

Coop. Agr. Friesland. Ltda. - Asociación Civil Friesland

Friesland

Informationsblatt

23. Jahrgang
März 2015
Nr. 3

*Was brauchen wir,
um glücklich zu sein?*



Inhalt

1. Worte des Oberschulzen	3
2. Aus der Verwaltung	4
3. Berichte	5
Aus der CAF > DAF • Silo und Körnervermarktung • CEF • Supermarkt	
Aus der ACCF > Colegio Friesland • Musikförderkreis • Deportivo Estrella • Leihbibliothek • Sozialamt	
4. Friesland Exklusiv	12
> Corre-Caminata • Kathrin Schlick • Studentenverein • Colegio Gutenberg	
5. Im Fokus	16
> Was braucht man, um glücklich zu sein?	
6. Über die Kolonie hinaus	20
> Hallenfußballturnier • Frigorifico Neuland • Spa-tenstich	
7. Mensch und Gesellschaft	23
> Decisiones • Lebenslauf	
8. Der Recycling-Tipp	25
> Pala pequeña	
9. Medienkompetenz für die Familie	26
> Privat oder öffentlich?	
10. Der besondere Beitrag	28
> Einzigartige und seltene Tiere in unserer Umwelt	
10. Kinderseite	29
> Glücklich sein	
12. Aus dem Haushalt	30
> Gesunde Ernährung • Osterkranz	
13. Gedicht	32

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

Liebe Leser!

Glücklich sein ist etwas, das alle Menschen wollen. Schon nur allein die Tatsache, dass der 20. März als internationaler Tag des Glückes erklärt wurde, zeugt davon. Egal ob klein oder groß, alt oder jung, arm oder reich. Was brauchen wir denn wirklich, um glücklich zu sein? Wer ist für unser Glück verantwortlich? Was können wir selber tun für unser Glück, wie weit bestimmen die Umstände unser Glückseligkeit? Mit diesem Thema befassen wir uns in dieser Ausgabe.

Der Monat März war für alle Friesländer ein trauriger Monat. Leid, das in unseren Reihen einkehrte, und schwer zu tragen ist, schien uns manchmal die Luft zum Atmen zu nehmen und beschattete das gesamte Leben in der Gemeinschaft. Gottes Wege sind oft so unbegreiflich! Aber dennoch können wir sicher sein, dass er die Kontrolle nicht verloren hat und uns fest in seiner Hand hält.

Die neue Verwaltung ist seit beinahe einem Monat im Amt. So einiges ist schon initiiert worden, vieles ist zu tun. Von einigen Aktivitäten lesen wir in dieser Ausgabe. Der Unterricht in der Schule und in den Universitäten ist angelaufen. Für so manchen beginnt ein neuer Abschnitt: Sei es nun für Kinder in der Vorschule oder für die neuen Studenten. Auch davon wird berichtet.

Mein Wunsch ist es, dass wir bewusst leben und das wahre Glück suchen. Und dass wir uns gegenseitig in unserer Trauer wahrnehmen und unterstützen.

Beate Penner
Reaktionsleiterin



Thema der nächsten Ausgabe:

Warum ist Lesen wichtig?

Werte Friesländer!

Ganz herzlich möchte ich mich bei jedem Mitglied der Kooperative Friesland, wie auch bei jedem Mitglied der Zivilen Vereinigung Frieslands für das Vertrauen, das ihr mir als Leiter dieser Institutionen schenkt, bedanken.

Mein Dank gilt auch dem ausgetretenen Oberschulzen Herrn Alfred Fast, den ausgetretenen Verwaltungsmitgliedern wie auch dem ausgetretenen Aufsichtsrat und Waisenamt. Seit Dezember 2014 wurde ich schon zu allen Verwaltungssitzungen eingeladen, wo ich volles Vertrauen meiner Person gegenüber verspürte. Herr Alfred Fast hat mich mit voller Offenheit überall bestens eingeführt, vorgestellt und informiert. Möge Gott mir helfen, dass auch ich es nach meiner Amtsperiode in solch ordentlicher Art und Weise weitergeben kann.

Mein Dank gilt auch ganz herzlich den neu angetretenen Verwaltungsmitgliedern, dem Aufsichtsrat und dem Waisenamt. Unsere erste Verwaltungsratsitzung hatten wir am 6. März 2015, wo wir jegliche Unterkomitees gewählt haben, um sie bei Zeit an alle öffentlichen und staatlichen Institutionen einzusenden, so wie es das Reglement der Kooperative verlangt. All diese Entscheidungen wurden, so wie es das Statut verlangt, getätigt. Wir haben ein hervorragendes Team in der Verwaltung, wir vertrauen darauf, dass wir, alle Friesländer, zusammen hoffnungsvoll und mit viel Mut in die Zukunft schauen können.

Auch möchte ich mich für die gute Zusammenarbeit mit den Abteilungsleitern und Arbeitskollegen der CAF wie auch der ACCF bedanken. Ich erhoffe mir auch weiter eine gute Zusammenarbeit, sodass wir die Jahresziele erreichen können, welche schon auf der Generalversammlung am 28. Februar 2015 präsentiert wurden.

In den ersten Tagen habe ich darüber nachgedacht, was schon alles in Friesland getan wurde, was momentan gemacht wird und was man in Zukunft anstreben kann und sollte. Da kam ich zu der Schluss-

folgerung, der größte Segen heute für uns Friesländer ist, dass unsere Urgroßeltern und Großeltern aus Russland geflohen sind und es gewagt haben, einen Neuanfang in Paraguay - Friesland zu wagen. Mein Dank und meine Anerkennung gelten somit allen verstorbenen und noch lebenden Pionieren.

Unsere Herausforderung ist es, das, was man mit viel Mühe aufgebaut hat, verantwortungsvoll weiterzuführen und weiterzuentwickeln. Die Frage ist, was getan werden muss, damit wir eine ausgeglichene, arbeitsfreudige und friedliche Gesellschaft sind.

Als ganze Gesellschaft haben wir ein starkes wirtschaftliches Wachstum in den letzten Jahren zu verzeichnen. Eine Herausforderung an uns alle persönlich ist es, zu hinterfragen, ob wir auch geistlich, intellektuell, sozial und kulturell so gewachsen sind.

Unser Ziel ist es, weiter daran zu arbeiten, eine ausgeglichene Gesellschaft zu entwickeln. Konkret gesagt, den Unternehmergeist zu fördern, um mehr Arbeitsplätze zu verschaffen, in der CAF wie auch bei unseren Mitgliedern, damit wir und unsere Nächsten in Frieden leben können. In der Bibel sagt es „Wohl dem Volk dessen Gott der Herr ist“.

Als Friesländer sind wir alle in Trauer durch den Tod von Orlando Isaak. Von der Verwaltung aus wollen wir Familie Isaak sowie auch allen Verwandten und Freunden unser herzliches Beileid wünschen. Lasst uns alle zusammen durch diese schmerzhafteste Zeit gehen und die Familie bestmöglich unterstützen.



Ferdinand Rempel
Oberschulze

Informationen aus der CAF



1. **Aufgabenverteilung:** In der neuen Verwaltung werden die Aufgaben unter den Mitgliedern wie folgt verteilt: Alfred Fast (Vizepräsident), Alfred Reimer (Schatzmeister), Hartmut Letkemann (Sekretär).
2. **Exekutive und Kreditkommission:** Die neuen Mitglieder in diesen Kommissionen sind die Herren Ferdinand Rempel, Alfred Fast und Alfred Reimer.
3. **Delegierte für die ordentliche Sitzung von FECOPROD:** Folgende Herren werden dafür bestimmt, die CAF auf der regulären Sitzung von FECOPROD zu vertreten: Ferdinand Rempel, Alfred Fast, Corny Siemens und Rendy Penner. Diese Versammlung findet am 8. April 2015 statt.
4. **Vertreter für die Versammlung von ECOP S.A.:** An dieser Versammlung, die auch am 8. April stattfindet, nehmen folgende Vertreter aus der Verwaltung teil: Ferdinand Rempel und Alfred Fast.
5. **Vertreter für die Versammlung von BANCOP S.A.:** Ebenfalls am 8. April findet die Jahresversammlung von BANCOP statt. Hier wird die CAF von den Herren Ferdinand Rempel und Corny Siemens Federau vertreten.
6. **Innovationskomitee:** Das Ziel dieses Komitees ist es, Alternativen zu suchen und auszuarbeiten, wie wir unsere Rohstoffe, die wir haben, noch besser nutzen können. Die Gemeinschaft soll gemeinsam wachsen und es sollen mehr Arbeitsplätze geschaffen werden. Mitglieder in diesem Komitee sind die Herren Ewald Mecklenburger, Egon Rempel, Matthias Weiss, Rendy Penner und Ferdinand Rempel. Um Ideen und Projekte zu konkretisieren, ist eine Allianz zwischen der CAF und den Mitgliedern möglich. Es ist wichtig, in Forschungen zu investieren und den Unternehmergeist unter den Mitgliedern zu fördern.
7. **Preise von den Dienstleistungen im Hospital Tabea:** Das Ziel des Krankenhauses ist es, nicht einen größeren Verlust zu haben als die Jahresabschreibungen sind. Um dieses Ziel zu erreichen, ist es unumgänglich, die Preise der einzelnen Dienstleistungen zu erhöhen. Daher werden Anpassungen in den Preisen gemacht: Internierung 220.000 Grs., Sprechstunden 55.000 Grs. und Ultraschalluntersuchungen 175.000 Grs. Diese Preise gelten ab dem 1. April dieses Jahres.
8. **Aktienangebot:** BANCOP S.A. will weitere 35.660 Aktien verkaufen. Die CAF hat das Recht auf den Kauf von 2.535 Aktien zum Nominalwert von 1.000.000 Grs. pro Aktie. Der Verwaltungsrat entscheidet, diese Aktien zu kaufen.
9. **Antrag auf Mitgliedschaft:** Die Frauen Larissa Noelia Bergmann Bergen und Marlene Isaak de Letkemann beantragen, als Mitglieder in der CAF aufgenommen zu werden. Die Anträge werden angenommen.

Ferdinand Rempel
Präsident der CAF



Welt-Wasser-Tag

Aus der CAF

22. März



In Bezug auf die Verfügbarkeit von Wasser, ist Paraguay ein sehr reiches Land. Es hat ausgedehnte Flüsse und große Grundwasserquellen. Große Gebiete werden von diesen Flüssen bewässert.

