

WORTSTARK

Texte aus Lese- und Schreibkursen

AUSGABE

04



Vorwort

Julia Werner

Liebe Leserinnen und Leser,

Sie halten die vierte Ausgabe des VHS-Magazins „Wortstark“ in Ihren Händen. Darin lesen Sie über Blumenkohl, über Krebs und Krieg, Sie finden Obst-Rätsel und Rezepte für Hummus oder Kürbissuppe.

Sie fragen sich, was diese Mischung eint? Es sind die Themen, die Menschen in den Grundbildungskursen der Bielefelder VHS in ihrem Alltag beschäftigen. Damit laden die Texte ein, Menschen kennenzulernen und vielleicht auch Vorurteile zu hinterfragen.

Im Kursalltag der VHS verbessern Erwachsene jeden Alters, in Bielefeld geborene und zugewanderte Menschen, ihre Lese- und Schreibkenntnisse und erobern sich die Welt des Schreibens. Bei einem Treffen zum kreativen Schreiben im Januar 2025 haben sie „Essen und Trinken“ als Schwerpunkt für die diesjährige Ausgabe gewählt.

Lassen Sie es sich schmecken!

Julia Werner

Dozentin der Schreib- und Lesekurse

Wir lesen Ihnen diesen Text vor:



Inhaltsverzeichnis

Vom Lernen in der VHS	4
Essen und Trinken	6
Aus unserem Leben	14
Buchvorstellungen	22
Austausch in Leipzig	27
Gastbeiträge aus OWL	32
Geschichten und Gedichte	34

Gefördert durch:

**Ministerium für
Kultur und Wissenschaft
des Landes Nordrhein-Westfalen**



Hier finden Sie Infos zu unseren Kursen in der VHS:



   **ALFA-TELEFON**
0800 - 53 33 44 55

Schwierigkeiten beim Lesen und Schreiben: Helfen Sie mit!

Aneta Daniel

In Deutschland gibt es mehr als sechs Millionen Erwachsene, die nicht richtig lesen und schreiben können. Das heißt, in Bielefeld haben circa 24 500 Menschen Schwierigkeiten mit dem Lesen und Schreiben. Sie haben Probleme mit einfachen Texten. Zum Beispiel mit Formularen, Beipackzetteln oder Arbeitsanweisungen. Die Gründe dafür sind unterschiedlich. Viele Menschen wissen nicht, wo sie als Erwachsene ihr Lesen und Schreiben noch verbessern können. Hier sind Angehörige, Freunde und alle Menschen, die Kontakt zur Zielgruppe haben, gefragt. Sie können auf Probleme hinweisen, über Unterstützungsangebote informieren und Menschen ermutigen, Lesen und Schreiben neu zu lernen oder zu verbessern.

Wenn Sie Personen kennen, die beim Lesen und Schreiben Unterstützung benötigen, machen Sie sie gerne auf unser Angebot aufmerksam. Auch Beratungsstellen und Institutionen laden wir herzlich ein, mit uns zusammenzuarbeiten und das Thema gemeinsam sichtbar zu machen.

- Wir beraten Angehörige und Menschen, die bei uns lernen wollen.
- Wir organisieren Sensibilisierungsschulungen für Beratungsstellen und Institutionen.
- Wir stellen Flyer und Infobroschüren zur Verfügung.

Weitere Informationen zu unseren Kursen und Anmeldungen erhalten Sie direkt bei der Volkshochschule Bielefeld. Wir beraten Sie gerne persönlich und vertraulich.

Melden Sie sich gerne auch, wenn Sie Interesse daran haben, im Grundbildungsbereich zu unterrichten.



Aneta Daniel

aneta.daniel@bielefeld.de

Telefon: 0521 516288

Zimmer 217

VHS Bielefeld

**Ravensberger Park 1,
33607 Bielefeld**

Wir lesen Ihnen diese Texte vor:



Neue Kurse

An der VHS Bielefeld

Offener Lerntreff: Besser lesen und schreiben

Haben Sie Probleme beim Lesen oder Schreiben? Möchten Sie besser lesen und schreiben lernen?

Dann ist unser Lerntreff genau das Richtige für Sie.

Wir üben gemeinsam in einer kleinen Gruppe.

Sie lernen in Ihrem eigenen Tempo.

Eine Lernbegleitung steht Ihnen zur Seite.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Sie dürfen alle Fragen stellen.

Sie können eigene Formulare, schwierige Post, Materialien aus der Schule und Texte, die Sie nicht verstehen, mitbringen.

Der Lerntreff ist kostenlos.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Hier finden Sie noch weitere Lese- und Schreibkurse auf der Internetseite der VHS:



Rechnen ganz einfach

Gut rechnen können! Das macht sicher im Alltag und im Beruf. Wollen Sie die wichtigsten Rechenarten noch einmal lernen? Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie!

Wir üben gemeinsam einfache Dinge. Plus, Minus, Mal und Geteilt. Schätzen und Prüfen. Rechnen mit Geld. Hier verstehen Sie Längen, Gewicht und Zeit richtig. Hier können Sie sich Brüche und Prozente gut vorstellen.

Es wird langsam erklärt. Sie können jederzeit Fragen stellen. Wir wiederholen alles so oft wie nötig. Die Aufgaben passen zum Alltag. Sie verbessern auch Ihr Lesen. Rechenspiele helfen beim Lernen.

**Lassen Sie sich bitte vor dem Kurs beraten.
Vereinbaren Sie dazu einen Termin mit
Aneta Daniel, Telefon 0521 516288.**

Lernen in der VHS

Kathi

Wir lernen zusammen im Kurs und wir üben lesen.

Wir schreiben Texte und Geschichten.

Wir machen zusammen
Rechtschreibübungen.

Im Sommer machen wir Ausflüge, zum Beispiel zum Eisessen oder ins Museum.

Im Winter haben wir eine Weihnachtsfeier.

Liebeserklärung an Pomelo und Kiwi

Cahide

Meine Lieblingsobstsorten sind Pomelo und Kiwi. Wenn die kleine Schwester von der Pomelo, Kiwi, in Gefahr ist, läuft die Pomelo so schnell wie möglich zu ihrer Schwester, um sie zu beschützen. Die Pomelo wirkt so stark und groß, so dass jeder Angst vor ihr hat. Wenn sie mit ihrer Schwester Kiwi unterwegs ist, bewundert jeder die beiden.

Die Pomelo glänzt mit ihrer schönen gelben Farbe wie das Sonnenlicht und die Kiwi hat eine wunderschöne türkis-grüne Farbe. Sie sieht wie ein Smaragd aus. Wenn ich in den Laden gehe, sehe ich sofort die beiden Obstsorten. Man kann sie nicht übersehen. Man bleibt automatisch stehen, denn sie schreien auf, dass du sie mitnehmen musst. Die schmecken so säuerlich, süßlich, sinnlich im Geschmack. Sie sind einfach himmlisch auf der Zunge. Man denkt an den Sommer, an das Meer, an die frische Luft und die Natur. Sie haben alle Vitamine und sind gesund. Die Pomelo lässt beispielsweise den Blutzucker nicht schnell steigen, wenn man Diabetes hat. Die Kiwi ist auch eine Superfrucht.

Wir lesen Ihnen diesen Text vor:



Obsträtzel

Victoria

Esse ich gerne.
Riecht gut und ist rot.
Darauf möchte ich nicht verzichten.
Brötchen mit roter Marmelade.
Erst im Sommer kann man sie ernten.
Endlich Sommer.
Rot wie ein Herz.
Edel wie ein roter Diamant.

Obsträtzel

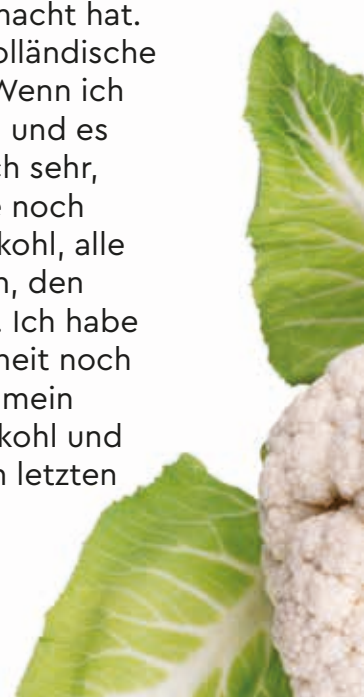
Rangina

Wässrig
Aroma sehr gut.
Sommerfrucht – alle lieben sie.
Süß und saftig.
Erst im Sommer kann man sie ernten.
Rot, grün und groß.
Manchmal gibt es sie in unterschiedlichen Größen.
Eigentlich esse ich sie selten.
Lecker und rund.
Oval kann die Form auch sein.
Niemals ohne Schafskäse.
Eigentlich ist sie sehr erfrischend.

