

# Die Jerusaleümmmer



Das Straüßenmagazin aus dem Herzen Schleswig-Holsteins.

Ausgabe 185 September 2019

2,00€ (1,00€ davon für den Verkaufenden)



**HAUPTSACHE GESUND!**

Vorstand

vorsitzender@cafe-jerusalem.org

Leitung

Andreas Böhm

andreas.boehm@cafe-jerusalem.org

Finanzverwaltung

buero@cafe-jerusalem.org

finanzen@cafe-jerusalem.org

Soziale Arbeit

sozialarbeit@cafe-jerusalem.org

Hauswirtschaft

hauswirtschaft@cafe-jerusalem.org

Hausmeisterei (Abholungen u.a.m.)

hausmeisterei@cafe-jerusalem.org

**Spendenkonto:**

**Café Jerusalem e.V.**

**V + R Bank**

**IBAN: DE31 2129 0016 0000 020620**

**BIC: GENODEF 1NMS**

Impressum

Herausgeber:

Café Jerusalem Missionarische Sozialarbeit der  
Evangelischen Allianz Neumünster e.V.

Monatliche Auflage: 1000 Exemplare

Redaktion:

Andreas Böhm (V.i.S.d.P.)

redaktion@cafe-jerusalem.org

Druck:

WIRmachenDRUCK GmbH

Mühlbachstr. 7

71522 Backnang



Wichtiger Hinweis  
für den Käufer!

Einziger Verkaufsraum des Straßenmagazins *Die Jerusalemler* ist die Stadt

Neumünster, deren Vororte und in Absprache mit unseren Kollegen von

Hinz&Kuntz sowie Hempels Bad Bramstedt und Bad Segeberg!



Info

## Café Jerusalem

Bahnhofstraße 44, 24534 Neumünster

Telefon: +49 (0) 4321 41755

E-Mail: [info@cafe-jerusalem.org](mailto:info@cafe-jerusalem.org)

[www.cafe-jerusalem.org](http://www.cafe-jerusalem.org)

Sie wollen uns schreiben? Herzlich gerne!  
Nutzen Sie dafür bitte folgende Möglichkeiten:

E-Mail an die Redaktion:

[info@presse-schwitzgebel.de](mailto:info@presse-schwitzgebel.de)

[design@cafe-jerusalem.org](mailto:design@cafe-jerusalem.org)

Informationen zum Café:

+49 (0) 4321- 41755

[info@cafe-jerusalem.org](mailto:info@cafe-jerusalem.org)

Fragen zu Spenden:

[finanzen@cafe-jerusalem.org](mailto:finanzen@cafe-jerusalem.org)

Mitarbeit an dieser Ausgabe:

Dr. Frieder Schwitzgebel, Lilian Böhm,

Bernadette Fisher, Andreas Böhm

Layout, Satz und Idee: Café Jerusalem

Titelseite: Straßenmagazin L'itinéraire/Julie Artacho

Rückseite: Kampagne Marsch für das Leben

Fotos, wenn nicht anders angezeigt: [www.pixabay.de](http://www.pixabay.de)

Herzlichen Dank an alle Paten!

Unsere Achtung gilt jedem Straßenverkäufer!

Sie stehen bei jeder Witterung in und um Neumünster



WirmachenDruck.de  
Sie sparen, wir drucken!

Nachdruck und Nebenrechte:

Nachdruck: Nur mit schriftlicher Genehmigung der Redaktion. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos, Bilder oder Bücher wird keine Haftung übernommen.

Das Straßenmagazin von Neumünster "Die Jerusalemler" wird vom Café Jerusalem herausgegeben und von einer unabhängigen Redaktion gestaltet. Die Beiträge geben die Meinungen der jeweiligen Autoren wieder, die nicht notwendigerweise identisch mit der des Herausgebers oder einzelner Mitarbeiter des Café Jerusalem sein müssen. Die Redaktion behält sich vor, eingesandte Beiträge zu kürzen. Der Abdruck von Veranstaltungshinweisen ist kostenfrei, aber ohne Rechtsanspruch und Gewähr.



05



10



14



18



20



22

CARTOON

Frische Eier sind gut gegen Läuse...

# 05

REPORTAGE

Manna - Lebensmittelinitiative in Göteborg

# 06

ZAHL DER AUSGABE

100

# 12

LIEFHACK

Liebe geht durch den Magen

# 13

INSP

Das falsche Ideal des perfekten Körpers

# 14

LEBENSBLIDER

Conny - Mitarbeiter in der Kirchengemeinde Smyrna - Göteborg

# 22



## Liebe Leserin und lieber Leser!

### HAUPTSACHE GESUND!!! - ?

Diesen Satz höre ich in vielfältiger Formulierung immer wieder. Egal ob die Gesprächsparteien beim Einkauf im Supermarkt oder im Wartebereich beim Frisör sitzen, wenn das Thema in irgendeiner Art und Weise den Alltag und das Menschsein betrifft, so heißt es sehr oft: „...Hauptsache gesund!“.

Längst ist diese tiefe Überzeugung auch ein „Verkaufsschlager“ geworden. Allem voran die Lebensmittelbranche, die es immer wieder schafft, uns Verbrauchern noch einen neuen Weg aufzuzeigen, wie wir uns gesund ernähren können und gleich „zwei Fliegen mit einer Klappe schlagen“ zu können. Wir brauchen unseren Lebensumstand nicht verändern und sie verdienen unglaubliche Summen Geld mit Dingen, die außer zum Geldverdienen nicht wirklich nützlich sind.

In unserer Septemerausgabe erwarten Sie eine Vielzahl von Berichten rund um das Thema Gesundheit und Ernährung.

Ab Seite 6 lesen Sie über ein Projekt, das wir in Göteborg besucht haben. Es ist auf eine ähnliche Weise entstanden wie das Café Jerusalem, arbeitet ganz anders und öffnet ebenso seine Türen für alle Menschen in der Gesellschaft. Begegnen, wahrnehmen und einander dienen sind wichtige Werte dieser Arbeit in Schweden.

Außerdem haben wir eine neue Rubrik mit aufgenommen. Sie handelt von Begegnungen oder solchen, die es noch werden können und, nennt sich „Jerusalämmer trifft...“. Entstanden ist sie im Juli aus einer kurzen Begegnung mit einer Verkäuferin des benachbarten Straßenmagazins in Dänemark. Sie finden Sie auf Seite 20. Auf einen zweiten Bericht zu dieser neuen Rubrik können Sie sich auch schon in der Oktoberausgabe freuen.

Auf der Seite 22 lernen Sie Conny kennen. Wir haben diesen Text mit „Conny - ein Leben mit Ausstrahlung“ überschrieben. Spätestens, wenn Sie ihm begegnen würden, verstünden Sie warum. Drogenabhängig, kriminell und mit seinem Leben völlig aus der

Bahn geworfen hat er eine neue Chance bekommen und sie ergriffen. Und das Geschenk, was er erhalten hat, lässt er nicht mehr los. Zudem wirbt er mit allem, was er kann und hat um Nachahmer.

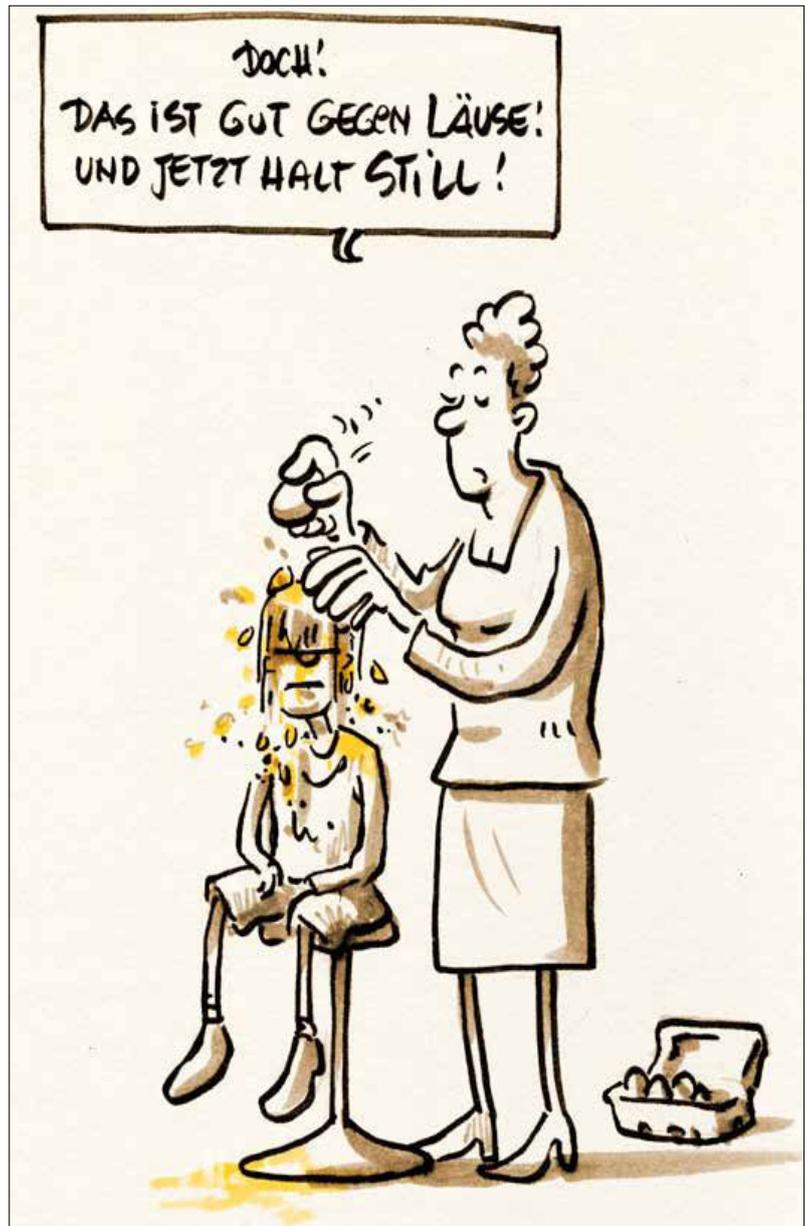
Als letzten Artikel im Vorwort möchte ich Ihnen die Firma „Förde Garnelen“ ans Herz legen. Sie finden den Beitrag auf den Seiten 24 und 25. Und glauben Sie mir, wenn Sie ihn gelesen haben und zu den Menschen gehören, die ganz gerne auch mal tiefgefrorene Garnelen aus dem Supermarkt essen, kommen Sie an einer Verhaltensveränderung nicht mehr vorbei.

