XXX
Die ABC-Zeitung

In dieser Ausgabe

ALFA-Mobil Medientraining / Selbsthilfe tut gut - Seite 1
Aktion mit dem ALFA-Mobil - Seite 2
Lerner-Tag 2024 / Der Unfall - Seite 3
SHG Wortblind in Schweden – Teil 1 - Seite 4-5
Ein ganzes Leben / Mein Hobby - Seite 6
Ich bin glücklich / Mila wird groß / Hotel / Rätsel - Seite 7-8
Überraschung / Mein Schwimmkurs / Rubrik - Seite 9
Leserbriefe / Infos - Seite 10

*Texte von Lernenden aus Lese- und Schreibkursen* *Ausgabe 82* *13. September 2024*

# ALFA–MOBIL MEDIENTRAINING

Von Tina von Wortblind aus Lüneburg



Am 12. Juli sind Uwe, Manni und ich von der Wortblindgruppe VHS REGION Lüneburg zum ALFA-Mobil- Medientraining gefahren.

Die Hinfahrt verlief gut und schnell. Als wir in Rheine ankamen, gab es erstmal Kaffee und Kuchen. Dann begannen wir mit der Begrüßung.

Ich war sehr aufgeregt, da sehr viele Lernende und Dozenten der Einladung gefolgt waren.

Wir haben ein Kennlernspiel gemacht und in der Runde haben wir unsere Erwartungen fürs Wochenende gesagt. Dazu gab es Fragen und die Antworten wurden auf ein Plakat geschrieben. Später hatten wir Freizeit. Da konnten wir uns mit den anderen 23 Lernenden schon mal austauschen.

Einige kannte ich von anderen Treffen. Am nächsten Tag gab es Informationen von den Dozenten zum ALFA-Mobil. Es gibt Sorge, dass das ALFA-Mobil nicht mehr finanziert werden kann.

*weiter auf Seite 2*

# Selbsthilfe tut gut

Von Teilnehmenden aus Achims Kurs

Am 14. Juni fand der Selbsthilfetag im Beratungszentrum statt.

Wir von der ABC-Selbsthilfegruppe waren auch mit unserem Info-Stand in einem Raum im 1. Stock. So waren wir vor Regen geschützt.

Es gab Kaffee und Kuchen und viele Sitzmöglichkeiten. Dadurch kam man leicht ins Gespräch. Einige kannten auch Menschen, die Probleme mit dem Lesen und Schreiben haben.

Die fünf Stunden vergingen wie im Flug.

## KONTAKT

**Ihr findet uns auf**

www.abc-zeitung.de

**Schreibt uns unter:**

post@abc-zeitung.de

# ALFA-Mobil Medientraining

*Fortsetzung von Seite 1*

Aber das Team bleibt trotzdem optimistisch, dass es eine Finanzierung gibt.

Dann wurde in zwei Gruppen gearbeitet. Manni und Uwe waren in der „Medien- und Presse-Gruppe“.

Dort fand ein Austausch über ihre Erfahrungen mit der Presse und den Medien statt.

Leider war ich nicht in der Gruppe. Schade!

Ich war in der Gruppe, wo es um "Lampenfieber und Körpersprache am Stand" ging.

Beide Gruppen haben ihre Ergebnisse auf Plakate geschrieben.

Es gab dann Einblicke in die Wissenschaft der LEO-Studie von 2018.

Ich habe das nicht richtig verstanden. Mathe ist nicht meine Stärke und Prozentrechnung schon gar nicht.

Zwischendurch war Pause mit Kaffee und Kuchen.

Die Themen waren alle sehr aufschlussreich. Ich konnte viele Erkenntnisse mit nach Hause nehmen.

Für mich war das ein aufregendes und lehrreiches Wochenende.

In der nächsten Wortblindsitzung werde ich davon auch erzählen.

# Aktion mit dem ALFA-Mobil

Von Teilnehmenden aus Achims Kurs

Wie jedes Jahr hatte die ABC-Selbsthilfegruppe Oldenburg mit dem ALFA-Mobil vom Bundesverband Alphabetisierung und Grundbildung einen Info-Stand in der Innenstadt.

Wir waren am 12. Juni mit 6 Personen am Stand auf dem riesigen Schlossplatz. Es gab viel Regen und Sturm.

Der Platz war nicht gut. Wegen des schlechten Wetters blieben nicht viele Leute stehen.

