



ASOCIACIÓN
COLONIA VOLENDAM

INFOBLATT VOLENDAM



VOLENDAM Ltda.
COOPERATIVA DE PRODUCCIÓN,
CONSUMO Y SERVICIOS

Jahrgang 30 • Nummer 9 • November 2022



EDITORIAL

Werte Leser,
es naht die Adventszeit. In dieser Ausgabe des Infoblattes finden Sie daher bereits einige Artikel, die Sie auf Weihnachten einstimmen sollen und Ihnen hoffentlich helfen, eine weniger hektische Vorweihnachtszeit zu haben. Zu dem Thema gibt es auch etwas für die Kinder und ein Rezept zum ausprobieren.
Zudem finden Sie Informationen von verschiedenen Abteilungen der Kooperative und Asociación sowie Artikel über andere aktuelle Themen. Wir wünschen viel Spaß beim Lesen und eine fröhliche Vorweihnachtszeit.

Ihr Infoblatt-Team.

Herausgeber

Die Verwaltung der Kolonie Volendam

Mitarbeiter

Caren Loewen

Natasha Gostomelsky

Celia Klassen

Doris Bärig

Einsendeschluss

10. des jeweiligen Monats

Erscheint

Jeden Monat

Druck

Zamphiropoulos S. A. - Asunción

Online zugänglich unter

www.volendam.com.py

INHALT

Worte des Oberschulzen	3
Reise des Verwaltungsrates	4
III Jornada Técnica Forestal	5
Materiales de construcción	8
Neue Mitarbeiter	9
Storytime	10
Spiel	12
Covepa	13
Kirmes 2022	14
Gedichte und Lesewettbewerb	15
Buchvorstellung	16
Ein ganz anderer Samstag	17
Studienfahrt	18
Blauer November	19
Sonnencreme	20
Mythen und Fakten über die Haut	22
NLL Paraguay	25
Rezept	26
Besinnung	27
Fotoecke	28

Beiträge

- Per Post:

Volendam Info - Colonia Volendam

c.d.c. 166 Asunción, Paraguay.

Tel.: 0451 320 130

- oder e-mail:

volendaminfo@gmail.com

Nachdruck und Vervielfältigung – auch auszugsweise – nur mit Genehmigung des Herausgebers. Für unverlangt eingesendete Artikel und Bilder wird keine Haftung übernommen. Die Beiträge geben nicht in jedem Fall die Meinung der Redaktion oder der Verwaltung wieder. Die Redaktion behält sich das Recht auf redaktionelle Änderungen und Kürzungen vor.

Werte Volendamer und Infoblattleser!

Das Jahr 2022 geht langsam seinem Ende zu. Immer wieder hört und sagt man: "Die Zeit läuft aber schnell." ... Das will uns sagen und zeigen, dass wir dranbleiben müssen, wenn wir mithalten wollen. Langeweile hat da keinen Platz.

In den Monaten Oktober und November hatten wir in Volendam viel Regen. Es ist im Moment extrem nass, außerdem immer noch sehr kühl. Der Himmel ist an vielen Tagen bewölkt, sodass die Weiden und die Soja nicht so recht wachsen können. Aber wir sind uns dessen bewusst, dass das Klima und die Wetterbedingungen nicht in unseren Händen liegen.

Wo wir im vorigen Abschnitt von "keiner Langeweile" lasen, so war in den letzten Monaten viel Bewegung in Volendam. FECOPROD und UGP organisierten in Cuatro Vientos den „Lanzamiento de la Siembra de Soja“. Der Landespräsident, Herr Mario Abdo Benítez und andere Autoritäten waren bei diesem Event anwesend. Es war eine einmalige Gelegenheit für die Gemeinschaft von Cuatro Vientos und deren Umgebung und außerdem eine gute Möglichkeit, das Nachbarschaftsprojekt und dessen Fortschritte in situ zu zeigen.

Die „III Jornada técnica Forestal“ wurde in Volendam durchgeführt. Es wurde eine sehr gute Beteiligung verzeichnet, Redner aus dem Ausland sprachen über gute und

passende Themen. Verschiedene Firmen hatten ihre Maschinen und Produkte ausgestellt. Ein großer Erfolg zum Thema Aufforstung.

Einige Mitglieder der Verwaltung und Arbeiter verschiedener Abteilungen machten eine Fahrt zum Süden unseres Landes, um einige Kooperativen zu besuchen. Eine gute Möglichkeit, etwas Neues zu sehen und zu lernen.

Auf einer außerordentlichen Vollversammlung wurde das überarbeitete Statut der Asociación Colonia Volendam präsentiert und diskutiert, Änderungen wurden vorgenommen und angenommen. Von den Gemeinden, der Jugend und der Schule wurden verschiedene Programme angeboten. In Volendam ist also immer etwas los.

In den nächsten Tagen steht die strategische Planung von ECOP und BANCOP an sowie auch verschiedene Aktivitäten in unserer Kolonie und Kooperative. Mein Wunsch ist, dass wir in den letzten 2 Monaten dieses Jahres standhaft bleiben, vorwärts schauen und uns auch vorbereiten können für die Advents- und Weihnachtszeit. Gesundheit, Mut und Kraft wünsche ich ALLEN!

Ronald Baerg, Oberschulze

Reise des Verwaltungsrates

Da in diesem Jahr aus verschiedenen Gründen keine Kooperativtagung der Acomepa vorgesehen war, beschloss der lokale Verwaltungsrat eine „gira Cooperativa“ zu organisieren. An dieser Reise nahmen 8 Mitglieder aus dem Verwaltungsrat teil sowie 3 Angestellte aus verschiedenen Abteilungen. Die Reise begann am Montag, dem 24. Oktober, und hatte als erstes Ziel die Kooperative Sommerfeld. Hier traf man sich mit einigen Mitgliedern des hiesigen Verwaltungsrates, um einiges über ihre innere Struktur, Organisation usw. zu erfahren. Außerdem wurde ihnen unser Film vom 75. Jubiläum vorgeführt. Anschließend wurden einige ihrer Institutionen besucht, unter ihnen die Mühle „La Blanca“ und das Museum. Beeindruckend war die Ordnung und Sauberkeit in all ihren Räumlichkeiten, selbst in der Industrie/Mühle. Abschließend gab es ein gemeinsames Mittagessen. Weiter ging es bis CETAPAR (Centro Tecnológico Agropecuario del Paraguay). Was ist CETAPAR? CETAPAR ist ein landwirtschaftliches Forschungs-, Produktions- und Ausbildungszentrum, das über Analyselabors verfügt, die mit modernen Geräten und Versuchsfeldern ausgestattet sind, um qualitativ hochwertige Dienstleistungen und Schulungen im landwirtschaftlichen Bereich anzubieten. Auch hier gab es einiges Interessantes zu besichtigen und es wäre sicher für unsere Studenten bereichernd, würden sie diese Einrichtungen auch einmal besichtigen, um zu sehen, welche Berufe es noch gibt, die man

erlernen kann. Hier arbeiteten nur junge Leute: Ingenieure, Laboranten usw.

Tag 2: 25. Oktober: Am frühen Morgen ging es los, um eine "Horticultura Hidropónica" (hydroponischer Gartenbau) zu besichtigen (FCG Paraguay). Hydrokultur ist ein Pflanzsystem, bei dem man die Pflanzen nicht in Erde zieht, sondern normalerweise einfach nur in Wasser. In einem hydroponischen Garten wächst Gemüse etwa 30 bis 50 Prozent schneller und der Ernteertrag ist besser als bei einem herkömmlichen Garten. Das Gemüse, das hier wuchs, war eine Lust anzuschauen. Ein nachahmenswertes Projekt. Nach einem kurzen Aufenthalt hier ging die Reise weiter bis Santa Rita, wo man die Kooperative UNICOOP besuchte. Die „Central Nacional de Cooperativas UNICOOP“ (Nationaler Genossenschaftsverband UNICOOP) agiert ständig parallel mit mehreren Unternehmen und Genossenschaften in Bereichen wie Versicherungen, Kraftstoff, Dienstleistungen, Finanzen und Agrartechnologie. UNICOOP arbeitet und investiert ständig in Unternehmen, in denen sie Partner ist. UNICOOP produziert zusammen mit Unternehmen aus dem landwirtschaftlichen Bereich einige Produkte für Produzentenpartner. Auch hier fand ein Austausch statt und anschließend ein Besuch ihrer Einrichtungen. Am selben Tag wurde auch die Cooperativa Pindo besucht, wo dasselbe Programm durchgeführt wurde. Die Einrichtungen, die bei allen Kooperativen besichtigt wurden, waren hauptsächlich Silos, Saatlager usw.

