

# ELSA

Eine Zeitung für Gonsenheim

## Ist der Frühling zurück?

Jedes Jahr dasselbe: In den Wochen vor Ostern sind wir alle genervt durch die Tristesse der Wintermonate. Hat der Dezember wenigstens noch stimmungsvolles Weihnachtsgedöns mit Glühwein und Gänsebraten und der Jahresanfang lenkt etwas ab mit Silvesterfeiern und vielen guten Wünschen für das hoffentlich viel besser werdende kommende Jahr. Auch die eigentlich dann gleich beginnende stimmungsvolle und lustige Fastnachtssaison bringt Abwechslung, aber der dann folgende Rest ist trostlos und grau. Das Warten auf den Frühling ist nervenzermürend und diesem Zeitabschnitt läßt sich nichts abgewinnen. Es sei denn, man verdonnert sich ein Hardcore-Trainings-Programm um die Bikini- bzw. Badehosenfigur anzustreben. In einer solchen Stimmungsmelange erfreuen wir uns gerne an den hübschen Frühlingsboten, die ersten zarten Knospen, die sich aus dem Boden zwängen oder die ersten Zugvögel, die den Weg zurück gefunden haben.

Oder, waren die überhaupt weg? War da nicht was? Und die ersten Frühblüher, sind die nicht sehr früh dran? Uns dämmert da etwas ... noch zögert der Gedanke, doch nach kurzem Überlegen ist dem informierten Zeitgenossen schon klar und die Gewissheit manifestiert sich: Der Frühling ist schon längst nicht mehr das, was er früher mal war. Die Dürre des letzten Sommers ist

noch lange nicht überstanden, der Grundwasserspiegel ist weiterhin auf Rekordtief. Frankreich hat es besonders hart getroffen. Ganze Seen sind verschwunden und die ersten Gemeinden haben das Trinkwasser gedrosselt. Gleichzeitig gehen südlich der Alpen nie dagewesene Wassermassen nieder. In den Alpen selbst fehlt es an Schnee, dafür schneit es aber auch schon mal auf Mallorca. Der Gletscherschwund ist offensichtlich. Die letzten Wasserreservoirare gehen für künstliche Beschneigungsanlagen drauf, so versucht man, die Verluste der millionenschweren Investitionen des Skizirkus zu retten.

In unserer Region sieht es nicht besser aus, zu trocken, zu warm, nach dem Rückgang des Insektenbestands um 70% dezimieren sich die Vögel, Obstbauern müssen über künstliche Befruchtung nachdenken ... und... und... und! Es ist alles bekannt, schon seit Jahren. Und was machen wir?

Die liberalen Kräfte hoffen weiterhin auf eine Technologie, die irgendwann kommen und alle Probleme lösen wird. Erzkonservative verweisen auf natürliche Schwankungen und wollen alles so belassen und warnen vor der Verbotspartei. Einer schweigenden Masse

sind die Energieersparnisse schon eine Zumutung und sie wollen eine Renaissance der Kernkraft. Nur eines machen wir nicht, konsequent handeln. Dabei ist das, was auf uns zurollt, alles andere als nur ein verpasster Frühling.

Klar, der Krieg und die Pandemie verschärfen das Ganze noch, die Fakten sind aber schon länger bekannt. Ostern ist das Fest des Lichtes und es wäre mehr als angebracht, wenn uns allen ein Licht aufgehen würde. Ein Licht für das (Über)Leben. Und hoffentlich bekommen wir einen Frühling, der uns daran erinnert, wie ein Frühling auch sein kann - eine Erneuerung. (CM/TB)

**„Frühling hat sein blaues Band wieder einmal so gespannt, dass rund zehn Prozent der Welt wieder auf die Fresse fällt“**

Jochen Malmsheimer



## UNSER ANGEBOT

### Öffnungszeiten des Treffs

Montags bis donnerstags von 14:00 bis 17:00 Uhr. Montags gibt es keine Beratung. Für Beratungen können Sie telefonisch oder persönlich einen Termin vereinbaren, Sie können aber auch gerne auf gut Glück vorbeikommen.

Bei uns können Sie kopieren, faxen, drucken und Gelbe Säcke abholen, oder aber nur einen Kaffee trinken, ein paar Nachbarn zum Quatschen sind immer da.

### Homepage

ist 24-Stunden geöffnet, immer aktuell, randgefüllt mit Infos, Links und Terminen: [www.stadtteiltreff-gonsenheim.de](http://www.stadtteiltreff-gonsenheim.de)

Allgemeiner Kontakt per Mail über: [mail@stadtteiltreff-gonsenheim.de](mailto:mail@stadtteiltreff-gonsenheim.de)

### Brotkorb

ist eine Lebensmittelausgabe für Bewohner\*innen von Grundsicherung. Diese ist donnerstags von 14:30 bis 16:30 Uhr, Neuanmeldungen bitte mittwochs ab 14:00 Uhr. Infos zum Brotkorb per Mail: [mail@stadtteiltreff-gonsenheim.de](mailto:mail@stadtteiltreff-gonsenheim.de)

### Treffen für neue Ehrenamtliche

Für Menschen, die sich im Stadtteiltreff oder in der Flüchtlingsarbeit engagieren wollen, gibt es immer montags um 15 Uhr ein Treffen im Stadtteiltreff um sich gegenseitig kennenzulernen.

Sollten Sie zu diesem Zeitpunkt keine Zeit haben, rufen Sie uns an und vereinbaren einen Termin.

### Kinderwerkstatt

Montags ab 15:30 Uhr

### ELSA-Redaktion

Mittwochs 16:30 bis 17.30 Uhr, auch via Zoom, wir freuen uns auch über Gäste.

### Elsa-Chor

Chorprobe dienstags 19:00 Uhr – Endlich: Ab dem 28. Februar geht die neue Saison im Chor los, mit mehr Instrumenten und einem Wiedersehen mit der "Erly Bird Family". Wenn Sie Spaß am Singen haben: Kommen Sie!

### Sonstige Angebote

Wir können hier kaum alles aufzählen, auf unsere Homepage finden Sie tagesaktuell alle Angebote: Nähgruppe, Skatgruppe, Total Normal, Medienwerkstatt, Homepage-Gruppe, Beratungsangebote, Ausstellungen, Hilfsangebote, Für alles gilt:

**Auf eine gute Nachbarschaft.**

Stadtteiltreff  
Gonsenheim

## Editorial

# Empörungsgesellschaft statt Aufbruch in die Zeitenwende

„Jetzt will uns doch tatsächlich der Haubeck die Gas- und Ölheizungen verbieten.“ Sind Sie auch dabei, bei dieser Empörungswelle, die gerade wieder über alle Kanäle rollt? Mich wundert das. War das nicht klar? Und auch lange überfällig? Haben wir wirklich gedacht, das Thema Klimawende hat mit uns nichts zu tun und wir können weiter mit fossilen Brennstoffen heizen? Ein Drittel der CO<sub>2</sub>-Emissionen machen das Heizen aus, natürlich müssen wir jetzt entscheiden, dass keine fossile Brenntechnik mehr verbaut werden darf. Und dass es ein Ausgeben muss bei Verbrennern. Und ein Tempolimit in Deutschland, und vieles mehr. Und dass das auch mit uns zu tun hat, mit unserer Mobilität, unserem Heizen, unserem Konsum... Und ja, Besitzer\*innen eines Einfamilienhauses müssen jetzt eine Heizung mit 65% erneuerbaren Energien einbauen, zum Beispiel mit einer Wärmepumpe. Das ist schwierig, gerade wenn man bei der letzten großen Sanierung keine Wärmedämmung gemacht hat. Aber das, liebe Eigenheimbesitzer, hätte man auch anders entscheiden können, das mit der Wärmedämmung war auch vor 10, 15 oder 20 Jahren schon Thema. Aber vielleicht war der Pool oder die Sauna irgendwie wichtiger damals – aber jetzt empören, obwohl

wir alle viel zu lange geschlafen haben, ich weiß nicht.

