

XXX

Die ABC-Zeitung

Wir lernen nicht nur schreiben, wir tun es auch!

In dieser Ausgabe

Mein neuer Nachbar / Mein Umzug - Seite 1-2

Ein Engel für mich - Seite 2

In einem Jahr halbiert - Seite 3

Jugendliebe / Vampire aus der Pfalz - Seite 4-5

Helden im Alltag - Seite 6

Rezept: Brezelknödel - Seite 7

Freude-Ecke / Heimweh / Kleiner Scotty - Seite 8

WM 2014 / Rätsel / Wortblind / Leserbriefe - Seite 9-10

Ausgabe 34

16. Mai 2014

MEIN NEUER NACHBAR

VON K.

Meine neuen Nachbarn stellten sich eines Tages vor. Wir sind die neuen Nachbarn und warten auf den Elektriker. Damit er die neuen Lampen anschließt. Ich sagte: „Das ist doch kein Problem. Das ist doch schnell gemacht.“

Es dauerte nicht lange und Herr Nachbar stand wieder vor der Tür. „Könnten Sie sich das Regal im Keller mal anschauen? Das müsste nur zusammen gesteckt werden.“ Den halben Nachmittag war ich dabei. Es fiel immer wieder auseinander. Oh, was habe ich mich geärgert. Doch endlich war es fertig.



Rainer Sturm / pixelio.de

Am nächsten Tag klingelte es wieder. Mein Nachbar stand vor der Tür. „Der Fernseher läuft nicht. Könnten Sie mal nachschauen?“ Ich habe dann alle Sender

eingestellt. Dabei stellte sich heraus, dass der Ein- und Ausschalter von der Fernbedienung schon seit Jahren kaputt ist. „Wenn Sie schon mal da sind,

könnten Sie dann im Bad nochmal nach der Mischbatterie schauen?“ Die Mischbatterie ließ sich nicht reparieren.

weiter auf Seite 2

Mein Umzug

VON ERWIN

Die Heimkosten für meine Mutter sind so hoch geworden, deshalb musste mein Elternhaus verkauft werden.

Ich habe eine sehr schöne neue Wohnung gefunden und konnte meinen Hund Alanzo mitnehmen.

Alanzo, der immer gebellt hat, ist jetzt ganz ruhig. Uns beiden geht es gut in der neuen Wohnung.



KONTAKT

Uns gibt's
online unter

www.abc-projekt.de

Wir freuen uns
sehr über
Leserbriefe:

xxx@abc-projekt.de

Mein neuer Nachbar

Fortsetzung von Seite 1

Ich habe eine neue Mischbatterie und eine neue Fernbedienung bestellt und legte mich endlich gemütlich auf meine Couch.

Es dauerte nicht lange und es klingelte. Ich machte die Tür auf. Mein Nachbar stand vor der Tür und sagte: „Ich bin's schon wieder, die Nervensäge. Meine

Frau hat den Kellerschlüssel verlegt. Kann ihn nicht mehr finden.“ „Kein Problem“, sprach ich. „Probieren Sie oben aus der Wohnung alle Zimmerschlüssel aus. Denn einer davon wird passen. Wenn nicht - klingeln Sie bei mir.“ Ich ging erneut auf meine Couch.

Es klingelte. Mein Nachbar: „Sie hatten ja so Recht. Der Schlaf-

zimmerschlüssel passte.“ Ich habe meinem Nachbarn jetzt das Du angeboten. Am nächsten Tag rief er mich gleich beim Vornamen. „Hast du mal einen Moment Zeit? Meine Balkontür geht nicht mehr zu.“

Kaum war dies erledigt, kam schon die nächste Frage: „Würdest du mir die neue Mischbatterie auch einbauen? Und

mein Spiegel im Flur müsste auch noch aufgehangen werden? Alleine kann man das ja nicht.“

Meinen neuen Nachbarn kenne ich jetzt seit drei Tagen. Und ich stelle mir jetzt schon die Frage: „Wie wird es weiter gehen?“

Aber mein 76-jähriger Nachbar darf auch weiterhin bei mir klingeln.

