

Ausgabe 3 WS 2010/11

06. - 31.12.2010

Zu Gast bei Freunden
S. 2

Gute Gelegenheit:
Mitfahren
S. 3

Vierwöchige
Übersicht der
Speisepläne
aller Mensen
S. 4-7

Schweine füttern
S. 8

„Und was machst du am 24. Dezember?“

...fragte MensaZeit-Redakteurin Joey. Sie selbst wird diesen Tag mit ihren Eltern und Geschwistern verbringen und war neugierig auf die Antworten ihrer Kommilitoninnen und Kommilitonen:



Die Kunststudentin Catalina, 20, aus Fritzlar feiert dieses Jahr Heiligabend in Deutschland. Da ihr Vater Kolumbianer ist, verbrachte sie Weihnachten auch schon mehrmals in seiner südamerikanischen Heimat. Verglichen mit unserem eher beschaulichen Fest unterm Weihnachtsbaum wird dort sehr viel fröhlicher gefeiert. „In Kolumbien packt man dann auch schon mal Trommeln aus. Es ist nicht so besinnlich und ruhig

wie hier, eher ausgelassener“, erzählt sie. Die Bescherung verläuft auch anders: „Als Kinder wurden wir schon früh ins Bett geschickt und um Mitternacht wieder geweckt, dann erst gab es die Geschenke und wir durften noch eine Weile auf bleiben“.



Anna, 20, aus Nord-Rhein-Westfalen studiert mit Catalina zusammen Kunst auf Lehramt. Letztes Jahr um diese Zeit arbeitete sie in Spanien als Au-pair, doch flog sie für die Weihnachtstage heim zu ihrer Familie. „Ich habe mich schon wochenlang vorher darauf gefreut. Es ist so schön gemütlich, wenn alle zusammen sind, Plätzchen essen und die Kerzen brennen. Weihnachten ist für mich ein Familienfest.“



Der 23-jährige spanische Austauschstudent Edgar aus Valencia bleibt dagegen Weihnachten hier, um mit seinen Freunden auf traditionelle deutsche Art und Weise zu feiern und so die andere Kultur besser kennen zu lernen. Er freut sich besonders auf die Weihnachtsmärkte. Für ihn ist es ungewöhnlich, am 24. Dezember Geschenke zu verteilen. Seine Familie isst an diesem Tag zwar auch zusammen (besonders gerne die Spezialität „Turron“, die aus gerösteten Mandeln, Zucker, Honig und Eiern hergestellt wird), allerdings werden in Spanien Geschenke erst am 6. Januar ausgeteilt.

► **Weihnachten allein?** Muss nicht sein. MensaZeit-Redakteurin Miriam erkundigte sich nach Alternativen für Studierende, die diese Zeit nicht mit Familie und Freunden verbringen können oder wollen. Dazu mehr auf Seite 2.



Weihnachten: Die Welt zu Gast bei Freunden

Weihnachtsmarkt in der Stadt, Weihnachtsmusik im Radio, Weihnachtsgebäck auf den Tischen: Die meisten Studierenden der Uni Kassel, ganz gleich welcher Konfession, freuen sich auf die freie Zeit, auf Geschenke, Weihnachtsrituale und auf das Zusammensein mit Freunden und Familie. Heiligabend sind die meisten „daheim“.

Doch was ist mit denjenigen, deren Familien tausende Kilometer entfernt sind? Die sich einen Heimflug nicht leisten können? Ausländische Studierende, die in Kassel die Feiertage ohne ihre Lieben verbringen müssen?

Die evangelische Studierendengemeinde (ESG) und die Katholische Hochschulgemeinde (KHG) veranstalten bereits am 15. Dezember einen Adventsgottesdienst, zu dem auch internationale Studierende ausdrücklich eingeladen sind. „In der Vergangenheit hat sich gezeigt, dass letztlich doch auch viele Studierende aus dem Ausland über die Feiertage in ihre Heimat reisen“, erklärt der evangelische Studierendenpfarrer Krischan Heinemann. Insofern herrsche bei Veranstaltungen an Heiligabend selbst wenig Andrang, aber die Zeit bis dahin werde für manche lang.

Umso mehr freuten sich viele Studierende auf die Weihnachtsbäckerei der ESG, die am 14. Dezember, also am Tag vor dem Adventsgottesdienst, stattfindet. „Da basteln wir die Deko für den nächsten Tag und backen Plätzchen“, kündigt Heinemann an. „Der Gottesdienst findet am Folgetag um 19 Uhr statt. Danach gibt es eine Adventsfeier bei Kerzenschein, mit Musik, Gesprächen und gutem Essen. Eben ein ganz gemütliches Beisammensein mit normalerweise sechzig bis siebzig Leuten.“

Dennoch macht sich auch Heinemann Gedanken über die Menschen, die am heiligen Abend nicht zu ihrer Familie reisen können. Entweder weil das nötige Geld fehlt oder weil es schlichtweg keine Verwandten mehr gibt. Er weist auf eine Veranstaltung in der Karlskirche hin. „Nachmittags findet dort am 24. Dezember ein Weihnachtsgottesdienst statt. Im Anschluss wird das ‚Open House‘ angeboten. Das gibt es schon seit Jahren“, weiß Heinemann. Dorthin kämen viele sehr unterschiedliche Menschen: Keinesfalls nur Obdachlose würden dort den heiligen Abend feiern, auch Senioren, die niemanden mehr haben, und jüngere Leute, die Weihnachten einfach gern in einer netten, offenen Gemeinschaft verbringen wollen.

Ein spezielles Programm für ausländische Studierende bietet der Verein Experiment e.V. an. Über die ESG und die O-Woche für internationale Studierende werden diejenigen, die sich nicht auf die Heimreise machen können, in eine deutsche Gastfamilie vermittelt. „Ein super Angebot“, findet Krischan Heinemann.

