



NR. 379
33. JAHRGANG

Informationsblatt Friesland

JANUAR 2025



6

Siap

10

Der Ausgleich

18

Yvyra pajé

Hallo Kinder, ich bin Cani.

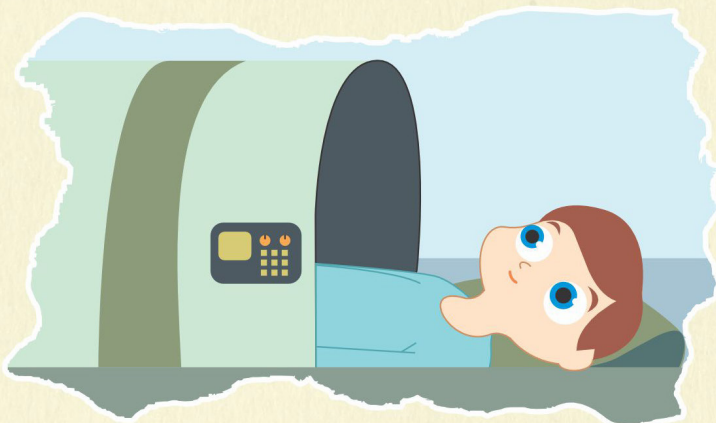
Dieses Jahr möchte ich mit euch einige Abteilungen von Friesland erkunden. Wir beginnen mit dem Krankenhaus...



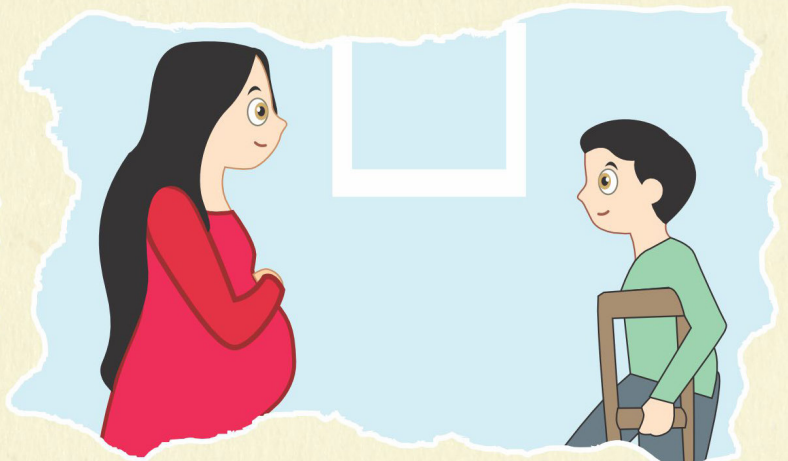
Das Krankenhaus wurde im Jahr 1941 gegründet und trug den Namen "Sanatorio Menonita". Dieses ist das erste Gebäude des Krankenhauses.



Heute heißt unser Krankenhaus Hospital Tabea. 2010 wurde ein Neubau eingeweiht.



Unser Krankenhaus ist mit modernen Instrumenten und Geräten ausgestattet, um die Patienten zu versorgen.



Das Krankenhaus ist den Bürgern der Kolonie und allen Bewohnern der Umgebung eine große Hilfe.



Werte Leser

Ein neues Jahr hat begonnen – ein Buch mit leeren Seiten, die darauf warten, Tag für Tag von uns beschrieben zu werden. Manche von Ihnen starten vielleicht ein großes, aufregendes Projekt, während andere ein Ziel erreichen oder eine Aufgabe abschließen wollen, die sie lange begleitet hat. So unterschiedlich wir alle sind, so individuell sind auch unsere Lebenssituationen. Und das ist völlig in Ordnung, denn jeder verfolgt seine eigenen Ziele und Träume.

Auch im Informationsblatt Friesland möchten wir uns weiterentwickeln, Ihnen neue Perspektiven bieten und Sie umfassend informieren. Aus diesem Grund haben wir einige Rubriken überarbeitet. Dieses Jahr stellen wir Ihnen beispielsweise einheimische Bäume und ihre besonderen Eigenschaften vor, bringen Kindern das Genossenschaftswesen näher, rücken in unseren Fokusartikeln den Menschen ins Zentrum und berichten regelmäßig über die Höhepunkte der Abteilungen der Genossenschaft sowie der Zivilen Vereinigung.

Abschließend möchte ich die Worte des amerikanischen Tennisspieler Arthur Ashe mitgeben: „Beginne dort, wo du bist. Nutze, was du hast. Tu, was du kannst“. Haben wir den Mut, unsere Komfortzone zu verlassen und Neues zu wagen. Dabei sollten wir nicht vergessen, Gott an unserer Seite zu wissen. Wir geben unser Bestes – und er schenkt das Gelingen.

Ich wünsche Ihnen viel Freude bei der Lektüre und ein gesegnetes Jahr voller Möglichkeiten!

Liebe Grüße, Denise
Redaktionsleiterin

Inhaltsverzeichnis

Rubrik	Seite
Foto Titelseite: Alfred Weichselberger (Baum: Yvyra pajé)	
Kinderseite Cani stellt euch unser Krankenhaus vor	2
Worte des Oberschulzen	4
Informationen aus der Verwaltung Personalwechsel	4
Berichte der CAF Putzabteilung / Siap / Spezialisten Hospital Tabea	5
Berichte der ACCF Radio Friesland	9
Im Fokus Der Ausgleich	10
Über die Kolonie hinaus C.F.P.	13
Bücher & mehr	14
Der besondere Beitrag Rezepte	15
Sehenswürdigkeiten Schweizer Käserei	16
Gartenbau	17
Grüne Heimat Yvyra pajé	18
Studenten aus Friesland Oliver Siemens	20
Gemeinde in Aktion	21
Aus der Schule	22
Foto des Monats	24

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



Liebe Friesländer!

Kaum hat das Jahr begonnen, liegt der erste Monat von 2025 bereits hinter uns. Der Jahresbeginn ist für viele eine Gelegenheit, sich neue Ziele zu setzen – sei es, an einer Weiterbildung teilzunehmen, einen Lesekreis ins Leben zu rufen oder regelmäßig mehr Sport zu treiben. Ein Neuanfang bringt frische Energie und Motivation mit sich. Ich wünsche uns allen, dass diese Kraft uns durch das gesamte Jahr 2025 trägt. Und wenn es einmal an Motivation mangelt, hoffe ich, dass wir mit Disziplin weitermachen und unsere Ziele nicht aus den Augen verlieren.

