

DURCHBLICK

Nachrichten und Hintergründe: Klar und verständlich



Foto: stille hunde

Literatur in Einfacher Sprache

beim 31. Göttinger Literaturherbst

**Vom 22. Oktober bis
6. November 2022**

kommen Schriftsteller und Schriftstellerinnen aus der ganzen Welt nach Göttingen und die Region. Sie stellen beim 31. Göttinger Literaturherbst ihre Bücher vor. In diesem Jahr gibt es wieder 2 Lesungen in Einfacher Sprache. Das ist ein großer Gewinn für die Menschen in unserer Region. Darum geht es bei den beiden Lesungen:

Good Bye, Lenin!

Der Buch-Titel ist Englisch. Er spricht sich so aus: Gud bai, Lenin. „Good bye“ heißt: Auf Wiedersehen. Lenin war früher ein russischer Regierungschef. Der Inhalt: Alex lebt in Ost-Berlin. Es ist das Jahr 1989. Deutschland ist geteilt.

Doch dann kommt es in der DDR zum Aufstand – und auf einmal sind die Grenzen offen. Seine Mutter bekommt nichts von den Ereignissen mit. Sie hatte einen Herzinfarkt und liegt im Koma. Als sie wieder aufwacht, gibt es die DDR nicht mehr. Wie soll Alex seiner Mutter das erklären? Er beschließt, ihr nichts davon zu erzählen. Er tut so, als wäre alles so wie vorher. Doch das ist gar nicht so leicht.

Die Lesung von diesem Buch gestalten 2 Schauspieler mit dem Künstler-Namen Stille Hunde (Foto). Sie lesen und spielen gleichzeitig. Das ist sehr unterhaltsam.

Die Lesung findet statt am **Mittwoch, den 02. November 2022, um 17 Uhr im Alten Rathaus in Göttingen.**

Schauer-Geschichten zu Halloween

Hintergrund: Am 31. Oktober ist Halloween (sprich: Hello wien). In dieser Nacht steht Gruseln auf dem Programm. Deshalb liest der bekannte Schauspieler und Hörbuch-Sprecher Felix von Manteuffel Schauer-Geschichten.

Er liest aus diesen Büchern:

- Frankenstein
- Dracula
- Die Flüsse von London

Nerven-Kitzel pur!

Alle Bücher sind im Spaß am Lesen Verlag erschienen.

Die Lesung findet statt am **Montag, den 31. Oktober 2022, um 17 Uhr im Alten Rathaus in Göttingen.**

Für beide Lesungen gilt: Eintritt frei!

Erinnern gegen das Vergessen

Die Reichs-Pogrom-Nacht am 09. November



Foto: Bernd Neubauer

Holocaust-Mahnmal in Berlin

In der Nacht vom 09. November 1938 sind in Deutschland viele schlimme Sachen passiert. Die Nacht nennt man: Reichs-Pogrom-Nacht. Der Artikel erklärt: Was meinen die Wort-Teile Reich und Pogrom? Was ist in der Nacht passiert? Warum ist es wichtig, heute noch an den Tag zu denken?

Was war das Deutsche Reich?

Von 1933 bis 1945 gab es in Deutschland die Regierungs-Zeit des **National-Sozialismus** (Kurz-Form: NS). Der NS war eine schlimme Zeit in Deutschland. In der Zeit war Deutschland eine Diktatur. Das heißt: Es regierte nur eine kleine Gruppe von Menschen. Das waren Adolf Hitler und seine Helfer. Alle anderen

Menschen durften nicht mitbestimmen.

Sie gehörten zu der Partei NSDAP (**Nationalsozialistische Deutsche Arbeiterpartei**). Die Mitglieder dieser Partei nannte man: **National-Sozialisten** (Kurz-Form: Nazis). Die Nazis nannten Deutschland in der Zeit das Deutsche Reich.

Die Nazis bauten ein politisches System der Unterdrückung auf. Die Nazis achteten nicht auf das Leben anderer Menschen. Sie dachten: Es gibt unterschiedliche Rassen. Eine Rasse ist eine Gruppe von Menschen. Sie sagten: Unsere Rasse ist besser als andere Rassen. Zum Beispiel wegen unserer Herkunft und unserem Aussehen.

