

DURCHBLICK

Nachrichten und Hintergründe: Klar und verständlich



Foto: analogicus auf Pixabay

Hilfe im Notfall: das Technische Hilfswerk

Das Technische Hilfswerk (THW) hilft bei Katastrophen. Bei einer Katastrophe sind viele Menschen in Gefahr. Wie zum Beispiel bei dem Hochwasser im Juli in Deutschland. Das THW schützt bei den Katastrophen die Menschen. Das machen sie vor allem in Deutschland. Sie helfen aber auch bei Katastrophen im Ausland. Dabei leistet das THW vor allem technische Hilfe. Das heißt: Fahrzeuge, Maschinen und Geräte werden zur Hilfe benutzt. Eine andere Art von Hilfe wäre zum Beispiel medizinische Hilfe. Hier werden verletzte Menschen versorgt.

Beim THW gibt es verschiedene **Aufgaben**. Zum Beispiel:

- **Die Vorsorge:** Manchmal weiß man schon vorher: Es kann eine

Überschwemmung geben. Oder es wird ein Erd-Beben geben. Dann kann man schon vorher etwas gegen die Schäden machen. Zum Beispiel die Menschen aus den gefährlichen Gebieten wegbringen.

- **Die Rettung:** In Katastrophen sind oft Menschen in Gefahr. Zum Beispiel können sie bei Überflutungen ihr Haus nicht verlassen. Das THW hilft diesen Menschen dann aus ihrem Haus.
- **Die Strom-Versorgung:** Bei großen Unwettern kann der Strom ausfallen. Zum Beispiel durch Überschwemmungen. Oder Strom-Leitungen stürzen ein. Das THW hilft mit Maschinen dabei, dass es an einigen Orten trotzdem Strom gibt. Zum Beispiel

in Sammel-Stellen. Hier warten die Menschen, bis die Katastrophe vorbei ist.

- **Die Trink-Wasser-Versorgung:** Oft gibt es in Katastrophen-Gebieten nur wenig zu trinken. Das THW versorgt die Menschen mit Trink-Wasser.

Wer kann beim THW mitmachen?

Die meisten Helfer beim THW arbeiten ehrenamtlich. Das heißt: Sie bekommen kein Geld für die Arbeit. Sie helfen freiwillig. Trotzdem müssen sie auf die Einsätze vorbereitet werden. Das wird man in der Bundes-Schule vom THW. Hier gibt es Kurse und Unterricht zu vielen verschiedenen Themen. Mehr zum THW in Einfacher Sprache gibt es [hier](#).

Der neue Landrat

Am 12. September wird gewählt



Foto: Tim Reckmann / pixelio.de

Am 12. September ist Kommunal-Wahl. In der letzten Ausgabe haben wir die Kandidaten (Personen) vorgestellt, die in Göttingen Oberbürgermeister werden wollen.

Am 12. September wählen die Bürger im Landkreis Göttingen für die nächsten 5 Jahre den neuen Landrat.

Welche Aufgaben hat ein Landrat?

- Er leitet die Landkreis-Verwaltung.
- Er vertritt alle 19 Städte und Gemeinden, die zum Landkreis Göttingen gehören.
- Die Aufgaben vom Landrat ähneln den Aufgaben von Bürgermeistern.

Es gibt 5 Kandidaten, die sich zur Landrats-Wahl stellen. Für die SPD tritt Marcel Riethig ([Internet](#)) an. Seine Ziele sind unter anderem:

- Tempo beim Klima-Schutz.
- Alle Kinder sollen beste Chancen haben.
- Ein Landkreis, der zum Bleiben einlädt.
- Die Vorzüge des Alters genießen – auch auf dem Dorf.

Für die CDU tritt Marlies Dornieden ([Internet](#)) an. Ihre Ziele sind unter anderem:

- Gute Betreuung in Kindergarten und Tages-Pflege-Gruppen vor Ort.
- Eine gute medizinische Versorgung vor Ort.
- Sehr gute Internet-Verbindung im gesamten Landkreis.
- Klima-Schutz.

