XXX
Die ABC-Zeitung

In dieser Ausgabe

95.000 Kilometer / Meine Heimat - Seite 1
Weltalphatag / Infostand / Wie geht es weiter? - Seite 2
Schwimmbad / Sommerfest / ALFA-Mobil / Wahl - Seite 3-4
Familientreffen / Meine Arbeit / Rubrik - Seite 5
Mein Held / Meine Woche / Hunde / Abhang - Seite 6
Besonder Honig / Arbeit in der Küche / Rezept - Seite 7
Themenseite "Mein Geburtstag" - Seite 8
Gesund bleiben / Rätsel / Leserbriefe / Infos - Seite 9-10

Texte von Lernenden aus Lese- und Schreibkursen *Ausgabe 68* *15. Oktober 2021*

95.000 KILOMETER

Von Bärbel Kitzing



Seit 2005 gehe ich zur Volkshochschule in den Lese- und Schreibkurs bei Achim.

In diesen letzten 16 Jahren bin ich insgesamt ungefähr 95.000 Kilometer von Ahlhorn, wo ich wohne, bis nach Oldenburg zur VHS gefahren. Jedes Mal sind das 60 km, 30 km hin und 30 km zurück.

Normalerweise fahre ich zweimal die Woche zum Abendkurs nach Oldenburg, aber manchmal fahre ich auch dreimal.

Seit 10 Jahren bin ich schon in der ABC-Selbsthilfegruppe und da machen wir manchmal Aktionen in Oldenburg.

Wir haben mal im Kurs ausgerechnet, wie viel Geld ich in diesen letzten 16 Jahren fürs Tanken verbraucht habe. Ich habe 6.700 Liter Super getankt. Dafür habe ich 9.500 Euro bezahlt.

Das ist 2 ½ mal so viel, wie ich für die Kursgebühren bezahlt habe. Die Kurse haben mich bisher 3.700 Euro gekostet. Also habe ich insgesamt über 13.000 Euro für mein Lernen ausgegeben. Die Parkgebühren sind noch nicht dabei.

Meine Heimat





Von Irina

Ich wurde in Moldawien geboren. Das ist ein kleines Land mit viel grüner Natur. Es ist sehr schön. In meiner Heimat liebe ich alles: die Erde, die Steine und den Fluss.

Ich bin für ein besseres Leben nach Deutschland gekommen. In Moldawien herrscht große Armut.

Ich musste auswandern, um meinem Kind eine bessere Zukunft zu ermöglichen.

Jetzt bin ich seit einem Jahr in Deutschland und habe angefangen, dieses Land wie meins zu lieben.

KONTAKT

Ihr findet uns auf

www.abc-zeitung.de

Schreibt uns unter:

post@abc-zeitung.de

Infostand in der Innenstadt

Von Hermann Fickenfrers

Am 8. September war die ABC-Selbsthilfegruppe zum ersten Mal nach einem Jahr in der Oldenburger Innenstadt. Zum Weltalphatag durften wir einen Info-Stand aufstellen. Wir hatten Flyer, die ABC-Zeitung und anderes Material dabei.

Mit den Passanten haben wir nette Gespräche geführt. Sogar Personen aus Karlsruhe, Freiburg und Bremerhaven waren am Stand.

In der Nähe hatte eine große Buchhandlung unsere Flyer und Plakate, den



Lebenslauf von Ernst und einen Laptop mit Filmen zur Alphabetisierung im Schaufenster. Dafür hat sich die ABC-Selbsthilfegruppe bedankt.

Weltalphatag

Von Bärbel Kitzing

Die ABC-Selbsthilfegruppe Oldenburg hatte am 8. September zum Weltalphatag wieder einen Infostand in der Innenstadt.

Drei Mitglieder der Gruppe standen mit Achim Scholz und Nadine Engel drei Stunden in der Bergstraße/Ecke Nikolaigang. Am Stand gab es Flyer, die ABC-Zeitung und andere Materialien. Und Gespräche haben wir auch geführt.

Dann haben wir noch eine Frau gefragt, ob sie ein Foto von uns am Stand machen könnte. Es war ein schöner Nachmittag.



Wie soll es weitergehen?