Und wie schon so manches Mal möchte ich Ihnen auch in dieser Ausgabe danken, dass Sie uns und Ihrem Verkaufenden treu geblieben sind. Sie verändern damit Leben und schätzen Leben wert, weil Sie Menschen sehen, die in unserer Gesellschaft am Rande leben. Danke, dass Sie uns dabei unterstützen, dass das sich ändert!

Herzlichst Ihr

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Andreas Blom'.

## Eier gegen Läuse, Gesundheit gegen Mäuse



Es gibt Dinge, die sind nicht käuflich, sogar in unserer Welt, wo Geld fast alles möglich macht. Die eigene Gesundheit oder die der Familie ist ein solches Gut! Sie wird von den meisten an erster Stelle genannt, wenn man sie nach ihren Wünschen fragt. Und sie ist das, was am wenigsten in unserer Macht steht, auch wenn uns die Pharma- und Wellness-Industrie anderes suggeriert. Denn mit dem Thema Gesundheit lässt sich viel Geld verdienen! Wer möchte nicht bis zu seinem Tod gesund oder gar jung bleiben?

Versprechen, die in diese Richtung

zielen, wecken tiefsitzende Sehnsüchte, die manchmal sogar die Vernunft aushebeln. In den USA gab es zum Beispiel eine Firma, die eine Zeitlang als Milliardenunternehmen gehandelt wurde, weil sie das Gesundheitssystem revolutionieren wollte. Mit nur einem Tropfen Blut sollte man zu Hause alle bekannten Bluttests machen können. Krankheiten sollten so früher erkannt werden. Heute steht die Firmengründerin Elizabeth Holmes wegen Betrugs vor Gericht.

Angesichts solcher revolutionärer Ideen loben wir uns doch die guten alten Hausmittel. Mit Teebau-

möl gesund und munter! Aber damit werden nicht nur Halsweh oder Schuppen behandelt. Heilpraktiker schießen in Deutschland wie Pilze aus dem Boden. Denn auch mit der Abkehr von konventionellen Behandlungsmethoden kann Geld verdient werden. Dabei ist die Auswahl an alternativer Medizin groß. Wer sich mit den unterschiedlichen Richtungen befasst, kann ganz wirr werden.

Klar ist vor allem eines: Die Einsicht, dass sich manche Dinge unserer Kontrolle entziehen, ist keine leichte.

B. Fisher

# Manna -

## die Lebensmittel-Initiative der Smyrna-Gemeinde in Göteborg



Wir treffen Tomas Sjödin im August im Café der Smyrna-Gemeinde in Göteborg. Das erste Mal begegneten wir ihm allerdings wenige Wochen zuvor auf dem Dünenhof, einem christlichen Veranstaltungszentrum in Cuxhaven. Er war als Referent eingeladen und berichtete von Dingen, die ihm wesentlich geworden waren in den letzten Jahren. Er ist der Verfasser von mehreren Büchern und in Schweden Bestsellerautor. Einige seiner Bücher sind inzwischen auch in Deutschland zu haben. Mit zu den Erlebnissen, die seinem Leben Tiefe geben, zählen die Gebetszeiten vor der „Armenspeisung“ seiner Gemeinde, eine Art Tafel/Lebensmittelspende-Pro-

gramm, erzählte er nun in Cuxhaven. Neugierig geworden, wie die Gemeinde das organisiert, sprachen wir ihn an.

Zudem nahmen wir als Redaktion Kontakt auf zu unseren Kollegen der Göteborger Straßenzeitung Faktum und fragten nach, ob sie diese Arbeit kennen würden. Erstaunt hörten wir, dass dies nicht der Fall war. Wir begannen daraufhin, ein gegenseitiges Kennenlernen der Arbeitsbereiche zu planen und zu organisieren. Erfreulicherweise zeigten sowohl Tomas und die Mitarbeiter der Smyrna-Gemeinde als auch die Kollegen der Faktum-Redaktion Interesse und so statteten wir ihnen einen Besuch ab.

war sein Lebensmittelpunkt zuhause. Er habe als Autor gearbeitet. U.a. habe er regelmäßig eine Kolumne in einer Göteborger Tageszeitung - Göteborgs Posten verfasst. Seit 12 Jahren arbeite er mit einer Teilzeitstelle von 50 % wieder in der Gemeinde als Pastor. Er sei v. a. für die sozial-diakonischen Bereiche zuständig und die Seelsorgearbeit. Die Gemeinde wuchs in den Jahren sehr. Bis zu 3500 Mitglieder habe die freie Gemeinde gehabt, die zu der Pfingstbewegung gehört. Etwa 1500 - 2000 Menschen kämen am Wochenende zu den Gottesdiensten.

Vor einigen Jahren wurde dann die Suppenküche gestartet, um Menschen in Not an einem Tag in der Woche ein warmes Mittagessen anzubieten.

Seit etwa 3 Jahren werden an den anderen Wochentagen Lebensmitteltüten ausgegeben. In den Wochen der Sommerferien werden die Ausgabetermine auf 2 Tage pro Woche gerafft, die Ausgabetermine dafür verlängert, damit alle, die auf diese Lebensmittel angewiesen sind, auch in den Sommermonaten versorgt seien. In der Zeit wird die Registrierung



Tomas Sjödin - einer der Pastoren der Smyrna-Gemeinde

Tomas erzählte jetzt, 1984 habe er hier in der Gemeinde mit der Arbeit begonnen, sei aber nicht die ganze Zeit als Pastor tätig gewesen. Etwa 10 Jahre habe er keiner festen Arbeit nachgehen können. Es sei die Zeit gewesen, wo seine Familie ihn gebraucht habe. Zwei seiner drei Söhne waren von einer genetischen Erkrankung betroffen, die sich erst im späteren Kindesalter bemerkbar macht, aber nach einigen Jahren tödlich endet. In diesen schweren Jahren

vor der Ausgabe im Freien durchgeführt. Ein kluges System, das nur die nötigsten Daten erfasst und mit maximaler Verbindlichkeit kombiniert, gibt Auskunft über die Größe der Familie, die hinter dem Einzelnen steht, Unverträglichkeiten/Allergien oder Speisevorschriften (kein Schweinefleisch) und auch dem Zeitpunkt, seit wann die Unterstützung in Anspruch genommen wird. Zudem hat jeder Empfänger eine genaue Uhrzeit, auf eine Viertelstunde eingengt, wo er mit der Ausgabe dran ist - quasi ein echter Termin. Dadurch werden längere Schlangen vermieden, die ganze Lebensmittelausgabe verlaufe jetzt reibungsloser und für jeden deutlich angenehmer. Außerdem wisse jeder, wann er an der Reihe sei, ein Zukurz-Kommen gäbe es nicht. Einmal registriert, kann jemand für 6 Monate an der Ausgabe teilnehmen, ohne sonstige Verpflichtungen. Die Lebensmittel sind an keine andere Bedingung geknüpft, die Ausgabe kostenfrei. Da der Andrang aber groß ist und nicht alle Bedürftigen auf diese Weise versorgt werden können, wird nach 6 Monaten das Gespräch gesucht, wenn die Empfänger weiterhin versorgt werden wollen. Die Mitarbeiter erfassen dann den Hintergrund der Notsituation, auch die finanzielle Situation wird besprochen, Lösungen und selbst unternommene Schritte werden nachgefragt und gesucht. Ggf. muss der

Empfänger dann das Programm auch verlassen, um (zunächst) anderen - noch Bedürftigeren oder Menschen auf der Warteliste Platz zu machen.

In einem zweiten Treffen am Nachmittag kommen Tina, seit acht Jahren eine Diakonin der Gemeinde, und Sarah Britz, Chefredakteurin der Göteborger Straßenzzeitung Faktum, hinzu. Auch Sarah hat über Jahre regelmäßig für die Kolumne im Göteborgs Posten geschrieben und Tomas Beiträge gelesen, kannte ihn aber bis zu diesem Moment nicht.

Das „Food-Programm“ sei vor ca. 6 Jahren neben der Suppenküche um die Idee der Lebensmittelspenden ergänzt worden. Bis dahin wurde immer einmal pro Monat im Rahmen des Gottesdienstes Geld für Bedürftige gesammelt. Ein junges Mädchen sei nach dem Gottesdienst auf Tomas zugekommen und habe ihn gefragt, ob es nicht möglich wäre, statt Geld an Einzelne Lebensmittel an viele zu verteilen. Die Arbeit fing in einem kleinen, bis dato kaum genutzten und kaum auffindbaren Gemeinderaum an. Von Spendern wurden die Lebensmittel eingekauft und zur Verfügung gestellt. Später konnten Supermärkte für die Unterstützung gewonnen werden. Damals seien etwa 5-10 Lebensmitteltüten pro Woche ausgegeben worden. Die Arbeit wuchs, wie oben schon ausgeführt. Ein

Name wurde gesucht. Heute heißt das Programm „Manna“, man kann es auf den T-Shirts der Mitarbeiter lesen. Die Idee dazu hatte eine Muslima aus dem Iran. Manna, das Brot in der Wüste, mit dem Gott sein Volk versorgte. „Everything comes from heaven, from the Lord.“ Zudem reichte das Manna immer für den einen Tag, an dem es gesammelt wurde. Es war immer genug. Sammelte man mehr, war es am nächsten Tag verdorben (*nachzulesen im Alten Testament, ab 2. Mose, Kapitel 16*).

