

# OUT

DIE LETZTE AUSGABE\*

# BREAK



**2 EURO**

\*vielleicht



Vorwort ...	5
5 Irrtümer ...	6
Comic Sans ...	8
DELFL ...	9
Interview Gollnick ...	10
Riverdale ...	13
Modetrends ...	14
Auf der Geige ...	17
Heimat - Wo ist das? ...	18
Mein Weg nach Deutschland ...	20
Mountainbike ...	22
Weder Mann noch Frau ...	23
Has(s)t du Hausaufgaben? ...	24
Interview Perenthaler ...	28
Smoke Weed? ...	30
Alles völlig normal? ...	34
Filmkritik: Es ...	36
Islamismus - Die doppelte Gefahr ...	37
Medienkompetenz? ...	38
England-Austausch ...	44
Schule im Land von Ikea, Köttbular und Pippi	
Langstrumpf ...	45
Duolingo ...	48
Schönheit ist relativ ...	50
My fruit salad and me ...	51
Wenn Essstörungen zum Trend werden ...	53
Verkürzung der Mittagspause? ...	56

Interview Blaschke ...	58
Tabelle ...	60
Danksagungen ...	66
Impressum ...	67

# Inhalt



Hochschule RheinMain

# UNSERE HOCHSCHULE IST KEIN PONYHOF.

DAFÜR SITZT HIER NIEMAND  
AUF DEM HOHEN ROSS.

Entscheide Dich jetzt für ein Studium  
an der Hochschule RheinMain:  
**Wir coachen Dich zum  
Studien- und Berufserfolg.**

[www.hs-rm.de](http://www.hs-rm.de)



Es war einmal vor langer Zeit, auf einer weit, weit entfernten Burg.

# OUT BREAK

## Episode V

### ALEX SCHLÄGT ZURÜCK

Es herrscht Schülerzeitungskrieg. Die Journalisten, deren Enthüllungen/Schriften von dem Stützpunkt Bacharachs aus angreifen, haben ihren ersten Sieg gegen den bösen galaktischen Imperator Darth Alex errungen.

Während der Schlacht ist es den Journalisten gelungen, durch gewiefte Spionage, Geheimdokumente über die absolute Waffe des Imperiums in ihren Besitz zu bringen - eine Waffe mächtig genug, um alle Maiswaffeln der Welt zu zerstören. Diese Sammlung an hochbrisanten Daten ist als eine Schülerzeitung getarnt und trägt einen Namen, an den sich noch die nächsten hundert Generationen erinnern werden: Outbreak.

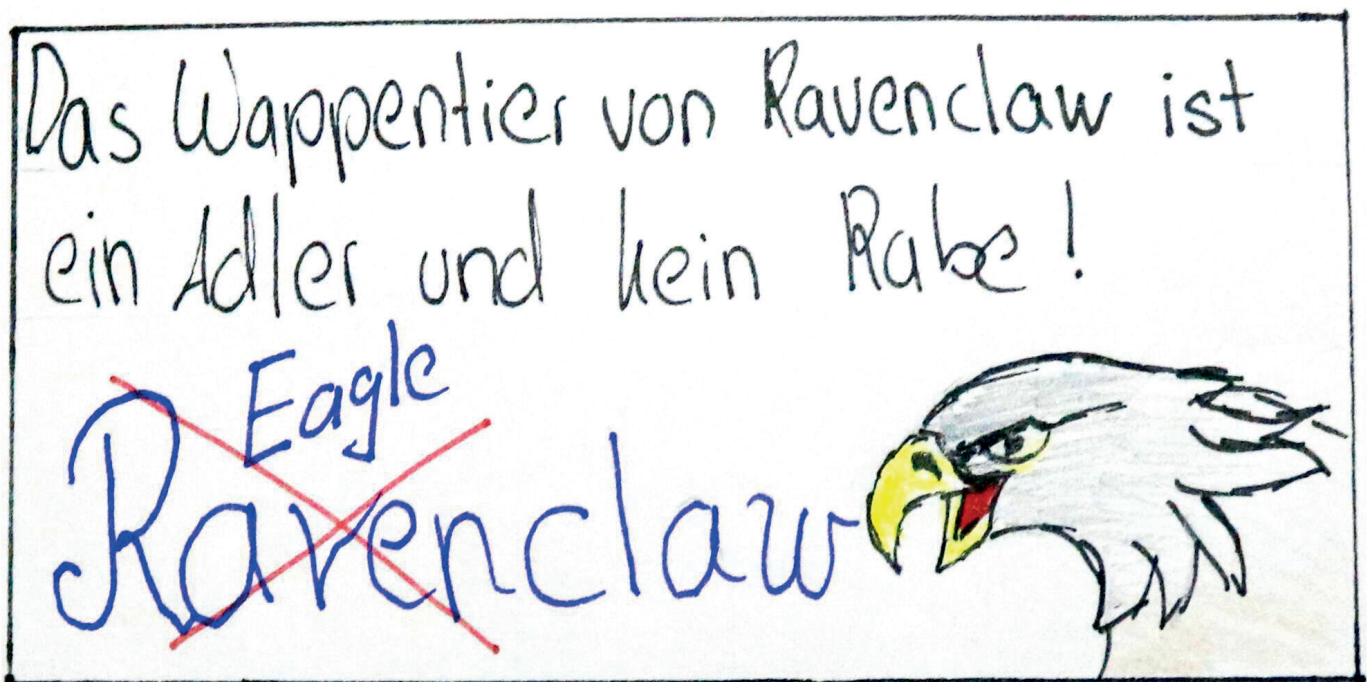
Doch um die Inhalte der Zeitung zu erlangen, mussten Opfer gebracht werden: Ein Großteil der Redaktion, der letzten Hoffnung des LiHis, wurde von Darth Alex gefangen genommen. Unsere Protagonisten können nur auf ihre Freilassung hoffen, wenn das eiserne Regime des Darth Alexs fällt. Das Imperium möchte jedoch zurückschlagen, es setzt alles daran, dass die Ausgabe nie veröffentlicht wird.

Verfolgt von den finsternen und raschen Agenten des LiHis, jagt Goldlückchen, die letzte Redakteurin, an Bord ihres Sternenschiffes nach Hause, als Hüterin der erbeuteten Zeitung, die die Schüler des LiHis retten und den Redakteuren ihre Freiheit wiedergeben könnte...

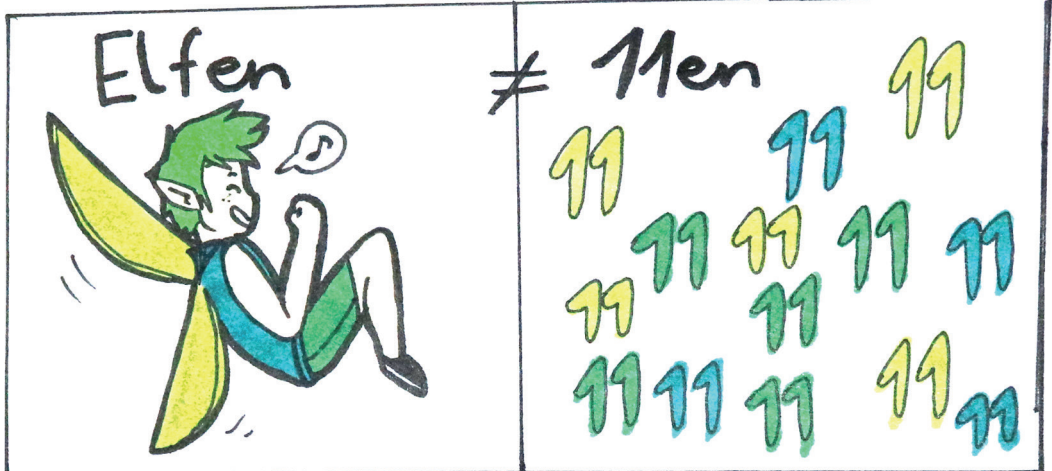
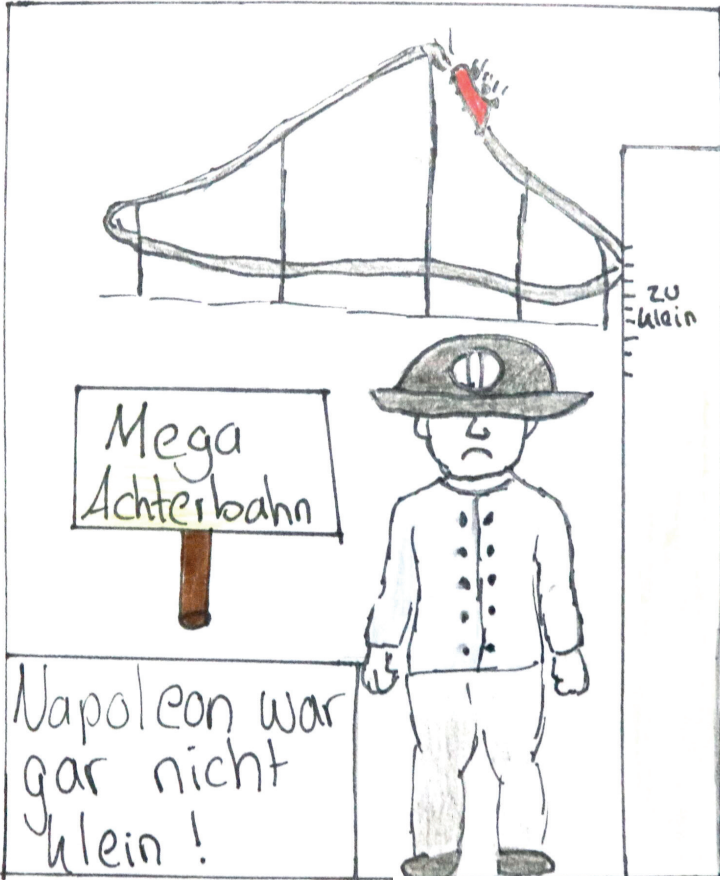
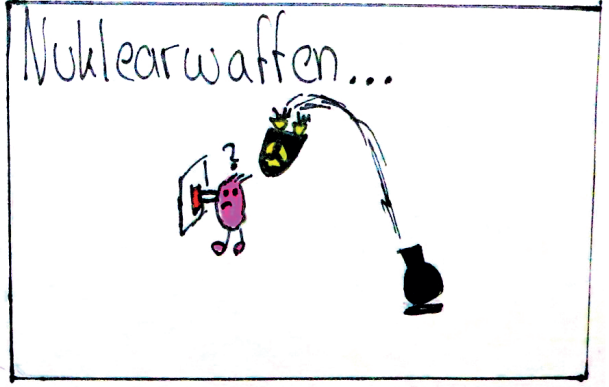
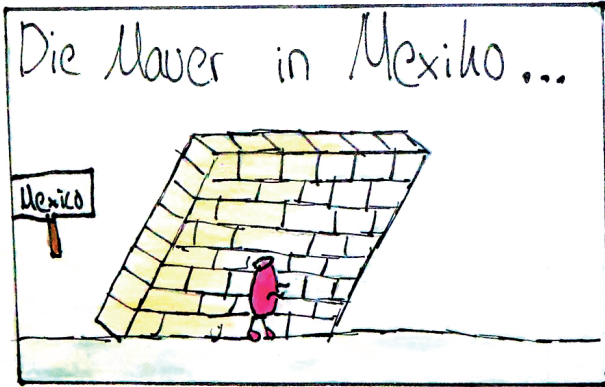
# 5

## dramatische Missver- ständnisse und IRRTÜMER der Geschichte

Auf dieser Seite findet ihr fünf Cartoons, die alle unserer Meinung nach große und vor allem dramatische Irrtümer und Missverständnisse zeigen, die vor kurzer oder langer Zeit passiert sind. Einige dieser Themen sind noch bzw. wieder aktuell und somit für uns relevant.



# Trump ways to die



# Comic Sans

## Eine Schriftart in der Kritik

Comic Sans, eine der Microsoft Standard-Schriftarten ist die wohl meistgehasste Schrift der Welt. Jeder kennt sie von irgendwelchen Kopien oder Aushängen oder hat sie vielleicht selbst schon mal benutzt. Warum Comic Sans (zurecht) so verhasst ist und aus welchem Loch sie gekrochen kam, erfährt der aufmerksame Leser in diesem äußerst objektiven Artikel.

Comic Sans wurde 1994 von Vincent Connare, einem Mitarbeiter bei Microsoft, entwickelt. Ursprünglich war sie dafür gedacht, in die Software „Microsoft Bob“ integriert zu werden, einem Programm, das neuen, unerfahrenen Benutzern von Windows 3.1 den



Abb. 1

Einstieg in das Betriebssystem zu erleichtern. Comic Sans sollte in den Sprechblasen des sprechenden Hundes benutzt werden, der den User durch das Programm führen sollte.

Comic Sans brachte es dennoch zu einer der Standardschriftarten in Microsoft 95 und gehört seit da zu den sogenannten „core fonts“. Ab hier beginnt das Übel. Von da an kam es mit jedem neuen Betriebssystem auf so gut wie jeden Computer und wurde exzessiv gebraucht.

Aber was soll eigentlich das ganze Gemecker?

Nun, einerseits ist die Schriftart einfach hässlich. Die Schrift macht zwischendurch fast zufällig wirkende Kurven und Knicke (Siehe Abb. 1), die Masse der einzelnen Buchstaben ist schlecht verteilt (Siehe Abb. 2)



Wo der Bogen des n den geraden Stamm trifft, verdünnt sich der Strich

Hier bleibt der Strich überall gleich dick, das führt zu einem visuellen Ungleichgewicht.



Abb. 2

und die Schrift hat eine schlechte Unterscheidung (Siehe Abb. 3), das heißt, die Abstände zwischen den Buchstaben sehen unregelmäßig aus. Das alles führt dazu, dass ein Fließtext in Comic Sans im Vergleich zu beispielsweise Arial sehr schwer zu

lesen ist. Das ist allerdings nicht die Schuld von Vincent Connare. Der musste damals nämlich noch ohne Anti-Aliasing (Kantenglättung) arbeiten. Das heißt im Grunde, dass Linien von Buchstaben, bei denen man, wenn man lang genug reinzoomt, sehen kann, dass sie irgendwie unscharf sind, früher die einzelnen Pixel genau erkennen konnte. Das heißt, ursprünglich sah Comic Sans so aus<sup>4</sup>. Trotzdem ist die Schriftart mit Anti-Aliasing einfach hässlich.

Doch es gibt viele hässliche Schriftarten, die ähnliche Probleme haben. Zum Beispiel Papyrus. Doch trotzdem ist der Hass auf Comic Sans einzigartig. Warum?

Aus irgendeinem Grund wurde Comic Sans schon in seinen Anfängen so häufig gebraucht, dass man schon fast von Missbrauch

sprechen kann. Comic Sans findet sich auf Schildern, in E-Mails, in Logos und sogar auf Grabsteinen. Mit der Zeit hat sich ein regelrechter Hass-Kult gegen Comic Sans entwickelt. Comic Sans zu hassen, machte manchen Leuten sogar so viel Spaß, dass zwei Amerikaner 2002 eine Website namens „Ban Comic Sans“ gegründet und sich das Ziel setzten, Comic Sans endgültig zu verbannen. Die Website besteht zwar meines Wissens nicht mehr, aber der Twitter-Account (@bancomicsans, siehe Mitte) ist immer noch aktiv.

Ich muss gestehen, dass ich selbst sehr anti Comic Sans eingestellt bin. Dass Comic Sans verbannt wird, möchte ich allerdings nicht, denn hin und wieder macht es einfach Spaß, sich über so belanglos erscheinende Dinge aufzuregen.

Wer sich weiter über Comic Sans informieren will, kann sich ja mal den sehr lesenswerten Artikel „Why You Hate Comic Sans“ von David Kadavy auf der Website „Design for Hackers“ anschauen.



Der Abstand zwischen den Buchstaben sieht unregelmäßig aus.



Hier sieht alles gleichmäßig aus.

Abb. 3

Lennard Benze (10d)



# ACHTUNG, ACHTUNG – NICHT FÜR FRANZÖSISCH- HASSER GEEIGNET – EINE KURZE ERKLÄRUNG DES DELF-DIPLOMS

DELF- was ist das überhaupt? Was sich anhört wie eine komplizierte, wissenschaftliche Abkürzung steht eigentlich für „Diplôme d'études en langue française“ (Diplom der französischen Sprache). Für alle Schülerinnen und Schüler, die sich bisher durch das Labyrinth der französischen Grammatik gekämpft und dabei die Liebe zu dieser Sprache in sich entdeckt haben, besteht nun die Möglichkeit sich ihre Fähigkeiten offiziell anerkennen zu lassen. Die Sprachniveaus bei DELF bewegen sich von A1, also Anfänger, bis zu C2, also die höchste Form der französischen Sprache, wodurch für alle Schülerinnen und Schüler ein passendes Angebot existiert. Der Aufbau der Prüfung unterscheidet sich je nach Niveau. Zum Erhalt des Niveaus B1 muss beispielsweise eine schriftliche Prüfung, sowie eine mündliche Prüfung im „Institut Français“, dem Fachbereich der Universität Mainz, abgelegt werden. Dies erscheint einigen zunächst furchterregend, jedoch handelt es sich lediglich um ein 15-minütiges Gespräch mit verständnisvollen Studierenden, das einem Unterrichtsgespräch ähnelt. Zudem erklärten sich im Schuljahr 2016/2017 Herr Nöcker und Frau Stellpflug



bereit, eine AG anzubieten, in welcher man auf die verschiedenen Übungen vorbereitet wurde. Ähnliches wird auch in dem jetzigen Schuljahr für die Schwierigkeitsstufen A1 und B2 angeboten. Nach Bestehen

der Prüfungen erhalten die Teilnehmer ein international anerkanntes Sprachzertifikat, welches mündliche und schriftliche Fertigkeiten bescheinigt und somit eine Bewerbung an Universitäten oder zukünftigen Arbeitgebern aufwertet.

Zur Vorbereitung gehört die Auswahl des passenden Niveaus, sowie die frühzeitige Anmeldung, welche einen Unkostenbeitrag von 16 Euro (A1) und 50 Euro (B2) fordert. Durch den regelmäßigen Besuch der AG und das selbstständige Üben mit Hilfe bereitgestellter Unterlagen, gilt die erfolgreiche Teilnahme als gesichert. Falls es nun doch einmal nicht gelingt,

gibt es stets die Möglichkeit, die Prüfung im nächsten Jahr zu wiederholen. Insgesamt ist die Teilnahme in jedem Fall ein Gewinn, da sie Einblick in den Aufbau offizieller Prüfungssituationen, wie zum Beispiel dem Abitur bietet.

Franziska Höth, Kristin Elsner (beide MSS 12)

# TÜRKIS WEIL BLAU.

## Ein Interview mit unserer neuen Lehrerin Frau Gollnick

Carola Gollnick ist seit den Sommerferien an unserer Schule und unterrichtet die Fächer Englisch und Geschichte. Wir haben ihr einige Fragen gestellt, an denen auch manche Schüler ihrer Klasse mitgewirkt haben. Was hat es mit ihrer Fächerkombination auf sich? Und welche Beziehung hat sie zu achtbeinigen Krabbeltierchen?

Übrigens dürfen wir froh sein, Frau Gollnick überhaupt hier an unserer Schule zu erleben, denn: Sie wurde schon einmal Opfer eines versuchten Raubes, als sich ein scheinbar verletzter Mann in ihr Auto setzte und sie mit dem Tod bedrohte. Durch Glück konnte sie sich aus dem Auto retten und Passanten zu Hilfe rufen. Ungeachtet der ziemlich abstrusen Story des Angreifers, Frau Gollnick sei seine Freundin und sie hätte psychische Probleme, wurde die Polizei auf den Vorfall aufmerksam und konnte den Verbrecher erfolgreich dingfest machen. Kurz darauf kam es zur Gerichtsverhandlung. Frau Gollnick kam glücklicherweise mit dem Schrecken davon.

**OUTBREAK: Wieso genau unterrichten Sie Geschichte und Englisch?**

GOLLNICK: Also Englisch mag ich einfach furchtbar gerne, da ich ganz viele Jahre im Ausland gelebt habe und ich die Sprache gerne spreche. Geschichte fand ich eigentlich schon immer interessant.

**Was motiviert Sie dazu, Ihren Schülern etwas über Geschichte beizubringen?**

Die Motivation meiner Schüler. Wenn man eine Klasse hat, die Interesse an Geschichte zeigt, motiviert mich das unfassbar.

**Waren das auch Ihre Lieblingsfächer, als Sie selbst Schülerin waren?**

Englisch ja, Geschichte nicht so. Geschichte hat eben auch ihre trockene und langweilige Seite. In der Schule hätte es mich echt mehr interessieren können.

**(Frage der Schüler) Wie fanden Sie das Studium und warum haben Sie am Anfang erst Medizin studiert?**

Also das Studium war „ne geile Zeit“ und es hat größtenteils auch unglaublich Spaß gemacht. Ich habe aus dem Studium die engsten und besten Freunde mitgenommen, da diese Zeit auch unglaublich verbindet. Was am Anfang so erschreckend war, ist, dass man alles selbst organisieren muss und auch selbst die Verantwortung trägt. Aber das macht schon auch Spaß.

Und Medizin habe ich lange gemacht, dann habe im Krankenhaus gearbeitet und war da dann aber extrem unglücklich. Es hat mich einfach emotional belastet, sodass ich dann morgens nicht mehr auf die Arbeit wollte. Aber es war eine der besten und wichtigsten Entscheidungen meines Lebens, das Studium abzubrechen und nochmal „neu“ anzufangen.



Foto: J. Gollnick

***(Frage der Schüler) Was ist das Lustigste, was Sie je an einer Schule als Lehrerin erlebt haben?***

Also eine der lustigsten Aktionen war, als wir in einer Projektwoche die Sitzsteine auf dem Schulhof bemalt und gestaltet haben. Das war ein Riesenspaß, so mit Hochdruckreiniger und den tollen Farben, die wir verwendet haben.

***Wie sah für Sie der schlimmste Schultag als Lehrerin aus?***

Das war meine letzte Lehrprobe. Ich hatte diese super vorbereitet, mit Zettelchen und allem, was dazugehört. Aber hinterher kam die Prüferin, ich könne mich jetzt bei ihr bedanken, dass sie mich nicht habe durchfallen lassen! Ich habe eine Vier gekriegt und bin gerade noch so durchgekommen. Ich weiß bis heute nicht, weshalb das so schiefgelaufen ist. Aber letzten Endes hat sich herausgestellt, dass die damalige Prüferin ganz schrecklich war, sie darf auch inzwischen nicht mehr prüfen.

***Haben Sie ein Vorbild?***

Mehrere, zum Beispiel meine Mom, weil sie eine so unglaublich starke Frau ist, die mit Krisen und Rückschlägen unfassbar gut umgehen kann. Außerdem Claudia Kotter. Sie hat die Organisation „Junge Helden“ gegründet und ein sehr starkes Leiden gehabt, die Autoimmunkrankheit Sklerodermie. Sie starb mit 30 Jahren an Herzversagen. Die Organisation setzt sich dafür ein, dass Organspendenausweise ver-

teilt werden und die Leute über Organspende informiert werden.

***Stellen Sie sich das Leben als Fisch langweilig vor?***

Das ist die Frage, also ich bin ja so Dorie. Ich stelle mir das Leben als Fisch sorgenfrei vor, weil meine Gedächtnisspanne nicht so lang wäre, um mir über etwas Sorgen zu machen, und deshalb ist es um so spannender, weil man alle drei oder 30 Sekunden etwas Neues entdeckt und es nie langweilig wird.

***Haben Sie einen Lieblingswitz?***

Wie nennt man einen Keks unter einem Baum? - Ein schattiges Plätzchen

***Was ist Ihre Lieblingsfarbe und wieso?***

Türkis, wegen der Farbe Blau... Aber Türkis ist noch viel mädchenhafter und geiler. Und alles, was türkisfarben ist, ist direkt so „ahhhh“ - und man kann es mit so vielen anderen Farben kombinieren.

***Wie stehen Sie zu Wespen und Spinnen?***

Wespen sind einfach fies und nerven einen. Spinnen mmmm... mmm... Ich fasse jede Schlange an, ich laufe mit jeder Ratte auf der Schulter herum, aber mit Spinnen bleibt mir bitte fern!

Das Interview führte Johanna Kusch (9a).



**Buchhandlung Leserratte**  
Anja Schneider  
Kreuzstraße 28  
55543 Bad Kreuznach  
0671/42581  
info@leserratte.de  
www.leserratte.de

# LESEFUTTER

Deine Buchhandlung  
in Bad Kreuznach mit  
großer Kinder- und  
Jugendbuchabteilung!

## OSIANDER Bad Kreuznach

Mannheimer Straße 136  
55543 Bad Kreuznach  
Telefon 06 71 | 483 37 80

Mo - Fr 9 - 18.30 Uhr  
Sa 9.30 - 18 Uhr

Wir schenken Dir einmalig  
**25% Rabatt** auf einen Einkauf  
aus dem gesamten nicht preis-  
gebundenen Sortiment.\*

\*einlösbar z.B. auf Kalender, Geschenkartikel, DVDs,  
Spiele und Postkarten **gegen Vorlage dieses Coupons**.  
Ausgenommen preisgebundene Artikel wie Bücher, Zeit-  
schriften, Mondkalender und Buch-Sonderangebote.  
Gültig bis 28.02.2018



**OSIANDER.de**

*Bücher seit 1596*

# Spannung, Gefühle und ganz großes Kino: Riverdale stellt sich vor

Stell dir vor, es gäbe eine Serie, die deine Lieblingsserien in sich vereint, zum Beispiel das Drama von „Pretty Little Liars“ oder die Highschool-Story von „Gossip Girl“. Diese Serie gibt es jetzt und sie heißt „Riverdale“. Die seit Ende Januar 2017 laufende US-Serie besteht mittlerweile aus zwei Staffeln und ist auf Netflix verfügbar. Die Serie ab FSK 12 mit den Hauptdarstellern K. J. Apa (als Archie Andrews), Camila Mendes (als Veronica Lodge), Cole Sprouse (als Jughead Jones) und Lili Reinhart (als Betty Cooper) war die Idee von Greg Berlanti. Die erste Staffel hat 13 Folgen, während die zweite Staffel nur aus 9 Folgen besteht. Jede Folge ist ca. 45 min lang und lässt sich dem Genre Mystery und Drama zuordnen.

Riverdale wirkt zunächst wie eine verschlafene Kleinstadt, in der das Leben ruhig und beschaulich ist. Doch der Eindruck täuscht. Der Beginn des neuen Highschool-Jahres wird von einem mysteriösen Mord an einem beliebten Schüler überschattet. Die Hauptfigur Archie, hat neben dem Trubel um den Mord noch ganz andere Probleme. Er hat mehrere Verehrerinnen, laut seinem Coach sollte er mehr Football spielen und sein Vater möchte, dass er den Familienbetrieb als Bauarbeiter weiterführt. Archie selbst hingegen möchte am

liebsten Karriere als Sänger machen und eigene Songs schreiben.

In der zweiten Staffel gibt es nun nicht nur einen Mord. Es taucht ein Unbekannter auf, der sich selbst „Blackhood“ nennt und nacheinander Stadtbewohner umbringt. Dieser Unbekannte möchte Riverdale von seinen Sündern befreien und treibt die Einwohner der Kleinstadt in den Wahnsinn. Archie und seine Clique stoßen bei der Suche nach Blackhood auf weitere mysteriöse Geheimnisse, die Riverdale umgeben.

## *Warum man Riverdale sehen sollte:*

Die Handlung der Serie ändert sich mit jeder Folge. Spannung, Geheimnisse und Musik spielen eine sehr große Rolle. Aber Achtung: Wenn du einmal angefangen hast, die Serie zu gucken, fesselt sie dich ab dem ersten Moment und du kannst nicht mehr aufhören. Man kann sich gut in die sehr verschiedenen Charaktere hineinversetzen, da die Gefühle der einzelnen Personen im Mittelpunkt stehen. Riverdale ist durch verschiedene Handlungen und häufige Szenenwechsel sehr abwechslungsreich. Deswegen ist Riverdale eine der besten Serien auf Netflix.

Sophie Stumm (9c)

# Modetrends von früher

## Wir holen sie zurück!

Hey Leute!

