

XXX

Die ABC-Zeitung

Texte von Lernenden aus Lese- und Schreibkursen

Ausgabe 65

12. Februar 2021

In dieser Ausgabe

Ärger beim Einkaufen / Der Alltag einer Mutter - Seite 1
Unser Ausflug / Glück - Seite 2
Lerner-Rat / Freude am Lernen - Seite 3
Die Zeit der Pandemie / Mein Unfall / Über Peppa - Seite 4
Im Krankenhaus / Impfung / Licht und Schatten - Seite 5
Die Wärmflasche / Silbenrätsel - Seite 6
Rezept / Freude- und Meckerecke - Seite 7
Leserbriefe / Kalenderblatt / Infos - Seite 8

ÄRGER BEIM EINKAUFEN

VON KLAUS MAAß

Ich bin immer wieder überrascht und sehr böse, wie manche Leute mit der Maskenpflicht und dem Sicherheitsabstand von 1,50 Meter beim Einkaufen im Supermarkt umgehen. Einige von uns haben den Ernst der Lage wohl noch nicht begriffen oder wollen es nicht begreifen.



Das Corona-Virus ist kein Spiel, womit man spielen sollte. Es ist bei schweren Verläufen tödlich. Deshalb finde ich es persönlich unverantwortlich, dass sich einfach Leute über die Corona-Maßnahmen hinwegsetzen, indem

sie teilweise die Mund- und Nasenmasken nur am Kinn tragen. Auch der Sicherheitsabstand von 1,50 Meter wird nicht eingehalten. Wenn man sie darauf anspricht, werden sie sogar noch ausfallend. So dürfen wir es nicht

handhaben, sonst ist in absehbarer Zeit keine Lockerung in Sicht. Genau das Gegenteil wird dann eintreffen. Und das wollen wir mit Sicherheit alle nicht. Also haltet euch an die Vorschriften! Umso schneller sind wir mit

dem Corona-Virus durch. Damit schützen wir uns selber und andere vor Kummer und Leid. Nur so können wir das Corona-Virus besiegen, indem wir uns an die Maßnahmen halten. Es kommen auch wieder schönere Zeiten.

Der Alltag einer Mutter

VON RICARDA

Eine Mutter hat viele Aufgaben, die sie täglich macht, wie zum Beispiel: kochen, waschen, einkaufen, das Kind aus der Schule abholen und Hausaufgaben machen.

Das ist nicht immer so einfach für mich. Denn ich gehe selbst noch zur Schule.

Ich gehe zur Schule, weil ich ein Mensch bin, der nicht richtig schreiben und lesen kann.

Zwei Mal in der Woche besuche ich einen Kurs. Ich mache das, um meiner Tochter bei den Hausaufgaben helfen zu können.

Aber am liebsten spiele ich mit ihr.

KONTAKT

Ihr findet uns auf

www.abc-zeitung.de

Schreibt uns unter:

post@abc-zeitung.de

abc

Unser Ausflug

VON SABINE Z., LÜNEBURG

Erst haben wir uns bei der VHS um 10:00 Uhr getroffen. Dann hat Tanja uns die Stadt gezeigt.

Von der Johanniskirche sind wir zum Marktplatz gegangen. Tanja hat uns die Schrift auf den Häusern erklärt.

Am Rathaus hat eine Kutsche auf uns gewartet. Mit der Kutsche ging die Stadtführung weiter. Die Kutschfahrerin hat uns gezeigt, wie es früher in Lüneburg ausgesehen hat.

Wir sind zur Altstadt gefahren und haben an der Sülze gehalten. Wir



sind die Heiligengeiststraße zum Sande gefahren. Danach ging es über den Stint zum Kran.

Hier hat sie uns von den Roten Rosen erzählt.

Danach fuhren wir wieder zum Marktplatz. Die Kutschfahrt dauerte eine Stunde.

Dann sind wir noch in die Altstadt gegangen. Wir waren in der Micha-

eliskirche. Jutta und Sabine haben sich eine Kerze geholt und sie angezündet.

Zum Schluss waren wir im Mälzer. Und das war es. Es war schön! Danke!

Glück

VON KLAUS MAAß

Glück empfindet jeder Mensch anders. Ich möchte euch ein kleines Beispiel geben.

Der eine findet einen Euro und freut sich. Der andere findet auch einen Euro, aber er ärgert sich, weil es nur ein Euro ist und keine hundert.

Ich kannte einen Mann, der hatte viel Geld. Er konnte

sich fast alles kaufen, was er wollte. Aber er war nicht glücklich. Er nahm das als selbstverständlich hin.

