

DURCHBLICK

Nachrichten und Hintergründe: Klar und verständlich · www.mein-durchblick.de



Foto: Alexa auf Pixabay

Waschbären in Göttingen

Eine Waschbären-Mutter mit ihren 4 Jungen wurde in diesem Früh-Sommer in der Nähe vom Göttinger Wall gesehen. Man hat sie in einer Baum-Krone entdeckt.

Waschbären können wir selten aus so großer Nähe beobachten. Warum? Sie sind in der Nacht wach. Aber so selten sind sie in den Städten nicht. Warum? Sie finden hier Nahrung. Sie sind Allesfresser und fressen unter anderem die Lebensmittel-Abfälle von Menschen. Im Landkreis Göttingen sollen besonders viele Waschbären leben. Jagdberichte sprechen von ungefähr 2.600 Tieren. Die Jägerschaft Göttingen berichtet für 2022 von fast 1.100 Waschbären in Göttingen. Im Vergleich: So viele Menschen wohnen in einem Dorf. In Niedersachsen sollen es jedes Jahr mehr werden. Wie kommt

es dazu? Der Waschbär hat hier keine natürlichen Feinde, die ihn fressen.

Hier sind ein paar Informationen über den Waschbären:

Heimat

Waschbären kommen aus Nord-Amerika und sind nach Deutschland eingewandert: zunächst 1934 mit der Aussetzung von 4 Tieren am Eder-See in Hessen.

Aussehen

Waschbären haben einen breiten Kopf mit spitzer Schnauze und abgerundeten Ohren. Sie haben eine kompakte Gestalt. Das Gesicht ist schwarz-weiß. Sie sind eher klein und wiegen höchstens 12 Kilogramm.

Lebensweise

Sie sind keine Einzelgänger, leben also gerne in der Gruppe.

Sie sind in der Nacht wach und schlafen am Tag im Baum-Höhlen und im Gestrüpp. Sie sind Alles-Fresser und fressen zum Beispiel Pflanzen, Insekten, Würmer, Käfer, Vogel-Eier, Nüsse und Lebensmittel-Abfälle. Sie sind geschickte Kletterer.

Der Lebensraum

Waschbären leben gerne in Wäldern mit vielen Eichen und viel Wasser, von den Tieren in der Stadt abgesehen. Im Wald finden sie genügend Nahrung und Möglichkeiten zum Schlafen. Bei Gefahr flüchten sie auf einen Baum. Waschbären sind gute Schwimmer und leben gerne in der Nähe von Flüssen oder anderen Gewässern. Sie finden dort einen Großteil ihrer tierischen Nahrung. Ob Sie auch bald einen sehen?

Zukunft der **Stockleff-Mühle**

Große Pläne in Göttinger Innen-Stadt



Foto: Bernd Neubauer

Die Stockleff-Mühle

Die Stockleff-Mühle ist eine ehemalige Mühle am Leine-Kanal in der Göttinger Innen-Stadt. Die Mühle steht seit vielen Jahren leer. Viele Menschen stört das. Sie finden: Die Stockleff-Mühle ist ein Schand-Fleck in der Innen-Stadt.

Die Stockleff-Mühle ist sehr kaputt. Das Gebäude muss gestützt werden. Außerdem fehlen Teile der Wände. Die Mühle muss also aufwendig erneuert werden.

Die Pläne für die Mühle

Der Architekt Bernhard Kilper hat nun Pläne für die Zukunft der Stockleff-Mühle entworfen. Er hat dabei mit der Arbeitsgemeinschaft (AG) Welthaus und dem Institut für angewandte Kulturforschung (IfaK) zusammen gearbeitet. Das ist eine Bildungs-Einrichtung. Sie beschäftigt

sich vor allem mit Entwicklungs-Politik und Migration.

Die Stockleff-Mühle soll ein Welthaus werden. Es soll dort Veranstaltungen, Bildungs-Angebote und eine Bücherei geben. Auch Büro-Räume für das IfaK und Räume für gemeinsames Arbeiten soll es geben. Das Projekt soll ungefähr 4 Millionen Euro kosten.

