



BAUGENOSSENSCHAFT  
FAMILIENHEIM  
HEIDELBERG eG

Juni | 16 Unser Magazin

*aktuell*

# Wellness- Trend Wandern

**Viele  
Bücher zu  
gewinnen!**



**Instandhaltungsprogramm · Soziales Engagement · Terminan-  
kündigung Mitgliederversammlung · Adventsausflug 2015 · Konver-  
sionsflächen · Chaos im Koffer · Leichte Geflügelküche · Kreatives  
zur Europameisterschaft · Taschenmesser · Aus dem Deutschkurs  
Sudokus und Kreuzworträtsel · Lese-, Hör- und Sehansregungen**

© Jenny Stum, Fotolia (Tief)



**Liebe Leserinnen und Leser,**

freuen Sie sich auch schon auf die anstehende Fußball-EM in Frankreich? Unsere Redaktion ist bereits fleißig dabei, Spielergebnisse zu tippen – und hat ganz nebenbei für Sie ein paar schöne Ideen zur kulinarischen Begleitung der Partien gesammelt. Viel Spaß beim Ausprobieren! Mal schauen, wer in Paris am 10. Juli im Finale das Rennen macht!

Apropos Rennen: Es gibt auch tolle Sportarten, bei denen es so gut wie nie um Geschwindigkeit geht. Wir sprechen vom Wandern, dem optimalen Ausgleich zum stressigen Job oder allzu angespannten Alltag. Wer einen Berg in Wandertiefeln erklimmt, kommt mit sich ins Reine und tut etwas für die Figur. Je nach Steigung verbrennt man bei einer dreistündigen Tour ähnlich wie beim Joggen etwa 1.000 bis 1.700 Kalorien. Immerhin zwei bis drei Tafeln Schokolade. Lust bekommen? Erfahren Sie mehr in dieser Ausgabe.

Auf keiner Wanderung fehlen sollte ein gescheites Taschenmesser. Denn gerade in freier Natur ist man in mancher Situation froh, solch kleinen Helfer dabeizuhaben. Wir stellen Ihnen einige Exemplare vor. Mit dem einen oder anderen Modell können Sie zur Not auch Ihr Essen zubereiten. Damit wären wir schon zu einem weiteren Thema dieser Ausgabe „geflogen“: Geflügelküche für den Sommer! Lassen Sie sich inspirieren!

Viel Spaß beim Lesen wünscht  
Ihre Redaktion

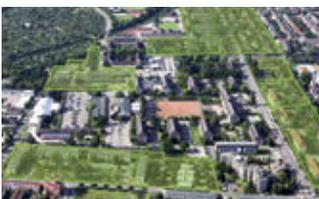
**INHALT**



Seite 4



Seite 4



Seite 5

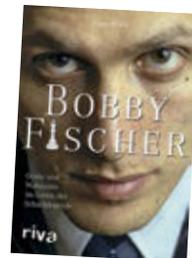
- 2 Editorial - Inhalt - Impressum
- 3 Familienheim - Instandhaltungsprogramm
- 3 Familienheim - Soziales Engagement
- 4 Familienheim - Terminankündigung Mitgliederversammlung
- 4 Familienheim - Adventsausflug 2015
- 4 Familienheim - Konversionsflächen
- 6 Kolumne - Chaos im Koffer
- 7 Kulinarisches - Leichte Geflügelküche
- 8 Kreatives - Kreatives zur Europameisterschaft
- 9 Praktisches - Taschenmesser
- 10 Aktuelles - Wellness-Trend Wandern
- 12 Reportage - Aus dem Deutschkurs
- 14 Rätsel - Sudokus und Kreuzworträtsel
- 15 Tipps - Lese-, Hör- und Sehanregungen



Seite 7



Seite 9



Seite 15

**IMPRESSUM**

**UNSER MAGAZIN**

Mitglieder- und Mietermagazin für Wohnungsunternehmen

**KAHLKÖPFE**

Agentur mit Wachstumsaussicht GbR  
Gutenbergring 69a | 22848 Norderstedt

Telefon: 040 | 609 265 - 68  
Fax: 040 | 609 265 - 69  
E-Mail: info@kahlkoepfe.com

© Alle Rechte beim Herausgeber.  
Nachdruck nur mit Genehmigung der Agentur Kahlköpfe.

**REDAKTION:**

Christoph Kahl (V.i.S.d.P.),  
Julia Chiandone (redaktionelle Leitung),  
Dr. Flora Peschek-Böhmer, Ute Andresen, Matthias Klüwer.  
Für Beiträge, Fotos und Anzeigen der Unternehmensseiten  
sind die jeweiligen Wohnungsunternehmen verantwortlich.

**TEILNAHMEBEDINGUNGEN FÜR VERLOSUNGEN:**

Die Verlosung der Bücher und Preise erfolgt durch ein Losverfahren, die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Einsendeschluss ist der 30.06.2016. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Stichwort bitte per E-Mail an: gewinnspiel@kahlkoepfe.com – oder per Post an: Kahlköpfe GbR, Julia Chiandone, Gutenbergring 69a, 22848 Norderstedt.

# Instandhaltungsprogramm:

Auch in 2016 investieren wir in die Instandhaltung und Modernisierung unseres Mietwohnungsbestandes. Neben den laufenden Instandhaltungsmaßnahmen und Badsanierungen sind in diesem Jahr folgende Großinstandhaltungen geplant.

- Hildastr. 2+4, 69115 Heidelberg:	Sanierung der Kellerböden
- Kaiserstr. 67, 69115 Heidelberg:	Neugestaltung der Außenanlage hinter dem Haus
- Friedrich-Ebert-Str. 20, 69181 Leimen:	Neugestaltung der Außenanlage
- Gleiwitzer Str. 15, 69124 Heidelberg:	Erneuerung der Haustüren
- Langgarten 21, 69124 Heidelberg:	Neugestaltung der Außenanlage hinter dem Haus
- Heinrich-Fuchs-Str. 25, 69126 Heidelberg:	Neugestaltung der Außenanlage im Hof
- Jahnstraße 29-31, 69221 Dossenheim:	Umbau auf zentrale Warmwasserversorgung
- Mühlstr. 9+15/ Silcherweg 1, 69226 Nußloch:	Erneuerung der Außentreppe
- Mühlstr. 9-17, 69226 Nußloch:	Sanierung der Kellerböden
- Mühlstr. 11, 69226 Nußloch:	Sockelsanierung
- Stiftstr. 4+6, 69226 Nußloch:	Erneuerung der Gasleitungen
- Allgemein:	Teilweise Erneuerung der Aufzugstüren



Sollten Sie Fragen zu den einzelnen Modernisierungs- bzw. Instandhaltungsmaßnahmen haben, wenden Sie sich bitte an unsere technische Abteilung unter der Rufnummer 06221/53 73 20 (Hr. Kipphan) oder an 06221/53 73 26 (Fr. Rebscher).

## Soziales Engagement:

Die Einnahmen aus dem vergangenen Seniorenausflug und dem letztjährigen Adventsausflug wurden traditionell an karitative Einrichtungen gespendet. So haben wir das Sozialzentrum St. Elisabeth, die Kinderbetreuung „Mäusezauber“ sowie das Seniorenzentrum der AWO mit einer Spende bedacht.



## Terminankündigung

**BITTE BEACHTEN:  
NEUER VERANSTALTUNGSORT!**



Am  
27. Juni 2016  
findet unsere jährliche  
Mitgliederversammlung  
**um 18.30 Uhr**  
im Gesellschaftshaus  
Pfaffengrund, Schwalbenweg 1/2,  
69123 Heidelberg, statt.

