



„Wissen & Genießen“

Kulinarisch- informative Weltreise
Im Monat Januar durch Ungarn
Ungarn (ungarisch Magyarorszá) ist ein Binnenstaat in Mitteleuropa, der zum Großteil im Pannonischen Becken liegt. Die ungarische Küche basiert auf traditioneller bäuerlicher Küche und der Magnaten Küche des Hochadels. Viele Rezepte spiegeln die geographische und kulturelle Vielfalt des Landes wider. Vom Balaton kommt der Fogasch (Zander aus dem Balaton) frittiert oder im Fischgulasch. Für Ungarns Tradition der Back- und Süßwaren stehen Palatschinken, Esterházytorte oder Schomlauer Nockerln. Eine zentrale Rolle nehmen Paprika (frisch, als Pulver oder püriert) und Sauerrahm (tejföl) ein, die zum Würzen und Abschmecken der Speisen dienen. Das traditionelle Kochgerät ist der Kessel (bogrács), meist aus Kupfer. In ihm werden viele Speisen auf offenem Feuer zubereitet, etwa Kesselgulasch oder Fischsuppe. Ungarn und die landestypische Küche wird uns von Frau Csilla Löser vorgestellt

Donnerstag 17.00 Uhr
09. Januar 2014

Friedrich-Reinsch-Haus

Ort der Generationen
und Kulturen

Milanhorst 9

14478 Potsdam

Telefon: 0331/ 550 41 69

mail: info@milanhorst-potsdam.de

www.milanhorst-potsdam.de

ÖPNV-Verbindungen:

Haltestelle Falkenhorst: Bus 693

Haltestelle Magnus-Zeller-Platz:

Tram 92, 96, 98, 99 + 5 min Fußweg



Kultur
Potsdam

„Kultur Potsdam ermöglicht kostenlose Kulturerlebnisse“
Unter dem Motto „Ihr Schlüssel zur Kultur“ öffnet Kultur Potsdam Menschen mit einem geringen Einkommen Türen zu Kulturveranstaltungen aller Genres – von Theater und Konzerten über Vorträge und Lesungen bis zu Museen und Sportveranstaltungen. Die Kultureinrichtungen stellen Karten zur Verfügung, die anschließend kostenfrei an die registrierten Gäste von Kultur weitergegeben werden. Gast werden kann jeder, dem als Einzelperson monatlich weniger als 900 Euro netto zur Verfügung steht. Bei der Anmeldung können die Gäste ihre kulturellen Interessen angeben und stehen am Veranstaltungsort auf der Gästeliste. Zudem erhält jeder Gast eine zweite Karte für eine Begleitperson seiner Wahl. Jeden zweiten Dienstag von 10.00 – 12.00 Uhr beraten die Mitarbeiter von Kultur Potsdam Sie vor Ort im Friedrich-Reinsch-Haus. Weitere Informationen: www.kultuer-potsdam.de info@kultuer-potsdam.de Tel. 0152 – 54 07 29 87

Dienstag 10.00 Uhr
14. | 28 Januar 2014



Uhu-Computer
PC-Kurse
für
Einsteiger
und
Fortgeschrittene

„Computerkurse“

Die Computerkurse werden auch 2014 wieder angeboten. Interessenten können zwischen 2 Kursarten wählen:

- Basiskurs: Der Kurs für Computernutzer gedacht, die ihren Computer bisher nur selten nutzen. Ausgehend vom Basiswissen über den Computer werden die Nutzer bis zur sicheren Nutzung des Internets geführt.
- Erweiterungskurs: Im Erweiterungskurs lernen erfahrenere Nutzer neue Möglichkeiten zur Nutzung des PC im täglichen Leben kennen und beschäftigen sich natürlich auch mit dem sicheren Verhalten im Internet. Zu allen Kursen werden Arbeitsunterlagen bereitgestellt, die das jeweilige Thema vertiefen und zu Hause Unterstützung bei der Beschäftigung mit dem PC geben sollen. Fragen der Kursteilnehmer zu aufgetretenen Problemen mit dem PC werden in den Kursveranstaltungen beantwortet. Die Kurse finden immer donnerstags im 14 tägigen Rhythmus statt. Eigene Laptop's bzw. Netbooks können zu den Veranstaltungen mitgebracht werden.

Donnerstag 10.00 | 14.00 Uhr
09. | 23 Januar 2014



„Mittwochsvorlesung“

Herr Dr. Johannes Ganster
Leiter des Forschungsbereiches
Biopolymere am Fraunhofer
Institute for Applied Polymer
Research IAP.

„Es geht auch ohne Erdöl - Kunststoffe aus nachwachsenden Rohstoffen“

Kunststoffe sind, seit ihrer massenweisen Einführung in der 50er Jahren des letzten Jahrhunderts, aus unserem Leben nicht mehr wegzudenken. Versuchen Sie es! Aber vergessen Sie nicht das Armaturenbrett in Ihrem Auto, die Zahnbürste oder das Gehäuse Ihres Computers. 99 Prozent dieser Kunststoffe werden derzeit aus Erdöl hergestellt. Die Verwendung von Erdöl als Rohstoffquelle hat aber auch eine Reihe von Nachteilen, hier kann die Verwendung nachwachsender Rohstoffe Abhilfe schaffen. Im Vortrag werden die wichtigsten Vertreter von Kunststoffen aus nachwachsenden Rohstoffen vorgestellt.