Tag 3: 26. Oktober: Inzwischen war die Gruppe in Colonias Unidas/Encarnación angekommen, wo dann die Cooperativa Colonias Unidas besucht wurde, mit dem gleichen Programm. Hier kam die Yerbafabrik dazu. Trotzdem immer wieder interessant, wie die Leute arbeiten, was sie aufgebaut haben. Unsereins fuhr dann mit einer Tasche voller Andenken und jeder Menge Motivation davon. Ich fand vor allen Dingen die Ordnung und

Sauberkeit beeindruckend. Aber was mich auch sehr beeindruckt hat war, was für eine wichtige Rolle eine Kooperative in einer Gesellschaft spielt. Das macht eine Gesellschaft stark. Ich möchte die Jugend und auch alle anderen auffordern, sich über das Kooperativswesen zu informieren, d.h. wie eine Kooperative funktioniert. Ich bin froh und dankbar, dass ich die Gelegenheit bekam, an der Reise teilzunehmen.

Silvia Fischer

III Jornada Técnica Forestal

Am Mittwoch, dem 19. Oktober, wurde eine weitere Forstfachtagung in der Kooperative Volendam durchgeführt. Die erste Tagung dieser Art fand 2018 statt, die nächste 2019 und diese war jetzt die dritte, im laufenden Jahr 2022, nach einer obligatorischen Pause wegen der Pandemie.

Die Tagung lief über den ganzen Tag und hatte acht nationale und internationale Referenten aus dem Forstsektor vor dem Mikrofon. Diese teilten ihr Wissen auf sehr praktische Art und Weise mit, durch meisterhafte Vorträge, die im Auditorio Volendam gehalten wurden.

Die erarbeiteten Themen waren an erster Stelle: Bodenbewirtschaftung und Anwendung von Grün-Dung bei Forstanpflanzungen, gebracht von Ademir Calegari, Fachmann für Direktsaat und Bodenbewirtschaftung. Er besitzt internationale Referenzen und hat in den Jahren seiner Laufbahn über 300 wissenschaftliche Artikel geschrieben.

An zweiter Stelle entwickelte Juana Villalba das Thema Unkrautkontrolle bei Waldanpflanzungen. Sie war aus Uruguay angereist, wo sie sich als Expertin gegen negative Gräser und bei der Unkrautbekämpfung in Anpflanzungen einsetzt. Nach der Kaffeepause erklärte Ricardo Kiriluk seine Erfahrungen mit der Holzernte und -vermarktung. Er ist Argentinier und arbeitet seit langer Zeit in Paraguay; er hat Erfahrung in der Genentwicklung in unserem Land mit der Firma Shell, welche auf nationaler Ebene in der Entwicklung von Baumklonen die Ersten waren. Er sprach über seine breite Erfahrung in Bezug auf Ernte und Vermarktung, ein Punkt, der in naher Zukunft in unserem Land Aufschwung bekommen wird. Das vierte entwickelte Thema war das der Waldgesundheit, wobei die Betonung auf Plagen und Krankheiten lag, vom Fachmann Cristhian Grabowski, ein professioneller junger Mann, ausgebildet in Paraguay.

Als fünfter Punkt, Pedro Francio, Berater in Volendam seit mehreren Jahren, Experte und Berater mit internationaler Spannweite, zwischen Brasilien, Argentinien, Paraguay und Afrika; er sprach über das Thema der hohen Produktivität in den integrierten Produktionssystemen, wo man die Landwirtschaft, Forstwirtschaft und Viehzucht kombiniert unter dem Thema: Forstwirtschaft von hoher Produktivität und Wald – Weide – Systeme, Erfahrungen in Volendam und Brasilien.

Das sechste Thema wurde von Leif Nutto entwickelt; er sprach über das Thema der Forstwirtschaft und die Wertkette des Holzes, dies alles aus dem Blickwinkel der Verbindung mit der Industrie, aufgrund seiner Erfahrung, die er in seiner Arbeit in Brasilien gesammelt hat. Er kennt den regionalen Markt und sieht das Wachstum des lokalen Marktes vor.

Das zweitletzte Thema wurde von Joalmir Pucci gebracht; er entwickelte die Geschichte einer Begebenheit: Die Entwicklung des Waldschwerpunkts in Telemaco Borba, einer Stadt im Staat Paraná in Brasilien. Er war der Antreiber zur Schaffung eines industriellen Waldparks in seiner Stadt, ein Projekt, in welchem mehr als 90 Forst – Firmen geschaffen wurden, die heute fest stehen; und folglich mehr als 5000 direkte Arbeitsplätze. Als achttes und letztes Thema hob Teresita León, Humanökologin, die Bedeutung der Arbeitswettbewerbe im Forstsektor hervor. Sie arbeitet in einem Projekt, das vom deutschen Umweltministerium unterstützt wird, wo man die Schulung und bessere Arbeitsleistung in

diesem Bereich im ganzen Land zu fördern sucht.

Mit diesen Themen versuchte die Tagung drei Hauptziele zu erreichen: Das Lernen, der Austausch unter Experten aus dem ganzen Land und Arbeiter in dem Bereich aus dem öffentlichen Sektor wie auch aus dem privaten und drittens, den Sektor zu ermutigen und zu fördern, indem man verschiedene Arbeiter aus der Forstkette in Paraguay miteinbezieht und anspricht.

Die Organisation, die schon seit drei Monaten vor der Veranstaltung lief, war unter der Verantwortung der Kooperative Volendam Ltda. Zusammen mit der Firma Unique Wood Paraguay, welche die Kosten der Veranstaltung übernahm, mit der Unterstützung von Infona und den Sponsoren – Firmen wurde der Tagung der Rückhalt gegeben.



Sie boten dem Publikum außerdem die Ausbreitung und Ausstellung ihrer Produkte und Dienstleistungen an.

Es nahmen mehr als 300 Personen an der Tagung teil; diese Zahl wurde aufgrund der Aufnahmekapazität des Auditoriums festgestellt. Die Veranstaltung hatte einen kostenfreien Eintritt, daher verteilte die Organisation die Plätze und Einladungen unter den verschiedenen Bereichen. Man gab den Vertretern der verschiedenen Gruppen ihren Raum: Studenten, Professionelle, Unternehmer, usw.

Es war eine Veranstaltung, die auf Fachwissen ausgerichtet war; aus diesem Grund wurde ein hoher Inhalt an Schulung und spezifischem Lernen entwickelt. In diesem Sinne war die Herausforderung sehr groß, da es sich um das Forst – Thema handelte. Man versuchte, einen Inhalt mit hoher Qualität anzubieten und die Standards der vorigen Veranstaltungen zu erhalten oder zu übertreffen.

Das Schwergewicht der Erfahrungen lag im Departement San Pedro, da dies die geographische Lage der Organisatoren ist. Sie hatten sich das Ziel gesetzt, dieses Departement als Forstschwerpunkt festzulegen und die Schaffung von Wiederaufforstung, Industrien und Professionellen in diesem Bereich zu fördern.

