

DURCHBLICK

Nachrichten und Hintergründe: Klar und verständlich



Foto: S. Hermann & F. Richter
auf Pixabay

Besser essen

Göttinger Ernährungs-Rat setzt sich für gute Ernährung ein

Auf der Welt gibt es immer mehr Menschen. Deshalb muss es auch mehr Lebensmittel geben. Gleichzeitig schmeißen die Menschen in Deutschland viel Essen weg. Das hat 2 Gründe: Viele denken: Es ist normal, dass genug zu essen da ist. Und: Die Menschen wissen nicht mehr, wo die Lebensmittel herkommen. Das alles sagt der Göttinger Ernährungs-Rat. Beim Ernährungs-Rat treffen sich Menschen, die sich für Ernährung interessieren. Und beim Thema Ernährung etwas verändern möchten.

Verschwendung von Ressourcen

Der Göttinger Ernährungs-Rat sagt auch: Hinter den Lebensmitteln, die die Menschen wegwerfen, stecken

ungenutzte Ressourcen (sprich: Rezerben). Das bedeutet: Vieles war nötig, um die Lebensmittel herzustellen. Wasser zum Gießen zum Beispiel. Schmeißen die Menschen das Essen weg, dann ist auch Gieß-Wasser verschwendet. Und: Unsere Lebensmittel kommen oft von weit her. Beides ist schlecht für das Klima.

Forderungen vom Ernährungs-Rat

Der Ernährungs-Rat setzt sich deshalb für eine ökologische und regionale Lebensmittel-Produktion ein. Das heißt: Lebensmittel sollen zum Beispiel ohne giftige Insekten-Schutz-Mittel hergestellt werden. Und sie sollen möglichst aus der Umgebung kommen.

Die Arbeit vom Ernährungs-Rat

Der Ernährungs-Rat will Menschen zusammenbringen, die mit Lebensmitteln zu tun haben. Landwirte und Gastronomen zum Beispiel. Außerdem bringt er seine Forderungen in die Politik ein. Und er macht Bildungs-Angebote zum Thema Ernährung.

Neues Projekt

Unter dem Namen „Ernährungsrat-dieschen“ lädt der Ernährungs-Rat regelmäßig in seinen Kleingarten-Anteil ein. Der Garten ist in der Nähe vom Kiessee. Auch Göttinger Bürger können dort mitarbeiten. In der Vergangenheit gab es außerdem Veranstaltungen. Über das Imkern zum Beispiel. Weitere Infos gibt es [hier](#).

Asja Wortmann

Die Wahl vom Bundestag

Am 26. September können Sie wählen

Im September sind Wahlen

Am 12. September sind Kommunal-Wahlen. Sie können den Bürger-Meister wählen. Zu den Kandidaten gibt es einen [Artikel im DURCHBLICK](#) vom Juli. Am 12. September können Sie außerdem den Landrat wählen. Zu den Kandidaten gibt es einen [Artikel im DURCHBLICK](#) vom August. Am 26. September ist die Wahl vom Bundestag. Dieser Artikel ist über die Wahl vom Bundestag.

Was macht der Bundestag?

Der Bundestag ist zusammen mit dem Bundesrat für Gesetze zuständig: Der Bundestag kann neue Gesetze entwerfen und bestehende Gesetze ändern oder abschaffen. Alle wichtigen Dinge in Deutschland müssen vom Bundestag beschlossen werden. Der Bundestag wählt auch den Bundeskanzler. Das bedeutet: Sie können den Bundeskanzler nicht direkt wählen.

Wie wird gewählt?

Bei der Wahl vom Bundestag haben Sie 2 Stimmen. Sie haben eine Erst-Stimme und eine Zweit-Stimme. Mit der Erst-Stimme wählen Sie eine Person. Mit der Zweit-Stimme wählen Sie eine Partei.

Die Erst-Stimme

Deutschland ist groß. Es gibt Unterschiede in den Regionen. Die Bewohner von einer

Region wissen am besten, was ihre Region braucht. Deshalb soll jede Region im Bundestag vertreten sein. Mit der Erst-Stimme wählen Sie einen Kandidaten aus Ihrer Region. Der Kandidat mit den meisten Stimmen kommt in den Bundestag.