Gegen einen kleinen finanziellen Eigenbeitrag kommen die Studierenden für 14 Tage in einer Familie unter und feiern dort im privaten Kreis Weihnachten. „Wer den Betrag nicht aufbringen kann, dem helfen wir auch gerne weiter!“, sagt Heinemann. Er ist überzeugt, dass von der gemeinsamen Zeit nicht nur die Studierenden profitieren: Auch für die Herbergfamilie stelle so ein Gast eine besondere Bereicherung dar. „Als Gastgeber holt man sich buchstäblich die Welt ins Haus und heißt einen ebenfalls neugierigen Menschen aus einer anderen Kultur bei sich willkommen.“, heißt es entsprechend bei Experiment e.V.



Krischan Heinemann

Wer an einem solchen Austausch teilnehmen möchte, der kann sich bei Franziska Hinrich (owoche@uni-kassel.de) melden. Sie betreut das Projekt in Kassel.

Wer also an Heiligabend nicht allein sein will, der muss es auch nicht sein. Selbst wenn der Weg nach Hause zu weit ist, warten auch in Kassel Familien darauf, einen Gast willkommen zu heißen. Immerhin ist Weihnachten nicht nur ein Fest der Familie, sondern auch und besonders das Fest der Nächstenliebe. (slm)

► Evangelische Studierendengemeinde

Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Mönchebergstraße 29, 34125 Kassel
E-Mail: esg-kassel@uni-kassel.de
T. (0561) 87 20 75
www.esg-kassel.de

► Experiment e.V.

Gluckstraße 1, 53115 Bonn
E-Mail: info@experiment-ev.de
T. (0228) 9 57 22-0
www.experiment-ev.de

Exklusiv für Studis: All-You-Can-Eat-Frühstück im „Moritz“ am 15. Januar



Das würde Max auch schmecken: Im kleinen Campus-Restaurant „Moritz“ direkt neben der Zentralmensa gibt's am **Samstag, 15. Januar**, ein Riesenschlemmer-Frühstück nur für Studis. Im Preis von 5,90 Euro ist von Brötchen und Croissants über Lachs, Schinken und Käse bis zu Müsli und Obst alles enthalten, was zum leckeren Neujahrsfrühstück gehört – inklusive Filterkaffee, Tee, Orangensaft und Milch. Damit man auch alles essen und probieren

kann, dauert die Aktion von 10 bis 14 Uhr. Isst du noch oder genießt du schon?

Impressum

Ausgabe 3 | WS 2010/2011 • Auflage 8.000 Exemplare

Herausgeber:

Studentenwerk Kassel, Anstalt des öffentlichen Rechts, Wolfhager Straße 10, 34117 Kassel

Redaktion:

Brigitte Schwarz, Miriam Lotto (slm), Joey Arand (saj)
Studentenwerk Kassel, Öffentlichkeitsarbeit, Wolfhager Straße 10, 34117 Kassel
Telefon: 0561/804 25 65 • Fax: 0561/804 35 20 • E-Mail: oeffarb@studentenwerk.uni-kassel.de
www.studentenwerk-kassel.de

Gesamtherstellung und Anzeigenwerbung:

DER PLAN OHG, Siegmund-Schuckert-Str. 5, 68199 Mannheim
Telefon: 0621/83 59 69-0 • E-Mail: info@derplan-online.de

Layout & Grundgestaltung:

Manuela Strzys, strzys@yahoo.de

Fotos & Abbildungen:

Studentenwerk Kassel, ESG Kassel



Gute Gelegenheit: Mitfahren

Keine Lehrveranstaltungen vom 20. Dezember bis zum 7. Januar – viele Studentinnen und Studenten nutzen die „Weihnachtsferien“ zum Verreisen. Zur Familie, zu Freunden oder einfach nur so - Bahnfahren wird ganz schön teuer, sobald man sich über die Grenzen des Semestertickets hinausbewegt. Alleine mit dem Auto zu fahren ist nicht nur ebenfalls ganz schön teuer, sondern außerdem auch noch langweilig und ermüdend – vor allem bei langen Strecken. Zum Glück geht's auch anders.

Am Auestadion, an der Papierfabrik oder am Kulturbahnhof warten in warme Mäntel gehüllte Gestalten mit dickem Rucksack, die schließlich in Autos einsteigen. Darüber muss man sich nicht wundern, die Erklärung leuchtet ein: In Kassel sind das beliebte Orte, um gemeinsam in andere Städte Deutschlands zu kurven – mit meist fremden Leuten und geteilten Spritkosten. Von Kassel nach Berlin für 20 Euro, nach Nürnberg und Dresden für 15 Euro. Der durchschnittliche Fahrpreis liegt bei 5 Euro je 100 Kilometer. Selbst mit BahnCard 50 kommt man normalerweise nicht so billig durchs Land.

Wer nicht abenteuerlich per Anhalter on tour gehen will, sollte lieber per Mausclick die weitaus ungefährlichere Reise antreten und zuvor einfach bei elektronischen Mitfahrportalen wie www.mitfahrgelegenheit.de/ oder <http://mitfahrclub.adac.de/> Start- und Zielort sowie das Reisedatum in der Suchmaske eingeben. So bekommt man normalerweise den Namen, die Telefon- oder Handynummer und das Kfz-Kennzeichen des Fahrers sowie den Treffpunkt, an dem man zusteigen kann – meist ein leicht zu erreichender Ort wie in Kassel zum Beispiel der Kulturbahnhof oder das Auestadion.

Die Leute, die sich als ChauffeurIn anbieten, sind meistens nett – man quatscht mit ihnen und den anderen im Auto über Gott und die Welt, und die Reise fühlt sich nur halb so lange an. Man sollte dennoch immer darauf achten, in das richtige Auto zu steigen. Am Bahnhof, zum Beispiel, warten manchmal mehrere Fahrer, die aber ganz unterschiedliche Ziele haben. Also aufpassen, wo man einsteigt! Wer ganz auf Nummer Sicher gehen will, bevor er zu einem völlig fremden Menschen ins Auto klettert, kann vorsorglich Freunden oder Eltern das Autokennzeichen und den Namen des Fahrers bzw. der Fahrerin geben. Mit ein bisschen Glück reist man vielleicht in einem schicken BMW oder Audi A 6 – man sitzt aber auch schon mal zu viert und mit dem Rucksack auf den Knien in einem klapprigen Golf. Dafür ist der Fahrpreis unschlagbar günstig. Da freut sich zumindest der Geldbeutel!

