



Im Fokus: Seite 12

Was bedeutet Autismus?



Rubrik	Seite
Bild Titelseite: Florian Weiss	
Worte des Oberschulzen	3
Informationen aus der Verwaltung Informationen der CAF und ACCF / Personalwechsel	4
Berichte der CAF Körnervermarktung / Fortbildung Baumschnitt und Viehzuchtsektor / Spezialisten Mai	5
Berichte der ACCF CAIF	9
Aus der Schule	10
Im Fokus Was bedeutet Autismus?	12
Anzeige	14
Friesland Exklusiv Sabrina Waldbrunner	15
Über die Kolonie hinaus ALC / ACOMPEPA	16
Bücher & mehr	18
Wortschatz entdecken Gelege	19
Handbuch zum Gartenbau Was soll ich säen und pflanzen?	20
Der besondere Beitrag Laufen – Ein Hobby	26
Lustige Momente	28
Gemeinde in Aktion	29
Tierfreunde Der Hund	30
Fotos des Monats Regenbogen	32

Impressum

Herausgeber:

Verwaltung der Kolonie Friesland

Redaktionsleiterin: Denise Isaak

Mitarbeiter: Esteban Born,

Nicole Bergen, Beate Penner,

Doris Letkemann, Saskia Wachholz

Design: Nicole Bergen

Korrektur: Doris Letkemann,

Beate Penner, Saskia Wachholz

Vektoren, Bilder: www.freepik.es

Anschrift:

Friesland Informationsblatt

C.d.c. 1671

Kolonie Friesland / Paraguay

Tel./Fax: 0318 219 032

dec@friesland.com.py

Website: www.friesland.com.py

Druck: www.libertylibros.com

**Ich danke dir
dafür, dass ich
wunderbar
gemacht bin;
wunderbar sind
deine Werke;
das erkennt
meine Seele.**

Psalm 139,14

Liebe Leser

die menschliche Psyche weckt schon seit Jahrhunderten Interesse und zählt bis zum heutigen Tag zu einem der wichtigsten Forschungsgebiete. Schon Persönlichkeiten wie Sokrates und Aristoteles aus dem antiken Griechenland waren damit beschäftigt, das menschliche Handeln, Denken und Wissen zu verstehen. 1590 wurde von Rudolf Göckel zum ersten Mal der Begriff Psychologie verwendet, und zwei Jahrhunderte später, 1879, als Wilhelm Wundt das erste Laboratorium für experimentelle Psychologie gründete, wurde die Psychologie als eine Wissenschaft anerkannt.

Dank des Fortschritts und der Entwicklung in diesem Gebiet können psychische Störungen leichter erkannt und besser behandelt werden. In dieser Ausgabe möchten wir mehr über den Autismus erfahren.

Der Begriff Autismus ist schon den meisten Menschen bekannt und wird mit einer sehr scheuen, hochsensiblen, aber auch intelligenten Person verbunden. Zu dieser Thematik hat Frau Karin Fast einen umfangreichen Artikel verfasst, den Sie ab Seite 12 lesen können.

Abschließend möchte ich die Worte von König David aus Psalm 139, 14 zitieren: „*Herr, ich danke dir dafür, dass du mich so wunderbar und einzigartig gemacht hast! Großartig ist alles, was du geschaffen hast – das erkenne ich!*“

Liebe Grüße, Denise

Redaktionsleiterin



Werte Friesländer

Während ich diese Zeilen schreibe, machen sich die herbstlichen Temperaturen immer mehr bemerkbar. Das bedeutet, dass der Winter schon nicht mehr weit ist. Mit der Zeitumstellung im Monat März wurde die Sommersaison 2022 verabschiedet.

Die **Sojaernte** ist zum Großteil beendet und die Bauern können dankbar zurückblicken. Die Erträge sind allgemein sehr gut, wobei der Zeitpunkt der Aussaat und des Dreschens eine grundlegende Rolle spielt und Unterschiede in der Menge und Qualität der Ernte ausmacht. Jedoch können wir erneut sagen, dass der geschenkte Segen Gottes nicht ausgeblieben ist. Zu diesem Zeitpunkt haben auch viele Bauern die Aussaat der Winterkultur abgeschlossen und hoffen, dass die Wetterbedingungen passend bleiben.



Auch im Sektor der **Körnerannahme und -vermarktung** war in letzter Zeit Hochbetrieb. Mit viel Mühe und Zeitinvestition konnten alle Körnerlieferungen ein weiteres Mal bestmöglich angenommen und verladen werden. Wir möchten uns an dieser Stelle ganz besonders für den Einsatz des Personals, aber auch für die aufgebrachte Geduld der Bauern bedanken.

Im Kreise der Familien konnten wir **Ostern** mit abwechslungsreichem Wetter genießen und über den perfekten Plan Gottes nachdenken.

In den nächsten Wochen schließen mit den Generalversammlungen die Geschäftsjahre 2022 von **FECOPROD, ECOP und BANCOP** ab. Diese Institutionen sind für unsere Genossenschaft von großer Bedeutung, weshalb damit verbundene Aktivitäten immer wieder als Höhepunkte behandelt werden.

Die **landesweiten Wahlen** des Präsidenten und der Abgeordneten werden zum Monatsschluss durchgeführt. Wir Friesländer tragen ebenfalls die Verantwortung daran teilzunehmen, da wir wahlpflichtige Bürger Paraguays sind.

Dankbar wollen wir auch an unsere **Mitarbeiter** denken, die uns tagtäglich behilflich sind, dieses Arbeitsschiff gemeinsam zu schaukeln. Zu diesem Anlass soll in diesem Jahr wieder der Tag des Arbeiters gefeiert werden.

Projekte und Bauten, die im Rahmen der Zivilen Vereinigung schon im letzten Jahr gestartet worden sind, befinden sich in der Abschlussphase. Wir hoffen, dass diese das gewünschte Ziel erfüllen.

In unserem hektischen Alltag nehmen wir viele Sachen als selbstverständlich hin oder nennen es gerne Glück. Dabei vergessen wir, dass unser allmächtiger Gott sein Gelingen für jede Situation schenkt. Ich ermutige jeden Friesländer, einen kurzen Moment über all die kleinen oder auch die großen Sachen, die gut sind oder gut laufen, nachzudenken. Wenn es bei den Finanzen, der Arbeit, der Familie, Gesundheit und bei den Beziehungen zum Nächsten gut steht – dann sind wir mehr als reichlich gesegnet worden.



Ferdinand Regehr
Oberschulze



CAF

1. Treffen mit der Akademie für Führungskräfte: Am 28. April fand im Auditorium des Einkaufszentrums ein Austausch mit den Studenten der Akademie statt, bei dem die Organisation der Kooperative vorgestellt wurde. Die Akademie präsentierte, wie sie sich seit ihren Anfängen entwickelt hat und was die Herausforderungen und Projekte für die Zukunft sind.

2 Antrag auf Mitgliedschaft: Frau Adina Thiessen de Penner beantragt die Aufnahme als Mitglied der Genossenschaft. Der Verwaltungsrat stimmt dem Antrag zu.

Ferdinand Regehr
Präsident

ACCF

1. Renovierungen im Altenheim: Der Verwaltungsrat beschließt, dass die Zimmer im Altenheim nach Möglichkeit renoviert und die Badezimmer umgebaut und restauriert werden sollen.