Mein Lieblingsgemüse

Petra

Mein Lieblingsgemüse ist der Blumenkohl. Ich denke an meine Kindheit zurück, wie meine Mama Blumenkohl gemacht hat. Salzkartoffeln, Blumenkohl, holländische Soße und ein Kotelett dazu. Wenn ich vom Kindergarten zurückkam und es nach Blumenkohl roch, war ich sehr, sehr glücklich. Ich esse heute noch gern Blumenkohl oder Rosenkohl, alle Kohlsorten. Ich liebe es schon, den Geruch in der Nase zu haben. Ich habe den Geschmack meiner Kindheit noch auf der Zunge. Deswegen ist mein Lieblingsgemüse der Blumenkohl und er wird es immer sein bis zum letzten Atemzug.



Linsen-Spinatgericht

Bea

250 g große braune Linsen (wenn nötig, über Nacht eingeweicht)

500 g frischer oder 250 g gefrorener Blattspinat

½ TL gemahlener Koriander

½ TL gemahlener Kreuzkümmel

½ Knoblauchzehe

Salz

Schwarzer Pfeffer

1 – 2 EL Butter

Linsen in 20 bis 30 Minuten sehr weich kochen. Spinat sorgfältig waschen/ tiefgefrorenen Spinat auftauen und gut abtropfen lassen. Spinatblätter fein hacken und im eigenen Saft weich dünsten. Gekochte Linsen abgießen und zum Spinat geben. Mit Koriander, Kreuzkümmel, Knoblauch, Salz und Pfeffer würzen. Gut umrühren. Butter in dem Gemüse schmelzen lassen und heiß servieren.

Mein liebstes Hummus-Rezept

Helga

Hummus ist ein Püree aus Kichererbsen und Sesammus (Tahina).

500 g getrocknete Kichererbsen

300 g Sesammus (Tahina)

2 Zitronen

2 Knoblauchzehen

2 TL Salz

2 EL Kreuzkümmel (Kumin), gemahlen

1 Bund Petersilie oder Koriander

1 TL Paprika (süß oder scharf)

100 ml Olivenöl

200 g Pinienkerne

Die Kichererbsen waschen und über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Dann circa 2 Stunden gar kochen, abgießen, das Kochwasser auffangen.

Die Kichererbsen zu einer glatten Creme pürieren. Tahina, Zitronensaft, Knoblauch, Salz und Kumin und etwas Kochwasser zugeben. Der Brei muss cremig werden, nicht suppig oder trocken.

Auf flache Schalen verteilen, mit Petersilie, Paprika, Kumin und Olivenöl verzieren. Die Pinienkerne hellbraun braten und über den Hummus streuen.

Airan (Joghurtgetränk)

Bea

½ l Joghurt

½ l Wasser

½ TL Salz

Den Joghurt in eine Schüssel geben, Salz und Wasser hinzufügen und mit einem Schneebesen 5 Minuten schlagen, in ein Gefäß geben und eine Stunde kühl stellen. Beim Servieren ein frisches Pfefferminzblatt auf den Airan legen.

Apfelkuchen

Kathi

250 g Margarine

250 g Zucker

5 Eier

1 Päckchen Vanillezucker

350 g Mehl

1 Päckchen Backpulver

3 große Äpfel

Alles außer den Äpfeln in eine Schüssel geben und mit dem Handrührgerät mixen. Die Äpfel kleinschneiden und in den Teig legen. Backofen auf 200°C heizen und circa 55 Minuten backen.

Kürbissuppe

Cahide

½ Kürbis

3 Zwiebeln

3 Knoblauchzehen

2 Kartoffeln

2 Möhren

450 g rote Linsen

½ Zitrone

20 g Butter

3 ½ EL Öl

1 EL süßes Tomatenmark

1 EL scharfes Paprika-Tomatenmark

1 TL Schwarzer Pfeffer

1 TL Chiliflocken, scharf

1 TL Chiliflocken, süß

1 EL Meersalz

Heißes Wasser

Beilagen:

½ Zitrone

Salz

Brot

Weißer, süßer Zwiebeln (Lidl)

Gemüse waschen und kleinschneiden. Den Topf auf dem Herd heißmachen.





Zuerst Öl, danach Zwiebeln, Knoblauch, Kartoffeln, Möhren, Kürbis und Butter in den Topf geben. Alles ungefähr 5 bis 6 Minuten schmoren lassen und danach die Linsen dazugeben. Alles zusammenrühren und frisch gepresste Zitrone und süßes und scharfes Tomatenmark dazugeben. Mit Pfeffer, Chiliflocken und Salz würzen. Alles zusammenrühren und heißes Wasser zugeben, bis die Zutaten bedeckt sind. Über eine Stunde kochen.

Dazu türkisches Brot, eine Scheibe Zitrone und weiße süße Zwiebeln reichen. Dafür Zwiebeln schälen, in Scheiben schneiden und mit Salz und frischem Zitronensaft bestreuen.

Diese Suppe habe ich gekocht. Sie schmeckt sehr lecker. Ich würde mich sehr freuen, wenn ihr das nachkocht. Man bekommt alle Zutaten im türkischen Laden. Ich wünsche euch viel Spaß!

Denk- und Schreibübungen zum Mitmachen

Was fällt euch zum Thema „Essen und Trinken“ ein? Findet zu jedem Buchstaben ein Wort.

E.....

S.....

S.....

E.....

N.....

T.....

R.....

I.....

N.....

K.....

E.....

N.....



Suchsel: Kräutergarten

suchsel.net

Wie viele Kräuter und Gewürze findest du? Die Wörter sind von links nach rechts und von oben nach unten geschrieben.

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

Die Lösungen finden Sie auf Seite 13.

Fragen zum Suchsel

Welche der Kräuter und Gewürze verwendest du?

In welchen Gegenden oder Gerichten werden sie verwendet?

Fallen dir weitere ein?

Was kann man in Deutschland/im eigenen Garten anbauen?

Wie sehen die Pflanzen aus?

Welche Kräuter können der Gesundheit helfen?

Welches Bild hast du im Kopf?

Woran denkst du zu diesen Überschriften? Welches Bild entsteht in deinem Kopf? Schreibe einen Text oder male ein Bild.

„Alleine essen“

„Essen mit Freunden“

„Familienessen“

„Essen im Lokal“



Suppe mit Redewendungen

Hans, der Hund, hat heute einen Clown gefrühstückt.

Satt ist er davon nicht.

Nun soll es zum Mittag Suppe geben.

Er isst sie gemeinsam mit Katja, der Katze.

Doch beide haben ihr eigenes Süppchen gekocht.

Sie setzt sich an den gedeckten Tisch.

Ihr Stuhl ist so klein, dass sie nicht über den Tellerrand blicken kann.

Sie sieht nur, dass sie einen Sprung in der Suppenschüssel hat.

Wird sie vor dem vollen Teller verhungern?

Hans sucht ein Haar in der Suppe.

Er kann es nicht finden, weil er Tomaten auf den Augen hat.

Nun kommt Mimi, die Maus.

Sie serviert Hans Äpfel und Birnen auf einem Silbertablett und gibt zur Suppe noch ihren Senf dazu.

Hans soll dafür seinen Löffel abgeben.

Da wird doch der Hund in der Pfanne verrückt!

Gemüse-Rätsel

1 Das gesuchte Gemüse schmeckt ähnlich wie grüne Bohnen. Es wurde schon im alten Ägypten angebaut. Der deutsche Name ist Gemüse-Eibisch.

2 Das gesuchte Gemüse wurde während des ersten Weltkriegs als Ersatz für viele Lebensmittel genutzt. Es wurde als Gemüse gegessen und als Kaffee-Ersatz getrunken. Der Winter 1916/1917 wird sogar nach dem Gemüse benannt. Es ist rund.

3 Das gesuchte Gemüse ist immer gut gelaunt.

4 Das gesuchte Gemüse ist grün und hat wellige Blätter. In Österreich wird es einfach „Kohl“ genannt. Wie nennen wir es in Deutschland?

5 Das gesuchte Gemüse ist eine Rübe. Bei der Zubereitung sollte man Handschuhe tragen, wenn die Hände nicht rot werden sollen.

6 Das gesuchte Gemüse ist Namensgeber für einen Kleidungsstil. So kleidet man sich, wenn man mehrere Schichten übereinander trägt, die man an- und ausziehen kann.