Auch in den Institutionen hat das neue Jahr Fahrt aufgenommen. Die Planungen für die Genossenschaft und die Zivile Vereinigung wurden bereits in einer ausführlichen Sitzung des Verwaltungsrates festgelegt. Allerdings stellt uns der Start ins Jahr aufgrund der aktuellen Lage im Agrarsektor vor ernstliche Herausforderungen. Die ersehnten Regenfälle sind bisher nur gering gefallen, und die anhaltende Hitze sowie die Trockenheit haben den Pflanzen bedeutenden Schaden zugefügt. Sowohl Menschen als auch Tiere und die gesamte Natur sehnen sich nach Regen, der Erfrischung und neue Kraft bringen würde.

Das sollte uns jedoch nicht entmutigen. Im Gegenteil, es ist eine Gelegenheit, unsere Arbeit und Aufgaben in anderen Bereichen mit noch mehr Energie und Entschlossenheit anzugehen. Jede Tätigkeit, sei es in den Institutionen oder in privaten Unternehmen, hat ihren Wert. Jedes kleine Sandkorn zählt und leistet einen wichtigen Beitrag zum großen Ganzen.

Ich möchte jedem Einzelnen und unserer Kolonie Friesland ein gesegnetes und erfolgreiches Jahr 2025 wünschen. Wir dürfen dankbar sein für Gesundheit, ein Zuhause, Arbeit und all die kleinen und großen Segnungen in unserem Leben. Es liegen noch elf Monate vor uns, in denen wir Tag für Tag Schritte in Richtung unserer Ziele machen können – denn oft sind es die kleinen, kontinuierlichen Schritte, die den größten Unterschied bewirken.

Zum Abschluss möchte ich uns mit einem Vers aus Psalm 37,5 ermutigen: „*Befiehl dem HERRN deine Wege und hoffe auf ihn, er wird's wohl machen.*“ Möge dieser Vers uns Zuversicht und Vertrauen in Gott schenken.

Ferdinand Regehr
Oberschulze



PERSONALWECHSEL

Lic. Rosa Chávez de Ledesma
Personalabteilung

EINSTIEG CAF	BEREICH
Joaquín Figueredo	Mischfutterfabrik
Liz Sandra Palacio Osorio	Hospital
Germán Ruíz Ríos	Est. Morotí
AUSSTIEG CAF	BEREICH
Robert Luis Do Santo Magalhaes	Est. Ibaté
WECHSEL	BEREICH
Eldon Wiens steigt aus der Leitung des Supermarkts und des Parador Sabores del Campo aus und leitet weiter die Mischfutterfabrik.	
Raul Servin übernimmt die Leitung des Supermarkts und Parador Sabores del Campo.	

Putzabteilung

Das Jahr 2024 ist vorbei. Es war ein Jahr mit vielen Herausforderungen und Hindernissen, die wir gemeinsam hervorragend gemeistert haben. Eine der größten Herausforderungen ist der heiße, trockene Sommer, da man immer viel Arbeit hat, um den Rasen und die Blumen am Leben zu halten. Im Jahr 2024 war ich verantwortlich für die Säuberung des Sportplatzes (Deportivo Estrella). Da war es besonders hilfreich, einen Arbeiter zu haben, der ganz genau über alles Bescheid wusste. Ab diesem Jahr bin ich nicht mehr zuständig für das Sauberhalten des Sportplatzes, mit der Wahl der neuen Sportdirektive hat sich diese Änderung ergeben.

Im Parador Sabores del Campo sind zwei Arbeiter verantwortlich für das Sauberhalten dieser Abteilung. Besonders wird da Gewicht auf saubere Toiletten gelegt, da es direkt an der Fernstraße 22 liegt, und da viele Besucher und Gäste halten.

Friedhöfe Friesland

Unter meiner Aufsicht, was das Sauberhalten angeht, stehen jetzt auch die Friedhöfe in Dorf Nummer 2 und Central. Die Verantwortung für die Friedhöfe trägt die ACCF.

*Hier etliche Punkte,
die man beachten sollte:*

Das Erstellen, Renovieren oder Veränderungen bei schon bestehenden Gräbern müssen im Vorfeld bei der Verwaltung gemeldet und genehmigt werden.

Um die Erlaubnis einer Beerdigung zu beantragen, sind folgende Daten abzugeben:

- Vollständige Daten des Verstorbenen
- Sterbeurkunde
- geschätzter Zeitpunkt der Beerdigung

Bevor die Erlaubnis erteilt wird, muss der Betrag für das Grab in der Verwaltung geklärt sein.

Ordnung und Sauberkeit

Alle Gräber haben folgende Abmessungen: 200 cm tief, 150 cm breit und 280 cm lang.

Die Gräber werden vor Abschluss der Bestattung mit Erde verschlossen.

Blumenkränze oder sonstige Gegenstände, die bei der Beerdigungsfeier am Grab abgelegt werden, werden nach 7 Tagen vom Friedhofwärter entfernt.

Die Verantwortung für die Identifizierung des Grabes liegt nicht bei der Verwaltung, sondern bei den Familienangehörigen des Verstorbenen.

Circa 12 Monate nach der Beerdigung kann das Grab mit einer Baukonstruktion aus Granit oder Ziegeln usw. verschlossen werden, die jedoch auf keinen Fall über folgende Maße ragen darf: 150 cm breit, 250 cm lang und 80 cm hoch. Die Kosten dafür trägt der jeweilige Auftraggeber.

Die Friedhöfe sind jederzeit für die Öffentlichkeit zugänglich, außer zwischen 21:00 und 5:00 Uhr.

Dieses Jahr 2025 wird ein Jahr mit vielen neuen Herausforderungen. Die Reinigungsabteilung ist ab diesem neuen Jahr zuständig für das Säubern der Schule. Das bedeutet der Hof, Klassenräume, Sekretariat, Auditorium und Toiletten.

Ich bin zuversichtlich, dass wir es wunderbar meistern werden.

Thomas Enns

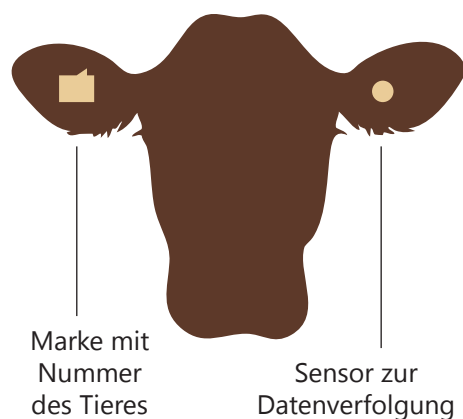
Paraguayisches System zur Tieridentifikation

Siap – Sistema de Identificación Animal del Paraguay

Das neue System zur Tieridentifikation hat folgende Ziele: Verbesserung der Tiergesundheit, Sicherstellung der Lebensmittelsicherheit, Steigerung der Wettbewerbsfähigkeit und Stärkung der Kontrolle von Tierbewegungen und illegalem Handel.

Wie funktioniert die Kennzeichnung?

