DIE QUARTIERZEITUNG
AUS DEM UNTERGRUND
Nr. 1/2026

MÄRZ — APRIL — MAI

sentipost

Editorial

Dein Quartier, deine Perspektive

von Sabina Bobst, Nina Töngi und Sven Trefny

Was macht unser Quartier aus? Sind es die Häuser, die Strassen, die Plätze?
Oder die Menschen, die Gespräche, die Kulturveranstaltungen?
In dieser Ausgabe der Sentipost arbeiten wir, drei Studierende der Hochschule Luzern Soziale Arbeit, erstmals redaktionell mit. Themen wie Partizipation, Vielfalt und Sichtbarkeit beschäftigen uns und wir möchten mit zwei neuen Rubriken versuchen, diese Begriffe konkret werden zu lassen.
Was beschäftigt euch? Wie sieht ein typischer Tag in eurem Leben aus? Welche Veränderungen würden dem Quartier guttun?
Die Bildgeschichte (Seite 3) lädt euch ein, euren Blick auf das Quartier zu teilen: Mit drei Fotos und einer kurzen Beschreibung in eurer Sprache. Jede:r hat etwas zu erzählen und jede:r kann mitmachen. Bilder schaffen Nähe und zeigen Emotionen, direkt aus eurer Perspektive.
An der offenen Tafel beim Q-Point an der Baselstrasse 72 könnt ihr eure Gedanken festhalten. Die Frage zum Start: «Was gefällt euch im Quartier»? Schreibt auf, was euch bewegt und welche Wünsche oder auch welchen Ärger ihr habt. Ungefiltert und direkt – so, wie Gedanken oft entstehen. Auf schon eingetroffene Antworten zu dieser Frage stosst ihr auf Seite 4.
Wir freuen uns auf eure Beiträge!

Chronik aus dem Exil Seite 2

Geschichten aus dem Quartier – Ein ruhiges Zuhause Seite 8

Wächter am Gütsch – Danke, Josef! Seite 11

Drogenkonsum im BaBeL-Quartier

Dem Problem in die Augen schauen

von Christian Wenk, Quartierarbeit Stadt Luzern, und Urs Häner, Co-Präsident Verein BaBeL

Schon länger ist unser Quartier betroffen von Veränderungen im Suchtbereich. Die Situation rund um den Crack-Konsum in der Öffentlichkeit hat sich in den letzten Jahren verschärft. Anwohnende und auch die Politik wurden aktiv, es fanden bereits Informations- und Diskussionsveranstaltungen im Sentitreff statt. Auch die Sentipost griff das Thema mehrmals auf.

Legitimierter Aufenthaltsort

Am 3. Februar wurde nun zu einer Infoveranstaltung zum Projekt eines legitimierten Konsumraums (Aussenraum) für Crack-Konsum eingeladen. An der Veranstaltung nahmen neben dem Sicherheitsmanager Christian Wandeler auch Stadträtin Melanie Setz, der Leiter der SIP, Arjen Faber, eine Vertreterin des Kantons und zwei leitende Polizeibeamte teil. Die Lage hat sich in letzter Zeit verschlechtert. Die Süchtigen werden durch Repression von Ort zu Ort verschoben. Bei den vulnerablen Personen ist eine Verschlechterung ihres Gesundheitszustands zu beobachten. Um diesen Problemen zu begegnen, haben Stadt und Kanton eine Strategie entwickelt, die unter anderem die Verstärkung der SIP, die Einrichtung eines öffentlichen Orts für den Konsum und die Stärkung von Prävention, Früherkennung und Frühintervention umfasst.
Der legitimierte Konsumraum soll im Hinterhof an der Gibraltarstrasse 29 eingerichtet werden, da dieser Ort die erforderlichen Kriterien wie ruhige Lage, Wetterschutz und genügend Platz erfüllt. Der Betrieb wird von der SIP beaufsichtigt, mit Öffnungszeiten von täglich 17 bis 21 Uhr. Es ist geplant, einen Zeltpavillon und eine WC-Anlage zu nutzen. Der Verein Tragwerk und das DropIn sollen punktuell mit Hilfsangeboten präsent sein.

Aktive Begleitung

Das Projekt sieht vor, dass die Sicherheit durch die ständige Präsenz der SIP auf dem Platz und in der Umgebung gewährleistet wird. Zudem wird die Polizei weiterhin im Gebiet präsent sein, sowohl zivil als auch uniformiert. Um die Zusammenarbeit zwischen den verschiedenen Akteuren und der Anwohner*innenschaft zu fördern, soll ein ‹Echoraum› eingerichtet werden, in dem Beobachtungen ausgetauscht, kritische Themen und Lücken erkannt und Massnahmen erarbeitet werden.

Fortsetzung Seite 10

Ladenportrait– Seite 5

Verblasste Erinnerungen – Seite 9

Vom Fliehen und Ankommen (X)

Chronik aus dem Exil

von Gilmer Uscategui

Gilmer engagiert sich immer wieder im Sentitreff in verschiedenen Funktionen. Etwa als Moderator eines Filmabends zum kolumbianischen Friedens- und Versöhnungsprozess, in dem er selber eine zentrale Rolle gespielt hat. Oder zuletzt als Workshopleiter für Sauerteigbrot in der Könnerei.
Er ist auch einer von drei Protagonisten eines Dokumentarfilmes von Alejandra Franco über Kolumbianer:innen in der Schweiz und ihren Umgang mit der Erfahrung, hier ein Leben neu aufbauen zu müssen.

Im Oktober 2017 verliess ich den amerikanischen Kontinent mit dem ursprünglichen Ziel, am Weltfestival der Jugend und Studenten in Russland teilzunehmen. Meine Reise begann in Caracas, führte über Havanna und endete unerwartet in der Schweiz.
Acht Jahre sind vergangen, seit ich als politischer Asylsuchender in der Schweiz ankam. Die Flucht war imperativ: Kolumbianische Paramilitärs hatten mich in Venezuela, wo ich ein Jahrzehnt als Flüchtling gelebt hatte, aufgrund meines Aktivismus im Friedensprozess zwischen der FARC-EP und der kolumbianischen Regierung aufgespürt. Ich benötigte ein drittes Land, um mein Leben zu retten. Seit meinem 18. Lebensjahr ist meine Existenz eine ständige Flucht vor der Gewalt und ein Kampf ums Überleben.

Mein Name ist **Gilmer Uscategui**. Ich wurde in den 1980er Jahren in Cúcuta, der heissen kolumbianischen Grenzstadt zu Venezuela, in eine bescheidene Familie hineingeboren, in der Liebe im Überfluss vorhanden war.