Die Zweit-Stimme

Mit der Zweit-Stimme wählen Sie eine Partei. Die Stimmen werden gezählt. Dann wird gerechnet: Wenn eine Partei zum Beispiel 25 Prozent von den Zweit-Stimmen hat, bekommt sie 25 Prozent der Sitze im Bundestag. Es zählt also der Anteil der Stimmen in Prozent und nicht die reine Anzahl an Stimmen. Welche Politiker von einer Partei in den Bundestag gehen, legt die Partei vorher in einer Liste fest. Mit der Zweit-Stimme bestimmen Sie also die Mehrheits-Verhältnisse im Bundestag.

Besonderheiten bei der Wahl

Bei der Wahl vom Bundestag gibt es ein paar Besonderheiten. Der Bundestag ist nicht immer gleich groß. Woran liegt das? Manchmal werden mehr Kandidaten von einer Partei über die Erst-Stimme gewählt, als der Partei an Sitzen nach der Zweit-Stimme zustehen. Dann hat die Partei zu viele Sitze. Das ist ungerecht. Deshalb gibt es einen Ausgleich. Dann stimmen

die Verhältnisse wieder. Eine weitere Besonderheit ist: Nicht jede Partei kommt in den Bundestag. Die Partei braucht mindestens 5 Prozent von den Zweit-Stimmen oder 3 Kandidaten, die über die Erst-Stimme gewählt werden. Sonst zählen die Stimmen für die Partei nicht. Man sagt dazu: 5-Prozent-Hürde. Warum gibt es die 5-Prozent-Hürde? Der Bundestag trifft wichtige Entscheidungen. Wenn es zu viele verschiedene Meinungen gibt, ist es schwerer, Entscheidungen zu treffen.

Darum sollten Sie wählen

Deutschland ist eine Demokratie. Das bedeutet: Alle Entscheidungen sollen von den Bürgern getroffen werden. Nicht jeder kann seine Meinung selbst sagen. Deshalb bestimmen die Bürger in Wahlen ihre Vertreter. Wenn Sie wählen, sagen Sie: Diese Person und diese Partei passen zu meinen Interessen.

Sie wollen mehr erfahren?

In dem Artikel konnte nicht alles erklärt werden. Von der Reihe einfach POLITIK gibt es ein [Heft](#) zur Wahl in Einfacher Sprache. Das Heft gibt es auch als [Hör-Buch](#). Jede Partei hat ein Wahl-Programm. Da steht drin: Was sind die Ziele der Partei? Wie will die Partei die Ziele erreichen? Eine Entscheidung-Hilfe ist der [Wahl-O-Mat](#).

Anne Quabeck

FriedWald

Ein Friedhof im Wald

Ein FriedWald ist ein Friedhof im Wald. In Deutschland gibt es über 70 FriedWald-Standorte. In der Umgebung von Göttingen gibt es 2 Standorte: FriedWald Burg Plesse und FriedWald Reinhardswald.

Immer mehr Menschen möchten gerne nach ihrem Tod auf einem FriedWald beigesetzt werden. Voraussetzung für die Beisetzung ist eine Feuer-Bestattung. Bei einer Feuer-Bestattung wird der Verstorbene eingeäschert und dann in einer Urne beigesetzt. Im FriedWald muss die Urne biologisch abbaubar sein.

Schon zu Leb-Zeiten kann man im FriedWald einen eigenen Baum aussuchen und kaufen. Es gibt Einzel-Bäume oder Partner-Bäume. Oder Familien-Bäume. Je nach Alter und Art des Baumes und je nach Lage kosten die Ruhe-Plätze unterschiedlich viel. Ein eigener Baum kostet zwischen 2.490 € und 6.990 €.

Im FriedWald gibt es keinen Grab-Schmuck und keine Grab-Steine. Außer den Pflanzen, Farnen und Gräsern, die im Wald natürlich wachsen. Im Herbst ist das Grab mit Blättern und Moos geschmückt. Die Grab-Pflege übernimmt die Natur. Deshalb entscheiden sich viele Menschen auch für den FriedWald: Die Angehörigen müssen sich



Foto: Julia Ring

nicht um die teure Grab-Pflege kümmern. Aber auch die Nähe zur Natur und die Ruhe sind Gründe für den FriedWald. Eine kleine Namens-Tafel ist an dem Baum angebracht. So wird an die Verstorbenen erinnert. Die Ruhe-Plätze sind also nicht anonym. Das heißt: Man erkennt, wer bei dem Baum beerdigt ist. Das ist für viele Menschen wichtig. So haben sie einen Ort, um trauern zu können.

