

Bunte Lebens- Punkte



KONTAKT

Lebenshilfe Lörrach e.V.
Eva Kerrom
Wintersbuckstr. 7
79539 Lörrach
Telefon 07621/4010-35
eva.kerrom@lebenshilfe-loerrach.de

IMPRESSUM

Wichtiges über diese Zeitung

- Ausgabe 3 -

Herausgeber Lebenshilfe Lörrach e.V.

Redaktion Mareike Brischle, Michael Knöbel, Niels Herter,
Viktoriya Shkolnikova, Marie-José Rosenwald, Eva Kerrom

Texte und Fotos Mareike Brischle, Michael Knöbel, Niels
Herter, Viktoriya Shkolnikova, Marie-José Rosenwald

Gestaltung Katrin Schröder-Meiburg

Auflage 500 Stück

**„Aller guten Dinge
sind drei!“**

Inhalt

Pünktlich zum Sommer-Fest der Werkstatt ist unsere Zeitung „Bunte Lebenspunkte“ wieder da. Wir hatten wieder viel Spaß beim Schreiben. Wir erzählen über unsere Freizeit, den Urlaub und die Arbeit. Besonders interessant für Sie sind vielleicht die vielen Ausflug-Tipps, die wir gesammelt haben. Wenn Sie dann Hunger bekommen, gibt es viele leckere Rezepte zum Ausprobieren und Genießen.

Natürlich können Sie sich auch wieder auf die bunten Fotos freuen.

Wir hoffen es ist für Alle etwas Schönes dabei und wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen

Ihr Redaktionsteam

Juni 2016

Vorwort und Inhalt	Seite 3
Hallo	Seite 4
Freizeit	Seite 5 – 7
Ausflug-Tipps	Seite 8 – 10
Arbeit	Seite 11 – 19
Reisen	Seite 12 – 15
Rezepte	Seite 16 – 18

Hallo



Hallo, mein Name ist Viktoria Shkolnikova.

Ich bin 24 Jahre alt und wohne in Lörrach und arbeite in der Außen- Arbeitsgruppe der Lebenshilfe Lörrach bei Rewe.

Meine Hobbys sind Judo, Schwimmen, Freunde treffen, Turnen und mit meinem Freund was unternehmen.

Wir suchen

Neue Mitglieder für die Redaktion der Lebenshilfe-Zeitung „Bunte Lebenspunkte“

Wir treffen uns mittwochs von 18 bis 19:30 Uhr etwa 8 Mal im Jahr in der Wintersbuckstraße in Lörrach.

Wer viel erlebt und davon erzählen möchte, kann sich bei Eva Kerrom melden.

Telefon 07621-401035

Wir freuen uns auf Dich!

Begegnungswochenende

Von Freitag, dem 9. bis Sonntag den 11. Oktober 2015 war unser Wochen-Ende in Friedrichshafen.

Um 12 Uhr bin ich mit dem Bus 55 in Weil losgefahren. Frau Kural, unsere Begleitung, saß auch schon im Bus. Wir sind am Badischen Bahnhof ausgestiegen. Treffpunkt war die Bahnhofshalle. Jasmin und Michael haben schon auf uns gewartet. Mit unserem Gepäck ging es dann Richtung Bahnsteig. Dort stand unser Zug nach Friedrichshafen. Nach 2 Stunden Fahrt waren wir am Ziel. Mit dem Bus ging es weiter in das Hotel CAP Rotach. Wir mussten noch auf die Teilnehmer der anderen Werkstätten warten.

Als alle da waren, haben wir erst einmal das Gepäck versorgt und sind an den Bodensee gegangen. Es war tolles Wetter.

Wieder im Hotel gab es Kaffee und Kuchen und dann wurden die Zimmer eingeteilt. Meine Zimmer-Genossin Sabine kannte ich noch aus meiner Schulzeit in Emmendingen-Wasser. Um 18 Uhr gab es Abend-Essen und anschließend Programm. Entweder Kino oder Spiele-Abend. Ich war dann erst um 23 Uhr im Bett.