Die Kooperative Volendam hat sich zu einem bedeutenden Darsteller entwickelt, da sie Forstaktivitäten fördert und organisiert, dank der Erfahrungen, die sie über all die Jahre sammeln konnte. Und dies nicht nur vom Umfang der Forstanpflanzungen her, die sie besitzt, sondern durch die Art und Weise, wie sich die Gemeinschaft in dem Sektor einbringt.

Mit diesem Kongress wurden auch die falschen Informationen über Waldzerstörung und über das schlechte Bild des Eukalyptus abgebaut. Die Wiederaufforstung mit Eukalyptus sind nützliche Anpflanzungen von Bäumen, die Kohlenstoff aufnehmen und Sauerstoff generieren, die die Biovielfalt fördern und vor allem, die den Druck auf die heimischen Wälder entlasten. Als Menschen werden wir Holz während unserer ganzen Existenz brauchen. Zwar wird das Eukalyptusholz als von niedrigerem Wert angesehen, aber mit dieser Art von Anpflanzungen, die über nachhaltigem Wirtschaften durchgeführt werden, versucht man, dem Markt ein Rohmaterial zu geben, das von einer Art produziert wird, die der Umwelt und auch den Produzenten Vorteile bringt.

Dpto. de Comunicación
Übersetzung Norma Quiring



Abteilung Materiales de Construcción

In unserer Abteilung gibt es die verschiedensten Materialien zu erhalten, darunter Zement, Eisen und Blech. Auch unterschiedliche Rohre aus Eisen und Baumaterial (varillas conformadas) sind hier erhältlich sowie verschiedene rostfreie Stangen usw.

Andere Sachen, die man bei uns findet, sind Mineralsalz für Rinder oder Schafe u.a. Für Hühner und Hunde haben wir verschiedenes Futter sowie verschiedene Futtermischungen für Rinder. Zudem haben wir unterschiedliche Sorten von Sperrholz. Auch sehr gut geeignete Salztröge für Vieh aus Plastik findet man bei uns.

Was Mais betrifft, verfügen wir im Moment nur über Körner und gemahlenen Mais. Auch geben wir unseren Kunden die Gelegenheit, falls jemand interessiert ist, einen Sack von 25 kg zu kaufen statt von 50 kg.

Kommt und schaut bei uns rein, gerne bedienen und beraten wir euch. Falls der Kunde etwas Besonderes braucht, was wir nicht haben, bemühen wir uns, es so schnell wie möglich zu bestellen. Es ist uns immer wieder eine Freude, wenn wir unsere Kunden zufriedenstellend bedienen können!

Erwin Janzen



Neue Mitarbeiter

Mein Name ist Ewald Krause. Ich bin verheiratet mit Marie Rose Quiring. Wir haben drei Kinder und wohnen seit Januar dieses Jahres im Dorf N° 12.

Aufgewachsen bin ich in der Kolonie Fernheim. Nach dem Schulabschluss in Filadelfia ging ich nach Asunción, um zu studieren. In der Universidad Católica habe ich die „Licenciatura en Administración de Empresas“ abgeschlossen und danach eine zweijährige Spezialisierung in "Gestión de Agronegocios" in derselben Universität gemacht. In den letzten Jahren habe ich die "Maestría en Agronegocios y Desarrollo Rural" in der Universidad San Carlos gemacht und bin dabei, die Abschlussarbeit (Tesis) vorzubereiten, um nächstes Jahr diese zu verteidigen.

Während meines Studiums und danach hab ich in mehreren Firmen gearbeitet, meistens im Bereich Verwaltung, Finanzen und Vertrieb. In den letzten acht Jahren (bis Ende 2021) habe ich meine eigene Firma geleitet und auch teilweise Beratung in Finanzen und Verwaltung für eine Firma im Chaco gemacht.

Seit Oktober arbeite ich halbtags (am Nachmittag) in der Abteilung von Cuentas Corrientes und mache auch einige Arbeiten für die Iragro Abteilung.

Die Arbeit besteht darin, Dokumente zu ordnen und abzuheften, einige Buchungen und Kontrollen zu erledigen.

Meine Herausforderung zur Zeit ist das System und die internen Prozesse zu verstehen, um die Kunden bestmöglich zu bedienen.

Ewald Krause



storytime

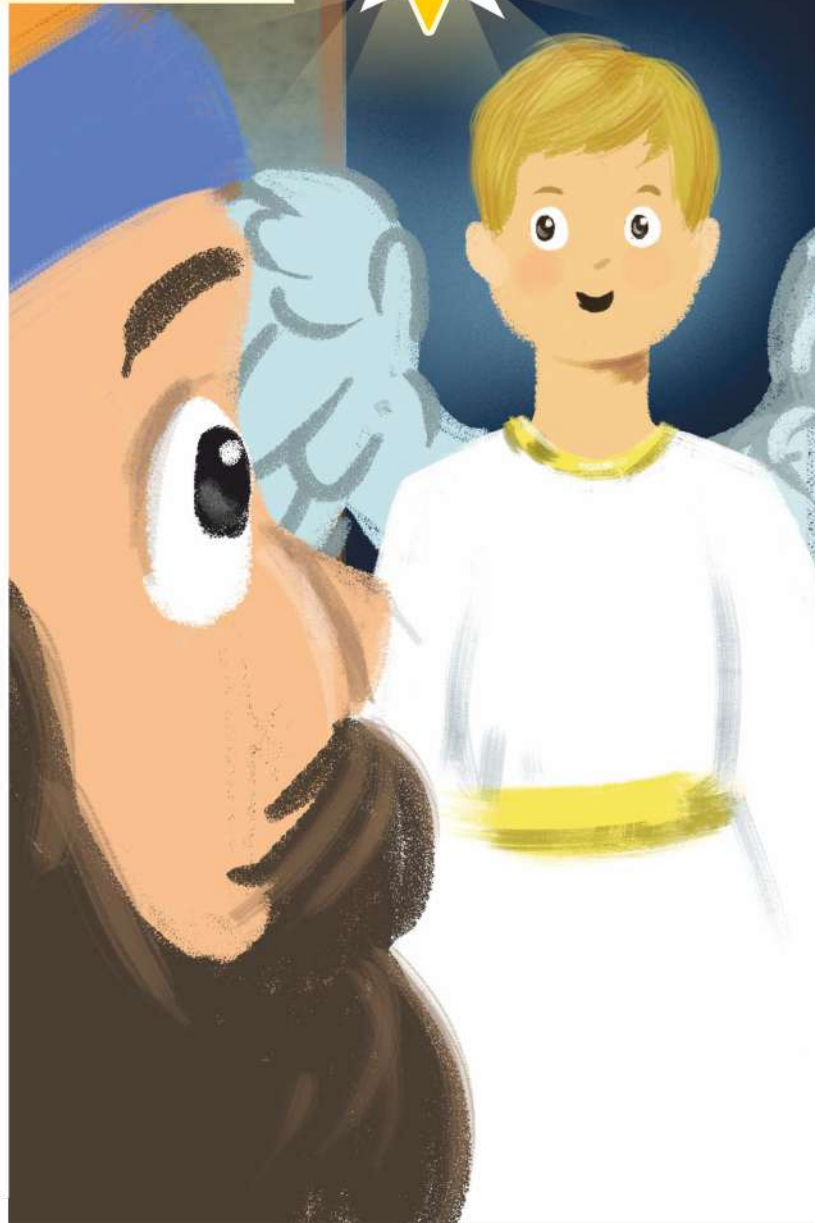
Jesu Geburt



Ich bin Bethlehem, der kleine Stern. Ich möchte dir die schöne Geschichte von der Geburt Jesu, dem Retter der Welt erzählen.

Er erschien auch Josef und sagte ihm, dass Maria das Jesuskind empfangen würde.

Der Engel Gabriel erschien Maria, um ihr zu sagen, dass sie auserwählt war, die Mutter von Jesus zu sein.



Aber in Israel gab es damals eine Volkszählung. Das machte es schwierig einen Platz zu finden, wo unser Retter geboren werden konnte.

