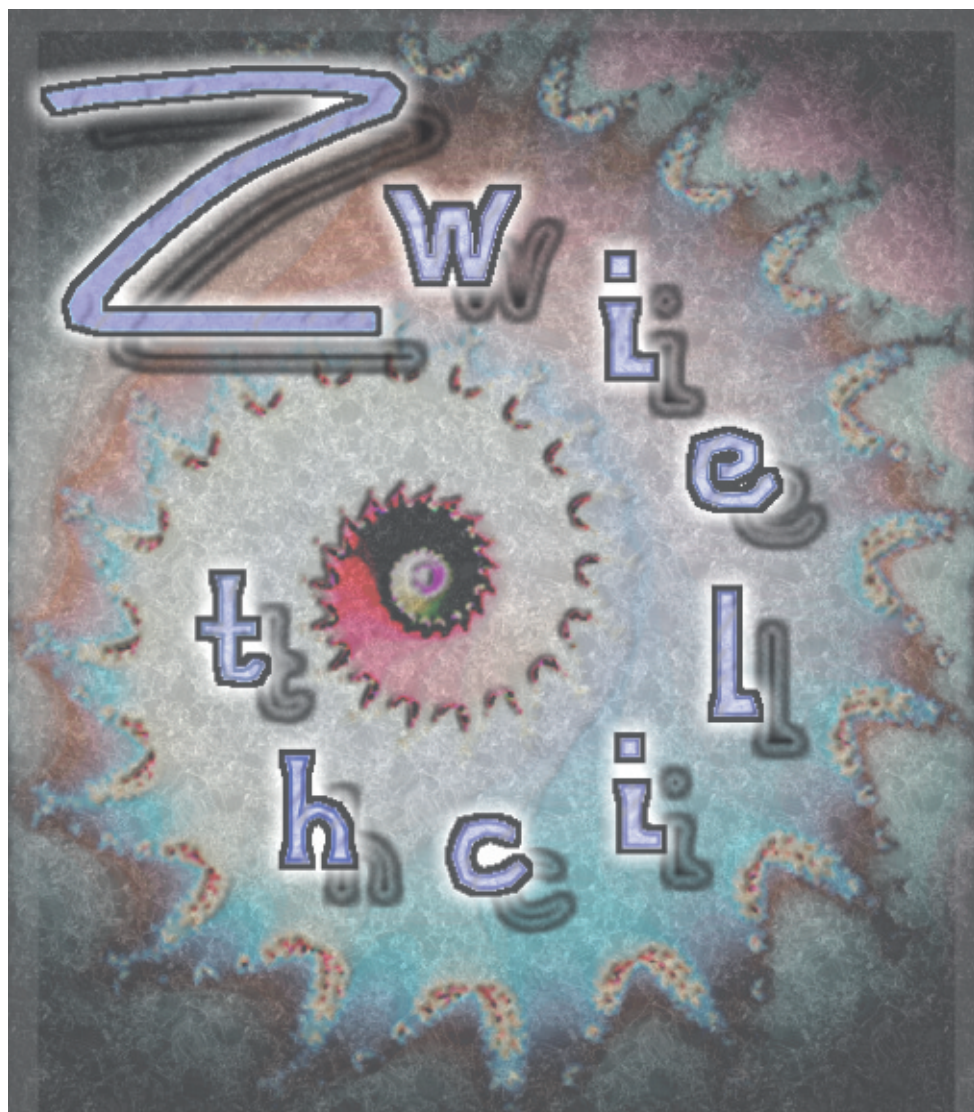


November 2012

Ausgabe 1



Inhalt

Es war einmal.....	3
Seelische Gesundheit und sozialpsychiatrische Hilfen.....	4
Das Zwielight gefunden.....	5
Plötzlich schreibe ich.....	6
Facebook, Fluch oder Segen.....	7
Von der Pferdebahn zur Straßenbahn.....	8
Schwerste und beste Entscheidung.....	10
Freude.....	12
Rätsel.....	13
Kochecke.....	14
Lust auf Mitarbeit?.....	15

Zwielight

Ein Zeitungsprojekt der ASB - Gesellschaft für seelische Gesundheit mbH

ViSdP:

Wolfgang Rust (Geschäftsführer)

ASB - Gesellschaft für seelische Gesundheit mbH

Sebaldsbrücker Heerstraße 42

28309 Bremen

Redaktion:

Henning Voßberg

Büroservice

Email: hvo@asb-bremen.de

Namentlich gekennzeichnete Artikel stellen nicht immer die Meinung des Herausgebers dar.

Es war einmal.....

