regenbogen Report

Dezember 2022 / 2. Ausgabe

www.stiftungregenbogen.de

Sammelsurium

zum Jahresausklang

Ein Zeitungsprojekt der Stiftung Regenbogen Arbeit Wohnen Kultur, München

Die Seite 2

ohne Worte

EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser,

wieder einmal Redaktionssitzung, wieder einmal ein Rundgespräch darüber, was uns zurzeit alles so umtreibt und wieder einmal Unverständnis über die vielen Vorgänge in der Welt, die derzeit unsere Nachrichten bestimmen und in denen Positives zu einem seltenen Gut wurde. Aber es gibt sie: Berichte, die Mut machen – auch in diesen Zeiten! Deshalb stand rasch fest: Auch das muss in den Report!

Dieses Mal geht es im RegenbogenReport also nicht um ein Rahmenthema, das in den Beiträgen aus unterschiedlichen Perspektiven beleuchtet und in verschiedenen Aspekten dargestellt wird.

In dieser Ausgabe kommen somit Themen zur Sprache, die in keinem inhaltlichen Zusammenhang miteinander stehen.

Es geht im Interview mit den Machern von MOOT um eine besondere Art von Upcycling, das viel mehr als nur die Wiederverwertung entsorgter Textilien ist.

In anderen Beiträgen stellt sich die Regenbogen Arbeit gGmbH vor, Gert Stocker gibt anlässlich des 25. „Geburtstages“ von Google Einblicke in die Entwicklung dieses Unternehmens und Sabrina Wolf gibt Tipps zum Besuch kultureller Veranstaltungen. Stephan Wimmer informiert über Corona und psychische Gesundheit und Thomas Riek erklärt, was ein „Prepper“ ist und erläutert Hintergründe dazu.

Rita Flecke lässt uns an ihren Eindrücken von der grünen Insel Irland teilhaben. Sie erhalten Buch- und Musiktipps und Vorschläge für einen Besuch zum Weihnachtsmarkt, Tipps zum Energiesparen und zum kostengünstigen Upcycling von Alltagsmüll zur Weihnachtsdeko, außerdem den versprochenen zweiten Teil zur Mediation und Gert Stocker erläutert, warum unsere Papierformate so schräge Größen haben.

Dieses Sammelsurium bietet Ihnen also ein bisschen von Allem – und natürlich wünschen wir Ihnen wie immer viel Lesespaß!

Mögen Ihnen die Weihnachtstage friedvolle Begegnungen bescheren, wir wünschen Ihnen ein frohes Fest und einen guten Start für das neue Jahr 2023 – bleiben Sie zuversichtlich!

Ihr Redaktionsteam

regenbogen-report 02-22
Zeitungsprojekt der
Stiftung Regenbogen
Arbeit Wohnen Kultur,
München

Erscheinungsweise
regulär dreimal jährlich
Auflage, 400 Exemplare

Redaktionsanschrift
Stiftung Regenbogen
Arbeit Wohnen Kultur
Werinherstraße 45
81541 München
report@stiftungregenbogen.de
www.stiftungregenbogen.de

Redaktionelle Mitarbeit
Rita Flecke, Lysann Krause, Thomas Riek, Michaela Silkinat, Gert Stocker, Stephan Wimmer, Sabrina Wolf

V.i.S.d.P.
Michaela Silkinat
Werinherstraße 45
81541 München

Satz
Rita Flecke
Druck
Saxoprint, Dresden
Bildnachweis
Titelseite: siehe bitte Seite 6.
Die Seite 2:
Gerd Altmann, Pixabay
(together-2450090-1920)

Weitere gemäß
Bildunterschriften.

Autorenbeiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

INHALT

2 Die Seite Zwei

3 Editorial

3 Impressum

Themen

8 Regenbogen Arbeit gGmbH

18 Mediation Teil 2

25 Corona und psychische Gesundheit

28 Prepper

32 Energiespar-Tipps

36 Second-Hand in München

76 MOOT - Made out of trash

80 Upcycling zu Weihnachten

aus unserer Redaktion

15 Buchtipp

16 Besucherinterviews aus der Tagesstätte

22 Sprachen

30 Jubiläum DIN A4

40 25 Jahre Google

43 Musiktipp

44 Theater preiswert besuchen

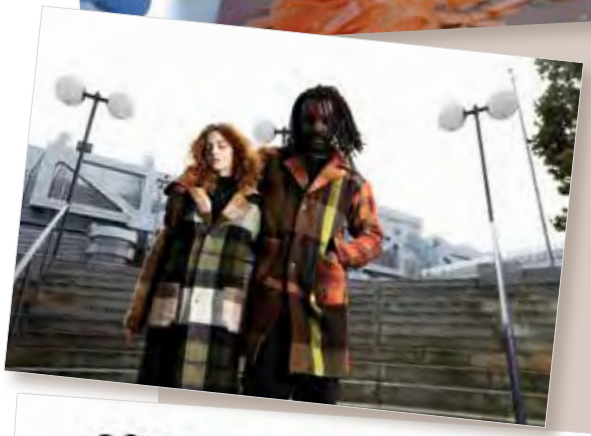
Unterhaltung

7 Cartoon

47 Rezept Kinderkekse

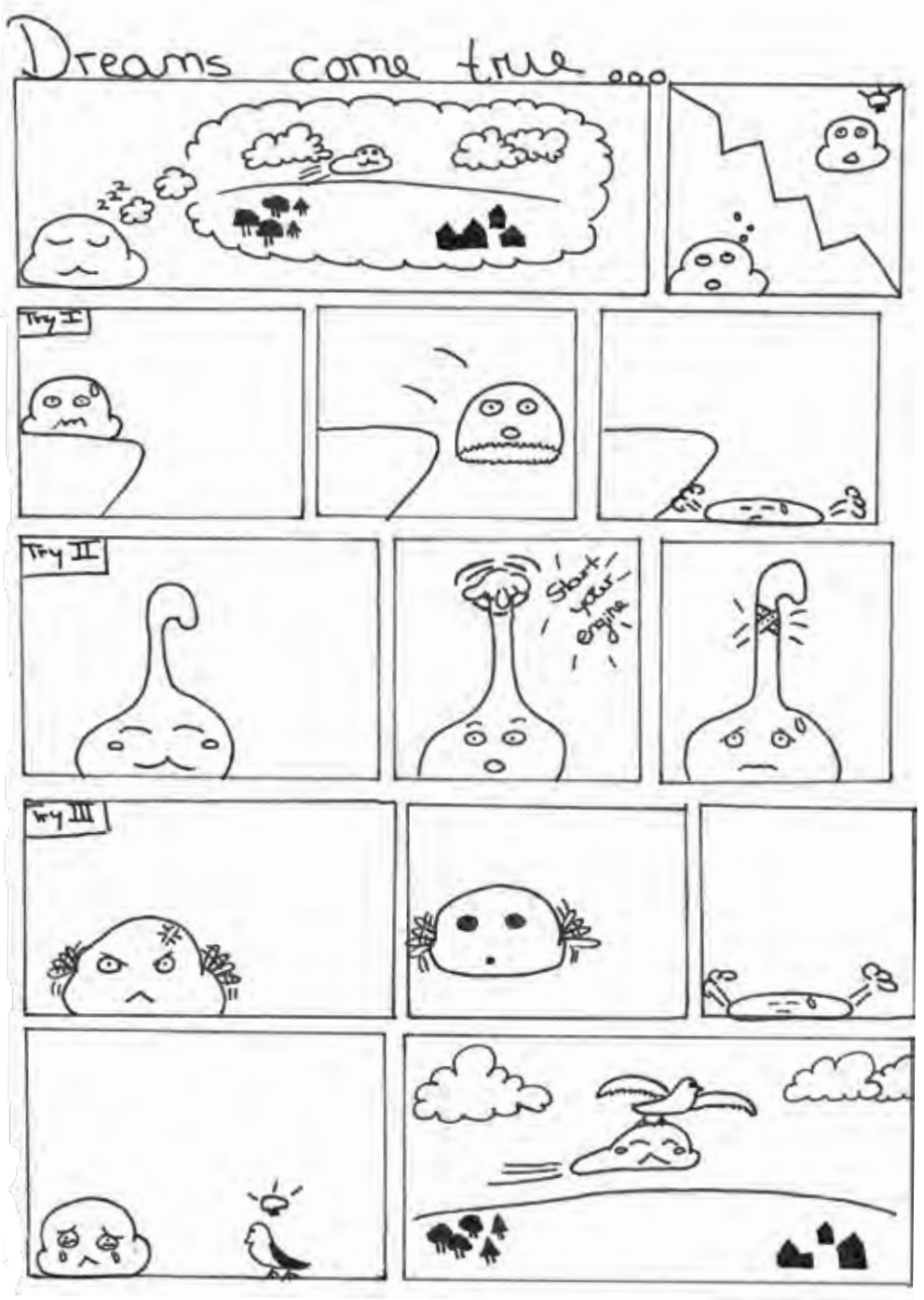
48 Reiseimpressionen Irland

82 Weihnachtsmärkte



Cover Fotocopyrights:

Setzkasten @ Gerharda, Pixabay (shelf-2444657)
Nikolausmütze @ Ronny Overhate, Pixabay (santa-hat-108770)
Tannengrün @ Gerd Altmann, Pixabay (fir-branches-3783020)
Girlande @ Alexandra Koch, Pixabay (stars-6830778)
Konserven @ Alexander Fox, PlaNet Fox, Pixabay (purchasing-4981245)
Chart @ Tumisu, Pixabay (chart-3373119)
Küchenhilfe @ Regenbogen Arbeit gGmbH, München
Geldscheine @ Gerd Altmann, Pixabay (euro-641911)
Queen Elizabeth @ Wikipedia gemeinfrei
Lebkuchenmännchen @ OpenClipart-Vectors, Pixabay (gingerbread-162141)
Theatermasken @ Clker-Free-Vector-Images, Pixabay (drama-312318)
Schallplatte @ jette55, Pixabay (vinyl-record-3259403)
Glühlampe @ Christian Dorn, Pixabay (lightbulb-192653)
Köpfe @ Gerd Altmann, Pixabay (man-2814937)
Commonwealth-Flagge @ Wikipedia gemeinfrei
Sprechblasen @ Clker-Free-Vector-Images, Pixabay (speech-bubbles-303206)
Kofferset @ OpenClipart-Vectors, Pixabay (suitcases-159590)
Irischer Hut @ Satheesh Sankaran, Pixabay (hat-6064543)
Geschenk @ Monika Grafik, Pixabay (gift-2919003)



Cartoon Copyright @ Sabrina Wolf

In eigener Sache

Regenbogen-Arbeit gGmbH

Was Sie gerade in Händen halten, liebe Leserinnen und Leser, ist ja bekanntlich der Regenbogen Report, eine Publikation, die das fleißige Reaktionsteam unter dem Dach der Stiftung Regenbogen Arbeit Wohnen Kultur erstellt. „Wohnen kenn´ ich von meiner Regenbogen-TWG“, denken Sie vielleicht; „Kultur halte ich ja hier gedruckt in Händen, … aber Arbeit?“, fragen Sie sich? „Was hat es mit dem Aspekt auf sich?“ Ganz einfach: Es gibt die Regenbogen Arbeit gGmbH, die hier in den nächsten Zeilen kurz vorgestellt sein soll.