Für die Grünen tritt Marie Kollenrott ([Internet](#)) an. Ihre Ziele sind unter anderem:

- Gesellschaftlicher Zusammenhalt.
- Einen starken Klima-Schutz.

- Energie-Wende (das heißt hin zur umwelt-freundlichen Energie-Gewinnung).
- Nachhaltigkeit zur Chef-Sache machen.

Was heißt Nachhaltigkeit? Der Begriff kommt aus der Forst-Wirtschaft (Wald-Nutzung) und bedeutet: Die Menschen dürfen dem Wald nicht mehr Bäume, also Holz entnehmen als nachwächst. Nachhaltiges Handeln ist also ein Handeln mit Rücksicht auf die Zukunft. Für die Partei Die Partei tritt Marcel Orth ([Internet](#)) an. Für die Partei Die Linke tritt Eckhard Fascher ([Internet](#)) an. Die FDP stellt keinen Kandidaten. Informationen zur Kommunal-Wahl in Leichter Sprache finden Sie beim [Sozialverband Deutschland](#). Weitere Informationen zu den Kandidaten finden Sie auf den Internet-Seiten der Bewerber. Diese sind allerdings nicht in Einfacher Sprache.

Gundula Laudin

Cancel Culture

Heißt Meinungs-Freiheit: Alle dürfen immer alles sagen?



Foto: https://www.dnb.de/EN/UEber-uns/DEA/Rueckschau/rueckschau_node.html
X hinzugefügt von Bernd Neubauer

Dieter erzählt gerne Witze. Viele Menschen lachen über Dieters Witze. Dieter ist für seine Witze berühmt. Dieter erzählt seine Witze sogar im Fernsehen. Dieter erzählt einen Witz über nicht-weiße Menschen. Dieser Witz ist rassistisch (siehe Info-Box). Der Witz verletzt nicht-weiße Menschen. Viele Menschen fragen sich: Darf Dieter im Fernsehen rassistische Witze erzählen?

Cancel Culture

(sprich: Känschl Kaltscha)
Manche Menschen sagen: Rassistische Witze sind nicht ok. Dieter verletzt nicht-weiße Menschen mit rassistischen Witzen. Dieter soll seine Witze nicht mehr im Fernsehen erzählen. Dieter soll gar nicht mehr im Fernsehen sein. Dieter soll im Fernsehen nicht seine Meinung sagen. Auch nicht an anderen öffentlichen Orten.

Zum Beispiel: Im Internet, im Radio oder in der Zeitung. Das Verbot nennen wir: Cancel Culture.

Meinungsfreiheit

Andere Menschen haben eine andere Meinung: Wir leben in Deutschland. In Deutschland gibt es Meinungs-Freiheit. Das heißt: Alle dürfen ihre Meinung sagen. Deswegen sagen diese Menschen: Dieter darf seinen Witz über nicht-weiße Menschen erzählen.

Was darf Dieter nun?
Viele Menschen fragen sich: Darf Dieter seine Meinung nun auch in der Öffentlichkeit sagen? Obwohl die Meinung rassistisch ist?

Ein Weg in der Mitte

Vielleicht können wir sagen: Dieter verletzt nicht-weiße Menschen. Dieters Witz ist nicht ok. Aber Dieter darf im Fernsehen bleiben. Wir können

mit Dieter über seinen Witz sprechen. Wir können Dieter fragen: Warum erzählst du diesen Witz?

Wir können Dieter sagen: Du verletzt Menschen. Bitte erzähle diesen Witz nicht mehr. Das kann ein Weg in der Mitte sein.

