

# ELSA

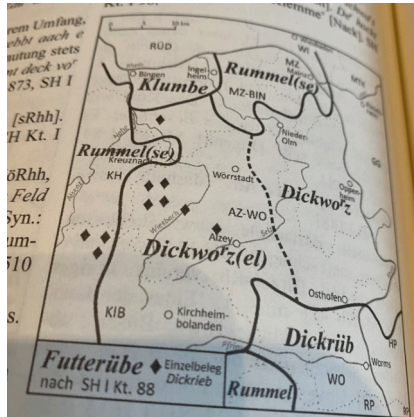
Eine Zeitung für Gonsenheim

## Vortrag über Rhein Hessische Dialekte im Rathaus

„Ei gude wie, wo machst en hie?“ so, babbelt mer hier bei uns in Meenz-Gunse-num. Versteht ihr den hiesigen Dialekt oder spricht ihn sogar selbst? Der Heimat und Geschichtsverein Gonsenheim (HGG) lud zu einem Vortrag von Rudolf Post über die Rhein Hessischen Dialekte ins Gonsenheimer Rathaus ein.



Als Grundlage für den Vortrag diente sein selbst verfasstes Buch „Mundarten in Rhein Hessen- Einführung in eine Sprachlandschaft“. Sehr kurzweilig und mit vielen Beispielen erklärte Rudolf Post die Entstehung und Entwicklung der Rhein Hessischen Mundart. In insgesamt acht Kapiteln werden in dem Buch Abgrenzung, Alter, Entwicklung, Wortschatz und die Erforschung des Rhein Hessischen betrachtet. Rhein Hessen wird durch sogenannte Sprachlinien durchzogen, was bedeutet, dass man für ein und denselben Begriff unterschiedliche Ausdrücke hat. So sagte man beispielsweise im Kreis Mainz-Bingen zu Futterrübe <<Rummelse>> und bei Ingelheim <<Klumbe>>, weiter südlich im Raum Alzey sagt man dazu <<Dickwoz(el)>>.

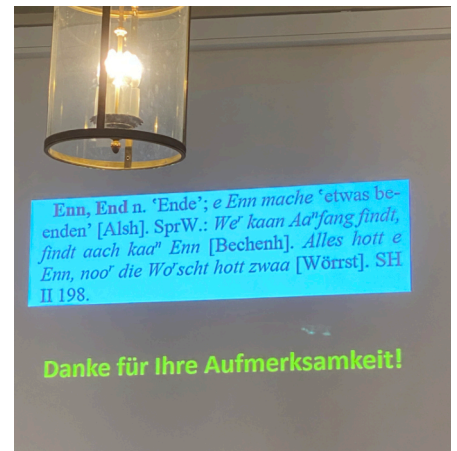


Gerade an diesem Wort wurde auch verdeutlicht, dass sich Dialekte verändern und Begriffe / Wörter auch aussterben. Da Rhein Hessen früher noch stark von Landwirtschaft und dem Handwerk geprägt war, gebrauchte man natürlich viele Wörter rund um die Ernte und das Handwerk. Ein umfangreiches Kapitel in Rudolf Posts Buch ist der Rhein Hessischen Mundartliteratur mit ihren zahlreichen Autorinnen und Autoren gewidmet. Einen regelrechten Aufschwung der Dialekte kam durch den Rhein Hessischen Mundartwettbewerb (1987-2010), der viele Veröffentlichungen hervorbrachte.

Der umfangreichste Teil des Buches besteht aus dem Mundartwörterbuch, das die Lautformen der Wörter und ihre Bedeutungen dokumentieren. Ein schönes Beispiel ist hier das Wort <<Bagges / Backes>>, was Backhaus bedeutet. So kann man davon ausgehen, dass sich im Gonsenheimer <<Baggesgaade>> (Sträßchen was rechts ab von der Mainzer Straße zum Gonsbach führt) offensichtlich mal das öffentliche Backhaus stand, wo die Gonsenheimer ihre Kuchen und Brote backen konnten, da es in den Haushalten keine eigenen Backöfen gab.



Der Vortrag stieß bei vielen Gonsenheimern aber auch bei vielen Zugezogenen auf großes Interesse und Rudolf Post beantwortete im Anschluss noch einige Fragen der Zuhörer rund um die verschiedenen Dialekte und signierte sein Wörterbuch, was man an diesem Abend käuflich erwerben konnte.



UBa

Für Interessierte:

(Titel: Mundarten in Rhein Hessen, ISBN 978-95505-487-8, Autor Rudolf Post)



## UNSER ANGEBOT

### Öffnungszeiten des Treffs

Montags bis donnerstags von 14:00 bis 17:00 Uhr. Montags keine Beratung. Bei uns können Sie kopieren, faxen, drucken und Gelbe Säcke abholen, oder aber nur einen Kaffee trinken, ein paar Nachbarn zum Reden sind immer da.

### Homepage

Infos, Links und Termine:

[www.stadtteiltreff-gonsenheim.de](http://www.stadtteiltreff-gonsenheim.de)

Allgemeiner Kontakt per Mail über:  
mail@stadtteiltreff-gonsenheim.de

### Brotkorb

Eine Lebensmittelausgabe für Bezieher\*innen von Grundsicherung in Gonsenheim. Dieser ist donnerstags von 14:30 bis 16:30 Uhr geöffnet, Neuanmeldungen bitte mittwochs ab 14:00 Uhr. Infos zum Brotkorb per Mail: mail@stadtteiltreff-gonsenheim.de, derzeit keine Aufnahme.

### Treffen für neue Ehrenamtliche

Für Menschen, die sich im Stadtteiltreff engagieren möchten, gibt es immer montags um 15 Uhr ein Kennenlernetreffen.

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

### Alltagshilfen im Notfall

Ein Angebot kurzfristiger nachbarschaftlicher, kurzfristiger Unterstützung in Notfällen wie Krankheit oder ähnliches, Tel. (06131) 68 75 01

### Kinderwerkstatt

Montags ab 16:30 Uhr

### Jugendtreff

Mittwochs 17:00 Uhr

### ELSA-Redaktion

Mittwochs 17:00 Uhr im Café des Stadtteiltreffs, wir freuen uns auch über Gäste.

### Elsa-Chor

Chorprobe dienstags 19:00 Uhr

### Sonstige Angebote

Wir können hier kaum alles aufzählen, auf unserer Homepage finden Sie tagesaktuell alle Angebote: Beratung, Frauenfrühstück, Ausstellungen, Hilfsangebote, Treff 50-99, Sprachkurse, Erwachsenenbildung, Nähgruppe, Skatgruppe, Total Normal, Flüchtlingshilfe Miteinander Gonsenheim, Homepage-Gruppe und vieles mehr!

Auf eine gute Nachbarschaft.

Stadtteiltreff

Gonsenheim

## Editorial

Liebe Leser,

Als ich im Oktober 2022 von Bonn nach Mainz zog, war es auch eine meiner Hoffnungen, dem Karneval zu entrinnen.

Wie sich herausstellte, geriet ich, so schrieb es Tolkien, von der Bratpfanne ins Lagerfeuer.

Wohllöblich betrachte ich das Treiben aus der Ferne, gönne den Spaß allen von Herzen und achte mit großem Bedacht darauf, dass mir kein „Alaaf“ rausrutscht. Ach herrje, jetzt ist es passiert.