Mit anderen Studis zu reisen, wird durch Studi-VZ leicht gemacht: Hier gibt es Gruppen wie „Mitfahrgelegenheit Hannover-Kassel-Frankfurt-Mannheim“, in denen man Leute treffen kann, die den gleichen Weg zurücklegen wollen. Sowohl hier als auch bei den Mitfahrzentralen werden auch oft Bahnfahrten angeboten: Wenn man sich beispielsweise das 31 Euro teure Hessen-Ticket (www.bahn.de) zu fünf teilt, kommt man supergünstig nach Frankfurt oder Darmstadt. Ganz besonders Schlaue sollen sogar schon die Idee gehabt haben, das Gruppenticket gleich am Bahnhof an eine andere Gruppe weiterzuverkaufen, damit die damit unterwegs sein kann. (saj)

► **Übrigens:** Auch MensaZeit-Redakteurin Joey, die diese Tipps zusammengestellt hat, ist leidenschaftliche Mit-Fahrerin. Bis jetzt, so sagt sie, habe sie viele nette Leute kennen gelernt, bei den Fahrten meistens Spaß und nur selten Pech gehabt.

Zeitschriften
 Toto-Lotto
 Telefonkarten
 Druckerpatronen

Lenzen's Lädchen | No. One
 Wolfgang Lenzen
Holländische Str. 36
 Montag - Freitag 6.00-20 Uhr | Samstag 7-20 Uhr | Sonntag 8-13 Uhr

Augen auf für... **Happy Contact**

Das bequeme und zeitsparende
 Contactlinsen-Bezugssystem für
 dauerhaft gutes Sehen!

ab **14,50 €** pro Monat

Mindestlaufzeit ist 1 Jahr mit einer Gesamtsumme von 174,- €.
 Contactlinsen und Pflegemittel sind im Preis enthalten.