Wir brauchen die Zeitenwende, in ganz vielen Themenfeldern und anstatt immer zu erschrecken, wenn Politik mal mutig eine Entscheidung trifft, sollten wir entweder bessere Ideen in die Debatte einbringen oder uns freuen, dass mal was entschieden ist und dann auch die Veränderungen entschlossen umsetzen. Empörend finde ich, wenn statt Diskurs um den richtigen Weg am Ende nur Empörung über die Beiträge anderer bleibt, so macht Diskurs keinen Spaß und am Ende bleibt nur Stillstand. Aber wir brauchen Veränderung, jetzt!

Auf in den Frühling! Lesen Sie über Trauercafé, das Projekt „Lesen macht stark“, Bücher und Buchhandlungen und vieles mehr in dieser Ausgabe. Machen Sie mit bei der Ausstellung über „50 Jahre Hochhäuser in der Elsa-Brändström-Straße“, bei der Vorbereitung des 25jährigen Jubiläums des Stadtteiltreffs oder beim Elsa-Chor, der wieder gestartet ist. Bringen Sie sich ein, verändern wir die Welt, gemeinsam. Nicht klagen, machen, in Gemeinschaft, das tut uns allen gut!

*Ihr Stephan Hesping*



## Wir geben Ihrer Trauer einen Raum



**Trauern ist etwas ganz Natürliches.  
Jeder geht mit Trauer anders um.**

Wir möchten Ihrer Trauer Raum geben und bieten Ihnen unsere Begleitung an.

**Wir laden Sie herzlich ein zu unseren Treffen im Stadtteiltreff Gonsenheim. Jeden dritten Samstag im Monat. Beginn ist jeweils um 14.30 Uhr!**

Trauercafé  
Lichtblick



# Lesen macht stark



**Das Programm der Bildungsbotschafterin Nina Dulleck des Stadtteiltreffs steht: Das Schuljahr 2023/24 wird eine Zeit voller Bildung, Geschichten und Abenteuer für alle Kinder**

In der vorletzten Ausgabe haben wir Ihnen Nina Dulleck vorgestellt, nun kündigt der Stadtteiltreff das Programm „Lesen macht stark“ für das kommende Schuljahr unter ihrer Schirmherrschaft an. Zeichnen, Lesen, Vorlesen, Spaß an Büchern bekommen, weil sie nicht nur mühsam zu erarbeitendes Schulwissen beinhalten, sondern Welten voller Phantasie, Spannung und Abenteuer beinhalten können.

Los geht es mit einer Werbephase im Frühsommer und einem Start im September, wenn der Stadtteiltreff Gonsenheim sein 25jähriges

Jubiläum feiert. Nach der Corona-Zeit wird die Einrichtung für Kinder und Familien neu aufgestellt und „Lesen macht stark“ ist darin der wichtigste Baustein. Außerschulische Bildung ist das neue und alte Zauberwort.

Der Stadtteiltreff sucht ab sofort interessierte Erwachsene, die sich zu Lesepat\*innen ausbilden lassen wollen.

„Wir wollen das Vorlesen zelebrieren, in Angeboten in KiTa`s oder im Stadtteiltreff, wo Kindern vorgelesen wird“, so Elisabeth Lissen, hauptamtliche Mitarbeiterin, die an der Realisierung arbeitet.

Nicht nur aus den Büchern von Nina Dulleck, aber aus denen ganz bestimmt. Oder wir zeichnen uns unsere eigenen magischen Tiere mit einer Anleitung von Nina. Denn Zeichnen und malen ist auch eine Technik, mit der man seine ersten Geschichten erzählen kann.

Für die Ausbildung der Lesepat\*innen wird der Stadtteiltreff mit einem Kooperationspartner mit viel Erfahrung auf dem Feld zusammenarbeiten. Die Kinderwerkstatt wird ausgebaut auf mindestens zwei Zeitfenster in der Woche. Das Begegnungscafé für junge Familien unterstützt bei der Inanspruchnahme von Hilfen für Familien und ist Ort für Begegnung, Austausch und das Schaffen neuer Möglichkeiten.

Natürlich kann Nina Dulleck nicht immer selbst dabei sein, aber es wird einige Gelegenheiten geben, sie auch persönlich zu treffen. Zum Beispiel bei der Ausgabe der „Wünsch Dir was-Geschenke“ an die Kinder des Brotkorbs im Dezember. Oder zu einem Filmabend mit „Die Schule der magischen Tiere“, beruhend auf ihren Illustrationen für das Buch. Und sie wird für mehrere Ausgaben der Elsa-Zeitung einen Innenteil als Zeitung für die Kinder mit uns herausgeben, mit Anleitungen, wie jede\*r lernen kann, ein magisches Tier

zu zeichnen. Das Schwerpunktjahr im Stadtteiltreff wird sich an den bekanntesten Veröffentlichungen der Kinderbuchautorin und -illustratorin entlang arbeiten, also auch das „Sams“ oder „Otis & Otilie“ werden am Start sein, keine Bange! Warum lesen stark macht? Haben Sie als Opa oder Oma schon mal ihren Enkelkindern zum

50. Mal die Raupe Nimmersatt vorgelesen und am Ende hat die Kleine wieder „Nochmal Oma“ gerufen und sie haben es zum 51. Mal gelesen? Verstehen Sie, welche Kraft darin steckt, welche Stärke? Wenn Sie eine Ahnung haben, vielleicht mögen Sie mitmachen bei dem Projekt, wir freuen uns über interessierte Menschen! (hes)



## Wir geben Ihrer Trauer einen Raum

Trauern ist etwas ganz Natürliches, jeder geht mit Trauer anders um

Der Verlust eines nahestehenden Menschen löst bei Betroffenen eine Flut von Gefühlen aus. Nichts ist mehr so, wie es vorher war. Das Leben droht, aus den Fugen zu geraten. Gerade für Betroffene, die nur wenige Kontakte haben, kann es problematisch werden: Wo finde ich Orte und Menschen, die mir in dieser schweren Zeit zur Seite stehen? Auch wenn im Familien- und Freundeskreis große Anteilnahme zu spüren ist, bleibt es eine Herausforderung, mit der eigenen Trauer Platz zu haben, wenn andere schon wieder zur Tagesordnung übergegangen sind. Eine häufig geäußerte Erfahrung: Es kümmern sich eigentlich viele um mich, kommen zu mir, rufen mich an. Aber ich fühle mich trotzdem so viele Stunden am Tag und in der Nacht allein!

Zudem kommen zum Verlust der geliebten Person oft noch weitere existenzielle Fragen hinzu. Oft ist der/die Trauernde zur Übernahme ungewohnter Aufgaben gezwungen, die bisher immer von dem/der

Verstorbenen übernommen worden waren. Viele unumgängliche Angelegenheiten müssen geregelt werden.

Trauer verbindet Menschen über Herkunft und soziale Stellung hinaus. Der Schmerz eines ähnlich Betroffenen kann geteilt werden und der gemeinsame Weg die Entwicklung eigener Perspektiven stärken. Hier will das Trauercafé Lichtblick ein hilfreicher Ort sein: Eingeladen sind ALLE, die einen Angehörigen oder einen nahestehenden Menschen verloren haben.

Wir geben Ihrer Trauer einen Raum und bieten Ihnen unsere Begleitung an. Trauern ist etwas ganz Natürliches. Jeder geht mit Trauer anders um.

Nach zweimonatiger Pause ist unser „Trauercafé Lichtblick“ ab März 2023 wieder für Sie geöffnet. An jedem 3. Samstag im Monat - von 14.30 Uhr bis ca. 16.00 Uhr - laden wir in die Räume des Stadtteiltreffs Gonsenheim ein. Wir haben, um allen Corona-Bestimmungen gerecht zu werden, un-



sere monatlichen Treffen zwei Jahre lang im Evangelischen Gemeindehaus in der Friedensstraße anbieten können. Herzlichen Dank für die Gastfreundschaft!

