

Ausgabe 1

Haren (Ems)

GYM-NEWS-IUM

23. Dezember

INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT	1
AKTUELLES	
★ Phoenix Theatre	2
REZEpte	
★ Tannenbaum-Brownies	4
★ Weihnachtsplätzchen	5
★ Rentier Quarkbällchen	6
HINTER DEN KULISSEN	
★ Ein Tag im Sekretariat	7
INTERVIEWS	
★ Herr Frank (stellv. Schulleiter)	9
★ Alea und Sina (Schülersprecherinnen)	12
★ Abarna Baheerathan (Wissenschaftlerin)	14
BASTELIDEEN	
★ Tanne	17
★ Schneekugel	18
★ Beleuchtete Tanne	19
AUSFLÜGE	
★ SV-Fahrt	20
★ Chorfreizeit: Young Voices	21
★ Chorfreizeit: Schulchor	22

Hallo!

Zuerst würden wir uns gerne einmal kurz vorstellen:

Hallo, ich heiße Alea, bin 13 Jahre alt und gehe in die 8. Klasse. Ich mache bei der Schülerzeitung mit, da ich sehr viel Spaß am Designen und Schreiben habe und mich damit sehr auf alle Ausgaben freue, die kommen.

Hi, ich bin Lia, bin 13 Jahre alt und ich gehe in die 8. Klasse. Ich mache bei der Schülerzeitung mit, da ich schon immer gerne spannende Sachen fotografiert habe und es mag, Texte zu schreiben. Deswegen freue ich mich schon auf die kommenden Reportagen und Interviews.

Hallo, ich bin Malea und bin 13 Jahre alt. Ich gehe in die 8. Klasse. Ich mache bei der Schülerzeitung mit, weil ich gerne Texte schreibe und Layouts sowie andere Aspekte der Schülerzeitung designe.

Hi, mein Name ist Carola, ich bin 13 Jahre alt und bin dieses Jahr in der 8. Klasse. Ich möchte schon immer gerne Texte schreiben und da ist die Schülerzeitung perfekt. Gestalten, recherchieren und Interviews führen interessieren mich sehr. Ich freue mich auf die kommende Zeit.

Hallo, ich bin Sina, 13 Jahre alt und gehe in die 8. Klasse. Ich habe mich dazu entschieden, bei der Schülerzeitung mitzumachen, da ich gerne designe und da sind Logos, Layouts etc. wie z.B. bei der Schülerzeitung genau das Richtige.

Wir freuen uns sehr, dass die Schülerzeitung nun nach langem Warten endlich da ist! Wir hoffen sehr, dass sie euch gefällt und wollen euch in Zukunft immer auf dem neuesten Stand halten.

Wir freuen uns sehr auf euer Feedback!

Aktuelles

Ein Blick ins Theater

Wir durften Matt und Mia, die beim Phoenix Theatre schauspielern, interviewen. Dabei haben wir spannende Einblicke in ihre Arbeit bekommen. Außerdem haben wir darüber gesprochen, warum sie Schauspieler wurden und was für spannende Erfahrungen sie gemacht haben.



Foto: J. Hillebrand

Beide Schauspieler berichteten, dass sie bereits in der Schule ihre ersten Erfahrungen mit Theater gesammelt haben. In Großbritannien gehört „Drama“ in vielen Schulen zum Pflichtunterricht.

Schon im Alter von etwa 10–14 Jahren kam damit der erste Kontakt zum Schauspiel. Für beide wurde Theater schnell zum Lieblingsfach, weshalb sie später in der College- und Universitätsausbildung weiter Schauspiel studierten und schließlich ihren Abschluss machten.

Lustige Momente auf der Bühne: Auf die Frage nach den witzigsten Pannen erzählten beide mehrere Geschichten:

- Eine Schauspielerin hatte ihre Textseiten mit einem Tacker versehentlich an ihrem Kostüm festgeheftet und betrat so die Bühne.
- Ein anderer Schauspieler riss sich während einer Aufführung die Hose komplett auf – von unten bis oben – und musste das Stück mit einer sichtbar gespaltenen Hose zu

Ende spielen.

Solche Missgeschicke passieren, aber sie sind oft das Lustigste für das Team.

Sind sie vor Auftritten nervös? Ja! Beide gaben zu, dass sie immer noch nervös werden, besonders wenn sie ein neues Stück zum ersten Mal vor Publikum spielen. Die Reaktion des Publikums spielt eine große Rolle. Wenn das Publikum leise ist, ist es für die Schauspieler besonders schwer, weil sie nicht wissen, ob es ihnen gefällt. Mit viel Routine wird die Nervosität aber weniger.

Matt sagte, dass eines seiner Lieblingsstücke „King Charles III“, ein modernes Theaterstück, das im Stil Shakespeares geschrieben ist, sei. Er spielte darin den Premierminister. Generell mögen beide Rollen, in denen sie komisch, übertrieben oder besonders albern sein können. Das macht ihnen am meisten Spaß.

