

# Mit der Gotte Kulturluft schnuppern

**KULTURGÖTTIS** Viele Kinder haben keine Möglichkeit, ins Theater, ins Museum oder in ein Konzert zu gehen. In der Stadt Zürich verschaffen ihnen Freiwillige Zugang zur Kultur.

«Ich bin Fisch», sagt Rosanna Colangelo. Auf den Knien hat sie das Horoskop einer Gratiszeitung ausgebreitet, die sie im Tramabteil gefunden hat. In zwei Tagen habe sie Geburtstag, fährt sie fort. Dann werde sie 12 Jahre alt. «Und was machst du an diesem speziellen Tag?», will ihre Begleiterin, Carolina Boschmann, wissen. «Vielleicht gehe ich mit meinem Freund in die Stadt und esse bei McDonald's.»

## «Etwas weitergeben»

Es ist Sonntagmorgen. Das Mädchen mit den dunklen, krausen Haaren und die 27-jährige Deutsche haben sich eben im Gemeinschaftszentrum Grünau in Zürich getroffen und sind nun auf dem Weg ins Tanzhaus. Gemeinsam werden sie sich das Stück «Tornado» ansehen. «Als Kind ging ich oft mit meinem Grossvater ins Theater», erzählt Boschmann. Er habe ihr Interesse an der Kultur geweckt. «Nun möchte ich selbst etwas weitergeben», sagt die Bauingenieurin, die sich als Kulturgotte engagiert. Als solche begleitet sie Rosanna in diesem Jahr zu vier kulturellen Veranstaltungen. Bereits hinter sich haben die beiden einen Ausflug in die Tonhalle, wo sie sich das Märchen «Cinderella» angesehen haben. «Das war extrem lustig», erinnert sich Rosanna. Besonders gefallen haben ihr die Einlagen der zwei bösen Schwestern, die von Tänzern des Junior-Balletts Zürich dargestellt wurden. «Wirklich sehr humorvoll», pflichtet ihr Boschmann bei.

An der Haltestelle Dammweg steigen sie aus. Zusammen mit sechs weiteren Gotten, einem Götti und deren Patenkindern schlendern sie über den Dammsteg ans andere Ufer der Limmat. Auf dem Vorplatz und im Vorraum des Tanzhauses treffen sie auf zwei weitere Gruppen, die aus Oerlikon und Seebach angereist sind. Voller Vorfreude besorgen sie sich ihre Tickets, legen die Jacken ab und stellen sich in die Schlange. Nach kurzem Warten



Besuchen viermal pro Jahr eine Kulturveranstaltung zusammen: Rosanna Colangelo (links) und ihre Kulturgotte Carolina Boschmann.

Marc Dahinden

öffnet sich die Tür zum Theaterraum, die Vorstellung beginnt.

Zwei Frauen und ein Mann lassen einen schweren Sturm aufkommen, wirbeln herum, verliehen sich aus den Augen und finden sich wieder. Auf den Zuschauerhängen ist es ruhig, auch wenn ein klarer Erzählstrang fehlt. Nach knapp einer Stunde ist das getanzte Unwetter vorbei.

## Gemeinsame Erinnerung

«Sie haben sich lustig bewegt», sagt Rosanna, als alle zurück im Gemeinschaftszentrum Grünau sind. «Ich fand es lässig, wie sie alles auf den Boden geworfen haben», sagt ein Junge. Verstanden habe er das Stück allerdings nicht. Ein Mädchen sagt, sie habe bis jetzt nur etwas gesehen, das ihr noch weniger gefallen habe – eine Lesung. Auch die Erwachsenen sind wenig begeistert. «Nicht gerade kindgerecht», finden einige. Doch der Ausflug werde ihnen in

Erinnerung bleiben – wahrscheinlich sogar stärker als ein gefälliges Stück.

Rosanna schreibt ihre Eindrücke in ihr Kulturtagebuch. Sie klebt den Flyer dazu und zeichnet eine der drei Figuren ab. Cornelia

**«Als Kind ging ich oft mit meinem Grossvater ins Theater. Nun möchte ich selbst etwas weitergeben.»**

Carolina Boschmann

Boschmann hilft ihr dabei. Die wissenschaftliche Mitarbeiterin der ETH Zürich ist für das gemeinsame Kulturerlebnis aus Walenstadt angereist. Früher

wohnte sie im Quartier; durch eine Annonce wurde sie auf das Projekt aufmerksam. Schon während des Studiums hat sie sich sozial engagiert und Kindern mit Migrationshintergrund Nachhilfe gegeben. «Es ist schön, wenn eine Beziehung entsteht und man ein Vorbild sein kann.»

