



Hochschule
Zittau/Görlitz
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

TRAWOS

Institut für Transformation, Wohnen
und soz. Raumentwicklung



UNIVERSITÄT LEIPZIG

7. Infobrief / Juli 2013

7. Newsletter / lipiec 2013

Aktuelles - Aktualności

Interessanter Link

Auf unserer Internetseite (www.hszg.de/geszko) können jetzt unter „Downloads“ sechs verschiedene gesunde 4-Wochenessenpläne zum Nachkochen und Ausprobieren heruntergeladen werden. Wir können dieses Angebot mit Unterstützung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. anbieten. Die Essenspläne gibt es sowohl in einer deutschen als auch in einer polnischen Version.

Ciekawy link

W rubryce „Do pobrania“ na naszej stronie internetowej (www.hszg.de/geszko) można pobrać sześć różnych czterotygodniowych jadłospisów do samodzielnego wypróbowania. Jadłospisy możemy zaoferować dzięki uprzejmości Niemieckiego Towarzystwa Żywniowego (Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.). Są one dostępne w języku polskim i niemieckim.

Bericht von der Abschlussmesse 2013 Sprawozdanie z targów projektowych 2013

Nach der schönen Abschlussmesse im letzten Jahr trafen sich die Projektteilnehmer/innen dieses Jahr wieder im KiEZ Querxenland in Seifhennersdorf. Zwar war das Wetter nicht so warm wie 2012, aber dafür übernachteten sehr viele Klassen im Querxenland, so dass die Teilnehmer/innen zwei Tage Zeit hatten, sich mit Freunden zu unterhalten, beim Fußball auszutoben, an den Workshops teilzunehmen oder sich einfach auf dem weiten Gelände zu entspannen.

Po udanych targach projektowych w przeszłym roku również w tym roku wszyscy uczestnicy projektu zjeżdżali w KiEZ Querxenland w Seifhennersdorf. Co prawda nie było tak ciepło jak 2012 roku, ale za to dużo klas przenocowało w Querxenland, tak że uczestnicy mieli przez dwa dni czas żeby rozmawiać z przyjaciółmi, żeby wyszumieć się grając w piłkę nożną, żeby uczestniczyć na warsztatach albo żeby po prostu się wyluzować na dużym terenie Querxenland.

Przyjazd -Ankunft



Jak już w zeszłym roku wszystkie klasy zostały przyjęte przez team projektu i wszyscy dostali teczki z najważniejszymi dokumentami jak np. przebieg programu.

Wie schon im letzten Jahr wurden alle Schulklassen vom Projektteam empfangen und erhielten Mappen mit den wichtigsten Dokumenten, wie dem Programmablauf.

Begrüßung im Zelt - Powitanie w namiocie

Begrüßt wurden die mehr als 200 Teilnehmer/innen von Frau Prof. Dr. Gisela Thiele und Frau Prof. Dr. Maria Hallitzky, den beiden Projektleiterinnen. Gedolmetscht hat Frau Lasfar, die im letzten Jahr schon sprachlich vermittelt.



Kierowniczkni projektu pani Prof. Dr. Gisela Thiele i pani Prof. Dr. Maria Hallitzky powitały gości – ponad 200 ludzi. Jak w tamtym roku pani Lasfar tłumaczyła.



Prezentacje - Präsentationen

Prezentacje szkolnych projektów w tym roku były bardzo różnorodne. Na następnych stronach mogą Państwo zobaczyć kilka wrażeń z prezentacji.

Die Präsentationen der Schulprojekte waren in diesem Jahr sehr vielfältig. Auf den nächsten Seiten finden Sie einige Eindrücke von den Präsentationen.

Tandem Rothenburg & Przewóz

Szkoła Mittelschule Rothenburg pokazała na swoich plakatach, na których było dużo fotografii jak świetnie się bawili uczniowie na lekcjach wf-u grając w Lacrosse. Ich klasa partnerska z Zespołu szkół z Przewoza prezentowała fotografie ze wspólnego festynu sportowego z dnia 6 maja 2013, na którym wzmacniali siły oraz umiętność pracy w zespole.