Wie bereiten sie sich auf eine Rolle vor? Die beiden erklärten, dass sie sehr viel mit dem Text arbeiten:

- Markieren von Pausen, Betonungen und Satzzeichen
- Umschreiben des Textes in eigene Worte
- Recherche, wenn historische Hintergründe wichtig sind

Für manche Stücke – besonders Shakespeare – brauchen sie sehr lange zum Auswendiglernen, andere Stücke gehen leichter, zum Beispiel musikalische Shows.

Was tun sie, wenn sie ihren Text vergessen? Sie meinten beide in ernsten oder klassischen Stücken müssen sie versuchen, schnell wieder in den Rhythmus zu finden und sich improvisierend zum nächsten Satz zu retten. Mit Erfahrung wird man darin immer besser.

Ihre Ratschläge für junge Menschen, die Schauspieler*in werden wollen, sind folgende:

1. Dranbleiben! – Wenn man es liebt, sollte man weitermachen.
2. Nicht wegen des Ruhms Schauspieler werden.
3. Selbst aktiv werden. Man wird nicht „zufällig entdeckt“ – man muss sich bewerben, anfragen, Netzwerke aufbauen.

[Carola]

Rezepte

Tannenbaum-Brownies

Diese Tannenbaum-Brownies bringen nicht nur weihnachtliche Stimmung auf den Teller, sondern auch ein kleines Stück Festzauber in jede Küche.

Zutaten:



Für die Verzierung:

150 g Doppelrahm-Frischkäse
1 - 2 TL Zucker
Back- und Speisefarbe (grün)
Ein Paar Mini-Smarties

Für die Brownies:

200g Zartbitterschokolade
125g Butter
1Pck. Vanillezucker
3Eier (Gr. M)
200g brauner Zucker
150g Weizenmehl (Type 405)
1TL Backpulver
1Prise Salz
1EL Kakaopulver
etwas Butter für die Form

Zubereitung:

Brownies:

1. Ofen auf 175 Grad Ober-/ Unterhitze (Umluft: 155 Grad) vorheizen. Kleines Blech (28,5x23 cm) gut einfetten.
2. Etwa 150 g der Zartbitterschokolade mit der Butter in einem kleinen Topf schmelzen. Etwas auskühlen lassen.
3. Eier mit Vanillezucker und braunem Zucker schaumig schlagen.
4. Schokomasse hinzugeben.
5. Mehl mit Backpulver, Salz und Kakaopulver vermengen und mit der Eiermasse verrühren.
6. Übrige Schokolade hacken und unter die Teigmasse heben.
7. Den Teig auf das Blech geben, glatt streichen und im vorgeheizten Ofen circa 20 Minuten backen.
(1 Blech ergibt ca. 12 Brownies.)

Verzierung:

8. Anschließend den Brownie längs halbieren und jede Hälfte in Dreiecke schneiden (Kantenlänge an der kurzen Seite etwa 6 cm).
9. In jeden Brownie einen Holzspieß stecken.
10. Frischkäse mit Zucker und Speisefarbe glatt rühren und in einen Gefrierbeutel geben. Eine kleine Ecke abschneiden und die Frischkäse-Creme auf die Brownies spritzen.
11. Mit Zuckerdekor verzieren.

[Quelle: Backen macht glücklich]

Weihnachtsplätzchen

Dieses Rezept ist perfekt, um mit der Familie zusammen etwas zu naschen, aber gleichzeitig auch, um zusammen Spaß beim Dekorieren zu haben.

Zutaten:

- 200 Gramm Weizenmehl
- 72 Gramm Zucker
- 100 Gramm Butter kalt
- $\frac{4}{5}$ mittelgroßes Ei



Zubereitung:

- Mehl und Zucker in eine Schüssel geben. Die Butter in kleinen Stückchen sowie das Ei hinzufügen und zu einem Mürbteig verkneten. Der Teig mag erst einmal bröselig erscheinen, wird bei weiterem Kneten dann aber zu einer Art Brösel und schließlich einem homogenen Teig.
- Teig zu zwei Kugeln formen, diese etwas platt drücken und in Folie gewickelt für mindestens eine halbe Stunde kühl stellen. Länger ist noch besser.
- Backofen auf 175 Grad Ober- und Unterhitze aufheizen. Die erste Teigportion aus dem Kühlschrank holen und kurz Zimmertemperatur annehmen lassen, sodass sie sich besser ausrollen lässt. Dann auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche oder noch besser zwischen Folie bzw. einem aufgeschnittenen Gefrierbeutel ausrollen.
- Je nach gewünschter Größe ca. 20-30 Plätzchen ausstechen und mit etwas Abstand zueinander auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Mit der zweiten Teigportion ebenso verfahren. Teigreste immer wieder zusammenkneten und nochmal kurz kühlen.
- Die Plätzchen nach Belieben mit einem verquirlten Eigelb bepinseln. Je nach Dicke ca. 10-12 Minuten goldgelb backen. Abkühlen lassen, vom Blech nehmen und nach Belieben mit Zuckerguss, Dekostreuseln etc. verzieren.