Ich bin Lea und ich interessiere mich schon lange für Mode und die Trends, die in der Modewelt auftauchen. Also ist mir und bestimmt auch vielen von euch aufgefallen, dass viele der heutigen Trends gar nicht so neu sind. Die meisten stammen aus der Jugend unserer Eltern. Das heißt 80er und 90er. Jap, richtig gelesen! Von Sneakern bis zu Frisuren möchte ich euch gerne acht der beliebtesten Trends von früher und heute vorstellen. Viel Spaß!

### Trend N°1 Reebok Sneaker

Der Reebok Classic ist vor allem durch Hip-Hop bekannt geworden und zählt(e) in der Hip-Hop-Szene zu den bekanntesten Tanzschuhen, sowie auch die Marke im Allgemeinen.

Heute ist der weiße Sneaker ein Alltagsschuh geworden, den jeder tragen kann. Immer noch auf den Bühnen großer Hip-Hop-Turniere ist dieser sportliche Schuh trotzdem zu sehen.



### Trend N°2 Adidas Superstar

Schon früher war der Adidas Superstar einer der beliebtesten Adidas-Schuhe. Er ist durch Basketball bekannt geworden. Groß gemacht hat ihn aber die sehr bekannte Rapgruppe „Run DMC“ 1986 mit ihrem Lied „My Adidas“. Heutzutage ist er ein Schuh, den fast jeder besitzt, da man ihn gut zu allem kombinieren kann. Egal ob Kleider, Röcke oder einfache Jeans - dieser Schuh passt zu allem.

### Trend N°3 Nike Air Force One

Dieser weiße Sneaker ist der Hip-Hop/Streetstyle- Schuh schlechthin. Er ist ein hoch zulaufender Schuh, den man vor allem mit Oversized-Hoodies und Jeans oder Jogginghosen kombiniert.

Früher sah man diesen Sneaker vor allem auf den Straßen der Bronx. Dort wo Hip-Hop und damit auch der Trend für chillige und lockere Outfits, den wir bis heute kennen und lieben, entstand.



### Trend N°4 Samt

Ach ja! Der gute alte Samtstoff. Man liebt ihn oder man hasst ihn. Früher wurde er auf jeden Fall geliebt. Das zeigt sich auch in den Outfits vieler Partygäste, die den Stoff meist als Kleider in Clubs trugen.

Heute sieht man sogar im Alltag Samt als T-Shirts, Leggings, Sweatshirts etc. - Samtkleider hingegen sind immer noch für besondere Anlässe geeignet.

## Trend N°5 Ripped Jeans

Schon in den späten 80er Jahren liefen die Leute mit „kaputten“ Hosen herum. Früher waren die Jeans vor Allem Fans von Hardrock und Grunge sehr beliebt. Diese Art von Jeans schafft es wahrscheinlich so lange ein Trend zu sein, weil man sie überall kaufen kann (Wirklich überall!) und es so viele verschiedene Variationen von ihr gibt. Von kleinen Löchern, die sich über die kompletten Hosenbeine verteilen, bis hin zu riesigen Rissen, die Knie oder Oberschenkel freilegen. Und wenn man dafür nicht extra Geld ausgeben möchte, dann kriegt man die Löcher auch ganz simpel selbst in die Jeans. Außerdem sind alle Preiskategorien abgedeckt, denn von Levi's bis H&M kriegt man dieses It-Piece überall her.



## Trend N°7 Oversized-Hoodies

Ganz ehrlich, ich liebe oversized. Da ist mir ziemlich egal, ob Hoodie, Sweatshirt oder T-Shirt. Wie sieht's mit euch aus?

Jedenfalls kommt dieser sehr bekannte Trend aus der Street-Dance beziehungsweise Hip-Hop Zeit und wurde durch die Tänzer und Rapper immer bekannter. Mit der immer größer werdenden Beliebtheit, des Street-Styles wurde auch der Modestil der Berühmtheiten, immer beliebter. Das heißt, alles, was locker ist. Und schreit das nicht schon förmlich nach oversized? Wenn man diesem Trend folgen möchte, dann hat man ziemlich viele Möglichkeiten, denn es gibt so unendlich viele Farben, Größen und Kombinationsmöglichkeiten. Leider aber wahr, haben es Jungs und Männer leichter diese Kleidungsstücke zu finden. Das muss aber für die Mädels kein Nachteil sein...

Also schnappt euch einen Hoodie oder Ähnliches von eurem Freund, Bruder oder auch eurem Vater und rockt ihn! Doch auch ein normaler Hoodie oder Sweater kann mit ein paar Größen mehr zu diesem Look verhelfen.



## Trend N°6 Highwaisted Jeans

Dieser unfassbar bequeme Trend stammt auch aus den 70ern und war damals die Hose, die jede Frau im Kleiderschrank hatte.

Die Betonung liegt dabei auf Frau, denn früher war diese Hose auch als Mom-Jeans bekannt und bis heute findet man in vielen Läden diese Beschreibung der Hose. Doch auch dies änderte sich, denn mittlerweile ist sie durch ihre Vielfältigkeit und ihre verschiedenen Preiskategorien, vor allem für Teenager interessant geworden. Und sind wir mal ehrlich ... wer liebt sie nicht?



## Trend N°8 Französische-/ Bauernzöpfe

Eine Frisur, mit der unsere Mütter damals auch rumgelaufen sind und damit auch ziemlich im Trend lagen. Sie haben die Zöpfe meist streng geflochten und dann gingen sie täglich mit dieser Frisur aus dem Haus. Aber wir sind heute dann doch etwas kreativer, denn wir schmücken die Zöpfe oder verändern den Look durch unterschiedlich große Strähnen, sodass sie uns, fast wie eine Tasche, als Accessoire dienen. Hauptsächlich auf Festivals, wie Coachella oder Tomorrowland gesehen und dennoch nicht selten sind Metallringe, die in den einzelnen Haarpartien stecken und die Zöpfe dadurch verzieren. Das Gute und Praktische an dieser Frisur ist auch, dass man sie zum Beispiel während des Schlafens tragen kann und man am nächsten Tag eine lässige und trotzdem schöne Frisur hat. Im Gegensatz dazu kann man sie aber auch strenger tragen und einen eleganteren Look kreieren. Also, französische Zöpfe sind ein echtes Multitasking-Talent!



Ich hoffe, euch hat es Spaß gemacht, meinen Artikel zu lesen und ihr könnt euch vielleicht für etwas Neues begeistern. Aber ganz wichtig ist, dass ihr euch immer wohlfühlt. Sagt keinem, was er zu tragen hat und was nicht, denn jeder hat seinen eigenen Style ...

Lea Ruhl (8d)





# *Auf der Geige auf und ab wie der Aufzug im Schacht*



Samstag, 15. August, 15:30 - Auftrag: Sweatshirt-Beratung durch Maria - 16:30 1. Fotoshooting im Zara-Aufzug: T-Shirt passt nicht zum Pulli - 16.31 - passenden Pullover zu Marias Sweatshirt anziehen.

Die in Merxheim wohnende Maria Wöllstein aus der Klasse 8b unserer Schule ist mit 13 Jahren eine hervorragende und auch erfolgreiche Geigerin. Mittlerweile tritt sie fast jedes Wochenende auf. 2017 gewann sie bei „Jugend musiziert“ auf Bundesebene in Paderborn den ersten Preis für die Altersgruppe 3 in der Kategorie „Streicher/gleiche Instrumente“ und stach damit unter 2730 Teilnehmern heraus. Ein Riesenerfolg für die Geigerin, die mit 25 Punkten sogar die Höchstpunktzahl erreichte. Damit gehört sie zu den besten Nachwuchsmusikern in Deutschland.

Das Gen für die Musik liegt in der Familie, ihr Vater Gerhard Wöllstein ist Klavierdozent und ihre Mutter Yuki Nagatsuka Konzertpianistin, ihre vierjährige Schwester Clara spielt ebenfalls Geige. Ihre 15-jährige Schwester Julia, eine begnadete Pianistin, hat ebenfalls den ersten Platz bei „Jugend musiziert“ erreicht, sie ist auf dem Landesmusikgymnasium in Montabaur.

Um diese Topqualität zu erreichen, hat sie zweimal in der Woche Unterricht, dienstags in Mainz-Finthen und freitags in Mainz an der Hochschule. Natürlich ist zu Hause auch fleißiges Üben angesagt, meist vier Stunden am Tag. „Üben an sich macht nicht so viel Spaß, aber zu sehen, was man erreicht, macht Spaß.“



Maria ist sehr zielstrebig, was sich an ihren Erfolgen unschwer erkennen lässt. Ihr Traum ist es, an den Strand zu ziehen, zum Beispiel nach Ibiza. Obwohl sie in Deutschland geboren wurde, beherrscht sie ihre Muttersprache Japanisch. Maria ist ein einfühlsamer, lieber Mensch, der sehr hilfsbereit ist.

Siehe Sweatshirt-Beratung: 16:31 - 16:40 - 2. Aufzug-Shooting: 4 Fahrten hoch und runter - 40 Fotos, 2 gute Bilder! - Ein schöner Tag mit Maria neigt sich dem Ende zu.

Nina Rostalski Marks (10e)

Kleinmat-ND



ist da?

Im Kosovo, dem Land, in dem ich aufgewachsen bin, besagt eine Legende: Wenn du dir einen Marienkäfer auf deine Hand legst, zeigt er dir den Weg nach Hause.

Ich liebe diese Legende. Ich wollte immer an sie glauben, auch wenn sie offensichtlich nicht wahr ist und die Menschen sie nur für Kinder erfunden haben. Ich wollte glauben, dass wenn ich mich einen Augenblick verloren fühle und ich denke, dass ich mich verlaufen habe, mir ein Marienkäfer immer den Weg zeigen wird.

Ich habe diese Legende mit der Zeit vergessen, wie die Menschen eben Kindergeschichten vergessen. Der einzige Grund, warum ich jetzt über diese Legende schreibe, ist der, dass ich vor einiger Zeit jemanden zu einem Jungen sagen hörte, er solle dorthin zurückkehren, wo er herkomme. Ich konnte es nicht verstehen, denn ich war nicht da, wo ich herkam. Sollte das heißen, ich muss auch zurück? Ich dachte daran, als ich diesen Satz zum ersten Mal hörte. Damals, als man es zu mir gesagt hatte. Ich hatte diese Erinnerung so tief verdrängt, dass es mir so vorkam, als wäre es nie passiert. Ein 10-jähriges Mädchen, das mich seit einer Woche kannte, fragte mich, was ich hier wolle - warum ich hier sei und nicht zuhause. Das Land auf das ich so stolz war und das ich aus tiefstem Herzen liebte. Ich erinnere mich, wie ich mich in meinen Schlafsack verkroch und mein Gesicht verdeckte, um meine Tränen

zu verstecken. Ich erinnere mich, wie ich meinen Atem anhielt, um nicht zu schluchzen. Um nicht zu zeigen, wie schwach ich war. Trotzdem wusste ich, dass sie es hörte. Ich wusste auch, dass es ihr egal war und dass sie immer wieder die gleichen Sätze wiederholte. Ich knirschte noch einmal mit meinen Zähnen, bevor ich aufstand und sie mit verheultem Gesicht anschrte. Ich schrie und schrie und versuchte meine Sätze halbwegs verständlich rüberzubringen und ich weiß bis heute nicht, ob ich es überhaupt geschafft habe. Wenn mich jemand fragen würde, was ich gesagt habe, würde ich ihm sagen, dass ich es selbst nicht weiß. Die Sätze, an die ich mich erinnern konnte, waren: „Ich hatte keine Wahl!“, und: „Ich kann nicht zurück!“

Ich liebe Deutschland und die Möglichkeiten, die es mir bietet. Doch damals kannte ich Deutschland nicht. Ich hatte mal davon gehört, aber für mich war es eine andere Welt und meine Eltern hatten mich genommen und mich hierher für ein besseres Leben gebracht. Eine 11-Jährige zu fragen, wo sie herkommt und wo ihre ganze Familie lebt, die sie seit drei Jahren nicht gesehen hat - weil es nicht mal sicher war, dass sie überhaupt in Deutschland bleiben kann - verstehe ich nicht.

Jetzt bin ich seit acht Jahren in Deutschland. Mein halbes Leben habe ich hier verbracht. Also frage ich mich, wenn ich jetzt einen Marienkäfer in die Hand nehmen würde, wohin dieser mich jetzt wohl führen würde.

Avnora Feka (10e)

# Mein Weg nach Deutsch- land

*Vor mehr als acht Jahren verließ Avnora, eine Schülerin unserer Schule, zusammen mit ihren Eltern ihre Heimat für ein besseres Leben in Deutschland. Sie stammt aus dem Kosovo und ist heute, acht Jahre später, 17 Jahre alt. Hier erzählt sie mehr über ihre Vergangenheit und die Erfahrungen, die sie bei ihrem Neuanfang in einem für sie fremden Land gesammelt hat.*

**Wann bist du nach Deutschland gekommen?**  
Das war vor ungefähr acht Jahren, irgendwann im Juni 2009.

**Was war der Grund für eure Flucht?**

Mein Vater, denn er war zu dem Zeitpunkt schwer krank. Die medizinische Versorgung im Kosovo ist sehr schlecht und wir wohnten ganze zwei Stunden

vom nächsten Krankenhaus entfernt, was seine Heilung unmöglich machte. Irgendwann beschlossen meine Eltern deswegen das Land zu verlassen.

**Habt ihr dann direkt beschlossen nach Deutschland zu gehen?**

Nein, denn wie meine Eltern mir erst Letztens erzählt haben, hatten wir anfangs geplant, nach Belgien oder Frankreich auszuwandern.

**Wie verlief eure Flucht?**

Oh, da weiß ich gar nicht, wo ich anfangen soll. Es war jedenfalls an einem Tag im Juni. Meine Eltern hatten mir bereits gesagt, dass wir einen Anruf bekommen würden, wenn es so weit ist. Als ich an dem Tag aufwachte, hörte ich meinen Vater telefonieren und habe direkt gewusst, dass es heute soweit sein würde. Als es dann losging, verabschiedeten wir uns von allen und fuhren zuerst mit dem Auto los. Aber nach einiger Zeit hatte unser Auto eine Panne und wir mussten per Anhalter weiterfahren. Zum Glück wurden wir schon nach kurzer Wartezeit von Leuten mitgenommen, die uns zu einem Waldgebiet brachten. Als wir dort ankamen, wurden meine Eltern und ich in einen Van gebracht, in dem sich auch andere Albaner befanden. Man konnte nicht rausschauen, es war stockdunkel. Wir fuhren also einige Zeit mit dem Van weiter – mir kann es vor wie eine Stunde – , bis wir stehen blieben und wieder aussteigen mussten. Wir liefen, von zwei maskierten Männern geführt, direkt weiter durch den Wald, bis wir an eine Straße kamen. Meine Mutter war die ganze Zeit über total nervös, denn auf der Straße standen Polizeiautos und wir mussten uns verstecken. Als die Polizei uns aber fand, wurden wir festgenommen. Ich war so müde, dass ich schon im Polizeiauto einschliefe und erst wieder im Gefängnis aufwachte. Meine Eltern konnten sich dann entscheiden, ob sie in Ungarn bleiben möchten, denn dort befanden wir uns zu diesem Zeitpunkt, oder ob sie zurück ins Kosovo wollten. Für meinen Vater stand sofort fest, dass er überall hinwollte, nur nicht zurück nach Hause. Also kamen wir direkt, ich glaube es war für einen Tag, in ein Flüchtlingsheim und wurden am Tag darauf von einem Mann abgeholt, der uns in die Schweiz brachte. Meinem Vater ging es zunehmend schlechter, sodass wir in der Schweiz direkt von meinem Onkel, der in Deutschland lebt, abgeholt und mit zu ihm zuerst nach München und dann zu meiner Tante nach Dortmund gebracht wurden. In Dortmund konnte meinem Vater im Krankenhaus endlich geholfen werden. Meine Eltern hatten daher dann vor, in Dortmund zu bleiben, was aber nicht möglich war. Also mussten wir nach Rheinland-Pfalz, um genau zu sein nach Trier. Während der Zeit in Trier nahm ich

für zwei Monate einen Deutschkurs und meine Eltern regelten alles rund um unseren Aufenthalt hier. Sie bekamen drei Städte innerhalb von Rheinland-Pfalz zur Auswahl und entschieden sich wegen dort lebenden Freunden für Bad Kreuznach - und so kamen wir dann hier her.

**Wie wurdet ihr hier in Bad Kreuznach aufgenommen?**

Auf jeden Fall sehr gut, würde ich sagen. Es war natürlich eine Umstellung, aber direkt als wir hier ankamen, wurde uns eine Wohnung zur Verfügung gestellt und alles Mögliche gezeigt, sprich REWE und Aldi. Ich bekam außerdem sofort einen Schulplatz für die zweite Klasse.

**Wie war es für dich in deiner neuen Klasse?**

Es war gar nicht schlimm für mich. Ich war schon damals sehr selbstbewusst und hatte keine Angst davor, neu anzufangen oder niemanden zu kennen. In meiner Klasse gab es ein albanisches Mädchen und sie half mir immer. Es gab allerdings einen Jungen in meiner Grundschulklasse, der immer versuchte mich runterzumachen, weil ich die Neue war. Insgesamt würde ich aber durchaus sagen, dass ich gut aufgenommen wurde.

**Hast du jemals Rassismus am eigenen Leib erfahren?**

Nein, auf gar keinen Fall. Ich mag und mochte es hier immer schon sehr, gerade weil ich nie schlecht wegen meiner Herkunft behandelt wurde.

**Was ist oder war die größte Herausforderung für dich?**

Definitiv das Übersetzen für meine Eltern. Ich musste oft mit in die Kreisverwaltung oder zur Gemeinde, um zwischen ihnen und den Zuständigen zu übersetzen. Ich hatte immer große Angst, etwas Falsches zu sagen und dann Schuld zu sein, wenn etwas schief geht. Aber zum Glück ist das nie passiert, denn wir bekamen die Papiere, um hier zu bleiben.

Helena Langenfeld,  
Emilia Colombo (beide 10e)



# MOUNTAINBIKEN

## RAUF AUFS RAD UND LOS!

Wer einen Wald in der Nähe hat, hat perfekte Bedingungen Mountainbiken zu gehen. Mountainbiken ist jedoch nichts für schwache Nerven. Mit großer Geschwindigkeit den Berg herunter oder langsam den Berg hinauf. Immer auf der Suche nach der besten Linie.

Mountainbikes an sich gibt es in mehreren Arten. Es gibt einmal die Modelle, die eine Federung vorne an der Gabel haben und die Modelle, die zusätzlich noch eine Federung unter dem Sattel haben. Es gibt auch verschiedene Reifengrößen, aber jede Reifengröße hat eine andere Gabelgröße. Deswegen sollte sich jeder am Anfang über die passende Größe informieren. Für welche Marke oder Farbe man sich entscheidet, obliegt einem selbst. Um möglichst viel Grip zu haben, sollte das Profil des Mantels nicht abgenutzt sein. So behält der Biker auch in Kurven seine Bodenhaftung. Auch für das Befahren von Schotterpisten ist dieser von Bedeutung. Wenn das Profil abgenutzt ist, dann sollte der Mantel ausgetauscht werden. Dabei muss aber darauf geachtet werden, dass die richtige Mantelgröße gekauft wird.

Für geübtere Fahrer gibt es natürlich auch noch coole Features, wie zum Beispiel Klickpedale, Pedale an denen man mit speziellen Schuhen einrasten kann. Diese sollte man aber nicht als Anfänger verwenden. Als solcher hat man erstmal Angst, dass man nicht aus dem Klickpedal rauskommt und umfällt (Da kann ich aus eigener Erfahrung sprechen ;-)). Aber wenn man dies

ein paar Mal geübt und probiert hat, ist es eigentlich ziemlich leicht. Noch ein Tipp: Falls es mal nicht auf Anhieb funktioniert, nicht sofort aufgeben, weiterhin probieren und vor allem die Geduld bewahren.

Natürlich gibt es auch angefertigte Mountainbikestrecken, diese haben oftmals kleine Sprünge oder auch aus Holzbrettern gebaute Kurven als besondere Features. Meiner Meinung nach sind diese angefertigten Strecken nicht so schön, weil sie zu breit sind, um aufregende Fahrten zu erleben. Ich persönlich bevorzuge Singletrails, diese sind am Kuhberg in Bad Kreuznach mehrfach vorzufinden. Singletrails sind so schmal, dass man nicht nebeneinander fahren kann. Deshalb sind solche Singletrails nichts für schwache Nerven und Anfängern nicht zu empfehlen, genauso wie die eher anspruchsvollen angefertigten Trails, wobei letztere wieder in verschiedene Schwierigkeitsgrade aufgeteilt sind.

Es gibt aber noch eine sehr wichtige Sache, nämlich den Helm. Auch wenn er manchmal stört, muss er getragen werden. Auch für mich geht es nie ohne auf den Trail.

Trotzdem sollte der Spaß beim Mountainbiken im Vordergrund stehen.

Wenn ihr spannende Strecken in Bad Kreuznach kennenlernen wollt, gebe ich euch gerne Tipps.

Liam Wahl (8c)



# Weder Mann Noch Frau?

Vanja (26) ist weder männlich noch weiblich, sie klagte vor dem Bundesverfassungsgericht, dass Intersexuelle als drittes Geschlecht ins Geburtenregister eingetragen werden können. Der erste Antrag auf Änderung der Geschlechtsangabe im Geburtenregister in „inter“ wurde abgelehnt. Daraufhin legte sie Klage mit einer Chromosomenanalyse ein. Diese Klage scheiterte ebenfalls in allen Instanzen, auch vor dem Bundesgerichtshof. Erst die eingereichte Verfassungsbeschwerde war nun erfolgreich. Aber was ist überhaupt Intersexualität?

Es gibt nicht nur Männer und Frauen, sondern auch Menschen „zwischen den Geschlechtern“, man nennt sie „intersexuell“. Der Körper weist Merkmale beider Geschlechter auf. Das Geschlecht lässt sich nicht eindeutig bestimmen. Die Ursache liegt oft in den Genen, zum Beispiel: Kein männliches XY-Chromosom (Makromolekül-Komplexe, die Gene und somit auch Erbinformationen enthalten). Kein weibliches XX-Chromosom, sondern nur ein X. Hormone, Keimdrüsen und Genitalien weisen sowohl männliche als auch weibliche Elemente auf. In Deutschland leben Schätzungen zufolge bis zu 160.000 Menschen, die von Geburt an sowohl weibliche wie auch männliche Geschlechtsmerkmale haben. Bislang bestimmen in der Regel die Eltern bei der Geburt, welches Geschlecht eingetragen wird oder die Angabe wird weggelassen. Da das Bundesministerium bereits angekündigt hat, die Entscheidung des Bundesverfassungsgericht zu akzeptieren, fragt man sich: Wie geht es weiter? Spätestens ab Ende 2018 soll es nach der Geburt möglich sein, als dritte Variante „anderes“, „inter“ oder „divers“ anzukreuzen.

Und: Erwachsene, die als Frauen oder Männer regis-

triert sind, können bei Volljährigkeit ihre Eintragung ändern. Außerdem fordern Kampagnen wie die „dritte Option“, dass Eltern nicht mehr die Entscheidung für eine Operation stellvertretend für ihre Kinder treffen dürfen. Doch, wird sich jetzt etwas für uns ändern und gibt es das überhaupt schon?

Eins ist klar: Die übliche Behörden-Anrede „Sehr geehrte Damen und Herren, ...“ könnte es bald nicht mehr geben. Dann müsste entweder eine geschlechtslose Anrede gefunden werden - oder es käme ein „... und Diverse“ hinzu. Auch bei öffentlichen Toiletten und Umkleieräumen gibt es mehrere Möglichkeiten: Entweder wird eine dritte Kabine („Diverse“) eingerichtet, das ist aber wohl eher unwahrscheinlich. Oder es gibt eine für alle (Unisex). Solche Regelungen gibt es auch schon vereinzelt in einigen Ländern (Teile der USA, Neuseeland, ...). In Australien gibt es bereits seit 2003 den Geschlechtseintrag „X“, genauso wie in Indien, Kanada, Kolumbien, Argentinien, Malta und drei anderen Ländern.

„Doch trotz aller Veränderung und Umstellung ist das Urteil ein wichtiger Schritt. Es zeigt, dass der Stand der Wissenschaft sich ändert und das Recht sich anpassen muss“, so erklärt Prof. Dr. Dr. Eckhard Nagel, Mitglied im Deutschen Ethikrat. Auch meine Meinung ist, dass intersexuelle Menschen gestärkt werden müssen. Intersexuelle sind nicht ‚er‘ oder ‚sie‘ und erst recht nicht ‚es‘! Eine solche Formulierung würde die Betroffenen versachlichen und deshalb auch diskriminieren. Denn: „Die Würde des Menschen ist unantastbar. Sie zu achten und zu schützen ist Verpflichtung aller staatlichen Gewalt.“ Artikel 1, Absatz 1 des Deutschen Grundgesetzes.

Anna Mörtzschke (10e)

# HAS (S) T

## DU

# HAUSAUFGABEN?

Wir kennen es doch alle, man kommt von der Schule nach Hause, es ist manchmal schon ein bisschen später, weil man Nachmittagsunterricht hat, und muss dann noch - zum Beispiel ins Ballett, oder zum Basketball. Wenn man dann endlich zu Hause ist und eigentlich am liebsten schlafen würde, weil man so erschöpft vom Tag ist, gibt es noch etwas Wesentliches zu erledigen: die Hausaufgaben. Und dann ist es meistens nicht nur ein Lückentext oder so, den man ganz schnell mal ausfüllen kann, nein, es ist dann noch die Erörterung in Deutsch, die Geschi-Hausaufgabe, bei der man mindestens vier Seiten schreiben muss, und dann in Mathe noch Seite 12 Nr. 4, 5, 6 und vielleicht noch die Nr. 7 a) und b). Was passiert dann automatisch? Man geht spät ins Bett und hat dann wenigstens alles erledigt oder man macht sie einfach nicht und einem ist die Gesundheit in dem Moment wichtiger.

Was erwartet den\*die Schüler\*in dann in der Schule? Naja, das ist ganz einfach: Der\*die Schüler\*in, der sehr spät ins Bett gegangen ist, wacht dann am nächsten Tag hundemüde auf und kann im Unterricht nicht so gut aufpassen, weil ihm\*ihr fast die Augen zufallen, könnte aber theoretisch mitarbeiten. Der\*die andere bekommt einen Strich und kann sich nicht mal gescheit

im Unterricht beteiligen, weil er\*sie die Hausaufgaben ja nicht erledigt hat.

Resultat: Alles irgendwie scheiße.

Doch die Lehrer\*innen verstehen deine Situation nicht und denken direkt, du wärst ein\*e faule\*r Schüler\*in, der\*die nicht sehr viel Wert auf die Schule legt, und geben dir direkt eine schlechte Epo-Note, weil du ja nicht aufgepasst und dich nicht gemeldet hast. Und selbst wenn sie wissen aus welchem Grund man seine Hausaufgaben nicht gemacht hat, sagen sie Sachen wie: „Die Schule ist dein Job!“ Oder „Die Schule sollte an erster Stelle stehen!“

Ist das fair? Darüber lässt sich streiten.

Der\*die eine sagt vielleicht, man könne sich ja trotzdem anstrengen und die Hausaufgaben immer irgendwann zwischendurch machen, sich keine Pause erlauben und diszipliniert sein, das Hobby dann einfach mal streichen, wenn man nicht genug Zeit hat, und den Fokus auf die Schule setzen.

Doch ist die Lösung wirklich, dass man auf sein Hobby verzichtet?

Manch eine\*r wird eine Textanalyse nie in seinem weiteren Leben brauchen, das Basketballtraining jedoch



schon, weil er\*sie mal ein\*e Profi-Basketballer\*in werden möchte. Dann ist natürlich fraglich, ob man die Deutsch-Hausaufgabe dem Training wirklich vorziehen sollte. Die Folgen treffen dich aber im Moment härter, wenn du die Hausaufgaben einfach nicht machst. Doch was machst du nun? Diese Frage stellen sich wahrscheinlich viele...

Eine Antwort darauf kann ich nicht direkt geben. Das, was ich antworten würde, wäre vermutlich nicht so einfach umzusetzen und es würden sich viele dagegenstellen.

Meine Antwort wäre zunächst: Hausaufgaben abschaffen!