... ein kleines Zeitungsblättchen namens Packpapier - ein Projekt von ASB-Mitarbeitern, ein Blatt, in dem es lustige Geschichten, Rezepte und allerhand Neuigkeiten vom ASB zu lesen gab. Kurzum war Packpapier ein Blatt, das sowohl bei der Erschaffung, wie auch beim Lesen Spaß gemacht hat.

Nun kam es aber, dass dieses Blatt in einen langen Dornröschenschlaf fiel ...

„Beinahe wäre das alte Packpapier im Papierkorb gelandet“, erzählte Beate von Schwarzkopf.

„Soll das weg?“ fragte mich Karin Makrickas und wir dachten, „ach, das bewahren wir doch noch mal auf.“ Und so begab es sich, dass das Packpapier kein Ende im Papierkorb fand.

Als dann noch hinzu kam, dass einen Klienten die Langeweile übermannete, nahm das Schicksal seinen Lauf. Dieser hatte einfach keine Lust mehr auf Holzarbeiten und wollte lieber etwas schreiben, machte er es doch auch sehr gerne in seinem Zimmer. In meinem Kopf wurde direkt eine Verbindung zum Packpapier hergestellt und die Idee diese kleine Zeitung wieder aus ihrem Dornröschenschlaf zu holen, ließ mich nicht mehr los. Zuerst wollte ich wissen, ob es denn Interessenten gab, die Lust auf eine Mitarbeit an einer kleinen Zeitung hätten. Also ließ ich meine Idee verlauten und bekam aus den unterschiedlichen Bereichen, wie Paljano, Haus

Hastedt, oder auch dem Büroservice eine positive Resonanz. So kamen einige Leute, mit ganz unterschiedlichen Fähigkeiten, Interessen und Vorerfahrungen zusammen, die große Lust auf ein solches Projekt zeigten.

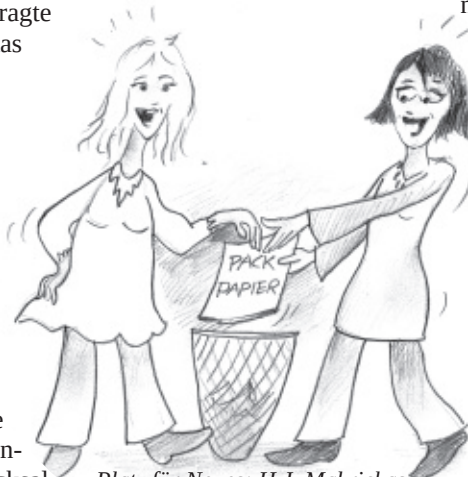
Wie aber sollte diese Zeitung aussehen? Das war die große Frage. Nun stießen aber zwei Welten aufeinander.

Sollte die neue Zeitung der Tradition des alten Packpapiers folgen, oder sollte sie etwas ganz Neues darstellen? Da wir hier nun aber nicht in einer fantastischen Ge-

schichte leben, entfachte sich kein Krieg. Nein, vielmehr kam jede Seite zu ihrem Recht. Traditionelles, wie praktische Freizeittipps und Veranstaltungen des ASB sollten ihren Platz finden; genauso wie Erfahrungen Einzelner, Geschichten aus ihrem

Leben, was für sie wichtig war, was sie als hilfreich empfunden haben, wie sie zu Entscheidungen gekommen sind, wie ihre Zukunftsplanung aussieht usw. Auch dies sollte eine zentrale Rolle in der neuen Zeitung spielen.

Einigen war es auch sehr wichtig, dass die potentielle Leserschaft möglichst breit gefächert sein möge. So sollte die neue Zeitung nicht nur Nutzer von sozial-psychiatrischen Einrichtungen und (ehemalige) Klinikpatienten ansprechen, sondern auch „ganz normale“ Leute aus



Platz für Neues: H.J. Makrickas

dem Stadtteil.

Es sollte schlicht Alles, was Spaß macht und interessant ist, einen Platz haben. Ob nun Themen aus dem näheren Umfeld, oder weit über den Tellerrand in die Welt geblickt.

Zusätzlich sollten möglichst viele Leute ermuntert werden, sich aktiv zu beteiligen. Und da ja nicht gleich jeder gerne lange Artikel verfassen möchte, sollte in einer

Rubrik „Leserbriefe“ die Möglichkeit bestehen, seine Meinung unzensiert zu äußern.

So also wurde langsam aber sicher das alte Packpapier aus seinem Dornröschenschlaf geholt und nebenbei auch noch umgetauft.