Von Ernst Lorenzen

Hallo zusammen, mein Name ist Ernst Lorenzen und ich leite die ABC-Selbsthilfegruppe Oldenburg seit über 10 Jahren.

Wir haben in dieser Zeit viele Dinge angeschoben und immer wieder auf das Problem hingewiesen, dass in Deutschland 6,2 Millionen Menschen nicht gut lesen und schreiben können.

Mit unserem Info-Stand gehen wir immer wieder in die Öffentlichkeit und reden mit den Menschen über das große Problem mit der Schrift.

Doch dann kam Corona und alles brach zusammen. Über 17 Monate ist nicht eine Person zu uns in die Selbsthilfegruppe gekommen.

Und auch das Telefon blieb stumm. Wie soll das bloß weitergehen? Das war und ist unsere größte Sorge.

Zum Weltalphatag am 8.09.2021 waren wir das erste Mal wieder mit unserem Info-Stand in der Oldenburger Innenstadt.

Mit einigen Personen sind wir ins Gespräch gekommen. Doch das war nicht genug. Wir müssen viel mehr auffallen.

Also brauchen wir ein Banner über unserem Info-Stand, so 3 Meter lang.

Und ein Mikrofon mit einer kleinen Lautsprecheranlage, damit wir uns besser bemerkbar machen können.

Zwischendurch könnten wir leise Musik anmachen. Das bringt auch Aufmerksamkeit.

Was haltet ihr von dieser Idee?

Besuch im Schwimmbad

Von Monika

Ich war mit meiner Tochter und mit meinem Enkelkind im Schwimmbad. Da war er noch klein, erst zwei Jahre alt.

Dort haben wir gespielt und im Wasser geplantscht. Er hat versucht zu tauchen. Das hat nicht so ganz geklappt. Er hatte ja Schwimmflügel um.

Wir waren eine halbe Stunde im Schwimmbad. Dort haben wir auch gegessen und getrunken - Pommes und Cola.

Danach haben wir noch ein bisschen gebadet und dann sind wir raus aus dem Wasser.

Dann sind wir duschen gegangen. Der Kleine wollte nicht duschen, weil er Angst hatte.

Dann sind wir in die Kabine und haben uns angezogen. Danach sind wir nach Hause gefahren.



Es war wunderschön und nun waren wir sehr müde.

Unser Sommerfest

Von Bärbel Kitzing

Die ABC-Selbsthilfegruppe hatte wie jedes Jahr zum Sommerfest eingeladen.

Es kamen 20 Lerner und 6 aus dem Lehrer-Team, davon waren zwei schon im Ruhestand. Auch eine neue Lehrerin war mit dabei.

Nadine Engel hat eine Ansprache gehalten und dann haben wir für Achim ein Lied gesungen.

Er erhielt auch noch ein paar Geschenke, weil er in den Ruhestand gegangen ist.



Hermann und Bärbel haben den Grill angemacht und Bratwürstchen gegrillt.

Alle haben einen Salat oder eine Süßspeise mitgebracht.

Wir konnten draußen an Tischen und Bänken sitzen. Es war ein schöner Abend.

Mit dem ALFA-Mobil durch die Corona-Zeit

Von Jutta

Im Juni fand eine online-Schulung mit dem ALFA-Mobil statt. Das Thema war: Sensibilisierung im Umgang mit Menschen, die eine Lese- und Schreibschwäche haben.

Es waren 14 Teilnehmer von verschiedenen Organisationen dabei:

- Diakonie Saarland
- Bildungswerk der Bayrischen Wirtschaft
- Deutsches Rotes Kreuz
- Stadtbibliothek Offenbach
- Studenten von der Uni Bamberg
- VHS Offenbach,
- Internationaler Bund

Sabine und ich von der Selbsthilfegruppe Wortblind aus Lüneburg nahmen als Betroffene teil. Die Leitung hatte Susann Günther vom ALFA-Mobil aus Berlin.

Sie stellte mit einer super Power-Point-Präsentation die LEO-Level-One Studie in Leichter Sprache vor. Viele Menschen sind von einer Lese- und Schreibschwäche betroffen.

In Deutschland sind es 6,2 Millionen. Viele der Teilnehmer haben von ihren Kontakten mit Betroffenen berichtet. Sie haben an uns viele Fragen gestellt, zum Beispiel: Wie erkennt man Betroffene oder wie spreche ich sie an?