## Adventsausflug 2015:

Inzwischen hat es sich zu einer schönen Tradition entwickelt, dass wir unsere Senioren im Advent zu einem Ausflug einladen. In geselliger Runde konnte sich bereits während der Busfahrt auf den Besuch des Mosbacher Weihnachtsmarktes eingestimmt werden. Idyllisch umgeben von malerisch bewaldeten Bergen, erfuhren die Mitglieder mehr über die historische Altstadt, die von liebevoll hergerichteten Fachwerkhäusern und mittelalterlichen Straßenzügen geprägt ist. Es freut uns immer wieder auf's Neue, dass sich doch so viele vertraute Gesichter zu unseren Ausflügen anmelden, aber sich auch immer wieder neue Teilnehmer unserem Angebot anschließen.



## Konversionsfläc

Mit dem Abzug der US-Armee stehen große Flächen im Stadtgebiet bereit, auf denen künftig breite Schichten der Bevölkerung leben werden. Aber auch neue Möglichkeiten für Wissenschaft, Gewerbe und Kultur werden auf diesen Flächen entstehen. Am weitesten vorangeschritten ist die Entwicklung des Mark Twain Villages in der Südstadt. Hier entstehen bis zu 1.300 Wohneinheiten – die ersten 80 Mietwohnungen können im Sommer bezogen werden. Die Baugenossenschaft Familienheim Heidelberg eG ist an dieser Entwicklung maßgeblich beteiligt.

### Was ist Konversion?

In der Stadtentwicklung bedeutet Konversion die Umwandlung von Gebäuden und Flächen für neue Nutzungen. Häufig handelt es sich dabei um militärische Areale, die in zivile Nutzungen wie Wohnen, Gewerbe oder als Naturschutzgebiete (insbesondere ehemalige Truppenübungsplätze) überführt werden.

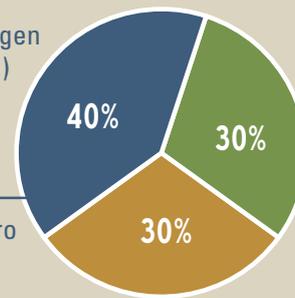
### Wie sieht das in Heidelberg aus?

Durch den Abzug der US-Armeen bis 2014 sind in Heidelberg 180 Hektar Fläche auf sechs Arealen frei geworden. Insgesamt bestehen hier rund 2.350 Wohnungen, soziale und kulturelle Einrichtungen sowie Kasernen, Bürogebäude und Hallen. Die Standorte bieten der Stadt und ihren Bürgern die Chance einer ausbalancierten Weiterentwicklung. Schwerpunkt ist die Schaffung von zunehmend benötigtem preiswertem Wohnraum. Zudem sollen Angebote für Wissenschaft, Forschung, Gewerbe und Kultur sowie hochwertige Freizeit- und Erholungsflächen entstehen.



Preiswerte  
Mietwohnungen  
(unter 8 Euro)

Davon ein Drittel  
besonders  
preiswert 5,50 Euro



Allgemeiner  
Wohnungsmarkt

Eigentum zur  
Selbstnutzung  
(Schwellenhaushalte)

= 70% preiswerter  
Wohnraum für  
Haushalte mit  
geringem Einkom-  
men und Schwel-  
lenhaushalte



## Wie läuft das Verfahren in Heidelberg ab?

Heidelberg beabsichtigte, von der Erstzugriffsoption Gebrauch zu machen und die ehemaligen Flächen der US-Armee zu erwerben. Die Stadt wird die Flächen nicht vollständig im Eigentum halten, sondern an Interessenten weiterverkaufen. Hierfür hat sie im Jahr 2013 die Konversionsgesellschaft Heidelberg mbH gegründet, eine hundertprozentige Tochtergesellschaft.

Das erste Grundstücksgeschäft war der Ankauf der Campbell Barracks und des Mark Twain Villages in der Südstadt. Im August 2015 wurde nach zweieinhalbjährigen Verhandlungen mit der BImA der Kaufvertrag unterzeichnet. Nach den notwendigen Zustimmungen durch den Haushaltsausschuss des Bundestages und den Finanzausschuss des Bundestages erfolgte im Dezember der Weiterverkauf des Mark Twain Villages an das Bündnis für Konversionsflächen. Mit Vollzug des Kaufvertrages wurde aus diesem Bündnis die MTV Bauen und Wohnen GmbH & Co. KG. Die Projektgesellschaft besteht aus der Baugenossenschaft Familienheim Heidelberg eG, der Baugenossenschaft Neu Heidelberg eG, der GGH, der Heidelberger Volksbank und der Volksbank Kurpfalz eG.

Das Mark Twain Village erstreckt sich auf insgesamt 14,2 Hektar Fläche. Die MTV Bauen und Wohnen GmbH & Co. KG schafft hier in den kommenden Jahren bis zu 1.300 Wohnungen. Insgesamt entstehen rund 114.000 Quadratmeter Wohn- und Gewerbeflächen sowohl in bestehenden Gebäuden als auch in Neubauten.

## Wohnungspolitisches Konzept

Nach den Vorgaben des wohnungspolitischen Konzepts der Stadt Heidelberg wird sich die MTV Bauen und Wohnen dafür einsetzen, dass auf der Konversionsfläche Wohnraum entsteht, der für einen Großteil der Gesellschaft bezahlbar ist:

- 40 Prozent der Wohnungen werden preisgebunden an Haushalte mit Wohnberechtigungsschein vermietet.

- 30 Prozent der Wohnungen werden an so genannte Schwellenhaushalte verkauft.

- 30 Prozent der Wohnungen werden ohne Berücksichtigung von Einkommensgrenzen vermietet und verkauft.

## Aktuelle Informationen

Über die laufende Entwicklung des Mark Twain Villages informiert die Homepage [www.mtv-hd.de](http://www.mtv-hd.de). Hier gibt es detaillierte Informationen zu den Planungen und den Zeitplänen. Über die Konversion in Heidelberg insgesamt informiert die städtische Homepage [www.heidelberg.de/konversion](http://www.heidelberg.de/konversion).





# CHAOS IM KOFFER

Kofferpacken ist lästig. Aber auch wenn der Koffer zu ist, hört der Streß oft noch nicht auf.

Auf der Autofahrt zum Flughafen darf mich niemand ansprechen. Ich gehe noch einmal alles durch: Nagelschere, Nagellack, Nagellackentferner, Pflaster, Kopfschmerztabletten. Aber habe ich den leichten weißen Pullover mit den Glitzersteinen eingepackt, den ich gestern noch gewaschen habe. Oder hängt er noch auf der Wäscheleine? Sonst habe ich nämlich nichts Langärmeliges dabei.

Eigentlich wollte ich den Koffer gestern schon zumachen. Dann kam der weiße Pullover, der noch gewaschen werden musste. Und mein Parfum, das ich mir extra für den Spanienurlaub gekauft habe. Das konnte ich gestern noch nicht einpacken, weil ich es heute morgen auftragen wollte. Für den Flug. Also fand die Kulturtasche erst heute morgen ihren Platz im Koffer. Jetzt rieche ich es gar nicht mehr, das Parfum.