Beate von Schwarzkopf, Henning Voßberg, Anonym

Seelische Gesundheit und sozialpsychiatrische Hilfen

Darum heißt die Firma jetzt anders.

Die Menschen, die die Tagesstätte Villa Wisch besuchen, Unterstützung im Betreuten Wohnen erhalten oder Patienten der Ambulanten Psychiatrischen Pflege sind, erleben keine Veränderung unserer Angebote: Auch künftig werden wir Menschen mit psychischen Erkrankungen die notwendige Hilfestellung bei der Bewältigung der damit verbundenen Probleme geben.

Warum dann ein neuer Name ?

Weil wir das Thema „Seelische Gesundheit“ nicht der Psychiatrie alleine überlassen wollen. Wir engagieren uns auch dort, wo Menschen in schwierige Lebensphasen geraten. Wo das Risiko wächst, keine ausreichenden Bewältigungsmöglichkeiten mehr zu haben und zu erkranken. Wo Familien aufgrund von Armut oder wegen gesundheitlicher Probleme eines Elternteils den Weg der Kinder nicht so begleiten können, dass diese mit Zuversicht und

Selbstbewusstsein versorgt werden. Wo Arbeitslosigkeit das Gefühl der Ausgrenzung und Entwertung erzeugt. Wo im Alter soziale Isolierung droht.

Projekte wie das kostenlose Schulfrühstück oder Aufsuchende Altenarbeit, das Engagement beim Aufbau und bei der Unterstützung der Hemelinger Stadtteilstiftung und natürlich unsere vielfältigen, der individuellen Situation und Leistungsfähigkeit angepassten Angebote zur Teilhabe am Arbeitsleben zeigen, dass wir uns der Aufgabe stellen, seelische Gesundheit zu fördern und psychischen Erkrankungen vorzubeugen.

Der neue Name „ASB Gesellschaft für Seelische Gesundheit mbH“ steht für beides: Prävention und wirksame Hilfe.

Wolfgang Rust

Wir suchten und haben das Zwielight gefunden

Man mag kaum glauben, wie schwierig es ist, einen Namen zu finden. Viele Köpfe bedeuten ja auch immer viele Meinungen und diese dann auch noch unter einen Hut zu bringen, ist gar nicht so einfach. Doch die rettende Idee war schnell zur Hand. Ein Preisausschreiben sollte uns aus unserer Not heraushelfen. Das Paljano hat uns für diesen Zweck einen Postkasten hergestellt, welcher dann in der Villa Wisch seinen Platz fand. Es brauchte schon zwei Anläufe, bis das Preisausschreiben

nicht. Bei der finalen Abstimmung wurde es dann noch einmal richtig spannend. Es gab ein Kopf-an-Kopf-Rennen zwischen dem „Lichtblick“ und dem „Zwielight“, und Letzteres gewann nur ganz knapp. Wir sind mit unserer Entscheidung sehr zufrieden, gibt dieses Wort doch einiges her. Das Zwielight lässt eine ganze Menge Interpretationen zu und das macht es für uns sehr interessant. Es ist sehr passend für uns, wenn man bedenkt, dass das Zwielight eine Art Übergang repräsentiert. Wir alle, ob



dann auch wirklich starten konnte; irgendwas geht halt immer schief. Als die Frist dann endlich vorbei war, und wir unsere Zusammenkunft hatten, konnte es endlich losgehen. Dank reger Beteiligung sind einige sehr schöne Vorschläge dabei heraus gekommen. Da nun das Richtige heraus zu picken, war wieder eine neue Herausforderung. Um an unser Ziel zu gelangen, den schönsten Namen für unser Projekt zu finden, galt es, erst mal die Auswahl etwas einzuengen. Zu guter Letzt hatten wir noch den „Knallboten“, den „Lichtblick“ und das „Zwielight“ übrig, zwischen denen wir uns nun entscheiden mussten. Am liebsten hätte ich persönlich alle drei genommen, aber so einfach ist es ja dann leider doch

nun unsere zukünftigen Leser oder auch wir Schreiberlinge, befinden uns auf einem Übergang. Dabei ist es ganz egal, worin das Ziel besteht. Das Zwielight hat viele Facetten, welche nie gradlinig abgegrenzt sind. Auch das passt unserer Meinung nach gut, weil wir uns mit diesem kleinen Zeitungsprojekt möglichst vielseitig präsentieren wollen. Wir möchten in diesem Blatt eine ganz eigene Stimmung wiedergeben, weshalb auch hier der Name wieder zutreffend ist. Alles in allem haben wir schlichtweg den passenden Namen für uns gefunden und sind stolz auf ein kleines Zeitungsblatt namens „Zwielight“.

