlittschuhlaufen und die nächste Schneeballschlacht.

Bei aller winterlichen Romantik: Der außerordentliche kalte Februar 2012 kam überraschend und sorgte für Chaos auf den Straßen, zugefrorene Wasserwege und explodierende Heizkosten. Zahlreiche Menschen starben in der klirrenden Kälte.

Niklas Wunsch

Umfrage: So frühstückt der Kiez

An einem kalten Wintertag im Februar zogen wir los, um herauszufinden, wie die Bewohner des Sprengelkieses frühstücken. Dazu befragten wir auf offener Straße 100 Menschen zu ihren Frühstücksgewohnheiten. Vom kleinen Jungen bis zur älteren Dame nahm sich fast jeder eine Minute Zeit für uns und beantwortete bereitwillig unsere Fragen.

Die Frage danach, ob sie jeden Tag frühstücken, bejahten mehr als die Hälfte der Befragten. Viele gaben jedoch an, dass sie in der Woche oft keine Zeit hätten, üppig zu frühstücken und sich ihr Frühstück sehr stark unterscheidet, je nachdem, ob Mittwoch oder Sonntag sei.

Würde man durch die Fenster unserer Kiezküchen schauen, würde man fast jeden Bewohner irgendwann zwischen sechs und zehn Uhr morgens am Tisch sitzen sehen. Nur die wenigsten essen früher, am Wochenende wird aber gerne auch mal später zugeschlagen und schön ausgiebig und lange gebuncht.



Kiezfrühstück im Sprengelhaus. Foto: Siemen Dallmann

Aber was genau essen denn nun unsere Nachbarn? Bei siebzig der hundert Befragten stehen Brot und Brötchen nebst verschiedenster Beläge auf dem Frühstückstisch, aber auch nicht wenige essen morgens Cornflakes oder Müsli, manchmal mit Obst. Ein junger Mann erzählte uns, er esse jeden Morgen bis zu acht Eier und trinke dazu schwarzen Tee, und zwar nur Tee; er frühstücke zudem alleine, denn teilen möchte er seine Morgenmahlzeit nicht unbedingt.

65 Prozent der Befragten messen dem Frühstück große Bedeutung zu. Schließlich käme man ja morgens sonst nicht auf Trapp. Aber auch ganze 30 Prozent meinten, ihr Frühstück sei ihnen weniger wichtig. Gar nicht wichtig war das Frühstück nur sehr wenigen Befragten. Die erste Mahlzeit des Tages ausfallen zu lassen, soll ja bekanntlich auch ungesund sein.

Die meisten Bewohner unseres schönen Sprengelkieses haben das Glück, in Gesellschaft zu frühstücken; andere wollen das gar nicht, aber das ist eher die Ausnahme. Viele der Befragten betonten jedoch, es gebe auch in diesem Punkt große Unterschiede zwischen dem Frühstück in der Woche und dem am Wochenende.

Bettina Kupke



1

Bäckerei Nazar –
Sprengelstraße 17



2

Schupke –
Tritfstraße 58

19

Baguetterie –
Föhler Straße 12



18

Izmir simir –
Föhler Straße 11



17

Knusper Bäcker –
Torfstraße 17



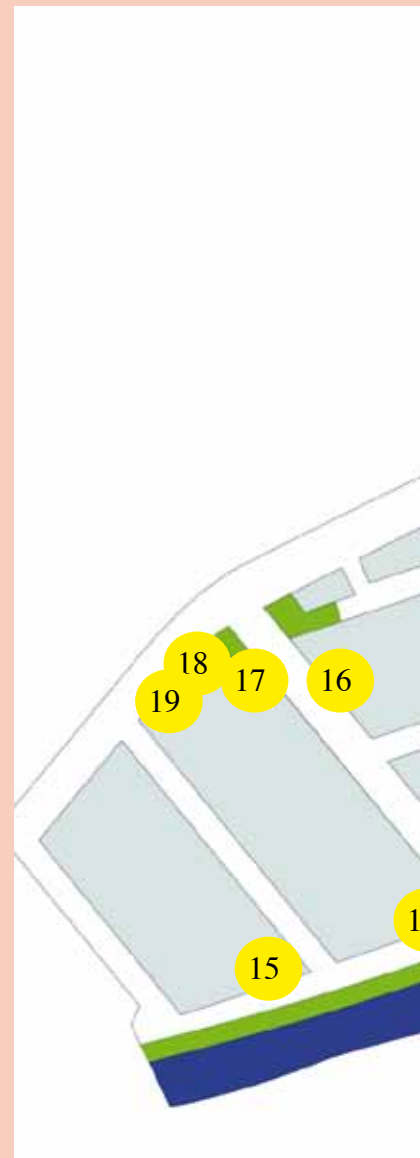
16

Dazwischen –
Torfstraße 16



15

Lindengarten –
Nordufer 15



Hier können Sie gut frühstücken



3 Bäckerei – Triftstraße 8



4 HS. Backhaus – Triftstraße 4



5 M&M Back – Müllerstraße 156a



6 Votan Bäckerei – Müllerstraße 156c

7 Prime Time Kantine – Müllerstraße 163



8 Café Reuter – Sparrplatz



9 Bäckerei Schneeglöckchen – Tegeler Straße 24



10 Der Bioladen – Tegeler Straße 30



11 Schade – Tegeler Straße 23



Alle Angaben ohne Gewähr. Falls wir ein Laden vergessen haben, bitten wir hier schon um Entschuldigung.
Senden Sie Ihre Anregungen an: kiezbote@lonam.de

14 Deichgraf – Nordufer 10



13 Auszeit – Kioutschoustraße 12a



12 Backufer – Nordufer 5



Die erste Mahlzeit am Tag



Frühstückstisch; Foto: Ernst Fretz (c) Fotolia

Das deutsche Wort „Frühstück“ reicht bis ins 15. Jahrhundert zurück und bedeutete ursprünglich das frühmorgens gegessene Stück Brot. Das Wort löste den bis dahin üblichen mittelhochdeutschen Ausdruck „morgenbröt“ ab.