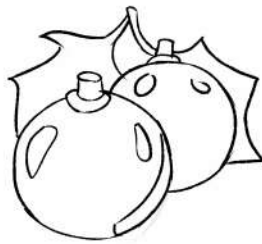
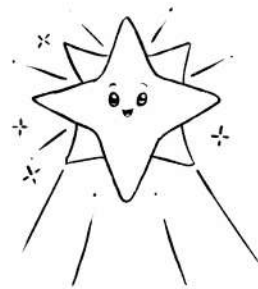
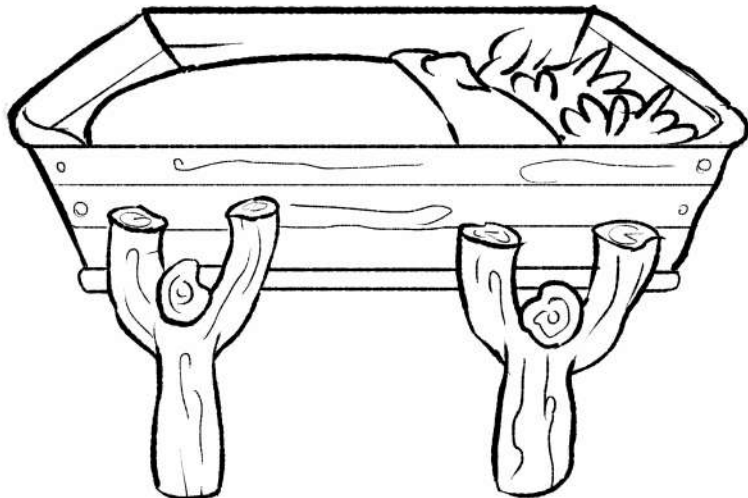


Und so wurde der Messias in einer bescheidenen Krippe geboren, in den warmen Armen seiner Eltern und im Beisein einiger Tiere. Später würde das Jesuskind mehr Besuche empfangen und viele Abenteuer erleben.



Spiel

Markiere mit einem X die Zeichnungen, die zur Geburt Jesu gehören und dann kannst du sie anmalen.

☐☐☐☐☐☐☐

Covepa

Im Oktober hat unsere Kampagne 2022/2023 begonnen; wir befinden uns in den verschiedenen Ortschaften mit den wichtigsten Anbausorten, die heute angepflanzt werden. Die stärksten sind immer noch Sesam, Mais, Soja und Bohnen. Man macht außerdem mit dem Anbau der Sorten für den Eigenverbrauch weiter, welche von großer Bedeutung für unsere Familien auf dem Land sind.

Ein Meilenstein in der Geschichte der Gemeinschaft von Cuatro Vientos war der Start der Soja – Aussaat für die Kampagne 2022 – 2023, der auf dem Gelände der Kooperative Cuatro Vientos gemacht wurde. Es war eine große Herausforderung, aber sie gefiel uns. Wir danken der FECOPROD und UGP, dass sie uns die Gelegenheit boten, den Start zu machen. Der Kooperative Volendam Ltda. für die Unterstützung, um dieses Ereignis durchführen zu können.

Es ist wichtig, zu zeigen, dass wir Produzenten dieser Anbausorte sind, für das Land produzieren und für den Unterhalt unserer Familien sorgen können.

Außerdem hatten wir den Besuch einer Studentengruppe aus der Forst – Laufbahn der Nationalen Universität (UNA); diese führten erweiterte Umfragen mit den Produzenten in der Zone von Cuatro Vientos durch.

Der Schüler Michael Reimer aus dem Colegio Privado Volendam begleitete uns, als er ein Betriebspraktikum in unserer Abteilung machte. Wir danken ihm für seine Zeit und seine Begleitung, um die Arbeit, die in der Ortschaft von Cuatro Vientos durchgeführt wird, zu sehen und kennen zu lernen.

In der Hoffnung, ein gutes Produktionsjahr zu haben, fahren wir mit den verschiedenen Kursen für die Produzenten fort, mit Vorträgen und Schulungen zur Handhabung und Pflege der Anpflanzungen, die wir haben.

Ralf Harms

Übersetzung Norma Quiring



Kirmes 2022

Am 15. Oktober war es endlich so weit, wir durften wieder unser Kirmesfest durchführen, welches schon im Vorfeld von der Schule gut geplant wurde. Dieses Fest für groß und klein begann am Samstag halb 4 nachmittags auf dem VSV Gelände.

Zur Eröffnung zeigten uns die Schüler der Tanzschule einige Tänze, hiermit wurde auch ihr diesjähriger Abschluss gefeiert. Danach ging es gleich weiter mit den Spielen. Die Schüler von der 7. bis zur 12. Klasse hatten verschiedene Spielstände organisiert und wurden dabei richtig kreativ. Für jeden war etwas dabei, von Lasso werfen, mit der Luftflinte auf Ziel schießen bis hin zu Armdrücken und noch vieles mehr stand zur Auswahl.

Wer bei einem Spiel mitmachte, konnte so

Lose gewinnen und zum Schluss wurden tolle Preise verlost.

Neben den Spielständen wurden auch leckere Torten, Hamburger, Empanadas und andere Erfrischungen zum Kauf angeboten, damit man sich jederzeit stärken konnte.

Nach den Spielen an den Ständen gab es einige allgemeine Wettspiele, für die auch Zuschauer eingeladen wurden. Es wurde Völkerball gespielt, um die Wette genagelt und gesägt und abschließend fand der traditionelle Hammellauf statt, bei dem es 2 Schafhälften zu gewinnen gab. Alles in allem war es ein sehr schönes Fest, das wir gemeinsam bei so wunderbarem Wetter genießen durften und dafür sind wir unserem Gott sehr dankbar.

Caren Loewen, Sportlehrerin.



Gedichte- und Lesewettbewerb

Ort: Colegio Alemán Concordia

Teilnehmende Schulen: Tres Palmas,
Concordia/Asunción, Friesland und Volendam
Datum: 14. Oktober 2022

Zu diesem Event hatte die Concordiaschule eingeladen und den Schulen je Klasse ein Gedicht zugeschickt. Dieses Gedicht wurde einstudiert. In einer internen Vorentscheidung wurden die Teilnehmer für die Gedichte und auch fürs Lesen festgelegt. Es waren 11 Schüler (die 1. Klasse machte beim Lesen nicht mit).

Und dann ging es am 13. Oktober nachmittags los nach Asunción. Dort gab es für alle eine Gastfamilie.

Nach einer kurzen Nacht trafen sich alle Schüler, Lehrer und Eltern im Musiksaal der Concordiaschule. War das alles aufregend und neu!

Frau Silke Funk begrüßte alle Anwesenden recht herzlich und eröffnete den Wettbewerb. Zuerst wurden die Gedichte vorgetragen, danach ging es an das Lesen.

Eine Jury bemühte sich, die Beiträge objektiv zu bewerten. Und dann kam der Moment der Preisverleihung. Es knisterte im Saal vor Spannung. Es gab große Freude und auch Enttäuschung. Unsere 11 Schüler haben alle einen Preis gewonnen. Darüber haben wir uns sehr gefreut.

Wenn das stimmt, was beim Wettbewerb gesagt wurde, nämlich „Ein Kind das liest, wird ein Erwachsener, der denkt“, dann lasst uns das Lesen in unserer Schule mehr fördern denn je, denn dann wächst eine Generation heran, die unsere Kolonie voranbringen wird.

Deutschlehrerin Marianne Paetkau



Buchvorstellung

Die vorgestellten Bücher finden Sie in der Schulbibliothek.
Eingesandt von Sally Unruh, Bibliothekarin.