Anonym

Plötzlich schreibe ich einen Artikel für eine kleine Zeitung

Geschrieben habe ich schon immer gerne, selten jedoch bekamen es andere zu Gesicht.

Nun soll es plötzlich gleich ein ganzer Artikel sein. Für eine Zeitung zu schreiben, und sei sie noch so klein, ist aber mal ein ganz anderer Schnack. Nie hätte ich gedacht, dass es so schwer werden würde. Immerhin bekommen es nun auch Andere zu Gesicht und gefallen sollte es ihnen ja sicherlich auch. Wie soll ich also anfangen? Irgendwie macht sich nun die Unsicherheit breit und es geht gar nichts mehr. Ob das nun schon eine kleine Schreibblockade ist? Auf jeden Fall ist es eine Herausforderung, lustige kleine Geschichten oder auch Informatives zu schreiben, wo die Leser nicht gleich das ganze Blatt zusammen knüllen und in den Papierkorb schmeißen.

Mit einer Zeitung hatte ich bisher wahrscheinlich genauso viel zu tun, wie viele andere im Grunde auch. Ich habe sie gelesen und dann beim Fenster putzen weiter verwendet. Nun bin ich mittendrin und es ist recht aufregend. Die „Redaktionssitzungen“ machen mir schon mal sehr viel Spaß. Es sind so einige kreative Köpfe zusammen gekommen und an guten und schönen Ideen mangelt es uns nicht. Die Umsetzung mit Laien ist das Interessante dabei. Schließlich hat jeder sein eigenes Tempo und was im Grunde sogar noch viel wichtiger ist, jeder hat seine ganz eigenen Vorstellungen. In Einem waren sich aber dennoch alle einig, sie sollte schon etwas professionell wirken. Natürlich muss Sie sich nicht mit den ganz großen Zeitungen messen können, wäre wohl auch etwas zu viel des Guten. Aber wir fanden alle, dass man zumindest erkennen sollte, dass es ei-

ne Zeitung ist.

Mittlerweile geht es nun wirklich ans Schreiben und ich für meinen Teil musste feststellen, dass „informative“ Artikel in gewissem Sinne schon einfacher zu schreiben sind. Immerhin hat man da schon mal ein Grundgerüst. Man weiß genau, wo die Reise hingehen soll und welche Informationen man den Lesern geben möchte. Um diese Grundpfeiler wird dann der Artikel verfasst. Anders ist es bei „unterhaltenden“ Artikeln. Hier ist nun Kreativität gefordert. Und auf Knopfdruck sich etwas aus dem Ärmel zu schütteln ist zwar nicht einfach dafür aber spannend. Man hat da halt einfach nur die Rubrik, in die der Artikel passen sollte. Mich reizt ja nun jegliche Form der Kreativität, daher habe ich mich hauptsächlich für die unterhaltenden Artikel gemeldet, auch wenn es erst mal schwerer scheint. Was nicht heißen soll, dass ich nur diese schreiben werde, denn immerhin ist es mir wichtiger, überhaupt schreiben zu können.

In diesem Sinne, schauen wir einfach mal, wo die Reise hingeht.

Anonym



Facebook, Fluch oder Segen

An diesem sozialen Netzwerk kommt man heutzutage nicht mehr vorbei. Für die Einen ist Facebook ein wahrer Segen, für die Anderen ist es ein Fluch. Warum aber scheiden sich hier die Geister so? Nun wie alles im Leben, hat auch Facebook zwei Seiten. Es ist schlicht eine Sache des Blickwinkels. Sicherlich bietet Facebook einen schönen Zeitvertreib und darüber hinaus auch einige Kontaktmöglichkeiten. Man hat seine Freunde schön gebündelt in seinem Pc. Das spart nicht nur Zeit, sondern erleichtert auch so manches. So muss man beispielsweise nicht mehr jedem einzelnen erklären, was man am Wochenende vorhat, sondern kann dies einfach in Facebook posten und alle Kontakte wissen sofort Bescheid. Ebenso kann man auch auf einen Blick sehen, was die Freunde so treiben. So lässt sich vielleicht manch einsamer gelangweilter Abend retten. Und selbst, wenn auch die Freunde mal keine Möglichkeit sind, bietet Facebook andere Alternativen: Ob nun kleine Spielchen oder andere Minianwendungen, mit dem sozialen Netzwerk bekommt man die Zeit schon herum. Zudem bietet Facebook vielen das Gefühl der Zusammengehörigkeit. Hat man Grund zur Freude, so teilt man dies mit und alle Freunde freuen sich mit einem. Ein Post und die Welt kann es sehen. Man kann schnell und mit Leichtigkeit alles kundtun, was einem am Herzen liegt und die Welt wissen soll.