Kai-Hendrik Cohrs

Rassistisch

Manche Menschen denken: Nicht alle Menschen sind gleich viel wert.
Zum Beispiel: Nicht-weiße Menschen.
Es gibt oft Gewalt gegen diese Menschen.
Diese Gedanken und dieses Verhalten nennen wir **rassistisch**.
Siehe auch:
https://mein-durchblick.de/wp-content/uploads/2021/03/Durchblick-03_2021_final.pdf

Die Frau in der Tür

Buchbesprechung

In dem Buch Die Frau in der Tür gibt es viele Themen: Begegnungen mit Menschen, fremden Kulturen und unbekannten Sprachen. Wie kann man zusammen in einem Haus leben, wenn man nicht miteinander sprechen kann? Wie geht man mit Situationen um, in denen man sich unwohl fühlt? Darf man über andere Menschen urteilen, nur weil sie etwas anders machen als man selbst?

Die Geschichte

Hugo ist Rentner. Das heißt: Er arbeitet nicht mehr. Hugo liebt sein ruhiges Leben. Morgens eine Tasse Kaffee trinken, Fernsehen schauen, manchmal etwas spazieren gehen. Seine Frau hat ihn vor ein paar Jahren verlassen. Das ruhige Leben war ihr zu langweilig. Hugo



Abb.: Passanten Verlag

hat sich an das Allein-Sein in seinem großen Haus gewöhnt. Bis Rosamunde plötzlich bei Hugo klingelt. Auch Rosamunde ist Rentnerin. Das Leben von Rosamunde ist viel aufregender als das von Hugo. Sie verteilt Bibeln. Sie gibt Massagen (sprich: Massaaschen). Sie hilft gerne vielen Menschen. Und jetzt ist sie ein Teil von Hugos Leben. Und verändert sehr viel.

Hugo steht früher auf. Er macht sich Gedanken über andere Menschen. Vor allem über Rosamunde. Dann zieht eine syrische Familie aus einem Flüchtlings-Heim bei

Hugo ein. Jetzt ist es plötzlich lauter in dem ruhigen Haus. Und Hugo lernt neue Fragen und Probleme kennen. Er muss erst lernen, wie er sich der neuen Familie gegenüber verhalten soll. Ein Problem ist dabei die Sprache. Aber auch wenn sie sich nicht immer verstehen, alle merken schnell: In schweren Situationen hält man zusammen. Und hilft sich gegenseitig.

Das Buch Die Frau in der Tür von Elske Brault gibt es [hier](#) beim Passanten Verlag zu kaufen. Es kostet 14,50€.

Als E-Book kostet es 5,99€. Man kann auf der Seite vom Passanten Verlag auch eine Lese-Probe anschauen. Hinweis: Das Buch ist in Einfacher Sprache. Aber es hat lange Sätze und manchmal schwere Worte ohne Erklärungen.

Jasmin Süßmeyer

Möchten Sie

auch gerne einen Artikel im DURCHBLICK schreiben? Schreiben Sie uns: g.laudin@vhs-goettingen.de Oder rufen Sie uns an: Telefon 0551 4952-113.

Aktuelle Informationen
und Kursangebote
vhs-goettingen.de



Was macht eigentlich...?

Heute: **der Bundes-Präsident**

Der Bundes-Präsident ist das höchste Amt in Deutschland. Er ist das Staats-Oberhaupt. Gerade ist Frank Walter Steinmeier von der SPD Bundes-Präsident. Er ist der 12. Bundes-Präsident.

Die Wahl

Der Bundes-Präsident wird von der Bundes-Versammlung gewählt. Sie besteht zur Hälfte aus den Bundestags-Mitgliedern. Die andere Hälfte sind Vertreter der Landes-Parlamente. Zum Beispiel vom Niedersächsischen Landtag.

Seine Amts-Zeit dauert 5 Jahre. Er kann höchstens zweimal gewählt werden.

Das heißt: Er kann höchstens 10 Jahre im Amt sein. Die nächste Wahl ist am 13. Februar 2022.

Frank Walter Steinmeier tritt noch einmal an. Es gibt jetzt noch keine Gegen-Kandidaten. Seine Wieder-Wahl steht noch nicht fest. Die Wahl zum Bundes-Präsidenten ist nach der nächsten Bundestags-Wahl. Danach kann sich die politische Lage in Deutschland verändert



Bundespräsident Frank Walter Steinmeier
Foto: Bundesregierung/Steffen Kugler

haben. Das beeinflusst auch die Wahl zum Bundes-Präsidenten.