Aber wir haben uns nicht unterkriegen lassen und hatten Spaß zusammen.




*Bild: © ALFA-Mobil*

Eine Lehrerin mit ihrer Schulklasse hatte Fragen an uns. Sie nahm Info-Material mit. Eine Reisegruppe haben wir auch mit Flyern versorgt. Nach drei Stunden haben wir zwischen zwei Regenschauern schnell den Stand abgebaut. Dann haben wir in der VHS bei Kaffee und Kuchen noch zusammen über die Aktion geredet.

# Lerner-Tag 2024

Von der ABC-Selbsthilfegruppe Oldenburg




Wir von der ABC-Selbsthilfegruppe Oldenburg sind am 24. August zum Lerner-Tag nach Hannover gefahren. In der VHS trafen wir die Mitglieder der Selbsthilfegruppen Wortblind aus Lüneburg und der ABC-Selbsthilfegruppe Hannover. Wir waren 19 Lernende und Lernbegleiter.

Nach einem herzlichen Empfang gab es belegte Brötchen und Getränke. Im Raum war es sehr warm. Erst gab es eine Vorstellungsrunde.

Dann haben wir Fotos von unseren Projekten gezeigt und darüber erzählt. Die anderen haben von ihren Aktionen erzählt.

Nach einem Mittagsimbiss haben wir einen Spaziergang an der Leine gemacht. Das war sehr schön. Besonders das Wellenreiten auf dem Fluss fanden wir gut.

Am Nachmittag haben wir darüber diskutiert, was Lernende in der Grundbildung brauchen. Zu diesem Thema gibt es am 11. September einen Workshop. Er wird von den drei Selbsthilfegruppen und Achim Scholz durchgeführt.

In der Abschlussrunde hat jeder gesagt, was gut war am Lerner-Tag. Marion aus Oldenburg war zum ersten Mal in Hannover. Sie hat sich gefreut, dass wir vom Bahnhof abgeholt wurden und eine kleine Stadtführung bekommen haben. Am Ende sind wir alle wieder gut in Oldenburg angekommen.

# Der Unfall

Von Patricia Lopez Esquive

Letzten Dienstag habe ich mich mit einer Freundin in der Stadt getroffen und wir haben einen Kaffee getrunken.

Danach bin ich in den Bus gestiegen, um nach Hause zu fahren. Der Bus ist losgefahren, alles war gut. Aber dann hatte der Bus am Schlossplatz einen Unfall. Er ist mit einem Auto zusammengestoßen.

Ich bin auf den Boden gefallen und habe mir den Kopf angeschlagen.

Eine andere Frau hatte eine Wunde an der Stirn. Ein junger Mann hat den Krankenwagen gerufen.

Nach kurzer Zeit war der Krankenwagen da. Ich wurde untersucht, aber es war nicht so schlimm.

Die andere Frau wurde ins Krankenhaus mitgenommen. Ich hatte einige Tage Kopfschmerzen und Übelkeit.

Deshalb bin am Donnerstag zum Arzt gegangen. Aber jetzt geht es mir wieder gut.

# SHG Wortblind in Schweden – Teil 1

Vom 01.-07. Juli 2024 sind wir, die SHG Wortblind: Jutta, Diana, Sabine, Gaby, Uwe und ich nach Schweden gefahren. Es waren ein An- und ein Abreisetag und drei Tage volles Programm in Göteborg.



Das kam so: Als im Sommer 2023 von Julia Fariz von der AEWB Hannover der Vorschlag kam, man könnte mit dem ERASMUS+ Programm eine Auslandsreise innerhalb Europas machen, waren wir sofort dafür. Nach einigen Diskussionen haben wir uns für Schweden entschieden.

Julia F. hatte eine Menge Formulare und Anträge auszufüllen, doch dann kam endlich die Zusage, dass das ERASMUS+ Programm sämtliche Kosten übernimmt.

Unsere Schwedenreise war ein tolles Erlebnis. Wir haben Schweden von einer ganz anderen Seite aus erlebt und nette Menschen kennen gelernt.

Ein großes Dankeschön für die viele Arbeit. Und an alle, die uns diese Reise ermöglicht haben: an das ERASMUS+ Programm, an Julia für die aufwendige Vorbereitung und Organisation, an Saskia für Übersetzungen und für das Fotografieren und an Gaby für ihre Begleitung und Unterstützung.