Leider war der Jahreswechsel im Stadtteiltreff nicht ganz so freudig. Wir mussten leider von einem geliebten Menschen, der sehr umfassend involviert war, Abschied nehmen und auch von so manch anderem. Uns brach förmlich das Herz.

In dieser Ausgabe geht es natürlich auch um die Fastnacht, um die sich Joachim Kessler kümmern wird. Es gibt aber auch viele andere schöne Beiträge, um den Februar einzuläuten – zum Beispiel von unserer neuen Korrektorin Julia! Außerdem Klassiker wie das Rezept von Ulrike, die Schatzkiste von Rüdiger und die Technikreihe von Nils. Ich finde, diese Dauerhits sollten auch einmal in einem Editorial erwähnt werden.



An Besonderheiten erwarten uns noch ein Text von Joachim über das Sportangebot in der Fastenzeit sowie eine Weihnachtsrückschau von Stephan.

Und war da nicht sogar ein literarisches Crossover in Gedenken an unseren Freund Horst „Wambl“ Wambach? Da könnten Stephan und ich sogar unsere Finger mit im Spiel gehabt haben.

Starten Sie gut in den Februar, feiern Sie schön – oder auch nicht – und freuen Sie sich mit mir auch schon einmal auf den März – da kommt es hoffentlich wieder zu mehr Sonnentagen und auch zu einer neuen, frühlingshaften ELSA.

Es grüßt Sie herzlich,

*Björn M. Klaus*



Streifzüge

Ausstellungseröffnung: **mit Revierförster Stefan Dorschel**

Aschermittwoch 18. Feb. 2026  
19:00 Uhr

Öffnungszeiten:  
Mo – Do  
14:00 – 17:00 Uhr

... mit der Fotokamera

durch das Jahr

im Lennebergwald



Peter Freiling

Stadtteiltreff  
Gonsenheim

# Und dann war auch noch Weihnachten

## Schöne Momente im Advent im Stadtteiltreff

Viele haben es mitbekommen, ein guter Freund und aktiver Nachbar im Stadtteiltreff ist am 19. Dezember 2025 gestorben. Ich durfte ihn in seinen letzten Wochen intensiv begleiten, in den zwei Wochen vor seinem Tod war ich täglich bei ihm, teils mehrfach. Wie soll man im Angesicht des Todes Weihnachten feiern? Irgendwie war alles bleiern, meine Krippe habe ich nur halbherzig aufgebaut, den Baum sehr bescheiden geschmückt. Aber ich habe ein bisschen Weihnachten gefeiert und auch die Vorweihnachtszeit im Stadtteiltreff mitgestaltet, denn mein Freund, der die Arbeit des Stadtteiltreffs als kraftvollen, nachbarschaftlichen Appell gegen Vereinsamung gesehen hat, hätte mit mir geschimpft, wenn ich Angesichts seines Todes das Leben vernachlässigt hätte. Das Leben ist alles, und im Stadtteiltreff hatten wir viel Leben in der Vorweihnachtszeit.

Wie immer mit einem nachhaltigen Weihnachtsbaum geschmückt waren am 3. Advent alle Bewohner und Aktiven zum weihnachtlichen Nachmittag eingeladen. Yana und Volodymyr Zhurba (Early Bird Family) spielten gefühlvolle Weihnachtslieder, jazzig angehaucht und – es war nicht anders zu erwarten, Joachim Kessler, der als Diakon für den Stadtteiltreff arbeitet, hatte eine Weihnachtsgeschichte dabei. Es war viel Raum für Gespräche und Begegnungen bei Kaffee, Punsch und Plätzchen. Einen wun-

derbaren Abschluss gab der Elsa-Chor in einem wie immer überfüllten Café.

Dazwischen die „Wünsch Dir was“ Aktion, etwa 100 Kinder aus dem Brotkorb hatten wieder Wunschzettel geschrieben und mit Hilfe ebenso vieler „Wichtel“ wurden diese besorgt, schön verpackt und am 11. Dezember 2025 an die Familien ausgegeben. Auch das Projekt „Nachhaltig schenken“ vom OSG war wieder dabei und sorgte für zusätzliche Geschenke für die Kinder. Allein 7 gebrauchte Fahrräder hatten die Mitarbeiter/innen des Stadtteiltreffs gebraucht organisiert, dazu Puppenhäuser und andere Wünsche, die nur gebraucht zu realisieren waren für den Finanzrahmen von 40 Euro je Geschenk. Wie immer musste noch das ein oder andere auf die Schnelle besorgt werden, just in time, aber am Ende ist wie immer alles gut gegangen, die Aktion stand immer unter einem schützenden Stern.

Die Redaktion hatte natürlich auch eine schöne Weihnachtsfeier, wer das ganze Jahr fleißig schreibt, muss auch mal genießen. Für die Kinder in der Housing Area organisierte unser Flüchtlingsnetzwerk wieder eine schöne Weihnachtsfeier gemeinsam mit „Kirche in Aktion“. Die Kinder spielten gemeinsam ein Krippenspiel und konnten dann Plätzchen verzieren.

Der Heiligabend im Stadtteiltreff ist eine besonders wichtige Veranstaltung, da wir an diesem Tag eine Möglichkeit schaffen wol-

len, nicht alleine sein zu müssen. Und es war grandios, dass 13 Menschen gekommen waren und alle sich vorgenommen haben, im nächsten Jahr wieder zu kommen. Es gab Würstchen mit Kartoffelsalat, danach Kuchen, teils von dem Backhaus Lünning gespendet (dafür ein herzliches Dankeschön) und einer sogar selbst gebacken. Von unserem Ortsvorsteher Josef Aron, der ihn mit seiner Tochter für den Abend gebacken hatte und wieder gerne bei der Veranstaltung dabei war. Heitere Tischgespräche, fröhliches Beisammensein statt einsam Trübsal blasen. Adelheit Roll, die ehrenamtliche Mitarbeiterin, die das seit vielen Jahren organisiert und durchführt, kann man eigentlich gar nicht genug danken, auch wenn sie selbst sagt, dass dieser Abend ihr Weihnachten ist. Danke für Deine Ausdauer, es hat einen großen Wert!

Für mich war der stärkste Moment, als wir am 16. Dezember 2025 mit dem Elsa-Chor einen kleinen Auftritt im Hospiz in Drais mit unserem Weihnachtsprogramm machten. Der letzte Wohnort meines Freundes Horst Wambach, der am 19. Dezember 2025 starb, ebenfalls von Marion Thydemers, die am 05. Januar dieses Jahres verstorben ist und anderer Bewohner des Hauses, die sich an unserer Musik erfreuten. Es flossen so viele Tränen, es war Lachen, es war Leben, einfach Leben. (hes)



## Helau zur Gonsenheimer Straßenfassenacht

Am Fastnachts-Samstag findet wieder der Rekrutenumzug in Gonsenheim statt. Davor die Rathauserstürmung vor dem Gonsenheimer Rathaus. Der Umzug startet um 14.11 Uhr, alle sind herzlich eingeladen, dabei zu sein.

## Die Kirchengemeinden in Gonsenheim

laden am Sonntag, den 8. Februar um 15.33 Uhr zur traditionellen Gemeinschaftssitzung in die Große Turnhalle in Gonsenheim ein. Karten für 20,00 € können an der Tageskasse erworben werden.