Für die Nazis waren Menschen mit jüdischer Religion am wenigsten wert. Diese Ablehnung gegen Juden und Jüdinnen nennt man: Antisemitismus. Juden und Jüdinnen wurden von den Nazis verfolgt, eingesperrt und ermordet. Insgesamt starben durch die Nazis 6 Millionen Juden und Jüdinnen. Nicht nur Juden wurden verfolgt. Auch andere Personen wurden von den Nazis verfolgt. Zum Beispiel: Menschen mit einer anderen politischen Meinung, Kranke und Menschen mit Behinderungen. Der NS ist ein schweres Thema. Es gibt viele wichtige Infos. Nicht alle haben Platz in diesem Artikel. Mehr Infos gibt es [hier](#) in Einfacher Sprache.

Was ist ein Pogrom?

Pogrom heißt: Verwüstung oder Zerstörung. Bei einem Pogrom werden Minderheiten einer Gesellschaft angegriffen. Minderheiten sind kleine Gruppen in der Gesellschaft. Wohnungen und Besitz von Minderheiten werden zum Beispiel kaputt gemacht. Der Staat unterstützt diese Angriffe.

Was passierte in der Reichs-Pogrom-Nacht?

Am 09. November 1938 gab es in Deutschland die Reichs-Pogrom-Nacht. Ab dem Abend bis in die Nacht hinein passierten viele schlimme Dinge. Die National-Sozialisten haben sehr viele Gewalt-Taten gegen Juden und Jüdinnen begangen. Sie haben im ganzen Land jüdische Häuser, Geschäfte und Synagogen ausgeraubt, kaputt gemacht oder abgebrannt. Synagogen sind jüdische Kirchen. Sie haben Juden und Jüdinnen

verhaftet, schwer verletzt und getötet.

Die Vorgeschichte

Ihre Gewalt begründeten die Nazis mit einem Vorwand: Ein Junge hatte zwei Tage vorher einen deutschen Politiker erschossen. Der Junge war Jude. Er wollte sich an den Nazis rächen. Weil die Nazis seine Familie getötet hatten. Die Nazi-Regierung nutzte diese Gewalt als Begründung. Sie sagte: Juden sind wirklich gefährlich. Wir müssen uns gegen sie wehren. Jüdische Häuser, Geschäfte und Synagogen sollen zerstört werden. In der Nacht vom 09. November wurden 1.300 Juden und Jüdinnen ermordet. Mehr als 30.000 wurden verhaftet.

Warum erinnern wir heute noch an den NS?

Erinnern heißt: Man denkt wieder an etwas. Um es nicht zu vergessen. Die Zeit vom NS

war schlimm. Die Gedanken der Nazis sind falsch und gefährlich. Kein Mensch und keine Gruppe von Menschen ist besser als eine andere.

Heute denken wir an diese Zeit, damit wir nicht vergessen, was damals Schlimmes passiert ist. Wir erzählen von den Opfern und den falschen Gedanken, damit so etwas nicht noch einmal passiert.

In Göttingen veranstaltet die Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit jedes Jahr eine Gedenk-Stunde zur Reichs-Pogrom-Nacht.

Wann? Am 09. November um 18 Uhr.

Wo? Am Mahnmal am Platz der Synagoge. Man sieht es auf dem Bild. Hier stand die Göttinger Synagoge, bis sie in der Reichs-Pogrom-Nacht abgebrannt wurde.

Jasmin Süßmeyer



Foto: Bernd Neubauer

Platz der Synagoge in Göttingen

Jubiläums-Fest in den **Göttinger Werkstätten**

Danke für die schöne Zusammenarbeit!

Bei den Göttinger Werkstätten wurde gefeiert. Für 80 Beschäftigte waren es besonders aufregende Tage. Denn sie feierten ihr Jubiläum. Ein Jubiläum ist eine Erinnerungs-Feier. Es wurde an den Beginn ihrer Arbeit bei den Göttinger Werkstätten erinnert. Heute möchten wir gratulieren und 4 von Ihnen vorstellen.

Jan-Christopher von Ohle **10 Jahre Jubiläum**



Ich bin 32 Jahre alt und arbeite in der Verpackungs-Abteilung. Da muss ich viel falten. Ich freue mich immer auf die Arbeit und auf meine Kollegen. Das Fest ist für mich aufregend. Ich freue mich über die Ehrung. Besonders auch über die Rose, die wir bekommen und das leckere Essen.

Impressum

Herausgeber

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

Layout & Satz Bernd Neubauer

Nächste Ausgabe 15.11.2022

Astrid Beuermann **20 Jahre Jubiläum**



Ich arbeite in Gimte im Bereich Hauswirtschaft. Zur Zeit verpacken wir Spekulatius für das Weihnachts-Geschäft. Das ist ganz schön anstrengend. Früher war ich in der Weberei. Ich schätze sehr den Umgang der Beschäftigten untereinander. Es ist einfach ein respektvolles Arbeiten. Alle machen einen tollen Job! Als Frauen-Beauftragte und als Mitglied im Werkstatt-Rat setze ich mich für die Interessen der Beschäftigten ein.