Heute morgen fiel mir noch der Reiseführer ein, extra für den Urlaub bestellt. Eigentlich ist der ja unnötig, kann man alles im Internet nachlesen. Aber zwischen den Socken, den Gummibärchen und dem Aufladekabel war noch eine ganz kleine Lücke. Wie gemacht für den Reiseführer. Ist ja ein ganz dünnes Buch, braucht nicht viel Platz. „Darm mit Charme“ dagegen schon. Den Bestseller von Guilia Enders wollte ich immer schon mal lesen. Als Taschenbuch wäre es mir lieber gewesen. Aber meine Freundin hatte nur die gebundene Version. Ganz schön schwer zum Mitnehmen. Und falls ich ganz viel zum Lesen komme, habe ich mir noch einen Krimi und „Die Entdeckung der Currywurst“ von Uwe Timm eingepackt. Hoffentlich komme ich aus mit 20 Kilo Koffer-

gewicht. Meine Waage ist kaputt. Also Daumen drücken, dass am Flughafen alles klappt.

Die Wanderschuhe habe ich wieder aus dem Koffer herausgenommen. Muss ja nicht sein. Habe ja die Laufschuhe mit. Aber nur ein einziges Sportshirt? Reicht das? Das ist doch sofort verschwitzt. Und waschen im Hotel geht ja nicht, ist viel zu teuer. Im Waschbecken mit der Hand zu waschen, habe ich auch keine Lust. Für den Notfall gibt es ja noch "Rei in der Tube". Moment mal, habe ich das Waschmittel überhaupt eingesteckt? Gestern lag es noch auf der Fensterbank im Schlafzimmer. Ich hatte es aus dem prall gefüllten Kulturbeutel wieder herausgenommen, weil der Reißverschluss nicht mehr zuring. Dann habe ich eine Plastiktüte geholt, um die Tube darin zu verpacken. So wie die Shampoos und die Spülung. Die sind auch alle eingetütet, damit sie nicht auslaufen und den Kofferrinhalt versauen.

Und was ist mit den Sonnencremes, sind die alle dabei? Lichtschutzfaktor 20 habe ich gestern noch besorgt. Mit 50 wird man ja nicht braun. Im Beutel mit den Sonnencremes müsste auch die After Sun verstaut sein. Aber nur eine Flasche. Hoffentlich reicht das. Meine 19-jährige hat natürlich ihre eigene. Eine bessere, nachhaltigere und gut riechende After Sun Lotion, die aber nicht mehr in ihren Koffer passt. Ob ich die vielleicht noch für sie einstecken kann?

Zwei Bikinis habe ich nur dabei. Bisschen wenig für Badeurlaub. Gut, einer kommt bestimmt noch dazu. Die sind ja so billig an den Marktständen. Ach, aber das süße kleine Schlauchboot für meine Achtjährige. Das haben wir nun doch vergessen.

Als sie das von Oma zum Geburtstag bekommen hat, war der Strandurlaub noch ganz weit weg.

Na ja, wenigstens die Taucherbrillen habe ich noch eingepackt. Und die Waspistole? Die wollte sie in diesem Jahr doch unbedingt mitnehmen. Mist.

Ob die Kinder überhaupt ihre Aufladekabel für die Handys dabei haben? Ich hatte es gestern so oft durch die Wohnung gerufen, bis mein pubertierender Sohn mich mit seinem genervten Allzweck „Jaaaaaa“ zum Schweigen brachte. Gut, dann werden sie sich wahrscheinlich alle wieder an mein Kabel hängen. Mutti braucht ja keinen Strom im Urlaub.

Wir biegen ab zum Terminal. Gleich wird's hektisch. Koffer aus dem Kofferraum. Rucksäcke, Handtaschen, Jacken raus. Ich überlege kurz, ob ich den Koffer noch mal öffnen soll, um nach dem weißen Pullover mit den Glitzersteinen zu schauen. Es ist das einzige Oberteil mit langen Ärmeln, für die leichte Brise am Abend. Bei der Gelegenheit könnte ich auch nach dem Waschmittel gucken. Quatsch, ich bin sowieso schon verschwitzt. Bringt ja auch nichts. Aber ich könnte ja nur mal reinfassen in den Koffer, muss ihn ja nicht ganz aufmachen. Würde mich irgendwie beruhigen.

„Ihren Koffer bitte!“ Die Augen aus dem makellosen Makeup - Gesicht am Check-in Schalter sind auf mich gerichtet. „Mami bitte, wir müssen uns beeilen!“ Ungeduldig hieven die Kinder meinen Koffer auf die Waage neben dem Schalter. Jetzt zählt nur noch die rote Digitalanzeige auf dem Counter. 19,8 Kilo, Glück gehabt. So wie sich der Koffer auf dem Gepäckband ins Nichts befördert, löst sich langsam das Chaos in meinem Kopf. Ich pfeif auf den weißen Pullover und die anderen blöden Sachen.



©deutsches-gefluegel.de

# Darauf werden Sie fliegen!

## Leichte Geflügelküche für den Sommer

In der kalten Jahreszeit findet sich Geflügel vornehmlich in der deftigen Weihnachtsente oder Martinsgans. Doch wie steht's mit Geflügel im Sommer? Wir geben Ihnen wertvolle Tipps rund um den sommerlichen Geflügelgenuss. Guten Appetit!

**G**eflügel eignet sich ideal für die vielseitige leichte Sommerküche sowie eine bewusste Ernährung, denn das Fleisch ist leicht verdaulich, enthält viele Vitamine, Mineralstoffe und Eiweiß. Letzteres ist dem menschlichen Eiweiß sehr ähnlich und kann deshalb von unserem Körper besonders gut verarbeitet werden, um unser Immunsystem aufrecht zu erhalten. Nicht von ungefähr wussten schon unsere Großeltern, dass eine ordentliche Schale Hühnersuppe bei Erkältung, Husten oder Fieber die Immunabwehr erhöht. In der sommerlichen Küche greift man kaum zum ganzen Tier sondern am besten zu Geflügelteilen, denn sie sind schnell gar und prima zu portionieren. Ganz gleich, welche Geflügelart Sie bevorzugen:

**Freilandhähnchen** verfügen über ein besonderes, ausgeprägtes Aroma. Sie sind sehr saftig und zart mit delikatem Geschmack. Hühnchen oder Hähnchen? Man unterscheidet bei Hähnchen nicht nach dem Geschlecht, sondern nach dem Gewicht: zwischen 700 g. und 1.200 g. Hähnchenteile zum Kurzbraten, Grillen oder Schmoren sind Schenkel/Keulen, Flügel, Brust, Schnitzel und Steaks. Wer ein bisschen mehr Fleisch genießen möchte, der wählt einen Schenkel mit Rückenstück, das bis zu 25 % des Gesamtgewichts ausmachen darf.

**Poularden** sind junge Masthühner, die mit sieben bis zwölf Wochen, also noch vor ihrer Geschlechtsreife, geschlachtet werden. Sie werden auch Masthühner genannt und wiegen von 1200 g bis zu 3500 g und mehr. Poularden haben ein günstigeres Fleisch/Knochen-Verhältnis als Hähnchen.

**Truthahn und Pute** sind regional unterschiedliche Begriffe für das mit 3,5 kg bis 6 kg größte und schwerste Hausgeflügel. Gemästete Truthähne werden sogar bis zu 15 kg schwer. Die Pute lässt sich von allen Geflügelrassen am vielseitigsten zubereiten und ist das einzige Geflügel mit rotem (Ober- und Unterkeulen)

und weißem Fleisch (Brust und Flügel). Jedes Teil der Pute schmeckt anders: Brust zart, Flügel kräftig, Keulen würzig. Putenkeulen eignen sich hervorragend zum Schmoren, Grillen oder Braten. Zum Grillen wird gern der von Haut und Knochen befreite Mittelflügel der Pute verwendet. Der Oberflügel kann im Ganzen schön knusprig gebraten oder gegrillt werden.

