

Friesland Informationsblatt

23. Jahrgang
Februar 2015
Nr. 2

**Was ist wichtig
für den Erfolg
eines guten Schuljahres?**





Inhalt

1. Worte des Oberschulzen	3
2. Aus der Verwaltung	4
3. Berichte	5
Aus der CAF > Kurusu Ñú • Hospital Tabea	
Aus der ACCF > Colegio Friesland • Leihbibliothek • Ordnungsamt • Deportivo Estrella • Redaktion	
4. Friesland Exklusiv	11
> Jugendfreizeit • Internes Hallenfußballturnier • Schulanfang • Amtsübergabe • Rückschau	
5. Im Fokus	21
> Was ist wichtig für den Erfolg eines guten Schuljahres?	
6. Über die Kolonie hinaus	26
> Next Level Leadership • Schüleraustausch • CFP	
7. Mensch und Gesellschaft	30
> Decisiones • Lebensläufe	
8. Der Recycling-Tipp	33
> Basteln zu Ostern	
9. Medienkompetenz für die Familie	34
> Apps	
10. Kinderseite	36
> Schule	
11. Der besondere Beitrag	37
> Pet Räder Programm	
12. Aus dem Haushalt	38
> Speiseplan • Tartelettes mit Füllungen	
13. Fotos des Schulanfangs	40

Liebe Leser!



Der Februar ist schnell da, besonders für die Schüler! Einige haben sehnlichst den ersten Schultag erwartet, die anderen hätten gerne noch etwas länger Ferien gehabt. Aber ob man es begrüßt oder nicht - das Schuljahr ist eröffnet! Für die Kinder, Teenager und für viele Jugendliche ist die Schule nun wieder das zweite Zuhause geworden. Was ist wichtig, damit ein Schuljahr effektiv verläuft? Damit beschäftigen wir uns in dieser Ausgabe. Zwei Lehrerinnen, die schon viele Jahre Erfahrung haben, schreiben etwas dazu. Außerdem schreibt uns unser Familienarzt aus medizinischer Sicht, was wichtig ist, damit das Jahr für die ganze Familie gut verlaufen kann.

Ein weiterer wichtiger Moment in diesem Monat ist die Amtsübergabe der Verwaltung. Eine Verwaltung beendet ihre Aufgaben, eine andere übernimmt. Große Verantwortungen werden abgegeben und übernommen. Menschen haben den Mut gefunden, eine neue Aufgabe zu übernehmen und in ihrem Amt zu bleiben. Das hat Gott geschenkt! Möge er der neuen Verwaltung nun viel Weisheit und Kraft für ihre Arbeit schenken und uns allen helfen, dass wir sie mit der richtigen Haltung positiv unterstützen.

Neues gibt es auch in unserem Redaktionsteam. Mehr dazu lest ihr auf Seite 10.

Ich wünsche der ganzen Schulgemeinschaft ein erfolgreiches Schuljahr und allen Lesern angenehme Lektüre!



Beate Penner
Redaktionsleiterin

Impressum

Herausgeber:

Verwaltung der Kolonie Friesland

Redaktion:

Beate Penner	- Leiterin / Design
Esteban Born	- Mitarbeiter
Luise Unruh	- Mitarbeiterin / Korrektur
Vicky Siemens	- Mitarbeiterin
Delia Rempel	- Mitarbeiterin / Design
Nicole Letkemann	- Mitarbeiterin / Design
Samatha Bergen, Diego Born, Brianna Bergen,	
Valeria Fast	- Kidsteam
Beatriz Federau	- Korrektur

Anschrift:

Friesland Informationsblatt / C.d.c. 1671—Kolonie Friesland / Paraguay / Tel./Fax: 0318—219 032

E-mail: dec@friesland.com.py

Website: www.friesland.com.py

Thema der nächsten Ausgabe:

**Was brauchen wir,
um glücklich zu sein?**

Werte Friesländer!

Nun ist es genau sechs Jahre her, dass man mir das Amt des Oberschulzen anvertraute. Es gab viel Schönes, ich hab sehr viel gelernt. Es gab aber auch schwere Entscheidungen und Lebensstrecken.

Zu den schweren Situationen: Der Verlust von lieben Menschen, Konflikte unter Bürgern, Differenzen zwischen Mitgliedern und Verwaltung und nötige Entscheidungen in den Betrieben, die aber nicht von allen gleich bewertet werden. All dies ist nicht leicht zu bewältigen. Dazu kommt: Wir sind fehlerhafte Menschen. Trotzdem haben wir als Verwaltung nach bestem Wissen und Verstehen versucht, richtig zu handeln.

Zu den schönen Ereignissen: Wir haben zusammen gefeiert! Beispiele sind die Einweihung des neuen Krankenhauses, der Asphaltstraße bis ins Zentrum, 20 Jahre Direktsaat, 20 Jahre intensive Milchproduktion und natürlich unser 75-jähriges Jubiläum. Was für eine schöne Feier war es, weil ALLE Friesländer voll mitmachten und so konnten wir mit ungefähr 1.200 angereisten Gästen Gott für den Segen und die Bewahrung in diesen 75 Jahren loben und danken!

Außerdem hatten wir Gelegenheit, verschiedene Projekte im administrativen, sozialen, kulturellen und wirtschaftlichen Bereich anzugreifen und zu fördern. Dankbar bin ich für den Verwaltungs- und Aufsichtsrat in diesen sechs Jahren. Wir haben gut zusammengearbeitet! Auch den positiven Einsatz der Angestellten der CAF und ACCF möchte ich anerkennen! Danken möchte ich auch allen Personen, die mir positive Kritik entgegenbrachten. Nur so kann man wachsen und reifen. Es gäbe noch Vieles aufzureihen, aber das ist hier nicht der Sinn der Sache.

Abschließend muss ich sagen, dass die guten und positiven Erfahrungen bei weitem die weniger Guten übertreffen. Jeder von uns fühlt sich allein in bestimmten Situationen. Ich bin da keine Ausnahme; besonders als meine Eltern in kurzer Zeit starben, brach erst mal eine Welt für mich zusammen. Aber gerade in Zeiten wie dieser bin ich von euch, werte Friesländer, überreich beschenkt worden! Dafür bin ich euch und Gott von Herzen dankbar und das gab auch immer wieder Kraft, weiterzumachen! Erst wenn man in Grenzsituationen lebt, merkt man, wie wertvoll es ist, Freunde zu haben und Teil einer Gemeinschaft (die aus konkreten Personen besteht) wie der hier in Friesland zu sein! Möge der folgende Satz uns als kleine Kolonie wegweisend sein:

Im Kleinen, Freiheit. Im Großen, Einheit. Im Ganzen, Liebe.

Mit diesem Schreiben verabschiede ich mich von dieser Spalte im Info und wünsche jedem Leser Gottes Segen und alles Beste auch in Zukunft!



A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Alfred Fast'.

Alfred Fast
Oberschulze

Informationen aus der CAF



- 1. Versammlung CODIPSA:** Der Verwaltungsrat ernennt Herrn Alfred Fast, um die C.A.F. auf der Ordentlichen Sitzung von CODIPSA zu vertreten, welche am 21. Februar 2015 stattfindet.
- 2. Akademie der Kooperativen:** Es besteht das Angebot, dass von Friesland vier Personen an der Kooperativsakademie teilnehmen können, welche von den Kooperativen Fernheim und Neuland im Chaco organisiert wird. Der Verwaltungsrat nimmt dieses Angebot an.
- 3. FC-Stone:** Die Kooperative hat von der Firma FC-Stone das Angebot erhalten, an der Börse von Chicago ein Konto für den Getreidehandel zu eröffnen. Durch die verschiedenen Möglichkeiten, die sich dadurch ergeben, kann man das Risikomanagement im Getreidehandel verbessern. FC-Stone bietet dafür auch eine Beratung an, welche \$ 1,000.00 pro Monat kostet. Der Verwaltungsrat nimmt das Angebot an. Zunächst soll das Konto an der Börse eröffnet werden, dann will man mit der Beratung starten. Dazu müssen einige Personen ernannt werden, die in diesem Bereich geschult werden sollen.
- 4. Antrag zur Mitgliedschaft in der CAF:** Frau Regina Beate Friesen de Penner beantragt die Mitgliedschaft in der CAF. Der Verwaltungsrat nimmt den Antrag an.
- 5. Ansicht der MAG/CAH:** Der Minister von Landwirtschaft und Viehzucht, Jorge Gattini, die Präsidentin vom „Crédito Agrícola de Habilitación“, Amanda León, und andere departamentale Autoritäten haben Friesland einen Besuch abgestattet, um die Kredite für die erarbeiteten Projekten an die Mitglieder der Kooperative Carolina zu überreichen. Insgesamt wurden 24 Projekte im Wert von 1.040 Millionen Grs. genehmigt, von denen die Produzenten 50% mit Zinsen in einer Zeitspanne von vier Jahren zurückzahlen müssen.
- 6. Büro von SENACSA:** Die „oficina zonal“ von SENACSA wird nach der Impfperiode gegen Maul- und Klauenseuche nach Itacurubí del Rosario verlegt. In Friesland bleibt eine „secretaría informatizada“ von SENACSA.

Alfred Fast
Präsident





Hospital Tabea

Die Kolonien Neuland, Volendam und Friesland haben ein gemeinsames Abkommen für den Servicio de Enfermería in Asunción gemacht. Dieser wird probeweise für die drei Monate Januar, Februar und März durchgeführt, danach wird weiter entschieden.

In Asunción sind drei Personen, die unsere Patienten begleiten, Studien abholen, und für internierte Patienten zuständig sind. In diesen drei Monaten ist **Esther Regier de Goertzen** die Koordinatorin, Mitarbeiter sind **Tatiana Enns** und **Carlos Chaparro**.

Wenn jemand diese Dienstleistungen in Anspruch nehmen will, wird dies vom Krankenhaus organisiert und koordiniert.

Angebot vom Hospital Tabea

Aus dem Labor

Das Labor vom Hospital Tabea hat für den Monat März ein spezielles Angebot.

Eine Untersuchung für Schulkinder in den Bereichen:



- ◆ Hämogramm
- ◆ Blutzucker
- ◆ Urin

Sonderpreis: 60.000 Gs.-

Normaler Preis 71.500 Gs.-



Jahresbericht Kuruzu Ñu S.A. Jahr 2014

Im Jahr 2014 konnte man Kuruzu Ñu soweit komplett einrichten. Das beinhaltet besonders die Säuberung aller Weiden im Südtteil. Im Moment fehlen nur noch kleinere Verbesserungen. Was die klimatischen Bedingungen anbelangt, so hatte man bis August normale Regenfälle, aber danach wurde es bis zum Jahresende trocken. Folgend einige Daten:

1. Mitglieder der AG: Total hat die AG jetzt **115 Mitglieder**. Die CAF besitzt 30,13% (8.563) der Aktien und unsere Mitglieder 69,87 % (19.854) von insgesamt **28.417 Aktien**.

2. Direktorium von Kuruzu Ñu (Periode 2012-14):

- * Alfred Fast (Präsident)
- * Hartmut Letkemann (Vizepräsident)
- * Edwin Janzen
- * Theodor Pankratz
- * Udo Bergen.

3. Verwalter: Frieder Eitzen

4. Umweltlizenz für Kuruzu Ñu: Im Oktober 2014 erhielten wir die neue Umweltlizenz, die jetzt jedes zweite Jahr erneuert werden muss.

5. Jahr 2014 (Etappe 4)

- **Aufkauf von Vieh:** Total sind 3141 Jungrinder und neun Zuchtbullen aufgekauft worden. Dafür hat man von Banco Sudameris 6.500 Millionen Guaranies Kredit aufgenommen. Die Jungrinder wurden aus dem Chaco gekauft.
- Im Jahr 2014 wurden **1.663 Aktien** für **Gs 2.530.350.000** verkauft.
- **Roden:** Es wurden 800 ha Weide von unseren Traktoren gesäubert und Gras eingesät. Außerdem hat man mit Bulldozern nochmal 2.000 ha im Süd-

teil gesäubert, die dann von den Traktoren noch „gestuckert“ und mit Gras besät wurden. Damit sind dann die 7.200 ha Weide komplett gesäubert und eingerichtet.

- Der „**Retiro**“ **im Norden** wurde in Betrieb genommen und ein Arbeiter wohnt dort.
 - Der „**Retiro**“ **im Süden** wurde fertiggestellt.
 - **480 Cebu - Färsen** wurden mit rotem Angus besamt und sollen ab Februar 2015 abkalben. Diese Tiere wurden von einem Veterinär untersucht und alle auf Bruzeloze untersucht. Damit will man langsam eine Herde für Kälberproduktion aufbauen.
 - **Personal:** Zum Jahresanfang hatte man neun Angestellte, während des Jahres wurden 17 Personen angestellt und 14 Personen verließen den Betrieb, sodass zum Jahresende 12 Angestellte auf Kuruzu Ñu arbeiten.
 - **Pferde** sind 12 gekauft und auch schon eingeritten worden.
 - Vier Solarpumpen wurden eingerichtet.
 - 26 Rinder und sechs Pferde sind aus verschiedenen Gründen gestorben.
- 6. Arbeitsplan für 2015 (Etappe 5)**
- **Personal** nach Notwendigkeit anstellen.
 - **Zäune** umstellen bei den **Sammelflächen**, damit diese normal beweidet werden können.
 - **Zäune bei der Einfahrt** fertigstellen.
 - **Kontrollweg** von außen um die gerodeten Flächen machen, um eine gute Kontrolle zu ermöglichen und eventuell einen Elektrozaun zu installieren.
 - **Pferde** nach Notwendigkeit kaufen
 - Einige **kleine Tröge bei den Korralen** müssen eingerichtet werden.
 - Ein **Besamungsprogramm** mit den besten Färsen (350) und nach Möglichkeit auch mit den

- Kühen (480) mit dem ersten Kalb durchziehen.
- **Verkauf von 2.500 Kopf** an den Schlachthof.
- **Aufkauf von 3.500 Kopf Jungvieh** und **Beschaffung** der dazu notwendigen **Finanzen**.
- Kauf und Installierung von **fünf Solarpumpen**.

Der **Viehbestand zum 31/12/2014: 4.061 Rinder** und **26 Pferde** mit einem Wert von Grs **8.586.050.000.-** Total wurden 2.894 Rinder verkauft mit einem Wert von Grs. 8.881.054.974.-, dazu kommt eine Aufwertung von Grs. 1.252.752.716.-, was zum 31/12/14 eine Summe von Grs. 10.133.807.690.- ausmacht. Dagegen waren Ausgaben im selben Zeitraum von Grs. 11.749.515.025.- getätigt worden. So ist das Resultat von Kurusu Ñu im Jahr 2014 leider negativ: Grs. 1.612.713.036.- plus den Verlust von Grs. 3.432.721.103.- vom Jahr 2013, sodass ein negatives Resultat von Grs. 5.045.434.139.- zum Jahresende 2014 bleibt.

