Kostenfreies Magazin | Ausgabe 3

UNIONSVIERTEL

Das Magazin mit Infos, Trends und Tipps
aus dem Wohlfühlviertel in Kaiserslautern

Erleben Sie einen Sommer mit 2 Matineen!
+
Eröffnung vom Historischen Stadtlehrpfad

Jugendcafé P20 heißt willkommen
Seite 24

Aktionsgemeinschaft vis-à-vis
Seite 35

Geschichte der Gewürze
Seite 37

Vorwort

“Wer schon immer war, wo er heute ist, kennt seinen Ort am wenigsten. Wer aber ankommt, möglichst von fern, findet vieles, was die anderen, die immer schon da waren, nicht mal vermissen.“ Jörg W. Gronius

Beobachten Sie sich selbst. Sie kommen in einen fremden Ort und orientieren sich erst einmal, bevor Sie losgehen, um den Ort selbst zu erkunden. Wo bleiben Sie hängen, was gefällt Ihnen, woran orientieren Sie sich? Wovon werden Sie zu Hause berichten, was werden Sie Freunden empfehlen?

Wenn Sie sich mit diesen Fragen beschäftigen und dabei durch das Ihnen sicher wohlbekannte Kaiserslautern gehen, werden Sie “Ihren Ort“ anfangen mit anderen Augen zu sehen. Versuchen Sie dabei möglichst viele positive Erkenntnisse zusammenzutragen, die Sie auf der Liste “unbedingt empfehlenswert, sehenswert, bemerkenswert“ notieren wollen. Und plötzlich fallen Ihnen Stellen auf, die nicht Ihren Ansprüchen genügen und die Sie auf keinen Fall in Ihre Liste mit aufnehmen wollen.

Selbstverständlich setzt jeder seine Liste individuell zusammen, hat jeder seine eigene Sicht. Aber genau das ist das Spiel. Versetzen Sie sich in die Sicht des Anderen, des Ortsfremden. Und nun fangen Sie an, diesen Ort, den Sie mit Stolz anderen zeigen wollen, jeden Tag einen kleinen Tick zu optimieren. Immer nur ein bisschen und dann ein bisschen mehr.

Fangen Sie einfach damit an, Menschen, die Ihnen begegnen, ein Lächeln zu schenken. Sie müssen ja nicht gleich jedem um den Hals fallen. Halten Sie wohlwollend eine Tür auf, helfen Sie einer Mutter den Kinderwagen in den Fahrstuhl zu bugsieren. Das sind Vorschläge, die nichts kosten. Jetzt kommen dreiste Anregungen, die Sie Überwindung kosten oder ein Umstellen von Gepflogenheiten. Schmeißen Sie nichts achtlos auf den Boden, keine Zigarettenkippen und keine Papierschnipsel. Oder heben Sie doch einfach Unrat auf und werfen Sie ihn in die nächste Mülltonne. Optimieren Sie in kleinen Schritten. Packen Sie an, wenn andere bereits angefangen haben.

Und Sie werden feststellen, Sie werden Ihren Ort liebenswerter finden und sich selbst auch, weil Sie dazu beigetragen haben. Und genau so empfindet die Aktionsgemeinschaft Unionsviertel sowie deren Helfer und Sympathisanten. Woran hängt es? Machen Sie mit!

Viel Spaß beim Entdecken - und auch beim Lesen dieses Magazins.

Ihr
Matthias Quinten

Inhalt

Weil Kochen und Essen wieder “slow“ sein soll	3
Musikerplatz blüht auf ... mit Gerds Comicladen	6
Die Perücke - Kopfschmuck und Zeichen von Macht	7
Rückblende Herbst 2017/Frühjahr 2018	9
E-Bikes sind voll im Trend	11
Musikerplatz blüht auf ... mit “Luise“	16
Die Belle Époque und die Gründerzeit	17
Kaffeerösten kann doch nicht so schwer sein ...	21
Jugendcafé P20 heißt willkommen	24
Lageplan Unionsviertel	27
Gute Fette - schlechte Fette - welche Fette?	29
Leerstandsmanagement im Unionsviertel	32
Aktivbandagen als therapiegerechte Lösung	33
Gesichter des Unionsviertels	35
Gewürze - Kriegstreiber und Heilmittel	37
Lautern liest - auch im Unionsviertel	42
Stadtbildpflege in Kooperation mit Unionsviertel	45
Förderverein lädt Spender zur Matinee ein	48
Unterstützen Sie uns!	50
Impressum	52
Veranstaltungskalender	54

Weil Kochen und Essen wieder “slow“ sein soll

Mit Martina Stähler hat das Unionsviertel wieder einen Menschen dazugewonnen, der nirgendwo besser hingepasst hätte. Ihre Fröhlichkeit steckt sofort an, sie ist unkompliziert und - jetzt kommen wir zum gewerblichen Aspekt - die Kochtrainerin vermittelt für ihr Leben gerne ihre Kochkünste. Dazu hat sie offensichtlich auch ein sehr gutes Händchen für Gemütlichkeit und Flair. Denn was sie für ihre Kochschule aus den Räumen in der Pirmasenser Straße 5 gezaubert hat, ist mehr als beeindruckend.

Schon der erste Blick hinein durch die große Fensterfront, die eigentlich zur Glockenstraße hinzeigt, aber adresstechnisch eben zur Pirmasenser Straße gehört, erfüllt den Betrachter mit einer wohligen Wärme. Die weichen Holztöne des Inventars, dekorative Tücher und Wandvorhänge in Pastellkolorierungen sowie die vorwiegend in ansprechenden roten Farben gehaltene Dekoration sind ansehnlich und einladend.

Da sich Rottöne bekanntlich appetitanregend auswirken, liegt nichts näher, als Martinas Kochschule zu betreten. Auf den Anrichten begrüßen uns zahlreiche kleinere und größere Gläser mit allerlei selbst eingelegten Leckereien. Sie sind offensichtlich

zum Verkauf bestimmt, geben aber auch sogleich diesen unvergesslichen Charme wieder, den wir aus Omas gemütlicher Essküche mit den gut bestückten und liebevoll beschrifteten Regalgläsern kennen; verführerisch und lecker.

Unser unangekündigter Besuch lässt ein knappes Dutzend junger Damen aufschrecken, die sich im Kreis an ei-

nen großen Herd drücken, den Blick ganz vertieft auf das Zentrum der Kochkunst gerichtet. Aus diesem Pulk der Mädchen heraus strahlt uns Martina entgegen, "bewaffnet" mit einem Küchenrührgerät und dabei munter erklärend.

Es riecht nach frischen Kräutern und einer ziemlich leckeren Soße, die offensichtlich kurz vor dem Verzehr steht. Die junge Kochgruppe - alle werden wohl um die 13 bis 15 Jahre alt sein - hat sich bereits ihrer roten Schürzen entledigt. Die Tische sind fein gedeckt, die Getränke angerichtet und die blonde Kochtrainerin bittet uns freundlichst um einen erneuten Besuch. Jetzt gehört ihre ganze Aufmerksamkeit ihrer Trainingsgruppe.

Auf dem schicken Empfangstisch rauben wir noch schnell eine kleine Broschüre über Martinas Kochschule. Aus ihr geht hervor, dass die Kochschule eben nicht nur für Kinder und Jugendliche gedacht ist, wie es anfangs der Plan war. Es werden auch Einzelkochkurse und Kurse für Erwachsene angeboten.

Es hat sich gezeigt, dass die Zeit der schnellen Küche, dem Fast-Food-Wahn und Süßwarenverzehr ihren Tribut verlangt. Viele gutbürgerliche Kochfähigkeiten scheinen verloren gegangen. Und hier setzt Martinas Kochschule an, regt wieder an, Spaß am Backen und Kochen zu bekommen und den Verzehr von guten gesunden Mahlzeiten zu genießen.

Auf den Folgeseiten der Broschüre verrät uns ein Blick in die Vitae von Martina, dass sie examinierte Hauswirtschafterin mit langjähriger Gastronomieerfahrung ist. Sie gab schon vor ihrer Selbstständigkeit viele Jahre lang Kochkurse, z. B. bei den Landfrauen. Durch ihre Zertifizierung für den Ernährungsführerschein eröffnete sich die Chance, in Schulen Kurse durchzuführen. Auf Basis dieses Führerscheins und weiterer Zusatzausbildungen bot sie jahrelang Koch-AGs in Bildungsstätten an - bis sie ihr Weg auf der Suche nach einer neuen Wirkungsstätte zum Glück ins Unionsviertel führte.

Bei einem späteren Treffen erklärt uns Martina, wie sie auf die Idee kam, eine Kochschule zu eröffnen und warum gezielt im Unionsviertel. "Die Gründe sind schnell erklärt. Es ist meine Passion für gutes Essen, für die Geselligkeit, das Familiäre und für gutgelaunte Menschen. Mit meiner Kochschule für Jung und Alt erfülle ich mir im inzwischen angesagten Unionsviertel diese Passion."

Martina will Kochen und Essen wieder "slow" machen. Sie will wegführen vom Fast-Food. Und das bekommt sie bestens hin.

Redaktion über Martinas Kochschule
Pirmasenser Straße 5
(Eingang Glockenstraße)

www.optik-hauck.de
HASE!
ENTE!
ART=ROTH

Musikerplatz blüht weiter auf ...
... mit Gerds Comicladen

Der Mensch ist ein Spieltier. Spielen ist, neben Singen und Malen, die älteste Kulturtechnik der Menschen. Heute weiß man, dass Menschen bereits spielten, bevor sie eine Sprache entwickelten.

Spielen dient sowohl dem Zeitvertreib als auch dem sozialen Leben. Spielen prägt Sozialkompetenz, schult kognitive und viele weitere Fähigkeiten - bei Babys, Jugendlichen, Erwachsenen bis zu greisen Senioren. Wir stellen Ihnen heute Gerds Comicladen am Musikerplatz vor.

100 Neuheiten im Monat: Spiele und Comics genussvoll erleben

Mitte der 1980er Jahre eröffnete der Comic-, Fantasy- & SF-Fan Gerd in einem kleinen Ladenlokal in der Pirmasenser Str. 35 seine Comic Handlung "Gerds Comicladen" - das Publikum begrenzte sich auf Kinder, Jugendliche sowie ein paar erwachsene "Nerds". Zudem haftete Comics der Ruf an, "verdummend" zu sein.

Das Geschäft lief gut und bald zog Gerd mit seinen Comics in den größeren Laden nebenan und erweiterte sein Angebot um weitere Segmente: Zinnminiaturen, "Pen-und-Paper"-Rollenspiele und später noch Sammelkartenspiele. Nachdem Gerd starb, haben die beiden neuen Inhaberinnen Ute Kaul und Yvonne Szostecki den Standort und den Namen "Gerds Comicladen" beibehalten und im Lauf der Zeit insbesondere das Spielerepertoire um Miniaturen-, Brett-, Karten- und Gesellschaftsspiele ergänzt.

Spiele und Comics sind zwei Segmente, die zurzeit boomen. Es gibt für jeden Geschmack und jedes Alter ein breites Sortiment. Mit ca. 100 Comic- und Spieleneuheiten im Monat ist es gar nicht so leicht, den Überblick über die gesamte Angebotspalette zu behalten. Die Fans kennen sich natürlich aus und wissen was sie wollen, aber selbst sie finden beim Stöbern im Laden doch noch Sachen, die sie nicht auf dem Plan hatten. Da kauft der Marvel-Superhelden-Fan dann auch schon mal ein franko-belgisches Fantasy-Comic und die Rollenspieler ergattern ein kooperatives Brettspiel.

Die "alten" Leser, deren Eltern irgendwann die "blöden" Comics (die heutzutage viel wert wären) weggeschmissen haben, freuen sich über die schönen Gesamtausgaben, die Eltern, dass ihre technikbegeisterten Kids auch mal was lesen oder sich zum gemeinsamen Spielen an einen Tisch setzen. Der "Nerd" trifft Gleichgesinnte und die Suchenden und Unentschlossenen finden einen Ansprechpartner und Beratung.

Gerds Comicladen
am Musikerplatz
Pirmasenser Straße 37

Die Perücke - Kopfschmuck und Zeichen von Macht und Würde

Kopfschmuck jeglicher Art ist den Menschen schon seit Tausenden von Jahren wichtig. Noch heute tragen adelige Herrscher/-innen ihren eindrucksvollen Kopfschmuck nicht nur, um sich zu schmücken, sondern auch - und früher vorwiegend - als Zeichen herrschaftlicher Macht.

Ergänzt wurden die verschiedenen Schmuckgebilde vor allem im alten Ägypten durch schlauchförmig geflochtene Bärte als Insignien des Königs oder eine Seitenlocke für den prinzlichen Nachfolger. Altägyptische Herrscher pflegten über Jahrtausende das Tragen von perückenähnlichen Gebilden anstelle des eigenen Kopfhaares für unterschiedliche Anlässe. Dieses auf Netzen befestigte Haar-Wollgemisch hatte allerdings mit unseren heutigen Perücken wenig Gemeinsames.

Mit dem angehenden 17. Jahrhundert nahm die Perückenmode in der Welt des französischen Adels richtig Fahrt auf. Um 1600 verwendeten Frauen perückenähnlichen Totalersatz und gelockte oder gekreppte Strähnen. König Ludwig XIII. hatte nur noch spärliches Haar. Um seine Kahlköpfigkeit zu verbergen, behalf er sich mit einer Perücke.

Zunächst diente die Perücke eher zum Kaschieren von fehlender Haarpracht. Aber schon 1673 erhob König Ludwig XIV. die Perücke zur Staatsperücke. Die Perücke wurde - wie damals schon zur Pharaonenzeit - wieder zum Symbol von Macht und Status. Das Perückenhandwerk mutierte zum lukrativen Geschäft. Schon 1656 wurde die erste Pariser Perückenmacherinnung gegründet.

Als Material kam bevorzugt blondes Naturhaar zur Verarbeitung. Auch Ziegenhaare, gebleichte Pferdehaare oder gefärbtes Flachs mussten notgedrungen verwendet werden.

Die Frisuren mit Eigenhaar wurden um 1650 immer mehr von Perücken verdrängt. Der Haarersatz wurde anfangs der natürlichen Haartracht nachgebildet. Allmählich wurde der Umfang allerdings mächtiger. Löwenmähnenähnliche Lockengebäude waren an den Seiten und nach hinten mit Verlängerungen (Allonge) versehen. Dementsprechend erhielt dieses Haarersatzteil die Bezeichnung Allongeperücke. Sie wurde ausschließlich von Männern getragen.

