

Z

I

V

O

S

## Zeitschrift für Integration und Vielfalt in Osnabrück

### Porträt

Kunst steht über Nationalitäten und Religionen - Alexander Zaretsky  
Seite 1-2

### Wir alle sind Osnabrück

KUKUK: Kultur wichtig für das Leben  
Seite 2

Querbeet – Umweltbildung und innovative Flüchtlingsintegration  
Seite 3

DaZ-Klasse am Gymnasium Carolinum  
Seite 4

Lale-Kurs  
Seite 5

Polnische Gesellschaft PATRIA e.V. – wer wir sind  
Seite 6

Projekt „Ein Fahrrad für Fatta“  
Seite 7

### Selbstständige Migrantinnen

Alina Shvartsman: Physiotherapeutin und Gründerin des Sportvereins „Flying Dragons“.  
Seite 4

### Feste und Bräuche

Mondfest oder Mitterherbstfest  
Seite 7-8

### Rezept

Hack-Feta-Sonne  
Seite 8

*Liebe Leserin, lieber Leser,*

wenn wir an diesen Sommer denken, fallen einigen von uns neben dem feuchten Wetter und den genossenen Urlaubsfreuden sicher auch die terroristischen Anschläge ein, die auf viele Menschen verübt wurden. Die Tageszeitungen überschlagen sich mit negativen Meldungen. Umso wichtiger ist es meiner Meinung nach, von Zwischenmenschlichkeit und dem Engagement für andere Menschen zu berichten. Lesen Sie in dieser Ausgabe beispielsweise über das Projekt „Querbeet“, durch das sich Flüchtlinge und Alt-Osnabrücker als Gartennachbarn näher kennenlernen. Oder über Boubacar Sokona, der sich mit seinem Projekt „Ein Fahrrad für Fatta“ für Kinder mit Migrationshintergrund einsetzt.

Viel Freude beim Lesen wünscht Ihnen

*Ihre Barbara Behnen*

### Kunst steht über Nationalitäten und Religionen - Alexander Zaretsky

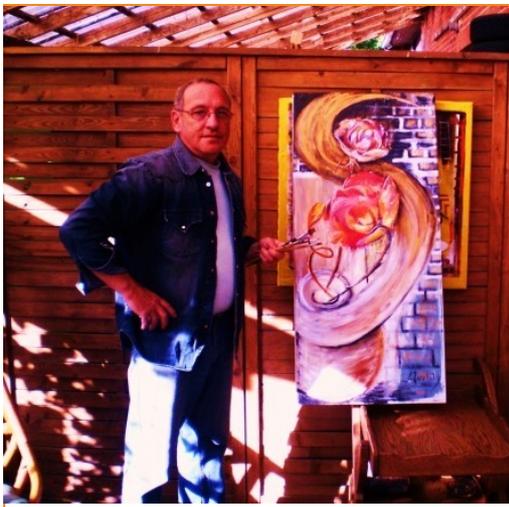
Sein Wunsch nach Freiheit ist wohl ausschlaggebend für Alexander Zaretskys unermüdliche Reise, seine nicht enden wollende Suche nach künstlerischen Ausdrucksformen und deren Umsetzung. Alexander Zaretsky ist ein Künstler durch und durch, ein Multitalent, ein Unruhestifter, der auch mit 65 Jahren noch lange nicht am Ziel ist. „Und wenn ich fertig bin mit einem Werk, sehe ich es mir an und denke, es ist gut. Eine Woche später sehe ich es mir wieder an und denke, jetzt weiß ich, was ich besser machen könnte. Solange ich selbst noch Kritik verspüre, weiß ich, dass ich nicht am Ziel bin.“

Und so treibt es ihn aufs Neue an. Und im gleichen Atemzug verkündet er: „Ich habe noch soviel vor, noch so viele Ideen, hoffentlich habe ich noch genügend Zeit dafür!“ Und fast mahnend fügt er an: „Du darfst nicht aufhören, dich für etwas zu interessieren!“

Alexander Zaretskys künstlerische Ausbildung beginnt schon im frühen Kindesalter. Seine Eltern sind Musiker, sein Vater ist Regisseur am Kreistheater

Krasnojarsk. Umgeben von Schauspielern und Musikern entwickelt der Junge früh seine Leidenschaft zur Musik, insbesondere zum jüdischen Gesang. Zaretsky erlernt das Gitarrenspiel. Später folgen Geige, Piano, verschiedene Gitarren und nicht zuletzt das Akkordeon.





europäische Kultur und die Möglichkeiten in Deutschland haben mich schon immer fasziniert. Ich liebe den Impressionismus. Ich liebe es, die Farben frei wählen zu können. In Israel herrschen komplizierte Strukturen vor, die nicht geändert werden dürfen. In Russland hat das System viele Verbote ausgesprochen. Ich habe nach Möglichkeiten gesucht, meine musikalischen und künstlerischen Talente verwirklichen und in größerem Rahmen präsentieren zu können.“

Die jüdische Gemeinde mit ihrem Theater bietet ihm schließlich Gelegenheit dazu. Zaretsky beschäftigt sich intensiv mit der Schauspielerei, der Malerei und der Musik. Die Auftritte der Theatergruppe finden in Gesamtdeutschland Gehör und Aufmerksamkeit. 2015 gewinnt die Gruppe sogar in Düsseldorf das Volkstheater-Festival.