[Quelle: Backen macht glücklich]

Rentier Quarkbällchen

In der Weihnachtszeit lieben wir es doch alle, einfach im warmen Haus einen Weihnachtsfilm zu schauen und dabei etwas zu naschen. Dafür ist dieses Rezept perfekt!



Zubereitung:

1. Alle Zutaten (bis auf das Eigelb) verkneten bis sich die Masse von der Schüssel löst und ein geschmeidiger Teig entstanden ist.
2. Den Teig dünn ausrollen und Rentiere ausstechen. Zudem mit einem kleinen Kreisaustecher Teig für die Nase und anteilig mit dem unteren Teil des Rentier-Ausstechers nur die Schnauze noch einmal ausstechen.
3. Die Rentiere auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und mit etwas Eigelb bepinseln.
4. Auf die Schnauze der Rentiere etwas Nutella geben und mit dem ausgestochenen Teig für die Schnauze bedecken. Den Teig schön andrücken. Der Bereich wird ebenfalls nochmal mit Eigelb bepinselt.
5. Zum Abschluss kommt darauf das ausgestochene Teilstück für die Nase. Dies könnt ihr etwas oval drücken.
6. Blech bei 175° Ober-/ Unterhitze für 15-20 min backen bis die Rentiere goldbraun sind. Es können parallel zwei Bleche gebacken werden.
7. Zum Abschluss etwas Nutella verflüssigen und damit die Augen anbringen.

Zutaten:

- 1 Ei
- 200 g Quark
- 100 ml Öl
- 50 ml Milch
- Vanillepaste
- 75 g Zucker
- Prise Salz
- 400 g Mehl
- 1 Pck Backpulver
- 1 Eigelb zum Bestreichen
- Nutella für die Füllung
- Augen optional

[Quelle: Katharinas Cakes]

Hinter den Kulissen Ein Tag im Sekretariat

Schon am Morgen geht es rund: Das Telefon klingelt, Eltern melden ihre Kinder krank, ein Kind sucht seinen Turnbeutel, ein anderes Kind braucht einen Kühlakku oder Lehrer rufen an, weil sie spontan krank sind. Außerdem weiß eine Klasse nicht, wo sie in der ersten Stunde Unterricht hat und die E-Mails stapeln sich bereits. Trotz des Trubels behalten unsere Sekretärinnen den Überblick – und das sogar mit einem Lächeln im Gesicht. Wir haben einen Tag lang hinter die Kulissen geschaut um euch mal zu zeigen, wie viel eigentlich jeden Tag so passiert, was wir Schüler nicht mitbekommen.



Frau Abel, Frau Brand, Frau Flögel (Foto: Sekretariat)

Wenn unsere Sekretärinnen morgens um 7:30 Uhr ins Büro kommen, sind erstmal einige verschiedene Programme zu starten und zu verwalten. Es werden Vertretungsaufgaben bearbeitet und verteilt, sodass der Unterricht für jede Klasse pünktlich starten kann. Des Weiteren werden Krankmeldungen, die noch per E-Mail geschickt wurden, eingepflegt und alle anderen E-Mails bearbeitet, die seit dem Vortag eingegangen sind – dies sind über den Tag verteilt etwa 40-50 E-Mails. Immer wieder geht die Tür auf oder es klingelt das Telefon oder sogar beides gleichzeitig: Eltern oder Lehrer haben Fragen und natürlich auch jede Menge Schüler, die mit den unterschiedlichsten

Anliegen zu den netten Damen kommen...

Anlaufstelle Nummer eins für alle Angelegenheiten jeglicher Art.

Letztendlich ist es aber so, dass die Damen in erster Linie für die Schulleitung da sind – die genannten Aufgaben und Anfragen erledigen sie in der Regel nebenbei. Sie unterstützen die Schulleitung z.B. bei der Zeugniserstellung, bei jeglichem

Schriftverkehr, bei der Organisation von Bussen für die Klassenfahrten, bei Personalangelegenheiten, bei der Organisation und Planung von verschiedenen Sitzungen. Nebenbei führen Sie den Terminkalender und behalten dabei den Überblick.

Wie ihr seht, läuft im Sekretariat – im Herzstück unserer Schule – alles zusammen. Besonders stressig wird es am Schuljahresende, wenn die Ausgabe der Zeugnisse näher rückt und viele Sachen erledigt werden müssen.