Das Asylgesuch in der Schweiz

Zwangsvertreibung ist an sich traumatisch – ein tiefgreifender Schock für jemanden, der vom globalen Süden in den Norden migriert. Es ist niederschmetternd, Heimat, Projekte und Bindungen aus politischen oder religiösen Gründen oder aufgrund struktureller Armut, die aus der Ausbeutung von Ressourcen resultiert, aufgeben zu müssen. Obwohl die kulturelle Identität bestehen bleibt, beginnt man im Aufnahmeland bei Null; anfangs fühlt man sich als Niemand.

Die Schweiz verfügt über ein effizientes Asylsystem, das die materiellen Mindestbedingungen garantiert; Kälte und Hunger sind keine Bedrohung. Das Leben in einem Asylzentrum ist jedoch eine Prüfung der mentalen und spirituellen Widerstandskraft. Die Einsamkeit und die Ungewissheit über eine mögliche Abschiebung können zu Depressionen führen. Die Statistiken für 2024 weisen eine Asylanerkennungsquote von 47 Prozent aus, was die Schwierigkeit des Verfahrens unterstreicht.
Meine Ankunft in der Schweiz markierte den Beginn einer persönlichen Transformation. Ich traf Menschen aus zahlreichen Nationen, verbunden durch Solidarität und Empathie trotz sprachlicher Barrieren. Es folgten fast zwei Jahre täglicher Ungewissheit, bis ich schliesslich die positive Antwort auf meinen Antrag erhielt. In diesem Moment begann sich eine neue Geschichte zu weben.

Erfolgreiche Integration in der Schweiz

Der Erhalt des Flüchtlingsstatus ist ein Neuanfang, aber eine effektive Integration erfordert mehr als Unterkunft, Arbeit und Spracherwerb. Eine echte Begleitung ist entscheidend; die Integration muss den Menschen in den Mittelpunkt stellen und auch seine emotionalen Bedürfnisse und seine psychische Gesundheit berücksichtigen.

Nach Erhalt des Flüchtlingsstatus begann ich, Deutsch zu lernen. Das einsame Lernen ist mühsam; es bedarf Räume der Interaktion. Glücklicherweise bieten Organisationen wie Sentitreff und Hello-Welcome dieses lebenswichtige Umfeld. Diese von Freiwilligen getragenen Orte werden zu einem zweiten Zuhause, in dem Migranten und Flüchtlinge mit Respekt empfangen werden. Es sind essenzielle Räume für die Stadt, Treffpunkte, um Bedürfnisse zu äussern, eine Tasse Kaffee zu teilen und sich als aktives Mitglied der Gesellschaft zu fühlen.

Angesichts der aktuellen demografischen Realität drängen sich Themen auf, die unsere volle Aufmerksamkeit als Migranten- und Flüchtlingsgemeinschaft erfordern: Mehr als drei Millionen Menschen in der Schweiz sind ausländischer Herkunft, und der Anteil der ständigen Wohnbevölkerung mit Migrationshintergrund hat die 41-Prozent-Marke überschritten. Diese Zahlen verdeutlichen, dass wir ein nicht zu unterschätzendes politisches Potenzial darstellen. Zentrale Aspekte wie der Kampf gegen Diskriminierung und Rassismus, der Zugang zu Bildung, die Forderung nach dem aktiven Wahlrecht auf Bundesebene sowie die Einbringung unserer Erfahrungen in den öffentlichen Diskurs müssen daher zum gemeinsamen Nenner unseres gesellschaftlichen Engagements werden.

Acht Jahre später arbeite ich weiter an meinen Träumen, ohne meine Wurzeln zu vergessen. Ich habe mein Universitätsstudium der Soziologie wieder aufgenommen – leider nicht an einer Schweizer Universität – und arbeite an einer Schule mit einem exzellenten Team. Mein Werdegang bekräftigt meine Überzeugung, dass Solidarität unverzichtbar ist, um sozialen Ungerechtigkeiten zu begegnen.

Bildergeschichte

Mein Tag im Quartier

von Sinan Akarsu

Peri masalını yaşamak emek ister, vefa ister, saygı ve hoşgörüyle birlikte dayanışma ister. Bay Heinz bu amaç için uğraşmış iyi bir prototip gibi canlanıyor gözümde, Sentitreff ve dostları gibi.

Ein Märchen zu leben, erfordert Mühe, Loyalität, Respekt und Toleranz sowie Solidarität. In diesem Sinne erscheint Herr Heinz vor meinem geistigen Auge wie ein ‹Prototyp›, der sich für dieses Ziel eingesetzt hat, und der Sentitreff sowie seine Freunde ebenso.

Möchtest du auch eine Bildgeschichte zu deinem Tag im Quartier in der Sentipost bringen? Schicke uns gerne fünf Bilder zur Auswahl und ein, zwei Sätze dazu an sentipost@sentitreff.ch.

Weitere Infos auf
➥ **www.sentitreff.ch/sentipost**

Fotografie ganz einfach

Was macht ein gutes Bild aus? Welche einfachen Tricks helfen, damit Fotos gut wirken?
Für **gelungene Aufnahmen** braucht es keine teure Profikamera, auch mit dem Handy lassen sich starke Bilder gestalten. In einem Workshop der Könnerei teilt Sabina Bobst ihr Wissen und ihre Erfahrung als Fotografin. Die Teilnehmenden werden selber aktiv und erstellen ihre eigene Bildergeschichte.

Samstag, 7. März, 15–17 Uhr,
im Sentitreff
➥ **www.sentitreff.ch/koennerei**

Freiwillige Person gesucht

Engagement beim Kindernachmittag?

Das BaBeL-Quartier ist eine der kinderreichsten Ecken der Stadt Luzern. Am Kindernachmittag des Sentitreffs treffen sich am Mittwochnachmittag und im Sommer auch am Samstagnachmittag Kinder vom Kindergarten bis zur vierten Klasse zum Basteln, Theater, Fussball oder Versteckis spielen, tanzen, malen, kochen, lachen, schlitteln, im Wald ein Feuer machen oder am Reusszopf die Füsse ins Wasser stecken.

Für die Durchführungen an den Samstagen von 14–16 Uhr zwischen Frühlings- und Herbstferien (ohne Sommerferien) auf dem Spielplatz Dammgärtli suchen wir eine engagierte Person, die Lust hat, begleitet vom Team des Sentitreffs, regelmässig ehrenamtlich am Kindernachmittag mitzuwirken, Erfahrung im pädagogischen Bereich zu sammeln oder auch die eigenen Erfahrungen weiterzugeben.