In Deutschland besteht das Frühstück üblicherweise aus einem heißen Getränk (Kaffee, Tee, Milch oder Kakao) sowie aus Backwaren (Brot, Toastbrot, Brötchen) mit verschiedenen Belägen und Aufstrichen (Butter oder Margarine, Wurst, Käse, Marmelade, Honig, Quark, Nuss-Nougat-Creme), verschiedentlich auch aus einem Glas Saft, einem gekochten Ei, zunehmend überdies aus Müsli, Getreide, Joghurt oder Obst.

Schnelles Frühstück

Viele Menschen müssen früh aufstehen, weil die Arbeit zeitig beginnt oder sie zur Schule müssen. Diesen Menschen bleibt oft keine Zeit für ein traditionelles Frühstück mit Brötchen, Butter und Marmelade oder Wurst und gekochtem Ei. Oft reicht es gerade noch für einen Kaffee oder Tee, bevor es an die Arbeit oder in die Schule geht. Aber ohne nährstoffreiches Frühstück sollte der Tag niemals beginnen.

Während der Nacht hat der Körper von seinen Energiereserven gelebt. Wie bei einem Akku mit begrenzter Speicherkapazität muss er am Morgen wieder Energie aufnehmen und speichern, um mit neuer Kraft den Arbeitstag beginnen zu können. Aber es kommt weniger darauf an, wie viele Kalorien aufgenommen werden als vielmehr darauf, dass wertvolle Nährstoffe aufgenommen werden.

Gesundheitliche Aspekte

Die Einnahme eines nährstoffreichen Frühstücks verbessert die Fähigkeiten des Menschen: So scheint ein gutes Frühstück zu einer besseren Gedächtnisleistung beizutragen und, bei Schulkindern, zu einer besseren Mitarbeit im Unterricht und somit auch zu besseren Schulnoten. Darüber hinaus scheint sich ein nährstoffreiches Frühstück als Teil einer gesunden Ernährung positiv auf die Gesundheit und das Wohlbefinden eines Menschen auszuwirken.

Vormittags braucht Ihr Körper häufig besonders viel Energie. Deshalb ist eine nährstoffreiche Morgenmahlzeit besonders wichtig. Doch häufig ist die Zeit knapp und das Frühstück muss schnell gehen.

Ein Kaffee oder Tee, ein Joghurt und ein Fruchtsaftgetränk sind zwar schnell zubereitet und auch schnell eingenommen, aber allein kein so guter Start in den Tag.

Zimt-Frühstück für Diabetiker

Echter Zimt kann den Blutzucker um bis zu 30% senken.

Weitere Informationen hierzu unter www.pachamama-online.net/13353/zimt.pdf

Mandel-Müsli

100 g Haferflocken
2 TL (20 g) gehobelte Mandeln
2 TL (20 g) Rosinen
½ TL Zimt-Pulver einrühren
Alles vermischen und übergießen mit 300 ml Vollmilch

Zimt-Kaffee

1 Kaffee-Pott, ca. 250 ml
¾ voll heißen Kaffee eingießen
½ Teelöffel Zimt-Pulver einrühren
¼ mit Vollmilch auffüllen
Oder statt Kaffee
¾ heißes Wasser mit einem gehäuften Teelöffel Kakao verrühren, aber echten Kakao, kein Schokogetränkpulver!

Alles zusammen ergibt ca. 750 kcal = 1/3 des Tagesbedarfs.

Vorgeschlagen von: Otto Zimmermann

Nährstoffreiches Frühstück

Nährstoffreicher ist ein aus Milch, Joghurt oder Fruchtsaft und Vollkorngetreide (Hafer, Dinkel, Hirse, Weizen) und/oder Samen (Leinsamen, Amaranth) hergestelltes Müsli. Das kann am Abend vorbereitet werden und morgens können Obst (Äpfel, Birnen, Pfirsiche, Pflaumen), Südfrüchte (Bananen, Orangen, Ananas, Kiwi, Mango oder Avocado), Beerenobst (Himbeeren, Brombeeren, Blaubeeren, Johannisbeeren, Stachelbeeren, Moosbeeren, Erdbeeren), Nüsse (Walnüsse, Haselnüsse, Erdnüssen, Pistazien), Samen (Sonnenblumenkerne, Pinienkerne, Mandeln) und getrocknete Früchte (Rosinen, Datteln, Feigen, Pflaumen) zu unterschiedlichen Teilen hinzugefügt werden. Die Mischung aus Milch, Getreide, Obst, Samen und Nüssen enthält wichtige Makro- und Mikronährstoffe, Ballaststoffe und eine Fülle von bioaktiven Stoffen für Wohlbefinden, Vitalität und Gesundheit. Das unterwegs am Kiosk erworbene Stück Kuchen oder der Schokoriegel sind kalorienreich, aber bei weitem nicht so nährstoffreich und nachhaltig wirksam wie das schnelle Frühstück (Müsli) von zu Hause.