An den angeführten Zahlen sieht man, dass in Zu-

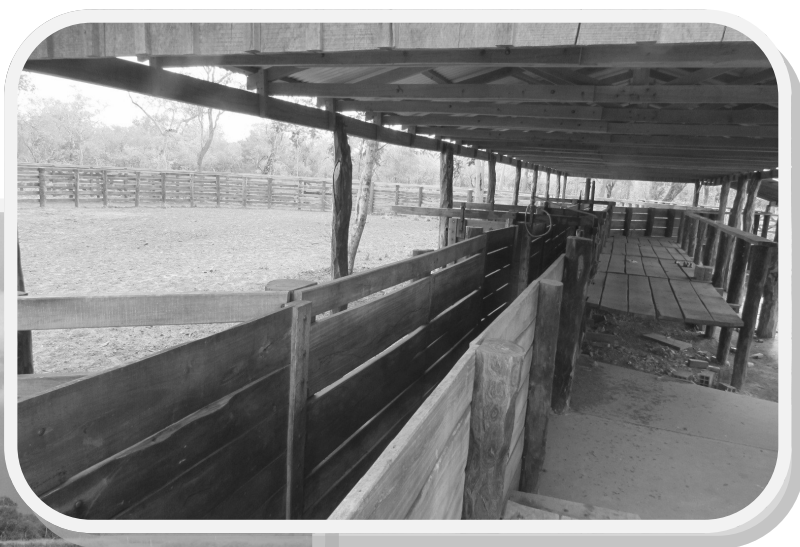
kunft weiter effizient gearbeitet werden muss und man außer den laufenden Kosten und anfallenden Zinsen jedes Jahr ein Teil des Kreditstammes abgezahlt werden kann. Es wäre auch interessant, Aktien zu verkaufen und damit den Betrieb zu kapitalisieren und weniger von Krediten abhängig zu sein.

Kein Betrieb funktioniert ohne verantwortliche Menschen und so möchte ich die Arbeit und Einsatz des Verwalters und des Direktoriums anerkennen und uns auch für die Unterstützung der Aktionäre bedanken.

Vor vier Jahren wurde ganz klar gesagt, dass aller Anfang schwer ist, und dass in den ersten Jahren wohl manch eine Durststrecke auf uns zukommen wird. Also lasst uns weitermachen und nicht auf halbem Wege aufgeben!

Gott wollen wir danken für das verflossene Jahr und um seinen Segen für 2015 bitten!

Ing. Agr. Alfred Fast
Präsident



„Du kannst nicht mehr ändern, was gestern war, aber du kannst alles ändern, was morgen sein wird, durch das, was du heute lernst.“

Stella Terrill Mann

Mit diesem Leitvers ist das Schuljahr 2015 mit einigen Lehrerkonferenzen gestartet. Die ganze Lehrerschaft war darum bemüht, das Unterrichtsjahr zielbewusst mit den besten Voraussetzungen vorzubereiten, um so am 23. Februar mit dem Unterricht zu beginnen.

Ich wünsche den Schülern, Lehrern und den Eltern viel Weisheit, Gottes Kraft und Ausdauer für die Aufgaben und den Herausforderungen in diesem Schuljahr. Einige Informationen zu Beginn des Unterrichtsjahres:

- Nachexamen:** Seit dem 9. Februar sind die Lehrer mit den jeweiligen Schülern mit den Nachexamen beschäftigt. Die meisten der Schüler konnten in dieser Zeit das Schuljahr 2014 abschließen und somit die nächste Klasse antreten.
- „Preclase“:** In der Zeit vom 16. – 20. Februar haben die Lehrer verschiedene Sitzungen und Gruppenarbeiten durchgeführt. Dabei wurde die Fächerverteilung, das Erstellen der Jahresziele, der Jahresplan und die Stundenpläne für das bevorstehende Unterrichtsjahr vorbereitet.
- Vorschulbeginn:** Der Vorschulbeginn ist in diesem Jahr für den 3. März vorgesehen. Eine schriftliche Einladung für die Sitzung der Eltern der Vorschüler wie auch die Einladung für den Beginn wird zeitig zugeschickt werden. 11 Kinder kommen dieses Jahr in

die Vorschule und starten somit ihr Schulleben. Die Vorschule wird auch in diesem Jahr von Frau Anita Warkentin geführt.

- Galatag:** Als Galatag wurde wieder der Donnerstag festgelegt.
- Schülerabmeldungen:** Wenn Schüler krankheitshalber nicht am Unterricht teilnehmen können, bitten wir die Eltern, dies bei der Sekretärin wie auch beim Klassenlehrer zu melden. Bei mehreren Tagen Abwesenheit wird eine ärztliche Bescheinigung verlangt. Auch bei geplanten Reisen bitten wir darum, dieses Datum rechtzeitig zu melden. Zur Erinnerung: Für Inlandreisen erhalten die Schüler zwei Tage und für Reisen im Ausland zehn Tage unterrichtsfrei.
- Schulverwaltungssitzung:** Am 23. Februar traf sich die Schulverwaltung um anfallende Schulangelegenheiten zu besprechen. Es wurden u. a. die Themen wie der Schulkalender, Schulleitung in Zukunft, Lehreranstellung u. a. m. behandelt.
- Elternabend:** Der erste Elternabend in diesem Jahr ist für den 3. März um 20 Uhr im Saal des Deportivo Estrella geplant.

Lic. Gert Bergmann

Schulleiter

Termine der Schulgemeinschaft

März						
D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

1. Tag der Helden
2. Lehrersitzung: Primaria und Secundaria
3. Vorschulanfang
3. Elternversammlung - Dep. Estrella
6. Ausflug der Primaria ... Schulratsitzung: Volendam und Friesland





Besuch vom Landwirtschaftsminister

Am 13. Februar besuchte eine Delegation vom Landwirtschaftsministerium die Kooperative Carolina und die Kolonie Friesland. Darunter war der Landwirtschaftsminister Ing. Agr. Jorge Gattini, die Präsidentin des „Credito Agrícola de Habitación“ (CAH), Ing. Agr. Amanda Leon Alder, der Vizeminister von Viehzucht, Dr. Marcos Medina, der Gouverneur von San Pedro, Vicente Rodriguez, der Bürgermeister von Itacurubí, Pastor Soria, und auch andere Bürgermeister aus San Pedro waren dabei.

Eines der Ziele der Regierung von Horacio Cartes ist, Möglichkeiten zu schaffen, dass die Bevölkerung im Generellen, und besonders auch die Kleinbauern, Chancen haben, weiterzukommen. Vor einiger Zeit wurde ein Projekt in Zusammenarbeit mit der Coop. Carolina und der CAF gestartet, dass den Kleinbauern helfen soll, im Bereich der Milchwirtschaft weiter zu kommen.

An diesem Tag erhielten 24 Kleinbauern Kreditzusagen im Wert von insgesamt etwas mehr als 1.040 Millionen Grs. Mit diesen Finanzen können sie ungefähr 100 Milchkühe von guter Genetik kaufen, sowie auch

einige Einrichtungen in den Melkställen tätigen. Die Kooperative Carolina wird beim Kauf der Kühe vermitteln und die Verantwortung tragen, dass das Geld auch wirklich für den vorgesehenen Zweck verwendet wird. Gattini betonte in einem Interview mit Radio Friesland, dass dieses Projekt als Beispiel für andere Projekte gelten solle. Er erhoffe sich daher großen Erfolg.

Außerdem wurden vor einiger Zeit schon zwei Milchtanks installiert, wo die Milch kühl gelagert werden kann. Diese wurden an diesem Tag offiziell eingeweiht. Beide Akte fanden im Beisein der Mitglieder der Kooperative Carolina, der Verwaltungen der Kooperativen Carolina und Friesland und der Autoritäten statt. All dies ist das Resultat einer „Asociación Pública Privada“ zwischen dem Landwirtschaftsministerium, dem „Crédito Agrícola de Habitación“, der Kooperative Carolina und der Kooperative Friesland.

Zusammengestellt von Beate Penner

Fotos: Lilian Martens



24 Kleinbauern erhalten ihre Kreditzusagen für die Entwicklung ihres Milchbetriebes

Vor der Cooperativa Carolina



Die zwei Milchtanks wurden an diesem Tag offiziell ihrer Bestimmung übergeben



Aus der Leihbibliothek des Sozialamtes

Buch zum Thema der Ausgabe

Was ist die schlechteste Methode, den Schulalltag zu überstehen? Wie mitmischen im großen „Wer geht mit wem?“-Spiel? Und was tun, wenn du den Mathetest einfach nicht packst?

Wie man diese und andere Widrigkeiten des Schulalltags heil überstehen kann, verrät David Lawrence mit viel Humor und jeder Menge brauchbaren Tipps.

Ordnungsamt

Das Ordnungsamt informiert, dass der Führerschein und die Fahrzeugzulassung **bis Ende März** aktualisiert und erneuert werden können. Hierzu muss man mit dem jeweiligen Fahrzeug erscheinen.

Die Landsteuer kann man bis Ende April machen.

Die Öffnungszeiten des Ordnungsamtes sind von Montag bis Freitag Vormittag von 7 bis 11.30 Uhr.

Ost-Paraguayisches Hallenfußballturnier

Am Wochenende vom 21. bis zum 22. März findet in Tres Palmas das diesjährige Ostparaguayische Hallenfußballturnier statt. Auch die Mannschaft vom Deportivo Estrella bereitet sich vor, um beim Turnier mitzumachen. Wer immer sich dieses Datum frei halten kann, ist herzlich eingeladen, unser Team an diesem Wochenende zu begleiten und unterstützen.

i.A. der Sportdirektive

Esteban Born

Neues aus dem Infoteam

Im Infoteam haben wir drei neue Mitarbeiter:

Delia Rempel arbeitet seit diesem Monat aktiv in der Herstellung des Informationsblattes mit.

Sie hat im letzten Jahr die 12. Klasse abgeschlossen. Ende April fliegt sie für einen viermonatigen Aufenthalt nach Kanada. Bis dahin wird sie sich einarbeiten, um nachher dann voll und ganz in diese Arbeit einzusteigen. Sie wird für das Design sowie auch für das Beschaffen einiger Artikel verantwortlich sein.



bei der Gestaltung behilflich sein. So hat sie schon gleich etwas Praxis von dem, was sie in ihrem Studium lernt.

Im Infokidsteam ist ab diesem Jahr auch **Valeria Fast** dabei.

Ich persönlich freue mich sehr, Verstärkung im Team zu haben. Ganz besonders auch, dass es junge Leute sind, die eines Tages die volle Verantwortung übernehmen können. Ich wünsche allen dreien viel Spaß und Kreativität in ihrer Arbeit und den Lesern mache ich Mut, unsere jungen Kräfte durch positive Kommentare zu unterstützen.



Nicole Letkemann ist eine weitere neue Mitarbeiterin. Sie ist Studentin im zweiten Jahr für Graphisches Design in Asunción. Sie wird in diesem Jahr immer das Titelbild der Ausgaben gestalten und Delia auch



Beate Penner



Schulanfang 2015

Das Schuljahr 2015 wurde am 23. Februar von Lehrern, Schülern, Eltern und anderen Interessenten willkommen geheißen. Das Programm begann pünktlich um 7 Uhr und wurde vom Direktor, Herrn Gert Bergmann, angeleitet. Im Laufe der nächsten Stunde stellte er die neuen Lehrer und die Klassenlehrer vor, Herr Josef Görtzen leitete ein paar Lieder an und drei der Lehrer sprachen einige Ziele und Wünsche für dieses Schuljahr aus; unter anderem will man auf einen ehrlichen Umgang zwischen Schule und Heim hinarbeiten, Aufgaben beizeiten und gewissenhaft erledigen, so wie auch offene Kommunikation fördern. Anwesend waren auch der Oberschulze, Herr Alfred Fast, welcher den Versammelten ein paar Mut machende Worte mit auf den Weg gab und Herr Stefan Wiens diente mit einer lehrreichen Besinnung und einem Gebet. Das Eröffnungsprogramm wurde mit einer etwas längeren Pause abgerundet, woraufhin Lehrer und Schüler mit dem Unterricht begannen.

Text und Fotos: Nicole Letkemann



Die erste Klasse / Klassenlehrerin Doris Letkemann

Neue Lehrer am Colegio Friesland



Viola Martens



Sieglinde Fast



Esther Warkentin



Esteban Dietrich

JUGENDFREIZEIT 2015

Als Start des Jugendjahres 2015 fand wie alljährlich die Jugendfreizeit statt. Für das Wochenende vom 30. Januar bis zum 01. Februar trafen wir uns beim Lomas Park. Wir lernten aus den Vorträgen von Prediger Marwin Goossen zum Thema Nachfolge, genossen leckeres Essen, vorbereitet von Oskar und Jenny Ediger und Norman und Andrea Rempel, spielten Spiele, pflegten Gemeinschaft, badeten und lobten Gott mit Gesang.

Nicole Letkemann und Delia Rempel

Fotos: Nicole Letkemann, Danilo Krause und Sandra Machado

Eindrücke von der Jugendfreizeit '15

Das Thema unserer diesjährigen JF war Nachfolge - Jesus auf der Spur. Der Redner, der uns zu diesem Thema drei Vorträge brachte, war Herr Marwin Goossen aus Fernheim. Seine Worte waren sehr klar und deutlich. Einige Punkte, die mir von den Vorträgen geblieben sind, möchte ich kurz erwähnen:

a. Je näher wir uns bei Jesus Christus aufhalten, desto leichter fällt es uns, seiner Spur zu folgen. In anderen Worten: Je weiter ab wir von ihm sind, desto schwieriger ist es für uns, den Weg zu finden. Haltet euch also immer so nah wie möglich bei ihm auf!!

b. Wenn wir uns entscheiden, Jesus nachzufolgen, er-

fordert es von uns Mut, wenn wir als Einziger diese Entscheidung getroffen haben. z. B.: In der Uni, wenn wir als einziger Christ im Klassenraum sind, erfordert es oft mutige Entscheidungen, um bei der Nachfolge zu bleiben.

Kurzfassend haben wir eine tolle Freizeit gehabt und ich würde es wagen zu behaupten, dass ein jeder etwas für sein persönliches Leben als Zeuge Jesu hat mit nach Hause nehmen können.

Danke auch an das JuKo, das uns jedes Jahr so eine Freizeit bietet!

Erik Friesen



Freizeitteilnehmer

Eindrücke und Gedanken von der Jugendfreizeit

- ◇ Drei Tage viel Aktion und wenig Schlaf und dennoch Auftanken können – das geht nur auf der Jugendfreizeit. Durch Spiele, Spaß und Gespräche herrschte eine gute Atmosphäre und ein nettes Miteinander auf der Freizeit.
- ◇ Von den Vorträgen zum Thema Nachfolge haben wir besonders Folgendes mitgenommen:

- ◇ Nur wenn ich nahe bei Gott bin und nichts zu verbergen habe, kann ich aufrecht vor Gott und meinen Mitmenschen stehen.
- ◇ Wer nachfolgt, hat auch eine Verantwortung seinen Mitmenschen gegenüber. Es ist meine Pflicht, die Menschen um mich herum auf Gott und den Glauben anzusprechen.

Henrike und Uwe Meyer



Die neuen Jugendlichen



Jugendkomitee 2014

Internes Hallenfußballturnier

Am Samstag und Sonntag, den 14. und 15. Februar, fand beim Deportivo Estrella ein internes Hallenfußballturnier statt. Es begegneten sich an diesem Wochenende sieben Mannschaften. Erwähnenswert ist, dass es in diesem Jahr eine extra Kategorie für die Jungs von 10 bis 13 Jahren gab, welche zwei Spiele gegeneinander spielten.

Als Sieger ging in der Kategorie der Erwachsenen die Gruppe von Kurt Bergmann hervor, und in der Kategorie der Teenager die Gruppe von Michael Rempel.

