



# **Waldtal-Info**

**Es wird Herbst ...**

**Ausgabe 3/2019**

**38. Jahrgang**

# Liebe Leserinnen, liebe Leser,

warme statt heiße Tage, besser schlafen können, weil es nachts kühl ist, ernten statt gießen, frischere Luft - der Herbst hat viele schöne Seiten. Ja, die Tage werden langsam kürzer, aber dann stecken wir uns eben eine Kerze an!

In diesem Heft finden Sie unter anderem das Herbstferienprogramm der Schülergruppe und Impressionen vom Waldtal-Sommerfest. Viel Spaß beim Lesen!

Schöne Herbsttage und kurzweilige Ferien wünscht Euch/Ihnen allen

## Inhalt

|                                      |          |
|--------------------------------------|----------|
| Menschen im Waldtal                  | Seite 3  |
| Soziale Stadt                        | Seite 4  |
| Neues aus dem Stadtteil              | Seite 5  |
| 1. FC Waldtal.....                   | Seite 6  |
| Stadteilarbeitskreis.....            | Seite 7  |
| AKSB .....                           | Seite 11 |
| "Wirtschaft im Waldtal".....         | Seite 11 |
| Gesundheit!.....                     | Seite 12 |
| Zusammen Wachsen.....                | Seite 13 |
| Kita "Die kleinen Strolche".....     | Seite 14 |
| Kinderhaus.....                      | Seite 16 |
| St. Martin-Haus .....                | Seite 17 |
| Missionshaus.....                    | Seite 19 |
| Ferienprogramm für Grundschüler..... | Seite 20 |

## die Redaktion



Hot summer ... - Eierbacken beim Sommerfest

### Impressum:

Waldtal-Info, 38. Jahrgang, September 2019, Ausgabe 3

**Herausgeber:** AKSB Marburg e.V., Ginseldorfer Weg 50,  
35039 Marburg. Tel. 06421-69002-0

**Redaktion:** Inge Stein, Nele Sauer

**Druck/Auflage:** Flyeralarm / 650 Stück

Für Bilder und Texte sind die jeweiligen Einrichtungen verantwortlich!

Bildquelle Titelseite: wagrati

Gefördert mit Geldern des Soziale-Stadt-Programms



SOZIALE STADT



## Menschen im Waldtal

### Ann-Kathleen Nachtwey

Ann-Kathleen Nachtwey ist Jahrgang 1992 und in Heiligenstadt (Nord-Thüringen unweit Göttingen) in einem sozialen Brennpunkt groß geworden. Sie hat noch einen älteren Bruder, zwei Geschwister sind jung verstorben. Durch die Krankheit des Vaters war das Geld stets knapp und die Eltern hatten schwer zu kämpfen, um die Familie durchzubringen.

Nach der 9. Klasse besuchte Ann-Kathleen ein öffentliches Internat mit den Schwerpunkten Mathematik und Naturwissenschaften in Erfurt und machte das Abitur. Im darauffolgenden Jahr arbeitete und reiste sie. Dann ging sie zum Pharmazie-Studium nach Marburg, wo sie zunächst in der Nähe des Bahnhofs wohnte. Nach einer Trennung suchte sie ein WG-Zimmer und fand es am Fuchspaß in dem ehemaligen Kinderheim. Dort wohnt sie noch heute und findet es ungemein gemütlich. 2016 hat Ann-Kathleen ihr Studium erfolgreich abgeschlossen. Jetzt ist sie in der Berg-Apotheke in Cölbe angestellt.

In ihrer Freizeit macht sie Reggae-Musik in einem Probenraum in der Alten Kasseler Straße neben Edeka. Sie singt und spielt Ukulele und Klarinette. Außerdem sammelt sie gern Wildkräuter. Und sie liebt ihren Hund! "Schön, dass es hier viele Hunde gibt, so kommt man leicht ins Gespräch."

Gleich gefallen hat ihr, dass das Leben im Waldtal auch draußen auf der Straße stattfindet, dass die Menschen nicht nur in ihrem eigenen Garten bleiben. "Die Leute hier sind sehr tolerant. Wenn man mal feiern will und es lauter werden kann, sagt man den Nachbarn Bescheid und es ist okay. Es ist auch nie langweilig hier, immer entdeckt man etwas Neues, das man noch nicht kennt."



Sie freut sich über die vielen Mitgestaltungsmöglichkeiten für die Bürger\*innen im Soziale Stadt-Prozess, engagiert sich bei Aktivitäten zum Thema Gesundheit und schreibt die Kolumne "Gesundheit!" im Waldtal-Info.

Was verändert werden könnte? "Mehr Wohnungen im Viertel wären gut. Auch größere Familien sollten hier Wohnungen finden können."

Ansonsten sagt Ann-Kathleen: "Ich lebe gerne hier. Die Lage ist super, die Atmosphäre gut. Ich wünsche mir, dass es so bleibt."

## Soziale Stadt Marburg-Waldtal

### Runder Tisch

Am Donnerstag den 15. August fand ab 19 Uhr im St. Martin Haus der Runde Tisch mit der Vorstellung der Pläne zum Nachbarschaftszentrum und der Sozialen Achse statt. Oberbürgermeister Dr. Spies begrüßte zu Beginn die rund 40 Anwesenden und benannte, dass nun nach einer langen Geduldssprobe mit der Veröffentlichung der ersten Pläne auch der erste Meilenstein zum Bau des Nachbarschaftszentrums Waldtal gelegt sei. Er und auch die anwesenden Planungsverantwortlichen bedankten sich im Rahmen der Veranstaltung auch bei allen am Planungsprozess beteiligten Akteuren aus dem Stadtteil für die gute Zusammenarbeit.

Das zukünftige Nachbarschaftszentrum bietet Raum für Bewohner\*innen-Anliegen, zur Begegnung, für Feste und Feiern sowie alle im Stadtteil agierenden Institutionen, Vereine, Kirchen, Initiativen und ein Gesundheitszentrum unter einem Dach.