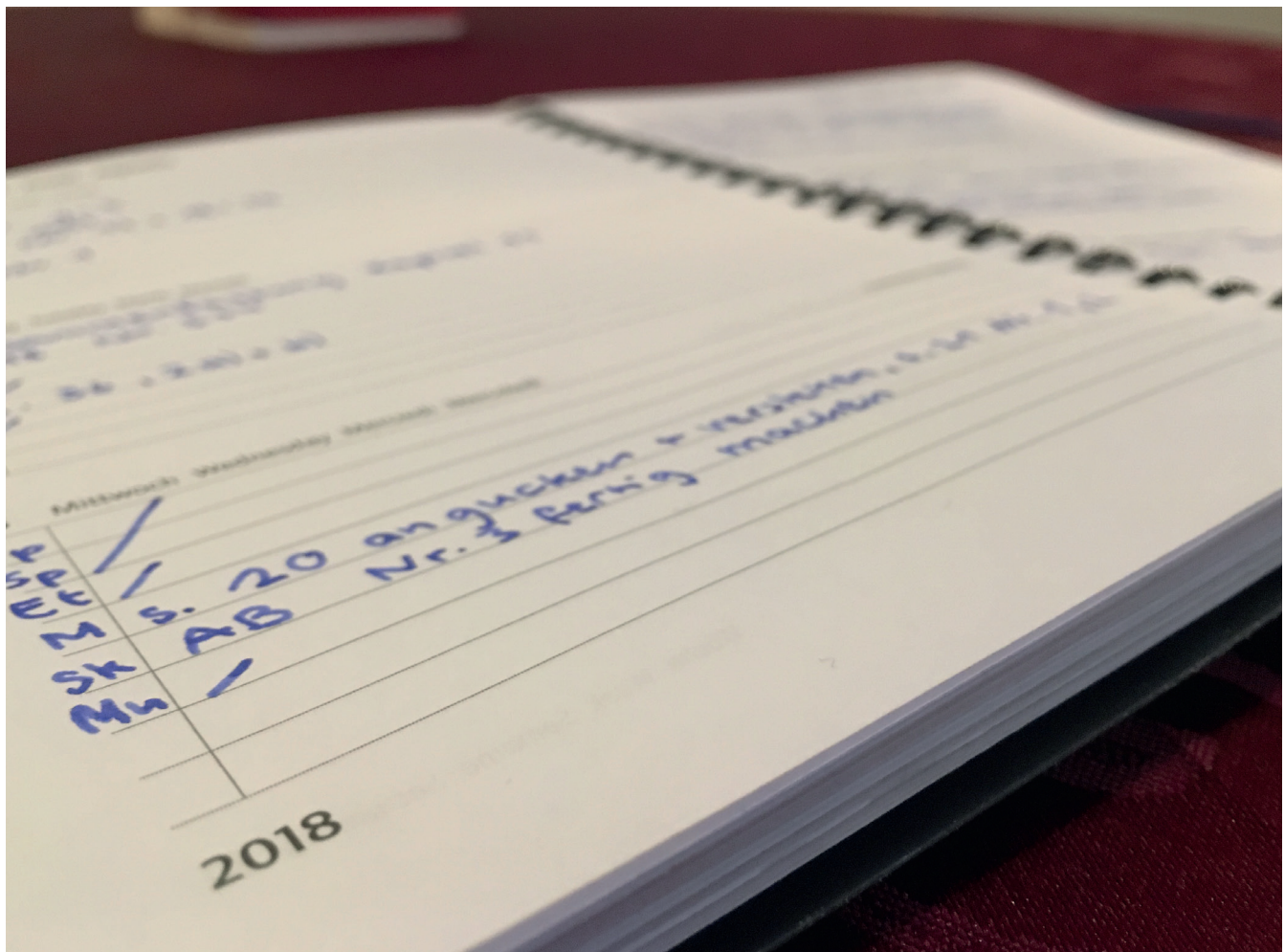
Ich könnte mir zum Beispiel vorstellen, dass der Lehrplan entrümpelt werden könnte und die Schulzeit im Zuge dessen vollständig mit wirklich fürs praktische Leben interessanten Dingen gefüllt werden würde. Das würde die Mehrzahl der Schüler\*innen motivieren, dem Unterricht mit Interesse zu folgen. Dabei würden die Inhalte viel besser aufgenommen und daher auch besser und vor allem langfristig im Gedächtnis gespeichert werden. Dadurch könnte man auf Hausaufgaben verzichten. Die Lehrer\*innen hätten noch dazu mehr Zeit für den Unterricht zur Verfügung und müssten sich nicht mit dem Stellen und Kontrollieren der Haus-

aufgaben herumschlagen.

Ob das denn die Lösung ist, fragen sich dann sicher viele. Nein, ist es nicht, weil eine derart umfassende Umgestaltung unseres Schulsystems und Lehrplans kurzfristig nicht realistisch ist. Im derzeitigen Schulsystem wäre das Abschaffen der Hausaufgaben allein auch keine Lösung. Man müsste eine Alternative finden, da Hausaufgaben an sich recht nützlich sind, um das Gelernte zu üben. Doch, was wäre eine Alternative?

Eine Möglichkeit wäre vielleicht, die Hausaufgaben freiwillig zu stellen, also quasi als Übung für die, die das Thema noch nicht so gut beherrschen oder sich einfach sicher sein wollen, dass sie es können. Aber würde das denn überhaupt gemacht werden?

Ein\*e kluge\*r oder vielleicht eher reife\*r Schüler\*in würde wissen, in welchen Fächern er\*sie noch üben beziehungsweise sich das Thema nochmal anschauen muss. Er\*sie würde dies dann auch wirklich machen, um eine gute Leistung abzuliefern. Das bedeutet, dass er\*sie unterscheiden könnte, was für ihn\*sie wichtig ist, und was eher unwichtig. Nur noch das Wichtige würde dann erledigt werden. Er\*sie würde lernen, selbstständig zu arbeiten und sich selbst zu engagieren. Ein Großteil der Schüler\*innen würde die freiwilligen



Übungen allerdings gar nicht machen, selbst wenn sie es nötig hätten, da es ja keine direkten Konsequenzen dafür gäbe. Sie würden wahrscheinlich nur auf den letzten Drücker vor einer Überprüfung lernen, aber es in der kurzen Zeit nicht schaffen, alles zu üben, zu lernen und deswegen doch eine schlechtere Note schreiben.

Und sind wir mal ehrlich: Es ist doch bei verpflichtenden Hausaufgaben genau das Gleiche. Die Schüler\*innen, die sowieso gute Noten haben und die Übung fast nicht brauchen, machen die Hausaufgaben.

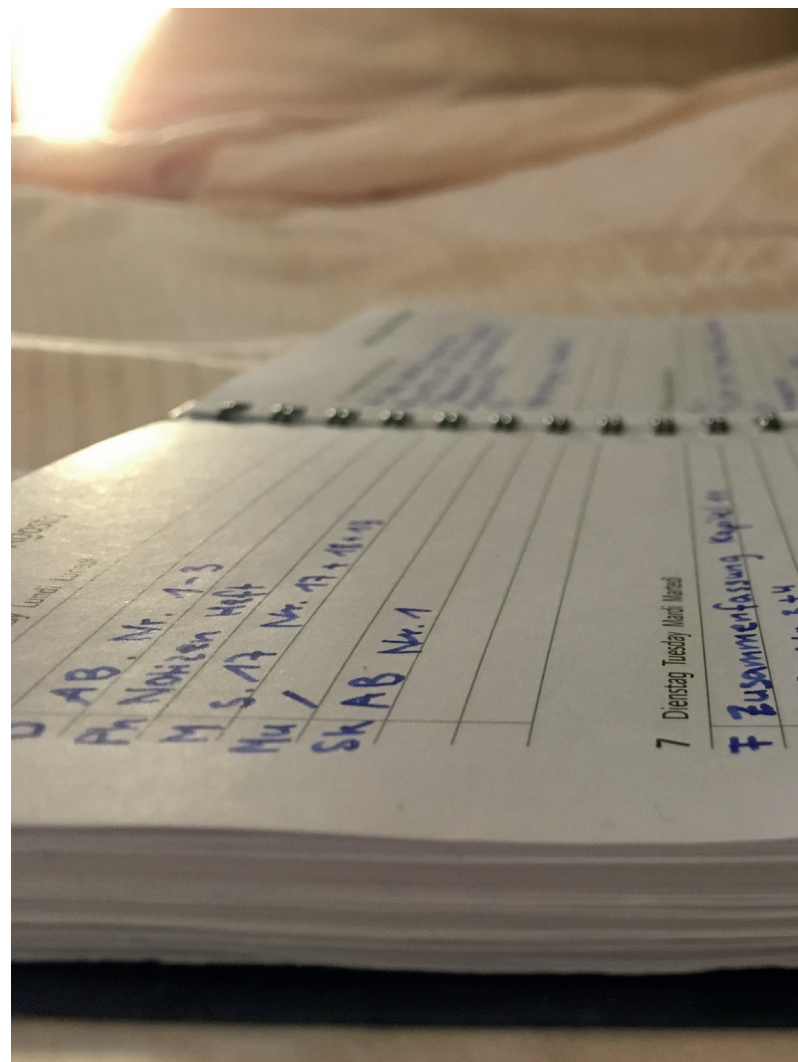
Die, für welche die Hausaufgaben sehr wichtig wären, machen sie meistens nicht, und wenn doch, leider oft, indem sie diese von anderen Mitschüler\*innen abschreiben. Aber was bleibt ihnen denn anderes übrig? Die, die ein Thema noch nicht verstanden haben, verstehen dann die Aufgabenstellungen der Hausaufgaben zuhause genauso wenig und haben dann häufig keine Hilfe vor Ort. Wie sollen sie dann überhaupt die Hausaufgaben machen?

Es gäbe noch eine ganz andere Alternative. Man könnte entweder vor oder nach dem Schultag eine verpflichtende Lern- und Arbeitsstunde einführen. So soll es nach Aussage des Bildungsjournalisten Armin Himmelrath\* in einigen Schulen in der Schweiz eingeführt worden sein, dass die erste Schulstunde morgens als Übungsstunde mit Anwesenheitspflicht gilt. In dieser Stunde wird das gemacht, was wir als Hausaufgaben erledigen. Alternativ könnte nach dem normalen Unterricht, also in den meisten Fällen nach der sechsten Stunde, eine solche Übungsstunde eingeführt werden. Das würde dann bedeuten, dass die Schüler\*innen nach der Mittagspause noch ein bis zwei Unterrichtsstunden in der Schule verbleiben würden und in dieser Zeit Übungsaufgaben erledigen müssten. In diesen Übungsstunden sollte eine betreuende\*r Lehrer\*in anwesend sein, die für Fragen und zur Hilfestellung zur Verfügung steht. Man könnte zum Beispiel jedem Hauptfach einen Wochentag zuordnen und den fünften Wochentag für Übungen in den Nebenfächern reservieren. Ich meine damit, dass beispielsweise am Montag Mathe geübt wird, am Dienstag Deutsch, am Mittwoch Englisch und am Donnerstag Französisch/Latein. Die Übungsstunde am Freitag stünde dann für die übrigen Fächer zur Verfügung.

Noch eine weitere Alternative fällt mir spontan ein. Diese ist wahrscheinlich am greifbarsten, obwohl sie vermutlich noch keine endgültige Lösung, aber ein Schritt in die richtige Richtung wäre. Sie besteht darin, dass man zunächst festlegt, dass Hausaufgaben nur in Hauptfächern (also Mathematik und Sprachen) gegeben werden und nicht in den Nebenfächern. Mündliche und schriftliche Prüfungen müssten rechtzeitig,

also zum Beispiel drei Wochen vorher mit festem Termin angekündigt werden, damit ausreichend Lernzeit zur Verfügung steht. Dies bedeutet automatisch, dass unangekündigte Leistungsüberprüfungen wegfallen. Bei dieser Alternative lernt man, sich seine Zeit gut einzuteilen und hat nicht jeden Tag unzählige Hausaufgaben zu erledigen. Außerdem würde man den\*die Schüler\*in stark von Stress befreien. Noch dazu hätte er\*sie mehr Zeit, um zu lernen.

An dieser Stelle möchte ich nochmal die Wichtigkeit der Änderung am derzeitigen System veranschaulichen. Ich selbst kenne es und auch vielen Mitschüler\*innen geht es genauso: Oft ist man gerade in stressigen Phasen, in denen sehr viele Leistungsüberprüfungen stattfinden, richtig verzweifelt, da man nicht die Zeit hat, die aktuellen Hausaufgaben und das Lernen unter einen Hut zu bringen. Man sitzt einfach vor seinem Schreibtisch, hat einen totalen Nervenzusammenbruch und bricht in Tränen aus. Dies ist total verständlich, weil man nicht in der Lage ist, sich den ganzen Tag pausenlos zu konzentrieren. Schnell wird einem klar: So kann das nicht bleiben. Es ist unmenschlich, dass der Großteil der Schüler\*innen eine längere tägliche Arbeits-



zeit hat, als die meisten Erwachsenen. Für einen Erwachsenen gilt laut Arbeitszeitgesetz<sup>\*2</sup> eine maximale Arbeitszeit von zehn Stunden pro Tag und 60 Stunden pro Woche. Ein\*e Schüler\*in kommt aber sicher in vielen Fällen auf tägliche Arbeitszeiten von weit mehr als zehn Stunden am Tag und manchmal vermutlich auch auf mehr als 60 Arbeitsstunden die Woche, wenn er\*sie sich bemüht alle Hausaufgaben zu machen, sich ordentlich auf den Unterricht vorzubereiten und außerdem noch für Klassenarbeiten und sonstige Leistungsüberprüfungen zu lernen. Die offiziell empfohlene maximale Hausaufgabendauer, zum Beispiel von 75 min. in den Klassen 8 bis 10, wird in den meisten Fällen weit überschritten.

Im Folgenden sehen Sie die empfohlene Hausaufgabenzzeit:

Hausaufgaben Empfehlung pro Tag:

Klassen 1 und 2 (Grundschule):	30 Min.
Klassen 3 und 4 (Grundschule):	45 Min.
Klassen 5 bis 7 (Sekundarstufe 1):	60 Min.
Klassen 8 bis 10 (Sekundarstufe 1):	75 Min.
Quelle: Bildungsportal NRW	

Zudem wird mir jeder zustimmen, dass es einfach nicht vertretbar ist, dass viele Schüler\*innen in mehreren Phasen des Schuljahres so intensiv unter Stress und an Nervenzusammenbrüchen leiden. Dass sie gar wegen der Schule weinen müssen, geht schon einmal gar nicht. Das grenzt schon irgendwie an Folter, oder?

Ich hoffe zum Nachdenken angeregt zu haben. Die Alternativen zu Hausaufgaben, die ich hier aufgelistet habe, sind nur ein paar Ideen, beziehungsweise das Ergebnis einer Recherche gewesen. Da dieses Thema sehr umfassend ist und man vieles berücksichtigen muss, ist es von Nöten, sich weitere

Gedanken zu Alternativen zu machen. Damit wir eine gute und ausgereifte Alternative finden, die als Pilotprojekt umgesetzt werden kann, rufe ich dazu auf, dass die Schüler\*innen sowie Lehrer\*innen, die mit mir zusammen solch eine Alternative im Rahmen einer Arbeitsgruppe erarbeiten wollen, mich unter folgender E-Mailadresse kontaktieren:

marie.schroeder.lihi@gmail.com

Marie Schröder (10a )

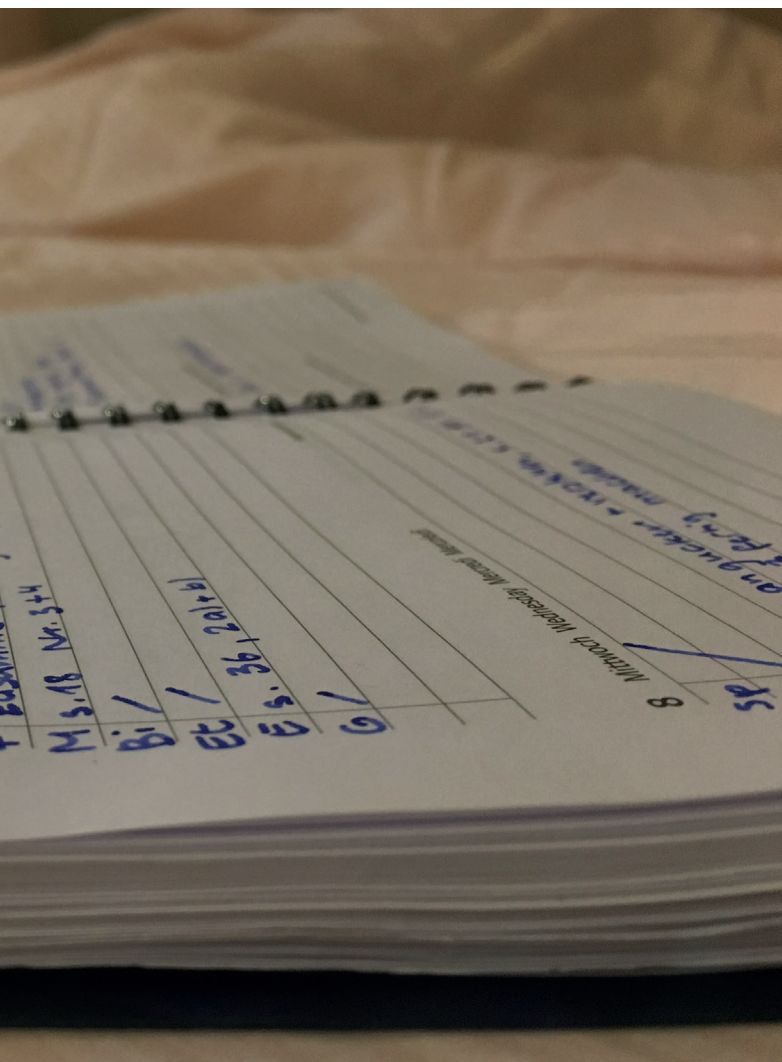
In meinem Text habe ich meine Sprache gegendert. Dies habe ich mithilfe des Gendersterns „\*“ getan. Dadurch spreche ich alle Geschlechter an, also nicht nur die männlichen Leser, sondern auch die weiblichen Leserinnen und alle, die sich nicht von der männlichen, sowie von der weiblichen Form angesprochen fühlen.

\*Quelle:

<https://www.youtube.com/watch?v=WY0poxGoDww>

\*2Quelle:

[https://www.justiz.nrw.de/Gerichte\\_Behoerden/fachgerichte/Arbeitsgericht/arbeitszeit/index.php?print=1](https://www.justiz.nrw.de/Gerichte_Behoerden/fachgerichte/Arbeitsgericht/arbeitszeit/index.php?print=1)



# "NATÜRLICH ZUKUNFT!"

## Ein Interview mit Frau Perenthaler



**Wie würden Sie sich mit zwei Schlagwörtern beschreiben?**

Also ich würde sagen, ich bin ein offener und kontaktfreudiger Mensch.

**Was, denken Sie, unterscheidet die heutigen Teenager von denen in Ihrer Schulzeit?**

Man ist ja immer versucht zu sagen, dass die heutige Jugend immer schlimmer wird und dass früher alle braver waren. Ich gebe zu, ich war lange auf einer Mädchenschule und dort war es tatsächlich so, dass manche Klassen relativ brav waren. Aber es gab genauso Klassen, in denen es damals schon richtig zur Sache ging. Mein Abitur habe ich später dann aber auch auf einer gemischten Schule gemacht. Ich würde aber nicht sagen, dass die Jugend schlimmer geworden ist. Es gibt natürlich andere Herausforderungen, die heutzutage bewältigt werden müssen. Ich denke, dass die Gesellschaft sich eben wandelt und somit auch die Erziehung.

**Warum sind Sie Lehrerin geworden?**

Ich habe immer gedacht, als Lehrerin bleibt man frisch. Dadurch, dass man die ganze Zeit mit der jungen Generation in Kontakt ist, ist das total bereichernd. Ich finde es toll, meine Begeisterung für Kunst - oder auch Italienisch, was ich aber im Moment nicht unterrichtete - an die Schüler weiterzugeben und mit Schülern Kunst zu machen.

**Wollten Sie schon immer Lehrerin werden oder hat sich das erst mit den Jahren entwickelt?**

Nein. Es war eigentlich etwas, worauf ich erst später gekommen bin. Ich wollte nach der Schule erstmal Maskenbildnerin werden und habe dafür auch zuerst eine Frisurausbildung gemacht. Mir ist aber erst später klargeworden, dass man im Theater andere Arbeitszeiten hat. Und leider sind auch viele Handwerksberufe

schlecht bezahlt. Dann habe ich studiert, mich aber am Ende meines Studiums dazu entschieden, Lehrerin zu werden.

**Kommen wir zur Kunst: Wer ist Ihr Lieblingskünstler?**

Es gibt ganz viele Künstler, die ich sehr gerne mag. Hauptsächlich sind das zeitgenössische Künstler, vor allem Maler. Da gibt es zum Beispiel Daniel Richter und die Zwillingbrüder Gerd und Uwe Tobias. Ich mag Malerei, die mit der Farbe so umgeht, dass ein Funke überspringt. Natürlich finde ich es sehr interessant zu sehen, wie sich die Kunst entwickelt hat - ausgehend von der Höhlenmalerei bis heute. Das ist für mich persönlich aber eher kunstgeschichtlich interessant.

**Malen Sie auch manchmal alleine zuhause?**

Jetzt seit längerer Zeit schon nicht mehr, aber ich habe es mir vor allem für die Ferien vorgenommen. Es ist nicht ganz so einfach, da ich vorher in einem Atelier gearbeitet und nur sehr große Bilder, die über eine ganze Wand gehen, gemalt habe. Das kann ich zuhause natürlich nicht, weil ich dann Ärger mit meinem Mitbewohner bekomme (lacht).

**Wie waren Ihre Noten in der Schule?**

(Lacht) Ich war mittelmäßig, meine Lieblingsfächer waren Kunst und Musik, also die musischen Fächer, die mir gut gelegen haben. Außerdem lagen mir Italienisch und Mathe.

**Nun ein paar persönlichere Fragen: Was sind Ihre Hobbys, abgesehen vom Malen?**

Ich habe jetzt gerade angefangen Spanisch zu lernen und da ich schon Italienisch kann, dachte ich, es wäre ganz leicht. Tja, falsch gedacht. Ich finde das total lustig, denn dann bin ich wieder Schülerin. Diesen Per-

spektivenwechsel zu haben, ist ziemlich interessant. Es ist wichtig zu sehen, wie es den Schülern eigentlich geht und wie schlimm es sein kann, wenn der Lehrer schlecht ist (Lacht.) Was Ich ebenso sehr gerne mache, ist in die Sauna zu gehen und Fahrrad zu fahren, aber nur wenn das Wetter schön ist. Und... Stricken! Ganz wichtig! Immer wenn es kalt wird, packt mich das Strickfieber.

### ***Ihr Lieblingsfilm? Oder Lieblingsserie?***

Also zurzeit gucke ich ganz gerne „House of Cards“, „Borgen“ fand ich auch gut. Außerdem muss ich zugeben, dass ich gerne Krimis mag und ein totaler Tatort-Fan bin.

### ***Ihre Lieblingsband oder -Sänger?***

Also ich liebe italienische Musik, ich habe eine Lieblingsängerin, „Carmen Consoli“, und deutsche Chanson-Sänger, „Kleingeldprinzessin“ zum Beispiel.

### ***Jetzt so eine bisschen abwegige Frage: Wenn Sie einen Planeten erschaffen würden, wie würde dieser aussehen?***

Auf jeden Fall kunterbunt. Mit ganz viel Türkis, Rosa, Zitronengelb, dunklem Blau und Neonpink.

### ***Würden Sie lieber in die Zukunft oder in die Vergangenheit reisen?***

Natürlich in die Zukunft, in der Vergangenheit weiß ich ja schon alles.

### ***Wohin würden Sie sich am liebsten hin teleportieren?***

Nach Italien. Dann könnte ich Italienisch sprechen, so würde ich es nicht verlernen. Ich war einmal - nach der Schule, als ich noch nicht wusste, wie es mit mir weitergeht - in Italien und habe dort gearbeitet und die Sprache gelernt. Und ich habe ein Semester während meines Studiums dort studiert.

### ***Wie, denken Sie, wirken Sie auf Schüler und denken Sie, dass die Schüler am Unterricht Spaß haben?***



Also das hoffe ich doch mal! Es ist natürlich so, dass man bei der Themenwahl nicht komplett freie Hand hat, weil es ja auch einen Lehrplan gibt. Ich hoffe natürlich, dass ich für die Schüler eine sympathische Lehrerin bin. Mir ist es wichtig, dass die Schüler keine Angst vor mir haben und das Gefühl haben, dass sie mit mir reden können, wenn es Probleme gibt.

### ***Würden Sie lieber unsichtbar sein oder fliegen können? Und warum?***

Fliegen können! Ich glaube, wenn man unsichtbar ist, kann man Sachen sehen, die man eigentlich gar nicht sehen soll. Man sollte eher mit den Leuten persönlich in Kontakt zu treten. Wenn man fliegen kann, hat man viel mehr davon, da man über die Welt gleiten kann.

### ***Wo auf der Welt wollten Sie schon immer hin?***

Da bin ich eher gesagt ganz kitschig unterwegs. So eine einsame Insel am türkisen Meer. Ich bin gar nicht so der Typ, der die ganze Welt umreisen will. Nach Griechenland zu reisen, fände ich auch schön.

### ***An welchen Moment aus Ihrem Schulleben werden Sie sich immer erinnern können?***

Ich kann mich noch sehr gut daran erinnern, als ich mein Abiturzeugnis bekommen habe. Außerdem ist mir in Erinnerung geblieben, als ich in eine neue Klasse, beziehungsweise auf eine neue Schule, kam. Ich fand das nie so toll und habe immer ein bisschen Zeit gebraucht, um mich dort reinzufinden und einzugewöhnen.

Jetzt als Lehrerin finde ich immer ganz toll, wenn ich in einer Klasse ein neues Thema eröffne und sich die Schüler freuen. Oft passiert es auch, dass Schüler meine Erwartungen mit ihren Leistungen übertreffen, beispielsweise bei Bildern. Das sind sehr erfreuliche Momente im Lehrerdasein.

### ***Was wünschen Sie sich in Ihrem Leben?***

Ein schönes, langes und erfülltes Leben.

Das Interview wurde im Oktober 2016 aufgezeichnet. Mittlerweile ist Frau Perenthaler glückliche Mutter eines kleinen Jungen geworden und ihre Schüler erwarten sehnlichst ihre Rückkehr an unsere Schule.

Helena Langenfeld, Nina Rostalski Marks und  
Emilia Colombo (alle 10e)

# SMOKES

# WETTER

Gras, Odd oder Stoff. Haze, Marihuana oder Amnesia. Buffen, kif-fen oder einen dübeln. - Die illegale Droge hat die verschiedensten Namen und es gibt sie in den verschiedensten Sorten. Nicht gerade wenige Berühmtheiten sind für sie bekannt. Zum Beispiel Snoop Dogg, Bob Marley oder Nimo. Aber was sind die Risiken und sind diese wirklich lebensbedrohlich? Sind die Folgen von Alkohol gefährlicher? Ist jeder Kiffer automatisch ein „Junkie“? Und warum wurde die Droge eigentlich verboten?

In erster Linie gibt es die akuten Risiken. Also die, die der Konsument während des Einnehmens der Droge spürt. Diese Zeitspanne, in der er die gleich genannten Risiken fühlt, ist der sogenannte „Trip“.

1. Für gewöhnlich ist der Trip von euphorischen Gefühlen gekennzeichnet, doch statt Euphorie kann es auch zu Angst und Panikgefühlen kommen. Psychotische Symptome wie Verwirrtheit und Paranoia sind möglich.
2. Konsumenten können keinen klaren Gedanken fassen oder steigern sich in fixe Ideen
3. Es kann zu Erinnerungslücken und Filmrisse kommen.
4. Der Konsument neigt zu Überempfindlichkeit bis hin zu Halluzinationen.
5. Durch die Droge wird auch das Gefühl erzeugt, in „einem eigenen Film gefangen“ zu sein, und die Umwelt wird anders wahrgenommen.
6. Herzrasen, Übelkeit, Schwindel und ein Kreislaufkollaps sind möglich.

In zweiter Linie gibt es die chronischen Risiken. Das sind langfristige Schäden beim Konsumenten. Bei der Forschung zu psychischen, sozialen und körperlichen Risiken kam es zu sich widersprechenden Befunden, aber derzeit können Forscher mit dem heutigen Wissensstand sagen, dass keine gravierenden Hirnschäden, wie sie von Alkohol bekannt sind, verursacht werden. Das Risiko von Lungenkrebs wird erhöht, obwohl

ein größeres Lungenkrebsrisiko allein durch Cannabisrauch nicht zweifelsfrei nachgewiesen werden konnte. Wahrscheinlich, da Cannabis auch eine krebshemmende Wirkung hat.