Delia Rempel



Gewinnergruppe des Turniers (Foto: Esteban Born)

Persönlich finde ich, dass das Hallenfußballturnier ein großer Erfolg war. Wenn man die Spielresultate betrachtet, sieht man deutlich, dass jede der Gruppen hätte den ersten Platz erreichen können. Besonders gut und originell fand ich die Idee, auch den jüngeren Spielern die Chance zu geben, ein kleines Turnier unter sich zu entscheiden. Ich denke, diese Art von Turnieren, sei es Hallenfußball, Feldfußball oder auch Volleyball, sollte man unbedingt weiter fördern, denn sie tun der Gesellschaft gut und bringen etwas Abwechslung in unseren alltäglichen Rhythmus.

Sascha Bergen

Amtswechsel in der Kolonie Friesland

Der 28. Februar war in Friesland ein historischer Tag, an dem der Amtswechsel der Verwaltung, miteingeschlossen der Wechsel des Oberschulzen, stattfand. Nach dem die ordentliche Generalversammlung abgeschlossen war, fand dieser Akt statt.

Herr Alfred Fast gab sein Amt als Präsident der CAF und der ACCF ab. Sechs Jahre lang hat er diese Verantwortung auf seinen Schultern gehabt. Vom Verwaltungsrat erhielt er zum Abschied anerkennende Worte und einige Wünsche für die Zukunft. Er selber bedankte sich beim Verwaltungsrat für die gute Teamarbeit und bei den anwesenden Bürgern für die Unterstützung in diesen Jahren, besonders auch in schweren Zeiten. Im Auftrage des CEF überreichte Herr Edwin Janzen ihm eine besondere Anerkennung. Herr Janzen ist das Verwaltungsrat-Mitglied, das die längste Zeit mit Oberschulze Fast zusammen gearbeitet hat.

Herr Ferdinand Rempel bekam als Symbol die Schlüssel überreicht. Herr Rempel ist ab jetzt der neue Oberschulze der Kolonie Friesland und Präsident der CAF.

Mit zwei Gebeten für die austretende und die neue Verwaltung schloss der Akt der Amtsübergabe. Herr Fast machte abschließend Mut, der neuen Verwaltung nach unserem Wissen und Möglichkeiten zu unterstützen.



Der abtretende Oberschulze Alfred Fast mit dem neuen Oberschulzen Ferdinand Rempel

Text und Fotos: Beate Penner



Der austretende Verwaltungsrat, Aufsichtsrat und Waisenältester



Die neue Verwaltung setzt sich zusammen aus:

Oberschulze:

Ferdinand Rempel

Verwaltungsratmitglieder:

Alfred Fast (Industrie und Handel)

Matthias Weiss (Nachbarschaftshilfe und Sozialbereich)

Hartmut Letkemann (Viehzucht)

Alfred Reimer (Ackerbau)

Wolfgang Voth (Milchwirtschaft)

Rendy Penner (Bildung und Kultur)

Aufsichtsrat:

Heinz Wilhelm Rempel

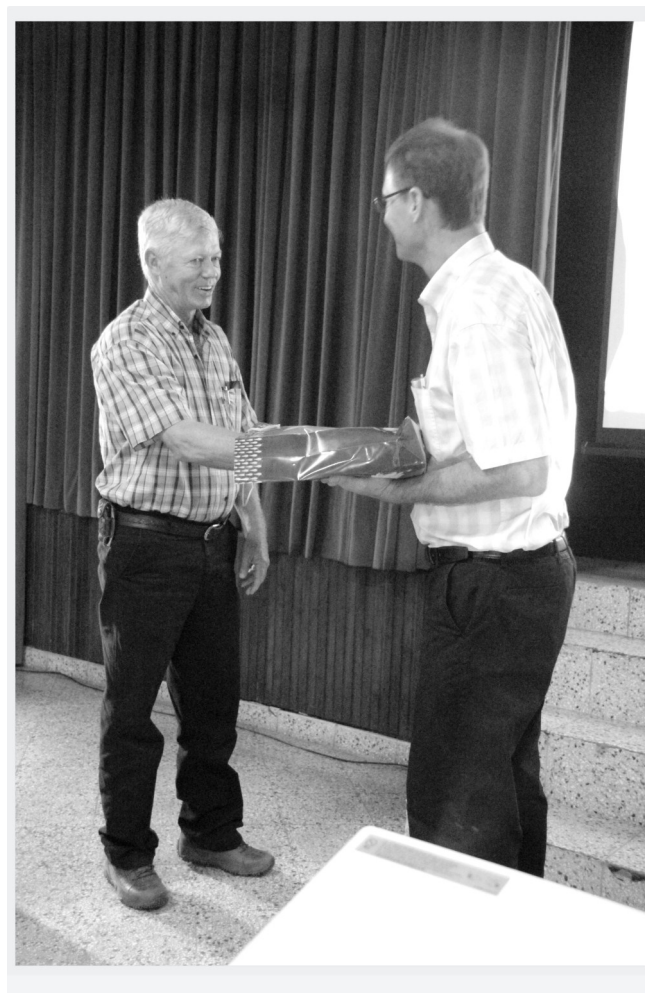
Willi Wiens

Ferdinand Regehr

Waisenamt:

Erwin Goossen

Erwin Rempel



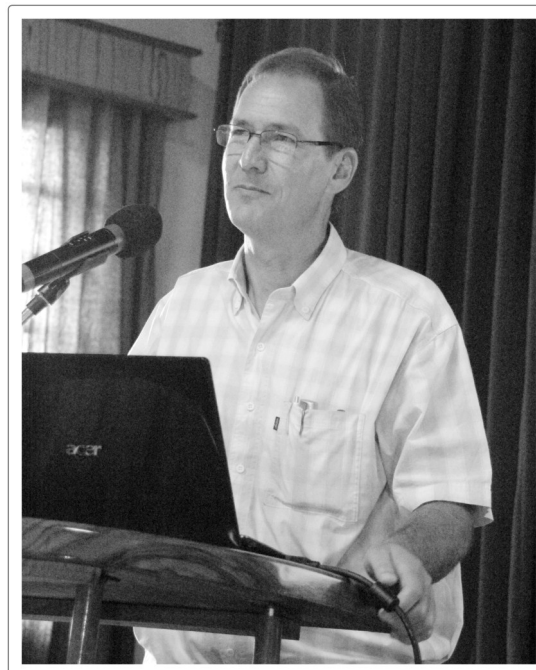
Als langjähriger Mitarbeiter überreicht Herr Edwin Janzen Herrn Alfred Fast eine Anerkennung für seinen Dienst in der Verwaltung der CAF und der ACCF.

Rückblick des Oberschulzen 2009-2014

Werte Friesländer!

Da jetzt sechs Jahre Amtszeit abschließen, möchte ich einen kleinen Rückblick machen.

Unsere Stärke war schon immer landwirtschaftliche Produktion, man hat hier nur weitergearbeitet und einige Akzente dazugesetzt. Gleich am Anfang möchte ich klarstellen, dass das Erreichen von Zielen Teamarbeit ist und nicht nur der Verwaltung und den Arbeitern der CAF und ACCF zugeschrieben werden kann. Der Erfolg hängt grundlegend auch von der positiven Mitarbeit der Mitglieder und der ganzen Gemeinschaft ab. In diesem Sinn sollte man das, was folgt, betrachten.



1. Administrativ

Die Arbeit in diesem Bereich ist permanent, die Anpassung an die Arbeitergesetze und den legalen Bestimmungen des Staates sowie INCOOP sind ein ständiger Prozess. Die Statuten der CAF und ACCF wurden neu überarbeitet. Es wurde eine Personalabteilung (RRHH) und eine Informatikabteilung gegründet. Außerdem ist man dabei, Stockkontrollen in verschiedenen Abteilungen einzuführen. Ein Interner Audit wurde mit einem externen Team organisiert, der aber noch sehr verbesserungsbedürftig ist und unbedingt in Zukunft, zusammen mit den Stockkontrollen verbessert werden muss.

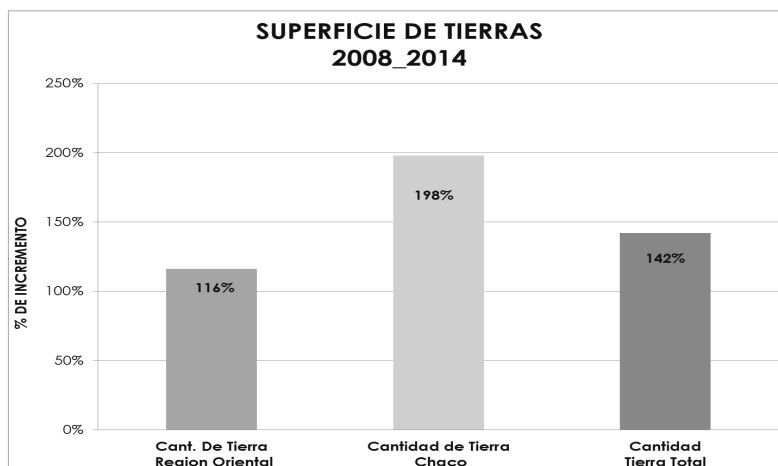
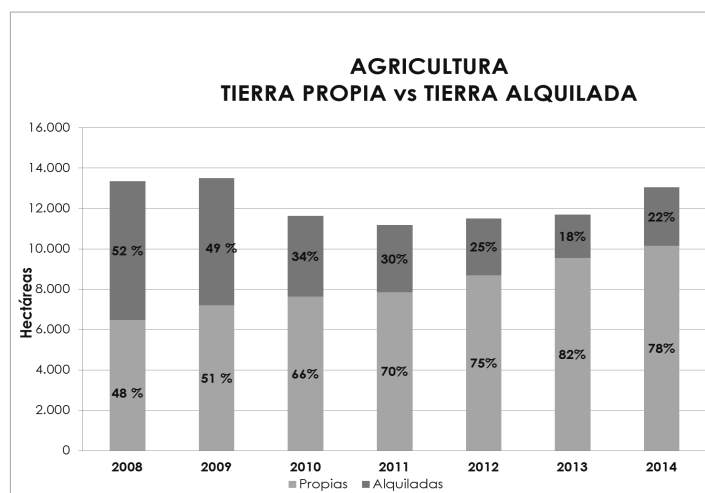
2. Wirtschaft

A. Entwicklung einer gesunden Wirtschaft (intern):

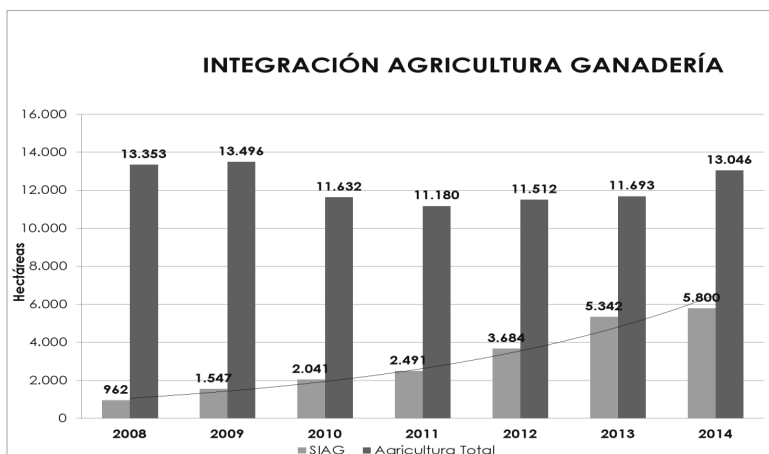
A.1 Ackerbau und Viehzucht: Hier ist eine gute technische und finanzielle Beratung von großer Wichtigkeit für den Erfolg der Betriebe.

✓ **Landkäufe:** Eigenes Land ist die Basis für die landwirtschaftliche Produktion auf lange Sicht. In den letzten sechs Jahren konnte man unseren Landbesitz in Ostparaguay um 16% und im Chaco um 98% erhöhen. Das bedeutet, dass Friesland in dieser Zeit um 42% an Fläche gewachsen ist.

✓ **Pachtland:** Ackerbau auf Pachtland, besonders unter schlechten Bedingungen für den Pächter, bedeuten ein großes Risiko für den Bauern und die Kooperative. Im Jahr 2008 wurde 52% unseres Ackerbaus auf Pachtland von Nicht-Friesländern betrieben und nur 48% auf eigenem Boden. Heute hat sich das Bild gedreht. Nach Angaben des DAF wird 78% der Landwirtschaft auf eigenem Boden und nur noch 22% auf Pachtland von Nicht-Friesländern betrieben.

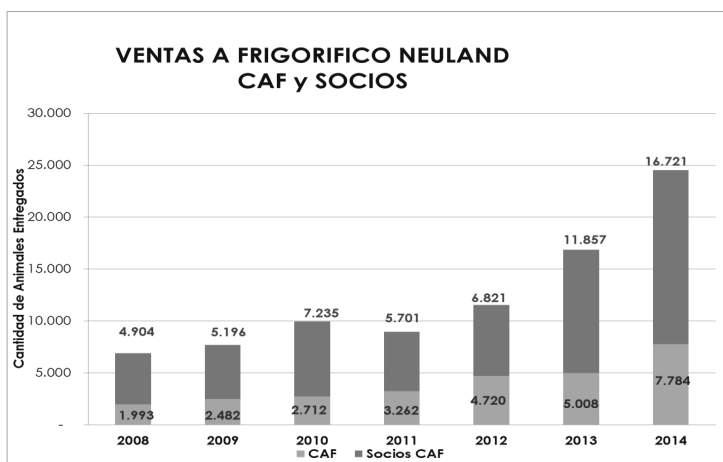


✓ **Integration Ackerbau Viehzucht:** Außer einer nachhaltigen Landwirtschaft im **Direktsaatsystem** gibt die Kombination mit Viehzucht als ein Teil der Fruchtfolge dem Landwirt viele Vorteile. Die Kombination ist wirtschaftlich rentabler als Ackerbau oder Viehzucht allein und zugleich umweltfreundlich. Im Jahr 2008 war der Anteil der Integration in Beziehung zur gesamten Ackerfläche etwa 7%, heute sind über 50% unseres Ackerbaus in der Integration. Das ist sehr positiv.



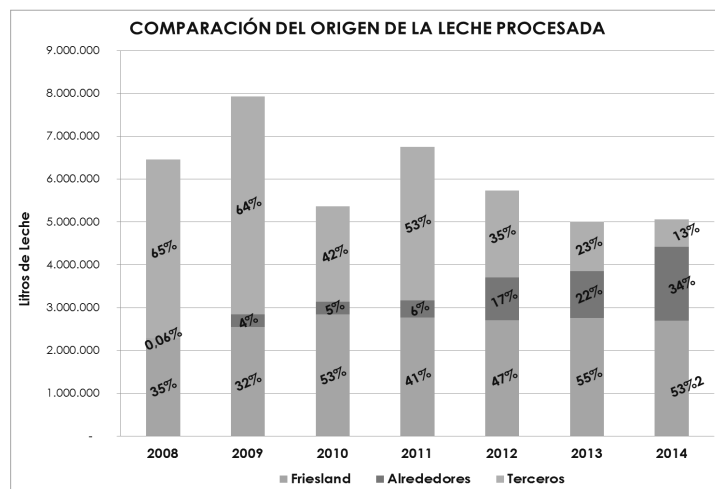
✓ **Viehzucht:**

Intensive Viehhaltung: Durch die Integration von Ackerbau und Viehzucht kann man viel mehr Vieh auf den erneuerten Weiden (die vom Ackerbau in Weide übergehen) halten, außerdem auch mehr Futter produzieren und dadurch mehr fertige Rinder und Mastvieh an den Schlachthof liefern. Das Resultat zeigt sich in den Zahlen: 2008 wurden 6.897 Rinder, im Jahr 2014 dagegen 24.505 Kopf von Friesländern an den Schlachthof in Neuland verkauft, das ist ein Wachstum von 355% in diesem Zeitraum. Dieses Wachstum liegt zum Teil aber auch an der Vergrößerung der Flächen (z. B. Estanzia Ypané, Kurusu Ñu etc.), andererseits wurde 2008 wohl auch noch mehr Vieh an andere Schlachthöfe verkauft.