Die Größe der Allongeperücke richtete sich auch nach dem Stand des Trägers. Ein schwerer Kopfschmuck, der von den Herren damals getragen wurde, konnte durchaus mehrere Kilo auf die Waage bringen. Blond war die beliebteste Farbe, aber auch Braun, Rot und Schwarz waren nicht ungewöhnlich. Ende des 16. Jahrhunderts wurde das Wort "Perrucke" (franz. perruque) erstmals für falsches Haar gebraucht.

Im 18. Jahrhundert verschwand die Allongeperücke wieder aus der Mode. Sie wurde nur noch zu Amtszwecken getragen. Doch auch zu dieser Zeit waren kunstvolle Perücken beliebte Statussymbole für Männer und Frauen. Heute werden in Großbritannien und Nordirland noch immer Allongeperücken von Richtern und Parlamentariern getragen. In den 1960er-Jahren wurden konfektionierte Perücken und Haarteile aus synthetischem Haar sehr gern als Zweitfrisur getragen.

Heute wird Haarersatz zumeist aus ästhetischen Gründen getragen. Die Machart und Haarqualität hängt vom individuellen Anspruch ab. Spezialisierte Experten geben bei der Auswahl und Anpassung eine sichere Unterstützung. Die Friseurmeisterin Petra Lorber ist Inhaberin des Union-Haarstudios im Grünen Graben 6. Ihr Angebot umfasst neben dem Damensalon und Herrensalon auch ein umfassendes Zweithaarstudio. Ihre Expertise ist das gute Haargefühl.

Petra Lorber
UNION Haarstudio
Grüner Graben 6

Rückblende Herbst 2017/Frühjahr 2018

Darf man sich einen Rückblick genehmigen, auch wenn der Blick stets optimistisch nach vorn gerichtet sein soll? Trainer motivieren beispielsweise mit den Worten "Du hast zwei Möglichkeiten. Du kannst das Handtuch werfen oder dir damit den Schweiß aus dem Gesicht wischen." Und so wollen wir es in diesem Kapitel auch halten. Was war, was nehmen wir davon mit und woraus schöpfen wir neue Energie?

Erste Führung zu den Stolpersteinen im Unionsviertel
Am Sonntag, den 22. Oktober 2017, fand die erste Führung zu den Stolpersteinen im Unionsviertel statt. Teile der Stolpersteine beruhen auf einem Kunstprojekt des Kölner Künstlers Gunter Demnig. Bisher wurden in vielen Ländern Europas 61.000 Steine in 1.100 Orten verlegt. Letztes Jahr wurden erstmals Steine sogar in Weißrussland und Mazedonien gesetzt.

Begleitend zu den Stolpersteinen im Unionsviertel hat der Förderverein Unionsviertel Kaiserslautern e.V. ein Informationsblatt drucken lassen. Es enthält einen Lageplan der Stolpersteine sowie Hintergrundinformationen in Deutsch, Englisch und Französisch. Sie erhalten das Faltblatt kostenlos im Modeladen Success, bei den Regal-Piraten sowie bei der Tourist Information.

Städtepartnerschaft Sankt Quentin
Das Unionsviertel war am 22. Oktober 2017 Gastgeber und Veranstalter zum Abschlusstag der 50-Jahrfeier der Städtepartnerschaft St. Quentin und Kaiserslautern. Damit unterstützte es zum einen die Stadtführung und konnte sich zum anderen auch als engagierter Gastgeber auszeichnen.

Die Stolpersteininitiative wird in der Partnerstadt als Teil der deutschen Geschichtsbetrachtung interessiert verfolgt. Daher nahmen große Teile der französischen Delegation zunächst an der Führung zu den Stolpersteinen im Unionsviertel teil. Die Führung erfolgte in deutscher und französischer Sprache. Die anschließende Veranstaltung im vollbesetzten Unionkino wurde von Morphy Burkhardt, unserem großartigen Buchhändler aus der "blauen blume", geleitet und von der ebenso engagierten wie liebenswerten Florence Kernech begleitet und ins Französische übersetzt.

Lautrer Adventskalender
Am Freitag, den 1. Dezember 2017, eröffnete das Unionsviertel im dritten aufeinander folgenden Jahr seinen "Lautrer Adventskalender". Erneut zeigte sich das Wohlfühlviertel der Stadt weihnachtlich geschmückt. Viele Bäume erstrahlten im glitzernden Licht und Fackeln verbreiteten vorweihnachtliche Stimmung.

An allen Tagen im Advent überraschten die Gewerbe mit ungewöhnlichen und abwechslungsreichen Aktionen.

Fest der 1000 Lichter
Wie in jedem Jahr war der Höhepunkt des Lautrer Adventskalenders das "Fest der 1000 Lichter". Auch 2017 wurde der dunkelste Tag des Jahres wieder mit Licht, Lebensfreude und Musik begangen. Die interkulturelle Band "Shaian" spielte nahezu in Vollbesetzung vor Curry Berlin und dem Unionkino auf. Hier hielt Kaiserslauterns Oberbürgermeister Dr. Klaus Weichel seine Willkommensansprache und formulierte seine Anerkennung für das Unionsviertel mit den Worten "eine Blaupause für alle anderen Viertel der Stadt".

Die Besucher erfreuten sich an einem musikalisch sehr abwechslungsreichen Vorweihnachtsabend. Bis nach 21 Uhr spielten und sangen die Chöre Vocalis und PalzPeppers sowie die deutsch-sprachige Band Lebensmusiker. Kulinarische Leckereien rundeten das hervorragend besuchte Fest zwischen der Kerststraße und dem Musikerplatz ab.

Tag des offenen Leerstands
Mit dem Ziel, auch die letzten verbliebenen Leerstandslücken zu schließen, aber auch mit Weitblick, veranstaltete die Aktionsgemeinschaft Unionsviertel den ersten "Tag des offenen Leerstands" am 3. März 2018. Interessenten auf der Suche nach geeigneten Gewerberäumen, konnten an diesem Samstagmorgen alle vakanten Objekte besichtigen, mit Verantwortlichen, Nachbargeschäften und der Aktionsgemeinschaft ins Gespräch kommen und sich ein Bild machen. Alle fünf Leerstandsbesitzer haben sich an dieser Aktion beteiligt. Eröffnet wurde die Veranstaltung von Businessplaner Wolfgang Riedel, dem Ansprechpartner für staatliche Beratungsförderung. Radio Antenne Kaiserslautern, die RheinPfalz und das Wochenblatt berichteten umfangreich.

Die folgenden Termine sind:
2. Juni 2018
1. September 2018
1. Dezember 2018

Stadt.Umbau.Salon
Am 25. April 2018 waren wir Gastgeber der 13. Stadt.Umbau.Salon-Veranstaltung der TU Kaiserslautern. Dr. Bernd Hunger vom Gesamtverband der Deutschen Wohnungswirtschaft berichtete über anschauliche Beispiele von innovativen Wohnprojekten. Die Veranstaltung war mit 100 Teilnehmern bis auf den letzten Platz besetzt. Weitere gemeinsame Aktivitäten mit dem Fachbereich Raum- und Umwelttechnik der Uni KL werden angestrebt.

Die Redaktion

E-Bikes sind voll im Trend

Ende März treffen wir uns mit Michael Gans von Fahrrad ConRad in der Glockenstraße, um mit ihm über E-Bikes zu sprechen.

Was sind eigentlich E-Bikes?
In Deutschland spricht man üblicherweise über E-Bike, meint damit aber ein Pedelec (Pedal Electric Cydle). Pedelecs bilden den größten Anteil verkaufter Räder mit Elektroantrieb. Bei ConRad sind es bereits ca. 40 % aller verkauften Räder. Bei Pedelecs dient der Motor (bis 250 W) der Unterstützung. Wird nicht getreten bleibt der Motor stehen. Die Motorunterstützung stoppt bei 25 km/h.

Ein E-Bike ist im Gegensatz zum Pedelec im Sinne des Gesetzes ein Kleinkraftrad mit elektrischem Antrieb (i.a.

mit einem Motor mit mehr als 500 W), das auch ohne Pedalunterstützung fährt. E-Bikes fahren bis 45 km/h und brauchen ein Versicherungskennzeichen. Der Fahrer benötigt unter Umständen einen Führerschein. Mit E-Bikes darf man nicht im Wald oder auf landwirtschaftlichen Wegen fahren.

Wie viele E-Bike-Typen, das heißt eigentlich Pedelec-Typen, bieten Sie an?
Ich habe 4 bis 5 unterschiedliche Marken im Angebot. Alle Marken kommen von Komplettanbietern. Diese Anbieter bauen sowohl Fahrräder als auch Pedelecs. Die Marken unterscheiden sich hinsichtlich Style, Geometrie und anderen Merkmalen. So haben wir für Kunden mit unterschiedlichen Ansprüchen und Vorlieben individuelle Angebote. Wir machen übrigens vor dem Kauf eines Pedelecs gerne einen Bodyscan, um sicherzustellen, dass das Fahrrad im wahrsten Sinne des Wortes passt. Wir sprechen auch mit den Kunden darüber, wie sie das Rad nutzen wollen, wo ihre Stärken liegen und so weiter. Nach dem Gespräch suchen wir dann gemeinsam das passende Fahrrad aus. Der Kauf eines Fahrrads ist wie ein Schuhkauf, es muss dem Radfahrer passen und für den geplanten Einsatz geeignet sein. Man geht ja auch nicht in Wanderschuhen tanzen, oder?

Sollte man sich, obwohl Sie ja gut beraten, vorher selber informieren?
Ja, das sollte man gerne tun, um sich vorweg schon einmal ein Bild zu machen. Es gibt viele Seiten im Internet,

die ausführlich informieren. Aus meiner Sicht ist die Seite des ADCF www.adfc.de/pedelecs besonders zu empfehlen, aber es gibt auch Fahrradzeitschriften, Fachzeitschriften über E-Bikes und vieles mehr.

Bei E-Bikes stellen die Batterien einen wichtigen Teil des Fahrrads dar. Sind alle Batterien und Antriebsarten gleich?
Nein, es gibt verschiedene Antriebseinheiten und verschiedene Batterien. Pedelecs führen wir nur mit Mittelmotoren. Da befinden sich die Motoren am oder im mittleren Teil des Rahmens. Der Vorteil liegt unter anderem darin, dass sie dort bei Unfällen weniger beschädigt werden und leichter auszubauen sind, wenn sie mal gewartet werden müssen.

Neben den Mittelmotoren gibt es noch

Front- oder Hinterradmotoren. Diese müssen bei einem Platten ausgebaut werden. Diese Antriebsart ist nicht so weit verbreitet und wird von den Radherstellern auch nicht mehr arg vorangetrieben. Aus diesem Grund läuft für diese Antriebsarten z. B. die Weiterentwicklung der Steuerungssoftware eher schleppend.

Räder mit Mittelmotor werden im Allgemeinen von einem Hersteller produziert, während bei Front- oder Hinterradmotoren die Batterien-Rad-Kombinationen meistens von einem anderen Hersteller sind als vom Hersteller/Verkäufer des Rades. Da ist es dann, wenn es ein Problem mit der Batterie oder den Reifen gibt, häufig aufwendig, den richtigen Ansprechpartner zu finden.

Wie lange halten die Batterien und muss man sie regelmäßig warten?
Bei den Batterien, die ich verkaufe, kann man davon ausgehen, dass nach etwa 10 Jahren langsam die Kapazität nachlässt - je nachdem, wie viel man

fährt und wie oft man lädt. Üblicherweise kann man die Batterie 550 bis 600 mal vollladen oder entsprechend häufiger teilladen. Eine Vollladung dauert ca. 5 - 6h. Man kann aber auch eine Teilladung machen. Nach anderthalb Stunden ist die Batterie meist zu dreiviertel voll.

Warten lassen sollte man das Pedlec einmal im Jahr. Das sollte man aber auch mit einem normalen Fahrrad tun.

Bei mir sind alle Mitarbeiter für E-Bikes ausgebildet, so dass sie die Inspektion durchführen können. Beim Pedelec werden während der Wartung wie bei einem normalen Fahrrad alle festen und beweglichen Teile überprüft. Dazu kommt aber noch, dass auch die Batterie gewartet werden muss. Bei der Wartung der Batterie wird zum Beispiel kontrolliert, ob die Software noch auf dem aktuellen Stand ist. Daher ist es auch wichtig, dass man die Pedelecs regelmäßig warten lässt.

Shimano hat zum Beispiel eine App, die unter anderem zeigt, wie die Leistung ist. Man kann über die App auch den Motor einstellen. Wie alle Apps wird sie regelmäßig aktualisiert. Somit ist es dann auch wichtig, dass die Motorsoftware auf den neusten Stand gebracht wird.

Sieht man bei der Wartung, ob das Pedelec gestohlen ist?
Ja. Während der Motorwartung kann man so ziemlich alles sehen. Man kann bei gebrauchten Pedelecs auch erkennen, wie sie gebraucht worden sind.

Wer kauft denn üblicherweise ein Pedelec und was kostet es?
Alle Altersklassen kaufen Pedelecs. Die Preise liegen etwa zwischen 2000 und 3000 Euro. Pedelecs werden zum Beispiel gekauft, wenn man gerne in Gruppen oder mit einem Partner fährt, der vielleicht stärker ist als man selbst. Dann kann man mit einem Pedelec gut mithalten. Oder man hat es in den Knien und kann nicht mehr so sehr ein Bein belasten. Pedelecs machen dann auch bergige und längere Strecken möglich. Es gibt inzwischen sogar Tandems mit einem E-Motor.

Am meisten werden Citybikes oder Crossfahrräder in Pedelec-Ausführung gekauft. Aber auch die vollgefederten Mountainbikes sind im Kommen. Sie werden gerne in den Bergen genutzt. Mittlerweile gibt es sogar schon E-Mountainbike Wettkämpfe in den Bergen. Es gibt also viele gute Gründe ein Pedelec zu fahren. Wir beraten jeden Kunden gerne über den Kauf eines Pedelecs. Übrigens gibt es inzwischen immer mehr Firmen, die Pedelcs für ihre Mitarbeiter leasen, gerade so, wie einen Dienstwagen.

Vielen Dank Herr Gans für das interessante Gespräch!

ConRad
der Fahrradladen in KL GmbH
Glockenstraße 4

Keine Lust sperrige Kartons zu zerkleinern?

Wertstoffhöfe der Stadtbildpflege!

- Daennerstraße 17
- Siegelbacher Straße 187
- Pfaffstraße 3

Abgabe kostenfrei!

www.stadtbildpflege-kl.de

Zuverlässig und kundenorientiert!

