

DURCHBLICK

Nachrichten und Hintergründe: Klar und verständlich



Foto: S. Hermann & F. Richter/Pixabay

Frohes neues Jahr!

Wie feiern eigentlich Menschen in anderen Ländern Silvester? Und was wünschen sie sich zum neuen Jahr? Eine Auswahl:

Frankreich

Die Franzosen genießen ein feierliches Abendessen zusammen mit Freunden oder Verwandten. Das Essen kann dabei bis ins neue Jahr gehen. Zu Silvester trinken die Franzosen gerne Champagner. Im Unterschied zu Deutschland gibt es weniger Böller und Raketen. Stattdessen kann man ein großes öffentliches Silvester-Feuerwerk sehen. Und was wünscht man sich? **Bonne année** (sprich: bon aneh)!

Schauen wir nach **Spanien**: Wein-Trauben sind bei den Spaniern Glücks-Bringer in der Neujahrs-Nacht. Um

Mitternacht isst der Spanier zu jedem Glocken-Schlag eine Traube. Verzählen bringt Unglück! Damit kein Fehler passiert, können die Spanier zur Sicherheit Packungen mit 12 Trauben kaufen. Nach dem Essen der Trauben stößt man mit Sekt an. Und was wünscht man sich? **Feliz Año Nuevo** (sprich: felis anjo nuevo)!

Wie ist es in **Russland**?

In Russland liegt Silvester vor Weihnachten. Weihnachten feiert man da erst am 7. Januar. Am 31. Dezember bringt Väterchen Frost die Weihnachts-Geschenke. Den Silvester-Abend (das Jolka-Fest) verbringen die meisten Russen mit ihren Verwandten an voll gedeckten Tischen mit Lachs, Kaviar und Wodka. Dazu leuchtet der bunt geschmückte Tannen-Baum,

die Jolka. Man rutscht mit Sekt und Feuer-Werk ins neue Jahr. Was wünschen sich die Russen? **С новым годом** (sprich: S Novim Godom)! In Russland nutzt man das kyrillische Alphabet.

Und **Polen**?

Das sagt die Tradition in Polen: Es darf am 31. Dezember nicht geputzt werden. Warum? Besen und Staub-Tuch verscheuchen das Glück. Und wie holen sie das Glück ins Haus? Ab Mitternacht öffnen die Polen alle Türen und Fenster. So lassen sie die guten Geister ins Haus. Was heißt frohes neues Jahr auf Polnisch? **Szczesliwego Nowego Roku!** Diese Aussprache lernt man am besten im Polnisch-Kurs in der VHS.

Neuer Tarif beim VSN

Bus-Fahren seit Januar deutlich günstiger



Foto: Bernd Neubauer

Seit dem 1. Januar 2021 gilt im Gebiet vom Verkehrsverbund Süd-Niedersachsen (VSN) ein neuer Tarif. Fahrten mit dem Bus sind deshalb jetzt deutlich günstiger. Jedes Bus-Ziel in den Land-Kreisen Göttingen, Northeim und Holzminden kann man für 5 Euro erreichen. Dies gilt auch für Fahrten mit Umstiegen. Das neue Ticket wird auch Fünf-Euro-Ticket genannt.

Auch der Kauf von Tickets ist nun einfacher. Fahrscheine lassen sich jetzt auch online kaufen. Zum Beispiel über die Deutsche-Bahn-App. Das wünschen sich viele Kunden seit langem. Außerdem gibt es neue Tickets.

Die neuen Tickets

Es gibt jetzt Sozial-Tickets, Tickets für Jugendliche und Tickets für Senioren.

Das **Sozial-Ticket** ist für Empfänger von

- Arbeitslosen-Geld II,
- Sozial-Geld,
- Sozial-Hilfe oder Wohn-Geld
- sowie Asyl-Bewerber.

Wer im gesamten VSN-Gebiet fahren will, zahlt 35 Euro im Monat. Wer nur in Göttingen fahren will, zahlt 26,50 Euro im Monat. Vorbild hierfür ist der Landkreis Holzminden. Dort gibt es bereits seit 2016 ein ähnliches Ticket.

Das Ticket für Jugendliche

geht auf einen Vorschlag vom Land-Kreis Northeim zurück. Es soll unter anderem Auszubildende unterstützen. Bisher erhielten sie nur für die Fahrt zur Berufs-Schule ein ermäßigtes Ticket. Aber nicht zum Ausbildungs-Betrieb. Das hat sich nun geändert. Das Ticket gilt für Jugendliche bis

einschließlich 20 Jahre. Es kostet 15 Euro im Monat. Es gilt für das gesamte VSN-Gebiet.