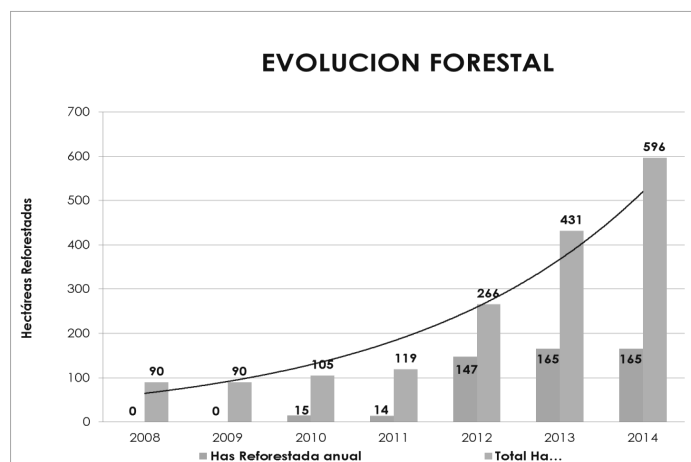


Zu gleicher Zeit hat man in der CAF auch den **Zuchtviehbetrieb** weiter ausgebaut, mit den Rassen Brahman und Nelore, um den Mitgliedern gute Zuchtbullen zum Kauf anzubieten.

✓ **Milchwirtschaft:** Diese ist ein sehr wichtiger Wirtschaftszweig, in sechs Jahren hat sich die Produktion unserer Bauern um 18% erhöht, leider sind wir aber im selben Zeitraum von 45 auf 30 Milchbauernbetriebe gefallen. Im selben Zeitraum sind dagegen unsere lateinparaguayischen Zulieferer auf mehr als 160 Bauern angestiegen.

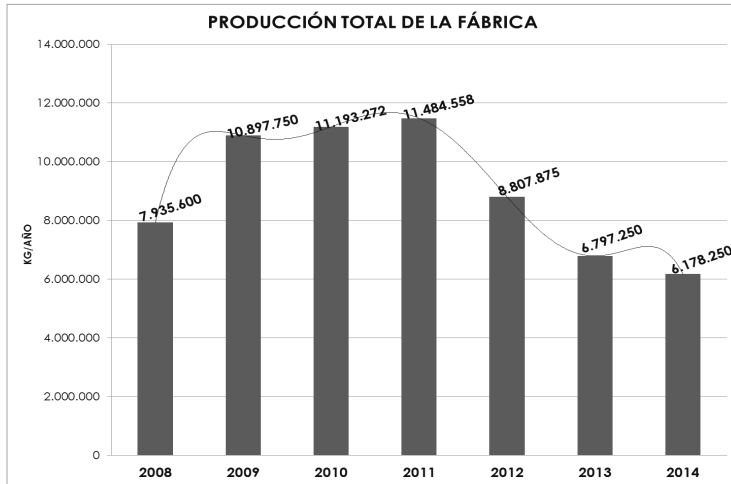


✓ **Aufforstung:** Hier geht es nicht in erster Linie um die Umweltpassung, wo wir auf 25% der Waldfläche kommen wollen, die 1973 existierte. Es geht vielmehr darum, einen neuen Wirtschaftszweig aufzubauen. Dies kann nur dann Realität werden, wenn die Anpflanzungen, meist in Kombination mit Viehzucht, richtig geplant und betreut werden, die bestmögliche Genetik benutzt wird und Verarbeitungswege zur Wertschöpfung gesucht und gefunden werden. Im Zeitraum von sechs Jahren wurden 500 ha aufgeforstet, sodass heute total etwa 600 ha aufgeforstet sind. Planmäßig sollten jährlich 100-150 ha dazukommen.

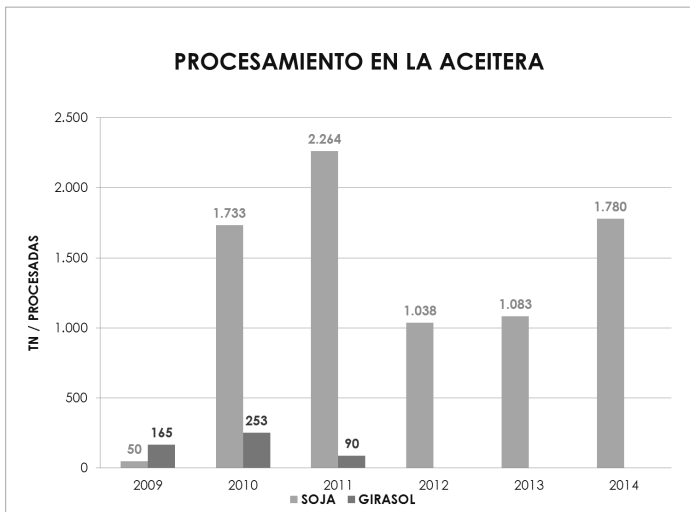


A.2 Verarbeitende Industrie

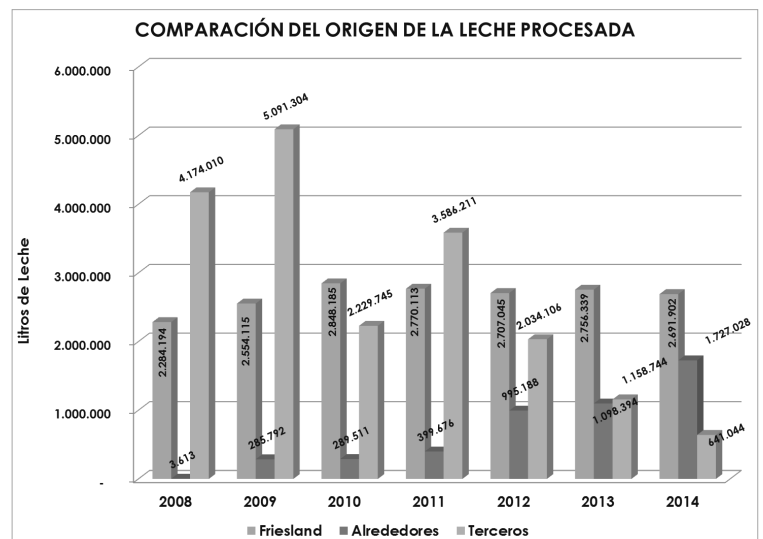
- ✓ **Mischfutter und Mineralsalz:** Hier zeigt sich eine fallende Tendenz in der totalen Produktion, besonders bei Mischfutter, wobei die Mineralsalze relativ stabil bleiben und das Segment von Mastvieh wächst. Die Konkurrenz ist groß und unsere Anlage alt. Trotz allem hat man im letzten Jahr schwarze Zahlen geschrieben.



- ✓ **Ölpress:** Diese arbeitet ab November 2009. In fünf Jahren wurden circa 8.000 Tonnen Soja und 500 Tonnen Sonnenblumen gepresst.



- ✓ **Molkerei:** Hier wurde vor sechs Jahren 22% mehr Milch verarbeitet. Andererseits ist die Milchproduktion Frieslands im selben Zeitraum um 18% gestiegen und der Anteil der Bauern unserer Umgebung (San Pedro und Canindeyu, wo wir Milch aufkaufen) von 3.600 Liter auf 1.727.000 Liter pro Jahr gewachsen. Ende 2014 lieferten ungefähr 190 Bauern (30 aus Friesland) der Departamente San Pedro und Canindeju Milch an unsere Molkerei. Vor sechs Jahren kam 35% der verarbeiteten Milch aus Friesland und Umgebung, heute sind es 87%.



- A.3 Handel:** Die CAF hat schon seit vielen Jahren verschiedene Waren im Handel. Eine größere Veränderung war der Markenwechsel zu ECOP S.A., was die Tankstellen anbelangt.

- A.4 Kredite:** Hier ist zu erwähnen, dass man bei verschiedenen Krediten den Zahlungsplan verlängert hat. Anfänger- und Landkredite kann man z. B. auf 10 Jahre erhalten.

- A.5 Kurusu Ñu:** Vor vier Jahren wurde die Aktiengesellschaft Kurusu Ñu auf einem Landstück von 14.700 ha im Chaco gegründet. Sie hat heute 115 Aktionäre und der Landkomplex ist komplett eingerichtet. So haben alle Mitglieder der CAF eine weitere Möglichkeit der Investition.

- A.6 Wege:** Hier wurden einige neue Brücken gebaut und Steine (Enripiado) auf internen Wegstrecken aufgeföhren. Durch viel Lobby und Eigenleistung wurde die **Einfahrt bis ins Zentrum von Friesland asphaltiert**. Es war eine praktische „Asociación Publica-Privada“, wo ungefähr 2,5 Millionen US\$ von der Regierung investiert wurden. Alle können jetzt die hübsche Einfahrt genießen. Außerdem wurde ein Dach für die „Koloniesmaschinen“ gebaut, wo auch die Wartung der Fahrzeuge der Betriebe durchgeführt wird.

B. Entwicklung einer gesunden Wirtschaft durch Nachbarschaftskooperation (lokal):

Die beste Investition in Sicherheit ist, unseren Nachbarn Hoffnung und Zukunft auch in wirtschaftlicher und sozialer Hinsicht zu geben. Man hat diese Projekte weitergeführt und besonders im Sektor der Organisation (Kooperative Carolina) und der Milchwirtschaft wurde in den letzten Jahren investiert. Die I-MO, JICA, FECOPROD, MAG und CAH sind hier wichtige Partner!

C. Entwicklung der Wirtschaft im Rahmen der FECOPROD (national):

C.1 Die Verteidigung der Interessen der Produktionskooperativen auf politischer Ebene ist von großer Wichtigkeit.

C.2 Aktiengesellschaften (AG) auf nationaler Ebene: Unser Zusammenschluss in Fecoprod ist wichtig, aber um die Entwicklung verschiedener Bereiche unserer Kooperativen auf lange Sicht zu sichern und nicht zu abhängig von anderen Firmen zu sein, hat man strategisch folgende Aktiengesellschaften gegründet, bzw. Anteile gekauft:

- √ **ECOP S.A.:** Für den Vertrieb von Brennstoffen, Kunstdüngern u. a. m., 2009 gegründet.
- √ **BANCOP S.A.:** Eine Bank, die 2012 gegründet wurde und die uns als Kooperativen Mitspracherecht im nationalen Finanzwesen gibt.
- √ **Tajy S.A.:** Eine bestehende Versicherungsgesellschaft, wo man sich als Produktionssektor reingekauft hat.

Unsere CAF hat diese Initiativen aktiv unterstützt und ist heute Miteigentümer in denselben.

C.3. Anpassung an die Umweltbestimmungen, nicht nur weil es ein Gesetz im Land gibt, sondern weil es unsere Aufgabe ist, Gottes Schöpfung wirtschaftlich zu nutzen, zugleich aber auch zu schützen und zu bewahren. Wollen wir nicht alle einen gesunden und sicheren Arbeitsplatz und Lebensraum haben? Seit fünf Jahren arbeitet man intensiv und um diesen Bereich besser abzudecken, wurde im Jahr 2014 die „**Unidad de Gestion Ambiental**“ gegründet. Die Anpassung teilt sich auf in:

1. **Anpassung in den verschiedenen Betrieben der CAF:** Kurz einige Beispiele:

- √ Pflanzenschutzmittel (2009): Es wurde ein Speicher nach den gesetzlichen Vorschriften gebaut.
- √ Kläranlage und Lagunen bei der Molkerei (2011): Durch diese werden die Abwässer der Industrie aufgearbeitet, um die Umwelt nicht zu belasten.
- √ Kläranlage beim Schlachthof in Ibaté (2014)

2. Anpassung unserer Landstücke an die Umweltgesetze: Praktisch alle Landstücke der Friesländer wurden vermessen und ein Plan ist ausgearbeitet worden, nach dem jeder Besitzer in den nächsten Jahren vorgeht.

3. Tapiracuaipark: Dieser ist als Naturpark anerkannt und geschützt.

Heute ist Friesland ein gutes Beispiel bei der SEAM, INFONA und SENAVE und man braucht sich vor keinen Kontrollen zu fürchten.

4. Sozial

Hier kurz zwei neue Projekte in diesen sechs Jahren:

- A. **Krankenhausbau:** Dieser wurde beendet und 2010 eingeweiht.
- B. **Bauernhof:** Eine Wirtschaft wurde von der CAF gespendet, wo man speziellen Personen in Zukunft eine Wohn- und Arbeitsmöglichkeit bieten will.

5. Kultur und Bildung

Im Bereich der Musikförderung hat man das „**Conservatorio Canzone**“ ins Leben rufen können. Die Zahl der Interessenten im Musikbereich ist sehr gewachsen. Die **Infrastruktur des Colegio** konnte auch komplett ausgebaut werden. Im **Deportivo Estrella** wurde eine schöner „Quincho“ für das Vorbereiten von Asado und „Borschtsch“ für Feste eingerichtet. Es werden viele **Stipendien** an unsere Jugendliche vergeben, außerdem auch verschiedene **Fortbildungen** angeboten.

6. Sicherheit

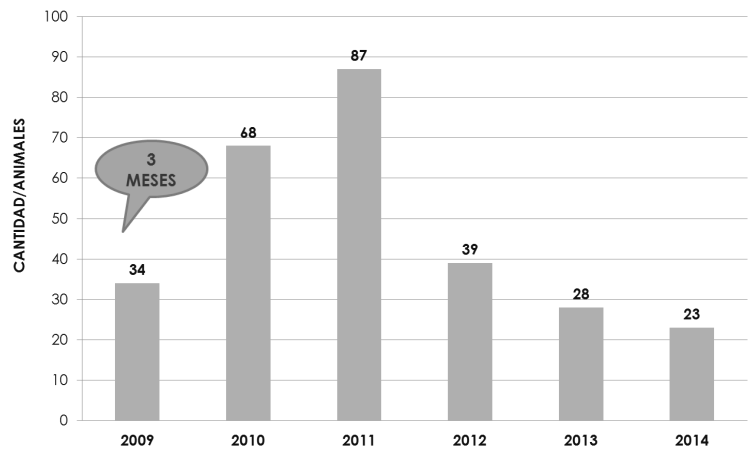
Ohne Sicherheit gibt es keine gesunde Entwicklung. Außer der Nachbarschaftskooperation wurde deswegen in Ordnungsamt und Nationaler Polizei investiert.

A. **Nationale Polizei:** Man arbeitet durch eine Sicherheitskommission im Thema Kriminalitätsbekämpfung und auch Verkehrskontrolle zusammen.

B. **Ordnungsamt:** Dieses wurde Ende 2009 neu organisiert. Die Verantwortlichen arbeiten in der Sicherheitskommission mit der Polizei in den vorher erwähnten Bereichen zusammen.