Schwierigkeiten beim Bau

Die Stockleff-Mühle steht unter Denkmal-Schutz. Deswegen müssen viele Teile der Mühle so wieder aufgebaut werden, wie sie früher waren. Das macht den Bau schwieriger und teurer. Das Dach hat zum Beispiel eine besondere Form. Die muss so erhalten bleiben. Früher war die Mühle länger als heute. Ein Teil wurde abgerissen. Laut Plan soll an gleicher Stelle ein Neu-Bau aus Holz entstehen.

Der Bau kann frühestens Anfang 2024 beginnen. Dafür muss aber erst die Finanzierung stehen. Dafür will die AG Welthaus eine Stiftung gründen. Die Stadt Göttingen sucht dafür nach Förder-Mitteln. Auch Sponsoren und Privat-Personen sollen mit Spenden und Krediten helfen. Vermutlich wird der Bau 2 Jahre dauern.

Joschua Milan Woischnik

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



Erste-Hilfe- und Letzte-Hilfe-Kurse

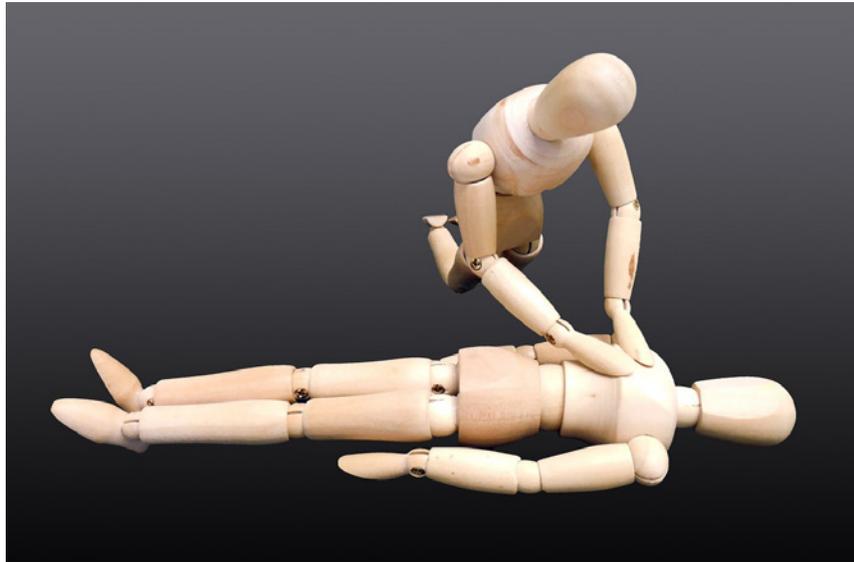


Foto: succo auf Pixabay

Was versteht man unter Erster Hilfe?

Ein Mensch verletzt sich plötzlich oder ist krank. Das kann überall und jedem Menschen passieren: zu Hause, in der Firma, in der Schule oder während der Freizeit.

Wie man Menschen in Not helfen kann, lernt man in Deutschland in Erste-Hilfe Kursen.

Was lernt man?

- Helfen bei Unfällen
- Wund-Versorgung
- Umgang mit Gelenk-Verletzungen und Knochen-Brüchen
- Verbrennungen, Hitze-Verletzungen und Kälte-Verletzungen
- Vergiftungen
- Maßnahmen, um das Leben zu retten: stabile Seitenlage und Wieder-Belebung
- zahlreiche praktische Übungs-Möglichkeiten

Wann muss man in Deutschland einen Erste-Hilfe Kurs besuchen?

- Zum Beispiel, wenn man
- den Auto-Führerschein machen möchte.
 - in einem medizinischen Beruf oder in der Pflege arbeiten möchte.
 - als Schwimm-Meister arbeiten möchte. Siehe dazu den Artikel auf Seite 5.