„Nebenbei“ veranstaltet Zaretsky eigene Musikkonzerte in Berlin, Münster, Hannover und Osnabrück. Schreibt Weihnachtsmärchen für russische Kinder, die alljährlich im Kasinopark in GMHütte vor ausverkauftem Haus aufgeführt werden. Auch bildet er in einer eigenen Musikschule in der jüdischen Gemeinde Kinder und Jugendliche musikalisch aus. Er organisiert Konzertreisen mit Volksmusik aus unterschiedlichen Nationen und hat mittlerweile Angebote

für Auftritte in verschiedenen deutschen Städten.

„Mir ist es wichtig, dass die jungen Menschen ihre Kultur und Traditionen kennen lernen. Dass sich Talente entwickeln auch ohne professionelle Ausbildung, vielleicht sogar, dass meine Arbeit als Sprungbrett für weitere künstlerische Ziele dienen kann“, so Zaretsky.

„Herr Zaretsky, wie schaffen Sie das alles? Sie sind auch immer noch berufstätig...!“ Zaretsky wirft seiner Frau einen liebevollen Blick zu, umarmt sie und lacht, „Ludmilla, ist mein Ruhepol, sie ist meine Muse. Sie teilt meine Leidenschaft, schauspielert selbst, näht die Kostüme.... Wir schaffen es gemeinsam. Und wir haben noch sehr viele Pläne.“

Ein nicht minder ehrgeiziges Ziel ist sein Orchester mit Erwachsenen, für das er dringend Verstärkung sucht. Wer also Lust hat, sich musikalisch zu beteiligen, ist hiermit gerne eingeladen. Bei Interesse bitte eine Mail an unsere Redaktion.

\*Anm. der Redaktion: Unter „Barde“ versteht man im deutschsprachigen Raum Dichter und Sänger des keltischen Kulturkreises.

Sabine Witt und Tatiana Kudrinskaya

Dennoch beschließt Zaretsky zunächst beruflich andere Wege einzuschlagen und studiert Bauingenieurwesen. Nebenher beschäftigt er sich aber weiter mit Kunst und Musik.

Anfang der 90er Jahre verlässt Zaretsky zusammen mit seiner Familie Russland und zieht nach Israel. Viele musikalische Impulse stürmen auf ihn ein, er erlebt trotz seiner Tätigkeit als Bauingenieur eine intensive künstlerische Weiterbildung. Als Teilnehmer an internationalen Musikfestivals gewinnt er zweimal den Hauptpreis und wird als „Barde“ gefeiert.

Viele seiner selbst komponierten Lieder singt man auch heute noch in Israel.

2008 schlägt es Alexander und seine Frau Ludmilla schließlich nach Deutschland. Warum gerade Deutschland? „Die

Schon mal etwas von KUKUK gehört? KUKUK, das ist eine „Kunst-und-Kultur-Unterstützungskarte“ für die Region Osnabrück. Menschen mit wenig Einkommen können mit dieser Karte Kulturveranstaltungen für jeweils 1 Euro (Kinder bis 14 Jahre für 50 Cent) besuchen. Ausgegeben wird die KUKUK seit dem 1. Februar 2013 vom Verein „Kultur für Alle Osnabrück“ (KAOS e.V.). Der Vorsitzende des Vereins, Max Ceolek, kommt nach seinen Worten selbst aus einem Elternhaus, in dem nie Geld für Kunst da war. „Ich hab` aber gemerkt, wie wichtig Kultur für das Leben ist und wie viel Kraft in Musik, Kunst und Theater steckt“, erklärt er. Deshalb habe er den Verein ins Leben gerufen. Mittlerweile machen 67 Kulturveranstalter bei der KUKUK mit, beispielsweise das Theater

## KUKUK: Kultur wichtig für das Leben



Osnabrück, die Lagerhalle und das Lutherhaus. Seit Anfang des Jahres können auch Bewohner des Landkreises die KUKUK bekommen. Die Karte ist erhältlich für Menschen, die  
-Arbeitslosengeld II  
-Grundsicherung im Alter und bei Er-

werbsminderung nach SGB XII  
-Wohngeld  
-Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz bekommen, oder für Menschen, die  
-einen Osnabrück-Pass  
-oder einen vergleichbaren Ausweis einer Gemeinde im Landkreis besitzen.

Die KUKUK-Karte wird im Büro des KAOS e.V., Große Gildewart 35, 49074 Osnabrück oder in den jeweiligen Familienservicecentern des Landkreises ausgestellt.

Ein Berechtigungsnachweis (Leistungsbescheid, Osnabrück-Pass oder ähnliches) sowie der Personalausweis sind mitzubringen. Unter [www.kukuk.de](http://www.kukuk.de) können eine Liste aller Kulturveranstalter, die die KUKUK akzeptieren sowie tagesaktuelle Veranstaltungstipps eingesehen werden.