Broschüren „Geflügelküche für Genießer“ und „Geflügelküche für Eltern und Kinder“ zum Download: [www.deutsches-gefluegel.de](http://www.deutsches-gefluegel.de)

**Enten** schmecken auch im Sommer ganz hervorragend. Am beliebtesten ist die Flugente. Mit einem Gewicht von

2 bis 3,5 kg hat sie mehr Fleisch und weniger Fett als die Hausente (ca. 2 kg). Darüber hinaus ist ihr Fleisch dunkler und schmeckt würziger. Enten-Teilstücke wie Keule und Brustfilet eignen sich im Sommer besonders zum Braten, zum Grillen und auch zum Schmoren.

### TIPP: GEFLÜGEL GRILLEN

Das Grillen von Geflügel ist schnell und einfach – und garantiert tolle Geschmackserlebnisse. Wichtig: Ganzes Geflügel nur am Spieß grillen. Als Füllung eignen sich Gewürze, Kräuter oder Früchte. Am Spieß Gegrilltes vor dem Tranchieren mindestens 5 Minuten ruhen lassen. Für den Grillrost eignen sich am besten frische Teilstücke wie Hähnchenschenkel, Puten- oder Entenkeulen.

# Titelreif: Kreative EM-Küche!

Vom 10. Juni bis 10. Juli 2016 rollt der offizielle EM-Ball „Beau Jeu“ durch Frankreichs Stadien. Da darf das gemeinsame Anfeuern vor'm TV mit Freunden, Kollegen oder Nachbarn natürlich nicht fehlen. Genauso wenig wie Bier, Softdrinks und Kartoffelchips? Oder doch mal ganz anders? Wie wäre es mit kreativer Küche passend zu Spielen mit deutscher Beteiligung? Unser Magazin hat für Sie einige Ideen zusammengetragen.



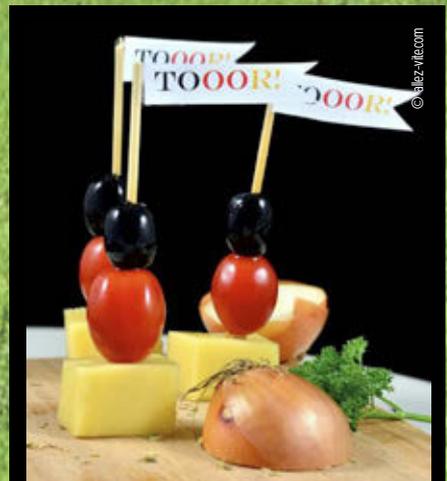
© Grimm/DJV

## Schwarz-Rot-Gold Burger

**Zubereitung:** Ein belegtes Brötchen nach eigenem Geschmack passt immer – gerade auch zum obligatorischen Pils während der Fußballübertragung. Warum also nicht die Optik dem Anlass anpassen? Grillen Sie zum Burger auch Aubergine (später die Farbe schwarz), große Tomaten (später die Farbe rot) und gelbe Paprika in Streifen geschnitten (später die Farbe gold). Voilà! Die EM kann starten.

## EM-Obstsalat

**Zutaten für 4 Pers.:** 2 große gelbfleischige Nektarinen, 160 g Erdbeeren, 160 g Heidelbeeren, 2 TL Zucker, 4 TL Cointreau. **Zubereitung:** Die Nektarinen waschen und schälen. Das Fruchtfleisch in kleine Stücke schneiden und in ein Glas schichten. Die Erdbeeren waschen, den grünen Stiel entfernen und in kleine Stücke schneiden, mit 1 TL Zucker und 2 TL Cointreau vermengen und auf die Nektarinen schichten. Die Heidelbeeren waschen, trocknen und mit 1 TL Zucker und 2 TL Cointreau vermengen und auf die Erdbeeren schichten. Tipp: Wenn Kinder mitessen lassen Sie den Cointreau einfach weg.



© Aliza Vilecom

## EM-Käsehäppchen

**Zubereitung:** Einfach Käsewürfel nach Belieben (z.B. Emmentaler, Gouda etc.) mit einer halbierten Miniotomate und einer Olive „schwarzrot-gold“ zusammenführen. Die dafür notwendigen Zahnstocher können Sie oder die Kinder mit etwas Papier, Klebstoff und Filzstiften zum Fußball-Stab verwandeln!



### Die deutschen EM-Partien der Gruppe C:

**Sonntag, 12. Juni 2016**  
21.00 Uhr: Deutschland - Ukraine (ARD)

**Donnerstag, 16. Juni 2016**  
21.00 Uhr: Deutschland - Polen (ZDF)

**Dienstag, 21. Juni 2016**  
18.00 Uhr: Nordirland - Deutschland (ARD)



**3x zu verlosen!**  
Stichwort: „Küche 2.0“

Sie möchten Ihre Fußball-EM-Gäste ganz besonders verwöhnen? Zeigen Sie, dass nicht nur im EM-Gastgeberland Frankreich exzellent gekocht wird. „Deutsche Küche 2.0“ präsentiert 44 Klassiker der deutschen Küche und 44 Rezepte 2.0 mit ähnlichen Zutaten. Ein klassisches Kochbuch und eine Zeitreise durch die deutsche Küche. Beispiele gefällig? Hackbraten mit Speck wird zu Lammhackfleisch mit Wirsing, Rote Grütze wird zum „Dialog der Früchte“ (39,90 €, 208 Seiten, Tre Torri Verlag).



© EDEKA

## EM-Cocktail „Germany“

**Zubereitung:** Zuerst 2cl Passionsfrucht-Limes in ein gekühltes Glas füllen, dann ganz langsam über die Rückseite eines Löffels 2cl Erdbeer-Limes laufen lassen. Zum Schluss auf dieselbe Art 2cl Wodka Black Berries einfüllen. Wichtig: Die Schnäpse zuvor sehr gut kühlen, dann lassen sie sich besser einschenken.

# Taschenmesser

## So „klappt’s“ für jeden Anspruch!

Bereits den alten Römern und Kelten dienten Messer mit Klappmechanismus als unentbehrlicher Gebrauchsgegenstand. Auch heute noch sind Taschenmesser allgegenwärtig – und ganz besonders auf Touren in freier Natur ein hilfreicher Begleiter. Wir haben uns für Sie einige Exemplare genauer angeschaut.



Mit seinen 11 Funktionen inklusive dem USB-Stick ist der **Midnite Manager@Work von Victorinox** immer und überall einsatzbereit. Ganz gleich, wohin einen der Weg im digitalen Zeitalter führt: Dank 32 GB Speicherplatz, Flaschenöffner, Druckkugelschreiber, LED-Lampe und vielem mehr findet sich auf alles eine Antwort (65,00 €, victorinox.com).



Mit dem **RangerWood 55** Messer von Victorinox haben Sie alles zur Hand, um so ziemlich jeden Job zu erledigen – vom Flaschenöffnen bis zum Papierschneiden oder Holzsägen. Die Besonderheit: der elegante Griff aus Walnussholz. Ausgezeichnet mit dem Red Dot Award 2015 (82,00 €, victorinox.com).

Das **Kershaw Einhandmesser Select Fire** ist Messer und Werkzeug in einem. Dafür sorgen jeweils zwei Kreuz- und Flachsraubendreher-Bits und ein ausklappbarer Bithalter. Die universell einsetzbare Klinge ist aus dem rostfreiem Stahl gefertigt. Hinzu kommen robuste Griffschalen aus glasfaserverstärktem Nylonmaterial (62,90 €, www.herbertz-messerclub.de).