Wenn genügend Wasserressourcen da sind, werden gute Entwicklungsbedingungen für die Bevölkerung geschaffen: Es ist Trinkwasser für den Eigenkonsum und für den Gebrauch in Industrien verfügbar. Weitere Anwendungen des Wassers sind die Stromerzeugung und der Transport, sowie auch die persönliche Entspannung.

Paraguay teilt mit den Ländern Brasilien und Argentinien die größte süße Grundwasserreserve weltweit, welche sich „Acuífero Guaraní“ nennt. Von den Ländern Lateinamerikas hat Paraguay die größte Verfügbarkeit von Wasser.

Früher lernten wir in der Schule, dass das Wasser eine erneuerbare Ressource war. Diese füllte sich durch einen Zyklus, wo auch Wald und Regen einbezogen waren, auf unbegrenzte Weise neu auf.

Aber dies änderte sich im Laufe der Zeit und heute ist es schon so, dass das Wasser als eine nicht erneuerbare Ressource eingestuft wird. Es ist ein Widerspruch, dass wir Wasser im Überfluss haben, aber immer weniger davon verwenden können. Das fehlende Bewusstsein ist ein entscheidender Faktor, denn je leichter man Zugang zu Wasser hat, desto weniger schützt man es. Man glaubt, dass immer genug Wasser zum Brauchen da sein wird, und des-

halb verschmutzt oder verseucht man es.

Fast alle Wasserquellen des Landes sind mehr oder weniger verändert oder verschmutzt. Die Flüsse und Bäche werden zum Entladen von Industrie- und Haushaltsabwässer gebraucht.

Wo nicht direkt das Wasser betroffen ist, werden die letzten Waldreserven vernichtet oder Sumpfbereiche trocken gelegt, wodurch der natürliche Kreislauf des Wassers gebrochen wird.

Es ist sehr wichtig, die Sumpfbereiche zu schützen, weil sie wie riesige Schwämme wirken, die das Wasser aufnehmen und reinigen. Danach kehrt das Wasser wieder sauber in Bäche und Flüsse zurück und gibt unzähligen Pflanzen und Tieren Leben.

Es stimmt, wir müssen Fortschritte in der Produktion machen. Aber wir müssen auch ein Gleichgewicht zwischen der Nutzung und der Erhaltung der Natur finden. Wir kommen nicht voran, wenn wir unsere Umwelt zerstören, denn damit zerstören wir uns selbst.

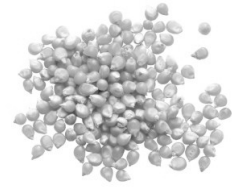
Es ist eine große Herausforderung, die wir als Gemeinschaft haben. Wir müssen lernen, mit der Natur im Einklang zu leben.

„Lasst uns versuchen, den Vögeln nachzuaufhaken, welche ihr Nest bauen, ohne in ihrem Umfeld Schäden zu hinterlassen“.

Ing. Manuel Barrientos UGA – DAF
Übersetzt von Delia Rempel
Foto: Sylvia Isaak de Sawatzky



Silos und Körnervermarktung



Soja

Die Erntezeit fing schon vor Jahresende 2014 an. Die Ernteerträge waren sehr gut. Die Qualität der Körner war auch gut, sodass man gleich im Februar anfangen, die Produktion rauszufahren in den Hafen von Rosario. In den Silos von Friesland hat man 13.000.000 kg Soja angenommen, davon ist ein Teil von Nicht-Mitgliedern und in anderen Silos sind auch 13.000.000 kg angenommen worden. Hier handelt es sich zum größten Teil um Cargill. Die Ernte ist noch nicht ganz zu Ende, aber wir sehen schon, dass es in diesem Jahr eine sehr gute Ernte ist.

Was in diesem Jahr ganz anders aussieht sind die Preise. Die Soja sind heute weniger wert als im vorigen Jahr. Die Preise bewegen sich etwas über 300 \$/ton. Wir haben für einen großen Teil der Soja Verträge gemacht und den sogenannten „Costo“ ausgehandelt und dann kann der Bauer warten mit dem Preis festsetzen. Die Soja sind zum Hafen gefahren und den Preis setzen wir fest, wenn der Bauer sich zum Verkauf entscheidet.

Mais

Man hat in Friesland in den Monaten Dezember, Januar und Februar 7.391.091 kg Sommermais angenommen. Davon ist ein großer Teil verkauft worden. Die Qualität ist gut. Die Preise sind auch relativ gut.

Ich glaube wir können stolz auf unsere Silos sein, wenn wir die Zahlen sehen, die wir in diesem Jahr angenommen haben. Das hat einmal mit viel Arbeit im Betrieb zu tun, dann ist aber auch das Verständnis vom Landwirt zu betonen, wenn es dann mal nicht ganz schnell genug geht. Ein Dank am Bauer für das Vertrauen und Gott danken wir für die Bewahrung.

Rafael Wiens
Abteilungsleiter der Silos

Jahreskalender 2016 – Fotowettbewerb

Das Thema für den Kalender 2016 ist
„Landschaften in Friesland“.

Diesbezüglich wird vom CEF ein Fotowettbewerb organisiert. Wer macht mit und schickt Fotos ein?
Kriterien, die beachtet werden sollen:



-  Es müssen Landschaften aus Friesland sein.
-  Das Foto muss in einer guten Auflösung gemacht worden sein.
-  Einsendeschluss: **30. Juni 2015**
(rendy.penner@hotmail.com)

Rendy Penner
CEF-Leiter



**Multifunktionaler Mixer
von Ufesa**



**Frittiertopf
von Arno**

**Küchenmaschine
von Philips**



**Angebote aus dem
Supermarkt**
*Geschenkideen zum
Muttertag*



**Dampfgarer von
Philips**

**Automatischer Obstdörner
von Severin**



**Fußsprudelbad
von Ufesa**

Klimaanlagen von Tokyo und Whirlpool

12.000 BTU

10 % ABSCHLAG!



Die ersten Unterrichtswochen gingen ganz schnell vorbei und schon sind wir einen Monat lang im Schulleben aktiv. Lehrer, Schüler und die ganze Schulgemeinschaft haben sich tüchtig angestrengt und der Unterricht konnte einen positiven Anlauf nehmen. Für die Unterstützung und das Mitmachen von Seiten der Eltern sind wir dankbar.

Einige Informationen aus dem Schulleben:

1. **AdiP - Sitzung:** Die Sitzung der ADiP (Arbeitsgemeinschaft Deutsch in Paraguay) hatte ihre jährliche Sitzung am 28. Februar in der Goetheschule in Asunción. Auf dieser Sitzung wurden Informationen über das Sprachdiplom, das Lehrerseminar in Filadelfia, das Musische Treffen, den PAD - Austausch wie auch über die Möglichkeiten des Studiums in Deutschland gegeben.
2. **Ausflüge:** Zwei Ausflüge konnten nach den ersten Unterrichtswochen schon mit Erfolg durchgeführt werden. Die Schüler der 1. bis zur 3. Klasse fuhren mit Begleitung der Lehrer nach N° 1 zu dem Park von Letkemans. Unter Aufsicht der Klassenlehrerinnen haben sie viel gefischt und Gruppenspiele gespielt. Die 4. bis 6. Klasse fuhr am 6. März mit dem Bus zur Baustelle „El Edén“. Wir sind dankbar für diese Gelegenheiten, für das schöne Wetter und dass beide Ausflüge ohne Zwischenfälle verliefen.
3. **Lehrerkonferenzen:** Im Monat März trafen sich die Lehrer der Primaria und Sekundaria wieder zu ihren regulären Sitzungen. Auf der Tagesordnung standen die Bewertung vom ersten Unterrichtsmonat, die Primariaausflüge, Osterfeier, Auswertung vom Elternabend u. a. m.
4. **Schulverwaltungssitzung:** Die Schulverwaltung hatte auch im März ihre reguläre Sitzung. Dort wurden Themen wie die Auswertung der ersten Unterrichtswochen, Auswertung der Ausflüge der Primaria, Auswertung der ADiP – Sitzung, Bewertung vom Elternabend, Informationen zu der Lehrerkonferenz, OMAPA - Examen in diesem Jahr, Unterricht in der Osterwoche usw. angesprochen.
5. **Musikförderkreis:** Der Musikförderkreis und das *Conservatorio Canzone* sind wiederum voll aktiv und viele Schüler haben auch in diesem Jahr die Gelegenheit wahrgenommen und sich für das Erlernen eines Instrumentes eingeschrieben. Die Schüler haben wieder die Möglichkeit, vor Ort die Staatsexamen zu machen. Auch der Kinderchor mit begeisterten Schülern übt verschiedene Lieder für einen öffentlichen Auftritt.
6. **Schulverwaltung Friesland – Volendam:** Die gemeinsame Sitzung der Schulverwaltung Friesland – Volendam findet am 30. März in Volendam statt. Verschiedene Themen der Schulen wie Nachexamen, Qualitätsverbesserung im Unterricht, Bewertungssystem usw. sollen behandelt werden.

Lic. Gert Bergmann
Schulleiter

Termine im April

- 02. - 06.: Osterwoche
- 13.: Lehrersitzung Primaria und Sekundaria
- 24. - 25.: Lehrerkonferenz
- 27.: Elternsprechabend
- 30.: Tag des Lehrers

April						
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		

Die Vorschulklasse 2015

Klassenlehrerin

Anita Warkentin

Schüler von l.n.r.: Victoria

und Patricia Wiens, Jens

Matthies, Erwin Friesen,

Joana Dyck, Ariel

Pankratz, Vanessa Voth,

Michell Penner, Mailen Ve-

lazquez, Maikol Siebert,

Tiago Fast

Foto: Delia Rempel



Musikförderkreis Friesland

Das Unterrichtsjahr des Musikförderkreises Friesland begann in diesem Jahr am 23. Februar. Wir sind froh, so viele begeisterte Schüler zu haben, die bereit sind, ein Instrument zu erlernen. Dies erfordert viel Fleiß, Disziplin und Hingabe. Wir danken den Eltern und allen Friesländern, die diese Arbeit in dieser Art und Weise unterstützen und fördern. Auch sind wir froh, die einzelnen Bereiche mit guten Lehrern abdecken zu können.

Wir wünschen von der Musikförderung allen Lehrern und Schülern ein erfolgreiches Arbeitsjahr 2015.

Im folgenden sehen Sie eine Liste der Lehrer und die Anzahl der Schüler in den einzelnen Bereichen.