## Und noch ein Hinweis für Kinder;

Die Stadt Mainz und die Mainzer Kleppergarde laden alle Kinder zum Klepperwettbewerb mit Kinderfastnacht am

Mittwoch, den 11. Oktober in den Frankfurter Hof ein.

Der Eintritt ist frei und es gibt für jedes Kind ein Getränk und eine Brezel.



**DI.DAY**

Von WhatsApp zu Signal ...  
und andere Wechselrezepte

Digital Independence Day  
1. März 2026, 12:00 - 16:00 Uhr  
Offene Werkstatt Mainz  
Boppstraße 38  
55118 Mainz

OFFENE WERKSTATT  
MAINZ

**Narren  
gegen  
Nazis**

11:11 Uhr  
Gutenbergplatz  
**07.02.**

MZ4  
DEMOCRACY

narren-gegen-nazis.de

## Kinder von heute werden meistens in Watte gepackt

Wenn Du als Kind in den 50er, 60er oder 70er Jahren lebst, ist zurückblickend kaum zu glauben, dass wir so lange überleben konnten! Unsere Bettchen waren angemalt in strahlenden Farben voller Blei und Cadmium und saßen in Autos ohne Sicherheitsgurte und Airbags.

Wir sind auf Bäume gestiegen, die nicht TÜV geprüft waren und wussten, dass man Kirschbäume besser meidet, weil sie so leicht brechen.

Auf Seen sind wir Schlittschuh gelaufen, ohne dass sie amtlich freigegeben waren und haben in Seen ohne Badeanstalt gebadet. Zwetschgen musste man aufsammeln, Äpfel pflücken und Nüsse selbst knacken. Auf dem Fahrrad trugen wir nie einen Helm. Wir bauten Wagen aus Seifenkisten und entdeckten während der ersten Fahrt den Hang hinunter, dass wir die Bremsen vergessen hatten. Danach kamen wir nach einigen Unfällen klar. Beim Straßenfußball durfte nur mitmachen, wer gut war. Wer nicht gut war, musste lernen, mit Enttäuschungen klar zu kommen. Wir konnten selbst Drachen bauen und wussten, wo wir sie nicht fliegen lassen durften. Wir dachten uns Spiele mit Holzstöcken und Tennisbällen aus.

Wir aßen Würmer und die Prophezeiungen trafen nicht ein. Die Würmer lebten nicht für immer in unseren Mägen weiter und besonders viele Augen wurden auch nicht ausgestochen. Wir kämpften und schlugen einander manchmal grün und blau. Damit mussten wir leben, denn es interessierte die Erwachsenen nicht. Wir haben uns geschnitten, brachen uns Knochen und Zähne und niemand wurde deswegen verklagt. Es waren eben Unfälle. Niemand hatte Schuld, außer wir selbst. Keiner fragte nach der „Aufsichtspflicht“.

Das Badezimmer wurde nur einmal in der Woche geheizt und einen Föhn gab es auch nicht. Wenn es kalt wurde, hat man sich wärmer angezogen und nicht die Heizung höher gedreht. Türen und Schränke waren eine ständige Bedrohung für unsere Finger.

Wir aßen Kekse, Brot dick mit Butter und wurden trotzdem nicht dick. Wir tranken Wasser aus Wasserhähnen, mit Freunden aus einer Flasche und niemand starb an den Folgen. Es gab kaum Allergien.

Wir hatten nicht: Playstation 5, Xbox Series, Nintendo Switch, Netflix, Instagram und TikTok.

Wir hatten Freunde. Wir verließen morgens das Haus zum Spielen. Ohne Termin und ohne Wissen unserer Eltern. Keiner brachte uns und keiner holte uns. Wie war das nur möglich? Wir blieben den ganzen Tag weg und mussten erst zu Hause sein, wenn die Straßenlaternen angingen. Niemand wusste wo wir waren und wir hatten noch nicht einmal ein Smartphone dabei!

„Manche Schüler\*innen waren nicht so schlau wie andere, sie rasselten durch Prüfungen und wiederholten Klassen. Das führte nicht zu emotionalen Elternabenden oder gar zur Änderung der Leistungsbewertung.“

Unsere Taten hatten Konsequenzen. Wenn einer von uns gegen das Gesetz verstoßen hat, war klar, dass die Eltern ihn nicht aus dem Schlamassel heraushauen. Im Gegenteil: Sie waren der gleichen Meinung wie die Polizei! So etwas!

Unsere Generation hat eine Fülle von innovativen Problemlösern und Erfindern mit Risikobereitschaft hervorgebracht. Wir hatten Freiheit, Erfolg und Verantwortung. Mit allem wussten wir umzugehen.

(JR)

## Eva Hartkopf

Geborene Georgi

\* 02.07.1924

ist am 11.01.2026  
in Mainz verstorben.

Eva war gemeinsam mit Ihrem Mann Manfred viele Jahre Mitglied im Stadtteiltreff, sie war lange aktiv im Treff 50-99 und hat Die Alltagshilfen mitgegründet. Sie hatte ein langes und erfülltes Leben.

Nun möge sie in  
Frieden ruhen



Das Team  
des Stadtteiltreffs

## Marion Tyedmers

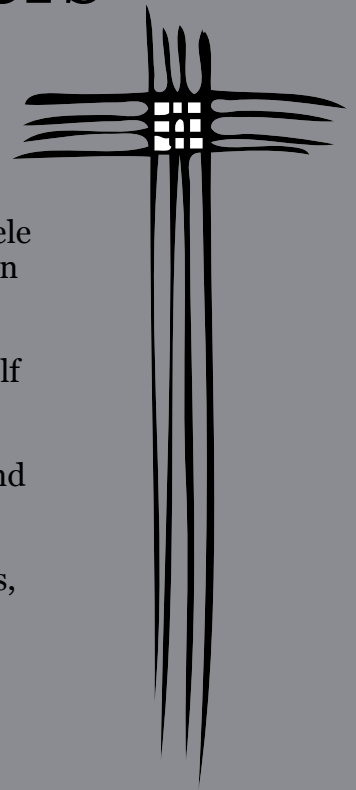
\* 08.11.1949

ist am 05.01.2026  
in Mainz  
verstorben.

Marion war bei uns viele Jahre aktiv, arbeitete in d.er Verwaltung des Stadtteiltreffs, war Mitglied im Verein, half bei Veranstaltungen, machte Thekendienst und war begeisterte und tragende Stimme im ELSA-Chor.

Ihre Stimme, ihr Fleiss, ihre freundliche, stets zugewandte Art wird uns in Erinnerung bleiben.

Sie fehlt uns.



Das Team  
des Stadtteiltreffs

**Wir nehmen Abschied**

# Horst Wambach

\* 28.08.1963

+ 19.12.2025

---

Ein großartiger Gefährte, Freund,  
Kollege und Nachbar



Horst Wambach kam im Jahr 2010 zum Stadtteiltreff. Er startete in der Redaktion der Elsa-Zeitung und bereicherte diese nicht nur durch seine Geschichten des Herrn Patocki, die über lange Zeit monatlich abgedruckt waren, bevor sie 2017 in einem Buch erschienen.

Er war über viele Jahre Sänger im Elsa-Chor. Dort verschönerte er durch seine kräftige Bassstimme den Gesang und durch sein freundliches, herzliches Wesen die Gemeinschaft.

Wambl, so wurde er von uns liebevoll genannt, unterrichtete für uns Akkordeon, spielte das Akkordeon bei schall&rauch und bereicherte viele Veranstaltungen mit seinem Wirken.