*Klaus*

**1. Tag**

Es war eine schöne Zugfahrt mit kleinen Hindernissen. Die Reise war schon interessant für mich. Es war das erste Mal, dass ich mit dem Zug in Dänemark und in Schweden war.

Unser Zug musste in Dänemark stehen bleiben, weil die Bremsen kaputt waren und der Zug nicht mehr weiterfahren konnte. Also, umsteigen in einen anderen Zug, der auch sehr schnell bereit stand.

Zwei Stunden später als wir wollten, kamen wir in Göteborg an. Aber das war nicht so schlimm. Julia und Saskia Meyer (AEWB) holten uns vom Bahnhof ab und dann haben wir unser Hotel bezogen.

Es war ein großes Haus und lag ganz idyllisch am Hafen. Jeder hatte sein eigenes kleines Appartement.

Wir haben uns dann doch ziemlich schnell alle zurückgezogen, weil wir erledigt waren. Na ja, 12 Stunden mit dem Zug ist ja auch nicht so einfach, aber trotzdem war es schön gewesen.

*Uwe*

**2. Tag**

**Stadtführung durch Göteburg**

Am Dienstagmorgen trafen wir uns mit Stadtführer Jan. Er zeigte uns einen Teil von Göteborg mit seiner wunderschönen Architektur, neue und alte Gebäude.

Er erzählte uns aus der Geschichte der Stadt mit seinen vielen Kriegen gegen Dänemark.

*weiter auf Seite 5*

*Fortsetzung von Seite 4*

Jan konnte gut erzählen und hob die berühmten Menschen von Göteborg und ihre Sehenswürdigkeiten hervor.

Eine Berühmtheit war z.B. der Erfinder des Kugellagers, Sven Gustaf Wingquist. Die Hasselblad Kamera und Volvo wurden auch genannt. Der größte Hafen Schwedens ist in Göteborg.

Unterwegs sahen wir Bauzäune, die wunderschön mit historischen Motiven und nicht mit Graffiti verziert waren.

Die Stadt legt großen Wert auf Nachhaltigkeit. Wo immer es möglich ist, wurden Blumen gepflanzt, was nicht nur den Insekten gut tut, sondern auch den Menschen.

Die Stadt verfügt über ein gutes Netz an öffentlichen Verkehrsmitteln mit Straßenbahnen und Bussen. Daher gibt es nur sehr wenige Autos.

Unterwegs machten wir eine kurze Pause in der Altstadt (die Haga) in einem Café, wo wir den berühmten Riesenkuchen, die Kanelbulle, kauften. Sie schmeckte fantastisch. In Schweden wird sie gern zur Kaffeepause (die Fika) gegessen.

*Diana*

**Besuch der Stadtbibliothek**

Eine Stadtbücherei mit unendlichen Möglichkeiten, das ist die Stadtbücherei Göteborg.

Als ich das Gebäude der Stadtbücherei das erste Mal gesehen habe, bekam ich große Augen: 4 Stockwerke, wow!

Aber was dahinter steckte, sollte ich erst in der Bücherei sehen. Man kann hier nicht nur Bücher ausleihen, sondern hier gibt es auch unendliche Möglichkeiten zu lernen.

In verschiedenen Bereichen kann man Sprachen lernen, lesen und schreiben, musizieren, nähen, Kunst genießen und noch vieles mehr.




Besonders begeistert hat mich die Nähstube. Hier kann man eine Nähmaschine reservieren und für sich etwas nähen.

Mit gespendeten und nachhaltig gefertigten Stoffen wird hier auch für wohltätige Zwecke etwas gefertigt.

Die Bücherei und all die Unterstützung, die man hier bekommt, sind unentgeltlich.

*Sabine*

*Fortsetzung folgt*

Lesen und Schreiben für Erwachsene

Alfa-Telefon
0800-53 33 44 55



# Ein ganzes Leben

Von Teilnehmenden aus Achims Kurs

Im Abendkurs bei Achim haben wir das Buch „Ein ganzes Leben“ gelesen. Der Roman erzählt die Lebensgeschichte von Andreas Egger.

Schon mit 4 Jahren wird er Waise und von einem Onkel in ein Bergdorf in den Alpen aufgenommen. Hier bekommt er keine Liebe, sondern nur Schläge.

Er wird ein ruhiger und kräftiger Mann. Sein Leben ist sehr hart. Er arbeitet bei einer Firma, die eine Seilbahn in den Bergen baut.