Die Mittelschule Rothenburg zeigte anhand von Plakaten mit vielen Fotos, welchen Spaß die Schüler/innen im Sportunterricht mit Lacrosse hatten. Ihre Partnerklasse der Zespół Szkół aus Przewóz zeigte Fotos vom gemeinsamen Sportfest am 6. Mai 2013, bei dem sie Kraft und Teamgeist stärkten.

Tandem Wschowa & Herrnhut



Eine große Plakatwand unter anderem mit Fotos vom gemeinsamen Fußballturnier, einen Baum aus deutschen und polnischen Fahnen und einen Medaillentisch präsentierte das Tandem der Schüler/innen der Förderschule Herrnhut und Szkoła Specjalna Przyposabiająca do Pracy in Wschowa.



Tandem uczniów ze szkół Förderschule Herrnhut i Szkoła Specjalna Przyposabiająca do Pracy in Wschowa prezentowali duży plakat, na którym były między innymi zdjęcia ze wspólnego turnieju piłki nożnej. Oprócz tego przygotowali jeszcze drzewo z polskich i niemieckich flag oraz stół z medałami.

Tandem Niesky & Zgorzelec



Kräuterwissen war bei der Klasse aus der Gutenbergschule Niesky gefragt. Hier mussten die Pflanzen und Samen den richtigen Beschreibungen zugeordnet werden.

U klasy z Gutenbergschule Niesky można było udowodnić swoją wiedzę o ziołach. Zadaniem było tutaj rośliny i ziarna przyporządkować do odpowiedniego opisu.

Przy prezentacji klasy ze Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego ze Zgorzelca uczestnicy mogli testować funkcje swoich zmysłów: Czy rozpoznajesz owoce i warzywa z zamkniętymi oczami przez dotykanie?

Bei der Präsentation der Klasse der Spezialny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy aus Zgorzelec konnten die Teilnehmer/innen ihre Sinne testen: Erkennst Du das Gemüse oder Obst mit verbundenen Augen durch Tasten und Fühlen?



Tandem Zittau & Lwówek Śląski



Sandra Dittrichova i Josefin Renger ze szkoły Lisa-Tetzner-Schule Zittau na targi projektowe przygotowały pokaz taneczny, którym zachwyciły publiczność. Przy swoim stoisku pokazały uczniowie fotografie ze swojej wyżyty w parku wspinaczkowym oraz ze wspólnych wycieczek Nordic-Walking.

Sandra Dittrichova und Josefin Renger von der Lisa-Tetzner-Schule Zittau studierten für das Abschlussfest einen Tanz ein, der das Publikum zum Mitschwingen brachte. An ihrem Stand zeigten die Schüler/innen Bilder vom Besuch im Kletterwald und von den gemeinsamen Nordic-Walking-Touren.



Tandem Görlitz (Kl. 8) & ZSE Bolesławiec



Uczniowie z Zespołu Szkół Elektronicznych w Bolesławcu pokazali własnoręcznie wykonane plakaty ze spotkań tandemowych z klasą 8 ze szkoły Förderschulzentrums Görlitz. W styczniu 2013 obie klasy razem zwiedzali muzeum ceramiki w Bolesławcu i w kwietniu wszyscy uczniowie brali udział w zwiedzaniu miasta Görlitz.

Schüler/-innen aus der Zespół Szkół Elektronicznych in Bolesławiec zeigten selbst gestaltete Plakate von den Tandemtreffen mit der Klasse 8 des Förderschulzentrums Görlitz. Im Januar 2013 besuchten beide Klassen das Keramikmuseum in Bunzlau und im April nahmen alle Schüler an einer Stadtführung in Görlitz teil.

Tandem Görlitz (Kl. 6) & ZSOZ Bolesławiec

Die Klasse 6 des Förderschulzentrums Görlitz präsentierte Fotos von ihren gemeinsamen Treffen mit der Partnerklasse der Zespół Szkół Ogólnokształcących i Zawodowych aus Bolesławiec im November 2012 und April 2013.