Die Regenbogen Arbeit gGmbH, deren alleinige Gesellschafterin die Stiftung Regenbogen Arbeit Wohnen Kultur ist, hat ihre Wurzeln im Klinikum in Haar der 1980er Jahren. Damals wollten engagierte Mitarbeitende und Ärzte/Ärztinnen Alternativen und Perspektiven für Menschen mit heftigen und chronischen psychischen Erkrankungen jenseits der langjährigen Unterbringungen in Kliniken und Ähnlichem entwickeln. Neben Wohnmöglichkeiten, und Kultur- bzw. Freizeitangeboten spielt dabei die Arbeit für die Normalisierung und eine erfüllende Teilhabe an der Gesellschaft natürlich eine wichtige Rolle. So wurden Mitte der 1980er Jahre in Haar die ersten Arbeits- und Beschäftigungsprojekte gestartet. Heute, fast 40 Jahre später, ist daraus die Regenbogen Arbeit gGmbH, eine so genannte Inklusionsfirma mit circa 120 Mitarbeitenden geworden.

Ein großer Tätigkeitsbereich der Regenbogen Arbeit ist die Entsorgungsbranche. Es werden drei Wertstoffhöfe in den Gemeinden Pullach, Planegg und Haar betrieben. Hier stellt die Regenbogen Arbeit das Personal, das die Bürgerinnen und Bürger einweist, kontrolliert und natürlich auch bei schweren Gegenständen mit anpackt. Neben diesen Tätigkeiten sind die Teams auch mit Entrümpelungen und Sperrmüllabholungen bei Privat- und Firmenkundschaft, Reinigungsaufträgen für die Gemeinden (bspw. das Umfeld der Recyclingcontainer) sowie mit dem Gebrauchtwarenhandel in den angeschlossenen Wertstoffbörsen beschäftigt. In der Gemeinde Haar gibt es zudem ein kleines Landschaftspflege-Team zur Unterstützung des gemeindlichen Bauhofes beim Rasenmähen, Laubrechen oder der Müllentfernung.

Ganz etwas anderes, mehr Kulinarisches, ist der Kantinenbereich der Regenbogen Arbeit gGmbH. Hier werden die Gäste, Schülerinnen und Schüler sowie Mitarbeitende der Kooperationspartner versorgt. Das sind die Agentur für Arbeit, die Regierung von Oberbayern, das bayrische Finanzministerium, das Landeskriminalamt sowie die Mensa des Dante- und Klenzegymnasiums. Neben dem Mittagsessen und Frühstück sowie Snacks werden hier auch Caterings für Sitzungen und Veranstaltungen angeboten.

Nicht weniger lecker geht´s im dritten Bereich, der Gemüseverarbeitung Frischkost, in Landsham/ Pliening zu. Hier wird Gemüse bzw. Salat gewaschen, geputzt, geschält und in hunderterlei Varianten und Größen geschnitten. Teilweise übernehmen das Maschinen, die allerdings natürlich mit vorbereitetem Gemüse gefüttert werden müssen.

Das Gemüse und die Mischungen, wie etwa Wok-Gemüse oder Suppengemüse, wird mit den eignen LKW an Großabnehmende wie Kantinen, Schulcaterer, Seniorenheime, Restaurants oder sogar Oktoberfestzelte geliefert. Neben konventionellem Gemüse wird dort auch Bioware verarbeitet.

Das Portfolio der RegenbogenArbeit gGmbH ist also umfangreich. Wie können Sie, geneigte Leserinnen und Leser, davon profitieren? Ganz einfach: als Kundin und Kunde! Buchen Sie ein Team für eine Entrümpelung. Kaufen Sie günstig in unseren Gebrauchtwarenbörsen in Haar oder Pullach ein. Oder besuchen Sie eine der Kantinen (öffentlich zugänglich sind die der Regierung von Oberbayern an der Maximilianstraße oder des Finanzministeriums am Odeonsplatz.) Wenn Sie Großverbraucher/-in sind, kaufen Sie gern unser geschnittenes Gemüse.

Mit Ihren Aufträgen oder der Zusammenarbeit bekommen Sie also einerseits beste Produkte, andererseits unterstützen Sie die Regenbogen Arbeit bei ihren Bemühungen Arbeitsplätze für Menschen mit Behinderungen zu schaffen und zu erhalten.
Kurz: Sie ermöglichen gesellschaftliche Teilhabe für Menschen, die hier im Nachteil sind.

Gute Umsätze, zufriedene Kundschaft und das mit sozialer Verantwortung ist die eine Seite. Die andere ist, dass Menschen mit und ohne Handicap bei der Regenbogen Arbeit gGmbH faire, sichere und an die jeweiligen Umstände angepasste Arbeitsplätze finden können.Bis auf wenige Ausnahmen sind dies sozialversicherungspflichtige (Teilzeit-) Arbeitsplätze zu ortsüblichen Löhnen. Im Infokasten erfahren Sie mehr über die Arbeitsmöglichkeiten und den Weg dorthin.

Für Interessentinnen und Interessenten mit Behinderung:

- Schwerbehinderung von min. GdB 50 (in Ausnahmefällen auch GdB 30)
- in der Regel: vorhergehende Arbeitslosigkeit
- Motivation zur Arbeit, körperliche Fitness entsprechend den Tätigkeiten
- positiv verlaufene Probearbeit/ Praktikum

... und natürlich, dass gerade ein passender Arbeitsplatz frei ist!

Was gibt‘s zu tun?

Kantinen

Spülküche, Unterstützung bei der Speisenzubereitung, Reinigungsarbeiten, Essensausgabe, Kasse, Lieferung von Konferenzservice usw.

Fotocopyright alle Fotos @ Regenbogen Arbeit gGmbH, wenn nichts anderes genannt

Entsorgungsbetriebe

Bürgerinnen und Bürger einweisen und beraten, Sauberhalten des Wertstoffhofs, Mitarbeit bei Entrümpelungen, LKW be- und entladen, Möbel demontieren usw.

Fotocopyright @ Thilo Schmülgen / Aktion Mensch

Gemüseverarbeitung Frischkost

Gemüse schälen, putzen, waschen und schneiden, Mischungen erstellen, Reinigungsarbeiten, Lagertätigkeiten, Auslieferungsfahrten usw.

Landschaftspflege

Grünanlagen sauberhalten, Rasenmähen, Laubrechen, Mülleimerleerung, Schneeräumen usw.

Fotocopyright @ congerdesign, Pixabay.com

... und Vieles mehr, je nach Bedarf und Fähigkeiten ...

Weitere Möglichkeiten:

Zuverdienstprogramm

Für Personen mit festgestellter voller Erwerbsminderung (EM-Rente, SGB XII) und Schwerbehinderung oder psychiatrischem Attest

» maximal 14,99 Stunden pro Woche

Arbeitsgelegenheiten (sog. 1 €-Job)

Für Personen im Arbeitslosengeld-II-Bezug vom Jobcenter des Landkreis München

Bei Interesse bitte in der Geschäftsstelle der Regenbogen Arbeit gGmbH melden:

Regenbogen Arbeit gGmbH
Werinherstr. 45
81541 München
Maximilian Roth
089-45 69 830 oder
maximilian.roth@regenbogen-arbeit.de

Édouard Louis

Das Ende von Eddy

Ein Befreiungsschlag, ein Aufbruch in ein neues Leben – mit unglaublicher Sprachgewalt erzählt der junge französische Autor Édouard Louis die Geschichte einer geglückten Flucht aus einer unerträglichen Kindheit: inspiriert von seiner eigenen.

Buchtipp

von Stephan Wimmer

„Das Ende von Eddy“ ist sein Debütroman, der zu einem großen Erfolg und einer der meistdiskutierten Veröffentlichungen des Jahres wurde.
Der Autor empfiehlt, ebenfalls die beiden Folgebände „Wer hat meinen Vater umgebracht“ und „Freiheit einer Frau“ zu lesen. „Mir hat es unglaublich Freude bereitet, diese Büchlein nacheinander wegzulesen“, sagt ebenfalls unser Redaktionsmitglied Stephan Wimmer, der diesen Buchtipp für uns hat.

Taschenbuch: 208 Seiten
Verlag: Fischer Taschenbuch (25. Mai 2016)
Sprache: Deutsch
ISBN-10: 3596032431
ISBN-13: 978-3596032433
Preis € 12,00

Interview
Besucherin Tagesstätte

Wie heißen Sie?
Sabrina Wolf

Wie alt sind Sie?
25 Jahre

Welchen Beruf haben Sie früher ausgeübt?
Ich bin Studentin und habe als Nebenjob im Café gearbeitet.

Seit wann besuchen sie die Tagesstätte?
Seit Januar 2022.

Wie sind Sie auf die Tagesstätte aufmerksam geworden?
Durch die kbo-Tagesklinik.
Mir wurde dort ein Flyer von der Sozialtherapeutin gegeben.

Was war der Auslöser? Warum besuchen Sie die Tagesstätte?
Hauptsächlich wegen der Tagesstruktur, weil ich noch nicht gut zuhause allein bleiben kann.

Wie oft besuchen Sie die Tagesstätte?
Viermal die Woche.

Welche Hobbies haben Sie?
Früher Schauspielern, Theater besuchen und ins Café gehen.

Was machen Sie gerne in der Tagesstätte?
Wizard spielen, Kreuzworträtsel lösen, Zeitung lesen und beim Kochen helfen. Ab und zu auch Backen.

Was gefällt Ihnen besonders?
Das Essen ist sehr lecker und preiswert. Auch das Kartenspielen und donnerstags Kuchen essen.

Was wünschen Sie sich, was könnte man in der Tagesstätte besser machen ?
Mehr vegetarische oder auch vegane Gerichte, regelmäßige Veggie-Days. Ergotherapeutische Gruppenangebote wären auch schön. Ein Vorschlag wäre, die Online-Präsenz der Tagesstätte zu verbessern, ich habe die Erfahrung gemacht, dass das Angebot im Internet nur schwer zu finden ist.

Interview
Besucher Tagesstätte

Wie heißen Sie?
Burkard Weidner

Wie alt sind Sie?
38 Jahre (frisch geworden, habe den Geburtstag in der Tagesstätte gefeiert.)

Welchen Beruf haben Sie früher ausgeübt?
Augenoptiker und Hotelkaufmann

Seit wann besuchen sie die Tagesstätte?
Seit Februar 2022

Wie sind Sie auf die Tagesstätte aufmerksam geworden?
Durch meinen Klinikaufenthalt im Klinikum Rechts der Isar. Dort wurde mir die Tagesstätte empfohlen.

Was war der Auslöser? Warum besuchen Sie die Tagesstätte?
Damit ich nicht alleine Zuhause herumsitze und eine Tagesstruktur habe, eine Beschäftigung.

Wie oft besuchen Sie die Tagesstätte?
Regelmäßig, viermal die Woche.

Welche Hobbies haben Sie?
Longboard fahren, Bogenschießen (seit Corona leider nicht mehr) und Schachspielen.

Was machen Sie gerne in der Tagesstätte?
Wizard spielen, Essen, Spezi trinken und Computern. Ich surfe gerne im Internet und schaue mir Rhodos an, wo ich im letzten Sommer im Urlaub war.

Was gefällt Ihnen besonders?
Das gute Essen und das vergnügliche Kartenspielen.

Was wünschen Sie sich, was könnte man in der Tagesstätte besser machen?
Ich liebe die Tagesstätte. Es wäre schön, wenn es eine Nachspeise geben würde, z.B. Schokopudding. Ansonsten kann alles so bleiben wie es ist.

Die Interviews führten Thomas Riek und Stephan Wimmer.

MEDIATION

von Michaela Silkinat

Resignation und Unterordnung, Flucht oder Kampf sind zwar auch Formen von Konfliktmanagement, aber dadurch wird kein Konflikt wirklich gelöst.
Die Lösung gelingt häufig nur durch Hinzuziehung einer neutralen Person, die zwischen den Konfliktparteien vermitteln kann, um einen Kompromiss mit Vor- und Nachteilen auf beiden Seiten oder im besten Fall einen Konsens als Win-Win-Situation und Grundlage für eine zukünftige Kooperation zu erreichen. Ein Konflikt kann innerhalb einer Person entstehen (intrapersonell) oder zwischen zwei Personen (interpersonell), Gruppen, Organisationen, Staaten und Bündnissen.