Horst Wambach war überzeugt von unserer Nachbarschaftsarbeit und setzte sich mit Kraft, Fantasie und Energie für unsere Einrichtung ein. Seine Geschichten des Herrn Patocki, der sich als Bewohner eines Hochhauses im Stadtteiltreff zu engagieren beginnt, bleiben unvergessen.

In tiefer Trauer.

Das gesamte Team

des Stadtteiltreff Gonsenheim

# Zwei Romanhelden werden Freunde

## Eine Hommage an Horst Wambachs Herrn Patocki

Es war noch gar nicht so spät am Tage, als sich in zwei völlig verschiedenen Städten schauerliche, elektrisierende Ereignisse abspielten. In der Elsa-Brändström-Straße im 22. Stock eines Hochhauses in Mainz wollte Herr Patocki, ein freundlicher Nachbar in Frack und Zylinder, der stets grüßte, einen Wackelkontakt an seinem Wasserkocher überprüfen und saß dabei auf seinem Akkordeonkasten, da es in seiner kleinen Wohnung sehr eng war. In Despair City, einer düsteren, tristen Gebäudeanhäufung in einem fiktiven Amerika, fiel Detective Hunter Holloway zur exakt gleichen Zeit sein Rasierapparat in das Waschbecken. Durch beide fuhr ein elektrischer Schock sondergleichen, und hätte es Zeugen gegeben, hätte man ihre Skelette innerhalb ihrer Körper aufleuchten sehen. Beide waren aus ihren Apartments verschwunden und fanden sich in einer gar wunderlichen Welt, in einer alten, funktional mit Holzmöbeln eingerichteten Wohnung wieder.

Ungeheuerlich! Man erkläre mir die Lage!“, sprach Herr Patocki seinen neuen, neben ihm langsam aufstehenden Mitmenschen an, einen in einem 40er Jahre Trenchcoat gekleideten, teils unrasierten Mann mit einem Kurzhaarschnitt und leichten Ringen unter den Augen. Neben ihm lag ein Instrumentenkoffer, den Hunter Holloway beim Rasieren zwischen den Beinen stehen gehabt hatte, da er auf dem Weg zu einer Jazzsession war.

Doch schnell stellte sich heraus, dass dies ein Amerikaner war, und die beiden durch seltsame Umstände zusammengeworfenen Gestalten mussten sich mit Händen und Füßen und manchem Wortbrocken verständigen. Herr Patocki simulierte einen Elektroshock und der Mann schien Ähnliches erlebt zu haben.

„Gestatten, André Patocki, Mainzer Bürger, Patocki, Mainz!“ „Ah“, nickte sein Gegenüber. „Detective Hunter Holloway, Despair City Police Department.“ Ein Gesetzeshüter! Sehr gut, dann kann ja nichts mehr schiefgehen, sagte Herr Patocki, als er seinen noch rauchenden Zylinder, um den stets einige Schmetterlinge schwirrten, aufsammelte und seinen Frack zurechtrückte. „Gehen ... outside?“ Hunter nickte und die beiden verließen das Apartment. Draußen erkannte Herr Patocki schnell Mainz, aber anscheinend waren sie durch die Zeit gereist! Französische Infanterie und Kavallerie marschierten durch die Gassen, die Farben Blau, Weiß und Rot waren in Kopfbedeckungen und Fahnen präsent und allgemein ließ die Bekleidung der Bevölkerung auf das Ende des 18. Jahrhunderts und die Tage der sogenannten Mainzer Republik schließen. Herr Patocki, viele nann-

ten ihn auch den Archivar, hatte sehr viel über diese Zeit gelesen und erklärte seinem Gefährten: „Germany, Mainz, Republik, Demokratie, Seventeen Ninety Two“ ! Entsetzt blickte sich Hunter um. War das wieder einer seiner Alpträume? Würden sie nie aufhören? Und statt seiner erfahrenen Partnerin Emma war nun dieser kauzige Herr „Patocki“ seine Rückendeckung? Es bildete sich ein Kreis von Menschen um die beiden, darunter auch misstrauische französische Soldaten mit den Händen an ihren Säbeln, und das Volk schien über die Kleidung unserer Helden zu tuscheln und sich zu belustigen. Sie applaudierten und schienen ein Schauspiel zu erwarten. „Schnell, sehr geehrter Herr Holloway, ihr Instrument!“ Hunter nahm sein mit Patina bedecktes Selmer-Saxophon aus dem Koffer, ein Instrument, das erst 60 Jahre später erfunden werden sollte, blies ein samtweiches Intro zu „It Don't Mean A Thing, If It Ain't Got That Swing“ und ließ dann seinen ganz eigenen Groove erklingen. André Patocki hatte währenddessen sein Akkordeon ausgepackt und war noch damit beschäftigt, mit der linken Hand nach der Akkordfolge zu tasten und nach einem rhythmischen System zu suchen, mit dem er diesen für ihn eher ungewöhnlichen Musikstil umspielen könnte.

Diese Musik! Dieser Rhythmus! Jazz! Detektiv Hunter dachte an Emma, seine Kollegin und Geliebte, ihr geheimnisvolles Lächeln, ihre glatte zarte Haut und schon floss die Melodie samtweich von ganz alleine dahin.

Herr Patocki dachte an eine schöne Geigerin, mit der er zuweilen musizierte, der zarte Saxophonklang von Hunter erinnerte ihn in den hohen Lagen an ihre Geige und er sah sie förmlich vor sich, eine Augenbraue nach oben ziehend, während sie in dieser ungewohnten Stilrichtung Raum fand, Sicherheit fand. Und das half ihm. André Patocki, der sich sonst für Wagner interessierte und ein wohltemperiertes Präludium in C-Dur von Johann Sebastian Bach mehr als alles zu schätzen wusste, spielte Jazz! Hunter spürte, wie der Herr im Zylinder immer sicherer spielte und schwelgte und ließ sich treiben. Das Tempo des Stückes ging nach vorne, Hunter verstärkte die Wirkung, indem er mit dem Fuß rhythmisch gegen den Akkordeonkasten stieß und eine Base Drum imitierte. Herr Patocki, der an der rechten Hand einen Ring trug, markierte neben der Melodie umspielenden Hand mit selbiger den Off-Beat, das Stück rauschte dahin.

Ein kleines Mädchen bemerkte es zuerst: „Schau mal Mama“, hier sind immer mehr Schmetterlinge. Und tatsächlich, waren zu Beginn dieser kleinen Begegnung in der Zeit der Mainzer Republik nur drei bis vier

Schmetterlinge um diesen etwas tapsigen Herrn mit Zylinder herumgetanzt, so waren bald überall Schmetterlinge um Hunter und Patocki, sie tanzten und wiegten sich zur Musik des Duos und bald war der ganze Himmel voller Schmetterlinge, ganze Scharen, so dass man noch Tage später in den Gassen über dieses ungewöhnliche Naturphänomen sprach. Und man sprach über einen außergewöhnlichen Auftritt zweier Straßenmusikanten.

Die Menge tobte und jubelte, nachdem die beiden Musiker einen letzten Schlussakkord hingelegt hatten. Patocki zog seinen Zylinder, Hunter winkte, die Passanten zogen weiter. Zufrieden ließen die Soldaten Patocki und Holloway anschließend ziehen und eine Dame mit Kopftuch und Korb brachte ihnen verschiedene Leckereien, während die Kinder um sie herumspielten. Doch Hunter sagte schließlich das, was sie nicht ignorieren konnten: „Home“ und zeichnete ein Haus in die Luft.