- Rinder und Büffel, die zwischen dem 1. Juli 2024 und dem 30. Juni 2025 geboren werden, werden der Staffellung „CARIMBO 5“ zugewiesen.
- **Pflicht zur individuellen Kennzeichnung:** Alle Kälber und Jungtiere (Rinder und Büffel) von CARIMBO 5 müssen individuell gekennzeichnet werden. Das bedeutet, dass



jedes Tier zwei Tiermarken erhalten muss, nämlich die bekannte Marke mit der Nummer des Tieres am rechten Ohr und eine zweite Marke am linken Ohr, die einen elektronischen Sensor zur Datenverfolgung enthält. Beide Marken haben die gleiche Serien- oder Tiernummer.

Falls vor der Anwendung eine der Marken verloren geht, darf die zweite Marke nicht genutzt werden, denn beide müssen übereinstimmen. Im Falle, dass das Rind eine der Marken verliert, muss dies bei der FUN-DASSA gemeldet werden. Die Marke wird dann aus dem System entfernt und der Produzent erhält ein neues Paar Marken. Wenn es die Marke mit der Nummer ist (vom rechten Ohr), darf der Eigentümer eine neue kaufen und die mit einem Filzstift raufschreiben.

Zeitplan für die Kennzeichnung:

1. Bei Produzenten, die das „Modulo del Ganadero“ des SIGOR-Systems nutzen (in den meisten Fällen sind es Betriebe mit

über 550 Tieren, jedoch können auch kleinere Betriebe den Zugriff auf das System verlangen, was aber wenig gemacht wird):

- Kennzeichnung und Registrierung der Tiere zwischen dem 1. Februar und dem 30. Juni 2025.

2. Bei Produzenten ohne „Modulo del Ganadero“ (Betriebe mit weniger als 550 Tieren):

- Kennzeichnung erfolgt gleichzeitig mit der ersten Impfung gegen Maul- und Klauenseuche im Jahr 2025.

3. Pause zur Bewertung des Programms:

- Im Juli und August 2025 werden die Daten des Programms analysiert und geprüft. In dieser Zeit sind Kennzeichnung und Registrierung nicht erlaubt.

Verantwortlichkeiten je nach Herdengröße:

1 bis 99 Tiere:

- Die Organisation FUNDASSA übernimmt die Kennzeichnung



während der Impfung und sorgt für die Registrierung im SIAP-System.

100 bis 499 Tiere:

- Die Produzenten kennzeichnen ihre Tiere während der Impfung. FUNDASSA ist für die Überprüfung und Registrierung verantwortlich.

Mehr als 500 Tiere:

- Produzenten, die das „Modulo del Ganadero“ des SIGOR-Systems verwenden, sind selbst für die Kennzeichnung und Registrierung ihrer Tiere verantwortlich. (Der Produzent muss die Marken selber abholen oder eine verantwortliche Person mit der Autorisierung zum FUNDASSA-Büro ihrer Zone schicken)

Warum wird das System eingeführt?

Mit diesem neuen System möchte die Regierung den Export von Rindfleisch auf internationale Märkte ausweiten. Ziel ist es, den Wert des Fleisches zu steigern und den Produzenten höhere Einnahmen zu ermöglichen.

Hinweis an alle Produzenten:

Um die Umsetzung zu erleichtern, bitten wir alle Landwirte um Unterstützung während der Impfungen und bei der Anwendung der neuen Kennzeichnungsgeräte.

Dr. Vet. Enzo Pereira
DAF



IMPLEMENTACIÓN DEL SIAP

APLICACIÓN DE CARAVANAS



1. Preparar 2 pinzas para aplicar caravanas a modo de aglizar el trabajo, una pinza para la caravana **tipo botón electrónico** y otra pinza para la caravana **tipo tarjeta visual**. Revisar que la aguja de la pinza no esté doblada, tener recambio de agujas para las pinzas.



4. Colocar la caravana tipo botón electrónico en la cara interna de la oreja izquierda del ternero, en la parte media de la oreja, donde esté menos irrigada, en medio de las dos nervaduras.



2. Realizar la desinfección de las pinzas y las caravanas utilizando una solución desinfectante no iodada antes de cada aplicación.



5. Colocar la caravana tipo tarjeta visual en la cara interna de la oreja derecha del ternero en la parte media de la oreja, donde esté menos irrigada, en medio de las dos nervaduras.



3. Colocar pomada cicatrizante en las caravanas antes de su aplicación.



6. Luego de aplicar ambas caravanas, colocar un repelente curabicheras para favorecer la cicatrización y evitar bicheras.

RECOMENDACIÓN

Opcionalmente, se recomienda, durante las prácticas rutinarias del cuidado del ternero, realizar el perforado en las orejas de los terneros con pinza sacabocados (8mm de diámetro), a modo de facilitar la cicatrización y evitar bicheras en el momento del caravaneio. Esto se puede realizar 20 a 30 días antes de la aplicación de las caravanas.



Spezialisten im Hospital Tabea

Vorgesehen für Februar 2025

05. + 06. Februar

Psychiater: Dr. Charles Cabrera

05. + 19. Februar

Ernährungsberaterin: Lic. Odalis Gutierrez

11. + 25. Januar

Traumatologe (Knochenspezialist): Dr. Ricardo Piñanez

14. Februar

Hals-Nasen-Ohrenspezialist: Dr. Carlos Ocampos

14. Februar

Augenarzt: Grupo Visión

14. Februar

Endokrinologe (Schilddrüsenspezialist): Dr. Roque Anzoategui

19. Februar

Kinderärztin: Dra. Vanessa Coronel

19. Februar

Urologe: Dr. Pedro Martinez

20. Februar

Neurologe: Dr. Osvaldo Paniagua

20. + 21. Februar

Herzspezialist: Dr. Oscar Paredes

24. Februar

Hals-Nasen-Ohrenspezialist: Dr. Federico Rivarola

26. Februar

Logopäde/Fonoaudiologe: Lic. Sergio Gonzalez

27. Februar

Kinderarzt: Dr. José Buena

28. Februar

Mastologin: Dra. Ross Duarte

Jeden Montag und Mittwoch

Psychologin: Lic. Karina Warkentin

Liebe Radiohörer!

In diesem neuen Jahr gibt es so manche Änderungen hier bei uns im Radio. Es gab einen Personalwechsel – die Leitung des Senders wurde von Gabriela Bergen an Bianca Pankratz übergeben. Maria Siemens bleibt Teil der Arbeitsgemeinschaft und wir hoffen auf eine zukünftige Erweiterung des Teams.