Titel: Mein Leben ohne Limits

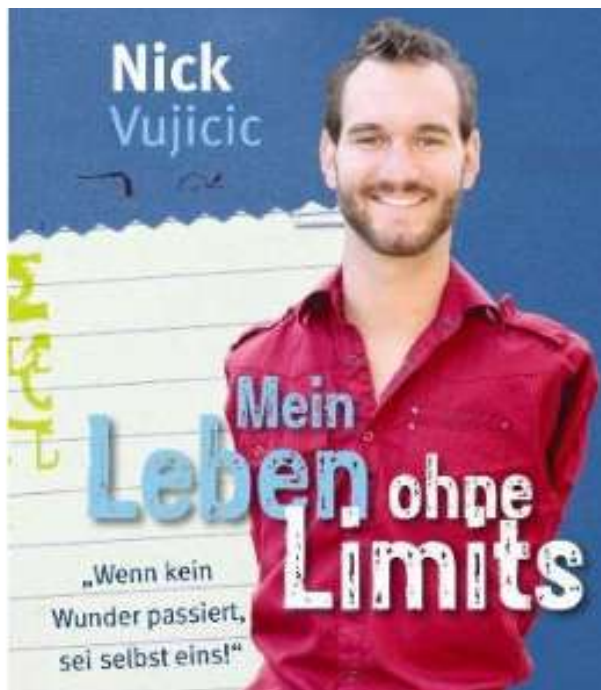
Autor: Nick Vujicic

Erscheinungsjahr: 2011

Alter: ab 12 Jahren

Zusammenfassung:

Nick, 28: "Ohne Arme und Beine ist nicht halb so schlimm wie ohne Hoffnung!" Als Junge will er sich das Leben nehmen - heute reist er um die Welt, versprüht Lebensmut und liefert neue Perspektiven für Probleme des Alltags. Sein Lachen erobert Herzen, seine Geschichte bewegt Jung und Alt. Mit der Kraft der Hoffnung und einer extra Portion Humor erzählt er aus seinem Leben ohne Grenzen.



Titel: Die Kunst des reifen Handelns

Autor: Thomas Härry

Erscheinungsjahr: 2018

Alter: ab 13 Jahren

Zusammenfassung:

Was wir an Menschen bewundern, ist in der Regel nicht ihr Äußeres, und es sind auch nur bedingt ihre Gaben und Fähigkeiten. Tief beeindruckt sind wir, wenn jemand in sich ruht, mit anderen liebevoll und fair umgeht, dennoch klare Vorstellungen und Ziele hat ... kurz: von einer gefestigten, reifen Persönlichkeit. Wie man selbst eine solche entwickelt - das zeigt Thomas Härry gewohnt einfühlsam, fundiert und praxisnah. Dabei geht er auch auf Zwickmühlen ein, in die wir immer wieder geraten: Wie können wir Stärke zeigen, aber verletzlich bleiben? Einen Plan verfolgen, aber gleichzeitig flexibel sein? Die weisen Gedanken und Einsichten des Schweizer Bestsellerautors sind unerlässliche Hilfen auf dem Weg zu einer gefestigten Persönlichkeit, die reif handelt.



Ein ganz anderer Samstag

Der 22. Oktober 2022 war wirklich ein besonderer Tag. Schon von morgens an herrschte reger Betrieb beim VSV. Was gab es denn?

Die Bewohner des Altenheims und die Teilnehmer der „alleinstehenden Frauen“ waren zu einem Treffen beim VSV eingeladen. Die Bewohner des Altenheims wurden von ihren Verwandten begleitet.

Um 9 Uhr wurden alle Teilnehmer von Herrn Ronny Waldbrunner begrüßt. Es wurde gesungen und danach brachte Herr Gerhard Sawatzky einen wunderbaren Vortrag: „Nicht abschalten – sondern umschalten“.

Einige Gedanken vom Vortrag:

- Diejenigen, die das umschalten gelernt haben, sind im Alter frisch und fruchtbringend.
- Umschalten hilft, neue Schritte zu übernehmen.
- Wer nicht umschalten kann, kann depressiv werden.
- Abschalten ist Gottes Sache. Unsere Aufgabe ist umschalten.

In der Tererepause sah man viele kleine Grüppchen so richtig „spazieren“ und die leckeren Guayabaröllchen genießen. Alle wussten schon: Zu Mittag gibt es Borscht und Rollkuchen. Hugo und Susi Baerg, Egon und Kaethe Fast waren die Köche. Dann konnte doch nichts schief gehen.

Wie schnell so ein Vormittag doch vergehen kann! Schon wurden alle zu Tisch gebeten. Und dann gab es noch eine Überraschung: Frau Anette Rempel hatte süße Zwieback für uns gebacken.

Das Mittagessen war einfach so komplett und total lecker. Alle konnten es so richtig genießen.

Beim Abschied dachte wohl mancher: „Gute Sachen sollte man möglichst bald wiederholen“.

Marianne Paetkau



Studienfahrt des Instituts für Lehrerbildung und Aufführung des Musicals „Herzschlag“

Vom 25. September bis zum 1. Oktober wurde die diesjährige Studienfahrt des IfL durch Ostparaguay gemacht, von der ich Ihnen kurz berichten möchte. Die 37 Studenten wurden vom Institutsleiter Eugen Friesen und seiner Frau Corina, sowie von den Dozenten Uwe und Francisca Friesen und Kenneth Hildebrandt begleitet. Am Sonntag, den 25. September, ging es um 22:00 Uhr beim Institut los. Am Montag gegen 7:00 Uhr kamen wir in Friesland an. Nach einem Empfang im Verwaltungsgebäude durch den Oberschulzen der Kolonie und einem anschließenden Rundgang durch das Zentrum Frieslands wurden wir in unsere Gastfamilien gebracht, von denen wir herzlich aufgenommen wurden. Dienstagvormittags hatten wir die Gelegenheit, einige Stunden in der Primaria zu hospitieren und das neu eingeweihte Museum „Los Pilaes“ kennenzulernen. Nach dem Mittagessen ging es dann weiter nach Volendam. Da es bereits seit zwei Tagen geregnet hatte, war der Weg von Villa del Rosario bis nach Volendam für unseren großen Bus nicht befahrbar. Aber wie das Sprichwort sagt: „Wo ein Wille ist, ist auch ein Weg“, oder in unserem Fall, „ein Bus“. In Villa del Rosario stiegen wir am Dienstag in einen alten Bus, der uns abenteuerlich die 28 Kilometer Erdweg zu unserem Ziel gebracht hat. Unsere Sachen wurden von einigen Männern aus Volendam mit Autos abgeholt und am nächsten Tag auch

wieder zurückgebracht.

Wie schon in Friesland wurden wir mit offenen Armen von unseren Gastfamilien empfangen. Am Mittwoch besuchten wir die Schule, den Supermarkt, das Museum und die Imprägnierungsanlage für Holz.

Nach dem Mittagessen ging es wieder mit dem alten Bus nach Villa del Rosario, wo unser Reisebus auf uns wartete und uns zur Kolonie Sommerfeld brachte. Hier angekommen, gab es am Abend ein Treffen und ein gemeinsames Programm mit der Jugend Sommerfelds auf dem Gelände des Colegio El Sendero und der EMG-Gemeinde. Es wurde Volleyball gespielt, gegessen, erzählt und „gebonscht“. Von dem Treffen fuhren wir mit den uns zugeteilten Jugendlichen in die Heime, in denen wir für die nächsten zwei Tage wohnten. Am Donnerstag besuchten wir das „Colegio Johannes Gutenberg“ in Campo 9 und die Mehlmühle „Sol Blanca“. Am Freitag ging es dann los Richtung Asunción. Aufgrund des anhaltenden Regens der letzten Tage konnten wir die zwischen Sommerfeld und Asunción eingeplanten Stationen nicht besuchen. Dafür gab es einen Zwischenstopp von 4,5 Stunden, da unser Bus Motorprobleme hatte. Mit Kartenspielen, Spaziergängen und Erzählkreisen konnte diese Zeit aber relativ gut ausgefüllt werden. Am Nachmittag kamen wir dann in Asunción an. Am Abend gab es den traditionellen Galaabend. Anlässlich dazu fuhren wir zum Restaraunt „Bar San Roque“.