Die Beisetzung übernehmen die FriedWald-Förster. Sie kann nach eigenen Wünschen gestaltet werden. Oft begleitet

ein Trauer-Redner die Beisetzung. Auch kann Musik gespielt werden. Während der Trauer-Feier im Wald nimmt man die Geräusche der Natur intensiv wahr: Die Vögel zwitschern, die Bäume knacken. Und man spürt den Wind. Auch das kann Trost spenden.

Die FriedWald-Förster bieten regelmäßig kostenlose Wald-Führungen an. Hier kann man sich dafür anmelden und sich über den FriedWald informieren:

<https://www.friedwald.de/>.

Julia Ring

Der Organ-Spende-Ausweis

Leben retten nach dem Tod



Foto: Jasmin Süßmeyer

Mit der Organ-Spende kann man nach seinem eigenen Tod anderen Menschen das Leben retten. Es gibt kranke Menschen, bei denen ein Organ nicht funktioniert. Sie brauchen ein neues Organ. Sonst sterben sie. Auf einem Organ-Spende-Ausweis steht, ob man nach seinem Tod Organe oder Gewebe spenden möchte. Organe sind zum Beispiel: das Herz oder eine Niere. Gewebe ist zum Beispiel: die Haut.

Wie funktioniert der Organ-Spende-Ausweis?

Der Ausweis ist eine kleine orangene Karte. Man sieht ihn oben auf dem Bild. Vorne trägt man seinen Namen und seine Adresse ein. Hinten können Sie verschiedene Möglichkeiten ankreuzen:

- Sie spenden alle Organe.
- Sie spenden fast alle Organe. Dann schreiben Sie auf: Diese Organe möchte ich nicht spenden.

- Sie spenden nur bestimmte Organe. Dann schreiben Sie auf: Nur diese Organe möchte ich spenden.
- Ich möchte keine Organe spenden.
- Jemand anders soll das entscheiden. Dann schreiben Sie den Namen und die Adresse einer Person auf. Diese Person entscheidet dann nach Ihrem Tod, ob Sie Organe spenden.

Wichtig ist: Sie müssen den Ausweis unterschreiben. Dann müssen sich nach Ihrem Tod alle an diese Entscheidung halten. Zum Beispiel Ärzte. Oder Ihre Familie.

Wer braucht den Organ-Spende-Ausweis?

Ab 16 Jahren kann jeder einen Organ-Spende-Ausweis haben. Er ist kostenlos. Man bekommt ihn zum Beispiel: beim Arzt oder [hier](#) im Internet. Man kann ihn ausdrucken.

Oder man kann ihn kostenlos zugeschickt bekommen. Es gibt ihn [hier](#) in verschiedenen Sprachen.

Es gibt keine Registrierung. Die Entscheidung steht nur auf der kleinen Karte. Möchten Sie Ihre Entscheidung ändern, können Sie einfach einen neuen Ausweis ausfüllen.

Man sollte den Ausweis bei sich tragen. Im Notfall kennen die Ärzte dann die Entscheidung. Mehr Infos zur Organ-Spende und zum Organ-Spende-Ausweis in Leichter Sprache gibt es [hier](#).

Jasmin Süßmeyer

Impressum

Herausgeber

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

Layout & Satz Bernd Neubauer

Nächste Ausgabe 15.10.2021

Ganz einfach selbst gemacht.

Heute: Zwiebel-Kuchen



Hans Braxmeier auf Pixabay

Im September beginnt die Zeit für ein besonderes Getränk: den Federweißen. Das ist ein teilweise gegorener Trauben-Most. Also noch kein Wein. Seine alkoholische Gärung ist noch im Gange. Zu diesem besonderen Säftchen schmeckt besonders gut ein frischer Zwiebel-Kuchen.

Und so bereitet der Chef-Koch einen Zwiebel-Kuchen zu.

Was braucht man für ein Blech Zwiebel-Kuchen?

Für den Teig:

- 450 g Mehl
- 220 ml Wasser
- 50 g Butter, weich
- 1 Packung Trocken-Hefe
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Zucker
- Mehl für die Arbeits-Fläche

Für den Belag:

- 800 g Zwiebeln

- 200 g Speck
- 1 EL Öl
- 1 EL Butter
- 3 Eier
- 200 ml Sahne
- 250 g Käse
- Salz und Pfeffer
- Muskat

So wird es gemacht

Mehl, Hefe, Zucker und Salz in eine Schüssel geben. In die Mitte eine Kuhle drücken. Dort das kalte Wasser hineingeben. Die weiche Butter zufügen und alles zu einem Teig kneten. Den Teig ca. 30 Minuten ruhen lassen.