Konflikten begegnen wir im privaten sowie im beruflichen und öffentlichen Leben, sie erwachsen aus grundsätzlich verschiedenen Weltanschauungen, sozialen Interessen und ethischen Überzeugungen und gehen daher meist auf einen Interessengegensatz zurück. Hierbei werden insbesondere folgende Arten von Konflikten unterschieden:

- Sachkonflikte
- Rollenkonflikte
- Beziehungskonflikte
- Wahrnehmungskonflikte
- Wertekonflikt
- Verteilungskonflikte
- Zielkonflikte

Fotocopyright @ Gerd Altmann, Pixabay (man-2814937)

Natürlich gibt es dabei Überschneidungen sowohl bei den Bereichen als auch bei den Arten der Konflikte, daher muss als erster Schritt einer konstruktiven Konfliktbewältigung Ursachenforschung betrieben werden: Was ist der eigentlich zugrunde liegende Streitpunkt?
Entscheiden sich die Konfliktparteien für eine Mediation, so sind sowohl ihnen als auch der vermittelnden Person klare Bedingungen vorgegeben:

Freiwilligkeit

Sowohl die Medianten als auch der/die Mediator*in können die Mediation zu jeder Zeit beenden, sie sind nicht an das Erreichen bestimmter Ziele gebunden. Daraus folgt:

Ergebnisoffenheit

Die Teilnahme an einer Mediation setzt die Bereitschaft voraus, eigene Bedürfnisse und Interessen als solche zu erkennen, von denen der Konfliktpartei zu unterscheiden und sie verhandlungs- und kompromissbereit ergebnisoffen zur Diskussion zu stellen.

Autonomie und Eigenverantwortlichkeit

Die Konfliktparteien nehmen persönlich an der Mediation teil und lassen sich nicht durch andere Personen vertreten. Ihre Verhandlungs- und Abschlussfähigkeit wird dabei vorausgesetzt, sodass die von ihnen selbst entwickelten Lösungen umgesetzt werden können.

Verschwiegenheit

Die verhandelten Inhalte sind nicht öffentlich und werden von keiner in das Mediationsverfahren involvierten Person nach außen getragen.

Anders als in Schieds- oder Schlichtungsverfahren hat der/die Mediator*in dabei einzig die Verantwortung für den Verlauf der Gespräche und Verhandlungen, trifft keine Entscheidungen, gibt keine Empfehlungen und macht keine Vorschläge für eine mögliche Konfliktregelung. Er/sie unterstützt die Parteien dabei, die Streitpunkte zu identifizieren, Person und Sache zu trennen und Lösungsoptionen zu erarbeiten.

Der/die Mediator*in agiert dabei allparteilich und zeigt in dieser Parteilichkeit Identifikation mit jedem Beteiligten. In dieser Funktion kann er/sie der kommunikationsschwächeren Partei als Sprachrohr dienen und ein Machtgefälle der Konfliktparteien ausgleichen.
Der konkrete Ablauf einer Mediation erfolgt in der Regel in 5 Phasen:

Einführung und Formales

Aufklärung über Mediation als Instrument der Konfliktlösung und die damit verbundene Rolle des/der Mediators/Mediatorin.
Vereinbarung der Verschwiegenheit und des weiteren Vorgehens.

Sammlung der Streitpunkte

In dieser Phase legen die Streitparteien dar, worin für sie jeweils der Konflikt besteht. Diese Sammlung dieser Themenpunkte ermöglicht die Strukturierung des weiteren Vorgehens.

Vertiefung: Positionen und Interessen

Die Konfliktparteien wählen das erste Thema und legen jeweils ausführlich ihre Sichtweise dazu dar. Dazu gehören Informationen, Hintergründe, Wahrnehmungen und Beobachtungen, aber auch damit verbundene Wünsche, Bedürfnisse und Interessen.
Der Übergang zu Hintergründen, Zielen, Erwartungen und Interessen ist ein wichtiger Schritt in der Mediation, weil dadurch tiefer liegende Konfliktursachen erkannt und sowohl unterschiedliche wie auch gemeinsame Zielvorstellungen herausgearbeitet werden können.
Auf diese Weise werden alle in Phase 2 gesammelten Aspekte besprochen.

Sammeln und Bewerten von Möglichkeiten zur Beilegung des Konflikts

Zu den besprochenen Problemfeldern sammeln die Medianden Lösungsoptionen, ohne diese zunächst zu bewerten. Dies geschieht erst nach Abschluss der Ideensammlung, wobei der/die Mediator*in die Vorschläge hinterfragen lassen sollte, inwieweit sie den vorher formulierten Kriterien für eine gerechte Lösung entsprechen. In dieser Phase muss darüber hinaus mit den Konfliktparteien auch überprüft werden, inwieweit die Lösungsoptionen praktikabel sind und sich umsetzen lassen.

Abschlussvereinbarung

Die gemeinsame Erarbeitung einer einvernehmlichen Vereinbarung bildet den Abschluss und regelt das weitere Vorgehen und den Zeitplan der Umsetzungen.

In Deutschland gibt es noch keine gesetzliche Regelung einer Mediatorenausbildung.
Einige private Mediatorenverbände haben jedoch Ausbildungsstandards für den „Zertifizierten Mediator“ definiert und erkennen diese Zertifikate auch gegenseitig an.
Mittlerweile gibt es allerdings auch schon einige universitäre Einrichtungen, die eine Mediatorenausbildung anbieten, teilweise bis zum Master-Studiengang.

Quellen:
https://de.wikipedia.org/wiki/Mediation
Bundesverband Mediation e.V.: Was ist Mediation (bmev.de)
Was ist Mediation – Das Wesentliche in Kürze (steinberg-mediation-hannover.de)
mediation.at: Was ist Mediation?

Haben Sie sich schon ...

einmal gefragt ...

von Gert Stocker

... warum viele Sprachen zur Gruppe der sogenannten indogermanischen Sprachen zusammengefasst werden?

Dafür möchte ich einige Beispiele geben.

Ähnliche Vokabel:

Wenn man sich die altindische, die altpersische, die altirische, die lateinische, die englische usw. Vokabel für das deutsche Wort „Mutter“ vergleicht, stellt man verblüffende Ähnlichkeiten fest:

Sprache	Wort
altindisch	mata
altpersisch	matar
altirisch	mathir
lateinisch	mater
altbulgarisch	mati
altenglisch	modor
englisch	mother
althochdeutsch	muoter
neuhochdeutsch	Mutter

Dies deutet schon einmal darauf hin, dass die betrachteten Sprachen miteinander verwandt sein könnten.

Ähnlichkeiten in der Beugung eines Zeitwortes:

Ein anderes Beispiel, diesmal für Ähnlichkeiten in der Grammatik, soll nun folgen. Unter der sogenannte Beugung eines Zeitwortes versteht man die – im Allgemeinen verschiedenen – Formen eines Zeitworts, die auf die persönlichen Fürwörter „ich“, „du“, „er“ (natürlich auch „sie“, „es“), „wir“, „ihr“ und „sie“ (Mehrzahl) folgen. Betrachten wir nun die Beugung des Zeitworts „tragen“ in der Gegenwart:

Neuhoch-deutsch	Sanskrit	Dorisch-Griechisch	Lateinisch	Altslawisch	Althoch-deutsch
ich trage	bharami	phero	fero	bera	biru
du trägst	bharasi	phereis	fers	beresi	biris
er trägt	bharati	pherei	fert	beretu	birit
wir tragen	bharamas	pheromen	ferimus	beremu	berames
ihr tragt	bharata	pherete	fertis	berete	beret
sie tragen	bharanti	pherousi	ferunt	beratu	berant

Die Ähnlichkeiten des Beugungsschemas springt förmlich ins Auge. Ich könnte noch weitere Beispiele anführen.

Welche Sprachen werden zu den indogermanischen Sprachen gezählt?

Es gibt unterschiedliche Unterteilungen der indogermanischen Sprachen.
Eine wichtige möchteich Ihnen hier vorstellen:

1. indische (indoarische) Sprachen – z. B. Sanskrit, Vedisch, Hindi, Bengali
2. iranische Sprachen
3. baltische Sprachen – zu denen auch Altpreußisch gehört
4. slawische Sprachen
5. keltische Sprachen
6. Griechisch

7. italische Sprachen
8. Albanisch
9. Armenisch
10. Tocharisch (Dieser vor tausend Jahren erloschene Zweig des Indogermani schen ist erst Ende des 19. Jahrhunderts entdeckt worden. Gesprochen wurde das Tocharische in der Nordhälfte von Chinesisch-Turkestan.)
11. anatolische Sprachen
12. germanische Sprachen
13. Einzelne Sprachen, die keinem dieser Zweige zugeschlagen werden können, aber mit Sicherheit oder Wahrscheinlichkeit zum Indogermanischen gehören – z.B. Illyrisch.

Hätten Sie gedacht, dass auch die slawischen Sprachen wie z. B. Russisch oder Serbokroatisch zu den indogermanischen Sprachen gehören?

Übermacht des Keltischen – Es war einmal ...

Vor etwa 3000 Jahren waren die keltischen Sprachen im eurasischen Kontinent führend. In einem Gebiet, das von Irland und Britannien im Westen über Frankreich, das südliche Deutschland sowie Österreich hinweg bis zum Balkan reicht, wohnten damals Volksstämme, die keltische Sprachen oder Dialekte sprachen. Ja, noch größer war dieses Sprachgebiet, denn nicht nur Gälisch für die Sprache der Iren und Gallien für das heutige Frankreich sind keltische Namen, sondern auch der Name der Provinz Galicia im Nordwesten Spaniens, des polnisch-russischen Galizien, und im Neuen Testament tritt uns der keltische Stamm der Galater in Kleinasien entgegen.

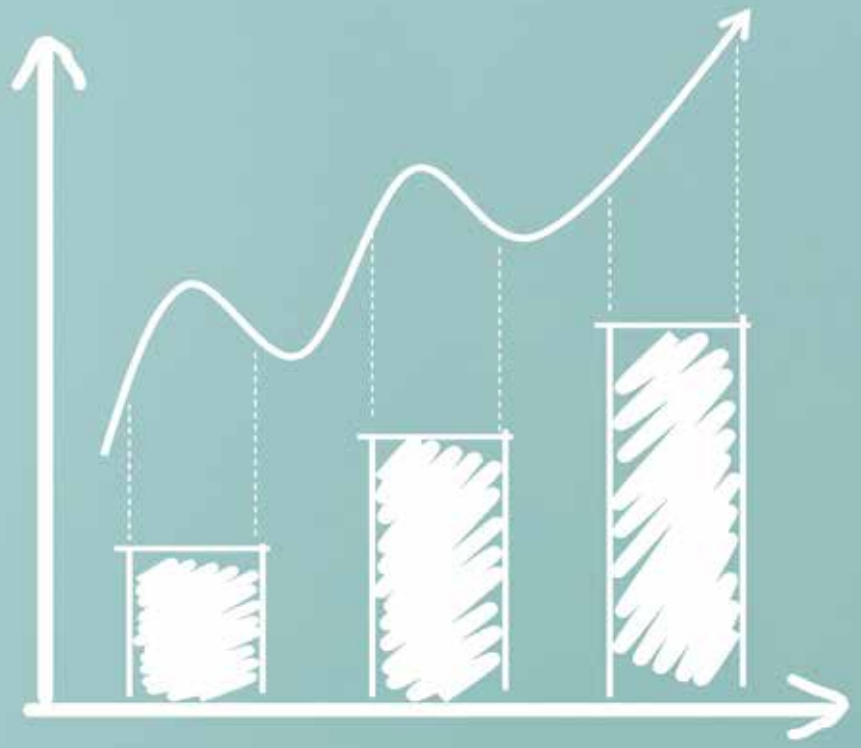
Quelle:
Hans-Joachim Störig: Abenteuer Sprache - Ein Streifzug durch die Sprachen der Erde

Corona und psychische Gesundheit

von Stephan Wimmer

Wir von der Redaktion haben uns die Frage gestellt, welchen Einfluss Corona auf die psychische Gesundheit und auf die Nachfrage von Psychotherapien hat.