Es wird ein dreigeschossiges Gebäude, das auf jeder Ebene einen barrierefreien Zugang erhält. Der Mehrzweckraum/Saal wird im Untergeschoss mit Zugang von der Lowkaschen Wiese her angesiedelt sein, ebenso die Räume des St. Martin Hauses sowie die übergreifend genutzten Werkstatt- und Lagerräume. Im Erdgeschoss mit Zugang vom Waidmannsweg befinden sich dann Café, Bewohner\*innen- und Hausmeister-Büro, Frauen- und Sakralraum sowie ein Gruppenraum und das Stadtteilarbeit-Büro. Im Obergeschoss finden das Gesundheitszentrum, ein Büro für die Vereine, die Beratungs- und Verwaltungsräume des AKSB und das Kinderhaus ihren Platz.



Die Pläne zeigten die Raumanordnungen, die Außenansicht sowie einen ersten Entwurf für die Gestaltung des Außengeländes inklusive Lowkascher Wiese. Einige

Bewohner\*innen nutzten die Gelegenheit und brachten ihre Anmerkungen, Nachfragen und Anliegen direkt ein. Diese wurden von der Planungsgruppe aufgenommen und Fragen soweit möglich sofort beantwortet. In weiteren Schritten erfolgt nun die Planung der Gestaltung und Ausstattung der Räume und des Außengeländes, wie immer mit Beteiligung der Bewohner\*innen und der bisherigen Planungsgruppe. Bitte beachten Sie die Aushänge und Einladungen in den Schaukästen und auf den Info-Tafeln im Waldtal!

Mit der Vorstellung des Plans der Sozialen Achse wurde vermittelt, dass dieses Bauvorhaben in zwei Phasen umgesetzt wird. Zunächst werden, ausgehend von dem Wendehammer am Bolzplatz (Fuchspaß), der Fußweg hin zur Kita und der Parkplatz der GWH neu gestaltet. Hier entsteht ein neuer attraktiver Aufenthaltsort, der primär für die Nutzung durch Kinder ab dem Grundschulalter konzipiert ist. Verschiedene Wünsche und Anmerkungen von Bewohner\*innen und Kindern wurden in die Planung aufgenommen.

In einer zweiten Bauphase werden dann der Wendehammer in der Sankt-Martin-Straße sowie die dort befindlichen Parkplätze neu gestaltet. Der Weg in die Kita wird dadurch für Eltern und Kinder sicherer und ansprechender. Auch an diesem Ort wird man sich in Zukunft aufhalten können und in Anbindung an die Lowkasche Wiese und die Bushaltestelle einen zentralen Ort für das Waldtal gewinnen.

Britta Stadlmann-Golega

### Pflanzkübelpat\*in gesucht!

Wie kleine bunte Farbtupfer sind die Pflanzkübel an verschiedenen Stellen im Waldtal verteilt. Dank der ehrenamtlichen Pflege durch Bewohner\*innen aus dem Stadtteil sind sie im gesamten Jahresverlauf schön anzusehen. Aktuell haben wir fünf Patinnen, die sich um die verschiedenen Kübel kümmern und sie 2–3 mal pro Jahr neu bepflanzen, gießen und wenn nötig auch neu anstreichen. Unterstützt werden sie dabei vom Ortsbeirat, der GeWoBau und dem Quartiersmanagement.

Eine dieser Pflanzkübelpatinnen ist Sophia Neidos, eine Studentin, die im Studentendorf wohnt. Sie versorgte bislang den Pflanzkübel auf der Freifläche am Next-Bike-Stellplatz (Försterweg). Sophia hat nun ihr Studium beendet und wird ab Ende September nicht mehr im Waldtal wohnen. So suchen wir nun einen neuen Menschen mit grünem Daumen, der sich in Zukunft um den Pflanzkübel am Försterweg kümmert.

Interessierte melden sich bitte bei Britta Stadlmann-Golega (Tel. 69002-17) im AKSB!

# Neues aus dem Stadtteil

## Kindertheater "Hans im Glück"

Am 13.06.19 fand das Kindertheaterstück "Hans im Glück" als Open-Air-Veranstaltung auf der Lowkaschen Wiese statt. Die Veranstaltung, eine Co-Produktion des HLT Marburg und des Theaters "Grüne Soße" aus Frankfurt/Main, war anders als andere Aufführungen. Als Bühne diente die Ladefläche eines LKW, jeder der Schauspieler\*innen durfte mal "Hans" sein. Zudem war der Eintritt kostenlos. Ein bunt gemischtes Publikum von Kindern aller Altersstufen über Eltern, Großeltern und Besucher von "außerhalb" verfolgte gebannt, wie die drei Schauspieler\*innen die Geschichte auf und vor die Bühne brachten. War zu Beginn erst die Hälfte aller Plätze besetzt, gab es gegen Ende nur noch Stehplätze.



Es war eine sehr schöne Veranstaltung und die Zuschauer\*innen bedankten sich mit einem kräftigen Applaus. Herzlichen Dank auch noch an die engagierte "Oma Carmen", durch ihre Unterstützung konnten wir bei den warmen Temperaturen auch Getränke anbieten.

Britta Stadtmann-Golega



## Landratswahl 2019

716 Bürger\*innen des Waldtals waren wahlberechtigt, die Wahlbeteiligung lag bei 16,20%. Die abgegebenen Stimmen verteilten sich wie folgt:

SPD: 60,34%

CDU: 8,62%

GRÜNE: 14,66%

LINKE: 10,34%

FDP: 6,03%

AmtsInhaberin Kirsten Fründt (SPD) hat in Marburg-Stadt (Wahlbeteiligung: 34,38%) 46,99% der abgegebenen Stimmen erhalten. Ihr Gesamtergebnis im Landkreis Marburg-Biedenkopf (Wahlbeteiligung: 34%) lag sogar bei 57,0%. Somit wird es keine Stichwahl geben.