Im Sendeplan sind die wichtigsten Änderungen folgende:

- Die Mittagsnachrichten beginnen nun um 11:45 Uhr
- Die Wunschlidersendung wurde aus organisatorischen Gründen von Mittwoch- auf Donnerstagabend verlegt
- Am Nachmittag gibt es ein neues Frauenprogramm „Frues met Hoppninj“
- Und weitere kleinere Änderungen

Unser erstes Ziel ist immer, dass unsere Hörer durch die verschiedenen Sendungen bereichert und gesegnet werden. Darum machen wir es uns zur Herausforderung, immer wieder neue Programme zu finden.

Wir freuen uns auf dieses neue Jahr mit euch, liebe Hörer und sind dankbar für jegliche Rückmeldung.

*Liebe Grüße,
Bianca Pankratz und Maria Siemens*



Der Ausgleich

Wie oft wünschen wir uns, dass alles so schön am Schnürchen läuft? Einen guten Ruf, festes finanzielles Einkommen, körperliche und mentale Gesundheit, eine glückliche Ehe und eine starke Familie – ein ausgeglichenes Leben. Harmonie und Balance in den verschiedenen Bereichen in unserem Leben. Aber ist das eigentlich möglich? Kann ich meine Umwelt so weit beeinflussen, oder mein inneres Leben so planen wie ich es möchte?

Die mentale Gesundheit ist eines der wichtigsten Themen in unserem Leben. Ohne mentale Gesundheit gibt es kein ausgeglichenes Leben. Als ausgeglichenes Leben wird der Zustand definiert, der Zufriedenheit oder Erfüllung in mehreren wichtigen Bereichen widerspiegelt und in anderen Bereichen wenig oder keine negativen Auswirkungen hat. Das Erreichen eines Gleichgewichts



im Leben ermöglicht es den Menschen in den verschiedenen Bereichen des Lebens eine Erfüllung zu erleben.

Es geht darum, einen gesunden Zustand des Denkens, Fühlens und Handelns aufrecht zu halten. Menschen, die mental ausgeglichen sind, erreichen in der Regel ihre Ziele besser, sie wissen den Stress zu bewältigen und genießen auch positivere Beziehungen.

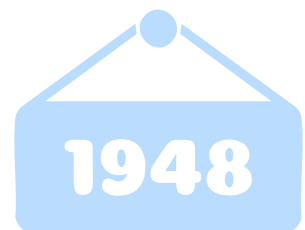


Gesundheit ist uns wichtig, wir wünschen sie zu jeglichen Anlässen: Geburtstag, Geburt, auch an Hochzeiten oder bei Einweihungen von neuen Geschäften, Projekten oder beim Neubau eines Hauses. Denn ohne Gesundheit können wir nichts so richtig genießen. Hierbei bezieht man sich hauptsächlich auf physische Gesundheit. Aber die psychische Gesundheit steht auch auf der gleichen Stufe. Eine Depression kann genauso belastend werden wie hohes Fieber.



Psychische und physische Gesundheit sind also eng miteinander verknüpft und können sich untereinander stark beeinflussen, im Guten sowie im Schlechten. Die Weltgesundheitsorganisation definiert Gesundheit als „einen Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und des sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen“.

Diese Definition besteht seit 1948 unverändert.



Untersuchungen haben gezeigt, dass 30 % der Menschen mit einer langfristigen körperlichen Erkrankung auch an De-

pressionen oder Angstzuständen leiden. Andersrum ist uns bekannt, dass durch eine Depression auch körperliche Beschwerden auftreten, oder bei einer Angststörung der Körper verschiedene unangenehme und schmerzliche Symptome herbeiruft.



Das eine geht nicht von dem anderen zu trennen, wobei leider im Gesundheitssystem noch vieles im psychischen Bereich verbessert werden muss.

Laut einer Studie von Ipsos (ein global tätiges Sozial-, Politik- und Marktforschungsunternehmen) zum World Mental Health Day 2023 (zu Deutsch Welttag der psychischen Gesundheit) denken 78 % der Personen, dass psychische Gesundheit genauso wichtig ist wie körperliche Gesundheit. Im Gegensatz geben weltweit nur 34 % an, dass das Gesundheitssystem ihres Landes sie gleichbehandelt. 62 % geben an, dass ihr Alltag im vergangenen Jahr stressbedingt gestört wurde, und 39 % ge-



ben an, dass sie in den letzten 12 Monaten aufgrund von Stress eine Auszeit von der Arbeit nehmen mussten.

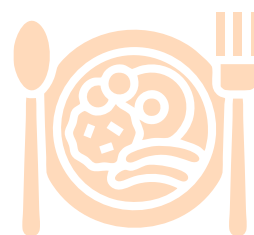
Basierend auf Trenddaten aus fünf Jahren, untersucht der Ipsos Global Health Service Monitor Veränderungen bei den größten Gesundheitsproblemen, wie Menschen die Qualität der Gesundheitssysteme ihres Landes wahrnehmen und welche größten Herausforderungen Gesundheitsdienstleister weltweit haben.

Das heißt, dass die mentale Gesundheit Nummer eins ist auf der Tagesordnung der Welt, oder wie so oft gesagt wird: Psychische Störungen sind die Epidemie des 21. Jahrhunderts.



Auch wenn diese Daten erschreckend sind und die psychischen Störungen auch uns nicht fern sind, wissen wir uns doch geborgen in Gottes Händen. Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass der Glaube die mentale Gesundheit fördert. In meinem Praxis stelle ich oft die Frage in welcher Form der Glaube dem Patienten hilft, durch Krisen oder schwere Situationen zu gehen. Es ist erstaunlich welche wundervollen Antworten hier erscheinen.

Um den erwünschten Ausgleich zu erreichen, gibt es keine allgemeine Formel, die jedem passt oder hilft. Trotzdem möchte ich einige Tipps zum mentalen Ausgleich erwähnen:



Ernährung: Ohne eine ausgeglichene Ernährung ist körperliche Gesundheit auf langer Sicht nicht möglich. Ebenso beeinflusst unsere Ernährung auch unserem Mut und somit unser Wohlergehen. Es muss nicht immer alles gesund sein, denn ausgeglichenes Essen könnte so aussehen: 80 % gesund, 20 % Genüsse.

Schlaf: Der Schlaf regelt viele Funktionen in unserm Körper, aber spielt auch er aktiv beim emotionalen Ausgleich mit. Laut Wissenschaft sind sieben bis acht Stunden notwendig um leistungsfähig zu sein. Bei Müttern mit Kleinkindern ist das wohl eher nicht möglich und trotzdem habe ich noch von keiner Mutter, die an Schlafmangel gestorben ist, gehört, aber die Konsequenzen wie leichte





Reizbarkeit und so weiter sind wohlbekannt. Zur gleichen Zeit schlafen gehen, sowie auch zur gleichen Zeit aufstehen, auch wenn die Nacht schlecht war, steigert die Möglichkeit in der nächsten Nacht besser zu schlafen. Also: länger schlafen, um auszuschlafen, hilft bei Schlafstörungen nicht, sondern verstärkt sie. Ein weiterer Tipp ist die digitalen Bildschirme, wie Handy, Fernseher, Computer und so weiter mindestens eine Stunde vor dem Schlafengehen zu vermeiden.