Bei unseren Treffen im Trauercafé kommen wir über Texte, Bilder, Musik oder... gemeinsam ins Gespräch. Danach besteht die Möglichkeit, bei Kaffee und Kuchen auch in kleineren Gruppen persönliche Themen zu vertiefen. Sollten Sie Interesse haben, schauen Sie doch einfach mal vorbei! Wir bitten wegen der organisatorischen Vorbereitung des Treffens um eine Anmeldung. Bei Rückfragen stehen wir Ihnen natürlich gerne zur Verfügung. Unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen heißen Sie herzlich willkommen! (Doris Becker)

### INFO&KONTAKT

trauercafe@stadtteiltreff-gonsenheim.de  
Doris Becker, Telefon (0162) 4 13 60 51  
Christoph Briem, Telefon (0157) 52 77 33 40

## Moses kam einst auch mit einem Körbchen daher

Wertvolles und Brauchbares sucht ein zweites Leben

Viele von Ihnen kennen es und haben es auch schon öfters gesehen. An so manchem Gartenzaun steht seit dem Beginn der Pandemie immer mal wieder alles mögliche, was die Bewohner zur kostenlosen Mitnahme anbieten. Da stapeln sich Bücher, Haushaltsgegenstände, undefinierbarer Nippes und Spielzeug. Da hat wohl jemand eine Ecke im Keller aufgeräumt und sich gedacht: „Das muß weg, aber gleich wegschmeißen, das muß ja auch nicht sein. Ist ja noch gut und vielleicht kann das jemand noch gebrauchen.“ Dieser Gedanke ist auch gar nicht so verkehrt, schließlich stecken in den „Dingen“ Rohstoffe, Energie und Arbeit. Ein zweites Leben finden solle Dinge auch beim Stadtteiltreff, und es gib einige Abnehmer die sind dankbar dafür.

Den ehemaligen Geschenke Raum gibt es unter neuer Führung weiterhin und der heißt jetzt „Das Körbchen“. Christiane Allmann,

Gunhild Schönenberg- Gadatsch, Christel Hekmati und Friederike Nierste haben die ehrenamtliche Organisation übernommen. Es ist an den Brotkorb angeschlossen und befindet sich auch in dessen Kellerräumen. Und das Angebot ist offen für jedermann, nicht nur für Brotkorbkunden. Geöffnet ist

## Das Körbchen by Brotkorb Gonsenheim

das Körbchen jeden zweiten und vierten Donnerstag im Monat von 15 bis 17:00 Uhr. Das Angebot wird sehr gut angenommen und damit die Spenden für alle Besucher reichen, gibt es die Geschenke nur in haushaltsüblichen Mengen. Da die räumliche Situation äußerst begrenzt ist, werdem immer nur 3 Besucher eingelassen, sie haben dann maximal 20 Minuten Zeit zum Stöbern und sich umzusehen. Für alle von Vorteil ist es,

wenn man schon weiß, was man sucht, dann müssen die Wartenden vielleicht nicht so lange anstehen.

Wenn Sie etwas spenden wollen, dann gibt es nach wie vor Bedarf an Haushaltsgegenständen, Kleingeräten, Büromaterial, Spielzeug, Kleidung für Kinder, Bettwäsche und Handtüchern. Auch (Kinder-)Fahrräder werden angenommen (siehe Bericht ELSA März 2023).

Wenn Sie uns etwas spenden wollen, tun Sie uns einen großen Gefallen, wenn Sie Ihre Spende nicht einfach vor die Tür stellen. Bitte schicken sie uns eine Mail an [daskoerbchen@stadtteiltreff-gonsenheim.de](mailto:daskoerbchen@stadtteiltreff-gonsenheim.de), damit wir entscheiden können, ob es dafür Abnehmer gibt, da wir ansonsten die Entsorgungskosten tragen müssen. (TB)

### INFO&KONTAKT

Das Körbchen: [daskoerbchen@stadtteiltreff-gonsenheim.de](mailto:daskoerbchen@stadtteiltreff-gonsenheim.de)

# Das Blaue Buch: Geheimes Kriegstagebuch 1941–1945

Neues Buch von Erich Kästner, kommentierte Biografie und Notizen für neuen Roman

Nachdem der Schriftsteller Erich Kästner 1933 von den Nazis als Autor verboten worden war, entschloss er sich, ein geheimes Tagebuch zu führen. Von 1941 bis zum Kriegsende schrieb er im Geheimen alles auf, was er erlebte, und was sich in Berlin und an der Front ereignete. Er notierte Heeresberichte und Massenexekutionen und sogar Kneipenwitze über Goebbels und Hitler, die aber schon bald nur noch hinter vorgehaltener Hand gemacht werden durften. Auch zahlreiche Zeitungsartikel und einige Fotos aus dieser Zeit wurden von Kästner in diesem Buch aufbewahrt. Bei jedem Angriff auf Berlin hat er es heimlich mit in den Luftschutzkeller genommen und sonst auch gut zwischen den anderen viertausend Bänden seiner Bibliothek versteckt. Und aus Sicherheitsgründen fertigte er alle Aufzeichnungen in Kurzschrift an. Er dokumentierte das tägliche Leben bis zur bedingungslosen Kapitulation im Mai 1945 und berichtete auch, was sich in den Monaten danach abspielte.

Weil es ein in blaues Leinen eingeschlagenes Buch war, hat es der Kästner-Biograph Sven Hanuschek "Das Blaue Buch" genannt.

Ein sehr interessantes Buch, das bewegende Einblicke in die Zeit damals, den Alltag und die Gedankenwelt des Schriftstellers gewährt. Erich Kästner verstarb 1974 in München. Die jetzt vorliegende, von Sven Hanuschek zusammen mit Silke Becker und Ulrich von Bülow herausgegebene und umfangreich kommentierte Ausgabe umfasst neben Kästners Kriegstagebuch auch seine gesammelten Notizen für einen Roman über das „Dritte Reich“. (CM)

#### INFO & KONTAKT

Erich Kästner: Das Blaue Buch: Geheimes Kriegstagebuch 1941 - 1945; Herausgeber: Atrium Verlag AG; 1. Edition (19. Februar 2021); Taschenbuch; 406 Seiten, ISBN: 978-3038820260; € 18:00



# Sonntag erst gewählt und Montag schon zur Arbeit

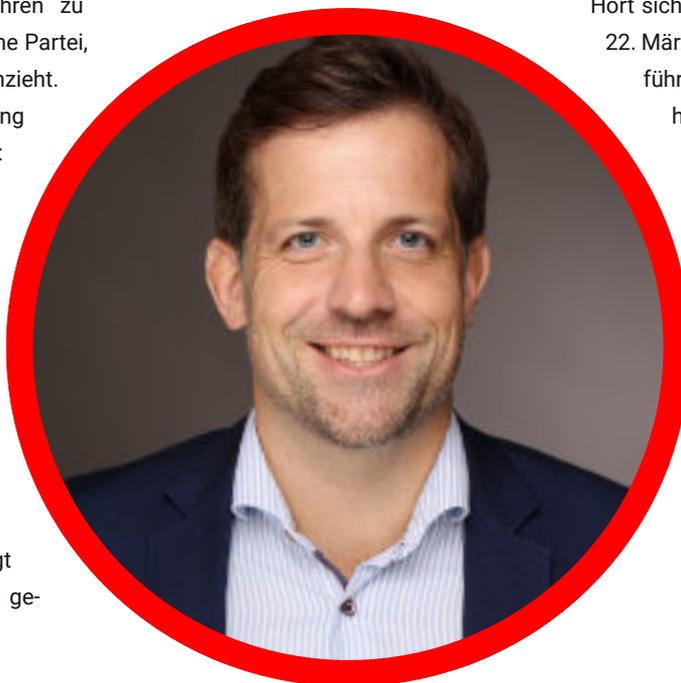
Erstmals seit 1949 gehört der Mainzer OB nicht mehr der SPD an

Hatten wir auf der Titelseite unserer letzten Elsa-Ausgabe noch gefragt, wer uns wohl in Zukunft sagt, wo der Haase lang läuft oder die Viering übernimmt, so wissen wir ja inzwischen alle: Die Ära der SPD-Oberbürgermeister geht nach 74 Jahren zu Ende. Nino Haase ist der Neue, ohne Partei, der als OB ins Mainzer Rathaus einzieht. Das Ergebnis war nach Auszählung der 118 Stimmbezirke ziemlich klar: Der parteilose Nino Haase hat 63,6 Prozent der Stimmen bekommen, Christian Viering (Grüne) kam auf 36,4 Prozent der Stimmen. Also regiert Nino Haase jetzt eine der reichsten Städte in Deutschland.