Das Ticket für Senioren

kostet 59 Euro im Monat. Es ist ebenfalls im gesamten VSN-Gebiet nutzbar.

Der ländliche Raum soll gestärkt werden

Das Fünf-Euro-Ticket war ein Versprechen von Landrat Bernhard Reuter von der Partei der SPD in seinem Wahlkampf 2016. Günstige Bus-Fahrten sollen den ländlichen Raum beleben. Immer mehr Menschen ziehen vom Land in die Stadt. Zum Beispiel nach Göttingen. Das führt zu Wohnungs-Not und höheren Mieten. Die Bevölkerung auf dem Land wird weniger. Diese Entwicklung soll mit dem Fünf-Euro-Ticket geändert werden.

Joschua Woischnik

Iron-Man mit Down-Syndrom

Chris Nikic schafft den härtesten Triathlon auf der Welt



Quelle: Instagram chrisnikic

Chris Nikic (links) läuft ins Ziel zum Iron-Man

Es ist früh am Morgen. Es ist noch dunkel. Chris Nikic macht sich warm. Sein Trainer sagt zu Chris: Heute wirst du ein Iron-Man (sprich: Eiän Män)!

Der Iron-Man

Der Iron-Man ist ein Triathlon. Das heißt: Die Sportler schwimmen, fahren Fahrrad und laufen. Alles nacheinander. Ohne Pause. Der Iron-Man ist besonders lang:

1. Schwimmen:
3,8 Kilometer (km)
2. Rad-Fahren: 180 km
3. Laufen: 42,2 km

Nur sehr fitte Menschen schaffen einen Iron-Man. Alle Menschen müssen für den Iron-Man viel trainieren: Oft mehrere Jahre lang.

Chris hat das Down-Syndrom

Chris ist ein besonderer Teilnehmer. Er hat das Down-Syndrom. Das Down-Syndrom ist eine Behinderung. Noch nie hat ein Mensch mit Down-Syndrom einen Iron-Man geschafft.

1 Prozent besser

Chris will das ändern. Chris will als 1. Mensch mit Down-Syndrom den Iron-Man schaffen. Chris trainiert viel. Sein Motto ist: Jeden Tag werde ich 1 Prozent besser. Chris hat 2 Jahre lang für den Iron-Man trainiert.

Der Iron-Man in Florida

Im November 2020 ist es endlich so weit: Chris macht

den Iron-Man in Florida. Chris schwimmt etwa 2 Stunden lang. Chris fährt etwa 8 Stunden lang Fahrrad und Chris läuft etwa 6 Stunden lang. Dann kommt er ins Ziel. Nach fast 17 Stunden.

Meine Träume sind stärker

Chris ist kaputt. Aber Chris ist auch sehr glücklich. Er hatte starke Schmerzen beim Laufen. Aber aufgeben war für Chris keine Möglichkeit. Chris sagt: Meine Träume sind stärker als meine Schmerzen.

Ein Weltrekord für Chris

Chris hat als erster Mensch mit Down-Syndrom einen Iron-Man geschafft. Chris hält den Welt-Rekord.

Judith Kalinowski

Schnipp, schnapp – Haare ab

Haare spenden für einen guten Zweck

Ich hatte eigentlich schon immer lange Haare. Plötzlich halte ich meinen Zopf in der Hand. Und die Hälfte meiner Haare ist weg. Der Rest hängt krumm und schief auf meinen Schultern. Wie ungewohnt! Zum Glück habe ich nur wenig Zeit. In 5 Minuten muss ich beim Friseur sein. Mit jedem Schnitt verwandeln sich die Zotteln in eine Frisur. Zum ersten Mal seit 20 Jahren sehe ich ganz anders aus. Wieder zurück zuhause packe ich meinen Zopf in einen Umschlag und verschicke ihn per Post als Haar-Spende.

Wie funktioniert das Spenden?

Ich habe auf der Internet-Seite: haar-spenden.de gespendet. Hier können Haar-Spenden ab einer Länge von 25 cm (Centimeter) gespendet werden. Hierfür meldet man sich auf der Internet-Seite mit seinen Kontakt-Daten für eine Spende an. Man bekommt eine Nummer. Diese Nummer muss



Foto: Jasmin Süßmeyer

man angeben, wenn man seine Haar-Spende verschickt. Mit der Nummer können die Haare zugeordnet werden. Die Haare werden mit der Post verschickt. Wenn die Haare angekommen sind, bekommt man eine Bestätigung per E-Mail.

