

**Zeitschrift:** Pestalozzi-Kalender  
**Herausgeber:** Pro Juventute  
**Band:** 89 (1996)  
  
**Rubrik:** Agenda

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 07.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



**notizen**

**1**  
**DI**  
BUNDESFEIER

**2**  
**MI**

**3**  
**DO**

**AUGUST** **8**

**4**  
**FR**

**5**  
**SA**

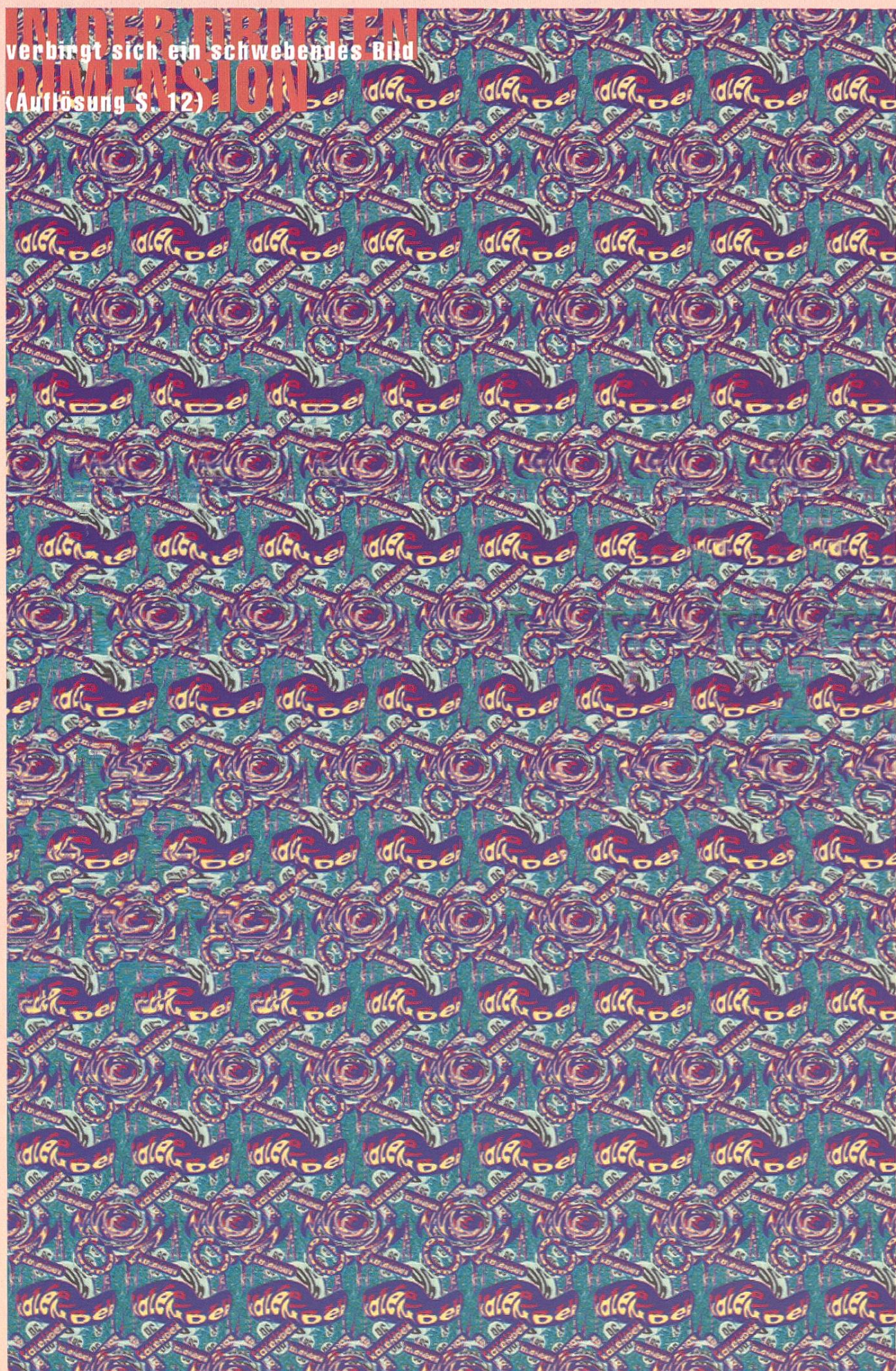
**6**  
**SO**



# IN DER DRITTEN DIMENSION

verbirgt sich ein schwebendes Bild

(Auflösung S. 12)





**7**  
**MO**

**8**  
**DI**

**9**  
**MI**

**10**  
**DO**

**AUGUST** **8**

**11**  
**FR**

**12**  
**SA**

**13**  
**SO**



# WIE FUNKTIONIERT DAS MAGISCHE AUGE?

Wie musst du das Bild auf Seite 10 betrachten,  
damit du das hier abgebildete «schwebende»  
Objekt darin erkennen kannst?

## Sehtechnik 1:

- Geh ganz nah an das Bild heran (mit der Nase fast auf dem Blatt).
- Entspanne deine Augen, und starre durch die Seite «ins Unendliche».
- Versuche, diesen Blick zu «halten» (nicht zu zwinkern).
- Jetzt entferne die Zeichnung (Computergrafik) ganz langsam, und versuche, weiter ins Unendliche zu starren.

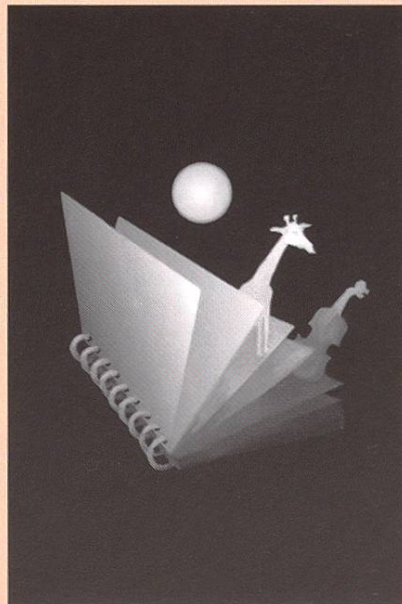
Etwa bei Leseentfernung ergibt sich das plastische Bild. Wenn du Glück hast, klappt es nach ein paar Versuchen. Es kann aber auch etwas dauern, bis du es schaffst, den Blick zu fokussieren. Geduld und Übung bringen das Aha-Erlebnis. Manchmal hilft es auch, nah an das Bild heranzugehen, über das Bild hinweg auf etwas Entferntes zu starren (z. B. aus dem Fenster) und dann mit diesem Blick durch das Bild zu schauen und sich langsam zu entfernen.

Mit dieser Technik siehst du das plastische Objekt richtig herum.

## Sehtechnik 2:

Der Abstand zwischen der Computergrafik und den Augen sollte etwa der normalen Leseentfernung entsprechen. Versuche nun, durch bewusstes Schielen (und durch Ändern der Entfernung) das versteckte Bild zu sehen.

Mit dieser Technik siehst du das Tiefenbild spiegelverkehrt.



## Wie entsteht ein «magisches Bild»?

Das Medium, mit dem der Computer das Tiefenbild erzeugt, ist ein Raster mit dem immer gleichen Motiv (= Textur, in unserem Fall ist das Motiv aus

dem Pestalozzi-Kalender-Signet aufgebaut). Mittels eines speziellen Programms, das zur Berechnung von Autostereogrammen (= Bilder mit versteckter 3-D-Information) entwickelt wurde, kann das Grundraster so verändert werden, dass ein mit den hier beschriebenen Sehtechniken erkennbares 3-D-Bild entsteht. Das Prinzip, das dabei zur Anwendung kommt, ist der sogenannte Tiefenkanal (Graustufenkanal): die weissen Flächen des verborgenen, plastischen Bildes erscheinen vorn, schwarze hinten und graue dazwischen.

Tip für interessierte Computereckel: du kannst solche «magischen Bilder» selbst erzeugen. Die entsprechende Software ist im Fachhandel erhältlich.

CU

Dieses Motiv  
(Tiefenkanal)  
siehst du mit  
etwas Übung  
dreidimensional  
auf Seite 10.



**14**  
**MO**

**15**  
**DI**

MARIÄ HIMMELFAHRT

**16**  
**MI**

**17**  
**DO**

**AUGUST 8**

**18**  
**FR**

**19**  
**SA**

**20**  
**SO**



**W**ie wirken Drogen, wie gefährlich sind sie? Welche Drogen machen süchtig? Solche und ähnliche Fragen, das wissen wir aus zahlreichen Zuschriften, beschäftigen auch die Leserinnen und Leser des Pestalozzi-Kalenders. Wir versuchen, hier so ehrlich, knapp und nüchtern wie möglich einige Antworten auf diese Fragen zu geben. Wir beschränken uns dabei auf chemische Substanzen, also auf Drogen im engeren Sinne, und schliessen Drogen im weiteren Sinn (wie Fernsehen, Musikberieselung usw.) aus.

tionen Drogen? Oder bist du völlig auf eine Tätigkeit fixiert? Frage dich mal:

- Nehme ich Drogen, um meinen Problemen aus dem Weg zu gehen?
- Brauche ich sie, weil ich einsam bin?
- Nehme ich Alkohol oder Haschisch, damit mich meine Clique akzeptiert?
- Brauche ich Drogen, um meine Hemmungen und Ängste vor Menschen zu überspielen?
- Brauche ich sie, weil ich mich von meinen Eltern nicht verstanden fühle?

Beispiel mit jemandem im Drop-in. Niemand dort wird dir Vorwürfe machen. Und alles bleibt unter euch; niemand sonst wird etwas erfahren (Adressen siehe: Jugendbroschüren, S. 278).

(Der Fragebogen wurde entnommen aus: Zürcher Dschungelbuch, OKAJ Zürich, 1994. Die Infos zu den einzelnen Drogen stammen zum grössten Teil aus: Jacques Vontobel/ Andreas Baumann, Auch mein Kind...? Gespräche mit Eltern über Süchte und Drogen. Verlag pro juventute, Zürich 1993. Die Broschüre richtet sich

## DROGEN – WEIL ICH EINSAM BIN?



ILLUSTRATION: ADRIAN TOBLER

### Ich bin doch nicht süchtig! Oder vielleicht doch?

Süchtig wirst du nicht von einem Tag auf den anderen. Und hie und da mal Rauschmittel zu konsumieren heisst nicht gleich, dass man abhängig ist. Doch wer süchtig ist, merkt dies meist erst, wenn es zu spät ist. Konsumierst du oft in schwierigen Situa-

- Nehme ich sie, weil ich mit dem Puff in der Schule oder am Arbeitsplatz nicht zurechtkomme?
- Oder einfach, weil ich diese Welt zum Kotzen finde?

Hast du ein oder mehrere Male mit «Ja» geantwortet? Dann bist du vielleicht süchtig. Sprich mit jemandem darüber, zum

zwar an Eltern, ist aber auch für Jugendliche ganz interessant.)

cu



**21**  
**MO**

**22**  
**DI**

**23**  
**MI**

**24**  
**DO**

**AUGUST 8**

**25**  
**FR**

**26**  
**SA**

**27**  
**SO**



# Thailand

## Gai Phat Met Mamuang Him Maphan – gebratenes Hühnerfleisch mit Cashewnüssen

Für 3–4 Personen:

- 300 g Poulet-Geschnetzeltes
- 3 EL Weisswein oder Thai-Whisky
- 1½ EL weisse Sojasauce
- 3 EL Speiseöl
- 200 g ganze Cashewnüsse
- 6 getrocknete Chilis
- 1 grosse Zwiebel, grob geschnitten
- 6 Frühlingszwiebeln, in 1-cm-Stücke geschnitten
- 2 EL Fischsauce
- 1 TL Pfefferkörner
- 1 TL Zucker

Poulet mit Weisswein und Sojasauce vermischen und 10 Minuten stehen lassen.

Öl in der Bratpfanne erhitzen und Cashewnüsse und Chili gelb braten. Das Pouletfleisch dazugeben und ca. 2 Minuten anbraten.

Die geschnittene Zwiebel, Zucker und Fischsauce dazumischen und nochmals ca. 2 Minuten braten. Die Frühlingszwiebeln und Pfeffer dazugeben und anrichten.

Schmeckt am besten gebraten mit breiten Reismudeln.

## Indien Auberginen- Joghurt-Salat

- 1 grosse Aubergine – etwas Salz
- 1 grüne Chilischote
- 20 g gehackter frischer Ingwer
- 2 EL Öl
- 2 gepresste Knoblauchzehen
- 250 g Joghurt
- ½ TL Kurkumapulver
- ½ TL Kreuzkümmel

Die Aubergine in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Diese mit Salz bestreuen und etwa ½ Stunde stehen lassen.

Die Chilischote entkernen und in dünne Ringe schneiden. Diese zusammen mit dem Ingwer im Mörser zerreiben. Die Auberginenscheiben gut abwaschen, trockentupfen und die Chili-Ingwer-Mischung darauf geben.

Das Fett in einer Pfanne erhitzen und die Auberginenscheiben von beiden Seiten 1–2 Minuten braten. Sie sollen noch hell sein. Sie anschliessend herausnehmen und auf Küchenkrepp legen.

Knoblauch, Joghurt, Gewürze und etwas Salz verrühren, in eine Schüssel geben und die Auberginenscheiben darauf legen. Das Ganze etwa ½ Stunde kühl stellen.



**28**  
**MO**

**29**  
**DI**

**30**  
**MI**

**31**  
**DO**

**AUGUST 8**

**notizen**



# GUTEN APPETIT!

«Hanna, iss deinen Teller leer!» verlangt Mama, «so manches arme Mädchen wäre froh, wenn es nur die Hälfte davon hätte.» – «Das wäre ich auch», seufzt Hanna.

Der Grossvater ärgert sich beim Essen über seinen Enkel: «Aber Robi, wie kann man denn mit vollem Mund reden!?» – «Reine Übungssache», erklärt Robi.

«Warum fressen Raubtiere rohes Fleisch?» – «Weil sie nichts vom Kochen verstehen.»

Der Kellner fragt den Gast: «Haben Sie ein Dessert genommen?» – «Wieso?» wundert sich der Gast, «fehlt denn eines?»

In der Pause geht Patrizia wütend auf Bianca los. «Ich habe gehört, dass du überall herumerzählst, ich hätte eine grosse Klappe.» – «Das habe ich nicht gesagt», verteidigt sich Bianca. «Ich habe nur gesagt, dass du eine Banane quer essen kannst.»

«Herr Ober», beschwert sich der Gast, «mein Teller ist nass.» – «Das ist die Suppe.»

Kathi hat beim Bäcker Brot geholt. Als sie heimkommt, sieht die Mutter, dass Kathi ganz schwarze Hände hat. Kathi zuckt die Schultern. «Spielt's eine Rolle?» fragt sie. «Ich sollte doch sowieso dunkles Brot holen.»

... UND NOCH EIN LÖFFELCHEN FÜR ONKEL MAX!

OH NEIN! DER IST SCHON DICK GENUG!



In der Jugendherberge füllt die Herbergsmutter beim Frühstück die Tassen. «Pfui», schimpft Inge, «der Kaffee schmeckt ja wie Spülwasser!» – «Du hast wohl eine Geschmacksverirrung», meint Linda, «das ist doch Tee.» Da ruft die Herbergsmutter über den Tisch: «Möchte jemand noch Kakao?»

Severin kommt aus dem Kochunterricht nach Hause. «Stell dir vor, Mama», erzählt er, «aus Versehen habe ich Waschpulver statt Haferflocken ins Birchermus getan.» – «Und?» will Mama wissen, «was hat die Lehrerin gemacht?» – «Geschäumt hat sie», strahlt Severin.

Der Arzt drückt Herrn Meier ein Papier in die Hand. «Ich habe Ihnen hier ein Rezept aufgeschrieben.» – «Oh, fein», freut sich Herr Meier, «kochen Sie denn auch so gern wie ich?»

Die Familie isst an diesem Sonntag im Restaurant, aber die Schnitzel sind etwas zäh. Mutter schnetzelt verzweifelt an ihrem Schnitzel herum, da rutscht es vom Teller und fällt unter den Tisch. Ein Hund kommt gelaufen und schnüffelt daran. «Oje, mein schönes Schnitzel», jammert die Mutter. – «Keine Angst, Mama», sagt Patrick beruhigend, «der Hund wird es nicht bekommen. Ich habe meinen Fuss drauf.»



**notizen**

**SEPTEMBER**

**1**  
**FR**

**2**  
**SA**

**3**  
**SO**



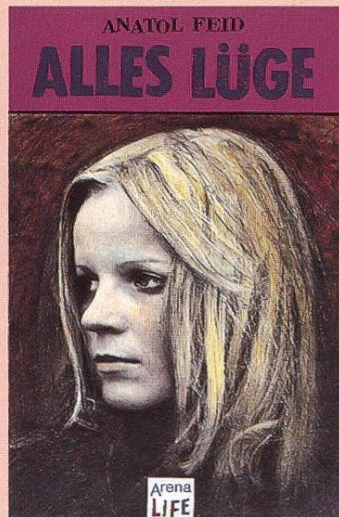
**I**n vielen Briefen an die Redaktion des Pestalozzi-Kalenders taucht der Wunsch auf, mehr über Drogen zu erfahren. Diesem Wunsch wollen wir selbstverständlich nachkommen. Aber nicht durch einen eigenen weiteren Artikel über Drogen, Sucht und Fixerelend. Wir lassen Autorinnen und Autoren zu Wort kommen. In den vorgestellten Büchern wird das Drogenproblem aus ganz unterschiedlichen Positionen angesprochen. Stoff zum Nachdenken liefern allesamt ausgiebig.

## SÜCHTIG! Bücher zum Thema Drogen

Anatol Feid:  
• **Alles Lüge.**  
Arena-Taschenbuch,  
Würzburg 1994.  
Ab 12 Jahren.

Die 12jährige Martina muss sich mit der Drogensucht ihrer älteren Schwester Inge und den ganzen Vertuschungen rund um sie auseinandersetzen. Martina weiss wenig über Drogen und ist nicht in der Lage, das seltsame Verhalten ihrer Schwester zu verstehen. Die Eltern weigern sich schlichtweg, sich einzugestehen, dass ihre älteste Tochter, die hübsche, kluge Inge, drogenabhängig geworden ist. Sie vertuschen und beschönigen, sprechen von

gen ins Spital und nach Hause bringt – als Liebesbriefe von ihrem Freund. Erst als sie zufällig Zeugin einer Polizeirazzia in der Wohnung von Inges Freund wird, gehen ihr die Augen auf. Und zum ersten Mal sprechen Martina und ihre Eltern offen miteinander über die Drogensucht von Inge. Aber bis zum Schluss ist Martina nicht sicher, ob die Eltern wirklich die Wahrheit sagen. Hier ist ein sehr realistischer Aspekt der Drogenproblematik angesprochen: Die Vertuschung und die Lügen, damit ja niemand etwas erfährt – und wodurch alles nur schlimmer werden kann.



einer Nierenkrankheit, als Inge in der Schule zusammenbricht und ins Spital eingeliefert wird. Martina, in ihrer Hilflosigkeit und in gutem Glauben, ihrer Schwester zu helfen, wird unfreiwillig und unwissentlich zur Botin, die der Schwester sogar Dro-

Angelika Mechtel:  
• **Cold Turkey.**  
Ravensburger Taschenbuch Band 4123,  
Ravensburg 1994.  
Ab 12 Jahren.

Auch in «Cold Turkey» wird aus der Sicht der Schwester das Schicksal eines Drogenabhängigen geschildert. Simone war 12 und Andy 16, als es begann: Andy kam über Freunde in der Schule an Drogen heran, er wurde erwischt und von der Schule verwiesen. Das war der Anfang vom Ende: In diesem Moment war Andy noch nicht süchtig. Aber die Reaktion der Umwelt, der Familie, der



4  
MO

5  
DI

6  
MI

7  
DO

8  
FR

9  
SA

10  
SO

SEPTEMBER 9



Freunde, die ihn plötzlich schnitten, liessen ihn keinen anderen Ausweg mehr sehen. Auseinandersetzungen häuften sich, und als er sich in die drogenabhängige Natalie verliebte, rutschte er völlig in die Junkieszene ab. Seine Schwester Simone wollte es zuerst nicht wahrhaben, aber nachdem sie ihn ein paarmal beim Klauen beobachtet und miterlebt hatte, wie er in seiner WG zusehends verkam, musste sie sich eingestehen, dass ihr Bruder ein Fixer war. Die Eltern handeln schliesslich. Sie zeigen Andy bei der Polizei an. Der Anfang vom Ausstieg? Vom Gefängnis geht Andy in den Entzug.

Die Autorin schildert den Einstieg in die Sucht sehr überzeugend. Andy stammt auch nicht aus irgendeiner Randgruppe, sondern aus einer intakten Familie, war Gymnasiast, lebte also ein ganz

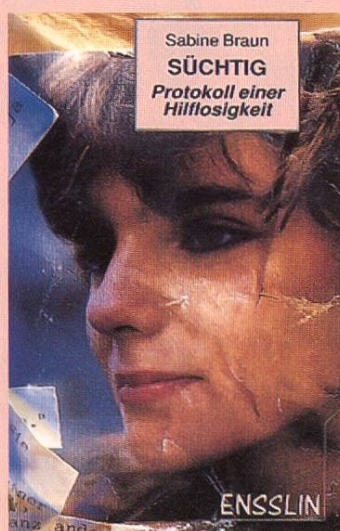
«normales» Leben. Die Familie wird miteinbezogen, was sicher wichtig ist, denn wenn ein Jugendlicher in die Drogenszene gerät, sind Eltern und Geschwister immer stark mitbetroffen.

Sabine Braun:

• **Süchtig.**  
**Protokoll einer Hilflosigkeit.**

Ensslin Verlag,  
Reutlingen 1994.  
Ab 14 Jahren.

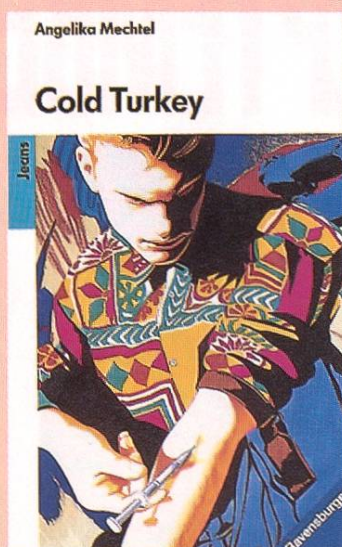
«Süchtig. Protokoll einer Hilflosigkeit» ist eine Dokumentation, die unter



die Haut geht. Die Fernsehjournalistin Sabine Braun begleitete während zweier Jahre die schwer drogensüchtige 15jährige Tanja. Im Bericht sind viele Gespräche mit dem Mädchen, ihrer Mutter, ihrer Schwester, Fürsorgerinnen, Ärzten, Polizisten wiedergegeben. Alle Versuche, Tanja von der Sucht loszubrin-

gen, alle Hilfsangebote und sowohl freiwillige wie aufgezwungene Entzüge scheitern – spätestens nach zwei, drei Tagen haut Tanja ab, beschafft sich wieder Stoff. Die Menschen um sie, die ihr helfen wollen, sind letztlich hilflos und werden von Tanja ständig getäuscht und belogen. Mit siebzehn steckt Tanja tiefer in der Sucht als je zuvor. Dann verschwindet sie, niemand weiss, was aus ihr geworden ist. «Süchtig» zeigt schonungslos, wie unendlich schwierig es ist, an Süchtige heranzukommen. Sie leben in einer eigenen Welt, nach eigenen Gesetzen und belügen sich und die Menschen um sie rücksichtslos, um an ihren Stoff zu kommen. Dieses Buch zeigt auch, dass es in der Drogenfrage keine einfachen Lösungen gibt und dass ein Zwangsentzug kaum etwas bringt. Von der Droge weg kommt letztlich nur, wer noch die Kraft hat, das auch zu wollen.