Interessierte melden sich gerne bei
Jovanka Brusin
jbrusin@sentitreff.ch

Rezepte aus dem BaBeL-Mikrokosmos

Bur
somalische Beignets

BY YASMIN CISMAAN, YASMIN SHOP, BASELSTRASSE 67

500g Weissmehl
Prise Kardamompulver
1/2 Kaffeelöffel Salz
150g Zucker
2dl warmes Wasser
70g Trockenhefe oder 1/2 Hefewürfel
2 Eier
100ml Öl oder 50g Butter

Hefe im warmen Wasser auflösen und 5 Min. gehen lassen.

Mit den restlichen Zutaten mischen und von Hand oder mit der Maschine zu einem geschmeidigen Teig kneten. Der Teig sollte nicht mehr kleben. Je nachdem etwas mehr Wasser dazu nehmen.

Teig zugedeckt 40 Min. gehen lassen. Auswallen und in Stücke schneiden oder ausstechen. Dreiecke, Rondellen, Vierecke – wie es gefällt, Grösse nach Belieben (ca. 8x8 cm).

Nochmals 20–30 Min. gehen lassen. Genügend Öl, ca. 1cm in Pfanne sehr heiss werden lassen und die Teigstücke frittieren.

So geniessen oder mit Vanille oder Schokocreme füllen, mit Puderzucker bestreuen.

Shop & Food

An der Baselstrasse gibt es auf engem Raum eine enorme kulinarisch-kulturelle Vielfalt zu entdecken. Das von BaBeL und Sentitreff gemeinsam getragene Projekt Shop & Food bietet geführte Touren mit Besuchen in den Lebensmittelgeschäften aus aller Welt, aber auch Koch-Workshops zu verschiedenen Gastrokulturen.

Shop & Food wurde letztes Jahr von ‹ici – gemeinsam hier› mit einem Award in der Kategorie ‹Engagement für lokale Gemeinschaften› ausgezeichnet.

Nächste Daten:
Donnerstag 12. März / 17 Uhr
Tour mit Nachtessen aus dem Iran
Samstag 28. März / 15 Uhr
Iranisch kochen mit Somi und Reza
Donnerstag 16. April / 17 Uhr
Tour mit Nachtessen aus Sri Lanka

➥ **www.shopandfood.ch**

Quotes vom Quartier

Vor dem BaBeL-Büro an der Baselstrasse steht neu eine Tafel mit Stiften. Alle sind eingeladen, ihre Gedanken darauf zu schreiben. Eine Auswahl der Beiträge landet jeweils in der nächsten Sentipost.

Für diese Ausgabe horchten wir ins Quartier hinein und wollten wissen, was denn hier **am besten gefällt**. Für die nächste Sentipost fragen wir, was ihr euch im Quartier wünscht. Greift zum Stift!

YASMIN SHOP & BEAUTY
077 539 30 54
Baselstrasse 67
DER LADEN IST ÜBERSICHTLICH GESTALTET. VON ZAHNPASTA UND TRADITIONELLER ZAHNBÜRSTE, ÜBER KLEIDER UND STOFFE, BIS HIN ZU NAHRUNGSMITTELN UND GEWÜRZEN LÄSST SICH HIER ALLES FÜR DEN ALLTÄGLICHEN GEBRAUCH FINDEN.
HINTER DER KASSE STEHT YASMIN, DIE SEIT 14 JAHREN IN WILLISAU WOHNT, URSPRÜNGLICH AUS SOMALIA KOMMT UND FÜNF KINDER ERNÄHRT. VOR 3 MONATEN ERÖFFNETE SIE DEN LADEN IN DER BASELSTRASSE 67, WEIL SIE EINEN SCHRITT NACH VORNE WAGEN WOLLTE UND UM IHRE IDEEN ZU VERWIRKLICHEN.
EIN EIGENER LADEN BRINGT JEDOCH AUCH HERAUSFORDERUNGEN MIT SICH: STRENGE AUFLAGEN WIE ÜBERSETZTE ETIKETTEN KOSTEN ZEIT UND GELD UND VERHINDERTEN AUCH DIE IDEE, FRISCHES ESSEN ZU VERKAUFEN.
YASMIN FÜHRT VIELE PRODUKTE, DIE SIE AUS IHRER KINDHEIT KENNT UND LIEBT. REIS, GEWÜRZE ODER TRADITIONELLE SÜSSSPEISEN, WIE XALWO (DAS IN DER TIEFKÜHLTRUHE ZU FINDEN IST). DEN MEISTEN, DIE HIER EINKAUFEN GEHEN, GEHT ES GENAU SO. EIN STÜCK VERTRAUTHEIT UND ERINNERUNG.
VIMTO
„Ohne Xalwo auch keine somalische Hochzeit."
SAGT YASMIN LACHEND.
CLASSIC
Pure Basmati Rice
Extra Long Pearl White
WER? YASMIN
WAS? SOMALISCHE & ARABISCHE PRODUKTE; NAHRUNGSMITTEL, HAUSHALTSPRODUKTE, KLEIDUNG UND MEHR.
WO? BASELSTRASSE 67
EIN KLEINER, FEINER LADEN MIT EINER NETTEN UND HILFSBEREITEN BESITZERIN, DIE SICH ZEIT FÜR IHRE KUNDINNEN NIMMT.
WENN SIE GEFRAGT WIRD, OB SIE DIESEN SCHRITT WIEDER WAGEN WÜRDE, ANTWORTET YASMIN MIT „AUF JEDEN FALL."
ILLUSTRATION&TEXT: WOLFGANG WILER