Auf unsere Frage, was ihnen an ihrem Job am meisten gefällt, kam wie aus einem Mund von allen drei Sekretärinnen: „Die Arbeit mit den Schülerinnen und Schülern!“

Wir Schüler unterschätzen leicht, wie viel Arbeit wirklich dahintersteckt. Ohne unsere Sekretärinnen würde hier nämlich gar nichts funktionieren.



Frohe Weihnachten! (Foto: A. Abel)

Interviews

Ein Tag, viele Aufgaben - Herr Frank im Interview

Wir haben die Möglichkeit bekommen, mit Herrn Frank ein Interview zu führen, um mehr über ihn und seinen Berufsalltag zu erfahren. Wir wollten wissen, was ihn zum Lehrerberuf gebracht hat, welche Aufgaben er hat und welche Erfahrungen er im Schulalltag macht . Dabei sind spannende Einblicke entstanden.



Foto: Schulhomepage

Unsere erste Frage an Herrn Frank war, ob er sich kurz vorstellen könne. Er erzählte, dass er in Würzburg die Fächer Deutsch, Geschichte, Politik und Darstellendes Spiel studiert hat. Anschließend absolvierte er sein Referendariat in Bayern. Nach einem Zwischenstopp in Emden führte ihn sein Weg schließlich nach Haren, wo er nun seit drei Jahren unterrichtet.

Als wir Herrn Frank fragten, was ihn dazu bewegt habe, Lehrer zu werden, erzählte er uns, dass dieses Interesse schon sehr früh begann. Er merkte, dass er Mitschüler und Mitschülerinnen schwierige Themen besser erklären konnte als manche Lehrkräfte. In kleinen Lerngruppen halfen sie sich gegenseitig und er entdeckte, wie viel Freude es ihm machte, anderen etwas verständlich zu vermitteln. Besonders motivierend war für ihn das positive Feedback, wenn andere dank seiner Erklärungen schwierige Themen verstanden. Außerdem sammelte er schon früh Erfahrungen in der Arbeit mit Kindern, zum Beispiel im Heimatverein, wo er jüngere Gruppen unterstützte. Auch das bereitete ihm viel Spaß und zeigte ihm, dass der Lehrerberuf gut zu ihm passen könnte.

Auf die Frage, was ihm an seiner Arbeit besonders gefalle, erklärte Herr Frank, dass er seinen Beruf gerade wegen seiner Vielfalt sehr schätzt. Er arbeitet nicht nur im Unterricht, sondern auch in der Verwaltung, da er der stellvertretende Schulleiter ist. Dadurch bekommt er viele verschiedene Eindrücke aus dem Schulalltag. Im Unterricht

erlebt er Klassen ganz direkt, sieht, wo es manchmal Herausforderungen gibt, aber auch welche tollen Dinge dort passieren.

Genauso spannend findet er jedoch die organisatorische Seite seines Berufs. Alles, was im Hintergrund passieren muss, damit der Schulbetrieb funktioniert und sich die Schule weiterentwickelt, gehört zu seinen Aufgaben.

Als wir seinen konkreten Aufgaben wissen wollten, erzählte Herr Frank uns, dass sein Verantwortungsbereich ziemlich umfangreich sei. Unter anderem ist er für das Erasmus-Plus-Programm zuständig, also für die Austauschprojekte der Schule. Ein weiterer wichtiger Teil seiner Arbeit ist die Organisation vom Ganztag, zum Beispiel die Auswahl und Planung der verschiedenen AGs. Auch Aktionen wie die Schul-Fotoaktion landen auf seinem Schreibtisch.

Zusätzlich unterstützt er Herrn Schulz bei der digitalen Schulbuchausgabe. Aber auch im Bereich Digitalisierung hilft er Frau Leggedör und Herrn Dr. Wess. Seit diesem Jahr kümmert er sich auch um den Vertretungsplan. Und wenn Frau Gerdes einmal nicht da ist, übernimmt Herr Frank ihre Aufgaben als ständiger Vertreter.

Wenn Herr Frank von seinem Arbeitsalltag erzählt, wird schnell klar, dass seine Tage gut gefüllt sind. Er beginnt jeden Morgen sehr früh: Bereits um sieben Uhr ist er in der Schule, weil er meistens mit dem Zug fährt und sich genug Zeit lassen möchte, um sich vor der ersten Stunde vorzubereiten. Zuerst wirft er einen Blick auf den Vertretungsplan, sorgt dafür, dass alles stimmt und bespricht mit der Sekretärin, welche Termine und Aufgaben am Tag anstehen.

Zwischen acht und vierzehn oder manchmal auch sechzehn Uhr ist sein Tagesablauf dann sehr unterschiedlich. Oft spricht er mit Kollegen über aktuelle Themen oder tauscht sich mit Schülerinnen und Schülern aus, wenn etwas vorgefallen ist – sowohl positive als auch negative Dinge, die geklärt werden müssen. An den meisten Tagen fährt er schließlich gegen vier Uhr wieder nach Hause.