Am Samstag ging es nach dem Frühstück mit dem Schiff nach Konstanz. Dort stand das Sea-Life oder ein Stadt-Bummel auf dem Programm. Ich war bummeln und habe mir etwas Schönes gekauft. Zum Mittag-Essen hatten wir Spaghetti. Zusammen sind dann alle wieder mit dem Schiff zurück gefahren. Einigen Leuten wurde es übel. Im Hotel haben wir uns auf den Zimmern ausgeruht bis es um 18 Uhr Abend-Essen gegeben hat. An diesem Abend gab es



eine Disco und wir haben alle getanzt. Gegen Mitter-Nacht waren dann doch alle müde und wir haben am Sonntag ausgeschlafen.

Vor dem Frühstück haben wir schon unsere Koffer gepackt. Später waren wir in Friedrichshafen noch zum Bummeln und Proviant für die Heim-Fahrt kaufen. Nachdem wir noch Telefon-Nummern ausgetauscht haben, fuhr unser Zug um 14 Uhr nach Basel. Die Schwester von Frau Kural hat uns abgeholt und mich nach Hause gebracht.

Das war ein sonniges und interessantes Wochen-Ende!

Mareike

gekürzter Artikel aus der Badischen Zeitung
vom 18. Mai 2016

Die neue Theatergruppe

Die neue Theatergruppe ist sehr gut und es sind dort viele nette Leute. Wir haben schon ein Stück ausgesucht, aber das wird nicht verraten. Wir haben bei den Proben viel Spaß. Mit den Leuten ist es toll. Sie sind alle super. Wir haben großen Spaß zusammen und haben es schön. Wir haben schon mal ausprobiert, wie man uns präsentieren kann.

Michael Knöbel

LÖRRACH. Mit dem "Besuch der alten Dame" hat das Theaterensemble Nellie Nashorn einen modernen Klassiker auf die Bühne gebracht. Regisseur Tim Krause verlegte Dürrenmatts Güllen nach Lörrach. Bitteres Lachen prägte die Inszenierung, dennoch konnten die Besucher glücklich nach Hause gehen.

Am Schluss regnet es Geldscheine mit dem Plakatmotiv, die Akteure greifen gierig danach, selbst der eine oder andere Zuschauer steckte sich den Hunderter mit dem Eierkopf in die Tasche. Die Akteure sind von einer über-schäumenden Gier gepackt, der Tanz ums Goldene Kalb hat begonnen.

Tim Krause hatte für seine erste Regie einen modernen Klassiker ausgewählt. Über Friedrich Dürrenmatts "Besuch der alten Dame" schrieben Generationen von Schülern Aufsätze. Für Tim Krause ist dies leicht und schwer zugleich. Der künstlerische Leiter des Nellie Nashorn kann bei diesem populären Stoff auf ein ausverkauftes Haus setzen. Gleichzeitig gibt es zu diesem Stück so viele Interpretationen – es könnte schwer fallen, einen eigenen Akzent zu setzen. Eine Besonderheit dieser Inszenierung war die Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe, die vier der Schauspieler betreut. Genau wie alle anderen Akteure spielten sie ihre Rollen mit viel Einsatz. Soweit eine gewöhnliche Premiere eines gewohnten Stücks – im außergewöhnlichen Rahmen.

Tim Krause hat Dürrenmatts Güllen nach Lörrach verlegt. Das Unternehmen Gaba und das Hirschen-Kino sind mittlerweile aus der Stadt verschwunden. Heute hält höchstens noch der Wiesentäler am Bahnhof dieses Güllen. So sind dieser Tragikomödie die ersten bitteren Lacher sicher. Und dieses besondere Lachen bleibt bis zum Schluss der Inszenierung.

...

Pasqual Villingers Auftritt als Claire Zachanassian reißt mit. Wie er mit hochhackigen Schnürstiefeln unter dem schwarzen Tüllrock die Treppe zur Bühne hinaufsteigt, wie er den Rotwein goutiert, auf der zweiten Ebene oberhalb der Bühne, wie er Güllens Bürgerinnen und Bürger wie ein Marionettenspieler agieren lässt, das hat schon Klasse. Dass er einer der vier Schauspieler der Lebenshilfe ist, lässt sein glamouröser Auftritt fast vergessen.

...

Michael Knöbel als Polizist ist auch Teil des Lebenshilfe-Ensembles. Was er an Vitalität zeigt, an Willen und Freude am Theaterspiel, das versöhnt mit der pessimistischen Grundaussage des Stücks. Wie viel Beherrschung es ihn gekostet hat, so energiegeladen zu spielen, zeigt sich am Ende, als nach dem Schlussapplaus alles aus ihm heraus-zubrechen droht. Zuvor hatte er die anderen Akteure durch seine Leistung auf der Bühne mitgerissen. Womit aus dem bitteren Lachen während des Stücks am Schluss ein befreites wird. So geht man glücklich nach Hause, trotz des Dürrenmatt'schen Pessimismus.