Die Aufgaben

Der Bundes-Präsident hat viele Aufgaben. Man sagt: Der Bundes-Präsident repräsentiert Deutschland. Das heißt: Er vertritt das Land im Inland und Ausland. Er vertritt Deutschland in anderen Ländern auch völkerrechtlich. Das heißt: Er unterschreibt Verträge mit

anderen Staaten. Er besucht viele Veranstaltungen und hält dort Reden. Damit kann er Politiker und Bürger auf bestimmte politische Themen aufmerksam machen.

Der Bundes-Präsident arbeitet meistens nicht an der Tages-Politik mit. Das machen der Bundes-Kanzler und die Minister. Er äußert sich eher zu großen Themen von Politik und Gesellschaft.

Außerdem ernennt er den Bundes-Kanzler. Vorher wählt der Bundestag aber den Bundes-Kanzler. Er unterschreibt auch alle Gesetze vom Bundestag. Er kann sie auch ablehnen. Das kommt aber

sehr selten vor. All diese Aufgaben muss er allerdings mit anderen Politikern absprechen. Zum Beispiel mit dem Bundes-Kanzler.

Steinmeier selbst hat seine Aufgabe einmal so beschrieben: „Orientierung zu stiften und Menschen zusammenzuführen“.

Joschua Woischnik

Erste-Hilfe-Tag im September

Im Notfall ist jede Hilfe wichtig



Foto: Pixabay

Was ist Erste Hilfe?

Erste Hilfe kann und muss jeder leisten. Zum Beispiel bei einem Unfall. Es ist die geleistete Hilfe, bis eine professionelle Hilfe kommt. Zum Beispiel ein Arzt oder ein Kranken-Wagen. Dabei muss man drei Schritte beachten:

1. Prüfen: Sieht man einen Unfall oder eine zum Beispiel eine verletzte Person, muss man herausfinden:

- Ist die Person verletzt? Sehen Sie Blut?
- Ist die Person ansprechbar? Schütteln Sie die Person vorsichtig.
- Atmet die Person noch? Fühlen sie unter der Nase nach dem Atem. Oder versuchen Sie den Atem zu hören.
- Schlägt ihr Herz noch? Fühlen Sie am Hals oder

am Arm nach dem Herz-Schlag.

2. Den Not-Arzt rufen: Wenn die Person ansprechbar ist, kann man sie fragen: Brauchen Sie einen Not-Arzt? Dann kann sie selber entscheiden. Wenn die Person nicht ansprechbar ist, muss man sofort einen Not-Arzt rufen. Die Telefon-Nummer ist: 112. Man kann selber den Not-Ruf anrufen. Oder man sagt einer Person in der Nähe: Diese Person braucht Hilfe. Bitte rufen Sie den Not-Ruf an.

3. Helfen: Oft sagt der Not-Arzt: Das müssen Sie jetzt tun. Es kann zu verschiedenen Situationen kommen. Zum Beispiel: Sie müssen eine Blutung beenden. Oder Sie müssen eine Herz-Druck-Massage machen. Erklär-

Videos dazu gibt es zum Beispiel [hier](#) und [hier](#).

Ein Erste-Hilfe-Kurs

In einem Erste-Hilfe-Kurs lernt man die wichtigsten Hilfe-Schritte bei einem Unfall:

- Wie leistet man Erste Hilfe?
- Was muss ich machen?
- Worauf muss ich achten?
- Welche Reihenfolge muss ich beachten?

Ein Erste-Hilfe-Kurs ist oft verpflichtend. Zum Beispiel wenn man seinen Führerschein machen will. Der Kurs ist sehr wichtig. Jeder sollte wissen: So leiste ich Erste Hilfe.

Dafür ist auch der Erste-Hilfe-Tag am 11. September. Er soll daran erinnern: Erste Hilfe ist wichtig. Sie kann Leben retten.