Wagner + Nicolaius
 individual optic
 HANNOVER GUT
 SENNEBERG

Leipziger Str. 115 - 34123 Kassel - Tel. 0561 - 57 00 10

LAST-MINUTE-TICKETS*
FÜR STUDENTEN Oper für 8 Euro
 Schauspiel für 5 Euro

* 15 Minuten vor Vorstellungsbeginn

**STAATS
 THEATER
 KASSEL**

www.staatstheater-kassel.de

Hier steht mal keine Werbung

sponsored by
www.unibuch-kassel.de

Preise: Essen ① Studierende: 1,50€ • Bedienstete: 2,60€ • Gäste: 3,10€

Essen ② Studierende: 2,00€ • Bedienstete: 3,10€ • Gäste: 3,60€

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

| | | | | | |
|--|--|--|--|---|--|
| Zentralmensa Arnold-Bode-Straße | ① Kartoffelknödel mit Champignons à la Crème (f) | ① Reispfanne „Indische Art“ mit Gemüse und Kokosmilch (v) | WEIHNACHTSMENÜ Jedes Gericht inkl. 3 Beilagen nach Wahl 2,00/3,10/3,60€ Ofenfrische Entenkeule mit Orangenjus Pochierter Salm auf gekräuterten Kirschtomaten und Rieslingsauce (a) Triangolopasta mit einer herzhaften Pilzfüllung an Petersilien-Sahnesauce (f) | ① Bauernfrühstück mit Kartoffeln, Ei, Speck und Gurke (s) | ① Spaghetti mit Geflügelbolognese, dazu Parmesankäse |
| | ② Indonesisch: Bami Goreng mit Hähnchenfleisch und Gemüse | ② Cevapcici an Ketchupsauce (s,9a) | | ② Blumenkohl-Käsemedaillons an Currysauce (f) | ② Gemüseauflauf mit Schnittlauchsauce (f) |
| | ③ Schweinebraten „Gyros Art“ mit Zaziki (s) | ③ Gebackener Camembert mit Himbeer-Johannisbeerkompott (f) | | ③ Bunter Reisrand mit Truthahnfrikassee | ③ Seelachs „Müllerin“ mit leichter Senfsauce |
| | 2,50/3,60/4,10€ | 2,50/3,60/4,10€ | | 2,50/3,60/4,10€ | 2,50/3,60/4,10€ |
| | ④ Pangasiusfilet mit Spinat und Hirtenkäse überbacken, dazu Kräuter-Sahnesauce | ④ Marokkanisch: Couscous mit Rindfleischragout (r) | | ④ Vegetarische Lasagne an Tomaten-Sahnesauce (f) | ④ Piccata vom Schwein an Tomatensauce (s) |
| 2,90/4,00/4,50€ | 2,90/4,00/4,50€ | 2,90/4,00/4,50€ | 2,90/4,00/4,50€ | | |
| Heinrich-Plett-Straße Wilhelmshöher Allee | ① Kartoffelknödel mit Champignons à la Crème (f) | ① Reispfanne „Indische Art“ mit Gemüse und Kokosmilch (v) | WEIHNACHTSMENÜ Jedes Gericht inkl. 3 Beilagen nach Wahl 2,00/3,10/3,60€ Ofenfrische Entenkeule mit Orangenjus Pochierter Salm auf gekräuterten Kirschtomaten und Rieslingsauce (a) Triangolopasta mit einer herzhaften Pilzfüllung an Petersilien-Sahnesauce (f) | ① Bauernfrühstück mit Kartoffeln, Ei, Speck und Gurke (s) | ① Spaghetti mit Geflügelbolognese, dazu Parmesankäse |
| | ② Indonesisch: Bami Goreng mit Hähnchenfleisch und Gemüse | ② Cevapcici an Ketchupsauce (s,9a) | | ② Blumenkohl-Käsemedaillons an Currysauce (f) | ② Gemüseauflauf mit Schnittlauchsauce (f) |
| | ③ Schweinebraten „Gyros Art“ mit Zaziki (s) | ③ Gebackener Camembert mit Himbeer-Johannisbeerkompott (f) | | ③ Bunter Reisrand mit Truthahnfrikassee | ③ Seelachs „Müllerin“ mit leichter Senfsauce |
| | 2,50/3,60/4,10€ | 2,50/3,60/4,10€ | | 2,50/3,60/4,10€ | 2,50/3,60/4,10€ |
| | ④ Pangasiusfilet mit Spinat und Hirtenkäse überbacken, dazu Kräuter-Sahnesauce | ④ Marokkanisch: Couscous mit Rindfleischragout (r) | | ④ Vegetarische Lasagne an Tomaten-Sahnesauce (f) | ④ Piccata vom Schwein an Tomatensauce (s) |
| 2,90/4,00/4,50€ | 2,90/4,00/4,50€ | 2,90/4,00/4,50€ | 2,90/4,00/4,50€ | | |
| Witzenhausen | ① Hähnchenschnitzel mit Curry-Rahmsauce | ① Reisbrei mit heißen Himbeeren (f) | WEIHNACHTSMENÜ Jedes Gericht inkl. 3 Beilagen nach Wahl 2,00/3,10/3,60€ Brokkolinuggets mit Sauce Charon (f) Entenkeule an Orangensauce Tricolore-Rauten mit Erbsen- und Tomatenwürfeln an Lachssauce | ① Makkaroni mit Tomatensauce (f) | ① Seelachsragout „Sylter Art“ |
| | ② Mit Käse gefüllte Kartoffeltaschen, dazu Lauchsauce (f) | ② Schweineschnitzel „Hessisch“ | | ② Schweineragout „süß-sauer“ (s) | ② Gnocchi mit Pilzsauce (f) |
| | ③ Tofu im Backteig mit Tomaten-Zwiebelmus (f,ö) | ③ Steckrüben-Kartoffelgratin mit Rahmsauce (f,ö) | | ③ Falafel mit Knoblauchsauce (f,ö) | ③ Reispannkuchen mit Kürbissauce (f,ö) |
| | 2,50/3,60/4,10€ | 2,50/3,60/4,10€ | | 2,50/3,60/4,10€ | 2,50/3,60/4,10€ |
| | ④ - | ④ Schweineragout „Französische Art“ (s,ö) | | ④ Rindfleischragout in Meerrettichsauce (r,ö) | ④ - |
| - | 3,70/4,80/5,30€ | 3,70/4,80/5,30€ | - | | |
| Menzelstraße | ① Kartoffelknödel mit Champignons à la Crème (f) | ① Reispfanne „Indische Art“ mit Gemüse und Kokosmilch (v) | WEIHNACHTSMENÜ Jedes Gericht inkl. 3 Beilagen nach Wahl 2,00/3,10/3,60€ | ① Bauernfrühstück mit Kartoffeln, Ei, Speck und Gurke (s) | ① Spaghetti mit Geflügelbolognese, dazu Parmesankäse |
| | ③ Schweinebraten „Gyros Art“ mit Zaziki (s) | ② Cevapcici an Ketchupsauce (s,9a) | | ② Blumenkohl-Käsemedaillons an Currysauce (f) | ② Gemüseauflauf mit Schnittlauchsauce (f) |
| | 2,50/3,60/4,10€ | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

Bistro K10, Henschelstr. 2, am Eingang zum HoPla, montags bis donnerstags bis 20.30 Uhr frisch, lecker und preiswert essen. Menüs, Gratin, Salatbüfett im täglichen Wechsel. Wöchentlich verschiedene Pizza & Pasta. Am Abend frische Grill- oder Fischspezialitäten. Warme Küche: Mo-Do 11.30-20.30, Fr 11.30-14.30 Uhr, Cafeteria: Mo-Fr ab 8.00 Uhr. Plus: Aktuelle Sportübertragungen, Aktionswochen und Aktionstage! Infos unter: www.studentenwerk-kassel.de/BistroK10.144.0.html

Das **Campus-Restaurant** mit saisonaler Küche direkt neben der Zentralmensa am HoPla, Täglich wechselnde Mittagsmenüs, Kleine, feine Wochenspeisekarte inkl. Öko-Menüs, Top-Five-Karte der beliebtesten Gerichte, schneller Renner extra für Eilige (Tagesmenü 1 besonders schnell serviert, von 11-12 Uhr ein Softgetränk im Preis inkl.), Wir freuen uns auf Ihren Besuch! Infos unter: www.studentenwerk-kassel.de/Restaurant-Moritz.152.0.html

Die Essen können durch weitere Beilagen zum Preis von jeweils 50 Cent ergänzt werden. Wählen Sie aus zwischen verschiedenen Suppen, Salaten und Desserts, zwischen Kartoffeln (ö), Pellkartoffeln (ö), Reis, Nudeln und Pommes frites. Außerdem gibt es in der Zentralmensa täglich als Wahlessen wechselnde große, gemischte Salate, mit gebratenen Geflügelstreifen, Tunfisch, Hirtenkäse, Mozzarellawürfeln nach Wahl, dazu Knoblauchbaguette und 2 Beilagen nach Wahl. In der Mensa Heinrich-Plett-Straße gibt es zusätzlich frische Salate vom Büfett. In der Mensa in Witzenhausen ist das Essen 3 immer ökologisch. Zusätzlich werden hier 2 Öko-Fleischgerichte als Menü 4 angeboten. Nach EG-Öko-Verordnung, DE-034-Öko-Kontrollstelle

Änderungen vorbehalten

STUDENTEN WILLKOMMEN!
STUDENTENPREISE IM CINEPLEX CAPITOL

**1,00 € ERMÄSSIGUNG
BEI VORLAGE DES AKTUELLEN
STUDENTENAUSWEISES.**

TÄGLICH (AUSSER FR + SA 19:00 - 21:00 UHR VORSTELLUNGEN & DJ!)
DIENSTAG IST KINOTAG!

