JULI 2022 | AUSGABE 20

ZIVOS

Zeitschrift für Integration und Vielfalt in Osnabrück

Porträt - Daniela Dandrea:
Staunen und lernen -
den Menschen zugewandt 1

Außerdem in dieser Ausgabe:

REDEWENDUNGEN

Deutsche Redewendungen auf Deutsch und Arabisch erklärt 2

WIR ALLE SIND OSNABRÜCK

Esskulturen im Vergleich 3

House of Resources 4

Niedersachsen-Technikum 5

Osnabrück plant „Sommer des Miteinanders“ 6

SELBSTSTÄNDIGE MIGRANTEN

Selbstständige Podologin 7

FESTE UND BRÄUCHE

Holi- Fest 8

REZEPT

Sauerampfer-Suppe 9

STAUNEN UND LERNEN – DEN MENSCHEN ZUGEWANDT

Porträt Daniela Dandrea

VON JANE VERNON

Als Kind lebte Daniela Dandrea, Grundschullehrerin in einem zweisprachigen Projekt, begeistert in zwei Welten. In den Schulferien hat ihr Vater sie, ihren Bruder und ihre Schwester vom Internat im bergigen Norditalien abgeholt, wo die Menschen etwas kleiner sind und dunkle Augen und einen dunklen Teint haben. Eine lange Autofahrt und einmal schlafen, und Daniela wachte wie durch einen Zauberspruch in Ostfriesland in einer völlig anderen, flachen Welt auf, wo die Menschen größer und blond waren und blaue Augen hatten. „Sie sprachen eine völlig andere Sprache, aber ich konnte sie verstehen!“
Das fand Daniela toll, weil sie die Freiheit liebte, sich in beiden Welten zu bewegen. Für sie war es eine Bereicherung, im Sommer in Emden mit ihren Eltern zusammen zu sein und im Winter in den Dolomiten den Schulalltag zu genießen. In beiden Welten bewegte sie sich frei, hat mit den Kindern vor Ort gespielt und mit ihnen in der jeweiligen Sprache gesprochen. „Das möchte ich meinen SchülerInnen beibringen! Sie lernen Lieder und Dialoge, sodass sie mit italienischen Kindern spielen und sprechen können.“

Foto: Jane Vernon

Für ‚Gastarbeiter‘, wie man sie damals nannte, gab es immer eine Frage zu beantworten: Sollen die Kinder in Deutschland groß werden, oder bei Verwandten im Heimatland, weil man vorhatte, eines Tages in die Heimat zurückzukehren?
Danielas Eltern haben entschieden, die Kinder sollten in Italien zur Schule gehen. Die Arbeit in der Eisdiele liess wenig Zeit für Kindererziehung.
Daniela lebte also bei Verwandten in Italien, bis die Zeit für ein Internat kam. Gute Lehrerinnen haben ihren Wissensdurst gefördert.

Fortsetzung

STAUNEN UND LERNEN – DEN MENSCHEN ZUGEWANDT

VON JANE VERNON

Sie hat sich beispielsweise sehr gewundert, warum dasselbe Ereignis im deutschen Geschichtsbuch als ‚Völkerwanderung' beschrieben wird, in italienischen Geschichtsbüchern als ‚Einfall der Barbaren'. Daniela war aber nicht nur mit solchen Fragen beschäftigt. Sie hat anderen Kindern bei ihren Hausaufgaben geholfen und dann für einen Basar gestickt – der Erlös ging an eine Mission in Afrika.
Mit 9 Jahren stand ihr Weg fest: Sie würde Lehrerin werden, die ganze Welt bereisen - und sie würde eines Tages Sri Lanka besuchen. Damals hatte sie Märchenbücher aus aller Welt gesammelt. Sri Lanka wurde zu einem besonderen Wunschziel, nachdem sie eine Briefmarke mit einer Friedenstaube aus Sri Lanka entdeckte.

Obwohl sie Sri Lanka noch nicht besucht hat, ist sie ihrem Traum, mit vielen Menschen aus aller Welt zu sprechen, als Lehrerin für Kinder mit Einwanderern und im Internationalen Frauennetz näher gekommen.
Leider ist der Traum der Eltern, nach Italien zurückzukehren, an der Krebserkrankung und dem frühen Tod von Danielas Vater gescheitert. Ihre Mutter beschloss, das Geschäft in Emden alleine weiterzuführen. Mit 18 Jahren übernahm Daniela Dandrea die Verantwortung für ihre jüngeren Geschwister in Italien.
Eine schwere Aufgabe für die junge Frau neben ihrem Studium zum Lehramt in Venedig.
Nach dem Studienabschluss kam sie nach Deutschland und unterrichtete im Raum Oldenburg Italienisch als Herkunftssprache.