Pasqual Villinger spielte die „alte Dame“. Foto: Martina David-Wenk

Judo

Hallo mein Name ist Viktoriya und ich bin eine Judoka vom Judo Club Grenzach-Wyhlen.

Ich fahre montags immer mit meinen beiden Judo-Kollegen Christoph und Daniel mit der S-Bahn nach Basel und dann müssen wir in Basel umsteigen, auf einen anderen Zug nach Wyhlen. Dann laufen wir bis zur Lindenschule und gehen rein und ziehen unsere Judo-Anzüge an.

Dann gehen wir ins Dojo (Übungshalle) rein und beginnen mit unserem Training. Erst machen wir Aufwärm-Spiele, dann Aufwärm-Übungen. Dann bereiten wir uns für die Gürtel-Prüfung vor, oder proben für die Judo-Weihnachts-Feier, oder trainieren für ein Judo-Turnier. Wir waren schon an vielen Judo-Turnieren und zwei von unseren Judokas waren bei den Special Olympics World Summer Games 2007 in Shanghai.

Judo gehört schon seit 1 Jahr zu meinen Leben, es macht mir richtig Spaß und ich habe schon 4 Gold-Medaillen und 2 Silber-Medaillen gewonnen. Beim Judo kommt es nicht drauf an, ob man gewinnt oder verliert. Hauptsache es macht Spaß und man ist dabei gewesen. Man muss nicht traurig sein, wenn man einen andren Platz gemacht hat. Das musste ich auch bei den nationalen Special Olympics in Zürich und bei den Special Olympics in Marburg einsehen. Mein Traum ist es, mal bei den Europäischen Special Olympics nominiert zu werden oder bei den nächsten Special Olympics World Summer Games 2019 nominiert zu werden.

Ich finde es gut, dass es auch Sport-Arten gibt, die für Leute mit körperlichen oder geistigen Behinderung sind und die es uns ermöglichen, am Leben teil zu nehmen und die Sport-Art, die man mag, ausüben zu dürfen

Wir werden nächstes Jahr an den großen Special Olympics in Hannover teilnehmen und ich hoffe, dass ich da auch einen guten Platz belege.

Wenn ihr euch dafür interessiert, dann wendet euch an mich, an Christoph Reiser oder geht auf Google und gebt „Judo Club Grenzach- Wyhlen, Behinderten Abteilung“ ein.

Wir würden uns freuen, wenn wir neue Gesichter bei uns sehen.

Viktoriya Shkolnikova



Ausflug-Tipps

Liebe Freunde der Bunten Lebenspunkte

Na, ist es euch auch mal langweilig am Wochen-Ende oder in den Ferien und ihr möchtet auch mal was unternehmen? Da haben wir was Neues für Euch: unsere Ausflug-Tipps des Redaktions-Teams!

Café Pension Goldmann in Schönau

Das Café ist gut erreichbar mit öffentlichen Verkehrsmitteln: mit Bushaltestelle vor dem Haus mit Anschluss zum Belchen, großer Parkplatz vor dem Haus oder auf der anderen Straßenseite beim Freibad Schönau. Auch viele Motorradfahrer der älteren Generation machen dort gerne Rast, wenn sie vom Belchen runter brettern, manche sogar mit Bei-Wagen

Was wir toll finden:

1. große schöne Sonnen-Terrasse
2. Durchgehend große Speise-Karte und Vesper-Karte mit Suppen, Salate oder Fleisch-Gerichte und Kaffee, Tee, heiße Schokolade, Kuchen und Torten, Eis-Karte
3. barriere-frei mit einer entsprechender Toilette

6. familien-freundlich mit Kinder-Spielecke
7. rauch-frei
8. kostenloser Wlan-Hotspot
9. nettes Übernachtungs-Angebot mit 3 Einzel-Zimmer oder 5 Doppel-Zimmer oder 3 Ferien-Wohnungen, die teilweise mit Balkon sind
10. Frühstücks-Buffer ab 8 Uhr 30

Nettes freundliches Personal und der Besitzer, Herr Thomas Lohse, war mal Gruppen-Leiter in der Werkstatt der Lebenshilfe Lörrach und kümmert sich gerne persönlich um die Gäste



Adresse:

Friedrichstraße 49,
79677 Schönau

Tel 07673 293 / Fax 0049 7673293

Oder im Internet unter Café Pension
Goldmann

Öffnungs- Zeiten sind täglich von 11
Uhr 30 bis 18 Uhr 30

Dienstag ist Ruhetag

Ausflug-Tipps

Titisee: mit der S-Bahn bis Zell, von dort mit dem Bus über den Feldberg zum Titisee. Bootsfahrten, Cafés, Andenken-Geschäfte, Bummeln, Spazieren-Gehen.