Inge Stein

## Halloween - Haus des Horrors

**Am 31. Oktober wird das Haus Ginseldorfer Weg 36a bei Einbruch der Dunkelheit wieder zum "Haus des Horrors". Das Betreten setzt ein extrem starkes Nervenkostüm voraus; sicherheitshalber sollten Sie eine robuste Begleitperson mitnehmen, an der Sie sich festhalten können.**



**Wer die Stätte des Schreckens mit hoffentlich heiler Haut und nicht allzu verstört verlässt, kann sich noch vor Ort mit aufbauender Nahrung und heilsamen Getränken zum kleinen Preis versorgen lassen.**

**Also Leute: Das Grauen wartet auf Euch!**

## 1. FC Waldtal - Heimspiele 2019



- 03.10.:** 1. FC Waldtal gegen FV Bürgeln
- 06.10.:** 1. FC Waldtal gegen TSV Germania Betziesdorf
- 20.10.:** 1. FC Waldtal gegen FC Intertürk Neustadt
- 27.10.:** 1. FC Waldtal gegen FC Sindorsfeld
- 10.11.:** 1. FC Waldtal gegen FV Bracht
- 17.11.:** 1. FC Waldtal gegen SG Rosphe/Mellnau



## Einladung zum Spiel- und Sporttreff



Einmal pro Woche am Montag findet in der Kita "Die kleinen Strolche" der Spiel- und Sporttreff für Grundschüler\*innen statt.

**Wann:** Montags 16:00-18:00Uhr

**Wer:** Schüler\*innen der Klassen 1-4

**Wo:** Turnhalle der Kita "Die kleinen Strolche"

**Was:** Das wird immer gemeinsam entschieden

Ihr habt keine Ahnung, was wir da tun?

Zum Beispiel: Fang- und Ballspiele, Raufen, Turnen und Parcours, raus in den Wald gehen und vieles mehr - beim Spiel- und Sporttreff ist Platz für neue und alte kreative Spielideen.

Habt Ihr Lust? Dann kommt doch mal vorbei!

Janine Hölzel (bsj Marburg)

Janine und Nika

*Der Spiel- und Sporttreff ist ein Angebot des 1. FC Waldtal  
in Kooperation mit AKSB und bsj.  
Unterstützt von der Sportjugend Hessen.*



1. FC Waldtal: Mannschaftsfoto 2019

(Fotos: Julien Fleischhammer)

## Sommerfest 2019



Das Waldtal-Sommerfest am 24.08. stand unter dem Zeichen der Nachhaltigkeit und folgte dem Motto "Das Waldtal - innovativ, zukunftsorientiert, l(i)ebenswert".

Nach dem ökumenischen Festgottesdienst konnten sich die Besucher\*innen des Sommerfests an vielfältigen Spielständen vergnügen, sich an den Infoständen unter der alten Eiche über eine große Bandbreite an umwelt- und geldbeutelchonenden Maßnahmen und "Gute Schokolade" informieren oder bei Kaffee und Kuchen und Herzhafterem mit Freunden und Nachbarn unterhalten.



Wolfram Möller kochte mit dem Solarofen. Man konnte sich die Pläne des neuen Nachbarschaftszentrums anschauen. Auch das RepairCafé informierte über seine Angebote. Die neue Waldgruppe der Kita stieß auf reges Interesse. Statt der üblichen Torwand betreute der 1. FC diesmal ein riesiges Fußball-Dartspiel. Großen Anklang fand auch das Kinderschminken. Mit Spielen von früher, Vorlesezeit, "Bällchenbad" aus gesammelten Korken, einem Stadt-Dschungelcamp und dem Stand, an dem die Kinder "Saatbomben" zum Mitnehmen herstellen konnten gab es etwas für jeden Geschmack.



Um 15.00 Uhr begrüßte Ortsvorsteher Gerd Dziel die Gäste. Es folgten viel beklatschte und fotografierte Auftritte der Kinder aus der Geschwister-Scholl-Schule und der Kita. Das Grußwort des Oberbürgermeisters Dr. Thomas Spies schloss sich an, dann stellte Angela Schmidt noch einmal das Stadtteilbudget vor.



Ein Highlight des Bühnenprogramms war die verdiente Ehrung von Judith Kuphal und Peter Krauskopf anlässlich ihres 20jährigen Dienstjubiläums im St. Martin-Haus durch Fionn Wittkowsky, den neuen Geschäftsführer der Caritas Marburg.



(Foto: Heidrun Wittkowsky)

Nach der anschließenden Prämierung des Wettbewerbs "Blühendes Waldtal" der Waldtalgemeinde spielte Achim Henrich auf dem Dudelsack "Amazing grace".

Last, but not least sang Chantal Yancey, die gerade ihr Gesangsstudium in England beendet hat und jetzt Kulturarbeit im St. Martin-Haus macht, erst solo und dann mit Tanisha Michel. Auch Sonja Lyles, Renate Hull und Christina Hey kamen noch auf die Bühne.



**Der Stadtteilarbeitskreis trifft sich ...**

... außer in den Ferien an jedem 3. Dienstag des Monats um 16.00 Uhr im Besprechungsraum der Kita "Die kleinen Strolche".

Danke an die Sparkasse Marburg-Biedenkopf, die GeWoBau und die Wohnstadt für die finanzielle Unterstützung des Festes! Danke an Frau Heinz und Frau Stender von der Stadt Marburg, die sich mit einem Infostand am Fest beteiligten! Danke an den Marburger Schachclub, wir sehen uns hoffentlich wieder im nächsten Jahr!



Danke an alle lieben Menschen, die tolle Kuchen gebacken und leckere Gerichte für das Internationale Buffet zubereitet haben!