Siemen Dallmann

Kaffee oder Tee – internationale Frühstücksgewohnheiten

Wenn ich morgens aufstehe, esse ich Joghurt mit Bananen zum Frühstück, doch das ist nicht das übliche Frühstück in Deutschland. Traditionell gibt es hier Backwaren wie Brötchen und dazu Wurst, Käse, Marmelade oder Nuss-Nougat-Creme. Getrunken werden heiße Getränke, egal ob Sommer oder Winter, und dann meistens Kaffee. Jeder hat seine eigenen Vorlieben, was den Kaffeegenuss betrifft. Manche trinken ihn schwarz, andere würden das bittere Getränk ohne Zucker und Milch gar nicht herunterkriegen. Als „typischer Deutscher“, wenn es diesen denn überhaupt gibt, trinkt man zum Frühstück Kaffee, denn der macht ja bekanntlich wach. Nachdem man also weiß, wer seinen Kaffee wie am liebsten trinkt, geht die Diskussion darüber

Joghurt und anderes Gemüse. Ganz anders sieht es dann wieder in den USA aus, wo das Frühstück aus Süßspeisen wie Cornflakes und Pancakes besteht. Letztere werden jedoch manchmal auch mit Bacon und einer Art Kartoffelpuffer gegessen. Süß ist auch das Frühstück in Brasilien, das zwar selten den Hunger stillt, aber ein Kaffee mit einer riesigen Menge Zucker darf vor dem Weg zur Arbeit nicht fehlen. Wenn dazu dann etwas gegessen wird, dann sind es Kekse mit Butter oder in den nördlicheren und ärmeren Regionen Maniokwurzel in vielen verschiedenen Varianten. Ein traditionelles Frühstück in Vietnam besteht aus einer Reisnudelsuppe mit Rindfleisch, Fisch oder Huhn. Je weiter westlich man blickt, umso mehr stehen dann Eierkuchen mit Bananen oder anderem Obst und Ba-



Frühstückstisch im Sprengelhaus; Foto: Siemen Dallmann

los, wer die Brötchen holen geht. Denn ein Frühstückstisch sieht doch am besten mit frischen Brötchen aus.

Diese Diskussion wird es in Kamerun wohl nicht geben, denn dort isst man zum Frühstück einfach die Reste vom Vortag. Und das auch meistens ohne Brot. So viele unterschiedliche Kulturen es auf der Welt gibt, so verschieden sind auch die Frühstücksgewohnheiten. Während man in Frankreich ein Croissant und Milchkaffee genießt, gibt es in Uganda Bohnen mit Reis, Maisbrei und dazu sehr süßen schwarzen Tee oder Milchtee. Und zwar erst um 10 Uhr, wenn man als Berliner schon längst im Büro sitzt und von der Mittagspause träumt. Auch im südafrikanischen Lesotho gibt es Maisbrei zum Frühstück, hier wird dazu gekochte oder saure Milch getrunken. Im Niger gibt es zu Brei und Fladenbrot Wasser und Zitronensaft.

Den schwarzen Tee finden wir auch in der Türkei auf dem Frühstückstisch. Daneben stehen Weißbrot, Salzlakenkäse, Oliven,

quette mit Marmelade auf dem Tisch. Auch in China gibt es Suppe zum Frühstück, dazu wird dann Sojamilch getrunken.

Doch auch die Essgewohnheiten variieren stark von Land zu Land. In Japan wird geschmatzt und geschlürft, um zu zeigen, dass das Essen schmeckt. Das können die meisten Europäer nicht verstehen, wenn sie mit Messer und Gabel am Tisch sitzen. Am Tisch zu sitzen ist dafür im asiatischen Raum, in arabischen Ländern sowie in Afghanistan und teilweise auch in der Türkei ungewöhnlich. Da wird auf dem Boden gegessen und das selten mit Messer und Gabel. Es werden Stäbchen benutzt, oder es wird mit den Händen gegessen.

Aber wo gehören mein Joghurt und die Bananen hin? Vielleicht ja zu einem typischen Berliner Frühstück – einem Mix aus vielen Kulturen der Erde.

Bettina Kupke

Lotte im Kiez

Reim Dich oder ich fress Dich!

Ich fresse gerne Brötchen und gebe dann auch Pfötchen. Ich fresse gerne Döner, nur Rinderherz schmeckt schöner. Ich fresse gerne Katzenfutter, am liebsten oben drauf mit Butter.

Ich nehme alles von der Straße:

Apfel,
Bonbons,
Chewinggum,
Datteln, Eis und Fischfilet,
Grilltomaten,
Hackepeter,

alles and're gibt es später.

Großes Vorbild ist mein Frauchen, die auch gerne kocht und schlemmt. Früh am Morgen gibt es Brötchen; Apfel, Bonbons, Chewinggum kommen gegen 11 Uhr ran. Datteln, Fischfilet und Eis bilden ihre Mittagsspeis'. Grilltomaten, Hackepeter, alles and're isst sie später!

Nachts wird dieses dann verdaut, auch noch bisschen Sauerkraut. Klingelt dann um 6 der Wecker, riecht es wieder schon so lecker:

Ich fresse gerne Brötchen...

Carola Kaltenegger



Gespräch mit

Albert Premer

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

bleibt. Eine Hochschule ist, denke ich, ein enormer Gewinn für diesen Kiez.

Wie sieht Ihr Frühstück aus?

Mein Frühstück besteht aus folgenden Teilen: Einem Glas warmem Wasser und einer Birne.

Wie wichtig ist das Frühstück für Sie?

Das Frühstück ist eine enorm wichtige Mahlzeit. Ohne Frühstück wäre ich unleidlich und mir würde jede Kraft für einen produktiven Tag fehlen.

Haben Sie ein Lieblingsrestaurant im Kiez?

Eindeutig, ja: ASAAD – Oriental Slow Food – hier gibt es das beste Halloumi in ganz Berlin! Frühstücken war ich hier allerdings noch nicht...

Guten Tag, Herr Premer. Wohnen Sie im Sprengelkiez?

Nein, ich wohne nicht im Sprengelkiez, aber ich arbeite hier an der Beuth-Hochschule und bin daher jeden Tag hier unterwegs.