R M R





11  
MO

12  
DI

13  
MI

14  
DO

15  
FR

16  
SA

17  
SO

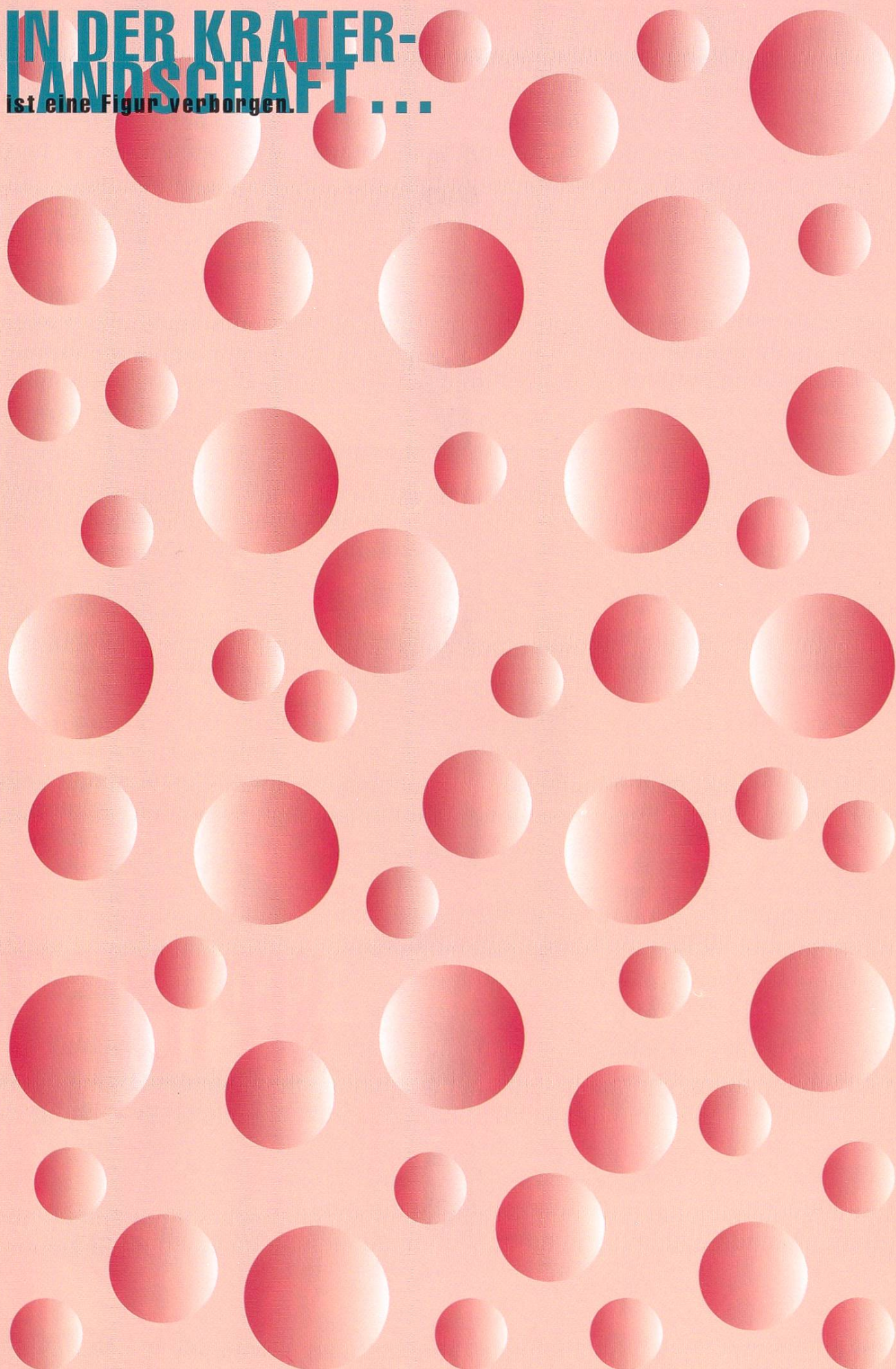
EIDG. BETTAG

SEPTEMBER 9



# IN DER KRATER- LANDSCHAFT...

ist eine Figur verborgen. ...





18  
MO

19  
DI

20  
MI

21  
DO

22  
FR

23  
SA

HERBSTANFANG

24  
SO

SEPTEMBER 9



# Zürich: INDIANER- MUSEUM



Feldstrasse 89

8004 Zürich

Tel. 01 241 00 50.

## ÖFFNUNGSZEITEN:

Mi, Fr und Sa 14–17,

Do 17–20, So 10–13.

## EINTRITT:

Erwachsene Fr. 5.–, reduzierter Eintritt Fr. 2.50.

## FÜHRUNGEN:

Do 18 Uhr, Führungen für Gehörgeschädigte und Blinde nach Vereinbarung.

che Indianerinventar von Karl May und Hollywood steht auf dem Programm des Indianermuseums, sondern ungewohnte Begegnungen mit indianischen Kulturen, mit ihrer Geschichte und Gegenwart, mit ihrem Verschwinden und Überleben. Zu den Highlights des kleinen Museums zählen seltene Kultrequisiten und eine wertvolle Kupferstich-Reihe des legendären Indianermalers Karl Bodmer.



Flohmarkt in Pine-Ridge.

Auch mit den wechselnden thematischen Ausstellungen (z.B. 1994: An-

spruch und Wirklichkeit – Indianische Kulturen im Wandel,

1995: Indian Running – Indianische Botenläufe und heutige Informationsübermittlung) verfolgen die MuseumsmacherInnen das Ziel, nicht die isolierten Objekte in den Mittelpunkt zu stellen, sondern die Lebensvorgänge, die Entwicklungsprozesse zwischen Tradition und Veränderung, Anpassung und Widerstand aufzuzeigen. Das Museum will Fenster und Spiegel sein: als Ort der Bewahrung und der Begegnung – der Begegnung mit dem Fremden, aber auch mit sich selbst.

Als Ergänzung zu den Ausstellungen gibt es einen Museumsladen mit Büchern und alten und neuen Kunst- und Handwerksobjekten. Mindestens zwei Drittel der Verkaufserlöse gehen direkt an die indianischen HandwerkerInnen und KünstlerInnen.

Indianer-reservat Pine-Ridge, 1993.

c u

**D**ie heile Indianerwelt, in der weder Jeans noch Coca-Cola, weder McDonald's noch Macintosh, weder Arbeitslosigkeit noch Wohnungsnot existieren, gibt es nur noch in den Köpfen romantischer Indianerfans. Indianer sind seit der Eroberung Nordamerikas durch die Weissen zu Fremden und Aussen-seitern im eigenen Land geworden. Adlernase, Falkenauge, Federschmuck und Friedenspfeife, Wigwam und Tipi, Tomahawk und Skalp: Nicht das übli-



**25**  
**MO**

**26**  
**DI**

**27**  
**MI**

**28**  
**DO**

**29**  
**FR**

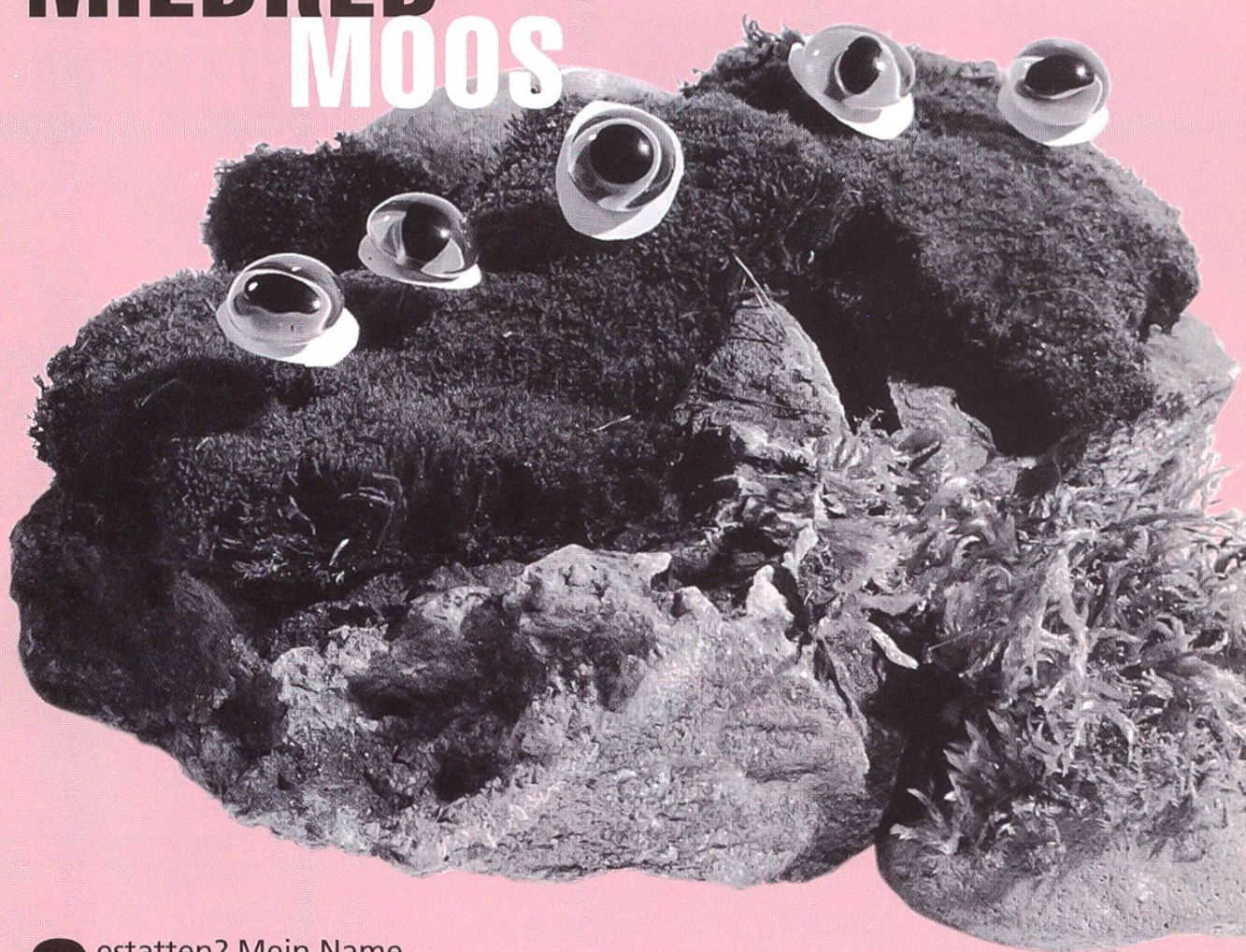
**30**  
**SA**

**SEPTEMBER**

**notizen**



# MILDRED MOOS



«**G**estatten? Mein Name ist Mildred: Ich bin ein Traum in Grün, von zauberhafter Schönheit und heiss begehrt.» So präsentierte sich die junge Moosdame Mildred. Von ihrer Mauer aus genoss sie einen herrlichen Blick über saftige Blumenwiesen. Der Platz war ideal, nur selten verirrte sich eine unangenehme Bise hierher. Auch die frechen Komplimente der vereinzelt Moos-Jungs in der Umgebung hielten sich in manierlichen Grenzen. Ab und zu errötete Mildred dennoch: sie war von geradezu hinreissender Schüchternheit.

Eines Nachts aber wachte Mildred plötzlich auf, und ihre Gedanken, ihr Bewusstsein wurden von einem einzigen Wort, einer einzigen Sehnsucht gepeitscht: Ferien! Sie wollte die Welt erkunden, wollte zum Beispiel wissen, was hinter der Wiese war und wo die Mauer, die sie bewohnte, wohl endete. Sie verfiel in tiefes Nachdenken, nahm die zärtlich wärmenden Strahlen der Morgenson-

ne kaum wahr. Während Mildred den ganzen Tag in tiefem Grübeln verbrachte, fiel sie immer mehr in sich zusammen und wurde blass, als sie glasklar die grausame Erkenntnis durchzuckte: «Als Moos bin ich festgenagelt für immer.» MC

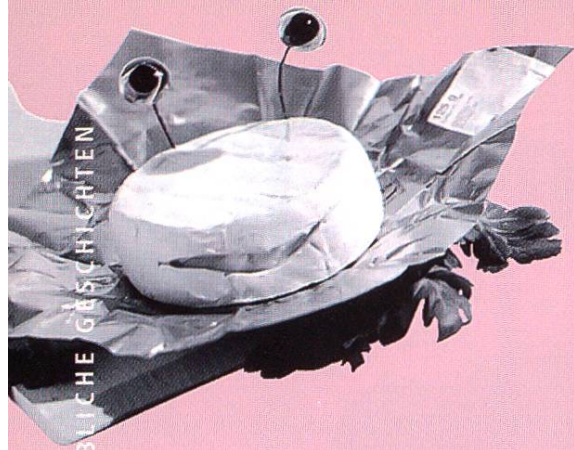


**OKTOBER** 10

**notizen**







**U**nser Reporter vom Dienst, Maurice Codourey, hat für diesen Kalender die mehr oder weniger traurigen Schicksale einiger Zeitgenossen wie Cyrano de Camembert, Dulcinea Daunenjacke oder Lorenz Lakritz aufgezeichnet. Sicher hast auch du in deiner näheren Umgebung eine/n «Bekannte/n», deren oder dessen Lebensgeschichte unsere Anteilnahme verdienen würde.

Die folgende Liste enthält einige Vorschläge für die «Stars» deiner Geschichte. Du kannst aber natürlich auch andere Figuren wählen. Wir hoffen auf möglichst lustige, verblüffende, tragische oder schräge Stories. Sie brauchen nicht lang zu sein – im Gegenteil: je kürzer, desto besser. Was die Länge betrifft, kannst du dich in etwa an den

Geschichten von Maurice Codourey orientieren.

Die zehn besten Geschichten werden im nächsten Pestalozzi-Kalender abgedruckt. Und mit je einem Bücher-gutschein im Wert von fünfzig Franken belohnt.

**Einsendeschluss ist der 31. Januar 1996.**

Einsendungen an:  
verlag pro juventute  
Pestalozzi-Kalender  
Postfach  
8022 Zürich.

# WETTBEWERB: Schreibtalente gesucht

## Möbel

- Norbert Nachttisch
- Wunibert Wohnwand
- Valerie Vase

## Installationen

- Wilbert Wasserleitung
- Sylvie Stromkabel
- Daphne Duschschauch

## Kleider

- Olga Ohrenwärmer
- Suleika Seidenpyjama
- Tom T-Shirt

## Computer

- Thekla Tastatur
- Bert Bildschirm
- Diana Diskette

## Werkzeuge

- Zacharias Zange
- Sandra Säge

**TIP:** Schnappt euch ein Namensverzeichnis oder einen Kalender mit Namenstagen – durchackern, auswählen, erfinden. Die Geschichten müssen nicht unbedingt ein Happy-End haben.

## Garten/Pflanzen

- Gustav Gartenzwerg
- Bodo Bonsai
- Pirmin Pilz

## Essen

- Parsifal Pizza
- Georges Götterspeise
- Hilde Honigbrot

## Getränke

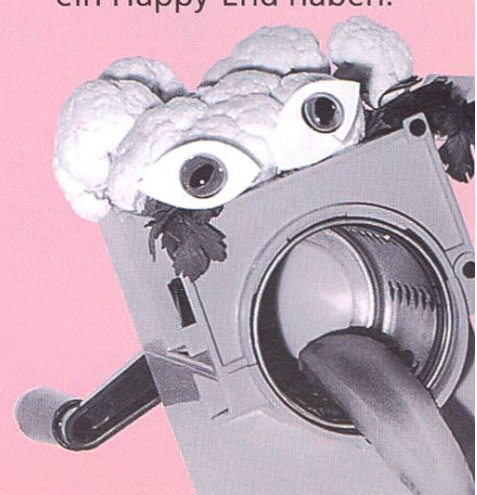
- Sepp Sirup
- Josèphe Jus

## Schulmaterial

- Kassandra Kalender
- Elvira Etui
- Dr. Bongratz Bleistift

## Sport

- Robert Rollschuh
- Judith Jogginganzug
- Sabrina Snowboard





2  
MO

3  
DI

4  
MI

5  
DO

6  
FR

7  
SA

8  
SO

OKTOBER 10



# KÖNIG DER KNOLLENNASEN

## Aussenseiter unter Comiczeichnern: der Homosexuelle Ralf König.

Wenn es jemand geschafft hat, Verständnis für die Randgruppe der Homosexuellen zu wecken, dann Ralf König. Selber homosexuell, zeichnet der deutsche Künstler fast ausschliesslich Comics über Schwule. Dennoch begeistert er auch heterosexuelle Comicfans: Besonders Jugendliche und Frauen bestürmen ihn bei Signierstunden.

Obschon meist nur schwarzweiss gezeichnet, erreichen seine Bücher und Alben Traumauflagen. Mit «Der bewegte Mann» gelang Ralf König 1987 der Durchbruch. Letztes Jahr fand die Verfilmung des Comic-Bestsellers auch in der Schweiz ein grosses Publikum.

Gerade weil er sich so hemmungslos über Männer, die Männer lieben, lustig macht, gelingt es Ralf König, verbreitete Vorurteile abzubauen. Denn seine Comics machen deutlich, dass

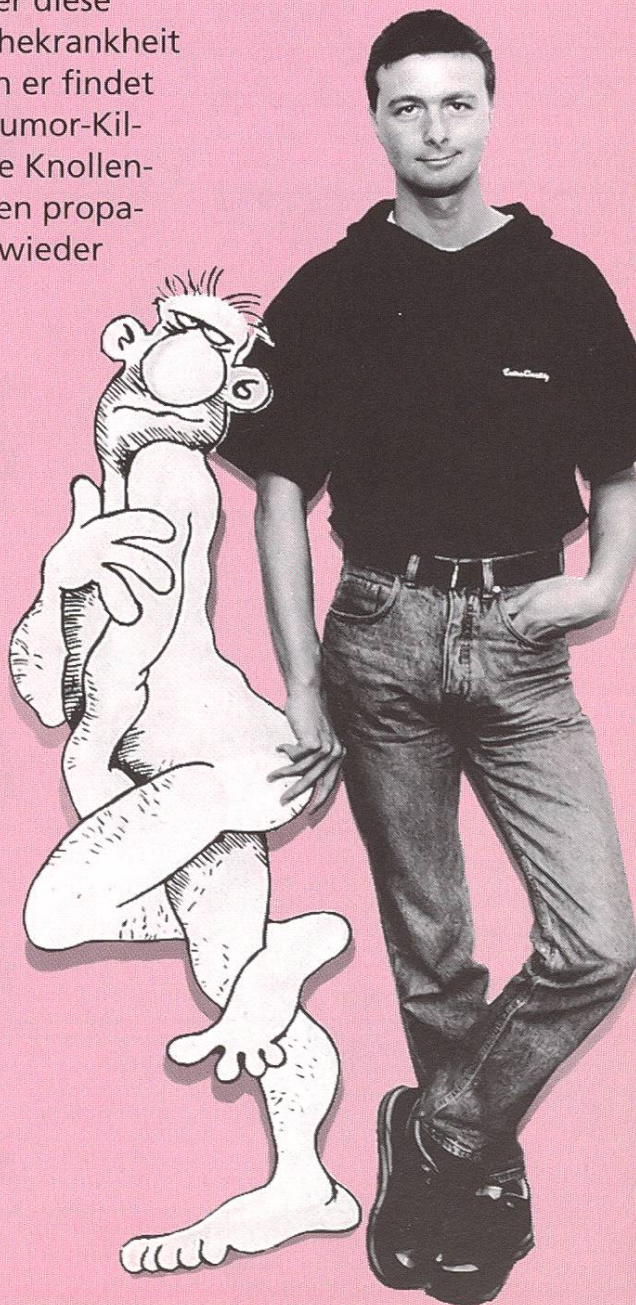
Frust und Freude homosexueller Beziehungen kaum anders aussehen als bei heterosexuellen Liebespaaren.

Auch Aids ist für den 1960 geborenen Zeichner ein Thema. Zwar hat er noch nie ein Album ausschliesslich über diese Immunschwächekrankheit gemacht, denn er findet «Aids ist ein Humor-Killer», aber seine Knollen-nasenmännchen propagieren immer wieder «Safer Sex».

Seine Episoden aus dem Alltag der Schwulen, so grotesk er sie auch überzeichnet, wirken stets sehr ehrlich. König sagt selbst: «Ich merke, wie wichtig es ist, dass ich die Dinge, die ich zeichne, auch selbst erlebe.» Vielleicht macht das die grosse Faszination aus, die seine Comics auf die unterschiedlichsten LeserInnen ausüben: der erfrischend offene Umgang mit der Sexualität.

RETO BÄR

Der deutsche Comic-Künstler Ralf König zeichnet fast ausschliesslich Comics über Schwule.





9  
MO

10  
DI

11  
MI

12  
DO

13  
FR

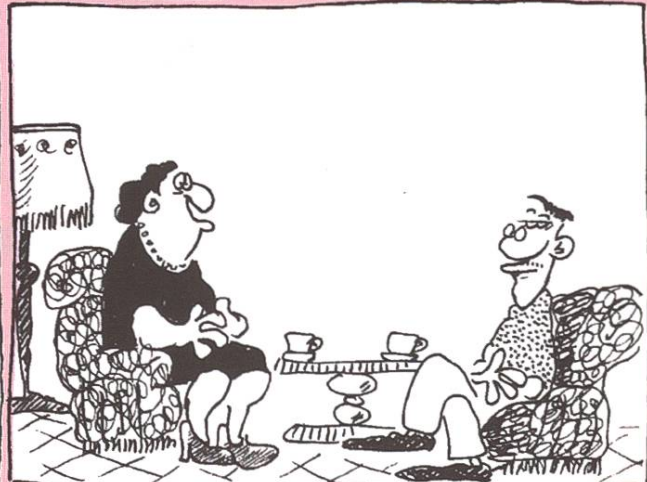
14  
SA

15  
SO

OKTOBER 10



## MAMA



© Ralf K. 1986



**16**  
**MO**

**17**  
**DI**

**18**  
**MI**

**19**  
**DO**

**20**  
**FR**

**21**  
**SA**

**22**  
**SO**

**OKTOBER** **10**



**A**lkohol als «Droge der Erwachsenen» findet auch bei Jugendlichen immer grösseren Anklang. Die Zunahme des Jugendalkoholismus ist ein Problem, das angesichts des auffälligeren (weil illegalen) Drogenkonsums zu Unrecht in den Hintergrund des Interesses gerückt ist. Das ist bedenklich, denn je früher der Griff zur Flasche erfolgt, desto grösser ist die Wahrscheinlichkeit einer Suchtkarriere als Alkoholiker. (Dies gilt natürlich auch für die anderen Drogen!)

Alkohol kann als Genussmittel, aber auch als künstliches Hilfsmittel zur

Wohlbefinden mehr erreicht werden kann.

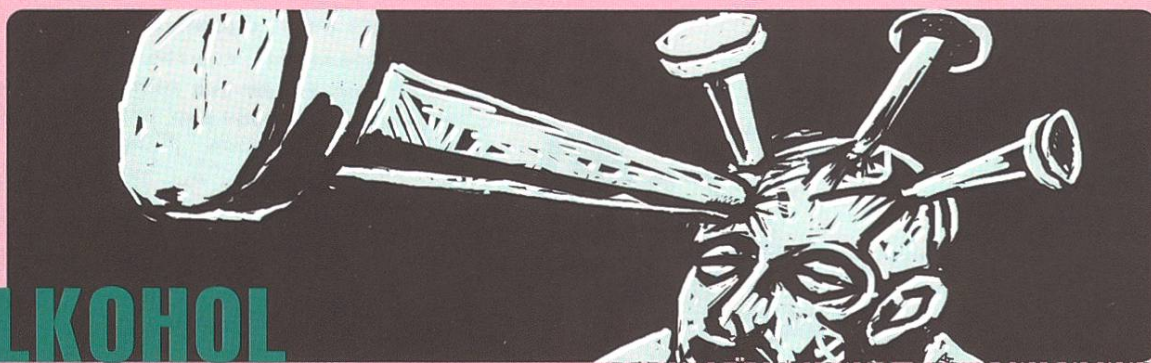
Alkohol erzeugt durch Ausschalten von Kontrollinstanzen ein Leichtgefühl, beseitigt Hemmungen und lässt Sorgen vorübergehend vergessen. Viele Menschen trinken – nebst dem berechtigten Genussbedürfnis –, um sich Mut zu machen, um sich zu beruhigen, um dem Umweltdruck besser standhalten zu können oder um die Leere und Langeweile ihres Lebens zu vergessen.

Von grosser Bedeutung für das Thema «Jugendliche und Alkohol» ist nicht nur das «Trinkvorbild» der Eltern, sondern

des Nervensystems, erhöhtes Krebsrisiko des gesamten Verdauungstraktes;

- seelisch-geistig: Nachlassen der Konzentrations- und Gedächtnisleistung, Absinken der Eigenaktivität, Stimmungsschwankungen, leichte Beeinflussbarkeit (in fortgeschrittenem Fall: Persönlichkeitszerfall, Wahnvorstellungen, Alkohol-delirium);
- sozial: wachsende Spannungen im sozialen Bereich, Nichtbeachtung sozialer Normen, Vernachlässigung der äusseren Erscheinung, Rücksichtslosigkeit. cu

## ALKOHOL



BEEINTRÄCHTIGUNG DER GEHIRNFUNKTION

Erzeugung von Wohlbefinden und zur Beseitigung von Spannungen verwendet werden. Offenbar gelingt es heute vielen Menschen nicht, mit Alkohol sinnvoll umzugehen. Für zu viele wird aus dem Genussmittel ein verhängnisvolles Suchtmittel. Eine Alkoholsucht liegt vor, wenn ohne Alkohol kein echtes

auch der Gruppendruck der Gleichaltrigen.

Es muss zwischen einmaligem und längerem Missbrauch unterschieden werden. Die Auswirkungen bei längerem Alkoholmissbrauch sind:

- körperlich: Schädigung innerer Organe, Herz- und Kreislaufstörungen. Beeinträchtigung der Gehirnfunktion und



23  
MO

24  
DI

25  
MI

26  
DO

27  
FR

28  
SA

29  
SO

OKTOBER 10



# MEXIKO

## Chili con carne: das Nationalgericht

- 1 kg Kalbs- oder Rindsbrust
- 500 g gesprenkelte Bohnen
- 500 g Tomaten
- 2 Zwiebeln
- Fett oder Öl
- Maizena
- Salz und Pfeffer
- Paprika

Abends zuvor die Bohnen einweichen. Am nächsten Tag mit dem in Würfel geschnittenen Fleisch kochen, eine ganze Zwiebel zusetzen. Bevor die Bohnen und das Fleisch weich sind, salzen, pfeffern und paprizieren.