Danke an alle Helfer\*innen, die bei Auf- und Abbau, auf der Bühne, an den Essens-, Spiel- und Infoständen, beim Geschirrspülen, Kaffeekochen, dem Basteln der Papierfahngirlanden u.v.m. geholfen haben!

Es war ein schönes, entspanntes Fest mit guter Stimmung und vielen netten Leuten. Im nächsten Jahr wird die Lowkasche Wiese wahrscheinlich nicht zur Verfügung stehen, aber wir feiern dann eben an anderer Stelle.

Inge Stein







AKSB

Aktivierung  
Kompetenzförderung  
Soziale Stadtteilentwicklung  
Beteiligung

Die Leihstube im Waldtal

**KENNT IHR DAS?**

- Der Kindergeburtstag steht an -  
     Wo kriege ich nur eine Friteuse her?  
 Der neue Schrank muss aufgebaut werden -  
     Mit welchem Werkzeug?  
 Die Hecke im Garten muss geschnitten werden -  
     Eine Heckenschere fehlt?  
 Der 90. Geburtstag von Oma steht an -  
     Die Sektgläser reichen nicht?  
 Ein Campingausflug mit den Kindern -  
     Kein Zelt zur Hand?

**... dann kommt in die Leihstube im Waldtal!**

Hier verleihen wir allerhand Dinge, die man nicht oft braucht und sich somit nicht teuer anschaffen muss!  
 Habt Ihr auch Sachen, die Ihr nicht oft braucht und verleihen würdet? Biertische, Zelte, Kindersitze, Geschirr oder Geräte...? Bringt sie uns doch in die Leihstube und wir teilen sie uns!

Die Leihstube wird in der Hausmeisterwohnung des St. Martin Hauses entstehen. Fleißige Helfer sind gerne willkommen!!!

Meldet euch bei Lisa Neusser 06421-69002-18

TEILEN MACHT FREU(N)DE!!!

**Wir suchen noch eine/n Bewohner/in aus dem Waldtal, die/der den Laden öffnet und die Gegenstände verleiht!**

Hast DU nicht Lust, uns zu unterstützen und Teil der Leihstube zu werden?

Dann melde dich im ISA-Büro: Tel. 06421-69002-18.

**"Wirtschaft im Waldtal"****Das Cala Luna – Hotel und Restaurant**

Das Cala Luna ist ein kleines familienbetriebenes Hotel und Restaurant am Fuße des Waldtales. Der Besitzer Antonio Pia kümmert sich gemeinsam mit seiner Frau um die Gäste und die Verwaltung. Dabei wird er von seinen Angestellten und auch von seiner Tochter unterstützt.

Antonio Pia stammt aus Sardinien. Von dort kommt auch der Name seines Gasthauses. Cala Luna bedeutet "Mondbucht" und ist eine der schönsten Buchten mit Sandstrand in Sardinien.

Als gelernter Restaurantfachmann eröffnete Antonio Pia 1983 mit seinem Bruder ein italienisches Restaurant in Wehrda. Zehn Jahre später kaufte er das Haus in der Alten Kasseler Str. 66 und eröffnete dort das Cala Luna zunächst als Hotel. Später kam der Restaurantbetrieb hinzu. Im Restaurant gibt es italienische und sardische Spezialitäten. Die Zutaten hierfür kommen größtenteils aus Italien, aber auch aus der Region.



Das Hotel umfasst insgesamt 13 Zimmer, die immer gut belegt sind. Die Gäste schätzen die familiäre Atmosphäre und die Gastfreundlichkeit. Sie kommen aus aller Welt. Das liegt zum einen an der Nähe zur Uniklinik und dem Studentendorf im Waldtal.

Zum anderen kommen besonders im Sommer viele Touristen ins Cala Luna. Aufgrund der Nähe zu den Radwegen an der Lahn sind darunter viele Radfahrer.

Das Cala Luna trägt zur Vielfalt der Hotel- und Gastronomielandschaft in Marburg bei und ist gleichzeitig ein wichtiger Arbeitgeber. Neben den 5-6 festangestellten Mitarbeitern beschäftigt Antonio Pia (siehe Foto) auch Reinigungs- und Aushilfskräfte. Besonders Spülkräfte werden häufig gesucht. Er selbst sagt, dass alle Stellen für den Restaurant- und Hotelbetrieb gleich wichtig sind, von der Spülkraft bis zum Chefkoch.



Wenn Sie in den Genuss der italienischen Gastfreundschaft kommen wollen, können Sie das Cala Luna außer dienstags täglich zwischen 12:00 und 14:30 oder von 18:00 bis 22:00 Uhr besuchen.

Christiane Kania

## Gesundheit

### Was tun bei Husten?

Langsam kündigt sich die kalte Jahreszeit an. Das wechselhafte Wetter birgt die Gefahr, sich eine Erkältung zu holen. Meist beginnt es mit einem Kratzen im Hals, gefolgt von verstopften Stirnhöhlen und laufender Nase, zuletzt kommt der Husten.

### Aber wieso hustet man eigentlich?

Husten ist ein Reflex, der automatisch abläuft, wenn sich ein Fremdkörper oder eine größere Schleimsammlung in der Lunge befindet. Dabei wird im Gehirn ein Impuls ausgelöst, der dafür sorgt, dass sich das Zwerchfell und die Rippenmuskeln zusammenziehen. Dadurch wird Luft mit einer Geschwindigkeit von bis zu 480 km/h durch die Stimmritze gedrückt, wodurch die Lunge befreit wird.

### Wie kann man Husten vorbeugen?

Husten entsteht zum Großteil aller Fälle durch eine Erkältung. Daher kann man Husten vorbeugen, indem man sein Immunsystem stärkt. Regelmäßige Spaziergänge an der frischen Luft, wettergerechte Kleidung und Kalt-Warm-Duschen können das Immunsystem stärken. Rauchen sorgt bei jedem Zug für eine kleine Schädigung in der Lunge, wodurch Bakterien und Viren besser eindringen können und man dadurch schneller krank wird. Die Ernährung spielt ebenso eine Rolle. Man sollte täglich Obst und Gemüse essen, um Krankheiten vorzubeugen.