Vermutet wird, dass sich der Konsum auch ungünstig auf die Entwicklung während der Pubertät auswirkt. Belege für den Einfluss von Cannabis auf das Hormon-Immunsystem wurden nicht erbracht, aber es kann zu einer Verzögerung kommen. Wie auch alle anderen Drogen kann Cannabis eine Abhängigkeit erzeugen. Ein dauerhafter Konsum hat daher Einfluss auf die kognitive Leistungsfähigkeit (Aufmerksamkeit, Konzentration, Lernfähigkeit), diese kann beeinträchtigt werden. Doch die volle Leistungsfähigkeit kann bei dauerhaftem Konsumverzicht wieder erlangt werden.

Früher wurde auch vermutet, dass es dem sogenannten „amotivationalen Syndrom“ kommen kann. Das bedeutet, die Konsumenten stehen den Aufgaben des Alltags (Schule, Arbeit etc.) gleichgültig gegenüber. Heute ist jedoch erwiesen, dass dies nichts mit dem Konsum von Cannabis zu tun hat, sondern mit den Charaktereigenschaften des Konsumenten selbst. Lang war die Frage umstritten, ob mit Cannabis auch Psychosen hervorgehen.

Es können durch die Einnahme von der Droge psychotische Symptome ausgelöst werden, jedoch vergehen diese nach einigen Tagen. Und selbst dies ist umstritten. Unter diesen Symptomen versteht man: Desorientierung,

Halluzinationen, Depersonalisierung (gestörtes Ich-Gefühl) und paranoide Symptome. Doch eine wirkliche Psychose tritt nicht auf. Lange wurde darüber diskutiert, ob sich eine „Cannabis-Psychose“ bilden kann. Also eine Psychose, die ausschließlich durch den Konsum von Cannabis entsteht. Heute kann man mit hoher Wahrscheinlichkeit sagen, dass es so etwas nicht gibt. Aber es wird vermutet, dass es bei Menschen, die eine verborgene psychotische Erkrankung besitzen, eher zu einem Ausbruch kommen kann, als bei Abstinente. Jedoch ist unklar, ob Schizophrenie bei dafür anfälligen Konsumenten auch ohne das Einnehmen von Cannabis zum Vorschein kommen kann.

Was ist aber nun schlimmer? Alkohol? Oder doch Cannabis? Dafür hier nochmal die Folgen von Alkohol zum Vergleich:

1. Tatsächlich wirkt sich zu viel Alkohol auf viele Bereiche des Körpers negativ aus. Jedoch: In erster Linie nimmt die Leber Schaden. Sie ist für den Abbau des Alkohols verantwortlich und vom übermäßigen Alkoholkonsum besonders stark betroffen. Typische Folgen

von Alkoholmissbrauch sind Verfettung und Verhärtung der Leber, was im Endstadium zur Leberzirrhose (Schrumpfleber) führt. Die weibliche Leber baut Alkohol sehr viel schlechter ab und ist deshalb besonders gefährdet.

2. Das Gehirn wird durch den Konsum von zu viel Alkohol massiv beschädigt. Schon bei einem einzelnen Rausch sterben Millionen von Gehirnzellen ab. Bei langfristig zu hohem Alkoholkonsum nehmen zuerst die Gedächtnisleistung und das Konzentrationsvermögen ab. Dann verliert man sein Urteilsvermögen und seine Intelligenz. Permanenter Alkoholmissbrauch führt zu einem völligen geistigen Abbau.

3. Langfristiger Alkoholmissbrauch ist Auslöser für Krebserkrankungen, insbesondere der Leber, in Mundhöhle, Rachenraum und Speiseröhre, des Enddarms und der (weiblichen) Brustdrüse.

4. Die Wahrscheinlichkeit von Herzmuskel-Erkrankungen und Bluthochdruck wird durch Alkohol deutlich erhöht.

5. Alkohol ist vielfach der Grund für Entzündungen der Bauchspeicheldrüse (Pankreatitis) und Entzündungen der Magenschleimhaut (Gastritis).

6. Alkohol verringert die Potenz und vermindert die sexuelle Erlebnisfähigkeit bei Mann und Frau.

7. Ständiger, zu hoher Alkoholkonsum verändert die Persönlichkeit: Unzuverlässigkeit, Reizbarkeit, Unruhe, übertriebene Eifersucht, vielfältige Ängste, Depressionen bis hin zu Selbstmordgedanken sind die Folgen. Die Diagnose „psychische Verhaltensstörungen durch Alkohol“ ist die dritthäufigste in der Krankenhausstatistik. Bei Männern ist sie sogar die häufigste.

8. Zu hoher Alkoholkonsum sorgt nicht zuletzt für Übergewicht und den typischen Bierbauch.

(Quelle: kenn-dein-limit.de)

Aus medizinischer und wissenschaftlicher Sicht kann schon gesagt werden, dass Alkohol bedrohlichere Risiken mit sich führt als Cannabis. Wegen Alkohol gibt es jährlich 74.000 Todesfälle nur innerhalb Deutschlands. Unfälle, die nach übermäßigem Alkoholkonsum passieren, sind in dieser Zahl nicht enthalten. Während wegen Cannabis noch keiner nachweislich gestorben ist. Aber natürlich muss dies jeder für sich entscheiden und abwägen, ob sich überhaupt irgendeines dieser Risiken lohnt. Wen das Thema interessiert, sollte sich „Cannabis vs. Alkohol - Was ist schlimmer?“, ansehen. Im Video führt der 23-jährige YouTuber tomatolix (bürgerlich: Felix Michels) einen Selbstversuch durch, wobei er ausgewählte Tests jeweils im bekifften und im betrunkenen Zustand durchführt.



Aber ist jeder Cannabiskonsum auch automatisch ein „Junkie“? Über diese Frage wurde lange kontrovers diskutiert. Dabei wurde beobachtet, dass fast alle Heroinabhängigen zuvor Cannabis geraucht haben. Dadurch entstand die Annahme, dass Cannabis eine „Einstiegsdroge“ sei. Rückblickend trifft es zwar auf die Heroinabhängigen zu, aber tatsächlich wird nur ein sehr geringer Teil der Cannabis-Konsumenten zu „Junkies“. Aber eine Frage ist immer noch offen. Wieso ist die Droge den illegal? Dafür müssen wir nach Amerika ins Jahr 1929 zurück. In diesem Jahr wurde Harry Anslinger zum Verantwortlichen des Ministerium für Prohibition in den USA ernannt. Unter Prohibition versteht man das landesweite Verbot der Herstellung, des Transports und des Verkaufs von Alkohol durch den 18. Zusatzartikel zur Verfassung der Vereinigten



Staaten von 1920 bis 1933. Weil die Verbrecherbanden die Kontrolle über ganze Viertel übernahmen und außerdem Kriminelle besonders giftigen Alkohol verkauften, wurde das Verbot abgeschafft. So verlor das Ministerium seine Aufgabe und wurde unbedeutend, genauso wie Harry Anslinger.

Es wird vermutet, dass er, um noch eine Daseinsberechtigung zu haben, eine Hetzkampagne gegen Marihuana und Opium startete. Dies führte zu weltweitem Verbot der Droge in den 1960ern. Zuvor war der Konsum legal und Cannabis war sogar ein übliches Schmerzmittel, welches häufig verschrieben wurde. Im Laufe der 30er Jahre fing Anslinger an, die Droge zu verteufeln, indem er auf Zeitungsartikel, Radiosender und Filme setzte. Ein komplett überzogenes Bild entstand: Man werde verrückt von der Droge. Wie Harry Anslinger selbst sagte: „Es kommt tonnenweise in unser Land- dieses tödliche, entsetzliche Gift, das nicht nur den Körper, sondern das Herz und die Seele eines jeden Menschen zerstört, der ein Sklave einer seiner verheerenden Folgen wird. Marihuana ist der direkte Weg ins Irrenhaus. Rauchen sie nur einen Monat lang Marihuana-Zigaretten und das, was einmal ihr Gehirn war, wird zu einem Lagerhaus voller furchteinflößender Schreckgespenster. Haschisch macht einen Mörder, der nur aus der Liebe zum Töten mordet, sogar aus dem friedlichsten Mann, der bei der Idee süchtig zu werden nur müde lächeln konnte.“(Quelle: tomatolix)

Dabei nutze er besonders den Fall des 20-jährigen Victor Licata, der 1933 seine komplette Familie mit einer Axt abgeschlachtet hat. Anslinger unterstellte ihm, dass er diese Tat nur auf Grund seines Marihuana-Konsums beging. Ansonsten sei er ein harmloser, netter

junger Mann gewesen. Es ist zwar wahr, dass Victor ab und an gekifft hatte, aber er litt unter Schizophrenie und hatte aus diesem Grund seine Familie ermordet. Deshalb kam er auch nichts ins Gefängnis, sondern in eine Psychiatrie. Dort erhängte er sich 1950. Die Kampagne war auch stark rassistisch. Es hieß, dass überwiegend Schwarze, Hispanics, Filipinos und Entertainer Cannabis konsumieren. Und diese benutzten die Drogen, um weiße Frauen zu betäuben und zu vergewaltigen. Es wurde sogar behauptet, dass einige Schwarze und Hispanics unterentwickelt seien, weil sie zu viel Cannabis rauchten, während die weiße Herrenrasse hochentwickelt sei, weil sie nur Alkohol trinke.

Die Gründe, weshalb Harry Anslinger einen solchen Hass gegen die Droge hatte, sind unklar. Wie oben schon erwähnt, wird vermutet, dass er Angst um seinen Machteinfluss und seine Daseinsberechtigung hatte. Manche vermuten auch, dass damals aufstrebende Kunststoff-Firmen wie DuPont und der Zeitungsverleger William Randolph Hearst, der

viel Geld in Papierproduktionen steckte, Einfluss auf die Kampagne hatten. Denn sie wollten Hanf als Nutzpflanze und somit als Konkurrenz für Kunststoff und Papier eliminieren. Zwar gibt es für diese Vermutung keine stichhaltigen Beweise, jedoch wurde später bestätigt, dass jene Firmen Geld in die Kampagne investierten und dass die Zeitung von Hearst sehr viele Anti-Marihuana-Artikel abdruckte. Auch wenn es aus heutiger Sicht wissenschaftlich gesehen eigentlich völlig lächerlich ist, wurde durch das „Einheitsabkommen über die Betäubungsmittel“ der Anbau und der Verkauf von Marihuana weltweit verboten. In den Bundesstaaten Washington und Colorado aber wurde Cannabis dagegen legalisiert. Dies hatte sogar die positiven Folgen, die Wissenschaftler auch vermutet hatten: Rückgang der Kriminalität. Wobei auch bedacht werden muss, dass die Kriminalität automatisch zurückgeht, wenn alle Vorfälle, die mit Drogen zu tun haben und zur Kriminalität beitragen, plötzlich legal sind.

Außerdem gab es einen Anstieg



Foto: <https://www.royalqueenseeds.de/feminisierte-hanf-samen/115-amnesia-haze.html>



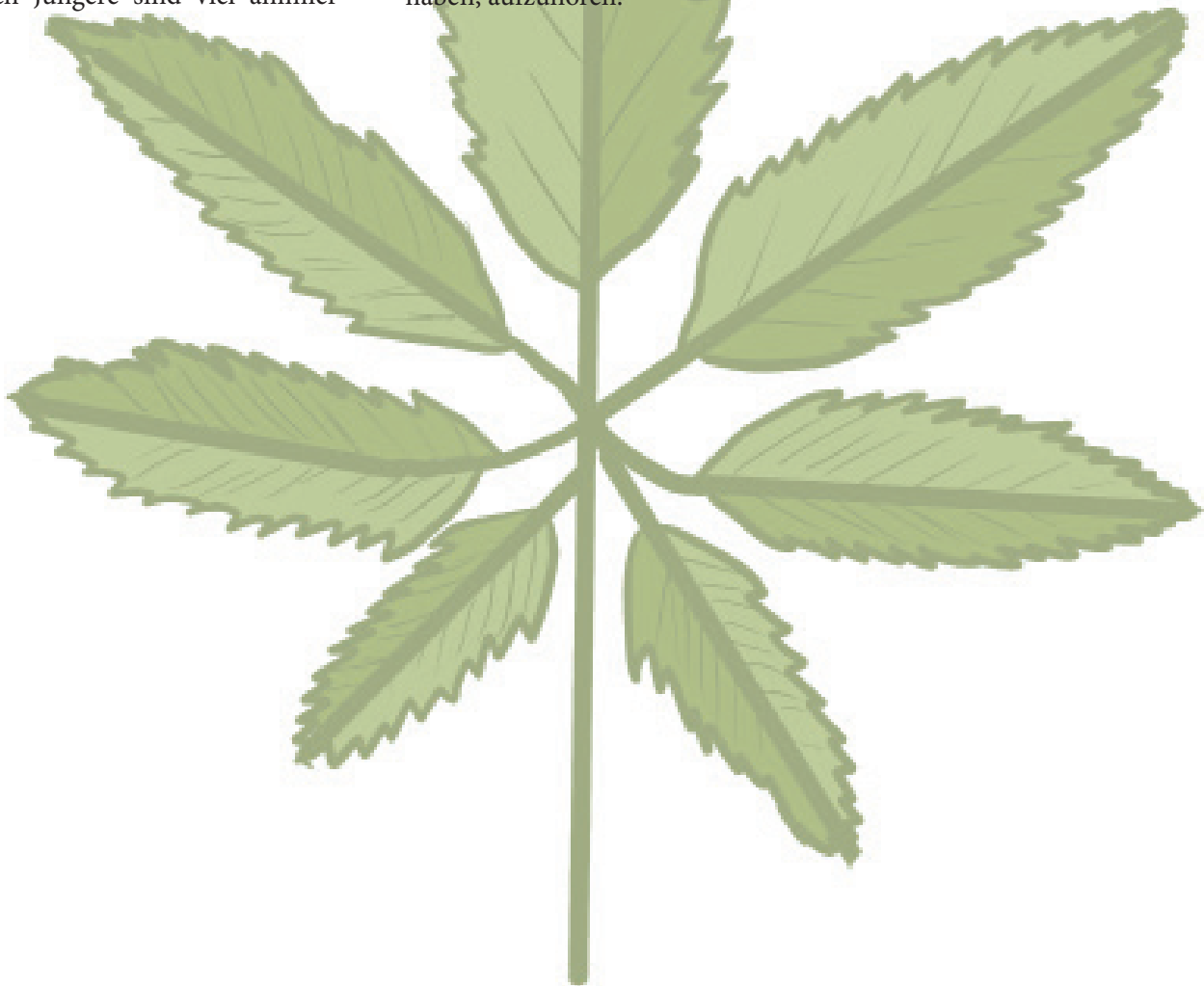
der Steuereinnahmen, sodass es sogar zu einem Überschuss kam. Zum ersten Mal seit Jahren konnte die mexikanische Mafia geschwächt werden, da ihr die Geschäftsgrundlage entzogen wurde. Doch die Mafia macht noch mit so viel mehr Drogen Geschäfte, dass es leider nur ein minimaler Rückschlag für sie ist.

Es hat auch nicht plötzlich jeder mit dem Kiffen angefangen, nur weil es legal wurde. Dafür kann denen, die abhängig sind, nicht mehr so effektiv geholfen werden, wie vor der Legalisierung. Das liegt daran, dass die Abhängigen durch das Aufheben des Verbotes in ihrem Tun bestärkt sind, da sie nichts „Illegales“ mehr machen. Auch Jüngere sind viel animier-

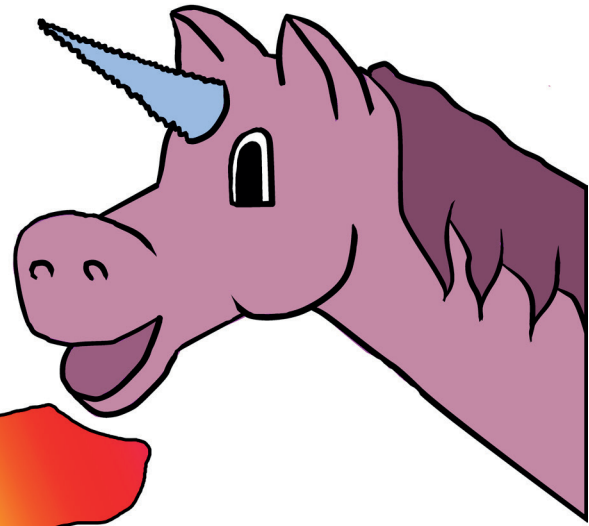
ter, es mal auszuprobieren und werden möglicherweise abhängig, was vielleicht nicht passiert wäre, wenn das Verbot geblieben wäre. Und auch wenn der Konsument nach einer Cannabis-Sucht keine physischen Schäden davonträgt, ist es psychisch gesehen die reinste Tortur. Erfahrungsberichte erzählen, wie schwer und hart es ist abstinenter zu werden. Schweißausbrüche, Angstzustände und Alpträume sind auf der Tagesordnung. Monatlang konnten die Abhängigen gar nicht oder nur sehr wenig schlafen. Und der Drang, sich doch wieder kurz einen Joint zu drehen, ist hoch. In diesen Fällen würde jedoch acht Jahre lang jeden Tag gekiffert, bis sie sich entschieden haben, aufzuhören.

Hinter dem Verbot der Droge steckt eine lange Geschichte, die wahrscheinlich nicht jeder vermutet hatte. Trotzdem sollte nicht vergessen werden, dass Cannabis eine Droge ist und auch wenn sie nicht so viele physische Risiken wie zum Beispiel Alkohol birgt, trägt sie andere Gefahren mit sich und kann süchtig machen.

Vivien Vischniwezki (10b)



# Alles völlig normal... ... oder auch nicht



7:45 Herr L. betritt den Raum.

7:50 Herr L. bedankt sich für die Komplimente, welche ihm für sein Iron-Man-Shirt gemacht werden.

8:00 Herr L. muss mal wieder einmal mit Bedauern feststellen, dass seine Klasse ein wenig inkompetent ist und ihr jegliches Vorwissen fehlt. Es häufen sich Vermutungen, woran das liegen könnte ...

8:10 Herr L. ist völlig verzweifelt und muss erst einmal tief durchatmen und sich an die Worte seiner Frau erinnern, die gesagt hat, dass er seine Schüler nicht so quälen soll.

8:15 Einige unnötige Kommentare und ein paar genervte Augenverdreher von Herrn L. später kann mit dem Unterricht begonnen werden.

8: 25 Herr L. ist mit seinem Latein (und auch mit seinem Französisch) am Ende und es herrscht Ausnahmezustand.

8:30 Die Stunde endet mit einem Herrn L., der den Sinn des Lebens nicht mehr sieht, und einer höchst amüsierten Klasse.

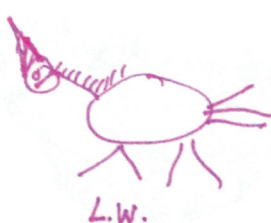
8:35 Die Klasse wartet auf Herrn E.

8:45 Noch ist kein Herr E. in Sicht.

8:47 Die Klasse beginnt, sich Sorgen zu machen und zwei Schüler machen sich auf den Weg ins Sekretariat.

9:00 Die beiden Schüler betreten den Raum ohne Herrn E. und berichten, dass dieser nach Hause gefahren sei, da er dachte, er hätte gerade keinen Unterricht.

9:15 Herr E. betritt entspannt den Raum, entschuldigt sich für seine Verspätung und sagt, dass wir uns jetzt aber wirklich beeilen müssten, da schon so viel Zeit verloren gegangen ist.





9:20 Die Stunde endet und alle freuen sich, da wir keine Hausaufgaben aufbekommen haben, was auf die kurze Unterrichtsdauer zurückzuführen ist.

9:35 Herr K. steht schon im Raum und man hat den Eindruck, als hätte er die ganze Pause schon dort gewartet.

9:40 Eine persönliche Einladung später kann der Unterricht beginnen.

9:50 Nachdem die Hausis besprochen sind, kann es weitergehen.

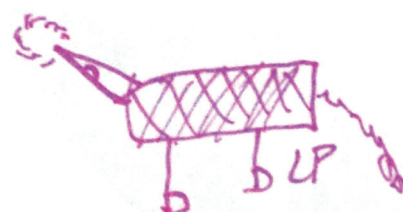
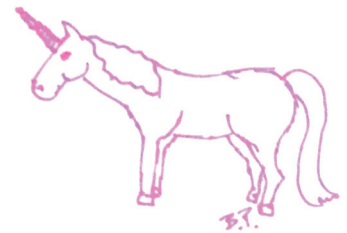
10:00 Herr K. freut sich, da er seinen Lieblings-Spruch einbringen konnte: „And now for something completely different.“ Und schreibt eine Texti an.

10:10 Herr K. ist gut gelaunt, da es doch noch SmA (Schüler mit Anspruch) zu geben scheint.

10:20 Herr K. schreibt Übis und Hausis an die Tafel, die bei ihrer Menge die Verniedlichungsform definitiv nicht verdient haben, und verabschiedet sich. Und so gehen die ersten drei Schulstunden um. Alle oben aufgeführten Handlungen sind frei nacherzählt und nicht ganz ernst gemeint.

Übrigens: Alle oben angeführten Lehrer sind sehr kompetente Fachkräfte, die es verstehen, ihre Schüler für ihr Fach zu begeistern.

Hannah Reinke (9c)





# KLASSISCHES GRAUEN VS. MODERNER HORROR

Im September 2017 kam die Neuverfilmung von Stephen Kings „Es“ in die Kinos. Kings Roman erschien bereits 1986 und wurde 1990 zum ersten Mal verfilmt.

In der fiktiven Kleinstadt Derry leben die sieben Kinder Bill, Mike, Beverly, Ben, Richie, Stan und Eddie – der „Club der Verlierer“, die den Kampf mit dem kinderfressenden Monster „Es“ aufnehmen, während sie sich gleichzeitig mit einer Gruppe gewalttätiger Teenager auseinandersetzen müssen. 27 Jahre später kehrt „Es“ jedoch zurück und der mittlerweile erwachsene „Club der Verlierer“ muss erneut das Böse vertreiben. Neben dem namenlosen Bösen kosmischen Ausmaßes behandelt der Horror-Roman auch Themen wie Mobbing, Ausgrenzung, Gewalt und sexuellen Missbrauch in Familien.

Im Roman werden die Erlebnisse der Hauptfiguren als Kinder und als Erwachsene gleichzeitig erzählt - Die ständigen Rückblicke zeigen die vielen Parallelen der beiden Zeitstränge auf. Im Film wurde auf diese Erzähltechnik verzichtet und die Handlung wurde auf zwei Filme verteilt. Im neuen Film wird bisher nur die Geschichte der Kinder erzählt.

Ein weiterer Unterschied zwischen Buch und Film ist die Verschiebung des zeitlichen Rahmens. Statt 1958/1984 spielt das Ganze nun 1989/2016. In dieser moderneren Version haben sich wohl auch die äußerst rassistischen und homophoben Bürger der Stadt Derry in Luft aufgelöst. Von den Angriffen auf homosexuelle Mitbürger und der Diskriminierung bis hin zu Morden aufgrund verschiedener Hautfarbe ist im Film nichts zu sehen. Nicht, dass das ein wünschenswerter Anblick wäre, aber die Gesellschaftskritik Kings geht somit teilweise verloren und es entsteht der Eindruck, dass diese Probleme in 1989 nicht mehr aktuell sind – und es kann wohl niemand behaupten, die Unterdrückung von Minderheiten gehöre der Vergangenheit an.

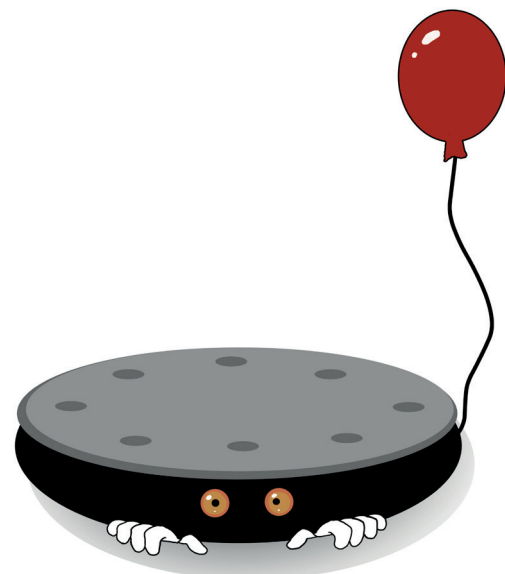
„Es“ hat im Roman viele Erscheinungsformen. Jedes der Kinder sieht etwas anderes, je nachdem wovor es am meisten Angst hat. So nimmt „Es“ zum Beispiel für den Hypochonder Eddie die Gestalt eines verseuchten Landstreichers an. Häufige Erscheinungsformen sind außerdem typische Horrorfilmfiguren wie ein Werwolf oder Frankenstein's Monster.

Da der Film nicht mehr in den 50ern spielt, haben sich auch die Gestalten, in denen „Es“ erscheint, zeitgemäß verändert, wie beispielsweise zu einem Zombie. Jedoch ist die Wahl der verschiedenen Erscheinungen im Film weniger abwechslungsreich als im Roman, auf der Leinwand ist „Es“ die meiste Zeit als Clown zu sehen.

Die wichtigste Botschaft wird im Roman allerdings besser vermittelt als im Film: Das wahre Grauen ist der Mensch.

Trotz der zahlreichen Unterschiede ist der Film jedoch gut gelungen und bietet eine spannende Neuinterpretation des Horrorklassikers.

Bianca Protiwa (MSS 13)



# Islamismus

## Die doppelte Gefahr

„Wenn ein Mann 58 Menschen in Las Vegas tötet, nennt keiner ihn einen Terroristen. Warum nennt man nur Menschen so, die behaupten, dem Islam nahezustehen?“ (Huffington Post, 3.11.2017). Diese Frage, welche der Journalist Karim Shamsi-Basha in seiner Stellungnahme zum Hass gegenüber dem Islam formulierte, stellen auch wir uns aktuell immer wieder. Täglich werden wir von einer Flut an Eilmeldungen über weltweite Terroranschläge überrollt, die das heile Weltbild der Europäer erschüttern. Die Reaktionen sind Unsicherheit, Angst und Abschottung. In einigen Fällen kommt zudem noch ein Generalverdacht gegenüber Muslimen hinzu. Erfahrungsberichte von Mitschülern muslimischer Herkunft zeigen, dass diese bereits in verschiedenen Lebensbereichen wie zum Beispiel in den Sicherheitskontrollen am Flughafen mit Vorurteilen zu kämpfen hatten. Besonders Merkmale wie Kopftücher oder lange Bärte führen häufig zu Verdächtigungen durch andere Mitreisende. Die Situation spitzte sich vor allem nach den Anschlägen des 11. Septembers zu, da sich das Bedrohungsgefühl in Bezug auf mögliche weitere Attentate intensiviert. Diese Angst

„Wenn ein Mann 58 Menschen in Las Vegas tötet, nennt keiner ihn einen Terroristen. Warum nennt man nur Menschen so, die behaupten, dem Islam nahezustehen?“

Huffington Post

ist auch nachvollziehbar, da die Gefahr des Terrorismus real ist. Andererseits sind auch die Verallgemeinerungen und die teils daraus resultierenden Beschuldigungen aller Muslime gefährlich, denn es handelt sich bei den gewaltbereiten Islamisten lediglich um eine Minderheit. Viele Opfer von Terrororganisationen sind selbst Muslime und leben in Angst vor diesen.

Einige Bürger scheinen dies jedoch zu verdrängen, um eine Zielscheibe für ihre Verunsicherung zu finden. Mit solchen Überlegungen sollte man vorsichtig sein! Toleranz und Gleichheit gehören zu den wichtigsten Werten der Demokratie und auch Religion sollte heutzutage kein Grund mehr für Ausgrenzung sein. „Ich habe einen Wunsch, vielleicht auch zwei. Der erste ist, dass meine Kinder gut aufwachsen und durchs Leben gehen, ohne auf Basis ihres Familiennamens beurteilt zu werden. Der zweite ist, dass die Welt weiß, dass Muslime keine Bedrohung bedeuten. Die Leute, die eine Bedrohung sind, befinden sich so weit vom Islam entfernt wie der Ku Klux Klan vom Christentum.“, sagt Karim Shamsi-Basha.