Später die Arbeits-Fläche mit Mehl bestäuben. Den Teig auf der Arbeits-Fläche in der Größe von einem Back-Blech ausrollen. Den Teig auf das Back-Blech legen, auf die Größe anpassen und die Ränder nach oben andrücken.

Für den Belag Eier und Sahne mit einem Pürrier-Stab mischen. Mit Salz, Muskat und Pfeffer würzen.

Zwiebeln schälen, halbieren und in Streifen schneiden. Speck klein schneiden. Beides in einer Pfanne mit der Butter und dem Öl leicht anbraten, bis sie etwas braun werden.

Den Topf vom Herd nehmen. Die Eier-Masse zufügen und unterrühren. Abschmecken und nach Geschmack noch einmal nachwürzen.

Den Belag auf den Teig geben, Käse darüber streuen und im vorgeheizten Back-Ofen bei 200 °C Ober-/Unter-Hitze ca. 30 Minuten backen.

Guten Appetit!

Bernd Neubauer

Was ist los im September?

Diese Veranstaltungen gibt es im September/Oktober in der Region



Foto: Gerd Altmann auf Pixabay

Tag der offenen Tür beim Göttinger Symphonie Orchester

Am 19. September ist Tag der offenen Tür beim Göttinger Symphonie (sprich: Sümfonie) Orchester in der Godehardstraße 19.

Beginn ist um 11 Uhr. Der Eintritt ist frei. Es gibt viele Erlebnis-Möglichkeiten rund um die Musik. Zum Beispiel Konzerte für Kinder. Mehr unter: <https://veranstaltungen.meinestadt.de/goettingen/event-detail/35963350/110117558>

Floh-Märkte in Göttingen

Am 19. September ist ein Floh-Markt in der Großen Breite 6 beim Real in Weende. Der Markt ist zwischen 7 und 15 Uhr geöffnet. Man muss dort eine Maske tragen. Man kann

auch selbst etwas verkaufen. Dann muss man sich dafür aber anmelden. Das geht telefonisch unter der Nummer 0179 1791234. Hier erhält man auch weitere Informationen zum Markt.

Am 10. Oktober ist ein Floh-Markt in der Göttinger Innenstadt. Er ist in der Kurze-Geismar-Straße 26 beim Kaufland. Hier kann man stöbern. Oder auch selbst etwas verkaufen. Dann muss man sich telefonisch unter der Nummer 05529 707 anmelden. Hier erhält man auch weitere Informationen zum Markt.

Passepartout in der Musa

Am 15. Oktober spielen Passepartout in der Musa im Hagenweg 2a. Passepartout

ist eine 10-köpfige Band. Sie macht deutsch-französischen Hip-Hop mit Straßen-Musik-Einfluss. Das Konzert ist um 21 Uhr. Einlass ist eine Stunde vorher. Die Tickets kosten 13,90 € und ermäßigt 10 €.

Digitale Ausstellung zu Händel-Festspielen

Auch im Internet ist etwas los. Es gibt gerade zum Beispiel eine digitale Ausstellung zu den Händel-Festspielen in Göttingen. Man kann sie auf der Internet-Seite vom Städtischen Museum Göttingen besuchen. Die Händel-Festspiele sind letztes Jahr 100 Jahre alt geworden. Hier gibt es viele Informationen zu dem berühmten Komponisten. (<https://haendelgoe1920.de/>)

Joschua Woischnik

Grund-Bildung in Deutschland

Über 6 Millionen Menschen betroffen

Was versteht man unter Grund-Bildung? Gemeint sind diese Fähigkeiten, die man braucht für eine volle berufliche, gesellschaftliche und politische Teilhabe in unserer Gesellschaft:

- Lesen und Schreiben
- Grundrechen-Arten
- Grundlegende digitale Kenntnisse
- Die Fähigkeit, das eigene Verhalten zu überdenken
- Grundlegende Englisch-Kenntnisse

Situation in Deutschland

Eine [Studie der Universität Hamburg](#) belegt, dass es in Deutschland zur Grund-Bildung weiterhin Nachhol-Bedarf gibt. Rund 6,2 Millionen Erwachsenen haben erhebliche Lese- und Schreib-Schwierigkeiten. Es sind etwas mehr Männer als Frauen betroffen. Etwas mehr als die Hälfte der Betroffenen hat die Herkunftssprache Deutsch.