Regelmäßiges und gründliches Händewaschen reduziert die Übertragung von Viren und Bakterien, welche Haupterreger von Erkältungen sind. Wenn man selbst erkältet ist, sollte man immer in den Ellbogen Husten und Niesen, damit man niemanden über den Handkontakt ansteckt.



Wer so hustet (und nieset), steckt niemanden an.

### Was tun, wenn man bereits hustet?

Ein erkältungsbedingter Husten geht meistens von allein wieder weg. Zum Arzt gehen sollte man, wenn der Husten länger als zwei bis vier Wochen andauert, wenn man starkes Fieber (ab 39°C aufwärts) hat, wenn man geschwächt ist, weil man schon eine andere Lungenkrankheit hat oder wenn es sich bei der hustenden Person um ein Baby, Kleinkind oder älteren Menschen handelt. Antibiotika benötigt man nicht, da die meisten Erkältungen durch Viren ausgelöst werden. Antibiotika können nur Bakterien abtöten und wirken nicht gegen Viren.

Man kann aber dem Körper helfen, die Symptome zu reduzieren. Dabei sollte man an erster Stelle viel schlafen und viel trinken, z.B. Tee. Thymian-, Salbei- oder Kamillentee enthalten ätherische Öle, die den Husten lösen und Krankheitserreger abtöten. Außerdem dringt beim Teetrinken heißer Wasserdampf in die Lunge, der ähnlich wie beim Inhalieren den Husten löst. Inhalieren wird heutzutage eher mit einem Inhalator empfohlen, da nur so Wasser und Wirkstoffe tief genug in die Lunge kommen. Wenn man keinen Tee mag, kann man ebenso einen Hustensaft nehmen.

Dabei sollte man allerdings wissen, dass die meisten Hustensäfte keine nachgewiesene Wirkung haben. Lediglich Hustensäfte mit Thymian-, Primel- und Efeuextrakt helfen nachweislich bei der Eindämmung des Hustens. Ebenfalls sind Kapseln mit Eukalyptusöl, dem sogenannten Cineol, gut in der Wirkung. Diese Kapseln haben den Vorteil, dass sie auch bei Schnupfen durchatmen helfen.



Thymian als Extrakt oder Tee hilft gut bei Husten.

Medikamente mit chemischen Wirkstoffen, wie Ambroxol oder ACC, haben keine Wirkung in Studien gezeigt und sind deshalb nicht zu empfehlen. Damit der Husten schnell vorbei geht, sollte man nicht rauchen. Jeder zusätzliche Schaden, den man der Lunge zufügt, wenn sie schon durch Husten gereizt ist, verlängert die Krankheitsdauer und kann dafür sorgen, dass die einfache Erkältung zu einer ernstzunehmenden Lungenentzündung wird.

Wenn Sie Fragen oder Anregungen haben, können Sie mir gerne schreiben:

[aknachtwey@posteo.de](mailto:aknachtwey@posteo.de).

Ann-Kathleen Nachtwey

## Ausflug zum Hof Fleckenbühl

Anfang Juli hat die Maxi-Gruppe von Zusammen Wachsen einen Ausflug zum Hof Fleckenbühl nach Schönbach gemacht. Auf dem Hof leben und arbeiten Menschen, die sich dafür entschieden haben, nüchtern – ohne Drogen, Alkohol und Tabak – zu leben und ihr Schicksal selbst in die Hand zu nehmen.

Die Fleckenbühler bieten eine Reihe von selbsterzeugten Produkten (z.B. Bio-Lebensmittel) und professionellen Dienstleistungen (z.B. Umzugsservice) an.

Für uns gab es zunächst ein ganz tolles Frühstück mit Produkten vom Hof. Frisch gestärkt machten wir uns daran, den Bauernhof zu erkunden.

Zunächst haben wir Kühe mit frischem Grasschnitt gefüttert. Dabei war es manchmal ganz schön aufregend, wenn ein so großer Tierkopf zwischen den Gitterstäben hervorschaute, um zu gucken, was es da Leckeres gibt. Danach ging es weiter zu den Ziegen. Die waren extrem gechillt und wir konnten sie prima streicheln. Die Kinder fanden es auch klasse, auf die großen Steine im Gehege zu klettern, denn das war ein bisschen so wie Bergsteigen. Danach sind wir nochmal zum großen Kuhstall gelaufen und haben die kleinen Kälbchen angeschaut. Die waren ganz besonders süß. Ganz zum Schluss gab es noch eine Foto-Session am großen Traktor. Alles in allem ein ganz toller Ausflug – wir werden bestimmt im nächsten Jahr wieder hinfahren.



## Motorik und Erlebnisraum

Es gibt eine ganze Menge zu entdecken in der Turnhalle: da gibt es Matten und Bälle, Tücher und Töpfe, einen Bogen aus Holz, Schrägen zum Hochklettern. Die Kinder sind schier aus dem Häuschen und probieren ganz viel aus.

Währenddessen sitzen die Mütter still am Rand. Sie greifen nicht in das Spiel ein, sondern beobachten in Ruhe die Eigenaktivitäten ihrer Kinder.

So erleben die Mütter, wie ihre Kinder eine neue Umgebung erobern und mit welchen Materialien sie sich intensiver beschäftigen. Manchmal braucht es Zeit, um sich sicher und wohl zu fühlen oder den Mut zu finden, einen steilen Berg runter zu krabbeln. Jedes Kind hat sein eigenes, ganz spezielles Entwicklungstempo. Die Kinder wählen selbst aus, was sie ausprobieren wollen. Sie erfahren mit den aufmunternden Blicken der Mütter im Hintergrund absolute Selbstwirksamkeit und zeigen deutlich: "Hey, ich kann das schon alleine!"