In den letzten Jahren ist der Viehdiebstahl bis auf ein Drittel (von 70-80 auf 20-30 Kopf pro Jahr) zurückgegangen, es gab keine großen Einbrüche und der Straßenverkehr ist durch die Einhaltung der Gesetze geregelter.

Abigeatos registrados en Friesland



7. Zusammenarbeit mit der Distriktverwaltung

Durch die „Junta Comunal de Vecinos Friesland“, die 2010 gegründet wurde, sind wir in das lokale politische System eingegliedert und können verschiedene Dienstleistungen im Zentrum der Kolonie anbieten, die man vorher nur in Itacurubí del Rosario erhielt.

Abschließend bedanke ich mich für das Vertrauen, das man in uns als Verwaltung gesetzt hat. Vieles ist noch zu tun; für das Erreichte wollen wir Gott danken!

Alfred Fast
Oberschulze

„Man muss nicht nur mehr Ideen haben als andere, sondern auch die Fähigkeit besitzen, zu entscheiden, welche dieser Ideen gut sind.“

Linus Carl Pauling (1901-1994), amerik. Chemiker



Was ist wichtig für den Erfolg eines guten Schuljahres?

Schulzeit – schöne Zeit

Damit kann und will nicht jeder mit einstimmen und doch sehe ich es so. Nirgendwo im Leben läuft alles glatt, aber wenn wir uns auf das Positive im Leben konzentrieren und positiv zum Wohl anderer beitragen, uns Gottes Führung unterstellen und keine Anstrengung scheuen, um Gutes zu wirken, hat sich unser Leben gelohnt und wir können es genießen.

Ja, was heißt das jetzt für die Schulzeit? Da der Schüler, das Kind, unser Kind der Mittelpunkt in der Schule ist, sollten wir, Eltern und Lehrer, alles dransetzen, um unsere Kinder die Schulzeit positiv erleben zu lassen. Da sind zuallererst die Eltern gefragt. **Wenn wir als Eltern die Schule als notwendiges Übel betrachten, geben wir unserem Kind schon einen negativen Einstieg ins Schulleben mit.** Manche denken noch nur daran, morgens um (halb) sechs Uhr aufstehen zu müssen und schon kocht der Unmut in ihnen. „Morgenstund hat Gold im Mund“, sagt ein Sprichwort. Davon bin ich persönlich überzeugt. Es ist ein Genuss, morgens pünktlich als Familie am Frühstückstisch zu sitzen, gemeinsam Morgengandacht zu machen, zu essen und sich ohne Hektik zu verabschieden, um den Tag zu beginnen. (Das geht auch bei Milchbauern.) Um den Tag in Ruhe zu beginnen, muss man den vorigen Tag in Ruhe abgeschlossen haben. Haben wir abends Zeit, um unseren Kindern einer gesunden Nachtruhe anzubefehlen? Computerspiele, Filme oder Fernseher helfen unseren Kindern nicht, um ruhig zu schlafen.

Wir als Eltern sind nicht ersetzbar! Wollen wir unsere Aufgaben, unsere Verantwortung übernehmen. Die erste und wichtigste Erziehungsinstitution ist das Zuhause der Kinder. In dieser Schule waren sie bevor die Lehrer uns als Eltern halfen, sie fürs weitere Leben vorzubereiten. In diesen 5-6 Jahren haben die

Kinder viel gelernt, was nun weiter gefördert werden kann oder auch nicht. Es wäre hilfreich, wenn Kinder Folgendes mitbrächten ins Schulleben:

- √ **Sauberkeit:** Das äußere Erscheinen ist nicht nur für das eigene Wohlbefinden wichtig, sondern für die ganze Umgebung. Ist das Kind gewaschen, gekämmt, frisch gekleidet oder musste es schon mit der Schuluniform schlafen, damit es morgens schneller geht? Kann mein Kind sich bei Schnupfen selber die Nase putzen? (Sollte es mit sechs Jahren können.) Weiß mein Kind, dass ein Handtuch zum Abtrocknen ist und ein Taschentuch zum Schnäuzen? Zur Sauberkeit gehört auch, dass mein Kind nicht die alten Reste aus der Nase bohrt und diese als Frühstück verwendet. Liebe Eltern, schicken Sie Ihr Kind bitte nie ohne Frühstück in die Schule!
- √ **Verantwortung:** Das Schulkind müsste im Stande sein, sich um seine Utensilien zu kümmern. Bringt es Jacke, Essdose usw. wieder mit nach Hause oder soll möglicherweise der Lehrer die Sachen nachreichen? Das Kind sollte gelernt haben für nicht verantwortlichen Umgang selbst Konsequenzen zu tragen. Solange ich meinem Kind alles nachreiche, lernt es nichts selbst anzupacken und durchzuhalten. Auf keinen Fall sollte sich Mama für nicht erledigte Hausaufgaben verantwortlich machen, auch nicht für das Packen der Schultasche. Das Kind sollte seine Aufgaben selber erledigen und wenn nicht, dann selbst die Konsequenzen tragen.
- √ **Ehrlichkeit:** Der offene und ehrliche Umgang miteinander, sei es zwischen Eltern und Kind, Eltern und Lehrer, Kind und Lehrer ist erforderlich für einen positiven Schulablauf. Irgendetwas geht mal daneben, das gehört zum Leben, doch der richtige Umgang mit Fehlern will gelernt und geübt sein.

√ **Stress vermeiden:** Ein Kind sollte nicht schon morgens vor der Schule Stress haben. Wenn es gleich morgens heißt: „Schnell, schnell, sonst kommen wir zu spät“, hat das Kind keinen guten Tagesstart. Stress hat das Kind auch, wenn es während den Schultagen bei Freunden übernachtet. Es ist nicht ausgeruht und nicht selten fehlen gerade dann auf beiden Seiten die Hausaufgaben, geschlafen haben beide nicht gut, weil noch so lange erzählt wurde usw.

Werte Eltern, die Grundlage für ein positives Ablaufen eines Schuljahres wird zu Hause gelegt. Wollen wir die Herausforderungen wahrnehmen und unser Kind positiv ins Leben gehen lassen!

Christina Braun

Hausaufgaben – wie kann ich helfen?

Über Hausaufgaben wird in der pädagogischen Ausbildung und Fortbildung immer wieder diskutiert – doch meistens bleibt man dabei, dass sie doch wichtig sind für das Vorwärtkommen des Kindes. Nicht nur, um vormittags gelernte Dinge noch einmal ins Gedächtnis zu rufen und dadurch besser zu behalten, sondern auch, um das selbstständige Arbeiten zu üben. Und nicht zuletzt auch, um den Eltern einen Einblick in das Lernen und die Fortschritte (und auch die Schwierigkeiten) ihres Kindes zu geben.

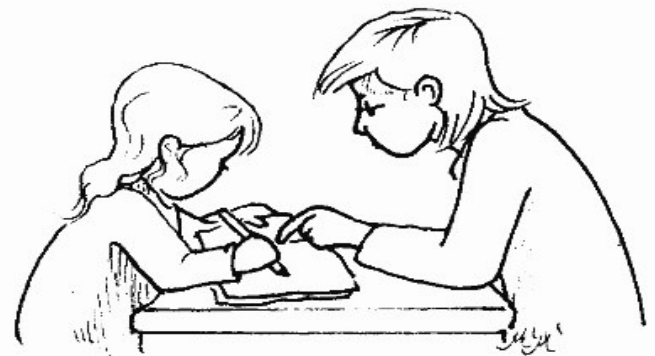
Sehr oft sind aber die Hausaufgaben ein Stein des Anstoßes.

Eltern ärgern sich über die Art und Menge der Hausaufgaben, über die Zeit, die sie verlieren, um dafür zu sorgen, dass die Hausaufgaben gemacht werden, vielleicht auch über die viele Zeit, die das Kind mit den Hausaufgaben verbringt und daher nicht für andere Arbeiten zur Verfügung steht (falls es das heute noch gibt!)

Lehrer ärgern sich natürlich, wenn die Hausaufgaben nicht gemacht sind, wenn sie (vielleicht) gemacht sind, aber zu Hause liegengeblieben sind, wenn Blätter und Hefte mit Fettflecken und Eselsohren präsentiert werden, und natürlich auch, wenn der Schüler erzählt, dass die Mama zu Hause sagte, das musste anders gemacht werden. Oder, wenn nach den Hausaufgaben Schere, Kleber, Stifte... zu Hause gelassen worden sind.

Wie können wir die Sache so angehen, dass eine eigentlich gute Sache nicht unter all diesem Ärgern leidet?

Zum ersten: Hausaufgaben sind Arbeit des Schülers. Mit ganz wenigen Ausnahmen (z.B. lesen in der ersten Klasse, Abfragen vor einer Probe o.ä.) muss der



Schüler das alleine erledigen können. Aufgabe der Eltern ist eigentlich nur eine gewisse Kontrolle, vielleicht am Anfang noch ein bisschen erinnern, dass da noch was zu tun ist. Wenn die Eltern sich die fertige Hausaufgabe zeigen lassen und schlampig erledigte Dinge neu machen lassen, leisten sie einen guten Dienst für ihre Kinder und für die Lehrer – in der Schule ist das nämlich aus zeitlichen Gründen ungleich schwerer! Die sofortige Bestrafung (schlampig – nochmal machen!) wirkt ungleich besser, als wenn der Lehrer das am nächsten Tag fordert!

Wichtige Aufgabe der Eltern ist die Bereitstellung eines angemessenen Arbeitsplatzes und das Bestehen darauf, dass zumindest schriftliche Arbeiten nicht im Bett oder auf dem Fußboden, sondern an einem ordentlichen Arbeitsplatz gemacht werden. Das muss nicht ein edler Schreibtisch in einem eigenen Zimmer sein – ich habe fast meine ganze Schulzeit lang die Hausaufgaben an unserem Esstisch gemacht. Wenn der noch nicht abgewischt war, musste ich das natürlich tun, ehe ich meine Schulsachen ausbreitete. Verantwortung, zu der erzogen werden muss – wieder eine Aufgabe der Eltern.

Vielleicht hilft solch ein allgemein benutzter Platz sogar dazu, dass man nachher alles wieder einpackt. Am eigenen Schreibtisch kann ja auch alles liegen bleiben – dann bleibt auch leicht was liegen, wenn man morgens schnell noch alles in die Tasche stopft. Hat das

Kind einen eigenen Schreibtisch, sollte es auch ein Schreib-Tisch sein, also nicht rund voll mit Spielsachen, gar noch Musikanlage....

Auch andere Störungen sollten mit Hilfe der Eltern ferngehalten werden. Dazu gehören vielleicht auch kleine Geschwister und Haustiere, Fernsehen oder Radio natürlich sowieso. Auch Essen während der Hausaufgaben ist nicht wirklich hilfreich!

Helfen kann, besonders bei Kindern, die zum Träumen neigen, wenn man sich ab und zu nach den Fortschritten erkundigt – dabei bemerkt man vielleicht auch mal, was noch alles ablenkt (die Schreibwarenindustrie produziert ja sooo tolle Schreibutensilien – die eigentlich Spielzeuge sind!).

Was tun, wenn trotz bestmöglichen äußeren Bedingungen die Hausaufgaben ewig brauchen? (und ich würde meinen, dass bei Primarschülern eine Stunde nicht überschritten werden sollte, im 3. Ciclo maximal zwei Stunden)

Erst mal nachfragen! Ich habe häufig erlebt, dass Schüler etwas falsch verstanden haben und endlose Hausaufgaben machen, über die ich nachher erschreke. Ich glaube, die meisten Eltern können sehr gut einschätzen, ob eine Hausaufgabe in einem realistischen Zeitraum erledigt werden kann. Ein kurzer Anruf kann da oft viel Ärger auf beiden Seiten sparen.

Wenn der Schüler trotzdem immer sehr viel Zeit braucht? Auch im Gespräch mit dem Lehrer bleiben! Nicht alle, doch sehr viele Probleme können im Gespräch gelöst werden, so dass die Hausaufgaben für beide Seiten erträglich und akzeptabel sind.

Die Zeit gleich nach dem Mittagessen ist auch nicht für alle die beste Zeit für Hausaufgaben, auch wenn es für die Eltern praktisch ist. Vielleicht lohnt es sich, mal auszuprobieren, ob die Hausaufgaben nach dem Terere oder vor dem Abendbrot nicht in der halben Zeit erledigt sind.

Noch eins: Kinder spüren sehr gut, wenn die Eltern die Hausaufgaben für Zeitverschwendung halten oder als störend empfinden, wenn z. B. die Mama zum Terere wegfahren will und daher zur Eile antreibt, oder gar aus diesem Grund die große Schwester schnell das letzte Stück schreibt. Dann kann man kaum erwarten, dass sie es die anderen Tage mit ganzem Herzen tun! Gibt es echt mal ein Zeitproblem, lässt wohl jeder Lehrer mit sich reden. Das ist dann was ganz anderes, als wenn das Kind am nächsten Tag sagt: „Ich konnte das nicht machen, weil wir weggefahren sind....“


Diese drei Dinge können die Hausaufgaben tatsächlich zu einer Sache machen, wo Eltern und Lehrer gemeinsam dem Kind vorwärts helfen: **Ordnung, positive Unterstützung zum selbstständigen Arbeiten und Kommunikation zwischen Eltern und Lehrern.**

Was haben Bauch und Kopf miteinander zu tun?

Ja, und warum interessiert es die Lehrer, was mein Kind isst?!

Ganz einfach: Weil die beiden eine Menge miteinander zu tun haben! Zwar kann man sich nicht einfach schlau essen, aber doch hat es eine große Auswirkung auf Intelligenz, Konzentrationsfähigkeit und Mitarbeitswillen, was, wann und wie wir essen. Auch die Volksweisheit hat ja dazu genug Sprüche: „Voller Bauch macht träge Beine“, „Nach dem Essen sollst du ruhn....“

Was sind nun die Fakten?

Beim Denken laufen eine Unmenge chemischer Vorgänge im Kopf ab, und damit das funktionieren kann, muss auch die Chemie bei der Ernährung stimmen. Das wissen wir ja eigentlich alle: Mehr Obst und Gemüse, weniger Zucker und Fett. Besonders die Vitamine und Mineralien sorgen für den reibungslosen Ablauf des Denkens, und die sind ja bekanntlich vor allem in Obst und Gemüse zu finden (und haben in dieser „Originalverpackung“ eine bessere Wirkung als Vitamine und Mineralien in Tablettenform oder als Zusatz bei Cornflakes o. ä.!) 

Doch auch das Wann ist ganz entscheidend, besonders für die Konzentrationsfähigkeit. Unser Körper ist so wunderbar eingerichtet, dass er selbst den Blutzuckerspiegel im Gleichgewicht hält, und damit für optimale Leistungsfähigkeit sorgt. D. h., wir müssen nicht dauernd essen und haben trotzdem ständig genügend Zucker im Blut, um gut denken und unsere Muskeln bewegen zu können – vorausgesetzt, wir bringen unseren Körper nicht durcheinander! Und das tun wir mit Nahrungsmitteln, die hohe Mengen an Zucker enthalten. Der geht nämlich sozusagen sofort ins Blut. Auf dieses Überangebot reagiert der Körper schnell, denn das ist lebenswichtig: Er schüttet große Mengen Insulin aus, um den Blutzuckerspiegel wieder zu senken! So folgt auf einen hohen Blutzuckerspiegel (der sich bei Kindern oft auch in über-

schäumender Witzigkeit und Zappeligkeit bemerkbar macht) dann schnell ein Blutzuckertief – und das führt zu Schläpheit und Konzentrationsschwäche. Wollen unsere Kinder also Zwieback mit Dulce de Leche, Kuchen oder gar Kekse, Schokolade oder andere Süßigkeiten in die Schule mitnehmen, so tun wir ihnen einen ganz schlechten Dienst, wenn wir ihrem Wollen nachgeben. Je höher der Zuckeranteil, desto stärker ist das schnelle Hoch und anschließende Tief im Blutzucker und folglich auch der Mut zum Lernen und die Konzentration! (Übrigens sind außer Coca-Cola auch viele „Obstsäfte“ die reinsten Zuckerbomben. Es lohnt sich, die Nährwertangaben auf Saftpäckchen zu lesen!)