## Patenschaften verdoppelt

Ziel des Projektes «Kulturgotte/-götti» ist es, Kindern im Primarschulalter einen Zugang zur Kultur zu ermöglichen, die diesen sonst aus finanziellen Gründen oder mangelndem Interesse nicht hätten. Sie sollen unterschiedliche Richtungen wie Tanz, Schauspiel und Malerei kennen lernen und sich auch selbst kreativ betätigen. Begegnungen mit Künstlern stehen dabei ebenso auf dem Programm wie ein Blick hinter die Kulissen.

2014 haben drei Stadtzürcher Gemeinschaftszentren erstmals

Patenschaften vermittelt. Damals waren es insgesamt 15, heute sind es doppelt so viele. Die Suche nach freiwilligen Erwachsenen gestaltet sich weniger schwierig als jene nach Patenkindern. Eine Schwelle ist offenbar die Verbindlichkeit: Die Kinder müssen sich verpflichten, viermal pro Jahr dabei zu sein. Kommt hinzu, dass manche Eltern, die selbst nicht sehr kulturaffin sind, erst vom Nutzen der Ausflüge überzeugt werden müssen.

Im Gemeinschaftszentrum Grünau nähert sich der gemeinsame Morgen dem Ende zu. «Bis zum nächsten Mal», verabschieden sich die Ersten und gehen in den herrlichen Frühlingstag hinaus. Weil es bis dahin einige Wochen dauert, werden sich Rosanna Colangelo und Carolina Boschmann vielleicht – wie in der letzten «Kulturpause» – einen Brief schreiben.

Eveline Rutz

# Die Widerspenstige kann gezähmt werden

**BRENNNESSEL** Die jungen Blätter der wehrhaften Pflanze können jetzt geerntet werden. Mit der nährstoffreichen Brennnessel lässt es sich gut kochen.

Manch einer hat nach unliebsamen Erfahrungen mit der Brennnessel Berührungsgänge mit der wehrhaften Pflanze. Doch es

lohnt sich, die Ängste abzubauen und sich mit Handschuhen und Schere bewaffnet auf Brennnesselpirsch zu begeben. Die jungen Blätter und die oberen Triebspitzen können von März bis Oktober geerntet werden. Die Blätter kann man für Entschlackungstee trocknen. Wie Spinat verwendet, finden sie in vielen Rezepten Verwendung: Suppen, gefüllte Pasta

mit Ricotta, grüne Spätzle und Quiches. Die grünen Samen, die man ab Juli ernten kann, aber auch die reifen Samen im Herbst passen mit ihrem nussigen Geschmack getrocknet oder geröstet zu Pasta und Käse.

Die Brennnessel wächst an humus- und stickstoffreichen Standorten entlang von Wald- und Wegrändern sowie an Bachläufen und in Auen. Die mehrjährige Brennnessel (*Urtica dioica*) wird bis zu 1,5 Meter hoch, hat dunkelgrüne, spitz zulaufende Blätter mit gezahnten Rändern. Durch ihre Brennhaare unterscheidet sie sich von andern Nesselnarten, die auch essbar sind.

## Reich an Kalzium

Wegen ihres hohen Wirkstoffgehalts ist die Brennnessel eine anerkannte Heilpflanze. Sie ist reich an Kalium, Phosphor, Silizium, Magnesium und ganz besonders Kalzium sowie Eisen. Zudem enthält sie sehr viel Vitamin C (dreimal mehr als Grünkohl oder Broccoli) sowie reichlich Vitamin A und E, Eiweiss, pflanzliche Hormone (Phytohor-

monen) und Enzyme. Auch die Samen sind sehr gehaltvoll. Sie enthalten 30 Prozent fettes Öl (Linolsäure), Vitamin E, Schleimstoffe sowie Karotinoide.



Die Brennnessel enthält sehr viel Vitamin C.