Wo kann man in Göttingen einen Erste-Hilfe Kurs besuchen?

Zum Beispiel bei den Johannitern, Juliane Kirst gibt dazu mehr Informationen: Telefon: 0551 30 570 513

Was versteht man unter Letzter Hilfe?

Hier geht es um Hilfe am Ende vom Leben. Es geht um das Sterben als Teil vom Leben. Wie ist der Sterbe-Prozess? Was ist ganz normal? Wie kann man Abschied nehmen von Menschen, die einem sehr nahe sind? Möglichkeiten und

Grenzen vom Abschied sind Thema. Die Idee für einen Letzte-Hilfe Kurs hat Georg Bollig zum ersten Mal 2008 in seiner Arbeit für die Universität beschrieben.

Die ersten Letzte-Hilfe Kurse gab es 2014 in Norwegen und 2015 in Deutschland und Dänemark. Mittlerweile gibt es Letzte-Hilfe-Kurse auch in anderen Ländern, zum Beispiel: in der Schweiz, Litauen, Österreich, Australien, Brasilien, Slowenien, Schottland und vielen anderen Ländern auf der Welt.

Im Oktober kann man Letzte-Hilfe-Kurse auch an der VHS in Göttingen, Bahnhofsallee 7, besuchen. Das Hospiz an der Lutter bietet sie kostenlos an: Hier geht es zum Kurs am 17. Oktober 2023: [Letzte-Hilfe-Kurs \(vhs-goettingen.de\)](https://www.vhs-goettingen.de) Hier geht es zum Kurs am 21. Oktober 2023: [Letzte-Hilfe-Kurs \(vhs-goettingen.de\)](https://www.vhs-goettingen.de)

Gundula Laudin

Zu viel Zucker?

Eine Gefahr für den Darm



Foto: Doris Jungo auf Pixabay

Zu viel Zucker kann den Körper krank machen. Zum Beispiel unseren Darm. Viele Menschen denken nicht daran. Dabei ist die Gesundheit von unserem Darm sehr wichtig. Er hat großen Einfluss auf wichtige Funktionen im Körper. Zum Beispiel auf das Immun-System.

Wie wirkt Zucker auf den Darm?

Im Darm gibt es gute und schlechte Bakterien. Zusammen nennt man die unterschiedlichen Bakterien: Darm-Mikrobiom. Mit zu viel Zucker in unserer Ernährung stärken wir die schlechten Bakterien. Dann vermehren sie sich. Das wirkt sich schlecht auf unsere Gesundheit aus. Denn: Die guten Bakterien halten unsere Darm-Schleimhaut gesund. Die Darm-Schleimhaut ist dafür da, Krankheits-Erreger

abzuwehren. Gibt es zu wenig gute Bakterien, ist die Abwehr schwach. Dann kann sich die Darm-Schleimhaut entzünden. Durch eine Entzündung des Darms kann man Krämpfe im Bauch bekommen, Durchfall oder Fieber.

Zucker ist oft versteckt

Zucker steckt in vielen Lebens-Mitteln. Manchmal ist er sogar versteckt und nicht gleich erkennbar. Auf der Zutaten-Liste kann Zucker verschiedene Namen haben.

Zum Beispiel: Saccharose oder Glukose. Saccharose ist üblicher Haushalts-Zucker. Glukose ist Trauben-Zucker. Ein anderer Name für diesen Zucker ist auch: Dextrose.

Wie kann man den Darm gesund halten?

Man kann seinen Zucker-Konsum durch weniger Süßigkeiten verringern.

Außerdem könnte man zu anderen, gesünderen Naschereien greifen. Wie zum Beispiel zu Nüssen.

Zusätzlich kann man den Darm durch Ballast-Stoffe unterstützen. Ballast-Stoffe stärken die gesunden Bakterien im Darm. Es gibt sie vor allem in Gemüse, Obst und Vollkorn-Produkten. Aber auch in Samen und Nüssen.