Hierzu einige Fakten und Zahlen, die wir im Internet dazu gefunden haben.



Fotocopyright @ Tumisu, Pixabay (chart-3373119)

Laut WHO (Weltgesundheitsorganisation) hat die Corona-Pandemie zu einem starken Anstieg von psychischen Erkrankungen geführt. In ihrem Bericht zur mentalen Gesundheit heißt es, dass allein im ersten Jahr der Pandemie, die Fälle von Depressionen und Angststörungen, weltweit um 25 % gestiegen seinen.

Fälle von Depressionen und Angststörungen sind weltweit um 25 % gestiegen.

Die WHO geht davon aus, dass schon 2019, also vor dem Beginn der Corona-Pandemie, global insgesamt 1 Milliarde Menschen von einer psychischen Erkrankung betroffen waren.
Detaillierter wird es beispielsweise im Kinder- und Jugendreport des Jahres 2022, der von der DAK in Auftrag gegeben wurde. Verglichen werden dabei die Jahre 2019 und 2021. Bei Mädchen zwischen dem 15. und 17. Lebensjahr, gab es innerhalb der zwei Jahre eine Zunahme von erstmalig ärztlich behandelter Depressionen um 18 %. Bei Angststörungen beläuft sich der Zuwachs auf 24 %, bei Essstörungen stiegen die Zahlen mit 54 %, um mehr als die Hälfte. Laut dem DAK-Report erreichten auch die Arbeitsausfälle wegen psychischer Erkrankungen 2021 einen neuen Höchstwert. Frauen ab 55 Jahren waren diesbezüglich am stärksten von der Pandemie betroffen. Bei den 55- bis 59-jährigen kamen auf 100 Versicherte 511 Fehltage, damit 14 % mehr als vor Corona. Bei den Übersechzigjährigen steigerte sich dieser Wert sogar um 20 %. Dabei waren Depressionen der wichtigste Grund für eine Krankschreibung, wohingegen bei Anpassungs- und Angststörungen die größten Zuwachsraten registriert wurden.
„Frauen sind von psychischen Erkrankungen auch anders betroffen als Männer: Sie leiden stärker unter Ängsten, während Männer häufiger wegen Störungen in Folge von Alkoholmissbrauch oder anderem Drogenkonsum krankgeschrieben sind.“
Diese Entwicklung wirkt sich auch auf

Frauen sind von psychischen Erkrankungen anders betroffen als Männer.

den Bereich der Psychotherapie aus. Die Anzahl von Patientenanfragen sind 2022 im Vergleich zum Jahr 2019 um 40 % gestiegen. Ähnlich hoch wie schon im Jahr 2021. Privatpraxen erlebten gegenüber 2020 gar einen Anstieg um 62 %. Dies ist einem Bericht der Deutschen PsychotherapeutischenVereinigung (DPtV) zu entnehmen. Und obwohl die Nachfrage bei Kinder und Jugendlichen 2022 leicht gesunken ist, liegt sie mit 48 % noch immer über dem Durchschnitt.
Auch die Wartezeiten auf einen Behandlungsplatz sind dadurch gestiegen. Laut einer Recherche des Senders RBB müssen Patienten in Deutschland derzeit im Schnitt vier Monate bis zum Behandlungsbeginn warten. Nur etwa jeder vierte Patient erhält ein Erstgespräch in der jeweils angefragten Praxis und nur 3,5 % erhalten noch innerhalb einer Woche einen Termin. 51 % warten mehr als einen Monat. Drei Viertel der Patienten müssen weitere Praxen kontaktieren, um einen Termin zu bekommen.
8 % der Patientinnen und Patienten warten rund einen Monat auf den Beginn ihrer Therapie, 30 % warten bis zu einem halben Jahr. 47,4 % müssen mehr als ein halbes Jahr auf ihren Therapiebeginn warten. Die Problematik langer Wartezeiten nimmt den Ergebnissen zufolge weiter zu.

Die Problematik langer Wartezeiten auf einen Therapiebeginn nimmt zu.

„Die hohe Nachfrage im letzten Jahr (2021) war leider kein vorübergehendes Phänomen, sondern scheint sich zu stabilisieren. Der Leidensdruck durch Pandemie, Krieg und Klimakatastrophen kommt bei den Menschen an.“ So lautet eine zusammenfassende Einschätzung von Gebhard Hentschel, dem Bundesvorsitzenden der DPtV.
Außerdem ist die zu geringe Bedarfsplanung der kassenärztlichen Vereinigung eine weitere Ursache für die Unterversorgung. Diese regelt wie viele Zulassungen für Psychotherapeuten in einer Region vergeben werden. Seit langer Zeit gibt es daran Kritik. Wie der Vorsitzende der DPtV schon 2012 anmerkte, seien „diese Zahlen längst überholt und werden dem aktuellen Bedarf nicht mehr gerecht“.
Aber es gibt auch vereinzelt Lichtblicke. In Bayern werden nach Protesten und Demonstrationen nun doch mehr Masterstudienplätze für Psychotherapie zur Verfügung gestellt. Ab dem Wintersemester 2023 werden 360 Studienplätze angeboten, auf die sich Bachelorstudierende bewerben können. Derzeit gibt es davon nur 75, ein Bruchteil dessen was benötigt wird, um längerfristig die angemessene therapeutische Versorgung zu sichern.

Quellen:
https://unric.org/de/who17062022/https://www.tagesschau.de/ausland/europa/who-corona-anstieg-psychische-krankheiten-101.html
https://www.swr.de/wissen/psychotherapie-in-corona-zeiten-104.html
https://www.sueddeutsche.de/projekte/artikel/wissen/psychiatrie-jugendliche-corona-suizid-depression-e101837/
https://www.dptv.de/aktuelles/meldung/patientenanfragen-weiterhin-40-prozent-ueber-vor-corona-zeit/
https://www.sueddeutsche.de/muenchen/landkreismuenchen/psychotherapie-kinder-corona-pandemie-krieg-klimawandel-1.5646739
https://www.sueddeutsche.de/bayern/psychotherapie-psychologiestudium-markus-blume- uni-bayern-1.5633069
https://www.spiegel.de/gesundheit/psychologie/psychotherapie-warum-es-zu-wenige-psychologen-in-deutschland-gibt-a-820748.html

Prepper

von Thomas Riek

Allzeit bereit für die nächste Katastrophe

Laut Wikipedia bezeichnet der Begriff Prepper *„Personen, die sich mittels individueller Maßnahmen auf verschiedene Arten von Katastrophen vorbereiten“*. Er ist abgeleitet von englisch „to be prepared“ bzw. dem englischen Pfadfindergruß „be prepared“.
Auf verschiedenste Katastrophenszenarien vorbereitet zu sein und im Fall der Fälle entsprechende Maßnahmen zu ergreifen, das ist das Ziel des Preppers. Beispiele sind großflächige und lang anhaltende Stromausfälle, Terroranschläge, Wirtschaftskrisen, Kriege (Atom- oder Bürgerkriege), Umweltkatastrophen oder Pandemien. Die Wurzeln der Szene gehen zurück in die 1970er Jahre in den USA. Der Begriff selbst tauchte zu Beginn der 2000er Jahre auf. Die Finanzkrise 2007, sowie die Covid-19-Pandemie und der Krieg in der Ukraine führten zu einem Wachstum und zunehmender Verbreitung in Europa. Die Anzahl der Prepper in Deutschland wird auf bis zu 180.000 Personen geschätzt.

Zur Vorbereitung auf eine mögliche Katastrophe gehört das Horten von Lebensmittelvorräten, das Anlegen einer umfangreichen Ausrüstung (z.B. Schutzkleidung, Werkzeug, Geräte zur Wasseraufbereitung oder Bearbeitung von Holz und das Entzünden eines Feuers), die Errichtung von Schutzbauten aber auch das Anschaffen von Waffen, um das Ganze gegen mögliche Eindringlinge verteidigen zu können. Neben den genannten Gegenständen gehören auch das Aneignen von Kenntnissen in den Bereichen Survival, Erste Hilfe und Selbstverteidigung dazu. Das Verhalten im Katastrophenfall ist unterschiedlich, so gibt es Prepper, die eine Krise in Schutzbauten (z.B. Bunker) aussitzen wollen und andere, die sich auf einen längeren Aufenthalt in der Wildnis vorbereiten.
Prepper stellen sich dabei nicht als eine homogene Gruppierung dar. In ihrer umfassenden Recherche hat die Journalistin Gabriela Keller dargestellt, dass „die Szene, wenn man sie überhaupt so nennen will, [...] vielschichtig [ist]: von der Hartz-IV-Empfängerin bis zum Silicon-Valley-Milliardär, vom jungen Zeitsoldaten bis zum Frührentner“ ist alles dabei. Wissenschaftler wie der Kulturwissenschaftler Julian Genner attestieren dieser Szene ein fatalistisches Weltbild. Unter den Preppern sollen vereinzelt auch Reichsbürger, rechte Gruppierungen und Verschwörungstheoretiker versucht haben, die Szene zu unterwandern.
In den letzten Jahren haben sich die großen Gemeinschaften (organisierte Prepper) wie PGD (Prepper-Gemeinschaft Deutschland) und der Prepper-Verein e.V. von diesen Gruppen distanziert.
Sicherlich ist es sinnvoll für „schlechte Zeiten“ vorzusorgen und eine gewisse Menge an Vorräten zu besitzen. In Deutschland empfehlen verschiedene staatliche Stellen persönliche Krisenvorsorge als Ergänzung zur staatlichen Vorsorgeinfrastruktur.
So empfiehlt das Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe in einem Ratgeber, pro erwachsene Person in einem Haushalt einen 10-tägigen Grundvorrat von 2200 kcal und je zwei Liter Wasser pro Tag anzulegen.
Die Prepperszene geht meist deutlich über staatliche Empfehlungen hinaus. Es ist ein großer Markt entstanden. Inzwischen gibt es in Deutschland, Österreich und der Schweiz Unternehmen, die sich auf eine Versorgung mit „Rundumpaketen“, wie z. B. Vorrats- und Ausrüstungspaketen, spezialisiert haben. Eine Suche nach dem Begriff „Prepper“ in Google liefert eine Unmenge an Anzeigen für alles, was das Prepperherz begehrt, so z.B. das „15 Tage Komplettpaket Essen und Wasser lagern“, das „Outdoor Survival Kit“, der „Notfallrucksack“ oder aber der „Fluchtrucksack“.
Die Grenzen zwischen einer sinnvollen Vorsorge um für vorübergehende Versorgungsengpässe gewappnet zu sein und dem sich Vorbereiten auf schwerste Katastrophen sind sicher fließend. Am Ende ist es die Entscheidung eines jeden Einzelnen in welchem Ausmaß er oder sie sich vorbereiten will.

Quelle:
https://de.wikipedia.org/wiki/Prepper

Fotocopyrights @
Uwe Mücke (outdoor-3681924),
Alexander Fox (purchasing-4981245), Pixabay

Haben Sie sich schon ...

einmal gefragt ...

von Gert Stocker

... warum das Format DIN A4 eine so merkwürdige Breite (21,0 cm) wie auch Höhe (29,7 cm) hat?