**Kontakt: 0541/ 76 07 91 12**

Barbara Behnen

## Querbeet – Umweltbildung und innovative Flüchtlingsintegration

Die Gartenarbeit ist Syren nicht fremd. In Syrien hat fast jeder einen Garten, und man kann das ganze Jahr über ernten. Für viele ist ein Garten lebensnotwendig, weil die Versorgung mit Lebensmitteln in den Kriegszeiten nicht gesichert ist. Nun haben Geflüchtete auch in Osnabrück die Möglichkeit zu gärtnern. Seit dem Frühjahr 2016 bewirtschaften fünf Flüchtlingsfamilien Schrebergärten in den Kleingartenvereinen „Deutsche Scholle“ und „Kleingartenverein Süd“. Das ist möglich geworden durch das Projekt „Querbeet“. Das Projekt hat zum Ziel, in mehrfacher Hinsicht ein Zeichen zu setzen. Die Flüchtlinge sollen in der grünen Umgebung des

giert sich nicht nur in fernen Kriegs- und Katastrophengebieten für eine bessere Welt sondern weiß um die Aufgabe vor Ort. TdH vertraut auf die allmähliche Annäherung von Menschen, wenn sie nur die Gelegenheit haben, Zeit miteinander zu verbringen und dabei Spaß zu haben. Der Gartennachbar nebenan, mit dem man dann Kaffee trinkt, wird nach und nach zum Freund. Das Projekt wird durch die Deutsche Bundesstiftung Umwelt (DBU) gefördert. Sie bezahlt zwei Jahre die Pacht für die Schrebergärten. Dabei setzt sie sich auch für den Schutz der Umwelt ein, indem sie den Familien nahe legt, die Gärten ökologisch – also chemiefrei – zu bewirtschaften.

gliedern und anderen Osnabrückern. Den persönlichen Kontakt zu den Familien hält Farina Schubert, Sozialpädagogin bei Outlaw-gGmbH. Sie betreut die Familien und ist Ansprechpartnerin für alle Fragen rund um das Projekt. Eine weitere Hilfestellung für das Gelingen des Unternehmens wird durch die Hochschule gegeben. Sie trägt Informationen über das Projekt zusammen und wertet sie aus, um die Integrationsprozesse unter den Flüchtlingen und in der Gesellschaft zu verstehen und zu verbessern.

Und wer sind die „Neugärtner“? Eine der Familien, die einen Schrebergarten bewirtschaften, ist die von Said Al Zazour. Er ist mit seiner Frau Roula und den drei Kindern vor einigen Jahren aus Syrien geflohen. Bei ihnen zu Gast in der Wohnung in Osnabrück erzählt mir Roula mit glänzenden Augen von der Bedeutung des Gartens für die Familie. Er ist ein Ort, wo die jungen Kinder der Familie an der frischen Luft spielen können und wo sie sicher sind. Dort können sich auch viele Menschen treffen und gesellig beisammen sein – viel mehr als in der Wohnung! Was sie anpflanzen? Die neuen Wörter auf Deutsch kommen etwas stockend. Gut, dass der Sohn Ahmad schon zur Grundschule geht und seine Mutter sprachlich unterstützen kann. Kartoffeln... Tomaten... Minze... Gurken... Paprika... Bohnen... Bäume... zwei Apfelbäume und ein Kirschbaum. Vielleicht kann man sogar im nächsten Jahr Obst ernten. Und wieder sieht man die Freude und das Glück im strahlenden Gesicht dieser jungen Frau. Ob man mit den Gartennachbarn Kontakt hat? Aber ja. Man trinke oft Kaffee zusammen. Die Deutschen „viel helfen. Für uns sehr nett.“

Und was bedeutet es, in Deutschland in Sicherheit zu sein? Sehr viel. Die Nachrichten aus Syrien sind Besorgnis erregend. Seit sechs Jahren gibt es für Roulas Familie in der Nähe von Damaskus keinen Strom. Handys werden mit einer Autobatterie für ein paar Stunden aufgeladen, und Wasser wird in Eimern geholt. Der Alltag ist durch Explosionen geprägt. Man muss jeden Tag und jede Nacht Angst vor einstürzenden Gebäuden haben. Traurige Erinnerungen kommen hoch und werfen einen schwarzen Schatten über unsere Runde. Wir denken an die Menschen in Syrien und anderswo in Kriegsgebieten. Dann kehren wir zum Hier und Jetzt zurück. Wir machen ein Foto. Ich bekomme eine Einladung zum Kaffeetrinken im Garten.

Jane Vernon



Die Kleingartenvereine „Deutsche Scholle“ und „Kleingartenverein-Süd“ haben den Flüchtlingen Gärten bereit gestellt. In den Schrebergartenvereinen gärtnern schon lange viele verschiedene Nationen. Der Vorsitzende der „Deutschen Scholle“ will auch nicht von „Flüchtlingen“ sprechen. „Es gibt Gärtner und Neugärtner“, ist die Meinung von Emil Zuleia. Die Kleingartenvereine sorgen dafür, dass der Weg für das Projekt durch eine vergünstigte Mitgliedschaft geebnet wird. Sachspenden für die Gärten kommen von den Vereinsmit-

### **Eine sachliche Bezeichnung für ein Projekt mit Herz und Potenzial**

Gartens etwas Glück und Erholung finden und ihre neue deutsche Lebenskultur kennenlernen - aber ebenso sollen die „Einheimischen“ durch Kontakte zu ihnen ihren Blickwinkel erweitern. Terre des Hommes als Initiator des Projekts enga-

## Alina Shvartsman: Physiotherapeutin und Gründerin des Sportvereins „Flying Dragons“.



In dieser Serie stellen wir Ihnen Migranten vor, die sich beruflich selbstständig gemacht haben. Dieses Mal porträtieren wir Alina Shvartsman. Sie arbeitet als Physiotherapeutin und ist Gründerin und Vorsitzende des Sportvereins „Flying Dragons“.