Bewegung: Wer sich viel bewegt, fördert maßgeblich seine Gesundheit. Sport stärkt die Abwehrkräfte, baut Stress ab und beugt Krankheiten vor, aber ist auch absolut grundlegend bei der Behandlung bei Krankheiten wie Depressionen

oder Angststörungen. 30 Minuten bewussten Sport am Tag machen einen großen Unterschied.



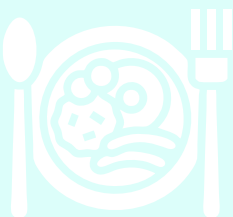
Arbeit/Studium: Beschäftigung, die mir das Gefühl gibt, das ich etwas leiste. Der Wunsch, etwas zu bewirken, zu gestalten, Spuren zu hinterlassen, ist ein Grundbedürfnis des Menschen. Dies lässt sich in der Arbeit verwirklichen. Es fällt uns oft schwer, hier den Ausgleich zu schaffen, sei es im Büro, auf der Wirtschaft, im Haushalt und so weiter. Zu viel Arbeit oder Studium ruft das Stresssymptom herbei, das wiederum zum Burn-Out (erschöpft, leer und ausgebrannt) führt.

Soziale Kontakte: Als Letztes möchte ich die sozialen Kontakte erwähnen, wie Familie, Ehe-

partner, Freunde, Gemeinde und so weiter. Zeit zum Genießen im Zusammenhang mit anderen Menschen ist grundlegend für den Ausgleich. Wir sind Gemeinschaftswesen, der Mensch braucht den Kontakt mit anderen Personen. Einsamkeit auf lange Sicht verstärkt zum Beispiel das Risiko der Depressionserkrankung.

Natürlich gibt es weitere Aspekte, die unser Leben bereichern und ausgleichen. Der Glaube zum Beispiel spiegelt sich in jedem Bereich unseres Lebens ab und beeinflusst das ganze Dasein. Aber wenn wir in den oben erwähnten Bereichen einen Ausgleich erreichen, ist unsere Lebensqualität verbessert.

Karina Warkentin
Psychologin



Centro de Formación Profesional (C.F.P.)



Als neuer Leiter des Centro de Formación Profesional (C.F.P.) möchte ich, Wilfried Neufeld Sawatzky, mich zuerst einmal kurz vorstellen. Ich bin der Sohn von Jakob G. und Helena Neufeld aus Lolita, Südmenno, wo ich seit meiner Kindheit auch wohne. Meine Eltern waren Vieh-, Milch- und Ackerbauern, und da durfte ich ständig mithelfen und Neues hinzulernen.

Von Beruf bin ich Lehrer. Ich habe das Lehrerseminar in Filadelfia abgeschlossen und danach Naemi Wiebe, auch Lehrerin, geheiratet. Gemeinsam haben wir zwei erwachsene Kinder, mittlerweile auch einen Schwiegersohn sowie einen Enkel.

Nach einigen Jahren, in denen ich als Lehrer gearbeitet habe, habe ich ein Studium in Asunción am Cemta (Theologie) und an der FAHCE (Erziehungswissenschaft) absolviert. Anschließend zogen wir zurück nach Lolita, wo ich dann in der Zentralschule (Centro Educativo Lolita) bis Ende 2024 gearbeitet habe. Mehrere Jahre war ich Leiter an der Primarschule

Lolita und in den letzten elf Jahren Leiter der Sekundaria des CEL.

Nun beginnt für uns als Ehepaar ein neues Kapitel, nämlich die Leitung am CFP. Es ist mir bewusst, dass es eine sehr wichtige Institution der Mennonitenkolonien in Paraguay ist. Diese Institution will ich nun, mit den mir von Gott gegebenen Fähigkeiten und meiner Verantwortung der Gesellschaft und Gott gegenüber, anleiten. Eines meiner Ziele ist, diese Institution nach den von ihr vorgegebenen Richtlinien und auf dem Grund des Wortes Gottes zu führen und zu leiten. Wir sollen die Erde bebauen und bewahren. Der biblische Schöpfungsbericht gibt den Menschen den Auftrag, die Erde zu bebauen. Wir Menschen haben für diese Erde einen Gestaltungsauftrag, wir sollen etwas aus dieser Welt machen. Wir dürfen und sollen den Garten so bearbeiten, dass er Frucht bringt. Eine wichtige Aufgabe des Gartens ist, dass durch seine Früchte die Menschen satt gemacht werden sollen. Folglich wollen wir dem Wort Gottes Gehorsam leisten und in den verschiedenen Be-

reichen der Gesellschaft und des Landes dienen. Nun will ich so viel wie möglich dazu beitragen, dass junge Menschen ihre Fähigkeiten und Gaben entdecken, diese auch entwickeln und anwenden können.

Weiter wollen wir als Erziehungspersonal ein Team bilden, denn die Vielseitigkeit der Institution soll ein Ganzes bilden. Zusammen sind wir stark, heißt es in einem Sprichwort und das wollen wir. Darüber hinaus wollen wir anstreben, dass Schüler möglichst einen professionellen Unterricht in den verschiedenen Lehrgängen erhalten. Die Technologie ist so weit vorangeschritten und ist im rasanten Marsch vorwärts, deshalb sind wir gefragt, heute Leute für morgen auszubilden. Dazu brauchen wir die volle Unterstützung der Kolonien und der Bürger.

Jegliche positiven und konstruktiven Hinweise oder Ratschläge sind mir willkommen.

*Wilfried Neufeld
Leiter des C.F.P.*



180 Andachten zum Auftanken

Wenn Eltern abends zur Ruhe kommen, ist das genau der richtige Moment, um die Ereignisse des Tages gemeinsam Revue passieren zu lassen und durch Ausrichtung auf Gott neue Kraft zu schöpfen. Die wohltuenden Texte der erfahrenen Familienberater spenden Trost und machen Mut, als Eltern den Alltag zu meistern.

Die 180 Andachten helfen bei der geistlichen Ausrichtung, berühren Erziehungsfragen, liefern Ideen zur Konfliktlösung und zum konstruktiven Umgang mit Wut und Stress. Ein durchdachtes Konzept, das Ihre Beziehung als Ehepaar vertieft und Ihnen neue Impulse und Wegweisung für die gemeinsame Erziehung gibt.