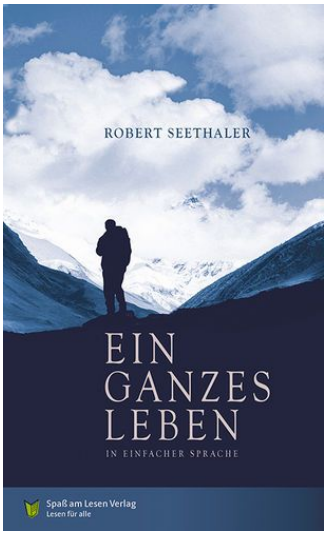
Seine glücklichste Zeit beginnt, als er Marie kennenlernt und heiratet. Aber das Glück ist nur von kurzer Dauer.

Der Roman wurde von Robert Seethaler geschrieben. Einige von uns haben ihn vor zwei Jahren bei der Buchmesse in Leipzig gesehen. Dort hat er aus seinem neuen Buch vorgelesen.

Das Buch ist in einfacher Sprache im Spaß am Lesen Verlag erschienen. Es hat 117 Seiten und eine Wörter-Liste. Sie hilft, unbekannte Wörter zu verstehen.

Der Roman ist gut zu lesen. Wir fanden ihn interessant, spannend und auch traurig. Er gibt einen Einblick in das Leben in einem Bergdorf vor 100 Jahren. Und in die Veränderungen nach dem Zweiten Weltkrieg.

Es war für Andreas Egger ein schweres Leben. So wollten wir nicht leben müssen. Aber Schläge haben wir als Kinder fast alle bekommen. Wir sind froh, dass es uns heute gut geht. Einige von uns haben auch schon den Film zum Buch gesehen.




Das Buch gibt es hier:

# Mein Hobby

Von Bärbel Kitzing

Ich mache seit kurzem Bilder aus kleinen Perlen und Diamanten. Dabei entspanne ich mich gerne. Ich habe schon zehn Bilder fertig. Das sind Bilder mit Tieren und Landschaften.

Manchmal sitze ich eine Woche daran. Es sind auch schon mal drei Wochen gewesen. Seit einer Woche mache ich ein Bild für meine Tochter. Das wird ein amerikanischer LKW. Mir macht das Spaß.



# Ich bin glücklich



…wenn ich Musik höre.
…wenn ich koche oder Besuch bekomme.
…wenn ich Zeit für mich habe und entspannen kann.
Auch schwimmen und der Deutschkurs machen mich glücklich.

*Bridget*

Ich bin glücklich, wenn ich mit meinen Freunden raus gehe.
Ich bin glücklich, dass ich wieder zum Fitness-Studio gehe und Sport mache.
Ich bin glücklich, dass es bald wieder wärmer wird.
Ich bin dann viel unterwegs mit meinen Freunden.

*H.*



Ich bin glücklich, wenn ich shoppen gehe.
Ich bin glücklich, wenn ich mit meiner Familie in den Urlaub fahre.
Ich bin glücklich, wenn ich Musik höre.
Ich bin zufrieden, wenn ich meine Arbeit gut gemacht habe.

*Doris*

Glück ist, dass ich bald meine Großeltern in Kirgistan sehe.
Ich freue mich, dass ich mit meinem Papa hinfliege.
Dort machen wir zusammen schöne Sachen.

*Eugenia*

# Mila wird groß

Von Avien

Der erste Tag im Kindergarten war schwer. Mila hat geweint: „Mama, lass uns nach Hause gehen. Ich will nicht im Kindergarten bleiben."

Nach drei Tagen war Mila ruhig, aber sie sagte: „Mama, du sollst nicht nach Hause gehen." Danach hat die Betreuung mir gesagt, dass ich Mila Tschüss sagen muss und nach Hause gehen soll. Aber ohne Mila war es sehr schwer. Nicht nur für Mila, auch für mich ist das Tschüss sagen schwer. Mila hat geweint und „Mama, Mama" gerufen.

Nach fünf Minuten war sie ruhig und jetzt spielt sie mit den Kindern und freut sich.