Seit 2006 ist sie an der Diesterweggrundschule, wo sie zweisprachig in kreativen und musikalischen Fächern tätig ist. Danielas Elan ist ansteckend. „Ich bin Weltbürgerin!", sagt sie von sich. Durch den Ausdruckstanz ‚Biodanza' sucht sie einen Ausgleich zum Alltag. „Der Friede ist nicht selbstverständlich", meint Daniela. „Gegen Unterdrückung und Rassismus muss man auf der Hut sein. Nicht immer ist uns bewusst, ob wir Vorurteile haben."
Im Migrationsbeirat und im niedersächsischen Integrationsrat ist sie seit Jahren tätig, um in der Gesellschaft ein Zeichen zu setzen. Wichtig ist ihr die Chancengleichheit, besonders durch Bildung. „Ich lebe in verschiedenen Welten. Der Zauber ist nur größer geworden. Singen und Handwerk in der Schule, Biodanza in Hude, in Hamburg bei den Bahá'í, bei der Mutter in Italien – überall fühle ich mich pudelwohl."

REDEWENDUNGEN

	Erklärung auf Deutsch	Übersetzung auf Arabisch
Auf den Keks gehen	Jemandem auf die Nerven gehen	إزعاج شخص ما
Vom Regen in die Traufe	aus einer unangenehmen Situation in eine noch unangenehmere geraten	الخروج من موقف مزعج إلى موقف أكثر إزعاجًا
Liebe geht durch den Magen	Gutes Essen verstärkt die Liebe	الطعام الجيد يقوّي الحب
Einen Kater haben	Kopfschmerzen und Unwohlsein nach starkem Alkoholkonsum	الصداع والشعور بالضيق بعد تناول الكحول بكثرة
Jemanden um den Finger wickeln	Jemanden liebevoll dazu bringen, das zu tun, was man möchte	جعل شخص ما أن يفعل برضاءه ما يريده الآول الوصول إليه
Den Ball flach halten	Sich zurückhalten, keine Aufmerksamkeit erregen	التراجع ، عدم إثارة الانتباه
Etwas auf die lange Bank schieben	Etwas nicht zeitnah erledigen, verzögern	عدم القيام بشيء ما في الوقت المناسب والتأخر به
Geld zum Fenster hinauswerfen	Geld für sinnlose Dinge verschwenden	إضاعة المال على أشياء لا فائدة منها
Einen Korb bekommen	Bei einem Flirt, Liebes- oder Heiratsantrag zurückgewiesen werden	المقابلة بالرفض في حالة مغازلة أو حب أو عرض زواج
Steter Tropfen höhlt den Stein	Geduld und Ausdauer führen zum Ziel	الصبر والمثابرة يؤديان إلى الهدف

Foto: Lena Pinsker

ESSKULTUREN IM VERGLEICH

DIE UKRAINISCHE UND DIE DEUTSCHE KÜCHE IM VERGLEICH

VON JOHANNA KARAPINAR

Über 50.000 Menschen mit ausländischen Wurzeln leben und arbeiten mit uns gemeinsam in Osnabrück, das sind 30 Prozent der Gesamtbevölkerung der Stadt. Aber wie gut kennen wir einander? Wir haben uns in der Redaktion gefragt, wie eigentlich die Essgewohnheiten anderer Kulturen sind und welche Unterschiede es zu der deutschen Esskultur gibt. In den nächsten Ausgaben möchten wir die Esskulturen verschiedener Kulturen vergleichen.

Foto: Pexels

Dieses Mal betrachten wir die deutsche und die ukrainische Esskultur. Ich sprach mit Frau Lena Pinsker. Aktuell leben in Osnabrück über 3000 Ukrainer und Ukrainerinnen. Die ukrainische Küche ist im Allgemeinen sehr vielseitig. Das Essen ist deftig und sättigend. In der West-Ukraine kochen die Menschen durch den polnischen und rumänischen Einfluss sehr würzig. Ukrainer essen überwiegend Schweinefleisch. Sie lieben Speck (ukrainisch: salo) gebraten, gepökelt, gekocht, roh oder geräuchert. Auch Kohl wird in vielen Varianten oft gegessen. Sehr beliebt ist auch der Buchweizenbrei. Er wird entweder süß mit Milch oder salzig wie Reis gekocht. Hin und wieder wird auch Fisch gegessen.
Wie sieht der Mahlzeitenrhythmus aus? Welche Feste und Besonderheiten gibt es in der ukrainischen Küche?