Stadtbildpflege Kaiserslautern
Abfall . Straßen . Grün

Spielwaren-Fachgeschäft
mit Tradition

Mo - Fr 10 - 18 Uhr
Sa 10 - 15 Uhr
www.spielkiste-kl.de
info@spielkiste-kl.de

Kerststraße 20
67655 Kaiserslautern
Telefon 0631 93569

Musikerplatz blüht weiter auf ...
... mit “Luise“

Ganz bewusst hat sich Stefanie Hubich mit ihrer nachhaltigen Mode dafür entschieden, aus der Schneiderstraße in das auflebende Unionsviertel zu ziehen. Ihr Bekleidungsgeschäft führt unter dem liebevollen Namen “Luise“ ausschließlich Produkte aus fairem Handel und Bioproduktion. Dieses Fachgeschäft passt wunderbar in das breite Angebot des Unionsviertels. Mit unserem Bericht, wollen wir zeigen, dass Mode sehr wohl fair und Bio sein kann.

“Luise“ beweist, Bio, Fair und Fesh passt. Es gibt immer mehr Geschäfte, die auch im Hinblick auf Mode eine grüne Philosophie verfolgen. Aber was genau versteht man eigentlich unter “Eco Fashion“? Da wären wohl als erstes die Sozialstandards zu nennen, unter denen die Bekleidung produziert wird. Dabei bieten viele Labels oft den Doppelpack Bio & Fair. Das heißt, die Mode wird unter faireren Bedingungen, z. B. gerechte Bezahlung, Einhaltung der Arbeitszeit, keine Kinderarbeit, etc. und aus Biobaumwolle oder anderen Naturmaterialien hergestellt. Biobaumwolle wird im Gegensatz zu konventioneller Baumwolle ohne Pestizide angebaut und verursacht einen geringeren Energie- und Wasserverbrauch. Somit schützt Eco Fashion die Umwelt aber auch den Menschen selbst.

Wer jetzt an ein unmodisches Hanfkleidchen denkt, der sollte sich bei “Luise“ davon überzeugen, dass Eco Fashion durchaus stylisch sein kann und dass ein Eco-Laden der neuen Generation mit jedem jungen Modegeschäft mithalten kann. Dazu bekommt man von der Inhaberin des Ladens eine umfassende Beratung zum Thema nachhaltige Mode. Denn Bio und Fair will gelebt werden. Bio und Fair darf nicht nur ein Teil einer Marketingstrategie sein.

Luise
Bekleidungsgeschäft
am Musikerplatz
Pirmasenser Straße 46

Das Unionsviertel, die Belle Époque und die Gründerzeit

Was verbindet das Unionsviertel mit den Zeiten der Belle Époque und der Gründerzeit? Warum wird das Unionsviertel gerne im Zusammenhang mit diesen Epochen genannt? Diesen Fragen sind wir nachgegangen. Viele Antworten liefert der folgende Blick in die Geschichte.

Zwar standen schon vor der Mitte des 19. Jahrhunderts vereinzelte Bauten und Höfe vor den Toren der alten äußeren Stadtmauer, die ihre westliche Grenze am Kersttor, also heute am Unionkino, hatte. Aber erst mit dem Bau der befestigten Landstraße, der "Chaussée de Pirmasens" im Jahre 1827 begannen die ersten intensiveren Hausbauaktivitäten westlich der Stadtmauer. Als der Bahnhof 1848 erbaut wurde und die großen Unternehmen Arbeiter und Geld in die Stadt zogen, wurden Arbeitersiedlungen und zum Teil villenartige Bürgerhäuser erstellt. Der Stadtpark wurde angelegt. Einen regelrechten Schub erlebte der Bauboom nach dem Deutsch-/Französischen Krieg 1870/71.

Von der ungeheuer hohen Entschädigungszahlung, die den Franzosen auferlegt wurde, profitierte auch die damals noch bayerische Pfalz.

Die Gründerzeit begann. Sie ging der Belle Époque um ein paar Jahre voran und bezeichnete eigentlich die Gründung des Deutschen Reiches unmittelbar nach dem Deutsch-Französischen Krieg. Durch die Reparationszahlungen erlebte die deutsche Wirtschaft eine enorme Hochkonjunktur. Zahllose Firmen wurden gegründet, neue Aktiengesellschaften schossen aus dem Boden.

In der Mode, in der Kunst- und Kulturgeschichte, im Bauwesen und in der Wissenschaft ging die Deutsche Gründerzeit in die Belle Époque über und nahm an deren Errungenschaften wesentlich teil.

Belle Époque (franz. für "schöne Epoche") ist die Bezeichnung für die Zeitspanne zwischen 1874 und dem Ausbruch des ersten Weltkriegs 1914. Es gab keine derart lange friedliche Periode zuvor. Die Völker, Politik und Wissenschaft der europäischen Kernländer agierten und kommunizierten kooperativ miteinander. Kultur, Wirtschaft und das soziale Leben erlebten einen deutlichen Aufschwung. Die zweite Welle der industriellen Revolution ließ neue große Fabriken in den Ballungsgebieten entstehen. Die Städte wuchsen rasant und das gehobene Bürgertum erwirtschaftete sich einen enormen Reichtum. Aber auch die Arbeiterschaft begann sich zu organisieren und erkämpfte sich dadurch einen

- wenn auch nur geringen - Anteil am wachsenden Wohlstand.

1887 verabschiedete der Stadtrat den gründerzeitlichen Stadterweiterungsplan von Eugen Bindewald. Der Stadtteil zwischen Hauptbahnhof, Stadtpark und der alten äußeren Stadtmauer an der Achse Alleestraße/Grüner Graben erblühte im Glanze der Belle Époque. Es entstanden die wunderschönen Bauten dieser Zeit, teilweise im Jugendstil, im Stil der Neo-Renaissance, der Spätgründerzeit, Spätklassizismus oder einfach in Mischformen vieler Stile. Durch die neuen Bautechniken schienen keine Grenzen gesetzt. Auch wenn ein Großteil dieser prächtigen Immobilien vor allem dem 2. Weltkrieg und den wirren Stadtveränderungen der 1960er- und 1970er-Jahre zum Opfer fielen, so sind diese Baudenkmäler noch heute äußerst sehenswerte und beliebte Anwesen. Zum Glück stehen heute noch 48 denkmalgeschützte Bauten bzw. Denkmalzonen sowie weitere Anwesen aus dieser Zeit im Unionsviertel und werden von den Besitzern aufwendig gepflegt.

Sie sind eine Zierde der Stadt und ihnen wurde der “1. Historische Stadtlehrpfad im Unionsviertel“ gewidmet, der am 17. Juni 2018 feierlich eingeweiht wird.

Die Redaktion

Kaffeerösten - Das kann doch nicht so schwer sein? Wenn Sie wüssten!

Bereits Goethe genoss auf seiner Italienreise das Lieblingsgetränk der Italiener und war damit nicht der einzige berühmte Zeitgenosse jener Zeit. Während der Kaffee im 18. Jahrhundert noch vorwiegend den Reichen und Adligen vorbehalten war, ist er heute in aller Munde.

Über 700 Röstereien sorgen in Italien für täglich frischen Kaffeegenuss und rösten die Kaffeebohnen für den beliebten Espresso besonders langsam und schonend. Woher kommt denn diese italienische Dominanz im Kaffeerösten? Eben mal die grünen Rohkaffeebohnen bräunen lassen? Das kann doch wohl nicht komplizierter sein, als Frikadellen zu braten? Oder doch?

Hinter dem Kaffeerösten verbirgt sich eine Wissenschaft, die sich seit Jahrhunderten entwickelt hat, schwerpunktmäßig in Italien. Sauberer Anbau, ordentliche Ernte, erstklassige Aufbereitung - all das trägt einiges zur Qualität des Kaffees bei. Doch erst durch die Wahl der Bohnen und durch das Rösten werden die spezifischen Merkmale aus dem Kaffee herausgekitzelt - oder auch komplett verdorben.

Wie gut ein Kaffee tatsächlich ist, steht und fällt mit der Wahl der Bohnen und dem Rösten. Durch verschiedene Mischungen wird versucht, einen immer gleichbleibenden Geschmack und eine gleichbleibende Qualität zu erreichen. Der Rohstoff, also die Naturkaffeebohne ist noch geschmack- und farblos. Erst durch Verbindungen von Aminosäuren und Zucker, die beim Rösten entstehen, entwickeln sich die über 800 Aromastoffe.

Vereinfacht gesagt gibt es drei Methoden, mit denen die Bohnen geröstet werden: durch Kontakt, Heißluft oder Strahlung.

Wie so oft macht es aber auch hier die Mischung - denn die Herausforderung

Horizontale Trommelröstung

Bewegung verhindert die Überhitzung

besteht darin, die Bohnen gleichmäßig zu erwärmen. Denn wer will schon verbrannte Bohnen?

Der klassische Trommel- oder Zentrifugalröster, wie er vorwiegend in Italien zum Einsatz kommt, erhitzt den Rohkaffee, indem er die Wärme von seinen Wänden an die Bohnen weitergibt - also durch Kontakt oder Kondiktion. Dabei wird der Kaffee mit einem Paddel oder durch Rotation ständig in Bewegung gehalten, damit die Bohnen möglichst gleichmäßig geröstet werden. Bei vielen Röstern wird zudem auch Heißluft hinzugegeben, um ein homogeneres Ergebnis zu erzielen. Die Röstung erfolgt also auch durch Konvektion.

Tangentialröster hingegen, wie sie unter anderem in unseren Breitengraden Verwendung finden, rösten die Bohnen mit Heißluft und haben einen klaren Vorteil: Durch Paddel und zusätzlichen Luftstrom werden die Bohnen konstant in Bewegung gehalten und haben so kaum eine Chance sich an den Oberflächen zu verbrennen. Und damit sind nicht nur die Wände der Röster gemeint, sondern auch die Bohnen selbst. Denn diese können durch die eigene, abgebende Hitze ein weiteres Mal nachrösten. Um das zu verhindern, werden die Bohnen mit Wasser gekühlt. Dadurch wird der sofortige Röststopp erzwungen.

Viele industrielle Betriebe nutzen dies leider zu ihrem Vorteil. Sie mogeln mit dem Wasser das Gewicht, das die Bohnen durch die Röstung verloren haben, wieder hinzu. Dies führt zu enormen Geschmackseinbußen. Der Gesetzgeber toleriert dies, indem er eine Restfeuchtigkeit von bis zu 5 % erlaubt.

Wie der Kaffee letztendlich schmeckt, hängt vor allem von zwei Faktoren ab: der Röstzeit und der Temperatur. Sie bestimmen den Röstgrad der Bohne, also die Farbe und das Aroma. Auch wenn sich über Geschmack bekanntlich streiten lässt, kann man doch grob festhalten, dass eine helle Röstung mehr fruchtige und florale Aromen und tendenziell mehr Säure enthält, eine mittlere Röstung ausgewogen ist, komplexere Aromen trägt und nur eine milde Säure aufweist und eine dunkle Röstung wenig Säure, dafür kräftige Röstaromen und einen dominanten Körper mit sich bringt.

Jedoch auch hier ist nicht alles ist Gold was glänzt! Durch den Verbrennungsprozess, der beim Rösten entsteht, entwickeln sich auch Giftstoffe, zum Beispiel Acrylamid. Bei längeren Röstzeiten mit dem Trommelröstverfahren mit einer Röstzeit in der Regel um 30 Minuten, vorwiegend von Italienern angewendet, baut dieser sich aber wieder ab. Dies ist ein gesundheitlicher Vorteil gegenüber industriellen Großröstereien, die auf das Luftstromverfahren setzen und dabei nur etwa fünf Minuten für eine Röstung benötigen.

Die Bohne am Musikerplatz
Pirmasenser Straße 44 a

CONRAD
Der Fahrradladen in KL

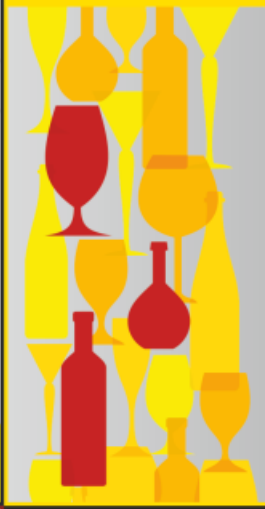
- E-BIKE
- MOUNTAINBIKE
- BMX
- FALTRAD
- RENNRAD
- CITYBIKE
- TREKKINGBIKE
- CROSSBIKE
- KINDER/JUGEND BIKE
- URBAN BIKE

SCOTT RIESE & MÜLLER FUJI
bergamont BICYCLES FALTER
MORRISON

offen:
mo-fr 10:00 - 19:00 Uhr
sa 9:00 - 14:00 Uhr

Glockenstraße 4 · 67655 Kaiserslautern
Tel. 0631 891489 · www.conrad-fahrradladen.de

WeinSphäre
Partner der Weinliebhaber in Kaiserslautern



Persönlich ausgesuchte Weine und Brände direkt von Weingütern aus
Deutschland
Spanien
Italien
Österreich
Portugal
Argentinien

kostenlose Lieferung im Raum Kaiserslautern

Neue Adresse:
Alleestr. 19 - 21
67655 Kaiserslautern
Tel. 0631 842 341 66

MARTINAS KOCHSCHULE
IM UNIONSVIERTEL KAISERSLAUTERN

Einfach gut kochen und backen lernen
Für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Pirmasenser Straße 5
Eingang Glockenstraße
67655 Kaiserslautern

Telefon 0170 4144149
www.martinas-kochschule.de
info@martinas-kochschule.de

Damensalon & Herrensalon
Zweithaarstudio

UNION Haarstudio Zweithaarstudio

PETRA LORBER / Friseurmeisterin / Grüner Graben 6 / 67655 Kaiserslautern
Tel. 0631 - 6 999 3 / info@union-haarstudio.de / www.union-haarstudio.de

P20 - Jugendcafé

Einfach mal vorbeikommen - Vertrauliche Beratung für Leute zwischen 15 und 25

Es ist kalt und windig. Der Asphalt glänzt im Sprühregen. Die Straßen in der Innenstadt sind festlich beleuchtet, Menschen bummeln oder kaufen in den Geschäften ihre Weihnachtsgeschenke. Was an dieser Zeit besinnlich sein soll, ist Marcel nicht so ganz klar.