Samstag vormittags ging es schon mal los in den Chaco, aber noch nicht nach Hause. Zuerst statteten wir den Bauarbeiten der Brücke „Héroes del Chaco“ einen Besuch ab, wo wir freundlich empfangen und rundgeführt wurden. Uns wurde das Projekt präsentiert, wir durften auf die Brücke klettern und uns das Ganze näher anschauen. Etwa um 11:30 Uhr ging es los nach Hause; kurz nach 18:00 Uhr waren wir dann wieder beim IfL. Sowohl in Friesland, Volendam und Sommerfeld als auch eine Woche später in Loma Plata konnten wir unser Musical „Herzschlag“ aufführen, für das wir schon von Anfang Jahr geprobt hatten.

Insgesamt konnten schätzungsweise 1.400 Personen mit zwei wunderbaren Botschaften erreicht werden: „Jeder Herzschlag ist ein Geschenk“ und das Erlösungswerk Christi. Dieses Stück ist eine moderne Version der Geschichte von Maria, Martha und Lazarus. Rückblickend kann ich sagen, dass die Studienfahrt und die Aufführungen sehr bereichernd waren. Es konnten neue Städte und deren Geschichte entdeckt und tolle Personen kennengelernt werden, für deren Gastfreundschaft wir sehr dankbar sind. Gott die Ehre dafür!

Alexa Friesen, Studentin aus dem 2. Kurs



Blauer November

Im November feiern wir den blauen Monat, eine weltweite Kampagne zur Bewusstseins-schaffung und zur Vorbeugung von Prostata – Krebs bei Männern. Der Prostata – Krebs ist eine stille Krankheit, die unter den Krebsursachen in unserem Land an erster Stelle steht. Das Risiko für Prostata – Krebs erhöht sich mit dem Alter, besonders nach 50 Jahren.



Bedenke, dass du bei einer Früherkennung die Chance auf Behandlung und Heilung hast.

Es wird empfohlen, dass man ab 50 Jahren zu jährlichen Untersuchungen zur Früherkennung und zur angemessenen Behandlung des Prostata – Krebs geht.

Der Prostata – Krebs weist bis zu einem sehr fortgeschrittenen Zeitpunkt keine Symptome auf; daher rät man inständig, ohne Angst zur Sprechstunde zum Arzt zu gehen, um den Krebs rechtzeitig zu erkennen. Dies macht einen großen Unterschied aus.

Männer über 50 Jahren und solche, die in der Familie Krebsfälle haben, müssen in ihren

Kontrollen beständiger sein.

In unserem Land werden jedes Jahr über 1700 Fälle von Krebs entdeckt, mit rund 600 Sterbefällen.

Seit dem 19. Februar 2019 verfügen die Männer unseres Landes über die Genehmigung des Gesetzes Nummer 6.280, das zwei bezahlte Urlaubstage erlaubt, um Prostata – und Dickdarm – Untersuchungen machen zu können.

Dr. Mario Coronil

Übersetzung Norma Quiring

Warum solltest du jeden Tag Sonnencreme verwenden?

Die Sonne ist wichtig für unsere Gesundheit; von ihr erhalten wir wesentliche Nährstoffe wie das Vitamin D. Wenn sich jemand jedoch zu viel den Sonnenstrahlen aussetzt, dann zieht dies eine Reihe von Nachteilen für den Organismus nach sich.

Um die negativen Auswirkungen der Sonne zu reduzieren, ist es ratsam, jeden Tag Sonnencreme aufzutragen. Wir zeigen dir die Vorteile davon.

1. IST ES GUT JEDEN TAG SONNENCREME ZU VERWENDEN?

Die Sonne ist eine wichtige Quelle erneuerbarer Energie sowie auch eine ausgezeichnete Quelle von Vitamin D. Aber wenn man sich ihren Auswirkungen zu lange aussetzt, kann dies ernsthafte Nachwirkungen für die Gesundheit des Körpers mit sich bringen. Nach Meinung von Experten kann man die negativen Auswirkungen der Sonne einzig mit einer hochwertigen Sonnencreme mildern. Daher darf sie in deiner täglichen Schönheitsroutine nie fehlen.

Die Creme zum Schutz vor den Auswirkungen der Sonne solltest du nicht nur am Strand oder an sonnigen Tagen verwenden; man sollte sie



auch im Winter und an regnerischen oder bewölkten Tagen auftragen.

Und das aus dem Grund, weil man glaubt, dass wir dann die meisten negativen Auswirkungen der Sonnenstrahlung bekommen.

Du musst wissen, dass die Sonnenstrahlen dich sogar treffen, wenn du im Haus bist; und zwar durch das Fenster, das es möglich macht, dass eine Wohnung von natürlichem Licht erhellt wird. Oder wenn du einfach auf die Terrasse gehst, um Luft zu holen. In diesen Situationen erhältst du auch die UVA-Strahlen und das sichtbare Licht; diese beiden sind für chronische Sonnenschäden im Organismus verantwortlich.

2. DIE NEGATIVEN AUSWIRKUNGEN DER SONNE AUF UNSERER HAUT

Die Sonne kann verschiedene Arten von Strahlungen aussenden: ultraviolett, das sichtbare Licht und infrarot. Kennst du ihre Auswirkungen?

Es ist ein Risiko, wenn es sich um Hautkrebs handelt. Die UVB-Strahlung ist mittags und in den Sommermonaten viel intensiver. Diese verursacht Verbrennungen auf der Haut und Schädigungen der Zell - DNS. Dies steigert das Risiko, bei einer längeren Strahleneinwirkung Hautkrebs zu entwickeln. Die UVA-Strahlen gibt es das ganze Jahr und den ganzen Tag über und eine häufige Exposition kann auch in Hautkrebs enden. Die UVA-Strahlen kennzeichnen sich dadurch aus, dass sie in einem höheren Prozentsatz auf der Erdoberfläche eintreffen. Außerdem sind sie für die Fotoalterung und für die Flecken auf der Haut verantwortlich.

Die vorzeitige Alterung der Haut, verursacht durch diese Strahlen, entsteht durch die Bildung freier Radikale, welche die Kollagenfasern zerstören. Dadurch erscheinen Falten, Schlaffheit und Austrocknung. Andererseits kann die Sonne die Alterung der Haut bewirken. Ihre Auswirkungen nehmen zu, wenn wir auch andere Risikofaktoren beachten, wie die Umweltverschmutzung, den Stress, die Ernährung und den Tabak. Dies nennt man Exposom und es ist das, was 80% der Alterung der Lederhaut verursacht. Auch das sichtbare Licht verursacht die Alterung der Haut und ist das ganze Jahr über vorhanden. Diese Art von Licht, zusammen mit den UV - Strahlen, sind verantwortlich für die Schaffung von oxidativem Stress. Der oxidative Stress verursacht eine vorzeitige Alterung und erhöht die Pigmentierung (Flecken).

3. DIE VORTEILE VOM TÄGLICHEN GEBRAUCH DER SONNENCREME

• VORBEUGUNG VON HAUTKREBS

Einer der Hauptgründe, warum du täglich Sonnencreme verwenden solltest, ist der, dass sie hilft, Hautkrebs vorzubeugen. Du musst wissen, dass es verschiedene Arten von Hautkrebs gibt, so wie auch unterschiedliche Ursachen, wie der genetische Faktor. Aber die Sonnenstrahlungen sind eng verbunden mit diesem Leiden, wie auch der häufige Sonnenbrand, den du in der Kindheit erlitten haben könntest.



- **DIE ALTERUNG VERZÖGERN**

Außer dem Faktor Gesundheit hilft der tägliche Gebrauch von Sonnencreme auch, die Alterung der Haut zu verzögern. Wenn du dich jeden Tag vor dem Exposom schützt, kannst du hinausschieben, dass die Haut schlaff wird und dass Falten und Flecken erscheinen.