Klasa 6 ze szkoły Förderschulzentrum Görlitz zaprezentowała zdjęcia ze wspólnych spotkań z klasą partnerską z Zespołu Szkół Ogólnokształcących i Zawodowych z Bolesławca w listopadzie 2012r. oraz w kwietniu 2013r.

Workshops — Warsztaty

Tolle Möglichkeiten, vielleicht ein neues Hobby zu finden oder eigene, bisher nicht bekannte Talente zu entdecken, boten die verschiedenen Workshops, die am Vormittag- und am Nachmittag besucht werden konnten.

Przez różnorodne warsztaty, na które można było iść przed południem i po południu, uczestnicy mieli możliwość na odkrycie nowych hobby i do tej pory nieznanych talentów i zainteresowań.

Percussion — Perkusja

Na początku utrzymać rytm nie było wcale łatwo dla większości uczestników, ale z czasem można było słuchać bębniomy dźwięki na sali i na dworze.



Das rhythmische Schlagen auf die Trommel war für die meisten Teilnehmer/innen am Anfang gar nicht so einfach. Aber mit der Zeit klangen gemeinsam getrommelte Klänge durch Raum und Hof.

Geocaching



Mit dem GPS-Gerät ausgerüstet musste die Gruppe nur anhand von vorgegebenen Koordinaten im Wald wieder zurück ins Querxenland kommen. Zum Glück haben alle den richtigen Weg gefunden und am Ende den gesuchten „Schatz“ gefunden.

Wyposażeni w czytnik GPS grupa musiała się orientować w terenie i znaleźć drogę przez las z powrotem na teren Querxenland tylko za pomocą współrzędnych GPS. Na szczęście wszyscy trafili w prawdziwą drogę i na końcu mogli znaleźć szukany „skarb”.

Improvisationstheater — Teatr improwizacji

Neben Spielen zur Verbesserung der Aufmerksamkeit und der Konzentration erschufen die Gruppen z.B. kleine Standbilder oder mussten als Kindergärtner zu gesprochenen Texten schauspielern.



Oprócz gierk do powiększenia koncentracji grupe stworzyli małe posągi albo musieli grać jako wychowawcy w przedszkolu.

Breakdance



Breakdancerzy bawili sportowo. Krok po kroku opracowali małą sekwencję taneczną.

Bei den Breakdancern ging es sportlich zu. Schritt für Schritt wurde eine kleine Tanzsequenz erarbeitet, was Einige ganz schön ins Schwitzen brachte.

Naturmalfarben — Malowanie z naturalnymi kolorami



Hier wurde nicht in die Stiftdose, sondern zum Kochtopf gegriffen. Aus Malventee oder Roter Bete wurden Farben hergestellt, die dann für kreative Bilder genutzt wurden.

Tutaj nie sięgano się po markery lecz po garnek. Z herbaty malwy i z buraków zrobiono kolory, które zostały wykorzystane do malowanie obrazków.



Recycling



Wie aus einem leeren Tetrapak und ein paar anderen Materialien ein trendiges Portemonnaie werden kann, erfuhren die Teilnehmer/innen in diesem Workshop.



Na tym warsztacie uczestnicy dowiedzieli się jak można z kartonu po soku i kilka innych materiałów stworzyć portfel.

Saatbomben — Bomby siewne



Niedługo zakwitną kolorowe kwiaty na jednej łące w Querxenland. Uczestnicy tego warsztatu robili grudki ziemi które uzupełnili nasionami różnych kwiatów. Po następnym deszczu te kwiaty zaczynają rosnąć i mamy nadzieję że niedługo zakwitnie dużo kolorowych kwiatów. Z wielkim zaangażowaniem wszyscy rzucili swoje bomby siewne na taką.

Bald werden bunte Blumen auf einer Wiese im Querxenland wachsen. Die selbst gebastelten Erdklumpen enthielten Samen verschiedener Blumen, die nach dem nächsten Regen wachsen und hoffentlich bald bunte Blüten bekommen. Mit viel Körpereinsatz wurden die Saatbomben auf die Wiese geworfen.