Patocki nickte. Und während die Menschen in die Häuser vor dem aufziehenden Gewitter flüchteten, nahm er seinen neuen Freund beim Arm und die beiden eilten auf eine Anhöhe mit einem Baum. „Oh je, dies sollte man eigentlich tunlichst vermeiden“, rief Herr Patocki Hunter durch den starken Sturm hindurch zu. Und, man glaube es kaum, ein Blitz schlug in den Baum ein, durchfuhr die beiden und es war wieder wie bei einem Röntgengerät, ihr Skelett zu sehen.

Hunter fand sich in seinem Apartment in seinem Bett wieder, sah sich nach Herrn Patocki um und sank auf die Laken. Das war mal ein ganz anderer Traum gewesen und er würde sich später, genauso wie André Patocki, kundig machen, ob es den jeweils anderen wirklich gab. Leider nein, mussten beide enttäuscht feststellen: Sie beide waren Romanfiguren! Sie nahmen sich dennoch, getrennt voneinander vor, das Buch über den anderen zu lesen. Und so wie Hunter Holloway beschloss, sich wieder seinen Träumen hinzugeben, so beschloss Herr Patocki, mal wieder unter Leute zu gehen.

In memoriam Horst „Wamb!“ Wambach

(bmk/hes)

„Herr Patocki geht unter Leute“ (Drama, Liebesgeschichte, Komödie) von Horst Wambach ist im Buchhandel (ISBN: 9783743136519 ) oder im Stadtteiltreff erhältlich.

„Der Schattenjäger“ (Noir-Mystery-Krimi) von Björn M. Klaus findet man bei Amazon, Buchhandel (ISBN: 9798277011409) oder bei der anstehenden Lesung Ende März 2026 im Stadtteiltreff.

## Offener Brief

**An:  
Ursula von der Leyen,  
Präsidentin der Europäischen  
Kommission  
António Costa, Präsident des  
Europäischen Rates  
Kaja Kallas, Hohe Vertreterin  
der EU für Außen- und  
Sicherheitspolitik  
Europäisches Parlament  
Europäischer Rat  
Europäische  
Menschenrechtsinstitutionen**

**Hannah Neumann (Iran-  
Beauftragte im Europäischen  
Parlament). Vorsitzende der  
Delegation für Beziehungen zu  
den Menschen im Iran (D-IR)**

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir wenden uns in größter Sorge und mit tiefster moralischer Dringlichkeit an Sie. Im Iran erleben wir derzeit eine historische Eskalation staatlicher Gewalt gegen die eigene Bevölkerung. Seit Monaten gehen hunderttausende Menschen in allen Teilen des Landes auf die Straße. Ihre Forderungen sind einfach, legitim und universell: Freiheit, Würde, Zukunft und ein Leben ohne Angst.

Die Antwort des Regimes ist Mord, Folter, Massenverhaftung und Terror. Unbewaffnete Demonstranten werden erschossen, zu Tode geprügelt, verschleppt oder verschwinden in Gefängnissen. Frauen, Jugendliche, Arbeiter, Studenten und ganz normale Bürger werden systematisch verfolgt. Städte werden militarisiert, Wohnviertel belagert, Krankenhäuser überwacht.

Was im Iran geschieht, ist kein innerer Konflikt. Es ist ein Krieg eines Regimes gegen sein eigenes Volk.

Dieser Krieg wird längst nicht mehr nur mit militärischen Mitteln geführt, sondern auch mit den Instrumenten moderner Technologie. Ganze Landesteile werden gezielt vom Internet abgeschnitten, Kommunikationsdienste blockiert und soziale Netzwerke systematisch zensiert. Diese digitale Abriegelung ist Teil einer Strategie der Unterdrückung: Sie dient der Isolation der Bevölkerung, der Verhinderung von Organisation und Dokumentation sowie der gezielten Vertuschung schwerer Verbrechen. Technologie wird hier bewusst als Mittel der Repression gegen ein ganzes Volk eingesetzt.

Die Fakten sind eindeutig: Innerhalb kurzer Zeit wurden Tausende Menschen getötet oder verhaftet. Die Hinrichtungen dauern an. Diese Verbrechen verlangen internationale Aufmerksamkeit und Konsequenzen.

Wir sind fest davon überzeugt: Das Ende dieses Regimes hat begonnen. Dieses Regime ist nicht mehr der Vertreter des iranischen Volkes. Die Menschen im Iran haben unmissverständlich und unter höchstem persönlichen Risiko bewiesen, dass sie keinen Reformkurs, sondern einen grundlegenden System- und Demokratiewechsel

wollen. Was wir heute erleben, ist kein Protestzyklus mehr – es ist der offene Bruch zwischen einem unterdrückten Volk und einer Herrschaft, die jede politische und moralische Legitimität verloren hat.

Nach übereinstimmenden westlichen Berichten setzt das Regime zudem bewaffnete Proxy-Milizen und Truppen aus dem Irak ein, die gemeinsam mit Spezialeinheiten, der Islamischen Revolutionsgarde (IRGC) und den Quds-Brigaden an der gewaltsamen Niederschlagung der Proteste beteiligt sind. Damit internationalisiert das Regime bewusst die Repression und führt eine militärische Unterdrückungskampagne gegen die eigene Bevölkerung.

Die Hauptverantwortung für diese Verbrechen tragen insbesondere die Islamische Revolutionsgarde (IRGC), die Quds-Brigaden und die Sondereinheiten des Repressionsapparates.

Gleichzeitig müssen wir auf einen weiteren, seit Jahren bekannten und dennoch unzureichend bekämpften Skandal hinweisen: Die Islamische Revolutionsgarde und ihre Unterorganisationen verfügen in Europa über milliardenschwere Vermögenswerte, Firmenbeteiligungen, Immobilien, Stiftungen und Tarnstrukturen. Diese sind teils offen, teils verdeckt über Strohmann-, Scheinfirmen und komplexe Firmengeflechte organisiert – unter anderem über sogenannte DEC- und Frontfirmen. Diese Strukturen sind in europäischen Ländern bekannt, dokumentiert und den zuständigen Behörden seit Jahren zumindest teilweise bekannt – und dennoch weiterhin aktiv und operativ tätig. Über diese Netzwerke werden Geldwäsche, Sanktionsumgehung, Einflussnahme und die Finanzierung von Repression und Terror ermöglicht.

Europa darf nicht länger zulassen, dass ein Regime, das im eigenen Land massakriert, hier seine Finanz- und Wirtschaftsstrukturen ungestört weiterbetreibt.

Gleichzeitig müssen wir mit größter Sorge feststellen: Das Regime nutzt das bekannte Muster der Straßenproteste gezielt als Falle. Jedes Mal, wenn Menschen in dieser vorhersehbaren Form auf die Straße gehen, werden sie gezielt zusammengesessen, verhaftet oder massakriert. Diese Form des Protests ist unter den gegenwärtigen Bedingungen kein geschützter zivilgesellschaftlicher Raum mehr – sie ist zu einem vom Regime kalkulierten Tötungsfeld geworden.