Es ist noch keine zwei Stunden her, seit er mit seiner Mutter einen heftigen Streit hatte. Nicht zum ersten Mal, aber heute ist er eskaliert. Er solle sich endlich Arbeit suchen, hat sie ihn angeschrien. Sie habe es auch ohne ihn schon schwer genug, da müsse sie sich nicht auch noch mit ihrem unnützen Sohn herumärgern. "Unnützer Sohn", diese Worte hängen ihm nach. Ist es seine Schuld, dass sie sich vor drei Jahren von seinem Vater getrennt hat? Seither gehen ihr oft die Nerven durch. Und das bekommt auch Marcel zu spüren. Die Mutter lebt von Hartz IV. Das Geld ist immer knapp und sie kann sich vieles nicht leisten, was für andere Menschen selbstverständlich ist.

Wo er heute Nacht schlafen soll, weiß Marcel noch nicht. Er läuft durch die Straßen, ohne dass er ein Ziel hätte. Mit den Augenwinkeln nimmt er den Schriftzug "Jugendberatung" wahr, als er an einer großen Schaufensterscheibe vorbei kommt. Er geht zurück und schaut sich die Sache genauer an. Im Fenster entdeckt er Fotografien einer Fotoausstellung, dahinter Papierstreifen mit Schlagworten wie: "Schulden", "familiäre Probleme" oder "In Deinem Leben läuft es nicht so richtig rund? – reden wir darüber". Und dass die Beratung dort unbürokratisch, kostenlos und vertraulich sei. Warum nicht, denkt er sich. Schlimmer kann es ja nicht mehr werden.

Am folgenden Morgen steht er bereits vor der Tür, als Katharina, eine der sechs Mitarbeiter des P20, die Jugendberatung öffnet. Marcel ist ziemlich durchgefroren, da er die ganze Nacht unterwegs war. Einen Schlafplatz hat er nicht gefunden. "Möchtest Du ei-

mit Ihrem Outdoor-Spezialisten:

INTERSPORT®
SCHLEMMER

Kaiserslautern
Merkurstraße 62
0631-3506716

Find us on Facebook
www.facebook.com/intersport-schlemmer.de

Kaiserslautern
Kerststraße 27-31
0631-3605990

Heidelberg-Rohrbach
Hertzstraße 1
06221-395080

www.intersport-schlemmer.de

Günstiges Erdgas.
Mehr Geld für dich!

SWK.online/Erdgas

Günstiger Strom.
Mehr Geld für dich!

SWK.online/Strom

Unsere neuen Online-Produkte.
Jetzt informieren unter: www.swk.online

SWK Stadtwerke Kaiserslautern
Für Sie. Mit ganzer Energie.

nen Kaffee?“, wird er gefragt, und ein heißes Getränk ist genau das, was er jetzt braucht. Im TV, das an der Wand hängt, läuft ein Reggae-Konzert, was Marcel schon einmal gut findet. Er schaut sich weiter um. Gemütliche Korbsessel, eine kleine Küche, eine selbstgebaute Sitzgarnitur aus Holzpaletten und ein Tischkicker. Hier kann man es aushalten, denkt er sich.

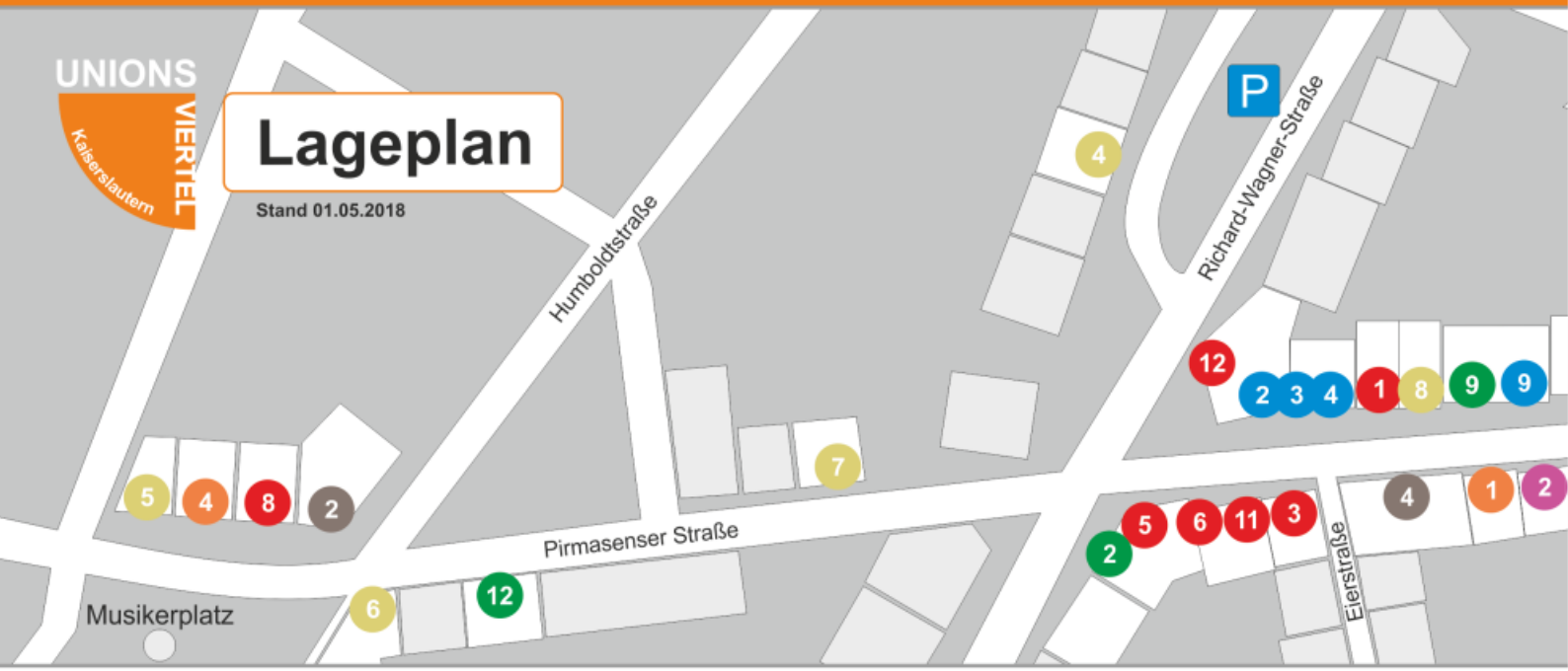
“Was macht ihr hier eigentlich genau?“, fragt er Katharina. “Wir sind für junge Leute da, denen es nicht so gut geht, die Probleme haben“, antwortet sie. Da bin ich ja richtig, denkt sich Marcel. Beim zweiten Kaffee taut er allmählich auf. Er beginnt zu erzählen. Von dem Stress mit der Mutter, vom Chaos während der Trennung von seinem Vater und vor allem von den Ansprüchen, die sie an ihn hat und die er nicht erfüllen kann. Er erzählt aber auch von seinen Wünschen. Auf eigenen Beinen möchte er stehen, nicht mehr abhängig sein, einen Beruf lernen und eine eigene Wohnung. Und wenn er dann noch das richtige Mädel kennen lernen würde, so eine, mit der man durch dick und dünn gehen kann, dann wäre sein Leben perfekt. Katharina erkundigt sich bei ihm, ob er schon bei der Jugendberufsagentur war. War er schon, und er findet es auch in Ordnung, wenn sich die Sozialarbeiterin mit der Jugendberufsagentur in Verbindung setzt. Gerade bei Problemen mit einer eigenen Wohnung ist diese Institution wichtig, genauso wie beim Planen der beruflichen Zukunft. Ein Telefonat mit dem zuständigen Ansprechpartner ergibt, dass es möglich sei, für Marcel eine eigene Wohnung zu genehmigen. Marcel ist erleichtert. Mit Ämtern hat er es nicht so, und dass ihm da jemand hilft, beruhigt ihn.

Mittlerweile ist auch Tim ins P20 gekommen. Er kommt von einem Hausbesuch bei einem seiner Schützlinge zurück. Ob er Lust auf eine Runde Kicker hätte, fragt er Marcel. “Klar, warum nicht.“ Marcel ist gut, aber Tim ist besser. Er zeigt ihm einige Tricks und die beiden kommen ins Gespräch. Tim erfährt, dass Marcel gerne im Baubereich arbeiten würde. Ob es nicht vielleicht besser wäre, zuerst ein Praktikum in einer Baufirma zu machen, schlägt Tim vor. “Dann bekommst du einen Eindruck von den Anforderungen in dieser Branche.“ Marcel findet, dass das gar keine so schlechte Idee ist. Zusammen mit Tim schreibt er Bewerbungen. Auch ein Lebenslauf ist notwendig und ein Bewerbungsfoto. Das bekommt Marcel von Peter, professionell gestaltet, retuschiert und kostenlos. Marcel kann es gleich in seinen Lebenslauf einfügen und die ersten vier Bewerbungen gehen auf den Weg.

Inzwischen sind einige Wochen vergangen seit jener Nacht, in der Marcel

durch die Straßen gelaufen ist, ohne Ziel und ohne Perspektive. Er kommt jetzt regelmäßig ins P20. Auch an den Veranstaltungen, die dort stattfinden, hat er Spaß. Besonders das gemeinsame Kochen hat es ihm angetan. “Die Pizza ist echt super“, schwärmt er. Auch die Besuche im Stadtmuseum und im Escape-Room fand er spannend. Aber am besten ist für ihn die Zusage für ein zweiwöchiges Praktikum in einem Stukkateurbetrieb, das er in drei Wochen anfangen kann.

Text: Peter Bügler
P20 Jugendberatung
Pirmasenser Straße 20



Beauty & Fitness

1. Aktive Ladies – Alleestraße 19-21
2. Arzu's Salon – Pirmasenser Straße 15
3. Beauty by Natali – Pirmasenser Str. 10
4. Christine Wolf – Alleestraße 3
5. Fahrrad ConRad – Glockenstraße 4
6. Haar Atelier Stugard – Pirmasenser Straße 3
7. Haarun – Grüner Graben 1
8. Hair concept – Pirmasenser Straße 8
9. Iris Zumbach – Grüner Graben 5
10. Kosmetik Bier – Grüner Graben 2
11. Seifenmeyer – Kerststraße 25
12. Union Haarstudio – Grüner Graben 6

Dienstleistungen

1. Änderungsstübchen – Grüner Graben 2
2. An- und Verkauf Basar Reiser – Pirmasenser Straße 25
3. Atchara's Thaimassage – Pirmasenser Straße 12
4. Buchmanufaktur Scholvin – Pirmasenser Straße 2
5. Daruwan Thaimassage – Pirmasenser Straße 3
6. DutyPay – Pirmasenser Straße 1
7. Elektro Honig – Grüner Graben 5
8. Fahrschule Halbgewachs – Alleestraße 12
9. Jugendberatung P20 – Pirmasenser Straße 20
10. Koch- u. Weinschule – Rosenstraße 9
11. Martinas Kochschule – Pirmasenser Straße 5
12. Parkett Hesch – Pirmasenser Straße 33
13. Regal-Piraten – Pirmasenser Straße 14
14. Repair Masters – Pirmasenser Straße 18
15. Ritas Wäscherei & Bügelservice – Alleestraße 20
16. Spiel-In Casino – Pirmasenser Straße 3
17. Urban boxstudio – Pirmasenser Straße 2
18. Vapor Devils – Pirmasenser Straße 11

Essen & Trinken

1. Asia City – Pirmasenser Straße 22
2. Barista – Kerststraße 18
3. BEST Döner – Pirmasenser Straße 21
4. Carla Ohio – Pirmasenser Straße 5
5. Carmeleon – Pirmasenser Straße 25
6. China Town Imbiss – Pirmasenser Straße 23

7 Curry Berlin
Kerststraße 22

8 Die Bohne
Pirmasenser Straße 44a

9 India Palace
Grüner Graben 21

10 Kerst-Cafè
Kerststraße 33

11 Kiosk Tabak & more
Pirmasenser Straße 23

12 Oja Bäckerei
Pirmasenser Straße 24-26

13 Orient Grill
Pirmasenser Straße 4

14 Restaurant 1A
Pirmasenser Straße 1a

15 Somalia Shop
Kerststraße 22

16 WeinSphäre
Alleestraße 19-21

Gesundheit

1 Ank Sanitätshaus
Pirmasenser Straße 7-9

2 Ärztehaus
Pirmasenser Straße 24-26

3 Bären Apotheke
Pirmasenser Straße 24-26

4 Brillenlounge
Pirmasenser Straße 24-26

5 Elenas Physiotherapie
Grüner Graben 3

6 Heilpraktikerin Stephanie Merle
Kerststraße 14

7 Optik-Hauck
Kerststraße 16

8 Rahm Physiotherapie
Pirmasenser Straße 7-9

9 Schuhhaus Clemenz
Pirmasenser Straße 20

Kunst & Kultur

1 Antik Debold
Pirmasenser Straße 14

2 Antiquitäten Rahm-Nebling
Grüner Graben 3

3 Atelier im Unionsviertel
Grüner Graben 2a

4 Buchhandlung blaue blume
Richard-Wagner-Straße 46

5 Eselsohr
Pirmasenser Straße 48

6 Gerds Comicladen
Pirmasenser Straße 37

7 Kultur-Club Salon Schmitt
Pirmasenser Straße 32

8 Soundcheck
Pirmasenser Straße 22

9 Union - Studio für Filmkunst
Kerststraße 24

Mode

1 Frau Becker - viva vintage
Pirmasenser Straße 17

2 Glamourös
Pirmasenser Straße 10

3 Intersport Schlemmer
Kerststraße 27-31

4 Luise
Pirmasenser Straße 46

5 Picobello Mode
Pirmasenser Straße 6

6 Rabenfeder
Kerststraße 24

7 Second Hand
Grüner Graben 8

8 Success
Pirmasenser Straße 1

9 Vilavi Taschen
Grüner Graben 9-110

Spielwaren

1 Spielkiste
Kerststraße 200

Wohnen & Ambiente

1 Betten Ziegler
Kerststraße 21

2 Blumen Michel
Pirmasenser Straße 44

3 Tadros World
Pirmasenser Straße 7

4 Trödelei (Showroom)
Pirmasenser Straße 19

Gute Fette - schlechte Fette - welche Fette?

Einer der am meisten verbreiteten Irrglauben ist, dass Fett ungesund ist; und dieser herrscht leider noch immer. Wie kommt das?