Marion Kaschner



### Floßfahrt auf der Lahn

Kurz vor den Sommerferien durften acht künftige Vorschulkinder drei Tage mit dem Floß auf der Lahn fahren. Begleitet wurden sie von Renate Lehmann und Florian Dänekas sowie Danny Trautmann (bsj). Dabei konnten sie spannende Dinge kennenlernen.

Die Matschinsel, auf der plötzlich ganz viele kleine Matschmonster ihr Unwesen trieben, war ein echtes Abenteuer. Das Picknick am Wehr mit der Fischtreppe war ebenfalls sehr schön. Hier wurde eine Entenfamilie mit Obst und Gemüse gefüttert. Danny erklärte den Kindern, dass Brot kein gutes Entenfutter ist und die Tiere nur dick macht.

Ein herzliches Dankeschön an die beiden Mütter Janice Klein und Lisa Holland-Moritz, die jeden Tag das Mittagessen aus der Kita zum Floß brachten.

Renate Lehmann

### Übernachtung in der Kita ...

Am 12. Juli fand die alljährliche gemeinsame Übernachtung der Vorschulkinder in der Kita statt, diesmal begleitet von Silvia Kutsal und Florian Dänekas. Das schlechte Wetter hatte alle Pläne für den Abend durcheinandergebracht, sodass spontan entschieden wurde, ins Kino zu fahren. Bei Popcorn und Capri-Sonne gab es den Film "Pets 2". Nach dem Abendessen wurden noch Geschichten gehört, dann schliefen alle glücklich und zufrieden ein. Die Kinder schienen den Kinobesuch und die anschließende Übernachtung sehr genossen zu haben. Am nächsten Morgen wurden sie nach einem ausgiebigen Frühstück abgeholt.

Silvia Kutsal



### ... und Verabschiedung der Vorschulkinder

Zehn Vorschulkinder verabschiedeten sich am 19.07. 2019 von ihren Freundinnen und Freunden, ihren Erzieher\*innen sowie den Köchinnen Irmi Gonther und Petra Hofmann und trugen selbstgedichtete Lieder und Gedichte vor als Dank für die schöne Kita-Zeit.



Sowohl die Kinder als auch die Erwachsenen waren gerührt und einige Tränen blieben nicht aus. In einem Interview mit Marion Pohl erzählten die Kinder, was sie alles gelernt haben, dass ihnen die Aktionen im Vorschulprojekt gefallen haben und sie viel Spaß hatten. In ihrer Abschiedsrede hob Hilde Fries-Kopper hervor, dass die Kinder jetzt für die Schule gut gerüstet seien. Nicht nur ihre sprachliche Entwicklung habe sich deutlich verbessert, auch ihr Selbstbewusstsein und ihre Selbstständigkeit seien gut entwickelt. Sie wünschte den Kindern viel Erfolg und dankte allen Mitarbeiter\*innen für die gute Arbeit. Zur Erinnerung an ihre Kita-Zeit erhielten die Kinder liebevoll gestaltete Abschiedsmappen mit gesammelten Werken und Fotos. An der Seite ihrer Erzieher\*innen rutschten die Kinder mit einem Spruch aus dem Fenster der Kita hinaus in den neuen Lebensabschnitt Schule.

Wir wünschen Emily, Asmin, Asma, Cem, Kahlid, Biruk, Ajub, Amir, Lenny und Moses alles Gute und einen guten Start in der Schule!

Hildegard Fries-Kopper

### Neue Waldgruppe

Am 1. September ist die neue Waldgruppe mit drei Erzieherinnen und einer Praktikantin gestartet. Insgesamt 15 Kinder zwischen drei und sechs Jahren werden die Gelegenheit erhalten, den Wald als Spiel-, Lern- und Bildungsraum zu erleben. Alle Aktivitäten finden im Freien oder in einem Tipi (Zelt) statt. Ausnahmen gibt es natürlich bei sehr schlechtem Wetter wie z.B. Sturm und Gewitter, wenn die Sicherheit der Kinder gefährdet wäre. Hier steht den Kindern ein Schutzraum (Stadtteilwohnung) zur Verfügung.

Ökologische Themen und nachhaltiges Handeln spielen eine große Rolle. Die Kinder lernen viel über Pflanzen, Tiere und den Kreislauf der Natur. Sie erleben und erfahren mit allen Sinnen ihre Umgebung. Dabei werden die motorische, sprachliche und emotionale Entwicklung sowie die Kompetenzen der Kinder intensiv gefördert.

Regelmäßige Ausflüge, Exkursionen sowie Experimente ergänzen das Angebot. Zur Mittagszeit geht es zurück in die Kita, dort nehmen die Kinder nach dem Essen an den Nachmittagsangeboten teil.

Hildegard Fries-Kopper

### Neu in der Kita

Wir sind die Mitarbeiterinnen der neuen Waldgruppe der Kita "Die kleinen Strolche". Wir freuen uns darauf, mit den Kindern den Wald und die nähere Umgebung zu entdecken, die Natur als Spielplatz zu begreifen und all die schönen Orte und Naturmaterialien zum Spielen, Toben, Klettern und Bauen zu nutzen.

Für persönliche Gespräche und Fragen zu unserer Arbeit im Wald sind wir gerne für Euch da.



Von links nach rechts: Steffi Jucknat (Praktikantin in Umschulung zur Erzieherin), Katharina Rudolph (Kindheitspädagogin), Anita Förster-Nielsen (Dipl. Pädagogin), Diana Dieterich (Heilerziehungspflegerin)



Liebe Leserinnen, liebe Leser,  
mein Name ist Sophie Baumgardt, ich bin 22 Jahre alt und wohne in Marburg. Ich mache gerade eine Ausbildung zur Erzieherin und bin im letzten Jahr – meinem Anerkennungs-jahr. Das werde ich ab dem 2. September mit Florian Dänekas und Nadja Mann in der "Waschbären-Gruppe" bei den kleinen Strolchen verbringen. Ich freue mich schon sehr auf die Zeit!



