

# DURCHBLICK

Nachrichten und Hintergründe: Klar und verständlich



Foto: Dimitris Vetsikas auf Pixabay

## Der richtige **Sonnen-Schutz** im Sommer

### Was ist wichtig?

Der Sommer ist endlich da. Die Sonnen-Strahlung kann aber auch gefährlich sein. Durch zu viel von dieser Strahlung kann man Sonnen-Brand bekommen. In einer früheren Ausgabe haben wir schon über Sonnen-Brand berichtet. Den Link dazu findet man [hier](#). Sonnen-Creme kann uns vor der Strahlung schützen. Dafür hat sie bestimmte Inhalts-Stoffe. Sie heißen: Sonnen-Schutz-Filter. Auf dem Produkt steht die Höhe des Sonnen-Schutzes mit einer Zahl. Zum Beispiel: LSF 50. LSF steht für: **Licht-Schutz-Faktor**. Die Zahl 50+ zeigt den höchsten Schutz. Die Zahl 6 zeigt den niedrigsten Schutz.

### Worauf sollte man bei **Sonnen-Cremes** achten?

Man sollte Sonnen-Schutz in Form von Creme, Gel oder Lotion wählen. Sonnen-Spray (sprich: Sonnen-Spräi) ist nicht zu empfehlen. Denn: Man könnte die Inhalts-Stoffe des Sprays einatmen. Bei empfindlicher Haut sollte man Produkte mit bestimmten Zusatz-Stoffen vermeiden. Zum Beispiel: Duft-Stoffe und Konservierungs-Stoffe. Sie können Allergien auslösen. Außerdem sind manche Inhalts-Stoffe umweltschädlich. Sie heißen: Polymere. Sie sind in der Natur schlecht abbaubar. Badet man im Meer, werden sie von dem Körper abgespült.

Die Stoffe lagern sich im Meeres-Boden und an der Wasser-Oberfläche ab. Meeres-Lebewesen nehmen sie dann auf. Die Partikel wirken auf die Tiere. Das heißt: Sie stören ihr Wachstum und ihre Fort-Pflanzung.

Beispiele für bedenkliche Inhalts-Stoffe sind:

- Butylparaben
- Chlorhexidine
- Cinnamal
- Isoeugenol
- Polyacrylate (PA)
- Carbomer
- Octinoxate
- Octocrylen

Die Stoffe stehen auf der Rückseite der Produkte.

Kirsten Kuke

# Julius Club 2022

## Ein Lese-Sommer für Kinder



Foto: LubosHouska auf Pixabay

Du bist zwischen 11 und 14 Jahren alt? Sie haben ein Kind, das zwischen 11 und 14 Jahren alt ist? Dann kann der Julius Club interessant sein.

### Was ist der Julius Club?

Der Julius Club ist ein Lese-Programm. Julius steht für: **J**ugend **l**iest **u**nd **s**chreibt. 51 Büchereien machen bei dem Programm mit. Zum Beispiel die Stadt-Büchereien in Göttingen, Duderstadt und Hann. Münden. Der Julius Club findet vom 1. Juli bis zum 1. September 2022 statt.

### Was passiert im Julius Club?

Im Julius Club gibt es eine Liste mit 100 Büchern zu verschiedenen Themen. Zum Beispiel: Abenteuer, Liebe, Wissen, Fuß-Ball, Tiere, Comics. Die Bücher haben verschiedene Schwierigkeits-

Stufen. Das bedeutet: Manche Bücher sind gut für Lese-Anfänger und manche sind gut für Geübte im Lesen. Es ist für jeden etwas dabei.

Ziel ist: Viele Bücher der Liste lesen und bewerten. Man kann die Bücher auch als Hörspiel hören. Oder als E-Book lesen. Man muss die Bücher nicht kaufen. Man kann sie in der Bücherei ausleihen.

Für die Bewertung gibt es im Internet und in der Bücherei einen Bewertungs-Bogen. Nach dem Lesen füllt man den Bogen aus und gibt ihn in der Bücherei ab. Auf dem Bogen stehen Fragen zum Buch. Zum Beispiel: Was hat dir am Buch gefallen? Den Bogen gibt es auch in ukrainischer Sprache. Hat man mindestens 2 Bücher bewertet, bekommt man eine Urkunde.