Sabine und ich konnten gute Hinweise geben. Susann hat super durch die Schulung geführt und alles im Blick behalten.

Wir hatten schon viele online–Treffen, aber diese zweieinhalb Stunden vergingen wie im Fluge, da alle Teilnehmer so großes Interesse zeigten.



Das erste Mal

Von Monika

Am Sonntag bin ich zu Wahl gegangen. Zum ersten Mal in meinem Leben. Bisher habe ich mich nicht getraut. Jetzt kann ich besser lesen.

Das Wahllokal war in einer Schule. Da bin ich alleine hingegangen und habe meine Stimme abgegeben. Ich war stolz auf mich, dass ich das geschafft habe.

Ich wünsche mir, dass mein Enkel und meine Enkelin auch später zur Wahl gehen. Jetzt sind sie noch zu klein.

Die Wahl



Von Erfurter Puffbohnen

Am Sonntag war die Bundestagswahl.

Ich war wählen gewesen.

Ich habe die AFD gewählt.

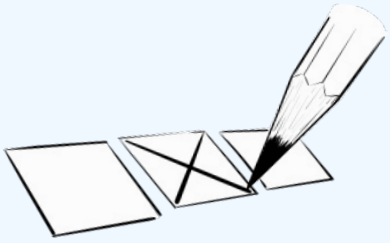
Ich war mit meiner kleinen Tochter wählen.

Am Abend habe ich die Ergebnisse erfahren.

Um 18 Uhr waren die Ergebnisse da: Das war gut.

Die SPD hat die meisten Stimmen bekommen.

Die Grünen haben auch viele Stimmen gehabt.





Familientreffen

Von Aster

Ich möchte gern im Herbst nach Ägypten fliegen,
weil in Ägypten wohnt mein Bruder.
Und meine Eltern würden auch kommen.
Ich bin sehr froh, wenn wir unsere Eltern wiedersehen können.
Seit sieben Jahren habe ich sie nicht gesehen.
Mein Sohn kennt nicht Opa und Oma, deswegen freut er sich auch darauf.

Meine Arbeit

Von Timo

Ich habe Teile für Vogelhäuser mit der Formatkreissäge gesägt.
Ich habe das für 400 Vogelhäuser gemacht.
Das hat mir Spaß gemacht.
Ich arbeite fast täglich bis 16 Uhr.
Oft machen wir Parkett.
Das ist langweilig für mich.
Am liebsten arbeite ich mit der Kantenfrontfräse.



Freude-Ecke

Ich freue mich, dass wir nach der Corona-Zeit wieder im Kurs sind.
Hermann

Ich freue mich: Es ist OLA-Markt in Oldenburg.
Thomas

Ich freue mich: Das Wetter ist noch sehr schön.
Helga

Ich freue mich, dass wir den Computer-kurs weiter machen können.
Bärbel

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

Meckerecke

Ich ärgere mich über die Kassenbons.
Klaus

Ich ärgere mich: Es ist OLA-Markt in Oldenburg.
T.

Ich ärgere mich über sehr starken Regen in Oldenburg.
T.

Manche sabbeln im Kurs viel dazwischen.
Andreas Heise

Mein Held

Von Jonathan Obazzee

Ich gehe gerne mit Freunden raus. Ich schaue Videos gerne am PC auf YouTube und ich gucke gerne Filme im Fernsehen.

Ich mag gerne Jackie Chan. Er ist lustig und sportlich und er macht die besten Filme der Welt.

Alle seine Filme sind lustig und auch alle Actionfilme von ihm sind lustig.



Foto: © Eva Rinaldi | wikimedia commons | cc-by-sa-2.0

Meine Woche

Von Na

Am Montag war ich von 8.30 bis 12.00 Uhr in der Schule.
Am Nachmittag habe ich Kleidung gekauft,
eine Hose und einen Pullover.

Am Dienstag habe ich von 6.00 bis 13.30 Uhr gearbeitet.
Nachmittags war ich zu Hause sehr müde und habe geschlafen.