Es kam aber für ihn eine finanzielle Wende. Er verlor von einem Tag auf den anderen sein ganzes Geld. Jetzt, da er kein Geld mehr hatte, sagte er mir: „Ich bin viel glücklicher als früher. Ich kann mich jetzt richtig über Kleinigkeiten freuen.“



Lerner-Rat

VON ERNST LORENZEN

In Niedersachsen soll ein Lerner-Rat gegründet werden.

Er soll aus je zwei gewählten Vertretern der Selbsthilfegruppen bestehen.

Eine erste Online-Konferenz gab es dazu am 7.12.2020. Sie wurde von Oksana Janzen moderiert.

Anwesend waren die ABC-Selbsthilfegruppe Oldenburg und die Gruppe Wortblind aus Lüneburg.

Es war leider kein Vertreter der ABC-Selbsthilfegruppe aus Hannover dabei.

Mir war wichtig, dass die gewählten Personen für den Lerner-Rat nicht allein gelassen werden.



Frau Janzen hat zugestimmt, dass der Lerner-Rat bei organisatorischen und technischen Dingen Hilfe erhält.

Es wurden weitere Begriffe und Namen für den Lerner-Rat aus der Runde vorgeschlagen: Lerner-Botschafter, Betroffenen-Rat, Lerner-Botschafterverein, Rat der Lerner-Botschafter, Rat der Grundbildungs-Bot-

schafter, Rat der Betroffenen.

Die ABC-Selbsthilfegruppe Oldenburg hat Bärbel Kitzing und Ernst Lorenzen als Vertreter für den Lerner-Rat gewählt.

Wir haben alle dafür gestimmt, dass es bei der Bezeichnung Lerner-Rat bleiben soll.

Lesen und Schreiben
für Erwachsene



Alfa-Telefon
0800 - 53 33 44 55

Freude am Lernen

VON KHULOOD

Ich komme aus dem Irak.

Seit 5 Jahren bin ich in Deutschland.

Ich bin fast 2 Jahre zur Schule gegangen.

Dort habe ich Deutsch gelernt.

Jetzt kann ich allein zum Arzt gehen.

Ich kann allein im Supermarkt einkaufen.

Ich gehe jeden Tag zur VHS und lerne weiter Deutsch.

Ich hoffe, ich lerne noch besser sprechen.

Ich möchte die Leute schneller verstehen und mitsprechen.

Die Leute sind alle nett. Sie helfen mir.

Die Zeit der Pandemie

VON BÄRBEL KITZING

In der Pandemie habe ich mir zum Beispiel einen Pullover gestrickt und als der fertig war, habe ich mir ein Buch genommen und darin gelesen.



Zwischendurch habe ich auch etwas aufgeschrieben. Und als das Wetter mal gut war, habe ich mit meiner Tochter zusammen Holz für den Kamin gesägt.

Jetzt häkele ich mir einen Poncho. So bringe ich die Zeit rum. Es ist nicht so schön wie sonst, als man überall hinfahren konnte. Aber ich mache das Beste daraus.

Mein Unfall am Samstag

VON DIETER

Ich heiße Dieter. Ich bin 65 Jahre alt. Jedes Jahr fahre ich zwischen 10.000 und 12.000 Kilometer mit dem Fahrrad.

An einem schönen Samstag im September bin ich wieder gefahren. Ein Auto kam von hinten und hat mich angefahren. Das war ein großer Schreck.

Mir tun jetzt noch alle Knochen weh nach



dem Unfall. Ich hatte am ganzen Körper Hautabschürfungen und Blutergüsse.

Mein Fahrrad ist kaputt und ich warte auf die Antwort des Rechtsan-

walts. Er versucht, bei der Versicherung für mich meine Forderungen durchzusetzen. Dann kann ich mir ein neues Fahrrad kaufen. Das ist meine eigene, wahre Geschichte.

Über Peppa

VON VILMA

Am Samstag hatte Nicole mir die Peppa vorbeigebracht. Peppa ist der Hund meiner Tochter.

Peppas erster Weg geht immer zu ihrem Napf mit Leckerlis. Danach wird erst begrüßt und gespielt mit dem Spielzeug

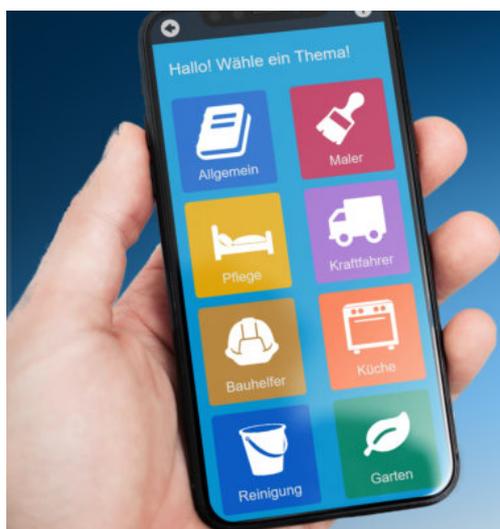
aus der Kiste: Teddy, Ball und so weiter.