Entspannung — Relaks

Ganz ruhig wurde es im Entspannungsworkshop. Dafür sorgte eine Geschichte, die von der Workshopleiterin im abgedunkelten Judoraum vorgelesen wurde. Anschließend wurde der Kreislauf mit leichten Yogaübungen wieder in Schwung gebracht.



Bardzo cicho się robiło na warsztacie relaksu. Sprawiała to jedna historia która została przeczytana przez wiodącą warsztatu w przyciemnionym pomieszczeniu na judo. Potem przez lekkie ćwiczenia jogi rozruszaliśmy trochę nasze organizmy.

Sport

Oprócz licznych warsztatów była też możliwość do grania w piłkę nożną albo w siatkówkę na piasku.



Neben den zahlreichen Workshop gab es auch immer wieder die Möglichkeit, den Fußball zu kicken oder beim Volleyball den Sand unter den Füßen zu fühlen.

Abend — Wieczór



Am Abend fanden sich alle Teilnehmer/innen zum gemeinsamen Grillen ein. Da dieses Jahr die meisten Schulklassen im Querxenland übernachteten, hatten die beiden Männer am Grillrost viel zu tun. Am Lagerfeuer wurden in Gesprächen Erfahrungen ausgetauscht, neue Freundschaften geknüpft oder gefestigt und sogar so manches Lied gemeinsam gesungen.

Wieczorem wszyscy uczestnicy zeszli się przy grilu. Ponieważ w tym roku większość klas przenocowała w Querxenland panowie przy grilu mieli dużo roboty. Przy ognisku wszyscy rozmawiali, wymienili się doświadczeniami, poznali się bliżej i nawet śpiewali razem kilka piosenek.



Lacrosse/Wandern—Lacrosse/Wędrówka



Der nächste Morgen begann um 10 Uhr nach einem gemütlichen Frühstück. Es wurden wieder verschiedene Angebote unterbreitet. Unter anderem konnten die Schüler/-innen Lacrosse spielen, was sich aber nur die Jungs trauten. Auch Volleyball und Fußball wurden wieder mit Begeisterung gespielt. Außerdem gab es eine Gruppe, die dem Naturlehrpfad folgte, andere wiederum nutzten den Kreativraum zum Basteln.

Następnego dnia zaczęliśmy o 10.00 ze śniadaniem. Potem były różne możliwości do wyboru, między innymi można było grać w Lacrosse, ale to tylko chłopaki chcieli zrobić. Ponownie y dużym zaangażowaniem się grało w piłkę nożną i w siatkówkę. Oprócz tego była jedna grupa, która szła ścieżką edukacyjną o naturze a jeszcze inna grupa zajmowała się majsterkowaniem.



Sprachanimation — Animacja językowa



Przy zajęciach z animacji językowej prowadzonych przez Sarę Bonin cały namiot na jej znak przeobraził się w deszcz, w wiatr lub nawet w burzę.

Bei Sara Bonins Sprachanimationen verwandelte sich das komplette Zelt auf ihr Zeichen hin in Regen, Wind oder gar Sturmböen.

Zertifikate — certyfikaty

Mit Zertifikaten und einer leckeren Verpflegungstüte verabschiedeten Cornelia Müller und Franziska Heinze im Namen des Organisationsteams alle Teilnehmer/innen. Einen großen Dank sprachen sie an die Mitarbeiter/innen vom Querxenland und den Workshopleiter/-innen aus. Zwei spannende und sportlich-gesunde Tage gingen zu Ende, die Vorfreude auf das nächste Abschlussfest kann beginnen!



Z certyfikatami oraz z paczkami z pysznym jedzeniem na drogę pani Cornelia Müller i pani Franziska Heinze w imieniu całego zespołu organizacyjnego pożegnaliśmy wszystkich uczestników. Bardzo podziękowaliśmy pracownikom Querxenland i prowadzącym warsztaty. Dwa ciekawe i sportowo-zdrowe dni się kończyły. Już teraz możemy się cieszyć na następne targi projektowe!