Naturbad, Murg: In einmaliger Lage am Rhein präsentiert sich das Naturbad Murg mit Rutschen, Sprungfelsen, Kletterwand mit Wasserfall und einem Kleinkinderbereich mit Kaskadenbach und Fontänenfeld. Großzügige Liegewiesen mit altem Baumbestand laden zum Sonnen ein; ein behindertengerechter Zugang zum Badebecken mit Naßrollstühlen ist vorhanden. Die Wasserreinigung erfolgt ohne Chemie - auf biologisch-mechanische Weise!

- Kiosk/Cafeteria
- Liegewiesen
- Nichtschwimmerbereich
- Planschbecken
- Riesenrutsche
- Schwimmerbereich
- Sprungbrett/Sprungturm
- Steg
- Umkleiden/Garderoben
- WC/Duschen

Haus der Natur auf dem Feldberg: mit der S-Bahn bis Zell, weiter mit dem Bus bis direkt vor das Haus der Natur, Ausstellungen, Schwarzwald-Kino, Andenken-Geschäft, barrierefrei, auch Toiletten

Lange Erlen, Basel: Tiergehege, Spielplatz, Pavillon zum Sitzen, Karussell, Restaurant



Hasler Höhle: mit dem Bus erreichbar, warm anziehen, viele Treppen, Vorsicht mit dem Kopf, da niedere Decke, Foto-Apparat mitnehmen

Europa Park in Rust: mit der Bahn bis Rust, dann mit dem Bus

Badeparadies Schwarzwald in Titisee: Saunalandschaft, viele Rutschen, Liegestühle



Basler Zoo: mit der S-Bahn bis zum Bahnhof SBB, zu Fuß geradeaus zur Brücke, Treppe runter, oder barrierefrei außen herum, ungefähr 10 bis 15 Minuten Gehzeit



Belchen-Seilbahn

Die Belchen-Seilbahn ist eine Seilbahn, mit der man auf dem Belchen fahren kann und dort die schöne Aussicht genießen oder wandern kann

Es gibt dort:

- viele große und kleine Wanderwege, einen kleinen Rundweg von der Bergstation zum Gipfelkreuz mit vielen Infotafeln
- einen großen Parkplatz und 2 Behinderten-Parkplätze und 4 Bus-Parkplätze vor der Talstation
- eine barrierefreie Toilette
- Das Belchen-Haus ist das Gasthaus auf dem Belchen. Dort kann man kleine Gerichte essen wie zum Beispiel Pommes, Spaghetti mit Tomaten- Soße oder mit Hackfleisch-Soße oder Reibe-Kuchen mit Apfel-Mus, Wurst- Salat mit oder ohne Käse , Schnitzel mit Pommes, Kartoffel-Salat oder auch ein Vesper
Es gibt da auch einen Kiosk.

Mit dem Behinderten-Ausweis kommt man ganz günstig hoch und runter.

Niels Herter

Ein Arbeitstag bei REWE

Am 8. und 9. Oktober 2015 waren wir fünf vom Werkstattrat eingeladen, für 2 Tage bei REWE als Einpackhilfen an der Kasse zu arbeiten.

Treffpunkt war die Lebenshilfe in Haagen. Von dort ging es mit dem Zug, zusammen mit Lisa Prick, unserer Ansprechpartnerin vom Werkstattrat nach Lörrach.

Dort begrüßte uns der Chef der REWE und erklärte uns, was zu tun ist. Aus der Küche gab es für jeden von uns eine rote Schürze und dann ging es los.