Das lange ziemlich verschuldete Mainz ist nämlich, Dank der Steuereinnahmen von Biontech, inzwischen ganz schön reich. Sagt man nicht auch: "Gleich und gleich ge-

sellt sich gern"? Dann passt das doch recht gut, denn Haase ist auch ziemlich reich. Drei Millionen Euro gewann er vor 14 Jahren in der TV-Sendung "Schlag den Raab". Gut, das ist schon eine Weile

her, aber einige Cent werden davon ja noch übrig geblieben sein. Bei seinem Team bedankte er sich dann am Wahlabend herzlich für die geleistete Hilfe und führte aus: "Ab morgen früh fangen wir an zu arbeiten!" Hört sich toll an, dass jemand, der erst am 22. März in sein Amt als Mainzer OB eingeführt wird, schon gleich arbeiten gehen möchte. Na, dann wünschen wir dem neuen Regenten im Fuchsbau und natürlich auch uns, dem Mainzer Volk, dass der Haase alles richtig gut macht. Und dass er tatsächlich auch so offen den Dialog mit den Bürger\*innen führt, wie er es vor der Wahl angekündigt hat und nicht plötzlich sagt: "Mein Name ist Haase, ich weiss von nix". Toi, toi, toi für die nächsten acht Jahre! (CM)



## Endlich mal wieder tanzen und feiern

40 Ehrenamtliche waren geladen zum Helfer\*innenfest des Flüchtlingsnetzwerkes Miteinander Gonsenheim

17. März, 18.30 Uhr in der Gemeinde St. Petrus-Canisius. Live-Musik im Gemeindesaal, es duftet nach leckerem Essen und nach und nach kommen die 40 Gäste des Abends zusammen, allesamt ehrenamtliche Mitarbeiter\*innen des Flüchtlingsnetzwerkes „Miteinander Gonsenheim“. Eine lange Zeit hatte es das nicht mehr gegeben, Corona und Abstandsregeln verhinderten solche Zusammenkünfte. Joachim Kessler, Diakon der katholischen Gemeinde und Vertreter der christlichen Gemeinden, die mit dem Stadtteiltreff das Netzwerk tragen, begrüßte die Gäste und wünschte allen einen schönen Abend.

Zudem spielte die „Early Bird Family“ auf,

eine Formation und Familie aus Kiew, die direkt nach Ausbruch des schrecklichen Putin-Angriffskrieges geflohen war und in Gonsenheim ein neues Zuhause gefunden hat (Singular = die Familie). Yana, ihr Mann Volodymir, die Kinder Anton und Nadja, alle grandiose Jazzer, die auch deutsche Volkslieder in ihrem Jazzstil wie „Das Wandern ist des Müller's Lust“ zum Besten gaben.

Colette Smeraldy und Stephan Hesping vom Stadtteiltreff dankten dem Küchenchef vom „Madoro“, der den Abend kulinarisch ganz großartig ge-

staltet hatte. Und Odile für den tollen Tischschmuck, den sich die Gäste am Ende gegenseitig überreichten, um „Danke für Dein Engagement“ zu sagen. Und als die ersten anfangen zu tanzen, war der Abend vollends gelungen. (hes)



## Mit 36 Seiten um die Welt bis zum Nimmerland

Gonsenheimer Buchhandel weiter auf Erfolgskurs – auch bei Lesungen und Veranstaltungen

Mal davon abgesehen, dass Gonsenheim der größte der Mainzer Vororte ist, hat Gonsenheim etwas, das man in den anderen Stadtteilen vergeblich sucht: Eine Einkaufsstraße, die sich auch so nennen darf. Konzentriert auf ca. 400 m Länge findet der/die Gonsenheimer\*in so ziemlich alles, was er/sie im alltäglichen Gebrauch benötigt. Neben diversen Lebensmittelgeschäften und Läden aus dem Nonfoodbereich, gibt es, und das ist eine weitere Be-

sonderheit, gleich zwei Buchhandlungen. Die beiden Läden, **Seiten 36** und **Nimmerland**, werden von drei Buchhändlerinnen (ohne Sternchen) betrieben, die mit jeder Pore ihres Seins Bücher lieben. Und diese Leidenschaft ist auch der Grund für Ihren Geschäftserfolg, um gegenüber dem gesichtslosen und gewinnmaximierten Versandmoloch zu bestehen.

Gerade in der Medienstadt Mainz, der Stadt Gutenbergs, haben in den letzten Jahren leider viele das Handtuch werfen müssen. Und so kann man an einer Hand die wenigen Buchhandlungen abzählen, die auch den Namen Buchhandlung verdienen, unsere beiden Kandidaten gehören dazu.

Ihre Empfehlungen sind gern gesehen, sind spannend, überraschen, regen auch mal zu spielen an und in besondern Fällen gibt's auch mal was zum Naschen. Nicht nur die Fachkompetenz ist heute gefragt, der moderne Händler muß heute mehr machen, als nur Bücher verkaufen. So ist eine umfangreiche und informative Homepage ein absolutes Muss. Hier hilft der Großhändler, er liefert als Basis zum Beispiel den Online-Shop, was mit individuellen Informationen ummantelt wird. Beide Buchhandlungen machen auch ganz unter-

schiedliche Veranstaltungen wie zum Beispiel Lesungen. Das genaue Programm entnehmen Sie bitte der jeweiligen Homepage. Lesen ist eine Schlüsselqualifikation und fördert den aktiven und passiven Wortschatz, um so wichtiger ist die positive Erfahrung in jungen Jahren. Da ist es besonders hilfreich, wenn die Großen den Kleinen ein Vorbild sind. Ganz nach dem Motto von Karl Valentin: „Es hat keinen Sinn, Kinder zu erziehen, sie machen sowieso alles nach.“

Bleibt der Appell: Lesen Sie mal wieder, am besten ein Buch von den Gonsenheimer Händlerinnen. (TB)

### INFO&KONTAKT

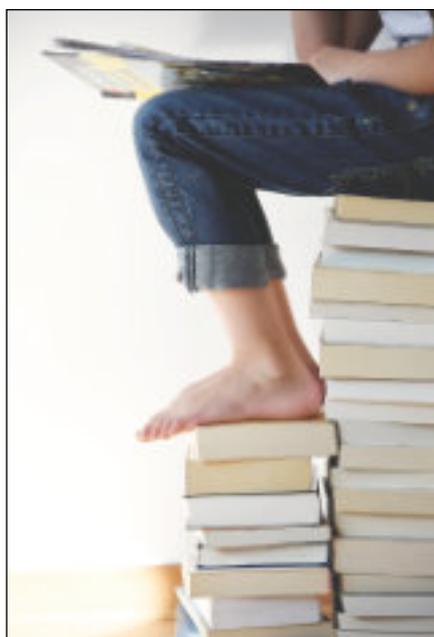
**Nimmerland**, Kinder- und Erwachsenenbuchh.  
Kurt-Schumacher-Str 56, 55124 Mainz  
Telefon: (06131) 9 71 17 60

E-Mail: [nimmerland-mainz@gmx.de](mailto:nimmerland-mainz@gmx.de)  
Internet: [www.nimmerland-mainz.de](http://www.nimmerland-mainz.de)

Öffnungszeiten:  
Mo - Sa: 9.00 - 13.00 Uhr  
Mo - Fr: 15.00 - 18.30 Uhr

**Seite 36**  
Breite Straße 36, 55124 Mainz  
Telefon: (06131) 6 69 41 31  
E-Mail: [info@seite36.de](mailto:info@seite36.de)  
Internet: [seite36.buchhandlung.de](http://seite36.buchhandlung.de)