Lehrer	Instrument	Anzahl der Schüler
Kelly Weiss	Klavier	22
Diane Bergmann		
Maria Siemens		
Cindy Reimer		
Joel Cabañas	Gitarre	16
Joseph Goertzen		
Beate Penner	Harfe	1
Adrian Santacruz	Geige	2
Joseph Goertzen	Stimmbildung	2
Romy Penner	Schifferklavier	3
Julio Scurra	Schlagzeug	8
Joseph Goertzen	Kinderchor	11
Total		65

Joseph Goertzen
Musikförderer



Vom Deportivo Estrella wird für den **17. Mai** ein „Maifest“ geplant. Es soll ein lustiger, musikalischer Abend werden. Alle sind eingeladen, bei der Gestaltung dieses Abends mitzumachen, sei es mit einem kurzen Sketsch oder einem Musikstück. Man melde sich bitte bis zum 30. April bei Frau Jenni Ediger, um diesen Abend entsprechend planen zu können.

i.A. des Komitees Jenni Ediger



EINLADUNG

TAG DES ARBEITERS

Alle Arbeiter der Kooperative Friesland und der Zivilen Vereinigung sind mit ihren Ehepartnern und Kinder im Volksschulalter herzlich zur Feier des Arbeitertages eingeladen.

- ⇒ **Datum:** Donnerstag, 30. April 2015
- ⇒ **Uhrzeit:** Das offizielle Programm beginnt um 19 Uhr
- ⇒ **Ort:** Dep. Estrella



Gemeinsam wollen wir einen leckeren Asado genießen. Als Höhepunkt des Abends ist eine Verlosung geplant.

Wir erwarten euch!
CEF



TAG DES BUCHES

Zum Tag des Buches, der am 23. April begangen wird, gibt es für den gesamten Monat April ein spezielles Angebot:

**Kostenloses Borgen von Büchern aus der
Leihbibliothek Friesland!**

**Lesen ist für den Geist,
was Bewegung für den Körper ist.**

Aus der Leihbibliothek des Sozialamtes

Film zum Thema der Ausgabe

Zurück ins Glück

Komödie mit Augenzwinkern: Wo ist er nur hin, der Zauber der ersten Liebe? Vor der Hochzeit war doch alles so schön und leicht! Aber Ehe ist Arbeit. Das merken auch Mark und seine Frau Claire: Um ihre Ehe zu retten, nehmen sie mit zwei befreundeten Paaren an einem christlichen Ehewochenende in den Bergen teil ...

Mit einer gelungenen Mischung aus Humor und Tiefgang wirft diese Komödie einen augenzwinkernden Blick auf das Thema Ehe: Mit viel Grund zum Lachen und einem Funken Wahrheit.

Exklusiv mit deutscher und englischer Sprachfassung! Inkl. Bonus-PDF mit Material zum Weiterdenken und Ideen für den Einsatz in der Gemeinde





Corre-caminata 2015

Im Monat Mai dieses Jahres findet die zweite „Corre-caminata“ von und für das Programm „Manos Extendidas“ statt. Einige Daten:

- ⇒ **Datum:** 14. Mai 2015
- ⇒ **Prämierung:** Es werden in jeder Kategorie die männlichen und die weiblichen Gewinner prämiert
- ⇒ **Strecken und Kategorien:** Die Strecken und Kategorien werden ungefähr dieselben sein wie letztes Jahr, Änderungen sind vorbehalten.
- ⇒ **Anmeldung:** Anmelden und einzahlen darf man bei Frau Lieselotte Martens im Postamt (nähere Informationen dazu folgen später)
- ⇒ **Organisatoren:** Sascha Bergen, Stefan Wiens und Heidi Dyck

Fahrradfahren: 10 Kilometer

Fahrradfahren: ca. 7 Kilometer

Gehen/Laufen: 7 Kilometer

Gehen/Laufen: ca. 4 Kilometer

**Körperlich aktiv,
um anderen zu
helfen.
Mach mit!**

Für den Monat August dieses Jahres haben sich wieder die Ärzte von der **Stiftung Interplast Deutschland** angemeldet, um hier in unserer Gegend einen Einsatz zu machen. Ein Teil des gespendeten Geldes von der Corre-caminata wird für diesen Einsatz gebraucht.

Kathrin Schlick stellt sich vor ...



Liebe Friesländer, liebe Friesländerinnen!

Mein Name ist Kathrin Schlick, ich bin 24 Jahre alt und ich komme aus Deutschland. Seit Freitag, dem 13. März wohne ich hier in Friesland und es gefällt mir bislang sehr, sehr gut!

Ich mache ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) und arbeite für das kommende halbe Jahr in der Schule. In Deutschland habe ich mein Lehramtsstudium abgeschlossen und bin deswegen umso gespannter, was mich hier in der Schule erwartet. Das FSJ ist jedoch unabhängig von meinem Studium und somit freiwillig. Nach der Schule und dem anschließenden Studium wollte ich einfach mal ein anderes Land auf einem anderen Kontinent und neue Leute kennen lernen.

Dazu habe ich mich bei einer Organisation namens „kulturweit“ beworben, die jährlich mehrere hundert Freiwillige ins Ausland auf der ganzen Welt sendet. Die Organisation hat mir als Antwort auf meine Bewerbung

das Land Paraguay mit der entsprechenden Einsatzstelle an der Schule vorgeschlagen. Als es dort hieß, dass ich nach Friesland kommen darf, war ich zunächst sehr erstaunt. Denn ganz in der Nähe meines Heimatortes in Deutschland gibt es eine Region, die Ostfriesland heißt. So war ich sehr neugierig, was mich in Paraguay erwarten würde!

Nun bin ich schon fast eine Woche hier und finde es wirklich toll, wie herzlich mich hier alle aufnehmen. An dieser Stelle möchte ich mich ganz herzlich bei der Familie Hedwig und Ferdinand Rempel bedanken, die mich wie selbstverständlich bei sich zu Hause

aufgenommen haben. Auch die Lehrer und Lehrerinnen der Schule und insbesondere Gert Bergmann als Kooperationspartner haben mich bislang sehr gut in das Schulleben hier in Friesland eingeführt. Auch dafür möchte ich meinen Dank aussprechen!

Hier in Friesland bleibe ich noch bis Ende August und ich bin nach so einem tollen Start gespannt, was mich noch alles in den kommenden Wochen an der Schule, in der Gemeinschaft und in Paraguay erwarten wird!

Ich freue mich wirklich hier sein zu dürfen!

Liebe Grüße
Kathrin Schlick





Studententreffen des Studentenverein Friesland (SVF)

Das Liebesgebot als Summe der Gebote Gottes

8 Bleibt niemand etwas schuldig – außer der Schuld, die ihr niemals abtragen könnt: der Liebe, die ihr einander erweisen sollt. Wer den Mitmenschen liebt, hat alles getan, was das Gesetz fordert. 9 Ihr kennt die Gebote: „Brich nicht die Ehe, morde nicht, beraube niemand, blicke nicht begehrllich auf das, was anderen gehört.“ Diese Gebote und alle anderen sind in dem einen Satz zusammengefasst: „Liebe deinen Mitmenschen wie dich selbst.“ 10 Wer liebt, fügt seinem Mitmenschen nichts Böses zu. Also wird durch die Liebe das ganze Gesetz erfüllt. Röm. 13, 8-10

Mit diesen Worten wurden die Teilnehmer des 1. Treffens im Jahr 2015 des SVF – Asunción begrüßt. Das Treffen fand, wie in den meisten Fällen, auf dem Hof der Vertretung der Kooperative Frieslands, in Asunción statt. Dort versammelten wir uns als 13 Friesländer am 8. März, um zusammen Gemeinschaft zu pflegen; natürlich durfte ein saftiger „Asado“ nicht fehlen.

Hervorzuheben ist, dass an diesem Tag die Wahlen des neuen Komitees durchgeführt wurden. Alle Studenten aus Friesland sind eingeladen, in diesem Verein mitzumachen. Die Teilnahme am Verein ist freiwillig, ich ermutige aber jeden Student, in diesem Fall in Asunción, mitzumachen, um so auch

die Verbundenheit zur Kolonie zu pflegen. Für diejenigen, die ein Stipendium aus Friesland erhalten, sind allerdings einige der Treffen Pflicht. Es bezieht sich in erster Linie auf Treffen, die vom CEF aus organisiert werden.

Nach den diesjährigen Wahlen hat sich folgendes Team zusammengestellt. Dieses Team wird für das Jahr 2015 verantwortlich sein, die Treffen zu organisieren.

- √ **Leiter:** Gabriela Bergen
- √ **Kassierer:** Leslie Martens
- √ **Sekretär:** Samuel Laukert
- √ **Essen:**
Daisy Siemens
Kevin Pankratz
Manuel Enns

Ich wünsche dem neuen Team viel Spaß und Motivation diese Treffen weiterhin in diesem Jahr zu organisieren!

Jeffrey Matthies
SVF – Asunción



Friesländer Studenten von dem Studententreffen im März 2015 (Foto: Patrick Wiebe)

Neue Studenten 2015

Daisy Siemens – Ciencias Veterinarias, Universidad Nacional de Asunción (UNA)

Delvin Krause – Ciencias Veterinarias, UNA

Anita Janzen – Arquitectura, UNA

Romina Falk – Enfermería, Facultad de Enfermería Filial Chaco

Simone Toews – Lehrerausbildung, Instituto de Formación Docente (IFL)

Fredy Isaak – Ciencias Veterinarias, UNA

Janek Rempel – Theologie, CEMTA

Thomas Enns – Técnico Informático, Instituto de Formación Profesional Kolping

Arnold Friesen – Lehrerausbildung, IFL

Hartwig Penner – Lehrerausbildung, IFL

Dennis Pikulik – Ciencias Veterinarias, UNA

Marcos Rempel – Auto mecánica, Centro de Formación Profesional (CFP)

Tobias Pankratz – Bachillerato Técnico Agropecuario, CFP

Eddy Matthies – Mecánica Automotriz y Electricidad del Automóvil, Servicio Nacional de Promoción Profesional (SNPP)

Ricky Froese – Electrotécnica, CFP

Gottesdienst des Colegio Johannes Gutenberg Santani

Am Sonntag, dem 22. März wurde von den Schülern und Lehrern des Colegio Gutenberg Santani der Gottesdienst im Saal der MBG in Friesland gestaltet.

Die Kinder sangen mit Begeisterung Lieder, es wurden Zeugnisse und verschiedene Informationen der Schule gebracht und mit einer Musikchoreografie und Kurzbotschaft rundete das Programm ab.