Was ist das Schwierigste an seinem Beruf? Auf diese Frage musste Herr Frank nicht lange nachdenken. Am meisten belastet ihn der ständige Zeitdruck. Er erzählt, dass der Vormittag durch den Unterricht ohnehin dicht gefüllt sei, und dass in den wenigen

Pausen ständig jemand etwas von ihm braucht - Schülerinnen und Schüler mit Fragen, Lehrkräfte mit organisatorischen Anliegen oder die Verwaltung mit wichtigen Absprachen. So sei die Pause oft zu schnell vorbei.

Trotzdem gibt es für ihn auch schöne Seiten. Besonders freut er sich darüber, wenn Projekte, an denen lange gearbeitet wurde, schließlich erfolgreich umgesetzt werden. Er nennt hier Beispiele wie die Einführung von Klassengeldern, die neuen Möbel der Bibliothek oder den zweiten Wasserspender.

Als nächstes haben wir Herrn Frank gefragt, was Schüler und Schülerinnen wohl nicht erwarten würden, was zu seinem Beruf gehört. Viele Dinge, die seinen Alltag prägen, würden die meisten Schüler und Schülerinnen vermutlich gar nicht mit dem Lehrerberuf verbinden. Ein Bereich, der besonders überraschend ist, sind die Finanzen. Er erzählt, dass er deutlich mehr mit Geld zu tun hat, als man denken würde: Klassenfahrten, die Anschaffung von Büchern, Möbeln oder technischen Geräten.

Außerdem, sagt er, hätte er früher selbst nicht erwartet, wie viel Englisch er sprechen muss. Ob Gespräche mit Eltern, die kein deutsch sprechen, der Austausch mit Partnerschulen im Ausland oder die Zusammenarbeit mit Organisationen verschiedener Projekte - viele davon finden auf Englisch statt.

Auf die Frage, welche Projekte ihm im Moment besonders wichtig sind, nennt Herr Frank zuerst die Einführung des Klassengelds. Er erklärt, dass Eltern aktuell oft früh am Morgen noch Kleingeld zusammensuchen müssten, um es ihren Kindern mitzugeben.

Ein weiteres großes Thema ist der Leistungsdruck von Schülern und Schülerinnen vor Klassenarbeiten. Für Herrn Frank ist das ein langfristiges Projekt, bei dem es darum geht, Lernen und Unterricht insgesamt positiv weiterzuentwickeln. Dabei spielen auch moderne Hilfsmittel eine Rolle. Ob iPads, digitale Unterstützung oder der Einsatz von KI. All das soll sinnvoll genutzt werden, um den Unterricht in Zukunft noch besser zu gestalten.

Zum Schluss wollten wir noch von Herrn Frank wissen, welches Fach er früher in der Schule am liebsten mochte. Er meinte, dass es Geschichte und Mathematik waren. Geschichte hat es dann sogar geschafft, sich bis heute durchzusetzen, da Herr Frank Geschichtslehrer ist.

[Carola]

Unsere Schülersprecherinnen

Wir haben uns vor Kurzem mit unseren beiden Schülersprecherinnen zusammengesetzt, um herauszufinden, was sie dieses Jahr an unserer Schule bewegen wollen. In einem Interview haben sie uns Einblicke in ihre Pläne, Ideen und auch ein paar persönliche Gedanken gegeben. Was dabei herausgekommen ist, lest hier!



Alea und Sina (Foto: J. Hillebrand)

Als erstes stellen die beiden sich kurz vor. Unsere Hauptamtliche Schülersprecherin ist Sina Gebbeken aus der zwölften Klasse. Ihre Stellvertreterin ist Alea Connemann und sie geht in die zehnte Klasse. Alea hat sich dazu entschieden, Schülersprecherin zu werden, da sie schon immer Spaß am Organisieren hatte und gerne an der Neugestaltung der Schule mitwirken möchte. Sina schließt sich diesem an und erklärt, dass sie durch eine Schülersprecherrede in der fünften Klasse inspiriert wurde, sich ebenfalls in fünf Jahren aufstellen zu lassen.

Als beide erfahren haben, dass sie gewählt wurden, waren sie sehr glücklich darüber und überlegten bereits, welche ihrer Ideen sie als erstes umsetzen können. Zu den

benötigten Fähigkeiten, meint Alea, gehört es, dass eine Schülersprecherin gut zuhören können sowie teamfähig sein muss. Außerdem sollte man offen für neue Ideen und Interessen sein. Sina fügt hinzu, dass man ebenfalls spontan sein sollte, da nicht immer alles nach Plan verläuft.

Sina und Alea ist eine Stärkung der Schulgemeinschaft wichtig. Deshalb fand in diesem Schuljahr erstmalig im Dezember ein Weihnachtsmarkt statt.