INFOS UND TICKETS UNTER WWW.CINEPLEX-CAPITOL.DE / 05 61 - 700 47 0



Die Essen bestehen aus einer Hauptkomponente und 2 Beilagen nach Wahl. Alle Preise einschließlich 2 Beilagen nach Wahl!

| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|---|--|---|--|---|--|
| Zentralmensa Arnold-Bode-Straße | 1 Semmelknödel mit Käse-Gemüsesauce (f) 2 Hackfleischbällchen in feuriger Sauce (s,9a) 3 Hähnchenbrustfilet auf Schokoladen-ChilisaUCE 2,50/3,60/4,10€ 4 Gebackene Tintenfischringe mit Knoblauch-Dip (1) 3,10/4,20/4,70€ | 1 Stampfkartoffeln mit Rauchfleisch, dazu Bratensauce (s) 2 Champignonpfanne mit Kräutersauce (f) 3 Gnocchi mit Gorgonzola-Spinatsauce (f) 2,50/3,60/4,10€ 4 Paniertes Putenschnitzel an Rahmsauce 3,10/4,20/4,70€ | 1 Hähnchenschkel fruchtig , scharf mariniert nach kubanischer Art 2 Zucchini-puffer mit Korianderdip (f) 3 Paniertes Pangasiusfilet an Tomaten-Ananas-Chutney 2,50/3,60/4,10€ 4 Wildschweinragout „Jäger Art“ mit Mischpilzen (s) 3,10/4,20/4,70€ | 1 Chili sin Carne mit Baguette (v) mit Sauerrahm (f) 2 Spätzlepfanne mit Champignons und Putenschinken, dazu Schnittlauchsauce 3 Schweinesteak „Hawaii“ mit Ananas und Käse überbacken (s) 2,50/3,60/4,10€ 4 Mit Frischkäse gefüllte Kartoffeltaschen , dazu Ajvar Dip (f) 3,10/4,20/4,70€ | 1 Farfalle mit Brokkoli-Sahnesauce (f) 2 Szechuansuppe scharf-sauer mit Hühnerfleisch, Bambussprossen, Pilzen und Glasnudeln 3 Schweinegeschnetzeltes „Normandie“ in Apfelweinsauce (s,a) 2,50/3,60/4,10€ 4 Seelachsfilet „Toskana“ , dazu Tomaten-Basilikumsauce 3,10/4,20/4,70€ |
| Heinrich-Plett-Straße Wilhelmshöher Allee | 1 Semmelknödel mit Käse-Gemüsesauce (f) 2 Hackfleischbällchen in feuriger Sauce (s,9a) 3 Hähnchenbrustfilet auf Schokoladen-ChilisaUCE 2,50/3,60/4,10€ Nur WA 4 Gebackene Tintenfischringe mit Knoblauch-Dip (1) 3,10/4,20/4,70€ | 1 Stampfkartoffeln mit Rauchfleisch, dazu Bratensauce (s) 2 Champignonpfanne mit Kräutersauce (f) 3 Gnocchi mit Gorgonzola-Spinatsauce (f) 2,50/3,60/4,10€ Nur WA 4 Paniertes Putenschnitzel an Rahmsauce 3,10/4,20/4,70€ | 1 Hähnchenschkel fruchtig , scharf mariniert nach kubanischer Art 2 Zucchini-puffer mit Korianderdip (f) 3 Paniertes Pangasiusfilet an Tomaten-Ananas-Chutney 2,50/3,60/4,10€ Nur WA 4 Wildschweinragout „Jäger Art“ mit Mischpilzen (s) 3,10/4,20/4,70€ | 1 Chili sin Carne mit Baguette (v) mit Sauerrahm (f) 2 Spätzlepfanne mit Champignons und Putenschinken, dazu Schnittlauchsauce 3 Schweinesteak „Hawaii“ mit Ananas und Käse überbacken (s) 2,50/3,60/4,10€ 4 Mit Frischkäse gefüllte Kartoffeltaschen , dazu Ajvar Dip (f) 3,10/4,20/4,70€ Nur WA | 1 Farfalle mit Brokkoli-Sahnesauce (f) 2 Szechuansuppe scharf-sauer mit Hühnerfleisch, Bambussprossen, Pilzen und Glasnudeln 3 Schweinegeschnetzeltes „Normandie“ in Apfelweinsauce (s,a) 2,50/3,60/4,10€ Nur WA 4 Seelachsfilet „Toskana“ , dazu Tomaten-Basilikumsauce 3,10/4,20/4,70€ |
| Witzenhausen | 1 Grünkohl-Krakauertopf (s) 2 Maultaschen mit Tomaten-Zwiebelsauce (f) 3 Strozzapreti mit Kaisergemüsesauce (f,ö) 2,50/3,60/4,10€ 4 - | 1 Germknödel mit Heidelbeersauce (f) 2 Kotelett mit Balkansauce (s) 3 Kartoffel-Rote-Beetegratin mit Schmelze (f,ö) 2,50/3,60/4,10€ 4 Schweinerippchen mit Senf-Zwiebelsauce (s,ö) 3,70/4,80/5,30€ | 1 Kasseler mit Ananas-Zwiebelsauce (s) 2 Kässpätzten mit Zwiebelsauce (f) 3 Kartoffel-Linsen-puffer mit Karottensauce (f,ö) 2,50/3,60/4,10€ 4 - | 1 Omelett „Natur“ mit Spinatsauce (f) 2 Eingelegtes Putensteak mit Sahnesauce 3 Getreide-Wirsingtopf (f,ö) 2,50/3,60/4,10€ 4 Hähnchenunterkeulchen mit Curry-Erbsensauce (ö) 3,70/4,80/5,30€ | 1 Seelachs mit Senf-Dillsauce 2 Tortellini mit Tomatensauce (f) 3 Kichererbsen-Kartoffelauflauf mit Schmandsauce (f,ö) 2,50/3,60/4,10€ 4 - |
| Menzelstraße | 1 Semmelknödel mit Käse-Gemüsesauce (f) 2 Hackfleischbällchen in feuriger Sauce (s,9a) | 1 Stampfkartoffeln mit Rauchfleisch, dazu Bratensauce (s) 2 Champignonpfanne mit Kräutersauce (f) | 1 Hähnchenschkel fruchtig , scharf mariniert nach kubanischer Art 2 Zucchini-puffer mit Korianderdip (f) | 1 Chili sin Carne mit Baguette (v) mit Sauerrahm (f) 2 Spätzlepfanne mit Champignons und Putenschinken, dazu Schnittlauchsauce | 1 Farfalle mit Brokkoli-Sahnesauce (f) 2 Szechuansuppe scharf-sauer mit Hühnerfleisch, Bambussprossen, Pilzen und Glasnudeln |