Es war ein segensreicher Gottesdienst!

Delia Rempel





Was braucht man, um glücklich zu sein?

Des Glückes Schmied

Ich sitze am Computer und öffne im Internet das Online-Synonymenwörterbuch. Nun gebe ich im Suchfeld die fünf Buchstaben ein, die die menschliche Seele am meisten durchrüttelt: **Ge – eL – Ü – Ce – Ka – GLÜCK!** Ich drücke die Enter-Taste, und schon finde ich eine Menge Synonyme, die mit dem Glück in Beziehung stehen: *Begeisterung, Entzücken, Freude, Glückseligkeit, Hochgefühl, Jubel, Seligkeit, Wonne, Lust, Vergnügen...!* Die Liste lässt sich noch um viele Glücks-Begriffe erweitern.

Warum eigentlich rüttelt uns im Leben dieses Wort am meisten durch? - Weil es so zerbrechlich ist, darum! Wir machen unser Glück von unseren Umständen und Wunschvorstellungen abhängig, z. B. vom Verhalten unserer Mitmenschen, der Gesundheit, äußeren Einflüssen, vom Wetter, der Gesellschaft und dem Weltfrieden. Ist es nicht eigenartig, dass wir als Menschen im Grunde genommen nur dafür leben, um glücklich zu werden? Das Schlimme daran ist, dass wir meinen, das Glück sei machbar. Daher kommt das Sprichwort: „Jeder ist seines Glückes Schmied“.

Es stellt sich hier die Frage, was uns, die wir so bequem und sicher leben, so bedeutungslos macht, dass manche weite Reisen unternehmen, um ihr Glück zu finden? Wir haben zwar viel Wohlstand, aber wir suchen unsere Identität in der Leistung und verwechseln unsere Ziele mit Wünschen, die wie Seifenblasen platzen. Unsere Gefühle offenbaren alle unsere auf Sand gesetzten Ziele: Ärger, Wut, Zorn sind die Auswirkung von **verhinderten** Zielen. Angst signalisiert ein **unsicheres** Ziel, und Depression ist in diesem Fall die Folge von **unerreichbaren** Zielen. Das Resultat unserer enttäuschenden Wunschvorstellungen: Unbereinigte Beziehungen, Einsamkeit, Verbitterung, Groll, Unglaube, Zerstörung, Gleichgültigkeit u.v.m.!

Sollten wir nicht lieber Lebensziele anstreben, in denen wir uns nicht täuschen können, und die auch nicht durch andere Individuen oder von Umständen zerstört werden können?

Immer wieder vertreten Menschen in abendländischen Kulturkreisen die Ansicht, man müsste wieder zurück zur Natur, weg von unserer Wegwerfgesellschaft, zurück zu den Naturvölkern, die mit der Natur im Einklang lebten und deshalb überaus glücklich seien. Wir haben selbst dreizehn Jahre unter einem solchen Naturvolk im Tiefland von Peru gelebt und festgestellt, dass die Indianer genau entgegengesetzter Meinung sind. Sie äußern, dass die Menschen in unseren westlichen Kulturkreisen viel glücklicher seien, weil wir alle Sicherheiten und allen Wohlstand besitzen, den sich die unterentwickelten Völker nur wünschen könnten. Eben, sie wissen es auch nicht besser als wir, was Glück bedeutet! Eines haben wir jedoch gemeinsam:

Wir suchen alle nach Bedeutung und Erfüllung in unserem Leben, egal welcher Volksgemeinschaft wir angehören und in welchen Verhältnissen wir leben!

Eines der größten Probleme in animistischen Kulturkreisen – auch in Peru – ist die Furcht vor bösen Geistern. Der Teufel macht sich diese Furcht zunutze. In mehreren ethnischen Gruppen herrscht eine erschreckend hohe Selbstmordrate. Im Stamm der Awajúnindianer z. B. gibt es oft richtiggehende Kettenelbstmorde. Manchmal nehmen sich gleich mehrere Familienmitglieder mit Waschpulver oder giftigen Kräutern das Leben, weil sie keinen Lebenssinn mehr sehen. Wir selber haben unter der Volksgruppe der Wampis, im Norden Perus, gearbeitet. Wir sind dort u. a. mit vielen Menschen konfrontiert worden, die

von Dämonen besessen waren. Die Betroffenen spürten jeweils im Voraus, wenn wieder ein Angriff kam. Ihr Körper fühlte sich plötzlich aufgedunsen und schwammig an. Zugleich bekamen sie Herzschmerzen und große Angst. Augenblicklich traten sie in einen Zustand, den sie nicht mehr unter Kontrolle hatten und in dem sie auch nicht mehr realisierten, was sie taten. Mit markerschütternden Schreien begannen sie durch das Dorf zu laufen und packten Gegenstände in ihrer Reichweite, um sich gegen den schrecklichen Rachegeist Iwanch und die vielen großen und kleinen Dämonen zu wehren, die sie gemäß ihren Erzählungen real vor sich sahen. Hinter Iwanch stand ein Mann mit einem schwarzen Buch in der Hand. Hässliche Zwerge würgten die Betroffenen und wollten sie umbringen. Deshalb fuchtelten sie mit Macheten, Stöcken und Schaufeln herum und warfen Werkzeuge um sich, um sich die Geister von Leib und Leben zu halten. Viele kostbare Macheten landeten im Fluss, zum Leidwesen der jeweiligen Besitzer. Die Besessenen hatten unglaubliche Kräfte, machten unbeschreibliche Verrenkungen, keuchten und schäumten aus dem Mund. Alles, was ihnen in die Quere kam, schlugen sie kurz und klein. Manchmal sprangen sie sogar in den Fluss, um die Dämonen abzuschütteln, oder kletterten unheimlich schnell auf Bäume, um sich vor ihnen «in Sicherheit» zu bringen. Waren das die glückliche Naturmenschen, bei denen heutzutage viele Touristen versuchen, ihr Lebensglück zu finden?

Es ist eigenartig: Alle Menschen auf dieser Welt haben auf irgendeine Weise religiöse Gefühle, auch wenn sie nicht immer sichtbar ausgelebt werden. Religion hat das Ziel, im tiefsten Inneren des Herzens das Glück zu finden, das man nicht kaufen kann. Religion leitet sich vom lateinischen „religio“ her, was „Rückbindung“ bedeutet. Es bezieht sich also auf den Umstand, dass wir eine Verbindung zu etwas aufgegeben haben und darum auf vielfältige Weise versuchen, uns aufs Neue damit zu verbinden. Es ist die tiefe Verbindung, die Adam und Eva damals mit Gott erfuhren. **Gott war ihr ganzes Glück. In ihm hatten sie wirklich alles, was sie brauchten um restlos glücklich zu sein.** Durch diese reine Bezie-

hung zu Gott waren ihre Lebensumstände einfach vollkommen. Es fehlte ihnen an nichts. Sie erlebten Bedeutung und Erfüllung, hatten nie Streit, lebten mit Gott und der Natur in vollkommener Harmonie, im perfekten Glück! Sie wussten nicht, was „böse“ bedeutete! Doch nachdem Adam und Eva selber entscheiden wollten, was gut und böse war, wurde ihr und unser aller Glück zerstört! Seitdem streben die Menschen mit aller Kraft danach, sich wieder „rückzuverbinden“ mit dem, was sie verloren hatten, dem inneren, unvergänglichen Glück! Sie setzen sich für den Tierschutz und die Erhaltung der Natur ein, suchen Gesundheit um jeden Preis in allerlei esoterischen Heilmethoden, kaufen nur noch Bioprodukte für ein langes Leben, setzen sich für den Weltfrieden ein...etc. Aber vor allem schufen sie die Religionen. Es ist der Versuch, das verlorene Paradies wieder zu finden!

Doch Religion bewirkt immer nur eine Übernahme von einer Reihe neuer Verhaltensregeln und der Hoffnung, dass unsere Handlungen etwas Gutes bewirken. Auch das Christentum bewirkt nichts anderes, wenn unser Glaube sich bloß auf das Ausüben von Ritualen und das Einhalten von Geboten und Gesetzen klammert. Auf solche Selbsterlösung kann man gut verzichten, denn sie führt den Menschen nur in eine neue Sklaverei. Religion hat nichts mit einer persönlichen Beziehung zu Gott zu tun. Gott hasst Religion (Jesaja 1,11-19)! Durch Jesus will er uns von dieser befreien! Wenn ich nämlich authentisches Christentum verstanden habe, weiß ich, dass **Gott selbst** die Rückverbindung zu mir geschaf-



fen hat, nämlich **durch Jesus Christus aus reinem Erbarmen.**

Und wie erkennen wir dieses wahre Glück? Hier ein Beispiel aus meinem Tagebuch vom Juni 2004 unter den Wampisindianer:

„Im großen Gemeinschaftsbaus zeigten wir den Film über das Leben Jesu. Auch die Szenen über die Besessenen, welche Jesus gebeilt hatte, konnten die Leute mit verfolgen. Dabei hörte man im Raum ein Raunen und Gemurmel. Man spürte die Betroffenheit. Als der Film fast zu Ende war, begann wieder ein besessenes Mädchen herumzuschreien. Man trieb sie aus dem Gemeinschaftsbaus und die Menschen begannen sich schnell zu zerstreuen. Da bemerkten wir eine Ansammlung von Leuten, die aufgeregt auf ein weiteres Mädchen einredeten. Leticia war in Panik. Ein Anfall war im Anzug. Leticia war verkrampft und zitterte, keuchte und stöhnte. Sofort begannen Willy und ich zu beten und auch andere Christen stellten sich zu uns. Wir sangen laut von Gottes Größe und Sieg über den Feind und standen wie eine Mauer schützend um Leticia. Unsere Hände lagen auf ihren Schultern, um ihr Mut zu machen. Willy betete um Befreiung und ich um Schutz für uns und unsere Kinder zu Hause und für die Christen hier im Dorf. Wir spürten, dass die Worte nicht aus uns selber kamen und Kraft hatten. Wir forderten Leticia immer wieder auf, «Jesus, hilf mir!» zu sagen. Leticia war noch voll da, aber es dauerte lange, bis sie sich auf das Wort «Jesus» konzentrieren konnte. Willy betet ihr die Worte vor, und anschließend gab sie mit eigenen Worten die Herrschaft ihres Lebens an Jesus ab. Die Worte flossen ihr nun wie ein Strom aus dem Mund und ich spürte, wie sie ruhig wurde. Leticia weinte. Sie fühlte sich frei, kein Anfall kam – zum ersten Mal! Tiefe Freude machte sich in uns allen breit und wir lobten Gott, seine Kraft und seinen Sieg über alle Finsternismächte. Leticias Mutter war tief berührt. Sie wollte sich auch diesem starken Jesus an-

vertrauen und eine Jüngerin sein von dem, der sich für die Menschen aus Liebe geopfert hatte.“