Ferdinand Regehr
Oberschulze



PERSONALWECHSEL

EINSTIEG CAF

BEREICH

Higinio Benitez Peralta

Estanzia Morotí

Daniel Dyck Bergmann

Finanzabteilung

AUSSTIEG CAF

BEREICH

Jorge Wilfrido Chaparro

Supermarkt

Luciano Cano Romero

Estanzia CAF

Lic. Rosa Chávez de Ledesma
Personalabteilung

Körnervermarktung

Die Sommerkultur 2022 ist mit der Sojaernte zum größten Teil abgeschlossen. Bis zu diesem Moment wurden 32.000 Tonnen geerntet und über unsere Abteilung vermarktet, wovon ca. 23.000 Tonnen in unserem Silo angenommen wurden. Da im Dezember eine anhaltende Trockenheit war, sind die ersten Erträge niedrig. Dazu kam Ende Februar eine Regenperiode, die bis in die ersten Tage im März andauerte. Diese Wetterbedingungen führten auch dazu, dass die Qualität nicht unseren Erwartungen entsprach. Die spätere Soja hatte dann zufriedenstellende Erträge und sehr gute Qualität.

Bei der Vermarktung gab es in diesem Jahr viele Schwierigkei-



ten wegen der Qualität. Auch die kurze Erntezeit trieb uns wegen der mangelnden Lagerkapazität an die Grenzen. Im Moment wird nur zu den Häfen von Asunción verladen, weil

diese nicht so auf die Qualität der Sojabohne achten.

Die Preise sind im Durchschnitt sehr gut, aber mit sehr vielen Schwankungen verbunden. Zu einem ist der CME-Preis sehr gut, aber der sogenannte "COSTO" ist in den letzten Wochen sehr gestiegen. Das hat vor allem mit der Rekordernte in Brasilien zu tun.



Die Neubauten im Silo schreiten nach Plan voran (siehe Bilder). Es werden zwei Silos von je 6.000 Tonnen neu errichtet, um die Lagerkapazität zu verdoppeln. Diese sollen im Dezember dieses Jahres fertig gestellt werden.

*Ysak Harms
Körnervermarktung*



Baumschnitt-Ausbildung

Im vergangenen Monat organisierte der DAF eine Ausbildung zum Baumschnitt. Der theoretische Teil zum genannten Thema fand im Auditorium vom DAF statt. Die Praxis dieser Ausbildung wurde bei den Eukalyptusplantagen von Herrn Oskar Ediger durchgeführt. Referent der Schulung war Ing. Pedro Francio.

Ziel war es, Kenntnisse über die richtige Praxis des Baumschnitts, den Zeitpunkt und die Jahreszeiten sowie den richtigen Gebrauch von Werkzeugen zu erwerben.

Was ist der Baumschnitt und wozu dient er?

Das Beschneiden ist eine waldbauliche Praxis, bei der Seitenäste von Bäumen ganz oder teilweise entfernt werden.

In unserem Fall, bei dem es sich hauptsächlich um Eukalyptus handeln würde, ist das Hauptziel die Produktion von sauberem, astfreiem Holz, das einen höheren Wert auf dem Markt hat.

Es ermöglicht auch eine Mehrfachnutzung des Waldes, was die Qualität und damit die Produktivität steigert.

In Friesland ist der Baumschnitt auch hauptsächlich mit dem schnelleren Wachstum von Weiden in silvopastoralen Systemen verbunden, da wir mit dem Beschneiden den Zugang von Sonnenlicht in die Systeme erhöhen.

Die beste Zeit für den Schnitt ist in der trockensten Zeit des Jahres oder bei weniger Lichtstunden, bei uns in der Regel im Winter. Diese Periode fällt mit der Ruhephase der Pflanze zusammen, in der die Heilung der Pflanze schneller ist.

Das geeignete Alter für den Schnitt von Eukalyptusbäumen hängt von der Art und den Boden- und Klimabedingungen ab, da diese Faktoren das Wachstum der Bäume beeinflussen. Je schneller Bäume wachsen, desto eher sollten sie geschnitten werden. Bei Obst- und Zierbäumen besteht der Hauptzweck des Schnittes darin, der Pflanze eine geeignete Form zu geben, damit sie genutzt werden kann.

Ein weiterer Grund ist die Erhaltung einer guten Baumgesundheit. Bei Obstbäumen geht es darum, die Fruchtqualität zu verbessern, das Wachstum der Pflanze zu begrenzen und Schwankungen in der Produktion zu verringern.

Ing. Forestal Kevin Pankratz
DAF

Fachgespräch für den Viehzuchtsektor

Vortrag über die Handhabung und gute Praktiken in der Zucht und Aufzucht

In der zweiten Aprilwoche fand ein wichtiges Fachgespräch für den Viehzuchtsektor statt. Dieser Vortrag wurde vom DAF zusammen mit der Firma Market SRL organisiert, mit dem Ziel, das Wissen der Produzenten und Techniker weiter zu bereichern und so gemeinsam zu wachsen.

Die Rednerin war MVE. Verónica Alderete, die einen lehrreichen Inhalt brachte. Folgend eine Zusammenfassung der Schwerpunkte:

• **Behandlung vor dem Kalben**

Zunächst sollte das Muttertier auf eine Fläche mit gutem Weideland gebracht und in der Nähe gehalten werden, um zu beobachten, wenn das Kalben näher rückt.

• **Während des Gebärens**

Achten Sie darauf, dass der gesamte Vorgang natürlich abläuft. Im Falle einer möglichen Geburtsstörung wird empfohlen, dass die Person, die dem Tier hilft, eine für diese Arbeit ausgebildete Fachkraft ist.

• **Nach der Geburt**

Überprüfen Sie zunächst, ob das neugeborene Kalb gut atmet, aufstehen kann und die Vormilch trinkt. Prüfen Sie dann, ob die Mutter in guter Verfassung ist. Falls die Plazenta noch hängt, dürfen Sie sie NICHT herausziehen. Wenn 12 Stunden vergangen sind, kann man bereits von einer zurückgebliebenen Plazenta sprechen.

• **Pflege des neugeborenen Kalbes**

Wenn das Kalb geboren ist, desinfizieren Sie den Nabel. Es wird empfohlen, den Nabel mindestens 30 Sekunden lang mit Jodtinktur zu be-

feuchten und um den Nabel herum Curabichera zu sprühen, um eine abweisende Wirkung zu erzielen. Sollten später Maden im Nabel vorhanden sein, entfernen Sie diese, reinigen Sie ihn mit Wasserstoffperoxid und wenden Sie Curabichera mit Vernarbungsmittel an.

Alderete sprach auch über die bekanntesten Krankheiten bei Kälbern, deren häufigstes Symptom Durchfall ist: welche Erreger es gibt, wie man unterscheiden kann, ob es sich um Viren oder Bakterien handelt und dass der wichtigste Faktor bei Durchfall die Entwässerung ist.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass wir durch effiziente Arbeit zur richtigen Zeit und auf die richtige Art und Weise die Zucht erreichen werden, die sich jeder Landwirt wünscht.

Wir danken einem jeden für seine Unterstützung und Teilnahme an diesem Vortrag. Gemeinsam kommen wir voran.

Dr. Vet. Enzo Pereira
Reg. Prof. N° 4788





Spezialisten

Vorgesehen für Mai 2023

Ernährungsberaterin: Lic. Odalis Gutierrez



Mastologin (Fachärztin für weibliche Brust): Dra. Ross Duarte



Kinderärztin: Dra. Vanessa Coronel



Hals-Nasen-Ohrenspezialist: Dr. Federico Rivarola



Endokrinologe (Schilddrüsen spezialist): Dr. Roque Anzoategui



Chirurg (Spezialist für Laparoskopische Operationen): Dr. Dietmar Janzen



Knochenspezialist: Dr. Ricardo Piñanez



Psychiater: Dr. Cabrera



Therapeuten: Tobias Dürksen und Levi Hiebert



Augenarzt: Grupo Visión



Venenspezialist: Dr. Flores



CAIF

Nach einer einmonatigen Pause nahmen wir die Aktivitäten im *Centro de Apoyo Integral Friesland (CAIF)* in der dritten Januarwoche wieder auf. Wie immer haben wir viel zu tun für unsere Nutzer, die gerne kommen und ihren Tag mit uns teilen.