Bistro K10 Henschelstr. 2, am Eingang zum HoPla, montags bis donnerstags bis 20.30 Uhr frisch, lecker und preiswert essen. Menüs, Gratings, Salatbüffet im täglichen Wechsel. Wöchentlich verschiedene Pizza & Pasta. Am Abend frische Grill- oder Fischspezialitäten. Warme Küche: Mo-Do 11.30-20.30, Fr 11.30-14.30 Uhr, Cafeteria: Mo-Fr ab 8.00 Uhr. Plus: Aktuelle Sportübertragungen, Aktionswochen und Aktionstage! Infos unter www.studentenwerk-kassel.de/BistroK10.144.0.html

Moritz Das **Campus-Restaurant** mit saisonaler Küche direkt neben der Zentralmensa am HoPla, Täglich wechselnde Mittagsmenüs, Kleine, feine Wochenpeisekarte inkl. Öko-Menüs, Top-Five-Karte der beliebtesten Gerichte, schneller Renner extra für Eilige (Tagesmenü 1 besonders schnell serviert, von 11-12 Uhr ein Softgetränk im Preis inkl.), Wir freuen uns auf Ihren Besuch! Infos unter: www.studentenwerk-kassel.de/Restaurant-Moritz.152.0.html

(1) mit Farbstoff, (2) mit Konservierungsstoff, (3) mit Antioxidationsmittel, (4) mit Geschmacksverstärker, (5) geschwefelt, (6) geschwärzt, (7) gewachst, (8) mit Phosphat, (9) mit Süßungsmitteln, (9a) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln, (10) mit einer Phenylalaninquelle, (f) fleischlos, (v) vegan, (ö) ökologisch, DE-034-Öko-Kontrollstelle, (s) Schweinefleisch bzw. Schweinefl.-Anteile, (r) Rindfleisch bzw. Rindfl.-Anteile, (a) mit Alkohol, (g) mit Gelatine. Wir verwenden ausschließlich jodiertes Speisesalz.
Essenzeiten: Zentralmensa Mo-Fr: 11.30-14.15 • Heinrich-Plett-Straße & Wilhelmshöher Allee Mo-Fr: 11.45-14.00 • Bistro K10 Mo-Do: 11.30-20.30 / Fr: 11.30-14.30
Cafeteria Menzelstraße Mo-Do: 12.00-14.00 / Fr: 12.00-13.30 • **Restaurant Moritz** Mo-Fr: 11.00-14.30 • **Mensa Witzenhausen** Mo-Fr: 12.00-14.00



Vom Studium in den Beruf

Mit Seminaren und Workshops, Beratung und Trainingsmaßnahmen helfen wir dir auf deinem Weg in die Arbeitswelt.

Agentur für Arbeit Kassel
Hochschulteam
Grüner Weg 46, 34117 Kassel
Tel.: 01801 - 555 111*

E-Mail: kassel.171.akademiker@arbeitsagentur.de
www.arbeitsagentur.de

Hilf dir das Semesterprogramm!

Bundesagentur für Arbeit

(*Festnetzpreis 3,9 ct/min, Mobilfunkpreise max. 43 ct/min)



COMIC-GALERIE

Mangas Anime | Rollenspiele | Merchandise | Comics | Card Games | Fantasyromane

Neu **Opernstr. 15 - Kassel** **Neu**
Tel. 0561-73 91 365 - www.comic-galerie.de
www.comic-galerie-shop.de

Preise: Essen ① Studierende: 1,50€ • Bedienstete: 2,60€ • Gäste: 3,10€

Essen ② Studierende: 2,00€ • Bedienstete: 3,10€ • Gäste: 3,60€

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Zentralmensa
Arnold-Bode-Straße

① Geflügel-Hacksteak mit Ketchupsauce (9a)

② Schupfnudel-Gemüsepfanne mit Sahnesauce (f)

① Gemüseschnitzel mit Sauce Béarnaise (f)

② Schaschliktopf mit Speck und Zwiebeln (s)

① Asia-Wokgemüse (f)

② Grüne Nudeln mit Shrimps-Sahnesauce

① Allgäuer Käse-Spätzlepfanne (f)

② Kartoffelbratwurst auf Lauchgemüse (s)

Heinrich-Plett-Straße
Wilhelmshöher Allee

① Geflügel-Hacksteak mit Ketchupsauce (9a)

② Schupfnudel-Gemüsepfanne mit Sahnesauce (f)

① Gemüseschnitzel mit Sauce Béarnaise (f)

② Schaschliktopf mit Speck und Zwiebeln (s)

① Asia-Wokgemüse (f)

② Grüne Nudeln mit Shrimps-Sahnesauce

① Allgäuer Käse-Spätzlepfanne (f)

② Kartoffelbratwurst auf Lauchgemüse (s)

Witzenhausen

① Chicken-Nuggets mit Tirolerdip

② Schupfnudeln mit Krautzwiebel (f)

③ Basmatireis mit Hirtenkäse-Gemüsesauce (f,ö)
2,50/3,60/4,10€

④ -

① Wedges mit Kräuterdip (f)