Öffnungszeiten:  
Mo - Fr 10:00 - 18:00 Uhr  
Sa 9:00 - 13:00 Uhr



# Kein „Blumenparadies“ mehr in der Elsa

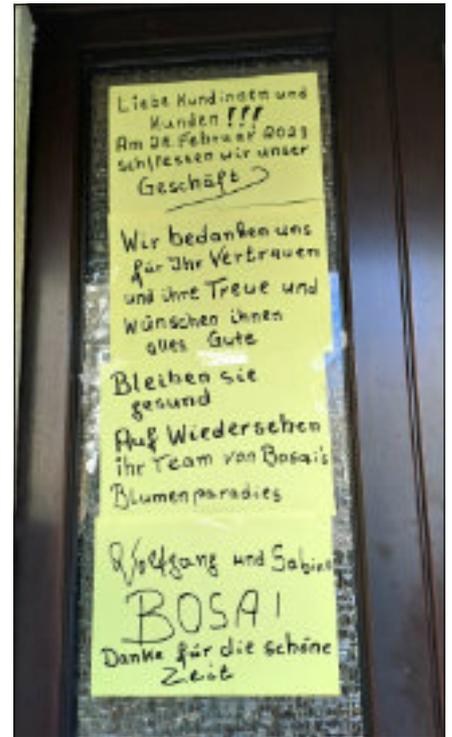
## Familie Bosai geht in den wohlverdienten Ruhestand

Sicher haben Sie es auch schon bemerkt, das „Blumenparadies“ in der Elsa gibt es nicht mehr. Nach 14 Jahren Blumenverkauf in unserer Straße haben sich Wolfgang Bosai und seine Frau Sabine nun zur Ruhe gesetzt. Natürlich gönnen wir ihnen das alle von Herzen, aber da fehlt jetzt doch etwas. Es gab dort immer so schöne Blumen für jeden Anlass. Ob man Balkonblumen brauchte oder einen tollen Strauß für eine Feier, ein Gesteck als Grabschmuck oder auch nur ein kleines Sträußchen für zu Hause. Immer wurde man sehr nett bedient und sogar kleine Vierbeiner bekamen jedes Mal ein Leckerli geschenkt.

Auch der Stadtteiltriff hat vom Blumenparadies profitiert, denn die Bosais haben oft Blumen oder hübsche Gestecke spendiert wenn eine Veranstaltung oder ein Fest wie z. B. unser Sommerfest und Kinderfest

anstand. Auch zu den Gottesdiensten, die vor der Pandemie jeden Donnerstag dort stattfanden, wurde immer ein hübscher Strauß Blumen als Altarschmuck vorbei gebracht. Zu der Feier am Heiligen Abend im Stadtteiltriff spendierten sie jedes Jahr hübsche Gestecke und sogar nette Kleinigkeiten für die Leute. Und natürlich gab es auch immer zum Gonsenheimer Fastnachtsumzug eine Menge tolles Wurfmaterial geschenkt, das wir dann den Leuten am Straßenrand „Helau“ rufend zuwerfen konnten.

Für all diese Spenden und Geschenke in den vielen Jahren möchte sich der Stadtteiltriff herzlich bedanken, alles Gute für einen hoffentlich langen, gemütlichen und vor allem gesunden Ruhestand wünschen. Sicher sprechen wir da auch im Namen aller ehemaligen Kunden und Kundinnen. (CM)



# MainzZero gratuliert dem neuen OB

## und fordert 100-Tage-Programm, Im Wahlkampf begonnener persönlicher Dialog soll fortgesetzt werden

Eine große Unterstützung der Mainzer\*innen und Mainzer für den parteiunabhängigen neuen Oberbürgermeister Nino Haase spricht aus dem Wahlergebnis vom vergangenen Sonntag. Die Bürgerinitiative MainzZero gratuliert Haase zu diesem deutlichen Sieg und wünscht ihm eine glückliche Hand für die anstehenden, großen Herausforderungen. MainzZero begrüßt, dass Klimaschutz im Wahlkampf eine große Rolle spielte und dass Nino Haase die Mobilitäts- und die Energiewende zu seinen persönlichen Themen gemacht hat. „Der Weg zur Klimaneutralität der Stadt Mainz muss jetzt konsequent beschritten werden. Vor allem endlich gehandelt werden“, so Michael Lengersdorff, Sprecher von MainzZero.

### MainzZero fordert 100-Tage-Programm mit Sofortmaßnahmen

Für den Beginn der Regierungszeit schlägt MainzZero darum ein 100-Tage-Programm mit folgenden Sofortmaßnahmen vor:

1. Klimaschutz muss als dezernatsübergreifende Aufgabe in der Stadtverwaltung verankert werden.
2. Klima-Information und -Weiterbildung muss als zentrales Thema in Stadt, Stadtverwaltung und den stadtnahen Gesellschaften etabliert werden.
3. Neu geschaffene und unbesetzte Stellen in Umwelt-, Bau- und anderen klimarelevanten Dezernaten müssen attraktiv gestaltet und schnell besetzt werden.
4. Die Attraktivität des ÖPNV muss u.a. durch Preismaßnahmen sichtbar erhöht werden, um den Start der Verkehrswende in Mainz deutlich zu markieren.
5. Ein Sofortprogramm für Photovoltaik (PV) muss starten durch: Ausstatten weiterer städtischer Gebäude noch in 2023 und Auflegen eines Förderprogramms für private Gebäude.
6. Die Wärmewende muss auch und gerade für Bestandsgebäude in Angriff genommen werden.
7. Zur Umsetzung des ‚Masterplan 100% Klimaschutz‘ sollte der OB einen Klima-

Kongress als Kick-off-Veranstaltung initiieren und die Schirmherrschaft übernehmen.

8. Mehr Transparenz muss hergestellt werden: die Reduzierung der Treibhausgas-Emissionen in Mainz und die Umsetzung des ‚Masterplan 100% Klimaschutz‘ müssen durch ein jährliches, einfach zugängliches Monitoring begleitet werden. Die meisten dieser Maßnahmen wurden bereits in einem oder mehreren Stadtratsbeschlüssen an die Verwaltung adressiert, jedoch bisher nicht umgesetzt. Bei all diesen Themen kommt es jetzt auf den neuen Oberbürgermeister als Chef der Stadtverwaltung an. „Im Wahlkampf hat Nino Haase seinen Schwerpunkt auf die stärkere Unterstützung der Verwaltung gelegt. Wir trauen ihm da eine Menge zu – und erwarten dementsprechend auch kurzfristig erste Ergebnisse“, betont Lengersdorff. Die Bürgerinitiative möchte den im Wahlkampf begonnenen persönlichen Dialog mit Nino Haase fortführen und freut sich auf die konstruktive Zusammenarbeit. (PM MainzZero)



**Odile Landragin**  
Kräuter & Duftpflanzen  
Hermann-Ehlers-Straße 12, Mainz-Gonsenheim

**Öffnungszeiten im April bis Oktober**  
Do. & Fr. 10:00 – 18:00 Uhr  
Samstag 10:00 – 14:00 Uhr

**Veranstaltungen im Garten**

- Sa 01. April, 10-17 Uhr, Frühjahrseröffnung
- Sa 13. & So 14. Mai, Fotokurs mit Thomas Bartsch
- Sa 03. & So 04. Juni, Malseminar mit Julia Belot
- So 25. Juni, 15-19 Uhr, GonsKultur zu Gast
- Sa 01. Juli, 10- 17 Uhr, Lavendeltag
- Sa 09. & So 10. September, Malseminar mit Julia
- Sa 30. September, 10-17 Uhr, Herbstfest
- Sa 02. Dezember, 11-17 Uhr, Wintermarkt

Aktuelle Informationen und Termine auch unter:  
[www.landragin.de](http://www.landragin.de)

## € 40 Zuschuss für neue Mitglieder in der TGM Gonsenheim, DOSB Kampagne „Sport bewegt Deutschland“

Der Deutsche Olympischer Sportbund e.V. (DOSB) möchte mehr Leute in die Sportvereine bringen. Deshalb geht dieser Aufruf an alle, die gerne Mitglied in der Turngemeinde Gonsenheim (TGM) werden wollen: Nutzt jetzt das Angebot 40 EUR Zuschuss zu eurer neuen TGM Vereinsmitgliedschaft zu erhalten!