Was genau ist Ihre Tätigkeit? Wie glauben Sie mit Ihrer Arbeit einen positiven Einfluss auf den Kiez zu haben?

Ich bin in der Forschung und Entwicklung an der Beuth-Hochschule tätig. Zusammen mit meinen Kollegen Sorge ich dafür, dass der Hochschulstandort in Wedding auch weiterhin erhalten

Text und Foto. *Narcisse Djakam*

Kiezfrühstück wieder da!



Nach einem Jahr Pause ist es nun 2012 wieder da, das Kiezfrühstück im Sprengelhaus. 2011 kamen immer wieder Anfragen, warum es kein Kiezfrühstück mehr gäbe. Die Antwort war: Das Frühstück wird ehrenamtlich organisiert und vorbereitet – wenn ihr mitmacht, gibt es das Kiezfrühstück auch wieder. Es haben sich einige Bewohnerinnen und Bewohner zusammengenommen und so wird das Frühstück nun wieder einmal im Monat organisiert. Jeden letzten Sonntag im Monat treffen sich Nachbarinnen und Nachbarn zum gemeinsamen Frühstück um 11.00 Uhr im SprengelHaus in der Sprengelstraße 15. Wer nach dem „Lebendigen Adventskalender“ nach weiteren Möglichkeiten sucht, seine Nachbarn kennenzulernen, ist hier richtig. Schaut doch einfach mal vorbei!

Text und Foto. *Siemen Dallmann*

Neujahrsempfang in der Osterkita

Am Sonntag, dem 21. Januar 2012, lud die Osterkirche zum Neujahrsempfang in die Sprengelstraße 35 ein. Die Turnhalle der Osterkita füllte sich und es gab viele interessante Gespräche. Im Anschluss wurden die 2011 renovierten Räume der Osterkita und die Jugend- und Musikräume im Keller eingeweiht.



Neujahrsempfang in der Osterkita; Foto: AMZ

Viele Gäste nutzten die Gelegenheit zum Rundgang, um die neuen Räume zu besichtigen.

Eine gute Idee

Das mit dem deutschen Schlager im Sprengelkiez war wirklich eine gute Idee.

Vorgetragen wird er von Tima der Göttlichen, Andreas Herrmann, Matthias Starck, Wolfgang G. Würtz und Georg. Zu sehen jeden ersten Mittwoch im Monat, im Nachtschwärmer bei Ernst e. V. in der Sprengelstraße 15. Wie gesagt: eine gute Idee, es lohnt sich vorbeizukommen.



Schlagerkonzert im Ernst Foto: Siemen Dallmann

Wie gesagt: eine gute Idee, es lohnt sich vorbeizukommen.

Sie wollen Erinnerung?

SIEDALL

MULTIMEDIA

Siemen Dallmann
Tel: 030 311 69 480
Handy: 017624825083

Berlin Wedding
Internet: www.siedall.de
Mail: info@siedall.de

Ich mache Fotos & Videos!

Der Kiezbote

Die Stadtteilzeitung für den Sprengelkiez.

**Unser Kiezbote
braucht dich!**

Offene Redaktionssitzung am
Donnerstag, dem 15.03.2012,
um 16.30 Uhr im Afrika Medien
Zentrum, Torfstr. 12.

einfach vorbeikommen!!!

**Titelthema der
nächsten Ausgabe:
Gesundheitsangebote
im Kiez**

**Kiezreporter
gesucht!**

Sie schreiben gern, Sie sind im Kiez unterwegs, wir bilden Sie zum Kiezreporter aus.

Einfach bei der Kiezbote-Redaktion melden:

Tel: 97895536

E-Mail: kiezbote@lonam.de

Öffentliche Ideenworkshops

Was braucht der Sprengelkiez?

Wir möchten Sie herzlich einladen, mit uns ins Gespräch zu kommen über Handlungsbedarfe und gemeinsame Ziele für das Programmjahr 2012.

Den drei öffentlichen Workshops folgt jeweils ein Ideenaufwurf. Hier haben alle Interessierten die Möglichkeit, ihre konkreten Konzepte einzureichen.

29.2.2012: Ideenworkshop „Wohnumfeldverbesserung“
(Grünanlagen, Spielplätze, Verkehr, Sicherheit und Sauberkeit im öffentlichen Raum): 18-21 Uhr, Gymnastiksaal im SprengelHaus, Sprengelstr. 15, 1. Hof links im EG.

14.3.2012: Ideenworkshop „Soziale Infrastruktur/ Integration/ Ehrenamt“
(inkl. Gemeinwesenarbeit, Verbesserung des Zugangs zum Arbeitsmarkt, Gesundheitsförderung): 18-21 Uhr, Gymnastiksaal im SprengelHaus, Sprengelstr. 15, 1. Hof links im EG.

28.3.2012: Ideenworkshop „Bildung“
(Schule, Kita, Sprachförderung, Kinder- und Jugendfreizeit): 18-21 Uhr, Reuter-Stiftung, Seminarraum im EG, Zugang über Triftstr. 67 oder über Café Reuter am Sparrplatz.

Ihr QM-Team Sparrplatz
Tel. 4660 6190

Mehr: www.sparrplatz-quartier.de
E-Mail: qm-sparrplatz@list-gmbh.de

Die Termine für die Workshops sind jeweils mittwochs

Vom Schulgarten bis zur Langen Tafel: So half der Quartiersfonds 1 im letzten Jahr

Der Quartiersfonds 1 machte 2011 viele Aktivitäten, Aktionen und Verbesserungsmaßnahmen möglich – jetzt gibt es wieder unbürokratisch Geld für den Kiez!