② Schweinebraten mit Aprikosensauce (s)

③ Orecchiette mit Tomaten-Olivensauce (f,ö)
2,50/3,60/4,10€

④ Spanisch Fricco vom Rind (r,ö)
3,70/4,80/5,30€

① Hähnchenkeule mit Chingemüsesauce

② Kaiserschmarren mit Apfelmus (f,ö)

③ Bunte Spätzlepfanne mit Lauchsauce (f,ö)
2,50/3,60/4,10€

④ -

① Portion Blumenkohl mit Holländischer Sauce (f)

② Rindsragout mit Meerrettichsauce (r)

③ Rote Bete in Backteig mit warmer Schmandsauce (f,ö)
2,50/3,60/4,10€

④ Russisches Zwiebelfleisch vom Schwein (s,ö)
3,70/4,80/5,30€

① Bratwürstchen mit Curry-Ketchupsauce (s,9a)

② Brokkoli-Kartoffelauflauf mit Käse überbacken (f)

③ Kartoffelplätzchen mit Kürbis-Lauchsauce (f,ö)
2,50/3,60/4,10€

④ -

Menzelstraße

① Geflügel-Hacksteak mit Ketchupsauce (9a)

② Schupfnudel-Gemüsepfanne mit Sahnesauce (f)

① Gemüseschnitzel mit Sauce Béarnaise (f)

② Schaschliktopf mit Speck und Zwiebeln (s)

① Asia-Wokgemüse (f)

② Grüne Nudeln mit Shrimps-Sahnesauce

② Allgäuer Käse-Spätzlepfanne (f)


② Kartoffelbratwurst auf Lauchgemüse (s)

Bistro K10

Bistro K10, Henschelstr. 2, am Eingang zum HoPla, montags bis donnerstags bis 20.30 Uhr frisch, lecker und preiswert essen. Menüs, Grätins, Salatbüffet im täglichen Wechsel. Wöchentlich verschiedene Pizza & Pasta. Am Abend frische Grill- oder Fischspezialitäten. Warme Küche: Mo-Do 11.30-20.30, Fr 11.30-14.30 Uhr, Cafeteria: Mo-Fr ab 8.00 Uhr. Plus: Aktuelle Sportübertragungen, Aktionswochen und Aktionstage! Infos unter www.studentenwerk-kassel.de/BistroK10.144.0.html

Moritz

Das **Campus-Restaurant** mit saisonaler Küche direkt neben der Zentralmensa am HoPla, Täglich wechselnde Mittagsmenüs, Kleine, feine Wochenspeisekarte inkl. Öko-Menüs, Top-Five-Karte der beliebtesten Gerichte, schneller Renner extra für Eilige (Tagesmenü 1 besonders schnell serviert, von 11-12 Uhr ein Softgetränk im Preis inkl.), Wir freuen uns auf Ihren Besuch! Infos unter: www.studentenwerk-kassel.de/Restaurant-Moritz.152.0.html

Die Essen können durch weitere Beilagen zum Preis von jeweils 50 Cent ergänzt werden. Wählen Sie aus zwischen verschiedenen Suppen, Salaten und Desserts, zwischen Kartoffeln (ö), Pellkartoffeln (ö), Reis, Nudeln und Pommes frites. Außerdem gibt es in der Zentralmensa täglich als Wahlessen wechselnde große, gemischte Salate, mit gebratenen Geflügelstreifen, Tunfisch, Hirtenkäse, Mozzarellawürfeln nach Wahl, dazu Knoblauchbaguette und 2 Beilagen nach Wahl. In der Mensa Heinrich-Plett-Straße gibt es zusätzlich frische Salate vom Büffet. In der Mensa in Witzenhausen ist das Essen 3 immer ökologisch. Zusätzlich werden hier 2 Öko-Fleischgerichte als Menü 4 angeboten. Nach EG-Öko-Verordnung, DE-034-Öko-Kontrollstelle 

Änderungen vorbehalten

BLUTSPENDE
am HoPla
 Öffnungszeiten: Mo-Fr 9 - 18 Uhr
 ☎ 0561 7004680
 Untere Königstr. 86, 34117 Kassel, www.blutspende-kassel.de

BESSER FREIWILLIG

Die Essen bestehen aus einer Hauptkomponente und 2 Beilagen nach Wahl. Alle Preise einschließlich 2 Beilagen nach Wahl!

| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|------------------------------------|--|---|---|--|---------|
| Zentralmensa Arnold-Bode-Straße | ① Schweinerückenschnitzel mit Bratensauce (s) ② Spätzle mit Waldpilzen in Tomaten-Käsesauce (f) | ① Nordhessischer Kartoffeleintopf mit Schmand (f) ② Pasta mit Putenschinken-Sahnesauce | ① Spaghetti „Napoli“ ② Bratwurst mit Bratensauce (s) | ① Brokkolinuggets mit Schnittlauchdip (f) ② Gebackener Seelachs mit Remouladensauce (9) | |

Einen guten Rutsch ins Jahr 2011

wünschen Ihnen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des
STUDENTENWERKS KASSEL

Ab dem 3. Januar 2011 sind wir wieder für Sie da!