So eine Begrüßung ist auch anstrengend. Da hat man sich ein Nickerchen verdient.

Nach einer Stunde ist sie wieder fit.

Dann heißt es Leine holen und in den Wald, um mit anderen Hunden zu spielen.

Der Abend gehört uns beiden mit viel Kuschelheiten. Peppa ist ein toller Hund. Sie macht mich glücklich.



Beluga

Jetzt auch
als App!

www.beluga-lernsoftware.de

abc
www.abc-projekt.de

RGZ
Regionale
Grundbildungszentren
Niedersachsen

Gefördert durch

Niedersächsisches Ministerium
für Wissenschaft und Kultur

vhs
oldenburg

Die Verwendung der Marke BELUGA erfolgt mit freundlicher Genehmigung der Martin Schönbeck Beratungen GmbH, Spenge.

Bei Corona im Krankenhaus

VON MEIK S.

Am 15.12.2020 hatte ich meine Freundin ins Krankenhaus gebracht. Sie wurde stationär aufgenommen.

Am 20.01.2021 durfte sie das Krankenhaus wieder verlassen. Dazwischen durfte ich meine Freundin nicht sehen und nicht mit ihr spazieren gehen. Alles wegen Corona.

Ich habe ihr zwischen- durch Sachen ge- bracht. Die musste ich ihr durchs Fenster rei- chen. Das Fenster wur- de aufgemacht, ich



musste die Sachen durchreichen und dann wurde es wieder zuge- macht. Dann musste ich gehen. Ich wurde

auch mehrmals vom Gelände runterge- schickt. Dann habe ich es am nächsten Tag wieder probiert. Es kam

immer darauf an, wer gerade da war und Dienst hatte. Meine Freundin hatte übri- gens kein Corona.

Corona-Impfung

VON NA

Ich arbeite im Altenheim. Ich pflege die alten Menschen. Ich habe viel zu tun. Es fehlen Kolleginnen. Sie mussten in Quarantäne.

Ich habe am 09.01.21 einen Corona-Test bei der Arbeit gemacht. Einen Tag später habe ich die Corona-Impfung bekommen.

Ich hatte keine Angst. Alles war gut. Ich war danach sehr müde. Ich habe viel geschlafen und mein Arm tat weh.

Am 22.01.21 habe ich noch einmal einen Corona-Test gemacht. Meine Nase tat weh danach. Nach Feierabend bin ich sofort ins Bett.

Ich warte jetzt auf die zweite Impfung.

Licht und Schatten

VON FRIEDERICH

Licht und Schatten lie- gen bekanntlich nahe beisammen. In der Co- rona-Pandemie, die wir jetzt ein Jahr überstan- den haben, war und ist ein sehr schwarzer Schatten auf uns alle gefallen.

Jeder von uns musste und muss sein Kreuz tragen - finanziell, bei der Kinderbetreuung und vieles mehr. Sogar über Tote müssen wir trauern.

Aber es gibt einen Hoff- nungsschimmer am

Horizont. Wir müssen alle ein bisschen Diszi- plin und Ruhe bewah- ren. Der Impfstoff, der das Corona-Virus be- siegt, ist endlich da und wird uns unsere ge- wohnte Freiheit wie- dergeben.

Es geht zwar ziemlich schleppend voran, zu- gegeben, aber wir soll- ten die Hoffnung nicht aufgeben. Es wird jeder geimpft, wer es möch- te. Danach haben wir nicht Licht und Schat- ten, sondern danach scheint die Sonne für

Die Wärmflasche

VON KLAUS AUS L.

Jeanette schlug die Augen auf, sie musste aufstehen. Es nützte nix, sie musste zur Arbeit.

Sie hasste den Augenblick, wenn sie die Wärmflasche von ihrem warmen Körper schieben musste, um ins Bad zu gehen. Die Dusche war auch schön warm, aber nichts im Vergleich zu ihrer Wärmflasche.

Sie war Erzieherin und heute waren das erste Mal die neuen Eltern von den neuen Kinder mit. Das bedeutete Einführungsrunde.