Jeder von uns fünf kam an eine Kasse als Einpackhilfe. Zuerst mussten wir die Kunden fragen, ob wir die eingekauften Waren in Tüten oder Taschen einpacken dürfen. Bei mir waren alle damit einverstanden. Um 11 Uhr kam dann noch Niels Herter zur Unterstützung. Zu zweit ging es dann schneller. Von einem netten Kunden gab es 5 Euro Trinkgeld in unser Kässchen.

Von 12 bis 13 Uhr war Mittagspause. Im obersten Stockwerk ist die Kantine. Da gab es für alle ein Mittagessen. Lisa hatte uns schon vorher gefragt, was wir mögen. Ich hatte mich für Reis mit Geschnetzeltem entschieden, das war lecker.

Dann ging es in die zweite Runde. Vom langen Stehen haben meine Beine schon etwas wehgetan, aber sonst hat mir die Arbeit gut gefallen.

Ich würde gerne mal ein Praktikum bei REWE machen.

Um 16 Uhr war Feierabend. Der Chef von REWE hat sich bei allen für die gute Arbeit bedankt.

Ich bin wieder nach Haagen gefahren, weil ich noch zum Freizeitclub angemeldet war. Das war ein anstrengender aber auch sehr schöner Tag.

Mareike

Urlaub in Griechenland

Hallo mein Name ist Viktoriya und ich war mit meiner Mutter auf verschiedensten Inseln in Griechenland.

Griechenland ist ein schönes Urlaubsziel mit seinen Stränden, dem guten Essen und den Archäologischen Städten und seinen Altstädten. Es ist mein Lieblings-Urlaubsziel.

Es gibt von den Reiseveranstaltern verschiedene Ausflüge, die man machen kann z.B auf Chalkidiki zum Kloster Meteora, auf den Berg Afon und in die Stadt Thessaloniki. Auf Rhodos kann man die Vulkaninsel Nisyros besuchen, eine Insel-Rundfahrt machen, die Akropolis in der Stadt Rhodos anschauen. Auf Kreta kann man die Städte Heraklion, Knossos, Chania und Retimion besichtigen.

Ihr könnt auch Ausflüge mit den Boot, Auto, Bus, Mofa oder Fahrrad machen in kleine Dörfer oder an Strände

Der National-Schnaps ist Ouzo.

Viktoriya

Ferien im Allgäu

Dieses Jahr bin ich mit meinen Eltern in den Ferien ins Allgäu gefahren. Wir hatten eine Ferien-Wohnung bei einem Freund von mir bei Kempten auf einem Bauern-Hof.

Ich bin jeden Morgen und jeden Abend in den Stall gegangen. Das Stall-Team bestand aus dem Bauern Markus, Karin, Elfriede und mir. Wir waren ein Super-Team und haben toll zusammen gearbeitet. Das Wetter war schön und deshalb haben wir einen großen Ausflug zum Schloss Linderhof gemacht.

Michael



Abenteuer Italien 2015 vom 7.8. bis zum 23.8.2015

In den Sommerferien war ich mit meinen Sport- und Arbeitskollegen in Italien. Ich habe viele neue Leute kennengelernt aus Freiburg so wie aus der Werksiedlung St. Christopherus, Kandern.

Am Freitag dem 7. August 2015 ging es los vom Bahnhof in Müllheim nach Italien. Es war eine lange Bus-Fahrt bis nach Serra de Conti in unser Haus. Auf der Fahrt haben wir viele Pausen gemacht.

Da waren noch dabei unser lieber Bus-Fahrer Raimund und der zweite Busfahrer David mit seiner Frau Ilka. Es ist mir aufgefallen, dass in der Schweiz und Deutschland die Rast-Stätten Toiletten-Brillen haben, in Italien haben nicht auf allen Rast-Stätten die Toiletten Brillen.

Nach einer langen, heißen und lustigen Bus-Fahrt sind wir um 23 Uhr in unserm Hotel angekommen und unser Freizeit-Papa Roland Kümmerle kam zu uns in dem Bus und hat uns alle begrüßt.

Wir waren in einem stillgelegten Hotel untergebracht, mit 2- bis 6-Bett-Zimmern und sehr eigenwilligen Duschen (eiskalt und heiß), Im Bad hing witziger weise die Klospülung ganz oben über dem WC und war recht laut.

Ich war mit 3 anderen Jungs, die ich nicht so gut kannte, in einem Zimmer. Nach der Begrüßung durch Roland Kümmerle und seiner Frau Elke gab es jetzt endlich Nudeln mit Schinken-Soße, die sehr scharf war. Dann ab ins Bett und der erfolglose Versuch einzuschlafen.



