10E spezial

Themenheft „Lebensweise(n)“ der Deutschklasse 10E
József – Eötvös – Gymnasium Totis / Tata

Grußwort/ Köszöntő

Liebe Leser,

Sie halten das Ergebnis eines besonderen Projekts in Ihren Händen. Junge Damen und Herren, allesamt Gymnasiasten des Jahrgangs 10, haben sich an die Arbeit gemacht, um über diverse Aspekte eines Themas zu recherchieren und diese aus verschiedenen Perspektiven zu beleuchten. Denn ein besonderes Merkmal dieser Publikation ist die Tatsache, dass es sich dabei um ein Themenheft zum Schwerpunkt „Lebensart(en)“ handelt, ein Thema, das nicht nur aktuell ist, sondern uns alle betrifft. Der Verdienst ist umso größer, wenn man bedenkt, dass es sich hier um Jugendliche handelt, die auf Deutsch schreiben, obwohl ihre Muttersprache ungarisch ist. Das ist sicherlich ein Verdienst ihrer besonderen Anstrengungen, aber auch der ihrer Schule.

Es bleibt nichts weiter übrig, als Ihnen viel Spaß beim Stöbern und Lesen zu wünschen.

Kedves Olvasó!

Egy különleges projekt termését tarthatja Ön a kezében. Fiatal hölgyek és urak, mindannyian tizedikes gimnazisták, nekiláttak, hogy egy adott téma speciális részletei után kutakodjanak és ezeket minél több szemszögből mutassák be. Hiszen a publikáció különlegessége, hogy egy témaspektrumot dolgoz fel: az életmód(ok) témakörét, amely nem csak egy aktuális kérdés, hanem mindannyiunkat érint. Érdemük annál is inkább kiemelendő, mivel ezek a fiatalok németül írták cikkeiket, holott magyar az anyanyelvük. Ez minden bizonnyal a saját munkájuk eredménye, de biztos vagyok benne, hogy az iskola is kivette a részét belőle.

Nem maradt más hátra, mint hogy tartalmas időtöltést kívánjak az olvasáshoz!

Richard Guth
Redaktionsleiter / projektvezető

Unsere tierischen Freunde und Begleiter

Katzen sind zu Recht Teil unseres Lebens

Von Larissa Megas und Fruzsina Osváth

Katzen sind sehr intelligent und bildsam. Katzen leben seit zirka 10000 Jahren mit den Menschen zusammen. Die Domestikation der Katzen begann vor 4000 Jahren in Ägypten. Katzen haben zahlreiche Farben und Typen. Sie kommunizieren mit mehr als 100 Hörzeichen und mit der Körpersprache. Sie spielen in vielen Mythen der Wikinger, Ägypter, Chinesen und Griechen eine Rolle.

Katzen sind Fleischfresser: Sie essen gern Fleisch und Fisch. Wir können unseren Katzen rohes Fleisch (aber nur Geflügel und nicht Schwein) oder gekochtes und gebratenes Fleisch mit nur Salz geben. Es gibt auch verschiedene Katzenfutter, aber sie kosten viel und enthalten Konservierungsstoffe, daher sind sie vielleicht nicht die beste Wahl.

Viele Menschen halten Katzen, und wir haben einen von ihnen, Frau Csilla Stockbauer (unsere Lehrerin), befragt.

***Fruzsina Osváth (F.O.)**: Seit wann haben Sie Katzen?*
Frau Stockbauer (F. S.): Seit meiner Kindheit, ich war, denke ich, 6 oder 7 Jahre alt, als ich meine erste Katze bekommen habe.
***F. O.**: Und wie viele Katzen haben Sie?*
F. S.: Ich habe vier.
***F. O**.: Und was denken Sie über das Halten von Katzen?*
F. S.: Ich könnte mir mein Leben ohne Katzen eigentlich nicht vorstellen. Sie sind ganz nett und eine gute Gesellschaft.