Unser Körper braucht Fett. Fett ist Geschmacksträger. Fettarm oder völlig ohne Fett ist ein Essen ziemlich trostlos. Übrigens: Fett macht nicht fett. Übergewicht und Herzerkrankungen werden heute eher dem hohen industriellen Zucker- bzw. Weißmehlkonsum zugeordnet. Ein amerikanischer Ernährungswissenschaftler namens Ansel Keys hat das Ganze ins Rollen gebracht. In der sogenannten "Sieben-Länder-Studie" (Italien, Jugoslawien, Finnland, Niederlande, Japan, Griechenland und Vereinigte Staaten von Amerika) wollte er seine, in den 1950er-Jahren entwickelte Hypothese beweisen, dass eine Ernährung reich an gesättigten Fetten den Cholesterinspiegel erhöht und folglich ausschlaggebend für Herzkrankheiten ist.

Für die Sieben-Länder-Studie wurden ursprünglich Daten aus 22 Ländern gesammelt. Keys hat jedoch nur die Ergebnisse aus sieben Ländern ausgewählt, um seine Hypothese zu untermauern. Also hat er die Ergebnisse aus den 15 anderen Ländern einfach weggelassen. Nur diese sieben benannten Länder brachten die Belege hervor, um seine Behauptung "gesättigte Fette sind ungesund", zu begründen. Die Daten wurden sozusagen zu seinen Gunsten manipuliert. Das wird heute als großer Betrug betrachtet.

Wie hat es Keys damals geschafft, die breite Masse davon zu überzeugen, dass (gesättigte) Fette ungesund sind? Mittels guter Kontakte geschickt verbreitet - zur großen Freude der Margarine- und später auch der Pharmaindustrie - und nicht zuletzt dank eines hervorragenden Marketings. Soweit zur Vorgeschichte …

Fette sind für den Körper wichtig und sind Bestandteile aller unserer Zellen, vorausgesetzt, es handelt sich um die "richtigen" Fette.

Welche Fette sind die "richtigen" Fette?

Vorweg: "Unsere Nahrung sollte so hochwertig, so ganzheitlich und so natürlich (unverarbeitet) wie möglich sein. Nur dann kann sie gesund und ausgewogen sein." (Zitat aus Literatur der "Akademie der Naturheilkunde", Stans, Schweiz).

Fette werden in die drei unten stehenden Gruppen aufgeteilt. Alle drei sind wichtig, eine davon sogar "essentiell".

Gesättigte Fettsäuren (wie in Fetten tierischer Herkunft, Kokos- und Palmöl) gehören trotz ihres schlechten Rufes zu einer ausgewogenen Ernährung. Allerdings sollten die Butter und das Schweineschmalz von Weidetieren sein und das Kokos- und Palmöl

Kokosöl
enthält zahlreiche Vitamine, Mineralstoffe und Spurenemelemte

sollte die Bezeichnung "Virgin" oder "Nativ" haben. Diese Bezeichnungen geben an, dass es sich um hochwertige, ökologisch vertretbare und minimal verarbeitete Öle handelt. Sie haben einen höheren Schmelzpunkt als ungesättigte Fettsäuren und sind daher

gut zum Braten und Erhitzen geeignet. Kokosöl besteht zum größten Teil aus mittelkettigen Fettsäuren und ist somit leichter verdaulich. Es hilft sogar beim Abnehmen. Kokosöl enthält auch Laurinsäure, die übrigens in der Muttermilch zu finden ist und das "gute" HDL-Cholesterin erhöht. Laurinsäure wirkt antibakteriell und antiviral und unterstützt manche Therapien (z. B. Alzheimer-Therapien).

Einfach ungesättigte Fettsäuren (wie in Olivenöl, Avocado, Mandeln, Haselnüssen, Macadamianüssen, Pecannüssen) sollten möglichst nicht über 180°C erhitzt werden, da sie sehr anfällig für Oxidationsprozesse sind, wenn sie hohen Temperaturen, Licht oder Sauerstoff ausgesetzt werden. Oliven- und Macadamiaöl eignen sich am besten für Salate.

Nüsse und Samen
mehrfach ungesättigte Fette
meist reich an Omega-6-Fettsäure

Mehrfach ungesättigte Fettsäuren (wie in Pflanzenölen, fetten Fischen, Paranüssen, Pinienkernen, Walnüssen) brauchen wir, da sie "essentiell" sind. Der Körper kann sie nicht selber produzieren. Wir brauchen sie allerdings nur in winzigen Mengen.

Man unterteilt sie in zwei weitere Gruppen: Omega 3 (wirkt im Körper entzündungshemmend) und Omega 6 (wirkt entzündungsfördernd). Das Verhältnis zwischen den beiden sollte 1:1 bis 3:5 betragen. Das kann aber niemand selbst messen. Leider übernehmen die Krankenkassen die Test-Kosten beim Arzt nicht. Man muss einen Arzt finden, der einen solchen Test durchführt. Was kann man also selbst machen? Hier einige Tipps:

- Omega 6 (die meisten pflanzlichen Öle, z. B. Sonnenblumen-, Distel-, Maiskeimöl sowie Fertiggerichte, Gebäck und manche Nüsse) stark reduzieren
- Öle zum Braten ersetzen durch gesättigte Fettsäure (Kokosöl und Ghee)
- Nüsse auf eine Handvoll pro Tag reduzieren
- Omega 3 Konsum erhöhen, sprich fette Fische, Samen wie Chia-, Lein- und Hanfsamen essen

Die mehrfach ungesättigten Fettsäuren sind noch anfälliger für Oxidation als die einfach ungesättigten Fettsäuren, d. h. sie werden schnell ranzig oder entwickeln sich zu Transfetten. Und warum ist es wichtig, Transfette zu vermeiden? Die Zellen werden dadurch starr und unbeweglich und somit unsere Gewebe und Organe auch. Das führt zu Krankheiten wie Parkinson, Demenz und Alzheimer.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist, dass die meisten Fette eine Mischung der verschiedenen Fettsäuren sind und dass sie selten nur eine Sorte Fettsäuren enthalten. Auch bei den gesunden Fetten ist ein maßvoller Konsum angebracht.

Fazit:
Fett ist ein hervorragendes Lebensmittel und sollte deshalb nicht gemieden werden. Ob ein Fett gesund ist oder nicht, liegt an seiner Herkunft und wie es verarbeitet wurde. Genießen Sie jeden Biss!

Margaret Altmeier
www.margaret-altmeier.de

Margaret Altmeier ist Expertin für Vitalkost. Ihre Berufung ist es, als Ernährungsberaterin für alle Menschen, die selbst etwas für ihre Gesundheit tun wollen, beratend und begleitend zur Seite zu stehen, für ein gesundes und nachhaltiges Leben.

LUISE

Organic & fair clothing

Pirmasenser Str. 46
67655 Kaiserslautern

Telefon 0631 75012700

Öffnungszeiten:
Mo geschlossen
Di - Fr 12 - 18 Uhr
Sa 10 - 14 Uhr

Die Bohne
CAFFÉ und ACCESSOIRES

Inhaber: Walter Revilloud
Pirmasenser Str. 44 a · 67655 Kaiserslautern
Tel. 0631/41 48 290 · Fax -291 · www.die-bohne-kl.de
E-mail: die.bohne@web.de

Öffnungszeiten:
Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag: 9:30 - 18:00 Uhr
Mittwoch: 17:00 - 20:00 Uhr
Samstag: 10:00 - 15:00 Uhr

Comicladen Kaiserslautern

Comics & Manga
Graphic Novels
Gesellschaftsspiele
Miniaturenspiele
Sammelkartenspiele
Rollenspiele
Merchandising
Bücher & mehr...

Pirmasenser Str. 37
67655 Kaiserslautern
Tel. 0631 / 25126
comicladen.in-kl.de

Öffnungszeiten:
Mo - Fr 11:30 - 19:00 Uhr
Sa 10:00 - 17:00 Uhr

Die Erstellung dieses Magazins wäre ohne die finanzielle Unterstützung des Citymanagements Kaiserslautern nicht möglich gewesen.

Vielen Dank!

CITYMANAGEMENT KAISERSLAUTERN

www.buchhandlung-blaue-blume.de
richard-wagner-strasse 46 67655 kaiserslautern telefon 0631 17108

Erfreulich entwickelt

Leerstandsmanagement im Unionsviertel

Es wird selbst den größten Pessimisten aufgefallen sein, dass unser Unionsviertel vor allem in den vergangenen Monaten eine großartige positive Entwicklung erfahren hat, vor allem hinsichtlich der Leerstände.

Viele neue und erfolgsversprechende Gewerbe haben sich größtenteils ganz bewusst für das Unionsviertel entschieden und sich hier niedergelassen. Es ist allen zu gönnen, dass die Kaiserslauterer das zusätzliche Angebot prüfen und in Anspruch nehmen.

Tag des offenen Leerstands

Unser "Tag des offenen Leerstands" bringt Gewerberaumsuchende, Immobilienanbieter, Förderer und die Aktionsgemeinschaft zusammen. Die ergänzende neutrale Beratung durch Referenten vom Fach sowie der rege Austausch mit Gewerbetreibenden im direkten Umfeld zum begehrten Objekt sind weitere positive Faktoren dieser Aktion. Es gibt kaum eine Möglichkeit, sich intensiver und umfassender über Angebot und Nachfrage zu aktuellen und zukünftigen Vakanzen auszutauschen. Der erste Aktionstag wurde intensiv genutzt, weitere werden folgen (s. Veranstaltungskalender Seite 54).

Willkommenspaket

Neben der allgemeinen aufstrebenden Entwicklung im Unionsviertel ist für neue Gewerbetreibende das Willkommenspaket des Unionsviertels ein großes Plus. Alle neuen Gewerbetreibende sind dazu eingeladen, sich und ihr Unternehmen der Aktionsgemeinschaft zu präsentieren. Die Etablierten sind daran interessiert, die neuen Angebote und Betreiber kennenzulernen, um brauchbare Empfehlungen an die eigenen Kunden weiterzugeben. Zusätzlich bringt der aktive Erfahrungsaustausch gegenseitige Optimierungsideen.

Die Redaktion

Flyer zur Aktion

Neueröffnungen im Unionsviertel seit Herbst 2017

26.05.2018	Pirmasenser Str. 2-4	Buchmanufaktur Scholvin
27.04.2018	Pirmasenser Str. 3	Daruwan Thaimassage
03.04.2018	Pirmasenser Str. 10	Beauty by Natali
03.02.2018	Pirmasenser Str. 46	Luise
02.02.2018	Pirmasenser Str. 24-26	Brillenlounge
26.01.2018	Pirmasenser Str. 5	Carla Ohio
05.01.2018	Alleestraße 19-21*	WeinSphäre
04.01.2018	Grüner Graben 6*	UNION Haarstudio
09.11.2017	Pirmasenser Str. 10	Glamourös
21.10.2017	Pirmasenser Str. 5	Martinas Kochschule
01.09.2017	Kerststraße 22	Curry Berlin

* Umzug innerhalb des Unionsviertels

Aktivbandagen

Therapiegerechte Lösungen für jede Indikation

Ob beim Stehen, Gehen oder Sitzen, ob im Beruf, in der Freizeit oder im Alltag - unsere Gelenke leisten täglich Schwerstarbeit. Belastungen, die auf ein Vielfaches des Körpergewichts ansteigen können, sind keine Seltenheit. Zudem gehen wir häufig nicht gerade sorgsam mit unseren Gelenken um.

Zu wenig Bewegung, gelenkbelastende Tätigkeiten oder falsches Schuhwerk sind nur einige Faktoren, die den Gelenken zu schaffen machen. Aber auch altersbedingte Verschleißerscheinungen oder rheumatische Veränderungen können Auslöser für Beschwerden und Schmerzen sein und die Mobilität einschränken.

Unsere Gelenke sind unentbehrlich für unsere Beweglichkeit. Die Möglichkeiten, etwas für die Gesundheit Ihrer Gelenke zu tun, sind vielfältig.

Schon kleinere Veränderungen im Alltag sowie Bewegung können dazu beitragen. Einige Tipps haben wir im Folgenden für Sie zusammengestellt:

- Bewegen Sie sich täglich.
- Vermeiden Sie Überlastungen, z. B. beim Heimwerken, der Hausarbeit und der Gartenarbeit.
- Achten Sie auf die richtige Haltung, wenn Sie am Schreibtisch oder vor dem PC sitzen.
- Vermeiden Sie einseitige, gelenkbelastende Bewegungen.
- Achten Sie auf dämpfendes Schuhwerk oder weichen Untergrund.
- Wärmen Sie sich vor dem Sport auf und achten Sie auf richtige Bewegungsabläufe.
- Tragen Sie Schuhe mit flachen Absätzen.
- Betreiben Sie gelenkschonende Sportarten, wie Schwimmen, Walken oder Radfahren.
- Hören Sie beim Sport auf die Signale Ihres Körpers und muten Sie sich nicht zu viel zu.
- Tragen und heben Sie schwere Lasten gelenkschonend.
- Achten Sie auf Ihr Gewicht.
- Achten Sie auf eine gesunde Ernährungs- und Lebensweise, denn sie kann vor vielen Krankheiten schützen, auch vor Gelenkbeschwerden.

Zur Vorbeugung und Akutversorgung sowie zur Unterstützung der Rehabilitation steht eine Vielzahl von Aktivbandagen für alle Körperbereiche zur Verfügung.

Durch ihre muskelaktivierenden und stabilisierenden Eigenschaften beschleunigen Bandagen die Regenerationsprozesse. Ihre schmerzlindernde Wirkung motiviert zur Bewegung. Sie verbessern die Eigenwahrnehmung des Körpers und tragen so zu einer langfristigen Stabilisierung bei, indem Fehlhaltungen und Fehlbewegungen ausgeglichen, die Muskulatur gestärkt und Überlastungsmomente verringert werden.

Qualitätsbandagen von Bauerfeind ermöglichen eine angepasste Versorgung für den individuellen Einsatz - genau abgestimmt auf Indikation und Ausprägung der jeweiligen Erkrankung. Die gute Verarbeitung, die Qualität der verwendeten Materialien, die fachgerechte Anpassung und der Einsatz innovativer Technologien sind die optimale Voraussetzung dafür, dass die Aktivbandage perfekt sitzt. Nur dann kann sie optimal wirken. Daher sollten Sie darauf achten, dass langjährige medizinische Erfahrungen mit dem Produkt vorliegen, die beweisen, dass das Produkt auch wirklich die Beschwerden lindern kann.