Hallo,  
mein Name ist Jessica Raz und ich bin 23 Jahre alt. Seit letztem Jahr arbeite ich im Kinderhaus des AKSB und beginne in diesem Sommer mein einjähriges Berufspraktikum bei den "Küken" in der KiTa. Ich freue mich auf Sie und Ihre Kinder!



### Mittelalter, Lahnabenteuer und einmal Afrika

Na gut, wir waren nicht wirklich in Afrika, haben uns aber so gefühlt! Es war sehr heiß in Deutschland und wir sahen Giraffen, Zebras, Elefanten, Affen, Pelikane und ...und... und..., denn wir waren im Opel-Zoo.



Am nächsten Tag sorgten wir für Abkühlung und verbrachten einen Tag an der Lahn, mit schwimmen, springen, käschern und zum Abschluss noch einer Floßfahrt. Um uns noch weiter abzukühlen, fuhren wir in die Berge und dort mit der Sommerrodelbahn den Berg hinunter und mit einem Skilift wieder hinauf. Sehr abenteuerlich!



So gingen wir alle in die sommerliche Pause und trafen uns in der letzten Ferienwoche wieder. Gleich zum Einstieg machten wir eine Zeitreise und tauchten ein ins Mittelalter der Ritter und Burgen. Unsere weiße Hexe (gute Hexe) führte uns durch die Geschichte der Ronneburg, so dass diese Zeit für die Kinder sehr lebendig wurde. Wir schütteten Wasser in den 96 Meter tiefen Brunnen und zählten die Sekunden, bis das Wasser unten ankam.

Wir saßen in der Burgküche, wo ein offenes Feuer brannte, und konnten mit Langbogen und Armbrust schießen wie die Ritter damals. Zu guter Letzt schlug der Burg-Pfau auch noch sein wunderschönes Rad. Das waren die Höhepunkte des Sommerferienprogramms des Kinderhauses!

Alexandra Wege-Junk



## St. Martin-Haus on tour



### Sportwoche

Wie in den letzten Jahren fand auch in den Sommerferien 2019 eine Sportwoche statt, wobei die Jugendlichen das Programm selbst mitgestalten konnten. So verbrachten wir einen schönen, entspannten Tag im



Kirchhainer Freibad, wo wir uns ein gemütliches Plätzchen im Schatten suchten.

Bei den Jugendlichen erfreute sich besonders das Sprungbrett großer Beliebtheit. Es gab einiges Akrobatische zu sehen. Außerdem statteten wir dem Minigolfplatz in Marburg einen Besuch ab. Jeder zeigte auf den 18 Bahnen, was er kann. Dennoch stand nicht so sehr der Wettbewerbsgedanke, sondern vor allem der Spaß im Vordergrund.



Der Jungs-Club ist ein Offenes Angebot für Jungen der 5. Klasse im AKSB-Kinderhaus. Hier können Jungen mal ganz unter sich sein. Immer dienstags treffen wir uns zum Quatschen, Spielen oder auch mal, um einen Ausflug zu planen.



Das Offene Haus ist ein Angebot für Kinder an weiterführenden Schulen von 10 bis 13 Jahren im Kinderhaus. Hier könnt Ihr unverbindlich vorbeikommen, kochen, quatschen und Freund\*innen treffen. Außerdem wird hier das Ferienprogramm geplant. Hereinschauen lohnt sich also. Wir freuen uns auf Euch!



An einem anderen Tag machten wir eine Radtour Richtung Kirchhain. Das Wetter dafür war ideal, nicht zu heiß, aber auch vom Regen blieben wir verschont.

Auf dem Rückweg legten wir einen Zwischenstopp an der Eisdielen in Cölbe ein und füllten die leeren Akkus wieder auf. Am Freitag schlossen wir eine gelungene Woche mit einem gemütlichen Grillen vor dem St. Martin-Haus ab. Wer wollte, konnte Tischtennis spielen oder aber auch einfach nur chillen. Die meisten entschieden sich für Letzteres.



### Gokartfahren in Winterberg

Kartfahren erfreut sich im Waldtal seit vielen Generationen großer Beliebtheit, und so ging es in der letzten Ferienwoche mit guter Laune im Gepäck nach Winterberg. Wir hatten einigermassen Glück mit dem Wetter, sodass wir die Outdoor-Bahn in Niedersfeld ansteuern konnten. 5 Mädchen und 5 Jungen stürzten sich wagemutig ins Vergnügen und gaben auf der Rennstrecke Vollgas. Die Reifen liefen auf der Piste ganz schön heiß.



Es wurde gedriftet, das Kart gedreht, der eine oder andere machte einen unfreiwilligen Ausflug ins Gras. Leider gab es auch einen etwas heftigeren Crash, der aber zum Glück ohne schlimmere Folgen blieb.

### Tagesausflug in den Freizeitpark Fort Fun

Auch ein Ausflug in den Freizeitpark stand in diesem Sommer auf dem Plan. Mit Bus und PKW machten wir uns auf den Weg Richtung Fort Fun ins schöne Sauerland. Ob Riesenrad, Achterbahn, Rodel- oder Wildwasserbahn – keine Attraktion war vor den Jugendlichen sicher. Unerschrocken wurden alle Fahrgeschäfte ausgetestet.