MÄRZ

02. Mo	20.00	**Offener Planungsabend**
03. Di	18.00	**BaBeL-Jam**
	–20.00	Jam Session mit Clif Sol
05. Do	18.30	Folgedaten: 12.03. | 19.03.
	–20.30	***KÖNNEREI*: Tanzatelier**
		mit Jasmine Heinzer
		Aula St. Karli-Schulhaus, St. Karli-Strasse 44
07. Sa	14.00	**Caffè Politico**
	–15.30	Sulla riforma costituzionale in Italia.
		Con Lidia Galvano
07. Sa	15.00	***KÖNNEREI*: Fotografie ganz einfach**
	–17.00	mit Sabina Bobst
08. So	16.00	**SENTITREFF SESSIONS #43**
		Duo JÄÄS (LU)
		Gypsy Jazz, Bar ab 15.30 Uhr
09. Mo	18.27	**Offener Iftar im Sentitreff**
		Gemeinsames Fastenbrechen im Ramadan
		Anmeldung bis 08.03.26 an: 078 654 15 05
		ialissa@sentitreff.ch
11. Mi	20.00	**Text-Teilete**
12. Do	17.00	**Shop & Food-Tour**
		mit iranischem Nachtessen
		65 CHF (mit KulturLegi 50%)
		Anmeldung bis 05.03.26: shopandfood.ch
12. Do	19.00	**Besuch im hinduistischen Tempel in Emmenbrücke**
		Mit Apéro, Treffpunkt 19 Uhr im Sentitreff
13. Fr	20.00	**SolFusion**
	–22.30	Afro-Abend mit DJ C.Sol und Fingerfood
14. Sa	17.00	**Ukrainischer Kulturabend**
		mit Essen und Folklore. Kollekte
16. Mo	19.15	**Wir machen Quartierzeitung**
	–20.45	Offene Redaktionssitzung zur Sentipost
17. Di	18.30	***KÖNNEREI*: Meditation und Atemtechnik**
	–20.30	mit Carolina Olmos
20. Fr	19.30	**Partnerstadt Potsdam**
		Impressionen und Infos, mit dem Verein
		Städtepartnerschaft Luzern-Potsdam
21. Sa	09.30	**Opening Sentigartenjahr**
		Wir wecken den Sentigarten auf
22. So	15.30	**Auf den Spuren der Multiplen Sklerose**
		Buchpräsentation von Maria de Giovanni
		mit der Colonia Libera Italiana
24. Di	14.30	**Buchstart**
		Geschichten für die Kleinsten
26. Do	19.00	**Des/Connection**
	–20.00	Meditative Klangreise
27. Fr	19.15	**43. Jahresversammlung Sentitreff**
		Alle Mitglieder. Musik, Essen und Afterparty
28. Sa	13.30	***KÖNNEREI*: Kräuterspaziergang**
	–17.00	mit Margrit Diallo
28. Sa	15.00	**Shop & Food: Iranisch Kochen**
		85 CHF (mit KulturLegi 50%)
		Anmeldung bis 18.03.26: shopandfood.ch
30. Mo	17.00	**Nähen und Flicken**
30. Mo	20.00	**Offener Planungsabend**
31. Di	18.30	**InfoKompass: ‹Aufenthaltsbewilligungen›**
	–19.30	mit Fabia, Kompetenzzentrum Migration
31. Di	19.30	**Singing Senti – Offenes Singen**

APRIL

01. Mi	19.00	**Vernissage ‹Pinceladas de tres mundos›**
		zur 3-Generationen-Ausstellung von
		Elisabeth, Carolina und Carla Pérez
08. Mi	18.30	***KÖNNEREI*: Häkeln**
	–20.30	mit Gabrielle Lepan
05. Do	19.00	**Frauenpalaver**
	–21.00	Coca – die Kraft des ‹heiligen Blattes›
11. Sa	14.00	**Caffè Politico**
	–15.30	Medien und Quartier
		mit Konstantin Kreibich, zentralplus
11. Sa	14.00	Folgedaten: 09.05. | 16.05.
		***KÖNNEREI*: Einblicke ins Theater**
	–16.00	mit Bharathi Franaszek
16. Do	17.00	**Öffentliche Shop & Food-Tour**
		mit srilankischem Nachtessen
		65 CHF (mit KulturLegi 50%)
		Anmeldung bis 09.04.26: shopandfood.ch
18. Sa	14.00	***KÖNNEREI*: LandArt-Spaziergang**
	–17.00	mit Donato Allemann und Antonia Dahinden
21. Di	14.00	***KÖNNEREI*: Wandmalerei**
	–17.00	mit Aleksander Shvetsov
		Maleratelier Jürg Lingg, Baselstrasse 77
24. Fr	19.30	**Improtheater mit Senza Lucia**

das Gelbe vom Ei

REGELMÄSSIG

Montag	
09.00–12.00	Offenes Büro im Sentitreff
	(Eingang Sentigarten, 1. Stock)
18.30–19.30	Latin Dance Fitness für Frauen
Dienstag	
12.00–14.00	Mittagstisch
14.15–16.15	Türen öffnen
17.00–19.00	Jeden ersten Dienstag im Monat
	Tauschnetz-Treff
	angeboten vom Luzerner Tauschnetz
Mittwoch	
13.30–16.30	Ab **22. April** im Dammgärtli
	ab Kindergarten bis und mit 4. Klasse
	Siehe auch Kidsagenda BaBeL
18.45–20.00	Yoga für Frauen
Donnerstag	
09.00–12.00	Offenes Büro im Sentitreff
	(Eingang Sentigarten, 1. Stock)
12.00–14.00	Mittagstisch Arbeitslosen-Treff
14.00–17.00	Tipp-In (Beratung für Erwerbslose)
Freitag	
09.00–11.30	Kafi Untergrund
14.00–17.00	Café International
Samstag	
09.00–11.00	Quartierzmorge
14.00–16.00	Ab **25. April** Kindernachmittag im Dammgärtli ab Kindergarten bis und mit 4. Klasse
14.00–15.30	Caffè Politico (in der Colonia Libera)

Der Sentitreff wird unterstützt von:

Stadt Luzern

Katholische Kirche Stadt Luzern

Ausführlichere Infos, weitere Events und allfällige Änderungen: www.sentitreff.ch

Wenn nicht anders vermerkt:
Eintritt frei, allenfalls Kollekte

MAI

04. Mo	17.00	**Gartentreff**
04. Mo	20.00	**Offener Planungsabend**
05. Di	19.00	**Frauenpalaver**
	–21.00	Rosen-Methode – Körperwissen hören
08. Fr	17.30	**Finanzielle Freiheit aufbauen**
	–19.30	Finanzplanung für junge Erwachsene
		mit Jessika Nfutu, Apéro im Anschluss
08. Fr	20.00	**SENTITREFF SESSIONS #44**
		My Left Hands (LU)
		Indie-Rock-Alternative, Bar ab 19.30
18. Mo	17.00	**Nähen und Flicken**
20. Mi	20.00	**Text-Teilete**
21. Do	19.30	**Nach und durch Armenien**
		Reisebericht mit Katharina Hubacher
25. Mo	09.45	**Pfingstmontagswanderung zum Sonnenberg**
		Treffpunkt beim Sentitreff
26. Di	19.30	**Singing Senti – Offenes Singen**
29. Fr	15.00	**InfoKompass: ‹Diplomanerkennung›**
	–16.30	mit Fabia, Kompetenzzentrum Migration
29. Fr	17.00	**Zeitgut trifft Sentitreff**
		Grillade und Infos im Sentigarten
		zum Tag der Nachbarschaft
30. Sa	14.00	***KÖNNEREI*: Coffee Cupping**
	–16.00	mit Mabel Lara
		Atelier solerluethi, Reussinsel 59
25. Sa	09.00	**Quartierzmorge im Gespräch**
	–11.00	mit Albert Schwarzenbach
25. Sa	14.00	**Caffè Politico**
	–15.30	Zu 80 Jahre Italienische Republik
25. Sa	16.00	***KÖNNEREI*: Café Philo – Gesundheit?**
	–18.00	mit Bruno Frischherz
27. Mo	17.00	**Nähen und Flicken**
28. Di	17.30	**Natur für alle**
		Abendspaziergang im Vogelgezwitscher
		mit BirdLife Luzern
		Treffpunkt 17.30 Uhr Sentitreff
28. Di	19.30	**Singing Senti – Offenes Singen**