Gott ist absolut vertrauenswürdig, weil er sich sehr präzise durch die Bibel den Menschen mitteilt und immer sein Wort gehalten hat, ganz im Gegensatz zum Menschen. Unser Glück wird nicht durch unser christliches Verhalten geschmiedet, sondern allein durch den Glauben, dass nur Jesus uns vor Gottes Zorn rettet und uns wieder mit Ihm in eine versöhnte Beziehung bringt. Wer dies vor Gott zugibt, hört auf damit, „christlich“ sein zu wollen. Er freut sich stattdessen an dem überfließenden Glück in der Beziehung mit seinem Schöpfer. Keine Umstände können ihm diese tiefe Verbindung mehr rauben, denn **seine Ziele stimmen nun mit Gottes Zielen überein**, nämlich, dass alle Dinge uns zum Besten – zur Veränderung unseres Wesens – dienen, damit wir dem Ursprung des Lebens – Jesus - immer ähnlicher werden! In **Psalm 4,8** sagt der Psalmist:

„Tiefe Freude (tiefes Glück) hast du mir gegeben. Sie ist viel größer als die Freude derer, die Korn und Wein im Überfluss geerntet haben!“

Ich wünsche dem Leser, dass die Freude über einen solchen Vater jeden irdischen Rahmen sprengt und sein allergrößtes Glück darin besteht, dass solch verschwenderisch große Liebe seinen Freudenbrunnen zum überfließen bringt! Solche Freude schafft ein tiefes Verlangen, sein ganzes Lebensglück bei Gott zu suchen, damit all unsere Hoffnungen bei IHM zur Ruhe kommen! Mögen Sie glücklicher darüber sein als über alles, was man sonst besitzen kann (*Psalm 119,14-16*)!

Liebe Grüße von Anita und Willy Barga aus der Schweiz



Wampisindianer am Fluss



10 Wege in ein glücklicheres Leben

1. Haben Sie Kontakt zu anderen Menschen!

Beziehungen leisten einen wichtigen Beitrag zum Glück. Menschen mit starken und vielfältigen gesellschaftlichen Beziehungen sind glücklicher, gesünder und leben länger. Enge Beziehungen mit der Familie und Freunden geben Liebe, Sinn, Unterstützung und stärken unser Selbstwertgefühl. Stärken Sie Ihre Beziehungen und bauen Sie neue Verbindungen auf. Das ist wesentlich für Ihr Lebensglück.

2. Tun Sie etwas für andere!

Sich um andere zu sorgen ist grundlegend für unser Glück. Anderen Menschen zu helfen macht auch uns glücklicher und gesünder. Zu geben stärkt Verbindungen zwischen Menschen und hilft, eine glücklichere Gesellschaft für alle zu schaffen. Und es geht nicht nur um Geld - wir können unsere Zeit, Ideen und Energie einsetzen. Also, wenn Sie sich wohl fühlen wollen, tun Sie Gutes.



3. Achten Sie auf Ihren Körper!

Körper und Geist sind miteinander verbunden. Aktiv sein macht uns glücklicher, und ist gut für unsere körperliche Gesundheit. Wir verbessern unsere Stimmung und das kann uns sogar aus einer Depression helfen. Es gibt einfache Dinge, die wir alle jeden Tag tun können. Zum Beispiel öfter mal nach draußen gehen und sicherstellen, dass wir genügend Schlaf bekommen.

4. Setzen Sie sich Ziele auf die Sie sich freuen können!

Die Zukunft positiv zu sehen ist wichtig für unser Glück. Wir brauchen alle Ziele, um uns zu motivieren, aber sie müssen auch erreichbar sein. Wenn wir versuchen, das Unmögliche zu schaffen, bringt das unnötigen Stress. Nur ehrgeizige, aber realistische Ziele geben unserem Leben eine Richtung und bringen ein Gefühl der Erfüllung und Zufriedenheit, wenn wir sie erreichen.

5. Nehmen Sie Notiz von Ihrer Umwelt!

Hatten Sie schon einmal das Gefühl, das Leben muss noch mehr bieten? Die gute Nachricht: Da ist mehr. Wir müssen nur innehalten und es wahrnehmen! Aufmerksam

mer zu sein steigert unser Wohlbefinden in allen Lebensbereichen. Wer aufmerksam in der Gegenwart lebt, verhindert das Grübeln über die Vergangenheit oder sich ständig um die Zukunft zu sorgen.

6. Denken Sie positiv!

Positive Emotionen wie Freude, Dankbarkeit und Zufriedenheit sind nicht nur kurzfristig gut für uns. Regelmäßig erlebt, bilden sie Studien zufolge eine Aufwärtsspirale. Und obwohl wir das Leben mit seinen Höhen und Tiefen realistisch bewerten sollten, hilft es, sich auf die positiven Seiten einer Situation zu konzentrieren - das Glas halb voll und nicht halb leer zu sehen.

7. Hören Sie nicht auf zu lernen!

Lernen wirkt sich positiv auf unser Wohlbefinden aus. Es setzt neue Ideen in uns frei und hilft uns, neugierig und engagiert zu bleiben. Lernen gibt uns auch ein Gefühl der Erfüllung und hilft, unser Selbstvertrauen und unsere Belastbarkeit zu steigern. Es gibt viele Möglichkeiten Neues zu lernen. Eine neue Fähigkeit, eine Sprache oder wir lernen zu singen, eine neue Sportart und vieles mehr.

8. Finden Sie Wege, wieder aufzustehen!

Jeder hat im Leben Stress, Verlust oder ein Trauma zu bewältigen. Wie wir damit umgehen hat einen großen Einfluss auf unser Wohlbefinden. Oft können wir uns nicht aussuchen, was mit uns geschieht, aber wir können unsere Einstellung zu dem, was passiert beeinflussen.

9. Seien Sie mit sich zufrieden!

Niemand ist perfekt. Aber so oft vergleichen wir uns mit anderen. Wenn wir mehr über das nachdenken, was wir nicht haben als über das, was wir haben, ist es viel schwieriger, glücklich zu sein. Wenn wir lernen uns zu akzeptieren wie wir sind und freundlicher zu uns selbst zu sein - auch wenn etwas schief geht - erhöht das unsere Lebensfreude. Es hilft auch, andere so anzunehmen, wie sie sind.



10. Seien Sie ein Teil vom großen Ganzen!

Menschen, die einen Sinn in ihrem Leben sehen, sind glücklicher. Sie empfinden auch weniger Stress, Angst und Depressionen. Sinnstiftend kann unser Glaube sein, Mutter oder Vater zu werden oder auch ein Job. Die Antworten variieren für jeden von uns, aber sie alle beinhalten die Verbindung zu etwas Größerem, als wir selber es sind.

Quelle aller Tipps:
www.actionforhappiness.org



Hallenfußballturnier in Tres Palmas



Am Wochenende vom 21. und 22. März fand in Tres Palmas das diesjährige ostparaguayische Hallenfußballturnier statt. An dem Turnier beteiligten sich die Mannschaften von Tres Palmas, Independencia, Volendam, Bergthal, Sommerfeld, Concordia und Friesland.

Am Sonntag begann das Turnier um 10 Uhr vormittags und endete dann am frühen Abend, so dass man genügend Zeit hatte, sich auszuruhen und vorzubereiten für den nächsten Tag. Am Sonntag begann es um 9 Uhr mit einem kurzen Gottesdienst auf dem Hallenfußballfeld, danach wurde das Turnier fortgesetzt.

Wir als Friesländer-Mannschaft konnten ein gutes Turnier machen, wir haben zwei Spiele verloren und vier Spiele gewonnen. Mit 12 Punkten

und einer guten Tordifferenz waren wir uns den zweiten Platz nach dem Sieger Tres Palmas eigentlich schon ganz sicher, doch nach einem unerwartet hohen Sieg von Independencia über die Mannschaft von Concordia, gelang es der Mannschaft von Independencia, uns den Platz als Vizemeister zu nehmen.

Wir haben unser Bestes getan und sind stolz auf unsere Leistung. Erwähnenswert ist die Einigkeit, die in unserer Mannschaft herrschte. Es wäre schön, wenn es immer so bleiben könnte.

Ich bin Gott dankbar für die Bewahrung auf der Reise, für unsere Sportdirektive, unseren „utilero“, unseren Trainer und für jeden einzelnen Spieler.

Frank Warkentin
Sportdirektive

Die Hallenfußballmannschaft aus Friesland. Foto: Nicole Letkemann



Neuer Lebensmittellagererraum für die sozialen Suppenküchen

In Gegenwart der Führungskräfte und dem Mitarbeiterstab der Stiftung „Jesús Responde al Mundo de Hoy“ (JRMH) wurde am Dienstag, den 27. Januar, der erste Spatenstich für den Bau eines Lebensmittellagererraums für die sozialen Suppenküchen gemacht.

Das Gebäude, gelegen auf dem Grundstück der Stiftung, soll 390 Quadratmeter haben und nach den höchsten Standards der Industrie für Lagerung und Verteilung von Lebensmitteln gebaut werden.

Mit Kosten von 500.000.000 Gs.-, wovon schon 40% gespendet wurde, soll die Arbeit in 4 Monaten abgeschlossen werden.

In diesem Lagerraum sollen die Lebensmittel aufbewahrt werden, die man an die 420 sozialen Suppenküchen verteilen will, wo 30.000 Kinder von „Gemeinsam Paraguay verändern“ und hunderten lokalen Gemeinden betreut werden.

Mit dem Ziel, den ganz Bedürftigsten zu helfen, versorgen die Suppenküchen Tausende von Kindern mit Nahrungsmitteln und bieten auch folgende Programme an: Biblische Unterweisung und Jüngerschaft, Nachhilfeunterricht, Sport, zahnärztliche Behandlung, evangelistische Kinderveranstaltungen, Filmvorführungen und Gemeindegründung.