### Das **Camping Taschenmesser von Nieto**

besticht durch sein schlankes Brieföffner-Design mit Olivenholzgriff und verzierten Aluguss-Platinen. Die Klinge ragt bis zur Mitte eines Camembert und ist auch scharf genug, um den Faden eines Knopfes sauber abzuschneiden. Ideal also beim Camping, Wandern oder Picknicken (24,95 €, www.globetrotter.de)



Beim aktuell vergriffenen **Wenger Schweizer Offiziersmesser Giant** handelt es sich um ein absurd gut ausgestattetes Taschenmesser mit 87 Werkzeugen. Auf der Verkaufsplattform Amazon.de inspirierte dieser Umstand zu unzähligen humorvollen Erfahrungsberichten. Hier ein paar Auszüge: „Wie schon beim Vorgängermodell klemmt auch beim Wenger Giant die Abrissbirne. Ich hätte mir da mehr Sorgfalt gewünscht.“, „Leider kann man die Nagelfeile und das Atomkraftwerk nicht gleichzeitig ausklappen.“, „Der Pizza-Steinofen ist recht solide gemacht, nur der Dunstabzug hätte bei bis zu 12 Pizzen gleichzeitig etwas großzügiger ausfallen können.“, „... hat mich sofort durch seine Handlichkeit überzeugt. Mit einem Waschmaschinen-Tragegurt kann man es einfach um den Hals hängen.“



Das **Alpha Crosslock des US-Herstellers Buck** vereint zwei Stahlklingen in einem Messer. Mittels Daumen-Pin lässt sich die scharf geschliffene Spearpoint-Klinge einfach in Arbeitsstellung arretieren. Als praktische Säge findet die zweite Klinge Verwendung. Gummierete Aluminium-Griffschalen in Orange machen dieses Multifunktionsmesser zum echten Hingucker (116,90 €, www.messer-buck.de).

# WELLNESS-TREND WANDERN

Wandern macht nicht nur Spaß, sondern wirkt sich auch positiv auf's Wohlbefinden aus. Unser Magazin hat sich auf Spurensuche begeben, warum frische (Höhen-)luft und Bewegung die ideale Kombination für Figur, Fitness und Gesundheit sind.

Bereits seit 1844 als „des Müllers Lust“ besungen, erfreut das Wandern heutzutage immer mehr Bewegungshungrige. Einer der Gründe für die Renaissance des Wanderns: Je hektischer sich unsere schnelllebige Welt dreht, desto größer der Wunsch, sein Mobiltelefon oder das Notebook einfach mal auszuschalten, um wieder die Schönheit und Vielfalt der Natur am eigenen Leib zu erfahren. Dabei zieht sich das Wandern durch alle Bevölkerungsschichten, verleiht der in der Vergangenheit oft belächelten, scheinbar spröden Sportart neuen Glanz, der auch immer jüngere Anhänger begeistert: Bei 42 Jahren liegt das Durchschnittsalter des deutschen Wanderers, das ergab eine Befragung der Deutschen Sporthochschule Köln. Sogar die Wanderliteratur steigt in den Bestsellerlisten (siehe Infokasten).

Apropos Bestseller: Hape Kerkelings Buch „Ich bin dann mal weg. Meine Reise auf dem Jakobsweg“ oder „Berlin-Moskau. Eine Reise zu Fuß“ von Wolfgang Büscher haben dem Imagegewinn des Wanderns besonderen Ausdruck verliehen. Dabei gilt: Wandern kann man überall! Allein über 200.000 Kilometer Wanderwege betreut der Deutsche Wanderverband und vergibt Gütesiegel wie zum Beispiel „Qualitätsweg“ für besonders schöne Touren. Da ist für jeden etwas dabei – von der Familie mit Kindern bis zur Seniorengruppe.

## Wandern als Heilbringer

Die vielen Vorzüge des Wanderns liegen auf der Hand, bes-

ser gesagt in den Beinen, im Kopf, im Herzen, im Kreislauf ... Kurzum: Der Ausdauersport wirkt sich umfassend günstig auf Gesundheit und Wohlbefinden aus. So zum Beispiel beeinflusst das Wandern alle Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen positiv – etwa Bluthochdruck, Übergewicht, Fettstoffwechsel- und Zuckerstoffwechselstörungen. Auf Gelenke und Muskulatur kann die Bewegung sich ebenfalls vorteilhaft auswirken. Durch das Gehen findet eine Stoßbelastung der Wirbelsäule statt. Das aktiviert die Knochen und kann somit eine gewisse Osteoporose-Prophylaxe darstellen. Dennoch sollte man bei körperlicher Vorbelastung Rücksprache mit dem Arzt halten, bevor man sich auf den Weg zum nächstbesten Gipfel begibt. Speziell Herz-Kreislauf-Patienten sollten beim Wandern darauf achten, stets ihr eigenes Tempo zu gehen, auch wenn sie in einer Gruppe unterwegs sind.

Linktipps: Reisen & Schuhwerk  
[www.wanderreisen.de](http://www.wanderreisen.de)  
[www.wikinger-reisen.de](http://www.wikinger-reisen.de)  
[www.wanderschuhe.net](http://www.wanderschuhe.net)

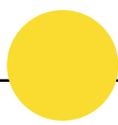
## Wandern als Glücksbringer

Wer mit der Familie oder Freunden in der Natur wandert, hat gleichzeitig mehr Spaß. Auch Ungeübte, Menschen mit Übergewicht oder „Sporthasser“ können dank der schonenden Bewegungsabläufe problemlos damit beginnen. Wandern bewegt nicht nur den Körper, sondern auch die Seele und deshalb kann Wandern richtig glücklich machen.

Zahlreiche Studien zeigen, dass durch einen Wanderurlaub die Gesamtbefindlichkeit deutlich steigt. Begrünte Szenarien und Naturkontakte reduzieren den Alltagsstress, senken Aggressionen und fördern die Erholung. Konzentrationstests etwa wer-



Der Tag beginnt: Aufstieg im Allgäu



Wanderungen im Elbsandsteingebirge belohnen mit unvergesslichen Ausblicken, hier auf die Bastei.



© meyerfobi\_pixelio

den nach einem Gang durch eine Park- oder Berglandschaft deutlich besser bewältigt als nach einem Stadtbummel oder passivem Ausruhen.

## Wandern für Familien

Familienwanderungen sind sowohl für Kinder als auch für Eltern die ideale Gelegenheit, die Natur auf spielerische Art und Weise gemeinsam zu entdecken und kennen zu lernen. Hinzu kommt die soziale Komponente: Wenn sich drei oder vier oder mehr Familien zusammenfinden, ist doch gleich mehr los! Die Kinder gehen zusammen auf Entdeckungsreise – und die Eltern können sich mal ungestört austauschen. So findet jeder seinen geeigneten Spiel- und Gesprächspartner. Bedenken Sie bei der Tourenplanung, dass Kinder durch häufiges Hin- und Herlaufen etwa die doppelte Wegstrecke zurücklegen. Pro Entfernungskilometer rechnet man bei Erwachsenen mit 15 Minuten Gehzeit. Für 100 Höhenmeter werden zusätzlich 15 Gehminuten veranschlagt. Als Faustregel gilt: Kindern kann als Wegstrecke maximal das 1,5-fache des Lebensalters in Kilometern als Tagespensum zugemutet werden. Und 100 zurückgelegte Höhenmeter sind dabei wie 1 Kilometer zu werten. Und nun viel Spaß beim Wandern!