Außerdem versuchen sie durch die Unterstützung des Schülerrates und mit Hilfe der gesamten SV die Stimmen, sowie die Ideen der Schüler zu hören, um sich dann dafür einzusetzen. Natürlich können nicht alle Probleme gelöst werden, doch die beiden erklären, dass sie immer ihr Bestes geben werden, denn sie freuen sich, wenn eine Idee erfolgreich umgesetzt wird. Das ist auch motivierend für zukünftige Projekte.

Zusammenfassend kann man sagen, dass unsere Schülersprecherin und ihre Stellvertreterin sich wirklich für unsere Schule einsetzen. Sie möchten unsere Schule verbessern und für alle ein Ansprechpartner sein. Wir sind gespannt, was sie in diesem Schuljahr alles umsetzen werden und wünschen ihnen viel Erfolg dabei!

[Sina]

Abarna Baheerathan – Frauen in der Wissenschaft

Könntest du dich zu Beginn einmal vorstellen?

Ich bin Abarna, bin Rütenbrockerin und bin 27 Jahre alt und habe hier mein Abi 2017 gemacht.



Foto: A. Baheerathan

Warum wolltest du Naturwissenschaftlerin werden?

Ich mochte Chemie und Mathe, später besonders Genetik und Proteinsynthese. Biochemie war für mich die perfekte Verbindung aus Chemie und Biologie, vor allem um die Hormone der Frauen zu verstehen.

Welche Herausforderungen gab es im Studium?

Zu verstehen, wie das Uni-system funktioniert, meinen Lernstil zu finden und damit klarzukommen, dass ich wissenschaftliche Texte oft zweimal lesen musste.

Hast du dich als Frau mit Migrationshintergrund benachteiligt gefühlt?

Nicht direkt von Menschen, aber vom System. Frauen und Personen mit Migrationsgeschichte werden in der Wissenschaft stark ausgesiebt.

Warum engagierst du dich politisch für Frauengesundheit?

Weil meine Mutter kriegsbedingt wenig Zugang zu Gesundheitsversorgung hatte. Außerdem werden Medikamente oft an Männern getestet, und weibliche Symptome sind schlechter erforscht – das ist ungerecht.

Was hättest du deinem jüngeren Ich in der Schulzeit gerne gesagt?

Mach dir keinen Kopf, alles wird gut. Schule ist nicht alles.

Setz dich nicht unter Druck, auch wenn du mal eine schlechte Note hast. Es gibt mehr als nur Schule, und du schaffst das.

Was denken andere oft falsch über das Arbeiten im Familienbetrieb?

Viele denken, dass man nur in einem Familienbetrieb arbeitet, weil man es akademisch

nicht geschafft hat. Aber diese Arbeit hat mich viel mehr gelehrt, als viele denken – vor allem den Umgang mit Menschen.

Wie hat deine Arbeit in der Pizzeria deinen Blick auf Studium und Karriere beeinflusst?

Ich habe gelernt, wie man mit Menschen umgeht, Smalltalk führt und Situationen gelassen nimmt. Diese Erfahrungen haben mir in meinem Studium und der späteren Karriere geholfen, gerade bei internationalen Kollegen.



(Collage: J. Hillebrand)

Was hat dich motiviert, dich für Frauenrechte einzusetzen?

Als Frau mit Migrationshintergrund habe ich früh Diskriminierung erfahren, sei es durch sexistische oder rassistische Sprüche. Es ist mir wichtig, Frauen zu ermutigen, für ihre Rechte einzutreten und sich nicht unterkriegen zu lassen.

Welche Hürden sehen junge Frauen, die studieren möchten?

Sexismus und Diskriminierung sind große Themen. Frauen müssen sich oft mehr beweisen als Männer. Es ist wichtig, den Mund aufzumachen, wenn man ungerecht behandelt wird.

Was könnte sich in der Politik oder in der Schule ändern, um Mädchen stärker zu unterstützen?

Es braucht mehr Aufklärung und Bewusstsein, wie man mit Frauen umgeht und wie Diskriminierung und Sexismus frühzeitig erkannt werden können. Mehr Förderung und speziell zugeschnittene Programme für Mädchen in Naturwissenschaften könnten helfen.

Welche Tipps gibst du jungen Menschen, die zwischen zwei Kulturen aufwachsen?

Verliert euch nicht selbst dabei. Nehmt die guten Aspekte aus beiden Kulturen mit. Es ist eine Stärke, zwischen zwei Kulturen aufzuwachsen, und man kann eine Identität entwickeln, die beide Seiten vereint.

Was können Schulen tun, um Schüler mit Migrationshintergrund besser zu unterstützen?

Lehrer sollten sich bewusst sein, dass Migrantenkinder oft nicht die gleichen Ressourcen haben. Sie sollten gezielt Unterstützung bieten und individuell fördern, ohne voreilige Urteile zu fällen.