... das Gelbe vom Ei

Aus der Könnerei

Spiel mit Licht

von Bujar Berisha

Mitte November bot ich im Rahmen der **‹Akademie der Neugier›** meine fotografische Lebenserfahrung an. Zum Einstieg widmeten wir uns der Frage: Was ist eigentlich eine Kamera? Nach kurzer Zeit stand fest: Sie ist im Grunde nichts anderes als ein vom Menschen nachgebautes menschliches Auge, nur ohne Müdigkeit und ohne Meinung. Mit dieser Erkenntnis liessen sich Blende, Verschlusszeit und ISO plötzlich erstaunlich gut verstehen. Die drei Faktoren wurden rasch als das erkannt, was sie sind: Ein eingeschworenes Team, das gemeinsam über helle, dunkle, scharfe oder verwackelte Bilder entscheidet und damit über Freude oder Frust beim Fotografieren.

Mit diesem frisch erworbenen Wissen zogen wir nach draussen und spielten ernsthaft mit den Grundwerkzeugen der Fotografie. In den ersten Bildern blieben die Kameraeinstellungen immer gleich, nur wir bewegten uns. Im natürlichen Sonnenlicht richteten wir unsere Gesichter mal so, mal anders aus, **auf der Suche nach dem besten Licht** und der gnädigsten Seite.

Beim Kreisel am Kreuzstutz schliesslich zeigte sich das Wunder der Fotografie besonders schön: Der Bildausschnitt blieb immer derselbe, doch durch Bewegung, Timing und Schärfentiefe erzählte jedes Bild eine andere Geschichte. **Stillstand sah gleich aus, Bewegung nie**. Und spätestens da wurde klar: Fotografieren ist weniger Technik als Beobachtung. Und manchmal einfach ein sehr gutes Spiel mit Licht, Zeit und ein bisschen Geduld.

Suche nach dem besten Licht

Bewegung, Licht und Zeit

Geschichten aus dem Quartier

Ein ruhiges Zuhause

von M.J.

Ich bin Mutter von vier Kindern. 2019 bin ich aus Syrien in die Schweiz gekommen. Wir mussten vieles zurücklassen – unser Haus, unsere Familie, unser altes Leben. Es war nicht leicht, aber ich hatte einen grossen Traum: meinen Kindern Sicherheit und Frieden zu geben.

Am Anfang war alles neu und fremd. Neue Sprache, neue Menschen, neue Regeln. Aber Schritt für Schritt haben wir uns eingelebt. Meine Kinder gehen hier zur Schule, wir kaufen im Quartier ein, wir kennen die Strassen. Das fühlt sich inzwischen ein bisschen wie zu Hause an.

Seit 2024 wohnen wir im BaBeL-Quartier. Eigentlich ist die Lage gut, alles ist in der Nähe. Aber unser Gebäude ist sehr alt und hellhörig. Wenn wir laufen, hören es die Nachbarn. Wenn meine Kinder nachts auf die Toilette gehen, gibt es Reklamationen. Manchmal habe ich das Gefühl, wir dürfen uns kaum bewegen.

Draussen ist es oft laut. Nachts schreien Menschen, es gibt Streit, Alkohol und Drogen. Meine Kinder haben Angst. Meine Tochter möchte nicht allein draussen spielen. Mein Sohn wurde sogar gefragt, ob er Drogen kaufen oder verkaufen will. Das macht mir grosse Sorgen als Mutter.

Mehrmals hat nachts die Polizei an unsere Tür geklopft, weil sie jemanden im Haus gesucht hat. Meine Kinder wachen dann erschrocken auf. Wir fühlen uns nicht sicher. Ein Zuhause sollte ein Ort der Ruhe sein – aber unser Kopf ist immer voller Stress.

Trotzdem versuchen wir stark zu bleiben. Wir essen zusammen, lachen, helfen uns gegenseitig. Meine Kinder geben mir Kraft. Sie sind mein Herz.

Ich suche seit Monaten eine Wohnung, besonders in Littau, irgendwo ruhiger. Ich wünsche mir keinen Luxus. Nur einen Ort, wo meine Kinder ruhig schlafen können. Wo sie ohne Angst draussen spielen dürfen. Wo wir einfach normal leben können. Ich hoffe, dass wir eines Tages sagen können: Jetzt sind wir angekommen. Jetzt sind wir zu Hause.

Zur bewegten Geschichte der Gütschbahn-Talstation

Verblasste Erinnerungen

von Urs Häner, Verein UntergRundgang

Bildquellen: (links) SALU B3.31/A1.1992/003 (BPA)
(rechts) Foto: Peter A. Meyer (SALU F2a/STRASSEN/BASELSTRASSE 21a)

Als im November 2012 der Abrissbagger auffuhr und die Talstation der früheren Gütschbahn zerstörte, waren viele empört. Wie konnte man nur diese Baute des berühmten Hotelarchitekten Emil Vogt einfach so niederreissen? Dass selbst die Denkmalpflege offenbar einwilligte, war auf den ersten Blick ebenfalls unverständlich. Es zeigte sich dann aber, dass die Sache komplizierter und die alte Talstation einfach das schwächste Glied in der Kette der Umbaupläne des Château Gütsch war.

Die vielen vertraute Talstation erwies sich bei genaueren Recherchen nämlich als «imitierende Rekonstruktion der Anlage von 1897», aus der Zeit von Emil Vogt war also kaum ein Stein noch vorhanden! Das Foto oben rechts zeigt die Talstation, wie sie sich 1992 grad frisch vom Gerüst befreit darbot: eine Zeugin der grossen Zeiten der Belle Epoque. Aber eben, nur als Nachbau, offenbar ist Erinnerung ein schillerndes Phänomen und kann bisweilen täuschen.