Es gibt auch Treffen. Auf den Treffen kann man über die gelesenen Bücher sprechen. Die Stadtbibliothek Göttingen macht zum Beispiel am 27. Juli eine Entdeckungs-Tour durch Göttingen. Bibliothek ist ein anderes Wort für Bücherei. Am 24. August kann man in der Bibliothek gemeinsam Papier herstellen. Mehr Infos zu Veranstaltungen gibt es in den Büchereien.

### Wie kann man mitmachen?

Von 11 bis 14 Jahren kann man beim Julius Club mitmachen. Dafür muss man sich in der Stadtbibliothek anmelden. Die Anmeldung ist kostenlos. Man muss dafür einen Anmelde-Bogen ausfüllen und von den Eltern unterschreiben lassen. Den Bogen gibt es [hier](#) oder in der Stadtbibliothek.

Jasmin Süßmeyer

# Das Forum Wissen

## Ein neues Museum in Göttingen



Foto: Universität Göttingen/Martin Liebethuth

Am Pfingst-Wochenende hat ein neues Museum in Göttingen eröffnet: das Forum Wissen. Wo ist das Forum Wissen? Es ist leicht zu finden: zwischen dem Bahnhof und dem Hotel FREIgeist in der Berliner Straße 28.

Das Forum Wissen ist ein Wissens-Museum von der Universität Göttingen. Im Museum wird gezeigt, wie Wissen entsteht. Die Besucher können sich Ausstellungs-Stücke aus den verschiedenen Bereichen der Universität anschauen. Und die Besucher lernen, zu welchen Themen die Universität forscht und Wissen weitergibt. Das Museum ist für alle Menschen: Menschen ohne Vorkenntnisse können erste Erfahrungen sammeln. Wissenschaftler können hier noch etwas über andere Fächer lernen.

In 15 Räumen und 2 Stockwerken kann man auf diese zentralen Fragen vom Museum Antworten suchen und finden:

- Wie entsteht Wissen?
- Welche Menschen und Dinge sind daran beteiligt?
- Mit welchen Methoden schaffen Menschen Wissen?

Die meisten Ausstellungs-Stücke (man nennt sie auch Exponate) stammen aus den über 70 Sammlungen der Universität. Wissenschaftler forschen an den Ausstellungs-Stücken. Und die Studenten lernen mit den Ausstellungs-Stücken im Studium. Bisher sah man die Ausstellungs-Stücke außerhalb der Universität fast nicht. Das Forum Wissen zeigt sie jetzt allen Menschen, die Interesse daran haben. Zudem gibt es

Sonder-Ausstellungen mit dem Blick auf ein einzelnes Thema.

Das Museum ist barrierefrei. Es gibt Videos in Gebärdensprache und Raum-Texte in Leichter Sprache. Der Eintritt ist frei.

Öffnungs-Zeiten sind: Dienstag bis Sonntag, 10.00–18.00 Uhr.

Gundula Laudin

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



# Alles wird **teurer**

## Schuld daran ist die Inflation



Foto: Gerd Altmann auf Pixabay

### Was ist Inflation?

Viele Dinge werden teurer. Der Grund dafür ist die Inflation. Inflation bedeutet: Das Geld ist immer weniger wert. Ein Beispiel: Eine Packung Nudeln hat im letzten Jahr 60 Cent gekostet, jetzt kostet sie 90 Cent. Die Käufer müssen also mehr Geld für die gleichen Dinge ausgeben.

Viele Menschen bemerken die Inflation vor allen Dingen, wenn sie im Supermarkt einkaufen. Denn auch Lebensmittel werden immer teurer.

### Wie entsteht Inflation?

Oft gibt es verschiedene Gründe für die Inflation. Also dafür, dass die Preise steigen. Aktuell sind die 2 wichtigsten Gründe: die Corona-Pandemie und der Krieg in der Ukraine. Zum ersten Grund, der Pandemie:

In den vergangenen 2 Jahren haben die Menschen wegen dem Corona-Virus weniger Geld ausgegeben als sonst. Die Läden hatten eine Zeit lang zu, viele Menschen sind nicht in den Urlaub gefahren. Die Corona-Regeln sind jetzt lockerer, die Menschen geben wieder mehr Geld aus. Man sagt: Die Nachfrage steigt. Wenn die Nachfrage steigt, steigt auch der Preis. Gibt es weniger von etwas, wird es teurer.