Ein Engel für mich – 1. Teil

VON RITA

Vor 4 Jahren leuchtete ein wunderschöner Engel am Himmelstor. Er hatte ein zauberhaftes Lächeln. Der Engel hatte eine wunderschöne Ausstrahlung in seinen Augen.

So stand der Engel vor meiner Tür. Ich bat ihn hinein. Ich war noch nie so aufgeregt, wie an diesem Abend.

Mein Herz schlug immer schneller. An diesem Abend redeten wir viel und tranken ein bisschen Wein. Es war ein erotischer Abend. Die Nacht brach an und der Engel musste nach Hause.

Ich konnte nicht schlafen. Um 5 Uhr war ich immer noch wach. Da ich um 6 Uhr arbeiten musste, machte ich mir einen Kaffee. Die Arbeit fiel mir an diesem Tag sehr schwer.

Ich konnte mich nicht konzentrieren. Ich musste immer an den schönen Abend denken. „Kann nicht schlafen, kann nicht essen, kann deine Augen nicht vergessen.“

Die Zeit steht still, du bist so fern, du fehlst mir so, mein kleiner Stern.“ Ich dachte die ganze Zeit an ihn.



Am Abend klingelte das Telefon. Das war mein Engel. Er sagte: „Darf ich heute Abend zu dir kommen?“ Ich freute mich. Dann konnten wir den Sonnenuntergang vom Fenster aus sehen und dann verbrachten wir gemeinsam die ganze Nacht.

Ich sagte zu ihm: „Mit dir aufwachen und frühstücken, das wäre schön. Du hast in mir ein Gefühl geweckt, was ich in diesen letzten Jahren nicht mehr hatte.“ Es fühlte sich an wie Schmetterlinge im Bauch, ein wunderschönes Kribbeln. War das die große Liebe?

In einem Jahr halbiert

VON MIA O.

Ich war 26 Jahre lang dicker als alle anderen. Nach außen tat ich so, als ob ich mich so wohl fühle, wie ich bin. Aber das war nicht so. Ich habe Diäten gemacht. Ich habe es auch oft geschafft abzunehmen, aber ich scheiterte jedes Mal an der Disziplin das Gewicht zu halten!

Dann war ich bei meinem Arzt. Er sagte mir, wenn ich so weiter mache, dann habe ich nur noch zwei Jahre zu leben und er gab mir den Denkanstoß zu einer Magen-OP.

Im Mai 2012 suchte ich dann das St-Marien-Hospital in Friesoythe auf. Danach stand mein Entschluss fest, diesen Weg mit allen Konsequenzen zu gehen.

Ich habe mich intensiv mit dem Thema auseinandergesetzt und, nach Anraten des Arztes, für eine Magenbypass-OP einen Antrag bei der Krankenkasse gestellt.

Nach nicht mal drei Monaten

hatte ich die Zusage für eine Kostenübernahme. Am 08. Mai 2013 bekam ich meine Magen-OP.