Seit dem 24.01.2023 kann einer von 15.000 Vereinschecks von euch zum Download genutzt werden. Hintergrund des DOSB

ist es, Bewegungs-Muffel für den Sport zu begeistern und Menschen den Mehrwert am Sport im Verein näher zu bringen. Jetzt den Zuschuss für eine Mitgliedschaft in unserem Sportverein beantragen!

Ob Trend-, Gesundheit- und/oder Mannschaftssport – in der TGM Gonsenheim ist für jeden etwas dabei! Die Aktion läuft bis zum 23. Oktober 2023. Weitere Detailinformationen gibt es unter [www.tgmgonsenheim.de](http://www.tgmgonsenheim.de) (TGM)

## Kunst<sup>3</sup> im Eisenturm Eine Ausstellungsreihe der künstlerisch aktiven Mitgliedern des KEM

Die Ausstellung im Kunstverein Eisenturm Mainz ist vom 18. März bis zum 10. April 2023 zusehen. Gezeigt werden Werke von: Rainer Rühl ([www.rainer-e-ruehl.blogspot.de](http://www.rainer-e-ruehl.blogspot.de)) mit Skulpturen, Regina Geissler (<http://reginageissler.de>) mit Malerei und Philipp Nickerl (<https://philippnickerl.com>) mit Fotografie.

Geöffnet ist die Ausstellung mittwochs 16 bis 18 Uhr und samstags/sonntags jeweils von 13 bis 17 Uhr. Die Vernissage ist am 17. März 2023 um 19 Uhr. Die Kuration und Begrüßung: übernimmt die Vorstandsvorsitzende KEM Petra Schippers.

## Neues Programm von GonsKultur

Noch ist Winter und noch immer: Garnichts. Doch Frühling und Sommer kommen und werden auch schon beplant. Hier kommt eine Vorschau mit Terminen, noch ohne Details:

- 07. Mai Blanca Nunez (voc/git, piano). Hier&Jazz im Hof, 11 Uhr
- 19. Mai The New Hot (git, trompete, tuba, drums). Odiles Garten, abends
- 11. Juni Gentleman's Jazztett (voc, piano, evtl. bass). Hier&Jazz, 11 Uhr
- 25. Juni Musik im Garten. Odiles Garten, 15 – 19 Uhr
- 08. Juli Ali Neander Organ Quartett (organ, voc, git, drums). O.s Garten, abends
- 30. Juli Vroni Frisch Duo (bass, sax). Hier&Jazz im Hof, 11 Uhr
- 13. Aug. Fe Fritschi & Francois Heun (Akkordeon, sax/clarinet). Hier&Jazz, 11 Uhr
- 10. Sept. Special: The Crooners (voc/piano, git, bass, drums). Hier&Jazz, 11 Uhr
- 15. Sept. superfro (piano, bass, sax, drums). Odiles Garten, abends

Weitere Infos finden Sie zeitnah auf der Internetseite: [www.gonskultur.de/](http://www.gonskultur.de/)

## Benefizkonzert für den Brotkorb Chor Jubilate Deo trotzten den eisigen Temperaturen

Am Samstag, 17.12.2022 veranstaltete der Chor Jubilate Deo unter Leitung von Frau Ulrike Frankenbach ein Adventskonzert.

Nach zweijähriger Coronapause sang sich Jubilate Deo in der ungeheizten Vierzehn-Nothelferkapelle warm. Eingemummelt in dicke Wintermäntel, Schals und Handschuhe nahmen die begeisterten SängerInnen die Zuhörer mit auf eine musikalische Reise. Traditionelle Adventslieder, neues geistliches Liedgut und Gospels wechselten sich ab. Einige Lieder wurden

auch vom Chor und den BesucherInnen gemeinsam gesungen. In der vollbesetzten, adventlich beleuchteten Kapelle wurde es den Zuhörern schnell warm ums Herz.

Mit viel Beifall bedankten sich die KonzertbesucherInnen für dieses stimmungsvolle Adventskonzert.

Neben der Freude war auch der schönste Dank für den Chor die Spendensumme von 700 €, die für den Brotkorb zusammen kam.

Dafür ein ganz herzliches DANKE an den Chor Jubilate Deo und Frau Ulrike Frankenbach. (Anette Schaefer)



# Hast Du schon gehört?

## Was denn? Der Herr ist auferstanden!

Das ist die Begrüßung an Ostern: "Der Herr ist auferstanden!" Aber was heißt das? In der Übersetzung des Matthäus-Evangeliums feiern wir Christen den Sieg des Lebens über den Tod, also die Auferstehung Jesu Christi. Das Grab war leer, aber wie geschah das? Ein Engel wälzte den Stein, der das Grab verschloss, zur Seite und verkündete, dass Jesus auferstanden ist.

Aber fangen wir von vorne an: Die Woche vor Ostern ist die Karwoche. Am Gründonnerstag kam Jesus mit seinen Jüngern zusammen, um das Abendmahl zu feiern. Sie aßen Brot und tranken Wein. An diesem Abend verabschiedete er sich von seinen Jüngern, denn er wusste schon, was am kommenden Tag geschehen würde. In den frühen Morgenstunden des nächsten Tages kamen die Römer und verhafteten Jesus.

Er wurde verhaftet weil Judas, einer seiner 12 Jünger, ihn verrät. Der bereute aber seine Tat und gestand diese. Darum wird noch heute „Du Judas“ zu jemandem gesagt, der jemanden verraten hat. Am Gründonnerstag wird auch kein Fleisch gegessen sondern etwas Grünes. Das ist ein traditioneller Tag, an dem z.B. hier im Rhein Main

Gebiet „Grüne Soße“ oder Spinat mit Kartoffeln und Ei gegessen wird. Es gibt viele Überlieferungen, warum „Gründonnerstag“. Der Name kommt von „Greinen“, was soviel wie weinen oder wehklagen bedeutet. Im Laufe der Geschichte ist daraus „grün“ geworden. Am Gründonnerstag um 4 Uhr beginnt das Tanzverbot in RLP. Am Karfreitag gedenken Christen des Leidens und Sterbens von Jesus Christus am Kreuz. Jesus wurde gekreuzigt, das Bild sieht man in Kirchen und auch in Christlichen Gemeinden - Jesus am Kreuz. Auch heutzutage gibt es viele Prozessionen wie z.B. in Mainz, Wiesbaden oder auch in Frankfurt, bei denen die Kreuzigung Jesu Christi nachempfunden wird. Was machen wir am Karfreitag? Oder besser, was machen wir nicht? Absolutes Fleischverbot, Tanzverbot besteht noch immer und auch sonst ist jegliche Versammlung verboten. Es wird getrauert.

Am Karsamstag wird in vielen Gemeinden im Gottesdienst das mitgebrachte Essen gesegnet. Ostereier werden bemalt und versteckt. Und alles wird für die Auferstehung Christi, die am dritten Tag stattfand, vorbereitet. Ein Feuer, das „Osterfeuer“, wird in der Osternacht vor der Kirche entfacht und geweiht. Daran wird dann die Osterkerze ent-

zündet und in einer feierlichen Prozession in die dunkle Kirche getragen, als Symbol für Jesus als Licht der Welt.

Am Ostersonntag feiern Christen die Auferstehung Jesu und den Sieg des Lebens über den Tod. Nach dem Matthäus-Evangelium wälzte ein Engel den Stein, mit dem das Grab Jesu verschlossen war, zur Seite. Das Grab war leer. Ostern, besonders der Sonntag, ist der höchste Feiertag in der kath. Kirche.