Die Brennnessel wirkt blutbildend, da das enthaltene Eisen für den menschlichen Körper gut verfügbar ist. Die Pflanze stimuliert die Verdauung und hat eine milchbildende, blutzuckersenkende, entgiftende, blutreinigende und stoffwechsellagernde Wirkung. Daher wird sie gerne angewandt bei Rheuma und Gicht, Hautkrankheiten, Nieren- und Blasenentzündung, Anämie, Haarausfall, Demineralisierung und Diabetes. Den gehaltvollen Samen der Brennnessel sagt man eine aphrodisierende Wirkung nach.

red

Die Informationen rund um die Brennnessel stammen aus dem Ordner «WWF-Erlebnistipps». Viermal pro Jahr erhalten die Abonnenten vier neue Tipps zugesandt. Jahresabo 39.90 Franken (Mitglieder 29.90 Fr.).



www.ch/erlebnistipps

## BuchTipps

### Aus Beispielen lernen



#### Wie geht Karriere?

Barbara Lukesch, Wörterseh-Verlag, 2015, 224 Seiten, 39.90 Franken.

Barbara Lukesch versteht unter «Karriere» nicht nur das Erklimmen der Spitze einer Firma, sondern den Weg in eine berufliche Position, welche zufrieden und bestenfalls sogar glücklich macht. Doch wie kommt man – beziehungsweise wie kommen Frauen – dorthin? In ihrem neuen Buch sucht die Journalistin und Autorin nach Antworten. Für «Wie geht Karriere?» hat Lukesch mit Frauen geredet, die ihren Weg gefunden haben. Schnell wird klar, dass es keine Anleitung zum Glückseligkeit gibt. Die Werdegänge der 16 porträtierten Frauen zwischen 24 und 76 Jahren unterscheiden sich stark. Während die einen auf ihr Berufsleben zurückblicken, stehen andere noch ganz am Anfang. Gezeigt werden nicht nur Bilderbuchkarrieren, sondern auch Lebensläufe mit Brüchen. Seinen beruflichen Weg konsequent zu gehen, kostet seinen Preis, darin sind sich viele Frauen einig. So sieht etwa Brida von Castelberg, ehemalige Chefärztin der Frauenklinik am Zürcher Triemlispital, den Grund für ihre Kinderlosigkeit vor allem in ihrer Karriere. Umgekehrt kämpft die Tanzschule-Besitzerin Carole Meier mit einem schlechten Gewissen ihren Kindern gegenüber – und Stephanie von Orelli, heutige Chefärztin der Frauenklinik am Triemlispital, ärgert sich, wenn von aussen der Vorwurf kommt, es sei schwierig für ihre Kinder, dass sie so viel arbeite. In dem leicht lesbaren Buch finden Interessierte auch den einen oder anderen konkreten Tipp. So rät etwa Carol Franklin, Ex-Chefin von WWF Schweiz, dass eine Frau, die Karriere machen will, zuerst dafür sorgen sollte, dass sie innerhalb einer Firma für das Geschäftsergebnis zuständig ist. «Sie muss beweisen, dass sie mit Zahlen umgehen und Gewinn machen kann», sagt Franklin. Erst danach könne sie in einen Stab wechseln. sat



## Miniquiz

### DEUTSCH

Welchen Nomen ist der falsche Artikel beigelegt?

- A der Bleistift
- B das Kies
- C das Thermometer
- D der Lineal
- E das Kino

### GEOGRAFIE

Die aufgeführten Berge sind Grenzberge. Streich, wo nötig, den falschen Kanton durch.

- A Stammerberg: ZH - TG - SH
- B Schnebelhorn: TG - ZH - SG
- C Höhrnen: ZH - SZ - ZG
- D Lägern: AG - ZH - ZG
- E Chrannenberg (Hiltisberg): ZH - SZ - SG

### Lösungen

Geografie: A, SH, B, TG, E, ZG, D (das Lineal)  
Deutsch: B (der Kies) / D (das Lineal)

Weitere Aufgaben finden alle ab 11 Jahren in «222 Miniportionen Deutsch» und «222 Miniportionen Geografie»  
www.verlagzkm.ch

## REZEPT

### Brennnessel-Chips

**Zutaten:** 125 g Dinkelmehl, 250 ml helles Bier, 1 Ei, 1 EL Olivenöl, 1 unbehandelte Zitrone, Erdnussöl zum Ausbacken, Blätter von Brennnesseln.

Mehl, Bier, Eigelb und Olivenöl zu einem glatten Teig verrühren, mit Salz und abgeriebener Zitronenschale abschmecken. 30 Minuten quellen lassen. Eiweiss steif schlagen und mit dem Teig mischen. Brennnesselblätter waschen und trocken schleudern. Blätter durch den