Abarna zu Besuch am Gymnasium Haren (Foto: J. Hillebrand)

[Malea]

Bastelideen

Wenn es draußen kälter wird und die ersten Lichter leuchten, beginnt die perfekte Zeit zum Basteln. So kann man sich die Zeit gemütlich machen, egal ob Zuhause oder im Klassenraum. Hier sind ein paar leicht umsetzbare Ideen.



Material:

- Eierkarton
- kleiner Ast
- Acrylfarbe
- Etwas zum Schneiden, z.B. Schere, Messer

Anleitung:

- Als erstes trennt ihr die Eierhöckerchen eines Eierkartons ab (man braucht 2 Stück für eine Tanne)
- Nach dem Abtrennen malt ihr die Eierhöckerchen mit einer Farbe eurer Wahl an
- Zum Schluss klebt ihr diese auf einen kleinen Ast

Und schon habt ihr eine kleine Dekoration für z.B. einen Kranz!

[Quelle: Geniale Tricks]

Material:

- rundes Glas (Es geht genauso gut ein normales Marmeladenglas)
- Leitungswasser
- Glitzer eurer Wahl
- (Eine Figur)

**Anleitung:**

- Falls ihr dieses Projekt mit einer Figur machen wollt, klebt ihr diese nun an den Deckel des Glases
- Nun gebt ihr Glitzer eurer Wahl in das Glas und füllt dieses mit Leitungswasser auf
- Nun verschließt ihr das Glas und dreht es um, sodass ihr eine selbstgemachte Schneekugel erhaltet

[Quelle: Geo.de]



Material:

- Klopapier
- Laminierfolie
- Perlen
- Kleber
- Lichterkette

Anleitung:

- Als erstes formst du die Laminierfolie zu einem Trichter, dieser sollte stehen können
- Nun reißt du dir ein Stück Klopapier ab und drehst es zur Hälfte ein
- Wenn du genug von den Klopapierstückchen hast, klebst du diese auf den Trichter, sodass man von diesem nichts mehr erkennt
- Jetzt nimmst du dir die Perlen und verzierst sie so auf der Tanne bis es dir gefällt
- Zum Schluss befestigt du eine kleine Lichterkette im Inneren der Tanne
- So habt ihr eine kleine beleuchtete Dekoration

[Quelle: Tiktok: kreativesfunkeln]

Ausflüge

SV-Fahrt nach Frenswegen

Die diesjährige SV-Fahrt fand von Mittwoch bis Freitag statt und bot den teilnehmenden Schülern und Schülerinnen ein abwechslungsreiches Programm. Ziel der Fahrt war es, die Gruppendynamik innerhalb der SV zu stärken, gemeinsame Projekte für das kommende Schuljahr zu entwickeln und in entspannter Atmosphäre zusammenzuarbeiten.



Foto: Schulhomepage

Am Mittwoch kam die Gruppe zunächst an und bezog die Zimmer. Nach dem Mittagessen wurde mit den ersten Kennenlern- und Kooperationsspielen losgelegt, um die Gruppendynamik zu verbessern. Am Nachmittag gab es eine Kuchenpause, bevor eine weitere Einheit zur Stärkung des Teamgefühls stattfand. Der Abend endete mit einem gemütlichen Beisammensein und verschiedenen Gesellschaftsspielen.

Der Donnerstag begann mit einem gemeinsamen Frühstück. Danach folgte eine der ersten Arbeitseinheiten, in der die Agenda für das Schuljahr 2025/26 erarbeitet wurde. Nach dem Mittagessen planten die Teilnehmenden in Kleingruppen konkrete Projekte. Bei Kaffee und Kuchen wurden anschließend die entstandenen Ideen vorgestellt und Details besprochen. Der Tag klang nach dem Abendessen gemeinsam und entspannt aus.

Am Freitag stand nach dem Frühstück eine kurze Feedbackrunde zur gesamten Fahrt auf dem Programm, bevor es schließlich zurück nach Hause ging.

Chorfreizeit: Young Voices

Die jährliche Chorfreizeit ist für viele ein besonderes Ereignis, bei dem Musik, Gemeinschaft und intensives Proben im Mittelpunkt stehen. Auch in diesem Jahr machten sich die Young Voices wieder auf den Weg, um gemeinsam eine musikalische Auszeit zu verbringen.

Auch in diesem Jahr fuhren die Young Voices, zusammen mit dem Schulchor, wieder in das Kloster Frenswegen. Die Schülerinnen und Schüler der Young Voices probten insgesamt zwei Tage, in denen vor allem das Programm für das Weihnachtskonzert eingeübt wurde. Begleitet wurden Sie dabei von Frau Wilming und Frau Imming, die gemeinsam die Proben gestalten konnten und mehrstimmige Lieder mit den Schülerinnen einüben konnten.

Durch die intensiven Proben und die gemeinsame Zeit konnten sich die Young Voices zudem besser kennenlernen und als Gruppe zusammenwachsen.