Aus den enthäuteten und entkernten Tomaten und einer gehackten Zwiebel eine Sauce machen und diese zuletzt mit den Bohnen und dem Fleisch vermischen. Maizena in etwas kaltem Wasser verrühren und beifügen.

Man kann dieses Gericht abwechslungsweise mit etwas Koriander oder Knoblauch oder Kümmel würzen oder auch halb und halb Schweine- und Rind- oder Kalbfleisch dazu verwenden.

## Türkei

### Zucchini «Müçver»

- 4 Zucchini
- 1 Zwiebel
- 2 Eier
- 1/2 Bund Petersilie
- 1 Bund Dill
- 2 EL Mehl
- Pflanzenfett zum Ausbraten
- Salz, Pfeffer

Zucchini schälen und raspeln. Mit etwas Salz für 15 Minuten beiseitestellen, ausdrücken. Mehl, Pfeffer, Ei, feingehackte Zwiebel, Dill, Petersilie und, falls gewünscht, geriebenen Käse gut mischen. Erst zuletzt Salz beigeben, damit die Fladen nicht wässrig werden. Die Mischung löffelweise in heissem Öl auf beiden Seiten ausbacken. Kann warm oder kalt serviert werden.

### Türkische Buttermilch (Ayrân)

- 1/2 kg Joghurt
- 1/4 l Wasser
- Salz

Joghurt und Wasser im Mixer gut vermischen. Während der Zubereitung ab und zu Salz zugeben. Den abgekühlten Ayrân in Gläsern servieren. Das Getränk ist leicht bekömmlich. Es kann immer zum Essen getrunken werden. Im Sommer wird es in der Türkei als Erfrischungsgetränk sehr geschätzt.



**30**  
MIO

**31**  
DI

**OKTOBER** 10

**notizen**



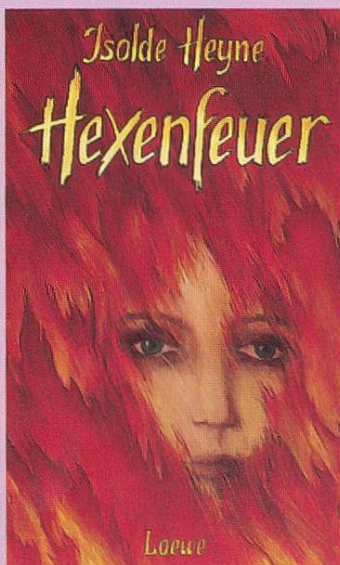
**A**uf den Seiten 204–211 erfährst du, wie weise Frauen zu Hexen wurden und wie es im Mittelalter zu grausamen Hexenprozessen kommen konnte. Die Hexenbücher, die wir hier vorstellen, geben dir die Möglichkeit, dich auf ernsthafte, humorvolle oder spielerische Art mit dem Thema auseinanderzusetzen.

Barbara starrt auf die flackernde Kerze. Es ist ihre letzte Nacht im Kerker. Morgen soll sie auf dem Scheiterhaufen sterben. Schuld daran ist ihre Stiefschwester Armgard, die sich dafür rächen wollte, dass der Mann ihrer Wahl Barbara den Vorzug gab. Noch einmal geht Barbara in Gedanken alle Ereignisse durch, die zu ihrer Verhaftung, Folterung

## HEXENBÜCHER: Garantiert kein fauler Zauber!

### LESERATTENTIPS

- Isolde Heyne:  
• **Hexenfeuer.**  
Loewe, Bindlach 1992,  
3. Auflage.



und Verurteilung führten. Die spannende und sensible Geschichte um verhängnisvoll verflochtene Intrigen endet mit Barbaras Befreiung und Flucht. Die Schuldigen haben eingesehen, dass ihr Überleben von Barbaras Überleben abhängt.

- Sergius Golowin:  
• **Die weisen Frauen. Die Hexen und ihr Heilwissen.**  
Goldmann,  
Grenzwissenschaften,  
3. Auflage 1993.

Der Volkskundler Sergius Golowin belegt, dass das Wort «Hexe» in



seiner negativen Bedeutung mehr und mehr aus unserem Bewusstsein verschwindet. Seit der Hippiezeit (ab 1960) werden «Hexen» wieder als das wahrgenommen, was sie vor dem Mittelalter waren: als weise Frauen, deren Wissen und Traditionsbewusstsein wir in unseren Alltag einbeziehen sollten. Ein aussergewöhnliches und spannendes Sachbuch für alle, die sich mit einem neuen weiblichen Rollenbewusstsein befassen möchten.

- Barbara Cratzius,  
Bernhard Schön (Hrsg.):  
• **Hexentanz und Rattenschwanz.**  
Impulse/Herold,  
Fellbach 1993. (Musikkassette erhältlich)

Man glaubt es kaum, wie viele Hexenspiele, Hexentänze, -reime, -lieder, -sprüche, -geschichten, -rätsel und -rezepte es gibt! Barbara Cratzius hat sie alle gesammelt.



**notizen**

**1**  
**MI**  
ALLERHEILIGEN

**2**  
**DO**  
ALLERSEELEN

**3**  
**FR**

**4**  
**SA**

**5**  
**SO**  
REFORMATIONSFEST

**NOVEMBER 11**





Wie wär's mit einer vergnüglich-gruseligen Hexenparty mit Freunden und Schulkollegen?

Nathaniel Hawthorne:

• **Der scharlachrote Buchstabe.**

Reclam 1993.

«Meine Vaterstadt (Salem, Massachusetts) besitzt eine Macht über meine Gefühle ...», schrieb Nathaniel Hawthorne im Vorwort zu «Der scharlachrote Buchstabe». Vor allem die Tatsache, dass er Bürger jener Stadt sein sollte, die Amerikas letzte Hexe verbrannte, deprimierte Hawthorne. Einer seiner Vorfahren war gar Richter bei diesem Prozess von 1692 gewesen. Beim Stöbern in «geschichtlichem Plunder» stieß Hawthorne auf ein Stück roten Stoff, bestickt mit dem Buchstaben «A». Dies veranlasste ihn, die Geschichte der Hester Prynne aufzuschreiben, die gegen Ende des

17. Jahrhunderts das Opfer einer grotesken Hetzjagd wurde. Während ihr Mann auf Reisen ist, wird die junge Frau schwanger. Ihr Kind Pearl kommt im Gefängnis zur Welt. Hester muss zur Strafe auf der Brust den Buchstaben «A» tragen für «adultery», d. h. Ehebruch, und Pearl bleibt für die Gesellschaft ein Teufelskind, bis ihr Vater, ein Geistlicher, sich endlich der «Hexenjagd» stellt.



Michael Ende:

• **Der satanarchäo-logenialkohöllische Wunschkunsch.**

Thienemann, Stuttgart 1989.

Die zwei sind die Bosheit in Person: Der Zauberer Beelzebub Irrwitzer und seine Tante, die Geldhexe Tyrannja Vamperl. Trotzdem haben sie dieses Jahr ihr Soll an bösen Taten nicht erfüllt. Das Vorrücken der Uhr am 31. Dezember bringt sie

arg in Bedrängnis. Schuld daran sind ein pfiffiger Rabe und ein dümmlicher, aber neugieriger Kater, die im Auftrag des Hohen Rats der Tiere die bösen Taten verhindern sollen. Aber noch bleiben den Bösewichten ein paar Stunden, und so wird munter drauflosgehext und -gezaubert, auch wenn in der Eile so manches schief läuft.

Maj Bylock:

• **Die Hexentochter oder: Ylvas Buch.**

anrich, Kevelaer 1992.

Da Anneli Ylvas Pflegetochter war, wird auch sie der Hexerei verdächtigt. Sie nimmt Ylvas Buch mit und flieht. Bei einer reichen, aber bösen Bäuerin findet sie eine Stelle als Magd. Sie verliebt sich in Bengt, den einzigen Sohn der Bäuerin, und bald erwartet sie ein Kind. Die Bäuerin droht, Anneli als Hexe anzuzeigen. Wieder muss Anneli fliehen. Doch nach der Geburt ihres Sohnes kehrt sie zu Bengt zurück.

Weitere Hexenbücher von Maj Bylock: «Die Hexenprobe» (1989) und «Hexenjunge» (1991), ebenfalls im anrich-Verlag erschienen. CG



6  
MO

7  
DI

8  
MI

9  
DO

10  
FR

11  
SA

12  
SO

NOVEMBER 11



Aus der Zeitung den Fussballstar,  
den Jungen mit dem roten Haar,  
die Frau mit dem komischen Hut,  
das Kind mit der Brille, es sieht nicht gut,  
den verrückten Alten von nebenan,  
den Krüppel in der Strassenbahn,  
das Mädchen mit der schwarzen Haut  
und den Jochen, der lacht immer so laut,  
den Nachbarn mit dem dicken Bauch  
kennst du sie alle auch?

Und du? Dich selber?

Kennst du dich auch?

**KENNST DU  
SIE AUCH?**

**GUCKST DU  
TRÄUME  
IN DIE LUFT?**

Guckst du Träume in die Luft,  
ist es nur ein Blumenduft?  
Schaust du einer Schwalbe zu,  
denkst du an ein Känguruh?  
Schlägt dein Herz so leise,  
oder bist du auf der Reise  
in das Land, in dem alles gut ist  
und du der König bist.  
In dem jeder dich kennt  
und dich beim Namen nennt?

MAX BOLLIGER



**13**  
**MO**

**14**  
**DI**

**15**  
**MI**

**16**  
**DO**

**17**  
**FR**

**18**  
**SA**

**19**  
**SO**

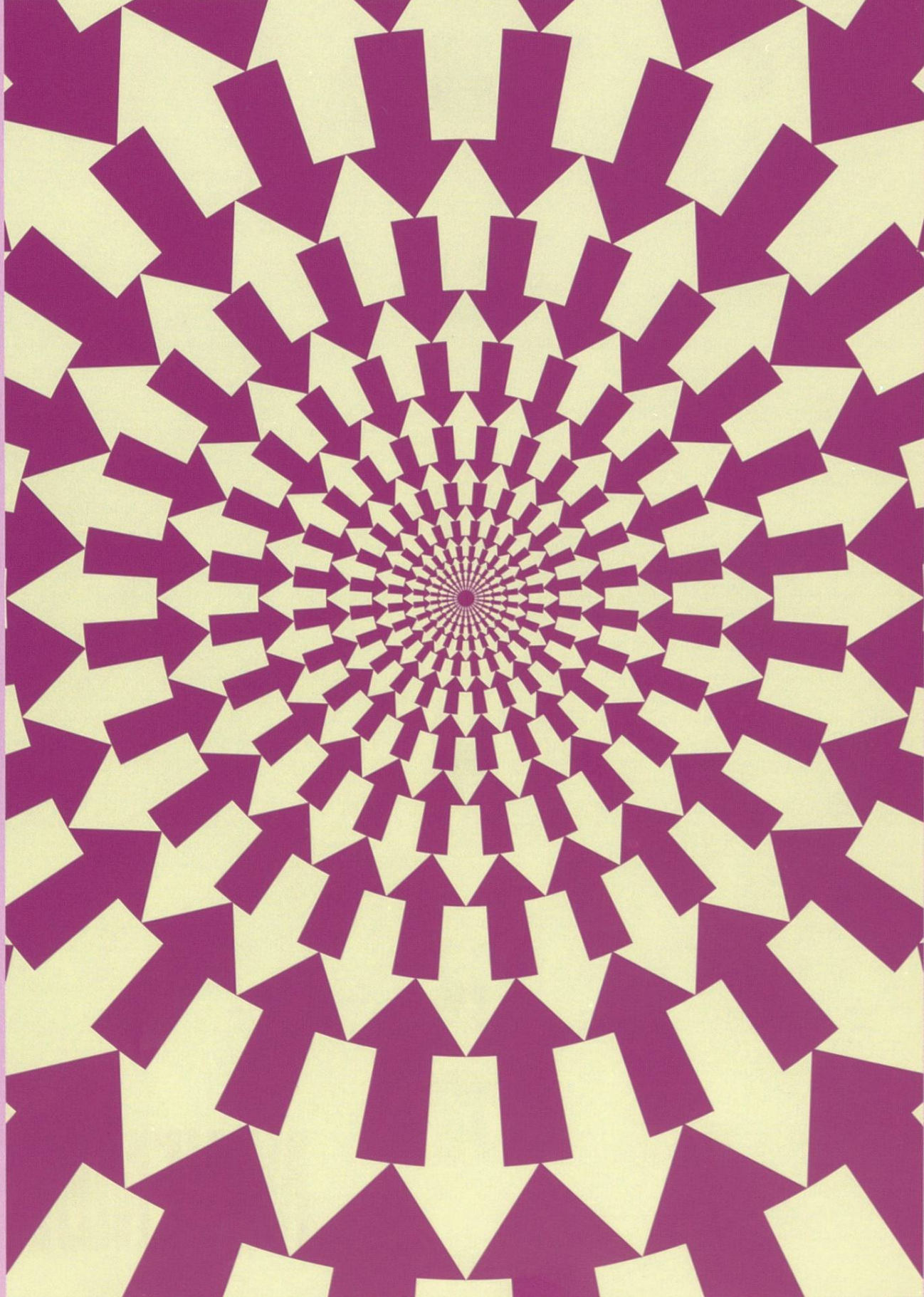
**NOVEMBER**

**11**



# WIR WOLLEN HINAUS WIR WOLLEN HINEIN

Helle Pfeile auf dunklem Grund –  
oder dunkle Pfeile auf hellem Grund?





**20**  
**MO**

TAG DER RECHTE DES KINDES

**21**  
**DI**

**22**  
**MI**

**23**  
**DO**

**24**  
**FR**

**25**  
**SA**

**26**  
**SO**

**NOVEMBER**



**A**ls Suchtmittel missbrauchte Medikamente gibt es heute so viele, dass sie sich gar nicht einzeln auflisten lassen. Darunter fallen auch viele Präparate, die rezeptfrei erhältlich sind. Diese gelten zu Recht als «Suchtmittel der kleinsten Widerstände». Die Beschaffung geschieht unter dem Deckmantel des Heilmittels in der Apotheke. Unter diesen Umständen fällt das Geheimhalten der Sucht – wenigstens in der ersten Zeit – nicht allzu schwer.

Immer mehr Menschen greifen heute zu diesen Drogen. Viele von ihnen wissen nicht, in welch

Barbiturate usw.) und Aufputschmittel (Amphetamine). Je nach Art des Präparats wirken diese Medikamente beruhigend, angstlösend oder aufputschend. In missbräuchlich hohen Dosen kann eine Art Rauschzustand entstehen. Bei längerem Missbrauch tritt eine starke seelische und körperliche Abhängigkeit ein.

Genauere Informationen über ein Medikament erhält man beim Schweizerischen Toxikologischen Zentrum in Zürich.

Komplikationen entstehen, wenn:

- durch ständige Steigerung der Dosis körperli-

chen, Kreislaufstörungen, Angstgefühlen und anderem;

- massive Überdosierungen genommen werden (meist als Ausdruck einer totalen Verzweiflung, also in der Absicht, Selbstmord zu begehen);
- die Medikamente in Kombination mit Alkohol konsumiert werden, was eine erhöhte Gefährdung bedeutet. Mehrfachsüchtige (Polytoxikomane) sind besonders schwer zu behandeln.

Auch auf der Ebene der Arzneimittelkontrolle wären wirksamere Massnahmen gegen den zu-

## BENUTZEN TAUSENDE ALS SUCHTMITTEL

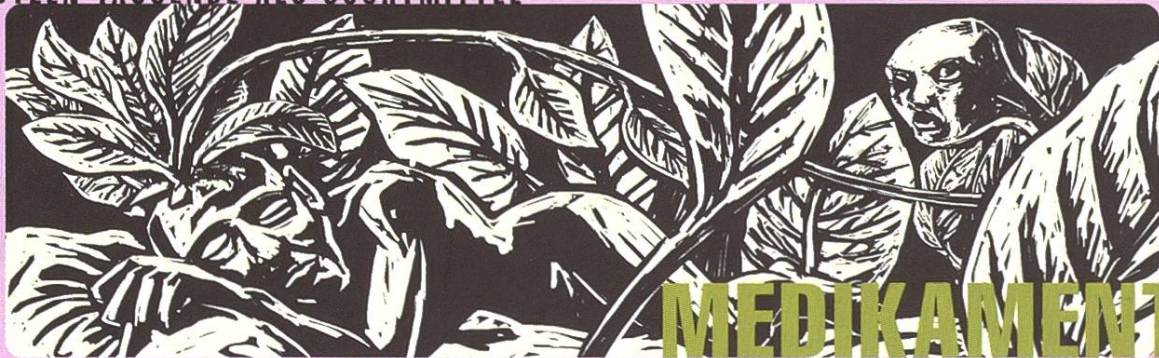


ILLUSTRATION: ADRIAN TOBLER

starke Abhängigkeit sie sich damit begeben. Oft lässt man sich von der falschen Meinung leiten: Die sind ja so einfach erhältlich, also schaden sie auch nicht!

Bei den meistmissbrauchten Medikamenten handelt es sich um Schmerzmittel (Analgetika), Beruhigungs- und Schlafmittel (Tranquilizer,

che Vergiftungserscheinungen oder Zustände auftreten, die zu einem allgemeinen Kontrollverlust und Kollaps führen;

- das Medikament aus einem Grund nicht mehr eingenommen werden kann. Das Entzugssyndrom zeigt sich in starker Unruhe, Schlaflosigkeit, Erbre-

nehmenden Missbrauch bzw. die zu kritiklose Verschreibung dieser Drogen notwendig.

CU



**27**  
**MO**

**28**  
**DI**

**29**  
**MI**

**30**  
**DO**

**NOVEMBER**<sup>11</sup>



# WASSIL-JEWITSCH

## WANDUHR



**W**assiljewitsch war eine echte Antiquität. Er stammte noch aus der Zeit, als die Vorfahren seiner Besitzer in Osteuropa lebten. Das war vor etlichen Generationen. Wassiljewitsch war ein Prunkstück aus schönen Steinen, vergoldetem Metall und kristallinem Glas. Als Wanduhr genoss er ein ruhiges Leben, hing ein paar Jahrzehnte an dieser und ein paar Jahrzehnte an jener Wand. Meistens hing Wassiljewitsch allein da, hatte also selten die Möglichkeit, mit jemandem zu sprechen. Unter diesen Umständen kann man leicht zum Philosophen werden. Vor allem bei der Aufgabe, von der verrinnenden Zeit zu künden. Was er denn auch stets

zuverlässig tat – falls man nicht vergass, ihn aufzu ziehen.

Wassiljewitsch war ein Erbstück und bis auf den Menschen, der ihn ursprünglich bei einem erfahrenen Uhrmacher in Sverdlovsk gekauft hatte, mochte ihn niemand so richtig gerne. Er sei zu klotzig, zu kitschig bemalt, zu laut. Trotzdem schätzte man seine Präzision und zeigte durch fleissiges Putzen des Gehäuses Respekt. Etwas mehr Unterhaltung hätte

sich Wassiljewitsch manchmal schon gewünscht, aber er gewöhnte sich an sein beschauliches Leben an der Wand. Und so hatte er sich schon vor vielen Jahren die Lebenshaltung zugelegt: «Es ist, wie es ist, und das wird immer so bleiben.»

M C



**notizen**

**1**  
**FR**

**2**  
**SA**

**2**  
**SO**

**DEZEMBER**



# Das machen wir mit allen Negern

**I**ch heiße Michael Lienhard. Am 25. Juni 1995 bin ich vierzehnjährig geworden. Ich spiele gerne Volleyball und Schach. Ich tanze auch gerne. Am liebsten höre ich Pop und Techno.

Als ich noch in der dritten Klasse war, hatte ich das schlimmste Erlebnis meines bisherigen Lebens. Es begann alles damit, dass ich eines Morgens in der Zehnuhrpause von ein paar Sechstklässlern angesprochen wurde. Sie befahlen mir, dass ich einfach mal

mitkommen solle. Da ich mir dabei nichts Schlimmes dachte, zottelte ich mit. Als wir dann nicht mehr auf dem Schulareal waren, fragte ich einen, ob wir nicht langsam wieder zurückgehen sollten. Frech entgegnete er: «Sei nicht so ungeduldig, und halt endlich die Klappe!» Von diesem Augenblick an wusste ich, dass die nichts Nettes mit mir vorhatten. In einem Dickicht, etwa zehn Meter vom Strassenrand entfernt, blieben sie stehen, und einer rotzte stinkfrech: «Wenn du nicht verprügelt werden willst, dann gib pro Woche für jeden von uns irgend etwas im Wert von fünf Franken, Neger!» Beinahe fing ich zu weinen an. Und als ein anderer auch noch drohte: «Wenn du jemandem etwas erzählst, du halbverbrannter Mohrenkopf, dann kracht's gewaltig.

Das machen wir nämlich mit allen Negern!» Nach diesen Drohungen rannte ich sofort zur Schule zurück. Ich tat so, als ob nichts gewesen wäre. Das hatte aber schlimme Folgen. In der Schule wurde ich von Tag zu Tag schlechter. Im Heim zog ich mich immer mehr zurück, bis ich schliesslich mein Schweigen brach und die andern verpetzte. Eine Erzieherin kam dann an einem Mittwoch mit in die Schule und «schiss» die Jungen ganz tüchtig zusammen.

Seither sind wir Freunde. Es ist nur seltsam, dass wir es unter solchen Umständen geworden sind.

INTERVIEW UND FOTO:  
CHRISTIAN MURER





**4**  
**MO**

**5**  
**DI**

**6**  
**MI**

**7**  
**DO**

**8**  
**FR**

MARIÄ EMPFÄNGNIS

**9**  
**SA**

**10**  
**SO**

**DEZEMBER**



**T**abak ist eine Droge mit starkem Suchtpotential. Rauchen zwingt zudem oft zum lästigen (und auf die Dauer gesundheitsschädigenden) Passivrauchen durch Drittpersonen. Zigarettenrauchen und andere Formen des Tabakkonsums machen körperlich und psychisch abhängig.

Tabak ist eine Droge mit eindeutigen Wirkungen auf das zentrale Nervensystem. Die Möglichkeit einer seelischen Abhängigkeit ist unbestritten. Dass Nikotin aber auch körperliche Entzugserscheinungen zur Folge haben kann, wird oft zu wenig beachtet.

günstigt. Je früher man zu rauchen beginnt und je länger die Sucht besteht, desto grössere gesundheitliche Schädigungen sind zu erwarten.

Die wichtigsten Gründe für das Rauchen dürften sein:

- Nikotin hat eine angenehme psychische Wirkung, und zwar kann es je nach Persönlichkeit anregend oder auch entspannend wirken.
- Das Vorbild rauchender Erwachsener, Werbebotschaften (Freiheit, Unabhängigkeit, Abenteuer, Glück ...), die mit dem Rauchen verbunden werden.

### Fakten zur Alltagsdroge «Nikotin»:

- Im Durchschnitt der über 15 Jahre alten Einwohner werden in der Schweiz pro Jahr 150 Päckli Zigaretten ver Raucht.
- In der Schweiz sterben jährlich über 10 000 Menschen an tabakbedingten Krankheiten.
- Die volkswirtschaftlichen Schäden des Tabakmissbrauchs werden pro Jahr auf weit über 1 Milliarde Franken geschätzt.
- Von den 15- bis 17jährigen Deutschschweizern rauchen 16% täglich, von den 18- bis 19jähri-

## TABAK



MACHT KÖRPERLICH UND PSYCHISCH ABHÄNGIG

Die abhängigkeitsbildende Substanz ist vor allem das Nikotin. Nikotin bewirkt zuerst eine Reizung, dann eine Lähmung der Nerven. Die Blutgefässe werden verengt (z. B. Herzinfarktrisiko). Mit dem Inhalieren («Lungenzüge») wird auf den Schleimhäuten durch Teersubstanzen eine Krebsbildung be-

- Jugendliche, die rauchen, fühlen sich erwachsen.

Da Tabak eine legale Droge ist (für die heute noch fast unbeschränkt Werbung gemacht werden darf), wird die Nikotinsucht oft zu spät erkannt. Entziehungskuren sind notwendig, aber oft sehr schwierig.

gen bereits 33%. Von den erwachsenen Schweizern rauchen 34% (= 1,7 Mio.) regelmässig, und zwar im Durchschnitt 26 Zigaretten täglich.



**11**  
**MO**

**12**  
**DI**

**13**  
**MI**

**14**  
**DO**

**15**  
**FR**

**16**  
**SA**

**17**  
**SO**

**DEZEMBER**



# Indonesien

## Bami-Goreng – gebratene Nudeln nach indonesischer Art

Zutaten für

4 Personen:

- 250 g Eiernudeln oder chinesische Nudeln
- 200 g Geflügel-, Rind- oder Schweinefleisch, mager
- 100 g Crevetten, gekocht
- 4 Schalotten
- 3 Kemiri-Nüsse oder 6 Haselnüsse
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Lauchstengel oder Stangensellerie samt grünen Blättern
- 50 g Kohl oder Wirz (ca. 3 Blätter)
- 5 Frühlingszwiebeln
- 5 EL Erdnussöl
- ½ dl Hühnerbouillon
- 1 EL «Ketjap asin» (indonesische Sojasauce) oder dunkle chinesische Sojasauce
- 100 g Sojabohnensprossen
  - Salz, Pfeffer, Glutamat
  - Korianderblätter oder Petersilie
- 1 Omelette von 1 Ei

Die Nudeln in kochendes Wasser gleiten lassen und ca. zwei Minuten weniger lang kochen als auf der Packung angegeben. Dann absieben, unter fließendem Wasser spülen, gut abtropfen, mit 1 EL Öl mischen und wegstellen.