Uwe Kolle **25 Jahre Jubiläum**



Ich feier Silber-Hochzeit. Wie in der Ehe gibt es gute, aber auch

schlechtere Tage. Ich gehe sehr gerne zur Arbeit. Manchmal sind die Arbeiten aber auch anstrengend. Die Ehrung ist eine tolle Anerkennung. Zur Zeit bin ich im Lager. Ich mag die Abwechslung und die netten Kollegen. Ich bin Mitglied der Prüfer für Leichte Sprache und Mitglied der Bewohner-Vertretung. Beim Fußball ist unser Spruch: Gemeinsam ist man stark. Das ist auch bei der Arbeit unser Motto. Danke für die schöne Zusammenarbeit!

Burkhardt Kachel **45 Jahre Jubiläum**



Ich arbeite in der Kantine. Das macht mir Freude. Jeden Tag belegen wir viele frische Brötchen. Ich schmiere die Leberwurst. Die mag ich selber sehr. Auf meine Rente freue ich mich. Aber meine Kollegen werde ich vermissen. Ich erinnere mich gut an die tollen Freizeiten. Ich wünsche mir, dass ich noch lange fit bleibe.

Fotos auf dieser Seite: Julia Ring

Julia Ring

Was macht eigentlich...?

Heute: ein Schiedsrichter

Der DURCHBLICK stellt verschiedene Berufe vor. Dieses Mal wollen wir wissen: Was macht eigentlich ein Schiedsrichter? Dazu haben wir mit Noah Scherpenbach (Foto) gesprochen. Er ist 19 Jahre alt, kommt aus Göttingen und ist Schiedsrichter.

DURCHBLICK: Du bist Schiedsrichter im Basketball. Wie bist du dazu gekommen?

Anfangen habe ich mit 13 Jahren. Ich habe selber Basketball gespielt. Die Schiedsrichter bei uns waren ziemlich schlecht. Daher habe ich mir gedacht: Das kann ich besser! Also habe ich meine Lizenz (meinen Erlaubnis-Schein) gemacht und seitdem rund 170 Spiele geleitet.

Was genau ist die Aufgabe eines Schiedsrichters?

Der Schiedsrichter hat mehrere Aufgaben. In erster Linie ist er dafür da, das Spiel zu leiten. Das heißt: Er sorgt dafür, dass die Spieler die Regeln einhalten und alles fair abläuft. Falls dies nicht der Fall ist oder die Spieler die Regeln verletzen, schreitet er ein und sorgt für Ordnung.

Braucht es als Schiedsrichter eine Ausbildung?

Ja, als Schiedsrichter benötigt man eine Lizenz, die man jede Spielzeit wieder auffrischen muss.



Foto: privat

Verdient man als Basketball-Schiedsrichter auch Geld?

Ja. Es gibt eine Aufwands-Erschädigung, die aber deutlich kleiner ist als im Fußball. Es ist ein nettes Taschengeld, aber zum Leben reicht es nicht.

Welche Spiele, in welcher Liga pfeifst du?

Zurzeit bin ich Teil des Kaders der 2. Regional-Liga Nord und werde in der 2. Regional-Liga West und der 1. Regional-Liga Damen eingesetzt. Als Schiedsrichter steigt man durch Fortbildungen und Sichtungungs-Maßnahmen immer in die nächst höhere Liga auf.

Und da pfeifst du mit 19 Jahren schon Regional-Liga?

Ja, ich bin immer noch bei jedem Lehrgang und jeder Fortbildung der Jüngste. Mir macht das aber nichts, ich nehme das als Chance.

Gibt es auch mal Probleme auf dem Platz?

Klar. Häufig sind Trainer und andere Spiel-Beteiligte anderer Meinung. Zum Glück kann man das meistens in einem Gespräch klären. Wenn nicht, haben wir die Möglichkeit, zu verwarnen oder bei groben Verstößen ein Technisches Foul (sprich: Faul) zu verhängen. Das ist wie eine gelbe Karte im Fußball. Bei zwei Technischen Fouls wird der Trainer spiel-disqualifiziert. Das heißt: Er muss die Halle verlassen. Er darf nicht mehr bei diesem Spiel mitmachen.