Was passiert mit den Haaren?

Die Haare werden an einen Betrieb weiter-gegeben. In dem Betrieb wird aus mehreren

Haar-Spenden eine Perücke gemacht. Ab einer Länge von 30 cm macht die Organisation auch eine Geld-Spende, um den Organisationen bei ihrer Arbeit zu helfen. Dabei kann man bei der Anmeldung eine Organisation auswählen. zum Beispiel: Die Deutsche KrebsHilfe oder die Deutsche KinderKrebsHilfe.

Was passiert mit den Perücken?

Die Perücken werden kostenlos an Kinder ohne Haare bis 17 Jahre verschenkt. Die Kinder haben

aus verschiedenen Gründen keine Haare. Zum Beispiel weil sie krank sind.

Die Spende ist eigentlich anonym. Das heißt: Man weiß nicht, wer die Perücke am Ende bekommt. Man kann aber auch an Menschen spenden, die man kennt. Dafür muss man vorher bei der Organisation anrufen. Mehr Informationen dazu gibt es [hier](#).

Jasmin Süßmeyer

Ganz einfach selbstgemacht

Heute: Der Pudding



Foto: Lebensmittelfotos auf Pixabay

Pudding gibt es in den verschiedensten Geschmacks-Richtungen. Ganz einfach kann man Pudding auch selbst machen. Und dabei die verschiedensten Sorten miteinander mischen.

Was braucht man?

- 500 ml (Milli-Liter) Milch
- 40 g (Gramm) Speise-Stärke. Zum Beispiel Mais-Stärke oder Kartoffel-Stärke.
- 30 g Zucker
- Zutaten für den Geschmack. Zum Beispiel: Kakao-Pulver, eine Vanille-Schote, Zimt, die abgeriebene Schale einer Zitrone und etwas Zitronen-Saft, Kirsch-Saft.

So wird es gemacht:

1. Ungefähr 150 ml der Milch mit der Speise-Stärke und dem Zucker mischen.

Je nach Geschmack die Zutaten dazu geben.

- **Für Schokoladen-Pudding:** 2–3 Tee-Löffel Kakao-Pulver.
- **Für Zitronen-Pudding:** die abgeriebene Schale einer Zitrone und den Saft einer halben Zitrone.
- **Für Vanille-Pudding:** Eine Vanille-Schote aufschneiden und auskratzen. Das ausgekratzte Mark mit in die Milch geben.
- **Für Frucht-Pudding:** Etwas Frucht-Saft mit in die Milch geben. Achtung: Es darf nicht zu viel Saft sein. Sonst wird der Pudding nicht cremig. Sondern er bleibt flüssig.
- **Für Zimt-Pudding:** 1–2 Tee-Löffel Zimt-Pulver mit in die Milch geben.

2. Den Rest der Milch aufkochen. Dabei immer wieder umrühren.
3. Sobald die Milch kocht: Die Milch mit dem Zucker, der Stärke und den Geschmacks-Zutaten vermischen.
4. Die Milch bei kleiner Hitze weiter kochen. Dabei umrühren.
5. Nach kurzer Zeit wird die Milch cremig und immer dicker. Dann in eine Schüssel füllen. Abkühlen lassen.

Tipp: Beim Pudding selber machen ist man ganz flexibel. Das heißt: Man kann ganz nach dem eigenen Geschmack die Zutaten mischen. Zum Beispiel kann man Haselnuss-Milch oder Hafer-Milch statt Kuh-Milch benutzen.

Jasmin Süßmeyer

Ein Alters-Heim für Tiere

Wo Tiere Schutz finden



Foto: Bernd Neubauer

Menschen werden älter. Manche Menschen wollen im Alter nicht allein sein. Andere Menschen brauchen Hilfe. Deshalb ziehen sie in ein Alters-Heim. Alters-Heime für Menschen gibt es in jeder Stadt. Aber auch Tiere werden älter. Immer mehr Menschen finden: Auch Tiere sollen mit Würde sterben. Deshalb werden Alters-Heime für Tiere gegründet. Meistens werden sie von Vereinen geleitet. In den Alters-Heimen bekommen die Tiere Nahrung, Pflege und Platz zum Bewegen.

Gnaden-Hof

Ein anderes Wort für Alters-Heim ist Gnaden-Hof. Woher kommt der Name? Die Tiere sind alt, krank oder verletzt. Oft werden sie vor dem Tod gerettet. Gnade heißt hier: Rettung vor dem Tod. Manche Tiere leben auch unter schlechten Bedingungen. Sie werden misshandelt. Dann

heißt Gnade: Rettung vor der schlechten Behandlung. Auf Gnaden-Höfen leben oft verschiedene Tier-Arten zusammen. Es gibt aber auch Höfe für einzelne Tier-Arten. Zum Beispiel: Höfe für Kühe oder Höfe für Pferde.