Wir appellieren daher auch ausdrücklich an Medien, Öffentlichkeit und internationale Akteure, diese Realität klar zu benennen: Das Regime hat faktisch jede Form von legalem oder friedlichem Protest abgeschafft und setzt stattdessen auf nackte Vernichtung.

In dieser Situation weiter auf Dialog, Verhandlungen oder Normalisierung zu setzen, während Menschen auf den Straßen erschossen werden, ist ein Schlag ins Gesicht

der iranischen Bevölkerung, eine Ermütigung für die Täter und eine Bankrotterklärung europäischer Wertepolitik.

Europa steht vor einer historischen Bewährungsprobe.

Wir fordern die Europäische Union und die Bundesregierung daher mit aller Klarheit und Dringlichkeit auf:

1. Eine sofortige, gemeinsame und unmissverständliche öffentliche Verurteilung der Gewalt und der systematischen Menschenrechtsverbrechen durch alle EU-Institutionen.

2. Die unverzügliche Aufnahme der Islamischen Revolutionsgarde (IRGC) in die EU-Terrorliste.

3. Die Ausweisung iranischer Regime-Diplomaten und die Schließung von Vertretungen, die als Einfluss-, Überwachungs- und Einschüchterungsstrukturen dienen.

4. Die konsequente Zerschlagung und das Verbot aller Lobby-, Tarn- und Einflussnetzwerke des iranischen Regimes in Europa.

5. Die vollständige Identifikation, Offenlegung, Einfrierung und Enteignung aller Vermögenswerte, Firmen, Stiftungen, Immobilien und Finanzstrukturen der Revolutionsgarden und ihrer Unterorganisationen in Europa – einschließlich aller Tarn- und Strohmannkonstruktionen.

6. Die Unterstützung einer unabhängigen internationalen Untersuchungskommission unter UN-Mandat zur Beweissicherung und Identifikation der Verantwortlichen.

7. Maximale, gezielte Sanktionen gegen alle Verantwortlichen in Politik, Justiz, Militär und Sicherheitsapparat.

8. Den Ausbau humanitärer Aufnahmeprogramme, Visa und Schutzmaßnahmen für politisch Verfolgte, Verwundete und Geflüchtete.

9. Ein sofortiges Verbot und die Sanktionierung aller Technologie-, Software- und Überwachungsexporte, die vom Regime zur Unterdrückung der Bevölkerung genutzt werden.

Dies ist kein geopolitisches Dossier. Es ist eine Frage von Menschlichkeit, Glaubwürdigkeit und Verantwortung.

Wenn Europa jetzt weiter schweigt, weiter zögert oder weiterverhandelt, wird es mitschuldig.

Bitte handeln Sie jetzt. Bitte beenden Sie die Normalisierung mit diesem Regime. Bitte stehen Sie auf der richtigen Seite der Geschichte.

Für Freiheit.

Für Würde.

Für Menschlichkeit.

Mit Hochachtung

Behrouz Asadi

Menschenrechts Aktivist

Sprecher Woman Life Freedom Germany e.V.

Tel: 01712279232

E-Mail: behrouz.asadi00@gmail.com

## Das Rezept auf Seite 9...

Zuerst möchte ich allen Leserinnen und Lesern ein gesundes und glückliches neues Jahr 2026 wünschen und ich freue mich darauf, Ihnen/Euch auch in diesem Jahr monatlich auf Seite 9 der ELSA ein neues Rezept vorzustellen.

„Ich hab Konfetti in der Blutbahn und mein Schlachtruf heißt Helau!“...

Prosit Neujahr und Helau - gerade ist der Christbaum abgeschmückt und wurde abgeholt, da wird die Wohnung nährlich bunt mit Zugplakettchen, Luftschlangen und Konfetti dekoriert. Der Narrhallamarsch in den Gassen kündigt uns die fünfte Jahreszeit an. In diesem Jahr sind es nur knapp sechs Wochen, in denen wir Fastnacht feiern dürfen. Natürlich sind Weck, Worscht und Woi die Grundnahrungsmittel der Nährtinnen und Narren, aber manchmal hat man ja auch Lust auf Abwechslung! Vielleicht schafft das Rezept von Seite 9 es diesmal auch auf euer Fastnacht-Büfett? Es eignet sich jedenfalls hervorragend dafür:



### Konfetti-Waffeln mit Kräuterquark

Für die Waffeln:

- 200 g Karotten
- 1 grüne Paprika
- 1 kl. Dose Mais (140g)
- 350 g Dinkelmehl
- 3 Eier
- 8 El Raps- oder Sonnenblumenöl
- 200 ml Mineralwasser
- 100 g geriebener Emmentaler

Karotten schälen und fein raspeln. Paprika waschen, entkernen und in feine Würfel schneiden. Mais abtropfen lassen. Mehl mit den Eiern, dem Öl und Mineralwasser mit dem Schneebesen verquirlen.

Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Gemüse und den Käse in die Eiermasse rühren und ca. 10 Minuten ruhen lassen.

#### Für den Kräuterquark:

- 200 g Quark
- Salz, Pfeffer, etwas Zitronensaft und gemischte Kräuter (TK)
- 2 Frühlingszwiebeln
- 3 El Joghurt

Frühlingszwiebeln sehr fein schneiden, die Zutaten mit den Zwiebeln gut mischen und etwas ziehen lassen.

Das Waffeleisen mit etwas Öl bestreichen und erhitzen. Ca. 2 El Teig hineingeben, Waffeleisen schließen und die Waffel hellbraun backen. Dies wiederholen, bis der Teig aufgebraucht ist.

Die Waffeln zusammen mit dem Quark-Dip servieren.

Gut schmecken die Waffeln auch mit dem Dip und geräuchertem Lachs.

Ein dreifach donnerndes Helau und guten Appetit (UBa)

Am Anfang steh'n wir vor Kalendern  
und wollen bessern, steigern, ändern.  
Am Ende ist's oft wunderbar,  
wenn wenigstens nichts schlechter war.  
(ARD-TXT)

### Februar

Langsam gleitet winterlich und kalt  
der Januar vorbei, und wird ganz alt  
so schreib ich Verse hier im Warmen  
"Gott, hab mit der Welt Erbarmen!"

Die Kälte auf der Erd' nimmt zu  
Das fühle ich und Sie und Du  
und wenn wir nicht erfrieren wollen  
müssen wir uns die Liebe zollen.

Ach was gäb ich für einen Sommertag  
Denn Sommertage jeder mag  
damit wir wieder weicher wären  
und es mehr Nähmaschinen gäb statt Scheren.

Doch erst kommen noch die harten Zeiten  
Den Blick richt ich drum auf nah, nicht Weiten  
Als Fortschritt, er ist jetzt schon da:  
Der Narrenmonat Februar.

(bmk)

# Ärger im Briefkasten oder eine Flut der besonderen Art

Um es gleich vorweg zu nehmen, gemeint ist hier die ständig weiterwachsende Flut von Werbeprospekten, die

allwöchentlich unsere Briefkästen überquellen lassen - und kein Ende in Sicht!

Und es kam auch eigentlich niemand mehr glauben, dass ein Hinweis mit dem Aufdruck „Bitte keine Werbung“ o. a. daran irgendetwas ändern würde. Wieso eigentlich nicht? Ich erinnere mich an Zeiten, in denen die Zusteller derartigen Bitten bzw. Hinweisen ohne Wenn und Aber nachgekommen sind. Warum klappt das heute nicht mehr?