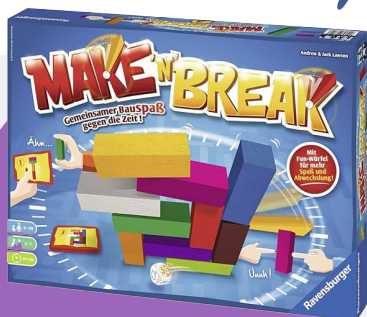


Entdecke die Bibel

Erzählungen aus dem Wort Gottes (nicht nur) für Kleine

Mit der Bibel durch das ganze Jahr - Band 1: Altes Testament

240 spannende Geschichten aus dem Alten Testament zeigen wie Gott in früheren Zeiten handelte und was die Menschen damals mit Ihm erlebten. Ergänzt durch farbige Bilder sollen sie unseren Kindern helfen, Gott besser kennenzulernen. Damit die biblischen Wahrheiten sich besser einprägen, sollen die Fragen Hilfestellung geben und zum weiteren Nachdenken anregen.



Make 'n' Break

Eine spannende Herausforderung für die ganze Familie! Aufgeteilt in verschiedene Teams, versuchen die Spieler, verschiedene Figuren zu bauen, bevor die Zeit abläuft.

Am Ende kann es aber nur einen Sieger geben! Die 150 neuen Bauwerke und der „Fun“ Würfel garantieren jedes Mal neue spannende Herausforderungen.



Rezepte

Amerikanische Pancakes



Zutaten (1 Portion)

3 Eier
100 ml Milch
200 ml Naturjoghurt
150 g Mehl
2 TL Backpulver
1 Prise Salz
2 EL Zucker

Zubereitung

Die Eier zu einer schönen hellen Schaummasse verquirlen. Milch und Naturjoghurt vermischen.

Mehl, Backpulver, Milch-Joghurt-Mischung, Salz und Zucker nach und nach zu den Eiern geben und immer schön weiter rühren. Evtl. etwas mehr Milch zufügen wenn der Teig zu dick ist. Aber er sollte schon gut dickflüssig sein.

Die Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen, jeweils etwa einen TL Öl hineingeben und nacheinander den ganzen Teig zu Pancakes verbaken. Wichtig! Ganz wenig Öl verwenden und langsam, also auf mittlerer Stufe, nicht zu heiß ausbacken.

Schmecken toll mit Sirup oder mit Frucht und Quark.

Kartoffelpuffer



Zutaten (2 Portionen)

1 kg Kartoffeln
2 Eier
1 Zwiebel
2 Prisen Salz
3 EL Mehl
Öl, zum Ausbacken

Zubereitung

Kartoffeln schälen, reiben und für ca. 20 min Wasser ziehen lassen. Das überschüssige Wasser abgießen.

Die geschälte und gewürfelte Zwiebel mit den restlichen Zutaten zu den Kartoffeln geben und alles gut verrühren.

Eine Pfanne erhitzen und die Kartoffelpuffer ausbacken/braten. Um die Kartoffelpuffer in einer 'normalen Größe' (ca. 7-9cm) zu portionieren, benutze ich für einen Kartoffelpuffer eine kleine Suppenkelle.

Zu den Kartoffelpuffern passt hervorragend Apfelmus. Guten Appetit!

Quelle: www.chefkoch.de



NEUE RUBRIK: Sehenswürdigkeiten in Paraguay

Paraguay ist ein faszinierendes Land, das mit seiner reichen Kultur, abwechslungsreichen Natur und historischen Stätten begeistert. Obwohl es weniger bekannt ist als andere südamerikanische Länder, hat Paraguay viel zu bieten: von den beeindruckenden Jesuitenruinen, die zum UNESCO-Weltkulturerbe gehören, bis hin zu atemberaubenden Naturschönheiten wie den Wasserfällen von Saltos del Monday oder dem riesigen Itaipú-Staudamm. Ob in den grünen Hügeln des Ybytyruzú-Gebirges, in den historischen Städten oder an den ruhigen Flüssen – Paraguay hat für jeden etwas zu bieten.

In den kommenden Ausgaben unseres Infoblatts werden wir hin und wieder mal Berichte über verschiedene Sehenswürdigkeiten und touristische Ziele in Paraguay veröffentlichen. So können wir gemeinsam unser Heimatland besser kennenlernen und erkunden.

Die Redaktion

Procole – Schweizer Käserei



Die schweizerisch-italienisch-französische Käserei Procole wurde vor 12 Jahren gegründet. Die Produkte werden von Hand hergestellt, und zu den Käsesorten gehören Gruyère, Camembert, Pepato, Tilsit, Raclette, Parmesan und Paraguay Gourmet. Es handelt sich um qualitativ hochwertige Produkte, die auf natürliche Weise und ohne künstliche Zusatzstoffe hergestellt werden und deren Geschmack, Farbe, Geruch und Textur einzigartig sind.



Kontakt: 0976 999888



Ort: Naranjo, Piribebuy

Quelle:

<https://visitparaguay.travel/places/procole-fabrica-de-quesos-suizos>

Die Redaktion



Gartenbau



Gemüse und Obst liefern für den Menschen gesunde Nährstoffe. Auch ist Gemüseanbau und Obstproduktion eine erholsame Beschäftigung.

Gemüseanbau braucht genau so viel Kenntnisse und Fertigkeiten wie der Ackerbau oder die Viehproduktion.

Für den Anbau von Gemüse werden einige Arten direkt im Gemüsegarten ausgesät, wie Radieschen, gelbe Rüben, rote Beete, Gurken. Andere Arten werden in einem Aussaatbeet ausgesät, und später in den Garten gepflanzt, wie Tomaten, Kohl, Salat.

Das Gemüse braucht fruchtbaren Boden. Daher sollte man jedes Jahr beim Pflanzen Volldung streuen wie z. B. ein 15-15-15. Etwa 200 Gramm

Dung auf einen Quadratmeter. Kuhmist sollte man im Gemüsegarten nicht verwenden, zumindest, wenn der Kuhmist Reste von scharfen Herbiziden enthält, was die Gemüsekeimlinge abtötet.

Als Bodenbedeckung kann man Gras vom Rasen schneiden verwenden. Damit werden die Beete ganz bedeckt, so dass nur die jungen Gemüsepflanzen durchschauen.

In unseren Gemüseärten fangen wir mit der Aussaat im März an.

Das Infoblatt will mit der Rubrik GARTENBAU den Gemüseanbau und die Pflege der Obstbäume unterstützen, und zum Genießen von Gemüse und Obst beitragen.

David Friesen
Ing. Agrónomo

NEUE RUBRIK: Einheimische Bäume Paraguays (siehe nächste Seite)

In dieser neuen Rubrik möchten wir die Vielfalt und Schönheit der einheimischen Bäume Paraguays in den Mittelpunkt stellen – insbesondere jene, die unsere Landschaft in Friesland prägen. Bäume sind nicht nur Lebensspender und Sauerstoffproduzenten, sondern auch ein wichtiger Bestandteil der Kultur und Wirtschaft.