Doch auch der Spaß kam während der Chorfreizeit nicht zu kurz, denn die Oberstufenschülerinnen und -schüler hatten für den Abend eine Abendshow für alle vorbereitet, die große Freude bereitete und nach der anstrengenden Probenarbeit einen gelungenen Tagesabschluss darstellte.

Alle freuten sich bereits auf das Weihnachtskonzert, welches in diesem Jahr am 12. Dezember stattfand. Den Jahresabschluss bildete dann zudem das Weihnachtssingen am 18.12. im Forum.

Klänge, die verbinden: Impressionen unserer Chorfreizeit

Diese Jahr fand wieder eine Chorfreizeit statt für die Gemeinschaftsstärkung. Es wurde viel gesungen und gemeinschaftliche Aktivitäten durchgeführt.

Dazu haben die Schülerinnen Marieke Kamphuis und Fanny Andrees diesen Bericht verfasst.

Vom 6. bis 8. Oktober begab sich der gesamte Schulchor auf Chorfreizeit ins Kloster Frenswegen, um viele neue Chorsätze in der durch das Kloster gegebenen Ruhe einzuüben und eine noch größere Gemeinschaft untereinander und insbesondere zu den Neuzugängen aufzubauen.

Nach der Ankunft am Montagmorgen starteten wir direkt mit einer der zahlreichen Proben. Da wir uns ausschließlich auf das gemeinsame Singen konzentrierten, konnten wir viele neue Stücke einüben oder bereits begonnene wie z.B. das bekannte „You raise me up“ von Westlife weiter optimieren. Dabei kam der Spaß an der Musik niemals zu kurz und in den Pausen fand man immer eine Beschäftigung mit den (neuen) Freunden.

Die Zeiten zwischen den Proben wurden oft genutzt, um gemeinsam Spiele wie Werwolf, Tischkicker oder Billard zu spielen. Dies war aufgrund der guten Ausstattung und des großen Geländes des Klosters möglich.

Die Abende verbrachten wir dann in der großen Runde mit Spielen wie Verstecken, Herzblatt, Liedererraten, Singen und noch vielem mehr. Auch unsere Chorleiter haben sich abends bei einigen Spielen beteiligt, wobei Herr Triphaus und Frau Imming in einem Karaokespiel gegeneinander antraten und lautstark angefeuert wurden. Alle hatten dabei viel Spaß und gingen müde, aber glücklich über einen erfüllten Tag auf ihre Zimmer.

In diesem Jahr hat unser Chor auch wieder eine neue Chorpräsidentin bestimmt: Marit Frye musste sich mit ihren Mitbewerbern in verschiedenen Kategorien wie beispielsweise dem Schreiben eines Gedichtes oder auch dem Vortragen einer Liebeserklärung an einen Gegenstand beweisen und wurde schließlich zur Präsidentin

unseres Chors gewählt.

Wir haben aber nicht nur eine neue Chorpräsidentin, sondern nach der Jahrzehntelangen Leitung von Herrn Stegemann auch neue Chorleiter. Auch wenn Frau Bülter und Herr Triphaus in die großen Fußstapfen von Herrn Stegemann treten, können sie diese mit ihrer Leidenschaft und Begeisterung für die Musik gut füllen. Die neu ausgewählten Lieder finden im Chor viel Begeisterung und sind richtige Ohrwürmer.

Am zweiten Tag wurden wir von einem Besuch von Herrn Stegemann überrascht, über den wir uns alle sehr gefreut haben. Zusammen haben wir dann das anspruchsvolle Stück „Sancta Mater“ von Karl Jenkins weiter geprobt und unserem ehemaligen Chorleiter unsere neuen Stücke vorgestellt.

Ein besonderes Highlight stellte in diesem Jahr eine Gruppe von Ukulelenbauern dar, mit der wir uns das Kloster teilten. Es handelte sich hierbei um ein kleines Seminar, dessen Teilnehmer aus ganz Deutschland nach Frenswegen reisten, um in die Magie des Ukulelenbauens eingeweiht zu werden. Viele von uns nahmen ihr herzliches Angebot, sie bei Interesse zu besuchen, an und staunten über die hohe erforderliche Präzision und über die kleinen Nuancen wie die unterschiedlich klingenden Holzarten, die schließlich das kostbare Instrument ausmachen. Am Ende haben wir als Chor die Ukulelenbauer bei dem bekannten Lied „Let it be“ von den Beatles mit unserem Gesang begleitet. Das war auch ein besonders schöner Moment der Chorfreizeit.

Zum Schluss wurde es noch emotional, da der Abschied bevorstand und wir uns wieder auf den Heimweg begaben. Auch wenn wir etwas traurig waren, dass die drei Tage so rasch vergingen, sind wir schon voller Vorfreude auf die nächste Chorfreizeit und natürlich auf das Weihnachtskonzert!