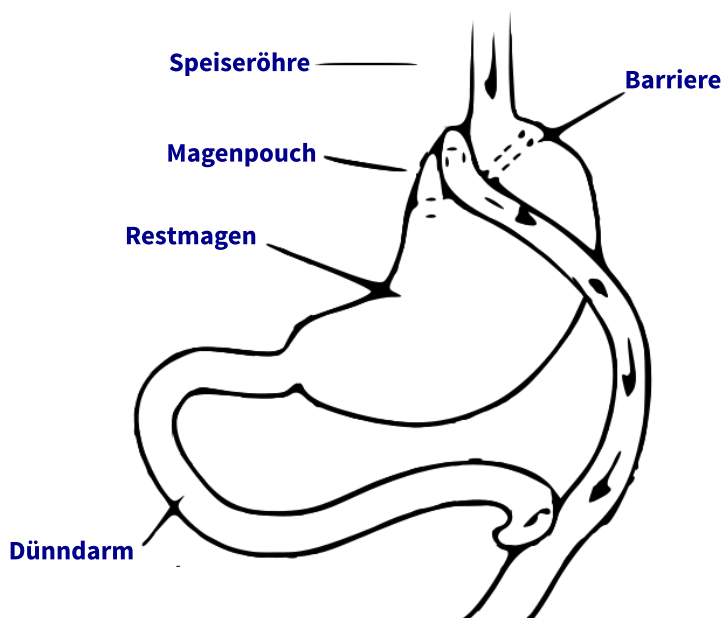
Ich habe in einer Woche 17 Kilogramm abgenommen. Während der ganzen Zeit stand mein Mann Uwe mir zur Seite. Ohne ihn hätte ich die Zeit sicher nicht so überstanden. „Danke, ich liebe dich, Uwe!“

Nachdem ich 50 Kilogramm abgenommen habe, ging es nur noch bergauf. So wie die Kilos dahinschmolzen, so kam das Selbstwertgefühl immer mehr. Die äußerliche Veränderung machte sich breit. Zurzeit wiege ich 86 Kilogramm, die ich schon mit Stolz trage.

Mein Ziel ist nur noch 15 Kilogramm entfernt. Nie hätte ich das vor einem Jahr für möglich gehalten. Das neu gewonnene Lebensgefühl und die neue Lebensqualität sind unbeschreiblich. Das gebe ich nie wieder her!



Meine alte Hose und ich



Resultat

Mein Gewicht
vom 08.05.2013
– **160 Kilogramm**

Mein Gewicht
am 07.05.2014
– **86 Kilogramm**

Jugendliebe

VOM LESE- UND SCHREIBKURS OLDENBURG

Heribert Graf von und zu Protz fährt in seinem eierschalfarbenen Cabrio nach Großkötzing zu seiner Jugendliebe. Gegen den starken Fahrtwind zieht er seine Autofahrerkappe tief über seine abstehenden Ohren. Leider behindert das auch seine Weitsicht.

Derweil wartet Henriette im Wohnzimmer bei einem Waldmeisterlikör auf ihren Liebling. Auf der Terrasse hat sie in der Efeuecke ein Liebesnest hergerichtet.

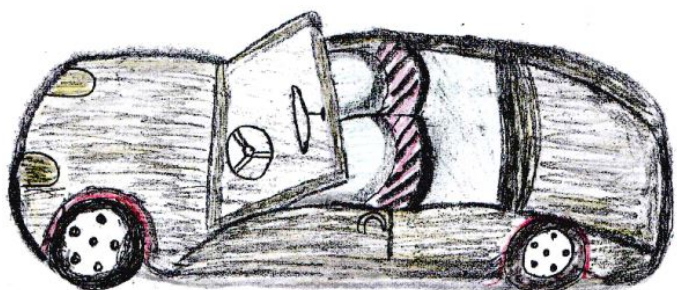
Alles ist vorbereitet, auch das Dinner für den Abend. Zur Vorspeise gibt es Austern und

Henriette wirft schnell einen Blick auf ihren Elfen Spiegel. Der Elfen Spiegel gibt grünes Licht. Henriette bewaffnet sich mit der großen Nietenzange und sprintet zum Eingangsportal. Dort hebt sie das eiserne Tor, an dem die Klinke fehlt, in Windeseile auf.

fallkoffer für alle Fälle. Da könnte sogar ein Ufo landen, Henriette würde die grünen Männchen da raus holen.

Sie öffnet den Riesenkasten, holt den klappbaren Nagelzieher heraus, setzt ihn an der Autotür an und stemmt sich mit voller Körperkraft dagegen.

Heribert ist befreit und küsst seine Henriette stürmisch mitten ins Gesicht.