Es sollen vier Forderungen erfüllt werden:

» Ausgangspunkt ist die Fläche des Formats DIN A0. Sie beträgt 1 m², also 10.000 cm².
» Das jeweils nächstkleinere Format soll die halbe Fläche des vorigen Formats besitzen.
» Das Erscheinungsbild (also das Verhältnis von Breite zu Höhe) soll immer gleich bleiben.
» Die Höhe eines Formats soll mit der Breite des nächstgrößeren Formats übereinstimmen.

Welches Verhältnis zwischen Breite und Höhe ergibt sich daraus? Sicher nicht 1:2. Die Fläche würde dann 1x2 = 2 Einheiten betragen. Das nächstgrößere Format würde dann 2:4 sein. Die Fläche würde dann 2x4 = 8 Einheiten betragen. Die Fläche des kleineren Formats (2 Einheiten) ist also nicht die Hälfte des größeren Formats (8 Einheiten).

Es stellt sich heraus, dass das Verhältnis von Breite zu Höhe gleich 1 : Quadratwurzel aus 2 betragen muss.

Untersuchen wir das Format DIN A0: Das Verhältnis der Breite von 84,1 zur Höhe von 118,9 ist tatsächlich 1 : Quadratwurzel aus 2. Die Fläche = Breite x Höhe beträgt tatsächlich etwa 10.000 cm². Damit sind alle Forderungen für DIN A0 erfüllt.

Beim nächsten Format DIN A1 muss die Höhe mit der Breite des vorigen Formats übereinstimmen, also 84,1 cm betragen. Die Breite muss so gewählt werden, dass das Verhältnis von Breite zur Höhe 1 : Quadratwurzel aus 2 beträgt, d.h. wir müssen 84,1 cm durch Quadratwurzel aus 2 dividieren. Es ergibt sich daraus eine Breite von 59,5 cm.

Analog resultieren die Größen der weiteren Formate, insbesondere auch beim Format DIN A4.

Format	Breite in cm	Höhe in cm
DIN A0	84,1	118,9
DIN A1	59,4	84,1
DIN A2	42,0	59,4
DIN A3	29,7	42,0
DIN A4	21,0	29,7
DIN A5	14,8	21,0
DIN A6	10,5	14,8

Alle Formate wurden vor 100 Jahren eingeführt. Wir können somit ein 100jähriges Jubiläum feiern.

Quelle: Wikipedia

Fotocopyright @ Gerd Altmann, Pixybay (euro-641911)

Strom, Gas, Heizung, Essen – alles teurer ...!

von Michaela Silkinat

**Wir sind gefordert ...
und wir können etwas tun.**

An den höheren Kosten für Energie können wir nichts ändern, an unserem Verhalten aber schon.

Sparen beim Heizen:

Die Wohlfühltemperaturen in einer Wohnung sind sehr unterschiedlich: Während im Wohnzimmer Temperaturen von 20°/21° und im Badezimmer 23° als angemessen gelten, sind es für den Küchenbereich 19°, das Schlafzimmer 18° und für den Flur 16°.
Wichtig zu wissen: Mit jedem Grad weniger erreicht man eine Energieeinsparung von 6 %. Wird z. B. der Flur mit 16° statt 20° beheizt, erspart man sich in diesem Raum 24 % der Heizkosten.

So kann ein durchschnittlicher Einpersonenhaushalt ca.70 €, ein Zweipersonenhaushalt ca. 90 € und ein Dreipersonenhaushalt sogar ca. 170 € jährlich einsparen.
Durch ein regelmäßiges Entlüften der Heizung (nötig wird dies, wenn Ihre Heizkörper gluckern, denn dann befindet sich Luft im Heizungssystem) lassen sich pro Wohneinheit nochmals ca. 80 € jährlich einsparen.

Lüften:

Sie fragen sich jetzt sicher: „Warum lüften? Dann geht doch kostbare Energie verloren!“

Stimmt: Es soll nicht zu viel der Heizwärme verloren gehen, aber mangelndes Lüften begünstigt die Schimmelbildung. Und das geht schneller als gedacht. Wussten Sie, dass wir an einem Tag fast 30.000 mal ein- und ausatmen und zusätzlich durch Kochen, Putzen, Duschen etc. viele Liter Wasser produzieren?
Also: Feuchtigkeit, schlechte Gerüche, Schadstoffe ab nach draußen – und dabei die Fenster ganz öffnen und währenddessen die Heizung drosseln.
Die Dauer des Lüftens hängt von der Außentemperatur ab: je niedriger die Außentemperatur, desto kürzer die Öffnungszeiten.

Die Richtwerte für
Dezember, Januar und Februar:
5 Minuten
November und März:
10 Minuten
April und September:
15 Minuten
Mai und Oktober:
20 Minuten
Juni bis August:
25 Minuten

Ihre nächste Frage könnte lauten: „Und wie oft soll das sein? Reicht es einmal am Tag?“
Sind Sie tagsüber nicht zu Hause, dann reicht ein dreimaliges Lüften pro Tag: z. B. nach dem Aufstehen, wenn Sie zurück kommen und vor dem Schlafengehen. Sind Sie den ganzen Tag zu Hause, sollten Sie mindestens 4 – 5 Mal täglich lüften, vor allem Küche, Bad und Schlafraum.
Wenn Sie so stoßlüften, statt das eine oder andere Fenster zu kippen, können Sie pro Wohnung und Jahr bis zu 200 € einsparen.

Duschen? Baden?

Für ein Vollbad müssen Sie mit einem Verbrauch von ca. 120 Liter warmem Wasser rechnen, beim Duschen benötigen Sie weniger als die Hälfte. Doch sollten Sie eine halbe Stunde unter der Dusche stehen, wird es wohl keine Ersparnis sein ...
Sparduschköpfe verbrauchen ca. 6 bis 7 Liter Wasser pro Minute, ein herkömmlicher Duschkopf verbraucht die doppelte Menge. Angenommen Sie duschen täglich 6 Minuten mit einem Sparduschkopf, dann sparen Sie pro Duschvorgang 36 bis 42 Liter Wasser, im Jahr zwischen ca. 13.140 und 15.330 Liter. Sparduschköpfe sind schon ab 18,00 € im Angebot: Ersparnis pro Jahr und Person ca. 100 €.

Kühlschränke/ Gefriertruhen

Je kühler der Platz ist, wo Sie Ihren Kühlschrank, Ihre Gefriertruhe platzieren, desto weniger Energie wird das Gerät verbrauchen: also möglichst nicht in der Nähe von Heizung, Herd und Backofen.
Verschmutzte oder poröse Gummidichtungen sowie Vereisungen erhöhen den Stromverbrauch.
Nur abgekühlte Waren in den Kühlschrank stellen, die verderblicheren Dinge nach vorne stellen.

Einkaufen

Psychologen der Universität Minnesota fanden heraus, dass sich unser Einkaufsverhalten recht unterschiedlich zeigt, ob wir gesättigt sind oder mit leerem Magen und Hungergefühlen einkaufen gehen. Nicht nur, dass wir hungrig sehr viel mehr Lebensmittel einkaufen, auch das Einkaufsverhalten im Non-Food-Bereich zeigt dann die Bereitschaft, mehr Geld für Anschaffungen auszugeben.
Also am besten nicht hungrig einkaufen gehen, vorher eine Einkaufsliste erstellen, Preise vergleichen und am Ende bar zahlen – einen 50 € Schein anzubrechen fällt schwerer als die Bezahlung per Karte.

Manche Supermärkte und Discounter reduzieren abends die Preise von verderblichen Waren, auch vor Feiertagen und Wochenenden wird an den Preisschrauben gedreht und es gibt Prozente auf die Waren, die danach voraussichtlich nicht mehr gut wären oder deren MHD in der Zwischenzeit abläuft.

Täglich werden 168 Tonnen an Lebensmitteln in München weggeworfen, obwohl 60 Tonnen davon noch genießbar wären, teilt Foodsharing München mit, und kann täglich immerhin 700 kg Lebensmittel vor der Tonne retten.
An den folgenden Stellen in München kann man als Endverbraucher diese noch verwertbaren Lebensmittel erhalten:
Abgabestelle Brauchbar
Dachauer Straße 114
80636 München

Abgabestelle Diakonia
Dachauer Straße 192
80992 München

Fairteiler
Eine Welt Haus
Schwanthalerhöhe

„Gutes von Gestern“
Tegernseer Landstraße

Rischart Filiale
Fraunhoferstraße
(Backwaren vom Vortag um die Hälfte reduziert)

Quellen:
Süddeutsche Zeitung, Ausgabe 06/November 2022, Beilage G.ELD,
https://muenchen.mitvergnuegen.com
https://www.energie-fachberater.de
https://www.foodsharing-münchen.de

Grafik-Copyright @ Christian Dorn, Pixabay (lightbulb-1926533)

Second Hand in München

Teil 1

von Sabrina Wolf

Gwandhaus Ismaning

Was gibt es?

» Zum Großteil Kleidung, aber auch Geschirr, Schuhe und Taschen

Im Hillebrandhof/UG
Aschheimerstraße 2
85737 Ismaning
Di 9.00-11.00 Uhr und 18.00-20.00 Uhr
Do 16.00-19.00 Uhr
Jeden letzten Samstag im Monat
10.00-12.00 Uhr

Information:

Die Einnahmen werden zu 100 % gespendet, und die Preise sind sehr gering.
Ein paar Mal im Jahr wird ein 1 Euro Tag veranstaltet, an dem ALLES nur 1 Euro kostet. Dieser wird auf der Website (http://wordpress.gwandhaus-ismaning.de) unter „Aktuelles“ bekanntgegeben.

Weißer Rabe

Was gibt es?

» Möbel, Geschirr, Bücher, Dekowaren, Elektrogeräte, Mode, Textilien, Kinderbekleidung

GebrauchtWarenHaus Westend
Landsbergerstraße 146
80339 München
Mo-Fr 10.00-18.00 Uhr

GebrauchtWarenHaus Obersendling
Drygalski-Allee 33e
81477 München
Mo-Fr 10.00-18.00 Uhr

Diakonia Kaufhaus

Was gibt es?

» Hausrat, Möbel, Elektroartikel und vieles mehr

Dachauer Straße 192
80992 München
Mo-Fr 10.00-19.00 Uhr
Sa 10.00-15.00 Uhr

Information:

Das Diakonia Kaufhaus ist ein sozialer Betrieb, der humanitäre Hilfe zum Beispiel für Flüchtlinge leistet. Außerdem werden Arbeitsplätze für Menschen in schwierigen Lebenslagen geschaffen.

Münchner Bücherkiste der Pfennigparade

Was gibt es?

» Bücher, CDs, DVDs, Blue Ray, Spiele

Hanauerstraße 85a
80993 München
Mo-Do 8.00-16.00 Uhr
Fr 8.00-13.00 Uhr

Information:

Hier arbeiten Menschen mit und ohne Behinderung, unterschiedlichen Alters, verschiedenster Herkunft, Nationalität und Profession. Das Ziel der Pfennigparade ist eine Gesellschaft in der Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam leben und arbeiten.

Second Hand in München

Teil 2

Oxfam
Was gibt es?
» Damenkleidung, Herrenkleidung, Schuhe, Accessoires, Schmuck, Haushaltswaren, Heimtextilien, Bücher, CDs, DVDs, Schallplatten, Spiele, Spielzeug, Fairtrade-Lebensmittel, OxfamUnverpackt.

Oxfam Shop Maxvorstadt
Türkenstraße 81
80799 München
Mo-Fr 10.00-19.00 Uhr
Sa 11.00 -15.00 Uhr

Oxfam
Was gibt es?
» Damenkleidung, Herrenkleidung, Schuhe, Accessoires, Schmuck, Haushaltswaren, Heimtextilien, Bücher, CDs, DVDs, Schallplatten, Spiele, Spielzeug, Fairtrade-Lebensmittel, OxfamUnverpackt.