Es mag größtenteils wohl daran liegen, dass seit einigen Jahren all diese Blättchen im Inneren des „Wochenblatts“ verschwinden und so - sehr dezent und quasi unsichtbar - in den Briefkästen der Verbraucher landen. Diese sollten jedoch selbst entscheiden können, ob sie eine solche „Kompletsendung“ erhalten möchten oder nicht. Und während ich das schreibe, frage ich mich gerade, wie, wann und auf wessen Initiative hin es seinerzeit eigentlich zu dieser veränderten Zustellungsart gekommen ist?!

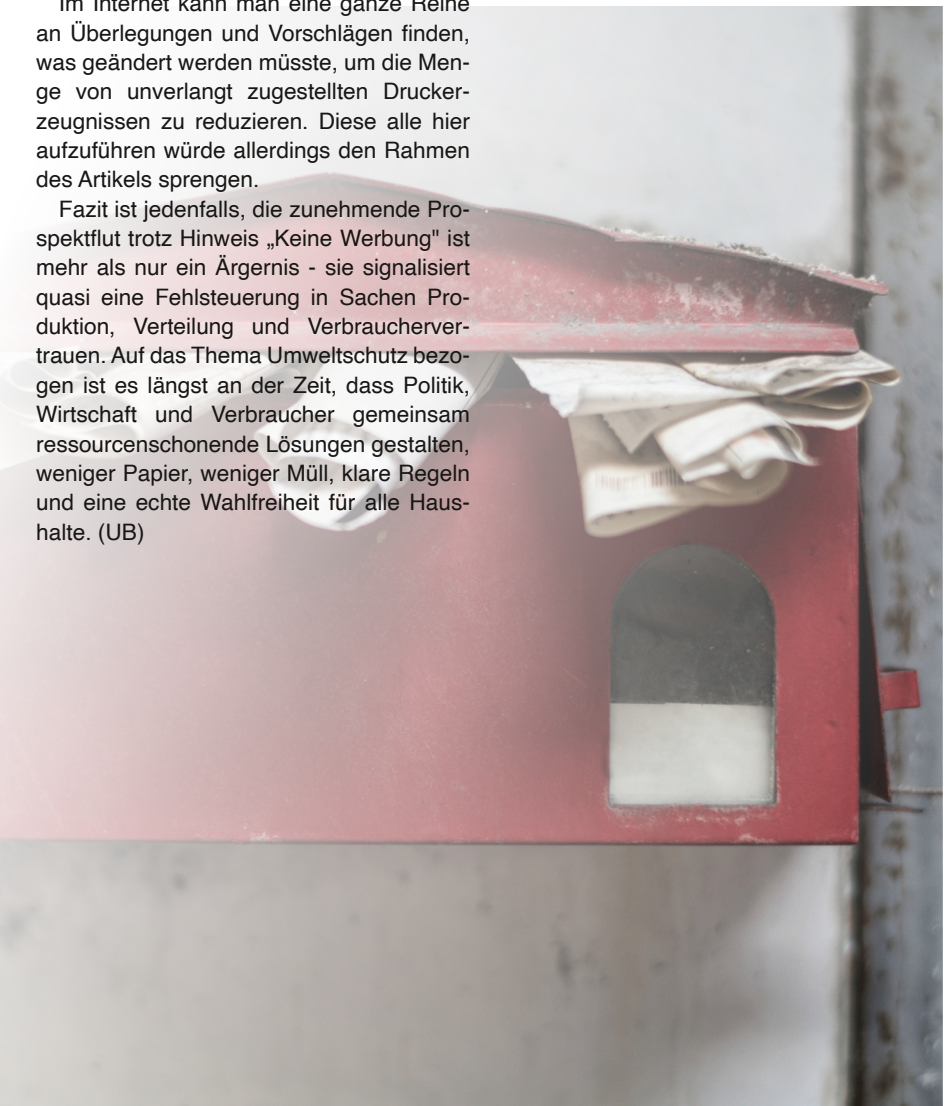
Heute habe ich wieder so ein „Wochenblatt +Prospekte-Paket“ aus dem Briefkasten geholt und habe - weil ich es einfach mal genauer wissen wollte - die Prospekte (ohne Wochenblatt!) auf meine Küchenwaage gelegt, Gewicht: 165 g! Das heißt: jeder Haushalt in Gonsenheim erhält 1 x wöchentlich 165 g mehr oder weniger unwichtiges Papier! Ich habe dann noch ein bisschen weiter recherchiert und diese Zahlen sind dabei herausgekommen:

In Mainz wird ein Haushalt mit 1,9 Personen berechnet, Gonsenheim hat etwa 25.000 Einwohner, also kann man hier von ungefähr 13.000 Haushalten ausgehen. Bei 165 g pro Haushalt kommen so jede Woche „stolz“ 2.145 kg Papiermüll) zusammen, das sind mehr als zwei Tonnen - nur in unserem Stadtteil!

Und jedes Prospektblättchen bedeutet mehr als nur buntes Papier. Es steht für Produktion, Druck, Transport und Entsorgung - ein logistischer Aufwand, der sich in den Haushalten als unnötiger Müll stapelt. Selbst wenn Teile des Materials recycelbar scheinen, der ökologische Fußabdruck bleibt bestehen: Energie- und Wasserverbrauch in der Herstellung, Chemikalien im Druckprozess, Emissionen beim Transport. Es wirkt geradezu widersinnig, in Zeiten zunehmender Ressourcenschwäche einen solch massenhaften Materialeinsatz zu tolerieren - insbesondere dann, wenn Verbraucher ausdrücklich um Einschränkung bitten.

Im Internet kann man eine ganze Reihe an Überlegungen und Vorschlägen finden, was geändert werden müsste, um die Menge von unverlangt zugestellten Druckerzeugnissen zu reduzieren. Diese alle hier aufzuführen würde allerdings den Rahmen des Artikels sprengen.

Fazit ist jedenfalls, die zunehmende Prospektflut trotz Hinweis „Keine Werbung“ ist mehr als nur ein Ärgernis - sie signalisiert quasi eine Fehlsteuerung in Sachen Produktion, Verteilung und Verbrauchervertrauen. Auf das Thema Umweltschutz bezogen ist es längst an der Zeit, dass Politik, Wirtschaft und Verbraucher gemeinsam ressourcenschonende Lösungen gestalten, weniger Papier, weniger Müll, klare Regeln und eine echte Wahlfreiheit für alle Haushalte. (UB)



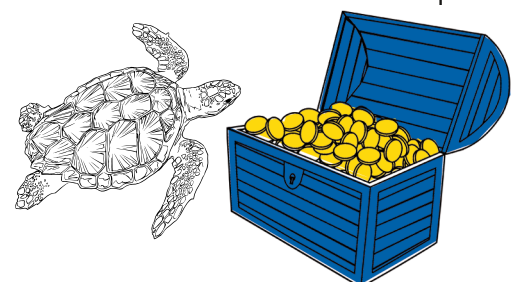
## ELSA's SCHATZKISTE

Wie weit reisen Meeresschildkröten? Unterwegs sind sie immer. Sie leben ja im Meer. Aber einmal im Jahr gehen sie an Land. Für Nachwuchs sorgen. Dazu kehren sie zurück an ihren Geburtsort. Dort gräbt das Weibchen ein Loch in den Sand, in das sie etwa 100 Eier legt und dann wieder zu pudelt. Um zu ihrem Geburtsort zurückzukehren, legen beispielsweise Lederschildkröten bis zu 7500 Kilometer zurück. Dazu orientieren sie sich wahrscheinlich an den Magnetfeldern der Erde.