Kirsten Kuke

Impressum

Herausgeber

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

Layout & Satz Bernd Neubauer

Nächste Ausgabe 15.09.2023

Hinweis zum Sonderzeichen

Sternchen * Dies setzen wir, wenn wir alle Menschen (männlich, weiblich, divers) einer Personengruppe meinen.

Was macht eigentlich...?

Heute: ein Schwimm-Meister



Foto: Julia Ring

Schwimm-Meister Tobias Kämmerer mit seinem Team:
 Rettungs-Schwimmer Oliver Dietze + Rettungs-Schwimmerin Cara Müller

Jetzt im Sommer kann man sich gut im Frei-Bad abkühlen und erholen. Zum Beispiel in Dransfeld im Erlebnisbad. Dort arbeitet seit diesem Jahr Tobias Kämmerer als Schwimm-Meister. Wir haben ihm Fragen zu seiner Arbeit gestellt.

Welche Ausbildung braucht man, um als Schwimm-Meister zu arbeiten?

Die Ausbildung nennt sich: Ausbildung zum Fachangestellten für Bädertechnik. Sie dauert 3 Jahre. Ich habe nach meiner Ausbildung 5 Jahre in dem Badeparadies Eiswiese gearbeitet. Das ist jetzt meine erste Saison (sprich: Säsong) in Dransfeld. Die Freibad-Saison ist die Zeit, in der die Freibäder geöffnet haben. Meist von Mai bis September.

Wie sieht ein typischer Arbeits-Tag aus?

Ich beginne morgens damit, die Technik zu überprüfen.

Auch in meinem Beruf ist vieles digital. Es gibt Sensoren, die messen und überwachen die technischen Anlagen. Die Wasser-Qualität in den Schwimm-Becken messe ich zusätzlich manuell, also selber. Dazu nehme ich Proben. Den ganzen Tag über beaufsichtige und betreue ich mit meinem Team die Bade-Gäste. Außerdem gebe ich Schwimm-Kurse. Kinder ab 6 Jahren können bei uns Schwimmen lernen. Gerade ist ein Kurs erfolgreich zu Ende gegangen. 10 Kinder haben ihre Schwimm-Abzeichen geschafft.

Mussten Sie schon mal jemanden retten?

Zum Glück noch nicht. Meistens sind die Verletzungen harmlos: kleine Wunden durch Stürze versorgen. Oder Insekten-Stiche kühlen. Alle 2 Jahre mache ich einen Erste-Hilfe-Kurs. Hilfe brauchen auch manche Kinder beim Lesen der Uhr. Unsere

Freibad-Uhr ist analog. Das heißt, die Zeit wird mit Zeigern dargestellt. Viele kennen nur noch die digitale Anzeige der Zeit. Zum Beispiel die Zeit-Anzeige in Zahlen auf dem Handy.

Was ist ein perfekter Sommer-Tag für Sie?

Natürlich gehört sonniges Wetter dazu. Und lockere Bewölkung. Ganz wichtig sind gute Kolleg*innen und viele nette Bade-Gäste. Bei schlechtem Wetter ist das Freibad oft leer. Dann lese ich auch schon mal ein Buch oder nutze das Handy.

Am 26. August wird unser Freibad aber voll. Dann feiern wir im Erlebnisbad Dransfeld von 15:00 Uhr bis 22:00 Uhr eine große Beach-Party. Es gibt Spaß und Action. Und am 01. September gibt es ab 19:00 Uhr eine Musik-Show draußen, bei der das Junge Theater zu Gast ist. Alle sind eingeladen!

Julia Ring

Der Klimawandel

Was ist das eigentlich?



Foto: Anja auf Pixabay

Das Klima

Das Klima ist das Wetter in einem langen Zeitraum.

Wissenschaftler*innen schauen sich an: Wie hat sich das Wetter in den letzten 50 Jahren verändert?