Franziska Höth, Kristin Elsner (beide MSS 12)



**W**as, wenn es ein Gymnasium gäbe, das vor Technik nur so strotzen würde? Mit funktionierenden Geräten, innovativen Ideen, smarter medialer Ausstattung. Wenn diese Schule auf ganzer Linie begeistern könnte durch ihre unkomplizierte Art der Wissensvermittlung. Mit Hilfe von perfekt aufeinander abgestimmten digitale Lehrmaterialien und technisiertem Unterricht Vorreiter in Rheinland-Pfalz wäre? Wenn die Schule nicht durch Defekte, sondern durch perfekte Zuverlässigkeit der Medien alle Teilnehmer in ihren Bann ziehen würde? Und wenn auch in vielen Jahren noch von der „technischen Revolution damals“ gesprochen werden würde?

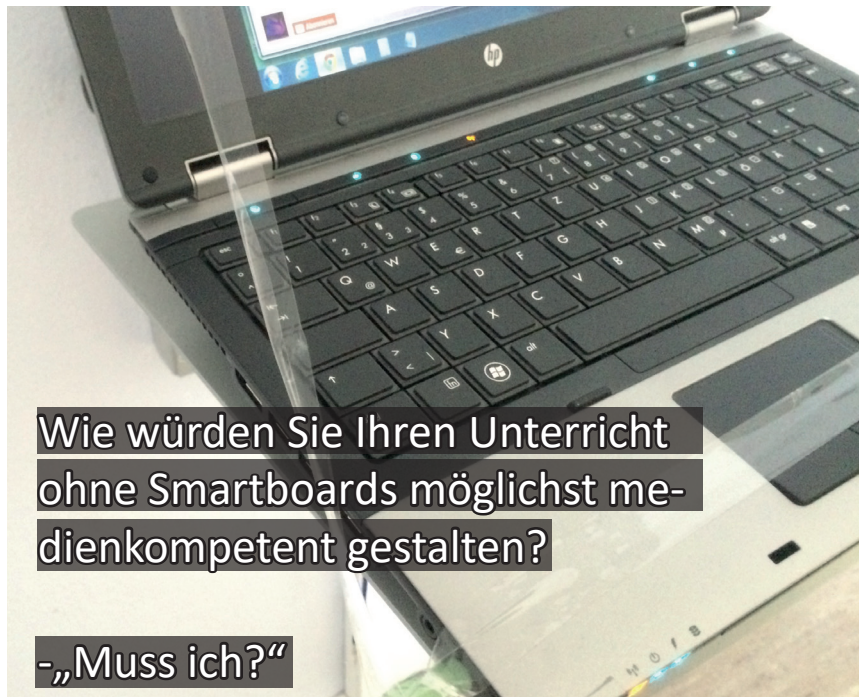
Vielleicht gibt es wirklich solche traumhaft mediatisierten Schulen – das Lina-Hilger-Gymnasium gehört eher nicht zu dieser Gruppe privilegierter Bildungseinrichtungen.

„Medienkompetenz macht Schule“ heißt eine Ausschreibung des Landes Rheinland-Pfalz, bei der genau das gefördert werden soll, was zuletzt von Christian Lindner und Co. im Bundestagswahlkampf bis zur Ermüdung diskutiert wurde: Digitalisierung.

Für das LiHi ist schon 2011 klar: Technische Geräte, vor allem die hoch im Kurs gehandelten sogenannten Smartboards, also interaktive Wandtafeln, die digital beschriftet werden können, an einen Laptop angeschlossen sind und zudem über Lautsprecherboxen verfügen, sind genau das richtige für einen Vorstoß in der Digitalisierung und für eine Modernisierung des Unterrichts. Die Schule bewirbt sich bei dieser Ausschreibung; konkret geht es um drei Notebookkoffer mit jeweils sechs Notebooks und vier Smartboards mit jeweils einem Notebook. Das Land stellt dem LiHi dafür 40.000 Euro zur Verfügung.

Am 23. Februar 2011 wird der Antrag losgeschickt,

nachdem bereits am 4. Februar auch die Kreisverwaltung grünes Licht gegeben hat. Es dauert eine ganze Weile, bis im Mai 2011 klar ist: Die heißersehnten Smartboards werden in absehbarer Zeit kommen. Die Euphorie bei Schülern wie Lehrern ist groß – schließlich stecken hinter dem Antrag etliche Stunden Arbeit, um ein Medienkonzept zu erstellen und auch die Überzeugung der Lehrerschaft zu erreichen. Die vier Smartboards werden einige Wochen später die Räume 157, 163, 236 und 261 aufwerten. Noch ahnt niemand, dass das Projekt in einem Debakel enden wird.



Wie würden Sie Ihren Unterricht ohne Smartboards möglichst medienkompetent gestalten?

-„Muss ich?“

In dem Brief vom Bundesbildungsministerium an die Schulleitung vom 24. Mai 2011 heißt es wörtlich: „Die Hardware-Ausstattung wird sukzessive an die Schulen geliefert und installiert. Nach Abzug der Kosten hierfür verbleibt für Ihre Schule noch ein Restbetrag in Höhe von 13.889,18 Euro.“ Dabei darf das LiHi jedoch nicht frei über das Geld verfügen, sondern hat sich an eine Bezugsliste zu halten, die weitere mediale Hardware enthält, darunter auch die nun bereits viermal vorhandenen Smartboards. Was nun folgt, ist erstaunlich: Man wählt nicht etwa die relativ risikoarmen Notebookkoffer, sondern ordert am 25. August 2011 gleich zwei weitere Smartboards mit Notebooks, Fußgestellen und Whiteboard-Flügeln. Kostenpunkt hierfür: Noch einmal 8.145,07 Euro. Von dem noch verbleibenden Geld werden Software, vier Laptops, ein weiterer Whiteboard-Flügel sowie Lizenzen erworben. Die 40.000 Euro der Ausschreibung sind nun ausgegeben und setzen sich zusammen aus dem vorher festgelegten Paket sowie den restlichen 13.889,18 Euro.

Sechs Smartboards besitzt das LiHi nun also Ende August. Verantwortlich für die Wartung ist URANO, ein IT-Dienstleister aus Bad Kreuznach mit über 300 Mitarbeitern. URANO montiert die Boards und kümmert sich um die Wartung. Einziges Manko: Die Garantie läuft nur fünf Jahre, also bis Mitte 2016. An URANO

führt dabei kein Weg vorbei, der Dienstleister war bei „Medienkompetenz macht Schule“ nicht frei wählbar. Während der ersten Jahre klagten Lehrer wie Schüler immer wieder über lange Wartezeiten bei der Gerätewartung, vor allem, wenn ein wichtiges Teil ersetzt

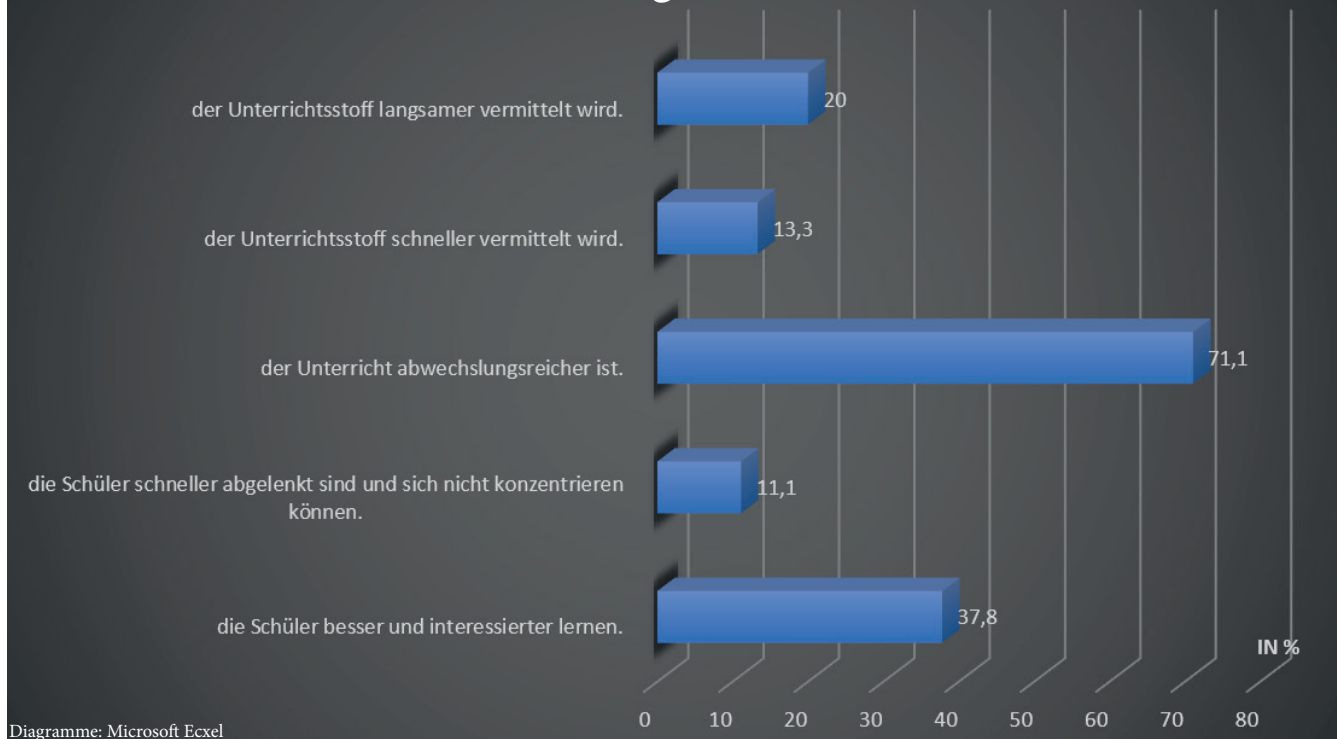
werden muss und sich die Techniker von URANO gerne einige Wochen Zeit lassen. Ab Mitte 2016 bedeutet die abgelaufene Garantie vor allem eines: Gar keine Wartung mehr – bei einem Schaden ist das ganze Smartboard praktisch nicht mehr nutzbar, Totalschaden!

War dies dem Schulträger so nicht klar? Wieso

hat man die Garantie nie verlängert? Auf Nachfrage von OUTBREAK bei der Kreisverwaltung Bad Kreuznach heißt es schriftlich: „Für die Wartung der Smartboards besteht natürlich auch die Möglichkeit des Abschlusses eines Wartungsvertrages mit der Fa. Urano. Allerdings wird man auch durch die jährliche Wartung nicht das generelle Problem lösen, dass sich die Smartboards irgendwann nicht mehr kalibrieren lassen und damit nur noch bedingt nutzbar sind.“

Zumindest das ist heute klar: Das Smartboard-Projekt ist krachend gescheitert. Warum, liegt weiter im Dunkeln. Mittlerweile wurden in den letzten Monaten bereits die ersten Boards abgebaut. Sieben Jahre haben sie es in den kahlen Räumlichkeiten des LiHi ausgehalten. Die sind jetzt noch kahler und trostloser, denn herkömmliche Tafeln oder nichtelektronische Whiteboards mussten den platzintensiven Smartboards weichen. Auch aus der Kreisverwaltung heißt es: „Die Ausstattung der Schulen mit Smartboards wird angesichts der hohen Investitionskosten [...] und der hohen Wartungskosten (die Boards sind sehr störungsanfällig und halten meist nur 3 bis 5 Jahre) nicht weiter verfolgt.“

## Smartboards sorgen dafür, dass...



**O**UTBREAK hat sich der Frage angenommen, warum genau das Projekt eigentlich scheitern musste. Anhand einer selbst konzipierten und anonymen Online-Umfrage waren die Lehrerinnen und Lehrer im Fokus unserer Befragung. Denn von ihnen hängt maßgeblich die Unterrichtsgestaltung ab, kurzum: Sind sie nicht medienkompetent, können es die Schülerinnen und Schüler erst recht nicht sein. An unserer Umfrage beteiligten sich beachtliche 45 von 83 befragten Lehrkräften – mit niederschmetternden und teils erschreckend ehrlichen Antworten.



Zwar nutzen nach eigenen Angaben 51,1% der Befragten Smartboards einmal in der Woche oder öfter, täglich jedoch greifen nur 4,4% auf die Geräte zu. Dies hängt damit zusammen, dass kaum ein Lehrer täglich in einem Raum unterrichtet, in dem sich auch ein solches

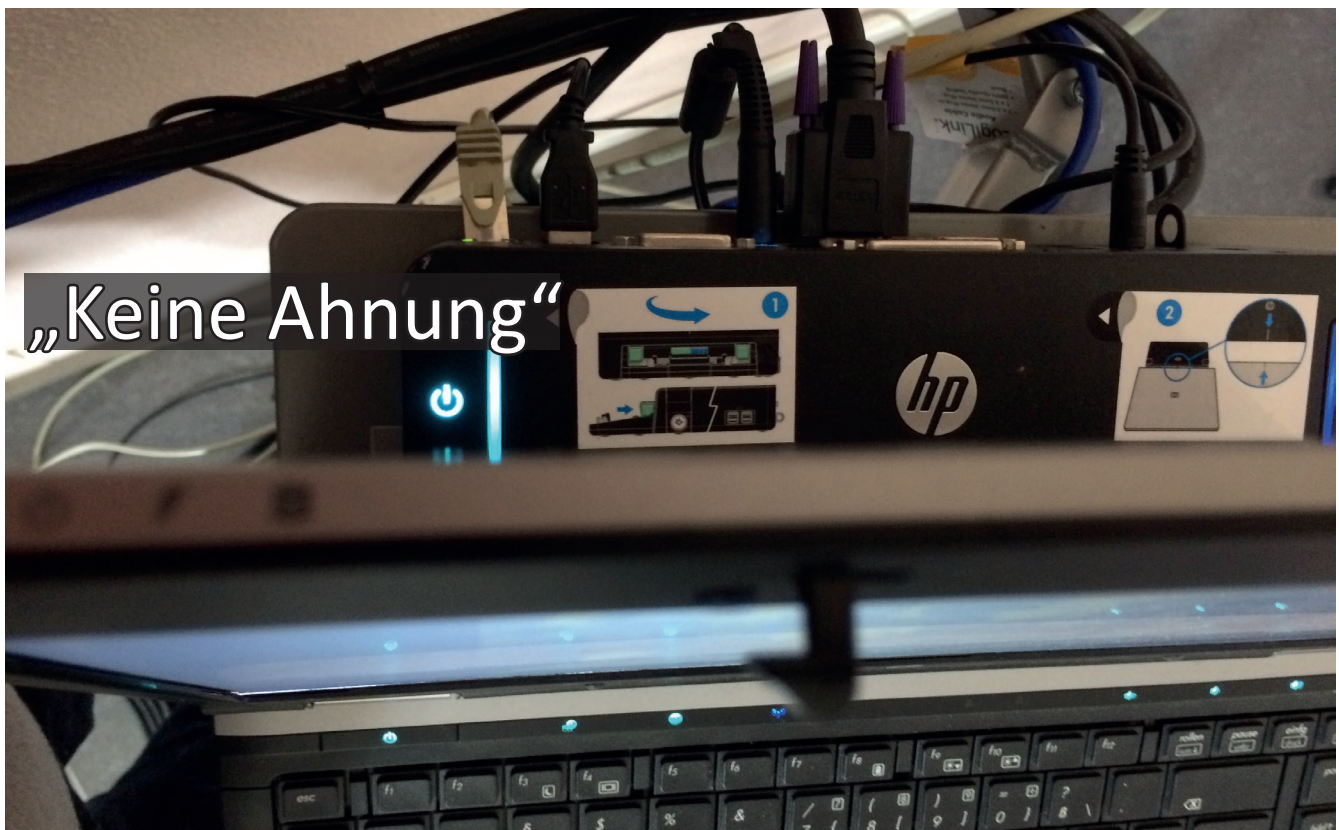
Board befindet. Konsequenz: Man muss stets zweigleisig fahren und sieht sich ständig gezwungen, sowohl digitalen als auch analogen Unterrichtsstoff vorzubereiten. Und so ist es keine Überraschung, dass laut Umfrage drei von vier Lehrkräften ihren Unterricht nach

Anschaffung der Smartboards nicht erkennbar umgestellt haben. Gespalten zeigt sich die Lehrerschaft bei der Frage, worin der Hauptgrund der Anschaffung bestanden hat. 48,9% sind der Meinung, es habe sich um ein Prestigeprojekt in Sachen Medienkompetenz gehandelt, 37,8% hingegen sehen die Erleichterung der Unterrichts-

konzipierung und die Vorteile für das Lernen der Schüler im Vordergrund.

Soweit, so gut. Doch warum konnte die Mehrheit der Kollegen nicht für das neue Medienmodell überzeugt





werden? Dies liegt laut Umfrage an den technischen Problemen. Wir haben nicht nur wissen wollen, wie oft sie auftreten, sondern auch, welche genau die Lehrer am häufigsten zur Weißglut treiben.

Keine große Überraschung: Technische Schwierigkeiten sind tatsächlich so oft an der Tagesordnung, wie es den Schülern vorkommt. 75,6% gaben an, bei jeder vierten Nutzung oder häufiger Technikprobleme zu haben, davon 8,9% sogar bei jedem Einsatz der Smartboards. Dies hat augenscheinlich eine abschreckende Wirkung, denn wo einmal Chaos in der Klasse herrscht, da greifen viele beim nächsten Mal doch lieber auf die herkömmliche Kreidetafel zurück. 71,1% gaben an, Smartboards häufiger nutzen zu wollen, wenn technische Probleme deutlich seltener auftreten würden, etwas mehr als ein Drittel wünscht sich eine schnellere und einfachere Vorbereitung des Unterrichts für die Geräte und ebenfalls gut ein Drittel sieht bislang noch nicht die Möglichkeiten, die Hightech-Geräte sinnvoll in seinen Unterricht einzubringen.

Überraschend: Etwa ein Viertel gab an, bei besserer Schulung häufiger mit der Technik arbeiten zu wollen. Also haben wir auch gefragt, ob die Lehrkräfte seit 2011 ausreichend und vor allem kompetent geschult wurden. Das Ergebnis: Zwar fühlen sich 31,1% ausreichend ausführlich und kompetent geschult, doch dem gegenüber stehen 33,3%, die angaben, fast gar nicht oder gar nicht geschult worden zu sein. Dabei handelt es sich vermutlich auch um neu an das LiHi gekommene LehrerInnen, bei denen bereits abzusehen war,

dass die Smartboardnutzung zukünftig für diese keine Relevanz mehr besitzen wird.

Ebenfalls hochinteressant sind die Angaben der häufigsten Probleme, die im alltäglichen Gebrauch auftreten. Viele davon ließen sich tatsächlich mit vernünftigen und vor allem verpflichtenden Schulungen oder aber einer regelmäßigen Wartung verhindern, so zum Beispiel fehlende oder defekte Kabel, ungenaue Kalibrierung, lange Ladezeiten der HP-Notebooks oder auch defekte Lautsprecher oder zu schwache Beamerlampen. Viele weitere genannte Probleme verdeutlichen jedoch auch ein grundsätzliches Problem der anfangs noch hochumjubelten Smartboards: Die Schreibfläche ist viel zu klein, das Internet funktioniert regelmäßig nicht, die Unterrichtskonzeption ist zu kompliziert und zu risikofähig. Kein Wunder also, dass das Vertrauen in die Boards mit jeder nicht einwandfreien Nutzung schwindet und sich 84% wieder eine herkömmliche Kreidetafel zusätzlich zum Board wünschen. Der harte Vorwurf der Lehrgemeinschaft lautet dabei, langwierige Wartungen und gehäuft auftretende technische Schwierigkeiten bei der Bewerbung am Projekt „Medienkompetenz macht Schule“ nicht bedacht zu haben. Fast 85% gaben dies so an, nur 2,2% waren der Meinung, es seien keine Fehler gemacht worden.

Die Umfrage zeigt: Das war´s. Es blieb lediglich ein Versuch, ein sechsjähriges Experiment, welches er-

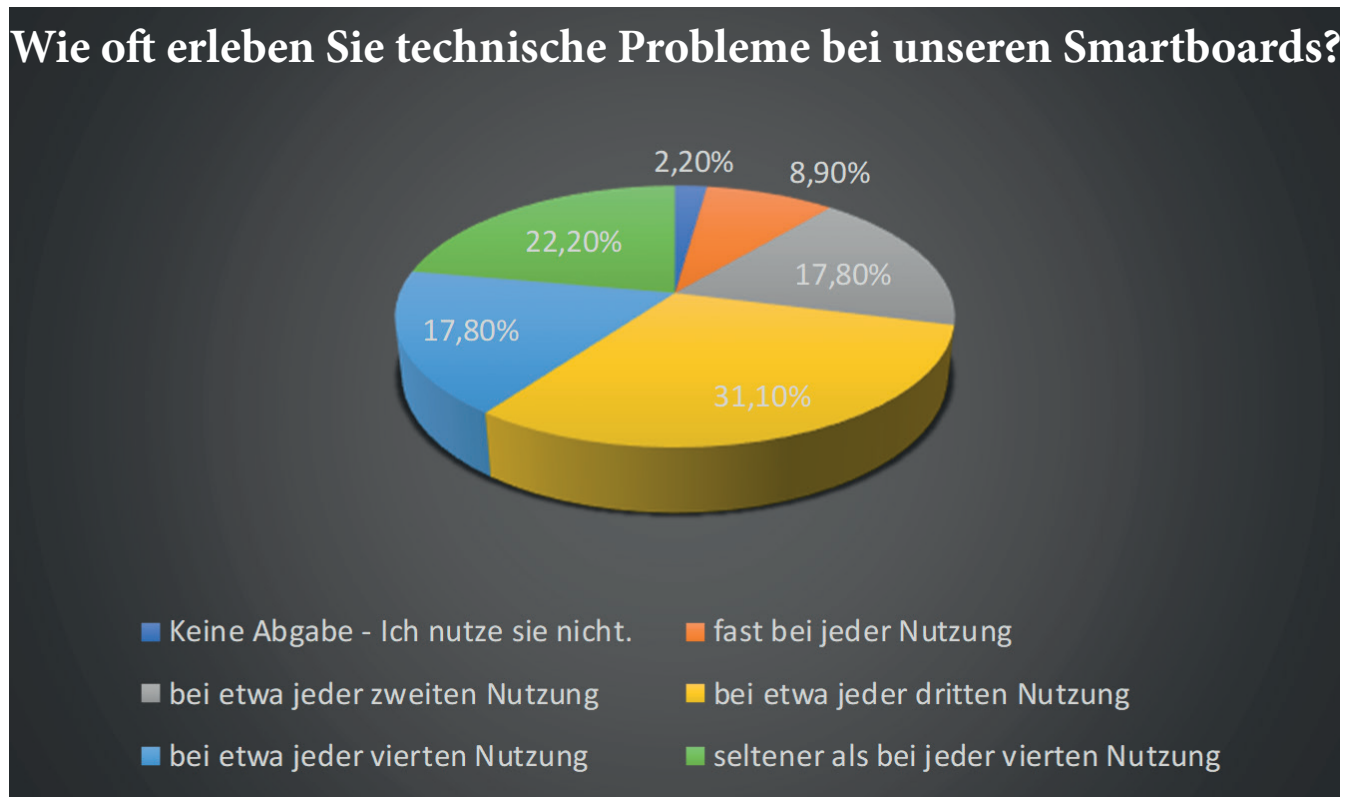
bärmlich scheiterte, weil vielen plötzlich aufgefallen ist, was jeder technikaffine Schüler aus der Oberstufe auch schon im Vorhinein hätten prophezeien können. Zugegeben: Zu Beginn waren viele Schüler tatsächlich begeistert von der Technisierung des Unterrichts, schließlich gaben bei der Umfrage auch 71,1% an, der Unterricht gestaltete sich durch die interaktiven Wandtafeln abwechslungsreicher. Doch der Effekt der Euphorie verpuffte schnell, als klar wurde, wie unzuverlässig die Geräte arbeiten und wie kompliziert das von Christian Lindner so einfach in den Raum geworfene Projekt in der Wirklichkeit aussieht – Digitalisierung.

**W**as bleibt also für die Zukunft zu sagen? Zunächst einmal müssen die Smartboards weg – das Trauma, die Demütigung muss überwunden werden. Damit das möglichst schnell geschieht, hat die Kreisverwaltung auf Anfrage auch schon munter Pläne und Ziele benannt: „Vielmehr wird man in den künftigen Jahren verstärkt in [...] den Ausbau von fest installierten Beamern investieren,

Netz ist dabei nur auf den jeweiligen Fach- und Unterrichtsraum begrenzt.“ Und weiter, bezogen auf die Investitionen in Kurzdistanzbeamer: „Bei 22 Schulen in Trägerschaft des Landkreises wird diese Maßnahme allerdings mehrere Jahre in Anspruch nehmen und auch nicht flächendeckend umgesetzt werden können.“

Im Übrigen decken sich diese Ziele mit den Forderungen der Lehrerschaft am LiHi: 91,1% wünschen sich Beamer in jedem Klassenraum, nur knapp ein Viertel dagegen flächendeckend Smartboards. Ähnlich durchgefallen ist die seit Jahren diskutierte Tablet-Klasse, für die sich 17,8% aussprachen. Weiterhin würden viele Lehrkräfte auch gerne mit Dokumentenkameras und mehr Computerräumen arbeiten.