Mehrfache Umbauten

Wer über ein gutes Gedächtnis verfügt, erinnert sich vielleicht sogar noch an den Zustand vor der Abrisserneuerung: Das Foto oben links zeigt die frühere Talstation der Gütschbahn, wie sie sich seit den 1950ern bis Anfang der 1990er darbot. Von Wertschätzung gegenüber Emil Vogt keine Spur, offenbar gab es 1956 sogar Pläne für ein fünfgeschossiges (!) Wohnhaus, diese wurden dann aber aus städtebaulichen und ästhetischen Gründen verworfen. Stattdessen kamen Pläne zum Zug, die den Einbau einer Dreizimmerwohnung im ersten Stock und das Einrichten eines Ladenlokals vorsahen. Gegen die Umgestaltung der nordseitigen Fassade hatte der Stadtrat keine Einwände, hingegen verlangten die SBB die strenge Vergitterung der bahnseitigen neuen Fenster im Obergeschoss.

Was ist schön?

Wer sich entscheiden muss, welche Gestalt der Talstation als schöner einzustufen ist, wird sich vermutlich gegen die Fassade der Nachkriegszeit entscheiden. Dass es unterschiedliche Phasen ästhetischer Kriterien gibt, lässt sich ablesen an der Debatte um die Fassadenverkleidung beim Umbau 1957: In den ‹Kleinen Baunotizen› schrieb nämlich das Luzerner Tagblatt damals, die Umgestaltung käme gut voran und die Fassade bekomme einen «schönen farbigen Plättlibelag». Eine Generation später sollte ein Architekt zur Einschätzung kommen, dass in den 1950ern die klassische Fassade mit einem schlechten ‹italienischen Cachet› verändert worden sei.

Offenbar schillern nicht nur die Erinnerungen, sondern auch die Schönheitsverständnisse verschiedener Epochen …

Die Gegenüberstellung mit der jetzigen Talstation, die Daniele Marques und Iwan Bühler 2015 realisierten, wäre ein eigenes Kapitel.

UntergRundgänge

Dieses ‹damals› beruht auf Recherchen des Vereins UntergRundgang, der letztes Jahr das neue Projekt ‹Augenweiden› realisierte. Zu jedem der inzwischen acht UntergRundgänge gibt es eine Publikation.

Auch 2026 wird es wieder öffentliche Führungen durch das Untergrundquartier geben. Saisonstart ist am Samstag, 18. April 2026, 14:30 Uhr, just mit «Augenweiden».

➥ **www.untergrundgang.ch**

JOURNAL

Fortsetzung von Seite 1

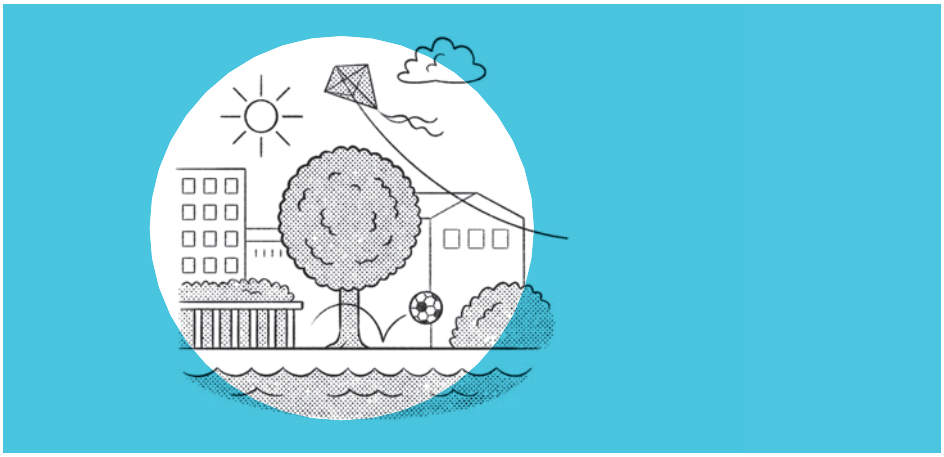
An der Veranstaltung wurden mehrfach Bedenken geäussert, die durchaus ihre Berechtigung haben. Zum Beispiel wird befürchtet, dass es durch den legitimierten Aufenthaltplatz zu Verlagerungen der Drogenszene ins Quartier kommen könnte. Natürlich würden sich durch den neuen Aufenthaltsort voraussichtlich mehr Suchtbetroffene zu den Öffnungszeiten im Quartier aufhalten, sie sind aber begleitet und ihre Bewegung kann gelenkt werden. Die Errichtung eines solchen Konsumraums soll gerade zu einer Entspannung im öffentlichen Raum beitragen. Insbesondere für die Baselstrasse will er eine Entlastung bringen. Wenn alle Beteiligten an einem Strang ziehen, kann dieses Projekt zu einer Entspannung rund um den Crack-Konsum beitragen.

Déjà-vu im Quartier

Das aktuelle Projekt eines legitimierten Aufenthaltsortes ruft Erinnerungen wach an eine vergleichbare Massnahme vor gut 35 Jahren: Da sollte die Notschlafstelle von Ebikon nach Luzern umziehen, und es gab ähnliche Abwehrreflexe gegen diese neue Nachbarschaft. Es war ungewohnt, es gab Ängste und Befürchtungen vor Nebenwirkungen, aber nach kurzer Zeit gehörte die Notschlafstelle einfach dazu. Hoffen wir, dass auch diesmal nicht Wegschauen und Wegdrängen der Reflex sind, die Suchtproblematik ist einfach eine gesellschaftliche Realität. Und gerade für unser Quartier ist unter diesen Umständen der vorgelegte Lösungsansatz bis auf Weiteres wohl der vernünftigste. Möge er dem Zusammenleben und Wohlbefinden aller förderlich sein.

BaBeL-Cup 2026

(rlr) Der 23. BaBeL-Cup findet am 14. März in der Turnhalle Littau Dorf statt. Aufgrund von Umbauarbeiten beim Sportplatz Grenzhof findet der BaBeL-Cup das erste Mal in der Halle statt. Es wird wieder ein Tag voller Bewegung, Begegnung und Quartiergeist.