Zum zweiten Grund, dem Ukraine-Krieg: Russland hat die Ukraine angegriffen. Deshalb haben viele Länder beschlossen, dass sie weniger mit Russland handeln wollen. Zu diesen Ländern gehört auch Deutschland. Das Ziel von der deutschen Regierung ist: Unabhängig von russischem Erd-Öl und Erd-Gas werden.

Erd-Öl und Erd-Gas braucht man, um Strom zu gewinnen. Und Strom braucht die Industrie, um verschiedene Dinge herzustellen. Der Strom muss also zum Beispiel in anderen Ländern teurer eingekauft werden. Dadurch steigt auch der Preis für die Kunden. Sie bezahlen den teureren Strom mit.

### Steigen die Preise immer weiter?

Experten sagen: Eine Weile werden die Preise noch steigen. Das ist besonders ein Problem für Menschen mit wenig Geld. Die deutsche Regierung hat zur Unterstützung unter anderem das 9-Euro-Ticket und den Tank-Rabatt eingeführt. Viele sagen: Das reicht nicht. Ein schwacher Trost: Nächstes Jahr soll die Inflation wieder sinken.

Asja Wortmann

# Was macht eigentlich...?

## Heute: ein Wächter im National-Park

Der DURCHBLICK stellt verschiedene Berufe vor. Dieses Mal wollen wir wissen: Was macht eigentlich ein Wächter im National-Park? Dazu haben wir mit Hermann Martens gesprochen.

**DURCHBLICK:**  
**Wächter im National-Park – das hört sich spannend an. Das klingt nach Abenteuer und Wildnis. Stimmt das eigentlich oder macht man sich da falsche Vorstellungen?**

Also ganz so wild, wie es klingt, ist der Beruf nicht immer. Aber manchmal gibt es schon die tollen Momente draußen in der Natur. Da fühle ich mich dann wie in der Wildnis in Kanada oder Norwegen.

**Wie wird man Wächter im National-Park? Welche Ausbildung braucht es?**

Die Frage ist: Was meine ich mit „Wächter im National-Park“. Da gibt es verschiedene Tätigkeitsfelder. Ich selber bin Mitarbeiter beim BUND Besucher-Zentrum im National-Park in Torfhaus. BUND ist die Abkürzung für: **Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland**. In dem Besucher-Zentrum betreue ich die Besucher in der Ausstellung vom National-Park. Ich biete



Foto: privat

viele verschiedene Führungen und Ausflüge an. Meine Ausbildung war das Studium der Biologie.

Es gibt auch Mitarbeiter, die eine Ausbildung zum Forst-Wirt gemacht haben. Sie werden auch Ranger (sprich: Ränjer) genannt und arbeiten in der Wacht vom National-Park.

**Sie arbeiten im National-Park Harz. Wie sieht denn Ihr Arbeits-Alltag dort aus?**

Mein Alltag kann ganz unterschiedlich aussehen. Entweder starte ich gleich morgens mit einer Gruppe in

die Wildnis und zeige dort die spannenden Veränderungen im Wald. Oder ich bereite einen Ausflug vor. Oder ich zeige einer der Freiwilligen, wie sie selber eine solche Führung machen können. Im Winter sitze ich auch viel am Computer und mache Büro-Arbeiten.

**Was gefällt Ihnen besonders an Ihrer Arbeit?**

Das Spannende ist: Kein Tag ist wie der andere. Die Gruppen sind unterschiedlich. Das Wetter ist jedes Mal anders. Und ich entdecke immer wieder

etwas Neues in der Natur. Neulich habe ich zum ersten Mal einen Ulmen-Fleckenfalter gesehen. Das ist ein seltener Schmetterling. Ich wusste gar nicht, dass es den überhaupt gibt.