Das Wort „Lebensmittel-Tüte“ stellt sich dabei als Irrtum heraus. Die registrierten Empfänger kommen in der Regel mit einem kleinen Rollwagen, in Deutschland von manch einem liebevoll „Hackenporsche“ genannt. Dieser wird von den Mitarbeitern mit Milchprodukten, Gemüse, Obst, aber auch Fleisch/Geflügel und Fisch, aber auch Nudeln und Reis gut gefüllt, je nachdem, was diese Woche gerade verfügbar ist.

Die beiden Smyrna-Mitarbeiter erzählen, dass sie vor etwa zwei Jahren eine Art Karte für Göteborg erstellt hätten, auf der vermerkt ist, wo man in Göteborg welche Unterstützung für wen findet. So konnten vor Ort ungefähr 20 unterschiedliche Projekte ausfindig gemacht werden, in anderen Kirchengemeinden, aber auch darüber hinaus. Die



Vorbereitungen im „Trockenlager“ für die nächste Ausgabe.



Der Frontbereich der Kirchengemeinde grenzt an einen kleinen Platz und lädt zum Verweilen ein.

Smyrna-Gemeinde hat für sich erkannt, dass ihre „Begabung“ in diesem Bereich das Versorgen der Menschen mit Lebensmitteln ist. Wenn es andere Bedürfnisse gibt wie Kleidung, Möbel oder sonstiges, können sie die Menschen an andere Initiativen verweisen. Durch die Konzentration auf den Bereich, in dem sie sich gut auskennen und organisiert sind, konnten sie ihre Arbeit so gut ausbauen. Entscheidendes Wachstum erhielt ihre Arbeit durch einen iranischen Mitarbeiter, der gute Kontakte zu Großhändlern herstellen konnte. So wird das Lebensmittelprogramm der Gemeinde mittlerweile von 8 Großhändlern im Raum Göteborg unterstützt. Die Mitarbeiter starten an den Ausgabtagen schon um 10 Uhr mit der Abholung der Lebensmittel vor Ort. Das ist sehr aufwendig. Inzwischen können an jedem der 4 Ausgabtage je 70 Familien mit Essen versorgt werden für den Wochenbedarf. Es gibt etwa 60 freiwillige Helfer in dem Projekt. Sowohl die Empfänger der Lebensmittel als auch die Helfer seien bunt gemischt. Schweden und Einwanderer seien gleichermaßen darunter. Bei den Helfern werde auch nicht danach unterschieden, ob sie Ge-

meindemitglieder oder Christen sind oder nicht. So seien auch Moslems oder andere Religionen bei den Helfern vertreten. Bedingung sei jedoch, dass die Mitarbeiter die Regeln akzeptierten, das Gebet zu Beginn des Austeilens sowie die Unterschiedlichkeit der Mitarbeitenden tolerierten. An jedem Ausgabtag seien etwa 12-14 Mitarbeiter beteiligt. Auch manch ein Empfänger der Lebensmittelpenden arbeite mit. Allerdings bekommen die Mitarbeiter keinerlei Lohn für ihre Arbeit, auch nicht eine einzige Banane. Die Lebensmittelausgabe an die Bedürftigen laufe völlig unabhängig von der eigenen Bedürftigkeit, es gebe keine Privilegien für die Mitarbeiter.

Es kann passieren, dass jemand den ganzen Morgen mitarbeitet und am Nachmittag in der Schlange ansteht, um seine Lebensmittelration zu erhalten, weil er selbst als Bedürftiger registriert ist. Trotzdem sei der Andrang zur Mitarbeit groß! Viele wollen Teil dieser Gemeinschaft sein. Die Bewerber haben einzeln ein intensives Gespräch mit zwei Mitarbeitern, bevor sie mitarbeiten können. Darin müssen sie ech-

ten Einblick in ihre Lebensgeschichte geben, ihre Werte offenlegen. Zudem wird ihnen erklärt, dass das eine kirchliche Arbeit ist, sie mit gläubigen Christen zusammenarbeiten. Ein weiterer Schwerpunkt ist, die eigenen Talente zu benennen und zu erkennen. Auch die eigenen Träume werden erfragt. „Wofür brennst du?“ Die Mitarbeiter sollen so nach ihren Gaben eingesetzt werden. Manche erfahren erst in diesen Gesprächen, dass sie Gaben und Talente haben und wertvoll sind. Das machte sie zu einer sehr motivierten Gemeinschaft. Auf diese Weise arbeiten die Mitarbeiter trotz ihrer Unterschiedlichkeit wunderbar zusammen. „Wir versuchen, sie so gut zu behandeln, wie wir können“, ist ein Satz, der hängen bleibt.

Ein weiterer wichtiger Teil des Erfolgs ist Conny, einziger hauptamtlich Angestellter für diesen Bereich. Er kam vor einigen Jahren aus einem zerstörten Leben in die Smyrna-Gemeinde und zurück zu einem Leben mit Jesus. Seitdem hat sich sein Leben völlig verändert. „Er spricht dauernd von Jesus“, sagt Tomas. Aber die Leute verhalten sich Conny gegenüber anders. Sie haben keine Scheu vor



Sarah Britz, Chefredakteurin des Straßenmagazin *faktum* und Tomas Sjödin

ihm, vertrauen ihm, er ist authentisch. Conny predige mit seinen Worten, aber auch mit seinem Leben. Das sei etwas anderes, als wenn konfrontativ gepredigt werden würde. Conny sei der Schlüssel für diese Veränderung. Ohne ihn hätte die Arbeit nicht die gleiche Frucht.

Tomas sagt, ihm mache es jetzt sehr viel mehr Spaß, die Kirche zu sein, die sie jetzt sind. Früher standen hier „dicke Autos“ auf dem Parkplatz zu den Gottesdiensten. Jetzt sei die Gemeinde viel lebendiger, im Leben angekommen. Das „Manna“-Programm sei aber nicht Mittel zum Zweck der Evangelisation. „Wir machen das, weil die Menschen Essen brauchen Punkt!“ Allerdings kommen manche eben auch in die Gottesdienste, weil sie die Gemeinschaft erleben, die Versorgung oder auch, weil sie seine Kolumnen und seine Bücher lesen.

2022 wird die Smyrna-Gemeinde ihr 100-jähriges Bestehen feiern. Die jetzigen Räumlichkeiten sind zu klein geworden. Ein neues Gelände ist auf der anderen Seite des Flusses - gegenüber der Göteborger Oper - gefunden. Dort soll neu gebaut werden. Tomas ist sich sicher, dass die Bedürftigen die Gemeinde auch dort aufsuchen und finden werden. In den größeren Räumlichkeiten könnten sie dann noch besser ihre Hilfe organisieren.



Langsam füllt sich der Bereich der Anmeldung für eine Lebensmittelspende an diesem Mittag.

**Erd-, Feuer-, Seebestattungen,  
Bestattungsvorsorge - Grabdenkmäler**

Bestattungsinstitut  
Klaus  
**GRIEM**

Tel.: 04321 / 929600  
24534 Neumünster, Sachsenring 38-40



**Caritas-Pflegestation Neumünster . Telefon 04321 / 15124**

Haus der Caritas, Liniestraße 1  
24534 Neumünster  
Mobil: 0171 5516483  
Fax: 04321 / 404570  
ambpflege-nma@caritas-sh.de  
www.caritas-sh.de

Not sehen und handeln.  
**Caritas** 

# Landwirtschaft für alle!

Der niederländische Hof van Twello knüpft an die mittelalterliche Tradition kooperativer Landwirtschaft an. Er verbindet kleinbäuerliche Selbstversorgung mit der Produktion von Biogemüse und -obst zu besonders günstigen Preisen und zieht jährlich 40.000 umweltbewusste Besucher an. Unsere Tokioer Kollegin Sayuri Kusama besuchte den Hof für die japanische Straßenzeitung „The Big Issue Japan“.

Text und Fotos: Sayuri Kusama  
The Big Issue, Japan

Ich möchte Bio-Produkte kaufen, aber es ist einfach zu teuer!“ Eine nicht unbedeutende Zahl von Menschen denkt wahrscheinlich so, obwohl die Zahl der Bioabteilungen in Supermärkten in den letzten Jahren, auch in Japan, stetig gestiegen ist. Der Preisunterschied zwischen „normalem“ Obst und Gemüse und seinen ökologischen Gegenstücken ist sowohl in Japan als auch im Westen ein Problem.

Der Ort Twello in der niederländischen Provinz Gelderland hat 13.000 Einwohner. Der nächste Bahnhof ist 20 Minuten mit dem Fahrrad entfernt. Hier liegt die 2003 gegründete Kooperative van Twello, auf der im Laufe des Jahres bis zu 45 Obst und Gemüsesorten ohne chemischen Dünger oder Pestizide angebaut werden. In den Niederlanden kosten Bioprodukte, die in Supermärkten verkauft werden, doppelt oder dreimal so viel wie nicht-biologische Produkte. Im Gegensatz dazu kosten Bioprodukte im Direktverkauf des Hofes van Twello nur etwa das 1,2-fache. Die niedrigen Preise wer-

den durch die Senkung der Arbeitskosten ermöglicht. Hofbesitzer Gert Jansen erklärt: „Bioprodukte kosten so viel, weil Aufgaben wie das Unkrautziehen viel Arbeit erfordern.“

Auf der Suche nach einer Möglichkeit, Bioprodukte zu einem vernünftigen Preis anzubieten, kam Jansen auf die Idee, Einheimische mit einem Interesse am Gemüseanbau dazu zu bringen, als Bürger auf dem Bauernhof zu arbeiten – ein altes Landwirtschaftsmodell aus dem Mittelalter. Die Einheimischen einigten sich darauf, Pflanzen auf den vom Bauernhof geliehenen Flächen anzubauen, um im Gegenzug qualitativ hochwertigen Boden, organischen Dünger und landwirtschaftliches Know-how zu erhalten. Die Hälfte der geernteten Pflanzen erhalten die Teilnehmer, die andere Hälfte wird im Hofladen verkauft.

Ein Gemeinschaftsgarten als Hobby und die freiwillige Teilnahme am landwirtschaftlichen Betrieb – das ist das Geschäftsmodell des Hofes.