Quartierort Grenzhof

von Janine Basile, Geschäftsleitung Verein Spieltraum

Die Kinderbaustelle nahe dem Schulareal Grenzhof wurde im Sommer 2025 geräumt. Der Verein Spieltraum Luzern hat nun zusammen mit der Quartierarbeit und dem Verein BaBeL die Kinderbaustelle weitergedacht und entstanden ist die Idee des Quartierorts Grenzhof. Die Idee stützt sich auf die Leitsätze der ‹BaBeL Perspektive 2030›, insbesondere den Leitsatz zu ‹Freiräume›: Sogenannte Unorte sollen aktiviert und besser bespielt werden.
Ab Frühling 2026 werden Angebote für Familien mit Vorschulkindern, für Schulkinder aus dem Einzugsgebiet der Schule Grenzhof, für Jugendliche und für die Quartierbevölkerung entstehen – von aussen angestossen, durch Akteur*innen aus dem Quartier umgesetzt und von der Bevölkerung selbst initiiert.
Der Quartierort Grenzhof will den Quartierzusammenhalt und die Vernetzung fördern, den Freiraum erschliessen und gestalten und niederschwellige Bildung bieten.
Du hast eine Idee für den Quartierort? Möchtest du den Raum aktiv mitgestalten? Dann melde dich bei Janine Basile, **info@spieltraum-luzern.ch**

Webseite

(rlr) Wir haben erfreuliche Neuigkeiten: Unsere Webseite erscheint ab März im neuen Kleid! Übersichtlicher, frischer und mit vielen Infos rund ums Quartier. Schaut unbedingt vorbei, klickt euch durch und entdeckt, was bei uns alles läuft – ein Besuch lohnt sich!

Tag der Nachbarschaft

(rlr) Am Freitag, 29. Mai 2026, ist es wieder soweit: Wir feiern den Tag der Nachbarschaft! Ein Tag, um die Menschen aus unserem Quartier besser kennenzulernen, miteinander ins Gespräch zu kommen und unser Quartier aktiv mitzugestalten. Freut euch auf ein vielseitiges Programm mit Mitmachaktionen, Musik, Gesprächen, Spiel und kleinen Überraschungen. Wer selbst etwas beitragen oder anbieten möchte, kann sich gerne im BaBeL-Büro melden. Ansonsten haltet euch den Tag frei – für Begegnungen, Austausch und gemeinsames Gestalten im Quartier!

Tag gegen Lärm

(rlr) Am 30. April ist der Internationale Tag gegen Lärm. BaBeL nimmt dieses Datum erneut zum Anlass, mit einer Aktion auf die massive Lärmbelastung im Quartier aufmerksam zu machen. Lärm ist kein Luxusproblem – Lärm macht krank.
Täglich fahren rund 20'000 Autos durch unser Quartier. Jede einzelne Durchfahrt verursacht zusätzlichen Lärm, Abgase und erhöht das Gesundheitsrisiko für die Menschen, die hier leben.

Möchtest du uns dabei unterstützen, eine starke Aktion auf die Beine zu stellen? Dann melde dich am besten noch heute im BaBeL-Büro.

News auf Website, Facebook, Instagram
➥ **www.babelquartier.ch**
➥ **@babel.luzern**

Zum Rücktritt von Josef Moser als langjähriger Präsident

Danke, Josef!

Von Dorothy Northe, Vorstand QV Wächter am Gütsch

Doro: Josef, du bist seit 1983 Mitglied des Quartiervereins ‹Wächter am Gütsch›. 2013 wurdest du Präsident, 2014 feierte der Verein das 150-Jahr-Jubiläum. Nun gibst du das Amt ab. Was war dein erster Kontakt mit dem Verein?
Josef: Als ich ins Quartier zog, gab es weder den Sentitreff noch BaBeL. Der Verein war für mich die Chance, zu sehen, wie das Quartier tickt. Bei meiner ersten GV im Jägerhof (früher Hotel-Restaurant Untergrund) war ich vom autoritären Stil, der dort herrschte, geschockt. Aber ich spürte, es könnte anders sein, es ist eigentlich eine gute Sache.

Doro: So warst du motiviert, dabeizubleiben?
Josef: Ja. Es gab ein paar andere, die ähnlich dachten. Wir haben dann die Idee eingebracht, im ehemaligen Sentispital einen Quartiertreffpunkt zu errichten, aber das wurde als linke Konkurrenz des Quartiervereins empfunden und der Sentitreff wurde zum Gegenspieler des Quartiervereins.

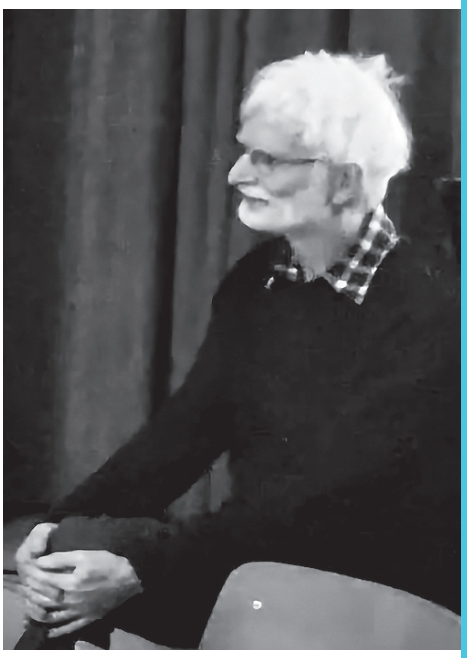
Doro: Und wie ging es weiter?
Josef: Jahre später traten zwei Präsidenten des Quartiervereins nacheinander zurück und der Verein war mehrere Jahre inaktiv. Der Restvorstand berief 2007 eine GV ein mit dem Antrag, den Verein aufzulösen. Peter A. Meyer, ein Journalist aus dem Quartier, wehrte sich dagegen, liess sich als Geschäftsführer beauftragen, den Verein weiterzuführen und einen neuen Vorstand ins Leben zu rufen. Weitere Jahre vergingen. Als ich pensioniert wurde, sagte ich zu, im Vorstand mitzumachen, aber ich wollte nicht Präsident sein. 2013 wurde ich es trotzdem, nachdem wir uns mit dem Co-Präsidenten nicht einigen konnten, wie wir das 150-Jahr-Jubiläum des ‹Wächter am Gütsch› gestalten wollten.

Doro: Wie war dann das Jubiläumsfest?
Josef: Es gab nicht ein grosses Fest, sondern 3 kleine Konzerte an verschiedenen Orten: Volksmusik im Dammgärtli, Jazz auf dem Lädeliplatz, Klassik im Sentihof. So konnten die Leute im Quartier erfahren, dass der Verein wieder lebt. Das konnten wir auch mit der Festschrift 150 Jahre Wächter am Gütsch zeigen. Sie trägt den Untertitel ‹Aufsteiger – Aussteiger – Aussenseiter›. Wir versuchten darin, dem Quartier ein Gesicht zu geben, u.a. mit Portraits von Menschen, die das Quartier prägten, und prägen und mit vielen Fotos.