Wissenschaftler*innen schauen sich zum Beispiel alle Sommertage in einem Jahr an. Sie errechnen Durchschnittszahlen. Zum Beispiel von Temperaturen oder der Regenmenge. Die Zahlen lassen sich so besser vergleichen.

In den letzten Jahren war jeder Sommer insgesamt wärmer als alle Sommer vorher.

Auch im Winter ist es nicht mehr so kalt wie früher. Die Erde ist insgesamt wärmer geworden. Das Wetter hat sich verändert. Ein anderes Wort für Veränderung ist: Wandel. Klima-Wandel ist also die

dauerhafte Veränderung des Wetters über eine lange Zeit.

Warum verändert sich das Klima?

Der Mensch ist schuld am Klima-Wandel. Menschen haben die Erde über viele 100 Jahre verändert. Zum Beispiel durch große Städte, Fabriken und die Landwirtschaft. Es gibt immer mehr Technik. Wir stellen immer mehr Sachen her. Dabei entstehen schlechte Stoffe für die Umwelt. Das nennt man: Menschen-gemachten Klima-Wandel. Mehr Infos dazu gibt es in der nächsten Ausgabe im DURCHBLICK.

Warum ist das ein Problem?

Das Wetter wird immer intensiver. Es gibt mehr Stürme, Überschwemmungen und starken Regen in einigen Ländern oder Trockenheit und Hitze in anderen Ländern. Das

nennt man: Extrem-Wetter-Ereignisse.

An vielen Orten wird es zu warm zum Leben. Zum Beispiel in Süd-Europa. Die Menschen können hier kein Essen mehr anbauen. Es gibt hier nur wenig Wasser. Für ärmere Länder ist das ein Problem. Sie können keine Lebensmittel von anderen Ländern kaufen. Die Menschen verhungern oder verdursten. Zum Beispiel in vielen Ländern in Afrika.

Wenn die ganze Erde wärmer wird, schmelzen das Eis und der Schnee am Nordpol und am Südpol. Das neue Wasser lässt die Meeresspiegel ansteigen. Inseln werden überschwemmt. Küsten-Bereiche verschwinden.

Gedenkstätte Breitenau



Foto: Hessischen Landeszentrale für politische Bildung (HLZ)

Die Geschichte von Breitenau

Die Gedenk-Stätte Breitenau erinnert an den National-Sozialismus. Breitenau ist ein Orts-Teil von Guxhagen in der Nähe von Kassel. Dort gab es früher ein Kloster. Es wurde aber vor langer Zeit aufgelöst. Vor ungefähr 150 Jahren hat man in den ehemaligen Kloster-Gebäuden ein Arbeits-Haus gegründet. Dort hat man Menschen gefangen gehalten und zur Arbeit gezwungen. Vor allem wenn sie nicht in die damalige Gesellschaft passen. Zum Beispiel, weil sie keine feste Wohnung haben.

1933 kommen die National-Sozialisten an die Macht. Sie machen den Ort zu einem Konzentrations-Lager. Sie können die Gebäude vom Arbeits-Haus mitnutzen. Dort sperren sie ihre politischen Gegner*innen ein, zwingen sie zu Arbeit und behandeln

sie sehr brutal. 1934 schließt das Lager. Die Gefangenen kommen in größere Lager.

Ab 1940 wird Breitenau ein Lager für Zwangs-Arbeiter. Das sind meistens Menschen aus den Ländern, die im 2. Weltkrieg von Deutschland besetzt werden. Man hat die Menschen dorthin verschleppt und zur Arbeit gezwungen.

1945 befreit die amerikanische Armee das Lager. Bis 1973 ist es ein Heim für Jugendliche. Auf dem Gelände ist heute die Gedenk-Stätte Breitenau und eine Einrichtung für Menschen mit psychischen Krankheiten.