Erinnere dich daran, dass es weitere Faktoren gibt, die diese Alterung verursachen, wie die Ernährung, genetische Faktoren und Umweltfaktoren (Umweltverschmutzung) und Angewohnheiten wie der Tabak.

- **VERMEIDE DIE FLECKEN**

Eine der Hauptsorgen der Frauen und wovor

sie bei einer längeren Sonnenexposition Angst haben, sind die Flecken, welche diese verursacht. Die Flecken betreffen alle Arten von Haut und wenn möglich, muss man sie behandeln, wenn sie auftreten. Am besten ist, wenn man es nie machen muss, das heißt, vermeiden, dass sie auftreten. Dies kannst du erreichen, wenn du deine Haut mit einer guten Sonnencreme schützt.

Quelle: www.laroche-posay.es – Laboratorio dermatológico

Übersetzung Norma Quiring

Mythen und Fakten über die Haut

Die Entscheidung, einer Information zu vertrauen, gründet sich auf eine Menge an Argumenten, die wir im Laufe unseres Lebens ansammeln. Einen großen Teil von dem, was wir glauben zu wissen, wissen wir nicht aus erster Hand; man hat es uns erzählt. Wir verstehen die Welt aufgrund von Berichten, Werbung, Filmen, und vor allem, durch die Massenmedien.

Wenn unsere Art und Weise, die Welt zu sehen, von unseren Informationsquellen

abhängt, dann ist es notwendig, dass diese wahr sind. Aus diesem Grund betrachte ich diesen Artikel als wertvoll, da ich Ihnen vertrauenswürdige Information überliefern werde.

Nehmen Sie sich bitte einige Minuten Zeit, um diese „richtig oder falsch“ zu beantworten.

1) Die Einnahme spezieller Nahrungsmittel und Vitaminpräparate in höheren Mengen als normalerweise notwendig, verbessert die Hautqualität nicht wesentlich.

2) Es ist nützlich, Kalzium einzunehmen, um die Fingernägel zu stärken.

3) Das tägliche Waschen mit Seife ist nicht für jede Art von Haut unumgänglich.

4) Die stärksten Antitranspiranten sind nicht gefährlich, da sie das Schwitzen zu rund 30 % reduzieren.

5) Die Hauptursache der Trockenheit der Haut ist wenig Wasser trinken.



6)Die Feuchtigkeitscremen verhindern die Alterung der Haut, besonders wenn man ihnen Kollagen, Hyaluronsäure und Plazenta – Extrakt hinzufügt.

7)Die von der Sonne verursachte Alterung der Haut ist eine Beschleunigung der Alterung, die vom Lauf der Zeit verursacht wird.

8)Die von der Sonne verursachte Alterung der Haut ist ein irreversibles Phänomen.

9)Das Bräunen ist ein Verteidigungsmechanismus der Haut, der nach einem akuten Sonnenschaden einsetzt.

10)Das Zunehmen der Häufigkeit von Hautkrebs ist auf die Zunahme der Sonnenstrahlung, die auf die Erde gelangt, zurückzuführen, und auf das Loch in der Ozonschicht.

Anschließend teile ich Ihnen die Antworten mit einer knappen Erklärung mit.

1)Richtig: Die Haut und was zu ihr gehört, bildet ein Organ, das keine komplizierte Pflege für sein optimales Funktionieren erfordert. Die falsche Information, die dem Publikum über die Pflege der Haut, des Haares und der Nägel vermittelt wird, hat Verwirrung verursacht. Folglich hat der Arzt als vertrauenswürdige Informationsquelle zu diesen Themen zu dienen. In diesem Sinne verbessern spezielle Nahrungsmittel oder Vitamine, in höheren Mengen als normalerweise notwendig, nicht wesentlich die Qualität der Haut, des Haares oder der Nägel.

2)Falsch: Launische Diäten, in denen Proteine weggelassen werden, sind eine Ursache von Haarausfall und brüchigen Nägeln. Dies liegt daran, dass das Mineral, das sich in wichtigen

Konzentrationen darin befindet, das Eisen ist und nicht das Kalzium, wie uns die große Menge an Produkten, die wir auf dem Markt finden können, glauben machen will.

3)Richtig: Die Hautpflege beseitigt Staub, Kosmetik, Zellreste, Körperausscheidungen, Schweiß und Keime. Das Waschen mit Wasser und Seife ist die wirksamste Methode, obwohl seine tägliche Anwendung nicht für alle Arten der Haut passend ist. Alle Seifen sind zumindest leicht reizend; außerdem ist ihr häufiger Gebrauch schädlich für den Säureschutzmantel, ein Häutchen, das die Oberfläche der Haut bedeckt und einen pH – Wert von annähernd 5.5 hat. Dies ist die erste Verteidigungslinie, wo Millionen von „nützlichen“ Bakterien für unsere Haut beherbergt werden; aus diesem Grund ist es empfehlenswert, die Häufigkeit des Gebrauchs der Seife zu verringern oder Reiniger ohne Seife zu benutzen.

4)Richtig: Die Antitranspiranten verfügen über antimikrobielle Eigenschaften. Sie enthalten Aluminium- oder Zirkoniumsalze, welche die Ausscheidung von Schweiß von 20 % zu bis 40 % die stärksten, blockieren. Sie sind meistens reizend, man soll sie nicht bei feuchter oder entzündeter Haut benutzen, auch nicht nach dem Rasieren.

5)Falsch: Die Hautfeuchtigkeit hilft, dass diese elastisch bleibt und ihre Funktion als Schutzbarriere behält. Gleichzeitig wird der Feuchtigkeitsgrad der Haut hauptsächlich von der Feuchtigkeit der Umwelt bestimmt und nicht vom Wasser, das man trinkt. Dies ist der Grund, warum Personen, die in extremen Klimaverhältnissen leben, in den Wintermonaten ein stark gealtertes Aussehen

haben, da die Luftfeuchtigkeit mit der Kälte stark fällt. Sie bekommen ihre Frische wieder, wenn die Wärme und die Feuchtigkeit wiederkehren.

6)Falsch: Die Feuchtigkeitscremes verhindern das Altern der Haut nicht (was für eine Enttäuschung!). Das Hinzufügen von DNA, RNS, Hyaluronsäure, Kollagen oder Plazenta – Extrakt verbessert ihre Wirksamkeit nicht.

7)Falsch: Die Alterung der Haut, von der Sonne produziert, oder die Fotoalterung, ist nicht nur anders als die normale Alterung, die als natürliche Folge im Lauf der Zeit geschieht, sie ist entgegengesetzt: Sowohl in den äußeren Merkmalen wie auch unter dem Mikroskop. Die Personen, die die Sonne vermeiden und alt werden, haben eine glatte Haut, unbefleckt, die nur leicht dünner geworden ist, an Elastizität verloren hat und wo die Ausdruckslinien tiefer geworden sind. Dagegen zeigen die Anhänger der Sonne, wenn sie näher an die 50 kommen, eine große Menge an Falten und Flecken, die Haut ist trocken, schlaff, gelblich und weist verschiedene gutartige, vorbösartige und bösartige Verletzungen auf.

8)Falsch: Dieser Prozess kann bis zu einem gewissen Punkt umgekehrt werden: Erstens durch die Fähigkeit der Haut, sich selbst und auf natürliche Art und Weise zu reparieren; diese zeigt sich, wenn wir uns vor der Sonne schützen. Zweitens kann man sie mit Medikamenten zurückerstatten. Zahlreiche kontrollierte Studien haben mit überwältigender Klarheit ergeben, dass der Gebrauch von Retinoiden, besonders von der Retinsäure, die feinen und tiefen Falten verbessert und die unregelmäßige

Pigmentierung aufhellt. Zugleich nimmt die Dicke der Haut zu, ihre Textur wird verbessert und die Kollagen – Produktion der Lederhaut nimmt zu, wie auch die Bildung neuer Blutgefäße. Diese letzten beiden Effekte sind nicht mehr umkehrbar, wenn 2 Jahre nach ihrer Anwendung vergangen sind. Die Vorteile in der Strukturveränderung der Haut werden erhalten, sogar in dem Fall, dass die Behandlung sein gelassen wird.