Alina stammt gebürtig aus Usbekistan. 2002 kam sie als „Kontingentflüchtling“\* über die jüdische Gemeinde mit ihrem Mann und ihrer damals kleinen Tochter nach Deutschland.

Alina hatte Buchhalterin gelernt und in ihrem Beruf gearbeitet. Sie war in Usbekistan als Trainerin im Kampfsport aktiv und hatte sich dort bereits mit Massage und chinesischer Medizin (Akupunktur) beschäftigt.

Neu angekommen in Deutschland lernte die Usbekerin intensiv Deutsch. 2005 holte sie ihr Fachabitur in der Volkshochschule nach und gründete parallel dazu den Verein „Flying Dragons“, wo sie den Kampfsport Wushu / Kung-Fu lehrte. Neben dem Kampfsport sind auch andere Sportarten wie das Boxen und kostenlose Angebote wie die „Rückenschule für Frauen“ im Programm. Der Verein wird unterstützt durch „Integration durch Sport“, einem Projekt des Deutschen Olympischen Sportbundes.

2006 begann Alina ihre dreijährige Ausbildung zur Physiotherapeutin. Nach ihrem Abschluss arbeitete sie die ersten Jahre überwiegend als Honorarkraft in verschiedenen Praxen, wo sie viele Erfahrungen sammeln konnte. 2013 gründete Alina mit einem erfahrenen Kollegen aus Kasachstan ihre eigene Praxis „Therapiezentrum am Gretescher Weg“ in Schinkel-Ost.

Alina liebt ihren Beruf mitsamt seinen Herausforderungen. Aus diesem Grund hat sie 2015 eine 5 Jahre dauernde Ausbildung zur Osteopathin begonnen.

Welchen guten Rat würde Alina Neuzugewanderten, die beruflich Fuß fassen wollen, aus ihrer Erfahrung heraus geben? „Ich würde auf keinen Fall auf

Freunde und Bekannte hören, sondern mich selbst an der richtigen Quelle informieren. Absagen gehören dazu. Man sollte nicht sofort aufgeben, sondern es auf eine andere Art und Weise erneut probieren und überlegen, woran es gelegen haben könnte. Das Wichtigste ist zu wissen, was man will und den Mut zu haben, zu beginnen!“

Vielen Dank für das nette Gespräch! Wir wünschen Frau Shvartsman für ihre berufliche und private Zukunft alles Gute und weiterhin viel Erfolg!

\*Anmerkung d. Redaktion: Kontingentflüchtlinge sind Flüchtlinge aus Krisenregionen, die im Rahmen internationaler humanitärer Hilfsaktionen in einer festgelegten Anzahl (Kontingente) aufgenommen werden.

Johanna Karapinar



## DaZ-Klasse am Gymnasium Carolinum

Zur Zeit sind über 60 Millionen Menschen auf der Flucht. Viele von ihnen finden den Weg über verschiedene Routen nach Deutschland – und auch wenn ein Großteil dieser Bewegung junge Männer darstellen, finden sich darunter auch zahlreiche Jugendliche und Kinder. Um diesen Bildung zu ermöglichen, wurden an verschiedenen Schulen in Osnabrück und im Landkreis DaZ(=Deutsch als Zweitsprache) Klassen eingerichtet. Dafür gibt es mindestens eine speziell ausgebildete Lehrerin für das Fach Deutsch; die restlichen Fächer werden jedoch von qualifizierten Fachlehrern, die auch sonst an der Schule angestellt sind, übernommen. Wie der Name schon verrät, wird in diesen Unterrichtsklassen der Schwerpunkt auf das Erlernen der deutschen

Sprache gelegt. Die DaZ-Klassen sollen trotzdem nur als „Zwischenstufe“ der Integration fungieren, und es soll versucht werden, mit den anderen Klassen auf einem Niveau zu bleiben. Eine solche Klasse wurde auch an dem Gymnasium Carolinum Osnabrück gegründet. Aber: Wie finden sich die Schüler an deutschen Schulen und mit deren Schulsystem zu recht?

Houssein ist sechzehn und aus Syrien geflohen. Er hat sich zum Interview bereit erklärt und enthusiastisch alle Fragen beantwortet. Er entschuldigte sich im Voraus für seine Probleme, die er in Deutsch habe – die fielen jedoch kaum auf, da er erstaunlich schnell die Sprache erlernt hat.