Lange Tafel; Foto: Katja Krüger



Schulgarten-Aktion; Foto Siemen Dallmann

Möchten Sie etwas für den Sprengelkiez tun und brauchen dafür Geld? Bis zu 15.000 Euro stehen dieses Jahr wieder im Quartiersfonds 1 zur Verfügung. Dieser „Topf“ ist für kleinere Maßnahmen gedacht, die einen Nutzen für den Kiez und seine Bewohner haben. Normalerweise gibt es pro Aktion oder Idee bis zu 500 Euro – in Einzelfällen auch bis zu 1.000 Euro. Gefördert werden ausschließlich Sachmittel, für größere Projekte gibt es weitere Fonds.

Im letzten Jahr wurden z. B. kleine Ausstellungen und Lesungen unterstützt. Und für den Schulgarten der Brüder-Grimm-Grundschule, von ein paar Nachbarn liebevoll gepflegt, konnte Material beschafft werden. Die Hartz-IV-Beratung im Nachbarschaftsladen bekam Geld für eine Schulung. Eine „Lange Nacht der Schulfilme“ am Schulstandort Müllerstraße wurde im Juni 2011 ebenfalls durch den Quartiersfonds 1 möglich.

Und im Herbst taten sich Eltern, Kinder und Betreuer zusammen, um den Wasserspielbereich des Abenteuerspielplatzes TELUX zu sanieren. Die alten Wasserläufe waren marode, also wurde Holz beschafft und gemeinsam alles repariert, damit hier im nächsten Sommer wieder ausgiebig geplänscht werden kann.

Auch die Lange Tafel in der Torfstraße, an der sich im Oktober hunderte Menschen trafen und zusammen draußen speisten, musizierten und feierten, war dem Quartiersfonds 1 zu verdanken. Und vielleicht am bekanntesten ist der Lebendige Adventskalender, zu dem sich dieses Jahr rund 900 Menschen auf die Socken machten, davon etwa einhundert Kinder und Jugendliche. Der vorweihnachtliche Besuchsmarathon wurde ehrenamtlich organisiert, aber für Flyer und Plakate gab es Fördergeld.

An diesen Beispielen sieht man, dass einfach und mit wenig Geld eine Menge für die Nachbarschaft zu erreichen ist. Leider gingen aber im letzten Jahr zu wenige Anträge ein, so dass nicht alle Mittel ausgegeben wurden. Hoffentlich wird das dieses Jahr anders, denn bestimmt hat fast jeder eine gute Idee für den Kiez, und vielleicht ja auch Lust diese umzusetzen.

Die unkomplizierten Anträge sind leicht zu stellen, dazu braucht man nur ein kurzes Formular auszufüllen. Entschieden wird dann vom Vergabebeirat, einer Jury, die von den Anwohner/innen gewählt ist.

Weitere Infos und Hilfe gibt es beim QM Sparrplatz in der Burgdorfstraße 13 a, unter der Telefonnummer 4660 6190 oder unter www.sparrplatz-quartier.de/1300.html.

Anne Wispler

Aus dem Quartiersfonds 1 unterstützte Projekte in 2011

Projekttitel	Träger	bewilligte Summe in €
AhA-Fortbildung	Hr. Rezek - AiK e.V.	270,00
Sprengelkiez TV 2011	Hr. Dallmann - AiK e.V.	699,58
Frauen-Time	Fr. Keskin - AiK e.V.	443,64
Spieleabend im Nachbarschaftsladen	Fr. Heimen - AiK e.V.	434,35
Arbeitslose helfen Arbeitslosen	Hr. Rezek - AiK e.V.	536,29
Aktive Feriengestaltung	Hr. Höhnke	229,50
Lange Nacht der Schulfilme	FV der H.-Herzog-Schule e.V.	198,81
Riccis Welt 2 - Fotoausstellung	Fr. Krüger	180,00
Verwurzelung und Offenheit - Ausstellung	Afrika Medien Zentrum e.V.	400,00
Afrikanisches Kinderfest	Afrika Medien Zentrum e.V.	1000,00
Alter Schulgarten	Fr. Schulz-Paul	425,00
Wasserspielplatz Telux (Reparatur)	KFM e.V.	947,49
Afrikanische Kinderbuchlesung	Afrika Medien Zentrum e.V.	300,00
Dorf der Zukunft - Fotoausstellung	Afrika Medien Zentrum e.V.	300,00
Afrikanisches Dorf	Fr. Friedrich	1000,00
Kinderfeste auf dem Sparrplatz	Kinderring Berlin e.V.	987,00
Lebendiger Adventskalender	Hr. Dallmann	340,00
Interkulturelle Weihnachtsfeier	Fr. Teichner-Diabaté	500,00
Herbstkinderfeste auf dem Sparrplatz	Kinderring Berlin e.V.	745,50
Summe Fördermittel 2011		9937,16

Nachwuchs-Rapper gesucht – Dein Fleiß, dein Preis

Hip-Hop/Rap ist Kultur. Eine bunte und abwechslungsreiche Kultur, die sich gerade bei Jugendlichen großer Beliebtheit erfreut. Schön am Hip-Hop/Rap ist, dass jedermann ihn erlernen kann: Ein kleines Gedicht oder einen lustigen Reim geschrieben, dazu einen frechen Beat – und schon können Meisterwerke entstehen.

Was sich wie eine unglaubliche Leistung der kreativen, berühmten Rapper anhört, entpuppt sich letztendlich nur als Frage des eigenen Willens und Ehrgeizes. Unkreativ ist kein Mensch geboren. Wer es also mit seinen eigenen Texten weiter bringen möchte, sollte neben viel kreativem In- und Output auch immer fleißig sein und hundertprozentig hinter seinen Texten stehen.