In diesem Jahr haben die Nutzer die Möglichkeit, an einem zusätzlichen Basteltag mit Frau Pelagia de Siebert teilzunehmen.

Um unsere Produktion zu verbessern und die Nutzer aktiv in den Prozess einzubeziehen, haben wir in diesem Jahr bisher zwei Schulungen durchgeführt. Die erste Schulung befasste sich mit dem Anbau und der Vermehrung der Ka'a He'ë. Lic. Aníbal Pereira von der FECOPROD und Ing. Karoll Franco vom MAG waren für diese Schulung angereist. Die Pflanzen, die wir in unserem Garten haben, wurden vom Ministerium im November letzten Jahres gespendet.

Die zweite Schulung fand im März statt, wo wir etwas über das Tropfbewässerungssystem und das Mulchen für den Erdbeeranbau lernten. Diese Schulung wurde von den Ingenieuren Osmar Melo und Sonia Ramirez durchgeführt.

Bei beiden Besuchen gab es einen theoretischen und einen praktischen Teil.

Wir bereiten uns auf die zweite Veranstaltung der offenen Tür vor, die im August stattfinden wird.

Wir möchten Sie darüber informieren, dass wir momentan einige Produkte im Angebot haben:

Der Verkauf findet am Dienstag-, Mittwoch- und Donnerstagvormittag von 7:00-11:30 Uhr auf unserem Bauernhof statt.

Wir freuen uns, euch unser neues Logo vorstellen zu können, dass uns als Zentrum und auch unsere Arbeit repräsentiert:

Geschwungene Elemente:

Die beiden Elemente „umarmen“ das Zentrum und symbolisieren eine ganzheitliche Stütze. Sie bilden auch ein Herz, das die Liebe symbolisiert.

Gebäude: Dieses symbolisiert das Zentrum; der Ort, an dem Menschen zusammenkommen, um Gemeinschaft zu pflegen und zu arbeiten.



Fenster, die ein Kreuz bilden:
Der Glaube und die Liebe zu und von Christus zu uns leitet und motiviert uns.

Farben des Logos: Dunkles Türkisgrün und Zitronengrün. Inspiriert von den Farben, die Friesland charakterisieren. Grün bedeutet Wachstum und Wohlergehen.

Leticia Gallardo
CAIF

Aus der Schule

Der Monat April liegt hinter uns und somit zehn Schulwochen. Wir blicken auf viele schöne Momente im Schulleben zurück. Im Großen und Ganzen sind alle sehr gesund geblieben – auf den verschiedensten Reisen und auf dem Schulhof erleben wir täglich Bewahrung. Für mich persönlich täglich ein Gebetsanliegen und ein großer Grund zu danken.

Ende März waren wir als Kollegium zu einer Fortbildung in die Concordia-Schule gefahren. Das allgemeine Thema war „El

rol del docente en la educación actual basada en competencias“. Lehrreiche Vorträge und gute Workshops führten dazu, dass wir wieder mit viel Motivation zurück in den Unterrichtsalltag zurückkehrten. An den Tagen darauf nahmen unsere beiden Junglehrerinnen, Leticia Voth und Neli Villalba, an dem interkolonialen Junglehrertreffen in Filadelfia teil.

Am 4. April führten wir mit fast 100%iger Beteiligung unseren ersten Elternsprechabend durch. Lehrer und Eltern machten sich

zusammen Gedanken um ihre Schüler und Kinder. Danke, liebe Eltern, für euer positives Mitmachen!

Die Osterwoche war für alle da, um einmal kurz aufzutanken, Zeit mit der Familie zu verbringen und uns auf das Ostergeschehen zu konzentrieren.

Ein sehr wichtiger und für mich persönlich ein sehr emotionaler Moment war es, als wir die ersten kurzen Programme und Chorstunden in dem neuen Musikraum durchführten. Lange



Fortbildung in der Concordia-Schule

Zeit wurde an diesem Raum gearbeitet und nun ist er fertig! Der 2. Teil des Baues soll voraussichtlich auch bis Mitte des Jahres beendet werden.

Am 22. April schrieben 12 Schüler aus unserer Schule die zweite Kanguru-Runde, und zwar in der Gutenbergschule in Santaní. Klassifiziert hatten sich Jeremy Ratzlaff und Oliver Bergmann, Jan Luca Weiss und Giovanni Penner, Melina Wiens und Kiara Penner, Johana Dyck und Maykol Siebert, Dominik Bergen und Ronan Bergen, Fiorella Ibarra und Fernando Amarilla. Allen einen herzlichen Glückwunsch. Auf die Resultate der Endrunde warten wir noch.

Am 27. April führten wir nach dreijähriger Pause mal wieder eine ODISEA-Veranstaltung durch. Eingeladen waren alle Lehrer des Distrikts Itacurubí del Rosario. Unser Redner war

Herr Nelson Aguilera und die Themen, die erarbeitet wurden, waren: *La autoridad del docente / La pedagogía del amor / La comprensión lectora*. In der nächsten Ausgabe kommt dann ein kompletter Bericht dieser Fortbildung.

Am 28. April führten wir intern einen Leichtathletik-Tag durch. Alle Schüler trainierten die verschiedensten Disziplinen; die Leistungen wurden gemessen. In den ersten zwei Maiwochen werden dann die Entscheidungen getroffen, wer sich für das interkoloniale Leichtathletikturnier in Volendam klassifiziert. Dieses findet am 2. Juni statt.

Zum Ende des Monats gedachten wir dann auch an den nationalen gefeierten Tag des Lehrers. An dieser Stelle möchte ich meinen herzlichen Dank an alle meine Kollegen aussprechen:

Ihr seid ein großer Segen für unsere Schulgemeinschaft. Danke, dass ihr euch mit ganzem Herzen und viel Leidenschaft für die Erziehungsarbeit in unserer Gemeinschaft einsetzt. Gott möge euch reichlich dafür segnen!

Für den
14. Mai laden wir
die ganze Gemeinschaft
Frieslands zu unserem
diesjährigen Muttertags-
programm in die
MG-Kirche ein.

Beate Penner
Schulleiterin



Teilnahme an der zweiten Kanguru-Runde

Autismus

Ein Text von Karin Fast

Am 2. April findet der internationale Autismus-Tag statt.

Dieser Tag soll Bewusstsein schaffen, dass Menschen mit Autismus nicht nur in ihrer Welt leben, sondern auch in unserer. Deshalb ist es wichtig, dass wir lernen was Autismus bedeutet. Das Wort Autismus leitet sich aus den griechischen Worten „autos“ (selbst) und „ismos“ (Zustand, Ort).

Fast jeder hat schon mal von Autismus gehört oder kennt sogar Autisten oder denkt, dass jemand aus dem Bekanntenkreis Autismus haben könnte. Von Albert Einstein oder von Wolfgang Amadeus Mozart wird gesagt, dass sie Autismus hatten. Autismus ist eine angeborene, tiefgreifende Störung der Gehirnentwicklung. Meistens tritt sie vor dem dritten Lebensjahr auf. Jungen sind viermal häufiger von Autismus betroffen als Mädchen. Menschen mit Autismus können das, was sie wahrnehmen, nicht angemessen verarbeiten und verhalten sich deshalb auffällig. Sie sind sehr oder zu ehrlich für diese Welt, deshalb sind sie oft einsam.