Eine Person schreibt uns anonym auf die Frage, wie man den Unterricht auch ohne Smartboards möglichst medienkompetent gestalten könnte: „Gar nicht. Ausstattung am LiHi bietet keine Möglichkeit für medienkompetenten Unterricht. Wenige PCs, wenige Beamer, kaum Dokumentenkameras.“ Eine andere Person



die je nach Anforderung auch interaktiv sein können. Über einen kleinen Mini-PC, der mit dem Beamer verbunden ist, können sowohl Lehrer als auch Schüler schnell und einfach Daten einspielen und präsentieren. Weiterhin werden die Räume mit einer Apple TV Box und einem Accesspoint ausgestattet, sodass auch Bilder, Videos, etc. via Tablet und Smartphone auf den Beamer übertragen werden können. Das W/LAN

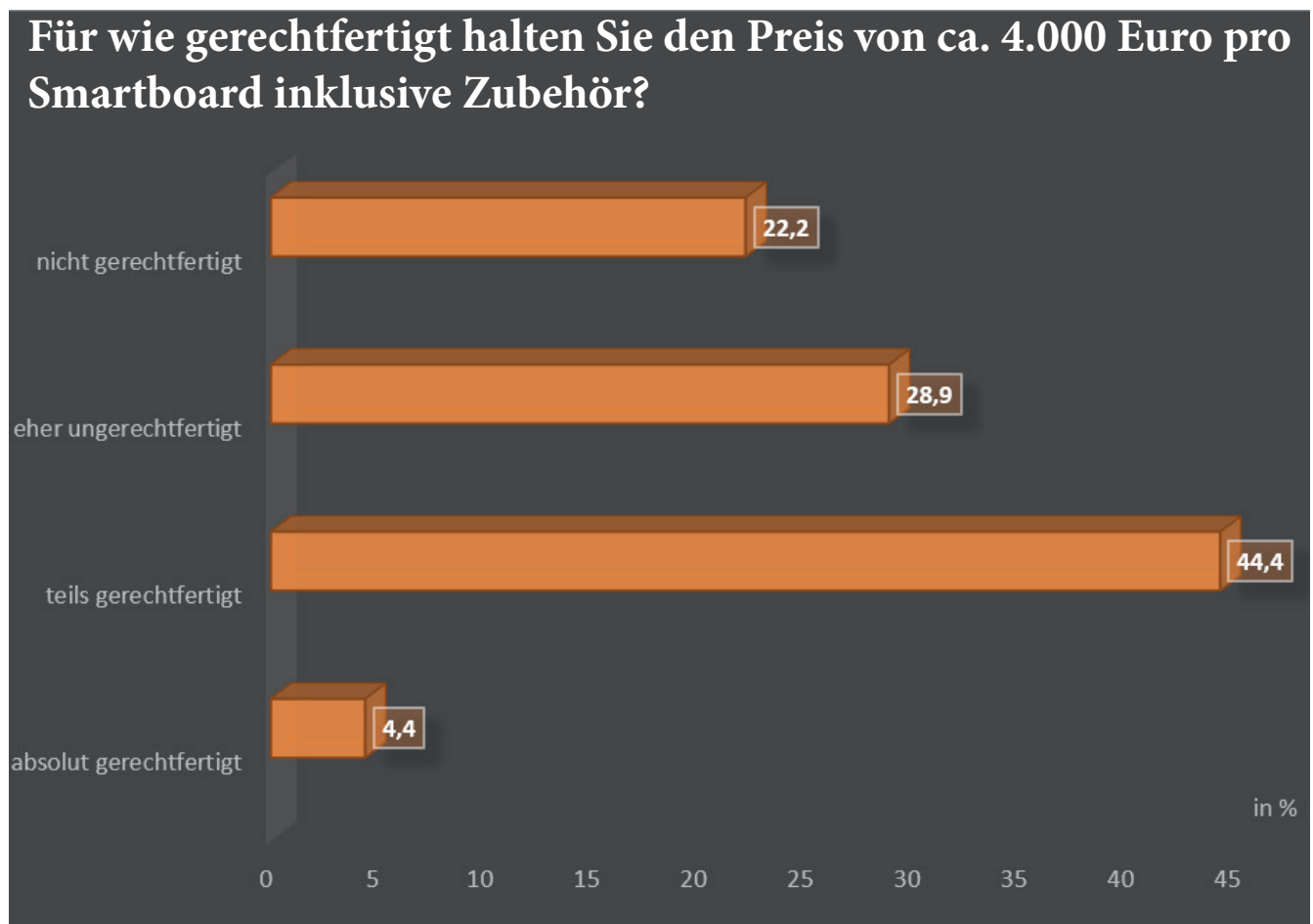
übermittelt uns folgende Antwort: „Dass gefühlt 60%+ der Räume über keine Möglichkeiten (außer OHP) verfügen, Bilder, Karten, Videoausschnitte o.ä. zu zeigen, ist das eigentliche Problem.“ Außerdem erreicht uns diese Idee: „Die Laptopkoffer sind grundsätzlich eine sehr schöne Sache, aber [...] keineswegs ideal [...]. Im schlechtesten Falle wird ein Laptop 6-mal am Tag gestartet und in die Koppelstationen gesteckt, was

unweigerlich dazu führt, dass dies Spuren hinterlässt und auch diese Geräte gerne mal Schäden aufweisen. Der andere Fall ist, dass sie eine ganze Weile ungenutzt herumliegen und dann nicht geupdated sind, wenn man sie nach längerer Zeit anschließt. [...] Gern ist ein Viertel der Unterrichtszeit (oder mehr) verstrichen, bevor man überhaupt einmal loslegen kann. Auch wenn das gewiss nicht problemlos realisierbar ist, fest installierte Mini-PCs in jedem Raum, die mit Schulbeginn hochfahren und mit Schulschluss herunterfahren und zu festen Zeiten alle geupdated werden, wäre die vermutlich bessere Lösung.“

Die Schule steht nun auf jeden Fall vor einem großen Problem. Elektroschrottberge von ehemals für 40.000

ler und Kollegen ertragen. Letztere jedoch waren es, die als anfangs noch kleine Gruppe in Eigeninitiative die Bewerbung bei „Medienkompetenz macht Schule“ vorangetrieben haben. Die Schulleitung hat in Anbetracht der von den Initiatoren mühevoll verfassten und schlüssig erklärten Ideenpapiere zur Medienerziehung und Unterrichtskonzeption das OK gegeben. Es war ein regelrechtes Kollektivversagen, völlig unnötig, in diesem Komplex einen Sündenbock zu suchen.

Klar ist aber: In Zukunft muss sich etwas ändern: Insgesamt beurteilten die Lehrerinnen und Lehrer die Medienkompetenz des Lina-Hilger-Gymnasiums mit grottenschlechten 2,3 von 5 Sternen. Kein einziger gab unserer Schule bei dieser Frage volle Punktzahl.



Euro gekaufter Technik, Unzufriedenheit der Schüler, Ohnmacht der Schulleitung. Dazu kommt noch, dass die Lehrerschaft gespalten ist im Hinblick auf die Frage, wie man weiteren technischen Neuerungen im Zuge der Digitalisierung gegenüberstehen sollte. 24 Befragte zeigten sich optimistisch, 21 skeptisch.

Letztendlich müssen die Verantwortlichen der Schule nun das Unverständnis und den Unmut vieler Schü-

Sicher, es werden weitere Ausgaben für die Technisierung und die Digitalisierung erfolgen. Irgendwann. Vielleicht. Eines hat die Schule aber eindrucksvoll auf unbestimmte Zeit verspielt: Das Vertrauen ihrer Basis – des Kollegiums und der Schülerschaft.

Leon Pollok (MSS 13)



# 10 Tage in einer fremden Familie

## VOM ANPASSEN AN EINE NEUE KULTUR

Zehn Tage in einer fremden Familie, wer kann sich so etwas schon vorstellen? Wir durften genau das erleben und hatten schon Monate bevor es losging auf den Abfahrtstag und das Kennenlernen unserer Gastfamilien gewartet. Am 1. November letzten Jahres war es dann endlich soweit. Wir waren alle gespannt.

Aufstehen um 03:30 Uhr, Ankunft an der Schule um 04:40 Uhr und Abfahrt um 05:00 Uhr. Und ein neues Abenteuer bahnte sich an. Dann begann eine anstrengende und sehr lange Fahrt mit dem Reisebus nach England. Die ersten paar Stunden wurden von den meisten verschlafen. Die, die zu aufgeregt waren, um zu schlafen, spielten Karten. Angeschnallt war fast niemand außer den Lehrern. Die Teilnehmer liefen im Bus herum und setzten sich sofort hin, wenn einer der Lehrer sich umdrehte. Nach 15 Stunden Fahrt kamen wir sogar früher als geplant an der Pate's Grammar School, unserer Partnerschule in Cheltenham, an und warteten in einem kleinen, aber gemütlichen Raum mit Verpflegung auf unsere Gastfamilien. Nach und nach wurden die einzelnen Schüler abgeholt. Die erste Nacht in einem fremden Bett, ohne bekannte Menschen um sich herum – eigentlich gar nicht so schlimm... Das höfliche und überaus freundliche Ver-

halten der Engländer faszinierte und inspirierte uns alle. Die ersten beiden Tage gingen wir mit unseren Austauschschülern in die Schule. Das Schulgebäude war wunderschön, aber auch sehr verwirrend. Deshalb mussten unsere Austauschschüler uns bis zu den Klassenräumen begleiten. Nach drei Tagen in der Schule fanden wir uns allerdings ganz gut zurecht. Ob zu unseren Ausflügen nach London, Bristol und Stradford oder nur für die Schule, jeden Tag haben wir von unseren Gastfamilien riesige Lunchpakete mit vielen Leckereien mitbekommen. Die klassische Esskultur der Engländer durften wir meist abends kennenlernen, da wir ja bis 15:40 Uhr Schule hatten und somit in der Schul-Cafeteria gegessen haben. Am Ende des Austauschs waren wir alle sehr traurig, schon wieder Abschied nehmen zu müssen, da wir unsere Gastfamilien, obwohl wir sie erst zehn Tage kannten, ins Herz geschlossen hatten.

Trotzdem haben wir uns noch mehr auf zu Hause gefreut, endlich unsere Familien wiederzusehen. Wir können den Englandaustausch nur weiterempfehlen, denn es war eine große und spannende Erfahrung für uns alle!

Liam Wahl (8c) und Doro Benze (8e)

# Schule im Land von Ikea,

# Köttbullar und Pippi Langstrumpf

Im Herbst 2015 verbrachte ich fünf Monate in einer Gastfamilie in Torsås, Schweden, im Rahmen eines Schüleraustausches. Da unsere deutsche Schule nicht einfach so fünf Monate Urlaub freigibt, musste ich auch in Schweden in die Schule gehen. Ich besuchte also das 2. Jahr der Oberstufe, welches unserer MSS 12 entsprechen würde, am Af Chapman Gymnasiet in Karlskrona, einer Stadt auf einer Halbinsel im Südosten von Schweden. Dabei sind mir einige mal mehr, mal weniger gravierende Unterschiede zu unserer deutschen Schule und zum deutschen Schulsystem aufgefallen.

Schon beim ersten Eintreten ins Klassenzimmer tritt der vielleicht größte Unterschied in Erscheinung: Auf fast jedem Tisch stehen Laptops und liegen Handys, und beim Durchqueren des Raumes muss man aufpassen, nicht über das Gewirr an Mehrfachsteckern und Ladekabeln zu stolpern, das allerhöchstens mit dem der Projekttagzeitung am LiHi zu vergleichen ist. Das Lina-Hilger-Gymnasium schreibt sich groß Medienkompetenz auf die Fahne, trotz der Schwierigkeiten vieler Lehrkräfte bei der Nutzung eines Beamer, geschweige denn Smartboards, wobei das auch an der Ausstattung

und nicht nur an den Fähigkeiten der Lehrer liegt. In Schweden hingegen wird Medienkompetenz gelebt: In jedem Raum gibt es einen Beamer und PCs, und falls etwas doch nicht funktionieren sollte, gibt es einen extra Technikangestellten. Außerdem werden nicht nur die Schulbücher, sondern auch Laptops von der Schule zur Verfügung gestellt, wer möchte, darf den eigenen nutzen. Mit einer eigenen Schul-E-Mail-Adresse kann sich jeder Schüler in das Schul-WLAN und ein Internetprogramm für Schulen einloggen, welches zur Vernetzung sowie zur Aufgaben- und Informationsvermittlung innerhalb der einzelnen Kurse dient. Diese Laptops dürfen während des Unterrichtes genutzt werden, und nicht nur für Rechercheaufträge, sondern auch für verschiedene Lernprogramme oder zum Notieren, um Papierverschwendung zu vermeiden. Ein Großteil der Lehrer hat auch kein Problem damit, dass die Schüler während der Stillarbeit ihr Smartphone verwenden, zum Beispiel zum Hören von Musik, und auch das Serien-Streamen während des Unterrichtes ist für einige Lehrkräfte kein Problem. Dabei müssen sie natürlich auch eine höhere Eigenverantwortung der Schüler voraussetzen; die Lehrer vermitteln ihren Unterrichtsstoff, und wer nicht aufpasst, muss sich den

Stoff eben selbst beibringen. Das Resultat wird sich dann im nächsten Test zeigen.

Diese Verantwortlichkeit zeigt sich auch beim Krankmelden, denn jeder Schüler darf selbst entscheiden, ob er in die Schule geht oder nicht. Verpasst er allerdings zu viele Stunden in einem Monat, bekommt er das monatliche Schulgeld in Höhe von ca. 100 Euro, welches jeder Schüler der schwedischen Oberstufe normalerweise erhält, nicht.

Wie in Bad Kreuznach gibt es auch in Karlskrona drei verschiedene Gymnasien, die sich im Profil unterscheiden. Das Af Chapman Gymnasiet ist auf Gesellschaftswissenschaftliches und Sprachliches spezialisiert, in den anderen Schulen Ehrenvårdska Gymnasiet und Törnströmska Gymnasiet wird der Fokus auf das Künstlerische und die Naturwissenschaften gesetzt. Ich besuchte die Klasse SaBet2A (Samhällskunskap och Beteendevetenskap), was so viel wie Gesellschafts- und Verhaltenswissenschaft bedeutet. So hatte ich neben den Standardfächern Mathe, Schwedisch, Sport und Englisch noch Führungs- und Organisationskunde, Sozialkunde und Kommunikation sowie die Wahl zwischen Französisch, Spanisch, Italienisch, Russisch, Deutsch und Mandarin. Auch Psychologie wird in diesem Programm unterrichtet, allerdings in einem anderen Semester.

Leistungskurse gibt es in Schweden nicht, jedes Fach wird ein bis drei Mal in der Woche unterrichtet. Der Stundenplan jedes Schülers ist unterschiedlich, und durch die kleinere Anzahl an Fächern kann es auch durchaus passieren, dass man an drei Tagen der Woche erst ab 11.00 Unterricht hat, jeden Tag aber höchstens bis 16.00, sodass die Schüler mehr Zeit für das selbstständige Lernen und natürlich Hobbys haben. Die Stundendauer variiert dabei und auch die Mittagspausen finden zu unterschiedlichen Zeitpunkten zwischen 11.00 und 13.00 Uhr statt. Mittagessen gibt es nach Vorlage des Schülersausweises in der Cafeteria, und in einer speziellen App kann man überprüfen, was es gibt. Zusätzlich zur warmen Speise und den Getränken (stilles Wasser oder Milch) gibt es außerdem eine Salatbar sowie Knäckebrot mit gesalzener Butter, was für die Schweden eine Art Ersatzmahlzeit ist, wann immer es sonst nichts Leckeres gibt. Wenn man nach 15 Uhr noch Unterricht hat, gibt es oft noch eine Pause für die Fika, die traditionelle Kaffeepause. Diese ist den Schweden so wichtig, dass meine Führungs- und Organisationskundelehrerin uns erlaubte, bis zu einer Viertelstunde zu spät zu kommen, um diese nachzuholen. Häufig brachte sie aber auch selbst Kuchen oder



Süßigkeiten mit.

Die Schüler-Lehrer-Beziehung unterscheidet sich sehr stark von der deutschen, denn in Schweden duzen sich Schüler und Lehrer und nennen sich ausschließlich beim Vornamen. Dies und die quasi erzwungene Selbstständigkeit der Schüler führt zu einem weniger starken Abhängigkeitsverhältnis und dadurch auch zu einer ganz anderen, angenehmeren Unterrichtsatmosphäre. Durch den Verlust der Distanz, die durch das Verwenden der Höflichkeitsform erwirkt wird, bei einigen Schülern die Respektlosigkeit gefördert wird, die sich durch Arbeitsverweigerung ausdrückt, wobei dies wirklich nur einen Bruchteil der Schüler ausmacht.



Ein weiterer Unterschied zur deutschen Bildung ist die Gewichtung der einzelnen Fächer und der daraus resultierende Unterrichtsstoff. Schwedischunterricht ist mit dem Deutschunterricht vergleichbar, es werden Texte analysiert und Lektüren interpretiert, wobei die Schweden nicht ausschließlich schwedische Autoren lesen, sondern auch auf Übersetzungen der Werke von Shakespeare, Goethe und Co. zurückgreifen. Meiner Theorie nach liegt das daran, dass die einzigen wirklich bekannten schwedischen Autoren entweder Kinderbücher, zum Beispiel von Astrid Lindgren und Selma Lagerlöf, oder Kriminalromane zum Beispiel von Stieg Larson und Henning Mankell geschrieben haben oder

immer noch schreiben.

Das Niveau des Englischunterrichts ist in Schweden deutlich höher, die Schweden müssen Englisch aber auch früher lernen, weil Filme und Serien aus anderen Ländern nicht extra für sie synchronisiert werden, da sich das für die knapp 9 Millionen Schweden nicht lohnen würde. Dafür ist der Matheunterricht deutlich einfacher. So lernten wir dort in der Stufe 12 Term-Umformungen und die PQ-Formel. Trotzdem bestanden nur vier Schüler meines Kurses die Mathearbeit, und zwei davon waren eine andere Austauschschülerin und ich.

Der schwedische Sportunterricht nennt sich Idrott och Hälsa (Sport und Gesundheit), so gibt es praktische und theoretische Stunden zu Themen wie Ernährung: Allerdings gab es davon nur zwei während der Zeit, in der ich da war. In den praktischen Stunden wurde das gleiche Thema höchstens dreimal hintereinander behandelt, und auch Noten wurden kaum gemacht. Es geht eher darum, die Schüler zu verschiedenen Sportarten zu motivieren. Dabei wird auch Wert auf Outdoorsportarten gelegt, so behandelten wir in meinen ersten Stunden das Thema Orientierung, was bedeutete, dass wir miteinander im Wald ausgesetzt wurden und verschiedene Stationen finden mussten, bevor wir zum Ausgangspunkt zurückkehren konnten.

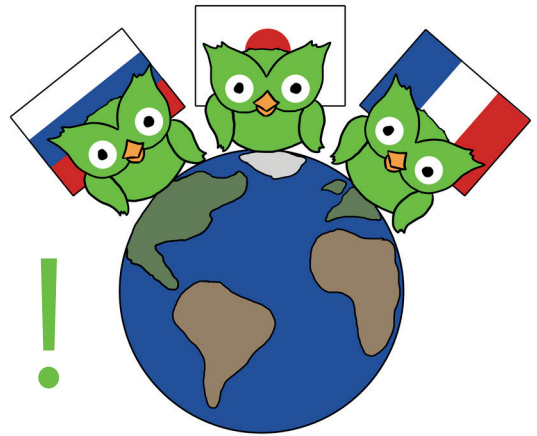
Abschließend habe ich herausgefunden, dass sich die Lernziele der schwedischen von der deutschen Schule unterscheiden. Vereinfacht gesagt, wird in Deutschland mehr Wert auf das Erlernen von Fakten und Disziplin gelegt, in Schweden auf Verantwortung und Selbstständigkeit. Diese Werte sind in der heutigen Arbeitswelt sicherlich von höherer Relevanz, besonders, da Informationen im Zeitalter von Google und Wikipedia jederzeit mit einem Klick auf dem Smartphone abrufbar sind. Ein Fortschritt in diese Richtung wäre deshalb sicher auch in Deutschland wünschenswert.

Hannah Peekhaus (MSS 13)

# Bonjour!

# こんにちは!

# Здравствуйте!



Kostenlos eine neue Sprache lernen - das klingt zu schön, um wahr zu sein. Doch nicht umsonst nennt sich Duolingo das „beliebteste Sprachlernangebot im Netz“. Es hat eine Vielzahl von Sprachen im Lehrangebot und auch das schöne Design trägt sicher zum Erfolg der Software bei. Ob Duolingo aber auch wirklich so viel bringt, wie es verspricht, wollen wir herausfinden. Dafür testet jeder von uns je vier Wochen lang das Anfängerprogramm für Japanisch, Russisch oder Französisch.

Wir benutzen Duolingo jeden Tag zehn bis 15 Minuten, entweder online im Browser oder als App bequem auf dem Smartphone. Die Features sind dabei größtenteils die gleichen, mit der Ausnahme, dass man im Browser die Möglichkeit hat, seine gelernten Vokabeln nochmal anzuschauen und sich an einem Diskussionsforum zu beteiligen. Der Sprachkurs selbst ist aber der gleiche. Die Daten werden außerdem synchronisiert, sodass man auf der Internetseite fortsetzen kann, was man in der App begonnen hat und umgekehrt.

Ein Nachteil ist, dass es für deutsche Muttersprachler bisher nur drei Sprachen zu lernen gibt. Das Angebot für englischsprachige Nutzer ist deutlich vielfältiger, hier gibt es 20 Sprachen zur Auswahl, darunter außergewöhnliche wie Walisisch, Hebräisch und Klingonisch. Wir haben also alle die englische Variante verwendet.

Die Sprache erlernt man in verschiedenen Lektionen, die sich jeweils an unterschiedlichen Themen orientieren, aber gleich aufgebaut sind. Jede Lektion beinhaltet mehrere kurze Einheiten, die neue Vokabeln zu dem jeweiligen Thema vermitteln. Eine Einheit besteht aus verschiedenen Übungsformen wie Lückentexten, Übersetzungen, Aussprachetraining und Hörverstehen. Da die meisten Worte vorher unbekannt sind, ist der Nutzer auf Raten oder auf die Erschließung durch

den Kontext angewiesen. Das kann zu Beginn ungewohnt sein und zu häufigeren Fehlern führen, aber man gewöhnt sich relativ schnell an dieses Konzept.

Pro Einheit muss eine bestimmte Anzahl von Übungen gemeistert werden, um diese dann abzuschließen. Bei Fehlern wird eine Übung solange wiederholt, bis diese erfolgreich gelöst wurde. Für eine abgeschlossene Einheit erhält man dann sogenannte Lingots. Das sind „Diamanten“, die als Ansporn dienen sollen und im Shop gegen Goodies, wie zum Beispiel neue Kleidung für den eigenen Avatar getauscht werden können. So gestaltet sich das Sprachenlernen durch den spielerischen Aspekt interessanter.

Die Übungen selbst sind recht abwechslungsreich und nicht zu schwer umgesetzt. In jedem Tag einige Minuten Duolingo einzubauen, ist daher kein Problem. Bisher gelernte Inhalte werden auch immer geschickt als Wiederholung in die neuen Lektionen eingebaut. Daneben gibt es auch noch eine externe Wiederholungsfunktion, mit der die bereits bearbeiteten Lektionen per Zufallsverfahren verinnerlicht werden können. In der Browser-Version gibt es bei Grammatik-Einheiten außerdem eine Funktion, die detaillierte Erklärungen, Verbkonjugationen und Erläuterungen anzeigt. In der mobilen Version fehlt das leider noch.

Das herausstechende Merkmal von Duolingo ist das liebevolle Design. Es ist sehr detailliert und anschaulich durch verschiedene Illustrationen gestaltet. Es gibt zum Beispiel viele verschiedene Avatare, die Sätze sprechen oder schöne Illustrationen passend zu den neuen Vokabeln. Alle Wörter und Sätze sind zudem vertont, was die sichere und korrekte Aussprache erleichtert. Zwar spricht hier eine Computerstimme, dennoch klingt die Stimme relativ natürlich.

Ein tolles Feature von Duolingo besteht auch darin,

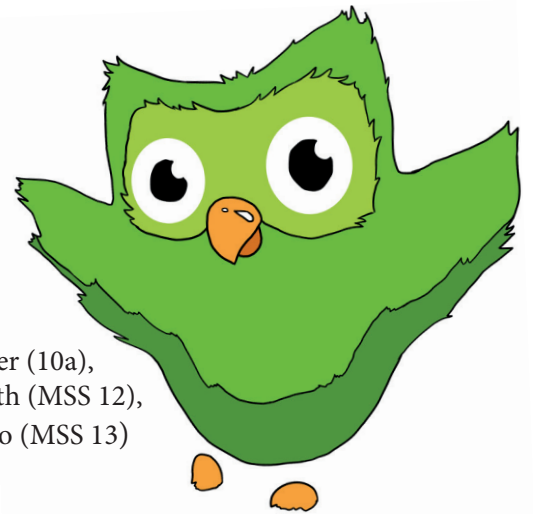


dass die Software sehr großzügig bei der Bewertung ist. So werden kleine Rechtschreibfehler verziehen und auch andere Fehler nicht direkt als solche angerechnet. Man kann sogar den eigenen Lösungsvorschlag im Forum diskutieren lassen, sodass dieser möglicherweise in die Liste der gültigen Antworten aufgenommen wird. Das ist vor allem sehr hilfreich, wenn man diese Sprache bereits etwas länger erlernt und kompliziertere Übungen macht.

Das Preis-/Leistungsverhältnis von Duolingo ist natürlich unschlagbar, da es kostenlos ist, keine In-App-Käufe oder Pro-Versionen beinhaltet und (zumindest die englische Version) eine sehr große Auswahl an Sprachen besitzt. Es gibt es kaum eine Software, die in diesem Punkt mithalten kann. Dazu muss gesagt werden, dass es sich bei diesem Programm aber wirklich um simples Englisch handelt, das bereits von Mittelstufenschülern sehr leicht verstanden werden kann.

In den vier Wochen, in denen wir täglich je 10 bis 15 Minuten Japanisch, Russisch beziehungsweise Französisch lernten, haben wir bereits einige Fortschritte gemacht und können schon in der jeweiligen Sprache kommunizieren. Es macht Spaß, die Bedienung ist einfach, die Lektionen sind gut für zwischendurch geeignet und es ist zugleich auch sehr vielseitig. Das Sammeln

von Punkten und Lingots sorgt für genug Motivation und man kann die Lernfortschritte mit Freunden vergleichen. Für fortgeschrittene Lerner lohnt sich die App aber eher, um nicht aus der Sprache herauszukommen. Denn die Inhalte sind simpel gehalten und es bräuchte andere, anspruchsvollere Methoden, die dieses Programm bisher noch nicht bietet. Allerdings soll dieses Problem in naher Zukunft behoben werden, um Duolingo auch für Fortgeschrittene attraktiver zu machen. Macht euch also gefasst auf drei zukünftige Japanisch-, Französisch- oder Russisch-Profis.



Wiebek Lehner (10a),  
Franziska Höth (MSS 12),  
Elisa Colombo (MSS 13)

VISIT [DEANANDDAVID.COM](http://DEANANDDAVID.COM)

SOOO FRESH  
TO MEET YOU!



dean&david Store Bad Kreuznach  
Kreuzstraße 6

dean & david  
fresh to eat



# Schönheit *ist* *relative*

Zeitschriften und auch das Internet geben uns ein bestimmtes Schönheitsideal vor, dem wir entsprechen sollen. Nach dem Motto „Wenn man nicht dünn ist, ist man nicht schön!“, veröffentlichen große Zeitschriften wie die Vogue oder die Sports Illustrated jeden Monat ihre Hefte. Die gephotoshopten Covermodels nehmen sich viele Mädchen als Vorbild und wollen genauso aussehen wie sie.

Fehlendes Selbstbewusstsein, Unsicherheit und der ständige Druck und Stress von außen tragen dazu bei, dass sie sich runterhungern, um so auszusehen wie die anscheinend perfekten Models. Doch wieso gibt es überhaupt Selbstzweifel? Die Antwort ist einfach: Wir wachsen schon damit auf. Unterbewusst werden uns schon als Kleinkind Schönheitsideale durch Barbiepuppen, Pollypocket etc. eingeflößt. Es ist nun mal Fakt, dass die Barbiemaße unmöglich zu erreichen sind. Der Grafiker Nickolay Lamm hat es der österreichischen Zeitschrift Woman so erzählt: „Natürlich handelt es sich bei Barbie nur um eine Puppe. Aber die Medien sind voller Berichte über dürre Models- und wie dieses Schönheitsideal zu Essstörungen bei Mädchen führen kann. Ich finde, dass auch eine Puppe, mit der Millionen kleiner Mädchen spielen, offen für ihr krankes Idealbild kritisiert werden darf.“ Ist man wirklich glücklicher, wenn man dünn und abgemagert ist? Ganz klar, gesund ist es mit Sicherheit nicht. Außerdem, Krankheiten drücken auf die Psyche und führen zu Depressionen. Wenn Frauen nicht lernen, mit sich selbst zufrieden zu sein und keine Selbstzweifel zu haben, werden sie sich nie in ihren Körpern wohl fühlen, egal wie dünn sie sind. Mädchen nehmen sich selbst immer dicker wahr, als sie eigentlich sind. Es lässt sich so einfach sagen, dass man mit seinem Körper zufrieden sein muss. Aber im Endeffekt ist es doch immer anders, auch wenn es schwer zuzugeben ist. Entweder sind es die Oberschenkel oder der Bauch oder die Oberarme oder andere Körperteile. Doch in unserer oberflächlichen Internetgesellschaft ist es vielen Menschen gar nicht möglich, genug Selbstbewusstsein zu entwickeln.

Vor allem auf den Socialmedia-Plattformen, wie Facebook, Instagram oder Snapchat, werden Menschen aufgrund ihres Aussehens gemobbt und diskriminiert. Allerdings ist es einfach, sich hinter einem Handy zu verstecken und andere Leute runterzumachen. Für solche Fälle gibt es zwar die Möglichkeit, User zu melden, doch es müssen immer mehrere Beschwerden eingehen, bis ein Account gesperrt wird. Also kann man als Einzelner fast nichts gegen Cybermobbing unternehmen.

Neuester Trend auf den Socialmedia-Plattformen sind sogenannte Challenges, die wirklich problematisch sind. In einer Challenge geht es zum Beispiel darum, sich ein DIN A4 Blatt längs vor den Bauch zu halten und dann dünner zu sein als das Blatt. Ernsthaft?! Ist so etwas wirklich notwendig? Mit solchen Challenges und Hypes werden die Leute verrückt gemacht und so denken dann die jüngere Generationen, dass sie solchen Schönheitsidealen entsprechen müssen. Es ist wie ein Kreislauf, doch die Mitläufer werden immer jünger. Schon mit sechs Jahren besitzen Kinder ein Smartphone und wachsen geprägt von schlanken Models, XXXXS-Trends, Silikon und Botox auf.

Es kommt nicht darauf, an wie dünn man ist! Schönheit ist relativ! Jeder hat eine andere Wahrnehmung von Schönheit. Manche mögen kurzes Haar lieber, andere langes. Manche mögen Kurven, andere nicht. Ashley Graham zum Beispiel ist ein Plus-size-Model aus den USA und war schon auf dem Cover der Sports Illustrated. Sie setzt sich dafür ein, dass andere sich in ihren Körpern wohlfühlen. Zu solchen Personen sollte man aufblicken und sie sich als Vorbild nehmen. Du bist schön, wenn du dich selbst akzeptierst.