Oben: „Auf diesem Bauernhof haben alle – vom Akademiker bis zum Menschen mit Behinderung – die Möglichkeit, in ihrer gewünschten Weise zu arbeiten“, sagt Bauer Jansen.

„Ich betrachte den Hof van Twello als Gegenpol zu unserer heutigen Gesellschaft, die Menschen, die nicht genug leisten, für überflüssig hält. Ich setze eine Alternative zum Kapitalismus in die Praxis um.“

Zurzeit produzieren 25 „Kleinbauern“ etwa die Hälfte des Obstes und Gemüses, das im Hofladen verkauft wird. Koos baut hier zwei Sorten Kartoffeln an und erzählt: „Mein Garten zu Hause ist einen Kilometer entfernt. Er hat genug Platz für einige Blumen, aber nicht für den Gemüseanbau. Mir gefällt, dass ich durch diese Art von Arbeit etwas Bewegung bekomme.“

## Aufbau einer lokalen Wirtschaft

Saatbeete, Gartenbedarf, Milchprodukte, Würstchen, Trockenfutter und Alkohol werden neben Frischprodukten ebenfalls im Hofladen verkauft. Die meisten Lebensmittel stammen von 35 lokalen Herstellern. „Die Einheimischen stellen die Produkte in der Region her“, sagt Jansen. „Ich wollte diesen Hof zum Zentrum eines Systems abseits der industriellen Landwirtschaft machen, das Geld lokal zirkulieren lässt.“

Jansen kam nach seinem Abschluss an einer landwirtschaftlichen Universität in Mexiko auf den Gedanken.

„Ich arbeitete als landwirtschaftlicher Berater in einer ländlichen Kommune und man sagte mir, ich solle den Einheimischen landwirtschaftliche Praktiken beibringen, die auf Pestizide und Düngemittel von großen Chemieunternehmen aus den USA und Europa zurückgreifen“, erklärt er. Das bedeutet: „Wenn sie diese Produkte nicht weiter kaufen würden, könnten sie nicht mehr produzieren. Es ist falsch, solche Praktiken ‚Entwicklungshilfe‘ zu nennen. Ich war schockiert zu erfahren, dass Menschen nur 15 Kilometer von der Stadt entfernt an Hunger sterben. Als ich nach Hause zurückkehrte, beschloss ich, einen Bauernhof zu gründen, der der lokalen Gemeinschaft zugutekommt.“

Jansen fährt fort: „Eine lokale Wirtschaft aufzubauen bedeutet, über eine nachhaltige Wirtschaft auf menschlicher Ebene nachzudenken. Hier gibt es keine Ausbeutung durch große Kettenhändler, die als Vermittler fungieren.“ „Als wir Investitionen benötigten, haben wir uns nicht auf Banken verlassen, sondern uns Geld von der lokalen Gemeinschaft geliehen. Unser Hof ist unabhängig von der kapitalistischen Wirtschaft, in deren Mittelpunkt große Konzerne wie Pestizidproduzenten stehen.“

Darüber hinaus nutzt die Kooperative den „grünen Tourismus“ als weitere Einkommensquelle. Jährlich wandern rund 40.000 Menschen auf dem zwei Kilometer langen Barfußpfad des Hofes van Twello, wo sie über feuchten, schlammigen Boden und durch Bambushaine gehen und plötzlich auf ein verstecktes Feld treffen. Der Weg wurde als natürliche Attraktion angelegt, um den

Menschen eine direkte sensorische Verbindung zur Natur zu vermitteln. Ein Café in einem Gewächshaus lockt auch im besucherschwachen Winter Gäste auf den Hof. Die Gerichte und Desserts auf der Karte werden aus dem Gemüse und Obst hergestellt, das auf dem Hof wächst und direkt vor ihren Augen geerntet wird.



Kuhberg 20 • 24534 Neumünster  
Telefon: (04321) 42392 • [www.meintrio.de](http://www.meintrio.de)

Unten: Der „Hofladen“ der neben vielen Einkaufsmöglichkeiten auch die Möglichkeit sich zu informieren gibt.



Oben: Im europäischen Mittelalter waren die Gemeingüter Räume, in denen Einheimische (Bürgerliche) das Land gemeinsam bewirtschafteten. Kooperativen wie der Hof van Twello beleben dieses System wieder. Außerdem ist kann es zu einem wunderbaren Ort der Gemeinschaft werden.

# Zahl der Ausgabe

# 100

Jahre sollen sie werden: Die heute Geborenen. Tatsächlich steigt die Lebenserwartung immer weiter an. Seit der Industrialisierung werden die Menschen im Durchschnitt drei Monate älter pro Jahr. Für Menschen, die heute 30 Jahre sind, wird ein Lebensalter von mehr als 90 normal sein. Und wie gesagt: Kinder, die jetzt zur Welt kommen, werden wohl mindestens 100 Jahre alt werden.

Die Frage ist: Woran liegt das? Es scheint erwiesen, dass die Gene nur etwa zu einem Viertel für die Lebensspanne verantwortlich sind. Langlebigkeit kann also nur zum Teil vererbt werden. Untersuchungen an Zwillingen ergaben, dass der Einfluss der Gene auf die Lebensspanne vor dem 60. Lebensjahr zwar gering ist, mit steigendem Alter jedoch zunimmt.

Heute suchen Forscher im Erbgut von Menschen, die sehr alt geworden sind, nach einem Gen, das die Information „langsam altern“ enthält. Ein anderer Ansatz ist die Suche nach Selbstheilungskräften in der DNA. Enzyme reparieren unsere DNA, die von Umwelteinflüssen beschädigt wird. So gibt es zum Beispiel eine Krankheit, die zum vorzeitigen Altern führt, genau weil das Reparier-Enzym nicht funktioniert. Der Körper kann sich nicht mehr heilen, er altert und stirbt vorzeitig.

Wie alt Menschen jemals werden können, ist noch unklar. Manche sprechen von einer maximalen Lebenserwartung von 130 Jahren. Laut unserer Bibel wurde der älteste Mensch 969 Jahre alt: Methusalem. Er war der Großvater von Noah. Sein Name wurde zum Synonym für Langlebigkeit überhaupt. Wahrscheinlich wollte man mit seinem hohen Alter aufzeigen, wie lange das Geschehen in der Vergangenheit liegt. In Wirklichkeit wurden damals Menschen eher 30 Jahre alt.

So alt wie Methusalem werden wir wohl nie. Aber das ist ja auch gar nicht erstrebenswert, oder?

Bernadette F.

## @NetKOM

Gesellschaft für Kommunikations- und Netzwerktechnik mbH



Ludwig Hauschild GmbH  
Hansaring 17  
24534 Neumünster  
04321-6 30 61  
info@ludwig-hauschild.de  
www.ludwig-hauschild.de

- Fenster&Haustüren in Kunststoff, Aluminium, Holz
- Rollläden
- Einbruchschutz
- Reparaturen
- Verglasungen
- Insektenschutzgitter
- Markisen
- Einbauküchen
- Innentüren
- Tischlerarbeiten



## JOHANN & AMALIA

RESTAURATION IN DER STADTHALLE

TELEFON 04321 44626 · WWW.JOHANN-UND-AMALIA.DE · ÖFFNUNGSZEITEN: TÄGLICH VON 9 BIS 22 UHR



## Frucht-Ecken

### Schwan-Apotheke

Apothekerin Marianne Wefers  
Kuhberg 28  
24534 Neumünster

Telefon: 04321-44680  
Fax: 04321-41509

info@schwanapotheke.net  
www.schwanapotheke.net



## ZWP Ingenieur-AG

# Lifehack

Vielleicht haben Sie in den letzten Wochen oder Monaten schon einmal von dem Wort „Life Hack“ gehört und sich gefragt, was es damit wohl auf sich hat? Wir haben uns für Sie erkundigt! Die englischen Worte ‚Life‘ und ‚Hack‘ bedeuten auf deutsch ‚Lebens-Tricks‘. ‚Erfunden‘ wurde der Begriff im Jahre 2004 von einem britischen Technologiejournalisten. Die Tipps, die man unter diesem Begriff findet, sollen helfen, den Alltag zu vereinfachen. Es geht darum, mit cleveren Strategien ein normalerweise immer wiederkehrendes Problem zu lösen und somit Zeit zu sparen.

Meist sind die Tricks äußerst ungewöhnlich und im ersten Moment scheint der Vorschlag, der Ihnen gemacht wird, vielleicht unsinnig - doch lassen Sie sich nicht abschrecken! Probieren Sie doch mal unsere lebenserleichternden Tricks aus!

Bernadette F.

## LIEBE GEHT DURCH DEN MAGEN, UND WAS NOCH?

### Hausmittel für Magen-Darm-Erkrankungen

Seit Büchern wie „Darm mit Charme“ wissen wir alle, wie wichtig eine gute Verdauung ist. Immer wieder passiert es aber, dass uns Viren oder Bakterien für eine Zeitlang an Bett und Toilette fesseln. Oft gehen diese Magen-Darm-Erkrankungen so schnell, wie sie gekommen sind. Hausmittel können allerdings helfen, die Symptome wie Erbrechen und Durchfall zu lindern. Die Krankheitsdauer wird dadurch allerdings nicht verkürzt. In manchen Fällen muss sogar ein Arzt gesucht werden.

### Geriebener Apfel, Bananenbrei und Karottensuppe

Die beiden wichtigsten Gruppen, die gegen Durchfall helfen, sind: Adsorbentien und Quellstoffe. Adsorbentien können Bakterien, Gifte und Viren adsorbieren, also binden. Diese Verbindungen kommen in Äpfel, Karotten, Bananen, Zitrusfrüchten, Aprikosen und Eichenrinde vor.

### Leinsamen und Flohsamen

Quellstoffe binden nicht Giftstoffe, sondern Wasser im Darm. Dadurch nimmt der Stuhl an Volumen zu. Durch das Aufquellen umhüllt der Stuhl im Darm die Bakterien und Giftstoffe, so dass diese ebenfalls ausgeschieden werden. Bei Verstopfung tragen die Quellstoffe durch die Wasserbindung zur Stuhlerweichung bei. Typische Quellstoffe sind Flohsamenschalen und Leinsamen.