Die Diagnose wird durch die Auswertung der Symptome gegeben. Wie das griechische Wort uns sagt, leben Autisten in ihrer Innenwelt; ihre Beziehungen zur Außenwelt und zu anderen Menschen sind eingeschränkt. Je nach Ausmaß interagieren und kommunizieren sie fast nicht mit anderen, drücken weniger Gefühle aus, nehmen Sinnesreize anders wahr. Das heißt, sie sehen, riechen, hören, schmecken anders als Menschen, die nicht Autismus haben, bewegen sich anders oder auffällig und entwickeln oft nur eine geringe Intelligenz. Der Umgang mit anderen Menschen ist einfach ungeschickt, Blickkontakt wird vermieden und sie reagieren oft überempfindlich auf grelles Licht, spezielle Geräusche, Gerüche oder Berührungen. Die Symptome sind bei jedem Autisten anders ausgeprägt und verteilt. Bei einigen merkt man es kaum, bei anderen ist es sehr auffällig, dass sie „anders“ sind.

Wenn wir Autismus von der medizinischen Seite erleuchten wollen, wird er in drei Hauptkategorien eingeteilt:

1) Frühkindlicher Autismus: wenn sich ein Kind schon in den ersten drei Jahren autistisch

verhält, es lächelt nicht, es spielt nicht mit anderen und wendet sich nicht einmal seiner eigenen Mutter zu. Seine Sprache entwickelt sich wenig oder überhaupt nicht. Manche autistische Kinder sprechen ihr ganzes Leben nicht. Sie sind extrem schnell reizüberflutet und reagieren mit Stress, wenn etwas in ihrem Umfeld nicht dem vertrauten Muster entspricht. Mit Spielzeug oder Alltagsgegenständen beschäftigen sie sich, indem sie immer wieder die gleichen, einfachen Handlungen wiederholen, sie auseinandernehmen oder sie zwanghaft sortieren und ordnen.

2) Atypischen Autismus: Wenn diese Symptome erst nach dem 3. Lebensjahr auftreten.

3) Asperger-Syndrom oder Autismus, bezeichnet die sogenannte „milde Form des Autismus“. Der Kontakt und Umgang mit anderen fällt auch diesen Betroffenen sehr schwer. Dafür sind sie oft sehr intelligent und sprachbegabt. Deshalb kann man sie auf den ersten Blick schwer als Autisten erkennen. Vielleicht kennen einige von den älteren Personen den Film „Rain Man“, über einen Autisten, der blitzschnell Telefonbücher auswendig lernt und



auf einen Blick 246 Zahnstocher zählt oder ein 3-jähriges Kind, das 6-stellige Zahlen perfekt liest, dabei ist es nie in der Schule gewesen. Menschen mit dem Asperger-Syndrom haben meistens ein Thema, das sie ganz besonders interessiert und auch sehr viel Information zu diesem spezifischen Thema, z.B. Dinosaurier, Musik, Zahlen, Gesetze usw. Diese Menschen gibt es tatsächlich!

So rätselhaft autistisches Verhalten ist, so unklar sind seine Ursachen. Was man aber weiß, ist, dass es wahrscheinlich von genetischen Gründen ausgeht. Dafür spricht, dass der eineiige Zwilling eines Autisten mit über 90 – prozentiger Wahrscheinlichkeit die gleiche Störung hat. Bei zweieiigen Zwillingen, die nur zur Hälfte identischen Genmaterial in sich tragen, sind es nur etwa 60 Prozent.

Autismus entsteht also nicht durch falsche Erziehung oder traumatische Erlebnisse.

Da Autismus nicht heilbar ist, stehen die Betroffenen und ihre Mitmenschen vor enormen Herausforderungen. Mit gezielten therapeutischen und pädagogischen Maßnahmen, sowie toleranten und hilfsbereiten Mitmenschen können Autisten lernen, ein erfülltes Leben zu führen.

Merkmale eines Autisten:

- Verzögerte Sprach- und Kommunikationsentwicklung.
- Vermeiden von Augenkontakt.
- Abhängigkeit von Regeln und Routine.

- Schwierigkeiten bei relativ kleinen Veränderungen im Alltag.
- Besessenheit oder starker Fokus von sehr spezifischen Interessen oder Gegenständen.
- Unerwartete Reaktionen bei Geschmácken, Geräuschen, Gerüchen, sowie beim Anfassen oder Anschauen.
- Probleme, Gefühle anderer Menschen zu verstehen.
- Verhaltens-Ticks, z.B. Flattern mit den Händen oder Hin- und Herschaukeln.
- Keine Reaktion auf den eigenen Namen mit 12 Monaten.
- Kein Zeigen auf entfernte Gegenstände mit 14 Monaten.

Viele Menschen mit Autismus haben sich wiederholende Ticks. Einige Beispiele dazu wären:

- Hin- und Herschaukeln.
- Springen, Hüpfen (auch im Sitzen).
- Nervöses Spielen mit Gummibändern oder Schnüren.
- Lichter anstarren.
- Sich im Kreis drehen.
- Schlagen mit oder gegen den Kopf.
- Kratzen.
- Wiederholen des gleichen Geräusches.

Dieses Verhalten bietet einer Person mit Autismus Sinnesindrücke, die für sie reizvoll oder hilfreich sind. **Mögliche Gründe dafür wären:**

- Es bringt ihnen Freude.
- Sie können sich auf etwas konzentrieren, so dass andere Reize nicht so stark wahrgenommen werden.
- Es wirkt beruhigend und hilft gegen die Angstzustände.

Was können Autisten gut?

Sie haben starke logische und analytische Fähigkeiten, anhaltende Konzentration und Ausdauer, auch bei sich wiederholenden Aufgaben. Gewissenhaftigkeit, Loyalität und Aufrichtigkeit.

Was können Autisten nicht so gut?

Autisten verstehen das, was gesagt wird, wörtlich, sie können also nicht zwischen den Linien lesen. Dadurch entstehen Missverständnisse, wenn Sprichwörter, Redewendungen oder ironische Ausdrücke benutzt werden. Teamarbeit ist besonders schwer für sie.

Wie können wir eine Person mit Autismus unterstützen?

Autismus CH gibt uns einige sehr wichtige Tipps:

- Bleibe ruhig, sei geduldig und verständnisvoll.
- Sprich immer klar und präzise. Stelle immer nur eine Frage und lass genügend Zeit für die Antwort.
- Halte Abstand und berühre die autistische Person nicht.

Falls dir das Verhalten eines Autisten seltsam vorkommt, erinnere dich daran, dass du für ihn mindestens genauso verwirrend und rätselhaft bist, wie er für dich!

www.autismus.ch
ada.com Autismus erkennen

DIE MACHT DER DIGITALEN WELT

Verstehen und Nutzen

Webseiten
Online-Werbung
Veröffentlichung
Social Media
Einführung
Software
Design
Analyse

Gemeinsam mit **Maximilian Bengs** kannst du
in die digitale Welt eintauchen.
Ob jung oder alt, erfahren oder Anfänger.
Lerne die Geheimnisse und Funktionen der IT kennen
und nutze Sie zu deinem Vorteil.



Dieser
Kurs wird
vom CEF
organisiert

www.suited-technologies.com

Voraussichtlicher Beginn: 25. Mai um 17:30 Uhr im Auditorium des Einkaufszentrums
Anmeldungen und weitere Informationen bei Denise Isaak (0981 794 445)



Ich habe so viel Unterstützung von euch erhalten
Danke dafür

Liebe Friesländer,

nach 17 Jahren habe ich mich am 31. März von der Vertretung der Kooperative in Asunción verabschiedet. Obwohl ich mich bereits von meinen lieben Kollegen verabschiedet hatte, habe ich das Gefühl, dass ich noch jemandem "Tschüß" sagen oder besser gesagt "Danke" sagen möchte. Und zwar an alle Friesländer, weit über die Grenzen der Arbeit hinaus. Ich habe mich in Friesland immer willkommen gefühlt und fast schon ein bisschen wie ein Friesländer, sodass ich bei den Sportturnieren zweifelte, wen ich wohl anfeuern sollte :) Dafür möchte ich mich herzlich bedanken!