Bei den Qualitätsprodukten von Bauerfeind haben Sie diese Sicherheit. Die Produkte unterliegen strengsten Qualitätskontrollen und werden entsprechend den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen ständig weiterentwickelt. Innovative Produkte für eine erfolgreiche Therapie sind zunehmend gefragt. Das Ank-Team steht Ihnen gerne bei der Auswahl als kompetenter Ansprechpartner zur Seite.

Ank Sanitätshaus
Pirmasenser Straße 7-9

Gesichter des Unionsviertels

Das Unionsviertel ist für die Anwohner vor allem Lebensraum und bietet den Besuchern in erster Linie ein entspanntes Einkaufserlebnis sowie eine Vielfalt aus Gastronomie und Gesundheitswesen. Darüber hinaus verbringen hier jedoch auch mehr als 300 Geschäftsleute und Angestellte ihre tägliche Arbeitszeit.

Die besonders aktiven unter ihnen haben sich zur Aktionsgemeinschaft zusammengeschlossen. Ihr Ziel ist es, durch Eigeninitiative das Viertel als Wohn- und Arbeitsraum in der Öffentlichkeit präsent zu machen und die Lebensqualität für Anwohner und Besucher weiter zu verbessern. Durch ihren ständigen Einsatz halten sie das Quartier sauber, organisieren die Begrünung der Straßenlaternen, gestalten gemeinsam das Magazin, welches Sie gerade lesen und erreichen damit ein Lebens- und Einkaufserlebnis fernab von hektischen Malls und Einkaufsstraßen.

Einige der insgesamt über 30 aktiven Mitglieder der Aktionsgemeinschaft haben wir gefragt, was sie an "ihrem" Viertel schätzen und was sie motiviert, sich aktiv in die Entwicklung des Unionsviertels einzubringen. Die Ergebnisse sind so vielseitig wie die Menschen, die hier wohnen und arbeiten.

Gemeinsam sind wir stark! Deshalb sind wir mit Stolz von Anfang an dabei.

Susanne Franz
Aktive Ladies

Uns gefällt es, dass wir aufeinander zugehen.

Herr und Frau Sahin
Änderungsstübchen

Nur die Gemeinschaft im Unionsviertel macht uns stark und interessant für die Zukunft

Oliver Konrad
Barista Café

Eine lebendige Innenstadt braucht Gemeinsamkeit.

Morphy Burkhart
buchhandlung blaue blume

Das herzliche Willkommen hat mich überzeugt.

Sven Lechner
Curry Berlin

Weil DutyPay mit seinen internationalen Mitarbeitern einen Impuls für die Neuausrichtung des Unionsviertels geben kann.
Alexander Gansel
DutyPay

Mir gefällt die gegenseitige Wertschätzung. Wir bilden ein Bindeglied in einer Kette.

Thorsten Stugard
Haaratelier Stugard

Unsere Gemeinschaft zeigt Vielseitigkeit und macht uns stark.

Stephanie Merle
Heilpraktikerin

Tolles aufstrebendes Quartier mit eigentümergeführten Geschäften, vielen tollen Aktionen und Ideen.

Martina Stähler
Martinas Kochschule

Ich bin überzeugt davon, dass eine Gemeinschaft mehr bewegen kann. Es hat sich bewährt und ist für alle sichtbar geworden.
Martina Menzner
Picobello Mode

Wer will, wird einbezogen: Kunden, Anwohner, Gewerbe, Gäste ... Perfetto

Martial
Restaurant 1A

Das Unionsviertel hat ein Herz für Kinder. Das kommt auch bei unseren Kunden gut an.

Angelika Schott
Spielkiste

Mir sind die gegenseitige Unterstützung und ein gutes Miteinander wichtig.

Doris Jünemann
Success

Das familiäre Miteinander gefällt uns und unseren Kunden sehr.

Danil Yoranow
Urban Boxstudio

Das Unionsviertel als Gesamtes stellt die Vielfalt der Angebote für unsere Kunden in den Mittelpunkt.

Heribert Braun
WeinSphäre

Gewürze - Kriegstreiber, Heilmittel und das A&O der Kochkunst

Gewürze haben seit Jahrtausenden enormen Einfluss auf Leben, Handel und Medizin. Mit exotischen und heimischen aromatischen Gewürzen verfeinern wir unsere Speisen. Sie sind unverzichtbarer Bestandteil volkstümlicher Heilmittel und moderner Medikamente. Unseren Räumen und Hygieneartikel verleihen sie einen angenehm süßen Duft.

Wir verdanken Gewürzen Sprichwörter wie “In der Kürze liegt die Würze”, “dorthin, wo der Pfeffer wächst“, “das Salz in der Suppe“ und viele mehr. Der Handel mit Gewürzen bescherte der Geschichte aber auch dramatische Kapitel. Besonders kühne Kapitäne sowie Entdecker stürzten sich auf der Suche nach begehrten Gewürzen in wagemutige Abenteuer. Völker und Händler führten Kriege um Anbaugebiete, Handelswege und Vertriebsmonopole.

Gewürze wurden bereits um 3500 v. Chr. von den Ägyptern für Speisen, Kosmetik, Medizin und auch für die Mumifizierung genutzt. Die Alten Ägypter waren sehr einfallsreich und durch die ersten Handelsbeziehungen kannten sie bereits Gewürze wie Salz, Schwarzkümmel, Sesam, Koriander, Cumin (Kreuzkümmel), Wacholderbeeren, Dill, Thymian, Senf, Kassiazimt, Fenchel, Majoran und Thymian. Nicht gesichert sind Anis und Salbei. Erst in griechisch-römischer Zeit (ca. 330 v. Chr. - 400 n. Chr.) würzten die Ägypter ihre Speisen auch mit Pfeffer.

Über 5000 Jahre lang kontrollierten arabische Stämme den Gewürzhandel, der sich vom vorderen Orient bis zum östlichen Mittelmeerraum und bis nach Europa hinein ausdehnte. Auf gefährlichen und abenteuerlichen Routen beförderten Kamel- oder Eselkarawanen Zimt, Kardamom, Kurkuma, Weihrauch und ähnliches. Die Reisen starteten in China, Indonesien, Indien oder Ceylon (heute Sri Lanka). Chinesische Kaufleute segelten zu den Gewürzinseln (den heutigen indonesischen Molukken) und brachten volle Schiffsladungen zu den Küsten Indiens und Sri Lankas, um dort mit arabischen Kaufleuten Handel zu treiben. Die Araber waren natürlich da-

Die **Gewürzroute** war der Seeweg von Europa nach Indien und zu den Gewürzinseln Hinterindiens (Molukken).

Die Route führte zunächst von Lissabon um das Kap der Guten Hoffnung nach Ostafrika und über das Arabische Meer bis nach Goa, Calicut und Cochin an der Mallabarküste im Westen Indiens. Von dort aus führte sie um Indien und Ceylon (Sri Lanka) herum über den Golf von Bengalen, durch die Straße von Malakka, über die Sunda- und die Bandasee zu den Gewürzinseln, vor allem Ambon, Tidore und Ternate.

rauf bedacht, sowohl ihre Lieferanten als auch die Gewürzrouten geheim zu halten.

Doch durch den verschwenderischen Verbrauch im römischen Reich, stieg die Nachfrage stetig. So wurde es immer wichtiger, das arabische Monopol zu brechen und eine eigene Route nach Indien zu finden. Durch Expansion, Kriege, Handelsbeziehungen und Aufbau einer Flotte gelang es dem römischen Reich bald an die begehrten Waren zu gelangen.

Mit dem Einmarsch römischer Legionen in fremde Reiche ging die Verbreitung von Wissen und Lebensgewohn-

heiten einher. Somit ist es nicht verwunderlich, dass viele Kräuter, Gewürze, Öle und Düfte sich rasch in Nordeuropa verbreiteten und etablierten.

Als Folge der Kreuzzüge ab 1000 n. Chr. wurden Gewürze aus dem Orient zunehmend beliebter. Lissabon, Venedig und Genua wurden zu Handelszentren und Schiffe, die Kreuzritter in das Heilige Land brachten, kehrten mit Gewürzen, Seide und Juwelen zurück. Gewürze waren selten und darum ebenso wertvoll wie Silber und Gold - der Handel blühte erneut.

Die aufregenden Reisen des Marco Polo (zwischen 1271 und 1295), verhalf nachfolgenden Generationen zu unglaublichem Reichtum und läutete eine neue Ära der Entdecker, Seefahrer und Händler ein. Europäische Seefahrer suchten wie besessen den besten Seeweg nach Indien und dem Orient. Der Portugiese Vasco da Gama entdeckte ihn als erster, indem er das Kap der Guten Hoffnung umsegelte. Zwar war der Empfang im südlichen Pazifik nicht besonders freundlich, doch konnte er seine Schiffe mit Muskatnüssen, Gewürznelken, Zimt, Ingwer und Pfefferkörnern beladen. Bei seiner Rückkehr 1499 feierte man ihn als Helden. Die indischen Herrscher von Calicut stimmten einer Handelspartnerschaft schriftlich zu.

Zwischen dem 13. und 16. Jahrhundert lieferten sich die Hanse, ein Zusammenschluss vorwiegend norddeutscher Kaufleute, heftige Gefechte, unterstützt durch Handels- und Seeblockaden, um Handelswege, aber auch um Handelsmonopole. Dabei spielte der Gewürzhandel eine tragende Rolle.

Im späten 18. Jahrhundert drängte sich eine weitere Nation auf den Weltmarkt. Neben den Holländern, Briten, Spaniern und Portugiesen kämpften die Vereinigten Staaten von Amerika um die begehrten Waren. Mit den wendigen Schnellseglern von Neuengland war es einfach, Anbaugebiete von Pfeffer aufzuspüren. Die Kapitäne waren geschickte Händler und kehrten voll beladen mit dem besten Pfeffer aus Sumatra nach Salem in Massachusetts zurück. Salem, entwickelte sich zum Zentrum des Pfefferhandels und bei einem möglichen Profit von 700 Prozent wurden die Schiffseigner die ersten Millionäre.

Dennoch waren diese Reisen nicht ungefährlich. Eine Reise konnte zwei bis drei Jahre dauern und barg viele Gefahren und Probleme.

Heute scheint es uns ganz selbstverständlich, überall und jederzeit exotische Zutaten kaufen zu können und kaum vorstellbar, dass ein einfacher Mann für eine Hand voll Samen früher sehr hart arbeiten musste. Sklaven wurden beispielsweise für Pfefferkörner verkauft, für ein Pfund Muskatblüte bekam man drei Schafe. Die Hafenarbeiter in London mussten sogar ihre Taschen zunähen, damit sie kein einziges Pfefferkörnchen stehlen konnten.

Einst wurden um die Würze des Lebens Schlachten geschlagen, die den Aufstieg ganzer Reiche bestimmten. Heute verlassen wir uns selbstverständlich auf unser Küchenregal, um unser tägliches Essen und damit auch das Leben zu verfeinern. Dies gelingt, je nach Kochkunst bzw. Auswahl und Fülle im Gewürzregal gut oder besser. Stellen wir uns den rauchigen Duft von gebratenem Lamm mit Kreuzkümmel und Spinat vor oder ein dampfendes Curry, das nach Koriander und Knoblauch riecht. Noch bevor wir die Speisen probieren, regt das Aroma der Gewürze unseren Appetit an und verspricht herrliche Gaumenfreuden.

Neben Salz und Pfeffer sollten in jeder Küche folgende Gewürze griffbereit stehen: Chili, Kreuzkümmel (nicht zu verwechseln mit Kümmel), Curry (bestenfalls in verschiedenen Mischformen), Muskat, Zimt, Nelke, Wacholderbeere, Vanilleschote sowie Kümmel. Außerdem sollten sich getrocknete Kräuter hinzugesellen: Salbei, Thymian, Rosmarin und Bohnenkraut. Wenn Sie dazu noch frische Zutaten zum Einsatz bringen ...
hmmm: Ingwer, Knoblauch und verschiedene Zwiebelsorten.

Bei den Regal-Piraten erhalten Sie mehr als 300 verschiedene Gewürze, Kräuter und Gewürzmischungen von "Herrmann Gewürze", mit denen Sie Ihre Speisen individuell und abwechslungsreich würzen können. Wie die einzelnen Zutaten optimal aufeinander abgestimmt werden, erfahren Sie in einem der Kurse in Martinas Kochschule. Und wenn Sie keine Lust haben, selbst zu kochen, lassen Sie sich doch im Restaurant 1A verwöhnen. Hier versteht man sich bestens auf die passenden Gewürze für die verschiedenen Gerichte.

Philipp Proßwitz
Regal-Piraten
Pirmasenser Straße 14

Ob Sprunggelenk, Knie, Wirbelsäule, Hand, Ellenbogen oder Schulter: Wenn die Gelenke schmerzen,helfen Bauerfeind Train Aktivbandagen

Wir beraten Sie gern.

ANK
Sanitätshaus + Orthopädietechnik GmbH

Kaiserslautern:
Pirmasenser Str. 7 – 9, Tel.: 0631/8929201
Königstr. 125, Tel.: 0631/201033
www.ank-sanitaetshaus.de

AUTORISIERTER QUALITÄTSPARTNER DER MARKE BAUERFEIND
Medizinische Hilfsmittel ••• MADE IN GERMANY
BAUERFEIND®

ÄNDERUNGSSTÜBCHEN

Vural Şahin

Öffnungszeiten
MO - FR 8:30 - 19:00
SA 8:30 - 16:00

Grüner Graben 2
67655 Kaiserslautern
Tel: 0 631/361 27 29

Margaret Altmeier

Ganzheitliche Ernährungsberatung

Für eine Ernährungsberatung gibt es viele Gründe:

- ausgewogene Kost für Senioren
- Übergewicht, Stoffwechsel ankurbeln
- optimale Ernährung für Hobby-Sportler
- Ernährung bei Lebensmittel-Allergien oder -Intolenanzen...

Ich lade Sie zu einem kostenlosen und unverbindlichen Kennenlern-Gespräch herzlich ein.

Stresemannstrasse 146 · 67663 Kaiserslautern · **Telefon 0631 - 34 10 01 59**
margaret.altmeier@web.de · margaret-altmeier.de

Lauftherapie / Laufen lernen
im eigenen, gesundheitsorientiertem Tempo

fit in den Frühling!
in Kaiserslautern und im Landkreis Kusel

www.Laufschule-Bergs.de
info@laufschule-Bergs.de

Günther Bergs
Lauftherapeut (DLZ)
Vorstandsmtglied Adipositas Netzwerk RLP
Mühlweg 3
66887 Glanbrücken
Tel.: 06387 / 1284

Meine Angebote:
Neue Kurse ab April 2018

- Grundkurs – eine halbe Stunde laufen zu können
- Aufbaukurs – etwa eine Stunde laufen zu können
- Bewegungskurs – etwa eine Stunde ausdauernd wandern
- Einzelbetreuung / Personal Training nach Absprache

Fotoservice-KL

Foto - Video - virtuelle Rundgänge - Dia-Scan

www.fotoservice-kl.de

Lautern liest - auch im Unionsviertel

Keine andere Kulturtechnik, die wir in den letzten fünf Jahrtausenden entwickelt haben, ist in so kurzer Zeit so bedroht worden wie die des Lesens. Dabei ist unser Leben ohne sie nicht mehr denkbar.