Fällt es manchmal schwer, unparteiisch zu bleiben?

Nein. Wir haben klare Vorgaben, wonach wir die Situationen bewerten. Allgemein ist Finger-Spitzen-Gefühl gefragt. Aber unparteiisch zu sein ist die Grundlage, um als Schiedsrichter zu arbeiten.

Du bist noch Schüler. Willst du auch danach weiter als Schiedsrichter arbeiten?

Das weiß ich nicht. Im Moment ja. Es ist aber ein sehr zeit-aufwändiges Hobby. Die Wochen-Enden sind so gut wie verplant. Da es aber einen großen Schiedsrichter-Mangel in allen Ligen gibt, werde ich sicherlich in irgendeiner Weise am Ball bleiben.

Bernd Neubauer

Zähne-Knirschen

Eine Folge von Stress



Foto: Engin Akyurt auf Pixabay

Viele Menschen knirschen mit den Zähnen. Vor allem nachts. Dabei presst man die Zähne stark zusammen und reibt sie aufeinander. Der Fach-Begriff für Zähne-Knirschen ist: Bruxismus. Bruxismus sollte man behandeln. Denn: Dadurch können die Zähne stark beschädigt werden.

Was ist die Ursache für Zähne-Knirschen?

Die häufigste Ursache für Zähne-Knirschen ist Stress. Die meisten Menschen knirschen vor allem nachts mit den Zähnen. Am nächsten Morgen hat man dann oft starke Kopf-Schmerzen oder Schmerzen im Kiefer. Viele bemerken gar nicht, dass sie mit den Zähnen knirschen.

Was sind die Folgen von Zähne-Knirschen?

Die Folge von Zähne-Knirschen

ist die Abnutzung der Zähne. Wenn man sie beim Knirschen aufeinander reibt, kann der Zahn-Schmelz Risse bekommen. Den Zahn-Schmelz brauchen die Zähne zum Schutz vor Karies. Auch die Kau-Flächen der Backen-Zähne werden dabei abgeschliffen. Dadurch können sich die Zähne verkleinern.

Wie kann man Zähne-Knirschen behandeln?

Beim Zahn-Arzt kann eine Zahn-Schiene angefertigt werden. Dafür wird ein Abdruck vom Gebiss genommen. Mit diesem Abdruck wird eine Schiene aus Kunst-Stoff gebaut. Die Schiene passt dann genau auf die Zähne. Man kann sie nachts oder auch tagsüber tragen. Die Zähne reiben beim Knirschen dann auf der Schiene und nicht mehr aufeinander. So schützt die Schiene die

Zähne. Auf der Schiene kann man sogar die Reibe-Spuren erkennen. Außerdem entlastet die Schiene den Kiefer. Alltags-Stress ist die häufigste Ursache für Zähne-Knirschen. Deshalb sollte man versuchen, Stress zu verringern. Man kann einen Ausgleich suchen. Zum Beispiel: mit Sport oder Entspannungs-Übungen.

Kirsten Kuke

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



Schnell-Tests für HIV und Syphilis

Beratung und Schnell-Tests bei der Göttinger AIDS-Hilfe

Die Göttinger AIDS-Hilfe ist eine Beratungs-Stelle für Krankheiten, die beim Sex übertragen werden können. HIV und Syphilis (sprich: Süffilis) sind 2 Krankheiten, die beim Sex übertragen werden können. Die Göttinger AIDS-Hilfe bietet Schnell-Tests für HIV und Syphilis an.

Was ist HIV?

HIV ist ein Virus. Das Virus greift das Immun-System vom Körper an. Das Immun-System schützt den Körper vor Krankheiten. Wenn das HIV-Virus das Immun-System angreift, kann das Immun-System den Körper schlechter vor Krankheiten schützen. Die Folgen sind:

- Personen mit HIV stecken sich schneller mit Krankheiten an.
- Personen mit HIV erkranken schwerer.

Wer HIV hat und sich nicht behandeln lässt, kann schwer krank werden. Das nennt man dann AIDS. Wer HIV hat und sich behandeln lässt, kann ein langes und gutes Leben haben.

Was ist Syphilis?

Syphilis ist eine Krankheit, die durch Bakterien im Körper ausgelöst wird. Syphilis ist schwer zu erkennen, weil es wenig Krankheits-Anzeichen vom Körper gibt. Deshalb bemerken viele Personen die Krankheit Syphilis viele Jahre nicht. Wer Syphilis hat und sich



Foto: Göttinger Aidshilfe e. V.

nicht behandeln lässt, kann Schäden bekommen an:

- den Organen (zum Beispiel: Magen, Leber)
- den Knochen
- dem Gehirn

Wer Syphilis hat und sich behandeln lässt, kann wieder gesund werden.