Das Fleisch in 2 cm grosse Würfel schneiden. Die Crevetten halbieren. Die Schalotten in 1 mm dünne Scheiben schneiden.

Nüsse und Knoblauch im Mörser fein reiben. Lauch in 2 mm dünne Streifen schneiden, den Kohl in 2 cm breite Streifen. Die Frühlingszwiebeln grob zerkleinern.

4 EL Öl im Wok (oder in der Bratpfanne) erhitzen. Die Schalottenscheiben eine Minute braten. Das Nuss-Knoblauch-Pulver zufügen. Fleisch hinzufügen und weiter braten, bis die Stücke nicht mehr rosa sind. Crevetten und den Lauch beifügen und eine Minute braten.

Hühnerbouillon und Sojasauce hinzugeben, den Deckel auf den Wok setzen und alles zum Kochen bringen. Nudeln, Kohl, Frühlingszwiebeln und Sojabohnensprossen beifügen und gut vermischen. Mit Salz, Pfeffer, einer Messerspitze Glutamat (und evtl. Curry) würzen und 1–2 Minuten rührbraten.

Anrichten in Suppentellern, garniert mit gerösteten Zwiebeln, zwei Millimeter dünnen Omelettstreifen und evtl. Sellerie- und Korianderblättern.

Selamat makan – wohl bekomm's!



**18**  
**MO**

**19**  
**DI**

**20**  
**MI**

**21**  
**DO**  
WINTER-SONNENWENDE

**22**  
**FR**

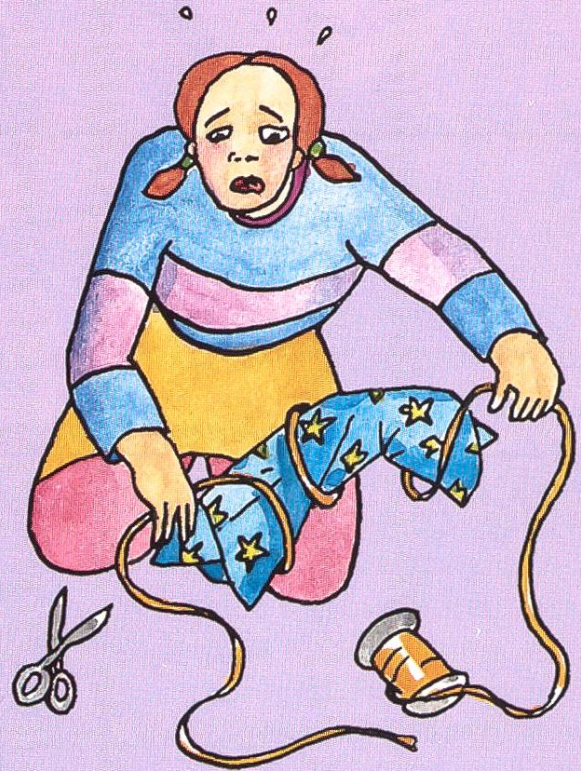
**23**  
**SA**

**24**  
**SO**  
HEILIGABEND

**DEZEMBER**



# Das Geschenk





**25**  
**MO**  
WEIHNACHTEN

**26**  
**DI**  
STEPHANSTAG

**27**  
**MI**

**28**  
**DO**

**29**  
**FR**

**30**  
**SA**

**31**  
**SO**  
SILVESTER

**DEZEMBER**



# PA LACHEN JA DIE HÜHNER

Der Erfinder wird gefragt: «Wie funktioniert denn Ihre neue Mausefalle?» – «Prima», gibt der Erfinder zur Antwort, «jeden Morgen liegen mindestens zwei tote Mäuse davor, die sich über das System totgelacht haben.»

«Das ist aber eine wacklige Brücke», sagt das Mäuschen zweifelnd zum Elefanten. «Ich geh mal rüber und probier sie aus, und wenn sie hält, kannst du nachkommen.»

Ein Pferd und ein Esel streiten sich, wer von ihnen wertvoller sei. Das Pferd ist stolz auf seine Vergangenheit, der Esel aber meint: «Was willst du denn? Ihr Pferde werdet bald von der Technik verdrängt sein. Esel aber wird es immer geben.»

«Was ist das? Es ist gelb und hüpf tiglich um die gleiche Zeit durch den Urwald.» – «Das kann nur der Postfrosch sein.»

Ein Nilpferd kommt in eine Bar und bestellt einen Whiskey. Der Barmann kommt aus dem Staunen nicht mehr heraus: «Jetzt bin ich schon zwanzig Jahre in diesem Lokal Barmann, aber so was ist mir noch nie passiert.» Meint das Nilpferd: «Bei diesen Preisen wird das auch nicht so schnell wieder passieren.»

Zwei Pudel laufen durch die Wüste. Der eine sagt zum andern: «Also, wenn jetzt nicht bald ein Baum kommt, passiert ein Unglück.»

Zwei Mäusekinder schauen zu, wie eine Spinne ihr Netz webt. «Was macht denn die?» fragt das eine. «Also, wenn du mich fragst», sagt das andere, «dann spinnt die.»

Warum haben Giraffen einen so langen Hals? – Weil ihr Kopf so weit oben sitzt.

Kurt fährt mit dem Fahrrad an einem Bauernhof vorbei und überfährt den Hahn. «Ich werde ihn ersetzen», verspricht er dem Bauern. «So, dann kräh doch mal probeweise.»

«Ich würde so gerne auch mal in die Skiferien fahren», jammert der Tausendfüßler. «Aber bis ich meine Bretter dran habe, ist Hochsommer.»

Im Meer begegnen sich zwei Fische. «Hei!» grüßt der eine. «Wo?» fragt der andere.

«Wer weiss, wie lange Krokodile leben?» – «Genau gleich wie kurze.»

Ein Igelkind hat sich verlaufen. Es ist schon stockdunkel, als es im Gewächshaus einer Gärtnerei an einen Kaktus stösst. Hoffnungsvoll fragt es: «Bist du's, Mami?»





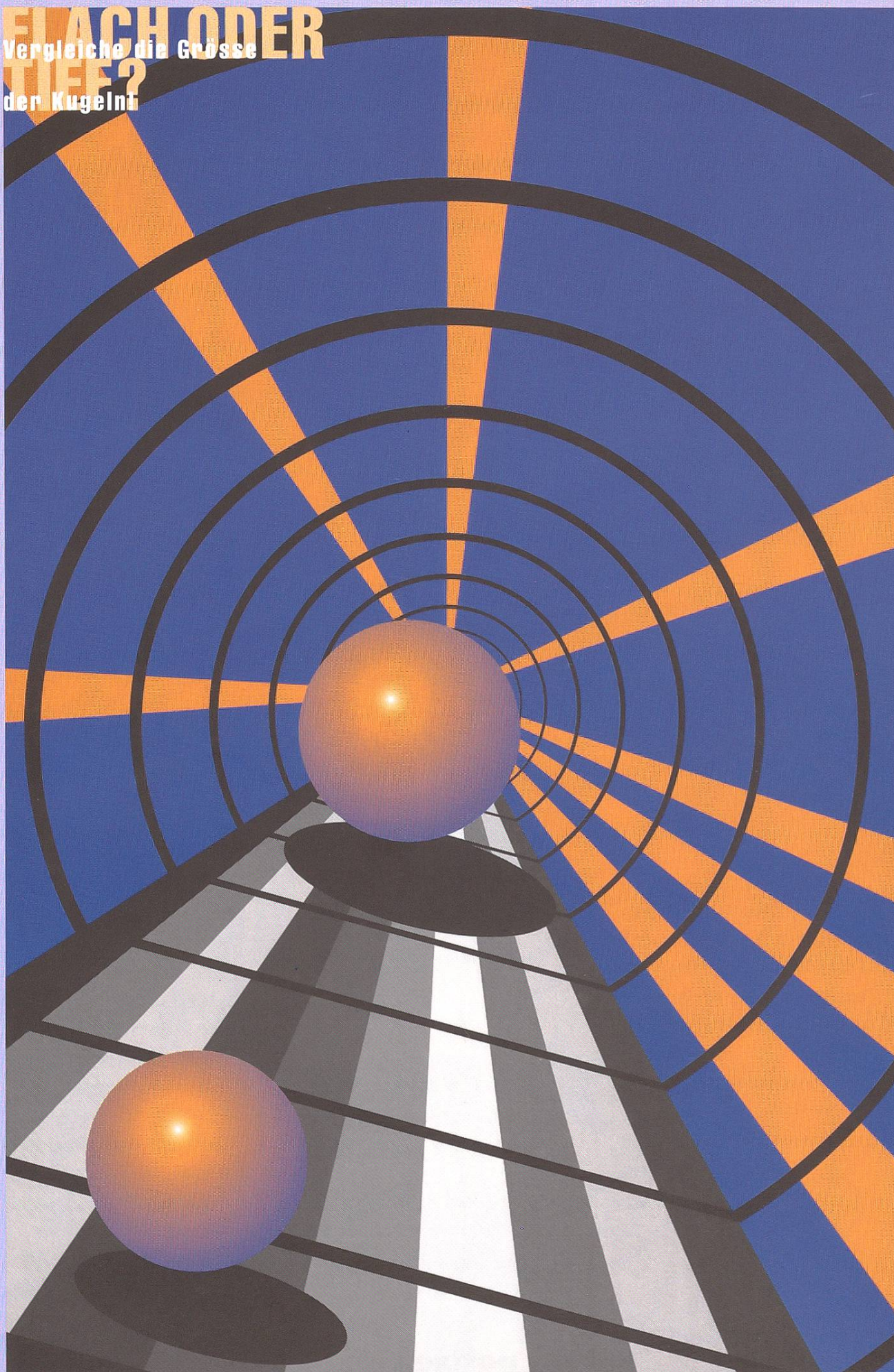
**notizen**

**DEZEMBER** 61 12



# FLACH ODER TIEF?

Vergleiche die Grösse  
der Kugeln!





**1**  
**MO**  
NEUJAHR

**2**  
**DI**  
BERTOLDSTAG

**3**  
**MI**

**4**  
**DO**

**5**  
**FR**

**6**  
**SA**  
DREI KÖNIGE

**7**  
**SO**



«**W**o bitte finde ich Haus von Pestalozzi?!» Der etwas aufgeregte, asiatisch aussehende Herr spricht gebrochen Deutsch. Vor seinem Bauch baumelt eine kleine Kamera. Er lächelt scheu. Schauplatz ist Birr, ein Dorf im Aargau zwischen Brugg und Lenzburg. Nein, der Herr will tatsächlich nicht nach Luzern und auch nicht aufs Jungfrauoch, wo so viele seiner Landsleute exotische Ferienerinnerungen knipsen. Aber was führt denn um Himmels willen diesen Japaner in die tiefste Schweizer Provinz?

## PESTALOZZI, Pionier einer menschlichen Gesellschaft

Johann Heinrich Pestalozzi zieht 250 Jahre nach seiner Geburt immer noch Leute aus der ganzen Welt an die Orte, wo er gelebt hat. In letzter Zeit interessieren sich besonders häufig Leute aus Japan, China und Korea für den Mann, dessen runder Geburtstag am 12. Januar 1996 gefeiert wird.

In Birr, damals ein kleines Bauerndorf, lebte er vor gut 200 Jahren. Es gab noch keine Autos und geteerten Strassen, nur ein paar Pferdefuhrwerke und gelegentlich auch einen grossen Hund, der einen Karren

zog. Die meisten Einwohner waren Bauern; Handwerker, Wirte und Pfarrer brauchte es nicht viele. Ein paar Bauernfamilien begannen, sich mit Baumwollspinnen etwas dazuzuverdienen – die Zeit der Heimindustrie hatte eben begonnen.

Etwas ausserhalb hatte ein junger Stadtzürcher um 1770 grosse Landstücke gekauft und darauf ein Haus gebaut: den «Neuhof». Heinrich und seine Frau Anna Pestalozzi-Schulthess lebten mit ihrem Sohn Jacqueli dort.

Zuerst hatte sich Pestalozzi als Landwirt versucht.

Schliesslich waren sie reich und gebildet. Auf dem Land dagegen waren die meisten Leute arm und ungebildet.

Auch die Bauern in Birr schauten misstrauisch auf den Neuhof und seinen Besitzer. Was wollte dieser junge Schnösel bloss, der sie von neuen Anbaumethoden zu überzeugen versuchte?

Nach dreijährigem Versuch in der Landwirtschaft war klar: Pestalozzis Experiment rentierte nicht. Ein reicher Geschäftsmann aus Zürich, der ihm Geld geliehen hatte, zog seinen Kredit (mit einigem Verlust) zurück. Ein Teil des Landes musste wieder verkauft werden.

Pestalozzi machte sich an ein neues Projekt. Er eröffnete eine Erziehungsanstalt. Etwa dreissig Kinder, deren Eltern sich nicht mehr

um sie kümmern konnten, wurden aufgenommen.

Die Kinder lernten spinnen und weben, auch etwas lesen und schreiben, und

halfen in der verkleinerten Landwirtschaft mit.

Pestalozzi selbst war unermüdlich unterwegs, sammelte Gelder für die Anstalt, verkaufte die Produkte, die der Hof lieferte, gab für die Leute, die die Anstalt unterstützten, eine Zeitschrift heraus. Und



Schon das war ziemlich ungewöhnlich. Für viele Stadtzürcher, die hinter ihrer Schanzenbefestigung und den mittelalterlichen Stadtmauern lebten, schien es absurd, freiwillig aufs Land zu ziehen. Denn die Leute aus der Stadt waren meist reich – schliesslich durften nur Stadtzürcher Handel treiben. Sie waren auch gebildet, denn schliesslich durften nur Stadtzürcher ans Gymnasium. Und sie waren angesehen, denn



8  
MO

9  
DI

10  
MI

11  
DO

12  
FR

13  
SA

14  
SO



er entdeckte, dass auch diese Kinder sich gut entwickeln und viel lernen konnten, wenn sie die Gelegenheit hatten, in einer gesunden Umgebung aufzuwachsen.

Doch auch dieses Unternehmen musste er wegen Geldmangels aufgeben. Pestalozzis Freunde glaubten nicht mehr, dass er im Leben jemals Erfolg haben würde. Einige von ihnen wechselten in Zürich die Strassenseite, wenn sie ihn entgegenkommen sahen. Er fühlte sich allein und wusste, dass er in den Augen der meisten Leute als «unbrauchbar» galt.

Einer seiner Jugendfreunde, Johann Kaspar Lavater, war mittlerweile angesehener Pfarrer an der St. Peterskirche in Zürich geworden. Eines Tages besuchte ihn Johann Heinrich Füssli, der soeben von einer Italienreise zurückgekommen und nach London unterwegs war, wo er später ein berühmter Kunstmaler und Illustrator werden sollte. Dieser Füssli hatte einen kurzen Text von Pestalozzi gelesen, eine angriffige Geschichte, in der er sich über die neue Stadtwache lustig machte. Der Text gefiel ihm, und Füssli meinte: «Dieser Mann hat das Talent, Schriftsteller zu werden.» Das beflügelte Pestalozzi. In wenigen Wochen schrieb er einen Roman mit dem Titel: «Lienhard und Gertrud», der dank seinem Bas-

ler Freund Iselin in Leipzig auch einen Verleger fand. Pestalozzi schilderte darin den Wandel eines kleinen Dorfes von einer traurigen Gemeinde mit einem tyrannischen und falschen Dorfvoigt zu einer aufgeweckten Gemeinschaft so anschaulich, dass viele Menschen seiner Zeit sich davon begeistern liessen. Das Buch wurde zum meistgelesenen deutschsprachigen Roman des 18. Jahrhunderts.

Nun war Pestalozzi berühmt und auch nicht mehr ganz so arm wie vorher. Als Aussenseiter fühlte er sich aber noch immer:

**«Ich stand die meiste Zeit meines Lebens, wie wenn ich mich aus einem andern Welttheil in den unsrigen verloren hätte.»**

Das schrieb Pestalozzi 56-jährig auf dem Schloss in Burgdorf. Dort leitete er im Auftrag der neuen helvetischen Regierung eine Internatsschule und bildete Lehrer aus. 1798 hatten französische Truppen der Vorherrschaft der Städte und der Aristokraten in der Schweiz ein Ende bereitet. Der Minister für Künste und Wissenschaften, Philipp Albert Stapfer, unternahm nun die gezielte Förderung der Bildung der ärmeren Leute.

«Bürger» Pestalozzi, der während der Kriegsmonate schon ein Waisenhaus in Stans geleitet hatte, wurde nun nach Burgdorf berufen. Hier und ab 1805 in Yverdon wurde er weltberühmt.

Nach Yverdon kamen Schüler aus England, Amerika, Russland und Dänemark.

Lehrer aus aller Welt besuchten Pestalozzi, um seine «Methode» kennenzulernen. Deren Grundidee war ebenso einfach wie genial. Pestalozzi war davon überzeugt, dass es beim Lernen nicht zuerst darauf ankommt, einen bestimmten Stoff zu büffeln. Es geht vielmehr darum, die natürlichen Talente, die in jedem Menschen schlummern, zu stärken und zu entwickeln. Diese Grundfertigkeiten können dann in allen Bereichen weiter geübt und auf bestimmte Sachgebiete und Berufe angewandt werden.

Für Pestalozzi war klar: Kinder und Erwachsene müssen Gelegenheit haben, ihre Kräfte zu üben. Dazu gehören nicht nur die körperlichen Fertigkeiten und die Auffassungs- und Kombinationsgabe, sondern auch die Kräfte des Herzens: etwas zu wollen, was für uns selbst und unsere Umgebung wirklich Nutzen bringt. Menschen, die so ausgebildet werden, sollten in der Lage sein, ein selbstständiges und würdevolles Leben zu führen.

Dafür hat sich Pestalozzi mit Mut und Beharrlichkeit eingesetzt. Kein Wunder, dass er sich manchmal wie ein Japaner in Birr fühlte.

ADRIAN KOBELT



# JANUARI

AGENDA 96

15  
MO

16  
DI

17  
MI

18  
DO

19  
FR

20  
SA

21  
SO



**H**aschisch wird aus dem Harz des Faserhanfes (Cannabis), Marihuana aus den getrockneten und kleingeschnittenen Blüten, Blättern und Stengelteilen gewonnen. Haschisch kann auch zu wirkungsstärkerem Öl verarbeitet werden.

Haschisch wird meist geraucht (in Pfeifen und als Haschischzigaretten, «Joints» genannt), seltener gegessen (Speisen beigemischt) oder getrunken (als Teebeimischung). Gelegentlicher Gebrauch (z. B. alle Wochenenden oder seltener) ist bei Jugendlichen recht häufig.

sung des Gebrauchs und die Dosierung spielen dabei eine Rolle. Haschisch bewirkt ein deutlich gesteigertes Wahrnehmungsvermögen namentlich für Farben und Musik. Viele Konsumenten erleben mehr oder weniger starke Halluzinationen, manche so stark, dass es zu Angst- und Panikreaktionen kommen kann.

Macht Haschisch süchtig? Beim Absetzen von Haschisch treten selten körperliche Entzugerscheinungen auf, im Gegensatz zum Heroin-, Alkohol- oder Medikamentenentzug. Von einer direkten suchterzeugen-

vollem Gebrauch muss jedoch nicht damit gerechnet werden. Bei schon vorhandenen psychischen Störungen kann Haschisch allerdings eine Verstärkerwirkung haben. Seelische Entzugerscheinungen wie Abschlaffung, Angst- und Unlustgefühle sind möglich.

Das Umsteigen von Haschisch auf Heroin ist keine zwangsläufige Entwicklung. Haschisch kann allenfalls ein Element unter anderen zum Umsteigen sein, genauso wie Alkohol, Nikotin oder Psychopharmaka. Der Anbau, Besitz, Konsum und die Weitervermittlung be-

SCHWACHE HALLUZINOGENE

## HASCHISCH UND MARIHUANA



DEUTLICH GESTEIGERTES WAHRNEHMUNGSVERMÖGEN

Bei kaum einer Droge variiert die Wirkung von Mensch zu Mensch so sehr wie bei Haschisch oder Marihuana. Sie ist in hohem Mass abhängig von der momentanen seelischen Grundstimmung, vom Ritual der Vorbereitung beim Drehen des «Joints» sowie von der (Gruppen-)Atmosphäre. Aber auch die körperliche und psychische Verfas-

den Wirkung auf den Körper kann deshalb nicht gesprochen werden. Bei intensivem Konsum entsteht trotzdem oft eine seelisch-körperliche Abhängigkeit, die dazu führt, dass ohne den täglichen «Joint» kein Wohlfühl mehr erreicht werden kann.

Bei Haschischmissbrauch können psychische Störungen auftreten; bei mass-

ziehungsweise der Handel mit Haschisch und Marihuana sind nach dem Betäubungsmittelgesetz (BMG) verboten. Allerdings kann der Richter das Verfahren bei «geringen» Mengen einstellen, von einer Strafe (Haft oder Busse) absehen und nur eine Verwarnung aussprechen, meist bei Erstauffälligkeit und bei Jugendlichen.



# JANUARI

AGENDA 96

**22**  
**MO**

**23**  
**DI**

**24**  
**MI**

**25**  
**DO**

**26**  
**FR**

**27**  
**SA**

**28**  
**SO**



# MASERN, MUMPS UND CO.

«Ich brauche eine Brille, Herr Doktor», sagt die alte Frau Emmerich zum Augenarzt. «Kurzichtig oder weitsichtig?» – «Am besten durchsichtig!»

Der Vater erzählt Maja: «Ich fühle mich hundelend, und sauschlecht ist mir auch.» – «Warum gehst du denn nicht zum Tierarzt?» fragt Maja mitfühlend.

Am Freitag werden alle Kinder nach Hause geschickt. Dem Lehrer ist schlecht geworden. «Ob der wohl am Montag immer noch krank ist?» fragt Franziska den Ulrich. «Hoffen wir das Beste!»

Bruno kommt als Notfall ins Krankenhaus. «Hast du einen Pyjama?» fragt die Schwester. – «Nein, ich glaube nicht», meint Bruno, «unser Hausarzt hat gesagt, es wäre eine Blinddarmentzündung.»

«Ihr Puls geht aber sehr langsam», wundert sich der Arzt. «Ach, das macht nichts», meint der Patient gelassen, «ich habe Zeit.»

Als letzter Patient sitzt spät abends ein Skelett im Wartezimmer. «Tut mir leid», bedauert der Arzt, «da hätten Sie früher kommen müssen!»

Berni fährt mit dem Fahrrad in eine Hausmauer und stürzt. Eine Frau rennt besorgt auf ihn zu. «Hast du dir am Ende weh getan?» fragt sie. «Am Ende nicht», meint Berni, «aber am Kopf.»

Der Turnlehrer will seinen Schülern die Gymnastik schmackhaft machen. «Tiefes Atmen ist gesund und tötet die Bazillen.» – «Und?» fragt Susanne, «wie kriege ich die Bazillen dazu, dass sie tief einatmen?»

Ein Irrer gilt als geheilt. Er soll seinen letzten Test schreiben und dann entlassen werden. «Sie mögen doch Pferde», ermuntert ihn der Psychiater, «schreiben Sie doch einen Aufsatz über Pferde.» – «Galopp, galopp, galopp ...» schreibt der Patient über acht Seiten. «Wie lange soll das denn noch so weitergehen?» will der Arzt wissen. «Bis ich «Brrr» schreibe.»

Klaus heult verzweifelt ins Kissen: «Warum muss ich ausgerechnet jetzt die Masern kriegen, wo die Schule sowieso wegen Grippe geschlossen ist?»

«Bleib mir vom Fernseher weg», warnt die Grossmutter, «du siehst doch, dass der Ansager erkältet ist.»

Mitten in der Nacht wird der Arzt zu einem reichen Patienten gerufen. Er gibt ihm eine Spritze, und schon geht es dem Patienten besser. «Das rechne ich Ihnen hoch an», flüstert der dankbare Patient. «Ich Ihnen auch», flüstert der Arzt zurück.





**JANUAR**

AGENDA 96

**29**  
**MO**

**30**  
**DI**

**31**  
**MI**

**notizen**



«Yeah», brüllte Dulcinea, als die Skisaison wieder begann und sie die erste Abfahrt im beissenden Wind mitmachte. Dulcinea war schön bunt, mit modernen Signeten und Schriften übersät und gefüllt mit allerweichsten, wärmespendenden Daunen. Der Schüler Kilian schwor auf seine Daunenjacke. Schon nach der zweiten Fahrt hatte Dulcinea den muffigen Mief des mototensicheren Schrankes, ihres freudlosen Aufenthaltsorts während der Sommerzeit, abgelegt. Sie kam so richtig in Fahrt, plusterte sich auf, flatterte bei hoher Geschwindigkeit.