Luisa Charlotte Göhl (9a)

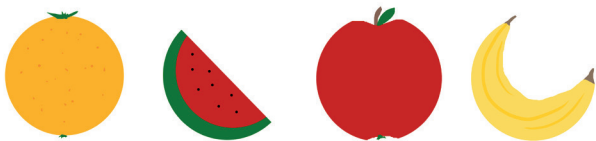
# ANOTHER KIND OF FAIRY TALE

## STILL A BETTER LOVE STORY THAN TWILIGHT

### Episode I: Me and my fruit salad

A few months ago, I started a relationship with my fruit salad. We got together while I was in the basement of my house, during a party my friends and I held. We have a gigantic party room in the basement, so I often have parties there. It was noisy and there were a lot of people. But that event was different than any other event. That evening changed my whole life.

At the party, there was a very attractive guy. Our eyes met, but I was only interested in the fruit salad. It looked so delicious that I just couldn't stop thinking about eating it. I never saw something so wonderful and lovely in my whole life. If we got together, my life would become much better. I wondered why I suddenly liked it that much. I constantly looked at it and I often came close to it, but I didn't realize yet how wonderful it was. Ok, maybe the fruit salad wasn't that special, but I didn't realize that since I was so excited due to our wild party.



Suddenly I didn't take notice of the music and the other guests anymore. I fell into an almost hypnotic state of mind, took a spoon and walked toward the prettiest fruit salad in the world. Then I tried a juicy spoonful of it and closed my eyes. It tasted so good, everything was perfect. I tasted the strawberries, bananas, grapes, apples and oranges in my mouth. It was so fruity that I got goose bumps on my whole body. I heard my best friend saying: Marlene, you will regret this, please stop! But I didn't care about anyone or anything, I just had eyes for this sweet fruit salad. My fruit salad. My friends

laughed at me, but I couldn't hear them. The only thing I noticed was the great fruit salad in my mouth.

After a long, long time full of love, the bowl of fruit salad was empty. It was late and the party was over. I went to bed, fell asleep instantly and dreamed about my fruit salad.

One week later, my mother prepared new fruit salad. Since the evening of the party, I hadn't eaten any more fruit salad and by then I could enjoy it to the fullest. I was so happy.

Today I still love it as much as on the first day we met. We do everything together. The fruit salad goes to school with me. In the break, I always eat it. Sometimes, we just can't separate. Then I am a rather bad student and eat it in the lesson. This is not because I want to enrage the teacher, I just love my fruit salad so much. And when I come home, the first thing I do is keeping my biggest love safe and putting its leftovers in the fridge. We have been in a very close relationship since February. I was really involved with it. My fruit salad has the biggest heart, a great character and I can laugh with it about everything. And sometimes we are literally forced to break behaviour rules by our passion for each other, and in these moments it even occurred that I ate it during English lesson. But we do this because we really have no choice. My heart breaks whenever I can't eat it. This is the story about me and my fruit salad.

### Episode II: Me and my phone

I made a big mistake. I always think about it and I really don't know if my decision was right. I have difficulties describing my feelings in words, but I am going to

try. So here is my story.

It was August when my life became a real mess. I was still in a serious relationship with my fruit salad and I enjoyed it. We promised each other to stay together until we die. It felt like my one true love.

But I only can prepare and eat it. It is always the same and even if I'm truly happy with my fruit salad, sometimes spending time with it gets really boring. And then there is my phone.

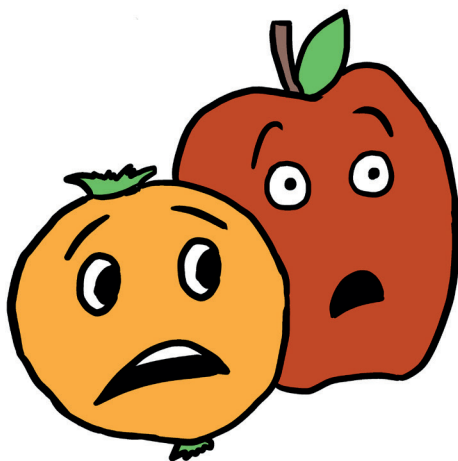
When I was in sixth grade, my mom bought me a smartphone. We've been best friends ever since. By now, I'm not quite sure how I feel about it anymore. However, it seems a lot like love as well. My phone is so resourceful; I am able to make much more use of it than with fruit salad. It is incredibly smart, I can ask any question and my phone always knows the answer. And this is just one skill of endlessly many others. It never gets boring because there's so much it has to offer. And whenever preparing and eating fruit salad gets old, my phone is always there for me and I can play games on it. I can even text my friends while I spend time with my phone. It's so cool! With my phone I can post pictures to social media networks, listen to music, watch movies and sometimes I learn for school with its help.

So I made a decision. I eat fruit salad every morning because I still love it. And when I've made it completely disappear into my stomach, I turn on my phone and enter the passcode so that my phone knows that it's me who uses it – and no stranger. Then I play games or flip through posts on social media. This is a lot of fun. I know it's wrong to cheat when you are in a relation-

ship, but I think there are times I'm happier with my phone than with my fruit salad. But I just can't break up with fruit salad because my heart beats for it nearly as much as for my phone! I truly love my fruit salad but I there are so many different things I can experience with my phone.

But I was so stupid! I didn't know that the yet unprepared fruits could see me using my phone. Of course, the fruit salad was in my stomach, but the other fruits like for example apples and bananas that were still laying on the table could see me. They were very shocked about me spending so much time with something else, but my phone protected me. It showed my whatsapp chats to the fruit salad, as well as some games and social media, so that it could see that there's nothing serious to worry about. But what my phone didn't show to the fruit salad were the dirty text messages full of love. So I still had a bad conscience. I decided to be honest and told the fruit salad the truth. It was very upset, and so was I because seeing my fruit salad suffering had broken my heart. But the fruit salad also felt that spending time together was boring. In consequence, it was a relief for both of us to keep some distance. We are still friends and I'm in love with my phone. It comforts me whenever I'm sad and it is there for me when I'm alone. Sometimes I still think about the fruit salad but I know I couldn't be happy with it. My phone is the best partner and everything feels perfect.

Mara Hampel (9c)



# Wenn Essstörungen zum Trend werden

**Beim Blick in den Kühlschrank ist heutzutage auch nicht mehr der Blick auf die Kalorienangabe wegzudenken. Dies liegt vor allem an falschen Körperidealen...**

Jeder hat doch bestimmt schon einmal in den Spiegel geschaut und etwas gesehen, was er an sich selbst nicht schön findet. Solche Komplexe sind bei einigen stärker, bei anderen schwächer ausgeprägt. Doch heutzutage fühlen sich viele Menschen in ihrem Körper nicht wohl, sondern betrachten ihn als ein hässliches Etwas, in dem sie für den Rest ihres Lebens gefangen sind. Dies kann einerseits zu selbstzerstörerischen Maßnahmen führen, andererseits winkt aber ein großes Geschäft für die Lebensmittelindustrie. Unsere Welt wird beherrscht von Waagen, Kalorien, Diätplänen und Flat-Tummy-Tee.

Doch woher kommt diese Besessenheit vom eigenen Aussehen?

Im Zeitalter der Globalisierung von Massenmedien ist ein Typ Mensch beziehungsweise Frau überall abgebildet und zu sehen: Groß, schlank, lange Beine, flacher Bauch, große Oberweite, wallendes Haar und Zahnpastalächeln. Ob Influencer auf Instagram, Snapchat oder YouTube, ob High-Fashion-Model auf den Laufstegen, oder als Cover von Magazinen wie Vogue, Harper's Bazaar oder ähnlichem, um uns herum herrscht eine Fülle von Maßstäben, wie du denn aussehen solltest. Doch selbst das Mädchen auf dem Cover sieht im wirklichen Leben nicht aus wie das Mädchen auf dem Cover. Diese Abbildung ist auf dem Computer mit Photoshop entstanden, also existiert diese Idealform des äußerlichen Seins gar nicht. Wir versuchen also alle fragwürdigen Schönheitsideale zu reproduzieren.

Photoshop und Co. sind nicht nur für die Konsumenten ein Problem, sondern auch für die abgebildeten Models. Viele stehen bereits mit 14, 15, 16 Jahren das erste Mal vor der Kamera, also ist es natürlich, dass sich ihr

Körper durch die Pubertät im Laufe der Zeit verändert. Um jedoch so schlank und zierlich wie eh und je zu bleiben, entwickeln viele Models Essstörungen oder ein ungesundes Diätverhalten. Ein „Plus-Size“-Model berichtete anonym in der Dokumentation „Embrace“ von ihren eigenen Erfahrungen: „Ich bekam Depressionen und Angstzustände, weil ich meinen Körper gehasst habe. Ich verließ mein Zimmer nicht mehr und quälte mich damit, Frauen in Magazinen anzuschauen. Ich wollte eine Essstörung haben. Ich wollte magersüchtig werden und dünn sein. Im Modegeschäft stehen Frauen sehr unter dem Druck, dünn zu bleiben.“ Dazu passt die berühmt berüchtigte Aussage des ehemaligen CEOs von Abercrombie & Fitch, Mike Jeffries, bezüglich der Frage, warum sie keine Übergrößen führen: „Viele Leute gehören nicht in unsere Klamotten. Sie passen einfach nicht zu uns. Darum stellen wir auch nur gutaussehende Mitarbeiter in unseren Geschäften an, denn gutaussehende Leute ziehen andere attraktive Leute an. Abercrombie ist nur interessiert an attraktiven Leuten mit Waschbrettbauch, die aussehen, als würden sie gleich surfen gehen.“

Das anonyme „Plus-Size“-Model meinte dazu, dass sie Models gesehen habe, die Backstage ohnmächtig wurden; die Wattebällchen essen, um sich satt zu fühlen. Außerdem redeten alle fast nur über Essen und seien total besessen davon.

Eine junge Frau mit Anorexia meinte dazu: „Man hat das Gefühl, etwas geschafft zu haben, wenn man nichts isst und dann wird man immer härter zu sich selbst. Du isst immer weniger und trainierst immer mehr, wofür dir eigentlich die nötige Kraft fehlt. Du solltest nicht so leben, denn niemand sollte sich zu Tode hungern, um wie ein Mensch auf Instagram auszusehen. Wenn man immer genauestens darauf achtet, was man tut, frisst es dein Leben auf.“ (Quelle: „Embrace“ (2016)). Doch leider gibt es heutzutage viel zu viele Möglichkeiten, sich Inspirationen im Internet einzuholen, wie zum Beispiel mit dem Hashtag #thinspiration. Pro-Anorexia und Bulimie Webseiten werben mit Sprüchen wie „Skip dinner, end up thinner“, „one moment on the lips, five months on your hips“, oder „get a grip, put down the



chip“ (Quelle: [www.myproana.com](http://www.myproana.com)).

Wenn Mädchen heutzutage einmal die Verpackung umdrehen und die Kalorienzahl kritisch begutachten, gibt es kein zurück mehr. Fett, Zucker, Kalorien, alles s c h w i r r t in seinem Kopf herum, es tauchen Gedanken auf, wie zum Beispiel: „Was esse ich denn gerade eigentlich? Wie gut ist das für meinen Körper? Wieviel wiege ich, wenn ich das jetzt esse? Warum möchte ich das überhaupt essen, das hat doch viel zu viele Kalorien???“

Und genau dort liegt der Fehler und der mögliche Ursprung einer Essstörung: Durch den Versuch die Kalorien zu reduzieren und das Gewicht durch hungern zu beschränken, hat der Körper viel zu wenig Energie,

um durch den Tag zu kommen. Also liegt man dann entweder auf der Couch, oder gibt sich seinen Hungerattacken hin und isst letztendlich irgendetwas, das schlecht für den Körper ist, wie zum Beispiel Süßigkeiten. Fünf Minuten später überkommen einen dann große Schuldgefühle und man versucht sich an 50 Sit-Ups.

Essstörungen sind eine Kopfsache, denn bedingt durch eine gestörte Körperwahrnehmung entstehen seelische und psychische Störungen, die in den meisten Fällen zur sogenannten „Anorexia Nervosa“ führen. Die meisten Erkrankten nehmen sich trotz ihres Untergewichts als zu dick wahr, wobei ihr Selbstwertgefühl auch oft von Ereignissen und Leistungen in der Schule

oder im Beruf, im Hobby und im Privatleben abhängt. Bei der Anorexia Nervosa gibt es zwei verschiedene Typen: der restriktive Typus, bei dem die Nahrungsaufnahme verweigert wird, sowie den Purging-Typus, bei dem der Gewichtsverlust zusätzlich durch gezwungenes Erbrechen herbeigeführt wird.

Die Aussage, dass Frauen falschen Idealen folgen, wird durch die Statistik, dass 90% aller Anorexia- oder Bulimie-Fälle weiblichen Geschlechts sind, gestützt.

Wenn du deinen Körper nicht magst, beeinträchtigt das jeden Lebensaspekt: Familie, Schule, Arbeit, Beziehungen und Freunde. Dies ist ein weiterer Faktor, der die oben genannten Folgen nach sich zieht, beziehungsweise verstärkt, denn viele junge Mädchen sind so darauf fokussiert, unzufrieden mit sich selbst zu sein, dass sie sich auf nichts anderes mehr konzentrieren können. Mehr als 50% der Fünf- bis Zwölf-Jährigen wollen abnehmen. Dies hängt bestimmt mit der immer früheren Auseinandersetzung mit den Inhalten sozialer Medien zusammen, da Kinder heutzutage immer früher ein Smartphone besitzen. Man könnte jene Medien also eher als asoziale Netzwerke beschimpfen, da die Folgen des ständigen Vergleichens und das Verfolgen von physisch sowie psychisch unerreichbaren Zielen nicht viel mit dem Begriff „sozial“ zu tun haben.

Wer besonders davon profitiert, sind die Diät-Branche und die Lebensmittelindustrie. Sie verdienen jedes Jahr Milliarden Dollar mit Essensplänen, Kalorienkuren, Smoothiedetox oder Fit-Tea, obwohl Studien zeigen, dass über 90% der Diäten nichts bringen. Eine Diät, welche besonders beliebt unter Jugendlichen ist, nennt sich FDH, also „Friss-die-Hälfte“. Auf den ersten Blick klingt das nach einer wunderbaren Lösung, da man nicht seine Essensgewohnheiten aufgeben muss, sondern lediglich die Portionen halbiert. Andererseits entstehen Nährstoffmängel und es kann zu Konzentrationsverlust, müden Muskeln und Heißhungerattacken führen, vor allem wenn man in Kombination mehr Sport betreibt.

Letztendlich läuft es doch immer gleich: Am Anfang einer Diät ist man voller Hoffnung, weil man sich über Teilerfolge und auf das Endergebnis freut und wirklich weniger essen will. Doch ohne ausreichende Kalorienzufuhr muss der Körper ständig an Essen denken, nimmt Gerüche stärker wahr und man würde die Diät gerne abbrechen. Unser Körper sorgt dafür, dass man sich weniger mit anderen Dingen beschäftigt, damit man sich darauf konzentriert, eine Mahlzeit zu beschaffen. Er ändert sogar den Geschmackssinn, damit

eine größere Bandbreite von Geschmacksrichtungen plötzlich interessant wird und man alles essen würde, nur um Kalorien aufzunehmen. Der Körper kann aber auch den Stoffwechsel herunterfahren, damit man weniger Energie verbraucht. Obwohl man also weniger isst, sorgt die Diät dadurch dafür, dass man zunimmt. Wir denken gar nicht daran, wie unglaublich unser Körper ist und was er alles leistet, sondern hängen uns immer an dieser einen kleinen Sache auf, nämlich dem Gewicht.

Es ist Energieverschwendung, dass alle sich ständig immer nur fragen, wie sie aussehen, anstatt etwas zur Destruktion der falschen Ideale unserer modernen Gesellschaft beizutragen. Das ist alles eine Kopfsache, denn wenn man sich wegen etwas unsicher fühlt, merken es die Leute um dich herum. Aber wenn man einfach dazu steht, wie man ist, dann ist es den anderen egal, denn heutzutage ist jeder doch nur mit sich selbst beschäftigt. Wir feiern einfach nicht genug die Körpervielfalt, Ethnizitäten, Körperformen, Gliedmaßen, all die verschiedenen Formen des Seins, die wir hier auf der Erde haben. Es ist unglaublich, denn kein Körper ist wie der andere und all diese kleinen Details erzählen deine Geschichte und machen dich einzigartig. Liebe deinen Körper, so wie er ist, denn er ist der einzige, den du hast! Und warum solltest du dich über deinen so wunderbaren und so wunderschönen Körper

beschweren?

Wir sind die Generation, die alles ändern kann. Wir können selbst definieren, was wahre Schönheit ist. Wie es ist, sich in seiner eigenen Haut wohl zu fühlen. Wie es ist, ein positives Körperbild zu haben. Doch wir müssen heute, hier und jetzt damit anfangen uns nicht die Handschellen falscher Ideale aufbinden zu lassen, sondern dagegen kämpfen, indem wir uns selbst akzeptieren. Es fängt damit an, dass Leute ihre Geschichte erzählen und sich austauschen, wie sie ihre eigene Scham vor der Selbsttoleranz überwunden haben und aber auch alle anderen akzeptieren, wie sie sind.

Ab und zu werden Leute in deinem Leben dir sagen, dass du dich ändern musst, dass du nicht gut genug bist, so wie du bist - aber das musst du nicht. Der Sinn deines Lebens ist nicht ein Schmuckstück zu sein, sondern etwas zu tun, zu fühlen, zu erreichen und beizutragen.

Verschwende keinen Tag deines Lebens, um gegen deinen Körper zu kämpfen, sondern kämpfe mit ihm zusammen gegen dieses falsche Bild überall und die falschen Vorstellungen. Mir ist es egal, wie kitschig das jetzt klingt, aber: Liebe dich selbst!

Wiebke Lehner (10a)

**ROTTMANN**  
**BUCHHANDLUNG**

Wer liest, hat  
mehr vom Leben ...

huthwelkersart

Bad Kreuznach · Mannheimer Straße 167  
Fon 0671 / 300-58 · Fax 0671 / 300-60  
email: rottmann-buchhandlung-kh@t-online.de

Simmern · Schulstraße 14  
Fon 06761 / 2438 · Fax 06761 / 2478  
email: rottmann-buchhandlung@t-online.de

# Soll unsere jetzt verkürzt

Unsere Mittagspause: für manche zu kurz und für manche nie lang genug. Die Verkürzung der Mittagspause ist eine Frage, die sich schon seit längerem innerhalb der Schülerschaft kursiert. Ob diese Verkürzung Sinn ergibt, ist diskutabel, jedoch überwiegen für mich die Vorteile.

Wenn man sie auf 65 Minuten verkürzen würde, hätte man über die Woche, eine ganze Stunde oder 3600 Sekunden weniger Zeit in der Schule zu verbringen, vorausgesetzt man hat täglich Nachmittagsunterricht. Das ist nicht nur deshalb gut, weil man nicht gerne in der Schule ist, sondern man hat auch eine Stunde mehr Freizeit zur Verfügung, die man zum Lernen oder zum Ausführen von Hobbys nutzen kann. Die Busfahrzeiten würden mit dieser Verschiebung nicht weiter verschlechtert, denn unsere Schlusszeiten würden dann zwar mit denen des Stamas nicht mehr übereinstimmen, jedoch mit denen des Rökas, somit können größere Komplikationen vermieden werden.

Ein wichtiges Argument für die Erhaltung der Länge sind natürlich die AGs, jedoch brauchen die AGs, in denen ich bisher war, meist nicht die volle Länge der Mittagspause. Auch die Zeit zum Essen ist noch ausreichend, denn für einen Döner brauchen die wenigsten eine Stunde. Natürlich will man die Zeit ja auch noch produktiv nutzen, nur wo? In den Aufenthaltsräumen? Die sind entweder zu voll oder zu laut zum effektiven Arbeiten. In der Bibliothek gibt es zwar Bücher, wer hätte es gedacht, und vier Computer, die aber ab und zu mal streiken. Wenn man also ein Referat vorbereiten soll, hat man entweder das Glück einen eigenen Rechner zu besitzen, da die von der Bibliothek meist von anderen Schülern besetzt sind oder man geht leer aus. Durch die Verkürzung ist es stattdessen möglich, nach der Schule von zuhause aus zu arbeiten oder Hausaufgaben zu machen.

Die lange Pause ist zwar auf den ersten Blick toll, aber es gibt definitiv auch viele Schattenseite: Wer kennt es nicht: Die Pause ist fast zu Ende, aber ihr habt absolut

keine Lust auf Unterricht. Das könnte daran liegen, dass ihr das Fach einfach nicht mögt – oder an der langen Unterbrechung. Der Körper gewöhnt sich an lange Pausen, entspannt sich und ist nach einer erholsamen Auszeit mit Döner oder REWE-Produkten nicht direkt bereit für Unterricht. Durch die kürzeren Pausen ist man konzentrierter und motivierter, es sei denn, es ist gerade euer Hassfach, aber ihr liebt natürlich jede Art von Unterricht. Durch kürzere Pausen hätten auch die Lehrer mehr Spaß am Unterrichten, denn diese sind nur selten glücklich über unmotivierte Schüler. Das lässt nicht gerade ein gutes Unterrichtsklima entstehen.

Eine weitere Frage, die sich stellt: Sind so lange Pausen überhaupt sinnvoll? Die Antwort ist: Nein! Untersuchungen zeigen, dass mehrere kurze Pausen effektiver sind als eine megalange. Die Probleme einer langen Pause dürften jetzt klar sein. Generell bringen viele kürzere Pausen mehr als wenige lange. Nach einer Stunde empfehlen Ärzte eine kleine Unterbrechung, in unserem Fall sind das die 5-Minuten-Pausen. Diese müssen aber auch richtig genutzt werden, zum Beispiel zu kurzen Dehnübungen oder zum Frische-Luft-Schnappen. Man sollte lernen, Pausen richtig zu nutzen, das wird auch im späteren Leben helfen.

Und noch etwas, es gibt einen Spruch, der lautet „Ple-nus venter non studet libenter“ oder auf Deutsch: „Ein voller Bauch studiert nicht gerne.“ Durch das Essen in den 5-Minuten-Pausen wird man müde, da der Körper mehr Kraft braucht, um das soeben Gegessene zu verdauen. Kurze Pausen reichen, wenn man sie richtig nutzt. Mit der ersparten Zeit kann man seine eigenen Interessen verfolgen, zum Beispiel sportliche Aktivitäten oder andere Hobbys. So hat man wesentlich mehr Möglichkeiten zur Selbstbestimmung. Wer das nicht begreifen will, hat das Prinzip von Schule nicht verstanden und sollte seine eigene Arbeitsweise vielleicht mal überdenken.

Jonathan Schild (MSS 12)



# Mittagspause werden?

Die Mittagspause ist lang, ja. Ziemlich lang sogar. Sie bedeutet für viele Schülerinnen und Schüler jeden Tag 80 Minuten Warten auf die nächsten Unterrichtsstunden. Oder auch 4.800 Sekunden Langeweile. Ja, die Mittagspause ist um 50 Minuten länger als die gesetzliche Pausenzeit für Berufstätige. Und doch wäre eine Verkürzung unserer Mittagspause hier am LiHi nur eines: Völliger Unfug!

Denn um die Pausenzeiten tatsächlich wirksam abändern zu können, muss erst die Zustimmung der Gesamtkonferenz erreicht werden. Hinzu kommen weitere Schwierigkeiten: Nicht nur haben beispielsweise Stama und LiHi identisch aufeinander abgestimmte Unterrichtszeiten, auch die Busunternehmen müssten sich auf weitreichende Änderungen ihres Fahrplans einlassen. Und für ländliche Gebiete, in die nun einmal nur zwei Busse am Tag fahren, würde eine Pausenzeitenänderung für viele Schüler bedeuten, nicht mehr nach Hause zu kommen. Denn während irgendwann gegen Abend auch das letzte Licht am LiHi ausgeht, muss der aus Sommerloch kommende Schüler noch immer auf seinen Bus warten, der früher doch immer so zuverlässig nach der zehnten Stunde kam. Die endet um 17.30 Uhr. Zu spät, sagen Befürworter der Mittagspausenverkürzung. Doch manchmal fragt man sich wirklich, was sich diese teils doch recht naiv denkenden Aktivisten denn unter einer Verkürzung vorstellen. 15 Minuten? Dann wäre die Mittagspause nur noch 65 Minuten lang, die siebte Stunde würde um Punkt 14 Uhr beginnen und die zehnte Stunde wäre um 17.15 Uhr zu Ende. Lohnt sich all der bürokratische Aufwand wirklich, nur um 15 Minuten früher zu Hause zu sein? 15 Minuten mehr Arbeitszeit am Schreibtisch zur Verfügung zu haben?

Nun gut – es muss radikaler gedacht werden! Verkürzen wir die Mittagspause um eine halbe Stunde auf nur noch 50 Minuten. Aber Moment mal, war da nicht noch etwas? Ach, richtig, die knapp 30 AGs, die regelmäßig und an allen Wochentagen in der Zeit zwischen Döner, Pizza und Vokabeln stattfinden. Die

müssten dann drastisch gekürzt werden oder ihre Arbeit ganz einstellen. Aus meiner Sicht ist es aber nicht zu akzeptieren, dass genau die Arbeit, die unsere Schulgemeinschaft ausmacht – und das ist ganz sicher nicht das aufgezwungene Referat im Biounterricht, sondern das freiwillige Engagement vieler Schüler in den Arbeitsgruppen mit teils beachtlichen Ergebnissen – in ihrer wertvollen Zeit beschränkt werden. Gut möglich, dass für all die Wunschdenker da draußen nicht zu begreifen ist, wie man die unerträglich lange Mittagspause auch noch sinnvoll nutzen kann! Sinnvoll! Nutzen!

Und wer wirklich die Kürzung der Mittagspause fordert, der sollte sich doch im Klaren sein, dass es eine Vielzahl an Kreuznacher Schülern gibt – ja, die existieren unter all den Bockenauern und Windesheimern tatsächlich noch – die in der Mittagspause in den Bus springen, um zu Hause Muttis Mittagessen hinunterzuschlingen, um nur kurz darauf in panischer Hektik wieder in die Schule zu flitzen, in der Hoffnung, die siebte Stunde noch nicht verpasst zu haben. Allein schon aus Rücksicht auf die Mitschüler könnten die Befürworter der Verkürzung eigentlich verstummen.

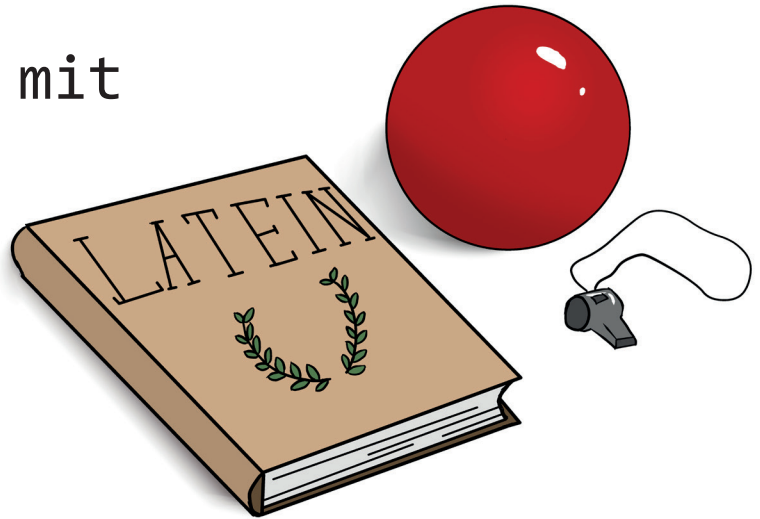
Tun sie nicht... Weil sie sich vielleicht Visionen setzen, die dann später doch nicht so großartig sind wie noch in der Theorie. Und vor allem: Weil sie keine Konsequenzen ihres Handelns berücksichtigen, nur um ihre eigenen Interessen durchzusetzen – zum Preis eines Konflikts zwischen den Schulen, mit Busunternehmen... und auch mit dem eigenen Gewissen, spätestens zu dem Zeitpunkt, wo einem auffällt, wie schnell 15 oder 20 Minuten doch wirkungslos vorbeistreichen.