9)Richtig: Das Bräunen ist ein Verteidigungsmechanismus der Haut vor der Sonnenstrahlung, die in der Steigerung der Produktion eines Farbkörpers, genannt Melanin, besteht. Es ist beeindruckend, wenn man das Bild unter einem elektronischen Mikroskop sehen kann, welche Aufstellung das Melanin in Form eines Schirms über dem Zellkern annimmt, indem es das Gen – Material schützt.

10)Falsch: Es ist leicht, die Intensität der Strahlung auf der Erdoberfläche zu messen und dieses Konzept stimmt nicht. Die Sonnenstrahlung ist so wie immer. Das berühmte Loch in der Ozonschicht verschlimmert heutigentages nicht die Menge an Sonnenstrahlung, die auf dem Planeten aufgenommen wird. Dann taucht eine Frage auf: Wie kann man die ansteigende Häufigkeit von Hautkrebs erklären? Die Antwort ist sehr einfach, wenn man bedenkt, dass der Schaden, den die Sonne verursacht, sich anhäuft: Die Steigerung der Dauer der Lebensjahre des Menschen.

Seien wir vorsichtig und genießen wir das Leben, das Gott uns jeden Tag schenkt!

Dr. Carlos Francisco Crespi

Übersetzung: Norma Quiring

Next level leadership Paraguay

Werte Leser.

Für diesen Auftrag haben wir seit 2011 gearbeitet. Durch das wertvolle Material haben wir hilfreiche Werkzeuge erhalten, um sinnvoller und effektiver Verantwortung in unserem Einflussbereich übernehmen zu können.

Durch diese Info jedoch möchten wir nun offiziell mitteilen, dass wir nur noch einmal alle Module anbieten werden und dass danach NLLPy aufgelöst wird.

Davor aber möchten wir allen Frauen die Gelegenheit geben, an all den Modulen teilzunehmen, die noch fehlen, um NLL abzuschließen, oder aber auch, um an allen 4 Modulen von NLL teilzunehmen.

Zwei Module werden im Januar im CEMTA angeboten und die anderen zwei voraussichtlich während des ersten Semesters im Chaco.

Im Namen des Teams NLLPY, grüße ich euch ganz herzlich.

Waltraud Siemens
Teamleiterin NLLPy



NLL PY
lädt ein zu
Modul 1!

Thema:
Ganzheitlich wachsen

CEMTA
San Lorenzo
23.-25. Jan. 2023

790.000 Gs.
schließt Unterkunft, Imbiss und Mahlzeiten mit ein

Unsere Vision:
Frauen befähigen um bewusst **Verantwortung** in ihrem **Einflussbereich** zu übernehmen

nextlevel
LEADERSHIP
PARAGUAY

Anmeldungen bei Roswitha Alvizo geb. Wiebe
Cel: 0982-231-410

NLL PY
lädt ein zu
Modul 3!

Thema:
Leben im Gleichgewicht

CEMTA
San Lorenzo
26.-28. Jan. 2023

790.000 Gs.
schließt Unterkunft, Imbiss und Mahlzeiten mit ein

Unsere Vision:
Frauen befähigen um bewusst **Verantwortung** in ihrem **Einflussbereich** zu übernehmen

nextlevel
LEADERSHIP
PARAGUAY

Anmeldungen bei Roswitha Alvizo geb. Wiebe
Cel: 0982-231-410

Klassische Zimtsterne (glutenfrei)

Zutaten:

(Für ca. 60 Zimtsterne)

- 500 g Mandeln
- 300 g Puderzucker
- 2 TL Zimt
- 2 Eiweiß
- Glaser
- 1 Eiweiß
- 125 g Puderzucker

Zubereitung:

Mandeln sehr fein mahlen (oder fertig gemahlene verwenden) und in eine Schüssel geben, mit dem Zimtpulver mischen. Eiweiß in einer separaten Schüssel aufschlagen, etwas vom Puderzucker dazu geben und weiter schlagen, bis die Masse fest ist. Nun den restlichen Puderzucker zu den Mandeln sieben, Eiweißmasse darauf geben und alles mit dem Knethaken vermischen.



Für eine Stunde in den Kühlschrank stellen.

Inzwischen das Eiweiß mit dem Puderzucker steif aufschlagen.

Backofen auf 125 °C vorheizen.

Teig ausrollen (das geht am besten auf einer Silikonmatte). Sollte er zu sehr kleben, einfach noch ein wenig gemahlene Mandeln unterstreuen).

Sterne ausstechen und diese jeweils mit der Glaser bestreichen, dann auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen.

Im vorgeheizten Backofen bei 125 °C Ober-/Unterhitze für 12 – 15 Minuten backen.

Aus Zimtkeks und Apfeltarte.



Ruhe finden inmitten von Hektik der Vorweihnachtszeit

-Der Weg der Schöpfung



Ein paar Minuten in der freien Natur wirken Wunder – und wenn es nur der kleine Park um die Ecke ist. Dort finden wir Bäume mit ihren erhabenen und manchmal bizarren Formen, dort plätschert ein Bach, dort sind die Vögel auf der Suche nach Futter. Wenn wir uns ihnen und der Schöpfung zuwenden, dann ist das keine Weltflucht, im Gegenteil: Hier lernen wir Aufmerksamkeit und Achtsamkeit. Wir sehen wieder das, was tatsächlich da ist, nicht das, was wir uns wünschen. Und wir kommen dabei zur Ruhe.

-Der Weg der Bibel



Auch das Lesen der Bibel ist solch ein Weg in die Stille. Vor allem, wenn wir nicht schnell oder zielorientiert im Wort Gottes lesen, sondern langsam, wartend, mit offenen Augen. Wenn ein Satz in uns ein Echo auslöst, uns anspricht, dann können wir ihn wiederholen. Tatsächlich ist es das Ziel, vor der Bibel zur Ruhe zu kommen. Und inmitten der verschiedenen Stimmen, die uns umgeben – einschließlich der eigenen –, Gottes Reden wahrzunehmen.

-Das Geschenk der Stille



Wirkliche Stille ist trotzdem nie verfügbar, machbar, sie bleibt ein Geschenk. Selbst in der Adventszeit, wo sie quasi auf dem Programm steht. Umso schöner ist es, wenn

wir sie immer wieder erleben – in den kleinen Pausen des Alltags, mit geschlossenen Augen am Arbeitsplatz, draußen an der frischen Luft oder vor unserer aufgeschlagenen Bibel.



Auf den Kopf gestellt

Was war noch einmal der christliche Grundgedanke von Advent? Menschen bereiteten sich innerlich auf die Ankunft von Jesus vor; sie taten das mit Stille, Gebet und Fasten. Aus Stille wurde heute hektisches Treiben, aus Fasten die Saison vom Schlemmen und Schmausen. Kaum jemand bereitet sich auf das Kommen von Jesus vor ... Steigen Sie aus dem Rummel aus! Johannes, der Täufer war ein solcher Aussteiger. Seine Worte wurden zu einem Leitwort für den Advent: «Bereitet dem Herrn den Weg!» Advent ist die Verheißung: Er kommt! Jesus lässt uns nicht allein!

Was aber heißt das, einen Weg bereiten? Eine Möglichkeit ist das bewusste Lesen und Beten von Psalmen aus der Bibel. Es sind Jahrtausende alte Lieder und Gebete. Sie drücken Gefühle und Erfahrungen mit unglaublich starken Worten aus. Es gibt 150 Psalmen. Wir empfehlen Ihnen die Psalmen 4, 27, 56, 86 und 139. Viel Freude dabei!

Aus jesus.ch





Besuch einer Schülergruppe der Gutenberg Schule von Santani im Altenheim Abendruh



Maderas Volendam hatte einen Stand bei der Expo Hortipar in der Stadt Yguazu