Walter Neufeld, Gründer von „JRMH“ und leidenschaftlicher Förderer der Aktivitäten in den Suppenküchen, äußerte folgende Worte nachdem er den ersten Spatenstich vollzogen hatte: „Gott kümmert sich besonders um die Kinder, weshalb wir von hier aus unseren Dienst im Namen Jesu vergrößern und hunderttausende Kinder im ganzen Land erreichen wollen.“

Die Bevollmächtigung dieses Lagerraumes wird die Anzahl der Suppenküchen und der zu betreuenden



Kinder wachsen lassen, indem man eine größere Menge an Lebensmittel in effizienter und professioneller Form speichern und verteilen können wird.

Hans Rahn und Walter Neufeld führen feierlich den ersten Spatenstich durch

Dies ist eine einzigartige Gelegenheit, bedeutend zur Veränderung Paraguays beizutragen. Alle können Teil dieser Aufgabe sein, den bedürftigen Kindern, ihren Familien und ihrer Umgebung im Namen Jesu zu dienen, indem man ihnen Veränderung und neues Leben bringt. Hierfür darf man „JRMH“ unter der Telefonnummer 021-963-565 oder per Email info@jesusresponde.com kontaktieren.

Man darf auch direkt eine Überweisung auf das Konto von „Jesús Responde“ in der Coop. Friesland (Kontonummer: 10-025-09) machen.

Text und Fotos: Steffi de Florentin
Secretaria General

Anzeigen

Apartments zu vermieten

Einige Apartments mit Parkplatz in der Nähe der Munizipalität von Asunción zu vermieten.

Nähere Informationen bei Corny Siemens
0981 452 772.



Briefmarken

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

Zu Ostern

Jesus Christus musste so qualvoll am Kreuze sterben,
um für Dich das Heil und den Frieden zu erwerben.
Halleluja, Jesus Christus hat den Tod besiegt,
ER, der Dich, so unsagbar liebt!

Jesus will in innigster Gemeinschaft mit Dir leben,
Dir all Deine Schuld und Sünde vergeben.
Klopft ER, an Deine Herzenstür, so lass Ihn rein,
lass Ihn Dein Heiland, Dein HERR, in Deinem Leben sein!

www.gottesbotschaft.de



Internet: www.decisiones.org.py
Email: repcion@decisiones.org.py

Es geht um Dich!

Alle werden gebraucht!

Die Werkzeuge des Tischlers waren zu einer Besprechung zusammengekommen. Der Hammer wurde zum Leiter gewählt. Doch schon bald musste er von den anderen Werkzeugen hören, dass er sein Amt niederlegen solle, da er zu grob und lärmend sei. Mit gekränkter Miene bemerkte der Hammer: „Dann muss auch der Hobel gehen. Seine Tätigkeit ist immer so oberflächlich!“ „Schön“, sprach der Hobel, „dann wird auch der Bohrer gehen müssen. Er ist als Persönlichkeit so uninteressant und leistet niemals aufbauende Arbeit!“ Der Bohrer meinte beleidigt: „Gut, ich gehe, aber die Schraube auch. Man muss sie immer drehen und drehen, bis man mit ihr zum Ziele kommt!“ „Wenn ihr wollt gehe ich“, sprach die Schraube gekränkt, „aber der Zollstock ist noch viel ärgerlicher. Er will über alles urteilen, und alle müssen sich noch ihm richten!“ Der Zollstock klagte daraufhin über das Schmirgelpapier. „Solche rauen Manieren wollen wir nicht, und immer die Reibereien mit anderen Leuten gefallen uns nicht!“

Während sich die Werkzeuge beklagten und über einander entrüsteten, trat der Tischler in die Werkstatt, band sich die Schürze um und fing an, mit all den Werkzeugen zu arbeiten. Er schuf eine wunderbare Kanzel, von der aus den Menschen das Evangelium gepredigt werden sollte.

***„Ertragt einer den anderen in Liebe
und seid darauf bedacht,
zu wahren die Einigkeit im Geist durch das Band des Frie-
dens!“ (Epheser 4,2f)***



Gott hatte einen Grund, warum er uns alle geschaffen hat. Und ein jeder von uns ist mit so tollen Gaben und Einzigartigkeiten ausgestattet. Wenn wir einander in Liebe begegnen, und versuchen miteinander statt gegeneinander zu arbeiten, werden wir erkennen, dass wir alle gebraucht werden. Jeder mit dem was er zu geben hat. Und ihr werdet sehen, Gott lässt was wundervollen daraus entstehen.

Lebenslauf von Katharina Voth



Tina Voth ist am 8. September 1927 in Tschongraw in der Halbinsel Krim, Russland, geboren. Ihre Eltern waren Kornelius Voth und Maria Voth, geborene Rogalsky.

Ihr Vater war Prediger in Russland und hatte es daher sehr schwer. Die Miliz wollte ihn verhaften und so suchten ihre Eltern einen Weg, aus Russland raus zu kommen. Am 25. November 1929 erhielten sie die Ausreiseerlaubnis und entflohen dem kommunistischen Land. Nach einer längeren Reise, mit einem etwa halbjährigen Aufenthalt in Deutschland, kamen sie in Paraguay an.

Die Anfangsjahre waren sehr schwer. Die Kinder mussten schon früh kräftig mithelfen. Tina musste schon in jungen Jahren im Garten mithelfen, beim Pflügen und Jäten. Da in der Familie nur Mädchen waren, mussten sie auch helfen die Ernte einzubringen. Trotzdem hatten wir eine schöne Zeit. Jeden Abend gab es ein Programm für Jugendliche.

Tina hat die Dorfschule (6 Jahre) abgeschlossen und dann noch zwei Jahre Zentralschule machen dürfen. Da man damals noch keine Fahrzeuge besaß, musste sie jeden Tag ihren Schulweg von Dorf Nr. 5 bis zum Zentrum zu Fuß zurücklegen. Getauft wurde sie mit 18 Jahren in der Mennoniten Brüder Gemeinde zu Friesland, wo sie mit ihren Gaben diente. Sie hat lange und gern im Chor gesungen und in der Sonntagschule unterrichtet. Später begann Tina beim Krankenhaus in der Küche zu arbeiten. Daraufhin zog sie nach Zentral, um näher bei ihrer Arbeitsstelle zu sein. Tina war schon immer eine stille Person und sie hat bis zu ihrer Pensionierung treu und aufrichtig im Krankenhaus gedient. Weil Tante Tina oft von ihrem persönlichen Erleben mit Gott erzählte, schildern wir einige davon ausführlich.

Für Tante Tina stellte sich die Frage, ob sie ihren Lebensabend in Friesland/Paraguay oder bei ihren beiden Schwestern in Deutschland verbringen würde. Wie immer in ihrem Leben fragte sie auch hier nach Gottes Willen. Nun hatte sich ihre enge Freundin aus Kanada zu Besuch angemeldet. Und Tante Tina bat Gott, ihr durch sie die Antwort zu geben. Sie betete: „Himmlicher Vater, wenn sie zu mir

sagt: „Tina, bleib doch hier in Deutschland“, dann ist es für mich dein Weg“. Als sie ihre Freundin begrüßte, sagte diese: „Aber Tina, bleib doch hier in Deutschland, hier hast du es so gut“. Wie liebevoll hat ihr Heiland ihr Gebet beantwortet. Und an dieser Entscheidung hat sie auch **nie** gezweifelt.

Im Juli 1992 zog sie endgültig nach Deutschland. Hier fand sie neue Freundinnen. Mit ihnen teilte sie ihre Wohnung für Hauskreise, Spiele- und Fernsehabend. Bei gemütlichen Runden übte sie stets ihr geliebtes Hobby, das Häkeln aus. Denn an Aufträgen für ihre so genannten „Daitstjes“, oder auch Gardinen, Tischdecken oder Topflappen, fehlte es nie. Egal, wie lange wir sie nicht besucht hatten, sie empfing uns immer ohne Vorwürfe mit großer Freude. Unser Ergehen lag ihr sehr am Herzen und wenn wir ihr Gebetsanliegen nannten, konnten wir gewiss sein: Sie wird dafür beten. Überhaupt liebte sie es, bei allen Familien Feiern und Zusammenkünften dabei zu sein. Und mit welcher Liebe und Treue sie ihre Bibel las, wird für immer unser Vorbild bleiben. - Ihr geistliches Zuhause war die Mennoniten Brüder Gemeinde in der Falkenstraße. In den letzten Jahren stand ihr Pastor Wilfried Schuster in ihrem geistlichen Leben zur Seite. Dafür war sie sehr dankbar.

Doch auch so manches Leid gehörte zu Tante Tinas Leben. Sie litt seit vielen Jahren neben körperlichen Beschwerden unter schlimmsten Angstzuständen. Dies führte unter anderem dazu, dass sie nicht mehr in der Lage war, ihren Haushalt zu führen. Nach schweren inneren Kämpfen war sie bereit, in das Seniorenwohnheim „Werrehof“ zu ziehen. Auch dies erlebte sie und sah es als Gottes Führung. Immer wieder sagte sie fast beschämt, wie wohl sie sich in ihrem Appartement fühle. Sie genoss es, dass immer jemand da war und nahm gerne an den verschiedenen Veranstaltungen des Heimes teil. Auch wenn ihre neuen Freunde nicht, so wie sie, offen für neue Spiele waren. Und auch den richtigen Ton beim gemeinsamen Singen nicht immer trafen.

Am 16. Februar 2015 holte ihr liebevoller Heiland Jesus Christus sie um 4 Uhr morgens im Schlaf nach Hause. Ohne Atemnot und Todeskampf. Damit erfüllte Gott ihre und unsere Gebete.

Im Namen der Schwestern, Maria Warkentin

„Pala pequeña”



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 Simone Fast hat für diese Ausgabe eine Idee eingesandt.

Die Redaktion

Ich zeige euch heute wie man aus einfachen Plastikbehältern kleine Schaufeln herstellen kann, die im Sandkasten oder auch in der Küche (z. B. als Zucker- oder Mehlschaufel) nützlich sein können.

1- Der leere Behälter wird mit sauberem Wasser ausgespült und zum Trocknen gestellt. Je nachdem, ob der Behälter eine eher dreieckige oder mehr platte Seite am Griff hat, wird die Schaufel verschieden aussehen.

2- Mit einem „Marcador“ werden die Linien angezeichnet, die man dann ausschneidet. Mit einer etwas größeren Scheren klappt das ganz gut!

3- Die Ränder werden nochmal etwas „gesäubert“. Wo man zu schief oder zackig geschnitten hat wird nochmal kurz mit der Schere nachgearbeitet bis es saubere, grade Linien sind.

4- Fertig ☺



Utensilien, die man braucht.

So kann die Schaufel in Küche und Waschküche gebraucht werden.



Privat oder öffentlich?