**Haben Sie noch eine Empfehlung für unsere Leser: Was sind Ihre Lieblings-Plätze im Harz?**

Es ist schon lange kein Geheim-Tipp mehr, aber nach wie vor einer meiner Lieblings-Wege ist der Märchen-Weg von Torfhaus zum Oderteich.

Bernd Neubauer

# Die deutsche Teilung

## Zwischen schmerzhaften Erinnerungen und Hoffnung



Foto: Sarah Löttscher auf Pixabay

In den Jahren 1949–1990 war Deutschland geteilt in die BRD (Bundes-Republik Deutschland) im Westen und die DDR (Deutsche Demokratische Republik) im Osten.

Der 13. August 1961 ist für viele Menschen ein unvergesslicher Tag: An diesem Tag baute die DDR eine Mauer und teilte die DDR von der BRD.

Das war für viele Menschen ein Schock: Die Mauer hat Familien und Freunde getrennt und hat das Leben von vielen Personen zerstört. Die Mauer hat Deutschland fast 29 Jahre lang getrennt.

### Warum hat die Regierung der DDR die Mauer gebaut?

Es gab politische und wirtschaftliche Gründe: In der BRD war der Lebens-Standard höher, und es gab mehr Rede-Freiheit; in der

DDR war der Wohlstand etwas niedriger und Kritik an der Regierung war verboten. Die Regierung hatte Angst: Viele Menschen möchten in die BRD auswandern. Wir müssen diese Aus-Wanderung stoppen. Nach dem Mauer-Bau hatten die Menschen keine Chance: Sie mussten in der DDR bleiben. Und die Menschen durften nur in befreundete Länder von der DDR fahren. Zum Beispiel in die damalige Tschechoslowakei oder nach Ungarn.

Viele Menschen sagen heute: Wir waren nicht sehr reich, aber uns fehlte nicht viel. Uns fehlte nur die Freiheit. Wir konnten das nicht akzeptieren! Wir wollten frei sein, wir wollten die Welt entdecken! Die Menschen haben protestiert und gekämpft, manchmal öffentlich, manchmal im

Geheimen. Es war hart, aber nach vielen Jahren haben sie diesen Kampf gewonnen.

Seit 1990 ist Deutschland wieder vereint. Die Mauer ist gefallen. Aber die Menschen vergessen nicht diese schwierigen Jahre. Wir alle können aus dieser Erfahrung etwas lernen. Heute noch gibt es mehrere Mauern auf der Welt. Zum Beispiel zwischen den USA und Mexiko oder an den Grenzen zur EU. Solche Grenzen bringen immer Schmerz, denn sie trennen Leute und nehmen ihnen ihre Freiheit weg.

Freiheit ist ein Bedürfnis aller Menschen. Wenn wir Menschen voneinander trennen, verlieren wir alles: Wir verlieren vor allem die Hoffnung auf eine gerechte, gemeinsame Zukunft.

Gulia Manca

# WEISSER RING

## Was ist der WEISSE RING?

Der WEISSE RING ist ein Verein. Der Verein unterstützt Menschen, die Opfer von einer Straf-Tat geworden sind. Straf-Taten sind zum Beispiel:

- Eine andere Person verletzt Sie mit Gewalt oder mit Worten.
- Eine andere Person bedroht Sie.
- Eine andere Person verfolgt Sie.
- Eine andere Person zwingt Sie zu einer Handlung, die Sie nicht machen wollen.

Sie sind nicht sicher, ob das Verhalten von der anderen Person eine Straf-Tat war? Dann können die Mitarbeiter vom WEISSEN RING Sie beraten. Und Sie können auch für eine andere Person anrufen.

### Welche Unterstützung gibt es beim WEISSEN RING?

Die Mitarbeiter vom WEISSEN RING haben viel Erfahrung mit Opfern von Straf-Taten. Die Mitarbeiter hören Ihnen zu und können Ihnen neuen Mut geben. Und die Mitarbeiter kennen viele Angebote zur Unterstützung. Die Mitarbeiter können Ihnen sagen, welche Möglichkeiten Sie haben. Dann können Sie selbst entscheiden, was Sie machen möchten. Sie müssen Ihren Namen nicht sagen und niemand erfährt, dass Sie Kontakt zum WEISSEN RING hatten.