Vor allem aber möchte ich die Gelegenheit nutzen und mich für die Zeit von 2007-2008 bedanken, als der Unfall mich für mehrere Monate immobilisierte. Ich habe so viel Unterstützung von euch erhalten! DANKE DAFÜR!

Die Vertretung hat mich durch meine Studienjahre begleitet. Diese haben sich aus verschiedenen Gründen "etwas" in die Länge gezogen. Seit 2019 bin ich jedoch schließlich als amtliche Übersetzerin zugelassen und kann mich nun voll und ganz diesem Beruf widmen. Ich freue mich auf eine neue Etappe, in der ich das selbstständige Arbeiten kennenlernen und alle damit verbundenen Herausforderungen.

Ein Dankeschön an jeden Friesländer, an alle Kollegen der Vertretung, auch diejenigen, die inzwischen nicht mehr da sind und mit denen ich das Vorrecht hatte, zusammenzuarbeiten. Und natürlich an all diejenigen, die mir von Friesland aus telefonisch so manches Mal mit Rat und Tat bei der Arbeit zur Seite gestanden haben. Ich habe viel gelernt und werde diese 17 Jahre mit euch in lieber Erinnerung behalten.

*Ganz liebe Grüße,
Sabrina Waldbrunner*

Ich habe viel gelernt
Ich habe mich in Friesland immer willkommen gefühlt

Academia de Liderazgo Cooperativo (ALC)

Beim Hafen Mbopí Kuá



Besichtigung bei COVESAP



Vom 19. bis zum 21. April fand unser monatliches „Academia de Liderazgo Cooperativo (ALC)“-Treffen statt. Normalerweise finden diese Treffen in den Chacokolonien oder in Asunción statt, dieses Mal jedoch war es in den Kolonien Friesland und Volendam.

Am ersten Tag, um etwa 14:00 Uhr, begann das Programm im Auditorium des Einkaufszentrums in Friesland. Dort wurde eine kurze Begrüßung und Einführung gemacht und im Anschluss der Frieslandfilm gezeigt. Danach wurden dann die Nachbarschaftshilfen, COVESAP, Cooperativa Carolina und Asociación Santa Teresa von den jeweiligen Verantwortlichen präsentiert (dieser Teil war theoretisch). Nach den Präsentationen wurde ein kleiner Rundgang durch Central gemacht, wo wir kurz bei der Schule, dem Altenheim, der Seniorenresidenz, dem Hospital Tabea, der Mischfutterfabrik Frisco und anderen Abteilun-

gen vorbeischaute. Am Abend konnte dann jeder, der Lust hatte, zum Sportplatz fahren, um etwas Volleyball zu spielen.

Am nächsten Tag fuhr man morgens zur Kolonie Volendam. Als erstes wurde der Hafen Mbopí Kuá und anschließend die Impregnadora Volendam besucht. Später begaben wir uns alle ins Auditorium, wo eine Präsentation von der Forstabteilung und der Volendamfilm gezeigt wurde.

Vor dem Mittagessen gab es einen interessanten und unterhaltsamen Rundgang im Museum. Am Nachmittag konnten wir am Seminar mit César Barreto (Ökonomist und Ex-Finanzminister), zu den Themen Wirtschaftsprognosen und Rentabilitätsanalysen teilnehmen. Am Abend wurde ein weiterer Vortrag von César Barreto gehalten. Zu diesem Event waren die Verwaltungen von Volendam und Friesland eingeladen. Der Tag endete dann mit ei-

nem gemeinsamen Abendessen im Adelas Grill in Volendam.

Am Freitagmorgen wurden alle Teilnehmer der Academia in unser Heimatmuseum Los Pilares eingeladen. Nach einem regen Austausch über die Geschichte Frieslands versammelten sich die Mitglieder des Verwaltung- und Aufsichtsrates und die Teilnehmer der Academia im Auditorium und stellten sich gegenseitig vor. Anschließend fuhr die Academia in die Ortschaft Carolina, um die Arbeit der Nachbarschaftshilfe COVESAP und Cooperativa Carolina und deren Versuchsfelder zu besichtigen. Auch besuchte man einen Bauern, der eine Tomatenproduktion besitzt. Bei der Rückfahrt machten wir noch einen kleinen Abstecher zum Tapiracuai-Park, um die imposante Natur Frieslands zu teilen. Das Treffen endete mit einem gemeinsamen Mittagessen beim Hotel Tannenhof.

*Manuel Enns
Teilnehmer*



Jahresversammlung der ACOMEPA 2022

Am 23. März 2023 fand im Mennonitenheim-DAS HEIM die ordentliche Generalversammlung von ACOMEPA und des Gemeindegremiums statt.

Von 7:00 bis 9:20 Uhr war die Jahresversammlung der ACOMEPA und von 9:35 bis 11:40 Uhr die vom Gemeindegremium.

Offiziell wurde die Sitzungsleitung von Herrn Ronald Reimer als Präsident und Ferdinand Regehr als Protokollführer vom Direktorium durchgeführt.

Die Generalversammlung bestand aus 3 Vertretern jeder *Mitglieds-Asociación* (die einzigen mit Stimmrecht), dem Direktorium und der *Junta de Vigilancia* von ACOMEPA, dem Geschäftsführer und allen Betriebsleitern, sowie allen Mitgliedern des Gemeindegremiums.

Pastor Victor Wall brachte den besinnlichen Teil und damit verbunden auch Informationen zu seiner Arbeit im Erziehungsministerium.

Die Jahresberichte wurden wie folgt präsentiert:

Jahresberichte:

a) Präsident des Direktoriums, Herr Ronald Reimer

b) Geschäftsführer der ACOMEPA, Herr Gerhard Klassen

c) Leiter der Allgemeinen Schulbehörde, Herr Ernst A. Eitzen

d) Leiter des C.F.P., Herr Dr. John Wesley Loewen

e) Leiter des I.F.D., Herr Eugen Friesen

f) Leiterin des C.F.H.N., Frau Angelika Rempel

g) Direktor des Sanatorium Eirene, Herr Thilo Harder

h) Verwalter des Mennonitenheimes, Herr Fredy Thielmann

i) Verwalter des Studentenheimes, Herr Fredy und Frau Monika Thielmann.

j) Leiter der interkolonialen Untersuchungsgruppe, Herr Helmut Adrian

k) Leiter der Mediation, Herr Gerhard Penner

l) Jahresbericht Chaco Protección al Niño, Niña y Adolescente, Herr Karsten Friesen

In gekürzter Form wurde der Abrechnungsbericht gebracht, sowie der Bericht und das Gutachten des Aufsichtsrates zum Geschäftsjahr 2022.

Danach gab es die Präsentation des Kostenvoranschlags, der Investitionspläne und des Arbeitsplans, wo auch die Beiträge der Mitglieder für das Jahr 2023 festgelegt wurden.

Zur Tagesordnung gehörte auch noch die Wahl des Direktoriums, des Präsidenten und Protokollführers für 2023:

Ronald Reimer, Wilfried Dueck, Heinz Alfred Bartel, Ferdinand Regehr und Ronald Baerg. (Alle Oberschulzen bilden das Direktorium von ACOMEPA).

Als Vorsitzender vom Direktorium (Präsident) für das Jahr 2023 wurde Herr Heinz Alfred Bartel und als Sekretär (Protokollführer) wurde Herr Ronald Baerg gewählt.

In den Aufsichtsrat 2023 wurden 3 Vertreter (Titulares) gewählt: Orlando Hilde (Fernheim), Roberto Hiebert (Chortitzer) und Manfred Penner (Neuland), und ein Stellvertreter, Esteban Born (Friesland).

Die Sitzung endete mit Schlussworten vom austretenden Präsidenten, Herrn Ronald Reimer, und einigen Worten vom antretenden Präsidenten, Herrn Heinz Alfred Bartel.