7 Das gesuchte Gemüse wird in der Mitte mit „kk“ geschrieben.

8 Das gesuchte Gemüse enthält relativ viel Eisen. Meist kauft man es getrocknet und muss es vor dem Kochen in Wasser einlegen. Es ist eine Hülsenfrucht.

9 Das gesuchte Gemüse ist eigentlich gar kein Gemüse, sondern eine Frucht. Es ist rot. Es wird für Salate, Soßen, Suppen und Pizza verwendet.

10 Das gesuchte Gemüse wird auch Erdapfel genannt. Gemeinsam mit Äpfeln bildet es die Basis für das traditionelle Gericht „Himmel und Erde“. Es gibt festkochende und mehligkochende Sorten. Das Gemüse muss im Dunkeln aufbewahrt werden, weil sich sonst grüne Stellen bilden, die giftig sind.

11 Das gesuchte Gemüse hat eine ähnliche Form wie Tischtennisbälle. Es wird im Winter geerntet. Viele Kinder kann man damit jagen, das heißt sie mögen es nicht.

Lösungen auf Seite 26

Essen und Trinken

Rangina

Essen bedeutet für mich, dass ich selbst koche. Beim Kochen denke ich an meine Mutter. Ich trinke gerne Grünen Tee. Im Restaurant esse ich gerne mit meiner Familie oder meinen Freundinnen. Ich würde gerne mit anderen im Restaurant essen. Meine Familie macht mich glücklich.

Wir lesen Ihnen diesen Text vor:



Suchsel: Kräutergarten

Lösung

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



Ich.

Zeynep

Ich. Zeynep. Mein Name bedeutet „Diamant in der Dunkelheit“. Die zweite Bedeutung ist „Schmuck für Papa“.

Ich. Zeynep. Eine starke Frau, die hilfsbereit ist. Zum Beispiel helfe ich anderen Menschen, wenn sie eine schwere Tasche tragen.

Ich. Zeynep. Eine Frau, die fröhlich ist. Mit meinen Kolleginnen lache ich viel, erzähle ihnen lustige Geschichten und habe immer gute Laune.

Ich. Zeynep. Eine Frau, die ängstlich ist. Ich habe oft Angst, dass meinen Kindern oder meiner Familie etwas Schlimmes passiert.

Ich. Zeynep. Eine Frau, die mutig ist. Ich habe meine beiden Töchter allein großgezogen. Trotz meiner anfänglichen Angst habe ich einen Sprachkurs besucht.

Ich. Zeynep. Eine Frau, die stark ist. Ich habe viele Schwierigkeiten in meinem Leben bewältigt, weil ich gekämpft habe.

Ich. Zeynep. Eine Frau, die glücklich ist.

Warum wird alles teurer?

Kathi

Ich wünsche mir, dass Einkaufspreise gesenkt werden. Einige Personen können sich das nicht leisten. Ich kann mir Reinigungsmittel, Fleisch, Getränke, Küchenrolle, Klopapier, Brötchen und Brot kaum leisten. Warum ist alles so teuer? Wo kann ich günstig einkaufen?

Meine Meinung zur Bundesrepublik Deutschland

Cahide

Ich finde es traurig, dass Politiker denken, dass alle Menschen mit Migrationshintergrund faul sind und nicht arbeiten wollen. Das stimmt gar nicht. Warum denken die so von uns? Ich finde das Traurigste ist, egal was du auch tust für dieses Land, du bleibst immer die zweite Klasse. Als damals mein Vater und andere Menschen aus anderen Ländern nach Deutschland kamen, waren die Deutschen sehr froh, dass jemand gekommen ist, um zu helfen, ihr Land wieder aufzubauen. Mein armer Vater musste für eine Mark die Stunde arbeiten! Er musste in drei Schichten arbeiten und wir waren sechs Kinder. Manche Leute werden sagen, die Ansprüche von Kindern damals waren nicht so hoch wie heute. Das stimmt nicht. Natürlich haben wir auch Sachen gebraucht, aber wir konnten uns das nicht leisten. Ich bin ein Gastarbeiterkind und ich bin sehr stolz auf meinen Papa, darauf, was er im Leben für uns erreicht hat. Damals hat keiner

gefragt, ob sie lesen oder schreiben können. Sie wurden einfach ins kalte Wasser geschmissen. Hauptsache, die machen ihre Arbeit. Dafür waren die Menschen willkommen. Und heute sagen Politiker, die sollen weggehen. Warum sagen sie sowas? Die sind der Meinung, dass sie uns nicht mehr brauchen. Ich frage mich immer wieder, warum sie sowas sagen. Wenn Menschen hier ihr halbes Leben verbracht haben, wie sollen sie zurückgeschickt werden? Kann einer von den Politikern mir das sagen? Ich kann es noch immer nicht verstehen. Meine Familie lebt seit über 50 Jahren hier in Deutschland und auf einmal sagen die Politiker: „Ihr müsst zurück in eure Heimat.“

Ich frage mich immer, wo ich hingehöre. Deutschland oder Türkei? Aber in der Türkei bin ich Ausländer (Almanchi) und in Deutschland bin ich Ausländer. Also wo gehöre ich hin? Kann mir das bitte jemand sagen? Ich stehe mitten im Verkehr und weiß nicht, wo ich fahren soll. Das ist so traurig, dass Politiker Menschen so behandeln. Viele Menschen haben sich bis zum Tod gearbeitet für Deutschland, damit die Deutschen ein besseres Leben haben. Bis heute habe viele Menschen mit Migrationshintergrund keinen deutschen Pass, obwohl sie schon über 10, 20, 30, 40 Jahre hier leben. Weil sie nicht lesen und schreiben. Ich finde, das Traurigste von allem ist, wenn Kinder hier geboren sind, und auf einmal sagt

man ihnen: „Ihr müsst zurück in euer Heimatland.“ Obwohl dieses Kind jeden Tag pünktlich zur Schule geht und sich auf seine Freundinnen freut. Weil die Politiker ihre Prozentzahl erreichen wollen und zu den Menschen draußen sagen: „Guck, wir haben unsere Versprechen gehalten und jetzt könnt ihr uns wählen.“ Die denken nicht über die menschliche Seele nach. Manchmal muss ich weinen.

Ich bin stark

Bea

Ich bin stark, weil ich alles im Leben geschafft habe.

Ich bin stark, weil ich fleißig bin.

Ich bin stark, weil ich lesen und schreiben gelernt habe.

Ich bin stark, weil ich sehr mutig bin.

Wenn ich mich stark fühle, bin ich glücklich.

Wenn ich mich schwach fühle, dann lege ich mich hin.

Stark zu sein, bedeutet für mich alles im Leben.

Ich hätte nie gedacht, dass ich so weit komme.

Glück im Unglück gehabt!

Petra

Hätte ich es nie mit dem Herzen bekommen, wäre ich nicht zum Arzt gegangen. Ich bin zum Arzt gegangen, weil ich keine Luft gekriegt habe. Ich war kurzatmig und ich habe gedacht, ich hätte eine Bronchitis. Aber es war nicht so. Die Ärztin sagte, ich habe es mit dem Herzen. Mein Blutdruck war hoch und ich musste ins Krankenhaus. Aber ich wollte nicht ins Krankenhaus und habe der Ärztin gesagt, dass ich es nicht mit dem Herzen habe und schnell wieder hochkomme. Dann bin ich doch ins Krankenhaus gegangen und ich habe Herztabletten bekommen und alles. Die Ärzte haben gefragt, was mit mir los ist. Und ich habe den Ärzten gesagt: „Sie brauchen nicht weiter zu suchen. Ich habe seit zwei Jahren meine Regelblutung.“ Und ich habe zu den Ärzten gesagt: „Das wird die Ursache sein.“ Der Arzt sagte: „Ja, zu 80 Prozent“, und gab mir eine Überweisung in ein anderes Krankenhaus. Ich war nicht glücklich. Die haben mich untersucht und gesagt, dass die Gebärmutter raus muss. Etwa vier Wochen später habe ich erfahren, dass ich Krebs habe. Aber ich denke positiv. Es wird schon gut gehen. In einer großen OP kamen die Gebärmutter und Eierstöcke raus. In einer zweiten großen OP sollen dann die Lymphknoten raus. Oh Gott, muss ich das auch noch erleben? Aber ich denke positiv. Es wird schon klappen. Unkraut vergeht nicht. Ich komme wieder hoch.

Sollte man zur Vorsorgeuntersuchung gehen? Die Entscheidung muss jeder für sich treffen. Manchmal denke ich, wäre ich nie zum Arzt gegangen, dann hätte ich jetzt die Schmerzen nicht. Am Ende bin ich doch froh, dass ich zum Arzt gegangen bin. Seid nicht so blöd, wie ich es war! Geht sofort! Vorsorgeuntersuchungen sind sehr wichtig.