Screenshot: weisser-ring.de/leichte\_spr

### Wie kann ich mit dem WEISSEN RING sprechen?

In einem Notfall:

Wenn Sie sofort Unterstützung brauchen, dann können Sie den Telefon-Dienst vom WEISSEN RING anrufen. Die Telefon-Nummer ist 116 006. Diese Telefon-Nummer können Sie jeden Tag von 7 Uhr bis 22 Uhr anrufen. Der Anruf ist kostenlos.

**Wichtig** ist, dass Sie auch die Polizei anrufen. Die Telefon-Nummer von der Polizei ist 110.

Kein Notfall:

Wenn Sie die Unterstützung nicht sofort brauchen, können Sie auch beim WEISSEN RING in Göttingen anrufen. Die Telefon-Nummer ist 0151 55 16 46 98. Dann können Sie auch ein Treffen verabreden und in das Büro vom WEISSEN RING in Göttingen kommen. Wenn Sie die Unterstützung nicht sofort brauchen und Sie

lieber schreiben wollen, gibt es auch einen [Online-Dienst](#). Beim Online-Dienst findet die Beratung über E-Mails statt.

### Was ist, wenn ich noch nicht gut Deutsch spreche?

Sie müssen nicht perfekt Deutsch sprechen. Es reicht, wenn Sie einfache Sätze sagen und verstehen können. Die Mitarbeiter sprechen auch Englisch.

Wenn es kein Notfall ist, können die Mitarbeiter vom WEISSEN RING auch einen Übersetzer einladen. Das braucht aber ein bisschen Zeit.

### Wo kann ich mehr Informationen bekommen?

Auf der [Internet-Seite vom WEISSEN RING](#) gibt es eine [Seite in Leichter Sprache](#). Auf der Seite in Leichter Sprache stehen alle wichtigen Informationen

Anne Quabeck

# Göttinger Kultur-Sommer

Es gibt wieder viele Veranstaltungen in Göttingen



Foto: Bernd Neubauer

In Göttingen ist vom 16. Juli bis 27. August der 34. Göttinger Kultur-Sommer. Es gibt viele Veranstaltungen zu dieser Zeit. Zum Beispiel gibt es Konzerte und Lesungen. Ein Höhepunkt ist das Open Air Festival (sprich: Open Är Festival) im Kaiser-Wilhelm-Park (KWP).

## Die Veranstaltungen

An vielen Orten gibt es Programm: Im Frei-Bad am Brauweg gibt es ein Freilicht-Kino. Dort laufen viele bekannte Filme. Man kann dort zum Beispiel James Bond oder Dune schauen.

Im Deutschen Theater gibt es viele Lesungen, Konzerte und Kabarett. Zum Beispiel liest dort der Autor Wladimir Kaminer aus seinen Büchern über die Corona-Zeit. Auch im Alten Rathaus

gibt es Lesungen. Claudia Michaelen liest dort etwa Kurz-Geschichten von Dorothy Parker.

Im Dots gibt es auch Veranstaltungen für Kinder. Zum Beispiel das Theater-Stück Das Bärenwunder. Das Stück ist für Kinder ab 3 Jahren und wird vom Theater Blaues Haus aus Krefeld aufgeführt.

Den besonderen Abschluss bildet das Open Air Festival im Kaiser-Wilhelm-Park am 26. und 27. August. Am Freitag spielt dort Alice Merton und am Samstag Laith Al-Deen.

Das vollständige Programm findet man an den Veranstaltungs-Orten oder im Internet (<https://kultursommer.goettingen.de/veranstaltungen/>).

Achtung: Die Seite ist nicht in Einfacher Sprache!

## Wo gibt es Karten?

Karten für die Veranstaltungen gibt es im Alten Rathaus. Karten für Veranstaltungen im Deutschen Theater kann man auch dort kaufen. Aber auch im Internet kann man Karten bekommen (<https://kultursommer.goettingen.de/tickets/>).

Achtung: Auch diese Seite ist nicht in Einfacher Sprache!

Joschua Woischnik

## Impressum

### Herausgeber

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

**Layout & Satz** Bernd Neubauer

**Nächste Ausgabe** 15.08.2022