

# SENTITREFF POST

**Editorial**

**Willkommen im Klub**

VON URS HÄNER

Anfang März rief der neu gebildete Vorstand des Quartiervereins Wächter am Gütsch zur Generalversammlung, und eine bunte Schar von QuartierbewohnerInnen folgte der Einladung. Eine gehörige Portion Aufbruchstimmung verbreitete sich im Sentisaal, als aus verschiedenen Blickwinkeln Erwartungen formuliert und an den Tischen Ideen zusammengetragen wurden.

Mich freut, dass der lange Dornröschenschlaf des Quartiervereins im vorderen BaBeL-Gebiet nun offenbar beendet ist. Und ich hoffe, dass jene, die den QV-Wächter am Gütsch zu neuem Leben erweckten, Phantasie und Ausdauer entwickeln für ihre Aufgabe, gegenüber den städtischen Behörden und für die Anliegen der Quartierbevölkerung wach zu sein. Zu tun gibt es weiterhin einiges.

Zu beachten ist, dass parallel zur Phase dieses Dornröschenschlafs in unserem Quartier ein kraftvolles Netzwerk von verschiedenartigen Quartierkräften entstanden ist und die Verantwortung für eine gute Quartierentwicklung auf ganz verschiedene Schultern verteilt ist. Es ist wohl eine spezielle Pointe, dass wir ausgerechnet den ältesten Quartierverein der Stadt nun als jüngstes Mitglied bei den BaBeL-Quartierorganisationen willkommen heissen können. Auf gute Zusammenarbeit im Dienste des Quartiers!

**Neu im Angebot von Shop & Food**

## Kochkurs mit Kulturaustausch

VON LEONIE BERNET



Gespannt und neugierig standen wir in der Küche des Sentitreffs, und harten der Dinge, die da kommen würden. Wir, das war eine zusammengewürfelte Gemeinschaft von Frauen und Männern, die zu Beginn ein wenig fremd im Raum herumstand, aber das gleiche Ziel anstrebte, nämlich traditionelles Kochen aus Sri Lanka kennenzulernen. Vorerst war die Stimmung etwas zurückhaltend, doch das Eis war im Nu gebrochen, und alsbald verbreitete sich eine heitere, lockere Stimmung. Dazu haben vorwiegend die Fröhlichkeit und die stoische Gelassenheit der Köchin Vigitha Naguleswaran sowie die Geschicklichkeit und das per-



sönliche Engagement der Projektleiterin Janina Fazekas beigetragen. Die Kochkurse sind ein Kind des Shop&Food-Angebotes. Vigitha ist Schweizerin, ihr Geburtsland ist Sri Lanka. Ihre Familie mit drei Kindern ist hier bestens heimisch geworden. Beim Abwaschen und Aufräumen der Küche half Herr Naguleswaran tatkräftig mit. Vigitha äusserte sich, so nebenbei, sehr positiv über ihren Mann und meinte: «Ich habe wirklich Glück mit meinem Mann.» Das neue Projekt – eine Koproduktion der Vereine Sentitreff und BaBeL – ist bestrebt, durch menschliche Begegnungen die Integra-

*Fortsetzung Seite 2*

<b>Quartierlade</b>	Seite	2
<b>Was läuft: Agenda Mai – August</b>	Mitte	
<b>Nachruf auf einen grossen kleinen Mann</b>	Seite	7

**Die KinderreporterInnen – Seite 3**



**Pavlova Rezept – Seite 6**

*My Food-Nest!*



Fortsetzung  
tion von Zugewanderten zu fördern und die Vorurteile der einheimischen Bevölkerung gegen Fremdes und Unbekanntes abzubauen.

#### Zuerst der Shop ...

Zuerst machten wir Kochkursteilnehmenden uns mit Vigitha und Janina auf den Weg zum Einkaufsbummel durch die Baselstrasse. Das Angebot der exotischen Früchte, Gemüse und Gewürze ist riesig, und deren unbekannt Düfte und Farben sind interessant und aussergewöhnlich. Vollbeladen verliessen wir das tamilische Geschäft.