Das Halten von Katzen hat viele positive Wirkungen, sie fangen zum Beispiel Mäuse, Spinnen und Fliegen. Es lehrt auch Verantwortung, besonders bei Kindern. Katzen müssen im Gegensatz zu Hunden nicht Gassi geführt werden, so ist ihr Halten bequemer. Die meisten Katzen lassen sich gerne streicheln und spielen gern. „Eine Katze als Haustier hilft, Stress und Belastungen des Alltags zu vergessen", bestätigt Zoltán Kriston-Csigás, ein Tierpsychologe. Natürlich gibt es auch Nachteile. „Die Haltung kostet viel Geld, wir müssen Futter und Spielzeug kaufen", erklärt Frau Stockbauer weiter. „Man muss auch das Katzenklo säubern (wenn die Katze in einer Wohnung lebt)." Katzen können Menschen mit verschiedenen Krankheiten anstecken. Das Erkennen der Krankheit ist unsere Aufgabe, aber die Heilung ist die Aufgabe des Tierarztes. Wenn sich unsere Katze eigenartig verhält, zum Beispiel isst sie nichts oder wenig, müssen wir sie zum Tierarzt bringen. Der Arzt kann die Katze untersuchen und dann Medikamente verschreiben. Manchmal muss die Katze operiert werden, aber sie sind meistens nicht kränklich, so passiert es nicht oft.

Wie wir sehen können, hat der Haltung viele positive Effekte – es gibt auch Nachteile, aber es ist empfehlenswert für alle, die Haustiere mögen, eine Katze zu halten. **(Bild: Pixnio/Ioa)**

Schon mal probiert?

Über die heilsame Wirkung des Reitens

Von Alíz Juhász und Noémi Novák

Reiten ist ein gefährlicher und schwerer Sport, obwohl viele denken, dass es einfach ist. Aber Reiten ist eine eigene Sportart. Man kann in der frischen Luft sein – inmitten der Natur. Man muss das Pferd aber vorher kennen lernen. Es ist nötig, zum Pferd Vertrauen aufzubauen. Reiten ist geeignet für alle Altersgruppen. Aber es braucht viel Ausdauer.

Wir haben eine Erwachsene gefragt, die vor drei Monaten mit dem Reiten begonnen hat: „Es ist schwer, weil ich physisch nicht so stark bin. Es dauert länger für mich – ich habe wenig Freizeit neben den Kindern und der Arbeit. Aber es macht mein Leben viel besser. Reiten beruhigt mich. Und meine Kinder mögen Reiten sehr. Mein Sohn spricht seitdem mehr, er ist kontaktfreudiger geworden."

Wir haben auch eine Psychologin gefragt: „Reiten hilft bei Kontakten zwischen den Menschen. Man vergisst dort alles – die Arbeit, die Probleme… Und man lernt seine Bewegungen zu kontrollieren. Reiten verbessert unsere Haltung. Es ist besonders gut für behinderte Kinder."

Nachdem wir die Meinung von „Fachleuten" kennen gelernt haben, ist es klar, dass Reiten ein interessanter Sport ist, den jeder ausprobieren soll. Man kann viel über soziale Beziehungen lernen, und heutzutage brauchen das alle Menschen.

Du musst nur eine Frage an dich stellen: Hast du schon mal das Reiten ausprobiert? Wenn die Antwort nein ist, dann ist es nun an der Zeit dies zu ändern. (**Bild: Pixabay/Uki_71)**

Spiegel der Seele

Was können wir gegen Zivilisationskankheiten tun?

Von Kíra Ádám, Réka Fónyad, Anna Pazár und Boglárka Somogyvári

Die Zivilisationskrankheiten betreffen immer mehr Menschen. Die häufigsten Arten sind Stress, hoher Blutdruck, Suchtkrankheiten, Depression und Panickattacken. Diese Krankheiten entstehen wegen äußerer Einwirkungen. In unserem Artikel werden wir über dieses Thema schreiben. Wir haben darüber mit einer Psychologin, Dr. Anita Nagy, gesprochen.

Heutzutage werden die Leute mit vielen Stresssituationen konfrontiert, deswegen werden sie krank. Wir können diese Krankheiten in zwei Gruppen teilen: in seelische und in physische Krankheiten.

Unserer Meinung nach gehören zu den psychischen Krankheiten: Depression, Suchtkrankheiten, Schlafstörungen und Panickattacken. Physische Krankheiten sind Diabetes, hoher Blutdruck, AIDS und Körperbildstörung.

Wir denken, dass die häufigsten Zivilisationskrankheiten Suchtkrankheiten sind, zum Beispiel Drogen-, Alkohol-, Computer-, Handy-, Kauf- und Spielsucht. Die Suchtkrankheiten können sich wegen des Privatlebens entwickeln. Menschen flüchten regelrecht in diese Krankheiten. Die Süchtigen merken oft nicht, dass sie süchtig sind, und deswegen fällt es ihnen schwerer gesund zu werden. Wir glauben, dass ein Tapetenwechsel, eine an-dere Arbeit suchen, Sport treiben und eine Therapie helfen können.