Ein paar Skiausflüge später verliebte sich Kilian Hals über Skistock. Die Familie hatte einen Ausflug in ein Skigebiet bei Pontresina gemacht. Hier passierte es. Dulcinea kam gar nicht mehr so richtig zum Skifahren, verbrachte viel Zeit über die Stuhllehne gehängt im Restaurant der Talstation. Das Gesülze von Kilian mit diesem Mädchen nervte Dulcinea. Und dann ging alles ganz schnell: Plötzlich war es Abend und höchste Zeit für die Familie, wenn sie

den Zug nicht verpassen wollte. Kilian tauschte noch ganz schnell Adressen und gefühlvolle Abschiedsworte, packte sein Skizeug und rannte ebenfalls Richtung Bahnhof. Die vergessene Dulcinea aber landete im Fundbüro von Pontresina, wo sie immer noch auf den kommenden Winter, auf Kilian oder die nächste Versteigerung wartet.

M C

FOTO: ANDREA HELBLING

# DULCINEA DAUNEN- JACKE





**FEBRUAR**

AGENDA 96

**notizen**

**1  
DO**

**2  
FR**

**3  
SA**

**SO**

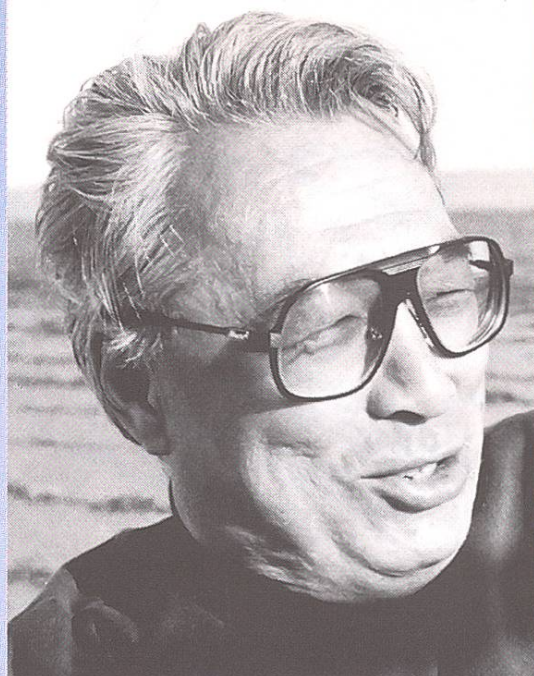


**D**ie Halbinsel Uellen im äussersten Nordosten Sibiriens gehört zu Russland, auch wenn sie 10 000 Kilometer von Moskau entfernt ist.

Eskimos, Tschuktschen und Korjaken wohnen auf der Insel. Sie alle lebten lange Zeit in völligem Einklang mit der Natur. Als Behausung dienten ihnen Jurten aus Tierhäuten, Jarangas genannt. Früchte haben sie nie gesehen, und Algen und Seegurken sind ihr einziges Gemüse. Sie ernähren sich von Robben und

Der Dichter Juri Rytchëu hat Lebensweise und Kultur des fast vergessenen Volkes der Tschuktschen einer breiten Weltöffentlichkeit bekannt gemacht. Er studierte in Leningrad und veröffentlichte 1968 seinen ersten Roman «Traum im Polarnebel».

doch würden sie ihr entbehrungsreiches Leben nicht gegen das leichtere Leben in warmen Ländern tauschen.



UNTONSVERLAG

# JURI RYTCHËU

## Leben und Überleben am Polarkreis

Seehunden, die sie im Sommer, wenn das Meer nicht zugefroren ist, mühelos erlegen. Für den Winter sammeln sie das Fleisch in tiefen Gruben, die sie ins ewige Eis schlagen. Reichen die Vorräte nicht aus, so wird der Winter zur qualvollen, dunklen Hungerzeit. Manchmal träumen die Völker am nördlichen Polarmeer von jenen Ländern, in denen immer die Sonne scheint, und

Nicht einmal grosse politische Ereignisse wie die Absetzung des Zaren oder die Oktoberrevolution warfen ihre Schatten bis nach Nordostsibirien. Doch im Jahre 1928 begann sich Russland plötzlich für sein polares Randgebiet zu interessieren: Gab es Bodenschätze? Gab es die Möglichkeit zur agrarischen Nutzung? Erstaunt stellte man in Moskau fest, dass es vor allem dies gab: lange Zeit

unbeachtete Bewohner, die nun in aller Eile «zwangszivilisiert» werden sollten. Den Kindern wurde in der Schule die russische Sprache aufgezungen. Sprachen wie das Tschuktschische sollten einfach verschwinden, als hätte es sie nie gegeben.

**«Wird man denn als Eskimo geboren, um sich zu Lebzeiten in einen anderen Menschen zu verwandeln?»**

Der so fragte, heisst Juri Rytchëu. Er wurde 1930 auf Uellen geboren, im selben Jahr, als das Tschuktschische erstmals eine Schrift bekam. Juri Rytchëu und die Schrift blieben denn auch schicksalhaft verbunden; er gilt heute als das Sprachrohr des 12 000-Seelen-Volkes am Polarkreis.



# FEBRUAR 2

AGENDA 96

5  
MO

6  
DI

7  
MI

8  
DO

9  
FR

10  
SA

11  
SO



## LESERATTENTIPS

• **Traum im Polarnebel.**

Unionsverlag,  
Zürich 1993,  
369 Seiten.

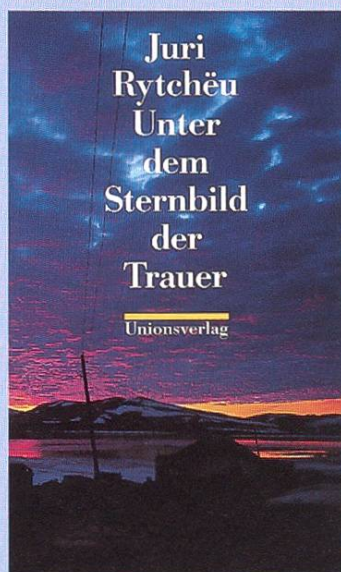
Waffen für die Jagd hat der Kapitän des kanadischen Schiffes den Tschuktschen versprochen, wenn sie den verletzten John MacLennan auf dem Hundeschlitten zur nächsten Krankenstation bringen, die dreissig Tage Fussmarsch entfernt ist. Eine Schamanin rettet MacLennan das Leben, indem sie seine vom Wundbrand befallenen Finger amputiert. Als MacLennan endlich gesund an die Küste zurückkehrt, ist sein Schiff längst weg. Dem Kanadier bleibt nichts anderes übrig, als den Winter bei den Tschuktschen zu verbringen. Nach und nach wandelt er sich zum Lygorawetljan, zum «richtigen Menschen», wie die Ureinwohner sagen. Er

heiratet eine Frau aus dem Volk der Tschuktschen, und aus dem einen Winter wird ein ganzes Leben.

• **Unter dem Sternbild der Trauer.**

Unionsverlag,  
Zürich 1994,  
240 Seiten.

Der Roman beruht auf wahren Begebenheiten: 1934 trifft eine Gruppe russischer Forscher auf der Wrangel-Insel im nördlichen Polarmeer ein. Der



Leiter der Expedition behandelt die Eskimos wie Menschen zweiter Klasse. Er verbietet ihnen gar, im Herbst auf die Jagd zu gehen und ihre Vorratsgruben aufzufüllen. Eine Hungerkatastrophe steht bevor. Ein anderer Teilnehmer der Expedition, der Arzt Wulfson, setzt sich immer wieder für die Eskimos ein, bis er eines

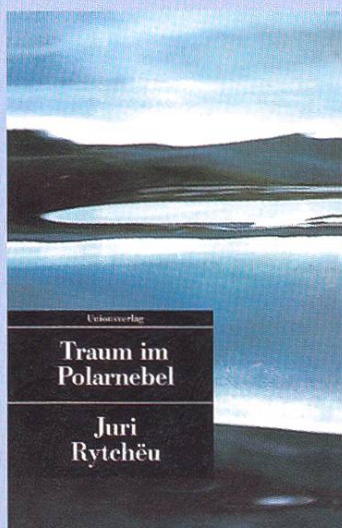
Tages auf mysteriöse Art ums Leben kommt. Den möglichen Schuldigen wird im fernen Moskau der Prozess gemacht.

• **Wenn die Wale fortziehen.**

Unionsverlag, Zürich,  
3. Auflage 1994,  
135 Seiten.

Dieses Buch von Juri Rytchëu sollte man als Einstieg lesen, denn es erzählt die Legende, wie das Volk der Tschuktschen entstanden sein soll. Der Wal Rëu sieht am Strand das Mädchen Nau. Er verliebt sich heftig und verwandelt sich in einen Mann, um mit Nau zusammensein zu können. Die beiden haben Kinder, die teils als Wale, teils als Menschen zur Welt kommen. Wale und Menschen sind also Brüder. Rëu, seine Söhne, Enkel und Urenkel sterben, nur Nau lebt ewig, um das Wissen um die Abstammung von Mensch und Wal weiterzugeben. Doch die Achtung vor ihr und vor Bruder Wal wird ständig kleiner. Eines Tages brechen die Männer zum Walfang auf. Nun stirbt auch Nau, die Wale fliehen vor den habgierigen menschlichen Brüdern, und das Küstenvolk steht vor einem leeren Meer, das es nicht mehr ernähren wird.

CG





# FEBRUAR

AGENDA 96

12  
MO

13  
DI

14  
MI  
VALENTINSTAG

15  
DO

16  
FR

17  
SA

18  
SO



# Zermatt: ALPINES MUSEUM

Unterhalb der  
englischen Kirche  
Tel. 028 67 27 22  
(Willy Hofstetter)

## ÖFFNUNGSZEITEN:

Sommer täglich  
10–12/16–18 Uhr  
Winter 16.30–18.30 Uhr  
(ausser samstags)

## EINTRITT:

Erwachsene Fr. 3.–,  
Kinder Fr. 1.–,  
Gruppen Fr. 2.–.

Jeder Aufenthalt in diesem weltbekannten Walliser Kurort weckt angesichts des grandiosen Panoramas mit dem unverwechselbaren Matterhorn die Neugier auf jene tollkühnen Männer, die sich seinerzeit die abenteuerliche Eroberung dieser Fels- und Eismassive zum Ziel gesetzt hatten. Sportliche Aussenseiter von ungewöhnlichem Ehrgeiz müssen es gewesen sein, die trotz zahlreicher tödlicher Abstürze immer wieder die weit über 4000 m hohen Gipfel zu bezwingen suchten.

Im Alpinen Museum werden wir anhand von alten Stichen, Gemälden, Fotografien und anderen Dokumenten umfassend über die zum Teil sensationellen Erstbesteigungen nicht nur des Matterhorns informiert. Allerdings stand dieser Berg seiner markanten Form wegen schon früh im Mittelpunkt des Interesses. Wir staunen nicht schlecht, wenn wir die früher verwendeten Ausrüstungsgegenstände sehen, die im Vergleich mit den heutigen Bergsteiger-Utensilien geradezu primitiv anmuten. Dennoch gelang einer siebenköpfigen Seilschaft die Erstbesteigung des Matterhorns am 14. Juli 1865.

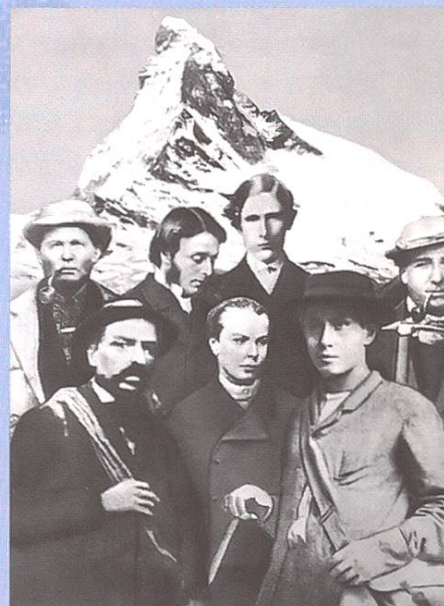
Doch lange konnte sich das Septett seines Triumphes nicht erfreuen. Während des Abstiegs riss das Seil, was für vier der Männer den Sturz in die Tiefe bedeutete, den keiner überlebte. Mit Ehrfurcht betrachten wir die Überbleibsel, die auf dem Matterhorn-Engelsberg gefunden wurden, wie zum Beispiel ein Schuh des jungen Lord Francis Douglas, dessen sterbliche Überreste der Berg nie zurückgegeben hat.

Das Museum erlaubt aber auch andere Vergleiche. So kann eine ehemalige Käserei, die aus einem halb zerfallenen Haus in Findeln oberhalb

Zermatts gerettet werden konnte, besichtigt werden. Sie und die aus dem 17. Jahrhundert stammende Küche und das Schlafzimmer aus dem Taugwalderhaus – Vater und Sohn gehörten der Seilschaft an, die mit dem Engländer Edward Whymper die Matterhorn-Katastrophe heil überstand – veranschaulichen frühere Arbeits- und Lebensweise in hochalpiner Umgebung.

Ungewöhnliches wissen neuerdings aber auch die Geologen zu berichten. Sie haben herausgefunden, dass das Matterhorn einst zu Afrika gehörte ...

G S A



Abenteurer des Hochgebirges: Von der siebenköpfigen Seilschaft der Erstbesteigung des Matterhorns haben nur drei überlebt.



# FEBRUAR

AGENDA 96

19  
MO

20  
DI

21  
MI  
ASCHERMITTWOCH

22  
DO

23  
FR

24  
SA

25  
SO



**U**rsprünglich war die Substanz MDMA (im Jargon Ecstasy genannt) als Appetitzügler gedacht. Bereits 1914 stellte die deutsche Pharmafirma Merck diese Substanz her. Der Erfolg blieb jedoch aus. In der Schweiz tauchte die «Kommunikationsdroge», die ab den siebziger Jahren auch in der Psychiatrie verwendet wurde, vor sieben Jahren auf. An den trendigen Techno-Partys der neunziger Jahre fanden die inzwischen von professionellen Dealern eingeführten Pillen ihre Kundschaft. Wer Ecstasy kauft, ist deshalb nie sicher, was diese Pillen wirklich enthalten.

Darüber, welche gesundheitlichen und psychischen Folgen vor allem ein langzeitlicher Konsum von Ecstasy hat, weiss man heute noch (zu) wenig. Die wenigen Studien, die es bisher gibt, sagen aus, dass rund 70% der chronischen Ecstasy-Konsumenten die Wirkung positiv erlebt haben und 30% negativ. Letztere klagten über innere Unruhe, Reizüberflutung, Angstzustände und Kiefermuskelerkrankungen. Auch Abgeschlafftheit, Müdigkeit, Konzentrations- und Schlafstörungen im Nicht-Ecstasy-Zustand wurden als Folge genannt.

Langzeitkonsums Schäden an Leber und Gehirn. Der intensive Konsum kann zu einer seelischen Abhängigkeit, in akuten Fällen auch zu Verwirrungsständen führen.

Sicher ist der Ecstasy-Konsum kein harmloses Wochenendvergnügen. Man wird hoffentlich bald mehr und Genaueres über Ecstasy wissen. Das bisher umfassendste Material zu Ecstasy ist in einem Buch zusammengefasst, das 1994 erschienen ist. («Ecstasy» von Nicholas Saunders. Mit einem ausführlichen Artikel zur Situation in der Schweiz. Verlag Ricco Bilger, Zürich 1994.) cu



#### FÖRDERT DEN BEWEGUNGSDRANG

Ecstasy führt zu Bewusstseinsveränderungen mit emotionaler Enthemmung, einer Steigerung des Selbstwertgefühls und dem Abbau von Kommunikationsbarrieren. Es regt die Sinneswahrnehmungen an und erhöht das Redebedürfnis. Zum anderen steigert es die körperliche Leistung und den Bewegungsdrang.

Vermutet werden auch akute Gefährdungen im Zusammenhang mit Überdosierungen – in England wurden auch schon Todesfälle mit Ecstasy in Verbindung gebracht – und als Folgen eines



# FEBRUAR 2012

AGENDA 96

26  
MO

27  
DI

28  
MI

29  
DO

notizen



# EIN BILD? ZWEI BILDER!

Was siehst du hier?





MÄRZ

notizen

1  
FR

2  
SA

3  
SO  
TAG DER KRANKEN



# WER DIE WAHL HAT, HAT DIE QUAL ...

«Immer wieder werde ich von Verwandten und Bekannten gefragt, was ich einmal werden möchte – dabei bin ich mir doch selbst noch nicht sicher, welchen Weg ich einschlagen will. Schule oder Lehre? Wie soll ich mich entscheiden? Welcher Beruf passt zu mir? Wie erfahre ich, welches der richtige Weg ist? Und überhaupt: Wie soll ich das Ganze anpacken?»

Ähnliche Fragen mögen auch die Älteren unter den PK-Leserinnen und -Lesern beschäftigen. Der «Wegweiser zur Berufswahl» von Reinhard Schmid und Claire Barmettler bietet ihnen Gelegenheit, sich unabhängig und eigenständig mit ihrer Berufswahl zu beschäftigen.

Der Wegweiser gibt ihnen eine gute Möglichkeit, sich mit ihren Interessen und Fähigkeiten kritisch zu betrachten und sich selbst einzuschätzen. Er beleuchtet die Berufswelt mit ihren vielen Berufen und hilft ihnen so,

ihren Weg zur ersten Berufswahl Schritt für Schritt zu planen (erste Berufswahl u. a. deshalb, weil Entwicklungen in Technik und Wirtschaft jeden Menschen zwingen können, sich beruflich umzustellen).

Bei der Berufswahl spielt die Selbsteinschätzung eine wichtige Rolle. Die meisten Jugendlichen kennen sich selbst nämlich sehr gut. Dieser Wegweiser hilft ihnen, die Berufswahl selbständig anzugehen.

Reinhard Schmid/  
Claire Barmettler:

## • **Wegweiser zur Berufswahl.**

90 Seiten, Bülach 1994.  
Erhältlich bei:  
Versandbuchhandlung  
des Schweizerischen  
Verbandes für  
Berufsberatung  
Zürichstrasse 98  
Postfach 396  
8600 Dübendorf  
Tel. 01/822 08 77  
Fax 01/822 14 88  
oder im Buchhandel.  
Fr. 18.–

Aus dem Inhalt:

- Deine Berufswahl – Dein Entscheid
- Deine Selbsteinschätzung – Der Weg zu Dir
- Die Berufswelt – Deine Auswahl
- Die praktische Berufs- erkundung
- Berufswahl-Wettbewerb und weitere Informationen

## • **«Berufskatalog».**

Bezug: Berufskunde-  
Verlag, Mülirain  
8153 Rümlang  
Fax: 01/817 04 06  
(bitte nicht telefonisch).  
Fr. 8.50.

Wenn du dir selber einen Überblick über all die vielen Berufe machen willst, die es gibt, empfehlen wir dir, die Broschüre «Berufskatalog» zu bestellen (die Ausgabe 1996 erscheint im Herbst 1995). Übersicht über die Berufe von A wie Analytiker-Programmierer bis Z wie Zimmermann. Angaben über das Anforderungsprofil, die Entwicklungsmöglichkeiten, die Ausbildungsdauer und Zutrittsbedingungen, die Sonnen- und Schattenseiten, Vorurteile und Realitäten der jeweiligen Berufe. Dazu wichtige Adressen (von Berufsberatungsstellen, aber auch der Lehrbetriebe).



Die Ausgabe des  
Berufskatalogs 1996  
erscheint im Herbst  
1995.



4  
MO

MÄRZ 3

5  
DI

6  
MI

7  
DO

8  
FR

9  
SA

10  
SO



# SELBER COMICS ZEICHNEN

**Tips, die angehenden Comictalenten viel Frust ersparen.**

**1 Üben und Lesen.** Für jeden, der ein Instrument spielt oder eine Sportart betreibt, sind Üben und Trainieren selbstverständlich. Das sollte auch für alle, die Comics zeichnen wollen, so sein. Dazu gehört übrigens auch, Comics zu lesen, um zu sehen, wie es die Profis machen.

**2 Szenario.** Wenn du zwar gut zeichnen kannst, aber keine Idee für eine Geschichte hast, such dir doch im Freundeskreis eine Autorin oder einen Autor. Zusammen könnt ihr euch auf ein Genre einigen: Science-fiction, Krimi, Humor oder was auch immer. Dann heisst es ein Szenario schreiben. Da werden nicht nur die Dialoge für die Sprechblasen festgehalten, sondern auch mehr oder weniger genau die Handlungen der Figuren und die Szenenwechsel. Achte darauf, dass du die Spannung, die du gegen Ende einer Seite auf-

baust, erst auf der nächsten Seite auflöst. Der Leser soll begierig umblättern. Und denk daran: Zuviel Text in Kästchen und Sprechblasen kann die schönsten Zeichnungen überladen aussehen lassen.

**3 Kurz und gut.** Übernimm dich nicht. Wenn die meisten Comicalben 44 bis 48 Seiten aufweisen, heisst das nicht, dass auch du soviel zeichnen musst. Oder willst du wirklich während eines ganzen Jahres jede Woche mehrere Stunden am Zeichentisch hocken? Und was, wenn du nach 20 Seiten erkennst, dass die Geschichte doch nicht so gut ist, wie du anfangs gedacht hast? Konzentriere dich deshalb anfangs auf Kurzgeschichten von einer bis höchstens zehn Seiten Umfang. Oder kreiere einen klassischen Comic strip, einen Streifen also, der zwei, drei oder mehr Einzelbilder umfasst. Für solche Bilderstreifen eignen sich am besten witzige Figuren (denk nur an den Wikinger Hägar oder den Kater Garfield). Reizvoll daran ist auch, mit einigen wenigen selbsterfundnen Comicfiguren immer wieder neue Kürzestabenteuer zu erzählen.

**4 Skizze.** Anhand des Szenarios erstellst du

ein Scribble, eine rasch angefertigte Skizze, mit der du die Bildfolge, die Ausschnitte und den Seitenaufbau ausprobierst und festlegst. Dann kannst du deine erste Comicseite vorzeichnen. Erst wenn du auch damit zufrieden bist, fängst du mit der Reinzeichnung an.

**5 Material.** Durch Ausprobieren findest du schnell heraus, ob du mit Filzstift, Kugelschreiber, Tuschfeder oder Pinsel zeichnen willst. Auch den richtigen Halbkarton, auf dem der Strich deines Lieblingsfilzstiftes nicht ausfließt, wirst du entdecken. Beim Material solltest du deinen schönen Zeichnungen zuliebe nicht sparen.

**6 Format.** Bei detailreichen Zeichnungen empfiehlt sich, auf A3-Blättern zu zeichnen. Es sei denn, du möchtest ein Heft im A5-Format herausgeben, dann genügt A4 für die Originalzeichnungen. Merke: Verkleinern bringt stets ein besseres Wiedergaberesultat als Vergrössern.

**7 Veröffentlichen.** Vielleicht kannst du deine Comics in eurer Schülerzeitung oder im Vereinsblatt deines Sportclubs veröffentlichen. Ein eigenes Comicheft kannst



11  
MO

MÄRZ 3

12  
DI

13  
MI

14  
DO

15  
FR

16  
SA

17  
SO



du auch gut selbst herausgeben. Zehn bis 20 Exemplare eines kopierten Hefes sind nicht allzu teuer. Und wenn du sie im Kollegenkreis verkaufst, kostet dich der Spass am Ende vielleicht gar nichts. In Geschäften, wo du zweiseitige Kopien herstellen kannst, zeigt man dir auch gerne, wie du die Bostitchmaschine selber bedienen kannst. Aber Achtung: Ordne vor dem Kopieren die Seiten genau an. Lege also die zwei Seiten, die auf dem gleichen Blatt sein müssen, nebeneinander auf das Kopiergerät, und erstelle eine «Mutterkopie» (zum Beispiel von zwei hochformatigen A4-Seiten ein querformatiges A4-Blatt, auf dem die Vorlagen auf 70 Prozent verkleinert sind). Von diesen Mutterkopien lässt du dir dann die gewünschte Anzahl doppelseitig kopierter Blätter herstellen. Dann musst du sie nur noch zusammentragen, falten und heften – fertig ist dein eigenes Comicheft.

**8 Fanzines.** Wenn deine Comics wirklich gut sind, druckt vielleicht sogar mal ein sogenanntes Fanzine (aus den englischen Wörtern «fan» und «magazine») deine Comics. In Deutschland gibt es einige dieser Hefte. Frag in einer

Comichandlung danach. In der Deutschschweiz gibt es zwei Comicmagazine, die allerdings noch höhere Ansprüche stellen als Fanzines. «Strapazin» veröffentlicht eher experimentelle und künstlerisch anspruchsvolle Comics. «INK!» setzt stilistisch zwar keine Grenzen, verlangt aber doch Inhalt und Form von hoher Qualität. Auch diese zwei Hefte bekommst du im Comichandel. Schau sie dir mal an, um zu sehen, welches von beiden dir mehr liegt.