Auf der anderen Seite birgt Facebook aber auch Gefahren, weshalb einige das soziale Netzwerk eher für einen Fluch als für einen Segen halten. Durch endlose Möglichkeiten, sich die Zeit in Facebook zu vertreiben, ist das Suchtpotenzial hier auch recht hoch. Es fördert den Drang, immer auf dem Laufenden sein zu müssen und bloß nichts zu verpassen. Mit einem Smartpho-

ne kann man Facebook auch überall mit hinnehmen. Entscheidungen werden nur noch nach dem Kontaktieren der Facebookfreunde gefällt. Haben sie es für gut befunden, muss es auch gut sein. Die Abhängigkeit von seinen Facebookfreunden macht schlicht unselbstständig. Darum bin Ich persönlich auch der Meinung, dass Facebook nichts für Kinder und Jugendliche ist. Meiner Meinung nach ist hier eine gesunde Entwicklung einfach nicht gegeben. Davon abgesehen gibt es noch einige andere schwerwiegende Stolperfallen. Ob nun Cybermobbing oder Datendiebstahl, Urheberrechtsverletzungen oder einfach nur die undurchsichtigen Sicherheitseinstellungen, all dies sind dann auch vielleicht gute Gründe, Facebook doch eher zu verfluchen.



Mein Fazit: Bevor man sich einen Facebookaccount erstellt, sollte man sich intensiv damit befassen. Das nimmt zwar einige Zeit in Anspruch, aber es ist der beste Weg, damit man auch seinen Spaß und Nutzen aus dem sozialen Netzwerk ziehen kann.

Anonym

Von der Pferdebahn zur Straßenbahn

Seit vielen Jahren gibt es in Bremen die "Bremer Straßenbahn AG (BSAG)".

Das Verkehrsnetz der "BSAG" bietet uns Bus- und Straßenbahnverbindungen mit zahlreichen Haltestellen. Bequem und sicher können wir uns gegen einen gewissen Kostenaufwand mit den Fahrzeugen der "BSAG" von einer Haltestelle zu einer anderen fahren lassen.

Zu Anfang wurden die Personentransportwagen noch von Pferden gezogen.

Der Bremer Zivilingenieur, Carl Westenhof, lebte jahrelang in den Vereinigten Staaten und hatte dort Erfahrungen mit Pferdebahnen gesammelt. Er beantragte am 12. April 1875 beim Bremer Senat die Genehmigung für eine Pferdebahn.

Ein Jahr später wurde die erste Strecke vom Herdentor bis zur Vahrster Brücke (heute Bürgermeister-Spitta-Allee) gebaut und kurz darauf wurde der erste Linienverkehr aufgenommen. Zu Anfang mit 12 Wagen, die mit 8 Pferden betrieben wurden. Nachdem die erste Strecke erfolgreich war, wurde sie von der Vahrster Brücke bis zur Horner Brücke verlängert. Der Londoner Konzern Tramways United Limited baute im Jahre 1879 Schienen auf der Strecke von Walle über den Bremer Marktplatz bis Hastedt für das englische Konkurrenzun-



Haltestelle Bahnhof Sebaldsbrück
ter-

nehmen "Große Bremer Pferdebahn". Mit britischem Kapital wurde am 3. November 1879 die erste eigene Strecke des britischen Unternehmens von Hastedt nach Walle eröffnet. Diese Strecke wurde von zwei Linien bedient. Später kamen hier die Linien 2 und 3. 1880 folgte eine Verbindung in die Bremer Neustadt ab Markt über Wachtstraße und Große Weserbrücke. Das zweite Unternehmen, die "Bremer Pferdebahn", verlängerte ihre Horner Linie 1883 bis zum Domshof. Die zwei Unternehmen haben damals das begonnen, was heute von der "BSAG" fortgeführt wird. Im Mai 1891 beschloss die "Bremer Pferdebahn" die Einführung des elektrischen Betriebes. Daraufhin benannte sich das Unternehmen in "Bremer Straßenbahn" um und nahm 1892 die erste reguläre elektri-



sche Linie in Betrieb. Die Große Bremer Pferdebahn fuhr dagegen weiter mit Pferden und wurde 1899 von der Bremer Straßenbahn übernommen. Nach und nach wurde alles auf elektrische Fahrzeuge umgestellt, und das Netz wurde weiter ausgebaut. Für den Omnibusbetrieb gründete die "Bremer Straßenbahn" das Tochterunternehmen "Bremer Vorortbahn Gesellschaft (BVG)", das ab 1924 Omnibusbetrieb nach Oberneuland und später auch nach Blumenthal durchführte. Die "BSAG" hat bis heute ein sehr umfassendes Liniennetz auf-