Geben wir unsern Schülern für die Pause Vollkornbrot, dazu Obst, Gurken, Möhren, Tomaten. Da schnipselt sich unser genialer Verdauungsapparat selbst den Zucker fürs Blut sowie alle anderen wert-

vollen Stoffe heraus. Und zwar im richtigen Tempo, so dass unsere Insulinproduktion nicht in Schwierigkeiten kommt (was ja auch noch zu Diabetes führen kann) und der Blutzuckerspiegel nur wenig schwankt.

Dass man sich nach einem reichlichen Mahl träge fühlt, das kennen wir sicher aus eigener Erfahrung. Deshalb sind mehrere kleine Mahlzeiten für die

Leistungsfähigkeit vorteilhafter. Nach großen schweren Mahlzeiten (Fett und Fleisch zählen zu den schwerverdaulichen Speisen) muss der Körper erst mal alle Kraft auf die Verdauung konzentrieren. Die Durchblutung des Gehirns wird verringert, die des Magens erhöht – nicht die beste Voraussetzung zum Lernen! Wenn das Kind zu Hause nicht frühstückt, dann hat es oft schon lang vor der Esspause Hunger (und wenn man nur ans Essen denkt, kann man sich auch schlechter auf Rechtschreibung konzentrieren!). Ist die Pause endlich da, wird vor lauter Heißhunger oft auch noch schlecht gekaut – mehr Arbeit für den Magen, weniger Kraft fürs Denken! Frühstücken kann man sich angewöhnen, auch wenn das Hungergefühl morgens oft noch nicht erwacht ist. Die Portion braucht ja nicht groß sein, doch dann ist die Versorgung bereits in Gang wenn Zucker im Gehirn gebraucht wird, um gut denken zu können. Für die Pause reicht dann auch weniger, alles läuft harmonischer weiter.

Man braucht das Essen nicht zu einer Wissenschaft machen, man braucht auch nicht alles umstellen, man braucht auch nicht den Zucker allgemein zu meiden.

Doch mit diesen drei kleinen Grundregeln schafft man auch ernährungsmäßig die besten Voraussetzungen für gelungene Schultage: **1. Allgemein vitamin- und mineralstoffreiche Ernährung, 2. Frühstück nicht verschlafen, 3. Esspause ohne Zucker.**

Doris Letkemann

Der Rat des Arztes für eine gute Rückkehr ins Schulleben

Der Schulanfang bringt nicht nur Veränderungen für zu Hause, sondern auch einen Arztbesuch mit sich. Um einen Erfolg in der Schule sicherzustellen, ist es nicht nur wichtig, den Alltag neu zu organisieren, der in der Ferienzeit immer entspannter ist, sondern auch zu überprüfen, ob unsere Kinder gesund sind.

Zunächst ist es grundlegend, dass die Kinder die **Schlafenszeiten respektieren**, um so für den Schulalltag fit zu sein. Hier müssen wir uns als Eltern durchsetzen und eine Uhrzeit festlegen, an denen die Kinder schlafen gehen müssen und mindestens acht Stunden Schlaf bekommen. Es ist unsere Aufgabe, sicherzustellen, dass sie nicht bis spät in der Nacht vor dem Fernseher oder mit Online-Spielen beschäf-

tigt sind. Um dies zu erreichen, ist es empfehlenswert, den Fernseher oder den Computer nicht im Schlafzimmer der Kinder zu haben und dass auch die Handys in einem anderen Zimmer bleiben.

Der Schulanfang hängt in der Regel auch mit einem **jährlichen Arztbesuch** zusammen. Während diesem Besuch betonen wir als Ärzte besonders die Wichtigkeit einer **gesunden Ernährung und das Einhalten von vier täglichen Mahlzeiten**: Frühstück, Mittagessen, Vesper und Abendbrot.

Wir erinnern speziell daran, das **Frühstück nicht zu überspringen**, welches als Schlüssel für eine gute Konzentration der darauffolgenden Stunden dient. Wir empfehlen auch das Essen von ausgewogenem und gesundem Pausenbrot. Darüber hinaus bestehen

wir darauf, dass die Kinder zwei Gläser Milch pro Tag trinken.

Andererseits sollte man auch eine Kontrolle des Sehvermögens machen, um Probleme mit der Sicht vorzubeugen; weiter ist es wichtig zu überprüfen, ob das Kind eine seines Alters angemessene Sprachweise hat, ob es Probleme mit dem Hörvermögen hat und als Letztes eine zahnärztliche Kontrolluntersuchung machen zu lassen.

Obwohl die jährliche ärztliche und **klinische Untersuchung** für die meisten Kinder ausreichend ist, müssen im Fall von Krankheiten in der Vorgeschichte, weitere Untersuchungen gemacht werden.

Es ist sehr wichtig, auf das soziale Umfeld des Kindes zu achten und in der Familie über das Thema Schule zu sprechen. Interessieren Sie sich für die Neuigkeiten, welche Ihr Kind dieses Jahr in der Schule erwarten. Es ist grundlegend für die Kinder zu spüren, dass die Eltern sich auch noch für mehr als nur den Kauf der Schultensilien interessieren. An dieser Stelle möchte ich speziell den „Vater“ betonen, welcher

diese Aufgabe meistens gerne an die Mutter weiterleitet. Manchmal geht es soweit, dass es Väter gibt, die nicht einmal wissen in welche Klasse seine Kinder gehen. Als Beweis hierfür gilt, dass das Informationsheft „Mutterheft“ genannt wird, obwohl es ein „Elternheft“ sein sollte. Der Vater als geistliches Oberhaupt der Familie sollte auch eine grundlegende Rolle in der Erziehung seines Kindes übernehmen.

Zuletzt ist es auch wichtig, dass die Kinder mindestens dreimal pro Woche körperliche Aktivität haben und dass sie einen Platz zum Spielen haben. Denn körperliche Betätigung hilft beim Lernen, Wachsen und in der sozialen Integration.

Zusammenfassend dürfen Eltern und Lehrer nicht vergessen, **dass ein Kind besser lernen kann, wenn es gesund ist.**

Dr. Ruben Ibarra

Übersetzung: Delia Rempel



Ehefreizeit 2015

10–20 Jahre

Die Ehefreizeit findet von Samstag, den 21. März, bis Sonntag, den 22. März, statt.

Herr Ernst Reger aus Tres Palmas spricht zum Thema:

In der Liebe wachsen...

...es knistert wieder



Anmelden kann man sich bis **Dienstag, den 17. März** im Amt (bei Frau Lieselotte Martens), wo dann auch der Beitrag von **180.000 Grs.** pro Ehepaar zur Kostendeckung eingezahlt wird.

Das Programm findet im Lomas Park statt.

Es freut sich auf eine tolle Zeit mit euch

das Komitee 2015

NextLevel Leadership wurde 2001 von fünf Frauen aus Canada mit dem Ziel gegründet, Frauen zu ermutigen, Verantwortung innerhalb ihres Einflussbereiches zu übernehmen, Mentorinnen für Frauen zu sein bzw. zu werden. Es will helfen, den eigenen Charakter, die eigenen Gaben und Werte kennenzulernen und auch die persönliche Vision für das Leben zu entdecken. Es will Frauen anleiten, eine gesunde Beziehung zu Gott, zu anderen und zu sich selbst zu pflegen. Und es möchte zeigen, auf welcher Stufe im geistlichen Reifungsprozess man steht, um

wachsen zu können.

Es ist ein Training für die Frauen, die gerne Verantwortung in ihrem Einflussbereich übernehmen wollen oder übernommen haben.

2005 wurde es erstmals in Deutschland unterrichtet. Außerdem wird es auch in Ghana unterrichtet. Im Mai 2015 wird es zum ersten Mal in Australien angeboten. Modul 1 wurde ins Spanische übersetzt und schon einmal in Kolumbien unterrichtet. Es hat schon vielen Frauen geholfen, ihren von Gott gegebenen Auftrag zu finden und auszuführen.

Wir sind sehr dankbar, dass wir das Programm auch in Paraguay anbieten können. Erstmals wurde es im Januar 2011 im CEMTA angeboten. Dieses Training besteht aus vier Modulen. Modul 1 fand 2015 zum fünften Mal im CEMTA statt und Modul 4 zum ersten Mal. An Modul 4 durften die teilnehmen, die 1-3 abgeschlossen hatten. 25 Frauen haben die 4 Module abgeschlossen. Das war für uns ein besonderes Erlebnis.

Waltraud Siemens
CEMTA

Die Teilnehmerinnen, die an allen 4 Modulen teilgenommen haben



Meine Eindrücke von Next Level Leadership

Ich hatte das Vorrecht, vom 3. – 6. Februar 2015 in CEMTA am Frauenseminar NL Leadership teilzunehmen, zusammen mit Helena Giesbrecht und Hedwig Rempel aus Friesland. Insgesamt waren wir 36 Teilnehmerinnen in Modul 1.

Beeindruckt hat mich insbesondere:

- √ Das verständnisvolle Material dieses Leiterkurses
- √ Praktische Anweisungen für Leiterschaft

Herausfordernd war es für viele, eine persönliche Vision aufzumalen, und sie danach allen Teilnehmerinnen zu präsentieren. Beim Abschluss des Seminars wurde uns die Aufzeichnung mit einem Segensgebet überreicht.

Hervorgehoben wurde bei diesem Seminar:

- √ Dass jede Organisation oder Institution mit *einer Vision* und mit *einem Auftrag* arbeiten sollte.
- √ Dass meine Werte, mein Charakter und meine Fähigkeiten als Leiter mit dem Auftrag und Vision der Organisation übereinstimmen.

Mein Wunsch ist, dass für mich die Türen offen bleiben, um bei allen Modulen mitzumachen.



Die Teilnehmerinnen aus Friesland

Text und Fotos: Therese Reimer



Schuljahresbeginn an der Berufsschule der Mennonitenkolonien im Chaco von Py

An der Berufsschule hat mit dem Jahr 2015 bereits zum 35. Mal ein neues Schuljahr angefangen. Mittlerweile findet in allen regulären Lehrgängen der Unterricht statt. Die Schülerzahl beläuft sich wie in den letzten Jahren um die 200. Im BTA ist die Zahl zurückgegangen, dennoch ist eine positive Wendung zu verzeichnen, da sich für den 1. Kurs mehr Schüler als in den letzten zwei Jahren angemeldet haben.

Zu Lehrgänge und Schülerzahl siehe die folgende Tabelle:

	Menno	Fernheim	Neuland	Volendam	Friesland	Chaco	Ostparaguay	Subtotal	Por carrera
Mecánica I	6	5	5	0	1	3	0	20	
Mecánica II	7	1	3	0	0	0	0	11	
Mecánica III	8	2	1	0	1	0	0	12	43
Agromec. I	0	0	0	0	0	0	0	0	
Agromec. II	1	1	0	1	1	0	0	4	
Agromec. III	3	1	0	0	0	0	0	4	8
Electrotecnia I	9	1	0	1	0	0	0	11	
Electrotecnia II	12	0	3	0	0	1	0	16	27
T.A. I	4	6	0	0	0	1	0	11	
T.A. II	10	1	1	0	0	1	0	13	24
Carpintería I	6	0	1	0	0	1	2	10	10
Secretariado I	11	4	0	0	0	5	0	20	
Secretariado II	5	1	0	0	0	5	0	11	31
B.T.A. 1º	5	8	5	0	1	1	2	22	
B.T.A. 2º	2	8	3	2	0	0	1	16	
B.T.A. 3º	5	9	5	0	1	1	0	21	59
	94	48	27	4	5	19	5	202	

Wir sind sehr froh, dass für die verschiedenen Bereiche und Fächer die entsprechenden Mitarbeiter vorhanden sind. Alle unsere Mitarbeiter leisten einen sehr wertvollen Beitrag zur Ausbildung junger und erwachsener Personen für die Region und das Land.

Das ist die eine der zwei gleichwertigen Seiten der Medaille. Lassen Sie mich dies näher erläutern:

In der Berufsschule (die eine Seite) haben wir hoffentlich längst erkannt (mir ist bewusst, es war nicht immer so), dass wir es nicht besser wissen als die aktiven Berufstätigen in der Arbeitswelt (die andere Seite) - und hoffentlich

hat diese Erkenntnis auch bei den Absolventen Fuß gefasst, und wenn sie es noch nicht kapiert haben, werden sie in der Arbeitswelt schneller als erwartet, und meist unsanft davon überführt werden. Berufsausbildung grundsätzlich, und noch viel mehr im dualen System beruht immer auf Gegenseitigkeit. Berufsschule und Lehrbetriebe stehen nicht in einer Konkurrenz zueinander, sondern ergänzen sich. Die Mitarbeiter, die die Theorie und die Praxis in der Schule vermitteln, und die Ausbilder in den Lehrbetrieben, die tagaus tagein ihre Arbeit verrichten, sind ebenwertig. Es ist schlichtweg rührend, wenn Unternehmer auf die Frage hin, wieso sie Schüler in ihrem Unternehmen als Auszubildende aufnehmen, antworten, dass sie es aus sozialer Verantwortung heraus tun.

Diese soziale Verantwortung wünsche ich uns allen, die wir auch 2015 wieder junge und erwachsene Menschen einen Schritt näher zu einem erfüllten Berufsleben verhelfen wollen.

Viktor Wiebe
Leiter der Berufsschule



Ferien und Schüleraustausch in Deutschland

Bianca und Cindy
mit ihren Austauschschwestern



Wir, Bianca Enns, Felix Klassen und Cindy Reimer, nahmen vom 12. Januar bis zum 6. Februar 2015 am Unterricht in der August-Hermann-Francke-Schule in Gießen teil. Da wir aber alle drei schon einige Wochen vorher in Deutschland waren und bereits wussten, dass alles in Deutsch ist, war es für uns jetzt nicht so eine große Umstellung. In manchen Fächern waren die Fachbegriffe jedoch recht interessant und auch der Spanischunterricht war anders als wir ihn hier kannten, denn dort spricht man so Spanisch wie hier Englisch gesprochen wird. Unsere Austauschschüler gingen in die 11. Klasse A des Gymnasiums. Doch wir gingen manchmal auch in die 10. Klasse RA (Realabschluss) der Realschule, da wir dort auch Freunde und Geschwister von unseren Austauschschülern hatten und konnten so auch den Unterschied zwischen dem Gymnasium und der Realschule gut merken. Unsere Klasse in der 11 A war sehr ruhig und hat gut mitgearbeitet im Unterricht. Wir schlossen schnell Kontakt mit allen und haben auch öfters außerhalb der Schule etwas zusammen unternommen. An einem Mittwoch sind wir als Klasse nach Wiesbaden, der Hauptstadt Hessens, gefahren, zum Landtag, und haben dort eine Sitzung von Abgeordneten besucht. Unsere neuen Freunde in der Schule und in der Jugend waren immer sehr interessiert an unse-

rem Leben und unserer Kultur in Paraguay. Jeden Tag kamen welche und haben uns Fragen gestellt. Am interessantesten fand man unseren Tereré, da wir den jeden Tag mit in die Schule nahmen. Für manche war es unglaublich, dass wir Deutsch konnten, Strom, Internet und Smartphones hatten. Der Höhepunkt war für uns drei, als wir mit unseren Gastgeschwistern und noch einigen Freunden zum Winterberg fahren und es an dem Tag richtig stark geschneit hat und wir Ski gefahren sind. Es war sehr lustig, da wir alle fünf Minuten hingefallen sind und wieder neu aufstehen durften, um kurz darauf wieder zu stürzen. Es hat uns in dieser kurzen Zeit sehr Spaß gemacht. Wir durften viel dazu lernen, neue Freunde gewinnen usw. Jetzt sind wir wieder wohlbehalten zurückgekehrt und werden diese Zeit nie vergessen. Wir sind unseren Eltern dankbar, dass sie uns diese Erfahrung ermöglicht haben. Und vor allem auch Gott, der uns auf all den Reisen, die wir unternommen haben, bewahrt und gesegnet hat!