# Suchrätsel

Erstellt von Alhai

**Im Rätsel sind 10 Getränke versteckt.**

DEODBSOWWASSERILGJLIEHIGIJOLI
KLDJFROTWEINKNFJKSLLEIOAPVOA
PFEPIWOIIUEWQPZRFIHCOLAIPESPG
ERWIPWUGEISKAFFEEWPAUEFIQGA
WÜQHFIOWRERHIOWHUIEQFANTAÜW
OIFHOIJKCHAMPAGNERÜAEÜOEGAE
UEFAPFELSAFTLAHEIUAUGHIOAIEIO
PHRGUIPEQGLIMONADEIÖWOIEGZO
IQGOIGAGREPGPQFJLSPRITEERRIO
ORANGENSAFTJÖKSRGÖKSRÄOEHE

# Im Hotel

Von Vian

Ich habe einen guten Job. Ich arbeite im Hotel. Manchmal gehe ich mit meinem Bruder zusammen zur Arbeit. Wir gehen in der Woche 2- bis 3-mal arbeiten.

Mein Job macht mir viel Spaß. Ich mache die Zimmer sauber und ich muss viele Spiegel putzen. Ich sortiere Bettwäsche und Handtücher und ich bringe den Müll raus.



# Die Überraschung

Von Kaukab

Meine Tochter Malak hat eine Ausbildung zur Zahnarzthelferin gemacht. Letzten Monat hat sie ihren ersten Job bekommen.

Sie hat mich vor zwei Wochen gefragt: „Mama, welches Handy würdest du dir gerne kaufen?“ Ich habe ihr gesagt: „Ich brauche kein Handy. Mein Handy ist noch gut.“

Ich wusste nicht, dass sie mir ein Handy bestellt hat. Sie wollte eine Überraschung für mich machen.

Malak hat mich am Montag angerufen und gesagt: „Mama, hast du ein Paket bekommen? Bitte nimm das Paket an und mach es auf. Das ist für dich - von meinem ersten Gehalt. Das hast du verdient, mein Schatz.“

# Mein Schwimmkurs

Von Elsa

Ich habe mich zum
Schwimmkurs angemeldet.
Ich war schon einmal da.
Es war sehr gut, aber ich habe
viel Wasser geschluckt.
Es ist schwer und macht Spaß.



# Freude-Ecke

Ich freue mich, dass wir noch so schönes Wetter haben.
Bärbel

Ich freue mich, dass wir nach längerer Zeit die Selbsthilfegruppen aus Lüneburg und Hannover wiedergesehen haben.
Bärbel

Ich freue mich auf unser Sommerfest und das Grillen.
Hermann 1

Ich freue mich, dass die Fußball-Bundesliga wieder losgegangen ist.
Hermann 1

Ich freue mich, dass es unserem Mitschüler gesundheitlich besser geht.
Bärbel

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

# Meckerecke

Ich ärgere mich, dass alles so teuer geworden ist.
Marcus

Ich ärgere mich, dass mein Wintergarten nach 2 Jahren erneuert werden muss.
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.*

---

*Liebe Nadine Engel und lieber Hermann 1,*

*ich möchte mich für eure Rückmeldung „janz doll" bedanken. Nun weiß ich, was XXX bedeutet. Ich habe nicht lesen und schreiben gelernt, dies ist eine wunderbare Idee sich mit der Überschrift auseinander zu setzen.*

*Hier im Lerncafe fällt mir das Lernen nicht schwer, weil unsere Kursleiterin Julia immer ein offenes Ohr für uns hat und sie ist nie mit ihrem Latein am Ende und das macht mein Herz auf. Nun bin ich seit Jahren als Lernerexpertin unterwegs. Es gibt sehr viel zu tun in Sachen Lesen und Schreiben.*

*Danke für die Klärung, jetzt „wees icke", wer ihr seid, Danke.*

*Eure XXX-Die ABC-Zeitung Nr. 81 liegt direkt vor mir und ich lese die Zeitung gerne und knautsche alles von vorn bis zur letzten Seite durch.*

*Das Suchrätsel hebe ich mir für die lange U- Bahnfahrt auf, dann „verjeht de Fahrzeit schnella".*

*WIR GRATULIEREN EUCH ZUM 15. JUBILÄUM UND WÜNSCHEN EUCH VIEL ERFOLG UND KRAFT FÜR DIE KOMMENDEN JAHRE!*

*Es grüßt euch „janz viel dolle aus det Lerncafe"*

*Rita*






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.

**Einfach vorbeikommen!**

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*
*© 2024 ABC-Projekt*
**ISSN 2195-4437**

**Die nächste Ausgabe erscheint Ende November**