Oxfam Shop Isarvorstadt
Frauenhoferstraße 6
80469 München
Mo-Fr 10.00-19.00 Uhr
Sa 11.00-16.00 Uhr

Oxfam
Was gibt es?
» Damenkleidung, Herrenkleidung, Schuhe, Accessoires, Schmuck, OxfamUnverpackt.

Oxfam Shop Haidhausen
Orleansplatz 4
81667 München
Mo-Fr: 10.00-19.00 Uhr
Sa: 10.00-15.00 Uhr

Oxfam
Was gibt es?
» Damenkleidung, Herrenkleidung, Schuhe, Accessoires, Schmuck, Haushaltswaren, Bücher, CDs, DVDs, Spiele, Spielzeug, OxfamUnverpackt.

Oxfam Shop Pasing
Spiegelstraße 11
Ecke Gleichmannstraße
81241 München
Mo-Fr 10.00-19.00 Uhr
Sa 10.00-15.00 Uhr

Oxfam
Was gibt es?
» Bücher, CDs, DVDs, Schallplatten, OxfamUnverpackt.

Oxfam Buchshop
Spiegelstraße 11
Ecke Gleichmannstraße
81241 München
Mo-Fr 10.00-19.00 Uhr
Sa 10.00-15.00 Uhr

Information:
Der Erlös kommt der Hilfs- und Kampagnenarbeit des Vereins Oxfam zugute der sich für eine Welt ohne Armut einsetzt, zum Beispiel mit nachhaltigen Entwicklungsprojekten oder auch der Finanzierung von Nothilfen in Krisen.

!

25 Jahre Google

von Gert Stocker

Die Suchmaschine Google

Anfang September 1997:
Es existiert schon eine gigantische Menge von Webseiten im Internet. Bestimmte Informationen im Internet zu finden, ist schwierig: Man muss die exakte Webadresse kennen. Oder: mit Hilfe einer Suchmaschine wie beispielsweise Altavista. Die ist allerdings ein umfangreiches Webportal und daher kompliziert zu bedienen.

Dann kam die später als Google bezeichnete Suchmaschine ins Spiel. Die war sehr einfach zu bedienen. Nun die Geschichte der Suchmaschine:
Larry Page und Sergey Brin waren zwei Studenten an der Stanford Universität – eine der besten Hochschulen Amerikas. Sie begegneten einander im Jahr 1995 zum ersten Mal. Nehmen wir an, die Eingabe lautet: „Programmiersprache“. Nun dürfte dieses Wort in vielen Webseiten vorkommen.
Einfach diese Webseiten in der Reihenfolge des Auffindens als Lösung der Suche anzubieten ist ungeschickt. Einige dieser Webseiten sind einfach bessere Treffer als manche anderen. Die Treffer in der Reihenfolge des Auffindens aufzulisten, vermischt jedoch die schlechteren Treffer mit den besseren.

Schon damals konnte man in einer Webseite auf eine andere Webseite mit einem Hyperlink verweisen. Gerade bei wissentschaftlichen Arbeiten wird meistens auf viele andere Webseiten verwiesen. Solche Seiten, auf die sehr oft verwiesen wird, sind als besonders wichtige Treffer zu werten. Daher werden bei den Treffern jene am Anfang gezeigt, auf die oft verwiesen wird. Diese Verweise werden als Rückverweise (engl. Backlinks) bezeichnet. Als weiteres Kriterium wird berücksichtigt, wie oft die Eingabe (in unserem Beispiel „Programmiersprache“) in der Webseite auftritt. Das Ganze wird als PageRank-Algorithmus bezeichnet.

Dieser PageRank-Algorithmus ist die Grundlage der Google-Suchmaschine. Der Name „Google“ ist von „Googol“ abgeleitet. Dies ist die Zahl 10^{100} – also einer 1 mit 100 nachfolgenden Nullen.
Google durchsucht das ganze normal zugängliche Internet. (Das so genannte Dark Net wird nicht durchsucht.) Dieses Durchsuchen betrifft jedoch genau genommen nicht die Webseiten des Internet. Es würde einfach zu lange dauern. Vielmehr greift Google auf eine Datenbank zurück, die grob gesprochen eine immer wieder aktualisierte Liste von Schlüsselwörtern mit Rückverweisen auf Webseiten und deren Anzahl darstellt.
Im September 1997 wurde die Suchmaschine unter dem Namen Google vorgestellt. Wir können also das 25-jährige Jubiläum feiern. Heute ist diese Suchmaschine die weitaus am meisten verwendete Suchmaschine.

Zunächst hatten Internetportale keinerlei Interesse an Google. Der Investor Andreas von Bechtolsheim bekam im August 1998 eine zehnminütige Präsentation zu sehen und war davon so beeindruckt, dass er sofort einen Scheck über 100.000 $ ausstellte. Der Investor nahm an, dass die Firma wie das Produkt heißt. So setzte er als Empfänger „Google.Inc“ ein. Es existierte aber kein Unternehmen mit diesem Namen. Damit Page und Brin den Scheck einlösen konnten, ließen sie das Unternehmen unter diesem Namen registrieren.
Sie gründeten am 4. September 1998 die Firma „Google Inc.“ mit einem Startkapital von 1.100.000 $.
Dieses Kapital wurde von Bechtolsheim und den Familien und Freunden aufgebracht. Fünf Monate später wurden nun schon 500.000 Suchanfragen täglich bearbeitet.

Weitere Dienste des Konzerns

Wie schon erwähnt, ist Google seit Langem die am häufigsten eingesetzte Suchmaschine. Der riesige Konzern bietet außerdem eine Menge anderer Dienste an. Hier eine unvollständige alphabetisch geordnete Liste:

- ☐ Ads: Einblenden gesponserter Links für beliebige Suchbegriffe
- ☐ AdSense: kontextabhängige Werbung, die Webseiten-Ersteller in eine Webseite einblenden können
- ☐ Android: ein Betriebssystem für Smartphones, Tablets, PCs, Autos und das so genannte Internet der Dinge; sehr weit verbreitet
- ☐ Art Project: erlaubt virtuelle Rundgänge durch wichtige Museen
- ☐ Assistent: ein Sprach-Assistent – erlaubt die Eingabe von Befehlen durch gesprochene Sprache
- ☐ Books: erlaubt das Herunterladen nicht urheberrechtlich geschützter Bücher
- ☐ Checkout: ein Bezahlsystem
- ☐ Chrome: ein Web-Browser
- ☐ ChromeOS: ein Betriebssystem
- ☐ Desktop Search: zur Untersuchung der Datenbestände des eigenen Rechners
- ☐ Docs: eine Textverarbeitung
- ☐ Drive: ein Online-Speicher
- ☐ Earth: Satellitenaufnahmen u. a. von Orten und Straßen
- ☐ Fotos: eine intelligente Fotoverwaltung
- ☐ Glass: eine so genannte Datenbrille
- ☐ Gmail: ein E-Mail-Dienst
- ☐ Health: ein Dienst für eleketroische Patientenakten
- ☐ Lens: ein Bilderkennungssystem – erkennt Tiere, Menschen, Texte auf Fotos
- ☐ Maps: Straßenkarten, bekannte Orte; sehr weit verbreitet
- ☐ Pixel: Smartphones mit Android als Betriebssystem
- ☐ Play: erlaubt die Installation von Apps für Smartphone und Tablets
- ☐ StreetView: Ansichten von Straßen
- ☐ Tabellen: eine Tabellenkalkulation, die auch mit Excel-Tabellen arbeiten kann
- ☐ Übersetzung: erlaubt eine automatische Übersetzung von Texten in andere Sprachen
- ☐ YouTube: ein Videodienst; sehr weit verbreitet

Bei so vielen Angeboten ist es kein Wunder, dass der Konzern 2015 eine Umstrukturierung durchführte und nun den Namen „Alphabet“ besitzt. Der Suchmaschine Google ist nun nur noch eine eigene Abteilung zugeordnet.

Quelle: Wikipedia

von Thomas Riek

Pink Floyd
P·U·L·S·E

Das Album „P·U·L·S·E“ von Pink Floyd ist im Jahr 1995 erschienen. Es handelt sich um ein Live-Album, welches aus mehreren Konzerten der „Division-Bell-Tournee“ 1994 zusammengeschnitten wurde.

„P·U·L·S·E“ ist das Ergebnis eines Best-Of-Konzerts, das neben vielen bekannten alten und neueren (neu zu der Zeit :)) Pink-Floyd-Songs eine komplette Live-Version des Albums „The Dark Side Of The Moon“ von 1973 beinhaltet. „The Dark Side Of The Moon“ ist das drittmeistverkaufte Album nach „Thriller“ von Michael Jackson und „Back in Black”“von AC/DC.

Für Leute, die außer dem Lied „Another Brick in the Wall“ noch nie etwas von Pink Floyd gehört haben, bildet „P·U·L·S·E“ einen interessanten Einstieg. Das Album war in vielen Ländern auf Platz 1 der Charts und ist seit 2006 ist es auch als Video auf DVD erhältlich.

Dann hört doch mal rein ...

Fotocopyright @ tommyvideo, Pixabay (sound-speakers-5291699)

Theater preiswert besuchen

von Sabrina Wolf

Kulturveranstaltungen in München sind so teuer, dass ich mir sie nicht leisten kann. Ich würde so gerne öfter ins Theater gehen, eine Lesung besuchen oder auch auf ein Konzert gehen, habe aber im Monat nicht genügend Geld übrig. Wenn es Ihnen genauso geht, dann finden Sie im folgenden Artikel Möglichkeiten all dies sogar für Null Euro zu machen! Denn Kunst und Kultur soll für alle zugänglich sein, unabhängig vom jeweiligen Einkommen.

Kultur Raum München

Menschen im Raum München mit geringem oder keinem Einkommen bekommen die Möglichkeit kostenlose Tickets für Veranstaltungen zu erhalten. Hierzu zählen alle kulturellen Events wie, Theater, Kabarett, Lesungen, Konzerte und vieles mehr.
Jede*r Besucher*in kann eine Begleitperson mitbringen, die Karten werden an der Abendkasse hinterlegt.
Um Mitglied zu werden kann entweder ein Anmeldebogen oder ein Online-Anmeldeformular ausgefüllt werden. Darüber hinaus muss noch bestätigt werden, dass man über wenig Geld verfügt. Hierfür gelten folgende Nachweise: München-Pass, Landkreis-Pass, Arbeitslosengeld 2 (Hartz 4), laufende Hilfe zum Lebensunterhalt und Grundsicherung (SGB XII), Bezugsschein Münchner Tafel, Wohngeldbescheid oder Kinderzuschlag, Leistungen Asylbewerbergesetz (AsylbLG), Ausweis Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ), Freiwilliges Ökologisches Jahr (FÖJ) oder Bundesfreiwilligen Dienst (BFD).
Alle weiteren Informationen, sowie das Online-Anmeldeformular kann der Website www.kulturraum-muenchen.de entnommen werden.

Eintritt.Frei Kalender

Zudem gibt es auf der Website www.eintrittfrei-muenchen.de den Eintritt.Frei Kalender. Hier können sich alle (ohne Anmeldung) über Veranstaltungen in München informieren die ohnehin kostenlos sind. Ob Lesungen, Vorträge, Theaterabende oder auch Mitmachveranstaltungen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene in den Bereichen Performance, Tanz, Musik etc.