Nun kommt Ihr ins Spiel: Unter dem Motto „Dein Fleiß, dein Preis“ sucht das angehende Label ALPHA plus OMEGA Re-

cords im Weddinger Kiez talentierte Nachwuchs-Rapper im Alter von 18 bis 22 Jahren, die sich beweisen wollen. Dabei werden hoher Einsatz, hohe Textkompetenz und grundsätzlich Spaß an der Musik gefordert.

Jede/-r Interessierte kann einen fertig aufgenommenen Rap unter dem Thema „Dein Fleiß, dein Preis“ an die unten aufgeführte E-Mail-Adresse schicken. Dabei sollte der Instrumental-Beat schon eigens produziert sein, ansonsten sind der Wortwahl und den Rap-Techniken keine Grenzen gesetzt. Es winkt die zukünftige Teilnahme an dem Label.

Ansprechpartner: André Oscar Wild
E-Mail-Kontaktadresse: akakzero@googlemail.com

Einsendeschluss: 12. April 2012

„Ein geschenkter Tag“

Über 60 Unternehmer rund um die Müllerstraße laden zum 29. Februar mit dem Aktionstag „Ein geschenkter Tag“ in ihre Geschäfte ein.



Auf der Müllerstraße; Foto: Siemen Dallmann

Der 29. Februar, obwohl nur alle vier Jahre im Kalender, ist doch ein ganz normaler Tag, der sich dieses Jahr unauffällig zwischen einem Dienstag und einem Donnerstag einreicht. Die Idee, daraus einen Aktionstag zu machen, wurde beim 2. Händlerfrühstück Anfang Januar geboren. „Ein extra Tag im Jahr ist ein geschenkter Tag, also wollen wir, die Händler aus der Müllerstraße, unseren Kunden auch etwas schenken“, so fasst Frau Isenberg-Holm vom Geschäftsstraßenmanagement die Stimmen der Händler zusammen. Das Geschäftsstraßenmanagement ist seit 2011 Teil des Städtebauförderprogramms „Aktive Zentren und Sanierungsgebiet Wedding-Müllerstraße“ zur Unterstützung der Gewerbetreibenden vor Ort.

Das Händlerfrühstück ist ein noch recht junger Treff von zurzeit ca. 25 verschiedenen Gewerbetreibenden der Müllerstraße und angrenzender Straßen. Händler sind Akteure vor Ort und Akteure vor Ort sind Menschen vor Ort. Wenn auch Förderprogramme auf schwierige Situationen hinweisen, denen man entgegensteuern möchte, an einem sind wir reich: an Menschen. Deswegen geht eine gemeinsam gestaltete Entwicklung der Müllerstraße als Geschäftsstraße Hand in Hand mit dem gegenseitigen Kennenlernen der Händler. Eine Gelegenheit dazu sind die Händlerfrühstücke. Wer es schafft, monatlich einmal einen Morgen für dieses Treffen frei zu halten, hat nach und nach die Gelegenheit, die anderen Gewerbetreibenden kennenzulernen. Der Treff findet abwechselnd in den Unternehmen statt und wird jedes Mal von einem anderen Unternehmer ausgerichtet. Es ist ein Treff zum Kennenlernen, um miteinander ins Gespräch zu kommen, Ideen für Aktionen zu entwickeln, inspiriert zu werden und sich für gemeinsame Anliegen zu organisieren. Wer als aktiver Unternehmer aus angrenzenden Straßen des Sprengelkieses – auch wenn diese nicht im Fördergebiet des Programms „Aktive Zent-

ren“ liegen – neugierig ist oder eigene Ideen einbringen möchte, ist eingeladen teilzunehmen. Informationen und die Protokolle vorangegangener Treffen gibt es beim Geschäftsstraßenmanagement. (Kontakt über Herrn Pichierri: w.pichierri@planergemeinschaft.de, 030 885 914 32)

Dass ein persönliches Kennenlernen nicht nur Voraussetzung ist, um gemeinsame Interessen angehen zu können, belegt der Erfolg des vom Geschäftsstraßenmanagement herausgegebenen „Müller-Tipp“. Auch die Menschen, die Kunden sind, wollen gern diejenigen kennenlernen, die hinter den Angeboten der Müllerstraße stehen. Der erste Müller-Tipp, ein A6 großes Heftchen, das auf 43 Seiten Geschäftstreibende porträtiert, wurde unter das Motto „Hunger und Durst“ gestellt. Von der 10 000 Stück starken Auflage war ein Großteil schon nach kurzer Zeit verteilt. Neben dem gastronomischen Angebot werden die Betreiber vorgestellt. Mit den Men-

schen im Blick wird die Müllerstraße interessant. In Planung ist schon der nächste Müller-Tipp. Er wird das Motto „Die Müllerstraße zieht an“ tragen.

Ein Unternehmer des Sprengelkieses, der seinen Gästen am Aktionstag „Ein geschenkter Tag“ etwas schenken möchte, ist Alhassan Labaran mit der „Café-Bar Wendy“ in der Burgsdorfstraße: Ein Stück Alltag und Selbstverständnis afrikanischer Kultur in Berlin möchte er den Menschen mit afrikanischen Spezialitäten und Getränken nahebringen. In dem seit zwei Jahren bestehenden Restaurant wird es zu Kennenlernpreisen ein typisches Gericht mit Fisch und Kochbananen und verschiedene afrikanische Biersorten wie Guinness, Star Beer oder Tusker aus Kenia geben. Bekanntes und Unbekanntes nebeneinander. Wer will, kann sich bei ihm am 29. Februar auch zu dem beliebten Angebot „2 für 1“, zwei Cocktails zum Preis von einem, einladen lassen.