Übrigens hat der Flohsamen nichts mit den Tierchen zu tun. Es handelt sich vielmehr um eine Pflanze, die vor allem in Arabien und Indien wächst. Seinen Namen hat er wohl daher, dass die reifen Samen wie hüpfende Flöhe aus der Fruchtkapsel springen.



**leihberg**  
Optiker ... wir sehen uns!  
Großflecken 68 · 24534 Neumünster  
Tel.: 04321- 4 76 72  
www.leihberg.de



**WIR MACHEN KOMMUNIKATION,  
IDEENREICH UND ZIELORIENTIERT.**

INMEDIUM GmbH · Kommunikationsagentur  
Neumünster · Hamburg  
hallo@inmedium.net · inmedium.net



  
**HOF VIERKAMP**

Bernhard v. Bodelschwingh  
staatlich geprüfter Landwirt

Hof Vierkamp 1  
24623 Brokensande  
Tel. 04324-220  
Fax: 04324-1388  
hofv@tms.de



**VR Bank  
Neumünster**





# Das falsche Ideal des perfekten Körpers

Der Druck, sich einem bestimmten Körper- oder Gesundheitsideal zu unterwerfen, ist heutzutage auch wegen des Wachstums von Social Media und Apps enorm. Soziale Netzwerke, Werbung und Zeitschriften erinnern uns ständig daran, dass unser Körper etwas ist, dem wir besondere Aufmerksamkeit schenken sollten. Aber wie hoch ist der Preis für einen schönen Körper?

Von Camille Teste | Fotos: Julie Artacho

Vor einiger Zeit erschien auf Instagram eine kleine Anzeige, die NutzerInnen vorschlug, „Photable“ herunterzuladen, eine App, die Personen auf Fotos diskret per Click mit Bauchmuskeln oder einem bronzenen Hautton versehen kann. Die App kam pünktlich zum Sommer. In Sekundenschnelle zur Bikinifigur und in den sozialen Medien endlich aussehen wie Influencer, die neuen Vorbilder nicht zuletzt für einen optimierten Körper. Apps wie „Pump Up“ gehen noch weiter. Als soziales Netzwerk laden sie ihre Tausenden Nutzer ein, Fotos und Daten ihrer sportlichen Aktivitäten zu veröffentlichen und auf Fotos die im Laufe der Monate gestrafften Oberschenkel oder neu definierten Arme zu zeigen. Dazu schickt man sich Motivations- und Sinnsprüche wie: „Nichts ist leichter, du bist einfach stärker geworden!“ Für die Montrealer Ernährungswissenschaftlerin Lisa Rutledge erklärt sich die Suchtwirkung dieser Art von Medien durch die menschliche Neigung, unsere Leistung mit der anderer zu vergleichen. Sie glaubt: Beim Betrachten der Bilder berechnen wir den Abstand zwischen den Modellen und unserem eigenen Körper – eine Art, sein Ego zu quälen, indem

man immer neue Wege zur Perfektion suche. Die sei jedoch nur ein soziales Konstrukt. Die Konsequenzen: Die Apps sendeten „vergiftete Nachrichten“ an ihre NutzerInnen, erklärt sie. „Ich ermutige meine Patienten immer, sich zu fragen, wie sie sich fühlen: Wenn die Zeit in diesen Netzwerken Stress verursacht, muss man aufhören.“

## REINHEITSWAHN

Im Wettlauf um einen idealen Körper ist das, was wir essen, zu einem Schlüsselfaktor geworden. Auf Instagram und in Sport- und Gesundheits-Apps sind Konten mit Tausenden von Abonnenten darauf spezialisiert, Bilder von „gesunden“ Mahlzeiten zu inszenieren. Oft werden diese Illustrationen von dem Hashtag #eatclean begleitet. Die seit einigen Jahren beliebte Philosophie des „Clean Eating“ besteht darin, nur so genannte „unverarbeitete“ Lebensmittel zu essen. Eine recht vage Definition, die auf der radikalen Vorstellung beruht, dass die meisten uns zur Verfügung stehenden Lebensmittel unreiner Natur sind.

„Die Philosophie hat keine solide wissenschaftliche Grundlage, und es ist sehr schwierig zu definieren, was gesund ist und was nicht“, erklärt Rutledge. „Es ist normal, Lösungen zur Verbesserung des Wohlbefindens finden zu wollen. Aber Gesundheit ist komplexer als das Schwarzweiß der ‚Clean-Eating‘-Gurus.“

Die Bloggerin Jordan Younger hat mit ihrer Seite „The Balanced Blonde“, dazu beigetragen, die Bewegung bekannt zu machen. Sie riet ihrer Community, eine vegane, rohe, zuckerfreie, getreidefreie und hülsenfrüchtlefreie Ernährung zu befolgen. Im Jahr 2013 verkaufte sie innerhalb von fünf Tagen mehr als 40.000 Exemplare ihres „Entgiftungsprogramms“ auf Basis eines grünen Pflanzensafts. „Seit einiger Zeit gibt es diese seltsame Idee, dass wir, wenn wir Fastfood essen, zum Ausgleich Entgiftungsprodukte brauchen“, sagt Marie Watiez, Ernährungspsychologin an der Universität Quebec in Montreal, die über aktuelle Ernährungstrends verärgert ist.

Jordan Younger wurde übrigens krank.



Die Diät, die die junge Frau als Weg zur Gesundheit verkaufte, ließ ihre Haare ausfallen, unterbrach ihre Periode und gab ihrer Haut einen Orangeton, der darauf zurückzuführen war, dass sie als einzige Kohlenhydrate Süßkartoffeln und Karotten zu sich nahm. „Ich wusste, dass ich ein Problem habe“, sagt sie heute. Unter ärztlicher Anleitung stellte sie sich ihrer Angst vor allem, was ihrem Körper vermeintlich schadete, und ihrer Besessenheit von gesunder, reiner, sauberer Nahrung. Innerhalb weniger Wochen verlor sie Tausende von Anhängern und erhielt zahlreiche Hassbotschaften, auch Morddrohungen. Ihr wurde vorgeworfen, nur ein „großes Stück Speck“ zu sein, dem die nötige Disziplin fehle, wirklich „rein“ zu sein.

## LASST UNSERE KÖRPER IN RUHE!

Wie lässt sich der Zwang erklären, unsere Körper immer extremer kontrollieren zu wollen? Laut der Philosophin Isabelle Quéval, Autorin des Essays „The

Body Today“, sind wir von einer Welt, in der der Körper den Unwägbarkeiten des Lebens ausgesetzt war, zu einer Möglichkeit übergegangen, in der der Körper formbar ist, sich mit Nahrung, Sport und mit medizinischen Eingriffen verändern lässt. Dadurch ist er zu einem Werkzeug geworden, und „damit ist das Schicksal in meiner Hand“, erklärte Quéval in der Fernsehsendung *Télérama*.

Wie aber einem Phänomen entkommen, das zu einem echten moralischen Im-

perativ geworden ist? Isabelle Quéval: „Man muss dünn, jung, schön und fit sein, um in Beziehungen und im Berufsleben erfolgreich zu sein. Es gibt einen hohen Druck, alle diese Standards zu erfüllen.“ Muss man fit sein, um geliebt zu werden? Das nimmt auch Lisa Rutledge an: „Heute werden sehr dünne Körper als ‚normal‘ angesehen“, sagt sie. Das Problem sei, dass wir in einer Gesellschaft leben, die ungesunde Ernährungsentscheidungen bewundert und beglückwünscht, wenn sie zum Beispiel



zu extremem Schlanksein führen.

Schlimmer ist für Rutledge, dass diejenigen, die dem sozialen Druck widerstehen, dünn zu sein, „clean“ zu essen, Muskeln aufbauen oder Gewicht verlieren zu wollen, oft mit Abwertung konfrontiert sind. „Ich denke, viele Leute sehen ihren Weg der Selbstoptimierung als eine frustrierende Entscheidung an“, sagt sie. „Wir sagen uns: ‚Ich leide darunter, meinen Körper unter Kontrolle zu behalten, also warum tust du es nicht?‘“ Für Rutledge steht außer Zweifel, dass die großen Gewinner der Entwicklung die beteiligten Industrien sind.

## SUPERFOOD, FITNESSSTUDIOS UND SCHLANKHEITSCREMES HABEN DEN „KÖRPERMARKT“ IMMER WEITER WACHSEN LASSEN.

Im Jahr 2015 setzte die Branche weltweit 3,72 Billionen US-Dollar um und wuchs allein zwischen 2013 und 2015 um 10,6 Prozent. „Medien und Kultur haben das stark beeinflusst“, fährt Rutledge fort. „Der Markt basiert auf einer Problemlösungslogik. Wenn es gelingt, etwa Cellulite zu einem Problem zu machen, das man bekämpfen muss, wird es einfach, eine Lösung in Form von Büchern, Kosmetik oder Dienstleistungen zu verkaufen.“

Inzwischen plädiert eine wachsende Zahl von Ernährungswissenschaftlern und Lebensmittelachleuten dafür, den Körper so zu akzeptieren, wie er ist, und Diäten, Einschränkungen und Ängsten im Zusammenhang mit Lebensmitteln ein Ende zu setzen. „Uns wird schon lange gesagt, dass wir uns selbst nicht trauen können und dass wir nicht auf unseren Appetit hören sollen“, sagt Rutledge. „Ich glaube, dass unser Körper weiß, was gut für ihn ist. Deshalb ermutige ich zu intuitivem Essen: Ich bringe

meinen Klienten bei, auf ihren Körper zu hören.“

Die in Montréal lebende Modelfotografin Julie Artacho inszenierte für unsere KollegInnen von L'itinéraire ein provokantes Titelbild (siehe unser Titelbild): „Meine Idee war es, zu zeigen, dass die Themen Nahrung und Körper uns alle betreffen, unabhängig von Alter und Hautfarbe. Diese Beziehung beginnt im Säuglingsalter und dauert ein Leben lang an.“



Camille Teste

# Wenn das Ostufer in Kiel ruft...



Text: Café Jerusalem; Fotos: Jens Meier - Seefischmarkt Kiel

...dann kann selbst das aus Neumünster stammende Café Jerusalem nicht widerstehen!