Angebote ausgewählter Theater in München:

Münchner Kammerspiele

Theaterabende für 10 Euro kann jede*r genießen der unter 30 Jahren ist. Hierfür müssen keine besonderen Voraussetzungen erfüllt werden, man muss lediglich unter 30 alt sein.
Menschen mit einem München Pass können für 8 Euro eine Vorstellung in den Kammerspielen besuchen. Menschen mit Behinderung erhalten auf den jeweiligen Kartenpreis 50 % Rabatt. Außerdem bieten die Münchner Kammerspiele die Theatercard an, diese kostet für eine Person 100 Euro und wenn sie zwei Personen zusammen nutzen 150 Euro. Mit der Theatercard kann man ein Jahr lang alle Vorstellungen der Kammerspiele für den halben Preis besuchen.
Für Schüler*innen, Studierende und Auszubildende unter 30 gibt es die Kammerflat. Für einmalig 100 Euro können die Nutzer*innen ein Jahr lang nahezu alle Veranstaltungen der Kammerspiele kostenlos besuchen.
Außerdem bietet das Theater noch zahlreiche Abonnements an die es einem ermöglichen günstiger an Karten zu kommen.
Genauere Informationen auf www.muenchner-kammerspiele.de

Grafik-Cpyright @ Clker-Free-Vector-Images, Pixabay (drama-312318)

Residenztheater

Ins Residenztheater kommen Schüler*innen und Studierende für 8 Euro, dieser Preis gilt für alle Preiskategorien. Außerdem gibt es im Residenztheater vier verschiedene Abonnements. Das Spielzeitabo, das Premiumabo, das Nachmittagsabo und das Studiabo für Studierende. Diese Abonnements lohnen sich nur für Menschen, die häufig ins Theater gehen, da man einmalig einen Betrag zahlt und somit mehrere Vorstellungen während einer Spielzeit besuchen kann. Letztlich ist es möglich so eine Ermäßigung von bis zu 40 % pro Karte zu bekommen. Unter anderem bekommt man als Abonnementnutzer*in auf alle Karten außerhalb des Abonnements eine Ermäßigung von 20 %.
Für weitere Informationen die Website unter www.residenztheater.de besuchen.

Volkstheater

Das Theater bietet verschiedene Ermäßigungen an. Schüler*innen, Studierende, Auszubildende, Arbeitslose und Inhaber*innen des „München-Pass“ zahlen für eine Karte im Vorverkauf 8,50 Euro und an der Abendkasse 6 Euro. Menschen mit Behinderung zahlen bis zu einem Behindertengrad von 90 % die Hälfte des Kartenpreises. Bei einem Behindertengrad von 100 %, bekommt man die Karte für 0 Euro.
Jung ganz vorn! Nennt sich das Abo des Münchner Volkstheaters für Schüler*innen, Studierende und Auszubildende unter 30. Für 15 Euro können drei Vorstellungen bei freier Platzwahl in jeder Preiskategorie besucht werden. Außerdem bietet das Theater den „Theaterscheck“ an. Mit diesem können Besucher*innen bis zu 40 % beim Kauf von zehn Theatergutscheinen und bis zu 25 % beim Kauf von sechs Theatergutscheinen sparen. Weitere Informationen auf der Website www.muenchner-volkstheater.de

Freie Szene

Neben den großen Stadt- und Staatstheatern in München, gibt es noch die sogenannte Freie Szene. Zur freien Szene gehören kleinere Theater, in denen der Eintritt auch meist günstiger ist, als in den großen Theatern Münchens. Zur freien Szene gehören zum Beispiel das Rationaltheater, das Metropoltheater, das Pathos Theater, das TamS Theater, das Teamtheater Tankstelle usw. Im Pathos Theater zum Beispiel kann man selbst wählen wie viel man zahlen kann, hier werden Tickets von 5 Euro bis 25 Euro angeboten, ein Nachweis muss nicht erbracht werden.
Weitere Informationen zu den Theater der freien Szene Münchens unter www.freieszenemuc.de

Rezept

Rezept und Foto von Sabrina Wolf

Kinderkekse

Zutaten für 3 Bleche:

Für den Teig:
90g Butter
80g Zucker
1 Pck. Vanillezucker
1 Ei
1/2 Fl. Backflip Butter-Vanille
250g Mehl
1 Tl. Backpulver

Für die Glasur:
Zitronensaft (oder Limettensaft) und Puderzucker in einem Verhältnis von ca. 80 (Puderzucker) zu 20 (Saft) zu einer dickflüssigen Masse verrühren.
Streusel nach Wahl

Alle Zutaten zu einem Teig kneten und diesen am besten einige Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.
Anschließend einen Teil des Teiges ausrollen und Plätzchen ausstechen. Diesen Vorgang wiederholen, bis kein Teig mehr übrig ist.
Danach im Backofen backen und auskühlen lassen. Schließlich mit Glasur und Streuseln dekorieren.

Backen:
Heißluft: 160 Grad
Zeit: Nach ca. 5 Minuten schauen, ob die Plätzchen schon fertig sind, wenn nicht dann noch weitere 1-2 Minuten im Ofen lassen. Plätzchen müssen ganz genau beobachtet werden. Plätzchen müssen „Butterfarbe“ haben, hellbraun ist schon zu dunkel.

Wichtige Tipps für das Ausstechen:
- ☐ Teig am Vortag herstellen und im Kühlschrank lagern.
- ☐ Küche darf beim Ausstechen nicht zu warm sein evtl. Fenster kippen.
- ☐ Unter die Unterlage, auf der die Plätzchen ausgestochen werden, ein feuchtes Geschirrtuch unterlegen.
- ☐ Teig zum Ausrollen abschneiden und den Rest wieder in den Kühlschrank.
- ☐ Den Ausstechabfall nicht sofort wiederverwenden, sondern bis zum Schluss sammeln.
- ☐ Arbeitsplatz ganz dünn mit dem Mehlsieb bestäuben.

Guten Appetit!

Irland

von Rita Flecke
Fotocopyright alle Fotos @ Rita Flecke

Eines meiner Traum-Reiseziele war schon lange Irland. In diesem Jahr konnte ich diesen Traum wahr werden lassen. Ein paar wenige Tage lang machte ich mir ein Bild vom einstigen „Armenhaus“ Europas. Mittlerweile hat sich das Land in einen keltischen Tiger verwandelt, der internationale Unternehmen und Fachkräfte anzieht. Im Jahr 2021 hatte Irland das viertgrößte Pro-Kopf-Bruttoinlandsprodukt der Welt und das zweitgrößte in Europa. Und allein 2019 besuchten 11 Millionen ausländische Touristen die grüne Insel.
Zu den kulturellen Merkmalen der Iren zählen vor allem Gastfreundschaft, Kreativität und ein starkes Traditionsbewusstsein. Davon zeugen auch die beliebten „Segenswünsche“ für alle Anlässe.

„Mögest du dir die Zeit nehmen, die stillen Wunder zu feiern, die in der lauten Welt keine Bewunderer haben.

Dublin Docklands und Fluss Liffey

Kongress-Center und Samuel Beckett Bridge

The Great Famine (1845-1852)

Die Große Hungersnot war die Folge mehrerer Missernten des damaligen Hauptnahrungsmittels: der Kartoffel. Aufgrund durchgehend monokulturellem Anbau dieses Gemüses waren die Knollen anfällig für Krankheiten. Mehr und mehr konnten sich Krankheitserreger im Boden verteilen und ihn durchseuchen. Es hatte zwar schon vorher immer wieder Ernteausfälle und Hungersnöte gegeben, jedoch nie in dem Ausmaß.
Mit der „Kartoffelfäule“ – ausgelöst durch den Eipilz (Oomyceten) „Phytophthora infestans“, der bewirkt, dass die Knollen verfaulen – trat eine bis dahin unbekannte Krankheit auf. Diese fand ihren unheilvollen Weg von Nordamerika nach Irland.
Infolge der Hungersnot starben eine Million Menschen – etwa zwölf Prozent der irischen Bevölkerung. Weitere zwei Millionen Menschen wanderten aus.

Quelle: https://de.wikipedia.org/wiki/Große_Hungersnot_in_Irland

„Möge der beste Tag deiner Vergangenheit auch der schlimmste Tag deiner Zukunft sein.

Jeanie Johnston

Die Original-„Jeanie Johnston“ wurde 1847 in Quebec (Kanada) gebaut und war als Transportschiff konstruiert, das etliche Jahre zwischen Tralee (Irland) und Nordamerika pendelte. Sie brachte Emigranten von Irland nach Amerika und lud dort wiederum Holz für Europa. Während der Großen Hungersnot in Irland brachte sie am 24. April 1848 erstmals 193 Emigranten nach Quebec. Zwischen 1848 und 1855 machte sie 16 Fahrten über den Atlantik.
Im Durchschnitt dauerte eine Atlantiküberquerung 47 Tage. Mit 254 Passagieren an Bord legte sie am 17. April 1852 mit der höchsten Personenzahl in Tralee ab. Das ursprüngliche Fassungsvermögen an Passagieren betrug eigentlich 40 Personen! Doch trotz der enormen Passagierzahlen und der langen Reisezeit starb niemand während der Überfahrt – auf keiner ihrer Fahrten.

1858 sank sie auf einer Fahrt von Hull (England) nach Quebec. Die Crew harrte neun Tage in der Takelage aus – alle wurden gerettet. Selbst während ihres Untergangs behielt die Jeanie Johnston ihre beeindruckende Sicherheitsbilanz!
Bereits in den späten 1980er-Jahren entstand die Idee, die Jeanie Johnston nachzubauen. Jedoch erst ab 1995 wurde es Realität. Die heutige Jeanie Johnston wurde sehr nah am Original gebaut. Heute kann die Replik in Dublin besichtigt werden. Ganz in der Nähe – am „Customs House Quay“ erinnern sechs lebensgroße Bronze-Skulpturen an die Große Hungersnot (Famine Memorial). Sie sind in Lumpen gekleidet – die Not ist in ihren Gesichtern zu lesen. (siehe vorherige Seite)

Quelle: https://en.wikipedia.org/wiki/Jeanie_Johnston

Wussten Sie ...?

... dass das dreiblättrige Kleeblatt in Irland an den Heiligen Patrick erinnert, der mit der kleinen Pflanze das Christentum verständlich erklärte?
Und zur Vorbereitung auf Weihnachten hat der irische Adventskranz fünf Kerzen: drei lila Kerzen für die Buße, eine rosa für die Vorfreude und eine weiße für den 24. Dezember.

Dublin Impressionen

Oscar Wilde

„Möge dein Haus immer zu klein sein, um all deine Freunde aufzunehmen.

Dublin Castle

Trinity College

Cross Country

Rhododendron (Rhododendron ponticum), das „Unkraut“ Irlands

Er kam mit den Engländern im 18. Jahrhundert ins Land und verbreitet sich seither ungehemmt im Süden und Südwesten Irlands. Und er kam, um zu bleiben. So schön er aussieht, so gefährlich ist er für die heimische Fauna. Pro Blütenstand produziert er bis zu 7.000 Samen!

Er verdrängt Eichenwälder, Moorgebiete und die Heide. Kein gern gesehener Gast auf der Grünen Insel, eher ein übermächtiger Feind. Natur- und Artenschützer bemühen sich seit Jahrzehnten seiner Herr zu werden.

Textquelle:
https://irland-wandern.de/der-krieg-der-pflanzen-rhododendron-gegen-den-rest

„Mögen Zeichen an der Straße deines Lebens sein, die dir sagen, wohin du auf dem Wege bist. Mögest du die Kraft haben, die Richtung zu ändern, wenn du die alte Straße nicht mehr gehen kannst.

„Möge Klarheit sich spiegeln
auf dem Grunde deines Herzens.
Rein sei deine Seele wie ein See
in der Stille des Gebirges.

Galway ist eine Hafenstadt an der irischen Westküste, die an der Mündung des Corrib in den Atlantik liegt. Zentrum der Stadt ist der im 18. Jh. angelegte Eyre Square. Rings um den beliebten Treffpunkt liegen Geschäfte und Pubs, in denen oft traditionelle irische Musik gespielt wird.
Im nahen Latin Quarter sind Teile der mittelalterlichen Stadtmauern erhalten. In den gewundenen Gassen finden sich hinter Naturteinfassaden Kunstgalerien, Boutiquen und Cafés.