Grundsätzlich gilt: Fast alles, was im Netz veröffentlicht wird, ist urheberrechtlich geschützt. Auch wenn kein ausdrücklicher Hinweis angebracht ist (etwa ein © oder dergleichen), muss man davon ausgehen, dass man fremde Inhalte nicht einfach verwenden darf, sondern eine Erlaubnis des Rechteinhabers braucht. Rechteinhaber ist entweder der Urheber, also der Musiker oder Fotograf. Es kann aber auch eine Firma sein, zum Beispiel das Musiklabel oder ein Verlag.













Zwar ist es erlaubt, von fremden Werken einzelne Kopien zum „privaten oder sonstigen eigenen Gebrauch“ zu machen. So steht es im Gesetz. Ein Foto oder einen Text aus dem Web auf den eigenen PC zu laden, ist also rechtlich kein Problem. Nur hilft das nicht, wenn man fremde Inhalte auf seiner eigenen Website online stellen will. Das heißt nämlich, dass diese Inhalte veröffentlicht werden – und diese Veröffentlichung gilt nicht als privater Gebrauch. Man muss also für alle urheberrechtlich geschützten Werke, die auf der Website erscheinen, das Recht haben, sie zu veröffentlichen.

Freie Lizenzen

Es ist erlaubt, Inhalte zu verwenden, die vom Urheber ausdrücklich zur Verwendung freigegeben sind. Das sind vor allem Inhalte unter sogenannten „freien Lizenzen“. Diese Lizenzen heißen beispielsweise „Creative Commons“ oder „GNU Free Documentation License“. Hört sich kompliziert an, ist es aber nicht: Sind Werke unter diesen Lizenzen veröffentlicht, bedeutet das, dass man sie auch auf anderen Webseiten oder sogar in gedruckten Flyern oder ähnlichem verwenden darf. Allerdings können die Rechteinhaber Bedingungen festlegen, zum Beispiel, dass sie nicht verändert oder

für kommerzielle Zwecke genutzt werden dürfen. Diese Lizenzen muss man also genau lesen, wenn man die dazugehörigen Inhalte nutzen will. Das ist jedoch einfacher als bei den meisten anderen Lizenzen, weil sie extra so geschrieben sind, dass auch juristische Laien sie verstehen können.

Es gibt nicht eine einzige Creative-Commons-Lizenz, sondern verschiedene, die sich Nutzer aus einem Lizenzbaukasten selbst zusammenstellen können. Auf der Website des Creative-Commons-Projekts wird ein Auswahlmenü angeboten, in dem Nutzer per Mausklick die für sie passende Lizenz auswählen. Zur Auswahl stehen folgende Lizenzen (davor jeweils die Logos, mit denen diese Bedingungen grafisch dargestellt werden):

	Namensnennung – der Name des Urhebers muss genannt werden. Diese Bedingung ist seit der Version 2.0 der CC-Lizenzen nicht mehr wählbar, sondern wird automatisch ausgewählt.
 	Namensnennung - Keine Bearbeitung – der Name des Urhebers muss genannt werden, das Werk darf nicht verändert werden.
 	Namensnennung - Nicht kommerziell – der Name des Urhebers muss genannt werden, das Werk darf nicht zu gewerblichen Zwecken verwendet werden.
  	Namensnennung - Nicht kommerziell - Keine Bearbeitung – der Name des Urhebers muss genannt werden, das Werk darf nicht zu gewerblichen Zwecken verwendet werden, das Werk darf nicht verändert werden.
  	Namensnennung - Nicht kommerziell - Weitergabe unter gleichen Bedingungen – der Name des Urhebers muss genannt werden, das Werk darf nicht zu gewerblichen Zwecken verwendet werden, die neu entstandene Version muss unter der selben Lizenz weiter gegeben werden – es muss also wieder erlaubt sein, sie zu verändern.
 	Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen – der Name des Urhebers muss genannt werden, die neu entstandene Version muss unter der selben Lizenz weiter gegeben werden – es muss also wieder erlaubt sein, sie zu verändern und kommerziell zu nutzen.

Fotos

Eine Fundgrube für Fotos unter CC-Lizenzen ist Flickr.com. Wer auf „Suchen“ klickt, ohne etwas ins Suchfeld eingetragen zu haben, kommt zur nächsten Seite, wo man die erweiterte Suche auswählen kann (rechts unter dem Suchfeld). Direkt zur erweiterten Suche kommt man unter www.flickr.com/search/advanced. Anschließend kann man weiter unten auf der Suchseite auswählen, dass man nur Fotos angezeigt bekommen möchte, die unter einer CC-Lizenz stehen, also zumindest auf nicht-kommerziellen Seiten verwendet werden dürfen.



*Tipp: Suchen Sie nach Inhalten mit einer Creative Commons-Lizenz.
Weitere Informationen...*

- Nur in Inhalten mit einer Creative Commons-Lizenz suchen
- Nach Inhalten zur kommerziellen Nutzung suchen
- Nach Inhalten für Änderung, Anpassung oder Bearbeitung suchen

Abbildung: Suche nach Creative-Commons-Inhalten bei Flickr (flickr.com, 05.11.13)

Derzeit stehen mehr als 280 Millionen (ja, richtig gelesen: mehr als 280 Millionen!) Bilder unter verschiedenen CC-Lizenzen bei Flickr.com zum Download bereit. Wer sie verwenden will, muss allerdings dafür sorgen, dass der Fotograf genannt wird. Den Namen – oder manchmal auch nur den Nutzernamen – findet man auf der Flickr-Seite, auf der das Foto gespeichert ist. Am besten ist, man setzt einen Link dorthin. Außerdem muss man darauf hinweisen, dass das Foto unter einer CC-Lizenz steht. Am einfachsten geht das, wenn man einen Link auf die Lizenz setzt, die an jedem CC-lizenzierten Foto steht.

Videos

Gelten für Musik und Filme die gleichen Bedingungen wie für Bilder? Auf den ersten Blick ist die Antwort ein klares „Ja“: Auch Songs und Videos dürfen grundsätzlich nur mit Zustimmung der Urheber oder Rechteinhaber veröffentlicht werden. Doch in der Praxis gibt es vor allem bei Filmen den wichtigen Unterschied, dass viele davon über Video-Hoster wie YouTube, Sevenload oder blip.tv angeboten werden. Diese Webseiten bieten einen sogenannten Embed-Code an, mit dem man die Videos in die eigene Website, ins Blog oder Profil einbetten kann. Das sieht dann so aus, als würde das Video auf der eigenen Website gespeichert sein, obwohl es vom Video-Hoster gesendet wird.

Was technisch sehr praktisch ist, ist aus juristischer Perspektive leider nicht abschließend geklärt: Die Frage, ob man durch das Einbetten Urheberrechte verletzen kann, ist umstritten. Leider kann man – wie so oft – nicht sagen: „Das ist erlaubt“, sondern lediglich „Bisher hat niemand dafür Ärger bekommen“. Mehr zu dem Thema kann man in dem Text „Streaming, Embedding, Downloading“ lesen.

Embedding darf übrigens nicht verwechselt werden mit dem Hochladen eines Videos auf YouTube oder ähnliche Sites. Denn das ist ganz klar eine Rechtsverletzung, wenn man dafür nicht die Erlaubnis des Video-Urhebers hat.

Lic. Michaela Bergen

Alle Infos unter: www.klicksafe.de

Einzigartige und seltene Tiere in unserer Umgebung

Für den besonderen Beitrag haben wir Danilo Krause gefragt, ob er uns einige Tiere aus Friesland und unserer Umgebung vorstellen möchte. Es geht vor allem um Tiere, die wir selten sehen und/oder die vom Aussterben bedroht sind.

Auf die Frage, wie er die Tiere findet und ob er nicht Angst vor ihnen hat, antwortete er folgend:

*„Der Unterschied zwischen Angst und Respekt gegenüber eines Tieres, ist nur das **Wissen** und die **Kenntnisse** darüber. Wer das Wissen und die Kenntnisse besitzt, kann auch leichter ein Tier finden, da er weiß, an welchem Ort es sich wahrscheinlich aufhält, und auch warum es sich dort aufhält.“*

Weiter erklärt er:

Es gibt in unserer Gegend immer mehr Tiere, die vom Aussterben bedroht sind. Die Ursachen sind das ständige Roden der Wälder, das Trockenlegen der „Esteros“ (Sumpfbereiche), Zerstörung von Feldern mit Feuer und der übermäßige Gebrauch von Giften. Jäger und Schnellstraßen kosten unschuldigen Tieren oft das Leben. Wir müssen einsehen, dass nur wir Menschen die eben genannten Faktoren verursachen, ohne darüber nachzudenken, welche Folgen sie im Laufe der Zeit haben können.

In den folgenden Monaten wird Danilo uns verschiedene Tiere vorstellen, welchen er hier in der Umgebung selber begegnet ist.

Tamandua



Beschreibung und Fotos:

Danilo Krause

Ort der Fotoaufnahmen:

Im Sumpfbereich zwischen den Dörfern 1 und 2

Wissenschaftlicher Name:

(Tamandua tetradactyla)

Deutscher Name:

Kleiner Ameisenbär

Tamandua's leben in Mittel- und Südamerika. Sie sind vom südlichen Mexiko bis in das nördliche Argentinien und Uruguay verbreitet. Sie bevorzugen das Flachland, obwohl sie bis in Höhen von 2.000 m gesichtet worden sind. Diese Ameisenbären sind mittelgroß, und sind mit einer Kopflänge von 47 bis 88 cm und einem 40 bis 67 cm langen Schwanz, deutlich kleiner als ihr Verwandten, die großen Ameisenbären (*Myrmecophaga tridactyla*). Die Tamandua's erreichen ein Gewicht von 2 bis 7 kg. Die Grundfarbe ihres Fellkleides ist beige bis hellbraun. Sie sind zahnlos, haben aber eine lange und dünne Zunge, die mit klebrigem Sekret bedeckt ist und mit der sie ihre Nahrung aufnehmen. Die Nahrung der Tamandua's besteht fast ausschließlich aus Termiten und Ameisen. Tamandua's gibt es noch verhältnismäßig viele, aber sie leben hauptsächlich in dichten Wäldern und daher sieht man sie eher selten. Doch bei all dem Wald, der gerodet wird, und durch den Bau von Straßen, kommen viele ihrer Art ums Leben und es gibt sie im Laufe der Zeit immer weniger. In unserer Zone stehen sie als vom Aussterben bedroht sehr hoch auf der Liste.