Da man nun drei Tage kein Fleisch gegessen hat, wird traditionell das Osterlamm, Hasenbraten oder der Osterschinken gegessen. Der Hefezopf und Eierspeisen dürfen natürlich auch nicht fehlen. Die versteckten Ostereier werden gesucht. Das Tanzverbot endet heute um 16 Uhr (in RLP).

Der Ostermontag erzählt im Lukas-Evangelium, dass sich an diesem Tag nach der Auferstehung Jesu zwei Jünger auf den Weg nach Emmaus machten, und danach in Jerusalem die Nachricht der Auferstehung Jesu verbreiteten. Das ist ein kurzer zusammengefasster Artikel über Ostern. Jede Gemeinde, jeder Ort, jede Nation hat noch ihre eigenen Bräuche, die wichtig sind zu pflegen. Daher wünsche ich allen Lesern und Leserinnen ein gesegnetes Osterfest. Der Herr ist auferstanden! (AW)

# Ich habe von eurem Glauben gehört

## Der Weltgebetstag 2023 aus Taiwan

Wer hat nicht beim Namen Taiwan die Drohkulisse vor Augen, dass die VR China die Insel überfallen und vereinnahmen will, wie Russland die Ukraine?

Das Prinzip des Weltgebetstag (WGT) heißt „Informiert beten – betend handeln“. Dafür kamen trotz ÖPNV-Streiks über 70 Personen ins Evangelische Gemeindehaus Gonsenheim. Am Anfang stand eine Powerpoint-Präsentation über die aktuellen Themen der Insel: Die Ein-China-Politik, die Rolle Taiwans als der Welt wichtigster Halbleiterproduzent, die Bedrohung durch den Nachbarn China, die jungen Taiwaner, die mit der Sonnenblumenbewegung 2014 entschlossen, unblutig und diszipliniert für die Unabhängigkeit und Freiheit gekämpft haben. So überrascht nicht, dass das Land einen der vorderen Plätze beim Demokratiein-

dex belegt. Diese Lebenswelt haben die Frauen des WGT-Komitees in ihren Gottesdienst aufgenommen. Der Bibelvers „Ich habe von eurem Glauben gehört“ (Eph.1,15-19) war Leitmotiv des WGTs. In den Gebeten, Texten und Liedern konnte man von der Kraft des Glaubens, der Liebe und Hoffnung hören und der Sehnsucht nach Gemeinschaft und Frieden. So begann die Feier mit dem Friedensgruß auf Chinesisch „Píng!“ an, „Friede sei mit dir!“ Frieden im Inneren und Äußeren. Beim Kollektenaufwurf wurden einige der weltweiten WGT-Projekte vorgestellt: 1374 € Erlös, ermutigender Ausdruck von „solidarischem Handeln“. „Wie schön, dass man das Gastland auch schmecken kann!“ sagte jemand beim gemütlichen Beisammensein. Die Frauen des WGT-Teams hatten köstliche Speisen nach Rezepten

aus Taiwan zubereitet. Es war wirklich ein Fest: Endlich wieder der WGT in Präsenz, die Gemeinschaft, so viel Schönes für Augen und Ohren, die Meditationsmitte, die Musik (Flügel, Querflöte, Cello, Akkordeon) unter der Leitung von Peter Paulnitz, die neuen Lieder und das berührende Solo "Gottes Segen ist um uns", gesungen von Pfarrerin Anne-Bärbel Ruf-Körver. P.S. Von den 193 Staaten der UNO haben nur 14 kleine Staaten Taiwan als souveränen Staat anerkannt. Am WGT blickten Millionen Menschen in 150 Ländern rund um den Erdball auf diese kleine Insel und ihre Menschen, ließen sich vielleicht berühren oder haben sie gar in ihr Herz geschlossen. So lässt uns der WGT vielleicht ahnen, dass wir ALLE eigentlich eine Menschheitsfamilie sind.

(Hildegard Wolf)

# Zusammenarbeit als Hilfestellung

Lara Maroof als Praktikantin im Stadteiltreff Gonsenheim

Als angehende Sozialarbeiterin fühle ich mich als Praktikantin im Stadteiltreff Gonsenheim sehr gut aufgehoben. Man bekommt das Gefühl, dass es oft die kleinen Dinge sind, die das Leben ausmachen. Ein Lächeln unter Menschen, ein gutes Ge-



spräch unter Nachbarn, einen Kaffee trinken, unter Freunden oder bei wichtigen Anliegen die benötigte Hilfe zu erlangen, es ist für jeden was dabei. Zudem macht es mir Freude, jeden Tag aufs Neue miterleben zu dürfen, welche Magie solch ein Ort mit sich

bringt, das Gefühl für Freundschaft und Verständnis füreinander und Hilfsbereitschaft in allen Lebenslagen. Für viele Geflüchtete ist der Stadteiltreff Stütze in ihren schweren Alltagssituationen, um den roten Faden wieder im Leben zu erlangen. Es mag ein harter Weg für sie sein, doch wir sind da, um ihren Weg zu erleichtern. Nur durch die guten Vernetzungen des Stadteiltreffs gelingt es den engagierten, haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen, eine dementsprechende aktive Zusammenarbeit mit den Bewohnern\*innen zu organisieren. Gerne können Sie von Dienstag bis Donnerstag mit ihren persönlichen Anliegen zwischen 14.00 und 17.00 Uhr vorbeikommen. Wir helfen da, wo wir können. Von außen betrachtet verändern wir zwar nicht die ganze Welt, jedoch können wir die Welt des/der Einzelnen ein klein wenig verbessern.

(Lara Maroof)

## ELSAS SCHATZKISTE

### Hilft Schafe zählen beim Einschlafen?

Ja! Der althergebrachte Trick hilft tatsächlich. Im Grunde steckt eine ganz simple Erklärung dahinter. Wenn man nicht einschlafen kann und Schafe (oder was auch immer) zählt, beginnt man mit einer ermüdenden Tätigkeit. Ermüdend vor allem für das Gehirn. Der immer gleiche monotone Vorgang, ein Schaf nach dem anderen zu zählen, lässt das Gehirn ermüden. Und man ist durch das Zählen so beschäftigt, dass sich keine anderen Gedanken entwickeln können, man kann nicht anfangen über wichtige und aufreibende Themen nachzudenken, die einem den Schlaf rauben. Das Gehirn wird also ausgetrickst, indem es abgelenkt und gleichzeitig so gelangweilt wird, dass man letztendlich vollkommen entspannt in einen tiefen Schlaf fällt.



## SCHON MAL GESEHEN?\*



\*Das Gästehaus in der alten Kaserne

# Alltagstechnik erklärt: 3D-Drucker

## Wie funktioniert eigentlich ein 3D-Drucker?

Wie in der vergangenen Ausgabe angekündigt, wird diesmal auf den 3D-Druck eingegangen. Mit dieser Technik können die Daten aus der Fotogrammetrie weiterverwendet werden. Wie genau das funktioniert, erklärt dieser Artikel.

Der 3D-Drucker ist, wie der Name schon sagt, eine Art Drucker. Im Gegensatz zu einem bekannten Papierdrucker ist hier das Besondere, dass der 3D-Drucker nicht nur in der Ebene, sondern auch in die Höhe drucken kann. Es wird auch nicht mit Tinte auf Papier gedruckt, sondern mit Kunststoff.