Berichte / Sprawozdania

W roku szkolnym 2012/13 uczniowie Szkoły Przystosabiającej do Pracy w Ośrodku Szkolno-Wychowawczym realizowali projekt GESZKO – Zdrowa Szkoła i Kształcenie koordynowany przez Uniwersytet Zittau-Goerlitz oraz Karkonoską Szkołę Wyższą,

Tegoroczne działania koncentrowały się wokół aktywności fizycznej „Sprawni w Dorosłe Życie”.

Uczniowie brali udział w zajęciach o tematyce ogólnorozwojowej, wycieczkach rowerowych oraz w zawodach sportowych.

Podsumowaniem całorocznej pracy był udział wszystkich uczniów w Targach Szkół, które odbyły się w dniach 23 – 24 maja 2013 r. w Seifhennersdorf. Stoisko szkoły przygotowane wraz ze szkołą partnerską z Herrnhut było oblegane przez uczniów i nauczycieli szkół uczestniczących w projekcie. Największe zainteresowanie wzbudził złoty medal, który w 2011 roku przywiozła z Światowych Letnich Igrzysk Olimpiad Specjalnych Ela Biata.

Podczas Targów uczniowie brali udział w warsztatach ekologicznych, uczyli się gry na instrumentach perkusyjnych, ćwiczyli jogę oraz rywalizowali z kolegami z Polski i Niemiec w wielu dyscyplinach sportowych. Na zakończenie dwudniowego pobytu uczniowie otrzymali certyfikaty, które zaświadczać o nabyciu, w wyniku całorocznej pracy, kompetencji w zakresie aktywności ruchowej.

Dwa dni po powrocie z Niemiec uczniowie SPdP witali kolegów ze szkoły partnerskiej z Herrnhut. Była to rewizyta. Przyjechało dziesięciu uczniów wraz z opiekunami. Były to trzy dni spędzone na wspólnej zabawie. Odbyły się wycieczki rowerowe, piesze po okolicach Wschowy oraz grillowanie. Punktem kulminacyjnym były Międzynarodowe Igrzyska Sportowe, podczas których uczestnicy musieli wykazać się ogólną sprawnością oraz zręcznością. Zarówno gości jak i gospodarzy wspierali harcerze z 62 Drużyny Starszoharcerskiej z Hufca ZHP Wschowa. Popołudniu spotkanie było kontynuowane na terenie Stanicy Harcerskiej w Lginiu. Nawet deszczowa pogoda nie przeszkodziła we wspólnych zabawach i piasach. Ostatniego dnia odbył się mecz piłki siatkowej. Naprzeciw siebie stanęły międzynarodowe drużyny składające się z uczniów i nauczycieli szkół w Herrnhut i we Wschowie. Pożegnanie było długie i serdeczne. Nie brakowało łez. Wszyscy czekają na następny rok szkolny, podczas którego będzie realizowany temat: historia i tradycje.

Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy im. Janusza Korczaka we Wschowie



Im Schuljahr 2012/13 realisierten die Schüler aus der Szkoła Przysposabijąca do Pracy im Ośrodek Szkolno-Wychowawczy das GESZKO-Projekt „Gesunde Schule und Qualifizierung“, koordiniert von der Hochschule Zittau/Görlitz und der Karkonoska Szkoła Wyzsza.

Die diesjährigen Aktivitäten konzentrierten sich auf das Thema „Fit für das erwachsene Leben“.

Die Schüler nahmen an Veranstaltungen zum Thema allgemeiner Entwicklung, an Fahrradausflügen und Sportwettkämpfen teil.

Die Zusammenfassung der ganzjährigen Arbeit stellte die Teilnahme aller Schüler an der Abschlussmesse am 23. und 24. Mai 2013 in Seifhennersdorf dar. Der Messestand, der gemeinsam mit der Partnerschule aus Herrnhut vorbereitet und präsentiert wurde, erfreute sich großer Popularität unter allen Projektteilnehmern. Ein besonderes Interesse galt der Goldmedaille, gewonnen von Ela Biała während der Paralympischen Spiele im Sommer 2011.