Traditionell werden in der Ukraine drei große Mahlzeiten gegessen. Auf dem Land in der Ukraine frühstücken die Menschen oft noch warm. Ein typisches Gericht ist Buchweizen oder Kartoffeln mit gebratenen Frikadellen. Es wird auch gerne Tee getrunken, vorzugsweise Lindenblütentee, Hagebuttentee, Früchtetee oder schwarzer Tee mit Zitrone. Manche Ukrainer trinken gerne einen Brottrunk (ukrainisch: Kwas), gebackene Milch oder Kefir. In der Stadt essen die Menschen in der Regel Brot zum Frühstück, so wie in Deutschland. Wurst oder Käse sind als Brotauflage sehr beliebt. Auch Milchprodukte wie Schichtkäse (ukrainisch: tworig) isst man gerne. Zum Mittagessen sind Suppe, ein festes Essen und ein Dessert üblich. Ein klassisches Gericht ist Borschtsch (aus roter Bete mit Galuschka in Knoblauchsoße). Zum Essen wird gerne als Durstlöscher ein Früchtesud getrunken. Teigtaschen (ukrainisch: wareniki) mit Fleisch, Kartoffeln, Gemüse oder Obst gefüllt sind ebenfalls ein typisch ukrainisches Gericht. Als Dessert backen die Ukrainer gerne Pfannkuchen mit einer süßen Quarkfüllung. Ähnlich ist der Teig aus Schichtkäse, der in Öl gebacken wird (ukrainisch: sirniki). Als Abendessen wird entweder warm oder Brot gegessen. Klassisch ukrainisch werden mit Pilzen oder Fleisch gefüllte Pfannkuchen zubereitet. Kartoffelpuffer oder aus Kartoffelteig gebackene Speisen sind auch sehr beliebt.

Ein Kiew-Kotelett (mit Kräuterbutter paniert in Öl gebraten) ist ein Markenzeichen der ukrainischen Küche. Als Getränk wird Tee oder Früchtesud getrunken. Die Kirche in der Ukraine lebt nach dem Julianischen Kalender. Weihnachten wird deshalb nicht am 25-26.12., sondern immer am 06. und 07. Januar gefeiert.
Zum Weihnachtsfest wird traditionell gerne Karpfen oder Ente, gefüllt mit Äpfeln, gegessen.
Am Neujahr stellen die Ukrainer ihre Weihnachtsbäume auf und legen die Geschenke darunter. Zum Neujahr wird traditionell ein russischer Salat Olivje zubereitet.
Zum Osterfest backen die Ukrainer traditionell einen Kuchen mit getrockneten Trauben aus Hefeteig, der einem Stollen ähnelt (ukrainisch: paska). Manche nehmen diesen Kuchen in der Osternacht von Sonntag auf Montag mit in die Kirche, wo der Priester den Kuchen mit Weihwasser segnet.
In der Ukraine färben die Menschen genau wie in Deutschland an Ostern die Eier bunt. Traditionell gibt es eine Eierschlacht, wo die Eier bewusst aneinandergestoßen werden. Derjenige, dessen Ei nicht kaputt geht, hat gewonnen. Auch gibt es die Tradition des Osterhasen. Wir danken Frau Pinsker für das nette Gespräch und die vielen Infos!