Weihnachten

Petra

Weihnachten 2024 ist für mich das schlimmste Fest. Ich habe keine Lust, Weihnachten zu feiern. Ich war sehr viel im Krankenhaus und kann nach meiner OP nicht viel schmecken. Ich sitze im Sessel, schließe meine Augen und denke an Weihnachten 1974. Das war für mich das schönste Weihnachten und es wird für mich kein Schöneres mehr geben. Für meine Mutter war es schlimm: Der Vater hatte keinen Unterhalt bezahlt und meine Mutter war müde und traurig. Sie ist in die Brockensammlung gefahren und hat uns eine riesige Kiste Spielzeug gekauft. Im Wohnzimmer haben wir Kartoffelsalat und Würstchen gegessen und zur Bescherung um 16 Uhr haben wir uns auf das Spielzeug gestürzt. Ich habe eine kleine Puppe da rausgeholt. Sie war die schönste Puppe, die ich je bekommen habe. Meine Mutter saß auf ihrem Sessel und weinte. Ich drehte mich zu ihr,

setzte mich auf ihren Schoß und sagte: „Danke, für mich ist das das schönste Weihnachten!“ Meine Mutter war sehr traurig, aber ich war glücklich. Viele Menschen verstehen nicht, worauf es Weihnachten ankommt. Geschenke sind nicht das Wichtigste.

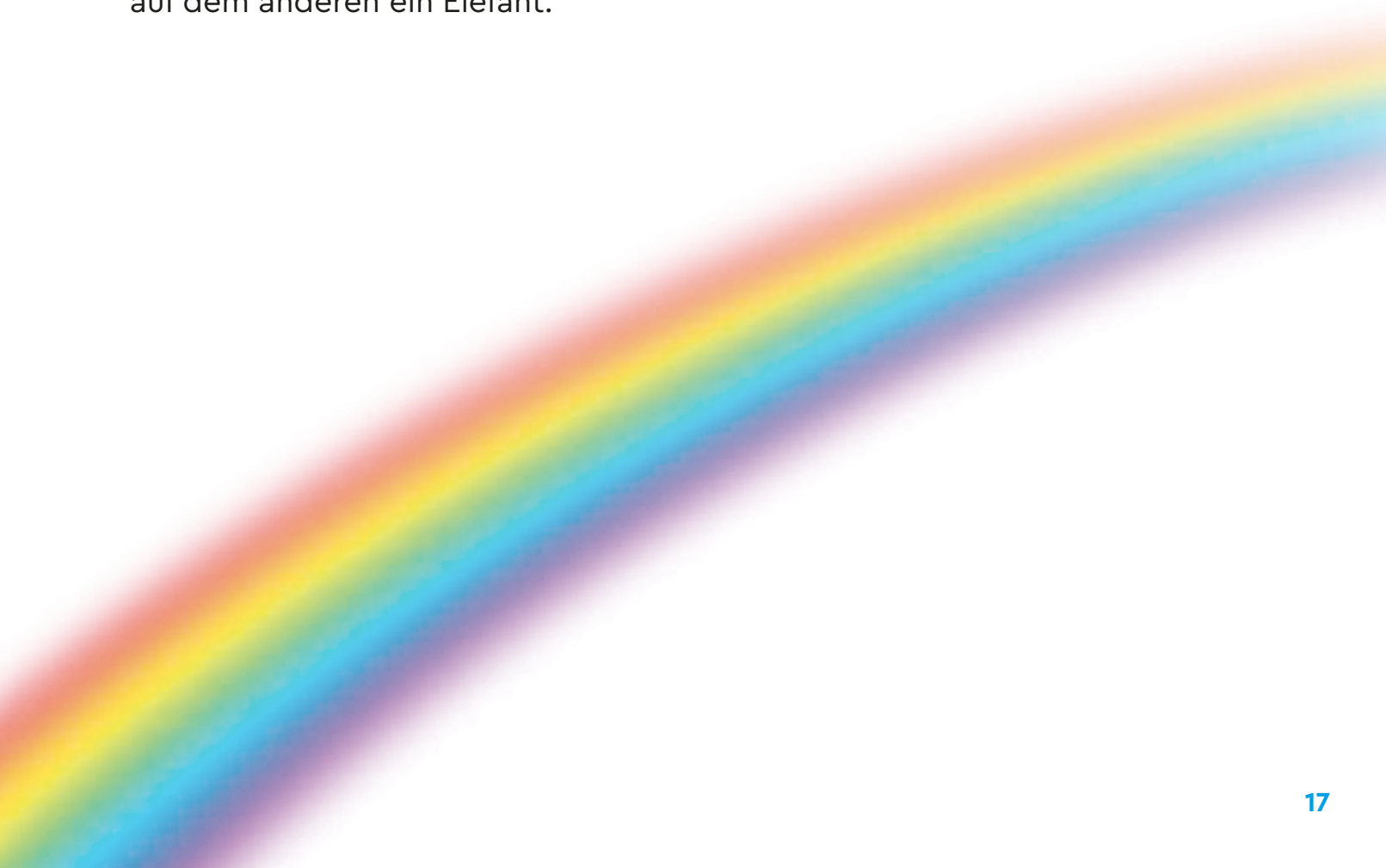
Auf meiner Schulter sitzt ein Nilpferd

Petra

Am 10. Januar habe ich meine erste Chemo gehabt. Mir ging es gut. Zwei Tage später geht es mir nicht mehr gut. Auf meiner Schulter sitzt ein Nilpferd und drückt mich runter. Auf meinem Bein sitzt ein Nashorn und auf dem anderen ein Elefant.

Kann ich meinen Kampf gewinnen? Ich gehe durch den Wald und sehe kein Licht. Ich weiß nicht, wie lange ich das noch schaffe. Ich denke positiv. Aber wie soll der Weg weitergehen? Meine Freunde sagen: „Du schaffst das schon.“ Ich höre es nicht mehr.

Ich denke wieder positiv. Das Leben geht weiter. Auf dem größten Baum sitzt ein wunderschöner Vogel. Er fliegt auf meine Hand und sagt mir: „Du wirst das schaffen.“ Er wischt mir die Tränen vom Gesicht. „Du wirst irgendwann die Sonne sehen. Du wirst einen wunderschönen Regenbogen sehen.“



Ein normaler Tag, ...

Cahide

Am Dienstag hatte ich einen Termin beim Zahnarzt in Baumheide. Dann war ich ungefähr um 13.00 Uhr zu Hause. Als ich zu Hause angekommen bin, habe ich zuerst meine Tabletten genommen. Danach habe ich angefangen, das Haus zu putzen. Als ich mit dem Putzen fertig war, musste ich noch kochen, weil die Kinder später von der Arbeit und der Schule nach Hause kommen würden. Als ich mit dem Kochen fertig war, habe ich mir einen Kaffee gemacht und ein bisschen Fernsehen geguckt. Auf einmal klingelte mein Handy, es war meine Freundin Maria, und sie fragte, ob ich zu Hause bin und es meiner Familie und mir gut geht. (Das ist immer so bei uns Ausländern, zuerst fragt man nach der Familie und erst danach andere Sachen.) Sie sagte zu mir: „Ich habe Nane Tándur (Steinofenbrot) gemacht und möchte es dir als Opfergabe geben.“ (Opfergabe bedeutet, dass man im Gedenken an ein verstorbene Familienmitglied Essen, was er zu Lebzeiten gegessen hat, spendet.) „Kannst du bitte zu Netto kommen, dass ich es dir geben kann?“ Also habe ich mich auf den Weg gemacht. Auf der Hälfte des Weges klingelte mein Handy. Es war wieder Maria. Sie sagte zu mir: „Wo bleibst du? Ich warte auf dich.“ Ich sagte zu ihr: „Ich bin nicht so schnell, wie du denkst.“ Als ich bei Netto angekommen bin, klingelte wieder mein Handy. Es war meine Tochter. Ich war ein bisschen irritiert und fragte mich, warum sie von der Hausnummer anruft. Sie hat