Jasmin Süßmeyer

Der Nutri-Score

Hilfe zu einer gesünderen Ernährung

**Einfach.
Besser.
Essen.**

Nährwertqualität
schnell vergleichen

NUTRI-SCORE
A B C D E

Joghurt

Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft

Joghurt ist nicht gleich Joghurt. Sie wollen wissen, wie die Nährwertqualität eines Lebensmittels **im Vergleich** ist? Achten Sie auf den **Nutri-Score**.
Grünes A: günstige Zusammensetzung. Rotes E: ungünstige Zusammensetzung.

www.nutri-score.de

Abb.: Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft

Was ist der Nutri-Score?

Der Nutri-Score (sprich: Nutri Skor) ist eine Abfolge mit den Buchstaben A, B, C, D und E. Die Buchstaben haben unterschiedliche Farben. Das A ganz links ist dunkelgrün. Das C in der Mitte ist gelb. Das E ganz rechts ist rot.

Der Nutri-Score ist auf der Verpackung einiger Lebensmittel abgebildet. Zum Beispiel: auf Joghurt-Bechern. Oder auf Müsli-Packungen. Mit der Abfolge kann man die Nährwert-Qualität eines Produktes

ablesen. Das heißt: Wie gesund ist ein Produkt. Der Buchstabe auf der Abfolge ergibt sich aus der Menge bestimmter Nähr-Stoffe im Produkt.

Diese Nähr-Stoffe sind:

- Fett
- Zucker
- gesättigte Fett-Säuren
- Salz

Diese Nähr-Stoffe sind in großen Mengen nicht gesund für den Körper. Das grüne A zeigt: Das Produkt enthält keine große Menge dieser Stoffe. Das rote E zeigt zum Beispiel: Das Produkt hat viel Zucker.

Krankheiten entstehen. Zum Beispiel: Diabetes. Der Nutri-Score kann den Menschen eine gesündere Ernährung erleichtern. Durch die Abfolge kann man auf den ersten Blick die Nähr-Wert-Qualität erkennen. Produkte mit dem dunkel-grünen A enthalten außerdem eine Menge gesunder Nähr-Stoffe. Zum Beispiel: Ballast-Stoffe oder Eiweiß. Diese Nähr-Stoffe sind für den Körper sehr wichtig.

Der Vergleich von Produkten

Mit dem Nutri-Score kann man auch Produkte einer Produkt-Gruppe vergleichen. Zum Beispiel: verschiedene Joghurts. Besonders Frucht-Joghurt enthält manchmal viel Zucker. So kann man sich für den gesünderen Joghurt entscheiden.

Impressum

Herausgeber

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

Layout & Satz Bernd Neubauer

Nächste Ausgabe 16.09.2021

Warum ist der Nutri-Score sinnvoll?

Viele Menschen sind übergewichtig. Das heißt: Sie sind für ihre Körper-Größe zu schwer. Ein Grund dafür ist oft eine ungesunde Ernährung. Durch Übergewicht können

Kirsten Kuke

Göttingerin bei den Olympischen Spielen

Die Drei-Springerin Neele Eckhardt-Noack aus Göttingen war in Japan dabei

Bei den Olympischen Spielen treten sehr viele Sportler an. Es gibt Wettkämpfe in fast allen Sport-Arten. Sportler aus der ganzen Welt kommen zu den Olympischen Spielen.



Sportlerin aus Göttingen

Auch eine Sportlerin aus Göttingen ist dabei: Neele Eckhardt-Noack. Neele ist Leichtathletin. Neele trainiert jede Woche im Jahn-Stadion in Göttingen. Neele ist besonders gut im Drei-Sprung.

Drei-Sprung

Drei-Sprung ist so ähnlich wie Weit-Sprung. Aber: Die Sportler springen 3 mal. Das können Sie auf dem Bild unten sehen. Der Welt-Rekord im Drei-Sprung ist bei den Frauen 15,50 Meter.

Neele springt weit genug

Nicht jeder Sportler darf zu den Olympischen Spielen fahren. Jeder Sportler muss eine besonders gute Leistung schaffen. Das schaffen nur die besten Sportler auf der Welt.