Mittwoch 18.00 Uhr
29. Januar 2014

Veranstaltungs-
Programm



Januar
2014

Montag

12.00 - 13.30 Uhr
Deutschkurs für
Fortgeschrittene

14.00 - 15.30 Uhr
psychologische Beratung für
russische Migranten

16.30 - 17.30 Uhr
SGB II Lebensberatung

Donnerstag

09. | 23.01
10.00 - 11.45 Uhr
Computerkurs 1

09. | 23.01
14.00 - 16.00 Uhr
Computerkurs 2

18.00 - 20.00 Uhr
Filzkurs

Dienstag

09.00 - 11.00 Uhr
Seniorenprojekt Tanzen
Kochen und Sport

13.00 - 14.30 Uhr
psychologische Beratung für
russische Migranten

19.00 - 21.00 Uhr
Salsa

14. | 28.01
15.00 - 17.00 Uhr
Handarbeitsclub

14. | 28.01
10.00 - 12.00 Uhr
Kultür Potsdam

Freitag

10.00 - 12.00 Uhr
Freundeskreis der russisch-
sprachigen Kultur

16.00 - 18.00 Uhr
Malkurs für Kinder

10.01
15.00 - 18.00 Uhr
Willkommenskultur



Mittwoch

08.45 - 10.15 Uhr
Sport für Jung und Alt

10.00 - 12.00 Uhr
Dolmetscher Sprechstunde
russisch - deutsch

10.30 - 12.30 Uhr
Filzkurs

16.30 - 17.45 Uhr
Gitarre und Keyboard
Musikunterricht

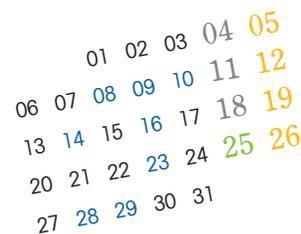
08.01
18.00 - 20.00 Uhr
Bildbearbeitung am Computer

Samstag

25.01
11.00 - 14.00 Uhr
Willkommenskultur



Kalender



Neues aus dem Kiez können Sie bei Radio im Kiez-schlaatzfm hören. Unter www.schlaatzfm.de gibt es das Programm aus Musik und Informationen mitten aus dem buntesten Stadtteil Potsdams

Sonntag

09.00 - 12.00 Uhr
afrikanischer Gottesdienst

12. | 26.01
13.30 - 15.30 Uhr
Club Du und Ich

05 | 19.01
14.00 - 16.30 Uhr
Gottesdienst der
Johannischen Kirche

Veranstaltungshöhepunkte im Januar

09.01
17.00 - 19.00 Uhr
Gemeinwesen Akademie
„Wissen & Geniesen“
Ungarn ▶

16.01
15.00 - 19.00 Uhr
Seniorentanznachmittag

29.01
18.00 - 20.00 Uhr
Mittwochsvorlesung
Köpfe im Kiez ▶

Sport für Jung und Alt
Spaß und Sport für Senio-
rinnen/Senioren und Kinder-
gartenkinder

Ein außergewöhnliches Angebot bietet das Friedrich-Reinsch-Haus in Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsamt der Stadt Potsdam und dem Stadtteilmanagement von Stadtkontor. Jeden Mittwoch von 08.45 bis 10.15 Uhr freuen sich die Kinder der Kita Kinderhafen auf ihre „Sportomis und Sportopis“. Mit einem immer lauter tönenden, gemeinsamen „Jetzt gehts los“ beginnen die Großen und Kleinen zu tanzen, zu hüpfen, zu gehen wie ein Storch, zu schlängeln wie eine Schlange oder zu stampfen wie ein Elefant.

Veranstaltungshöhepunkte im Januar

Viel zu schnell ist das lustige Treiben beendet. Aber die Sportomis und Sportopis begleiten die JungsportlerInnen ja noch zurück in die Kita, wo sich alle bereits für die nächste Woche verabreden. Auf jeden Fall haben alle Spaß und manchmal merken die Großen vor Freude gar nicht, dass sie ordentlich gefurrt und dabei noch so viel Gutes für ihre Gesundheit getan haben.



Radio im Kiez freut sich auf ein neues Jahr voll spannender Projekte.

Unter anderem werden wir eine neue Sendung zum Thema Filmmusik präsentieren.

Schlaatz fm produziert außerdem Klaus Joreks Wochenrückblick „Die gewissen Stunde“, Samstags um 13.00 Uhr und „Kultur auf's Ohr“ in Zusammenarbeit mit der Potsdamer Theaterschule jeden Sonntag um 16.00 Uhr.

Hören Sie uns im Internet:
<http://www.schlaatz.de/radio-livestream>