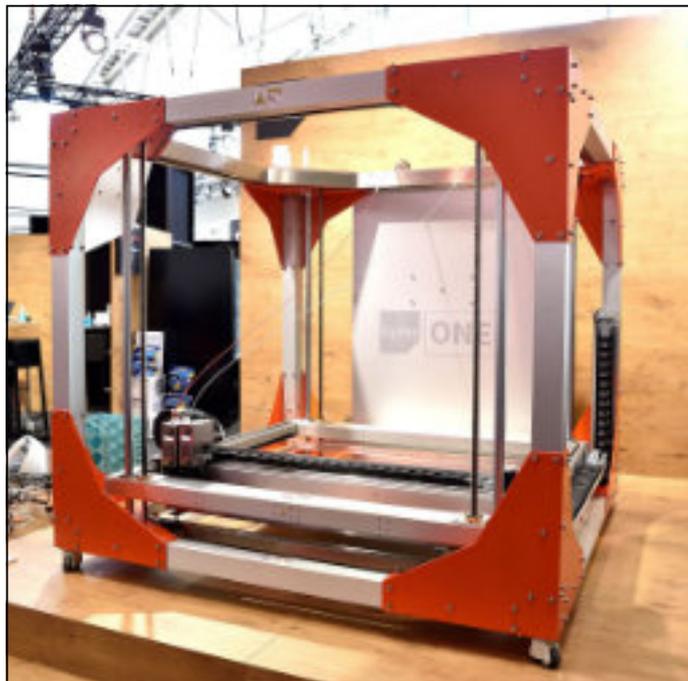
Bei den privaten Nutzern ist die häufigste Art von 3D-Druckern der FDM-Drucker („Fused Deposition Modeling“). Der Kunststoff ist wie ein Draht auf einer Rolle aufgerollt und wird auch Filament genannt. Der Druckkopf zieht den Draht zu sich und erhitzt den vordersten Teil des Filaments. Dieses schmilzt und wird von einer Düse an der gewünschten Stelle positioniert, verbindet sich mit der vorherigen Schicht. Anschließend erkaltet er und wird wieder starr. So

wird Schicht für Schicht das gewünschte Bauteil aufgebaut.

Die Schichtdicken liegen etwa bei 0,1 mm. Dementsprechend lange dauert es, ein Modell herzustellen. Ein Körper, der nur 10 cm hoch ist, benötigt somit schon 1.000 Schichten.

Die Dateien aus der Fotogrammetrie können hier weiterverwendet werden. Beispielsweise könnte ein gescannter Gegenstand hiermit in einem anderen Maßstab gedruckt werden. Oder man kann sich am PC eine individuelle Halterung für einen Gegenstand konstruieren und dann drucken. Die Möglichkeiten sind nahezu unbegrenzt, man kann seine Kreativität hier voll und ganz ausleben.

Noch eine Information zum Schluss: Im Gegensatz zu anderen Herstellungsverfahren, in denen von einem großen Block Material ab-



genommen wird (bspw. durch Fräsen oder beim Schnitzen von Holz), wird beim Herstellen über 3D-Druck Material hinzugefügt. Daher wird der 3D-Druck auch in additiver Fertigung zusammengefasst. (NF)

### ZEICHNUNG DES MONATS VON BARBARA RÖSSLER



### IMPRESSUM

Die ELSA ist eine kostenlose Zeitung von Gonsheimer für Gonsenheim und erscheint 10 mal im Jahr.

**Herausgeber:** Stadtteiltreff Gonsenheim e.V., Am Sportfeld 7g, 55124 Mainz-Gonsenheim, Telefon: (06131) 687501, [www.stadtteiltreff-gonsenheim.de](http://www.stadtteiltreff-gonsenheim.de)

**Redaktion:** Thomas Bartsch (TB, Layout), Ulrike Boesch (UB), Nils Fichtner (NF), Marlene Hammann (MH), Stephan Hespig (hes, V.i.S.d.P.), Helmut Hochgesand (HeHo), Christiane Mertins (CM), Mario Rendel (MR), Tobias Enano Schäfer-Winkler (T.E.S.-W), Aleksandra Wabra (AW), Isolde Wrobbel (IW), Oliver Wrobbel (OW), Rüdiger Wrobbel (RW)

**Fotos:** Thomas Bartsch, Pixabay, Wikipädia

**Druck:** WIRmachenDRUCK GmbH

**Auflage:** 750 Exemplare

Anregungen, Kritik und Beiträge schicken Sie bitte an: [redaktion-elsa@stadtteiltreff-gonsenheim.de](mailto:redaktion-elsa@stadtteiltreff-gonsenheim.de)

Alle Beiträge sind gegebenenfalls freie Meinungsäußerung und spiegeln nicht zwingend den Standpunkt der Redaktion oder des Stadtteiltreffs wider.

Alle Rechte liegen beim Herausgeber/Redaktion; Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung der Redaktion. Falls Sie die Zeitung bei Ihnen im Geschäft, Praxis oder Firma auslegen wollen, melden Sie sich bitte beim Stadtteiltreff Gonsenheim.

Stadtteiltreff  
Gonsenheim

## TERMINE

Do 06. April, 14:30

**Das Körbchen (ehem. Verschenkeraum)**

Mo 11. April bis 08. Mai, 14:00-17:00

**Ausstellung: Bezahlbarer Wohnraum**

Mi 12. April 09:00 Uhr

**Begegnungscafé für junge Familien**  
im Stadtteiltreff

Mi 12. April, 14:00

**Digitalhilfe im Stadtteiltreff**

Mi 12. April, 16:30

**ELSA-Redaktionssitzung** (auch Hybrid)

Do 13. April, 9:30

**Frauenfrühstück** im Stadtteiltreff

Do 13. April 14:00 bis 15:00

**Sprechstunde Pflegestützpunkt**  
im Stadtteiltreff

Do 13. April, 19:00

**Ausstellungseröffnung und Diskussion**

Sa 15. April 14:30 bis 16:00

**Trauercafé im Stadtteiltreff**

Mo 17. April, 15:00

**Treffen für neue Ehrenamtliche**  
Im Stadtteiltreff Gonsenheim

Mo 17. / 24. April 15:30 bis 18:00

**Kinderwerkstatt im Stadtteiltreff**

Di 18./25. April, 15:00 Uhr

**Street Jumper** in der Wohnbauanlage  
der Elsa-Brändström-Str.

Di 18. April 15:00 bis 17:00

**Treff 50-99: Filmnachmittag**  
„Rundreise durch die Tsch. Republik“

Di 18./25. April, 19:00

**Chorprobe des Elsa Chor**  
Im Stadtteiltreff

Mi 19./26. April 09:00 Uhr

**Begegnungscafé für junge Familien**  
im Stadtteiltreff

Mi 19./26. April, 14:00 bis 16:00

**Digitalhilfe im Stadtteiltreff**

Mi 19./26. April, 16:30

**ELSA-Redaktionssitzung** (auch Hybrid)

Do 20./27. April 14:00 bis 15:00

**Sprechstunde Pflegestützpunkt**  
im Stadtteiltreff

Do 20. April, 14:30

**Das Körbchen (ehem. Verschenkeraum)**

Do 20. April, 19:00

**Veranstaltung: „Über die Zukunft von  
Wohnhochhäusern“**



Foto: Kristina Schäfer

## Zuhause in Mainz

Sicher und bezahlbar wohnen.

**m**  
wohnbau mainz

## MEHR BEZAHLBARER WOHNRAUM IN RHEINLAND- PFALZ & SAARLAND – ABER WIE?

Eine Ausstellung der Friedrich-Ebert-Stiftung



**11.04. – 08.05. AUSSTELLUNG** im Stadtteiltreff  
Gonsenheim, Öffnungszeiten Mo bis Do von 14 bis 17 Uhr.

**13.04./// 19:00 VORTRAG & DISKUSSION  
ZUR AUSSTELLUNG** mit Myriam Lauzi, DGB Rheinland-Pfalz/  
Saarland) und Friedrich Vetter (Flüchtlingsrat Mainz)

**20.04./// 19:00 ÜBER DIE ZUKUNFT VON  
WOHNHOCHHÄUSERN** mit Dr. Ing. Rainer Metzendorf  
(Stadtplaner und Architekt dwb), Thomas Dang (Architekt dwb) und Die  
Betonisten

Stadtteiltreff Gonsenheim e.V.  
Beratung, Bildung und Kultur  
Am Sportfeld 7g, 55124 Mainz  
[www.stadtteiltreff-gonsenheim.de](http://www.stadtteiltreff-gonsenheim.de)

Stadtteiltreff  
Gonsenheim