Zur Körperbildstörung gehören Bulemie, Magersucht und Übergewicht. Warum haben wir diese Krankheiten? „Die Wirkung von Medien führt dazu, dass wir so gut aussehen möchten wie die Stars, Promis. Die Ernährung spielt auch eine wichtige Rolle, denn wir beeilen uns immer und verzehren dabei fettiges Essen und viele Süßigkeiten", sagt die Psychologin.

Nach Meinung von Fachleuten ist es schwer, aber nicht unmöglich sich zu ändern. „Du musst selbst etwas dafür tun, wenn du auch in einer glücklicheren, gesünderen Umwelt leben möchtest. Sei doch nicht süchtig, beweg dich, und du sollst zwischenmenschliche Beziehungen ausbauen, aber tue das nicht über das Internet und die Telekommunikationskanäle", gibt Dr. Nagy mit auf den Weg. **(Bild: Pixabay/geralt)**

Der Pfeffer ist stark, aber wovon?- eine Abhandlung über Doping

Von Viktor Cziráki, Levente Dittrich und Levente Kiszi (Bild: Pixabay / RonnyK)

Du kannst ein Wort oft genug hören: Doping. Aber was ist eigentlich Doping und was für Auswirkungen hat es? Wir werden in diesem Artikel diese Frage diskutieren, mit Hilfe des Vertreters eines Anti-Doping-Vereins und eines Trainers.

Beginnen wir mit der Frage, was eigentlich Doping ist. ,,Doping ist ein Leistungssteigerungstoff, dessen Wirkungsstoff die jährlich veröffentlichte und aktualisierte Verbotsliste der Internationalen Antidopingagentur (WADA) aufführt, oder ein Stoff, Präparat oder Methode, was dessen Verschleierung oder schnellere Ausscheidung bezweckt", antwortet ein Vertreter des ungarischen Anti-Doping-Vereins HUNADO auf unsere Anfrage.

Aber wer benutzt diese Agens, könnte man fragen. ‚Meistens nutzen Sportler die Mittel des Dopings, aber wir können sie in zwei Grupppen teilen. Es gibt Sportler, die mutwillig diese Mittel nehmen, nur weil sie alles ihren sportlichen Leistungen unterordnen. Im Allgemeinen sind sie sich mit den Folgen im Klaren, aber sie schrecken sich vor dem Konsum trotzdem nicht zurück.

In der anderen Gruppe sind solche Leute zu finden, die nicht vorsätzlich oder in Unkenntnis verbotene Substanzen nehmen. Da es in Ungarn bezüglich der analytischen Kontrolle von Nahrungsergänzungsmitteln keine Regelungen gibt, ist die Gefahr der zufälligen Einfuhr von solchen Mitteln sehr groß."

Als Trainer, was denkst du über Doping im Sportleben und in der Sportlaufbahn?, ging die Frage an unseren Trainergesprächspartner. ,,Doping ist ein sehr, sehr schlimmes Ding, und niemand darf diese Sachen konsumieren. Meiner Meinung nach ist Sport solange schön, bis man nicht nach solchen Stoffen greifen muss. Ich habe meinem Sohn, der Europameister in Kajak war, gesagt, dass er, wenn es nur diese einzige Lösung gibt, aussteigen muss. Jedem, der in dieser Situation ist, kann ich nur dasselbe sagen. Natürlich bedeutet es nicht, dass die Betroffenen diesen Sport unterlassen sollen, sondern ihn nur nicht auf diesem Niveau weitermachen", sagte Tamás Kun, der während seiner Laufbahn Hunderte von Kindern erzogen hat.

Wahrscheinlich hat Dopping nicht nur leistungssteigernde Wirkungen, was sind die Nebenwirkungen des Dopings?, fragten wir abschließend. „Doping hat auch körperliche und auch juristische Auswirkungen. Einige Stoffe verursachen gewichtige Gesundheitsschäden und gefährden die Gesundheit oder auch das Leben des Sportlers. Aber es ist nicht alles. ‚Doping verletzt die Rechte der Sportler und führt zu widerrechtlicher Verzerrung von Wettkampfergebnissen. Das Überführen kann auch eine lebenslange Sperre von der Sportart bedeuten."