doch ein Handy. Sie war so aufgeregt und ich sagte zu ihr: „Was ist los, mein Schatz?“ Sie sagte: „Mama, wo bist du? Ich habe mein Telefon im Bus vergessen. Ich wollte dich fragen, ob du das Auto hast, dass wir hinter dem Bus herfahren.“ Ich sagte zu ihr: „Das Auto hat deine Schwester. Sie ist damit zur Arbeit gefahren.“ Ich sagte, dass sie die Straßenbahn nehmen soll. Sie meinte, dass klappt nicht. Ich fragte: „Hast du Mobiel angerufen?“ Sie sagte: „Ja, Mama, ich habe Mobiel angerufen und die sagten, sie können nichts machen. Ich solle bis morgen warten, vielleicht gäbe jemand das Handy da ab. Mama, wenn wir hinter dem Bus herfahren, kriege ich vielleicht mein Handy.“ Als wir mit allen Fragen und Antworten fertig waren, sagte ich zu meiner Tochter: „Geh zu Tante Ayse. Sie soll mit dir hinter dem Bus herfahren. Ich rufe sie an.“ Als das Gespräch beendet war, kam auch meine Freundin Maria aus dem Netto raus und gab mir das Brot und ich sagte zu Maria, dass ich schnell los muss. Sie war sehr verständnisvoll. Das war der schnellste Abschied von jemanden, den ich bisher kannte. Danach habe ich meine Nachbarin und Freundin Ayse angerufen und ihr die Sache geschildert. Sie hat zuerst nichts verstanden und ich sagte zu ihr „Ulan (Junge), ich komme jetzt nach Hause.“ Ich sagte nochmal zu ihr mit ruhiger Stimme: „Hast du dein Auto zu Hause?“ Sie sagte: „Ja, warum fragst du das?“ Ich sagte zu ihr: „Hast du mich nicht

... an dem ich mich vor den Bus geschmissen habe



verstanden?" Sie sagte: „Nein, ich habe nix verstanden, was du gesagt hast, weil du so schnell geredet hast.“ Ich sagte ihr noch mal alles. Inzwischen war meine Tochter schon vor ihrer Tür. Die beiden holten mich ab und wir fuhren erst mal zur Endstation in Schildesche. Der Bus war weitergefahren nach Baumheide. Meine Nachbarin sagte: „Wir werden heute dieses Handy bekommen und wenn wir ganz Bielefeld auf den Kopf stellen.“ Dann sind wir so schnell wie möglich hinter dem Bus hergefahren. Dann haben wir den Bus gesehen, er kam uns entgegen. Ich habe zu meiner Nachbarin gesagt: „Halt hier an!“ Dann bin ich aus dem Auto ausgestiegen, die Straße war voll. Als der Bus an uns vorbeifahren wollte, habe ich gewunken. Ich habe mich vor den Bus gestellt. Trotz allem war der Busfahrer sehr nett und hat angehalten. Ich sagte dem Busfahrer, dass meine Tochter ihr Handy im Bus vergessen hat und fragte, ob jemand es bei ihm abgegeben hat. Er fragte, welches Handy meine Tochter hat und gab mir dann das Handy. Ich bedankte mich bei ihm und wusste nicht, ob ich lachen oder weinen soll. Was tut man alles für seine Kinder! Ich würde die Sterne vom Himmel holen für meine Kinder.

Wenn man morgens unterwegs ist, sieht man viel vom Leben

Cahide

Ich bin viel zu Fuß unterwegs. Ich bin gerne in der frischen Luft und ich mag es, das Zwitschern der Vögel und die Geräusche von Autos zu hören. Manchmal wundert man sich, warum vieles so anders ist, als man sich denkt. Das Leben könnte auch ganz einfach sein, oder nicht? Wenn du unterwegs bist, triffst du unterschiedliche Menschen, die mit ihrem Leben zu kämpfen haben. Dann kommt eine andere Person und die hat im Leben einfach viel Glück gehabt. Dann frage ich mich: „Was hat der andere falsch gemacht in seinem Leben?“ Ich glaube nichts. Kennst du das auch? Manchmal möchte man versuchen, dass man alles hat im Leben, aber es gelingt nicht. Man sollte zufrieden sein, mit dem, was man hat. Hauptsache du bist gesund, kannst deine Rechnungen bezahlen, hast einen vollen Kühlschrank und was zum Anziehen. Das ist mein Fazit.

Çarşema Serê Nîsanê: Das Neujahrsfest der Jesiden

Cahide

Am 14.04.2025 war das Neujahrsfest der Jesiden und ich dachte, ich erzähle euch davon. Eigentlich verrät der Name alles. Er bedeutet „der erste Mittwoch im April“. Oft findet man auch den Begriff „roter Mittwoch“. Der April wird auch „die Braut des Jahres“ genannt und aus Respekt wird in diesem Monat nicht geheiratet.

Die Vorbereitungen für das Neujahrsfest beginnen schon einige Tage davor, und zwar mit Keksebacken und Eierbemalen. Die ganze Familie putzt ihre Wohnung. Es muss alles sauber sein für unseren heiligsten Tag. Die bunten Farben der Eier zeigen, dass die Welt jetzt anfängt zu blühen. Das Ei steht für die Urperle, aus der die Welt nach dem jesidischen Glauben entstanden ist. An diesem Tag bekommen wir unser jesidisches Armband, das für das Leben steht. Denn es ist rot und weiß, wie die roten und weißen Blutkörperchen, die nur zusammen funktionieren. Bei uns sagt man „Îda we Pîroz be“ („Frohes neues Jahr“).

Wie kam ich zu meinem Geburtsdatum?

Cahide

Dazu gibt's eine Geschichte. Ich komme aus Ostanatolien. Ich bin kurdische Jesidin. Früher haben unsere Eltern uns nicht bei Ämtern angemeldet, weil sie gedacht haben, das sei nicht nötig. Oder sie hatten Angst, dass die Behörden rauskriegen, dass sie Jesiden sind. Mein Onkel und mein Opa sind immer in die Stadt gefahren. Die Frauen durften nicht in die Stadt, weil die Männer Angst davor hatten, dass sie belästigt werden, nur weil sie Jesiden sind. Diese Erlebnisse prägen mich bis heute. Deshalb hatte ich nie eine Geburtsurkunde und somit keine Identität. Bevor ich nach Deutschland gekommen bin, musste ich mit meinem älteren Bruder und meinem Onkel zur Behörde in Batman fahren, um die Papiere für Deutschland zu bekommen. Die Behörde in Batman bestand aus Barracken mit einem Beamten, der nur einen Stuhl, einen Tisch, einen Stempel und einen Stift hatte. Der Beamte fragte meinen Onkel, wann mein Bruder und ich geboren sind, aber das konnte mein Onkel nicht beantworten, weil er es selbst nicht wusste. Daraufhin hat mein Onkel den Beamten gebeten, irgendein Datum für uns einzutragen. Das offizielle Geburtsdatum meines Bruders war nun der 01.01. und meiner war der 03.04. Und so habe ich mein Geburtsdatum erhalten.

Ich.

Nafiye

Ich. Nafiye. Ich mag meinen Namen.

Ich. Nafiye. Eine Frau, die hilfsbereit ist. Ich helfe zum Beispiel anderen Menschen, wenn sie nach dem Weg fragen.

Ich. Nafiye. Eine Frau, die fröhlich ist. Ich lache oft und erzähle anderen Menschen gerne lustige Geschichten.

Ich. Nafiye. Eine Frau, die gerecht ist. Ich bemühe mich, meine vier Kinder gleich zu behandeln.

Ich. Nafiye. Eine Frau, die stark ist. Ich habe in Deutschland meinen Weg gefunden und es geschafft, meine vier Kinder zu erziehen und einen Sprachkurs zu besuchen.

Ich. Nafiye. Eine Frau, die stolz auf sich ist. Ich habe viele Schwierigkeiten in meinem Leben bewältigt, weil ich gekämpft und nicht aufgegeben habe.

Wir lesen Ihnen diesen Text vor:



White Bird

Al Amin, Bouchra, Diman, Havan, Hazal, Hülya, Sabine

R.J. Palacio
White Bird
Wie ein Vogel

In dem Buch „White Bird“ wird die Geschichte eines jüdischen Mädchens erzählt. Es muss sich während des Zweiten Weltkrieges vor den Nazis verstecken.

Sara ist etwa 13 Jahre alt. Sie lebt mit ihren Eltern glücklich in einem kleinen Ort in Frankreich.

1940 marschieren die Nazis in Frankreich ein. Für Sara wird alles anders. Das Leben der jüdischen Familie verändert sich nach und nach. Die Mutter darf nicht mehr in der Uni arbeiten. Sara darf nicht mehr mit ihren Freundinnen in die Eisdielen gehen.

Im Frühjahr 1943 kommen plötzlich die Nazis in Saras Schule. Alle jüdischen Kinder der Schule werden von den Soldaten mitgenommen. Sara läuft weg und versteckt sich.