Während der Abschlussmesse konnten die Schüler an Öko-Werkstätten teilnehmen, trommeln lernen, Yoga üben sowie sich in verschiedenen Sportwettkämpfen probieren. Zum Abschluss der zweitägigen Veranstaltung bekamen alle Teilnehmer Zertifikate, die den Erwerb von Kompetenzen im Bereich körperlicher Aktivität und Bewegung im Laufe des Schuljahres bescheinigten.

Zwei Tage nach der Abschlussmesse kamen neun Kollegen aus der Partnerschule aus Herrnhut mit ihren Betreuern zu SPdP zu Besuch. Es waren drei Tage mit Spaß und Spielen. Es fanden Fahrradausflüge und Wanderungen in der Umgebung von Wschowa und ein gemeinsamer Grillabend statt. Der Höhepunkt des Treffens waren internationale Sportwettkämpfe, während deren die Teilnehmer ihre körperliche Leistung und ihren Geschick unter Beweis stellen durften. Dabei unterstützten die Gastgeber und die Gäste die Pfadfinder aus der 62. Pfadfindereinheit Wschowa. Am Nachmittag ging es im Pfadfinderzentrum Ligiń weiter. Nicht einmal das Regenwetter konnte den Spaß verderben.

Am letzten Tag fand ein Volleyballspiel statt. Sich gegenüber standen internationale Mannschaften, gebildet aus Schülern und Lehrern aus Herrnhut und Wschowa. Der Abschied war lang und herzlich, auch mit Tränen in den Augen. Alle warten schon auf das nächste Schuljahr und das nächste Projekt zum Thema Geschichte und Traditionen.

Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy „Janusz Korczak” in Wschowa





Rezept des Monats — Przepis miesiącu

ZUPA KREM ZE SZPINAKU Z GRZANKAMI I PARMEZANEM

SKŁADNIKI NA 20 PORCJI:

Szpinak mrożony rozdrobniony 5 opakowań
 Śmietanka 30 % 4 opakowania
 Czosnek 6 ząbków
 Sól
 bulion warzywny w kostce
 woda 3 litry
 masło do smażenia
 parmezan starty
 chleb tostowy pełnoziarnisty 2 opakowania

Spinat –Cremsuppe mit Croutons und Parmesan

Zutaten für 20 Portionen

5 Packungen Spinat eingefroren
 4 Becher Sahne 30 %
 6 Knoblauchzähne
 Salz
 Gemüsebrühe
 3 Liter Wasser
 Butter zum Braten
 Parmesan gerieben
 2 Packungen Toastbrot

SPOSÓB WYKONANIA:

- Szpinak odparować w suchym rondlu, dodać masło i chwile przesmażyć. Dodać rozgnieciony przez praskę czosnek, posolić.
- W 3 litrach wody rozpuścić bulion warzywny. Szpinak przełożyć do garnka i zalać bulionem. Zagotować.
- Zmiksować zupę blenderem, dodać śmietankę, zagotować, doprawić do smaku.
- Chleb tostowy pokroić w małe kosteczki, zrumienić w piekarniku na blaszce.
- Parmezan zetrzeć na tarce na małych oczkach.
- Zupę podawać z grzankami posypaną serem.

Zubereitung:

- Spinat auftauchen lassen in einem trockenen Topf, Butter dazugeben und eine Weile braten. Knoblauch erdrücken mit der Presse und zu Spinat geben. Salzen.
- In 3 Liter Wasser Gemüsebrühe auflösen. Spinat in einen Topf geben und mit Brühe gießen. Kochen.
- Die Suppe mit Blender mixen, Sahne dazu geben, kochen, zum Geschmack würzen.
- Toastbrot in klein Würfeln schneiden und im Backofen rosa backen.
- Parmesan klein reiben.
- Suppe servieren mit Croutons und Parmesan.

Impressum/ stopka:

Hochschule Zittau/Görlitz
 TRAWOS-Institut
 Brückenstraße 1
 02826 Görlitz

Layout / układ graficzny:

Cornelia Müller
 Joel Bonenberger
 Juliett Triller

Finanziert aus Mitteln des Förderprogramms
 Projekt finansowany ze środków programu wsparci



der Europäischen Union
 Unii Europejskiej