Am Mittwoch hatte ich einen Termin beim Arzt.
Danach war ich in der Apotheke und habe Medikamente bestellt.
Am Nachmittag habe ich meine Freundin besucht.

Am Donnerstag habe ich die Wohnung sauber gemacht.
Nachmittags habe ich einen Kuchen gebacken.
Am Abend war ich mit meiner Kollegin essen.

Am Freitag war ich zu Hause und habe Schreiben geübt.
Nachmittags war ich im Supermarkt einkaufen,
denn mein Kühlschrank war leer.
Ich habe Gemüse, Reis und Wasser gekauft.

Am Samstag habe ich um 5.30 Uhr meinen Kollegen abgeholt.
Abends habe ich Thai gekocht.

Den Sonntag habe ich im Sonnenschein genossen.
Nachmittags habe ich ein leckeres Eis gegessen.
Am Abend habe ich Musik gehört.

Hunde

Von Yanbasan

Wir haben 2 Hunde, einen Pitbull Dalmatiner und eine amerikanische Bulldogge. Sie ist ein Pitbull Mischling.

Sie heißen Amy und Stella. Einer ist 8 Jahre alt und der andere 6 Jahre alt.

Stella ist eher ruhig und schläft viel. Amy mag es viel zu spielen.

Mit Amy kann ich stundenlang im Garten spielen.

Beide mögen keine anderen Hunde. Immer wenn wir Gassi gehen und uns ein anderer Hund entgegen kommt, müssen wir ausweichen, weil sonst unsere Hunde den anderen Hund beißen würden.

Abhang

von Jochen aus Aachen

Dunkel am Abhang
Anfang vom Abhang
Andenken vom Abhang
Ängstlich am Abhang
Bedanken am Abhang
Wegbringen vom Abhang
Es ist anstrengend am Abhang.

Ein besonderer Honig

Von Murad Saido Qolo

Ich esse gern Honig.

Ich esse am liebsten Honig aus Kurdistan.

Mein Schwager ist in den Irak geflogen

und er hat Honig mitgebracht.

Der Honig riecht nach Blumen.

Er ist sehr stark

und schmeckt sehr lecker.



Arbeit in der Küche

Von Thomas

Ich gehe jede zweite Woche zur Arbeit.

Ich habe Schichtarbeit wegen Corona.

Das geht noch so bis September.



Ich arbeite in der Küche.

Ich putze Waschbecken.

Ich hole den Geschirrwagen

und schiebe ihn in die Küche.

Ich tue die Essensreste in den Müll.

Ich trockne auch das saubere Geschirr ab.

Mir gefällt meine Arbeit.

Reis-Salat

Von Carline Louissaint

Zutaten:

- 500 g Reis
- 3 Tomaten
- 3 Möhren
- 1 Paprika
- 1 Zwiebel
- 1 kleine Dose Mais
- 1 kleine Dose Erbsen
- Olivenöl
- Salz, und Pfeffer



Symbolbild

Zubereitung:

Ich koche Reis.
Ich schneide Tomaten, Paprika und Zwiebeln klein.
Ich raspele Möhren.
Ich mische alles in der Schüssel.
Ich mache Olivenöl, Salz und Pfeffer dran.
Fertig.



Mein Geburtstag



Ich feiere nicht viel an meinem Geburtstag, nur ein bisschen mit meinen Kindern. Ich backe einen traditionellen Kuchen und mache Kaffee dazu. Wir hören auch Musik.

Ich habe jedes Jahr ein Geschenk von meiner Familienhilfe bekommen. Sie sind so nett wie meine Eltern. So sieht mein Geburtstag aus. Aber dieses Jahr habe ich meinen Geburtstag vergessen, weil ich krank war.

Aster

Wenn ich reich bin, sieht mein Geburtstag so aus:

Ich lade meine Freunde und Freundinnen ein. Ich mache eine große Party in meinem großen Haus. Ich mache meine Musik an. Die Musik habe ich selber gemacht. Ich bin Musiker.

Wir trinken und ich packe meine Geschenke aus und dann puste ich die Kerze aus. Meinen Wunsch behalte ich für mich. Und dann geht die Party richtig los.

Jonathan Obazzee

Ich bin Na, ich habe Geburtstag.
Ich möchte gern eine Party machen.
Ich habe meine Freunde eingeladen.
Sie organisieren meine Party.
Sie haben immer gute Ideen.