Foto: Pexels

Foto: Lena Pinsker

HOUSE OF RESOURCES

HILFE FÜR DIE HELFER

VON JÜRGEN BUSCHER

Um das freiwillige Engagement für Integration zu stärken, hat das Bundesinnenministerium 2016 das Projekt „House of Resources“ gestartet. Seitdem entstehen in ganz Deutschland Häuser, die Vereine und Initiativen fördern, beraten und vernetzen. Das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge koordiniert das Projekt bundesweit.
In Osnabrück und Diepholz bietet das House of Resources Beratung, Förderung, den Verleih von Geräten und die Vernetzung von Aktiven an. Örtlicher Träger des Projekts ist der Eleganz Bildungsverein e.V. in der Johannisstraße. Die MitarbeiterInnen gehen aber auch in die Räume anderer Vereine.
Auf dem Terminkalender stehen unter anderem Workshops über die Arbeit mit Ehrenamtlichen und den Umgang mit Fördermitteln.
Das House of Resources bietet für verschiedene Zwecke finanzielle Förderung an. Für die Gründung eines Vereins können bis zu 300€ beantragt werden, für Veranstaltungen bis zu 500€ und für größere Projekte bis zu 2000€.
Die Beratung dreht sich neben den Themen Vereinsgründung, Vereinsrecht und -strukturen vor allem um Kooperation, Fördermöglichkeiten, Projekt- und Öffentlichkeitsarbeit.

Wer zum ersten Mal eine Förderung beantragt, muss zuvor die „Antragswerkstatt“ des HoR absolvieren. Über die Förderung entscheidet eine unabhängige Jury. Bei den monatlichen Netzwerktreffen können Menschen aus Vereinen und anderen Gruppen über aktuelle Projekte und Probleme sprechen.
Die halbjährlich geplanten „Kooperationsbörsen“ konnten coronabedingt bisher nicht stattfinden. „Kooperation entsteht aber oft gerade bei informellen Treffen“, so Mitarbeiterin Mareke Hauschild. Die MitarbeiterInnen sind auch offen für weitere Themen.

In der Regel führen sie ihre Workshops selbst durch, engagieren aber auch Fachleute aus anderen Vereinen, etwa dem Exil e.V.. „Wir kooperieren öfter mit dem Exil e.V.“, so Hauschild. „Wir kennen die Stärken des jeweils anderen und verweisen Menschen, die zu uns kommen, gern weiter.“
Auch sonst steht das House of Resources für alle Menschen und Gruppen offen. So lange sie das gleiche Ziel teilen:
Die ehrenamtliche Arbeit im Bereich Migration und Integration zu stärken.

Team: House of Resources

Foto: Jürgen Buscher

Hier erreichen Sie das House of Resources Osnabrück:
Johannisstraße 98/99, 49074 Osnabrück.
Tel.: 0541 - 57509 E-Mail: info@hor-osnabrueck.de
www.hor-osnabrueck.de

Foto: Jürgen Buscher

NIEDERSACHSEN - TECHNIKUM

EIN ANGEBOT FÜR FRAUEN VOR DEM STUDIUM

VON BARBARA BEHNEN

Das Niedersachsen - Technikum ist ein Angebot von Hochschulen und Universitäten für Frauen, die Interesse an Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik (MINT) haben, aber noch nicht genau wissen, was sie studieren oder welche Ausbildung sie beginnen wollen. Durch das Technikum haben sie die Möglichkeit, das Studium und den Berufsalltag als Ingenieurin oder Naturwissenschaftlerin zu testen. Das Projekt dauert für die Teilnehmerinnen sechs Monate.
Es beginnt jeweils im Wintersemester am ersten September eines jeden Jahres und endet am letzten Tag im Februar. „Ziel ist es, den Frauen zu zeigen, welche Studiengänge und Ausbildungsmöglichkeiten es im MINT-Bereich gibt und wie der Berufsalltag in Unternehmen abläuft“, erklärt Marika Gervens, wissenschaftliche Mitarbeiterin der Hochschule Osnabrück im Bereich „Berufsorientierung“.
Vier Tage in der Woche machen die Frauen ein Praktikum in einem Unternehmen, an einem Tag in der Woche besuchen sie Vorlesungen an einer Hochschule oder Universität.

Die Unternehmen, in denen die Frauen das Praktikum machen, kommen aus den Bereichen IT, Maschinenbau, Verfahrenstechnik, Lebensmitteltechnik oder Landmaschinenbau.
Die Firmen arbeiten fast alle international. Für das Praktikum gibt es 300 bis 500 Euro monatlich. Das Kindergeld wird weitergezahlt.
Zusätzlich zum Vorlesungstag und dem Praktikum gibt es ein „Rahmenprogramm“, das heißt es gibt weitere Angebote, an denen die Frauen teilnehmen. Zum Beispiel können sie Labore, das Planetarium in Osnabrück oder weitere Unternehmen besuchen und lernen verschiedene Studiengänge an Hochschule und Universität kennen. Voraussetzung für die Teilnahme am Technikum ist ein Abitur oder Fachabitur.