Die 11. Klasse A

Mir, Cindy, haben diese neun Wochen in Deutschland sehr gefallen. In den ersten vier Wochen war ich bei Christa Penner und durfte ihr Leben und ihre Schule in Düsseldorf kennenlernen. Auch bin ich alleine oder mit verschiedenen Freunden in der Bahn rumgereist und habe mir vieles angesehen, das ich schon immer mal sehen wollte, z.B. Stuttgart, Bielefeld, München, die Allianz Arena, Passau, den Kölner Dom, Paris, Österreich usw.



Auch hab ich die Zeit in Gießen richtig genossen. Meine Gastfamilie war groß, ich als Einzelkind durfte lernen, in einer Großfamilie zu leben, nämlich mit neun Kindern. Doch das hat mir gar nicht schwer gefallen, denn ich verstand mich sofort mit allen sehr gut und habe mich bei ihnen sehr wohl gefühlt. Meine Gasteltern sind mit mir öfters in andere Städte gefahren und auch in Eiskunsthallen, wo wir Eisschlittschuh gelaufen sind. Der Gastvater war Predi-

ger in zwei Gemeinden, so dass ich auch zwei mal am Sonntag im Gottesdienst war.

Ich, Bianca, war sechs Wochen in Deutschland. Die ersten zwei Wochen war ich bei meinem Onkel Erwin Wittenberg in Dortmund. Ich bekam in der Zeit Dortmund, Münster, Köln und andere kleinere Städte zu sehen.

Meine Gasteltern in Gießen haben fünf Kinder mit denen ich viel Spaß hatte. An den Wochenenden bin ich dann mit ihnen in verschiedene kleine Städte gefahren. Ich habe auch an den Programmen der Gemeinde in Hüttenberg teilgenommen, und ganz besonders an Jugendprogrammen. Alle waren in dieser Zeit sehr offen und großzügig. Ich habe mich sehr angenommen und vor allem wohl gefühlt.



Cindy Reimer mit ihrer Gastfamilie

Text und Fotos:
Bianca Enns (10. Klasse)
und
Cindy Reimer (11. Klasse)



Etwas zum dankbar sein...

Wenn du Nahrung im Kühlschrank, Kleidung auf dem Leib, ein Dach über dem Kopf und einen Schlafplatz hast, bist du reicher als 75% dieser Welt.

Wenn du Geld auf der Bank, in deiner Brieftasche oder auch nur irgendwo herum liegen hast, gehörst du zu den Top 8% der Reichen dieser Welt.

Wenn du heute Morgen eher gesund als krank aufgewacht bist, geht es dir besser als der einen Million, die diese Woche nicht überleben werden.

Wenn du nie die Gefahr eines Krieges direkt um dich herum erlebt hast, die Einsamkeit einer Gefangenschaft, den Schmerz von Folterung, oder das Elend von Hunger, geht es dir besser als 500 Millionen anderer Menschen in dieser Welt.

Wenn du an einem Gottesdienst teilnehmen kannst ohne die Furcht, verfolgt, bedroht, verhaftet, gefoltert oder getötet zu werden, bist du gesegnet als 3 Milliarden anderer Menschen in der Welt.

Wenn deine Eltern noch leben und immer noch verheiratet sind, gehörst du zu den Seltenheiten.

Wenn du dieser Zeilen lesen kannst, hast du gerade einen doppelten Segen erhalten, weil jemand sich die Mühe gemacht hat, diese Zeilen für dich zu schreiben und außerdem, bist du gesegnet als über 2 Milliarden Menschen in dieser Welt, die gar nicht lesen können.

Ich glaube, dieser Text zeigt sehr deutlich, wie zufrieden wir eigentlich sein können, auch wenn es uns manchmal nicht so vorkommt, weil wir vielleicht Probleme in der Schule, mit Freunden oder sonst was haben. Aber wenn wir mit unseren Problemen zu den Menschen schauen, die kein Dach über dem Kopf, keinen Platz zum Schlafen usw. haben, dann geht es uns doch eigentlich sehr gut, oder?

Noch ein Bibelspruch dazu: **Dies ist der Tag, den der Herr gemacht; lasst uns freuen und fröhlich an ihm sein.** (Psalm 118, 24) Gott segne Dich!



Anzeige

Junger Historiker kauft alte Briefumschläge & Postkarten
(mit Briefmarken) und Briefmarkensammlung
(vor 1945) .

Hupka, Berlinerstr.13, D-06188 Landsberg, Tel./Fax 034602/404970,
email: lesmal@t-online.de

Lebenslauf von Schwester Lena Janzen

Schwester Lena Janzen war eine Frau, dessen unermüdlicher Einsatz und die vielen Liebesdienste in der Zeit, wo Friesland noch keinen eigenen Arzt hatte, so manch einem das Leben gerettet haben.

Sie hat sich mit allen, was sie hatte und konnte, für das Wohl ihrer Mitmenschen in Friesland eingesetzt. Unter den primitivsten Verhältnissen, mit fast keinen Mitteln, ist sie unseren Müttern Geburtshilfe, unseren Vätern Knochenarzt, Zurechtmacher und auch Vieh-Arzt gewesen. Überall, wo Not war, konnte man sich auf Tante Lena verlassen.

Sie konnte, dank der Unterstützung des MCC, einen dreijährigen Hebammen-Kursus in Asunción absolvieren. Zum Zeitpunkt ihrer Rückkehr nach Friesland, 1947, war schon mit dem Bau eines Krankenhauses begonnen worden.

Nach einiger Zeit, zog sie nach Kanada und arbeitete dort als Hilfsschwester im Bethania Altenheim. Nach einem Jahr bot sich ihr die Gelegenheit, im hohen Norden Albertas in einem entlegenen Städtchen mit Namen Smoky Lake als Krankenschwester zu arbeiten.

Als nächstes machte sie einen Einsatz in Bolivien, wo sie für zwei Jahre auf einer Schwesternstation für das MCC arbeitete.

1968 kam sie zurück nach Manitoba, Kanada, und nahm mit 48 Jahren noch einmal an einem Krankenschwesternkursus in englischer Sprache teil. Erst musste sie nun aber die 12. Klasse beenden und dann weiter das lernen, was sie eigentlich ihr ganzes Leben getan hatte. Nach zwei Jahren anstrengenden Lernens graduierte sie dann endlich auch hier als eine registrierte Krankenschwester, nicht nur mit Gut, sondern im Praktischen als Zweitbeste! Daraufhin hat sie noch mehrere Jahre in Kanada als Krankenschwester gedient.



Nachdem sie schon in den Ruhestand getreten war, fuhr sie nach Paraguay zurück und wurde von der Verwaltung der Kolonie Menno gefragt, ob sie bereit wäre, den Krankenschwesterstudenten nach Bedarf zu helfen. Sie hat das dann auch gerne getan.

Danach kehrte sie nach Friesland zurück, um ein Jahr lang im Altenheim zu arbeiten.

Nach der Rückkehr von Friesland nach Kanada hat sie ihren Ruhestand genossen, indem sie mit Freunden reiste.

2010 erlitt sie einen Gehirnschlag, was ihr ganzes Leben sozusagen über Nacht veränderte, woraufhin sie in einem Pflegeheim lebte. Hier mochte sie es, von ihrer Familie besucht zu werden. Auch die Familie ging immer gesegnet und ermuntert aus ihrem Zimmer.

Frau Lena Janzen ist am 29. Januar 2015 in Canada zu ihrem himmlischen Vater heimgegangen. Sie erreichte ein Alter von 92 Jahren und 9 Monaten.

Sie hat in ihrem Leben Gott und den Mitmenschen gedient und hat ihren Platz, den Gott ihr gegeben hat, treu und redlich ausgefüllt!

Zusammengestellt von der Redaktion

Lebenslauf von Gerhard Bergmann



Gerhard Bergmann wurde am 9. Mai 1926 in Gnadenheim, Russland, geboren. Seine Eltern waren Jakob Bergmann und Margarete geb. Voth. Er war der vierte von neun Geschwistern, von denen ihm schon drei Brüder im erwachsenen Alter und eine Schwester im Kindesalter im Tode vorangegangen sind.

Als er vier Jahre alt war, wanderte Familie Bergmann aus Russland über Deutschland nach Paraguay aus. Sie siedelten im Chaco im Dorf Nr. 3, Gnadenheim, an. Da lebten sie sieben Jahre. Hier besuchte Gerhard die ersten vier Jahre der Grundschule. Als er 11 Jahre alt war, zog die Familie Bergmann nach Ostparaguay in die Kolonie Friesland, wo sie im Dorf Nr. 8, Rosenberg, ansiedelten. Gerhard besuchte noch weitere zwei Jahre die Dorfschule. Mit 16 Jahren besuchte er noch zwei Jahre die Zentralschule.

Als junger Mann war er viel als Tschumaker unterwegs, um den Lebensunterhalt zu verdienen. Als 1947 die Revolutionszeit anging, mussten einige Friesländer-Männer mit ihren Fuhrwerken Hilfe leisten. Er war einer von diesen Männern, die geschickt wurden. Sie waren drei Monate und 17 Tage lang unterwegs, mittendrin in der Revolution.

1948 hat er angefangen in der Kooperative zu arbeiten. Fünf Jahre machte er ein Fernstudium als Buch-

führer an der Akademia Pietman Buenos Aires, Argentinien. Insgesamt hat er 24 Jahre in der Kooperative gearbeitet, davon 18 Jahre als Buchführer. Außerdem hat er viele Jahre als Masseur gearbeitet und damit fast bis zuletzt vielen Leuten geholfen.

Am 12. September 1953 heiratete er seine liebe Frau, Lena Barga. Ihnen wurden vier Kinder geboren.

Am 21. Februar 1954 (heute vor genau 61 Jahren) ließ er sich auf seinen Glauben hin taufen und in die Mennoniten Gemeinde zu Friesland aufnehmen. Sein Tauf- und Leitvers war: „Ich bin das Licht der Welt, wer mir nachfolgt, der wird nicht wandeln in der Finsternis, sondern wird das Licht des Lebens haben.“ Johannes 8,12 Getauft wurde er von Ältester Jakob Isaak.

Meilensteine in seinem Leben waren:

Die grüne Hochzeit 1953

Die Silberhochzeit 1978

Die Goldene Hochzeit 2003

Die Diamantenhochzeit 2013

Seine Taufe 1954

Die Geburt ihrer Kinder

Nun hat Gott ihn am 20. Februar 2015 im Alter von beinahe 89 Jahren nach einem langen schweren Leiden zu sich gerufen, wir gönnen ihm diese himmlische Ruh. Er hinterlässt seine Ehefrau Lena, vier Kinder mit ihren Ehepartnern, 10 Großkinder, 8 davon mit Ehepartner, 7 Urgroßkinder und unsere Hermanita Noelie Köler.

Unseren ganz besonderen Dank möchten wir Noelie für ihre aufopfernde Liebe und Hingabe, mit der sie unseren Vater 24 Stunden um die Uhr gepflegt hat, aussprechen. Herzlich danken wir auch dem Krankenhauspersonal, das zu jederzeit hilfsbereit zur Seite stand.

Wir wollen auch einem jeden, der bei der Planung und Durchführung dieser Begräbnisfeier mitgewirkt hat, im Namen der Familie Bergmann herzlich DANKE sagen.

Die trauernde Familie Bergmann



Osterbasteln

Aus Altem Neues machen! „Recycling“ kommt aus dem Englischen und bedeutet wiederverwerten. Das Ziel dabei ist, mit den Rohstoffen, die in der Welt nur begrenzt vorhanden sind, sparsam umzugehen und sie deshalb wiederzuverwerten. Dadurch schont man die Natur und die Umwelt.

Seit den letzten Jahrzehnten ist der Begriff Recycling immer wichtiger geworden. Wir wollen in diesem Jahr in jeder Ausgabe einen Tipp geben, wie man aus „Müll“ etwas Neues machen kann. Wir machen Mut, diese Ideen auch in die Praxis umzusetzen und somit alle unseren kleinen Beitrag zum Umweltschutz beizutragen. Gerne dürft ihr auch Ideen einschicken, die wir dann veröffentlichen!

Frau Karola Giesbrecht hat das für diese Ausgabe schon gemacht und etwas für Ostern eingeschickt. Viel Spaß beim Nachbasteln!

Die Redaktion



Osterbehälter:

1 leere Konservendose

Kleber und Schere

Moosgummi für die Dose, Ohren,

Augen und Mund

Schwarze Papierstreifen für die Schnurrhaare

Osterkörbchen:

- Leere Gaseosaflasche, davon einen Streifen für den Bügel zurechtschneiden.
- Hefter, um den Bügel anzuheften.
- Stoffreste, um das Körbchen zu bekleben.
- Oben am Rand einen Streifen Moosgummi
- Mit ausgestanzten Blumen und Ostereier verzieren



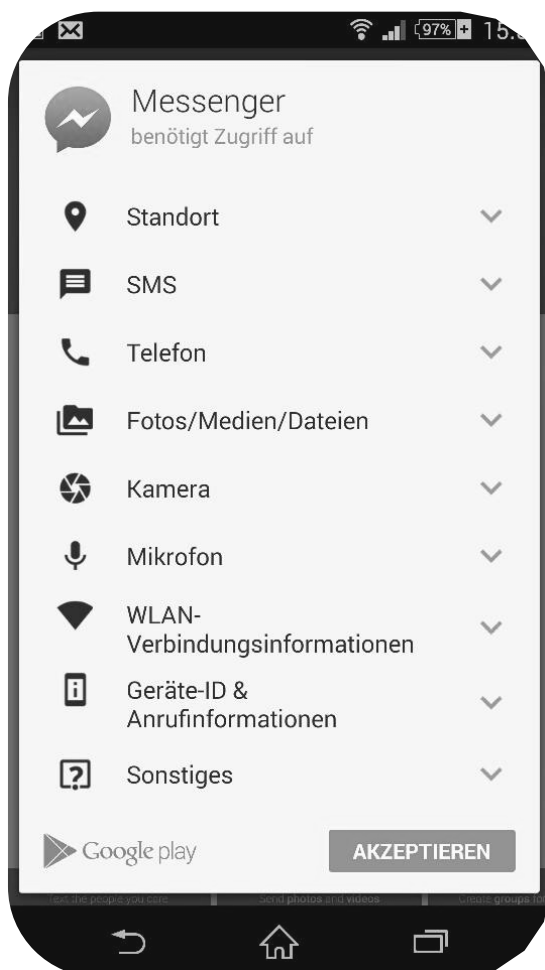


Schnarchst du? Nun, wenn du es nicht weißt, kannst du dir dazu eine App runterladen....