Besuch der Gedenk-Stätte

Die Gedenk-Stätte ist ungefähr 20 Minuten mit dem Zug von Kassel entfernt. Man geht zu Fuß 10 Minuten vom Bahnhof Guxhagen dorthin. Der Besuch ist kostenlos. In der Gedenk-Stätte wird mit barrierearmen

Zugängen gearbeitet. Achtung: Die Gebäude der Gedenk-Stätte sind sehr alt. Deswegen sind sie nicht barrierefrei. Man kann auch Führungen buchen. Auf Wunsch kann man die Führungen auf Bild-Schirmen sehen. Mehr Informationen gibt es auf der Internet-Seite: <https://www.gedenkstaette-breitenau.de/>. Achtung: Die Internet-Seite ist nicht in Einfacher Sprache.

Joschua Milan Woischnik

Was sind Gedenk-Stätten?

Gedenk-Stätten sind Orte, an denen es in der Geschichte wichtige Ereignisse gab. Meistens erinnern sie an grausame Ereignisse. Zum Beispiel an Krieg oder Verfolgung. In Deutschland erinnern viele Gedenk-Stätten an den 2. Weltkrieg und den National-Sozialismus.

Der Strandkorb

Eine deutsche Besonderheit



Foto: Bernd Neubauer

Diesen Sommer war ich mit meiner Mutter an der Nordsee. Ihr Wunsch: Noch einmal das Meer sehen. Noch einmal die frische Seeluft atmen. Meine Mutter ist 87 Jahre alt. Sie ist nicht mehr gut zu Fuß. Den Weg zum Strandkorb aber schaffte sie. Der Urlaub war gerettet – dank Strandkorb, diesem alten, deutschen Schutz vor Wind und Wetter.

Tatsächlich ist der Strandkorb genau aus diesem Grund erfunden worden. Es war das Jahr 1882. Eine ältere Dame namens Elfriede von Maltzahn wünschte sich eine schützende Sitz-Gelegenheit für den Strand. Sie hatte Rheuma und wollte trotz ihrer Krankheit den Sommer an der Ostsee genießen. Und diesen Wunsch erfüllte ihr der Rostocker Korbmacher Wilhelm Bartelmann. Er baute ihr einen Strandstuhl, den er mit Stoff überzog. Und bald darauf baute

er einen Zwei-Sitzer, mit Fuß-Stützen und Seiten-Tischchen. Der Strandkorb war geboren.

Mehr und mehr Touristen kamen und machten vor gut 100 Jahren den Strandkorb an der Nord- und Ostsee immer beliebter. Auch an den Küsten der Niederlande. Nach dem 2. Weltkrieg änderte sich dies: Statt Strandkörben gab es nun in den Nachbar-Ländern immer mehr Liege-Stühle. Nicht so in Deutschland.

Die Strandkörbe blieben in ganz Deutschland auch nach dem 2. Weltkrieg beliebt wie eh und je. Darin waren sich die Deutschen in Ost und West einig. Gerne umgeben von einem Schutz-Wall aus Sand. Und mit gehisster Fahne inmitten der eigenen Sand-Burg.

Eine mögliche Erklärung für dieses Verhalten war: Der Deutsche sehnt sich nach

Abgrenzung. Er bleibt gern unter sich. Er will seinen Besitz sichern.

Diese Haltung sollte sich Ende vom letzten Jahrhundert leicht ändern. Die Deutschen entdeckten das „süße Leben“: mehr Genuss und Offenheit. Es musste nicht länger alles für die Ewigkeit sein. Sand-Burgen mussten nicht mehr jeder Flut standhalten. Der Schutz-Wall machte Platz für die Strand-Muschel, einem Zelt-artigen Windschutz. Mittlerweile gibt es sogar Schlaf-Strandkörbe mit Blick in den Sternen-Himmel.

Meiner Mutter reichte es, sonnen- und windgeschützt aufs Meer zu schauen. Ohne Strandkorb ist das für sie unmöglich. Auf Schutz-Wall und Burg-Fahne kann meine Mutter gut verzichten, auf einen Strandkorb nicht.

Bernd Neubauer