Dabei sind die Tiere sehr vom Aussterben bedroht. Schon bei den frisch geschlüpften Jungtieren entkommt nur eine von hundert den Strandräubern, wie den Fregattvögeln. Nur an manchen Stränden wird ihr Weg von Bewohnern geschützt. In vielen Ländern gilt ihr Fleisch noch als Delikatesse. Schildkrötenleder und Schildplatt sind hochbegehrt und gelten in Japan als Glücksbringer. An allem ändern auch Handelsverbote und empfindliche Strafen nichts.

Viele landen als Beifang in Fischernetzen oder verfangen sich in Geisternetzen, in denen sie ertrinken. Und Tausende sterben, weil sie Plastiktüten mit Quallen, einer ihrer wichtigen Nahrungsquellen, verwechseln. Absehbar sind die Folgen der Klimaerwärmung. Bei erhöhten Temperaturen werden fast ausschließlich Weibchen geboren. So bleibt dann weitgehend der Nachwuchs aus.

(RW)



# Alltagstechnik erklärt: Blutdruckmessgeräte

## Wie funktioniert eigentlich ein Blutdruckmessgerät?

Der Blutdruck eines Menschen muss innerhalb eines gewissen Bereichs liegen und sollte regelmäßig überprüft werden. Bei gesunden Menschen wird der Blutdruck oft nur bei der Ärztin oder dem Arzt und manuell gemessen. Über eine Manschette wird durch Pumpen Druck auf den Oberarm ausgeübt und im Anschluss stetig reduziert. Die Ärztin oder der Arzt nehmen durch das Stethoskop akustisch wahr, ab welchem Druck der Blutdruck höher ist, als der durch die Manschette aufgebrachte Druck. Erst dann fließt das Blut wieder hörbar durch den Oberarm. Doch wie funktioniert das bei automatischen Geräten für den Heimgebrauch?

Auch bei den Geräten für den Heimgebrauch wird Druck über eine Oberarmmanschette aufgebracht und stetig reduziert. Eine elektrische Pumpe ist dafür zuständig, Luft über einen Schlauch mit hohem Druck in die Manschette zu pumpen. Auch hier ist der Druck größer als der Blutdruck, sodass kein Blut mehr durch den Arm fließt.

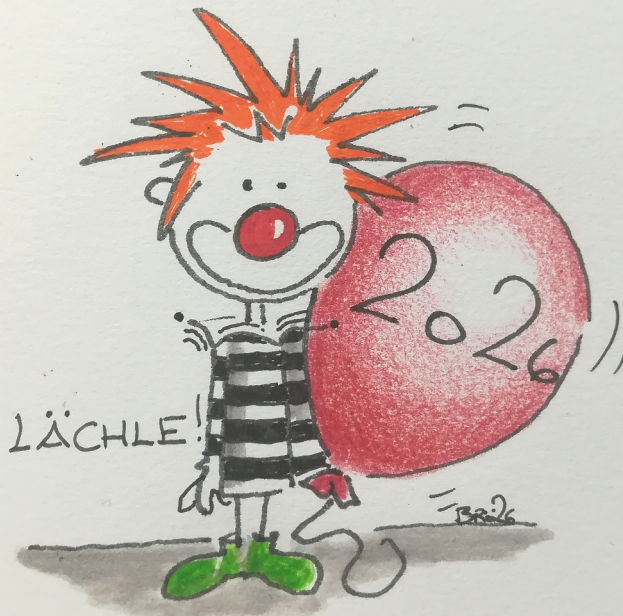
Im Inneren des Geräts befinden sich neben der Pumpe auch Drucksensoren. Im Rahmen der benötigten Genauigkeit ist der Luftdruck in der Manschette, im verbindenden Schlauch und im Gerät gleich groß. Die Drucksensoren im Gerät wissen demnach auch, wie groß der Druck in der Manschette ist. Unterschreitet der Druck in der Manschette den Blutdruck leicht, fängt das Blut an, wieder durch den Arm zu fließen.

Da das menschliche Herz nicht wie eine elektrische Pumpe nahezu konstant pumpt, sondern eher stoßweise, fängt auch das Blut stoßweise an, gegen den Druck durch die Adern zu fließen. Stoßweise erhöht sich somit auch der Druck in der Manschette ein wenig, wenn das Herz gerade dagegen pumpt. Diesen Druckunterschied bemerken die Sensoren und können so den Blutdruck bestimmen.

Zusammengefasst bemerken die Drucksensoren in den Geräten kleinste Schwankungen. Erreicht den Blutdruck, beginnen die Sensoren Druckunterschiede zu registrieren, wodurch erkannt wird, welcher Blutdruck beim Patienten herrscht. (NF)



### ZEICHNUNG DES MONATS VON BARBARA RÖSSLER



### IMPRESSUM

Die ELSA ist eine kostenlose Zeitung von Gonsenheimern für Gonsenheimer und erscheint 10 mal im Jahr.

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

**Redaktion:** Edna Auer (EA), Ulrike Balgenorth (UBa), Ulrike Boesch (UB), Nils Fichtner (NF), Marlene Hammann (MH), Stephan Hespung (hes, V.i.S.d.P.), Pia Imhof-Speckmann (PI), Joachim Keßler (JK), Björn Martin Klaus (BK), Christiane Mertins (CM), Mario Rendel (MR), Barbara Rössler (BR), Nicole Schmitt (NiSch), Aleksandra Wabra (AW), Isolde Wrobbel (IW), Oliver Wrobbel (OW), Rüdiger Wrobbel (RW)

**Layout&Satz:** Hannah Burkhard

**Fotos:** Pixabay, Freepik, Unsplash sowie von Mitgliedern der Redaktion

**Druck:** WIRmachenDRUCK GmbH

**Auflage:** 750 Exemplare

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

Alle Beiträge sind freie Meinungsäußerungen und geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion oder des Stadteiltreffs wieder.

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 Stadteiltreff Gonsenheim.

Stadteiltreff  
Gonsenheim

## Auszeit

Gemeinsam Luft holen

Gemeinsam bewegen

Still werden

Miteinander ins Gespräch kommen

Dazu lade ich euch ein, wir gehen  
zusammen durch den Mainzer Sand,  
werden stille, hören auf die Natur und  
hören einander zu.

Start ist Mittwoch, der 25.2. um 18.00 Uhr am Stadtteiltreff.

Es freut sich auf Eure Teilnahme

Euer Joachim Keßler



Termine Treff 50 plus

1. Halbjahr 2026



4.2. Kreppelkaffee

25.2. Sonderausstellung  
Tausend Judentum in  
Rheinland Pfalz im  
Landesmuseum Treffpunkt  
14.00Uhr

11.3. Kaffeetreff mit  
Schottland Film

25.3. Stadtmuseum  
Wiesbaden 11 Uhr

15.4. Kaffeetreff mit  
Schottland Film

29.4. Botanischer Garten

13.5. Kaffeetreff mit  
Schottland Film

27. 5. Museum am Strom  
Bingen Treffpunkt 11 Uhr  
Stadtteiltreff

10. 6. Kaffeetreff

1.7. Loreleyplateau

## Zuhause in Mainz



Sicher und bezahlbar wohnen.

  
wohnbau mainz