Sich auf einen Text zu konzentrieren, Charaktere, komplexe Zusammenhänge oder sprachliche Finessen zu erkennen, den Text also zu erfassen, erfordert Konzentration und Zeit. Zeit, die wir zunehmend nicht mehr zu haben glauben.

Dies zu beklagen wäre obsolet. Es ist eine Tatsache.

Aber man sollte an dieser Stelle daran erinnern, was wir verlieren würden, wenn wir nicht mehr lesen (könnten). Lesen bildet, informiert und unterhält. Selbst die digitale Welt funktioniert nicht ohne Lesen. Lesen ist quasi die ursprünglichste Kommunikationsmöglichkeit, obwohl Lesen auf den ersten Blick eine einsame Tätigkeit ist. Indem wir schwarze Krakel auf Papier schreiben und einen Code vereinbart haben, der es anderen ermöglicht, sie zu entziffern, treten wir miteinander in Verbindung, auch wenn wir uns nie gesehen haben, in anderen Gegenden wohnen oder in anderen Zeiten leben. Und das simple Mittel dafür ist ein Blatt Papier und ein Stift.

Je besser wir die Technik "Lesen" beherrschen, desto schwierigere Botschaften können wir mit ihr austauschen. Und das ganz Wunderbare dabei ist, üben können wir in vielfältiger Art und Weise, ernst und bedeutsam, aber auch spielerisch und mit großem Spaß. Viel von der spielerischen und freudvollen Seite des Lesens bildet das Grundgerüst des Lesefestivals "Lautern liest". Bereits zum siebten Mal findet das bundesweit einzigartige Kaiserslauterer Festival statt. Es geht nicht um eine Stadt und ein Buch, oder um Stars und Sternchen des Literaturbetriebs oder um Schauspieler, die vergessene Klassiker auf die Bühne holen.

Vom 5. bis zum 16. Juni 2018 werden wieder Buchhandlungen, Bibliotheken, Schulen, Museen, Theater, Kirchen, Geschäfte und Vereine der Stadt unter dem diesjährigen Motto "lesen - leben - arbeiten" zu den verschiedensten Lesungen, Veranstaltungen und Aktionen an den unterschiedlichsten und ungewöhnlichsten Orten in der Stadt einladen. Auch im Unionsviertel beteiligen sich eine ganze Reihe von Geschäften und Einrichtungen.

"Lautern liest" feiert das Lesen und die Leser

Seit 5 Jahren in Kaiserslautern

REGAL PIRATEN

Fach mieten - Ware verkaufen - Geld verdienen

Ab sofort dauerhaft bei uns:

Spezialitäten aus aller Welt HERRMANN Gewürze

Bären Company Fruchtgummi vom Feinsten

barcode BERLIN • FETISH • GEAR

Pirmasenser Str. 14 in Kaiserslautern, Telefon 0631 84 24 10 83
Mo-Fr 10-13 und 14-18 Uhr, Sa 10-14 Uhr, www.regal-piraten.de

In der P20-Jugendberatung kannst Du Dich in allen Lebenslagen beraten lassen

- unbürokratisch
- kostenlos
- vertraulich

Erreichen kannst Du uns
Montag - Donnerstag 11 bis 16 Uhr
Freitag 11 bis 15 Uhr
jeden zweiten Dienstag im Monat 18 - 21 Uhr
Oder mobil per WhatsApp 0157 5069 4959
Tel. 0631 - 205 78371
und bei Facebook

P20 JUGENDBERATUNG

Agentur Siebenpunkt

Von der Gestaltung bis zum Druck bieten wir Ihnen unter anderem:

- Aufkleber
- Firmenlogo
- Infobroschüren
- Visitenkarten
- Beschriftungen
- Flyer
- Kalender
- Werbeartikel
- Briefpapier
- Homepage
- Plakate

Andreas Neuefeind
Schumannstr. 5
67655 Kaiserslautern

Telefon 0175 8435110
info@agentur-siebenpunkt.de
www.agentur-siebenpunkt.de

WERBEN
IN UNSEREM MAGAZIN?

GERN
VERÖFFENTLICHEN WIR AUCH IHRE ANZEIGE.

Alle Infos und Kontaktmöglichkeiten finden Sie im Impressum (S. 52)

Das Unionsviertel beteiligt sich an der Aktion "Lautern liest" mit "Afterworks". Diese sollen sowohl kleine literarische Häppchen, als auch ein Stück Arbeitswelt abbilden.

Zusätzlich gibt es am 12. Juni 2018 ab 19:30 Uhr in der blauen blume "Lyrik der Welt – poesia latina" mit Theo Schneider (ehem. SWR).

Das Programm war zum Redaktionsschluss leider noch nicht vollständig. Aktuelle Informationen finden Sie unter **www.lautern-liest.de**. Wenn Sie selbst noch eine Idee haben oder aktiv bei "Lautern liest" mitwirken wollen, melden Sie sich doch einfach in der buchhandlung blaue blume.

blaue blume im "Börsenblatt des Deutschen Buchhandels"

Mit einer Auflage von knapp 10.000 Exemplaren pro Woche ist das "Börsenblatt des Deutschen Buchhandels" das auflagenstärkste Fachmagazin für Beschäftigte in der Buchbranche.

Im redaktionellen Bericht im Februar 2018 wurden Ausrichtung und Vermarktungskonzepte von sechs ausgewählten Buchhandlungen in der Pfalz vorgestellt, die sich, trotz Sitz in einer strukturschwachen Gegend, erfolgreich behaupten können. Zusammengefasst kann das lesbare Lob für die blaue blume Kaiserslauterns folgendes hervorheben: das bemerkenswerte Sortiment, die Literaturdienstage mit berühmten Autoren, die Literarturcafés mit Inszenierungen und die ausgeprägten Kontakte zu Initiativen und Instituten. Ein besonderer Ausschlag für die positive Berichterstattung über die blaue blume wird wie folgt beschrieben:

"Dass Stadtmarketing nicht nur wirtschaftlich aufgestellt sein darf, wurde Burkhart und Scheithauer (Anm. d. Red.: die Betreiber der blauen blume) über die Initiative "Unionsviertel" bewusst, in der sich mehr als 30 Einzelhändler des Stadtquartiers engagieren." Und abschließend bemerkt das Fachblatt: "Für sein Engagement hat das Team der blauen blume 2016 den Buchhandlungspreis bekommen."

buchhandlung blaue blume
Richard-Wagner-Straße 46

Stadtbildpflege in freundlicher Kooperation mit Unionsviertel

Zu Beginn dieses Kapitels zitiere ich ein Gespräch, dass so tatsächlich im vergangenen Herbst nahezu wortgetreu stattgefunden hat. Und mir ist bewusst, dass die Schnittstelle der Blickwinkel die Realität ergibt.

Am Folgetag eines, für Kaiserslauterer Verhältnisse, recht heftigen Sturms eilte ich durch eine Straße des Unionsviertels. Ein kurzer Blick in einen Laden, es wird mir Gesprächsbedarf angezeigt. Der Ladenbesitzer fragt mich, wann wir kämen, um die Masse an nassen Blättern vor seinem Laden zu entfernen. Er warte nun schon den halben Tag, sein Laden wäre so kaum zu betreten und er hätte deshalb heute noch keinen einzigen Kunden gehabt. Ich erklärte, dass eine tolle Gruppe von Enthusiasten während ihrer Freizeit an einigen Samstagen das Unionsviertel sauber hält. Aber wenn er aufgrund fehlender Kunden Zeit hat, könne er sich doch einfach einen Besen nehmen und die Blätter selbst entfernen, zumal er vermeintliche Umsatzeinbußen dadurch vermeiden könne. Er zeigte sich nicht nur uneinsichtig, sondern stocksauer. Schließlich sei das unsere Aufgabe und sowieso eigentlich die Aufgabe der Stadtbildpflege, für die er auch bezahle. Ich blieb gelassen und erwiderte, dass nach einem Sturm viele Blätter in der Stadt herumfliegen. Da käme die Stadtbildpflege einfach nicht nach. Aber er verzog sich wieder in seinen Laden, die Blätter blieben noch einige Tage liegen und sein Umsatz wahrscheinlich am Boden. Beim besten Willen, ich kann hier keine Schnittstelle der Blickwinkel erkennen. Es handelt sich offensichtlich um Paralleluniversen.

Es hat sich dennoch gezeigt, dass unser Viertel einen Wettbewerbsvorteil alleine dadurch erzielt, dass wir einen gewissen Grad an Sauberkeit halten. Dies wird auch bei den Verantwortlichen der Stadt gesehen. Unter anderem unterstützt uns das Citymanagement mit einem Förderbetrag, sodass wir Reinigungsmaterial für unsere Aktionen kaufen können.

Wir freuen uns ganz besonders über die jüngst vereinbarte Zusammenar-

beit mit der Stadtbildpflege. Bei einem Treffen mit Herrn Ernst Gabriel, der für die Öffentlichkeitsarbeit der Stadtbildpflege verantwortlich ist, wurden einige Übereinkommen getroffen. Diese erstrecken sich über Materialverfügung, fachliche Unterstützung bei problematischen Verunreinigungen und gemeinsamer Öffentlichkeitsarbeit.

Selbstverständlich nahm das Unionsviertel auch in diesem Jahr wieder an der Lautrer Kehrwoche teil, seit 2016 bereits zum dritten Mal in Folge. Derartige Aktionen wecken das Bewusstsein für die Sauberkeit der eigenen Stadt. Es ist selbstverständlich, dass sich verantwortungsvolle Bewegungen, wie es die Aktionsgemeinschaft und der Förderverein des Unionsviertels durchaus sind, hierbei aktiv einbringen.

Als sich die Aktionsgemeinschaft im Herbst 2015 zusammenschloss, um das Unionsviertel neu auszurichten und zu optimieren, prägten drei Aufrufe den Schlüssel zum Erfolg: Gemeinsamkeit, Fröhlichkeit und Sauberkeit. Faktoren, die kein Geld kosten, schnell umzusetzen sind und Herausstellungsmerkmale darstellen, die ein Geschäftsmodell zu einer Marke werden lassen können.

Wir sollten weiterhin daran festhalten, denn wir sind gut damit gefahren.

Deshalb werden wir auch zu zukünftigen Terminen gemeinsamer Reinigungsaktionen aufrufen. Zusammen macht es einfach mehr Spaß, es wird mehr erreicht und man lernt immer wieder Menschen kennen, die ein ähnliches Engagement zeigen. Erfreulich ist, dass sich zunehmend auch Außenstehende dazugesellen und helfen. Deshalb hängen wir nach der "Kehrzeit" noch einen "Kehraus" an, damit bei einem gemeinsamen Abschlussgetränk das Erreichte bejubelt werden kann. Die bereits feststehenden Termine liegen jeweils an den Samstagen vor den verkaufsoffenen Sonntagen, von 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr mit Treffpunkt bei den Regal-Piraten.

Und noch ein Wort zu den Blickwinkeln. Es kann jeder sehen wie er will. Meine Sicht der Dinge ist, dass es schon ein großer Beitrag für den eigenen Laden, für die bewohnte Straße und die eigene Stadt ist, wenn "ein jeder vor seiner eigenen Tür kehrt". Und wenn man sich dann noch einen kleinen Schritt weiter wagt und sich ab und zu unserer Kehrzeit anschließt, ist das der richtige Weg.

Matthias Quinten
Redaktion

Fotos:
Peter Bügler

MATINEE

MIT DEM TRIO BELLE ÉPOQUE

Sonntag,
17. Juni 2018

im Mengeshof, Alleestr. 14
11:00 bis 14:00 Uhr

UNIONS VIERTEL Kaiserslautern

Sie erhalten Ihre Eintrittskarte in den folgenden Geschäften im Unionsviertel:

In der Zeit der Belle Époque ist unser Unionsviertel entstanden. Ihr widmen wir den Historischen Stadtlehrpfad, der mit dieser Matinee eröffnet wird.

Eine Hommage an die Belle Époque singt und spielt die junge Musicalsolistin des Pfalztheaters Adrienn Cunka mit musikalischer Begleitung durch Frank Kersting und Markus Munzinger.

Genießen Sie "Belle Èpoque" vom Feinsten, umrahmt vom historischen Ambiente eines schönen Innenhofs im Herzen des Unionsviertels.

Mit Ihrer Spende in Höhe von 20,00 EUR helfen Sie, den Historischen Stadtlehrpfad zu finanzieren. Wir bedanken uns mit einer Eintrittskarte und einem Mittagessen. Auf Wunsch erhalten Sie eine steuerlich anerkannte Spendenquittung.

10:00 Uhr Einlass (freie Sitzplatzwahl)
11:00-13:00 Uhr Konzert Belle Époque
ab 13:00 Uhr freier Eintritt zu

- Mittagessen
- Zusammensitzen bei Kaffee und Kuchen
- Theatergruppe der Röhmschule "Feine Gesellschaft"

1. Historischer Stadtlehrpfad

Förderverein lädt Spender zur Matinee ein

Schlendert man in Paris durch die Arkaden im Stadtteil Marais rund um den Place de Vosges fällt auf, dass viele Menschen vor einem der wunderschönen Häuser verharren. Das Gleiche ist im Komponisten-Quartier in Hamburg und vielen anderen Städten zu beobachten. Und oft sind gleich in der Nachbarschaft gemütliche Cafés mit entsprechendem Bezug zu finden.

Ganz in unserer Nähe, in Otterberg, findet sich ebenfalls ein solches Phänomen. Aber was lässt die Leute stillstehen, sich Zeit nehmen und Interesse zeigen?

An den Häusern sind Hinweisschilder angebracht. Sie geben Auskunft über die ehemaligen prominenten Bewohner, über die Besonderheit des Baustils oder über den markanten Ort, der möglicherweise ein geschichtliches Erbe trägt.