**9 Wettbewerbe.** Eine weitere sehr gute Möglichkeit, an die Öffentlichkeit zu treten, sind Comicwettbewerbe. Im Gegensatz zu Fanzines, die sich keinen Vierfarbendruck leisten können, kannst du hier auch farbige Comics einreichen. Und auch wenn du keinen Preis gewinnst, so besteht doch die Möglichkeit, dass deine Arbeit ausgestellt wird. So können sich schöne Kontakte zu Gleichgesinnten anbahnen. Die Wettbewerbe werden in den Medien ausgeschrieben. Von den drei jährlich stattfindenden Wettbewerben kannst du Unterlagen anfordern bei:

- Luzerner Comicfestival  
Werkhofstrasse 11  
6005 Luzern

- Festival International de la B.D.  
Case postale 707  
3960 Sierre

- Buchhandlung  
Stauffacher  
Neuengasse 25  
3011 Bern

**10 Comicschulen.** Im Land der Berge und Banken gibt es noch keine Comicschule. Das zeichnerische und künstlerische Handwerk kannst du allerdings an Schulen für Gestaltung perfektionieren. Um den Beruf des Comiczeichners zu lernen, müsstest du aber nicht nur ins Ausland, sondern auch die teure Ausbildung bezahlen können. Ernstgemeinte Anfragen kannst du z.B. richten an:

- Ecole St. Luc  
57, Rue de Irlande  
1060 Brussel, Belgien
- Ecole régionale des Beaux-Arts et des Arts appliqués «Le Nil»  
134, Route de Bordeaux  
16000 Angoulême  
Frankreich
- Escuela de Comic «Joso», Gran Via 581  
08011 Barcelona  
Spanien
- Joe Kubert School of Cartoon and Graphic Art, 37 Myrtle Avenue  
Dover, NJ 07801, USA

RETO BÄR



18  
MO

"  
MÄRZ  
3

19  
DI  
JOSEFSTAG

20  
MI

21  
DO  
FRÜHLINGSANFANG

22  
FR

23  
SA

24  
SO



**A**ufputschmittel (Stimulantien) sind Stoffe mit anregender Wirkung. Sie gehören meist zur Gruppe der Weckamine oder Amphetamine und werden zum Teil als Medikamente verschrieben (z. B. als Appetitzügler).

Aufputschmittel greifen in die Schlaf- und Wachzentren des Gehirns ein, vermindern die Ermüdbarkeit und steigern die Leistungsfähigkeit. Deshalb werden sie oft in Stresssituationen verwendet.

Auf die Dauer eingenommen, führen sie zu Unrast und Schlaflosigkeit, die schliesslich in

### «Schnüffeln» von Lösungsmitteln

Viele Lösungsmittel (Verdünner, Benzin, Leime, Lacke, Reinigungsmittel usw.) erzeugen beim Einatmen ein leichtes «Beduseltsein». Manche Jugendliche «schnüffeln» heute gezielt und gewohnheitsmässig. Dabei werden häufig Substanzen auf Watte gegossen und die ausströmenden Dämpfe tief eingeatmet, was zu einer starken Betäubung führen kann. Da viele dieser Dämpfe sehr giftig sind, kann ein regelmässiges «Schnüffeln» zu schweren körperlichen und psychischen Schädigungen

kreieren (designen). Die Wirkungen – körperlich wie psychisch – sind nicht selten katastrophal, mangels Erfahrungen aber noch nicht genauer beschreibbar.

Eines machen gerade diese neuen Drogen klar: Drogen sind nicht ausrottbar. Es gibt nur eine einzige Perspektive: junge Menschen in ihrer Widerstandsfähigkeit gegen Drogenmissbrauch zu stärken!

c u



Psychosen mit Wahnvorstellungen übergehen können. Gewöhnung und Abhängigkeit treten rasch ein. Wegen der inneren Unruhe, die das Rauscherlebnis stört, werden oft zusätzlich Schlafmittel eingenommen.

gungen führen, besonders zu unheilbaren Hirnschädigungen durch Unterversorgung des Hirns mit Sauerstoff.

### Designerdrogen

Diese neuesten, in ihrer Struktur und Wirkungsweise sich ständig wandelnden Drogen kommen aus spezialisierten Labors, die laufend neue Drogen



25  
MO

MÄRZ 3

26  
DI

27  
MI

28  
DO

29  
FR

30  
SA

31  
SO

PALMSONNTAG



Wenn du Sehnsucht hast,  
nimm ein Blatt,  
falte es gut  
zu einem Soldatenhut,  
biege den Rand  
zu einem Band.  
Jetzt ist es ein Schiff  
und fährt über den Tisch,  
fährt weiter übers Meer  
und holt dir deine Träume her.

**WENN DU SEHN-  
SUCHT HAST**

**MANCHMAL  
IST ES  
GUT**

Manchmal ist es gut  
eine Wut zu haben.  
Manchmal muss ich mich wehren  
und die Grossen belehren,  
dass auch Kinder  
nicht alles glauben  
und sich erlauben  
was die Grossen meinen,  
was sie tun und scheinen,  
nicht nur zu loben,  
sondern selber zu erproben.

MAX BOLLIGER



MÄRZ





# GUDRUN GEMÜSE- RAFFEL

**D**as grelle Licht brach plötzlich und unerwartet in die verstaubte Kiste auf dem Estrich ein. Gudrun konnte es kaum fassen: Die grosse Hand wühlte sich durch all die alten Klammotten und Bilder, um ausgerechnet sie heraus-

zufischen. Sie sah sich die Frau im Halbdunkel des Estrichs genau an und erkannte schliesslich das junge Mädchen Ludmilla von damals. Deren Eltern hatten dem Mädchen vor vielen Jahren hübsche und nützliche Dinge, unter anderem Gudrun, für die erste Wohnung mitgegeben. Aber Ludmilla hatte die Gemüse- raffel nie benutzt, weil sie Konservengemüse bevorzugte.

Gudrun hatte keine Zeit, in Erinnerungen zu schwelgen, denn schon stand sie auf der Küchenablage, wurde entstaubt, gebadet und bekam dann sogleich ihren ersten Job. Sie hatte sich zunächst mit einem Blumenkohl zu beschäftigen. Ludmilla hatte nämlich inzwischen geheiratet und drei Kindern das Leben geschenkt, die sie gesund ernähren wollte. Gut, dass Gudrun ein Tischmodell mit Kurbel war, so konnte sie dem Ansturm der Gemüsefülle zunächst widerstehen. Die Familie raffelte, was das Zeug hielt, warf alles mögliche in sie rein und presste es durch sie hindurch, bis unten fein säuberlich Scheibchen oder auch Stäbchen aus ihrem Bauch herausfielen. Gudrun konnte sich ihres werktätigen Lebens allerdings nicht lange erfreuen, denn plötzlich brach ihre Kurbel ab, und ein grosser Mann trug sie wieder in die alte Kiste auf dem Estrich, während er brummte: «Hab' ich's doch gewusst, die alte Raffel hält das nicht durch.»



1  
MO

2  
DI

APRIL 4

3  
MI

4  
DO

5  
FR  
KARFREITAG

6  
SA

7  
SO  
OSTERN



**N**ach dem Zweiten Weltkrieg durchstreiften junge Menschen ruhelos den amerikanischen Kontinent. Oft legten sie Tausende von Kilometern in wenigen Tagen zurück, zu Fuss, als Autostopper, in gestohlenen

te es tatsächlich, entdeckt und ins Team des Columbia-College aufgenommen zu werden. Er war unter all den Reicheleutekindern ein verachteter Aussenseiter, der sich sein Taschengeld damit verdienen musste, dass er die Auf-

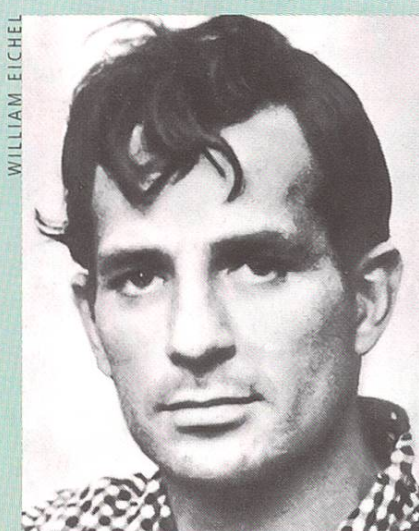
ne, doch die dort herrschende Ordnung und der tägliche Drill passten ihm nicht. Er benahm sich so aufsässig, dass er 1943 wieder entlassen wurde. Er beschloss nun, Schriftsteller zu werden, und schrieb an seinem ersten Roman, der aber erst sechs Jahre später veröffentlicht wurde.

Im Sommer 1947 brach er zu einer grossen Tramp- und Erfahrungstour in den Westen auf. Das Paradies schien immer hinter dem nächsten Hügel zu liegen. Erst an Weihnachten kehrte er als Auto-

## JACK KEROUAC Der Aussteiger als Idol einer Generation.

Wagen oder als blinde Passagiere auf Frachtzügen. Diese jungen Leute waren «unterwegs», auf der Suche nach der eigenen Identität und nach einem Lebenssinn. Das Unterwegssein wurde zum Dauerzustand für die «Beat Generation» – so nannten sich die Jugendlichen selber.

Unter ihnen gab es einen, der auszudrücken verstand, was sie alle empfanden: Jack Kerouac. Berühmt werden wollte er schon als Junge, denn das schien ihm die einzige Möglichkeit, der drückenden Armut des Elternhauses zu entrinnen. Der Junge begann, äusserst hart als Footballspieler zu trainieren, denn nur gute Sportler erhielten Stipendien. Jack Kerouac schaff-



sätze der Mitschüler verfasste. Während des zweiten Semesters überwarf er sich mit seinem Trainer. Er musste die Schule verlassen und entdeckte als Tankwart, Sportjournalist und Küchenjunge auf einem Schiff, dass er grosse Mühe hatte, über längere Zeit an einem Ort und bei einer Sache zu bleiben.

Als der Krieg ausbrach, meldete er sich zur Mari-

Jack Kerouac, 1922–1969, Kultfigur der Beat-Generation, die sich als Generation der «Geschlagenen» empfand, aber auch als jene, die voller Rhythmus war.

stopper nach New York zurück, um seinen Roman zu beenden. 1949 erfuhr er, dass der Roman angenommen worden war. Allerdings hatte das Lektorat ein Drittel des Textes gestrichen.

1951 schrieb Jack Kerouac in nur drei Wochen seinen bekanntesten Roman «On the Road» («Unterwegs»). In den folgenden sieben Jahren entstanden acht Bücher. Die Verzweiflung darüber, dass niemand die Texte, die Jack für die besten hielt, drucken wollte, betäubte der Schriftsteller



8  
MO  
OSTERMONTAG

APRIL 4

9  
DI

10  
MI

11  
DO

12  
FR

13  
SA

14  
SO  
WEISSER SONNTAG



mit Heroin und mit weiterem rastlosem Umherziehen. «Ich fühle mich im eigenen Land wie im Exil», schrieb er an seinen Verleger.

1957 erschien endlich der grosse Roman «On the Road». Über Nacht wurde Jack Kerouac berühmt und zur Galionsfigur der «Beat Generation». Er genoss es und wusste doch nicht damit umzugehen. Dem langen Weg bergauf folgte ein dramatisch kurzer Weg bergab. In den acht Jahren, die ihm noch beschieden waren, war er nur mehr ein Schatten seiner selbst: Die Trunksucht bestimmte seine Tage und Nächte.

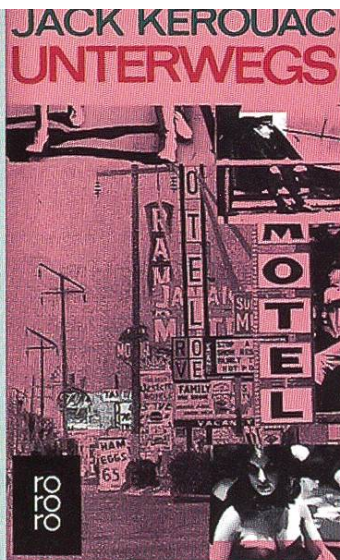
1967 erschien Kerouacs letzter Roman, der wiederum von der Kritik ungnädig aufgenommen wurde. Eine letzte grosse Reise nach Europa geriet zur Sauftour ohne Ende. Am 20. Oktober 1969 starb er in Florida an inneren Blutungen.

## LESERATTENTIPS

### • Unterwegs. (On the Road)

rororo tb 1035 (1993).

Das Buch, das für Amerikas Jugend zum Kultbuch der Nachkriegszeit wurde. In einer schlechten, weil steifen, bürgerlichen, von Zwängen geprägten Welt versuchen



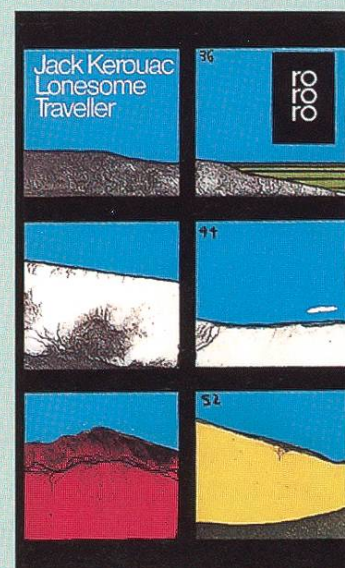
Jack Kerouac und seine Freunde, «glücklich» zu leben. Glücklich sein heisst für sie, dass alles erlaubt ist, was Spass macht, auch wenn es das «Establishment» vor den Kopf stösst. Stichworte dafür sind Tempo, Mobilität, der damals so verpönte Jazz, Drogen, Sex. Diesen Zauberworten reisten die ewigen Tramps nach. Kerouacs Buch lehnt sich sehr eng an die Wirklichkeit an. Freunde des Schriftstellers, wie etwa Neal Cassady, der als Dean Moriarty porträtiert wird, erkennen wir ohne Mühe wieder. Die Freude am Unterwegssein überträgt sich bei der Lektüre dieses Buchs garantiert auf jede Leserin und jeden Leser.

### • Engel, Kif und neue Länder.

rororo tb 1391 (1992).

In diesem zweiten Teil von «On the Road», der unter dem Titel «Desolation Angels» erschien, schildert Jack Kerouac seine Reisen nach Mexiko,

Tanger, London und Paris. Das Leben ist nur noch in der Flucht, im Rausch, in der ständigen geistigen und körperlichen Ruhelosigkeit zu ertragen. Kerouac sprach damit Tausenden aus dem Herzen, und heute, fast 40 Jahre später, ist dieses Lebensgefühl erst recht nachvollziehbar.



### • Lonesome Traveller. rororo tb 4809 (1994).

Die wohl besten kurzen Prosastücke mit autobiographischem Inhalt sind in diesem Band enthalten. Jack Kerouac erklärt mit den Erzählungen seine «Art, irgend etwas zu tun, irgend etwas zu denken». Seine Art, etwas zu tun, wurde zum Lebensgefühl einer ganzen Generation. Und manche «Aussteiger» von heute orientieren sich noch immer an dem, was Jack Kerouac als Sprachrohr der «Beat generation» zu sagen und zu schreiben hatte. c g



15  
MO

16  
DI

APRIL 4

17  
MI

18  
DO

19  
FR

20  
SA

21  
SO



# Spanien

## Gazpacho

- 1 mittelgrosse Salatgurke
- 300 g Tomaten
- 1 Paprikaschote
- 1 grosse Gemüsezwiebel (mild)
- 1 TL gehackter Knoblauch
- 2 Tassen Weissbrotkrumen
- 2 EL Rotweinessig
- 2 TL Salz
- 2 TL Olivenöl
- 1/2 TL Tomatenmark

Salatgurke, Tomaten und die Paprikaschote waschen; Paprikaschote entkernen. Die Zwiebel schälen. Alles grob zerschneiden und in einer Schüssel mit dem Knoblauch und den Weissbrotkrumen mischen. 1/2 Liter Wasser, Essig und Salz dazugeben und diese Mischung nacheinander im Mixer pürieren. Mit einem Schwingbesen das Öl und das Tomatenmark darunterschlagen und das Ganze fest verschlossen 2 Stunden in den Kühlschrank stellen. Zum Servieren die Suppe kurz aufschlagen, dann in gekühlte Suppentassen füllen.

Dazu getrennt winzige Brotwürfel ohne Kruste, feingewürfelte Zwiebeln, Tomaten, grüne Paprikaschote und Salatgurke reichen, die, je nach Geschmack, mit einem Löffel auf die Suppenoberfläche gestreut werden.

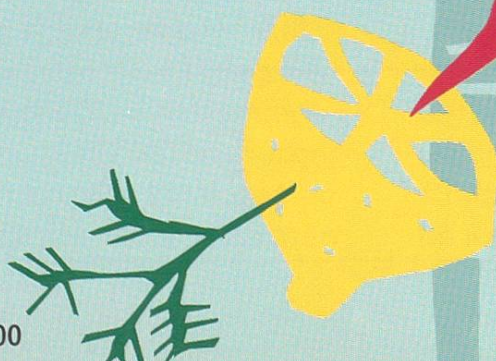


# Russland

## Altrussische Gurkensuppe

- 1/2 l Milch
- 4 dl Joghurt
- 1/8 l saurer Rahm
- 1 TL Salz
- 3 TL Zitronensaft
- 2 TL Zucker
- 4 EL feingehackter frischer Dill
- 1/2 Salatgurke
- 2 TL edelsüßes Paprikapulver

Die Milch mit dem Joghurt, dem sauren Rahm, dem Salz, dem Zitronensaft und dem Zucker im Mixer oder mit einem Rührstab schlagen. Den Dill darunterrühren. Dann die Gurke mit der Schale raspeln und untermischen. Die Suppe 12 Stunden in der Küche lose zugedeckt stehenlassen; dann durch ein Sieb giesen und in Tassen anrichten. Zum Schluss das Paprikapulver darüberstäuben.





22  
MO

23  
DI

APRIL 4

24  
MI

25  
DO

26  
FR

27  
SA

28  
SO



# Die Biene & der Schafbock \*



DAS ist Ludmilla, eine Biene, die von ihren Kollegen & Kolleginnen zur schönsten Biene des Jahres auserwählt wurde.



Ludmilla ist sehr fleissig, doch hat sie eine Blütenstaub - allergie und davon bekommt sie oft tränende Augen.



ALS Ludmilla sich wieder einmal auf einem tränenvernebelten Flug von Blüte zu Blüte befindet, landet sie ausversehen im Pelz eines Schafbocks.



SEIN Pelz riecht wirklich nicht nach Rosenblüten. Doch GUSTAV DER Schafbock ist entzückt das Ludmilla seinen Pelz mit einer Blüte verwechselte. Obwohl sie ein ungewöhnliches Paar sind, bleiben Ludmilla & Gustav von nun an zusammen.



29  
MO

30  
DI

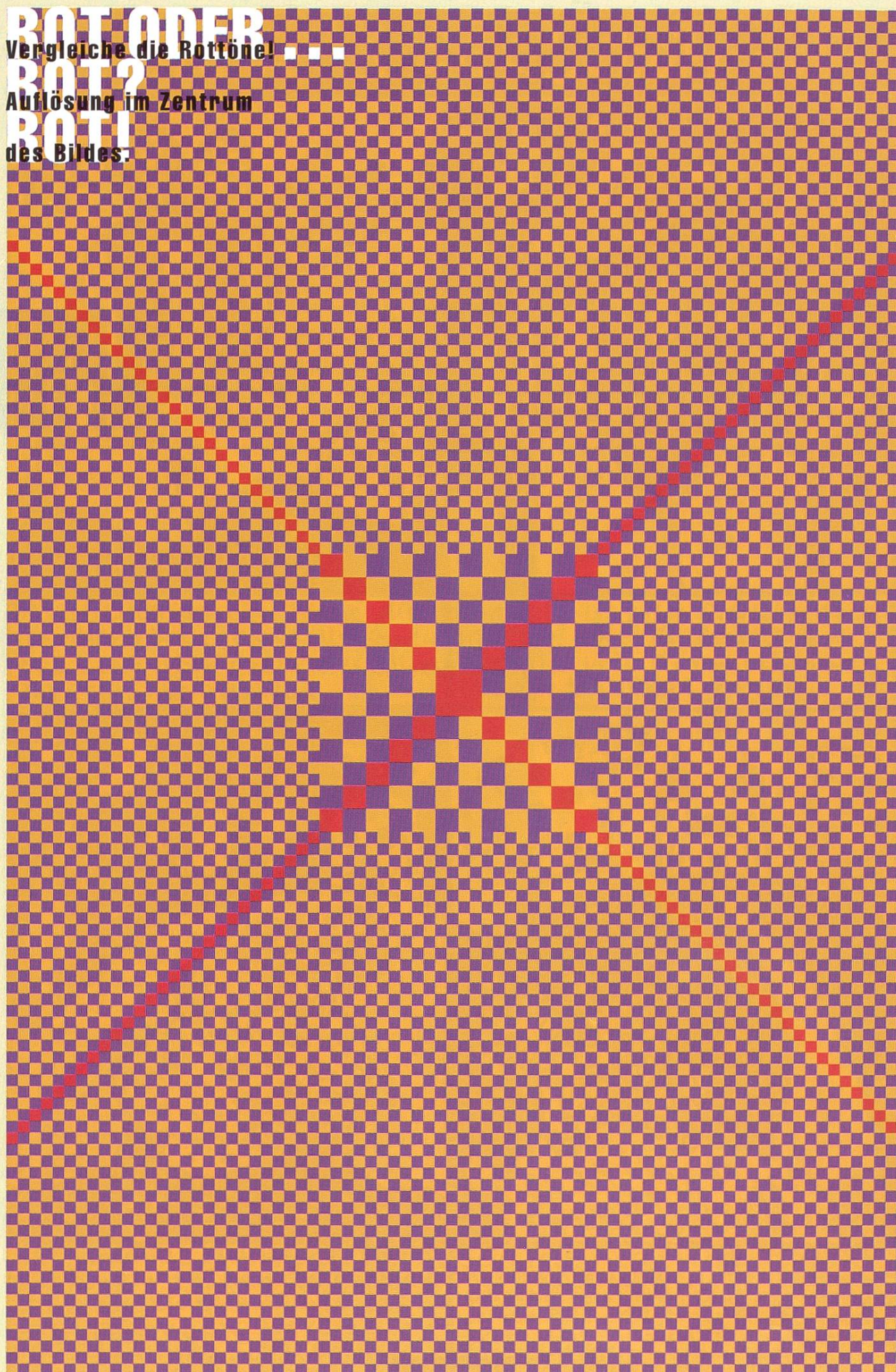
APRIL 4

notizen



# ROT ODER ROT? ROT!

Vergleiche die Rottöne! . . .  
Auflösung im Zentrum  
des Bildes.





notizen

MAI 5

1  
MI  
TAG DER ARBEIT

2  
DO

3  
FR

4  
SA

5  
SO



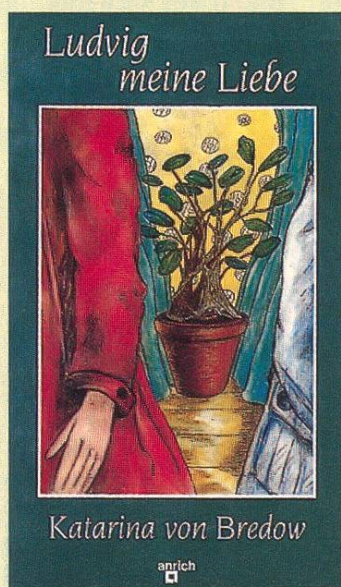
**A**nders zu sein ist nicht einfach. Wie schnell ist die Umgebung bereit, mit den Fingern zu zeigen, ein vernichtendes Urteil abzugeben und das schwarze Schaf einfach auszuschliessen.

Lebenssituationen, über das Leben von Schwulen oder Lesben etwa, zu schreiben. Vier Jugendbuchautoren haben es gewagt. Sie rütteln nachhaltig an alten Vorurteilen.

haben sich Ludvig und Amanda gut verstanden, und als ihre Sexualität erwacht, begehren sie sich auch körperlich. Eine Weile wehren sie sich noch dagegen, doch dann geben sie dem Drängen ihrer Körper nach. Ein einziger schöner Sommer ist ihnen beschieden, dann werden sie entdeckt und von der entsetzten Umgebung erbarmungslos getrennt. Amanda wird später in einer anderen Beziehung glücklich, Ludvig hingegen kann seine grosse Liebe nicht vergessen. Bis zu seinem frühen Tod bleibt er allein.

## TIPS FÜR LESERATTEN Anders als die anderen

Wer wagt es jetzt noch, für die Menschen, die anders sind, einzustehen? Wer sagt: trotz allem verbindet mich eine tiefe Freundschaft mit ihnen? Trifft die Ausgrenzung nicht allzu schnell auch die Freunde der schwarzen Schafe? Es braucht Mut, der Freund, die Freundin von jemandem zu sein, der ganz offensichtlich «anders» ist als die anderen. Mut braucht es auch, über besondere



Katarina von Bredow:  
• **Ludvig meine Liebe.**  
anrich, Kevelaer 1994,  
210 Seiten.

Amanda und Ludvig können nicht glücklich werden, denn ihre Liebe verstösst gegen ein elementares Tabu: sie sind Geschwister. Immer schon

Timothy Ireland:  
• **Was liegt in mir?**  
Alibaba Verlag,  
Frankfurt 1993,  
157 Seiten.