Gerhard Klassen

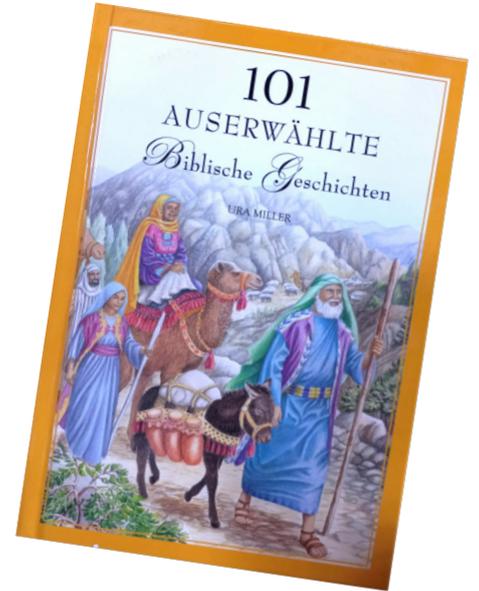
101 auserwählte Biblische Geschichten

Haben Ihre Kinder gehört, wie Gott die Israeliten durch das Meer führte, wie der junge David einen Riesen besiegte und wie Jesus die Kinder liebt?

Hier sind in einfacher Sprache 101 beliebte Geschichten aus der Bibel, woran sich schon Millionen von Kindern auf der ganzen Welt erfreut haben.

Sogar kleine Kinder, die noch nicht lesen können, werden die bunten, lehrreichen Bilder mögen. Nach jeder Geschichte gibt es ein paar Fragen, die zu einer Unterhaltung anregen, wodurch Ihr Kind die Geschichte besser behalten wird.

Die biblischen Geschichten werden niemals alt und bleiben immer wahr. Möge Gott die Geschichten in diesem Buch benutzen, um Ihr Herz und die Herzen Ihrer Kinder zu beleben!



Ein Jahr mit C.S. Lewis

C. S. Lewis fasziniert die Menschen über Generationen hinweg bis heute. Wie kaum ein anderer verstand es der Literaturprofessor, Schriftsteller und Theologe, den christlichen Glauben mit messerscharfer Logik und doch allgemein verständlich zu erklären. Unzähligen Menschen hat er dadurch einen Zugang zu Gott eröffnet. Mit diesem Buch liegt eine einzigartige Sammlung seiner Texte vor. Die 366 Beiträge dieses reichhaltigen Sammelbandes setzen sich aus vielen Textpassagen seiner Klassiker zusammen.

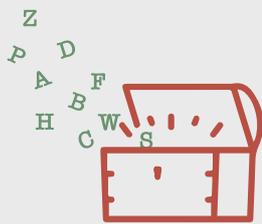
Ein Andachtsbuch für Herz und Verstand.



Skyjo

Bei Skyjo handelt es sich um ein spannendes, rundenbasiertes Kartenspiele für die ganze Familie. Gespielt wird, bis ein Spieler 100 Punkte erreicht. Aber Achtung: ausnahmsweise gewinnt hier aber nicht, wer am meisten Punkte sammelt.

Skyjo ist für Nichtspieler und für Familien mit Kindern sehr empfehlenswert! 2-8 Personen können spielen, im Alter ab acht Jahren. Genießen sie einen Familienabend oder ein Freundestreffen mit diesem glücksbetonten, sehr einfachem Kartenspiel.



Wortschatz *entdecken*

Gelege

Ein Gelege ist ganz einfach etwas, was gelegt worden ist – nämlich von eierlegenden Tieren, also Vögeln, Reptilien (Krokodil, Schlange, Eidechse, Schildkröte), Schnecken oder Fischen. Bei Vögeln ist es also das Nest; Schnecken und Reptilien machen oft ein Loch im Boden für ihr Gelege, bei manchen Fischen wird das Gelege sogar vom Männchen oder Weibchen im Maul aufbewahrt (was dann eine lange Fastenzeit bedeutet!). Ein Gelege kann nur wenige Eier enthalten (beim Kolibri meist zwei), beim Haushuhn sind es leicht an die zwanzig Eier, Meeresschildkröten legen etwa hundert Eier in ein Gelege.

Wer im Kreuzworträtsel ein anderes Wort für Gelege sucht, kann es mit Brut, Eier, Tierbrut, Eiernest, Nidament versuchen.

Was mir selbst auch neu war: Gelege ist auch die Bezeichnung für einen Stoff aus Fasern, die nicht verwoben sind, sondern durch die unterschiedlich gelegten Schichten Stabilität erlangt, ähnlich wie bei Sperrholz (Dreiducht).

Was soll ich säen und pflanzen?



Bei der Planung und Einrichtung eines Gemüsegartens sollte man sich die folgenden Fragen stellen: Was, wann, wo und wie viel soll gepflanzt oder gesät werden?

Das Gemüse wird in vier Gruppen unterteilt:

- Gemüse, bei dem die Blätter geerntet werden, z.B.: Kopfsalat, Mangold, Sellerie, Petersilie, Kohl.
- Gemüse, das als Knollen geerntet wird, z. B.: Kartoffel, Karotte, Rettich, Zwiebel, Rübe und Rote Beete.
- Gemüse, dessen Früchte geerntet werden, z. B.: Tomate, Aubergine, Paprika, Pfefferschote, Vanilleschote.
- Gemüse, dessen Blüte geerntet wird, z. B.: Blumenkohl, Brokkoli, Artischocke.

Welche Gemüsearten sollen ausgesät werden?

Natürlich pflanzt ein jeder das Gemüse was ihm schmeckt oder in der Familie am meisten gegessen wird. Wenn man schlau plant, kann man zu jeder Jahreszeit frisches Gemüse aus dem Garten haben. Die beiliegenden Pflanzpläne zeigen, wann welches Gemüse am besten gedeiht. Dabei sollten auch die unterschiedlich langen Wachstumszyklen beachtet werden.

Außerdem bietet sich an, Pflanzen nah beieinander anzubauen, die sich positiv beeinflussen,

wie z.B. Zwiebeln und Kohl oder Zwiebeln und Möhren (die Zwiebel hält manche Schädlinge bei Möhren und Kohl fern). Wenn Möhren und Radieschen in eine Reihe gesät werden, zeigen Radieschen frühzeitig die Reihe an. Nachher können sie auch viel früher geerntet werden und das schafft Platz und Lockerung des Bodens für die Möhren. Weitere Beispiele sind Kohl – Blattsalat, Tomaten – Blattsalat, Kohl – Rettich, Gurke – Blattsalat.

Direktsaat oder Vorziehen und Umpflanzen?

Manche Gemüsearten kann man gut in einem Saatbeet oder in Töpfen vorziehen und später an den richtigen Ort auspflanzen. Das bietet sich bei Pflanzen an, die eine geringe Keimkraft haben oder am Anfang empfindlich sind. Das Vorziehen in Töpfchen mit guter Erde spart Saatgut, weil die Pflänzchen sich so geschützt besser entwickeln. Es wird empfohlen, den Setzling mit seinem Wurzelballen (Erde, die die Wurzeln bedeckt) zu verpflanzen. Das Umpflanzen sollte an einem kühlen (möglichst sogar feuchten) Tag erfolgen, vorzugsweise am Nachmittag; und nach dem Umpflanzen muss man gut wässern, da die Pflanze sonst größeren Stress erleidet.

Andere Gemüsearten sollte man jedoch an Ort und Stelle säen und nicht verpflanzen. Dazu gehören z.B. Wurzelgemüse wie Karotten und Radieschen.

Umpflanzen

Bei dieser Art der Aussaat wird zunächst in das Saatbeet (oder in Töpfchen) ausgesät. Nach einigen Wochen, oder wenn die Pflanzen 3 bis 4 Blätter und eine Größe von 10 bis 12 Zentimetern erreicht haben, werden sie aus dem Saatbeet genommen und in das zuvor vorbereitete, endgültige Beet gepflanzt. Folgende Gemüsesorten eignen sich zum Umpflanzen: Tomate, Mangold, Salat, Kohl, Blumenkohl, Zwiebel, Brokkoli.