Ihr Mitschüler Julien findet Sara in ihrem Versteck. Julien hatte Kinderlähmung, deshalb muss er an Krücken gehen. Von seinen Mitschülerinnen und seinen Mitschülern wird er wegen seiner Körperbehinderung missachtet. Er wird verspottet und beleidigt, weil er aus einer ärmlichen Familie kommt.



Sara beachtete und unterstützte ihn nicht. Jetzt rettet Julien Sara. Er versteckt sie vor den Nazis in einer verlassenen Scheune. Hier wird sie täglich von Juliens Eltern besucht und versorgt. Sara lebt in ihrem Versteck. Immer hat sie Angst davor, entdeckt zu werden. Sie weiß nicht, was mit ihren Eltern passiert ist.

Für Julien und seine Eltern ist es auch gefährlich, eine Jüdin zu verstecken.

Zwischen Sara und Julien entsteht langsam eine besondere Freundschaft und noch mehr. Für Julien gibt es kein Happy End. Saras Mutter wird nicht gerettet. Ihren Vater trifft sie nach dem Krieg wieder.

Das Buch ist spannend geschrieben. Man möchte immer weiterlesen. Uns hat die Geschichte sehr berührt. Verständlich wird erzählt, welche Grausamkeiten im Zweiten Weltkrieg passierten. Obwohl es eine traurige Geschichte ist, sollte man das Buch lesen. Der Leser erfährt, dass es während der Naziherrschaft sehr mutige Menschen gab. Sie versteckten verfolgte Jüdinnen und Juden und retteten ihnen das Leben. Man lernt, wie wichtig es ist, anderen Menschen in Not zu helfen.

Wer sich noch ausführlicher mit der Geschichte beschäftigen will, der kann sich den Film „White Bird“ ansehen.

Hier kann man das Buch beim Spaß am Lesen Verlag kaufen:



Briefe an den Bundespräsidenten

Spaß am Lesen Verlag

Die Bielefelder Grundbildungskurse haben sich an einem Schreibwettbewerb beteiligt und gleich mehrere Texte aus Bielefeld haben es in das Buch „Sehr geehrter Herr Bundespräsident... Briefe von gering literalisierten Menschen an Frank-Walter Steinmeier“ geschafft. Hier veröffentlichen wir mit Erlaubnis des Spaß am Lesen Verlags den Brief von Rangina:

Sehr geehrter Herr Bundespräsident,

ich komme aus Afghanistan und musste in meinem Leben viele Schwierigkeiten bewältigen. 1991 kam ich nach Deutschland. Da begann für mich eine sehr schwere Zeit. Ich hatte immer Angst. Ich konnte die Sprache nicht verstehen, nicht lesen und nicht schreiben.

In meinem Land war Krieg. Meine fünf Geschwister und ich, wir hatten jeden Tag Angst. Wir mussten fast jede Nacht die Wohnung verlassen und in die Berge fliehen. Hier versteckten wir uns in tiefen Gräben und schützten uns vor den Bombenangriffen. Manchmal blieben wir drei bis vier Tage, wir hatten nichts zu essen und zu trinken.

Wir hungerten, oft starben alte Menschen und Kinder. Nicht immer konnten wir vor den Bombenangriffen fliehen. Wir sahen, dass Menschen auf der Straße vor unseren Augen starben. Bis ich nach Deutschland kam, erlebte ich täglich die Grauen des Krieges und die Angst vor Bombenangriffen.

Meine Geschwister und ich, wir wären gerne zur Schule gegangen,



doch es war wegen des Krieges zu gefährlich für uns. Meine Mutter hatte Angst um uns. Sie wollte das Leben ihrer Kinder schützen.

Als ich ein Jahr alt war, starb mein Vater. Meine Mutter musste alleine fünf kleine Kinder versorgen.

Sie wusch die Wäsche unserer Nachbarn. So verdiente sie das Geld für die Familie.

1991, ich war 16 Jahre alt, kam ich nach Deutschland. Für mich begann eine schwere Zeit. Ich verstand die Sprache nicht, konnte nicht lesen und schreiben. Ich heiratete bald und wurde ein Jahr später zum ersten Mal Mutter.

Meine hilfsbereite Vermieterin unterstützte mich, indem sie mir half, nach und nach Deutsch zu sprechen. Lesen und Schreiben lernte ich später. Einen Sprachkurs besuchte ich nicht, weil ich dachte, in Deutschland sei das Leben genauso gefährlich wie in Afghanistan. Ich glaubte, auch hier sei mein Leben bedroht.

Ich wurde Mutter von vier Mädchen. Meine Kinder habe ich trotz meiner mangelnden Sprachkenntnisse in der Kita und in der Schule begleitet, sie unterstützt und verteidigt.

Manchmal schämte ich mich, wenn ich zum Arzt oder zum Elternabend ging. Oft verstand ich die Gespräche auf den Elternabenden nicht. Beim Arzt hatte ich Angst, die Formulare auszufüllen. Ich verstand die Fragen nicht und traute mich nicht, um Hilfe zu bitten.

Als meine Kinder die Schule besuchten, wollte ich selbstständig werden. Ich traute mich, einen

Sprachkurs zu besuchen. Als ich das erste Mal zum Kurs ging, war ich sehr aufgeregt und hatte große Angst. Am Anfang verstand ich nicht viel. Deshalb war ich unsicher und zurückhaltend.

Nach und nach verstand ich immer mehr. Ich fühlte mich zunehmend sicherer. Es war ein gutes Gefühl. Wörter lesen und Texte verstehen zu können. Inzwischen kann ich auch meine eigene Geschichte schreiben. Ich habe gute Lehrerinnen und freue mich, dass ich den Mut hatte, mich zu einem Sprachkurs anzumelden. Ich freue mich über die Chance, auch als Erwachsene noch lesen und schreiben lernen zu können.

Meinen Weg werde ich weiter gehen und meine Sprachkenntnisse weiter verbessern.

Mit freundlichen Grüßen
Rangina

Wir lesen Ihnen diese Texte vor:



Über das Buch

„Eigentlich müssten gering literalisierte Erwachsene dem Bundespräsidenten mal aus ihrem Leben erzählen!“ Mit dieser Idee starteten der Bundesverband Alphabetisierung und Grundbildung e.V., das Grund-Bildungs-Zentrum Berlin und der Spaß am Lesen Verlag im Herbst 2023 einen Schreibwettbewerb. Menschen, für die Schreiben mühsam ist, machten sich an die Arbeit. Sie schrieben Briefe an den Bundespräsidenten. Sie erzählten ihm aus ihrem Leben. Eine Jury wählte 29 Briefe aus, die in einem Buch abgedruckt werden sollten. Ein Exemplar des Buchs wurde an den Bundespräsidenten geschickt. In seinem Antwortschreiben an den Bundesverband Alphabetisierung und Grundbildung e.V. heißt es:

„Ihr Schreibwettbewerb für Menschen mit geringer Literalität hat mich sehr beeindruckt, und auch das Ergebnis, das jetzt in Form dieses wunderbaren Buchs vorliegt, berührt mich sehr. [...] Menschen dabei zu helfen, Lesen und Schreiben zu lernen und so am gesellschaftlichen Leben teilhaben zu können, ist beides: ein Akt der Solidarität sowie gelebte Stärkung unseres demokratischen Staates.“

Weitere Infos: www.briefe-an-den-praesidenten.de



Lösung zum Gemüse-Rätsel

1 Okra, 2 Steckrübe, 3 Kichererbse, 4 Wirsing, 5 Rote Bete, 6 Zwiebel
7 Brokkoli, 8 Linse, 9 Tomate, 10 Kartoffel, 11 Rosenkohl

ALFA-Forum

Zeitschrift für Alphabetisierung und Grundbildung

Wir wurden vom Bundesverband Alphabetisierung und Grundbildung e.V. nach Leipzig eingeladen. Dort haben sich vier Teilnehmerinnen aus Bielefeld mit anderen Gruppen getroffen, die Texte aus Grundbildungskursen veröffentlichen. Wir haben gemeinsam geschrieben. Unsere Texte wurden in der Zeitschrift für Alphabetisierung und Grundbildung ALFA-Forum veröffentlicht.

In der Ausgabe 107 der Zeitschrift ALFA-Forum, herausgegeben vom Bundesverband Alphabetisierung und Grundbildung e.V., wurden unsere Texte veröffentlicht: shop.alphabetisierung.de



Februar 2025 / Nr. 107

Digitale Grundbildung und digital grundbilden



Mit herausnehmbaren Kursmaterialien

Wir treffen uns in Leipzig

Nafiye

Wir sind mit dem Zug angereist. Wir waren im Museum und haben das Rathaus besucht. Es war so schön für mich wie ein Urlaub. Es ist etwas Besonderes für mich, so viel zu sehen und viele nette Menschen kennenzulernen. Leipzig ist eine schöne Stadt. Die Nikolai-Kirche fand ich sehr schön!