Alters-Heime für Kühe

Ein Liter Kuh-Milch kostet in Deutschland etwa einen Euro. Die Bauern verdienen wenig an der Milch. Deshalb brauchen sie viele Kühe. Mehr Kühe bedeuten mehr Milch. Kühe können bis zu 30 Jahre alt werden. Aber schon mit 5 oder 6 Jahren geben Kühe nur noch wenig Milch. Die Bauern verdienen dann weniger Geld mit den Kühen. Deshalb werden sie geschlachtet. Ein anderer Weg sind Alters-Heime für Kühe.

Alters-Heime für Pferde

In Alters-Heimen für Pferde leben alte, kranke oder

verletzte Pferde. Sie können zum Beispiel nicht mehr an Wettbewerben teilnehmen oder nicht mehr geritten werden. Ein Stall, Futter und die Pflege von Pferden sind teuer. Im Alters-Heim können die Tiere bis zu ihrem Tod in Ruhe leben.

Woher kommt das Geld für die Alters-Heime?

Oft sind die Alters-Heime von Vereinen. Die Mitglieder im Verein zahlen dann jeden Monat einen Geld-Betrag. Die Vereine freuen sich über Spenden. Auch über freiwillige Helfer für die Pflege freuen sich viele Vereine.

Anne Quabeck

Impressum

Herausgeber

VHS Göttingen Osterode gGmbH,
Bahnhofsallee 7, 37081 Göttingen
Verantwortlich: Carola Müller

Layout & Satz Bernd Neubauer

Nächste Ausgabe 15.02.2021

Das Impfen

Ein vorbeugender Schutz gegen Krankheiten



Foto: Angelo Esslinger auf Pixabay

Warum bekommen Menschen eine Impfung?

Das Impfen soll die Menschen vor gefährlichen Krankheiten schützen. Zum Beispiel vor den Masern. Man bekommt beim Impfen eine Spritze. Meistens in den Oberarm. Beim Impfen gibt es 2 Möglichkeiten:

1. Durch die Spritze kommen lebende Krankheits-Erreger in den Körper. Zum Beispiel Viren. Aber nur in kleinen Mengen. Dann sind sie ungefährlich. Dadurch wird eine leichte Erkrankung im Körper ausgelöst. Der Körper bekämpft die Krankheits-Erreger. Dafür stellt er Abwehr-Stoffe her. Die Abwehr-Stoffe heißen: Anti-Körper. Diese Anti-Körper bleiben dann im Körper. Damit ist man gegen die Krankheit geschützt.
2. Bei anderen Impfungen werden keine lebenden Krankheits-Erreger gespritzt.

Sondern die Anti-Körper. Diese Impfung wirkt aber kürzer als die Impfung mit einem lebenden Erreger.

Warum hilft Impfen?

Durch eine Impfung können sehr viele Menschen gegen Krankheiten geschützt werden. Das nennt man: Herden-Immunität. Gegen manche Krankheiten muss man öfter geimpft werden. Zum Beispiel im Abstand von 3 Jahren. Denn die Anti-Körper bleiben unterschiedlich lang im Körper. Meistens merkt man von der Impfung nichts. Manchmal kann man Neben-Wirkungen bekommen. Zum Beispiel: Fieber. Einige Menschen fühlen sich nach einer Impfung müde.

Gibt es eine Impfung gegen das Corona-Virus?

Das Corona-Virus gibt es seit diesem Jahr überall auf der Welt. Es ist für einige Menschen sehr gefährlich.

Besonders für Ältere. Oder für Menschen, die schon eine Krankheit haben. Einige Forscher haben nun einen Impfstoff gegen das Corona-Virus erfunden. In ein paar Ländern wurden schon Menschen geimpft. Zum Beispiel in England oder in den USA. Auch in Deutschland werden mittlerweile Menschen gegen das Corona-Virus geimpft. Mehr Infos gibt es [hier](#).