Schrecklich! Die meisten Eltern verloren sich in Banalitäten und kamen nicht zum Punkt. Meistens fing Jeanette dann an von ihrer Wärmflasche zu träumen.

Wenn sie ihre schöne, warme Wärmflasche an ihren Körper zog, war die Welt wieder in Ordnung. Keine nervigen Eltern oder Kinder, nur ihre Wärmflasche und sie im Bett. Sie wurde von einer kräftigen Elternstimme geweckt: „Schlafen Sie etwa?“



„Natürlich nicht“, antwortete Jeanette. „Ich konzentriere mich auf Ihre Aussagen.“ „Blöde Kuh“, dachte sich Jeanette und träumte weiter von ihrer Wärmflasche. Aber die keifige Stimme hatte sie aus

ihrer schönen Stimmung geholt.

Sie dachte daran, dass ihre schöne Wärmflasche manchmal blau war und dann roch sie nach Bier und schnarchte.

Silbenrätsel

ERSTELLT VON KLAUS

Finde 10 Wörter zum Thema Auto.

Rei- -ben- -scher Num- -schuh- Hu- -raum -stan- -gel

Aus- -mern- Rück- Mo- -fer- -wi- -fach -schild -puff

-spie Schei- Kof- -ge -fen Hand- -tor Stoß- -pe

1. _____

6. _____

2. _____

7. _____

3. _____

8. _____

4. _____

9. _____

5. _____

10. _____

Möhrensuppe

VON FRIEDERICH

Zubereitungszeit: ca. 40 Min.

Zutaten für 4 Personen

- 500 g Möhren
- 1/2 l Gemüsebrühe
- 100 g süße Sahne
- 1 TL mildes Currypulver, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, Salz



Zubereitung

Die Möhren putzen, klein schneiden und in ungefähr der Hälfte der Brühe etwa 20 Minuten lang weich kochen, anschließend pürieren. Die restliche heiße Brühe dazu gießen und die Sahne dazugeben. Abschließend die Suppe mit dem Currypulver und den Gewürzen abschmecken. Fertig.



Freude-Ecke

Ich freue mich, dass unsere Aktion am Weltalphanatag in der Innenstadt so gut verlaufen ist.

Hermann

Ich freue mich, dass die Tage wieder länger werden.

Klaus

Ich freue mich, dass ich Uroma werde.

Bärbel

Ich freue mich über die schöne Winterlandschaft.

Klaus

Was freut euch?
Was ärgert euch?
Schreibt uns unter
post@abc-zeitung.de

Meckerecke

Ich ärgere mich, dass es mit der Corona-Impfung nur schleppend voran geht.

Klaus

Ich ärgere mich, dass ich wegen Corona nirgendwohin gehen kann.

Bärbel



Leserbriefe



Wir haben uns wieder sehr über all eure Zuschriften gefreut. Schreibt uns unter post@abc-zeitung.de

Bitte gib mit an, wenn du mit dem Abdruck deines Leserbriefes einverstanden bist. Schreibe: Ihr dürft meinen Brief in der ABC-Zeitung abdrucken.

Liebes ABC-Team,

vielen Dank für Ihre tolle Arbeit.
Die ABC-Zeitung ist für uns immer sehr interessant.

Man liest über lustige und traurige Erlebnisse anderer Menschen, bekommt Tipps (Rezepte) und Unterhaltung.

Das Suchrätsel finden wir besonders gut.

Heute schicken wir Ihnen mal drei Geschichten aus unserem Leben. Vielleicht finden sie ja Platz in einer der nächsten Ausgaben.

Herzliche Grüße aus Wuppertal

Vilma, Ricarda, Dieter, Birgit

Lerngruppen der AOB in Berlin Kreuzberg haben einen Wandkalender gestaltet. Hier ein Auszug daraus.

Kalenderblatt September: Die Klarheit macht alles einfach.



Warum ich den Satz geschrieben habe:

„Wenn ich eine Meinung habe, dann muss ich darüber nachdenken, ob die Meinung richtig ist.

Nur dann kann ich darüber schreiben.“

Wolfgang



Wir treffen uns immer am ersten Montag im Monat von 19.30 bis 21.30 Uhr in Raum 2.08 in der VHS Oldenburg.

Einfach vorbeikommen!

www.abc-selbsthilfegruppe.de



V.i.S.d.P.:

Nadine Engel, VHS Oldenburg gGmbH,
Karlstraße 25, 26123 Oldenburg,
Telefon: 0441/9239158 www.vhs-ol.de
engel@abc-projekt.de www.abc-projekt.de

© 2021 ABC-Projekt **ISSN 2195-4437**

Die nächste Ausgabe erscheint Ende April