Singen kann er noch und schmettert gut ge-launt Lieder aus alten Zeiten. Er hat sich vorgenommen, Henriette, seiner Liebsten, ein Ständchen zu bringen. Besonders gut singt er „Hoch auf dem gelben Wagen“ und „Horch was kommt von draußen rein“.

einen trockenen Weißwein, als Hauptgericht Brataal à la Wesermarsch an Röstkartoffeln mit Schalotten-Specksoße, dazu einen köstlichen Rohkostsalat mit kandierten Walnüssen, zum Nach-tisch Variationen von Pistazien- Sahnekirsch-Whiskeyeis und dunkler Mousse au Chocolat an exotischen Früchten.

Sein Muskeltraining hat viel bewirkt. Besonders der Oberschenkelmuskelspanner und das Oberarmtrainingsgerät brachten ihm ungeahnte Kräfte. „Hoffentlich erkennt sie mich noch! Ich sehe ja aus wie Popeye. Aber nun kann ich sie endlich auf Händen tragen.“

Da Heribert am liebsten Bier trinkt, hat Henriette ein Fass Guinness und einige Flaschen französischen Rotwein besorgt. Mit lautem Hupen und quiet-schenden Reifen braust Heribert endlich die Auffahrt des Anwesens herauf.

Und Heribert? Heribert hat ein Problem! Sein Riesenmuskelpaket hindert ihn einen jugendlichen Sprung aus dem Cabrio zu wagen.



Die Versuche, die Fahrtür zu öffnen, scheitern.

Henriette, inzwischen bei ihm, zieht und zerrt, er rüttelt mit aller Muskelkraft. Vergebens! Aber die Herzensdame weiß Rat, schließlich besitzt sie ja den Not-

Erleichtert und vergnügt, die Dame im Arm, schreitet er die Treppe hinauf. Beide betreten die Eingangshalle. Schwungvoll wirft er seine Kopfbedeckung auf die Elchgeweihgarderobe.

weiter auf Seite 5

Jugendliebe

Fortsetzung von Seite 4

Auf den ersten Schrecken genehmigen die beiden Helden sich dann einen kräftigen Schluck Enzianschnaps.

Nach dem ausgiebigen Festmahl zieht Henriette ihren starken Kavaliere in die Liebeslaube. Alles ist vorbereitet. Das Bier, der Wein, Salzstangen

und das Kartenspiel liegen bereit. Wie in alten Zeiten spielen sie das vertraute Uno miteinander.

Die laue Sommernacht auf der Terrasse endet gegen Mitternacht im Schlafzimmer, wo Henriette kichernd unter der Bettdecke wartet. Heribert liest ihr vor, wie damals aus Janoschs Bildergeschichten.

Diese Geschichte ist durch ein Spiel entstanden. Wir haben reihum Karten gezogen.

Auf einer Karte stand immer ein Buchstabe und zum Beispiel die Frage nach einem Gegenstand. Da stand dann „Sportgerät mit O“ oder „Blume mit E“. Dazu fanden wir ein Wort und bildeten einen Satz damit.

Die schwierigsten und „verrücktesten“ Wörter machten am meisten Spaß. Die Sätze ergaben einen Sinn und letztendlich eine Geschichte. Siggie hat gleich noch ein paar Bilder dazu gemalt.

Siggie, Rosi, Harald, Gerhard, Hermann, Hannelore und Gabi

Vampire aus der Pfalz

VON CHRISTINA

Zwei Vampire aus der Pfalz hatten einmal Besuch von ihrem Cousin aus dem Saarland. Alle drei saßen gemütlich auf einer alten Friedhofsmauer, als einer der beiden pfälzer Vampire weg flog. Blutverschmiert kam er zurück. Die anderen fragten: „Wo bist du denn gewesen?“ „Seht ihr da unten die Lichter? Geburtstag, 200 Leute, die habe ich alle ausgesaugt!“, gab er zur Antwort.