Auf die Frage, ob ihm das Caro gefalle, reagierte er sofort positiv: „Ja, ich mag das Caro! Deutsche Schule ist gut.“ Die Deutsche Schule sei besser als die in seinem Heimatland, fügte er noch hinzu. Er möge Sport, Mathe und Englisch, auch wenn er Probleme in den zuletzt genannten Fächern habe: „Ich bin einfach nicht so gut in Mathe und Englisch.“ Aber wirkliche Lieblingsfächer habe er gar nicht: „Eigentlich mag ich aber alle Fächer!“, lachte er laut. Perfekte Voraussetzung für seine weitere Schulbildung, da diese Motivation oft bei den Schülern, die den regulären Unterricht besuchen, fehlt.

Stefan Leer

## Lale-Kurs

Von Januar bis Mai diesen Jahres habe ich in Osnabrück den ersten Lale- Kurs in der Mevlana Moschee durchgeführt. Was sind Lale-Kurse? Lale ist ein speziell entwickeltes Angebot für Familien mit Migrationshintergrund: Professionell geschulte Trainer/innen geben Tipps, wie sie sich gesund und fit halten können. Die Kosten werden größtenteils von der Krankenkasse übernommen.

Themen gesunder Ernährung standen im Mittelpunkt des von mir durchgeführten Kurses. Die Kursstunden fanden sowohl in deutscher als auch in arabischer Sprache statt. Der Kurs ist so aufgebaut, dass in jeder Einheit ein oder zwei Lebensmittelgruppen intensiv besprochen werden, z.B. Getränke und Süßigkeiten oder Milchprodukte und Getreideerzeugnisse.

Die große Vielfalt beispielsweise an Milchprodukten wie Kefir, Dickmilch, Quark, Schmand, saure Sahne usw. kannten viele der Kursteilnehmerinnen nicht. In ihren Heimatländern gibt es nicht so viele unterschiedliche Produkte. Ich habe den Frauen die Unsicherheit genommen, welches davon helal (=islamisch erlaubt) und welches haram (= islamisch nicht erlaubt) ist. Des Weiteren lernten die Teilnehmer die deutschen Namen der Produkte kennen. Sehr überrascht waren sie darüber, dass z.B. nicht alle Sorten von Fruchtjoghurt helal sind. „Oh weh, Gott weiß allein, wieviel Schweine ich- ohne es zu wissen- schon gegessen habe!!“ bemerkte eine Frau aus der Gruppe.

Anhand der Ernährungspyramide der deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) habe ich den Teilnehmern anschaulich erklärt, was und wie viel täglich gegessen werden sollte. Die Frauen arbeiteten begeistert und interessiert mit, so dass viele wichtige Punkte gefragt und beantwortet werden konnten. Gemeinsam übten wir anschließend anhand von leeren Lebensmitteldosen, worauf man beim Einkauf achten sollte. In einer weiteren Einheit waren Fette und Öle ein Thema. Beim Thema Getreide und Brot wunderten sich die Teilnehmer, dass nicht jedes Brot helal ist. Sie lernten, worauf zu achten ist. In dieser Stunde gab es auch ein Probepäckchen mit Gerste und Gersteflocken. Die Flocken und auch die Gerste zum Kochen kamen sehr gut an, sowohl geschmacklich als auch von ihrer Körnigkeit her. Einige Frauen gaben sogar die Rückmeldung, dass sie sie in Zukunft immer wieder kaufen wollten- trotz des Vollkorns.

Wir sprachen auch über das Naschen und den Umgang mit Süßigkeiten im Alltag. Die Frauen arbeiteten sehr gut mit, waren sehr wissbegierig und setzten das Gelernte in ihren Alltag um. Eine der Teilnehmerinnen berichtete schmunzelnd, dass ihr kleiner Sohn sie gebeten habe, nicht weiter zum Nahrungskurs zu gehen, weil es jetzt nur noch gesunde Sachen zu Hause gebe....und er die anderen Sachen doch viel lieber esse...



**Die Kursteilnehmer lernen nicht nur eine große Vielfalt an gesunden Lebensmitteln kennen, sondern machen auch körperliche Übungen, um sich fit zu halten.**

In der neunten und zehnten Kurseinheit wurde das Gelernte praktisch umgesetzt und gemeinsam gekocht. Wir bereiteten landestypische Gerichte zu und tauschten praktische Tipps aus. In diesem Kurs lernte jeder von jedem!

Selbst ich- als Kursleiterin- habe viel erfahren und vor allem Freude an diesem Kurs gehabt.

Bei Interesse informiere ich Sie gerne kostenlos detailliert über Inhalt und Ablauf des Kurses. Auf Wunsch komme ich zu Ihnen. Bei einer Gruppe von bis zu 12 Personen können wir sofort einen Kurs in Ihrer Moschee oder in anderen vorhandenen Räumen starten.

Der Lale-Kurs kann auf Wunsch in Deutsch, Türkisch, Arabisch und Russisch angeboten werden.