Jede Ausgabe widmet sich einem besonderen Baum: Wir beleuchten seine Eigenschaften, seine Wichtigkeit für die Umwelt und seinen Nutzen für Mensch und Tier. Dabei laden wir Sie ein, die Natur um uns herum neu zu entdecken und den Wert dieser oft unscheinbaren Begleiter zu schätzen. Freuen Sie sich auf spannende Einblicke aus unserer grünen Heimat.

Die Redaktion



Weihrauch / Incienso

Yvyra pajê

Wissenschaftlicher Name:

Myrocarpus frondosus

Familie:

Leguminosa, Fabaceae

Merkmale:

1. Gefiederte Blätter mit 3–9 eiförmigen Blättchen mit durchscheinenden Punkten und Linien
2. Äußere Rinde gräulich, rau, mit tiefen Längsrillen
3. Weiß-gelbliche innere Kruste, manchmal mit einem schwachen Weihrauchgeruch
4. Die Frucht ist eine sehr schmale Flügelnuss („Samarra“ - ein- oder auch mehrsamige, nussartige, trockene, nicht aufspringende Schließfrucht) mit zwei langen Flügeln an den Seiten.

Aussehen:

Es handelt sich um einen großen, halb laubabwerfenden Baum (semi-caduco) mit einer Höhe von 25 bis 35 m und einer Stammbreite von 40 bis 90 cm. Die Krone ist schmal, rund und dicht, mit aufsteigenden, gewundenen und zwiegespaltenen Zweigen. Das Laub ist dunkelgrün. Der Stamm ist zylindrisch und leicht gewunden und kann zwischen 8 - 15 Meter lang werden.

Rinde:

Die äußere Rinde ist gräulich, rau, hart, mit tiefen Längsrillen und Korkrippen. Beim Abkratzen hat sie eine ocker-ähnliche Farbe. Die innere Rinde ist gelblich-weiß, hart und hat eine sandige Textur. Sie verströmt



einen charakteristischen Duft nach Weihrauch oder Melisse. Sie ist 4–8 mm dick.

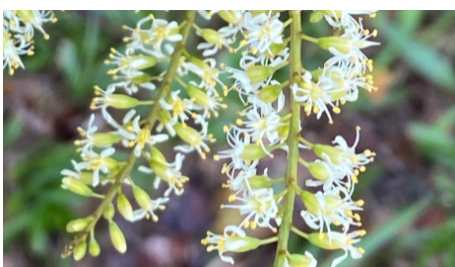
Blätter:

Sie sind wechselständig, gefiedert, 4–20 cm lang. Ein Blatt kann aus drei bis neun Blättchen bestehen. Diese sind eiförmig-lanzettlich; 2,5–7 cm lang und 1,5–4 cm breit, spitz, mit abgerundeter Basis, leuchtend grün mit winzigen, durchscheinenden Punkten und Linien.



Blüten und Früchte:

Der Blütenstand ist eine achselständige Traube von 3–10 cm Länge. Es gibt zahlreiche dichte, fast 1 cm lange, gelbgrüne, duftende, unregelmäßige Blüten mit fünf schmalen Blütenblättern. Die Frucht ist eine länglich-lanzettliche Samara, sehr schmal, abgeflacht, 5–10 cm lang und 1–2 cm breit, mit zwei langhäutigen Flügeln an den Seiten und 1–2 schmalen, zylindrischen Samen. Der Yvyra pajé blüht von September bis Oktober und trägt von November bis Dezember Früchte.

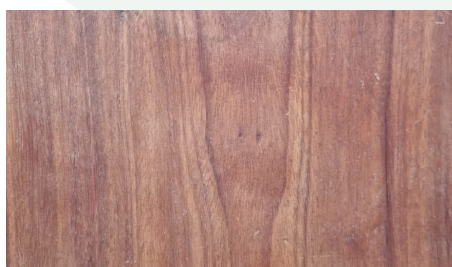


Ökologische und waldbauliche Beobachtungen:

Es handelt sich um einen wichtigen Oberschichtbaum, der häufiger in den feuchten Teilen des Waldes vorkommt. Man findet ihn im Paraná-Becken, er ist aber in keinem Gebiet sehr häufig anzutreffen. Es handelt sich um eine hygrophile (Pflanzen, die in besonders feuchten Gebieten wachsen) und heliophytische (Pflanzen, die für ihr Wachstum eine hohe Intensität des Sonnenlichts benötigen) Art. Das anfängliche Wachstum ist nicht sehr schnell, aber es gibt Berichte, dass diese Art nach ihrer Etablierung schnell wächst. Auf Plantagen wächst der Baum in schlechter Form und muss korrigierend beschnitten werden. Er wird für Anreicherungspflanzungen empfohlen. Samen verlieren schnell ihre Keimkraft. Sie müssen sofort geerntet und gepflanzt werden. Ein Kilo enthält etwa 25.000 Samen.

Holz:

Es ist ein schweres Holz (800–850 kg/m³), hart und stark. Es hat eine homogene, feine Textur mit mittlerer, stacheliger Körnung. Trocknungseigenschaften und Stabilität sind gut. Das Splintholz ist weiß-ockerfarbig und das Kernholz ist hellbraun bis rotbraun. Beim Schneiden



verströmt das Holz aufgrund des Gehalts an Tanninen und Gummiharzen einen angenehmen und charakteristischen Geruch. Im Längsschnitt erkennt man die breiten, holzigen Strahlen, die ihm ein schönes Muster verleihen. Daher wird es im Schreinerei-, Möbel- und Furnierbau eingesetzt. Es genießt auf dem nationalen und internationalen Markt eine hohe Wertschätzung.

Andere Verwendungszwecke:

Der Name Weihrauch ist auf den aromatischen Duft zurückzuführen, der aus dem Baum kommt. Beim Verbrennen ähnelt er stark der Myrrhe und wird als Ersatz für echten Weihrauch verwendet.

Verbreitung:

Südbrasilien, Paraguay und Nordostargentinien. Andere gebräuchliche Namen: Yvyra Pajé, Incienso (Paraguay); Ibirá Payó, Incienso (Argentinien); Cabreúna, Brahuna, Pau Balsamo (Brasilien).

Kevin Pankratz
Ing. Forestal



Oliver Siemens

ÜBER MICH

Name: Oliver Siemens

Fachrichtung, Dauer und aktuelles Semester:
Zahnarzt – befinde mich im letzten von 5 Jahren

Universität: Universidad del Pacífico

DAS WARUM

Ich wollte einen Beruf, in dem ich mit Menschen arbeiten und ihnen helfen kann, da es mir große Freude bereitet, anderen etwas Gutes zu tun. Gleichzeitig war es mir wichtig, eine Tätigkeit auszuüben, die mir Eigenständigkeit und Verantwortung bietet. Der Beruf des Zahnarztes vereint all diese Aspekte und deshalb entschied ich mich dafür.