So kann man sich mit HIV und Syphilis anstecken:

- über Scheiden-Flüssigkeit
- über Sperma
- über Blut, auch über Menstruations-Blut

Syphilis ist ansteckender als HIV. Bei Syphilis gibt es manchmal Ausschläge auf der Haut oder an der Scheide, am Penis, am Po oder im Mund. Auch die Ausschläge sind sehr ansteckend und dürfen nicht berührt werden.

Wenn Mütter HIV oder Syphilis haben und sich nicht behandeln lassen, können sie HIV oder Syphilis an ihr Baby weitergeben.

Schnell-Tests für HIV und Syphilis

Bei der Göttinger AIDS-Hilfe gibt es einen Schnell-Test für HIV und einen Schnell-Test für Syphilis. Für die Schnell-Tests nehmen die Mitarbeiter einen Tropfen Blut aus der Finger-Spitze. Das Ergebnis von den Schnell-Tests ist nach 45 Minuten da.

Die Göttinger AIDS-Hilfe

Die Göttinger AIDS-Hilfe bietet die Schnell-Tests an.

Die Mitarbeiter erklären:

- Dann ist ein Schnell-Test sinnvoll.
- Das bedeutet das Ergebnis vom Schnell-Test.
- Das können Personen machen, die HIV und Syphilis haben.

Die Mitarbeiter beraten auch zu anderen Krankheiten, die beim Sex übertragen werden können.

Die Beratung und die Schnell-Tests sind kostenlos.

Wer eine Beratung oder einen Schnell-Test möchte, braucht einen Termin. Dazu kann man anrufen oder eine E-Mail schreiben.

Die Telefon-Nummer ist:

0551 43735

Die E-Mail-Adresse ist:

info@goettingen.aidshilfe.de

Die Adresse ist:

Obere Karspüle 14
37073 Göttingen

Der Reformati^on^s-Tag

Wie die evangelische Kirche entstand



Foto: Andreas Breiting auf Pixabay

Was ist der Reformati^on^s-Tag?

Der Reformati^on^s-Tag ist ein Feier-Tag. Der Reformati^on^s-Tag ist am 31. Oktober. Dann haben die Menschen frei und die Geschäfte bleiben geschlossen. Der Reformati^on^s-Tag ist ein junger Feier-Tag. Es gibt ihn erst seit 2017 auch in Niedersachsen. Der Reformati^on^s-Tag feiert die Reformation der Kirche durch Martin Luther. Reformation bedeutet so viel wie Erneuerung oder Wiederherstellung.

Die Vorgeschichte

Vor ungefähr 500 Jahren gab es in Deutschland nur eine Kirche. Das war die katholische Kirche. Die katholische Kirche war damals unbeliebt. Martin Luther und viele weitere

Menschen haben der Kirche vorgeworfen: Die Kirche nimmt uns unser Geld weg. Das gibt sie dann für unnötige Dinge aus. Zum Beispiel für teure Kirchen.

Außerdem hat die Kirche damals den sogenannten Ablass-Handel betrieben. Man konnte Geld bezahlen, um nicht in die Hölle zu kommen.

Was hat Martin Luther gemacht?

Martin Luther hielt den Ablass-Handel für falsch und gierig. Er wollte eine Kirche für alle. Deswegen soll er am 31. Oktober 1517 95 Thesen an die Kirchen-Tür in Wittenberg geschlagen haben. Thesen sind kurze Aussagen. In den Thesen richtete er viele Vorwürfe an die Kirche. Deswegen ist der

Reformati^on^s-Tag am 31. Oktober. Viele Menschen haben sich Martin Luther damals angeschlossen. Sie wollten die Kirche erneuern oder wie man auch sagen kann: reformieren. Es entstand eine neue Kirche: die evangelische Kirche.

Was passiert am Reformati^on^s-Tag?

Der Reformati^on^s-Tag ist in den überwiegend evangelischen Bundes-Ländern wie Niedersachsen ein Feier-Tag. Am Reformati^on^s-Tag gibt es viele Gottes-Dienste. Das Motto ist dieses Jahr: „Reformation neu feiern: Was gibt Halt?“ Gerade bei den vielen Krisen zurzeit soll das den Menschen helfen und Sicherheit geben.

Joschua Woischnik