Die Café-Bar Wendy ist eines von über 60 teilnehmenden Unternehmen, von denen die meisten natürlich direkt an der Müllerstraße zu finden sein werden. Wer alles beim Aktionstag mitmacht und was sich die Händler einfallen lassen, ihren Kunden mit Unterhaltung oder Rabatten etwas Besonderes zu bieten, wird auf einem Flyer zu lesen sein, der Mitte Februar, etwa zehn Tage vor dem Aktionstag, verteilt wird.

Die Aktionen der Geschäfte werden unter anderem durch ein kleines kulturelles Programm im Foyer des „Alhambra“-Kinos und des Schillerpark-Centers ergänzt. Dieses reicht von einer Radtour durch „Die Geschichte und die Zukunft der Müllerstraße“ über die Vorstellung einer Kinder-Karate-Gruppe, der Feuerwehr und Polizei bis hin zu einer Modenschau und Jamsession. Schauen Sie sich um und lassen Sie sich beschenken!

Franziska Musche

Der „Lebendige Adventskalender“ hat sich als wertvolle Tradition etabliert



Einige Eindrücke des „Lebendigen Adventskalenders“ 2011; Foto: Siemen Dallmann

Advent, eigentlich eine besinnliche Zeit, wären da nicht der Einkaufsstress und die Vorbereitungen auf Weihnachten. Da ist es doch schön, wenn man zumindest einmal am Tag zwei Stunden Zeit hat, sich zu besinnen und den Weihnachtsstress vergessen kann. Der „Lebendige Adventskalender“ im Sprengelkiez, der 2011 zum neunten Mal stattfand, bot allen BewohnerInnen des Kiezes in der Vorweihnachtszeit eine ideale Gelegenheit dazu. Beim „Lebendigen Adventskalender“ öffnen sich echte Türen – Nachbarn treffen sich zum Reden, Essen, Trinken und Kennenlernen.

Die Besucherzahlen steigen von Jahr zu Jahr. Dieses Jahr waren über 900 NachbarInnen unterwegs, davon über 100 Kinder und Jugendliche. Somit hat sich das Projekt im neunten Jahr seines Bestehens als wertvolle Tradition und feste Größe im Kiez etabliert. Neben vielen Projekten und weiteren Aktionen im Verlauf des Jahres 2011 war der „Lebendige Adventskalender“ im Dezember mit Sicherheit einer der Höhepunkte des Jahres. Vom 1. bis zum 24. Dezember trafen sich KiezbewohnerInnen bei der Familie je einer Gastgeberin oder eines Gastgebers, in Vereinen, Institutionen oder bei Gewerbetreibenden. Es waren dieses Jahr 36 Türen, die zum Besuch einluden. Es wurden Weihnachtslieder und Gedichte vorgetragen, Geschichten erzählt und Weihnachtsgestecke gebastelt. Mitten im Kiez gab es einen Weihnachtssjodler, ein Wohnzimmerkonzert, es wurden Filme über den Kiez geschaut oder einfach nur nette Gespräche mit NachbarInnen geführt. Zum Naschen gab es Plätzchen, die manchmal sogar gemeinsam gebacken wurden. Es waren erfreulicherweise wieder viele MigrantInnen beteiligt, um ihre NachbarInnen besser kennenzulernen. Oft gab es dann herzliche Spezialitäten aus der Heimat. Es gab auch viele neue Gesichter zu entdecken. Neue Freundschaften wurden geknüpft und so bleibt für das Jahr 2012 nur zu hoffen, alle Beteiligten bei weiteren Aktionen im Kiez wiederzusehen.



Es waren bei Wind und Wetter fast immer 20 bis 22 Personen, teilweise sogar über 100 NachbarInnen im Sprengelkiez unterwegs. Dass so viele KiezbewohnerInnen Gefallen daran fanden, sich jeden Abend in einem anderen Haus zu treffen und sich gemeinsam auf Weihnachten und den Jahreswechsel einzustimmen oder einfach nur ihre NachbarInnen besser kennenzulernen, davon sind auch wir immer wieder überrascht. Vor allem viele Menschen aus der direkten Nachbarschaft hatten sich zu den Terminen eingefunden. Für sie war es offenbar eine schöne Gelegenheit, sich auch in der dunklen Jahreszeit zu treffen und sich gegenseitig besser kennenzulernen. Überall fühlte man sich gut aufgenommen und herzlich willkommen.

Wir freuen uns schon jetzt auf den „Lebendigen Adventskalender“ 2012. Wer hier auch seine Tür öffnen möchte, kann sich täglich ab 12.00 Uhr bei Klaus Wolfermann unter der Telefonnummer 4531349 melden.

Noch mal ein großes Dankeschön an alle GastgeberInnen, alle BesucherInnen und alle HelferInnen im Hintergrund: Ihr habt aus dem Lebendigen Adventskalender ein erfolgreiches und dauerhaftes Projekt im Sprengelkiez gemacht.

Im Jahr 2012 können wir gemeinsam das zehnjährige Jubiläum feiern. Wer schon jetzt Ideen hat, was wir zusätzlich zum zehnjährigen Jubiläum veranstalten können, kann sich gerne bei uns melden. Wir planen z. B. eine Ausstellung in der Galerie „Wedding Art“ über unseren Kalender. Wer noch Fotos oder Flyer aus den ersten Jahren der Veranstaltung hat, kann sie uns gerne für dieses freudige Ereignis zur Verfügung stellen.