Bistro K10

Bistro K10, Henschelstr. 2, am Eingang zum HoPla, montags bis donnerstags bis 20.30 Uhr frisch, lecker und preiswert essen. Menüs, Grätins, Salatbüfett im täglichen Wechsel. Wöchentlich verschiedene Pizza & Pasta. Am Abend frische Grill- oder Fischspezialitäten. Warme Küche: Mo-Do 11.30-20.30, Fr 11.30-14.30 Uhr, Cafeteria: Mo-Fr ab 8.00 Uhr. Plus: Aktuelle Sportübertragungen, Aktionswochen und Aktionstage! Infos unter www.studentenwerk-kassel.de/BistroK10.144.0.html

Moritz

Das **Campus-Restaurant** mit saisonaler Küche direkt neben der Zentralmensa am HoPla, Täglich wechselnde Mittagsmenüs, Kleine, feine Wochenspeisekarte inkl. Öko-Menüs, Top-Five-Karte der beliebtesten Gerichte, schneller Renner extra für Eilige (Tagesmenü 1 besonders schnell serviert, von 11-12 Uhr ein Softgetränk im Preis inkl.), Wir freuen uns auf Ihren Besuch! Infos unter: www.studentenwerk-kassel.de/Restaurant-Moritz.152.0.html

(1) mit Farbstoff, (2) mit Konservierungsstoff, (3) mit Antioxidationsmittel, (4) mit Geschmacksverstärker, (5) geschwefelt, (6) geschwärzt, (7) gewachst, (8) mit Phosphat, (9) mit Süßungsmitteln, (9a) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln, (10) mit einer Phenylalaninquelle, (f) fleischlos, (v) vegan, (ö) ökologisch, DE-034-Öko-Kontrollstelle, (s) Schweinefleisch bzw. Schweinefl.-Anteile, (r) Rindfleisch bzw. Rindfl.-Anteile, (a) mit Alkohol, (g) mit Gelatine. Wir verwenden ausschließlich jodiertes Speisesalz.
Essenzeiten: Zentralmensa Mo-Fr: 11.30-14.15 • **Heinrich-Plett-Straße & Wilhelmshöher Allee** Mo-Fr: 11.45-14.00 • **Bistro K10** Mo-Do: 11.30-20.30 / Fr: 11.30-14.30
Cafeteria Menzelstraße Mo-Do: 12.00-14.00 / Fr: 12.00-13.30 • **Restaurant Moritz** Mo-Fr: 11.00-14.30 • **Mensa Witzenhausen** Mo-Fr: 12.00-14.00

Futter fürs studentische Sparschwein

Wer sowieso schon knapp bei Kasse ist, hat kaum Geld zu verschenken und freut sich über jeden gesparten Euro – das gilt auch für viele Studis. Miriam hat recherchiert und einige Tipps für Studierende gesammelt.

Student und trotzdem GEZahlt?

Bei den Eltern aus- und in eine erste eigene Wohnung zu ziehen, ist ganz schön teuer. Wer sich sein Studium mit BAföG finanziert, kann zumindest die Gebühren für den öffentlich-rechtlichen Rundfunk sparen. Unter www.gez.de kann man sich informieren und einen entsprechenden Befreiungsantrag downloaden. Achtung: Die GEZ-Befreiung gibt's nicht rückwirkend, sondern immer erst ab dem auf den Antrag folgenden Monat.

Längere Sprechzeiten ohne schlechtes Gewissen:

Wer die GEZ-Befreiung geschafft hat, darf sich gleich übers nächste Schnäppchen freuen: Die Telekom bietet für diese Studierenden einen „Sozialtarif“ fürs Telefonieren im Festnetz an. Der beinhaltet Freieinheiten im Wert von 6,94 € jeden Monat. Da läppert sich im Laufe eines Jahres eine Menge zusammen. Der GEZ-Befreiungsbescheid ist Voraussetzung dafür, dass es mit dem Sozialtarif klappt. Infos und Antrag unter www.hilfe.telekom.de → Sozialtarif.

Warum nicht in die Ferne schweifen?

Studierende, die nicht älter als 26 Jahre sind, dürfen günstiger Zug fahren – die BahnCard 50 gibt's für sie zum halben Preis. Wenn es noch weiter in die Ferne zieht, der kann auch bei Reiseanbietern gegen Vorlage seines Immatrikulationsausweises auf Preisnachlässe hoffen! Im Ausland sollte man dann unbedingt den Internationalen Studierendenausweis ISIC in der Tasche haben.

Infos und Antrag unter www.isic.de oder auch im „i-Punkt“ des Studentenwerks an der Wolfhager Straße 12, Kassel.

Gut unterhalten

Der Immatrikulationsausweis verhilft zu ermäßigten Abo-Preisen bei vielen Zeitungen und Illustrierten und macht oft auch Eintrittspreise für Museen, Theater, Schwimmbad, Fitnessstudios oder Ähnliches billiger – Nachfragen lohnt sich hier fast immer.

Girokonto

Wohin jetzt mit den ganzen Ersparnissen? Klar: Aufs Girokonto. Das kostet oft Gebühren, für den akademischen Nachwuchs gibt's aber Ausnahmen. Viele Kreditinstitute bieten speziell für Studierende kostenlose Girokonten an. Hinzu kommen oft noch vergünstigte EC- und Kreditkarten. Eine erste Orientierung, wo es was für wie viel Geld gibt, bietet www.studis-online.de unter → Studentenkontorechner

Hronia polla kai eytyhismenos o kainourios hronos! * Buon Natale! * Joyeux Noel et Bonne Année! * Hyvää joulua ja onnellista uutta vuotta! * Sing Dan Fae Lok * Gung Hai Fat Choi! * ¡Felices fiestas! * Glædelig Jul! * Z novym rokom i s rizdvo m Hrystovym! * Boas Festas e Feliz Ano Novo! * Fröhliche Weihnachten und ein glückliches neues Jahr! * Noeliniz Ve Yeni Yiliniz Kutlu Olsun!

immer montags
alle Caipirinhas
zum 1/2 Preis

CAIPI MONDAY

täglich
bis 20.00 Uhr
alle Cocktails
zum 1/2 Preis &
ab 23.00 Uhr
alle Margaritas
zum 1/2 Preis,
Jumbos 5,00 Euro

LADIES NIGHT

immer mittwochs
alle Cocktails
für Señoritas zum
Happy Hour Preis

HAPPY HOUR & ENCHI HOUR

ENCHILADA
RESTAURANTE Y BAR MEXICANO

Enchilada
restaurante y bar mexicano
PURO MEXICO

Opernstrasse 9 | 34117 Kassel | Tel.: 05 61_70 33 791 | kassel@enchilada.de | www.enchilada.de