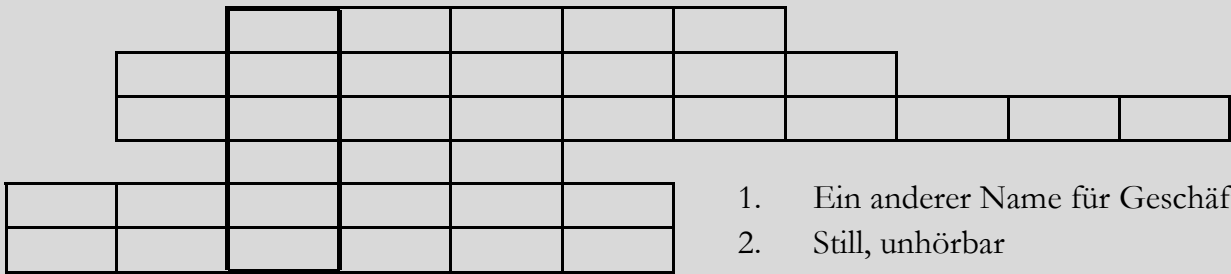
In diesem Monat haben wir das Thema „Glücklich sein“. Dazu haben wir verschiedenes für euch vorbereitet. Wir hoffen, ihr habt viel Spaß beim Knobeln, Suchen, Lösen und Lesen! Samantha und Diego

Wer oder was macht dich glücklich, bzw. macht dir Spaß? Suche im Buchstabensalat nach diesen Wörtern und kreuze dann die an, die dich glücklich machen.

- | | |
|------------|--------------------|
| ◇ Freunde | ◇ Lernen |
| ◇ Kochen | ◇ Spielen |
| ◇ Lesen | ◇ Klassenkameraden |
| ◇ Eltern | ◇ Basteln |
| ◇ Sport | ◇ Reiten |
| ◇ Nachbarn | ◇ Geschwister |

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

DAS GLÜCK IST DAS EINZIGE, WAS SICH VERDOPPELT, WENN MAN ES TEILT.
Albert Schweitzer



1. Ein anderer Name für Geschäft
2. Still, unhörbar
3. Es ist süß und schmeckt allen Kindern
4. Du trägst ihn auf dem Kopf wenn die Sonne brennt
5. Schwester von Hänsel
6. Männliches Pferd

Lösungswort: _ _ _ _ _

Gedanken einer Kerze

„Jetzt habt ihr mich entzündet und schaut in mein Licht. Ihr freut euch an meiner Helligkeit, an der Wärme, die ich spende. Und ich freue mich, dass ich für euch brennen darf. Wäre dem nicht so, läge ich vielleicht irgendwo in einem alten Karton - sinnlos, nutzlos. Sinn bekomme ich erst dadurch, dass ich brenne. Aber je länger ich brenne, desto kürzer werde ich. Ich weiß, es gibt immer beide Möglichkeiten für mich: Entweder bleibe ich im Karton - unangerührt, vergessen, im Dunkeln - oder aber ich brenne, werde kürzer, gebe alles her, was ich habe, zugunsten des Lichtes und der Wärme. Somit führe ich mein eigenes Ende herbei. Und doch, ich finde es schöner und sinnvoller, etwas herzugeben zu dürfen, als kalt zu bleiben und im düsteren Karton zu liegen.“

ihr zieht euch zurück, bleibt für euch - und es bleibt kalt und leer-, oder ihr geht auf die Menschen zu und schenkt ihnen von eurer Wärme und Liebe, dann erhält euer Leben Sinn. Aber dafür müsst ihr etwas in euch selbst hergeben, etwas von eurer Freude, von eurer Herzlichkeit, von eurem Lachen, vielleicht auch von eurer Traurigkeit.

Ich meine, nur wer sich verschenkt, wird reicher. Nur wer andere froh macht, wird selbst froh. Je mehr ihr für andere brennt, um so heller wird es in euch selbst. Ein einziges Licht, das brennt, ist mehr wert als alle Dunkelheit der Welt. Also, lasst euch ein wenig Mut machen von mir, einer winzigen, kleinen Kerze.“

Schaut, so ist es auch mit euch Menschen! Entweder



Gesunde Ernährung und körperliche Bewegung

Essen schmeckt gut und macht Spaß. Essen ist lebensnotwendig, denn durch das Essen werden unserem Körper die notwendigen Nährstoffe zugefügt, die wir zum Leben brauchen.

Wir leben nicht nur um zu essen, sondern wir essen um zu leben.

Deshalb sollte man darauf achten, *was* und *wie viel* man isst.

Gesund essen beginnt mit dem Einkauf:

1. Schreiben Sie eine Einkaufsliste. Die Einkaufsliste führt die Lebensmittel auf, die Sie in Ihrer Küche brauchen. Die Einkaufsliste hilft Ihnen, bei den Angeboten nicht durcheinander zu kommen.
2. Lesen Sie die Zutatenliste auf den Lebensmittelverpackungen. In sehr kleiner Schrift finden Sie, meistens ganz unten auf der Verpackung, was drin steckt. Die Zutaten werden in absteigender Reihenfolge ihres Gewichtsanteils aufgelistet. Indem Sie sich informieren, können Sie bessere Entscheidungen treffen bezüglich der Lebensmittelprodukte, die Sie kaufen.
3. Kaufen Sie möglichst frische und wenig verarbeitete Lebensmittel.
4. Kochen Sie die Mahlzeiten selber, anstatt Fertigprodukte zu konsumieren. Kochen Sie schonend und schmackhaft!

Lassen Sie sich Zeit zum Essen und genießen Sie ihre Mahlzeit.

Tipps zu Getränken

Selbst gemachte Getränke bieten den Vorteil, dass man ihnen genau den Geschmack geben kann, den man möchte. Drinks mit Obst und Gemüse haben einen hohen Nährstoffgehalt.



Tipps zum Getränke kühlen: Drinks statt mit Eiswürfeln mit eingefrorenen Früchten wie Weintrauben oder Zitronenscheiben kühlen. Die Früchte kurz vor dem Servieren zugeben.

Fördern Sie Ihre Gesundheit und die Gesundheit Ihrer Familie! Tragen Sie zum körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefinden sowie zu mehr Lebensqualität für alle bei, die durch Ihren Haushalt versorgt werden.

Angelina Ginter
Ernährungswissenschaftlerin



„Gesundheit ist ein Zustand vollkommenen körperlichen, seelischen und sozialen Wohlbefindens; Gesundheit bedeutet also nicht nur das Freisein von körperlichen und sonstigen Mängeln und Krankheiten.“

Nach der Definition der Weltgesundheitsorganisation (WHO)

Hefeteig:

500 g Mehl
100 ml Milch
3 Eier
100 g Butter

2 Esslöffel Hefe
2 EL Wasser
50 g Zucker
1 TL Salz
Vanilleextrakt
Zitronenschalenabrieb

Füllung:

200 g Nüsse
3 EL Zucker
2 EL Kakao
1 TL Zimt
1 Ei
½ Tasse Milch

Zum Bestreichen:

1 Eigelb
1 Pr. Zucker
1 EL Milch

Außerdem:

Puderzucker

oder:
2 EL Zitronensaft
100 g Puderzucker



Zubereitung:

Die Hefe im Wasser auflösen, etwas Zucker hinzufügen und gut verrühren. Hefemischung, Milch, Eier, restlichen Zucker, Vanille, Zitronenschalenabrieb und ca. $\frac{3}{4}$ des Mehls in eine Schüssel geben, verkneten. Ich mache das mit der Küchenmaschine und dem Knethaken, mit den Händen lässt sich der Teig aber auch gut verkneten. Butter und restliches Mehl nach und nach hinzufügen, bis ein glatter Teig entsteht. Diesen ca. 7 Minuten kneten, damit er nicht mehr klebt. Daraus eine Kugel formen, die Schüssel bemehlen und den Teig darin abgedeckt ca. 30-60 Min. aufgehen lassen, bis er sich verdoppelt hat.

Inzwischen die Füllung herstellen: Dafür alle Zutaten verrühren und beiseite stellen. Bei Bedarf Zucker hinzufügen.

Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 40x60 cm groß ausrollen, mit der Füllung bestreichen und von der langen Seite her aufrollen. Mittig durchschneiden und den Zopf flechten. Auf ein Blech setzen und dabei einen Kranz bilden. Die Enden miteinander verbinden. Den Kranz abdecken und nochmals ca. 30-60 Min. gehen lassen, bis er sich verdoppelt hat.

Eigelb, Zucker und Milch verrühren und den Kranz damit bestreichen. Im vorgeheizten Ofen bei 190°C für ca. 35 Min. backen.

Anschließend entweder abkühlen lassen und mit Puderzucker bestäuben. Oder den Zopf noch warm mit einer Puderzucker-Zitronenglasur bestreichen. Dafür Zitronensaft und Puderzucker vermischen und den Kranz damit bestreichen, fest werden lassen und servieren.

Guten Appetit!
Bianca Penner



10 Dinge, die dich Gott nicht fragen wird

Gott wird dich nicht fragen, welches Automodell du fährst;
er wird dich fragen, wie viele Leute du mitgenommen hast.

Gott wird dich nicht fragen, wie viel Quadratmeter dein Haus hat,
sondern wie viele Menschen du in ihm empfangen hast.

Gott wird dich nicht nach deiner Kleidungsmarke fragen,
sondern wie vielen du geholfen hast, sich anzuziehen.

Gott wird dich nicht fragen, wie hoch dein Gehalt ist,
sondern ob du dein Gewissen eingesetzt hast, um es zu bekommen.

Gott wird dich nicht nach deinem Beruf fragen,
sondern ob du deine Arbeit mit deinen besten Fähigkeiten gemacht hast.

Gott wird dich nicht fragen, wie viele Freunde du hast,
er wird dich fragen, wie viele Leute dich als Freund betrachten.

Gott wird dich nicht fragen, in welcher Nachbarschaft du lebst,
sondern wie du deine Nachbarn behandelst.

Gott wird dich nicht nach deiner Hautfarbe fragen,
sondern wie rein dein Innerstes ist.

Gott wird dich nicht fragen, warum du dich auf der Suche
nach der Errettung verspätet hast.

Er wird dich mit Liebe in sein Haus im Himmel bringen
und nicht an die Türen der Hölle.

Gott wird dich nicht fragen, wie viel Geld du verdient hast
oder wie viele Unternehmen du geführt hast,
sondern ob du dein Ziel erfüllt hast, das er für dein Leben hat.

Verfasser unbekannt