#### ... und dann der Food

Wieder in der Sentitreff-Küche angekommen, wurde unter Vigithas Anleitung wacker gerüstet und geschnetzelt, wir raspelten Kokosnüsse und zerdrückten im Mörser ungefähr zehn verschiedene Gewürze für die Curry-Mischung. Sogar der Teig für das obligate Fladenbrot wurde eigenhändig zubereitet, geknetet und ausgewallt und in der Bratpfanne gebacken. Ich stellte mir vor, was das für mich bedeuten würde, jeden Tag zwei bis drei Stunden für eine einzige Mahlzeit am Herd zu stehen. Nein, das kann ich mir nicht ausdenken. Zwischen all den Vorbereitungen wurde munter gewitzelt, gelacht, und Vigitha erzählte uns ganz spontan Interessantes aus ihrem Heimatland Sri Lanka. Das nenne ich Völkerverbindung pur. Ein Gläschen Weisswein für die Köchinnen und Köche trug zur fröhlichen Stimmung bei. Inmitten der Emsigkeit



des Kochkurses frohlockte ein Teilnehmer: «Halleluja, es ist mir perfekt gelungen!» Was ihm gelungen ist, weiss ich nicht mehr genau. Von diesem Moment an blieb das «Halleluja» unser Slogan. Sogar unsere Köchin rief, nach zirka zwei Stunden rüsten, bräteln, dünsten und herrichten: «Die Halleluja-Gruppe kann essen.»

#### E Guete!

Heiss hungrig und voller kulinarischer Erwartungen setzten wir uns an den Tisch. Die Menükarte liess sich sehen: Chicken-Curry, Basmatireis, Weisskohl an frischem Kokos, Linsen- und Auberginen-Curry und Chapati-Fladenbrot. Ge krönt wurde das «Festessen» durch das Dessert: Fruchtsalat aus frischen exotischen Früchten. Erst vermuteten wir, viel zu viel gekocht zu haben. Jedoch, alles wurde aufgegessen, ein deutliches Zeichen, dass es außergewöhnlich gemundet hat. Zirka um neun Uhr abends verabschiedeten wir uns voneinander, beglückt von vielen neuen Eindrücken. Doch halt! Ein grosser Teil der KursteilnehmerInnen kehrte anschliessend noch in einer Bar ein. Zu guter Letzt hatten die Nachtschwärmer Glück, nach Mitternacht den letzten Anschluss von Zugs- und Busverbindungen zu erwischen.

**Neben dem neuen Angebot der Kochkurse werden weiterhin Einkaufstouren und Catering angeboten. Infos: [www.shopandfood.ch](http://www.shopandfood.ch) Telefon 041 240 94 72**

#### Quartierlade Baselstrasse 66

Das bekannte Quartierlädali an der Baselstrasse 66 heisst neu Quartierlade. Neu ist auch die Leitung: Die «Wärchbrogg» (geschützte Werkstätte am Alpenquai) hat per 1. Januar 2012 den Laden übernommen – inklusive dem eingespielten Team und dem Hauslieferdienst.

Angeboten werden rund 1000 Artikel für den täglichen Bedarf, meist aus regionaler Produktion und wenn immer möglich aus fairem Handel oder biologischem Anbau. Die «Wärchbrogg» war 1962 gegründet worden, seit 1991 wird sie durch einen Trägerverein geführt, dem die römisch-katholische Kirche, die evangelisch-reformierte Kirche, die Pro Senectute und engagierte Privatpersonen angehören. Sie ermöglicht Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung eine Beschäftigung.

Die ersten Wochen seit der Wiedereröffnung am 1. März seien vielversprechend verlaufen, sagt Rolf Forster, stv. Geschäftsleiter der «Wärchbrogg». Der Umbau habe allgemein ein gutes Echo erhalten, aber natürlich hätten sich einige schwergetan, das alte Cachet zu verabschieden.

Sie erreichen den Quartierlade unter der Telefonnummer **041 368 99 88** oder per e-mail: **bestellung@quartierlade.ch**

#### Die Spielbar im Dammgärtli wird zum «Löwenwagen»

Seit dem Frühling 2004 steht auf dem Spielplatz Dammgärtli ein alter Zirkuswagen, der von Kindern und Jugendlichen bunt bemalt wurde. Die Spielbar, so hiess der Wagen, diente jeden Sommer als Kiosk und Spielmateriallager. Wenn der Wagen offen war, konnten die Kinder aus dem Quartier Spielsachen ausleihen oder einen gratis Zvieri geniessen.

Nun beginnt der Wagen, da er aus Holz ist, zu zerfallen. Auf der Suche nach einer neuen Lösung begegneten wir den Herren des Lions Club Luzern. Da die Herren aus der Baubranche sind, kennen sie sich mit Bauwagen aus und organisieren uns unkompliziert einen neuen Wagen. Der Lions Club kam mehrere Male zu uns auf den Spielplatz und liess sich unsere Spielnachmittage sowie die ganze Zusammenarbeit mit dem Jugi und der Schule St. Karl erklären.

Ab dem 2. Juni 2012 steht der neue Wagen dann im Dammgärtli. Wir wollen ihn mit einem Kinderfest einweihen (13.30–16.30 Uhr) und dem Lions Club Danke sagen. Kommt ihr auch? Es gibt viele Spiele und einen Kuchenwettbewerb.