Wir haben Cola, Bier, Wasser, Saft,
Kuchen mit Kerze und Kaffee.
Ich möchte gern eine Party im Garten machen. Wir wollen Musik hören, tanzen, singen und Gitarre spielen.

Zum Geburtstag habe ich auch Geschenke bekommen.
Zum Beispiel eine schöne Karte, Blumen und Schokolade.

Ich bin sehr glücklich, aber leider älter geworden. Ha, ha, das ist normal.

Na



Was machst du, um gesund zu bleiben?

Von Simone H. aus Dresden

Machst du Sport?

Nein, ich mache keinen Sport.
Ich versuche aber jeden Tag 8000 Schritte zu gehen.

Mit meinen Kindern und Enkelkindern gehe ich am Wochenende spazieren.

Außerdem habe ich einen Garten, in dem es immer etwas zu tun gibt.

Wenn mein Fahrrad wieder ganz ist, werde ich wieder öfter mit dem Rad fahren.



Was isst du gerne?

Ich esse gerne Tomaten- Mozzarella- Salat oder kalte Gurkensuppe.

Frische Kräuter im Essen sind immer lecker.

Meine Mutter und ich haben uns auch über Wild-Kräuter kundig gemacht und unsere ersten Salate zubereitet. Das war lecker.

Ich verzichte auch auf Fleisch und Wurst und Süßes mag ich sowieso nicht.



Suchrätsel



Erstellt von Jonathan Obazee

Suche 10 Wörter zum Thema „Halloween“

FSGHZUWETKINDERGFHJUIESRTBFMAHJKA
HOGFELFLIGHBONBONSOPFJPWFLPFVJGFB
DEZUODZFFZGFGFFJFVGFSÜßIGKEITENFVJ
ITBGPBUHFVFDLEJKBVERKLEIDUNGUIOGGF
HFDCFDFUDEBDJBBDFKOSTÜMEZRTHFJVFK
FFUZPOEZGFCUSVUGGVAMPIREFJFDFCFDD
IZDOIERTHBCKKUTDKKXJTJGDKÜRBISOÜFO
CVZIÄÜUFHJKDFGDJDHGDIHEXENFJGGÄÖEI
VUEHPOEBCZPEOFNHFKLFZOMBIESODBSKJ
BVHÖPVMASKENIFPHPIJHHRÜJNRÜOJHRÖM



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.

Sehr geehrtes ABC-Team,

danke für die viele und gute Arbeit mit der XXX-Zeitung und die Berichte über Erfahrungen mit der "Corona-Zeit".
Bei uns ist die direkte Arbeit leider noch lahm gelegt und wir können erst mit dem neuen Semester wieder beginnen.
Dafür wird eine neue Gruppe von der Lebenshilfe in Leer ihre Kompetenzen im Lesen und Schreiben erweitern.
Ich bin gespannt und werde weiter anregen, Texte auch für Ihre Zeitung zu schreiben.

Freundliche Grüße aus dem Rheiderland von Theresia Sommer

Hallo! Ich lese die ABC-Zeitung schon lange und finde sie klasse!
Seit Beginn der Corona-Zeit mache ich Sport auf der Terrasse.
Ich lasse mir die Übungen auf YouTube vorturnen und seit einer Woche übe ich auch Hula Hoop. Das macht echt Laune!

Ich esse gerne Obst und Gemüse, Fisch und Joghurt, seit 10 Jahren kein Fleisch mehr.

Lieben Gruß
Sonja

Liebes ABC-Team:

Danke für die neue Ausgabe eurer Zeitung! Ich habe auch dieses Mal die Texte gerne gelesen.
Besonders gefreut habe ich mich über das lockere Layout. Es ist gut gestaltet und lädt zum Lesen ein.

Danke!
Prof. Dr. Hans Brügelmann aus Bremen

Beluga
Jetzt auch als App!
www.beluga-lernsoftware.de
abc www.abc-projekt.de
RGZ Regionale Grundbildungszentre 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.

abc-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.

Die Treffen sind vorläufig ausgesetzt

www.abc-selbsthilfegruppe.de

vhs oldenburg

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 Januar