Den folgenden Grafiken kann man die besten Pflanzzeiten für verschiedene Gemüsesorten und weitere wichtige Informationen entnehmen.

Viel Spaß im Garten!

Ein Teil der Informationen wurde entnommen aus: https://www.unodc.org/documents/bolivia/DIM_Manual_de_cultivo_de_hortalizas.pdf

Art: Mangold											
Aussaat: März bis September											
Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Dez
Ort der Aussaat		Vorzucht oder an Ort und Stelle									
Reihenabstand		25 cm									
Pflanzenabstand		15 cm									
Erntezyklus		70 Tage									



Art: Erbsen											
Aussaat: zweite Märzwoche bis zweite Juliwoche											
Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Dez
Ort der Aussaat		Ort und Stelle									
Reihenabstand		100 cm									
Pflanzenabstand		25 cm									
Erntezyklus		90 bis 120 Tage									



Art: Brokkoli											
Aussaat: April bis Juli											
Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Dez
Ort der Aussaat		Vorzucht oder Ort und Stelle									
Reihenabstand		60 cm									
Pflanzenabstand		40 cm									
Erntezyklus		90 Tage									



Art: Knoblauch											
Aussaat: zweite Märzwoche bis zweite Maiwoche											
Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Dez
Ort der Aussaat		Ort und Stelle									
Reihenabstand		30 cm									
Pflanzenabstand		10 cm									
Erntezyklus		150 bis 170 Tage									



Art: Aubergine											
Aussaat: Das Jahr hindurch											
Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Dez
Ort der Aussaat		Vorzucht oder Ort und Stelle									
Reihenabstand		100 cm									
Pflanzenabstand		60 cm									
Erntezyklus		110 Tage									



Art: Kürbis											
Aussaat: August bis März											
Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Dez
Ort der Aussaat		Ort und Stelle									
Reihenabstand		3 m									
Pflanzenabstand		2 m									
Erntezyklus		100 Tage									



Art: Sellerie (Apio)											
Aussaat: März bis Juli											
Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Dez
Ort der Aussaat		Vorzucht oder Ort und Stelle									
Reihenabstand		60 cm									
Pflanzenabstand		35 cm									
Erntezyklus		120 bis 150 Tage									



Art: Brunnenkresse (Berro)											
Aussaat: Mai bis September											
Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Dez
Ort der Aussaat		Vorzucht oder Ort und Stelle									
Reihenabstand		20 cm									
Pflanzenabstand		20 cm									
Erntezyklus		60 Tage									



Art: Zwiebel											
Aussaat: Februar bis April											
Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Dez
Ort der Aussaat		Vorzucht oder Ort und Stelle									
Reihenabstand		30 cm									
Pflanzenabstand		15 cm									
Erntezyklus		150 bis 180 Tage									



Art: Petersilie											
Aussaat: Februar bis April											
Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Dez
Ort der Aussaat		Ort und Stelle									
Reihenabstand		20 cm									
Pflanzenabstand		5 cm									
Erntezyklus		65 Tage									



Art: Radieschen											
Aussaat: Das Jahr hindurch											
Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Dez
Ort der Aussaat		Ort und Stelle									
Reihenabstand		20 cm									
Pflanzenabstand		10 cm									
Erntezyklus		25 bis 30 Tage									



Art: Tomaten												
Aussaat: Das Jahr hindurch												
Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Dez	
Ort der Aussaat		Vorzucht										
Reihenabstand		100 cm										
Pflanzenabstand		50 cm										
Erntezyklus		95 Tage										



Art: Grüner Hokkaido-Kürbis (Zapallito)												
Aussaat: August bis Januar												
Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Dez	
Ort der Aussaat		Vorzucht oder Ort und Stelle										
Reihenabstand		100 cm										
Pflanzenabstand		60 cm										
Erntezyklus		60 Tage										



Art: Paprika												
Aussaat: Das Jahr hindurch												
Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Dez	
Ort der Aussaat		Vorzucht										
Reihenabstand		60 - 100 cm										
Pflanzenabstand		40 – 80 cm										
Erntezyklus		90 Tage										



Art: Rote Beete												
Aussaat: Das Jahr hindurch												
Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Dez	
Ort der Aussaat		Vorzucht oder Ort und Stelle										
Reihenabstand		30 cm										
Pflanzenabstand		15 cm										
Erntezyklus		70 Tage										



Art: Möhren												
Aussaat: Das Jahr hindurch												
Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Dez	
Ort der Aussaat		Ort und Stelle										
Reihenabstand		20 cm										
Pflanzenabstand		5 cm										
Erntezyklus		90 Tage										



Art: Pfefferschoten												
Aussaat: Das Jahr hindurch												
Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Dez	
Ort der Aussaat		Vorzucht oder Ort und Stelle										
Reihenabstand		60 – 100 cm										
Pflanzenabstand		40 - 80 cm										
Erntezyklus		90 Tage										



Art: Kohlkopf												
Aussaat: Das Jahr hindurch												
Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Dez	
Ort der Aussaat		Vorzucht										
Reihenabstand		60 cm										
Pflanzenabstand		40 cm										
Erntezyklus		90 Tage										



Art: Kürbis												
Aussaat: August bis Januar												
Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Dez	
Ort der Aussaat		Ort und Stelle										
Reihenabstand		3 m										
Pflanzenabstand		3 m										
Erntezyklus		100 Tage										





Laufen – Ein Hobby Wie fing alles an?

Ich möchte kurz etwas von meinem Hobby berichten, das ich bereits vor sieben Jahren anfing. Im Jahr 2016, nachdem ich mich entschlossen hatte, mein damals geliebtes Hobby, Fußball, auf Grund verschiedener Verletzungen sein zu lassen, interessierte mich ein neues Hobby: Das Laufen.

Viele scheinen keinen Spaß daran zu haben, geschweige denn es als Hobby zu sehen, doch für mich gilt es heutzutage als eine wahre Leidenschaft, wo ich einige meiner Gaben zeigen und auch Freunde kennenlernen kann.

Zuerst fing ich an, bei 10 km-Wettrennen teilzunehmen, wo ich auch schnell die ersten Plätze erringen konnte. Meine

beste Zeit dabei war 38:40 Minuten.

Später machte ich auch bei einigen Halbmarathons mit, die eine Strecke von ca. 21 km entsprechen. Hier erreichte ich nach 1:35 Stunden das Ziel. So wie die meisten Läufer strebte ich danach, eines Tages bei einem richtigen Marathon (42,195km) teilzunehmen.

Bis zum heutigen Tag konnte ich bei fünf Marathons mitlaufen, wo meine kürzeste Zeit bei 3:05 Stunden steht. Marathons zu laufen bedeutet vor allem Ausdauer, aber auch ein gewisses Tempo, wenn man einer von den Top-Läufern sein will.

2019 entschloss ich mich dann, meinen ersten Ultramarathon

von 12 Stunden zu laufen. Mit Hilfe und Ratschlägen von Freunden, die ich bei den vorherigen Marathons kennengelernt hatte, habe ich für diesen Lauf geübt. Um sich für einen Ultramarathon vorzubereiten, muss man viel Zeit investieren. Dazu habe ich ungefähr drei bis vier Monate trainiert. Bei meinem ersten Ultramarathon von 12 Stunden habe ich 113,6 km geschafft. Somit gewann ich den zweiten Platz für Paraguay.

Im Jahr 2021 lief ich außerdem noch einen Ultramarathon von 24 Stunden. Hier konnte ich eine Entfernung von 167km erreichen und erneut den zweiten Platz für Paraguay erringen.

Hinzu kamen später auch zwei Ultras von sechs Stunden und

auch zwei von 100km, wo ich es 2022 auf Platz 1 schaffte.