Es gibt mittlerweile 1.300.000 Apps. Das ist eine Statistik aus dem vergangenen Jahr (2014). Viele dieser Apps sind sehr nützlich, einige sind lustig, manche unterhaltsam und andere unnötig. Millionen von Smartphone-Besitzer nutzen täglich Apps. Allein Whatsapp zählt 700 Million aktive Nutzer (Stand April 2014). Dabei muss man noch bedenken, dass China keinen Whatsappzugang hat. Die meisten Apps sind kostenlos, dafür „verschenkst“ du deine Daten. Die Facebook-App als Messenger zum Beispiel möchte sehr viele Daten von dir haben. Deshalb solltest du Facebook auf deinem Smartphone nur mit dem Browser öffnen und nicht als App installieren.

Aber nun zu den guten Seiten der Apps. Es gibt viele nützliche Apps für Kinder, Teens und Jugendliche. Einige davon möchte ich hier präsentieren. Manche habe ich selbst ausprobiert. Bei anderen verlasse ich mich auf die Infos von seriösen Seiten. Eltern sollten am besten immer kontrollieren, welche Apps ihre Kinder nutzen. Damit Kinder und Teens nicht zu oft und zu lange am Handy „hängen“ ist eine **Handystation** im Haus von großem Nutzen. Hier werden alle Handys während der Schule, in der Lernzeit und nachts (es gibt noch normale Wecker) hingelegt. Im Idealfall ist dieser Ort in der Nähe einer Steckdose, so dass die Handys hier Nachts auch aufgeladen werden.

Lic. Michaela Bergen



Links für Kinder:

www.klick-tipps.net/kinderapps

www.internet-abc.de

www.fragfinn.de

www.lernspass-fuer-kinder.de

www.kindernetz.de

Links für Teens/Jugendliche:

www.mpfs.de

www.juuuport.de

www.handysektor.de

www.geolino.de

www.youngdata.de

Link für Eltern

<http://internet-abc.de/eltern/>



für Kinder

Wie hört sich eigentlich ein Staubsauger an – und wie ein Skateboard? Oft verlassen wir uns auf unsere Augen. Das Geräusche-Quiz lässt genauer hinhören. Für Ohrenspitzer ab 6 Jahre. Stiftung Medien Kompetenz Forum Südwest



Kleines Einmaleins Übungsspiel ist eine erzieherische App für Kinder ab dem zweiten Schuljahr, die Kindern dabei hilft das kleine Einmaleins zu lernen (bis zur 12er Reihe!)

Ampelini: Um Kindern das Thema Sicherheit näherzubringen, werden sie in dieser App spielerisch dazu angeleitet, Gefahren selbst zu erkennen und zu beseitigen. Die Ampelinis begleiten sie dabei, geben Hilfestellung und Tipps zum richtigen Verhalten.



„Appolino Lesen“ soll das Lesen lernen unterstützen. Die umfangreiche App umfasst neun Teilanwendungen, in denen Buchstaben den passenden Wörtern zuzuordnen, Sätze nachzubauen und Textschnipsel zu lesen und zu verstehen sind. Die Spielenden müssen sehr aufmerksam sein, um die teils recht kniffligen Aufgaben bewältigen zu können.



Spiel zum Üben von Wörtern, das man mit bis zu drei weiteren Mitspielern gemeinsam spielen kann.

Mit "Bubl Draw" können Kinder gleichzeitig malen und komponieren, denn in jeder der angebotenen Farben versteckt sich ein Musikinstrument, mit dem man "malen" kann. Linien, Wellen und Kreise stellen ein Gesamtbild dar, das sich in individuelle Kompositionen verwandeln lässt. "Buble Draw" kann somit als musikalisches Werkzeug angesehen werden, das Farbe, Klang und Form miteinander verbindet.



für Teens/Jugendliche

Pixlr Express: Kostenlose Foto-Bearbeitungs App. Einfache Bedienung, sehr viele Effektfilter und Overlays—individuell einstellbar. Macht auch Collagen.



4 Bilder 1 Wort ist ein schnelles und gelungenes Knobelspiel für alle Rätselfreunde. Anhand von 4 Bildern muss man auf ein gesuchtes Wort schließen. Das ist manchmal sehr einfach und manchmal unheimlich schwer – macht aber immer richtig Spaß.



Englische Verben ist eine praktische App für alle, die die Konjugation englischer Verben lernen oder ihr Basiswissen auffrischen möchten. Das Lernprogramm bietet über 2000 Konjugationen, eine Sprachausgabe zum besseren Verständnis und hat eine übersichtliche Bedieneranwendung.



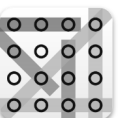
Lexico Kasus: Die Grammatik-App widmet sich intensiv der deutschen Fallbildung. Visuell und auditiv lassen sich Verhältnisse von Gegenständen untersuchen. Dabei werden Bilder einander zugeordnet und einfache Sätze gebildet. Die Übungsobjekte beschäftigen sich mit verschiedenen Themenfeldern wie „Tiere“ oder „Beruf“. Sie sind vor allem für den Einsatz in schulischen und außerschulischen Bildungsinstitutionen gedacht.



Fit2go: Fitness-Apps werden immer beliebter. Ziel der App **FIT2GO** ist es jedoch nicht, wie so häufig, den zurückgelegten Weg anzuzeigen oder verbrauchte Kalorien zu errechnen. Es gibt viele Gründe für mangelnde Bewegung. Viel Arbeit, wenig Zeit oder einfach fehlende Motivation. Dabei ist es sehr einfach. Die App wurde von einer Krankenversicherung entwickelt.



Wortsuche: Kreuzworträtsel auf dem Display. Gute Unterhaltung für Wartezeiten. Bestimmt auch ein gute Abwechslung für Erwachsene.



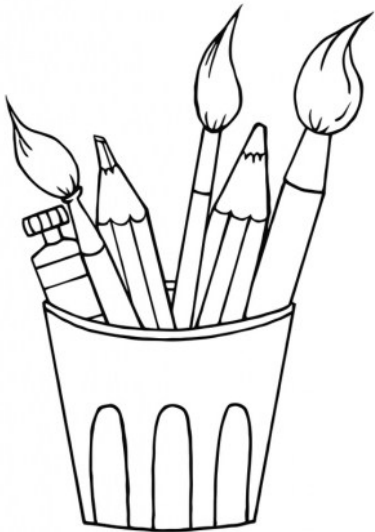


Liebe Kinder, wisst ihr was?

Die Schule macht nicht immer Spaß.

Morgens um sechs aufstehen,
 und dann noch zur Schule gehen.
 Und dann muss man noch lernen,
 gerne würden wir uns entfernen.
 Doch etwas wissen müssen wir,
 darum gehen wir zur Schule hier.

Brianna Bergen



Bilder zum Ausmalen

Wörterversteck

Findet ihr diese zehn Wörter?

- Zirkel
- Ranzen
- Uniform
- Lineal
- Anspitzer
- Mäppchen
- Heft
- Buch
- Mappe
- Stift

L	I	N	E	A	L	G	R	I	J
H	M	Y	T	L	P	N	Ü	K	X
T	A	Q	B	F	C	W	Z	U	Q
Ä	P	K	Ö	L	E	K	R	I	Z
N	P	M	S	G	Ä	H	X	O	Y
R	E	Z	T	I	P	S	N	A	T
Ä	W	I	L	H	Ü	V	F	J	F
N	E	H	C	P	P	Ä	M	C	I
G	D	U	N	I	F	O	R	M	T
Ö	B	N	E	Z	N	A	R	X	S

Pet-Raeder - Programm

Eine Hilfe für Geh-Behinderte

Durch Vermittlung von Herrn Heinrich N. Dyck ist Neuland zu diesem Programm aus den U.S.A. gekommen. Da diese Räder ein Hand-Pedal-System haben, sind sie ausgezeichnet für Geh-behinderte Leute, wie Sie es auf dem Bild sehen können. Die Pet-Raeder werden unentgeltlich vergeben, an Personen, die sie benötigen. Sie müssen nur einen Vertrag unterschreiben, wo sie versprechen, selbige gut zu unterhalten. Wenn der persönliche Gebrauch endet, sei es durch Besserung der Situation oder Lebensende, müssen die Raeder zurückgegeben werden. Man darf sie nicht weiterschicken.

Interessenten aus dem Chaco dürfen sich an mich wenden: Jakob N. Dyck; N-H, Celularnummer (0981) 848-154; Interessenten aus Asunción und weiter ringsum wenden sich bitte an Sebastian Boldt; er ist Arbeiter in der Kooperativsvertretung Neulands in Asunción, Artigas. Tel. 021-294-241. Wir sind sehr daran interessiert, Geh-behinderten zu helfen.

Grüßend Jakob Dyck
Sozialamt Neuland

Der erste Erfolg dieses Programmes

Am 23. Januar 2015 bekam der siebzehnjährige Francisco Guarela, der zusammen mit Mutter und Schwestern in Villa Hayes wohnt, ein Pet-Rad. Tags, wenn Mutter auf Arbeit ging, wurde er immer zu den Nachbarn gebracht, die sich dann um ihn kümmerten.



Er lebt seit seiner Geburt in dieser Situation. Als Kind hat man ihn zu Spezialisten gebracht, es hat aber zu keiner Besserung geführt, so dass auch keine Hoffnung auf Besserung da ist. Glücklicherweise hat er trotz allem sechs Jahre Primarschule gemacht.

Bis jetzt hat er einen Rollstuhl benutzt. Er bekam das Pet-Rad angeboten, aber er willigte nicht ein. Man hat es ihm trotzdem gebracht. Anfangs wollte er es gar nicht mal probieren. Es kam doch so weit, dass er es probierte, und seit dem gefällt es ihm außerordentlich. Man versucht, ihn sogar zu überreden wieder zur Schule zu gehen, weil er jetzt ja eine sehr gute Bewegungsmöglichkeit hat.





Kurz vor 11 Uhr – und was koche ich heute?

Dann gibt es was Schnelles. Das Fleisch kommt in die Mikrowelle zum Abtauen, währenddessen wird noch die Beilage gemacht, für den Gemüsesalat reicht die Zeit nicht mehr aus. Am Ende der Woche stellen Sie fest, dass keine Kartoffeln auf den Tisch waren, dass Rührei und Nudeln sich abgewechselt haben, dass nur zweimal ein Gemüsesalat da war.

Eine **vorausschauende Planung** kann dem entgegenwirken. Mit einer Planung können Sie das Fleisch am Vortag aus der Tiefkühltruhe im Kühlschrank abtauen lassen. Mit einer guten Planung versichern Sie, dass Sie während der Woche vielseitig und abwechslungsreich essen. Und Sie vergessen so den Gemüsesalat nicht, weil er auf dem Speiseplan steht. Außerdem fangen Sie mit dem Kochen zeitig an, da Sie genau wissen, was Sie wollen.

Tipps zum Erstellen eines Speiseplans

- * Planen Sie die Hauptmahlzeiten, damit organisieren sie einen großen Teil Ihrer „Küchentätigkeiten“
- * Planen Sie wochenweise, oder im 2-Wochen-Rhythmus.
- * Erstellen Sie parallel zum Speiseplan die Einkaufsliste.
- * Beim wöchentlichen Einkauf nutzen Sie die Angebote.
- * Achten Sie bei der Erstellung des Speiseplanes auf Gemüse und Obst in Saison.
- * Fragen Sie Ihre Familie nach Wunschen. Planen Sie Lieblings Speisen mit ein.
- * Beachten Sie die Ernährungsempfehlungen, um sich und Ihre Familie vollwertig und gesund zu ernähren.
- * Bewahren Sie die Speisepläne auf. Sie sind eine gute Quelle für später.

Wie sollte der Speiseplan gestaltet werden? Sie können natürlich alles einfach auf einen kleinen Zettel schreiben was Sie kochen wollen. Übersichtlicher und praktischer ist jedoch ein Speiseplan, auf dem Sie 1 bis 2 Wochen auf einen Blick haben. Den Speiseplan zu erstellen können Sie zu einem wöchentlichen Familienritual machen. Wenn Kinder mitentscheiden dürfen, lernen Sie die Prinzipien einer gesunden Ernährung kennen und Sie sind eher bereit, gewisse Lebensmittel zu essen.



Angelina Ginter
Ernährungswissenschaftlerin

Sparen Sie Geld mit einem Speiseplan –

Wer einen Speiseplan erstellt und danach einkauft, kann jede Menge Geld sparen.

Sparen Sie Zeit mit einem Speiseplan –

Nach dem Volksmund: Gut vorbedacht schon halb gemacht.

Tartelettes mit Füllungen



Zutaten:

Mürbeteig:

100 g Zucker
200 g Butter
300 g Mehl
1 Pr. Salz
1 Eigelb

Schokomürbeteig:

100 g Zucker
200 g Butter
250 g Mehl
50 g Kakao
1 Pr. Salz
1 Eigelb



Weißer Schokoladen-Orangen-Creme

Zutaten:

200 g Sahne
100 g weiße Schokolade

100 ml Orangensaft
Orangenschalenabrieb
20 g Stärke

1 Päckchen Sahnesteif

Zubereitung:

- √ Sahne aufkochen. Vom Herd nehmen Schokolade in Stücke brechen. Zur Sahne geben und so lange rühren, bis sich die Schokolade gelöst hat. In ein hohes Rührgefäß füllen und kühlen.
- √ Orangensaft, Orangenschale und Stärke verrühren und aufkochen, so dass ein Pudding entsteht. Den Pudding mit Folie abdecken, so dass keine Haut entsteht und abkühlen lassen. Anschließend kurz durchrühren.
- √ Schokosahne mit Sahnesteif steif schlagen, Orangencreme unterheben.
- √ Die Tartelettes mit einem Spritzbeutel füllen. Evtl. mit Früchten dekorieren.

Zubereitung:

- √ Alle Zutaten in einen Mixer geben oder mit den Händen schnell zu einem glatten Teig verkneten.
- √ Mindestens 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.
- √ Eine Muffinform einfetten und bemehlen.
- √ Den Teig hineindrücken, so dass ein Tartelette entsteht. Bei 180°C für etwa 10 Minuten hell backen.

Info: Der Teig reicht jeweils für 24 Mini-Tartelettes oder etwa 20 Tartelettes in einer normal großen Muffinform.

Schoko-Sahne

Zutaten:

200 g Sahne
100 g Schokolade

(z. B. Zartbitter, Vollmilch, weiße Schokolade, Pfefferminzschokolade, usw.)

1 Päckchen Sahnesteif

Zubereitung:

- √ Sahne aufkochen. Vom Herd nehmen Schokolade in Stücke brechen. Zur Sahne geben und so lange rühren, bis sich die Schokolade gelöst hat. In ein hohes Rührgefäß füllen und kühlen.
- √ Schokosahne schaumig rühren, Sahnesteif einrühren und steif schlagen.
- √ Die Tartelettes mit einem Spritzbeutel füllen. Evtl. mit Früchten dekorieren.

Info: Die Creme reicht für 1 Portion Teig aus

Guten Appetit wünscht
Bianca Penner

Schulanfang