Text und Fotos: Siemen Dallmann

Weitere Bilder gibt es wie immer im Internet unter:
www.fotos.web.de/siedall/Adventskalender_2011

Christophe Ndabananiye, deutsch-ruandischer Künstler aus dem Sprengelkiez



Mal-Workshop mit Kindern in Ruanda; Foto: Christophe Ndabananiye

Christophe Ndabananiye wurde als Sohn ruandischer Eltern im kongolesischen Lubumbashi geboren. Er studierte Kunst in Ruanda, Deutschland und auf der französischen Insel La Réunion. Seit nunmehr drei Jahren lebt und arbeitet er im Sprengelkiez – von dem er sich auch inspirieren lässt. Sein Schwerpunkt liegt auf der Malerei, aber auch die neuen Medien bezieht er in Form von Fotografien und Videoaufnahmen in sein Schaffen ein.

Sein jüngstes Projekt war die Ausstellung „Spuren“. Zu sehen waren dort unter anderem seine Rauminstallation „Der Schuh – persönlich vs. unpersönlich“, Arbeiten mit Lack- und Acrylfarben sowie Selbstporträts. Da die Schau großen Anklang fand, hatte Ndabananiye gemeinsam mit seiner Freundin, einer Kunsthistorikerin, die Idee, sie ins Englische zu übersetzen, um sie dann auch in seiner Heimat Ruanda zu präsentieren.

Parallel zu der Ausstellung in der Hauptstadtprovinz Kigali veranstalteten beide einen Kunst-Workshop für Kinder, denen hier Grundlagen der Gestaltung und der Malerei beigebracht wurden. Das benötigte Material, welches zuweilen recht kostspielig sein kann, kam ausnahmslos aus Deutschland. Mit der Unterstützung einiger Institutionen und Unternehmen, allen voran aber zahlreicher Privatpersonen – insbesondere aus dem Sprengelkiez – gelang es, das Vorhaben umzusetzen. Ndabananiyes großes Thema „Spuren“ hängt eng mit seiner persönlichen Biografie zusammen. Er möchte, so erklärt er, hinterlassene

Spuren künstlerisch verarbeiten und sie so für andere greifbar machen.

Ruanda ist für den Künstler „ein wunderbares Land“, wie er sagt – und seine Heimat, obwohl er nicht dort geboren wurde. Der Schwierigkeiten, denen sich Ruanda heute gegenüber sieht, ist sich Ndabananiye dennoch bewusst. Redet man über Ruanda, kommt man kaum umhin, auch über den Völkermord von 1994 zu sprechen. Im Vordergrund der Arbeit des Kunstschaffenden steht der Genozid allerdings nicht. Weil das Land damals so viele Menschen verloren habe, seien die Kinder jedoch heute umso wichtiger. „Kinder sind die Zukunft“, meint er nicht zu Unrecht. Die Kunst könne in diesem Zusammenhang einiges leisten: Zum einen helfe sie dabei, das Geschehene zu verarbeiten; zum anderen versteht Ndabananiye sie als Schlüssel zur kreativen Entfaltung der Kinder. Und Kreativität eröffne schließlich Möglichkeiten in allen Bereichen, sagt er. Das sei der pädagogische Ansatz seiner Arbeit.

Anlässlich des Themas der aktuellen Ausgabe zu seinen Frühstücksgewohnheiten befragt, antwortet Ndabananiye, dass ihm vor allem sein original ruandischer Kaffee wichtig sei – der beste, wenn es nach ihm geht. Ansonsten habe er keine besonderen Vorlieben. Nur den Grundsatz, soweit möglich, immer gemeinsam mit seiner Familie zu frühstücken – wie er es auch aus Ruanda kennt.

Niklas Wunsch

Nützliche Adressen

Konfliktagentur

Sparrstraße 19; 13353 Berlin
Tel.: (030) 34717448;
www.konfliktagentur.de
E-Mail: kontakt@konfliktagentur.de

Milchmeergalerie

Fehmarn Straße 22; 13353 Berlin;
Tel.: (030) 45494180;
www.milchmeergalerie.de

Osterkirche

Samostraße 14 ; 13353 Berlin
Tel.: (030) 453 30 43;
www.ostergemeindeberlin.de/
E-Mail: info@ostergemeindeberlin.de

Quartiersmanagement Sparrplatz

Burgsdorfstraße 13a; 13353 Berlin
Tel.: (030) 466 061 90;
www.sparrplatz-quartier.de/
E-Mail: qm-sparrplatz@list-gmbh.de

Seniorenfreizeitstätte

Schulstraße 118; 13347 Berlin
Tel.: (030) 45024561
Montag bis Freitag von 9.00 bis 17.00 Uhr

SprengelHaus - interkulturelles Gemeinwesenzentrum mit Gesundheitsförderung

Sprengelstraße 15; 13353 Berlin
Tel.: (030) 45 02 85 23/24; E-Mail: info@gisev.de

Stadtteilgenossenschaft Wedding für wohnortnahe Dienstleistungen e.G.

Sprengelstraße 15; 13353 Berlin
Tel.: (030) 454 904 44; E-Mail: info@stadtteilgenossenschaft-wedding.de

Wedding Art - Atelier und Galerie

Tegeleer Str. 40; 13353 Berlin
Tel.: (030) 873 325 50;
www.wedding-art.de

Weddinger Kinderfarm e.V.

Kontakt: Siegfried Kühbauer; Tel.: (030) 462 10 92
Luxemburger Straße 25, 13353 Berlin
E-Mail: weddinger.kinderfarm@berlin.de

WETEK Berlin gGmbH

Sprengelstraße 15; 13353 Berlin
Tel.: (030) 46507199;
www.sprengelhaus-wetek.de

Die Lynar - Jugendfreizeiteinrichtung

Lynarstraße 14; 13353 Berlin; Tel.: (030) 45 31 00 38
E-Mail: julateg-wedding@arcor.de

Redaktion „Der Kiezbote“; Afrika Medien Zentrum

Torfstraße 12; 13353 Berlin
Tel.: (030) 978 95536;
E-Mail: Kiezbote@ionam.de