Da in Paraguay wenige Ultramarathons organisiert werden und diese auch oft nicht frühzeitig festgelegt werden, war es schon länger ein Wunsch, bei einem Ultramarathon im Ausland mitzumachen.

Am 26. März 2023 konnte ich diesen Traum auch erfüllen. Es wurde eine "Copa Sudamericana de Ultramarathon" organisiert, die in Mar del Plata, Argentinien, stattfand. Da liefen die besten Ultramarathon-Läufer von Paraguay, Uruguay, Argentinien und Brasilien.

Paraguay wurde bei diesem Wettrennen von zwei Läufern repräsentiert. Es war ein schönes Erlebnis, wo ich Erfahrungen in dieser Sportart sammeln durfte, Leute kennenlernen und auch etwas vom Nachbarland sehen konnte. Ich bin stolz darauf, in diesem Sport meine Fähigkeiten zu zeigen und auch unser Land in dieser Sportart zu repräsentieren.

Meine Herausforderungen sind immer wieder die Zeit fürs Training zu finden, andere Sportarten oft zu meiden, und dass meine Familie und meine

Arbeit nicht darunter leiden. Für mich ist es von großer Wichtigkeit, dass meine Familie mich dabei immer wieder unterstützt!

Es ist eine Sportart, die viel Disziplin, Ausdauer und Hingabe erfordert. Ich möchte an dieser Stelle auch einen jeden ermutigen, sich etwas Zeit zu nehmen, um zu gehen, laufen oder Fahrrad zu fahren. Es sind gesunde Beschäftigungen, wo man relaxen und nachdenken kann und den Körper mehr in Bewegung hält.

Miguel Martens





Nach der Schule kommt Lisa ganz fröhlich nach Hause. Da fragt die Mutter „Lisa, wieso freust du dich denn so?“ Lisa antwortet: „Na weil unser Lehrer verreist ist und deshalb morgen die Schule ausfällt.“ Die Mutter ist erschrocken und sagt: „Was? Das kann doch nicht wahr sein!“ Daraufhin antwortet Lisa: „Doch. Er hat gesagt: Das war’s für heute. Morgen fahre ich fort.“



Welche Brille sitzt auf keiner Nase?
Die Toilettenbrille.

Welche Tiere können nichts hören?
Die Tauben.

Habe meiner Pflanze angeboten, sie nur noch 1x pro Woche zu gießen. Sie ist darauf eingegangen.





Gottesdienste und allgemeine Programme im Mai

DATUM	MBG	KfK	MG
7. Mai	Gemeindegottesdienst (Versammlungsraum MBG) 9 Uhr Tererégemeinschaft		Gemeindegottesdienst mit Kindersegnung (MG-Kirche) 9 Uhr
10. Mai			Schwesternverein (MG-Kirche) 15 Uhr
13. Mai		Aktive Frau (MG-Kirche) 9 Uhr	
14. Mai		Muttertagsprogramm (MG-Kirche) 9 Uhr	
18. Mai		Himmelfahrt: KfK-Gottesdienst (MG-Kirche) 18 Uhr	
20. Mai			Flohmarkt der Teenager (vormittags)
21. Mai	Gemeindegottesdienst (Versammlungsraum MBG) 9 Uhr		Gemeindegottesdienst (MG-Kirche) 9 Uhr
26. Mai		Jugend-Cafetería	
27. Mai			Männertreffen (MG-Kirche) 19 Uhr
28. Mai	Pfingstgottesdienst Spanischer Gottesdienst (Versammlungsraum MBG) 9 Uhr Tererégemeinschaft		Pfingstsonntag: Gemeindegottesdienst (MG-Kirche) 9 Uhr
29. Mai		Radiobotschaft	

Mein Haustier, *der Hund*

1. Wie wir Menschen, so ist auch bei den Hunden jeder einmalig. Der Nasenabdruck des Hundes ist so einzigartig wie der Fingerabdruck der Menschen, und der Hund kann daran identifiziert werden.



2. Der älteste registrierte Hund im Guinnessbuch nannte sich Bluey. Er erreichte ein Alter von fast 29,5 Jahren, was im November 1939 registriert wurde. Die Rasse war australischer Schäferhund, der normalerweise eine Lebenserwartung von 13 bis 15 Jahren hat.

3. Die normale Körpertemperatur liegt bei 38 °C, die Herzfrequenz liegt zwischen 60 und 160 Schlägen pro Minute (was bei kleineren Rassen bis auf 180 variieren kann).

4. Welpen werden blind geboren und nach einigen Studien sogar taub. Dies verschwindet endgültig in der 12. Lebenswoche. Eine andere Besonderheit ist,

dass sie keine Zähne haben, wenn sie zu Welt kommen, und dazu sind sie auch noch unfähig, ihre eigene Körpertemperatur zu regulieren. Deshalb ist es lebensnotwendig, dass die Welpen in den ersten zwei Wochen gut vor Temperaturschwankungen geschützt sind.

5. Ein Welpengebiss besteht aus 28 Milchzähnen, 14 im Unterkiefer und 14 im Oberkiefer. Diese Milchzähne werden später durch bleibende Zähne ersetzt. Bei den erwachsenen Hunden jedoch ist die Anzahl größer und die Verteilung anders. Hier finden wir 42 Zähne, davon 20 im Oberkiefer und 22 im Unterkiefer.

6. Eine interessante Eigenschaft, die Katze und Hund gemeinsam haben ist, dass sie beim Wasser/Milch lecken, ihre Zunge doppelt legen und vertikal die Flüssigkeit in den Mund einführen (seht euch dazu mal ein Video im YouTube an).



7. Hunde können auch schwitzen und dies geschieht zwischen ihren Pfoten/Ballen (der untere weiche Teil der Pfote). Deshalb kann man oft an heißen Tagen feuchte Hundespuren auf dem Boden sehen. Es ist auch nicht empfehlenswert, mit dem Hund auf heißen Asphalt zu gehen, denn das kann die Haut oder die Drüsen beschädigen oder verbrennen. Ein anderes Mittel, das die Hunde brauchen, um bei heißem Wetter die Körpertemperatur zu regulieren, ist durch Hecheln.



8. Unter den verschiedensten Hunderassen gibt es Rassen, die 125 Millionen und andere, die bis 300 Millionen an Riechdrüsen haben. Im Vergleich: Der Mensch hat nur 5 Millionen.

9. Ein Hund kann viermal so weit hören wie ein Mensch. Er kann Frequenzen von 15 bis 50.000 Hertz wahrnehmen, der Mensch nur so zwischen 20 und 20.000 Hz. Deshalb sind Hunde

sehr empfindlich, wenn es ausgesprochen laut zugeht, und verschwinden bei der erstbesten Möglichkeit.

10. Die Hunderasse Basenji ist die einzige Rasse auf der Welt, die nicht bellt. Die Struktur

ihres Kehlkopfes ist anders als bei anderen Hunden und dazu sind ihre Stimmbänder schmäler und platter. Das heißt aber nicht, dass sie stumm sind, ganz im Gegenteil! Sie äußern eher ein Geräusch, das einem Wolfsheulen ähnlich ist.



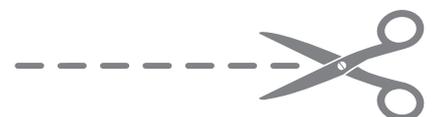
Wie trinkt ein Hund?

Unter diesem Link findet ihr ein Video, um es euch einmal näher anzuschauen!
Oder gebt den Titel **Wie trinkt ein Hund? | Der Elefant | WDR** in die Suchleiste bei Youtube ein.

<https://www.youtube.com/watch?v=Mw7gV5Ozwa4>



Hundebild zum ausschneiden und nach Belieben verwenden.





Regenbogen über Friesland. Foto: Florian Weiss