Schreiben Sie mir:

[eb.karapinar@gmx.de](mailto:eb.karapinar@gmx.de)

staatl. geprüfte Diätassistentin

Johanna Karapinar

**Ich freue mich auf Sie!**



**Die Teilnehmerinnen bereiten einen frischen Obstsalat zu.**

# Polskie Stowarzyszenie

Strona w przebudowie.  
**PRZEPRASZAMY**

# patRIA

[www.pl-patria.de](http://www.pl-patria.de)

## Polnische Gesellschaft

Dazu zählen unter anderem das Fest der Kulturen und die Begrüßung der neuen Bürger der Stadt Osnabrück. Wir arbeiten auch mit dem Seniorenheim „Haus Dorette“ zusammen. Unsere Kinder überbringen den Bewohnern regelmäßig Weihnachts- und Ostergrüße und treten dort bei Veranstaltungen auf.

Unser Andreasfest am 30. November ist für viele Polen von großer Bedeutung. Man erhofft sich an diesem Tag, gute Prophezeiungen für das nächste Jahr zu bekommen. Zum Unabhängigkeitstag Po-

Die Polnische Gesellschaft PATRIA e.V. gibt es in Osnabrück seit 1997. Unser Hauptziel ist die Integration der Polinnen und Polen, die in Osnabrück und Umgebung wohnen, die Pflege der polnischen Sprache und der polnischen Kultur, sowie deren Vertretung und Präsentation unter Osnabrücker Bürgern. In unseren Reihen findet man Vertreter mehrerer Generationen, und für alle haben wir ein großes Angebot an verschiedenen Aktivitäten. Ein wichtiger Schwerpunkt für uns ist die Kindererziehung. Die Kinder sollen die polnische Sprache und die Bräuche kennenlernen. Außerdem fördern wir das Zusammenleben mit anderen Nationalitäten, die in Osnabrück beheimatet sind.

Unsere Kindertanzgruppe tritt bei vielen polnischen aber auch deutschen Veranstaltungen auf.

lens am 11. November veranstalten wir ein klassisches Konzert unter Beteiligung von Künstlern aus dem Theater Osnabrück.

Jedes Jahr in der Adventszeit findet für ca. 150 polnische Kinder und deren Familien ein Treffen mit dem Nikolaus statt. Ein regelmäßiges Ereignis ist auch der Karneval, der separat für Kinder und für Erwachsene stattfindet. Auch andere Veranstaltungen wie Valentinstag, Frauentag und Muttertag sind sehr beliebt und werden sowohl mit alter als auch mit moderner polnischer Musik begleitet.

Wir machen viele Ausflüge mit den Mitgliedern und besuchen auch entfernte Sehenswürdigkeiten Deutschlands.

Bei unseren monatlichen Treffen kochen wir oft zusammen mit den Kindern polnische Nationalgerichte wie Pierogi, Bigos oder Zurek.



Fest der Kulturen 2015

Seit sieben Jahren organisieren wir außerdem ein 3-tägiges Zeltlager am Dümmer See.

All das ist möglich dank sehr vieler engagierter Personen mit großer Erfahrung und Leidenschaft, ohne sie wäre die ganze Vielfalt an Aktivitäten nicht machbar.

Weitere Informationen:

Tel. 05404/ 8998490

E-Mail: [pl-patria@pl-patria.de](mailto:pl-patria@pl-patria.de)

Homepage: [www.pl-patria.de](http://www.pl-patria.de)

Jolanta Lemanska



Fest der Kulturen 2015

### Impressum:

Herausgeber: Initiative ZIVOS



Redaktion: Barbara Behnen, Sabine Witt

Layout: Tatiana Kudrinskaya

Kontakt: [redaktion.zivos@osnanet.de](mailto:redaktion.zivos@osnanet.de)

Homepage: [www.zivos-zeitschrift.de](http://www.zivos-zeitschrift.de)

Individual.Druck

Pferdestraße 17 - 49084 Osnabrück



Gefördert durch  
die Stadt Osnabrück,  
Fachdienst Integration

## Projekt „Ein Fahrrad für Fatta“

Am Samstag, den 13. August führte Boubacar Sokona zusammen mit Regine Ober und vielen weiteren Helfern eine Schulung für Kinder durch, bei der sie Radfahren und richtiges Verhalten im Straßenverkehr lernen konnten. Bereits 2015 hatte Sokona das Projekt „Ein Fahrrad für Fatta“ ins Leben gerufen. Viele Flüchtlingskinder und Kinder mit Migrationshintergrund hatten damals auf dem Schulhof der Teutoburger Schule das Radfahren gelernt. „Radfahren ist ein wichtiger Teil von Integration, sei es, um zur Schule zu fahren oder um etwas mit Freunden unternehmen zu können“, ist Boubacar Sokona überzeugt. Die Idee zu diesem Projekt kam ihm durch seine Tochter Fatta. „Papa, ich will Fahrrad fahren“, habe die damals Dreijährige sich gewünscht. Sokona, der selbst seit vierzehn Jahren nicht mehr auf einem Rad gesessen hat, fragte sich, wie er ihr das Radfahren und die Verkehrsregeln beibringen solle. In Mali, wo er geboren ist, seien die Straßen überfüllt und teilweise unbefestigt, und es gebe nicht die gleichen Verkehrsvorschriften wie hier. Boubacar Sokona entschloss sich, nicht nur seiner Tochter sondern auch anderen Kindern mit Migrationshintergrund in Osnabrück die Möglichkeit zu geben, Rad zu fahren. Bei der diesjährigen Aktion flitzten rund zwanzig Kinder im Alter

zwischen drei und zwölf Jahren auf dem Schulhof der Altstädter Grundschule mit Rollern um einen „Hütchenparcours“. Der Parcours war Teil eines Gleichgewichtstrai-



nings, das Jürgen Mertens von der Verkehrswacht Georgsmarienhütte e.V. mit ihnen durchführte. Nachdem die Kinder die Strecke mit dem Roller gemeistert hatten, fuhren sie mit „Laufrädern“. „Die Füße berühren zunächst den Boden, dann werden sie hochgenommen auf die Pedalen“, erklärte Jürgen Mertens den Ablauf. Neben dem