Zur Zeit der Gründung der Diözese Galway gab es noch keine Kathedrale. Daher diente die Pfarrkirche Sankt Nikolaus als zeitweilige Kathedrale. Sie verrichtete ihren Dienst bis zur Eröffnung der heutigen Kathedrale 1965.
1949 wurde das Gefängnis der Stadt abgerissen, dessen Baugrund bereits 1941 an den damaligen Bischof für die geplante neue Kathedrale übergeben worden war. Baubeginn war Februar 1958. Die Gesamtkosten inklusive der Ausstattung beliefen sich auf fast 1.000.000 Pfund (heute rd. 1,1 Mio Euro). Spenden von Bürgern sowie in- und ausländische Schenkungen machten dies möglich.
Die Kathedrale hat die Form einer klassischen Basilika mit Kreuzgrundriss.
Das Portal flankieren zwei kleine Glockentürme.
Über die Vierung erhebt sich eine mächtige achteckige Kuppel. Architektonische Merkmale sind aus vielen Epochen zu finden. So sind Kuppel, Pfeiler und Bögen im Renaissance-Stil, Rosettenfenster gotisch und Mosaike byzantinisch. Der äußere romanische Bogen am Nordeingang ist von spanischer Kirchenarchitektur beeinflusst. Das Gebäude besteht aus Kalkstein aus den Anglingham Steinbrüchen in Menlo und aus Ballinasloe (Irland), der Boden aus sepiafarbenem Connemara Marmor mit Einlagen aus rotem und weißem Marmor.
Die 140 Sitzbänke sind aus westafrikanischem Sipo-Mahagoni gefertigt. Die tonnengewölbte Kassettendecke ist aus rotem Zedernholz von der amerikanischen Pazifikküste hergestellt.

Textquellen: https://de.wikipedia.org/wiki/Kathedrale_von_Galway
https://www.google.com/maps/place/Galway, Privat

MOOT

MOOT – Made Out Of Trash macht in Berlin aus Textilmüll neuwertige, faire Mainstream-Kleidung.

MOOT möchte die Einstellung zur Kleidung grundlegend und langfristig verändern:
Kleidung ist keine Einweg-Wegwerfware, sondern aufwändig produziertes Konsumgut.
„Wir wollen für ethischen Konsum sensibilisieren und die Arbeit aller an der Produktion Beteiligten wieder wertschätzen – und zwar indem wir fair und umweltbewusst herstellen lassen.“

Doch kann das funktionieren?
Wenn ja, wie?
Wir haben nachgefragt.

RR: Wie viele Mitarbeiter beschäftigen Sie heute?
MOOT: Insgesamt sind wir zehn Personen, die an MOOT arbeiten. Ein Teil davon Minijobber, Werkstudierende und drei Festangestellte.

Wo werden die Kleidungsstücke produziert?
All unsere Upcycling-Produkte werden in Berlin hergestellt. Der Großteil von herkömmlichen Lohnnähereien, seit Anbeginn produzieren wir allerdings auch einen Teil in sozialen Einrichtungen, wie der Union Sozialer Einrichtungen in Berlin-Wedding.

Wie kann ich als Privatperson steuern, dass meine gebrauchten Textilien bei Euch ankommen?
Eine direkte Textilabgabe bei uns ist nicht möglich. Wenn Textilien an unsere Partnersortierungen gespendet werden und diese unserem Bedarf entspricht, landet sie allerdings aller Voraussicht nach bei uns.

Gibt es Prognosen, bis zu welchem Umfang (Sammeln, Produzieren) dieses Konzept erfolgreich sein kann?
Nein. Wir sind bisher die Ersten, die Upcycling-Bekleidung massentauglich produzieren. Wir beweisen allerdings, dass unser Konzept skalierbar ist. Insgesamt haben wir schon mehrere Tonnen-Textilien wieder in den Kreislauf gebracht.

Woher beziehen Sie die Stoffe für Ihre Produkte?
Unser „Rohstoff“ sind Alttextilien von Textilsortierungen. Wir arbeiten auch hier mit sozialen Einrichtungen, wie der Deutschen Kleiderstiftung und der Berliner Stadtmission, zusammen – sowie mit kommerziellen Textilsortierbetrieben. Unser größter strategischer Partner sortiert 450 Tonnen Textilien. Pro Tag.

Welche Stoffe, Farben und Muster verwenden Sie, bzw. nach welchen Kriterien wählen Sie diesbezüglich aus?
Wir verwenden insbesondere Heimtextilien, wie Jersey-Bettwäschen, Wolldecken oder Sofakissenbezüge. Hieraus entstehen T-Shirts, Longsleeves, Jacken und Mäntel oder Beutel.
Seit neuestem arbeiten wir auch mit Lederjacken. Daraus produzieren wir Bauchtaschen. Bei der Auswahl der Textilien achten wir im ersten Schritt auf die Qualität – jedes Textil wird von uns kontrolliert und gereinigt. Im zweiten Schritt schauen wir, welche Muster in unser Sortiment passen.

Woher nehmen Sie die Muster?
Über die Muster entscheidet der Zufall. Je nachdem z.B. welche Bettwäsche uns erreicht, lassen wir aus dieser Bettwäsche T-Shirts oder Longsleeves produzieren. Dazu wird lediglich der Schnitt auf das Textil gelegt. Am Ende entstehen dadurch einzigartige Produkte – jedes ist ein Unikat!

Wie sind Sie auf die Idee gekommen, aus alten Stoffen neue Kleidung herzustellen?
Während meiner Ausbildung zum Modedesigner habe ich die inhumanen Zustände in der Modeindustrie kennengelernt. Insbesondere, was den Umgang mit Produzent*innen und Erzeuger*innen angeht. Hier sprechen wir von moderner Sklaverei. Die ökologische Katastrophe kommt dazu.

Ich wollte ein ganzheitlich ökologisch und sozial nachhaltiges Konzept entwickeln, das alle an der Wertschöpfungskette beteiligte Personen wertschätzt und inkludiert. Die exklusive Modeindustrie sollte inklusiv werden. Upcycling ist die ökologischste Form der Bekleidungsherstellung, daher habe ich mit sozialen Partnern wie der Stadtmission und der USE erste Ideen getestet. Aus einer gespendeten Bettwäsche von der Stadtmission entstand das erste MOOT-T-Shirt, welches von der USE genäht wurde.

Kommen die Kleidungsstücke gut an? Haben Sie genug Käufer*innen?
Wir bekommen sehr viel positive Rückmeldung und haben einen eigenen Laden im Ostbahnhof Berlin und viele begeisterte Kund*innen. Mit der Deutschen Bahn verbindet uns eine langfristige Kooperation, die uns unter anderem in den Bahnshop gebracht hat. Außerdem wurden wir von der BUNTE für den New Faces Award im Bereich Mode nominiert.

Was war die „Initialzündung“? Haben Sie sich schon vorher mit Upcycling beschäftigt?
Die Einblicke während meiner Ausbildung haben mir gezeigt, dass ich kein Teil der Modeindustrie sein will, sondern eine eigene Form davon kreieren möchte. Für mich soll Mode fair, sozial und transparent sein. Upcycling ist dafür die perfekte Form.

Können Sie sich Upcycling auch in anderen Bereichen vorstellen?
Upcycling gibt es schon in fast allen Bereichen des täglichen Lebens: Rucksäcke aus LKW-Planen, Ringe aus Elektro-Schrott, Möbel aus Paletten.
Jetzt ist es an der Zeit, auch Upcycling-Bekleidung in die gesellschaftliche Mitte zu bringen. Das ist unser Ziel. □

“Wahrhaftig nachhaltige und fair produzierte Kleidung sollte der Standard sein. Werde auch Du Teil dieser Mission.“

MOOT

Die Gründer von MOOT, das sind wir, Nils, ausgebildeter Modedesigner, und Michael, studierter BWLer; zwei Wahlberliner, beide um die Mitte 20 und beste Freunde – mit einer Vision: Die Modewelt zu reformieren und damit ein Stück weit menschenwürdiger, ökologischer und beständiger zu machen.

MOOT Upcycling GmbH, Charlottenburger Straße 79, 13086 Berlin, https://moot.eco

Alle Fotos und Logos: Copyright @ MOOT Upcycling GmbH

Upcycling zur Weihnachtszeit

Mit Konservendosen, Restfarbe, Servietten, Tapetenkleister und etwas gesammeltem Moos, Zapfen etc.

von Michaela Silkinat

Der Ingolstädter Adventszauber mit Christkindlmarkt

Von Ende November bis 23. Dezember duftet es auf dem Ingolstädter Christkindlmarkt aus mehr als 50 weihnachtlich geschmückten Holzhäuschen nach Bratäpfeln, gebrannten Mandeln und Glühwein. Der Markt auf dem Theatervorplatz ist das Herzstück des Ingolstädter Adventszaubers. Der anfangs viel diskutierte neue Standort hat heute schon Tradition. Wenn durch die geschlossene, festlich erleuchtete Budenstadt frischer Glühwein- und Mandelduft zieht, dann sind sich alle einig, dass der Ingolstädter Christkindlmarkt zu den schönsten Weihnachtsmärkten in Bayern gehört. Durch die Fußgängerzone führt der „Weihnachtsweg“ mit vielen bezaubernden Buden.

Die Stände aus den Partnerstädten und die Märchenhütten bereichern den „Weihnachtsweg“. Am Paradeplatz drehen die Schlittschuhläufer auf der Eisfläche vor dem Neuen Schloss ihre Runden. Auch die Winterlounge in den Arkaden des historischen Rathauses lädt wieder zum Verweilen in weihnachtlich gemütlichem Ambiente ein.

Der Ingolstädter Altstadt Christkindlmarkt ist einer der ältesten in Deutschland, da er schon 1570 von Herzog Albrecht V. angeordnet wurde.

https://www.ingolstadt.de/christkindlmarkt

Textcopyright: Stadt Ingolstadt Kulturamt (Veranstalter)
Fotocopyright: Erich Reisinger

Moosacher Hüttenzauber Weihnachtlicher Markt in München-Moosach

Der Moosacher Hüttenzauber findet bereits vom 17.11.-23.12.2022 zum achten Mal statt und ist als kleinster, romantischster Weihnachtsmarkt Münchens schon lange kein Geheimtipp mehr ...

Er wurde 2014 von der gebürtigen Moosacherin Angela Zettl ins Leben gerufen und begeistert mit seiner einzigartigen Kulisse, mit vielen kulinarischen Köstlichkeiten und liebevoller Dekoration jedes Jahr aufs Neue. Er ist ein romantischer, kleiner Weihnachtsmarkt, direkt an der Martinskirche am Moosacher St.-Martinsplatz in der Pelkovenstraße ganz bequem mit der (U3) zu erreichen.

Ein stimmungsvolles Ambiente in bezaubernder Atmosphäre, mit köstlichen Schmankerln, einer erlesenen Auswahl an Glühweinen, Getränken und unterhaltendem Rahmenprogramm sorgen für weihnachtliche Stimmung und für die Kleinen gibt es ein Kinderkarussell.

Besuchen Sie auch das kleine und liebevoll gestaltete Hüttendorf.

www.moosacher-hüttenzauber.de

Textcopyright: Veranstalter
Fotocopyright: Clker-Free-Vector-Images Pixabay

Hier könnte Ihre Werbung stehen!
Fragen Sie uns:
report@stiftungregenbogen.de
info@stiftungregenbogen.de

Ayinger
PRIVATBRAUEREI

ONLINE GEDRUCKT VON
SAXOPRINT

Wir bedanken uns herzlich bei unseren Sponsoren