Kirsten Kuke

Aktuelle Informationen
und Kursangebote
[vhs-goettingen.de](https://www.vhs-goettingen.de)



Cheltenham-Park soll saniert werden

Stadt Göttingen will Geld vom Staat bekommen

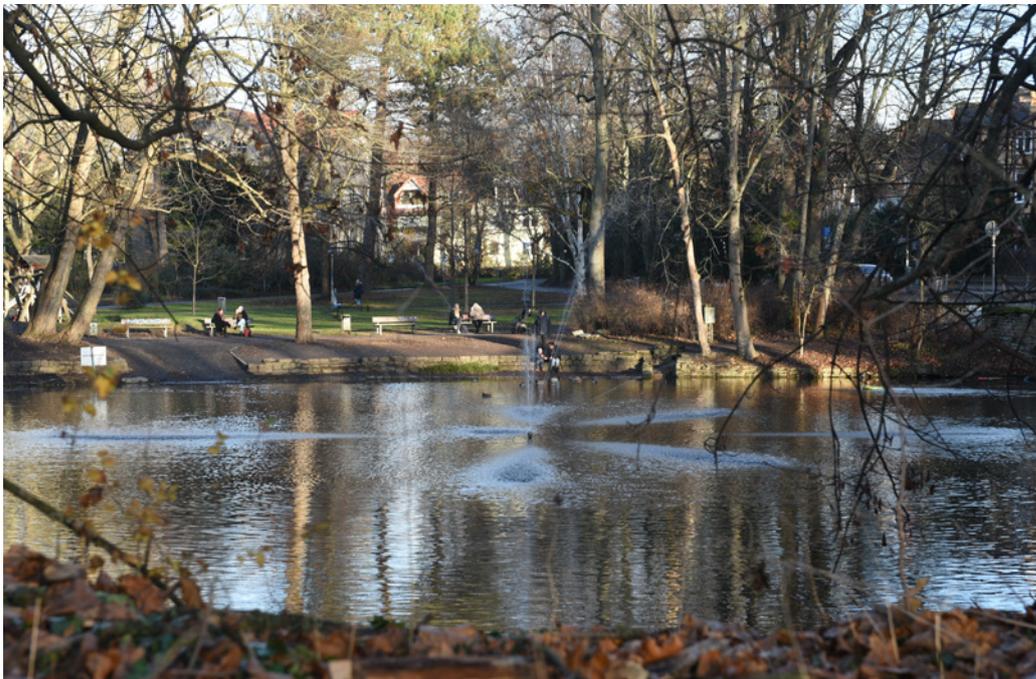


Foto: Bernd Neubauer

Der Cheltenham-Park (sprich: Tscheltenham-Park) liegt zwischen dem Albani-Platz und dem Geismar Tor in der Nähe der Stadt-Halle. Der Park ist nach der Göttinger Partner-Stadt Cheltenham in England benannt. Seit vielen Jahren hat sich im Cheltenham-Park wenig getan. Das soll sich nun ändern.

Treffen für die Zukunft des Parks

Im Herbst gab es ein Treffen im Park. Die Göttinger Bundestags-Mitglieder Fritz Güntzler von der Partei CDU und der mittlerweile verstorbene Thomas Oppermann von der Partei SPD waren da. Auch der Göttinger Bürger-Meister Rolf-Georg Köhler von der Partei SPD und Mitarbeiterinnen der Stadt waren dabei. Sie haben über

die Zukunft des Parks geredet. Sie wollen Geld vom Staat für den Park beantragen.

Was kann am Park verändert werden?

Bürger-Meister Köhler will einen größeren, offenen Park. Er soll barrierefrei sein. Rollstuhlfahrer sollen ihn also gut nutzen können. Außerdem will Köhler einen einladenden Eingang in den Park.

Einen genauen Plan gibt es aber noch nicht. Es gibt aber schon Ideen: zum Beispiel aus den angrenzenden Park-Plätzen am Geismar Tor eine Wiese zu machen. Oder einen neuen und größeren Spiel-Platz zu bauen. Der alte ist ziemlich klein. Aber sehr viele Kinder wollen ihn nutzen. Der alte Albani-Friedhof soll vielleicht durch eine kleine

Mauer abgegrenzt werden. Einige Bereiche im Park sind sehr stark bewachsen. Hier sollen die Bäume und Sträucher geschnitten werden. Es soll auch neue Straßen-Laternen geben. Der Park ist zurzeit ziemlich dunkel. Das ist gefährlich und macht einigen Menschen Angst.

Auch der Schwänchen-Teich ist in schlechtem Zustand. Dort wird viel Müll reingeworfen. Der Teich soll gereinigt werden. Vielleicht wird auch ein Bach angelegt und Fische ausgesetzt. Es soll außerdem neue Bänke geben.

Vielleicht wird der Park also bald viel schöner. Dann würden noch mehr Menschen den Park gerne nutzen.

Joschua Woischnik