gebaut, das auch immer noch erweitert wird. Mittlerweile hat die Bremer Straßenbahn knapp 2000 Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen, die hinter dem Lenkrad, in den Straßenbahnen, in den Werkstätten, im Service und in der Verwaltung Tag und Nacht tätig sind. Der Konzern hat heutzutage 1195 Haltestellen und 343 Fahrzeuge, die meist zu den an den Haltestellen aushängenden Fahrplanzeiten zur Stelle sind.

Anonym

Hätten Sie es gewußt?

Ein Vater und eine Automarke tragen einen Mädchennamen

Wer kennt sie nicht, die Marke mit dem Stern?

Viele wissen auch, dass unter dieser Marke hier in Bremen eines der größten und modernsten Autowerke in Europa entstanden ist.

Aber wer weiß wirklich, woher der Name „Mercedes“ aus dem Markennamen Mercedes-Benz stammt?

Es gibt verschiedene Hinweise wie z. B.: Mercedes hieß die Tochter oder die Frau von Herrn Benz oder Herrn Daimler.

Nichts davon trifft zu.

Mercedes war die 1889 geborene Tochter des österreichischen Geschäftsmannes Emil Jellinek, eines begeisterten Anhängers des Automobils.

Schon 1897 kaufte er einen ersten Daimler-Wagen, einen 6-PS-Riemenwagen mit Zweizylindermotor. Ab 1898 begann er mit

dem Vertrieb von Daimler-Automobilen. Diese meldete er auch zu Rennveranstaltungen an, darunter die „Woche von Nizza“. Den Namen seiner Tochter „Mercedes“ nutzte er dort zunächst als Pseudonym.

Erst im Jahr 1900 wurde aus „Mercedes“ auch eine Produktbezeichnung. Schließlich wurde der Name „Mercedes“ am 23. Juni 1902 als Warenzeichen angemeldet und am 26. September gesetzlich geschützt. Emil Jellinek erhielt die Erlaubnis, sich „Jellinek-Mercedes“ zu nennen. „Wohl zum ersten Mal trägt der Vater den Namen seiner Tochter“, wurde er dazu später zitiert.

Quelle: Mercedes-Benz-Museum, Stuttgart und www.mercedes-benz.com/classic

Bei weiterem Interesse an „Mercedes“ steht Albert Schott vom Werkatelier Paljano zur Verfügung.

Er ist unter 43 25 237 telefonisch zu erreichen.

Die schwerste, beste Entscheidung meines Lebens

Als ich mit 19 Jahren erfuhr, dass ich schwanger war, war es für mich der reinste Schock. Natürlich war es nicht geplant, denn Kinder wollte ich erst mit 25 haben. Die Frage einer Abtreibung stellte sich mir nicht, mir war von Anfang an klar, dass ich das Kind bekommen würde. Mich beschäftigte viel eher eine ganz andere Frage. Würde ich es schaffen einem Kind, das geben zu können, was es braucht? Meine Kindheit war schon recht schwer und ich wusste nur eines, mein Kind sollte so etwas auf keinen Fall erleben. Also befasste ich mich schon in der Schwangerschaft damit, mein Kind gegebenenfalls in fremde Hände zu geben. Ich dachte viel über Adoptionen und Pflegefamilien nach, wog ab, womit ich am ehesten klar kommen würde. Mit fortschreitender Schwangerschaft wurde die Freude auf mein Kind immer größer und die Möglichkeit der Adoption war längst keine Option mehr. Mir war nur eines völlig klar, ich würde versuchen, es viel besser zu machen, als meine Eltern.

Die ersten Jahre mit meiner Tochter liefen auch recht gut. Natürlich gab es hier und

da Schwierigkeiten, die es zu überwinden galt, aber an und für sich hatte ich es ganz gut im Griff. Doch nach und nach machten sich der fehlende familiäre Hintergrund und meine eigene Vergangenheit bemerkbar. Es ist nicht leicht, ein Kind so ganz allein zu erziehen, ihm gleichzeitig Mutter, Vater und Großeltern zu sein. Zudem ist es für beide, Mutter und Kind, sehr wichtig auch einmal etwas Abstand zueinander zu bekommen, einmal eine kleine Pause

zu haben. Bei vielen Familien gehen die Kinder dann zu Großeltern oder guten Freunden. Mir fehlte eine solche Möglichkeit, ich war 24 Stunden, sieben Tage die Woche eine ganze Familie gleichzeitig.