Auf der Wasserbahn gab es die eine oder andere kalte Dusche, aber ohne nass zu werden ist es ja auch nur halb so toll. Außerdem fuhren wir mit dem Santa Fe-Express über das Parkgelände, um uns die Western-Show im Wald anzusehen. Man musste sich eine halbe



Stunde vor Abfahrt der alten Dampflok an der Haltestelle einfinden, denn die Sitzplätze in den Waggons waren heiß begehrt. Tatsächlich hat sich das Warten gelohnt, denn die actionreiche Show, bei der viel Feuer und Wasser zum Einsatz kam, war lustig anzusehen. So machte Fort Fun seinem Namen alle Ehre, denn wir hatten bei unserem Besuch dort wirklich viel Spaß.

Judith Kuphal

### Schulanfangsgottesdienst im St. Martin-Haus

Der diesjährige Schulanfangsgottesdienst fand am Dienstag, den 13. August um 9.00 Uhr im St. Martin-Haus statt. Der Gottesdienst wurde von Berit und Ralf Hartmann sowie Klaus Nentwich gestaltet und stand unter dem Motto "Jedes Kind hat einen Engel".

Lieder wie "Engel in unserem Leben", "Einfach Spitze, dass du da bist" und das "Kinder-Mut-Mach-Lied" bereiteten große Freude, animierten zum Mitsingen und zum aktiven Mitmachen durch klatschen und stampfen.

Begleitet wurden die Strophen von Berit Hartmann mit der Gitarre, was zu einer schönen und aufgelockerten Atmosphäre beitrug. Ein Leuchten in die Augen der Kinder und der Erwachsenen brachten die beiden großen Handpuppen Maya und Malte, gespielt von Berit und Ralf Hartmann.

Jedes neue Schulkind bekam seinen persönlichen Segen gesprochen mit den Worten: "Fürchte Dich nicht. Gott hat Dich lieb. Er behütet Dich auf allen Deinen Wegen." Nach dem Segen für alle Teilnehmer gingen die Kinder dann gemeinsam mit ihren Eltern und Lehrern zur Geschwister-Scholl-Schule.

Peter Krauskopf



## Herbsttag

*Herr: es ist Zeit. Der Sommer war sehr groß.  
Leg deinen Schatten auf die Sonnenuhren,  
und auf den Fluren lass die Winde los.*

*Befehl den letzten Früchten voll zu sein;  
gib ihnen noch zwei südlichere Tage,  
dränge sie zur Vollendung hin und jage  
die letzte Süße in den schweren Wein.*

*Wer jetzt kein Haus hat, baut sich keines mehr.  
Wer jetzt allein ist, wird es lange bleiben,  
wird wachen, lesen, lange Briefe schreiben  
und wird in den Alleen hin und her  
unruhig wandern, wenn die Blätter treiben.*

*Rainer Maria Rilke (1875-1926)*

## **Die Evangelische Kirchengemeinde lädt zum Gottesdienst ins Missionshaus Waldtal ein:**

- |                              |   |
|------------------------------|---|
| <b>06.10.2019, 14.30 Uhr</b> | Erntedank-Festgottesdienst für kids & Erwachsene<br>(mit anschl. Kaffeetrinken und Spielprogramm f. jung und alt) |
| <b>27.10.2019, 19.00 Uhr</b> | Abendmahlsgottesdienst  |
| <b>10.11.2019, 11.30 Uhr</b> | Gottesdienst für kids & Erwachsene<br>(mit anschl. kostenlosem Mittagessen)                                       |
| <b>24.11.2019, 19.00 Uhr</b> | Abendmahlsgottesdienst<br>(mit Verlesung der Namen der Verstorbenen des Jahres 2019)                              |



## Herbstferienprogramm 2019 für Grundschüler (1. - 4. Klasse)

### Montag, den 30.09.2019\*

10.00 Uhr – 16.00 Uhr

Kosten: 4,- Euro

### Ausflug zur Lochmühle

Auch in diesem Jahr fahren wir wieder in den Vergnügungspark Lochmühle. Dort kann man Eichhörnchenbahn fahren, Riesenrutsche rutschen, Tiere streicheln und vieles mehr!

### Dienstag, den 01.10.2019\*

13.00 Uhr – 17.00 Uhr

Kosten: 2,- Euro

### Usa-Wellenbad

Wie gewünscht fahren wir ins Wellenbad Usa nach Bad Nauheim. Hier fühlt man sich fast wie am Meer. Es gibt dort eine große Rutsche und ein Außenbecken.

### Mittwoch, den 02.10.2019\*

10.00 Uhr – 14.00 Uhr

Kosten: 1,- Euro

### Trimm dich Pfad und gemeinsames Essen

Wir testen den neu renovierten Trimm dich Pfad bei den Hansenhäusern, fahren danach zur Burgruine Frauenberg und stärken uns bei einem Picknick mit warmen Würstchen!

(\* = Teilnehmerbeschränkung: max. 15 Personen)

**Treffpunkt ist immer der Kita-Parkplatz.**

Wichtig: Denkt bei den Ausflügen an wetterfeste, robuste Kleidung und festes Schuhwerk sowie ausreichend Verpflegung für die Kinder. Die Rückkehrzeiten sind Richtwerte, es kann auch mal eine halbe Stunde früher oder später werden.

**Anmeldeschluß: 25.09.2019**

### Anmeldung

Hiermit melde ich mein Kind (Name) \_\_\_\_\_ (Adresse und Telefonnummer bitte für Notfälle oder Rückfragen angeben) zum Herbstferienprogramm für folgende Aktionen an:

- |  |                      |         |
|--|----------------------|---------|
| <input type="checkbox"/> Lochmühle       | Montag, 30.09.2019   | (4,- €) |
| <input type="checkbox"/> Usa-Wellenbad   | Dienstag, 01.10.2019 | (2,- €) |
| <input type="checkbox"/> Trimm dich Pfad | Mittwoch, 02.10.2019 | (1,- €) |

Mein Kind kann schwimmen o ja o nein  
(bei NEIN unbedingt Schwimmhilfen mitgeben!)

Den Unkostenbeitrag habe ich mit der Anmeldung abgegeben.

Unterschrift \_\_\_\_\_