Martin ist gross, stark, breitschultrig, ein «rechter Kerl» eben. Seine Freunde vom Sportclub haben ihm den Übernamen «Jumbo» gegeben. Martins Umgebung signalisiert deutlich, was sie von ihm erwartet: er soll sich für Mädchen interessieren, sie «erobern», mit ihnen schlafen. Doch dann kommt jenes letzte Rugby-Spiel der Saison, während dem Jumbo entdeckt, dass er hoffnungslos in Richard verliebt ist. Eine Weile noch driftet er hilflos hin und her zwi-



6  
MO

7  
DI

8  
MI

9  
DO

10  
FR

11  
SA

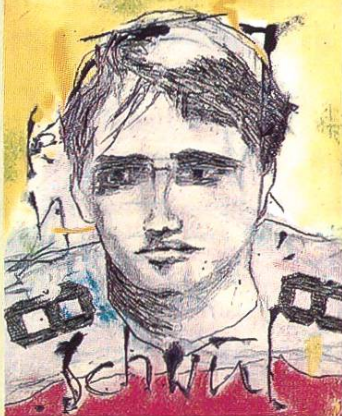
12  
SO

MUTTERTAG

MAI 5



Timothy Ireland  
Was liegt in mir?



schen den eigenen Gefühlen und den Geboten der Gesellschaft. Er beobachtet an Charles, was mit einem Mann geschieht, der offen zu seinem Schwulsein steht. Charles wird immer wieder beschimpft oder gar zusammengeschlagen. Lange versucht Jumbo, sich mit Margaret zu treffen, normal zu sein, sehr zur Freude seiner Eltern und zur Erleichterung seiner Rugby-Freunde. Doch seine Liebe zu Richard ist stärker, und Richard ist es am Ende auch, der ihn davon überzeugt, dass es gut ist, lieben zu können, egal wen.

Lutz van Dijk:

• **Am Ende der Nacht.**

Abschied von Bob.  
Patmos, Düsseldorf  
1994, 126 Seiten.

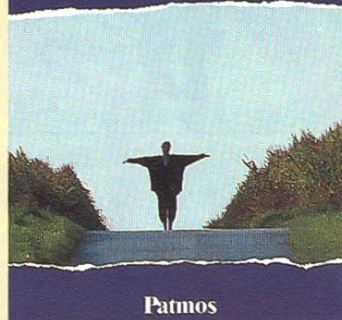
Dick sein ist schlimm. Nadine, «Bombe» genannt, könnte ein Lied davon singen. Dick sein härtet aber auch ab. Man wird eh immer ausge-

grenzt, da kann man auch mutig sein, ohne eine weitere Ausgrenzung fürchten zu müssen. Und Nadine wagt, was sonst keiner wagen würde: sie schubst den grossspurigen Mike ins Wasser, sie läuft von zu Hause weg, um ihren Eltern zu sagen, wie leid sie es ist, an ihrem Ehekrach teilzuhaben. Und sie steht zu Bob, dem farbigen Halbamerikaner, der mit seiner Mutter in einer Sozialwohnung lebt, zu Bob, der schwul ist und HIV-infiziert. Das ist vielleicht ein bisschen viel auf einmal, aber Bob ist ein Philosoph und Lebenskünstler im Punk-Look. Bob ist Nadies bester Gesprächspartner. Bobs grösster Wunsch geht in Erfüllung, bevor er sehr jung an Aids stirbt. Er reist nach Amerika. Als er bald nach seiner Rückkehr ins Krankenhaus eingeliefert wird, sind die besten Freunde, darunter Nadine, bei ihm.

Lutz van Dijk

**Am Ende der Nacht**

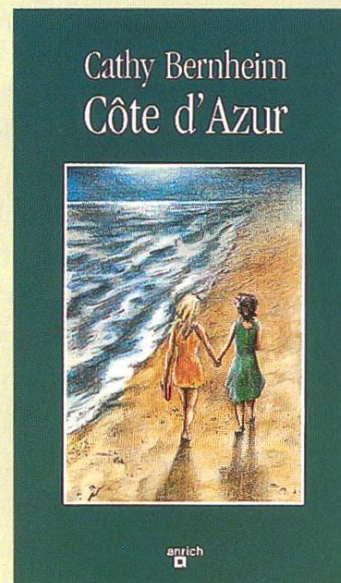
Abschied von Bob



Cathy Bernheim:

• **Côte d'Azur.**

anrich, Kevelaer 1991,  
160 Seiten.



Mehr Glück mit ihrer Liebe haben die beiden Mädchen Lazo und Elyette in Cathy Bernheims unbeschwertem, sonnigem Südfrankreichroman. Die beiden lernen sich am Strand von Cannes kennen. Sie kommen nicht aus demselben Milieu, sie haben nicht dieselben Freunde. Aber all das wird bald unwichtig. Immer öfter sind sie zusammen, und alle anderen Dinge in ihrem Leben werden nebensächlich. In den Osterferien merken sie, dass sie schon lange ineinander verliebt sind. Ungeschoren werden sie damit nicht davorkommen, aber Lazo und Elyette wollen keinesfalls vor der ersten kritischen Bemerkung kuschen.

CG



**13**  
**MO**

**14**  
**DI**

**MAI 5**

**15**  
**MI**

**16**  
**DO**  
AUFFAHRT

**17**  
**FR**

**18**  
**SA**

**19**  
**SO**



# SO EIN DRECK

Die Oma gibt der Enkelin einen guten Rat: «Bevor du in die Schule gehst, solltest du dir die Hände waschen, Barbara.» – «Wozu?» fragt Barbara erstaunt, «ich melde mich sowieso nie!»

Kurt hat ein Stück Schokoladentorte gegessen. Er ist über und über vollgeschmiert. «Du bist ein Ferkel, Kurt», beschwert sich die Mutter. «Weisst du eigentlich, was das ist?» – «Natürlich: das Kind von einem Schwein.»

Martin kommt mit schmutzigen Fingern in die Schule. «Pfui», entsetzt sich die Lehrerin, «was hast denn du für schmutzige Hände!» – «Ach, das ist noch gar nichts», prahlt Martin, «sie sollten erst mal meine Füße sehen.»

«Woran hat Mama bloss gemerkt, dass ich mich nicht geduscht habe?» überlegt Sandro. «Ist doch klar», erklärt sein Bruder Roberto, «du hast vergessen, die Seife nass zu machen.»

«Mama», erzählt Petra, «gestern hat die Lehrerin den Ludwig heimgeschickt, weil er sich nicht gewaschen hatte.» – «Und?» will Mama wissen, «hat es etwas genützt?» – «Ja schon, heute waren acht Kinder da, die sich nicht gewaschen hatten.»

«Du hättest dich waschen können, bevor du zu mir in die Sprechstunde kommst», beschwert sich der Doktor. «Nicht nötig, winkt Karoline ab, «es handelt sich um ein inneres Leiden.»

«Hattest du schon mal ein schreckliches Erlebnis?» fragt der Lehrer die kleine Regula. «Ja», erzählt Regula, «einmal habe ich mich aus Versehen zweimal gewaschen.»

«Also wirklich», beschwert sich Karl bei Tisch, «wenn ich gewusst hätte, dass ich den Hühnerschenkel mit Messer und Gabel essen muss, hätte ich mir das Händewaschen gespart!»



«Schau mal», erklärt Verena ihrem Bruder Heinz, «ich habe mir die Haare ganz kurz schneiden lassen. Jetzt brauche ich sie mir morgens nicht mehr zu kämmen.» – «Schön blöd», meint Heinz, «dafür musst du dir nun jeden Morgen den Hals und die Ohren waschen.»

Willi kommt schmutzig und stinkend nach Hause. «Wie hast du dich nur so schmutzig machen können?» wundert sich Mama. «Ich bin ins Gras gefallen», erklärt Willi. «So sieht Gras aber nicht aus», zweifelt Mama. – «Es war Gras, das die Kuh schon gefressen hatte.»



20  
MO

21  
DI

MAI 5

22  
MI

23  
DO

24  
FR

25  
SA

26  
SO  
PFINGSTEN

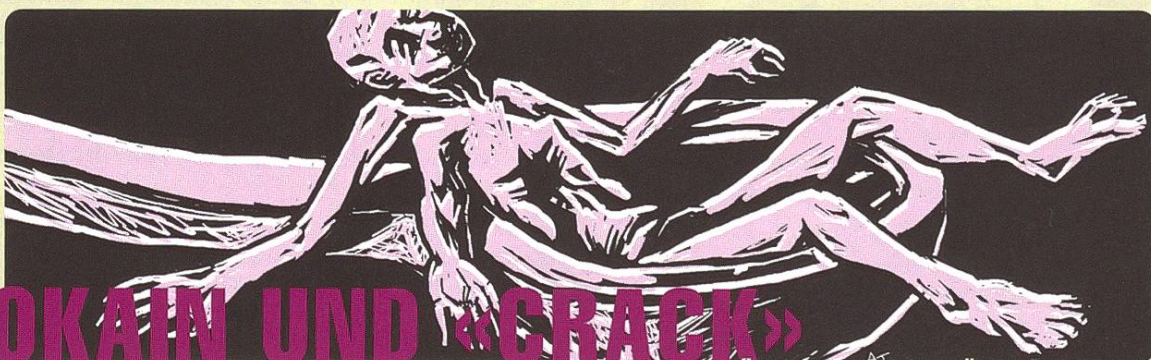


Kokain und Crack sind psychisch und physisch stark wirksame Substanzen, die beim Rauchen, Schnupfen sowie beim intravenösen Spritzen eine deutliche Wirkung auf das Zentralnervensystem ausüben. Die angenehm euphorisierend-stimulierende (anregende, aufputschende) Wirkung führt oft rasch in eine Abhängigkeit.

Kokain ist im Gegensatz zum Heroin eine «extravertierende» Droge (extravertiert = nach aussen gerichtet). Der «Coxer» versucht, den erleichterten Gedankenfluss und das gesteigerte Selbstwertgefühl auf andere zu

(Halluzinationen, Wahnvorstellungen) und Delirien. Die akute Vergiftung äussert sich in Atemnot, Bewusstlosigkeit und Atemlähmung. Wenn Kokain über längere Zeit regelmässig eingenommen wird, können Wesensveränderungen eintreten. Das gerauchte Crack wirkt sehr schnell und heftig auf die Nervenzellen des Gehirns, was zu lebensbedrohlichen Herz- und Kreislaufreaktionen führen kann.

Beim Entzug der Stimulantien stehen Apathie (Gleichgültigkeit) und Antriebslosigkeit im Vordergrund, die nach erneutem Konsum drängen. Das



WESENSVERÄNDERUNGEN KÖNNEN EINTRETEN

**K**okain («Cox» oder «Coci» genannt) wird aus den südamerikanischen Cocablättern gewonnen. («Crack» ist die Bezeichnung einer billigeren Abwandlung von Kokain, die bei uns im Gegensatz zu den USA wenig verbreitet ist: Kokain, Backpulver und Wasser werden vermischt, getrocknet und dann geraucht.)

übertragen. Momentan erlebte Aktivitätssteigerung, Glücksgefühl und Sinnestäuschung machen die Droge verführerisch; ein Umschlagen des Hochgefühls in Angst und Verfolgungswahn ist jedoch nicht selten.

Kokain führt insbesondere in hohen Dosen und bei dauerndem Gebrauch zu Erregungszuständen, Vergiftungspsychosen

Leben erscheint ohne diese künstlichen Aufheller als hoffnungslos langweilig, leer und mühselig.

CU



**27**  
**MO**

PFINGSTMONTAG

**28**  
**DI**

**MAI 5**

**29**  
**MI**

**30**  
**DO**

**31**  
**FR**

notizen



# LORENZ LA- KRITZ

**L**orenz erblickte als glückliches Lakritz-Baby in der Dorfkonditorei Wullschleger das Licht der Welt. Während seiner kurzen Kindheit erlebte er viel Zuwendung und Zärtlichkeit: Der Konditor verfeinerte ihn

mit Zutaten, knetete, rollte, formte ihn, bis er schliesslich als «Bären-dreck»-Schnecke in der Ladenvitrine lag. «Was für ein Gefühl», schnaufte Lorenz stolz.

Doch das Glück währte nicht lange: Am nächsten Tag lasen die Menschen in der Zeitung, dass durch Lakritze ihre Gesundheit gefährdet werde – und glaubten diesen Vermutungen. Das Lakritz-Verbot kam schnell, schon tags darauf verbreitete es sich im Dorf. Frau Wullschleger liess Lorenz eine letzte gute Tat angedeihen und schenkte ihn dem Ortsmuseum. Dort liegt er heute noch vertrocknet neben seinem Namensschild als letzter Lakritz im Schaukasten.

M C

FOTO: ANDREA HELBLING



Lorenz Lakritz  
geb. 14. 7. 1995  
Freundliche Spende der  
Konditorei Wullschleger



JUNI 16

notizen

1  
SA

2  
SO



# Basel: JÜDISCHES MUSEUM DER SCHWEIZ

Kornhausgasse 9  
4051 Basel

Tel. 061 261 95 14

## ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo und Mi, 14–17 Uhr

So 10–12, 14–17 Uhr

## EINTRITT:

frei

## FÜHRUNGEN:

nach Verein-  
barung

Gegenstände aus Holz, Metall, Papier, Pergament oder Textilien stehen oder liegen in Vitrinen – alles Zeugnisse einer jahrtausendalten Geschichte. Fragen wie: «Warum feiern die Juden den Sabbat?» oder «Weshalb befolgen sie besondere Speisevorschriften?» finden eine Antwort.

che abgehalten wird, steht der Vortrag eines Abschnittes aus der Thora. Diese enthält in Form einer (Schrift-)Rolle die fünf Bücher Moses, den Anfang des Alten Testaments. Zum Gottesdienst gehören ferner Aufsätze, Mäntel und Vorhänge. Wie all diese Objekte mit den in einer traditionellen Melodie vorgetragenen Texten aus der Thora zusammengehören, erklärt ein Video bzw. eine einfach geschriebene Wegleitung.

Ausgestellte Lampen, Ringe, Siegel stammen ursprünglich zum Teil aus dem Besitz jüdischer Familien in Endingen und



**Z**weifellos leben auch jüdische Familien in unserer Nachbarschaft, oder wir sitzen mit jüdischen MitschülerInnen in der gleichen Klasse. Aber wissen wir auch wirklich etwas über ihre Lebensgewohnheiten und ihren Glauben? Ein Besuch im jüdischen Museum kann uns die notwendige Anschauung und Information vermitteln, um ein tieferes Verständnis für eine uns zunächst fremd anmutende Kultur und Religion zu wecken.

So lernen wir die Zeremonien des jüdischen Gottesdienstes ebenso wie die Besonderheiten der Feiertage und die zahlreichen Gesetze kennen, die das tägliche Leben der Juden regeln. Besonders eindrücklich ist die hebräische Schrift, die sich durch ihre dekorative Wirkung auszeichnet. Sie zielt bunte Stoffe, Grabsteine, Urkunden und Bücher.

Im Mittelpunkt des jüdischen Gottesdienstes, der stets in hebräischer Spra-

Hebräische Schriftzeichen. Lengnau. In diesen beiden aargauischen Dörfern wurde den Juden seit dem 17. Jahrhundert ein beschränktes Niederlassungsrecht gewährt. Viele weitere Gegenstände aus anderen Ländern erzählen vom wechselhaften Schicksal der Juden, das insbesondere in unserem Jahrhundert durch brutale Verfolgung und bitteres Leid geprägt war.

GSA



3  
MO

4  
DI

5  
MI

JUNI 16

6  
DO  
FRONLEICHNAM

7  
FR

8  
SA

9  
SO



Schnell, schneller  
 wirf die Bälle,  
 drehe die Schirme,  
 fange die Teller.

Rund ist die Welt,  
 wenn das Glück  
 in deine Hände fällt.

Schnell, schneller  
 wirf die Bälle,  
 drehe die Schirme,  
 fange die Teller.

## JONGLEUR

## WER HAT DEN SCHWALBEN MUT GEMACHT?

Wer hat den Schwalben  
 Mut gemacht fortzufliegen?  
 War es der Sturm  
 der vergangenen Nacht,  
 Oder hat ihnen die Sonne  
 vom Himmel zugelacht?

Wer hat ihnen  
 einen zweiten  
 Frühling versprochen  
 War es ein Traum?  
 Oder nur ein Blatt  
 vom Lindenbaum,  
 das vom Winde bewegt,  
 lautlos zu Boden schwebt?

MAX BOLLIGER



10  
MO

11  
DI

12  
MI

JUNIO

13  
DO

14  
FR

15  
SA

16  
SO



# Italien

## Polenta

Für 6 Personen:

1½ l Wasser

2 TL Salz

1½ Tassen feingemahlene Polenta (als vorbereitetes Produkt in Schachteln erhältlich) oder Maismehl

In einem schweren, 3 bis 4 Liter fassenden Kochtopf Wasser und Salz bei starker Hitze zum Sprudeln bringen. Die rohe Polenta oder das Maismehl langsam in das kochende Wasser schütten, das weiter sprudeln muss. Ununterbrochen rühren, damit sich keine Klumpen bilden. Die Hitze verringern und die Polenta unter häufigem Umrühren etwa 20 bis 30 Minuten kochen lassen, bis sie eingedickt ist und der Löffel in der Mitte des Topfes aufrecht stehen bleibt.

Die Polenta kann sofort mit Bratensauce, Butter und Käse oder Tomatensauce angerichtet werden. Man kann sie auch in heissem Zustand auf ein grosses, gebuttertes Backblech geben und mit einem Metallspachtel oder Messer zu einem dünnen, etwa 40 cm grossen Fladen austreichen. Dann kommt sie für etwa 2 Stunden in den Kühlschrank. Nach dem Erkalten kann man sie in Öl braten, grillen oder backen und mit einer Sauce anrichten.

## Zypern

### «Suppa Awgolemono» – Reissuppe mit Ei und Zitronensaft

6–8 Portionen:

8 Tassen Hühnerbrühe

1 Tasse Reis

6 Eigelb

½ Tasse Zitronensaft

– Salz und Pfeffer nach Geschmack

«Suppa Awgolemono» ist auf Zypern eine bekannte und beliebte Suppe, sehr schmack- und nahrhaft. Den Reis in der Brühe kochen und den Topf vom Herd nehmen; Eigelb mit dem Zitronensaft schlagen, allmählich 1–2 Tassen Brühe vom Topf dazugeben und weiter schlagen. Giesse die Eiermischung allmählich, während du rührst, in die Suppe; Salz und Pfeffer zufügen. Suppe leicht erhitzen und servieren.



17  
MO

18  
DI

19  
MI

JUNI 6

20  
DO

21  
FR

SOMMER-SONNENWENDE

22  
SA

23  
SO



**G**rundlage für die Opiatprodukte (Opium, Morphin, Heroin) ist der Schlafmohn. Aus dem Milchsaft der Mohnkapsel wird das Rohopium gewonnen, das auf chemischem Weg zu Morphin und Heroin weiterverarbeitet wird. Morphin findet in der Medizin unter zahlreichen Markennamen Anwendung als sehr wirksames Schmerzmittel.

Heroin ist in der Drogenszene das verbreitetste Opiumderivat. Heroin wird von vielen zuerst «gesniffelt» (durch die Nase geschnupft) oder geraucht (z. B. auf Alufolie

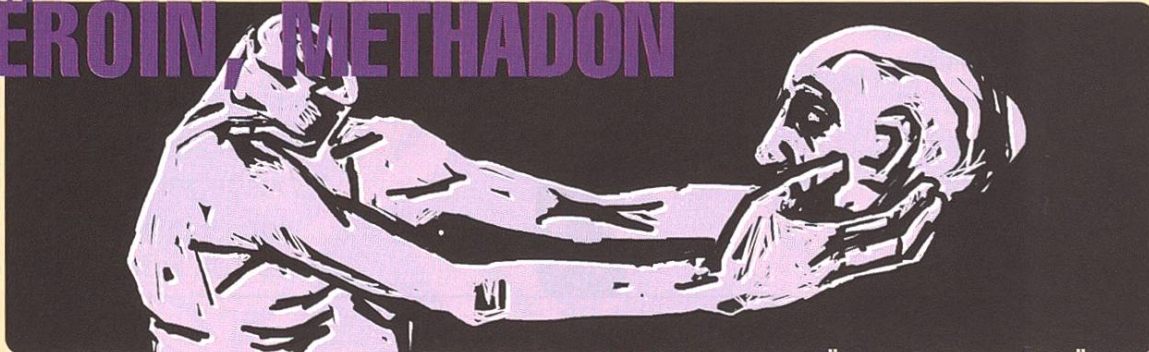
momentan spürbares Hochgefühl («Flash»). Schon ein kurzzeitiger, regelmässiger Konsum kann genügen, um eine körperliche Abhängigkeit und damit eine schwere Sucht zu erzeugen. Dabei spielt die Qualität (Reinheit) der Substanz, aber auch die körperliche Verfassung und das psychische Befinden des Konsumenten eine wichtige Rolle.

Bei einem Heroinsüchtigen ist der Zwang zur «Stoffbeschaffung» meist stärker als alle Überredungsversuche und Drohungen. Die Beschaffung verschlingt viel Geld, was nicht selten Begleit-

fektionsgefahr!), durch giftige Beimengungen, mit denen das Heroin gestreckt wird, aber auch durch das soziale Abgleiten ins Drogenmilieu («Szene») und die damit verbundene körperliche und psychische Vernachlässigung. Die weitaus grösste Gefahr ist heute in der HIV-Infektion zu sehen, die (nach einer Latenzzeit) zur sogenannten Immunschwächekrankheit Aids führen kann. Alle Fixer, die unsaubere, mehrfach gebrauchte Spritzen benutzen oder tauschen, sind dadurch hochgradig gefährdet.

OPIATE

## HEROIN / METHADON



IN KURZER ZEIT KÖRPERLICHE ABHÄNGIGKEIT

verdampft und inhaliert); später steigt ein Teil der Konsumentinnen und Konsumenten auf intravenöses Spritzen um, was als Fixen bezeichnet wird.

Opiate haben eine ausgeprägte betäubende Wirkung. Kurz nach ihrer Einnahme werden negative Empfindungen wie Schmerz, Leeregefühl, Sorgen und Ängste zugedeckt; dazu kommt ein

kriminallität («Dealen», Apothekeneinbrüche usw.) und Prostitution zur Folge hat.

Schädlichkeit: Im Vordergrund steht die ausgeprägte Suchtentwicklung, oft verbunden mit Gleichgültigkeit, Lethargie und Entwertung der eigenen Existenz. Körperliche Schädigungen entstehen meist durch die unsaubere Art des Spritzens (In-

Entzugerscheinungen: Die während der Sucht auftretenden Entzugerscheinungen sind hart. Wenn dem Organismus in diesem Stadium nicht wieder Stoff zugeführt wird, treten Glieder- und Gelenkschmerzen, Schlaflosigkeit, Kreislaufbeschwerden, Schüttelfrost, Unwohlsein, starke Angst- und Unsicherheitsgefühle usw. auf.



24  
MO

25  
DI

26  
MI

JUNI 6

27  
DO

28  
FR

29  
SA

PETER UND PAUL

30  
SO



## Fakten zu Heroin:

- Pro Jahr werden in der Schweiz Millionen von Franken für den illegalen Erwerb von Heroin ausgegeben.
- 3% der 17- bis 30jährigen in der Schweiz geben an, schon Opiate oder Kokain probiert zu haben (davon etwa 2% Heroin).
- An Krankheiten, Unfällen und Überdosierungen im Zusammenhang mit Opiaten sterben in der Schweiz jährlich über 400 meist junge Menschen.

Akute Lebensgefahr besteht, wenn eine zu hohe Dosis (die Qualität bzw. Dosierung der Substanz lässt sich «auf der Gasse» nicht genau überprüfen) eine Atemlähmung oder einen Atemstillstand bewirkt. Hier hilft nur sofortige Reaktion und Benachrichtigung des ärztlichen Notfalldienstes sowie überbrückende Mund-zu-Nase-Beatmung.

## Methadon

Methadon ist ein Produkt mit morphinähnlicher Wirkung, das während des zweiten Weltkrieges in Deutschland als Opiat-ersatz zur Schmerzstillung synthetisiert wurde. Seine suchterzeugende Wirkung ist zu vergleichen mit der des Morphiums oder des Heroins. Bekannt

ist Methadon heute vor allem als Heroinersatz bei Opiatabhängigen, die nicht von ihrem Suchtmittel loskommen. Die Wirkungsdauer des oral eingenommenen (getrunkenen) Methadons beträgt etwa 24 Stunden, weshalb eine tägliche Dosis ausreicht, um ein Entzugssyndrom zu verhindern. Bei Langzeitanwendung und richtiger Dosierung wirkt Methadon in der Regel wenig bewusstseinsverändernd, so dass sich seine Einnahme mit der Erwerbsfähigkeit (einschliesslich Fahrtüchtigkeit) vereinbaren lässt.