Bereits zum dritten Mal gab es dieses Aufeinandertreffen mit der Firma Wiese & Kruse vom Seefischmarkt Kiel, der am Ostufer im Stadtteil Wellingdorf beheimatet ist. Gegründet wurde das Unternehmen 1872 und ist damit eines der ältesten im Handelsregister der Landeshauptstadt. Doch der erste Kontakt liegt schon lange zurück. Während einer der für diesen Event bekannten Fischauktionen vor gut acht Jahren bemerkte Dirk Schrader, Geschäftsführer des Fischgroßhandels, dass er immer wieder Fisch an eine und die selbe Person versteigerte. Nach der Auktion nahm er Kontakt mit ihr auf und fragte nach, wo der ganze Fisch denn hingehen würde?

Damit war das „Geheimnis“ gelüftet, denn es war das Café Jerusalem, das dadurch seinen Gästen in sehr guter Qualität Frischfisch zu super günstigen Preisen zum Mittagstisch anbieten konnte.

Schnell wurden Dirk Schrader und sein Team von der Arbeit des Cafés berührt und er persönlich, aber auch die Firma einer der Wirtschafts-Unterstützer des Cafés. Einige Jahre bekam die Küche des Cafés regelmäßige Frischfisch-Spenden. Oft bis über 100 kg an einem Freitag. Das ging solange, bis sich der internationale Frischfischhandel und damit auch der Kieler-Frischfischmarkt deutlich verän-

derte und Strukturen und Bestellwege immer herausfordernder wurden. Heute erhalten wir diese Unterstützung immer wieder zu besonderen Anlässen oder wenn wir selbst bestellt haben.

An die große Fischversteigerung, die als Höhepunkt des Jubiläumsfestes zum 20-jährigen Bestehen des Cafés vor fünf Jahren hier in Neumünster auf dem Großflecken stattfand, können sich noch viele Freunde der Einrichtung gut erinnern (Die Ausgabe 128 berichtete ausführlich davon.). Bereits einige Monate vorher, während des gleichen Events am Ostufer in Kiel, wurde ein riesen Heringshai für die Gäste der Veranstaltung zu Gunsten des Cafés gegrillt (Nachzulesen in der 123. Ausgabe.).

Und dieses Jahr? Neben weißem Heilbutt, er gehört mit Abstand zu den hochwertigen Frischfischen, gab es Förde Garnelen (Die Firma aus Kiel stellt sich auf den Seiten 24/25 vor.), Knoblauchbrot und -kartoffeln mit selbstgemachter Soße frisch zubereitet für jeden, der es probieren wollte. Die Spende für den Probierteller ging zu 100% an das Café, ebenso wie der gesamte Erlös der letzten Fischauktion nebst allem Klein- und Wechselgeld. Zusammengekommen ist an diesem Tag ein stolzer Betrag von etwas mehr als 1.800,- €! Und wenn die Kosten der Firmen für den gegrillten Heilbutt und die 200 Förde Garnelen noch oben drauf gerechnet werden würde, dann ist es fast doppelt so viel.

Das Café war an diesem Tag mit vier Mit-

arbeitern und zwei seiner Arbeitsbereiche dort. Die Redaktion, die den Bereich der Öffentlichkeitsarbeit übernahm, und die Küche, die die Gaumenfreuden zubereitete. Bei einer derartigen Qualität fast ein Selbstgänger. Beeindruckend viele Gäste, die sich die Gelegenheit „Heilbutt“ nicht entgehen lassen wollten, kamen sogar noch einmal zurück, um die Qualität des Fisches und der Garnelen zu bestätigen.

Das besondere des ganzen Miteinanders ist die gewachsene Freundschaft! Und dies ist wohl auch der Grund, warum eine Einladung für „Das Ostufer ruft!“ in zwei Jahren, im Spätsommer 2022 schon ausgesprochen ist. Halten Sie also die Augen offen und seien Sie das nächste Mal dabei, wenn das Ostufer aus Kiel ruft!



Dirk Schrader preist einen sechs Kilo Lachs an.



**G. Momsen-Seligmann**  
IMMOBILIEN & VERWALTUNG

- Wohnimmobilien
- Gewerbeimmobilien
- GMS-Spanienimmobilien

Bei uns sind Sie an der richtigen Adresse.

**Wir sind für Sie da.**

Im Trauerfall, zur Vorsorgeberatung,  
zum persönlichen Gespräch.

**Telefon 04321 92770**

 **Johannes Selck**  
Bestattungsinstitut • Steinmetzbetrieb

Plöner Straße 108  
24536 Neumünster  
E-Mail [info@selck.de](mailto:info@selck.de)  
Internet [www.selck.de](http://www.selck.de)

**polimorf**

Strategisches Design  
für Identität & werbliche Kommunikation  
von Unternehmen, Personen und Städten

Drucksachen • Webdesign • Bildschirmpräsentationen  
Marc Simon 04321. 929936 [www.polimorf.de](http://www.polimorf.de)

**Rest- und Sonderposten  
Sparschwein**



Fehmamstr. 11  
24539 Neumünster

  
**BLECHNAPF**

Restaurant • Events • Feierlichkeiten

– Wir bieten auch vegetarische & vegane Speisen –

Gartenstraße 10 • Neumünster  
Telefon: 04321. 44 0 11  
[www.restaurant-blechnapf.de](http://www.restaurant-blechnapf.de)

# Jerusalämmer trifft...



Seit einiger Zeit schreiben wir immer wieder über die Arbeit, Redaktionen und Verkaufenden befreundeter und anderer Straßenmagazine. Unser Wunsch ist neben den vielfältigen Informationen auch ein Bewusstsein zu schaffen, dass es in sehr vielen unserer deutschen Städte Straßenmagazine gibt, die es Menschen ermöglichen, an einem Projekt der Hilfe zur Selbsthilfe teilzunehmen. Irgendwie fühlen „wir Redaktionen“ uns als eine große Familie, auch wenn sich die tägliche Arbeit fast nirgendwo gleicht.

In unserer kleinen Redaktion überlegen wir immer wieder, wie wir Sie als Leser einbinden können und freuen uns immer sehr, wenn wir ein Feedback erhalten! Die Rubrik „Unsere Kollegen“, die wir vor ein paar Jahren begonnen haben, entstand aus der Idee, Sie als Lesende gerade auf Reisen auf andere Magazine aufmerksam zu machen. Das ist auch einer der Gründe, warum wir über unsere – sei es die dt.-sprachigen oder auch die einmal jährlich stattfindenden internationalen Konferenzen - berichten. Denn wir sind schon echt viele!

In dieser Ausgabe wollen wir eine neue Rubrik starten und dies auch gleich für Sie als Lesende und vielleicht auch als Reisende öffnen. **Jerusalämmer trifft...!** haben wir sie genannt. Wir wollen unseren Gedanken weiter ausbauen und noch deutlicher zeigen, wie diese Straßenmagazin-Projekte - in der Tat - und dies ist durchaus auch wörtlich zu nehmen, Leben verändern. Vielleicht, so könnte jeder von uns denken ...noch ne gute Tat??? Aber wir haben festgestellt, dass es des öfteren das eigene Leben war, welches sich veränderte! Es werden vielleicht keine große Storys, aber die Wirkungen, die sie erreichen können, werden es sein können. Was ich konkret damit meine? Ich möchte Ihnen eine kleine Geschichte



Europas. „hus forbi“ dient der Förderung der Debatte über Obdachlose und deren soziale Ausgrenzung, die in der Regel nicht in den Medien besprochen wird. Es werden alltägliche Themen abgedruckt, aber auch politische Informationen sowie Geschichten von Betroffenen. „hus forbi“ wird zwölf Mal im Jahr veröffentlicht, hat eine Auflage von 85.000–90.000 Exemplaren pro Monat und ca. 500.000 Leser.

„hus forbi“ ist die unabhängige, landesweite dänische Zeitung, die von Menschen am Rande der Gesellschaft in Zusammenarbeit mit professionellen freiberuflichen Journalisten und Fotografen herausgegeben wird. Die Erstausgabe wurde am 28. August 1996 veröffentlicht; Anlass war die Wahl der Hauptstadt Kopenhagen zur Kulturstadt

Zweck des Projekts: Förderung der Debatte der Randgruppen und deren sozialer Ausgrenzung. Die Zeitung gibt den Betroffenen auch die Möglichkeit, ihr eigenes Geld zu verdienen und wieder auf die Beine zu kommen.

erzählen. Es ist nichts Weltbewegendes, aber es hat Leben verändert und nicht „nur“ (m)eines.

Auf dem Foto zu dieser neuen Rubrik ist Luna, eine der vielen Verkäuferinnen des dänischen Straßenmagazin „hus forbi“ neben mir zu sehen. Hus forbi, frei übersetzt: „Haus vorbei/keine Wohnung mehr...“, ist nicht nur eines der benachbarten Magazine, es ist auch eines, was sich dadurch abhebt, dass es in ganz Dänemark „nur“ ein Magazin gibt, welches seine Redaktion in Kopenhagen hat.

Luna verkauft vorwiegend in Kolding, Federika und einigen Teilen des Südens von Dänemark. Sie investiert einiges an Fahrgeld, um mit dem Magazin Teile ihres Lebens zu finanzieren. Ich sah sie in Stenderup, wenige Kilometer westlich von Kolding an einem Morgen, während ich in Dänemark in Urlaub war und Brötchen für's Frühstück besorgte. Seit einigen Jahren habe ich mir angewöhnt, überall dort, wo ich einen „fremden Verkaufenden“ begegne, ein Magazin abzukaufen und ein ermutigendes Gespräch „...wir sind eine Familie...“ zu führen. An diesem Morgen war ich nicht alleine unterwegs und hatte auch keines unserer Straßenmagazine dabei. So war klar, dass es zu einer weiteren Begegnung kommen müsste, wenn ich meinem Vorhaben treu bleiben wollte.