Fahrtraining überprüfte er auch die Verkehrssicherheit der Fahrräder und gab den Kindern theoretischen Verkehrsunterricht. Die Kinder, die dieses Mal mitmachten, sind Schüler aus den Förderkursen DaZ (Deutsch als Zweitsprache) der Altstädter Grundschule. Angemeldet hatten sich neun, gekommen waren aber um die zwanzig Kinder. Neben den Geschwisterkindern seien auch ehemalige Schüler der Grundschule dabei, die den Kindern als „Paten“ zur Seite stünden, erklärte Rita Lemper, die Schulleiterin der Altstädter Grundschule. Unterstützt wurde das Projekt neben der Verkehrswacht dieses Jahr durch die „Aktion Kinder-Unfallhilfe e.V.“, die Helme, Reflektoren, Fahrradwimpel, Sicherheitskragen und Infomaterial spendeten. Zum Abschluss der Veranstaltung erhielten die Kinder ein besonderes Geschenk: Sie durften die Fahrräder, auf denen sie geübt hatten, mit nach Hause nehmen. Die Räder hatten Boubacar Sokona und Regine Ober durch private Spenden organisieren können. Noch am Vorabend der Aktion hatten sie sie zusammen mit der Familie einer Lehrerin der Altstädter Grundschule geputzt und auf Hochglanz gebracht.

Weitere Informationen:

Boubacar Sokona

Handy: 0151 523 455 27

Email: [bsokona@yahoo.com](mailto:bsokona@yahoo.com)

Barbara Behnen

Jeder Mensch erinnert sich an ereignisreiche Feste und Feiern in seiner Kindheit. Für viele vietnamesische Generationen ist das Mondfest bzw. Mittherbstfest das schönste Fest im Jahr.

Die Tradition geht auf die alte chinesische Kultur bis zum Altertum in der Zhou-Dynastie (ca. 11. Jahrhundert bis 256 v. Chr.) zurück. So verehrten die Völker mit dem Frühlingsfest die Sonne und mit dem Herbstfest den Mond, am 15. Tag des 8. Monats im Mondkalender. Der Vollmond soll in dieser Nacht der schönste des Jahres

## Mondfest oder Mittherbstfest

sein. In der Landwirtschaft ist gerade die Ernte beendet und die Familie kommt zusammen. Die Kaiser und Mandarine eröffneten Opfer-Zeremonien und baten die Gottheiten um Harmonie und günstiges Wetter für weitere gute Ernten. Das Mondfest ist bis in die heutige Zeit in vielen Regionen nach dem Neujahrsfest das zweite wichtigste Fest im ganzen Jahr.

In Vietnam hat sich das Naturkult-Fest durch Jahrhunderte zu einem traditionellen Kinderfest gewandelt. Die Vorbereitung dafür beginnt bereits Anfang des Monats bzw. zu Beginn des Herbstes. Die schreckliche Hitze des monsun-tropischen Sommers geht zurück. Der frische Wind weht über die Felder und durch die schmalen Wege der Dörfer und Straßen der Hauptstadt. Er bringt den süßen Duft der reifen Früchte. Die ganze Familie beschäftigt

sich mit dem Basteln bzw. Ausschneiden und Kaufen von Spielzeug. Das Straßenbild wird bunter und bunter durch verschiedene Altpapiermasken, die meisten in Form eines Tiergesichtes, z.B. von Haustieren wie Schwein, Katze, Wasserbüffel, Kaninchen und von Wildtieren wie Tiger und Fuchs. Drachen- oder Löwenköpfe werden für den Tanz aus Papier und einem Bambusgerüst gebaut. Unmengen von Laternen in verschiedenen Formen aus Holz, Bambus und Farbfolien werden von geschickten Fingern gebastelt. Die typischen Formen sind 5-Flügel-Stern, 5-Flügel-Lotus und Hase. Jeder Flügel der Laterne hat eine eigene Farbe. Die 5 Flügel symbolisieren nach der alten chinesischen Philosophie die fünf Grundelemente Metall, Wasser, Erde, Holz und Feuer. Einer Sage nach stellt der rote Hase den Mond dar. Junge Mädchen sammeln über Wochen Kerne von Pampelmusen, pellen sie und lassen sie tagelang in der Sonne trocknen.