Am ersten Morgen kam die zweite Gruppe an, die am Abend abgefahren war. Wir haben dann alle gemeinsam gefrühstückt, vom Buffet! Unser Freizeit-Papa Roland hat uns erzählt, was wir die nächsten 17 Tage so vorhaben und wie die Regeln sind. Dann ist ein Teil der Gruppe ins Dorf gelaufen, um das Dorf an zu schauen und dort etwas zu trinken und ein Eis zu essen.

Das waren unsere Tages-Programme für die nächsten 15 Tage:

- Aqua Park: toll mit vielen Rutsch-Bahnen und Shows, fast wie Europa Park und Laguna zusammen
- Ausflüge in verschiedene Städte, (Assisi, St. Marino, Senigallia, Urbino), wo es tolle Souvenir-Läden gab und man viel Geld losgeworden ist
- Ausflug zu einem Aquarium, das riesig und in mehreren Gebäuden war
- Höhlenbesichtigung, wo es endlich mal kühler war
- Strand mit und ohne Grillen
- Wanderung auf den Berg und Aussicht genießen
- Schnitzeljagd in Loretto
- Sportgruppen am Haus mit Wasserspielen, Zirkeltraining und Parcours mit Musik



- Zoobesuch
- und blöderweise auch Küchendienst

Es gab jeden Tag die Wahl oder Qual zwischen Ausflug, Strand-Besuch, Kreativ- oder Spiel-Angebot im Haus, Mail-Workshop, Bilder-Rahmen verzieren, Seife herstellen, T-Shirts batiken, Schönheits-Farm für die Mädels.

Zum Essen gab es jeden Tag Nudeln, immer mit verschiedenen Soßen:

Bolognese-Soße, Tomaten-Soße, Carbonara, Pesto und so weiter, dann noch Salat und Kartoffeln, Fleisch, Tomaten mit Mozzarella. In Italien gibt es den Salat immer nach dem Hauptgang. Dickes Lob an das Küchenteam, es war immer ober lecker. Und bei schönem Wetter haben wir auf der großen Terrasse gegessen und auch gefrühstückt.

Wir hatten einen eigenen Kiosk, wo wir Süßigkeiten kaufen konnten und eine Hausbank fürs Taschengeld.

Abends war auch immer was los:

- Kaffee-Bar mit Eis
- Karaoke und Disko, (öfters, weil es so

Spaß gemacht hat)

- Geburtstagsfeier
- Sternschnuppen Nacht mit Lieder-Singen
- Film schauen, Brett-Spiele
- Fußball schauen
- Dorf-Spaziergang
- Italienischer Abend mit 5 Gänge-Menü und großem Vorspeisen-Buffer

Einmal gab es zum Frühstück Pizza! Am Sonntag wurde immer gegrillt, mit allem drum und dran.

Die Bus-Fahrten zu unseren Ausflügen waren immer lustig. Wir haben dann „gesungen“ und Raimund hat uns mit seinem Humor auch immer zum Lachen gebracht „ Hey wir sind auf der Ausflugs-Fahrt und nicht in einem Schlaf-Wagen“ oder “ wenn du jetzt nicht aufhörst, musst du morgen um 6 Uhr den Bus putzen“ und alle haben gelacht. Fitness-Übungen im Bus haben wir auch gelernt. Ein anderer Betreuer ist mal so sauschnell bergab ins Dorf gefahren, dass mir ganz schwindlig wurde, das war nicht so lustig.

Was mich genervt hat:

die Ruhezeiten:

- Stunden Mittags-Ruhe, auch am Strand und man durfte nicht immer ins Wasser, wenn man wollte
- im Zimmer während dieser Ruhe-Zeiten haben mich meine Zimmer-Kollegen auf Trab gehalten und an Ruhe war nicht zu denken und leider ebenso auch nachts und früh morgens.

Was witzig war:

Wir wurden morgens und nach der „Mittags-Ruhe“ mit dem Ghetto-Blaster, mit dem die Betreuer durch das ganze Haus gelaufen sind, geweckt. Und auch wenn es Essens-Zeit war. Am letzten Morgen hat dann Roland selber mit seiner tiefen Stimme zum Aufmarsch gesungen.