Doro: Was bedeutet dir der Verein heute?
Josef: Der Quartierverein gibt mir die Chance, Politik im kleinen Mass zu machen, ein Stück Welt mitzugestalten, Probleme auf lokaler Ebene anzugehen, etwas zur Verbesserung der Lebensqualität beizutragen, auch wenn es nur kleine Dinge sind wie die Sitzbänkli oder der offene Bücherschrank im Sentigarten. Oder der Gütschwald-Pflegetag als kleiner Beitrag zum Gedeihen unseres Naherholungsgebietes. Ich habe durch den QV viele spannende Leute kennengelernt, ohne die mein Leben ärmer sein würde.

Doro: Warum so lange Präsident?
Josef: So lange war es dann doch wieder nicht! Ich denke, dass in der Phase des Wiederaufbaus die Kontinuität wichtig war. Und, wie gesagt, es war nicht ganz uneigennützig. Ich habe viel zurückbekommen: Freundschaften, spannende Kontakte mit Stadtbehörden, schöne Zusammenarbeit mit den andern ‹Quartier-Playern›, mit ‹stadtgrün› usw.

Doro: Besondere Erinnerungen?
Josef: Da denke ich vor allem an die Jahresversammlungen, die einem aktuellen Thema gewidmet waren, politische Themen wie der geplante ‹Bypass› oder das Parkhaus Musegg. Es gab auch zahlreiche interessante Gäste. Und die Versammlungen hatten immer auch einen festlichen Charakter, häufig mit Live-Musik umrahmt. Neben dem ‹Gütschwald-Pflegetag› bleiben mir auch die kleinen ‹Wächter am Gütsch be de Lüüt›-Anlässe in lebendiger Erinnerung.



Doro: Dein Wunsch für die Zukunft?
Josef: Dass der «Wächter am Gütsch» wachsam bleibt in unserem Quartier und Handlungsspielräume ausnützt. Und dass es dem Vorstand gelingen möge, immer wieder Menschen zu motivieren, etwas von ihrer Zeit und ihren Talenten einzubringen in die Gestaltung eines lebenswerten, menschenfreundlichen Quartiers. Dazu braucht es manchmal einen langen Schnauf. Die meisten Veränderungen beginnen im Kleinen und Erfolg ist nicht garantiert. Wie in der Natur gibt es Brachzeiten und Zeiten zu säen und zu vertrauen, dass etwas wächst, und auch Zeiten sich zu freuen, wenn etwas zum Blühen kommt und Früchte trägt.

Doro: Vielen Dank, Josef, fürs Gespräch und dein Engagement!

Weitere Informationen gibt's auf unserer Website:
➥ **www.waechter-am-guetsch.ch**

Sentipost-Quiz

Wo ist das?

(jm) Neu bringen wir in jeder Nummer ein Fotorätsel. Den Anfang macht eine leichtere Aufgabe. Wer mit offenen Augen durch das Quartier geht, wird sich auskennen. Lösungen bis 25.3.2026 an **sentipost@sentitreff.ch** oder an Sentitreff, Quiz, Baselstrasse 21, 6003 Luzern

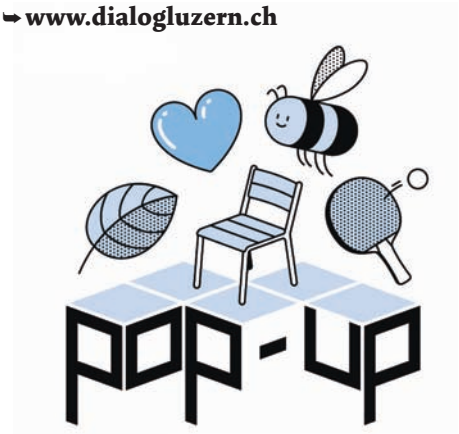
Unter den richtigen Einsendungen werden ein BaBeL-Schwimmsack und 5 Mittagstisch-Gutscheine verlost.

‹Quartierbilder›

Ausstellung von Matthias Leutwyler im Sentitreff
Ausstellung bis Di, 10. März 2026
Finissage mit dem Künstler um 19 Uhr

Deine Strasse Dein Park Dein Sommer

Auch 2026 können von Juni bis September in Luzern unerwartete Begegnungsorte auf öffentlichen Parkplätzen oder Grundstücken realisiert werden.
Hast du eine Idee? Infos und Anmeldung bis Mai 2026 unter
➥ **www.dialogluzern.ch**



Dein Quartier, deine Quartierzeitung:

Schenkst du uns 3 Minuten für die Sentipost-Umfrage?
➥ **www.sentitreff.ch/sentipost**

oder hier scannen

Jahresbeiträge 2026

Mitgliederbeitrag: Fr. 40.–
Sentipost-Abo: Fr. 15.–
Gönnerschaftsbeitrag: ab Fr. 100.–
(für Paare ab Fr. 150.–)

Valiant AG, 6002 Luzern
CH19 0630 0016 1821 4580 0

oder via Twint

Poesiwerkstatt BaBeL VII

Fünf Elfchen

von Silvie, Fatih, Kia, Can und Marina

Spielen
Euro Million
hoffe, ich gewinne
werde vielen Leuten helfen
Bingo
(Silvie)

Liebe
Weisse Herzen
Wir schenken Herzen
Glückliche Herzen treffen sich
Liebe
(Fatih)

Spielen
Kommt spielen
ganze Zeit spielen
Leben ist wirklich einfach
Glück
(Kia)

Spielen
Schach spielen
Es ist lustig
wenn du intelligent bist
gut!
(Can)

Wo
bin ich
ab vom Weg?
Ich finde mich wieder
endlich
(Marina)

Elfchen sind kurze Gedichte in vorgegebener Form.
Diese fünf entstanden im Café International.

Impressum
Sentipost N° 137 — 1/2026
Herausgeber: Verein Sentitreff
Baselstrasse 21 / 6003 Luzern / 041 240 94 79
info@sentitreff.ch / www.sentitreff.ch
Redaktion: Urs Häner (uh), Raphael Meyer (rm), Josef Moser (jm), Rosa-Lynn Rihs (rlr), Sabina Bobst, Nina Töngi, Sven Trefny
Weitere Mitwirkende: Sinan Akarsu, Janine Basile, Bujar Berisha, Yasmin Cismaan, M.J., Dorothy Northe, Gilmer Uscategui, Christian Wenk, Wolfgang Wiler; Silvie, Fatih, Kia, Can und Marina
Druck: Gamma-Print AG; Auflage: 3300 Expl.