Es ist eine lange „Vorrede“ denn eigentlich beginnt die Geschichte der „Lebensveränderung“ erst jetzt. Ich sprang also mit den Worten „Ich bin gleich wieder da...“ aus dem Auto (glücklicherweise war ich der Fahrer...) und lief die paar Meter über den Parkplatz zu der Verkäuferin mit dem dänischen Straßenmagazin. Was ich nicht bedacht hatte, war, dass sie meine Aktion beobachtet hatte. Sie war ein wenig überrascht und sah mich mit großen - zugegeben - etwas erschrockenen Augen an. Einige Wortwechsel später veränderte sich ihr Gesicht in freudiges Lachen und eine Umarmung später hatten wir uns für den späten Vormittag an gleicher Stelle zum Klönschnack verabredet.

Zurück im Auto wurde ich mit den Worten: „Was war denn das?“ bereits erwartet. Da mein Mitfahrer die ganze Szene nur ohne Worte mitverfolgen konnte und natürlicher Weise nichts vom meinem „Kodex“ wusste, war er recht irritiert. Auf der Rückfahrt habe ich es ihm erzählt und bekam dann das Folgende zu hören. „Ich hatte die Frau gar nicht bemerkt. Noch nicht einmal, als du aus dem Wagen gesprungen bist. Erst als du auf sie zu bist und ihr Gesicht sich vom Erstaunen hin zum freundlichen Lauchen und dann mit Umarmung in Freude veränderte. Und eigentlich ist es auch nicht wichtig gewesen zu verstehen, denn als ich gesehen habe, wie sich die Frau in ihrem Gesicht veränderte und freute, habe ich mich gefragt, warum ich sie noch nicht einmal wahrgenommen habe?“ ...

Es waren nur Minuten. Und im ganzen ist es ein vielleicht sogar ein viel zu langer Zwei-Seiten-Beitrag geworden. Aber diese Begegnung hatte es in sich und hat Leben verändert. Nachhaltig sogar! Und darauf kommt es an.

Aufmerksam durch den Tag zu gehen und Beziehungen zu leben ist eine unser aller täglichen Herausforderungen. Diese Rubrik ist kein moralischer Wertekalender und wird auch nie eine Anleitung für eine besseres Miteinander in unserer Gesellschaft sein. Aber wir wollen, wie auch mit allen anderen Beiträgen des Straßenmagazins Mut machen, eine Blickrichtung wahrzunehmen, die auf den ersten Blick nicht gleich sichtbar ist. Und wir wollen Sie als Lesende mit hineinnehmen, Ihre Erlebnisse mit uns zu teilen. Gerne mit Namen, aber gerne auch, wenn Sie anonym bleiben wollen. Schreiben Sie uns, wo Sie mit wem über ein Straßenmagazin ins Gespräch gekommen sind. Gerne auch mit Foto, denn das motiviert jeden der Verkaufenden.

## Dänemark

Dänemark ist ein Land und souveräner Staat im nördlichen Europa und eine parlamentarische Monarchie. Dänemark wird zusammen mit den Färöern, die wie das Mutterland geographisch zu Nordeuropa gehören, und Grönland, das zu Nordamerika zählt, offiziell Königreich Dänemark genannt. Das Königreich Dänemark ist daher ein interkontinentaler Staat. Das Mutterland, der Teil zwischen der Skandinavischen Halbinsel und Mitteleuropa, umfasst eine Fläche von 43.094 km, wovon 23.872 km auf die Halbinsel Jütland und der Rest auf Inseln entfallen.

Dänemark ist eines der zwölf Gründungsmitglieder der 1949 gegründeten NATO und seit dem 1. Januar 1973 in der Europäischen Union (bzw. ihrer Vorgängerin EWG). Die autonomen Gebiete Grönland und die Färöer führen eigene Flaggen, haben eigene Amtssprachen und gehören zur NATO, jedoch nicht zur EU.

Die einzige Landgrenze hat Dänemark zu Deutschland. Im dortigen, ehemals dänischen Südschleswig lebt eine dänische Minderheit. Im 1866 bis 1920 zu Preußen gehörenden Nordschleswig gibt es eine deutsche Minderheit. Dort ist Deutsch anerkannte regionale Minderheitensprache gemäß der Europäischen Charta der Regional- oder Minderheitensprachen.

### ARBEITSLOSIGKEIT

Im 4. Quartal 2014 lag die Arbeitslosenquote bei durchschnittlich 6,4 %. Das war ein minimaler Rückgang von -0,1 % im Vergleich zum 3. Quartal, aber ein klarer Rückgang von -0,6 % gegenüber dem Vorjahreszeitraum. Die Jugendarbeitslosigkeit lag deutlich über diesem Niveau mit 11,2 % im 4. Quartal 2014 bzw. 13,3 % im entsprechenden Quartal 2013. Im Verlauf der Finanzkrise ab 2007 war die Zahl der Arbeitslosen angestiegen. Von einem europäischen Spitzenwert mit nur 3,4 % Arbeitslosen 2008 stieg die Quote 2011 auf 7,6 %. Seitdem hat sich die Beschäftigungssituation kontinuierlich verbessert. Bis Juni 2018 sank sie auf 5,0 %.

Quelle: Wikipedia, Stand 8. August 2019



Conny (Mitte) im Gespräch mit Tina Brunegard (Diakonin in Smyrna) und Andreas Böhm

# Conny - ein Leben mit Ausstrahlung

Als wir das Lebensmittelprojekt der Smyrna-Gemeinde besuchten, wurden wir schnell gefragt, ob wir Conny schon kennengelernt hätten? Nein? Dann müssten wir das unbedingt tun! Conny sei wichtig, ohne ihn wäre die Arbeit nicht die gleiche. Wegen ihm kämen viele Menschen mit dem Hilfsprojekt in Kontakt, wegen ihm würden sie sich überhaupt erst trauen, Hilfe zu suchen.

Conny, Sportjacke, strahlende blau-grüne Augen, ist seit etwa 3 Jahren hauptverantwortlicher Angestellter der Smyrna-Gemeinde in Göteborg für das „Food-Programm“. Mit Hilfe von Tina, einer der Diakoninnen der Gemeinde, ging es im Deutsch-Englisch-Schwedisch-Mix durch seine Lebensgeschichte.

Nein, er komme nicht aus einem christlichen Elternhaus. Zuhause sei vieles nicht gut gewesen. Heute würde man von einer dysfunktionalen Familie sprechen. Ein entsprechendes Leben habe er dann geführt. Mit 31 Jahren habe er Jesus kennengelernt und in sein Leben gelassen. Von da an sei es aufwärts gegangen. Er habe geheiratet, seine Frau

und er hätten zwei Söhne bekommen, er sei ein sehr engagierter Christ gewesen, habe in der Gemeinde mitgearbeitet. Alles sei über Jahre gut gewesen. Dann sei etwas passiert, was ihn aus der Bahn geworfen habe. Er habe begonnen, Kokain zu konsumieren. Danach sei alles bergab gegangen. Schließlich habe er alles verloren, auch die Ehe zerbrach. Er sei ganz tief abgestiegen in Drogen, Dunkelheit und Gefängnis. Er sei ganz unten gewesen. Aus dieser Zeit kennen ihn viele Menschen in Göteborg. Ein Teil seines Lebens spielte sich an öffentlichen Plätzen und in der Szene ab. Schließlich wollte er auch nicht mehr leben. Er wusste keinen Ausweg mehr. Zurück in seine Gemeinde wollte er auch nicht. Er schämte sich und hatte viel zu viel Angst. Er wohnte aber in der Nähe. Und schließlich, als er eigentlich Schluss machen wollte, erlebte er, wie er regelrecht in die Kirchengemeinde gezogen wurde. Es sei ein sehr, sehr starkes Gefühl gewesen, nicht im Kopf, sondern im Herzen. Er habe einfach hingehen müssen.

Hier begegnete er Jesus erneut - das war 2010. Er sei damals sehr kaputt gewesen.

Gott habe sein Leben Schritt für Schritt neu gemacht. Etwa zwei Jahre später startete das Suppenprogramm der Gemeinde einmal pro Woche. Conny wurde gefragt, ob er mitmachen wolle und war als ehrenamtlicher Mitarbeiter dabei. Viele Menschen kamen auch, weil sie ihn aus seinem Leben als Drogenabhängigen kannten und fühlten sich durch ihn und seinen Wandel angezogen.

Als das Projekt vor etwa 3 Jahren ausgebaut wurde, wurde Conny als hauptamtlicher Mitarbeiter angestellt. Seitdem arbeitet er hier mit ganzem Einsatz und weiß sich am richtigen Platz. Zudem unterstützt er eine befreundete Gemeinde zweimal in der Woche als Streetworker. Er bekämpft heute nicht nur den physischen Hunger der Mitmenschen nach Brot, sondern auch den seelischen nach Annahme, Vergebung und Sinn durch seine Begegnung mit Jesus und dem Weitersagen davon.

## ICH WERDE FÖRDERMITGLIED!

Herr  Frau  Firma

Name/Firma

Ansprechpartner (bei Unternehmen)

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

E-Mail

Eintritt ab dem  .  .

Mitgliedsbeitrag jährlich  €

(Mindestförderbeitrag 120 €/Jahr, das entspricht 10 €/Monat)

Sie erhalten automatisch eine Zuwendungsbescheinigung im ersten Quartal des Folgejahres. Sie können Ihre Mitgliedschaft jederzeit kündigen. Bei Kündigung vor Jahresablauf (Kalenderjahr) wird kein anteiliger Beitrag rückerstattet.

Ort, Datum

Unterschrift

### SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT:

Ich/wir ermächtige(n) Sie, Zahlungen von meinem/ unserem rückseitig genannten Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise(n) ich/wir mein/unser Kreditinstitut an, die vom oben genannten Café Jerusalem auf mein/unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich/wir kann/können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem/ unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

### HINWEIS:

Wenn das genannte Konto nicht die erforderliche Deckung aufweist, ist das kontoführende Kreditinstitut nicht zur Einlösung verpflichtet. Das Café Jerusalem behält sich vor, im Falle einer Rücklastschrift die durch das Kreditinstitut anfallenden Gebühren von bis zu 6 € von dem Kontoinhaber zurückzufordern.