Foto: Pexels

Hast du Interesse am Niedersachsen – Technikum?
Dann schaue unter www.niedersachsen-technikum.de
Dort findest du deine Ansprechpartnerin und weitere Informationen.

© Hochschule Osnabrück |Niedersachsen-Technikum 2021/2022

OSNABRÜCK PLANT „SOMMER DES MITEINANDERS“

VON JÜRGEN BUSCHER

Durch die Corona-Pandemie mussten viele beliebte Veranstaltungen in den letzten Jahren ausfallen. Nachdem jetzt ein Großteil der Schutzmaßnahmen aufgehoben wurde, gibt es einiges nachzuholen. Geselligkeit und Nachbarschaft müssen zurückkehren.
Darum hat der Rat der Stadt Osnabrück am 8. Februar mit großer Mehrheit einen „Sommer des Miteianders“ beschlossen.
In vielen kleinen und größeren Veranstaltungen sollen die Menschen in der Stadt zusammenkommen, Kultur genießen und sich untereinander austauschen.
Ob Sport- oder Straßenfest, Flohmarkt, Konzert oder einfach ein Treffen unter Nachbarn:
Der „Sommers des Miteinanders“ fasst alle diese Veranstaltungen unter einem gemeinsamen Dach zusammen. „Die ganzen kleinen Zusammentreffen, welche während Corona nicht möglich waren, sollen initiiert und gefördert werden.“, so Raphael Dombrowski von der Freiwilligen-Agentur.

Foto: Pexels

Foto: Pexels

Die Freiwilligen-Agentur hat einen Leitfaden erarbeitet, der den Prozess der Organisation von Veranstaltungen erklärt. Sie stellt auch Fördermittel für Veranstaltungen zur Verfügung. Insgesamt 100.000€ lässt sich die Stadt das fröhliche Miteinander kosten. Schon im Mai wurden die ersten Fördermittel für Straßen- und Nachbarschaftsfeste ausgezahlt.
Wird der „Sommer des Miteinanders“ ein Erfolg, könnte in Zukunft jedes Jahr ein „Tag der Nachbarinnen und Nachbarn“ gefeiert werden.
Möglich ist auch ein Wochenende, an dem sich die ganze Breite des bürgerschaftlichen Engagements von Vereinen und Initiativen in der Innenstadt präsentiert. Außerdem plant die Stadt einen „Osnabrück-Fonds“, um gemeinwohlorientierte Projekte zu unterstützen.

Die Freiwilligen-Agentur arbeitet zusammen mit Osnabrück City Marketing e.V. an der Umsetzung dieser Ideen. Wer sich mit einer Veranstaltung am „Sommer des Miteinanders“ beteiligen möchte, wendet sich am besten an diese Adresse:
Freiwilligen-Agentur
Raphael Dombrowski
Bierstraße 32A
49074 Osnabrück
Tel. 0541/323-3105
dombrowski@osnabrueck.de

DIE PATIENTEN SIND DANKBAR

PODOLOGIN TETYANA BASTRON

VON BARBARA BEHNEN

Tetyana Bastron hat sich einen beruflichen Traum erfüllt: Sie hat sich als Podologin selbstständig gemacht. Eine Podologin, was ist das? „Eine Podologin arbeitet mit Patienten, Podologie ist medizinische Fußpflege“, erklärt Tetyana Bastron. Der Beruf ist nicht zu verwechseln mit dem des Fußpflegers. Zu ihr kommen Patienten, die an Diabetes oder Neuropathie (einer Nervenschädigung in Beinen und Füßen) leiden. Frau Bastron behandelt die Füße hinsichtlich der Hornhaut und der Fußnägel, zum Beispiel hilft sie bei eingewachsenen Nägeln.
Sie behandelt auch „Hühneraugen“ (Druckstellen an den Zehen) und Warzen der Patienten.
Ihre Instrumente sind Zange, Fräser, Doppelsonde und Skalpell. „Die Patienten sind dankbar, wenn ich ihnen Schmerzen nehme, zum Beispiel bei einem eingewachsenen Nagel“, sagt Frau Bastron.