## Mondfest oder Mittherbstfest

Diese werden dann auf einen Bambusstab gesteckt und als Fackel am Festabend verbrannt. Mondkuchen (süße Füllung in einer dünnen Hülle aus Weizenmehl mit einem Geschmack ähnlich einem deutschen Butterstollen) werden in Form eines Mondes, also in einer runden Form, gebacken. Ein anderer Kuchen in Form eines Quadrats aus Klebreis-Teig symbolisiert die Erde. Dieses Kuchenpaar stellt gleichzeitig den Dualismus der asiatischen Kultur und den Wunsch der Menschen nach Harmonie mit der Natur, nach Gleichgewicht im Leben, dar.

Die Kreisform ist das Symbol des Yangs, des Himmels bzw. des Universums, der Unendlichkeit. Das Quadrat ist im Gegenteil das Bild der Erde, des Yings, der

Endlichkeit.

Dieses Hintergrundwissen habe ich erst viel später als Erwachsene erworben. In meiner Kindheitserinnerung ist es viel wichtiger und schöner, dass die Familie wochenlang in einer feierlichen Stimmung lebt, in der auch sonst schwierige Erwachsene bei so vielen bunten Kindersachen plötzlich viel fröhlicher werden. Überall hört man freundliches Trommeln. Am frühen Abend ist der Altar bereit. Er sieht eher aus wie ein festlich gedeckter Tisch voll mit bunten Früchten, Kuchen, bunten Laternen und kindgerechten Spielzeugen. Der Tisch wird unter offenem Himmel aufgestellt. Das älteste Familienmitglied, also in den meisten Fällen der Opa oder die Oma, zündet zur Begrüßung der Götter und

der verstorbenen Ahnen die Räucherstäbchen an, bedankt sich im Namen der ganzen Familie und betet vor allem für die Kinder. Wir Kinder können an diesem Abend auch zu Freunden gehen und dort mitfeiern. Jedes Kind zeigt stolz seine Maske, Laterne usw. Wir singen Kinderlieder, zünden unsere Laterne und die Fackeln aus Pampelmuskernen an, gucken Drachentänzen und essen die leckeren Süßigkeiten freizügig, ohne das Meckern der Erwachsenen. Der Vollmond sieht in dieser Stimmung wirklich wie eine wunderschöne Fee aus, die uns von oben liebevoll anlächelt.

Das Mittherbstfest wird in diesem Jahr am 15. September in China, Südkorea, Vietnam sowie in Singapur und einigen anderen asiatischen Ländern gefeiert.

Nga Herrmann-Vu

## Hack-Feta-Sonne

### Zutaten:

- 500 g - Mehl
- 3 - Eier (Größe M)
- 2 TL - Zucker
- 250 g - Butter
- 150 g - Möhren
- 250 g - Kartoffeln
- ½ - rote und gelbe Paprikaschote

- 1 - Zwiebel
- 1 - Knoblauchzehe
- 2 EL - Sonnenblumenöl
- 400 g - gemischtes Hackfleisch
- 1 Dose - (425 ml) Tomaten
- 100 g - Fetakäse
- Salz, Pfeffer

### Zubereitung:

Für den Mürbeteig Mehl, 2 Eier,

1 TL Salz, 1 TL Zucker, 4 EL kaltes Wasser und Butter in Flöckchen in eine Rührschüssel geben.

Erst mit den Knethaken des Handrührgerätes, dann mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten. In Folie wickeln und ca. 30 Minuten kalt stellen.

Für die Füllung Möhren schälen und fein würfeln. Kartoffeln schälen, waschen und würfeln. Paprika putzen, waschen und würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Hack darin ca. 10 Minuten unter Wenden kleinkrümelig braten. Nach ca. 5 Minuten vorbereitetes Gemüse dazugeben.

Mit Salz und Pfeffer würzen. Tomaten dazugeben, mit einem Pfannenwender zerkleinern, mit 1 TL Zucker würzen,

aufkochen und ca. 10 Minuten köcheln. Auskühlen lassen.

Feta in Würfel schneiden.

Die Hälfte des Teiges auf einer bemehlten Arbeitsfläche rund (ca. 30 cm Ø) ausrollen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.

Hackmasse und Feta mischen und ca. ¾ der Hackmasse als äußeren Ring auf

dem Teigkreis verteilen, dabei zum Teigrand einen Abstand von ca. 3 cm frei lassen.

Restliche Hackmasse in die Mitte des Teigkreises geben, dabei einen Zwischenraum von ca. 3 cm frei lassen.

1 Ei trennen. Rand und Teig-Zwischenraum mit Eiweiß bestreichen.

Die andere Teighälfte rund (ca. 32 cm Ø) ausrollen.

Auf den Hack- Teigkreis legen. Äußeren Rand andrücken.

In der Mitte mit einer umgedrehten Schüssel (ca. 10 cm Ø) den Teig andrücken.

Rand mit einer Gabel eindrücken.

Äußeren Rand in 5-7 -cm-Abständen einschneiden.

Teigstücke nacheinander um ca. 90° drehen, so dass die Füllung nach oben zeigt.

Eigelb und 1 EL Wasser verquirlen.

Teig damit bestreichen.

Im vorgeheizten Backofen CE-Herd: 175 °C/ Umluft: 150 °C/ Gas: s. Hersteller) auf der unteren Schiene ca. 50 Minuten backen.

Johanna Karapinar