Dann flog der zweite pfälzer Vampir weg. Kam blutverschmiert zurück. Die anderen fragten wieder: „Und wo bist du jetzt gewesen?“ „Seht ihr da unten die Lichter? Hochzeit, 250 Leute, die habe ich alle leer gesaugt!“

Jetzt fliegt auch der Vampir aus dem Saarland weg. Auch er

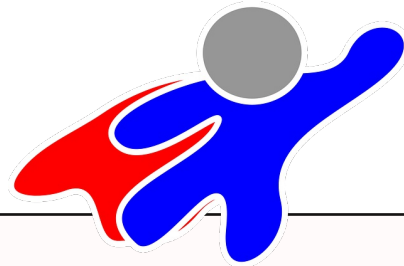


kam blutverschmiert zurück. Die beiden pfälzer Cousins fragten: „Wo kommst du denn her?“ „Habt ihr da unten die hohe Mauer gesehen?“, sagte der saarländische Vampir. „Ja, klar!“, meinten die Cousins aus der Pfalz. „Aber ich nicht!“, jammerte der Vampir aus dem Saarland.

Er sah sehr mitgenommen aus. Er wollte sich auch nicht behandeln lassen. Deshalb hat er sich schnell in eine Fledermaus verwandelt und flog in ein einsames Spukschloss um sich auszuruhen.

Er war kurzsichtig und bekam eine Brille.

Helden im Alltag



Ich engagiere mich für erwachsene Menschen mit einer Lese- und Schreibschwäche. Ich habe eine Selbsthilfegruppe mitgegründet und mache in der Öffentlichkeit auf das Thema aufmerksam. Vor Ort, in der Presse, im Fernsehen oder im Internet zeige ich den Menschen, dass sie nicht allein sind mit ihrem Problem. Es rührt mich zutiefst, wenn ich sehen kann, dass ein Mensch, der noch einmal lesen und schreiben lernt, an Lebensqualität gewinnt und wenn ich einen kleinen Anstoß dazu geben konnte.

Brigitte van der Velde

Am Sonntag beim Frühstückstreff der Linken ist immer eine Frau, die etwas für ein Kinderheim sammelt. Ich bringe ihr immer LKW-Modelle mit und dann sagt sie zu mir: „Du bist mein Held!“ und umarmt mich immer dankbar.

Lars Oeltjendiers

Ich bin ein Held im Alltag. Jeden Tag, den der liebe Gott mich auf diesem Planeten sein lässt, bringe ich Leben in Autos zurück. Die meisten kann ich retten, aber für einige kommt jede Hilfe zu spät. Erst letzte Woche habe ich einen Menschen glücklich gemacht und seinen liebsten Schatz zum Leben erweckt – einen alten VW-Käfer.

Wolle II

Ich habe heute für einen betrunkenen Mann, der kaum auf den Beinen stehen konnte, Schlimmeres verhindert. Wir von der ABC-Selbsthilfegruppe saßen am Fenster und haben den Mann beobachtet. Dann kam eine Passantin und hat dem Mann seinen Handstock wieder zurück gebracht. Der betrunkene Mann konnte wie ein Blitz seinen Hamburger vom Boden aufheben. Er hatte versucht, mit dem Baum zu „kämpfen“. Das sah ganz schön lustig aus. Aber er lief dann über die Straße und war eine Gefahr für den Straßenverkehr. Somit habe ich die Polizei gerufen. Sie haben sich mit dem Mann unterhalten. Dann musste er mit zur Dienststelle fahren. Danach sind wir zum Unterricht gegangen.

Anke W.

Brezelknödel

VON RITA

Die angegebene Menge ergibt ca. 6 Portionen.