Heute erhalten in der Schweiz über 9000 Heroinabhängige Methadon. Methadonprogramme sind nur unter medizinischer Indikation und mit offizieller Bewilligung möglich. Angestrebt wird in erster Linie die Wiederherstellung der körperlichen und psychischen Gesundheit und die soziale Reintegration der Betroffenen. Zudem soll verhindert werden, dass sich die HIV-Infektion durch unsaubere Spritzen weiter ausbreitet. Die

Methadonabgabe kann jedoch nur als Notlösung betrachtet werden, denn die Menschen bleiben weiterhin verstrickt in ihre Sucht. Zudem wird häufig zusätzlich Heroin und Kokain konsumiert, was dazu geführt hat, in einer Versuchsphase an Schwerstabhängige auch Heroin und weitere Drogen abzugeben.

Es kommt nicht selten vor, dass Jugendliche nach einer – kurzen! – «Probierphase» wieder mit Heroin aufhören. Die Schwierigkeit ist jedoch, dass nicht vorausgesagt werden kann, wie schnell sich eine Sucht einstellt. Wer einmal in der Sucht gefangen ist, kommt bald in den Zwang zu lügen, zu stehlen und zu dealen. Die weiteren Folgen sind bekannt.

c u

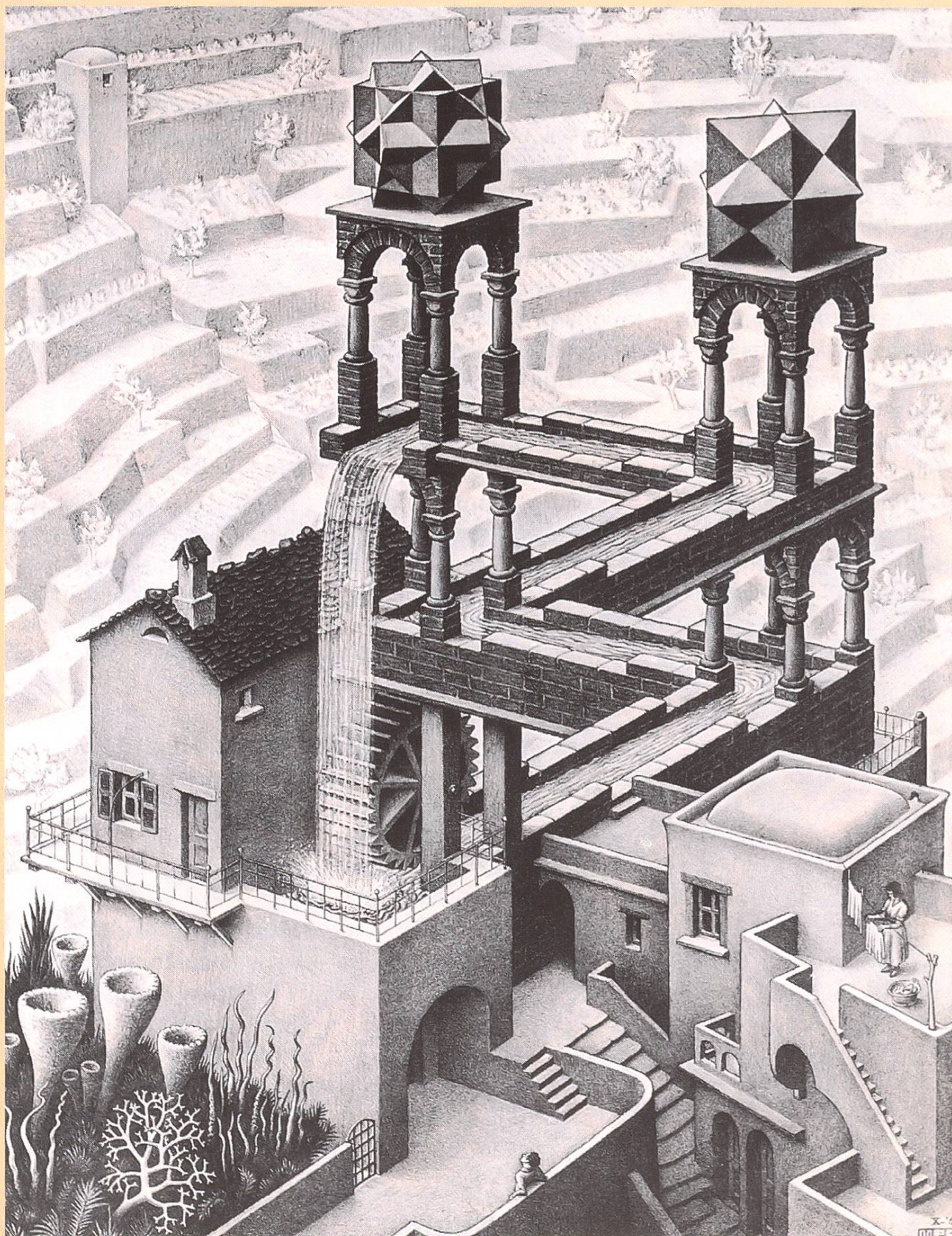


JUNI 96



# GESCHLOSSENES SYSTEM

Hier stimmt doch etwas nicht ...  
Aber was?



© 1995 M.C. ESCHER/CORDON ART - BAARN - HOLLAND. ALL RIGHTS RESERVED



1  
MO

2  
DI

3  
MI

4  
DO

5  
FR

6  
SA

7  
SO

JULI 17



**S**eine Muttersprache ist eigentlich Arabisch, aber er schreibt seine Bücher – vor allem Märchen, Fabeln, fantastische Geschichten – auf deutsch. Es sind Geschichten für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Oder einfach für alle, die sich vom Zauber des Erzählens berühren lassen.

mer versteckte und dort Romane der Weltliteratur las. Zum ersten Mal las ich damals bewusst, um zu lernen, wie man eine Geschichte schreibt. ... Mit Zwanzig gab ich mit anderen die Wandzeitung «Almuntalak» in meiner Gasse heraus, in der ich meine literarischen Fähigkeiten erproben konnte. Bald konnte ich auch die

und in Fabriken, bevor er ein Chemiestudium in Angriff nahm und dieses auch erfolgreich abzuschliessen vermochte. Doch bald folgte die nächste Wende in Rafik Schamis Leben: «Nie werde ich das Gesicht meines Abteilungschefs vergessen, wie er blass wurde, als ich wegen des «Erzählens» meine hochdotierte und sichere Stelle bei seinem grossen Chemiekonzern gekündigt habe. Im ersten Moment hielt er mein Vorgehen für Pokern um Gehaltserhöhung, aber als ich ruhig wiederholte, dass ich nur noch Geschichten erzählen wollte, entgegnete er: «Das kann man doch am Wochenende machen. Ich verstehe schon, dass der Beruf sie nicht ausfüllt, aber gleich kündigen, in einer solchen Krisenzeit?» Seit 1982 lebt Rafik

## RAFIK SCHAMI Erzähler der Nacht

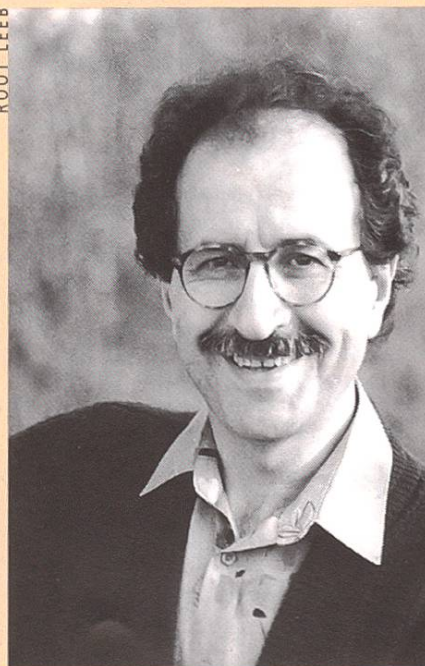
Rafik Schamis Geschichten seien «die Fortsetzung von Tausendundeine Nacht in unserer Zeit», meinte ein Kritiker. Wenn Rafik Schami irgendwo auftritt, liest er nicht wie andere Schriftsteller aus seinen Büchern vor, sondern erzählt seine Geschichten frei und jedesmal, je nach Publikum, ein bisschen anders, ganz in der mündlichen Erzähltradition seines Heimatlandes.

Rafik Schami ist 1946 in Damaskus (Syrien) geboren. Sein Vater war Bäcker. «Ich war sechzehn, als ich mich aus der Bäckerei meines Vaters wegstahl und in einer kleinen Kam-

eine oder andere Geschichte veröffentlichen, und mein erstes satirisches Theaterstück über die Alphabetisierung hatte die Herzen der Menschen in Damaskus bewegt. Doch ich musste das Land verlassen, um nicht unter der Rechtlosigkeit und Zensur der Diktatur zu ersticken.» Seit 1971 lebt Rafik Schami in der Bundesrepublik. Er arbeitete in verschiedenen Stellen auf dem Bau

Rafik Schami,  
wundervoller  
Geschichten-  
erzähler für Leute  
von 9 bis 99.

ROOT LEEB





8  
MO

9  
DI

10  
MI

JULI 17

11  
DO

12  
FR

13  
SA

14  
SO



Schami als höchst erfolgreicher freier Schriftsteller in Kirchheimbolanden (Deutschland). Das Risiko hat sich gelohnt.

## LESERATTENTIPS

### • Die Sehnsucht fährt schwarz.

Geschichten aus der Fremde.  
dtv-Taschenbuch 10842,  
München 1988.

Der Zug, der nach Hause fährt, steht auf Gleis 8. Auf einer Bank im Bahnhof sitzen ein paar Gastarbeiter. «Die Heimat ist weit weg, verfluchte Frühschicht», sagt einer, und der andere meint: «Wenn ich in Izmir schlafen und hier arbeiten könnte – das wäre ein Leben.» Kein Wunder, dass es der Beamte in der Ausländerbehörde so schwer hat. Ständig muss er sich mit Kanaken, Kameltreibern und Spaghettifressern herumschlagen. Oft werden sie auch noch frech, statt froh darüber zu sein, dass sie überhaupt ihren Stempel kriegen und die Aufenthaltserlaubnis verlängert wird. – Es sind diesmal keine Märchen, die Rafik Schami uns vorträgt, sondern ganz reale Geschichten aus einer allzu realen Welt. Meistens ist es die bundesrepublikanische – es könnte aber ebenso gut die schweize-

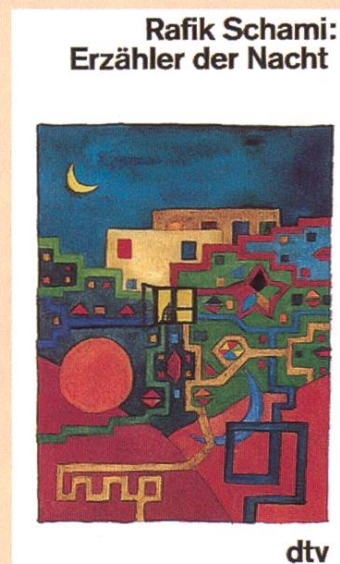
rische sein –, in der sich seine Helden zurechtfinden müssen. Das Heldenhafte wird ihnen allerdings oft ausgetrieben, denn viele sind Arbeitsemigranten. Nicht jeder weiss sich gegen Heimweh und Diskriminierung so verschmitzt zur Wehr zu setzen wie der palästinensische Gastarbeiter und Emigrant, der unter den Augen des Abteilungsleiters ein grosses Fest organisiert.

### • Erzähler der Nacht.

dtv-Taschenbuch 11915,  
München 1994.

«Die sieben Freunde kamen Abend für Abend. Ob es regnete oder die Armee putschte, sie waren kurz vor acht da und gingen erst nach Mitternacht.» Sie treffen sich bei Selim, dem besten Geschichtenerzähler von Damaskus, denn der ist verstummt. Sieben einmalige Geschenke können ihn erlösen. Das kön-

nen nur Geschichten sein! Seine Freunde sind gefordert. Sie erzählen die Schicksalsgeschichten ihres Lebens, und jedes einzelne Leben ist atemberaubend und märchenhaft, spricht von Unrecht und Gnade, Gefahr und Rettung, Hoffnung und Bescheidenheit. So wie die eingewebten Märchen sind diese Lebensgeschichten voll schmerzlicher Schönheit und versöhnter Trauer.



«Heute kann ich ein kleines Geheimnis verraten», sagte Rafik Schami zu diesem Buch, «ich wollte einmal alle Möglichkeiten des Erzählens in einer Geschichte versammeln. Zunächst hielt ich das für unmöglich, aber nach vielen Versuchen ist es mir gelungen, alle auf der Erde bekannten Erzählkünste in diesem Buch zu verstecken. Nicht einmal die Art, wie das Feuer dem Holz erzählt, ist mir entkommen.» cu



15  
MO

16  
DI

17  
MI

18  
DO

19  
FR

20  
SA

21  
SO

JULI 17



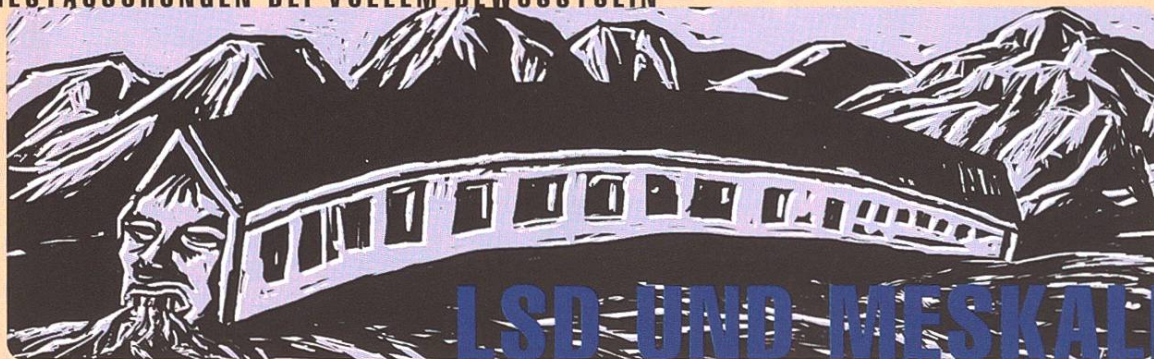
**D**as Bedürfnis nach LSD- oder Meskalintrips scheint heute weniger ausgeprägt zu sein als vor einigen Jahren. Zudem wissen die Verbraucher heute besser, wie sie sich bei sogenannten Horrortrips helfen können (Einnahme von Tranquilizern).

Halluzinogene bewirken Veränderungen in der Wahrnehmung und im Erleben. Sinnestäuschungen (Halluzinationen) können bei vollem Bewusstsein und ohne wesentliche Störungen der vegetativen Funktionen eintreten. Eine Verknennung von Zeit und Raum sowie eine Über-

dere Halluzinogene können zwar Anstöße geben, die für Sekundenbruchteile Einblicke in neue Welten ermöglichen. Aber wirkliche, bleibende Bewusstseinsweiterung kommt nicht durch Drogen, sondern durch Eigenleistung zustande. Meditation oder andere seelische Entspannungsmethoden sind da wirksamere – und risikoärmere – Techniken.

Das Risiko von psychischen Schwierigkeiten darf nicht unterschätzt werden, auch wenn nicht jeder Gebrauch von Halluzinogenen eine Gefährdung darstellt. Der Trip bringt nur an den Tag,

#### SINNESTÄUSCHUNGEN BEI VOLLEM BEWUSSTSEIN



**LSD UND MESKALIN**  
STARKE HALLUZINOGENE

schätzung der eigenen Fähigkeit sind für LSD typisch.

Die vor allem vom amerikanischen Drogenapostel Timothy Leary zur Religion erhobene bewusstseinsweiternde Wirkung des LSD ist oft eine Illusion und wurde in dieser absoluten Form von ihm selbst auch widerrufen. LSD und an-

was bereits unbewusst vorhanden ist. Ein «schlechter Trip» kann unter Umständen psychotische (= einer Geisteskrankheit ähnliche) Reaktionen oder schwere Angstzustände auslösen. LSD kombiniert mit Alkohol hat oft verheerende Wirkungen. Ein regelmäßiger Gebrauch von LSD und Meskalin ist selten. cu



22  
MO

23  
DI

24  
MI

25  
DO

26  
FR

27  
SA

28  
SO

JULI 17



# WAS DA FÄHRT UND HUPT

Eine Oma wird von einem Radfahrer umgefahren. Der Radfahrer stellt die Oma wieder auf und sagt: «Da haben Sie aber Glück gehabt, dass ich heute meinen freien Tag habe. Normalerweise bin ich nämlich Busfahrer.»

Im überfüllten Bus tippt eine ältere Frau einem sitzenden jungen Mann auf die Schulter und sagt: «Gestatten Sie, dass ich Ihnen meinen Stehplatz anbiete?»

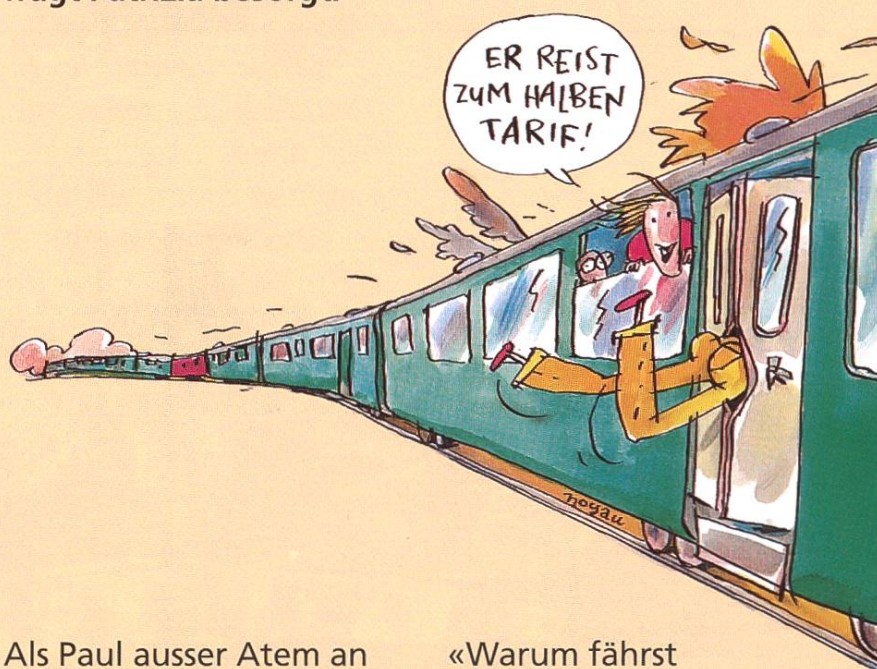
«Werner», fragt die Lehrerin, «was weisst du über den Taunus?» – «Nichts! Mein Vater fährt einen Mercedes.»

Thommi und Chrigi bekommen zusammen einen Schlitten zu Weihnachten. Den wollen sie gleich mal ausprobieren. «Du wechselst schön ab mit deinem Bruder», mahnt der Vater den älteren Thommi. «Klar», versichert Thommi, «ich fahre den Hügel hinunter, und Chrigi zieht den Schlitten wieder hinauf.»

Tante Elsa trägt eine grosse Brosche mitten auf der Bluse. «Aber Tante», wundert sich Renate, «warum hast du deinen Rückstrahler vorne montiert und nicht hinten?»

Onkel Gabriel zeigt Ferienfotos. Man sieht ihn mit seinem Auto vor einer umgestürzten griechischen Säule. «Warst du das, Onkel?» fragt Patrizia besorgt.

Der fünfzehnjährige Andres sitzt neben seinem Vater im Auto. «Lass mich auch mal fahren», bittet er, «ich bin doch schon alt genug.» – «Du schon», wehrt der Vater ab, «aber das Auto nicht.»



Als Paul ausser Atem an der Bushaltestelle ankommt, schliesst der Busfahrer eben die Tür und fährt los. Paul möchte auf keinen Fall zu spät zur Schule kommen. Verzweifelt rennt er hinter dem Bus her. Er stolpert, fällt bäuchlings in eine Pfütze und rudert hilflos mit den Armen. Der Busfahrer hat ihn durch den Rückspiegel beobachtet. Er öffnet das Fenster und ruft: «Mit Schwimmen schaffst du's auch nicht mehr, mein Junge!»

«Warum fährst du eigentlich nicht mehr mit dem Fahrrad zur Schule?» will der Onkel von seinem Neffen wissen. – «Es lohnt sich einfach nicht. Immer ist entweder das Fahrrad in Reparatur oder ich.»

«Was ist ein Sattelschlepper?» will der Lehrer von Willi wissen. – «Wahrscheinlich ein Cowboy, der sein Pferd verloren hat.»



20  
MO

30  
DI

31  
MI

JULI 17

notizen



notizen

8 AUGUST

1  
DO  
BUNDESFEIER

2  
FR

3  
SA

4  
SO



5  
MO

6  
DI

7  
MI

8  
DO

**AUGUST** 8

9  
FR

10  
SA

11  
SO



12  
MO

13  
DI

14  
MI

15  
DO

MARIÄ HIMMELFAHRT

16  
FR

17  
SA

18  
SO

8 AUGUST



19  
MO

20  
DI

21  
MI

22  
DO

AUGUST 8

23  
FR

24  
SA

25  
SO



26  
MO

27  
DI

28  
MI

29  
DO

30  
FR

31  
SA

8 AUGUST

notizen



SEPTEMBER 9

notizen

1  
SO



2  
MO

3  
DI

4  
MI

5  
DO

9 SEPTEMBER

6  
FR

7  
SA

8  
SO



9  
MO

10  
DI

11  
MI

12  
DO

SEPTEMBER 9

13  
FR

14  
SA

15  
SO  
EIDG. BETTAG



16  
MO

17  
DI

18  
MI

19  
DO

9 SEPTEMBER

20  
FR

21  
SA

22  
SO



**23**  
**MO**  
HERBSTANFANG

**24**  
**DI**

**25**  
**MI**

**26**  
**DO**

**27**  
**FR**

**28**  
**SA**

**29**  
**SO**

**SEPTEMBER 9**



30  
Mo

9 SEPTEMBER

notizen



notizen

1  
DI

2  
MI

3  
DO

4  
FR

5  
SA

6  
SO

OKTOBER 10



7  
MO

8  
DI

9  
MI

10  
DO

11  
FR

12  
SA

13  
SO

10 OKTOBER



14  
MO

15  
DI

16  
MI

17  
DO

18  
FR

19  
SA

20  
SO

OKTOBER 10



21  
MO

22  
DI

23  
MI

24  
DO

25  
FR

26  
SA

27  
SO

10 OKTOBER



28  
MO

29  
DI

30  
MI

31  
DO

OKTOBER 10

notizen



**notizen**

**1**  
**FR**  
ALLERHEILIGEN

**2**  
**SA**  
ALLERSEELEN

**11 NOVEMBER**

**so**  
REFORMATIONSFEST



**4**  
**MO**

**5**  
**DI**

**6**  
**MI**

**7**  
**DO**

**8**  
**FR**

**9**  
**SA**

**10**  
**SO**

**NOVEMBER 11**



11  
MO

12  
DI

13  
MI

14  
DO

15  
FR

16  
SA

17  
SO

11 NOVEMBER



**18**  
**MO**

**19**  
**DI**

**20**  
**MI**

TAG DER RECHTE DES KINDES

**21**  
**DO**

**22**  
**FR**

**23**  
**SA**

**24**  
**SO**

**NOVEMBER 11**



25  
MO

26  
DI

27  
MI

28  
DO

29  
FR

30  
SA

11 NOVEMBER

notizen



**notizen**

**1  
so**

**DEZEMBER**



**2**  
**MO**

**3**  
**DI**

**4**  
**MI**

**5**  
**DO**

**6**  
**FR**

**7**  
**SA**

**8**  
**SO**

MARIÄ EMPFÄNGNIS



**9**  
**MO**

**10**  
**DI**

**11**  
**MI**

**12**  
**DO**

**13**  
**FR**

**14**  
**SA**

**15**  
**SO**

**DEZEMBER**



**16**  
**MO**

**17**  
**DI**

**18**  
**MI**

**19**  
**DO**

**20**  
**FR**

**21**  
**SA**

WINTER-SONNENWENDE

**22**  
**SO**

**12. DEZEMBER**



**23**  
**MO**

**24**  
**DI**  
HEILIGABEND

**25**  
**MI**  
WEIHNACHTEN

**26**  
**DO**  
STEPHANSTAG

**27**  
**FR**

**28**  
**SA**

**29**  
**SO**

**DEZEMBER** 12



**30**  
**MO**

**31**  
**DI**  
SILVESTER



**K**ommunikation live erleben.  
 Neue Kontakte knüpfen.  
 In einem aufgestellten  
 Team mitarbeiten. Bringt Dich das in  
 Schwung? Macht Dir das auch soviel  
 Spass wie uns? Dann hol die  
 nächste Schere, schneide  
 den Coupon aus und verlange  
 Gratisbroschüren oder  
 rufe uns unter  
 Telefon 155 8000  
 gratis an.

Bitte senden Sie mir kostenlos  
 Informationsmaterial zu allen  
 Berufen, die ich ankreuze:



**Betriebssekretärin**  
**Betriebssekretär**



**Betriebsassistentin**  
**Betriebsassistent**



**Uniform. Postbeamtin**  
**Uniform. Postbeamter**

Einsenden an:  
 Generaldirektion PTT  
 Berufsinformation Post  
 POP 2  
 3030 Bern

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Schulbildung \_\_\_\_\_

Jahrgang \_\_\_\_\_

**DIE POST**