In den genannten Beispielen sind es übrigens das ehemalige Wohnhaus in Paris von Victor Hugo, das Geburts- und Wohnhaus von Johannes Brahms in Hamburg und in Otterberg berichtet ein Schild mit Bild der Titanic, dass die ehemaligen Bewohner des Anwesens Opfer des Untergangs der Titanic waren.

Der Förderverein Unionsviertel Kaiserslautern e.V. hat die Idee entwickelt, Schilder anzubringen, die über die Baudenkmäler im Unionsviertel berichten, mit Baujahr, Besitzer, ansässigen Gewerben von damals und heute, Anekdoten und Erzählenswertem. Aneinandergereiht erzählen Sie vom Leben und Wohnen in einem sich permanent entwickelnden Quartier.

Anfangs sah dieses Vorhaben wie eine recht triviale Aufgabe aus. Aber zunehmend zeigte es sich, warum es bislang erst in wenigen Städten gelungen ist, einheitlich und zusammenhängend über die Stadtgeschichte zu erzählen. Dies ist im Theodor-Zink-Museum beispielhaft und wunderbar gelungen. Aber - zumindest in Kaiserslautern - trotz einzelner Ansätze noch nicht unter freiem Himmel.

Nach 18 Monaten Arbeit lädt das Organisationsteam am 17. Juni 2018 zur Matinee anlässlich der Eröffnung des 1. Historischen Stadlehrpfades im Unionsviertel ein. Veranstaltungsort ist der Mengeshof, Alleestr. 14.

Organisationsteam
Ingrid und Klaus Bremer
Luise und Wolf Nöhren
Ulrike Koch-Göbel
Dr. Dorothee Menges
Dieter Burghaus
Doris Jünemann
Matthias Quinten

Unterstützung bei Recherche
Stadtarchiv Kaiserslautern

Inhaltliche Prüfung
Dr. Bernd Klesmann

Layout und Produktion
Peter Götz (Götz Marketing)

Übersetzungen
Florence Kernech (Burggymnasium)
Kristina Knopf
Marie Jaenicke

Marketing
Agentur Siebenpunkt

Finanzierung
Familie Martin Drumm
Richard-Menges-Stiftung
Stadtsparkasse Kaiserslautern
Citymanagement Kaiserslautern
DutyPay
Immobilien Kafitz
Hauseigentümer
Teilnehmer der Eröffnungsfeier

MATINEE

MIT FRENCH TOUCH

Sonntag,
26. August 2018

11:00 bis 14:00 Uhr
im Mengeshof, Alleestr. 14

UNIONS VIERTEL Kaiserslautern

Vorverkauf: 5,- EUR, Tageskasse: 7,- EUR
als Spende für den Aufbau des Historischen Stadtlehrpfades
Genießen Sie französische Leckereien und ausgewählte Weine
sowie Kaffee & Kuchen bei bester französischer Musik.

Kartenvorverkauf im Unionsviertel bei

success · blaue blume · WeinSphäre · REGAL PIRATEN · Die Bohne · AKTIVE LADIES

Unterstützen Sie uns!

Stadtentwicklung wird aufgrund vieler Faktoren zunehmend schwieriger. Aber wir stecken den Kopf nicht in den Sand. Wir packen es an und optimieren das Unionsviertel - beispielhaft für alle anderen Viertel in Kaiserslautern.

Hierfür hat sich neben der Aktionsgemeinschaft der Gewerbetreibenden auch der Förderverein Unionsviertel Kaiserslautern e.V. gegründet. Wir halten das Viertel sauber, feiern gemeinsam, zeigen Respekt füreinander, fördern kulturelle Aktionen und das historische Andenken. Das Unionsviertel liegt im Zentrum der Stadt. Hier verbringen viele Menschen Zeit, um dort zu verweilen, zu leben und zu arbeiten. Diese Menschen sollen sich dort wohlfühlen. Dafür engagieren wir uns. Unsere Aktivitäten bringen zunehmend Menschen zueinander, Menschen die mithelfen, Menschen die Hilfe benötigen und Menschen, die ihr Umfeld aktiv und positiv verändern wollen.

Ob Sie über unsere Aktivitäten informiert oder zu Veranstaltungen eingeladen werden wollen, ob Sie mithelfen, mitmachen oder unterstützen wollen. Füllen Sie den Fragebogen aus und geben Sie diesen an uns weiter. Wir freuen uns auf Sie!

Meine Rückmeldung an den Förderverein Unionsviertel Kaiserslautern e.V.

Ich begrüße die Aktivitäten des Fördervereins und möchte mich daran beteiligen.

- ☐ Informieren Sie mich bitte über Ihre Aktivitäten.
- ☐ Ich möchte Sie aktiv bei von mir ausgewählten Aktivitäten unterstützen.
  - ○ Kunstausstellung
  - ○ Musikalische Auszeit
  - ○ Kehrzeit
- ☐ Laden Sie mich bitte zu Ihren Veranstaltungen ein.
- ☐ Ich möchte Sie bei der Unterhaltung der Blumenampeln unterstützen.
- ☐ Ich möchte Ihre Aktivitäten finanziell unterstützen.

Anrede _____ Vorname _____ Nachname _____

ggf. Organisation / Firma _____

Straße _____

PLZ, Ort _____

Telefon _____

E-Mail _____

Datum, Unterschrift _____

Da wir ein eingetragener Verein mit gemeinnütziger Anerkennung sind, können wir auf Wunsch bei finanziellen Zuwendungen Spendenbescheinigungen ausstellen.

Bitte geben Sie Ihre Rückmeldung in einem der Ladengeschäfte ab, die der Aktionsgemeinschaft angehören (s. Seite 35/36).

URBAN BOXSTUDIO
electric tattooing

Pirmasenserstr.2,67655 Kaiserslautern

0631 624 887 70,0176 466 741 93

Christine Wolf
[Friseur mit Kollegen]

Öffnungszeiten:

Mo - Mi	09:00 - 18:00 Uhr	Alleestraße 3
Do - Fr	09:00 - 19:30 Uhr	67655 Kaiserslautern
Sa	09:00 - 15:00 Uhr	Telefon 0631 60099
Vollmond	13:00 - 22:00 Uhr	www.friseur-christine-wolf.de

Wir haben für jede Frau das passende Angebot
Zirkeltraining
Ernährungsberatung
Laufgruppen
Rückenkurse
Bauch-Beine-Po
Piloxing
Slimyonik
Galileo
Yin Yoga
Yoga
Walking
Power Plate
Pilates
by Susanne Franz
AKTIVE LADIES
ERNÄHRUNGS- & FIGURLOUNGE
Kaiserslautern | Alleestr. 19-21
Telefon 0631 361 51 01
kontakt@aktive-ladies.de
www.aktive-ladies.de

Ritas
Wäscherei & Bügelservice
Şafak Duysak
Alleestr. 20
67655 Kaiserslautern
Tel.: 0631 / 41 25 45 33
E-mail: Ritas.w@hotmail.com

BariSta Café

Heiße und kalte Getränke
Frisch gebackene Waffeln
Hausgemachte Kuchen

Öffnungszeiten:
Montag bis Samstag
9 bis 18 Uhr

Kerststraße 18, 67655 Kaiserslautern

Impressum

Die Aktionsgemeinschaft des Unionsviertels Kaiserslautern veröffentlicht seit Anfang 2017 in regelmäßigen Abständen eine Zeitschrift unter dem Titel “Unionsviertel”.

Wir sind uns bewusst, dass der organisatorische, redaktionelle sowie finanzielle Aufwand kritische Faktoren darstellen. Es wird allerdings erwartet, dass die Druckschrift ein hochwertiges Instrument zum Erreichen der hochgesteckten Ziele der Gemeinschaft darstellt. Die Kaufleute des Viertels stützen sich auf einen hohen Anteil an Stammkunden. Erfahrungsgemäß stehen diese dem Unionsviertel besonders nahe und freuen sich über jede Aufmerksamkeit. Außerdem werden aus dem erweiterten Umfeld der Aktionsgemeinschaft einige erfahrene Publizisten mitwirken.

Das ausgemachte Zielpublikum sind traditionsverbundene Kunden mit Geschmack und Stil, die sich beim Einkaufen gerne beraten lassen und auch verweilen. Das Magazin will genau diesen Kundentypen ansprechen, ihn unterhalten und informieren. Wichtig ist uns dabei das bewusste Einbeziehen von Anwohnern, Kunden und Vermietern.

Das Magazin “Unionsviertel” präsentiert das Stadtviertel sowie die darin sesshaften Gewerbetreibenden als Lifestyle-Magazin.

Das Magazin greift auch das soziale Leben im und rund um das Unionsviertel auf. Berichte über historische Ereignisse, anstehende Veranstaltungen und das allgemeine Miteinander ergänzen die Vielfalt des Wohlfühlviertels der Stadt Kaiserslautern.

Viele redaktionelle Beiträge befassen sich mit Ratschlägen und Informationen aus den jeweiligen Fachbereichen der Gewerbetreibenden sowie von Unterstützern und Zulieferern.

Selbstverständlich wird die Herstellung des Magazins über Inserate finanziert. Es ist aber aufgrund der vielfältigen Fachberichte keine Werbebroschüre.

Die Erscheinungsweise ist halbjährlich. Das Magazin wird zum kostenlosen Mitnehmen unter anderem in den Fachbetrieben des Unionsviertels ausgelegt.

Wir wünschen Ihnen
viel Spaß beim Lesen.

Herausgeber
Förderverein
Unionsviertel Kaiserslautern e.V.
Pirmasenser Straße 1
67665 Kaiserslautern
Telefon: 0631 8923463
Mail: m.quinten@unionsviertel-kl.de

Redaktion
Matthias Quinten

Finanzen
Ingrid Bremer
Doris Jünemann

Fotos
Fotoservice-KL
Florian Kopp und Stephan Liell
Hauptstraße 57
67705 Stelzenberg
Telefon: 06306 5929001
Mail: f.kopp@fotoservice-kl.de

Layout, Druck, Anzeigen, Marketing
Agentur Siebenpunkt
Andreas Neuefeind
Schumannstraße 5
67655 Kaiserslautern
Telefon: 0175 8435110
Mail: info@agentur-siebenpunkt.de

Bankverbindung
Stadtsparkasse Kaiserslautern
IBAN DE09 5405 0110 0000 5549 56

Namentlich gekennzeichnete Texte geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder.

success®

MODE ZUM WOHLFÜHLEN

Inh. Doris Jünemann
Pirmasenser Str. 1, 67655 Kaiserslautern
0631 8923463

Picobello Mode

Wir führen folgende Marken für Sie:

Sempre più · CHALOU · VIA APPIA — DUE — · KjBRAND · aprico · no secret · ROBELL · MONA LISA · SAMOON by GERRY WEBER · yesta · FRANDSEN · KARIN GLASMACHER

Pirmasenser Str. 6
Unionsviertel Kaiserslautern
Tel. 0631 34 10 980
www.xxl-mode-kl.de

Junge Mode für starke Frauen
Inh. Martina Menzner
Ab Kleidergröße 44, auch in Kurzgrößen

Vorbeischauen - anprobieren - wohlfühlen!

1A

EIS · ESSEN · TRINKEN

Gönnen Sie sich eine Auszeit!

Pirmasenser Str. 3 - KL - Telefon 0152 59 66 82 47

English spoken

Veranstaltungskalender

Datum	Uhrzeit	Veranstaltung	Ort
Sa, 26.05.2018	14:00 - 16:30 Uhr	Kehrzeit mit anschließendem Kehraus	Treffpunkt: Regal-Piraten
So, 27.05.2018	13:00 - 18:00 Uhr	Verkaufsoffener Sonntag	Unionsviertel Kaiserslautern
Sa, 02.06.2018	11:00 - 13:00 Uhr	Tag des offenen Leerstands	Unionsviertel Kaiserslautern
05.-16.06.2018	10:00 - 18:00 Uhr	Lautern liest	Unionsviertel Kaiserslautern
So, 17.06.2018	11:00 - 13:00 Uhr	Matinee mit dem Trio “Belle Époche“	Mengeshof, Alleestraße 14
So, 17.06.2018	14:00 - 15:30 Uhr	Schultheater Röhmschule; Kaffee & Kuchen	Mengeshof, Alleestraße 14
Sa, 30.06.2018	10:00 - 11:30 Uhr	Führung Historischer Stadtlehrpfad	Treffpunkt: Unionkino
So, 26.08.2018	10:00 - 11:30 Uhr	Führung Historischer Stadtlehrpfad	Treffpunkt: Unionkino
So, 26.08.2018	11:00 - 13:00 Uhr	Matinee mit “French Touch“	Mengeshof, Alleestraße 14
Sa, 01.09.2018	11:00 - 13:00 Uhr	Tag des offenen Leerstands	Unionsviertel Kaiserslautern
Sa, 20.10.2018	14:00 - 16:30 Uhr	Kehrzeit mit anschließendem Kehraus	Treffpunkt: Regal-Piraten
So, 21.10.2018	13:00 - 18:00 Uhr	Verkaufsoffener Sonntag	Unionsviertel Kaiserslautern
Sa, 27.10.2018	10:00 - 11:30 Uhr	Führung Historischer Stadtlehrpfad	Treffpunkt: Unionkino
Sa, 01.12.2018	11:00 - 13:00 Uhr	Tag des offenen Leerstands	Unionsviertel Kaiserslautern
01.-24.12.2018	10:00 - 18:00 Uhr	Lautrer Adventskalender	Unionsviertel Kaiserslautern
Fr, 21.12.2018	17:00 - 21:00 Uhr	Fest der 1000 Lichter	Unionsviertel Kaiserslautern

Änderungen vorbehalten. Aktuelle Infos unter www.unionsviertel-kl.de oder www.facebook.de/UnionsviertelKL

DAM 2000
MASSIVHOLZMÖBEL

Green's
INTERIORS

Weichselstraße 30
67677 Enkenbach-Alsenborn
Telefon: 06303 - 806 837
verkauf@moebel-dam.de
www.moebel-dam.de

Unsere Öffnungszeiten:
Montag - Freitag: 10 bis 18 Uhr
und Samstag 10 bis 15 Uhr

Wir gehörten bis zum Umzug nach Enkenbach-Alsenborn als Gründungsmitglied der Aktionsgemeinschaft Unionsviertel an und bleiben dem Unionsviertel weiterhin eng verbunden.

MAKE VAT GREAT AGAIN!

Umsatzsteuerliche Registrierungen und Meldungen in der gesamten EU durch DutyPay.
Wir bauen keine Mauern, sondern Brücken in Europa.

www.dutypay.eu DutyPay +49 (0) 631 / 204 00 200