Einmal wurde es richtig spannend. Wir hatten gerade die Aufgabe bekommen, 111 Helden auf eine Wand zu schreiben, da kam ein Anruf, dass Roberto, unser Internet Spezi, entführt wurde. Wir sind dann nach Loretto gefahren und haben Roberto gesucht und sind eingeteilt worden, um nach Hinweisen zu suchen, die auf einem Papier standen. So sind wir mit dem Bus in Montecarotto gelandet, es hat geregnet und wir sind dann halt wieder ins Hotel und da war unser Roberto, gefesselt im Partyraum. Wir haben ihn dann befreit

Am vorletzten Tag war Abschluss-Abend im großen Saal. Florian und Eike führten durchs das Programm. Eike hat sich als Frau verkleidet und später kam Roland auf die Bühne und hat das Bannerlied gesungen in Begleitung von Irene, die auch in der Küche geholfen hat. Sie hat mit ihrer Geige dazu gespielt. Viele Teilnehmer haben gesungen, es wurde

ein chinesischer Tanz aufgeführt, Tiere nachgemacht, Reden geschwungen. Es wurde auch jongliert und Mundharmonika gespielt. Roland hat gezaubert und hat den Leuten Wörter gezeigt, die sie erraten mussten.

Zum Schluss haben die Betreuer aus dem Lied „Über den Wolken“ „Hier in Italien“ kreiert. Es gab für alle Urkunden.

Es war eine schöne, anstrengende und witzige Zeit. Vielen Dank an Roland, an seine Frau Elke und an das Team.



Niels Herter

WINZERBRÖTCHEN



1 Schinken in wüffle schneiden



2 Schinken schneiden



3 Reibekäse und schinken in eine schüssel geben



4 Schmand und schnken und Reibekäse in die schüssel geben



5 Reibekäse und schinken und schmand mit einer gabel ferrühren



6

Brötchen schneiden



7

Brötchenschneiden



8

Brötchen beschreiben



9

Brötchen auf ein blechlegen



10

Backofen 200 c



11

10 minuten fertig



Mein Lieblingsessen für die schnelle küche und wei ich speck so liebe

Reispfanne



zutaten:



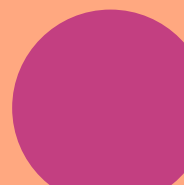
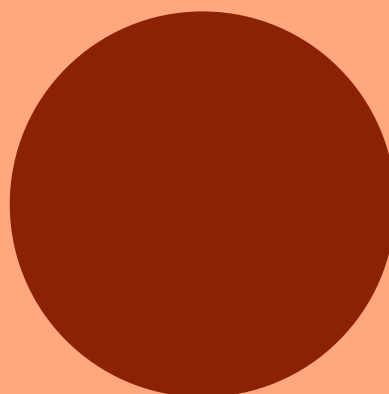
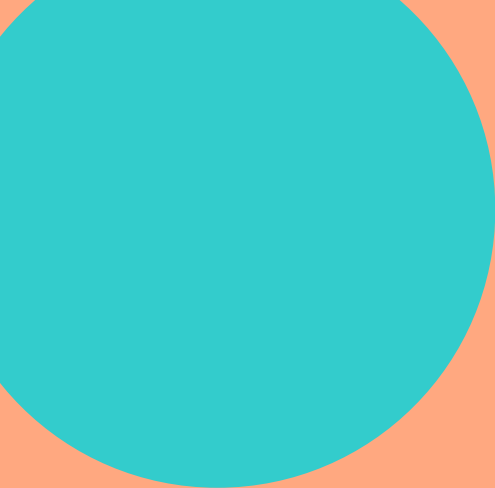
1 zwieble und speck anbraten , pilze dazu geben dann den reis dazu geben schön knusprig rösten, dazu eine schüssel salat

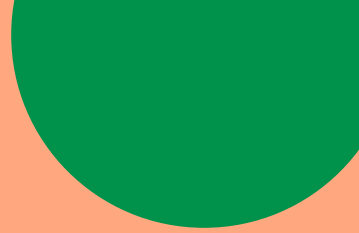


und so sieht das fertig aus

Pizza-Rezept

1. Pizzateig auf den Backblech Legen
- 2 Tomatensauce auf den Pizza boden Legen
- 3 Schinken Ananas Sargel drauf Legen
- 4 Back ofen auf 200 vorheizen
- 5 streukäse ganz zum schluss is es
- 6 Fertig





**Tschüss ...
bis zur nächsten
Ausgabe!**