### DATENSCHUTZHINWEIS:

Die Daten werden zur Vereinsverwaltung auf elektronischen Datenträgern während der Mitgliedschaft gespeichert.

### VEREINSSATZUNG:

Die vollständige Vereinssatzung finden Sie unter [www.cafe-jerusalem.org/satzung](http://www.cafe-jerusalem.org/satzung).

## BANKVERBINDUNG

### ZUR ERTEILUNG EINER EINZUGSERMÄCHTIGUNG UND EINES SEPA-LASTSCHRIFTMANDATS

Kontoinhaber

IBAN

BIC

Bank

Beitrag Fördermitgliedschaft Café Jerusalem

Verwendungszweck

Ich/wir habe/n das SEPA-Lastschriftmandat sowie die Hinweise unten zur Kenntnis genommen und erkläre/n mich/uns damit einverstanden.

Die Abbuchung erfolgt jährlich zu Beginn des Kalenderjahres. Bei Beginn der Fördermitgliedschaft während eines laufenden Jahres wird der anteilige Beitrag eingezogen.

Ort, Datum

Unterschrift des/der Verfügungsberechtigten

### DEN AUSGEFÜLLTEN MITGLIEDSCHAFTSANTRAG

### SENDEN SIE BITTE AN UNS ZURÜCK:

Café Jerusalem

Missionarische Sozialarbeit der Evangelischen Allianz Neumünster e.V.

Bahnhofsstraße 44 · 24534 Neumünster

Telefon 04321 41755 · E-Mail [info@cafe-jerusalem.org](mailto:info@cafe-jerusalem.org)

WERDEN SIE JETZT FÖRDERMITGLIED!  
[CAFE-JERUSALEM.ORG/FOERDERMITGLIED](http://CAFE-JERUSALEM.ORG/FOERDERMITGLIED)



# Förde Garnelen – tropische Garnelen aus nachhaltiger Zucht in Strande

Die Förde Garnelen ist ein in Schleswig-Holstein ansässiges Unternehmen, welches Garnelen der Art White Tiger (*Litopenaeus vannamei*) produziert und direkt vermarktet.

Die Produktion findet in einer geschlossenen Kreislaufanlage statt, welche mit Wasser aus der Ostsee auf dem Gelände des Klärwerks Bülk in Strande bei Kiel betrieben wird. Das Firmengelände wurde ursprünglich als Forschungsanlage des Instituts für Meereskunde, heute GEOMAR, genutzt und war danach Standort verschiedener privatwirtschaftlicher Unternehmen. Seit 2012 werden die Förde Garnelen produziert und seit 2015 auch kommerziell vertrieben. Aktuell werden ca. 5 Tonnen pro Jahr produziert. Eine Erweiterung der Produktionskapazität auf 50 Jahrestonnen soll noch in diesem Jahr beginnen.

Der Standort der Förde Garnelen bringt einige Vorteile mit sich. So kann die anfallende Wärme der Biogasanlage des Klärwerkes zur Aufheizung des Wassers auf tropische 29 – 30 °C genutzt werden. Die aus dem Kreislaufsystem herausgefilterten Stoffe werden im Ausgleich dem Klärwerk geliefert, das wiederum aus Klärschlamm Wärme und Strom erzeugt, der ins Netz eingespeist wird. Der realisierte Stoff- und Energiekreislauf ermöglicht eine umweltfreundliche und nachhaltige Produktion. Darüber hinaus werden keine Abwässer ungeklärt in die Umwelt eingeleitet. Eine Verschlechterung oder Beeinträchtigung der Umwelt kann somit nahezu ausgeschlossen werden.

Bei der Art White Tiger Garnele handelt es sich um eine ursprünglich in Mittel- bis Südamerika beheimatete tropische marine Garnele. Für den Besatz der Produktionsanlage werden zurzeit noch Larven aus den USA bezogen. Eine eigene Nachzucht wird angestrebt.

Innerhalb eines halben Jahres wachsen die Garnelen von einem Startgewicht von ca. 3 mg auf ein Marktgewicht von ca. 30 g. Die Garnelen werden mit extrudierten Futtermitteln gefüttert, die speziell auf die Garnelen maßgeschneidert sind. Diese beinhalten neben marinen Ressourcen bereits einen großen Anteil pflanzlicher Inhaltsstoffe.

Die Garnelen wachsen bei ganzjährig konstanten Bedingungen. Die Umweltparameter (wie z.B. Temperatur oder Salzgehalt) sind auf die Ansprüche der Garnelen optimiert. Es werden keine Medikamente verabreicht. Zudem ermöglicht das glasklare Wasser die Garnelen zu beobachten und durch gutes Management das artgerechte Verhalten der Tiere zu fördern.

Für die Vermarktung werden die Garnelen nach Bestelleingang bedarfsorientiert abgefischt, fachgerecht getötet und in einer eigenen Verarbeitung auf dem Gelände für den gekühlten Versand vorbereitet. Die Ware wird anschließend durch einen Expressversand in weniger als 24 Stunden deutschlandweit frisch, ohne den Einsatz von Zusatzstoffen, ausgeliefert. Was bis 12 Uhr bestellt wird, kommt am nächsten Tag bis 12 Uhr beim Kunden an.

Die Stärke der Förde Garnelen liegt in

ihrer Frische und Reinheit. So lässt sich das Produkt ohne Bedenken auch roh verzehren, z.B. als Tartar oder Sashimi. Dabei sticht besonders der milde nussige und leicht süßliche Geschmack hervor. Auch gebraten oder auf dem Grill können die Garnelen mit ihrem einzigartigen Aroma überzeugen und die Schalen eignen sich hervorragend für die Zubereitung eines Fonds.

Die Förde Garnelen beliefern drei Kundengruppen: Endkunden über einen Online-Shop ([www.foerde-garnelen.de](http://www.foerde-garnelen.de)), Gastronomie und den gehobenen Lebensmitteleinzelhandel.

Die Förde Garnelen stellen eine Alternative zur tiefgekühlt importierten Ware aus asiatischer oder südamerikanischer Herkunft dar. Neben der besonderen Qualität durch die fangfrische Vermarktung der Förde Garnelen sind die Regionalität und Nachhaltigkeit der Produktion ein wichtiges Kennzeichen. Es sollen Kunden angesprochen werden, die einen hohen Anspruch an die Frische und Qualität von Seafood haben. Gleichzeitig soll ein exotisches Produkt, welches regional und nachhaltig produziert wird, angeboten werden.

FÖRDE   
GARNELN



# Informationen für Neumünster

Marsch 2019  
für das Leben  
Berlin · 21.09.2019



Eine Anmeldung über Café Jerusalem ist möglich, wenn Sie mit dem Bus, der ab Neumünster von den Holstenhallen direkt nach Berlin fährt, mitfahren wollen. Dazu schreiben Sie einfach eine Mail an die Redaktion:

[redaktion@cafe-jerusalem.org](mailto:redaktion@cafe-jerusalem.org)

Nennen Sie einfach Ihren Namen, Ihre Telefonnummer und die Anzahl der mitfahrenden Personen und wir regeln die Kontaktaufnahme für Sie.

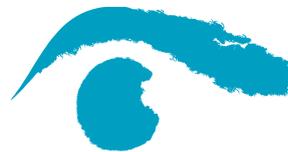
**Anmeldeschluss ist der 15. September 16:00 Uhr**

## 10. Kowsky Team- und Firmenlauf am 30.08.2019

Der anlässlich des 100jährigen Firmenjubiläums der Firma Kowsky 2010 entstandene Lauf feierte in diesem Jahr sein 10-jähriges Jubiläum. Grund genug, mit dem Café Jerusalem als Spendenempfänger ein gemeinsames Jubiläum zu feiern. Jörg Kowsky, der schon aus beruflichen Gründen seit Jahrzehnten für Bewegung sorgt, hatte eingeladen und wir waren gerne mit dabei. Als Spendenempfänger, mit einem Laufteam und einem großen Infostand waren wir dabei. Da der Drucktermin vor der Veranstaltung lag, berichten wir ausführlicher in der Oktoberausgabe darüber.



**neumann**  
[www.heizungsbau-neumann.com](http://www.heizungsbau-neumann.com)

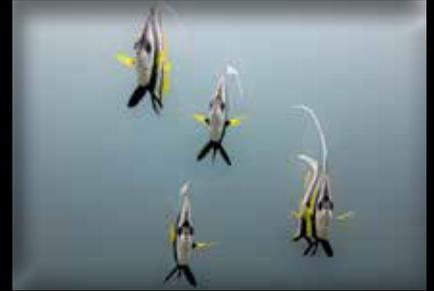


Heike Wagner  
**präsent**



# Kalenderaktion 2020 - Greifen Sie zu!

Es sind nicht mehr viele vorhanden und einen Nachdruck können wir aus finanziellen Gründen nicht realisieren.



Es gilt sie zu bewahren - die Tiere des Meeres u.v.a.m.! Wir sind sehr froh, Ihnen für das Jahr 2020 wieder eine ganz eindrucksvolle Ausgabe unserer nun schon im sechsten Jahr aufgelegten Kalender anbieten zu dürfen. In Zusammenarbeit mit der Tauchervereinigung "SDA" -wir berichteten im Straßenmagazin darüber- zeigen wir Lebewesen der Unterwasserwelt einer Exkursion, die im Spätsommer 2018 vor der Küste Tansanias von unseren Freunden aus Kiel unternommen wurde. Viele von uns werden diese Orte und Tiefen nie sehen, und deshalb lohnt es sich ganz besonders, diese Kalender über Ihren Verkaufenden zu beziehen. Oder Sie wenden sich direkt an die Redaktion, wir senden Ihnen die Kalender gegen die üblichen Gebühren auch nach Hause. Informationen dazu finden Sie auf Seite "2".

# Marsch **2019** für das **Leben**

Berlin · 21.09.2019



**Glückskind!**

**Für das Leben. Für die Fakten. 9 von 10 Kindern mit der Diagnose Down-Syndrom werden abgetrieben.**