Aktuelle Informationen
und Kursangebote
vhs-goettingen.de



Foto: vb_photo

Was bedeutet das für die betroffenen Menschen?

Verunsicherung:

- Der Computer wird im Alltag immer wichtiger, um nach Informationen zu suchen oder bei der Verwaltung einen Termin zu buchen.
- Schwierigkeiten bei Gesundheits-Fragen: Betroffenen fällt es schwer, Beipack-Zettel von Medikamenten zu verstehen.
- Schwierigkeiten, Behandlungs-Formulare in Kliniken oder Pflege-Einrichtungen auszufüllen.
- Die gesellschaftliche Teilhabe ist eingeschränkt. Wer kaum lesen und schreiben kann, arbeitet seltener ehrenamtlich und geht auch seltener zur Wahl.

Wie hilft die VHS?

Seit gut 30 Jahren gibt es die Lese- und Schreib-Werkstatt an der VHS. Hier kann man Lesen und Schreiben von Anfang an lernen. Ohne Angst. Es ist nie zu spät anzufangen. Betroffene stellen schnell fest: Ich bin nicht alleine. Andere Menschen haben das gleiche Problem wie ich. Die Lern-Umgebung ist vertrauensvoll.

Das Regionale Grundbildungs-Zentrum ist an der VHS und Ansprech-Partner für das Thema. Es wird vom Land Niedersachsen gefördert. Kontakt: Gundula Laudin, Tel: 0551 4952-113, g.laudin@vhs-goettingen.de

Gundula Laudin

Ein Blick in die Zukunft

Ein Kommentar



Foto: Bernd Neubauer

Ich habe die Zukunft gesehen!
Wie das? Ich war in diesem Sommer in Norwegen. Das ist ein Land im Norden Europas. Norwegen ist in einigen Sachen deutlich weiter als Deutschland.

Zum Beispiel beim Auto-Verkehr

Normalerweise ist es laut und stickig in Großstädten. Aber nicht in Oslo. Und das liegt nicht nur daran, dass Oslo am Meer liegt. Oslo ist die Hauptstadt von Norwegen. Geht man durch die Straßen von Oslo, ist die Luft angenehm sauber. Und noch etwas fällt auf: wie ruhig es ist. Ja, man muss regelrecht aufpassen, wenn man die Straße queren will. Sonst ist auf einmal wie aus dem Nichts ein Auto neben einem. Nahezu lautlos surren sie an einem vorbei: die vielen E-Autos. Das „E“ steht dabei für „elektrisch“. Das Auto wird

also mit Strom betrieben. Der Strom kommt aus Batterien, die man aufladen kann. Deshalb sind sie so leise. Und dabei werden keine Schad-Stoffe ausgestoßen. Das ist gut für die Umwelt.

In Norwegen ist jedes zweite Auto ein E-Auto. In Deutschland ist es nicht einmal 1 von 100. Warum ist das so? Weil in Norwegen schon früh das E-Auto staatlich gefördert wurde und die E-Auto-Besitzer weniger Steuern zahlen. Und an jeder Ecke Lade-Stationen für die Batterien stehen. Da gibt es für Deutschland noch viel zu tun.

Zum Beispiel beim Kneipen-Besuch

Da ist man den ganzen Tag durch die Stadt gelaufen. Jetzt ein erfrischendes Getränk. Also nichts wie rein in die nächste Kneipe und ein Bier

bestellt. Hört sich einfach an, ist es aber nicht. Da kommt keine Bedienung. Da kann man nicht einfach an den Tresen gehen und dort bestellen. Da muss man sich mit einem QR-Code anmelden. Da muss man online auswählen, was man haben will (was auf Norwegisch schwierig sein kann). Da muss man vorab per Karte bezahlen (wer will, kann sogar Trinkgeld eingeben – nur wofür). Und hat immer noch nicht ein Wort gewechselt.

Gesellig geht jedenfalls anders. Angeblich ist es auch eine Folge von Corona. Man soll kontaktfrei bestellen. Aber wohl nicht nur. Es spart eben nebenbei Personal. Auch wenn dadurch der ein oder andere ziemlich alleingelassen außen vor bleibt. Meine Mutter zumindest würde hier verdursten.

Bernd Neubauer