Leute! Die Mittagspausenverkürzung bringt ihr eh nicht durch! Und falls doch, so ist damit trotzdem niemandem so richtig geholfen. Meine verdiente Mittagspause werde ich in Zukunft nicht mit solchen doch recht kurzsichtigen Gedanken verschwenden. Dafür sind mir meine 80 Minuten nur eines: Viel zu kurz!

Leon Pollok (MSS 13)

# Schulpsychologie mit Vier in Latein

*Herr Blaschke  
im Interview*



***OUTBREAK: Sie sind einer der beliebtesten Lehrer an dieser Schule und haben teilweise schon eine Art Fanclub. Woran liegt das Ihrer Meinung nach?***

BLASCHKE: (Lacht) Was weiß ich, wahrscheinlich, weil ich Schüler mag.

***Waren Sie schon immer gut in Latein?***

Nein, ich war mal schlecht in Latein, das heißt Vier. Das hat sich durch meinen letzten Lateinlehrer geändert, der uns erstens das Lernen beigebracht hat und zweitens hat der Unterricht bei ihm auch Spaß gemacht.

***2020 gehen Sie in den Ruhestand, freuen Sie sich darauf?***

Ich gehe mit gemischten Gefühlen. Ich bin extra nicht in Altersteilzeit gegangen, weil ich voll durcharbeiten möchte. Andererseits freue ich mich auch darauf, andere Sachen zu machen. Ich überlege noch, ob ich etwas schreiben oder eine Sprache lernen werde. Ich könnte mir vorstellen, lateinische Fachliteratur zu verfassen oder eine Sprache zu lernen, bei der ich mir eine neue Schrift aneignen müsste.

***Verzweifeln Sie heute an den Schülern mehr als früher?***

Nein, es hat sich viel geändert. Die Entwicklung hat die Schüler verändert und uns natürlich auch. Diese Veränderung bringt Positives, aber auch Negatives mit sich. Was wir früher an Problemen hatten, ist heute nicht mehr so vorhanden, dafür haben wir neue Schwierigkeiten. Früher musstest du eher die Schüler

vor ihren Eltern in Schutz nehmen: Einmal musste ich einem Vater die Hand festhalten, sonst hätte er sein Kind vor mir vermöbelt. Sowas würde es heute nicht mehr geben, aber heute hat man andere Probleme.

***Wenn Sie nicht Latein- und Sportlehrer geworden wären, was hätten Sie stattdessen unterrichtet?***

Es gab nur die beiden Fächer für mich, aber ursprünglich wollte ich gar kein Lehrer, sondern Schulpsychologe werden. Mein Vater war zu der Zeit Richter in der Kommission Anwalt des Kindes vom Kultusministerium [Anm. d. Red.: unabhängige Kommission, die sich mit der aktuellen Entwicklung im Bildungswesen beschäftigt und Beratungsschriften herausgibt] und er hatte den damaligen Minister gefragt. Der sagte: „Lass es! Denn bis dein Sohn fertig ist, das dauert sechs bis sieben Jahre, sind die paar Stellen, die es gibt, alle besetzt, und er geht in die Arbeitslosigkeit!“ Das war so ein Modeberuf damals. Mein Vater hat mir das erzählt und dann dachte ich: Lass ich das besser, arbeite aber weiter mit Kindern und Jugendlichen und mache die beiden Fächer, die ich sowieso am liebsten mache.

***Glauben Sie, dass es schwieriger ist, Schulpsychologe zu sein, als den Lehrerberuf auszuüben?***

Nein, das glaube ich nicht unbedingt. Vieles darf man nicht an sich selbst ranlassen, auch als Lehrer. Viele Probleme müssen einfach in der Schule bleiben, wenn ich nach Hause komme, muss das vergessen sein. Ein Schüler hat mich mal gefragt, wie ich das mit ihnen aushalte. Ich habe dann gesagt, wenn ich die Schule verlasse und nicht mehr pfeife und singe, dann ist es schon schlimm, denn diese Probleme dürfen nicht mit

nach Hause kommen. Wenn das gelingt, kommt man auch immer wieder ohne Probleme in die Schule rein.

***Gelingt Ihnen das immer?***

Das geht gar nicht, im Referendariat hätte ich mein Auto fast zu Schrott gefahren, weil ich so sauer war. Das war auf dem Nachhauseweg und das Auto fuhr eigentlich gar keine 150, aber ich hab's so weit gebracht.

Mittlerweile reicht mir meistens schon, fünf Minuten mit dem Fahrrad nach Hause zu fahren.

***Vielen Dank, dass Sie sich die Zeit für das Interview genommen haben.***

Das Interview führte Hannah Reinke (9c).



**NESSELER**

Dentallabor im Bahnhof Oberhausen

Wir sind ein innovatives, modern ausgestattetes Dentallabor mit dem Schwerpunkt der Implantat-Prothetik und einem eigenen Fräszentrum.

---

Schulabschluss geschafft und nun???

Eine Ausbildung als:

**Zahntechniker m/w** oder  
**Kaufmann/frau** für Büromanagement

---

Bewerben Sie sich in unserm Dental-Labor, das Fachlabor für Implantat-Prothetik mit digitaler Technik.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung an [info@nesseler-dental.de](mailto:info@nesseler-dental.de)

# Blubb. Verz

**FRAU FRÖHLICH**

**HERR LANG**

**FRAU RASCH**

**Was würden Sie tun, wenn Sie ein Goldfisch wären?**

Vergnügt in meinem Goldfisch-Glas umherschwimmen.

Schwimmen.

Wahrscheinlich schwimmen.

**Was würden Sie tun, wenn Sie an einer Grundschule landen würden?**

Dann müsste ich mich ganz schön umstellen.

Ich war schon mal an einer Grundschule. Ich bin lieber am Gymnasium.

Dann würde ich die Herausforderung annehmen, auch das kriege ich hin, denke ich... obwohl es wahrscheinlich anstrengender ist als hier.

**Wie hieß Ihre damalige Kindergarten-Kindergruppe?**

Das ist lange her, wir hatten keine Namen, da es nur zwei Gruppen gab.

Oskar Gruppe (nach der Sesamstraße: „Oskar aus der Tonne“).

Ich war in der Igel-Gruppe.

**Wie wäre Ihr Name im anderen Geschlecht?**

Da gibt es, glaube ich, keine männliche Form ... aber ich glaube, es kommt von Odo.

Sebastina oder Sebastian.

Christian.

**Wenn Sie einen Trend setzen könnten, welcher wäre es?**

Nur noch Kurzhaarfrisuren für Mädchen.

Dreieckige Backenbärte

Tja, gute Frage. Dann gäbe es kostenlos Kaffee und Wasser in allen Klassenräumen.

**Wenn ein pinkes Einhorn kommen würde und Sie drei Wünsche frei hätten, was würden Sie sich wünschen?**

Endlich mal lange ausschlafen; eine mindestens vierwöchige Reise mit meinem Mann durch Australien; mehr Zeit für das Wesentliche in meinem Beruf.

Planstelle am LiHi; eine Farm in Australien; wunschlos glücklich.

Dass das Referendariat schon vorbei wäre; mehr Schlaf und Gesundheit.

**Welchen Beruf (wenn überhaupt) würden Sie ausüben, wenn Sie im Lotto gewinnen würden? (Hauptgewinn)**

Ich würde weiter Lehrerin bleiben.

Immer noch Lehrer.

Ich würde Lehrerin bleiben, aber mit weniger Stunden.

**Ich mag Einhörner, weil ...**

... sie ein Einhorn haben.

... gar nicht, ich mag keine Einhörner!

... ich mag doch keine Einhörner! Vor allem nicht, wenn sie in meinem Unterricht gemalt werden. (anklagender Blick)

**An der Grundschule war es ...**

... langweilig.

... nicht so schön wie am LiHi.

... cool.

**Die beste Klasse an der Schule ist ...**

... mein derzeitiger LK.

... alle Klassen, die mich als Lehrer haben - oder hatten.

... es gibt nur tolle Klassen am LiHi.

**Meine Lieblings-Boyband ist ...**

... Take That.

... aufgelöst.

... Back Street Boys.

**Bäume sind ...**

... im Herbst bunt.

... ein essenzieller Bestandteil des Ökosystems auf der Erde.

... ähh ... gut für die Natur.

**Meine Lieblings- Disneyfilm/e ist/sind ...**

... König der Löwen, Schneewittchen und das Jungelbuch.

... Wall-E.

... Oben.

# zweifeln.

## FRAU EMRICH

Schwimmen und essen.

Oh, ich glaube Spaß haben.  
Ich glaube, mit den Kleinen kann es auch ganz lustig sein.

Ich glaube, wir hatten gar keinen richtigen Namen, ich war in der Gruppe drei, sehr un-kreativ.

Wahrscheinlich dann Nino.

Mehr lesen.

Ich würde mir eine Mütze Schlaf wünschen (also ausschlafen); dass die Menschen sich gernhaben, sich nicht mehr bekriegen; und ich würde mir wünschen, dass meine Familie gesund bleibt.

Ist es sehr albern, wenn ich sagen würde, dass ich einfach Lehrer bleiben würde?

... sie so wunderschön sind?

... auch schön.

... alle.

... Die Beatles.

... schön und wichtig, da sie eine gewisse Ruhe ausstrahlen.

... Frozen finde ich gut. Ich mag aber auch Robin Hood, Star Wars und Dumbo

## HERR GIESELER

Schwimmen und essen.

Ich würde, glaube ich, ausflippen, weil das nichts für mich ist, diese ganz Kleinen.

Weiß ich wirklich nicht mehr ... das habe ich, glaube ich, auch als Kind gar nicht gewusst.

Maria.

Auf einem Bein rückwärts durch die Schule hüpfen.

Ich würde mir wünschen, alle Einhörner würden verschwinden; dann, dass alle Einhörner nie wiederkommen würden; zum Schluss: Einhorn am Spieß! Ich mag persönlich einfach keine Einhörner. Außerdem gibt es keine Einhörner, die Wünsche erfüllen.

Ich würde gar keinen Beruf ausüben. Ich würde Privatier werden und leben. Meine Arbeit macht mir zwar Spaß, aber ich habe genug Fantasie, um auch ohne Beruf glücklich zu leben. Ich arbeite nämlich, um zu leben, nicht umgekehrt.

... ich doll bin? Ich mag gar keine Einhörner!

... schön. Schön und einfach.

... egal was ich sage, ich müsste danach den Mopp holen, darum sage ich nichts

... AC/DC.

... grün.

... das Dschungelbuch (also die Originalversion aus den 60ern), die alten Donald Duck-Comic-Filme, Das schwarze Loch.

## HERR SCHIWEK

Mich füttern lassen, ganz klar ... als Goldfisch wird man immer gut gefüttert, ist doch logisch.

Och, ich würde Kindern Lesen, Rechnen und Schreiben beibringen.

Also, ich war im Dorf im Kindergarten und der war so klein, dass er einfach „der Kindergarten“ hieß.

Ich denke die weibliche Form von Jan, also Janina.

Höflichkeit.

Klimawandel aufhalten; Ungerechtigkeit auf der Welt lösen (Erdkundeunterricht in der 8d); Ich möchte einmal ins Weltall.

Ich würde nicht viel ändern. Ich würde weiterhin versuchen, Menschen zu begeistern

... ich davon überzeugt bin, dass ich nie eins treffen werde.

... spannend.

... meine 8. (8d ist schon klar, oder?)

... Weiter!

... Lebewesen.

... Die wunderbare Welt der Tiere, weil unter anderem viele Tiere am Ende besoffen unter dem Baum in der Steppe liegen. Diese Szene ist einfach genial.

## HERR ARNSKÖTTER

Munter in meinem Aquarium rumschwimmen.

Och ... ich glaube, da würde ich verzweifeln.

Das weiß ich beim besten Willen nicht mehr. Das ist jetzt nämlich schon über 55 Jahre her.

Dann wäre das Franziska.

Ja, dass man los kommt von diesen Handys.

Dass sich die Menschen besser verstehen, dass das Leben auf diesem Planeten fortbestehen kann und für mich privat, dass ich alt und weise werde.

Dann würde ich gar keinen Beruf mehr ausüben. Dann würde ich als Privatier da leben, wo es am schönsten zu leben ist, wahrscheinlich in Kreuznach.

... ich für Huftiere immer was übrig habe.

... schön, weil wir eine nette Lehrerin hatten.

... weil ich die Rivalität meiner beiden Klassen nicht anstacheln möchte, beantworte ich diese Frage NICHT.

... The Rolling Stones.

... wunderbar, weil sie ästhetisch aussehen und im Sommer Schatten spenden. Fun Fact: Ich klettere gerne auf Bäume, wenn schmackhafte Kirschen daran hängen.

... ich weiß nicht, welche von den Filmen, die ich mag, Disney-Filme sind ... Ich glaube, das Dschungelbuch. Ist das von Disney?

## FRAU GOLLNICK

Schwimmen, schwimmen, einfach schwimmen.

Oh, Gott! Äähm, erst mal Mathe üben, damit ich das unterrichten kann, und dann wahrscheinlich Ohrenstöpsel kaufen.

Das war die Gruppe von Tante Fanny. Tante Fanny war groß und dick und alt.

Oh Gott, Karolus/Caro-lus der Große oder Karolus der Männliche.

Weniger unüberlegte Kommentare im Internet.

... noch ein Einhorn, damit ich mit meiner Schwester auf den Einhörnern reiten kann. Dann würde ich irgendwas Rosanes dabei essen. Dazu passt ja, glaube ich, auch so himmelblaue Zuckerwatte oder Regenbogen-Marshmallows. Und, dass es noch mal vorbeikommt.

Ich wäre wahrscheinlich in irgendeiner Form immer noch Lehrer, Berater, Sozialarbeiter etc. Aber ich würde die Stunden reduzieren, um auszuschlafen. Ich liebe meinen Beruf, ich fühl mich wie ein Fisch im Wasser.

... man sich selbst Konfetti in sein Leben pusten muss.

... Es war eher provinziell. Gemütlich. Ich war keine begeisterte Schulgängerin...

... na, meine 9a natürlich! Die ich auch echt gern und ins Herz geschlossen habe.

... die Partytruppe von Bart Simpson.

... blätterich. Im Winter sind sie kahl. Kahle, arme Schweine.

... Dschungelbuch, Lilo und Stich und Findet Nemo.

## HERR EHLERS

Blubb.

Verzweifeln.

Ich glaube, ich war gar nicht im Kindergarten.

Jochtrude.

Nachdenken.

Gesundheit; Zufriedenheit; ein langes Leben.

So viel würde ich gar nicht ändern. Vielleicht nur die halbe Stelle.

... man so schöne Witze darüber machen und Schüler, die Einhörner mögen, etwas auf die Palme bringen kann.

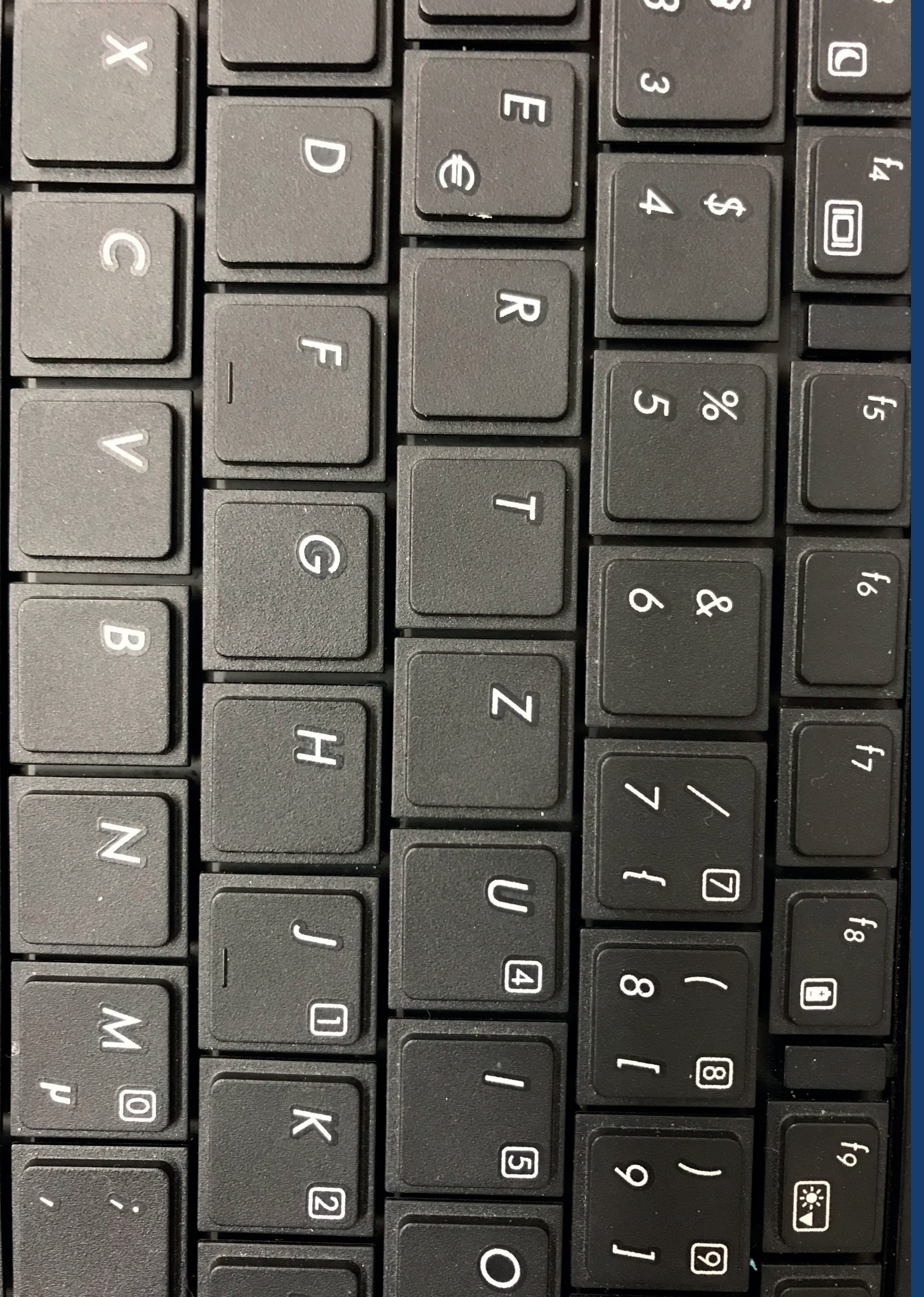
... langweilig. Doll.

Jetzt muss ich 8e sagen ... 8e, 9b und 10b.

... Queen.

... schön.

...Hercules



*Gönn' Dir!*

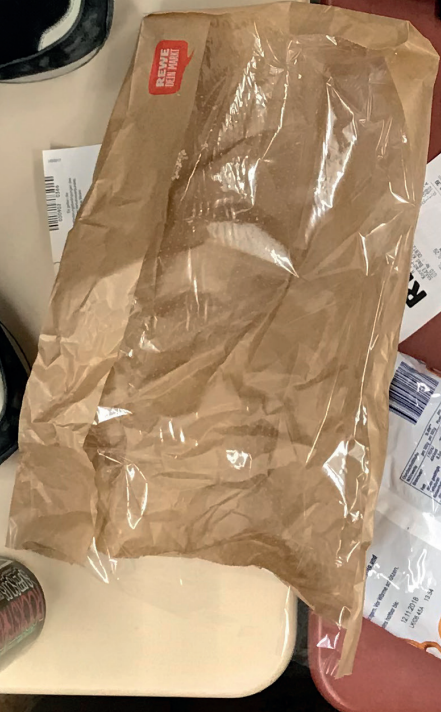
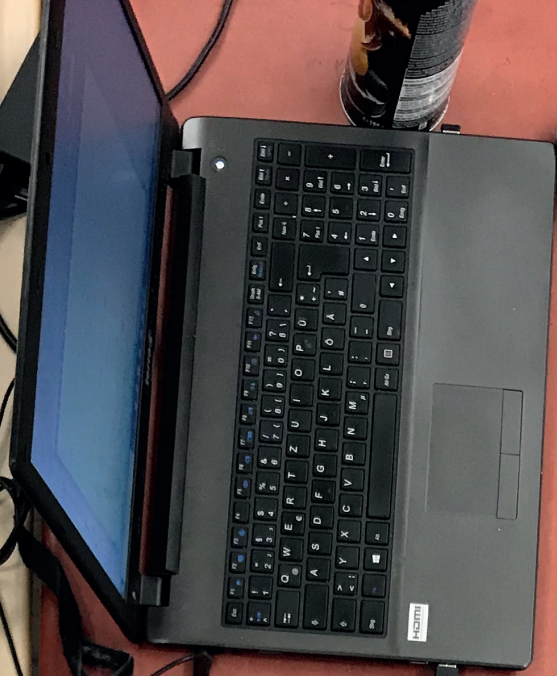


# DIE BLAUE EISDIELE

Mannheimer Straße 216 - 218 • 55543 Bad Kreuznach • Fon 0671/64320

• [www.die-blaue-eisdiele.de](http://www.die-blaue-eisdiele.de) • [fb.com/DieBlaueEisdiele](https://fb.com/DieBlaueEisdiele)

• [instagram.com/dieblaueeisdiele](https://instagram.com/dieblaueeisdiele)





# SCHLUSS MIT VIELLEICHT.\*

MIT ÖKOENERGIE DAS  
KLIMA SCHÜTZEN.

Wenn Sie etwas verändern wollen, gibt es kein  
vielleicht. Entscheiden Sie sich für günstigen Ökostrom  
und Ökogas von ENTEGA.

Mehr erfahren unter 06151 27 64 280, in allen  
ENTEKA Points oder auf [www.vielleicht.de](http://www.vielleicht.de)



EINFACH KLIMAFREUNDLICH FÜR ALLE.



# Danke, Merkel!

Herr Schuler dankt Frau Rasch fürs spontane Mitfahren.

Wir danken Starbucks für die kreativen neuen Namen.

Liam dankt Laura, weil sie Paint 3D (leider keiner unserer Sponsoren) besitzt.

Doro dankt dem wundervollen Wetter.

Lennard dankt Herrn Schuler für sein wunderschönes Gesicht.

Hannah R. dankt dem Axtmann, dass er sie noch nicht ermordet hat.

Hannah R. dankt Sophie für einen Ohrwurm.

Emilia, Helena und Nina danken dem Dönerladen für die Rettung vor dem Hungertod.

Hannah R. dankt Liam für seine dummen Kommentare.

Das Zimmer 222 dankt Sophie dafür, dass ihr Wecker um 4 Uhr morgens geklingelt und sie vom Schlafen abgehalten hat.

Liam, Hannah R. und Laura danken Jonathan für seine höchst amüsante Inkompetenz, sich Müsli zu nehmen.

Laura dankt Matea für ihre Elfe.

Mara dankt Leon für Ohrenkrebs.

Lea dankt Johanna dafür, dass sie ihr die Bilder für ihren Artikel gezeichnet hat.

Wiebke dankt der Rheinwelle für das Fotoshooting.

Doro dankt Laura für die leckeren Erdnüsse und die Schachpartie.

Jonathan dankt der Erfindung von schwarzem Tee, Teeeeeeeeeeee...

Hannah P. dankt Jonathan, weil er den ganzen Tag nur von Tee spricht, den sie aber selbst konsumiert.

Lea dankt Nina, weil sie ihr bei ihrem Artikel durch Modeln geholfen hat.

Jonathan dankt seinen Kopfhörern, dass sie Noise-Cancelling und Metal haben.

Herr Schuler dankt der Deutschen Bahn, da sie uns die Fahrkarten falsch ausgestellt hat.

Johanna dankt Laura, dass sie ihr den letzten Nerv raubt.

Jeder dankt Hannah R., weil sie Lügen über Ohrwürmer verbreitet.

Liam dankt Laura, weil sie sein Kunstwerk auf Paint gelöscht hat, da sie die Danksagung schreiben musste.

Jonathan dankt Laura, weil sie keinen eigenen Fineliner hat.

Laura dankt Jonathan, weil er ihr seinen Stift per Wurf gegeben und nicht getroffen hat.

Jonathan dankt Laura, weil sie mit dem Stift fast seine Kopfhörer zerstört hat, aber keinen Skill besitzt und so nicht getroffen hat. Außerdem dankt der Axtmörder Jonathan, weil er ihm die Arbeit, Laura zu ermorden, abgenommen hat. Jonathan bedankt sich bei dem Axtmörder für die Axt.

Hannah P. dankt ihrem Bruder, weil er einfach nicht zu Besuch gekommen ist.

Jeder dankt den wenigen (ca. 500) Stufen zur Jugendherberge.

Jonathan dankt den Stühlen, weil sich Hannah ihr Knie an ihnen angehauen hat.

Marie dankt Elisa (eigentlich Emilia) für den *Marienkäfer*.

Johanna dankt Lea wegen der geforderten Details auf den Bildern.

Wir alle danken dem langsamen Internet.

Frau Rasch dankt dem superschnellen Internet, dass für die Verzögerung des Streams des Dartmatchs verantwortlich ist.

Wir sind dem Jackson Hole Town Square für seine Existenz dankbar.

Lea dankt Simon dafür, dass er die Liebe ihres Lebens ist.

Hannah P. dankt der Schülerzeitung, dass sie das in ihr entdeckt hat, was Kunstlehrer ihr stets abgesprochen haben (sie hat den Pinguin gezeichnet).

Jonathan dankt dem Schwarztee, das er ihn durch die Nacht trägt.

Wir danken Andrea Manz für den Zuschuss zur Schülerzeitungsfahrt.

Wir danken dem Förderverein Freundeskreis für den Zuschuss zur Schülerzeitungsfahrt.

Außerdem danken wir den Schülerzeitungsveteranen Marius, Michelle und Jonas für ihren Besuch während der Schülerzeitungsfahrt und ihre Mithilfe.

Marian danken wir ganz besonders für seine Mitfahrt als Betreuer und das Erstellen des Titelbildes.

Lukas P. möchten wir nicht danken, sondern für seine Faulheit verurteilen. Wir danken ihm dafür, dass wir gelernt haben, dass Traumfänger basteln eine saublöde Ausrede ist.



**Zum selbst gestalten  
(kein Blankoscheck):**

## STARRING

**Titelbild:**  
Marian Jung (MSS 14)

**Layout:**  
Leon Pollok (MSS 13)  
Jonathan Schild (MSS 12)  
Hannah Peekhaus (MSS 13)  
Elisa Colombo (MSS 13)  
Bianca Protiwa (MSS 13)  
Lennard Benze (10d)

**Mitarbeiter:**  
Avnora Feka (8d)  
Malte Zimmermann (10d)

**Redaktion:**  
Dorothea Benze (8e)  
Lea Ruhl (8d)  
Liam Wahl (8c)  
Mara Hampel (9c)  
Laura Krause (9c)

Johanna Kusch (9a)  
Hannah Reinke (9c)  
Sophie Stumm (9c)  
Lennard Benze (10d)  
Emilia Colombo (10e)  
Leon Pollok (MSS 13)  
Jonathan Schild (MSS 12)  
Hannah Peekhaus (MSS 13)  
Elisa Colombo (MSS 13)  
Luisa Göhl (10a)  
Fabienne Kühne (10b)  
Nina Rostalski Marks (10e)  
Helena Langenfeld (10e)  
Wiebke Lehner (10a)  
Anna Mörtzschke (10e)  
Marie Schröder (10a)  
Vivien Vischniwezki (10b)  
Kristin Elsner (MSS 12)  
Franziska Höth (MSS 12)  
Bianca Protiwa (MSS 13)  
Malte Zimmermann (10d)

**Betreuender Lehrer  
(aka. Darth Alex):**  
Alexander Schuler

**Outbreak**  
Schülerzeitung des  
Lina-Hilger-Gymnasiums  
Auflage: 200 Stück  
Druck: Rainer Herrmann GmbH  
Raiffeisenstraße 1  
55595 Weinsheim

**Kontakt und Anschrift:**  
Lina-Hilger-Gymnasium  
Gustav-Pfarrus-Straße 11-15  
55543 Bad Kreuznach  
lihioutbreak@gmail.com



Schülerhilfe!

Das Original. Seit 1974.



# Gute Noten, gut drauf!



**Gute Noten, Spaß am Lernen und Erfolg in der Schule - kein Problem mit der individuellen Förderung bei der Schülerhilfe.**

➔ **Jetzt informieren: Mo.-Fr., 14:00-17:30 Uhr**



**Bad Kreuznach  
Schlörgasse 4a**

**06 71 / 19 4 18 • [www.schuelerhilfe-badkreuznach.de](http://www.schuelerhilfe-badkreuznach.de)**