Foto: Barbara Behnen

Foto: Pexels

Einmal habe ein Patient zu ihr gesagt: „Gott segne deine Hände“. „Für diese Menschen mache ich das!“, erklärt sie. Dabei war Tetyana Bastrons beruflicher Weg zunächst ein anderer. Die heute 43-jährige ist in der Ukraine geboren und aufgewachsen.
Dort hat sie Außenwirtschaftsmanagement studiert.
Seit dem Jahr 2000 lebt sie in Deutschland. Zunächst hat sie die deutsche Sprache gelernt und in verschiedenen Jobs gearbeitet, bis eine Freundin sie 2008 auf den Beruf der Podologin hingewiesen hat. Tetyana Bastron informierte sich im Internet über den Beruf und fand ihn interessant.
Nach einem Vorpraktikum war klar: Sie wollte die Ausbildung machen! Zunächst arbeitete sie als selbstständige Fußpflegerin.
Dann besuchte sie die podologische Schule in Schwerte.

Die Prüfung zur staatlich geprüften Podologin hat sie 2021 bestanden. Ein halbes Jahr sammelte sie Berufserfahrung in einer podologischen Praxis, bis sie sich schließlich im Februar 2022 selbstständig gemacht hat. Sie hat eine Kassenzulassung.
„Die Podologin arbeitet mit den Diabetologen und den Hautärzten zusammen“, erklärt Tetyana Bastron. Die Ärzte stellen die Diagnose und verschreiben die medizinische Fußpflege, die Podologin behandelt die Füße und berät die Patienten. Wenn es sich bei den Patienten um Menschen mit Demenz handele, spreche sie auch mit den Begleitpersonen oder dem Pflegedienst“, erzählt die Podologin. Frau Bastron macht auch Hausbesuche. Sie ist überzeugt: „Die Arbeit bringt auf jeden Fall eine Verbesserung bei den Patienten!“

Kontakt: Tetyana Bastron
Buersche Straße 15, 49074 Osnabrück
Tel.: 0541-20274117 oder 0541 – 20274118

HOLI FEST

Foto: Pexels

Die Farben beim Holi-Fest haben eine eigene Bedeutung. Rot ist die Farbe für Liebe, Fruchtbarkeit und die Ehe. Blau repräsentiert Krishna, während Grün Neuanfänge symbolisiert. Man gratuliert sich gegenseitig, wünscht dem anderen ein frohes Holi, es wird gegessen, Süßigkeiten werden gereicht und man beschenkt sich gegenseitig.

Auch in Deutschland wird Holi gefeiert. Die Feiern haben aber nur noch wenig mit dem indischen religiösen Fest zu tun.
In Deutschland finden die Holi-Festivals meistens in der Zeit von Juni bis September statt.
Jetzt bleibt nur noch eines zu sagen:
Happy Holi!

KENNEN SIE DAS HOLI-FEST?

von Tanzila Ekhazewa

Sie meinen bestimmt das hinduistische Holi-Fest! Es wird auch „Fest der Farben“ genannt und ist ein ausgelassenes Spektakel, bei dem sich die Inder mit Farbpulver und Wasser überschütten.
Es markiert das Ende des Winters und läutet den Frühling ein.
Seit etwa 300 Jahren vor Christus findet es am Vollmondtag des Monats Phalguna (März) statt. Ursprünglich war Holi ein Ernte- und Fruchtbarkeitsfest, es feiert aber auch den Sieg des Guten über das Böse und die Liebe des Gottes Krishna zu den Menschen. Eng mit dem Holi-Fest verbunden sind die Geschichten aus Kindheit und Jugend Krishnas. Auch er soll mit seiner Gefährtin Radha und den anderen Hirtinnen das Spiel der Farben zelebriert haben.

Foto: Pexels

FAMILIENZELTLAGER 2021 IN SASSENBERG

LUDMILLA KLOTZ

Bereits zum 12. Mal haben Eltern mit ihren Kindern aus ganz Deutschland aktive Erholung im Familienzeltlager erlebt. Das Zeltlager fand auf einem Campingplatz in Sassenberg im Münsterland statt. Die Teilnehmer schliefen in vier großen und mehreren kleinen, privaten Zelten. Außerdem gab es ein „Speisezelt“, einen Clubraum, ein Spielzelt und ein Kreativzentrum. Das Zeltlager war – wie jedes Jahr – aufregend und abwechslungsreich mit vielfältigen Attraktionen, Spielen, Turnieren und Naturerfahrungen. An allen Tagen war im letzten Jahr gutes und sonniges Wetter. Die Familien haben viel Zeit am See verbracht. Dort gibt es einen kleinen Strand und die Kinder können Schlauchboot fahren. Die Eltern und Kinder haben eine Schatzsuche im Wald mit Kompass und verschiedenen Aufgaben gemacht, außerdem gab es ein „Neptunfest“ (Neptun ist ein Wassergott) mit vielen schönen Kostümen, einen Tagesausflug ins Spielzeugmuseum in Münster und eine „Ökomodenschau“. Für die Modenschau haben die Kinder und Erwachsenen im Kreativzelt Kleider aus alten CDs, Zeitungen, Müllsäcken und anderem ungewöhnlichen Material gemacht.