## Bergverlag Rother:

**Für alle, die gern draußen unterwegs sind.**

Der Bergverlag Rother ist einer der ältesten und wohl bedeutendste alpine Verlag Europas. Die wichtigste Reihe ist der rote Rother Wanderführer: Genusswanderer wie auch sportliche Wanderer finden in den handlichen Büchern abwechslungsreiche Tourenvorschläge. Darüber hinaus stehen häufig auch GPS-Daten zum Download für Ihr GPS-Gerät bereit. Die Rother Wanderbücher – im Format größer als die Wanderführer – präsentieren ausgewählte Wanderungen in weiter gefassten Gebieten. Mit Titeln wie „Wandern mit dem Kinderwagen“ oder „Alm- und Hüttenwandern“ finden sich in dieser Reihe zahlreiche attraktive Spezialthemen. Mehr Infos: [www.rother.de](http://www.rother.de)



## TIPP: ROTHER WANDERFÜHRER

Die bekannte Reihe der Rother Wanderführer umfasst über 300 Ziele weltweit – von A wie „Australien“ bis Z wie „Zugspitze“. Jeder Titel enthält rund 50 Tourenvorschläge. Kurze und leichte Wanderungen sind ebenso vertreten wie anspruchsvolle Touren, oftmals auch Mehrtagesrouten. Das handliche Format und ein wetterfester Umschlag sorgen dafür, dass die Wanderführer in jede Rucksacktasche passen (bis zu 232 Seiten, Ø 15,40 Euro, Bergverlag Rother). Unser Magazin verlost 5 Rother Wanderführer. Teilnahmebedingungen siehe Seite 2 – nennen Sie als Stichwort Ihren Wunschtitel: „Rund um Stuttgart“, „Schwarzwald Nord“, „Kraichgau“, „Elbsandsteingebirge“ oder „Thüringer Wald“.

**5x zu verlosen!**  
Stichwort:  
„Wandern“

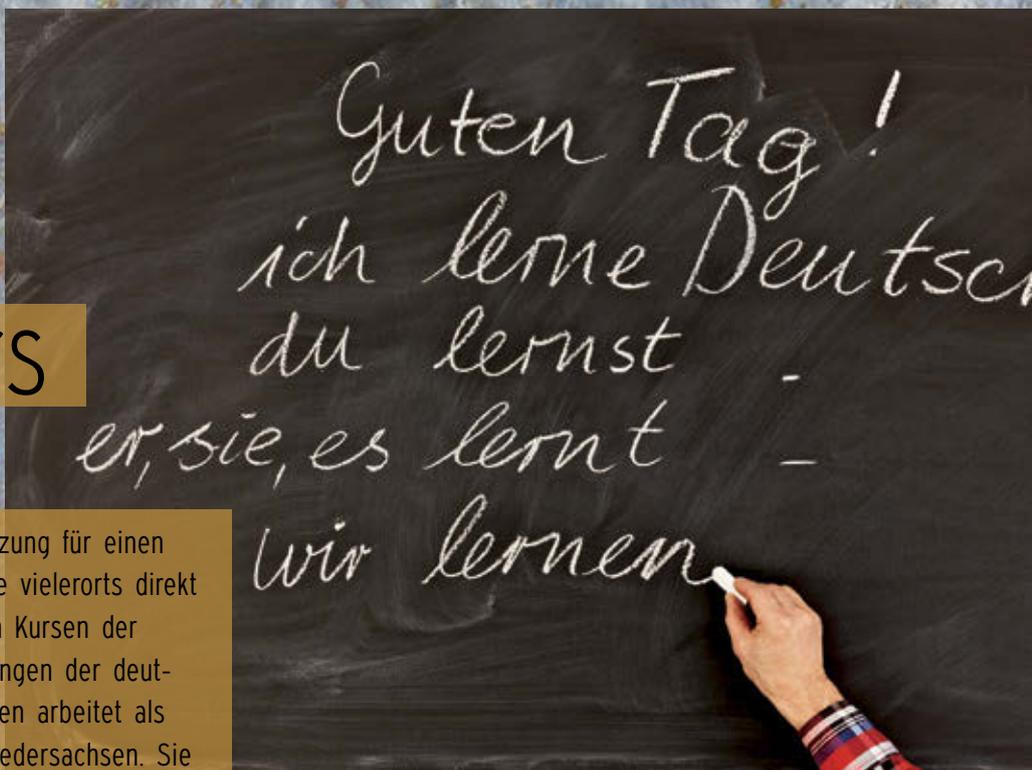
Seniorenwandertrio auf dem Weg zwischen Alpenrosen zur nächsten Jause



© Erich Keppler\_pixelio

# Aus dem Deutschkurs

Gute Deutschkenntnisse sind Voraussetzung für einen Arbeitsplatz. Deshalb werden Flüchtlinge vielerorts direkt in den Unterkünften unterrichtet. In den Kursen der Volkshochschule wird den Neuankömmlingen der deutsche Alltag näher gebracht. Ute Andresen arbeitet als VHS Dozentin in einem Landkreis in Niedersachsen. Sie schildert ihre Eindrücke aus dem Deutschkurs.



Um neun Uhr ist der Unterrichtsraum in der Flüchtlingsunterkunft noch dunkel. Die Stühle sind hochgestellt. Die Tische sind hochgestellt. Vor der Tafel steht ein Eimer mit trübem Wasser, darin der Schwamm, der heute noch gebraucht wird. Ein schwächlicher junger Mann öffnet die Tür und betritt den Raum. Zain ist sieben Minuten zu spät und der Erste. Mit scheuem Lächeln und einer leise gemurmelten Entschuldigung nimmt er seinen Stuhl vom Tisch, packt seine Sachen aus. Meine Frage, wer von den Anderen noch kommt, kann er nicht beantworten.

Auf meiner Kursliste der Volkshochschule stehen 20 Teilnehmer. Warum es am Ende doch nur neun sind, die mehr oder weniger regelmäßig am Unterricht teilnehmen, weiß keiner so genau. Einige Flüchtlinge auf der Liste wohnen im sechs Kilometer entfernten Nachbardorf, wo jetzt eigene Kurse angeboten werden. Andere sind gar nicht vor Ort.

Nach Zain trudeln auch die Anderen zum Unterricht ein, Saddam, Ibrahim, Waqar, Mohammed, Talha, Jabbar, Zulifqar und Zikrea. Die Wanduhr zeigt siebzehn Minuten nach neun an. Ich könnte jetzt wieder über Pünktlichkeit reden, entscheide mich aber dagegen.

Stattdessen verteile ich Übungsblätter. So kann jeder für sich anfangen zu arbeiten. „Mein, dein, sein“, Possessivartikel im Akkusativ. „Warum jetzt auch noch Akkusativ“, stöhnt Jabbar, „es gibt doch schon Artikel“. Er betont dabei das „A“ von Artikel. Drei Stunden Deutsch täglich von Montag bis Donnerstag. Zweieinhalb Monate dauert der Kurs.

Wer Englisch kann, ist klar im Vorteil. Zain stellt überrascht fest, dass viele Worte in der deutschen Sprache ähnlich klingen wie im Englischen. Morgen-morning, Arm- arm, Schule- school, Glas- glass. Zain kommt aus Pakistan und spricht Punjabi und Urdu. Englisch kann er gut, weil er dreieinhalb Jahre in London gelebt hat. 21 Monate hat er dort studiert, später hat er sich illegal in London aufgehalten und wurde vor zwei Jahren nach Pakistan zurückgeschickt. Aber in seiner Heimat sah der heute 25-jährige keine Perspektive. Die Eltern gaben ihm und seinem Bruder ihr Erspartes. Für je 3.500 Euro konnten die Geschwister sich so den mühsamen Weg nach Deutschland kaufen.

Am 27. Juli vergangenen Jahres brachen die Geschwister auf zur Reise ins Ungewisse. Am 10. Dezember 2015 bezogen sie ihr vorläufiges Quartier in der Flüchtlingsunterkunft.