Ein Spagat, der nicht zu schaffen ist. Langsam schlichen sich bei mir Depressionen ein. Immer wieder zweifelte ich nun daran, es tatsächlich alleine schaffen zu können. Ich befasste mich also langsam wieder mit der Möglichkeit einer Pflegefamilie. Doch vorerst wollte ich weiterkämpfen. Ich versuchte Kontakte zu pflegen, was mit Depressionen nicht wirklich einfach ist. Einer dieser Kontakte war eine ältere Dame aus



der Nachbarschaft, welche mit der Zeit immer mehr die Rolle der Ersatzoma übernahm. Dies war schon wirklich hilfreich, aber leider war es nicht genug. Im Kampf für mein Kind das Beste zu tun, ging ich völlig unter. Ich vergaß mich schlichtweg, wodurch meine Depressionen immer schlimmer wurden und sich langsam auch noch soziale Ängste hinzu gesellten. Nach der Einschulung meiner Tochter ging es mit mir rapide bergab und mir war klar, dass ich den Kampf verloren hatte und etwas unternehmen musste. Also vereinbarte ich einen Termin beim Jugendamt. Das fiel mir weiß Gott nicht leicht. Denn sich lange und intensiv damit zu befassen bedeutet ja nicht gleich, dass der Weg dadurch leichter wird. Aber ich hatte mir und meiner Tochter damals etwas geschworen und nun war es Zeit, Wort zu halten. Ich schilderte dem Jugendamt die Situation und meine Sichtweise in allen Einzelheiten. Schließlich kamen wir gemeinsam überein, dass eine Pflegefamilie wirklich das Beste für das Kind und auch für mich sei. Ich hatte noch etwas Zeit, meine Kleine darauf vorzubereiten. Wir führten lange Gespräche und mir wurde schmerzlich bewusst, wie erwachsen dieses siebenjährige Mädchen doch war. Ohne Protest, dafür mit viel zu viel Verständnis, fügte sie sich ihrem Schicksal. Allein diese Reaktion zeigte mir, dass es höchste Zeit für diesen Schritt war. Sie kam also in die Pflegefamilie. Es war für alle nicht einfach, ob für das Kind, die Pflegefamilie oder für mich, wir alle fochten unsere eigenen Kämpfe aus. Es ist schwer, für eine solche Situation die richtige Lösung zu finden, unsere war die Falsche. Leider kam die Pflegefamilie mit meinem Krankheitsbild nicht zurecht, und fing an, meine Diagnosen auf das Kind zu projizieren. Der Kontakt zwischen mir und meiner Tochter wurde erst einmal auf Eis gelegt, das war für mich das Schlimmste überhaupt. Ich mache der Familie keinen Vorwurf, dass auch sie überfordert war, nur

wurde es so für mich nicht einfacher. Es ist schlimm, wenn man sich zum Wohle des Kindes zu einem solchen Schritt überwindet und man dann nicht einmal mehr Kontakt zu seiner Tochter hat. Mir zerriss es, im wahrsten Sinne des Wortes, das Herz und ich verlor jeglichen Kampfgeist. Mein Lebenswille schwand immer mehr und ich war der festen Überzeugung, dass ich ihn nie wiederfinden würde. Mit einem letzten Schimmer Hoffnung im Herzen ging ich abermals zum Jugendamt. Dieses reagierte sofort, denn auch das Amt wusste, dass diese Situation für keinen, weder Kind, Pflegefamilie noch für mich weiterhin tragbar war. Es suchte einen neuen Platz für meine Tochter, diesmal einen Heimplatz. Nun lebt meine Kleine in einer familienbezogenen Wohngemeinschaft und es ist das Beste, was uns passieren konnte. Meine Tochter kann wieder Kind sein und lernt, mit anderen Menschen und Konflikten klar zukommen. Ich wiederum kann mich ganz in Ruhe meiner Genesung widmen. Wir haben regelmäßigen Kontakt zueinander und verbringen viel Zeit zusammen. Ich bin wirklich froh, dass ich diesen Schritt gemacht habe, auch wenn es nicht leicht war. Meine Tochter und ich haben eine sehr enge Bindung, welche sogar 9 Monate Kontaktlosigkeit überstanden hat. Und wenn alles weiterhin so gut läuft wie bisher, dann wird sie auch bald wieder bei mir, ihrer Mama, leben.