Im Drei-Sprung müssen die Sportler sehr weit springen können. Die Frauen müssen 14,32 Meter weit springen können. Das hat Neele geschafft. Ihr bester Sprung war 14,52 Meter weit. Neeles großer Traum wurde also wahr: Neele ist zu den Olympischen Spielen gefahren. Das war etwas ganz Besonderes für sie.

Eine Reise nach Tokio

Die Olympischen Spiele sind alle 4 Jahre. Sie sind jedes Mal an einem anderen Ort. Dieses Jahr sind die Olympischen Spiele in Tokio. Das ist in Japan. Neele ist also nach Japan geflogen. Dort ist Neele im Juli und August gegen andere Drei-Springerinnen aus der ganzen Welt gesprungen.

Neeles Ziel ist das Finale

Neeles erster Wett-Kampf war am 30. Juli: Neele ist gegen 34 andere Drei-Springerinnen aus der ganzen Welt gesprungen. Neeles Ziel war: Ich möchte eine von den 12 besten sein. Dann komme ich ins Finale am 1. August.

Die Ergebnisse

Neele ist bei ihrem ersten Wett-Kampf 14,20 Meter weit

gesprungen. Das hat nicht für das Finale gereicht. Damit ist sie auf Platz 13 gekommen. Wir gratulieren Neele für ihre tolle Leistung! Die beste Drei-Springerin kommt aus Venezuela. Sie ist 15,67 Meter weit gesprungen. Das ist ein neuer Welt-Rekord.

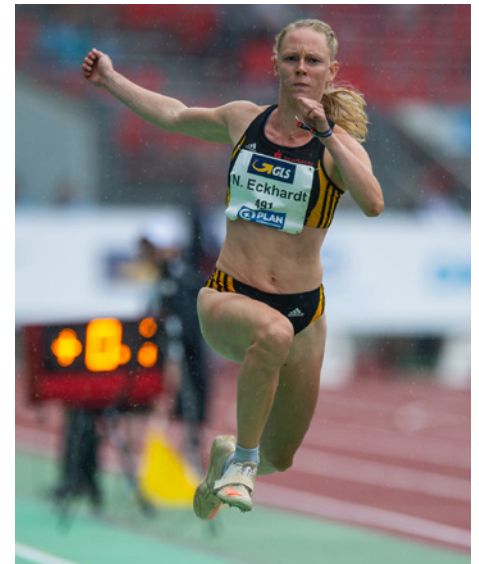


Foto: Stefan Brending

Neele beim Drei-Sprung

Olympische Spiele und Corona

Das Corona-Virus gibt es auch in Japan. Deswegen sind die Olympischen Spiele dieses Mal anders als sonst. Es dürfen keine Zuschauer bei den Wettkämpfen zugucken. Das findet Neele schade. Aber das Wichtige ist: Alle Sportler bleiben gesund.

Judith Kalinowski

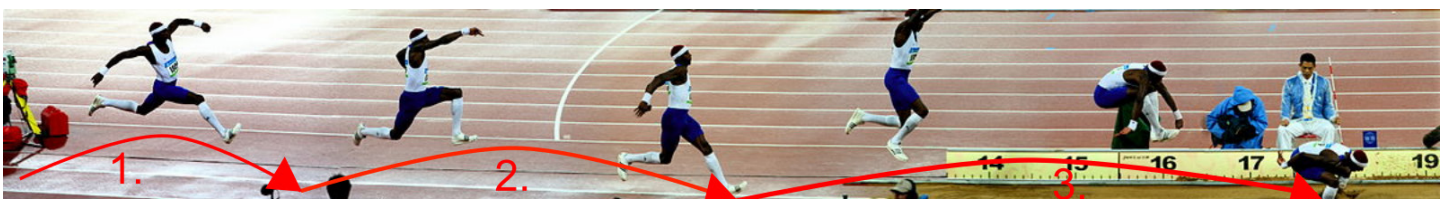


Foto: Richard Giles auf Wikimedia Commons; Pfeile hinzugefügt von Judith Kalinowski