Die Flucht war beschwerlich und gefährlich. Nachdem sie die Grenze zum Iran mit dem Boot erreicht hatten, wurden jeweils zehn Flüchtlinge in einen Range Rover gestapelt. Einer der fünf Range Rover verunglückte auf dem Weg nach Teheran, vier Menschen starben. „Die Fahrer sind betrunken und nehmen Drogen“, erklärt Zain.

Zu Fuß ging es weiter an der iranisch-türkischen Grenze über die Berge. Zu Essen und zu Trinken gab es nichts. Die Schleuser kassierten Bargeld und Handys der Flüchtlinge.

„Man tut besser, was sie einem sagen. Sie sind mit Messern und Gewehren bewaffnet“, sagt Zain. In Istanbul verbrachten Zain und sein Bruder Zikrea 15 Tage im Gefängnis, bevor sie eine vierwöchige Aufenthaltsgenehmigung in der Türkei erhielten.

Die nächste Etappe bestritten sie mit einem Schlauchboot über das Mittelmeer von der Türkei nach Griechenland. Fünfzig Leute waren an Bord, zugelassen war es für 30.

An der griechischen Küste hatten die Flüchtlinge Auftrag das Boot mit Messern zu zerstechen, damit die Polizei es nicht als Beweismittel gegen die Schleuser verwerten konnte.



© Foto: Fotolia, Ingo Bartussek

Trotz unsicherer Zukunft ist Zain davon überzeugt, dass er mit der Flucht die richtige Entscheidung getroffen hat. Er weiß zwar noch nicht, ob er in Deutschland bleiben darf, aber vorläufig hat er die Aussicht sein Studium als Gasthörer an der Leuphana Universität Lüneburg fortzusetzen. Einen Abschluss als Bachelor of Commerce bringt er aus London mit. Anders als sein 19-jähriger Bruder Zikrea, lernt Zain schnell. Zikrea wäre eigentlich besser in einem Anfängerkurs aufgehoben, aber er möchte gemeinsam mit seinem Bruder lernen.

Die Themen Einkaufen, Arztbesuch und Familienleben sind gut zu vermitteln, weil sie zum Alltag der Flüchtlinge gehören. Über Geschwister, Tanten, Onkel, deren Alter und Berufe reden die Meisten gern. Beim Thema Wohnung wird es schon schwieriger. Vermieter, Kleinanzeigen, Hausordnung, Mülltrennung. Nicht nur die Aussprache macht den Lernenden aus Afghanistan, Pakistan und dem Sudan zu schaffen. Auch inhaltlich sind die Feinheiten fremd.

Dass die 24-jährige Informatikerin Lena Pirk aus dem Deutschlehrbuch nur 1.900 Euro netto verdient, findet Saddam aus dem Sudan erstaunlich. Erstaunlich wenig. Saddam möchte in Deutschland eine Ausbildung zum Elektriker machen. Er weiß aber, dass

seine Deutschkenntnisse dazu noch nicht ausreichen. Deshalb paukt er Vokabeln und Grammatik auch nach dem Unterricht am Nachmittag.

Jabbars Lieblingswort ist „wunderbar“, und das reimt sich auch noch auf Jabbar. Dabei ist die Situation für ihn gar nicht so wunderbar, denn seine Frau und die drei Kinder leben noch in Afghanistan. Sie sind inzwischen vor den Taliban in Sicherheit. Aber natürlich vermisst er sie. Dennoch lacht der 28-jährige aus Afghanistan gern und viel, auch über sich selbst. In Afghanistan hat Jabbar als Strickmaschinenmechaniker gearbeitet. Den Unterricht nimmt er nicht ganz so ernst. Auch die Hausaufgaben nicht. Den mehrtägigen Besuch bei seinem Cousin in Berlin hat er auf meinen Wunsch hin verschoben, weil der Unterricht wichtig ist.

Talha hat zwei Wochen gefehlt. Der 23-jährige aus Pakistan hatte die Idee nach Portugal zu gehen. Von Freunden hatte er gehört, dass es dort leichter sei, Fuß zu fassen, einen Job zu finden. Jetzt ist er wieder da. Keinelaut entschuldigt er sich. Er habe seine Pläne jetzt doch wieder geändert. Ich finde es gut, dass er wieder mitmacht. Talha meldet sich oft und gern zum Vorlesen. Und er ist fasziniert, wie viel Deutsch er schon versteht, wenn ich langsam spreche. Vor seiner Ankunft in Deutschland hat er

vier Jahre als Erntehelfer in Griechenland gejobbt.

Jabbar, Zulifquar, Waqar, Mohammed, Ibrahim, Saddam, Zain und Zikrea und Talha haben Glück, dass sie einen Deutschkurs machen dürfen. Anrecht auf einen Integrationskurs haben sie erst, wenn sie anerkannte Asylbewerber sind. Wer vorläufig geduldet ist, bekommt nur sporadisch für zwei bis drei Monate einen Intensivkurs. Die Gelder für die Kurse sind knapp und deshalb müssen die ehrenamtlichen Deutschvermittler oft lange warten, bevor sie von Dozenten der Volkshochschule entlastet werden.

Auch meine Schüler sollen dies wissen. Immer wieder bitte ich Sie, regelmäßig zum Unterricht zu kommen. Dennoch wird mir klar, dass neben Arzt- und Behördenterminen auch Krankheiten und psychische Belastungen das Lernen schwer machen. Die Sorge um Familienangehörige in der Heimat und die Ungewissheit der eigenen Zukunft lassen den Deutschunterricht zeitweise zur Nebensache werden. Wer dennoch Fortschritte macht, verdient Anerkennung. Zumal die deutsche Grammatik, im Vergleich zu vielen anderen Sprachen, ein harter Brocken ist. Ich wünsche denen, die einen Neuanfang in Deutschland wollen, dass sie bei uns die Chance dazu bekommen. Die Sprache ist dazu ein wesentlicher Schlüssel.

# Unsere Sudokus

LEICHT

		6	4		1			
		5	9					2
		3		6		4	9	
1	8				5	7		
9	3		1			5	4	8
			2	4				1
7	2					8	5	
5		1		3		2		
3					7			

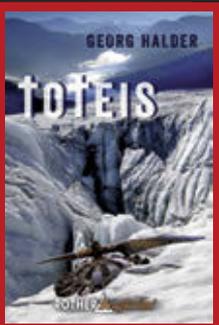
SCHWER

			9	8		3	6	
			3		9		2	
6	5							3 1
3				8				6
	8		6		1		2	
5				4				8
7	2							6 9
			6		7		4	
			4	2		8	5	

# Unser Kreuzworträtsel

Teil der Mundhöhle		höchster Berg in der Türkei			Frauenkurzname	Lanze	Heldengedichte		männliche Ente		Deckname	spanisch: Meer	Vorname von Caruso	Nachahmung einer Hupe	Begründungen
							Faktor, Hilfsgröße								
moosähnliche Sporenpflanze		US-Filmkomiker (Woody)					arab. Zupfinstrument		durchdachte Vorbereitung						
					Damenhaube (18. Jh.)	fest überzeugt									Türke
brauner Farbstoff		Vorname des Autors Albee			Vorname von US-Filmstar Pitt				nach Art von (franz.)		Gebühr			magische Silbe der Brahmanen	
rein, nach Abzug															
zirka, annähernd	ein Siegesbeweis	französisch: man													
					Warenrechnung										
ägyptischer Sonnengott		Hptst. von New Mexico (Santa ...)													
ge-normte Größe		dünkelhafter Mensch			eingeschaltet		Auspuffausstoß	Provinz im Osten Südafrikas	Träger im Eisenbahnfahrzeug		Ort bei Gronau (Münsterland)		Festkleid		fruchtbare Wüstenstelle
Hinweis auf Gefahr	Stange, Stecken						Trage					zwölf Dutzend			
							Teil der Bibel (Abk.)	Abk.: Neuerscheinung	Automat						
					Hypothese									Trauben-ernte	
Ornament	Ort von Bautätigkeiten										german. Göttergeschlecht				

Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir den Watzmann-Krimi **„Toteis“** von Georg Halder aus dem Rother Verlag. (Teilnahmebedingungen: Seite 2)



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----



**HÖRBUCH:** „Am Ende bleiben die Zedern“ von Pierre Jarawans

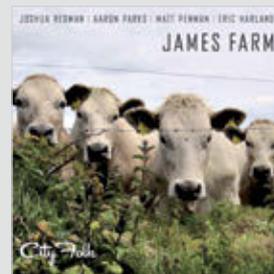
## Alles pulsiert, alles leuchtet

Samirs Eltern sind kurz vor seiner Geburt aus dem Libanon nach Deutschland geflohen. Als sein geliebter Vater spurlos verschwindet, ist Samir acht. Zwanzig Jahre später macht er sich auf in das Land der Zedern, um das Rätsel dieses Verschwindens zu lösen. Seine Suche führt ihn durch ein noch immer gespaltenes Land und schon bald scheint Samir nicht mehr nur den Spuren des Vaters zu folgen. Vielmehr ist es, als seien die Figuren aus dessen Geschichten real geworden. Sie bringen Samir einer Lösung näher, die seine kühnsten Vorstellungen übersteigt. Vor dem Hintergrund des dramatischen Schicksals des Nahen Ostens erzählt Pierre Jarawan eine phantasievolle, berührende und wendungsreiche Geschichte über die Suche nach den eigenen Wurzeln. (Osterwold, 8 CDs, 586 Minuten Laufzeit, EUR 22,00)

**MUSIK:** „City Folk“ von James Farn

## Ein Kollektiv von Stars

James Farm erzählen von der Stadt. So oft hört man den Spruch: »Keine Experimente!« Wie gut, dass sich diese vier Herren nicht daran gehalten haben. Sie werfen zusammen und entwickeln daraus demokratisch ihr Zusammenspiel, ihren Groove, ihren Sound. Joshua Redman, Aaron Parks, Matt Penman und Eric Harland traten 2009 gemeinsam in Montreux auf und wollten herauszufinden, was passiert, wenn sie sich als Bandprojekt James Farm zusammentun. Das Ergebnis hören wir hier, zum zweiten Mal auf einem Studioalbum verewigt. James Farm sind wirklich einzigartig. Ein Projekt, das jeder Jazzkenner kennen sollte. Zurecht beim ECHO Jazz 2016 als "Ensemble des Jahres National" ausgezeichnet. (Nonesuch, 17,99 Euro)

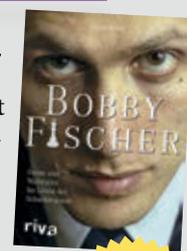


**LITERATUR:**

„Bobby Fischer: Genie und Wahnsinn im Leben der Schachlegende“ von Frank Brady

## Schach matt

„Ich weiß nicht, was Gott gegen mich auf 1.e4 antworten würde“ ist ein Zitat von dem Schachgenie Robert James "Bobby" Fischer. Ein Exzentriker, hochintelligent, besessen vom Schachspiel, Häftling, später paranoid und einer der populärsten und besten Schachspieler aller Zeiten. Hinter dem Genie, das mit einem IQ von 181 gesegnet war, steckte ein komplizierter Charakter. Er fürchtete, nachdem er 1972 seinem Kontrahenten Boris Spasski den Weltmeistertitel abgenommen hatte, dass die Sowjets ihn umbringen wollten. In diesem Buch erzählt Frank Brady die gesamte Lebensgeschichte des 2008 in Reykjavik verstorbenen Schachgenies, wobei er auf das Familienarchiv, auf private E-Mails Bobby Fischers und FBI-Akten zurückgreift. Sichtbar wird eine tragische Odyssee, die in armen Verhältnissen in Brooklyn beginnt und über den Schachweltmeistertitel in die Krankheit und bittere Einsamkeit führt. (Riva, 9,99 Euro)



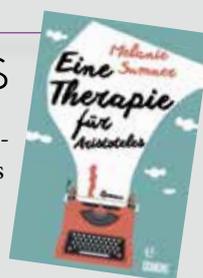
**3x zu verlosen!**  
Stichwort: „Bobby“

**LITERATUR:** „Eine Therapie für Aristoteles“ von Melanie Sumner

## Familienchaos

Wie schreibt man einen Roman in 30 Tagen? Aristoteles »Aris« Thibodeau ist zwölf-einhalb Jahre alt. Nein, sie ist kein Junge. Und ja, sie ist zu Höherem berufen. Leider steckt sie seit dem Tod ihres Vaters in einer eher mäßig interessanten Kleinstadt fest, wo sie sich um das desolote Liebesleben ihrer Mutter kümmern muss. Nicht zu vergessen ihr Job als Koerzieherin ihres kleinen Bruders Max, für dessen Therapie das gesamte Geld der Familie draufgeht.

Aris entwickelt einen Plan mithilfe des Ratgebers »Schreiben Sie einen Roman in 30 Tagen!«, den ihre Mutter ihr als Therapieersatz in die Hand gedrückt hat. Sie schreibt ein Buch. Inhalt: ihre charmant dysfunktionale Familie. Aris will einen Bestseller landen und lässt uns minutiös daran teilhaben. Eins ist klar, ein "Haus" wie dieses, ist ein Quell an Inspiration, die ständig drohende Katastrophe, ihre Muse. Dieses Buch steckt voller Überraschungen, nicht nur im Inhalt, sondern auch beim Layout. (DuMont 19,99)



**2x zu verlosen!**  
Stichwort: „Aristoteles“

**FILM:** „Verräter wie wir“, Studiocanal

## Fesselnder Weltbestseller-Spionagethriller

Nach „Dame, König, As, Spion“ und „A Most Wanted Man“ kommt jetzt eine weitere hochkarätig besetzte John-le-Carré-Verfilmung in die Kinos. In „Verräter wie wir“ führt uns der Altmeister in die Spionagewelt des 21. Jahrhunderts, in der die klaren Grenzen des Kalten Kriegs längst verwischt sind. Ewan McGregor überzeugt in dem hintergründig-spannenden Thriller mit der ihm eigenen Mischung aus Arglosigkeit und Abenteuerlust. Ihm zur Seite stellt Drehbuchautor Hossein Amini („Drive“) einen wichtigen und sentimental Russen, perfekt verkörpert von Stellan Skarsgård („Verblendung“) und eine sensible, aber furchtlose Ehefrau, gespielt von Naomie Harris („Skyfall“ und „Spectre“). Als undurchsichtig-abgehärteter MI5-Agent beweist Damian Lewis („Homeland“) sein Können. Kinostart: 07.07.2016





**WIR SIND,  
WAS WIR TUN.**

**DIE NATURSCHUTZMACHER**



**#3 Ein Haus bauen**

Eine neue Sprache lernen, eine Familie gründen, einen Baum pflanzen. Es gibt so viel zu tun und so viel zu erleben. Unsere mehr als 515.000 NABU-Mitglieder schützen, was ihnen wichtig ist: die Natur. Deswegen schaffen sie Quartiere für Meisen, Mehlschwalben und Mauersegler.

**[www.wirsindwaswirtun.de](http://www.wirsindwaswirtun.de)**