

# ICH und WIR



Zeitung in Leichter Sprache



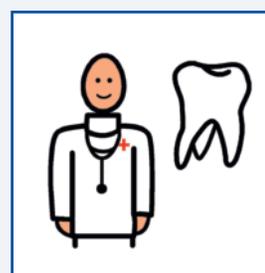
- Seite 4 Rollstuhl-Ausflug in die Steiermark
- Seite 9 Grüner Strom
- Seite 12 Blackout - Was ist das eigentlich?
- Seite 14 Wie kannst du ohne Strom kochen?

## Was ist los?

25. November bis 21. Dezember	Weihnachts-Markt am Martin-Luther-Platz in Linz, Verkauf von Produkten aus den Werkstätten des Diakoniewerks
21. Dezember	Winterbeginn, die Tage werden wieder länger
14. Februar 2023	Valentinstag, Blumen für die Lieben kaufen

## Rätsel

Welches Bild passt nicht dazu?

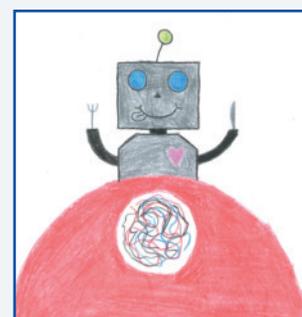


Die Auflösung findest du auf Seite 14.

## Svens Witze-Ecke

Was mögen Roboter am Liebsten zu essen?

Kabel-Salat!



## Impressum

Herausgeber: Mag. Gerhard Breitenberger MA,  
Geschäftsführer Diakoniewerk Oberösterreich  
Hersteller: Die Kunstwerkstatt - Medien, Hauptstraße 3, 4210 Gallneukirchen  
Fotos: Die Kunstwerkstatt - Medien  
Picture Communication Symbols 1981-2010 Mayer-Johnson LLC  
Alle Rechte vorbehalten. Der Einsatz der PCS erfolgt mit freundlicher  
Genehmigung von Mayer Johnson LLC.  
www.diakonie.at  
ichundwir@diakoniewerk.at  
Druck: Druckerei Bad Leonfelden  
Auflage: 800 Stück

## Die Weihnachts-Geschichte



Ein Engel sagt Maria und Josef,  
dass sie ein Kind bekommen.



Maria und Josef gehen in  
das Dorf Betlehem.



Maria und Josef suchen in  
Betlehem eine Unterkunft.  
Maria und Josef werden in  
einen Stall geschickt.



Im Stall bekommt Maria das Kind.  
Das Kind ist Gottes Sohn.  
Das Kind heißt Jesus.

*Bilder von Magdalena*

## Rollstuhl-Ausflug in die Steiermark

Wir hatten seit langem wieder einen Rollstuhl-Ausflug.  
Wir sind von der Werkstätte Linzerberg mit dem Bus  
der Firma Neubauer in die Steiermark gefahren.  
Der Neubauer Bus hat einen Lift für die Rollstuhl-Fahrer.

Nach der langen Fahrt haben wir uns  
die Lipizzaner Pferde angeschaut.  
Lipizzaner Pferde sind eine eigene Rasse.  
Fast immer sind die Lipizzaner Pferde weiß.  
Ein Lipizzaner Pferd kommt  
schwarz auf die Welt.



Bei den Lipizzaner Pferden hatten wir eine interessante Führung.  
Eine Frau erzählte uns viel über die Lipizzaner Pferde.



Wir haben gesehen, wie ein Pferd gewaschen und gepflegt wird.  
Wir sahen sehr schöne Pferde im Freien.

## Rollstuhl-Ausflug in die Steiermark

Nach dem Besuch bei den Pferden sind wir mit dem Bus zum Märchen-Wald gefahren.

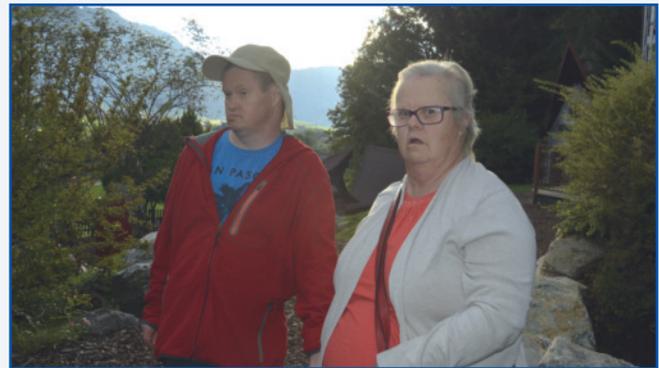
Im Gasthaus beim Märchen-Wald haben wir dann gegessen.

Nach dem Essen haben sich manche Kolleginnen und Kollegen den Märchen-Wald angeschaut.

Leider ist der Märchen-Wald nicht barrierefrei.

Deshalb konnten sich die Rollstuhl-Fahrerinnen und Rollstuhl-Fahrer den Märchen-Wald nicht anschauen.

Trotzdem hat uns der Ausflug sehr gefallen.



Wir hoffen, dass wir noch öfter Ausflüge mit der Werkstätte Linzerberg machen dürfen.