Meine Reise nach Leipzig

Rangina

Wir sind in Bielefeld in den Zug eingestiegen. Die Fahrt hat vier Stunden gedauert. Um 15:30 Uhr sind wir am Leipziger Hauptbahnhof angekommen. Direkt sind wir ins Hotel gefahren. Danach sind wir mit der übrigen Gruppe in die Stadt gegangen. Dann haben wir zusammen das Abendessen gegessen. Ich bin zum ersten Mal nach Leipzig gekommen. Leipzig ist eine sehr schöne Stadt. Heute sind wir ins Museum gegangen. Da haben wir sehr alte Maschinen gesehen. Danach sind wir ins Rathaus gegangen, um einen Text zu schreiben. Ich habe mich entschieden, einen Text über Leipzig zu schreiben. Die Reise nach Leipzig hat mir sehr gutgetan.

Ich freue mich, dass ich die Chance bekommen habe. Am 12.10.2024 sind wir zurück nach Bielefeld gefahren. Wir haben um 10:40 Uhr den Zug von Leipzig nach Bielefeld genommen und sind um 16:10 Uhr in Bielefeld angekommen. Unsere Reise war sehr schön. Wir haben so viel Spaß gehabt. Die Reise nach Leipzig hat mir sehr gutgetan. Ich danke meiner Lehrerin. Julia hat immer so gute Ideen und sie denkt immer an uns. Wenn sie etwas Gutes findet, fragt sie uns. Ich danke Kerstin, Adrian und Nicole. Ich danke allen, die die Reise nach Leipzig für uns ermöglicht haben. Sonst könnte ich mir so eine Reise nach Leipzig nie leisten.

Wir lesen Ihnen diesen Text vor:



Meine Erinnerungen an Leipzig

Jessica

Es ist sehr schön hier. Ich hätte gerne noch ein paar Tage mehr, um alles zu erforschen. In den zwei Tagen kann man gar nicht alles sehen und richtig aufnehmen. Freitag waren wir zum Setzen und Drucken im Museum. Es war sehr interessant, wie die Menschen früher Texte gestempelt und gemacht haben und wir haben auch etwas gemacht. Ich habe diesen Satz gesetzt und gedruckt:



Das war mir wichtig in Leipzig. Danach sollten wir alle ins Rathaus gehen. Es war erst mal eine Wucht mit den Figuren aus früherer Zeit. Die Holztreppe waren hoch und haben gequietscht. Es fühlte sich an, als wäre ich in eine Villa der Vergangenheit gegangen. Wir sind also die Treppen hoch und sollten in einen Raum, der auch interessant war. Die Moderatorin hat uns gesagt, was wir machen sollten, nämlich Texte über unsere Tage in Leipzig schreiben. Dafür hatten wir fast zwei Stunden Zeit. Ja, das war für mich alles ein bisschen zu viel. Ich habe so schöne Sachen von Leipzig gehört und gesehen. Dann sollte man alles aufschreiben und dann hatte ich wie so ein Blackout. Das war blöd.

Dann hat unsere Kursleiterin Julia mir geholfen. Alles, was ich gesagt habe, hat sie aufgeschrieben. Nicht viel, aber etwas. Am Ende sind wir aufgestanden und haben unsere Texte vorgelesen. Ich habe Julia gefragt, ob sie meinen Text vorlesen könnte, und sie hat es getan. Danach habe ich noch etwas dazu gesagt.

Das ist mein Text aus Leipzig:

Ich fühle mich wohl in Leipzig

Im Druckmuseum konnte ich selbst setzen und drucken. Ich habe mich für den Satz „Ich fühle mich wohl in Leipzig“ entschieden. Zu dem Spruch musste ich ein passendes Bild aussuchen. Schade, dass es kein Bild der Goethe-Statue gab. Die hatte mich beim Spaziergang durch die Stadt berührt. Berührt hat mich auch die Nikolai-Kirche. Dazu passt das Bild mit der Friedenstaube. Von dort ging die friedliche Revolution 1989 aus. Wenn in Zukunft im Fernsehen „Leipzig“ gesagt wird, werde ich die Erinnerungen bestimmt fühlen. Das war eine schöne Fahrt!



Eine starke Gruppe

Cahide

Heute fahre ich mit meinem Grundbildungskurs nach Leipzig. Ich bin gespannt, was alles auf mich zukommt, weil ich noch nie in Leipzig war. Das wird lustig sein mit den anderen Lernern. Ich freue mich schon darauf. Wie sind die anderen drauf? Ich hoffe, dass es keine Probleme gibt. Ich habe viel von der Stadt und den Menschen, die dort leben und arbeiten, gehört – im positiven Sinne.

Wir alle aus Bielefeld haben uns am Bahnhof getroffen und mussten auf den Zug warten. Aber unser Zug hatte Verspätung. Als wir noch gewartet haben, kam noch eine Kollegin von Julia, unserer Kursleiterin, dazu. Wir haben uns alle miteinander vorgestellt. Dann mussten wir auf unseren Zug warten. Trotz Verspätung war die Fahrt nach Leipzig sehr schön. Wir haben uns alle sehr gut verstanden. Als wir im Leipziger Bahnhof angekommen sind, haben wir die anderen Teilnehmer kennengelernt. Es war sehr schön. Wir mussten einen Bus oder eine Straßenbahn nehmen, um zum Hotel zu kommen, oder man konnte auch circa 10 Minuten vom Bahnhof zu Fuß zum Hotel laufen. Wir haben uns für den Bus entschieden. Es waren drei Haltestellen bis zum Hotel. Ich hätte nicht gedacht, dass das Hotel so schön und sauber ist. Es war in einem Stadtteil mit vielen unterschiedlichen Kulturen. Der Empfang war sehr nett und freundlich. Die haben uns alle nach unseren Namen gefragt und

uns die Zimmerschlüssel gegeben. Dann sind wir hochgefahren in unsere Zimmer. Alle Zimmer waren mit neuester Technik ausgestattet und wirklich sauber. Nur abends war es laut, wenn man die Fenster nicht geschlossen hat. Auch das Frühstück war sehr gut.

Mir hat besonders die Organisation der Reise gefallen. Mit Hin- und Rückfahrt und auch mit Essen und Restaurants, wie sie uns vom Bahnhof abgeholt und ins Hotel gebracht haben. Mir hat es auch gut gefallen, dass man auch Zeit für sich selbst hatte.

Die Stadt war sehr sauber und es gab so viele verschiedene Läden und Restaurants und viele Sehenswürdigkeiten. Eine Stadt mit unterschiedlichen Kulturen, Menschen und Sehenswürdigkeiten, wie der Nikolaikirche und dem Rathaus. Die haben auch ein schönes Museum. Da hat mir sehr gut gefallen, weil man im Museum selbst ausprobieren und drucken konnte. Der Bahnhof von Leipzig ist wunderschön. Ich habe selten so einen schönen Bahnhof gesehen. Diese Architektur hat mich sehr beeindruckt. Wenn man das alles vor der Tür hat, warum gibt man sein Geld dann nicht hier aus? Warum muss man viele Kilometer fliegen? Man kann auch hier in Deutschland einen schönen Urlaub mit der Familie machen, finde ich. Wenn ich mal genug Geld habe,

Wir lesen Ihnen diesen Text vor:

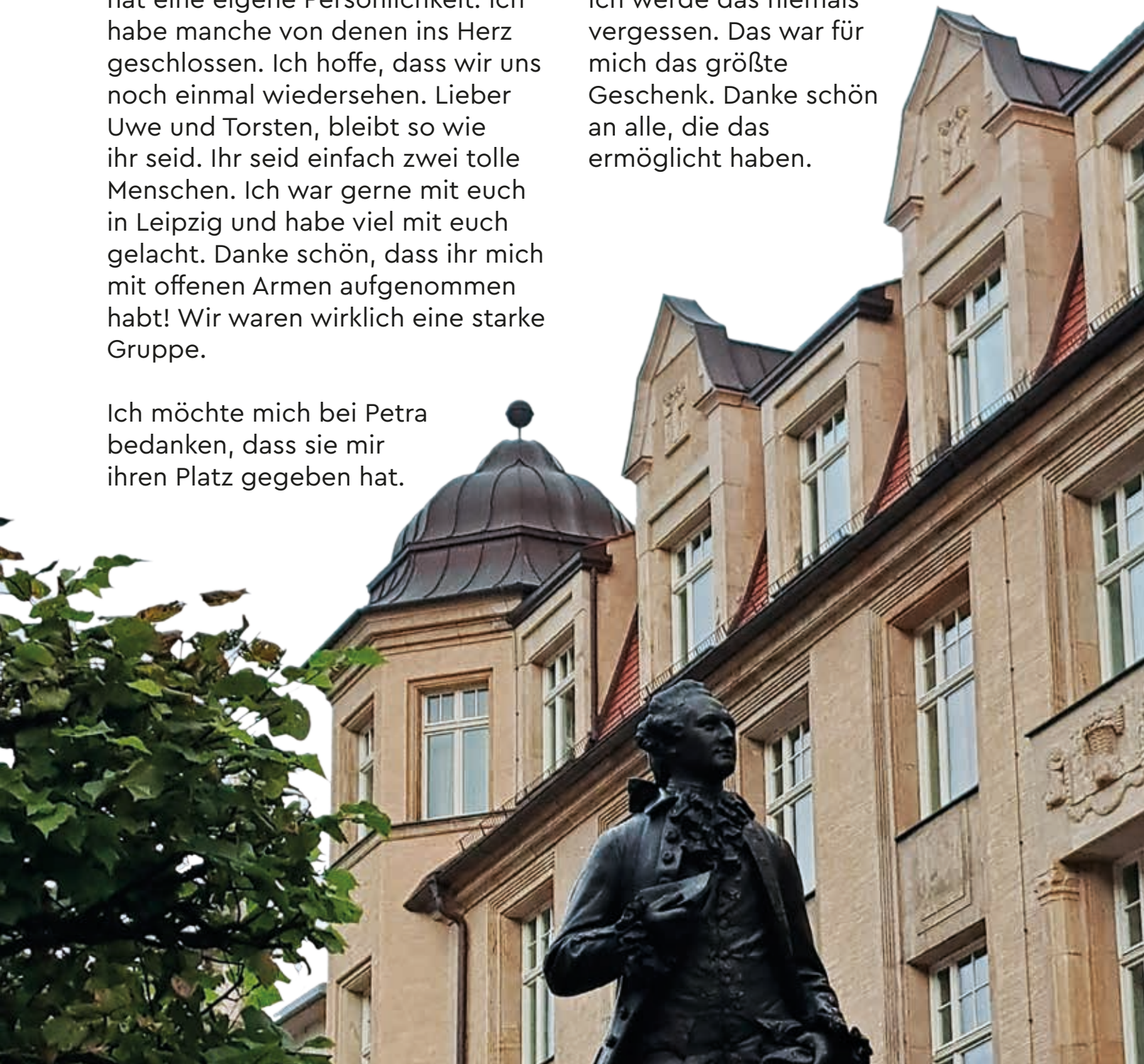


wird mein nächster Urlaub in einer deutschen Stadt sein. Leipzig ist eine Reise wert. Der Stadt würde ich die höchste Punktzahl geben: 10 von 10 Punkten.

Am 12.10.2024 haben wir uns für die Rückfahrt getrennt. Wir haben uns von allen verabschiedet. Wir waren eine tolle Gruppe. Jeder hat eine eigene Persönlichkeit. Ich habe manche von denen ins Herz geschlossen. Ich hoffe, dass wir uns noch einmal wiedersehen. Lieber Uwe und Torsten, bleibt so wie ihr seid. Ihr seid einfach zwei tolle Menschen. Ich war gerne mit euch in Leipzig und habe viel mit euch gelacht. Danke schön, dass ihr mich mit offenen Armen aufgenommen habt! Wir waren wirklich eine starke Gruppe.

Ich möchte mich bei Petra bedanken, dass sie mir ihren Platz gegeben hat.

Danke schön, meine beste Freundin, für diese schöne Reise nach Leipzig. Ich hoffe, dass du wieder gesund wirst und bald zurück zu uns kommst. Du bist so ein toller Mensch. Solche Menschen trifft man im Leben selten. Ich habe dich sehr gerne und ich bin sehr dankbar, dass du meine beste Freundin bist. Dank dir habe ich diese wunderschöne Stadt gesehen. Ich werde das niemals vergessen. Das war für mich das größte Geschenk. Danke schön an alle, die das ermöglicht haben.



„Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen“ Oder auch nicht?

Kolumne von Marion Döbert

Von dem Philosophen Sokrates gibt es das Sprichwort:

„Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen“.

Damit ist gemeint, dass Nahrung für den Körper und das seelische Gleichgewicht unbedingt wichtig ist.

Aber stimmt das so? Nein, nicht immer!

Denn alleine schon das Essen kann den Körper und die Seele überfordern.

Essen macht krank:

wenn man immer wieder aus Langeweile isst,
wenn man aus Unzufriedenheit,
Traurigkeit oder Einsamkeit isst,
wenn man gedankenlos isst,
wenn man gar nicht weiß, was man eigentlich isst,
wenn man im Gehen, am PC, und immer in Eile zwischendurch isst,
wenn man isst und isst und isst und es gar nicht mehr merkt.

Essen wird so zum Ersatz für ganz andere Dinge, die man eigentlich regeln müsste.

Das Essen hält dann den Körper nicht mehr zusammen, sondern bringt ihn aus der Form und macht die Seele unglücklich.

In Deutschland sind 67% der Männer und 53% der Frauen übergewichtig. Und über 15% der Kinder und Jugendlichen sind ebenfalls übergewichtig.

Das Wort Übergewicht ist in Deutschland so normal wie das Dicksein.

Aber es geht nicht ums Aussehen. Es geht darum, dass das Lebensglück verlorengeht, wenn man immer aus der Puste kommt, wenn man nicht mehr mit den eigenen Kindern laufen und toben und spielen kann, wenn das Herz bei jeder kleinsten Belastung gefährlich rast, wenn man ungelenkig und wackelig auf den Beinen wird, wenn man schwitzt und schnauft, weil alles anstrengend ist, wenn Hüfte und Knie schmerzen, wenn Gehen und Bücken und alles nur noch schwerfällt, wenn man zuckerkrank wird und dadurch alles noch schlimmer wird.

Weitere Infos zum Thema
Übergewicht finden Sie hier:





Der zweite Tipp:

Lesen Sie meinen kleinen Roman

„Zum Nachtisch: Leben!“

Und machen Sie es so wie Molly in dem Buch.

Auch Lesen kann nämlich das Leben leichter machen!

Marion Döbert ist Journalistin, Autorin und Dozentin. Seit vielen Jahren setzt sie sich für Menschen ein, die nicht gut lesen können, davon 40 Jahre hauptberuflich an der VHS Bielefeld. Mit anderen zusammen hat sie den Bundesverband Alphabetisierung und Grundbildung e.V. gegründet und war über zehn Jahre im Vorstand des Vereins. Für ihre wertvolle Arbeit hat sie das Bundesverdienstkreuz bekommen. Mit ihren Büchern in Einfacher Sprache, veröffentlicht im Spaß am Lesen Verlag, begeistert sie viele Menschen für das Lesen.

Zwei ganz praktische Rezepte dagegen:

Schreiben Sie einen oder wenigsten einen halben Tag lang auf:
wann, wo, was, wie und warum Sie etwas essen!

Und das bei jeder Mahlzeit und bei jedem Snack.

Die ganzen Süßgetränke sollten Sie dabei auch berücksichtigen.

Ach so, das wäre Ihnen viel zu umständlich?

Dann bleibt es so, wie es ist.

Aber ich garantiere Ihnen:

Anders wäre Ihr Leben leichter!



In einem Wäschesalon

Knuddel Knutsch

Eine Person ist mit dem Oberkörper in der Waschmaschine. Die Person hat eine obere Waschmaschine. Es sind sieben Waschmaschinen direkt nebeneinander und noch eine Reihe obendrüber. Große Waschmaschinen sind es. Wo ist meine gelbe Socke? Ist sie nach hinten gerutscht? Mann, wenn ich da jetzt hinterherkrabble, bin ich gleich komplett in der Waschmaschine versunken. Oje, und wenn die jetzt einer anmacht?



Deutsch als
Zweitsprache

vhs-lernportal.de

kostenfrei – flexibel einsetzbar – mobil

Grundbildung



GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

Herausgeberin:

Volkshochschule der Stadt Bielefeld

Ravensberger Park 1, 33607 Bielefeld

Tel.: 0521 / 51-2222

V.i.S.d.P.: Dr. Karin Gille-Linne

Ausgabe 04 | Oktober 2025

vhs-bielefeld.de