Kunstrad

EINKLANG ZWISCHEN RAD UND RADFAHRER

Ein Artikel von Sára Kürti und Viktória Oláh

Kunstrad ist ein Typ von Raumrad. Man treibt diesen Leistungssport *in Ungarn* seit **dem 19 Jahrhundert**.

- ➔ Er ist deswegen interessant, weil die Wettkämpfer **Turnübungen** auf dem Fahrrad machen.

Der Sport ist **in Ungarn im Komitat Komorn-Gran** *am populärsten*. Heute gibt es bereits viele **Vereine** (z. B.: Baj KSE in Woj/Baj, BSE).

Wie ist das Fahrrad?

Man benutzt es nur für diesen Sport, weil es sehr speziell ist. Das Fahrrad fährt ewig, bis es jemand stoppt. Es hat einen speziellen Lenker, worauf man stehen, sitzen usw. kann. Man kann mit diesem Fahrrad auch rückwärts fahren.

❖ Interview mit der Trainerin von Baj KSE:

-Guten Tag! Stellen Sie sich bitte vor!
-Guten Tag! Ich heiße Györgyi Nagy, ich führe den Baj KSE.
-Wann haben Sie Ihren Verein gegründet?
-Ich habe den Baj KSE 1994 gegründet.
-Wie viele Menschen treiben in Woj Kunstrad?
-Im Moment 43 Personen.
-Welche Altersklasse kann das machen?
-Ab 8 Jahren alle.
-Wo können sie trainieren?
-Wir trainieren in der Turnhalle der Wojer Grundschule.
-Wann sind Ihre Trainings?
-An Wochentagen, und zwar am Dienstag und am Donnerstag von 15.00 bis 18.00, und am Freitag von 17.30 bis 19.00.
-Was ist Ihre Meinung von ihren Gruppen?
-Alle Kinder sind sehr fleißig, aber manchmal nervig. Ich mag sie trotzdem.
-Nehmen Sie an Wettkämpfen teil?
-Ja, natürlich, wir gehen regelmäßig auf Wettkämpfe. Wir sind schon in vielen Städten oder Dörfern in Ungarn gewesen, aber wir sind auch schon im Ausland, z. B. in Deutschland, Frankreich, China und Japan gewesen.

Bei einem Kunstrad-Wettkampf

Die Wettkämpfe sind im Frühling und im Herbst.

Es gibt dort viele Austragungsorte, viele Kategorien und viele Wettbewerbe.

Es gibt starke und leichte Übungen, die Wettbewerber können diese Übungen in einer Runde oder einer halben Runde machen.

❖ Interview mit einer Wojer Radfahrerin:

-Guten Tag! Stell dich bitte vor!
-Guten Tag! Ich heiße Anett, ich bin eine Radlerin aus Woj.
-Seit wann fährst du in Woj Rad?
-Seit 6 Jahren. Ich bin schon sehr gut in unserer Gruppe.
-Magst du die Wettkämpfe? Geht ihr oft auf Wettkämpfe?
-Ja, ich mag sie sehr! Es ist immer cool, es bereitet mir viel Spaß, daran teilzunehmen. Wir fahren oft zu Wettkämpfen, wir sind bei fast allen dabei!
-Warum magst du die Wettkämpfe?
-Weil sie für mich viele Erfahrungsmöglichkeiten bieten.
-Wie viel Zeit trainiert ihr für einen Wettkampf?
-Wir trainieren das ganze Jahr.
-Was ist deine Meinung von deiner Gruppen?
-Ich mag es mit ihnen zu arbeiten. Meine Teammitglieder sind sehr hilfsbereit und nett.

Unsere Meinung ist, wenn jemand Radfahren mag, und alles, was spannend ist, dann muss er diese Sportart ausprobieren!

Impressum

10E spezial

Themenheft der Deutschklasse 10E
des József-Eötvös-Gymnasiums Totis/Tata

Die Redaktion

Leitung
Richard Guth, OStR

Landesprogrammlehrkraft
und deutscher Lektor am
József-Eötvös-Gymnasium Totis/Tata

Redakteure Kíra Ádám, Viktor Cziráki, Levente Dittrich, Réka Fónyad, Alíz Juhász, Levente Kiszi, Sára Kürti, Larissa Megas, Noémi Novák, Viktória Oláh, Fruzsina Osváth, Anna Pazár, Boglárka Somogyvári

---

Die verwendeten Bilder stammen
allesamt aus dem CC-Bereich.

Eigenverlag von Richard Guth Erscheint einmalig in 19 Exemplaren, Juni **2018**