Anonym

Freude

*Es rauscht der Wind durch die Wälder,
Ja es wird wieder kälter.
Es wird dunkel, die Sterne leuchten, was für viele Herzen Freude
bedeutet.*

*Ich schau in den Himmel voller Freude,
und über meine Schulter blickend, sehe ich noch weitere Leute.
Sie freuen sich genau wie ich es tu.
Denn sie warten, bis es endlich schneien tut.
Auf einmal: "Hey da !", plötzlich war eine Schneeflocke da.
Es wurden immer mehr,
So kommt die Freude auf Weihnachten sehr.
Sie tanzen alle Hand in Hand,
Soviel Freude habe ich in den Gesichtern erkannt.
Ich geselle mich dazu, und tanze mit - ohne Schuh.
Laut riefen wir die Kinder: " Schaut her - es wird endlich Winter."
Eine große Menschenmenge war dort auf dem Platz,
denn es verbirgt sich dort noch ein Schatz.
Man kann die Gefühle kaum beschreiben, aber alle wollten bleiben.
Alle schauen in eine Richtung deutend,
Denn dort stand ein großer Weihnachtsbaum und er fing an zu leuchten.
Alles vergaßen sie und standen dahinter,
sie sagten laut: " Wie herrlich ist der Winter !"
In kurzer Zeit ist es soweit,
Es beginnt eine besinnliche Weihnachtszeit.
Wir wünschen uns alle Liebe, Frieden, Freude und Glück
und geben dies auch zurück,
Große Geschenke sind nicht wichtig,
Gesundheit, Zuversicht und nicht alleine sein -
Das ist richtig.
Jeder verbringt die Tage anders als ich,
Doch lasst die Freunde, die Familie und Gedanken an andere Leute nicht im Stich,
Gebt Liebe weiter mit Zuversicht.
Diese schöne Zeit geht leider immer viel zu schnell vorbei -
Aber glaubt mir -
Nächstes Jahr um die gleiche Zeit ist es wieder soweit, immer anders
Stück für Stück,*

Rätselseite

Sudoku

(mittelschwer)

7	8	9	4				3	
1	4	2		9				
	5				8	1		
	7				6			3
	1		7		2		6	
9			5				1	
		8	1				5	
				5		3	4	1
	9				4	8	2	7

Kochecke

Spiralnudelauf (für 2 Personen)

Sie benötigen:

250 gr. Spiralnudeln

2 Tomaten

1 Zwiebel

gestreiften Speck

100 gr. Butter

2 Eier

Paniermehl (wenig)

1 Auflaufform



Die Zubereitung:

Die Nudeln halbgar kochen

1 Zwiebel und die 2 Tomaten in
Scheiben schneiden

Den Speck in Würfel schneiden

Schichtweise in die Auflaufform legen, Nudeln, Zwiebeln, Speck, Tomaten,
Nudeln

Paniermehl oben drauf streuen

Butter in Stückchen darüber verteilen

2 Eier verquirlen und mit Pfeffer (kein Salz- wegen des Specks) würzen und
möglichst gleichmäßig über die Nudeln gießen

Ca. 20-30 Minuten bei 200 Grad backen (fertig ist er, wenn er leicht braun ist)

Guten Appetit

Lust auf Mitarbeit?

Wer Lust hat, sich mit eigenen "Produktionen" - Artikeln, Gedichten, Bildern, Skizzen, Fotos, Karikaturen, Kritiken, Witzen, Rätseln, Rezepten oder was sonst noch in eine Zeitung passt, zu beteiligen, wird gebeten, sie an den Büroservice (Adresse Villa Wisch) zu schicken. In der Villa Wisch wartet auch ein Zeitungspostkasten auf "Fütterung". (Bitte nur Kopien zustellen und die Originale selbst behalten) Emails können an hvo@asb-bremen.de geschickt werden.

Wir freuen uns auf viele Zusendungen.

Die Zwielight-Redaktion



Winterbild: Feder

Lösungen:

7	8	9	4	6	1	2	3	5
1	4	2	3	9	5	6	7	8
3	5	6	2	7	8	1	9	4
2	7	5	9	1	6	4	8	3
8	1	3	7	4	2	5	6	9
9	6	4	5	8	3	7	1	2
4	3	8	1	2	7	9	5	6
6	2	7	8	5	9	3	4	1
5	9	1	6	3	4	8	2	7

**Wir wünschen den Leserinnen und Lesern
eine schöne Adventszeit.**



Die dargestellten Artikel können neben anderen im Werkatelier Paljano gekauft werden.

**Adresse: Hastedter Heerstraße 123
Telefonnummer: 43 25 237**