Zutaten:

- 6 Brezel (Laugenbrezel, Laugenbrötchen oder Laugenstangen vom Vortag)
- 100 g Zwiebeln, fein gewürfelt
- 50 g Butter
- 200 ml Milch
- 3 Eier
- 1 Bund Petersilie, gehackt
- Salz und Pfeffer
- Muskat

Knödelteig:

- Brezel in kleine Würfel schneiden
- Milch erhitzen und über die Brezel geben
- Eier und Petersilie unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen
- die Zwiebeln anschwitzen und ebenfalls zum Knödelteig geben
- alles etwa 20 - 30 Minuten gut durchziehen lassen,
- nach der Hälfte der Zeit kurz durchrühren

Zubereitung:

Den Teig kann man verschieden weiter verarbeiten. Man kann 6 bis 7 Knödel formen und in kochendem Salzwasser etwa 25 Minuten köcheln lassen. Die Knödel nur noch aus dem Wasser nehmen und heiß servieren.

Oder: Nicht Knödel, sondern eine Wurst aus dem Teig formen und sie wie Serviettenknödel eingerollt in Salzwasser köcheln lassen, bis sie gar ist. Dann in Scheiben schneiden und heiß servieren.

Mein Favorit: Den Teig in Klarsichtfolie einrollen (Wurstform). Ich empfehle den Teig in zwei „Würste“ aufzuteilen. Dann noch in Alufolie wickeln, die matte Seite nach außen, und ca. 30 Minuten im Wasserbad garen. In etwa 2 cm dicke Scheiben schneiden und servieren

Zu Brezelknödel passt gut Sauce Bolognese, Gulasch oder jede andere Art von Braten – immer ein Genuss. Kalt geworden, lassen sie sich am nächsten Tag, in Scheiben geschnitten, in Butter goldbraun anbraten. Oder einfach einfrieren und bei Bedarf wieder auftauen.



Freude-Ecke

Ich freue mich auf
eine schöne
Pfingsttour.
Thomas H.

Ich freue mich,
dass ich wieder
im Kurs bin.
Bärbel

Ich freue mich immer
auf Mittwoch, weil da
der Kurs "Lesen und
Schreiben" ist.
Andreas vom Caritas

Ich freue mich, weil
ich eine Arbeitsstelle
hab.
Frank aus Papenburg

Ich freue mich,
wenn die Sonne
scheint und ich Rad
fahren kann.
Magdalena

Ich freue mich, dass
ich hier in den
Werkstätten beruflich
einen neuen Anfang
machen kann.
Silvia

Heimweh

Von K.H.

Der Frühling ist gekommen. Die Bäume werden grün. Ich vermisse meine Heimat sehr. Damals war mein Land sehr arm. Wir lebten in einem kleinen Dorf in Vietnam. Dort haben wir als Bauern gearbeitet.

Die Arbeit war hart und schwer. Aber in der Natur fand ich Stille und Glück. Jeden Tag war ich mit der Familie, Nachbarn und Freunden zusammen. Das war wunderschön.

Heute lebe ich hier in Deutschland. Das ist ein reiches schönes Land. Da gibt es viele Möglichkeiten für die Menschen. Aber manchmal bin ich traurig und unsicher. Ich fühle mich oft allein, weil ich nicht viele Kontakte habe.

Ich bin oft unglücklich. Ich möchte nicht, dass sich mein Herz verschließt. Schmerz und Traurigkeit möchte ich nicht mehr fühlen. Ich möchte positiv denken, aber es ist schwer.

Kleiner Scotty

Von Katharina

Strolchi war mein erster Hund. Er ist gestorben. Mein neuer Hund heißt Scotty. Wir haben ihn seit ein paar Monaten.

Scotty ist kitzlig an der rechten Hinterpfote. Die beiden Hunde ähneln sich. Als wir Scotty von der Tierpension abgeholt haben, ist er meiner Mutter gleich auf den Schoß gesprungen.

Bei Strolchi ist es auch so gewesen. Neulich ist Scotty mir auf die Nase gesprungen. Sie ist angeschwollen. Er hat das nicht mit Absicht gemacht. Er war aufgedreht.