Das nächste Zeltlager findet vom 31.07. bis zum 06.08.22 im Campingpark Münsterland Eichenhof am „Feldmarksee“ statt. Der Anmeldeschluss ist am 15.07.2022. Anmeldungen an: familienzeltcamp@gmail.com Weitere Informationen: https://www.wushu-senden.de

Im Kreativzelt gab es viele weitere Bastelangebote, wie zum Beispiel malen oder Roboter basteln. Jeden Abend fand eine Disco für alle statt, mit Musik und Tanzen. Die Kinder wurden von einem Team aus jüngeren und älteren Gruppen-leitern betreut. Vier Mal am Tag gab es leckeres Essen. Die Eltern haben zusammen mit ihren Kindern gerne in der Küche beim Frühstück, Mittag- und Abendessen geholfen. Bei dem Zeltlager waren Menschen verschiedener Kulturen aus ganz Deutschland. Im letzten Jahr waren 120 Kinder und Erwachsene dabei.Nach einem lustigen Konzert, auf dem alle zusammen gesungen und getanzt haben, haben wir den letzten Abend mit Grillen und einem großen Lagerfeuer ausklingen lassen.

Am Anfang kannten sich die Familien untereinander nicht, aber am Ende der Ferientage sind alle gute Freunde geworden, und die Tage im Zeltlager waren ein unvergessliches Erlebnis.Das Zeltlager wird vom „Wushu Sportclub Senden e.V.“ veranstaltet. Anmelden können sich Eltern mit ihren Kindern.
Kinder ab zehn Jahren können auch ohne ihre Eltern teilnehmen.

Foto: Sergej Sasikin

SAUERAMPFERSUPPE

ODER DER GRÜNE BORTSCH

Zubereitung:
Schneide Kartoffeln in kleine Würfel, gib sie zusammen mit Gemüsebrühe in einen Kochtopf und koche sie ca. 10 - 15 Minuten, bis sie gar sind. Schneide Zwiebel klein und raspele Karotte grob. Brate Zwiebel in einer Pfanne in Pflanzenöl glasig an. Gib Karotte dazu und brate es unter ständigem Rühren ca. 2 Minuten. Gib Tomatenmark dazu, brate es unter Rühren noch ca. 1 Minute und nimm es vom Herd.
Schneide Sauerampfer in dünne Streifen, hartgekochte Eier in kleine Würfel, Lauchzwiebeln, Dill und Petersilie klein. Gib Sauerampfer, Eier, Lauchzwiebeln, Dill, Petersilie, die Zwiebel-Karotten-Mischung aus der Pfanne und Lorbeerblätter in den Kochtopf zu den Kartoffeln mit Gemüsebrühe. Schmecke die Suppe mit Salz ab, koche sie auf, köchele sie 2 Minuten und nimm sie vom Herd.

Zutaten:

- 200 g frischer Sauerampfer
- 600 g Kartoffeln (geschält)
- 5 Eier (hartgekocht)
- 1 Karotte
- 1 Zwiebel
- 3 Lauchzwiebeln
- 1 Bund Dill
- 1 Bund Petersilie
- 30 ml Tomatenmark
- 2 l Gemüsebrühe
- 2 getrocknete Lorbeerblätter
- Salz
- Pflanzenöl (zum Braten)

Foto: Lena Pinsker

ZIVOS
Zeitschrift für Integration und Vielfalt in Osnabrück

IMPRESSUM
Herausgeber: Initiative ZIVOS
Redaktion: Barbara Behnen
Layout: Jan Tümer
Kontakt: redaktion.zivos@osnanet.de
Homepage: www.osnabrueck.de/integration/integrationslotsen

Gefördert durch die Stadt Osnabrück,
Referat Chancengleichheit