MEIN HIGHLIGHT

Ich denke, das Highlight wird mein Abschluss sein, was aber bisher das Beste am Studium war, war das praktische Arbeiten an Patienten, da man hier eine viel bessere Vorstellung von der Theorie hat und vom Beruf als Zahnarzt.

HERAUSFORDERUNGEN

Die größte Herausforderung ist es, Patienten zu finden, an welchen wir unsere Arbeiten machen können. Jedes Fach hat einen "Cuadro de trabajo", welches die Arbeiten sind, die wir im Jahr schaffen müssen. Beispielsweise im Fach Cirugía bestand der Cuadro de Trabajo daraus, 30 Zähne zu ziehen. Um diese Arbeiten machen zu können, müssen wir dafür sorgen, dass wir



Patienten bekommen, die es nötig haben, sich einen Zahn ziehen zu lassen. Diese Patienten bekommen wir größtenteils von der Straße und von deren Familienangehörigen. Deshalb sind wir meistens von anderen Menschen abhängig, ob wir arbeiten können oder nicht, da diese Menschen oft unverantwortlich sind und nicht zum abgemachten Termin erscheinen.

Das Einleben in Asunción war für mich relativ einfach, da ich es vorher schon ein bisschen kannte, die spanische Sprache gut beherrschte und mit Freunden zusammenlebte.

GRUND ZUR DANKBARKEIT

Ich bin dankbar für meine Frau, die mich voll unterstützt, für meine Familie, die mithilft wenn es mal fehlt, für die Kooperative welche mich finanziell unterstützt und für die Gebete der Gemeinde!



FEBRUAR

Gottesdienste und allgemeine Programme

DATUM	MBG	KfK	MG
2. Februar	Gemeindegottesdienst Kindersegnung (Versamlungsraum MBG) 9 Uhr Tererégemeinschaft		Gemeindegottesdienst mit Abendmahl (MG-Kirche) 9 Uhr
9. Februar	Gemeindegottesdienst (Versamlungsraum MBG) 9 Uhr		Gemeindegottesdienst (MG-Kirche) 9 Uhr
16. Februar	Gemeindegottesdienst (Versamlungsraum MBG) 9 Uhr		Gemeindegottesdienst mit Jahresgemeindestunde und Mittagessen (MG-Kirche) 9 Uhr Bitte für das Mittagessen beim Deportivo Stühle, Geschirr und Beilagen für Asado mitbringen.
23. Februar	Ministerio Hispano MBG (Versamlungsraum MBG) 9 Uhr	K.f.K.-Gottesdienst mit Pastor Gastón Guzman (MG-Kirche) 9 Uhr	

1. Thessalonicher 5,21

**Prüft alles
und behaltet**



**das
Gute**



Aus der Schule

Zwei erholsame Monate Sommerferien liegen hinter uns. Schüler, Eltern und Lehrer hatten die Gelegenheit, abzuschalten und sich mit anderen Inhalten als denen der Schule zu beschäftigen. Ich denke, es hat uns allen gutgetan.

Mit dem Februar rückt nun auch das Schulleben wieder auf den Bildschirm. Die Lehrer treffen sich am 5. Februar zu ihrer ersten Sitzung. Dann beginnen die Aktivitäten der sogenannten Preclases. In den verschiedensten Sitzungen wird dann schon das Jahr in groben Zügen geplant, Jahresziele werden festgelegt, Jahrespläne für die einzelnen Fächer erstellt, Aufgabenbereiche verteilt und Klassenzimmer vorbereitet.

In diesem Jahr wollen wir die jährliche Lehrerfortbildung von ODISEA auch in den Preclases haben, und zwar am Donnerstag, den 13. Februar. Dazu haben wir Herrn Fernando Griffith eingeladen, der uns mit Vorträgen dienen wird. Am Abend dieses Tages wollen wir dann auch den Elternabend durch-

führen. Es gibt einige Infos zum Jahr und dann einen Vortrag, ebenfalls von Herrn Griffith.

Die Klassenlehrerverteilung ist in diesem Jahr wie folgt:

Klasse	Klassenlehrer
Vorschule	Diane Bergmann
1	Leticia Voth
2	Sieglinde Fast
3	Gabriela Bergen
4	Beate Penner
5	Hartwig Penner
6	Torsten Wiebe
7	Gert Bergmann
9	Manuela Siemens
10	Javier Brice
11	Ronald Pikulik
12	Alba Rosa de Melgarejo

Weitere Lehrer im Team sind:

Anita Warkentin, Simone Fast, Marcos Gallardo, Christy Janzen, Adrian Santacruz, Estiven Cabral, Delia Rempel und

Neli Villalba. Als Hilfskräfte in den unteren Klassen arbeiten Noelia Fast und Olga Pankratz.

Ich bin sehr dankbar für unser gutes Lehrerteam und dass wir alle Stellen gut besetzen konnten!

Eine große Aktivität, die in diesem Jahr vor uns liegt, ist die Mennonitische Lehrertagung, die wir in Friesland organisieren werden. Diese findet im Juli statt und da sind wir auf die Mithilfe aller Friesländer angewiesen. Ganz besonders was die Unterkunft der vielen Lehrer betrifft. Aber ich bin sicher, dass Friesland die Heime öffnen wird, denn schließlich sind wir bekannt dafür, gastfreundlich zu sein.

Wichtige Termine im Februar findet man im Kalender auf der nächsten Seite!

Ich freue mich auf das neue Schuljahr und auf das, was Gott für uns vorbereitet hat.

Beate Penner
Schulleiterin

ERSTE SCHULTERMINE COLEGIO FRIESLAND FEBRUAR 2025



4	INFORMATIONSNABEND FÜR DIE ELTERN DER VORSCHULE 19.30 UHR
6-12	NACHEXAMEN VORMITTAGS
13	ELTERNABEND - VORTRAG VON FERNANDO GRIFFITH UND INFORMATIONEN 19.30 UHR
17	ERSTER SCHULTAG 7 UHR
25	ERSTER SCHULTAG - VORSCHULE 7 UHR



2° puesto:
Linda Gallardo,
Cooperativa
Friesland Ltda.

Auch im letzten Jahr nahmen wieder Freiwillige aus der Primaria am Malwettbewerb teil, der von FECOPROD aus organisiert wurde. In der Kategorie 11-15-Jährige gewann Linda Gallardo, Schülerin der 6. Klasse 2024, den 2. Platz.

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH!