Ich kann ihm nicht böse sein, weil er noch ein kleiner Welpen ist. Scotty kann schon die Pfote geben. Er ist ein schlaues Kerlchen.



Reiner Durst / pixello.de

WM 2014 entfacht das brasilianische Feuer!



VON ERNST LORENZEN

Die Fußball-WM startet am 12.6.2014 und endet am 13.7.2014. Für Deutschland ist die WM in Brasilien eine große Herausforderung, doch ich glaube, dass wir den Titel holen können.

Die Zeitverschiebung zwischen Brasilien und Deutschland beträgt minus 5 Stunden. Wenn es in Deutschland 18 Uhr ist, wäre es in Rio de Janeiro 13 Uhr. Die beiden WM Spielorte Manaus und Cuiaba liegen in einer anderen Zeitzone und somit muss man 6 Stunden zurück rechnen.

Das Eröffnungsspiel zwischen Brasilien und Kroatien beginnt um 22 Uhr in Deutschland. Hier für euch alle Spiele der Vorrunde für die Deutsche Mannschaft:

- Mo 16.6.2014 um 18 Uhr Deutschland – Portugal
- Sa 21.6.2014 um 21 Uhr Deutschland – Ghana
- Do 26.6.2014 um 18 Uhr Deutschland – USA



Ich wünsche uns eine tolle WM, wunderschöne Spiele und tolle Tore!

Silbenrätsel

In diesem Silbenrätsel sind

10 Wörter zum Thema Garten.

Pflan-	Ro-	-kan-	-sche-
Blu-	Er-	Ra-	-post-
-zen	Bee-	Ra-	-mä-
Kom-	-hau-	-men	-sen
-de	-re	Gieß-	-her
-ne	Har-	-sen	-fen
-topf	-te	-ke	-sen



Leserbriefe



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

Bitte gib mit an, wenn du mit dem Abdruck deines Leserbriefes einverstanden bist.

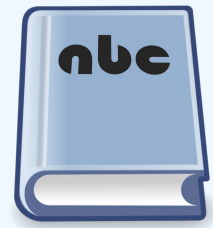
Schreibe: Ihr dürft meinen Brief in der ABC-Zeitung abdrucken.

*Liebes ABC-Team,
die Geschichte der "Verliebte Vampir" wurde mit viel Freude in einigen unserer Kurse gelesen. Eine Kursteilnehmerin wurde dadurch zu einem neuen Text über Vampire inspiriert. Vielleicht können sie ihn ja abdrucken.*

So, nun wünsche ich ein wenig Schmunzeln beim Lesen der Geschichte und verbleibe

mit einem frohen Gruß aus Kirn

Hans Peter Herrmann



A B C

Selbsthilfegruppe

Oldenburg

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

Das nächste Treffen ist am 2. Juni 2014

Einfach vorbeikommen!

www.alogos.de

Wortblind?



Wortblind heißt eine neue Selbsthilfegruppe in Lüneburg. Wir sind neun Leute. Wir haben uns in der VHS REGION Lüneburg kennengelernt. Dort treffen wir uns, weil wir wortblind sind.

Jetzt fragst du, was das ist? Ganz einfach: Wir konnten nicht richtig lesen und schreiben. Nun packen wir es an und helfen uns selbst.

Seit Januar 2014 treffen wir uns jeden zweiten Mittwoch im Monat um 19 Uhr in der VHS Region Lüneburg.

Wer mag, kann vorbeischauen oder uns schreiben:

wortblind@vhs-lueneburg.de

von Uwe, Jutta und Klaus

Lesen und Schreiben
für Erwachsene



Alfa-Telefon

08 00 - 53 33 44 55

**Die nächste
Ausgabe erscheint
Mitte Juli**

Vi.S.d.P.:

Achim Scholz, VHS Oldenburg, Karlstraße 25,

26123 Oldenburg, Telefon: 0441/9239153

scholz@abc-projekt.de www.abc-projekt.de

© 2014 ABC-Projekt **ISSN 2195-4437**