Wir möchten uns beim Team vom Laden der Werkstätte Linzerberg recht herzlich für den schönen Ausflug bedanken.



## Meine Tipps gegen den Klima-Wandel

Ich achte darauf, dass ich keine Lebensmittel verschwende.  
Ich kaufe nur Lebensmittel, die ich wirklich brauche.

Wir sollten auch mehr mit öffentlichen Verkehrsmitteln fahren,  
dann wären auch weniger Autos auf der Straße.  
Wenn weniger Autos auf der Straße sind,  
würden wir die Abgase reduzieren.

Ich drucke nicht alle E-Mails aus, um Papier zu sparen.



Wenn ich länger nicht in einem Raum bin,  
schalte ich das Licht aus.

Wenn ich eingeeheizt habe, halte ich die Fenster  
beim Lüften nicht zu lange offen.

Ich kann etwas gegen den Klima-Wandel tun,  
indem ich nicht mit dem Flugzeug ins Ausland fliege.  
Ich mache Urlaub in Österreich.

*Desi*

Ich kann etwas gegen den Klima-Wandel tun,  
indem ich Fleisch aus Österreich kaufe.  
Wenn das Fleisch nicht so lange auf dem Weg ist,  
werden weniger Abgase  
durch Last-Wagen in die Luft abgegeben.  
Das ist gut für das Klima.



Ich kann etwas für das Klima tun, indem ich nicht jeden Tag Fleisch esse.  
Für die Tiere, von denen wir das Fleisch essen,  
benötigt man viel Futter, Wasser und Energie.  
Das ist schlecht für die Umwelt.  
Obst und Gemüse anbauen ist nicht so schädlich für das Klima,  
wenn das Obst und Gemüse aus Österreich kommt.

*Sarah*

## Meine Tipps gegen den Klima-Wandel

Mein wichtigster Tipp gegen den Klima-Wandel ist die vegane Lebensweise. Vegan zu leben bedeutet, dass man keine Produkte kauft, die von Tieren stammen.

Also zum Beispiel kein Fleisch, keine Milch und keinen Käse. Man isst dafür viel Obst, Gemüse und Getreide oder trinkt Hafer-Drink.

Man muss also auf fast nichts mehr verzichten und kann trotzdem das Klima, die Natur und Tiere schützen.

Die Tier-Haltung produziert große Mengen an Schadstoffen für das Klima.

Für das Klima ist die Produktion von Fleisch-Produkten und Tier-Produkten sogar schlechter als die großen Öl-Fabriken. Wenn alle vegan leben, kann der weltweite Ausstoß von Kohlenstoff-Dioxid um mehr als die Hälfte weniger werden. Kohlenstoff-Dioxid sind umwelt-schädliche Abgase.



Hafer-Drink  
statt  
Kuh-Milch.

Jeder von uns kann einen Beitrag leisten.

Werde auch du vegan und rette Menschen und Tiere!

*Stefan Baier (Regionalleiter)*

Mache längere Dienste und weniger geteilte und kurze Dienste. So musst du weniger oft mit dem Auto fahren.

*Betriebsrat*

## Gedanken zum Klima

Wenn das Klima warm wird, dann geht es den Tieren nicht gut.

Die Tiere werden schwach und bekommen Probleme mit dem Herzen.

Wenn es heiß wird verdursten Blumen, Bäume und Wiesen.

Wenn es zu heiß wird, trocknen die Obstbäume aus.

Dann kann der Bauer das Obst nicht mehr ernten.

Wenn es heiß wird, fühle ich mich schwach und ich schwitze.

*Clara*

## Meine Tipps gegen den Klima-Wandel

Um den Klima-Wandel zu vermeiden,  
fahre ich mit einem Elektro-Roller in die Arbeit.  
Der Elektro-Roller verschmutzt die Luft nicht.

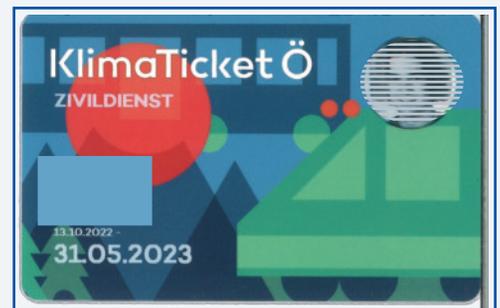
*Ostap*

Ich kann das Klima schützen, indem ich mit dem Zug anstatt mit dem Auto fahre.  
Das KlimaTicket ist eine einfache und günstige Möglichkeit,  
mit dem Zug zu fahren.

*Daniela*

Ich bin Zivildienstler und habe das KlimaTicket für die Zeit meines Zivildienstes gratis bekommen.  
Gut gefällt mir am KlimaTicket, dass ich mit fast jedem Bus oder Zug fahren kann und mir kein Ticket kaufen muss.

*Michael*



Das KlimaTicket soll motivieren, mehr mit den öffentlichen Verkehrs-Mitteln zu fahren.  
Wenn ich mit den öffentlichen Verkehrs-Mitteln fahre,  
schütze ich die Umwelt vor schädlichen Abgasen.  
Das ist gut für das Klima.

Das KlimaTicket Oberösterreich gilt 1 Jahr lang für fast alle öffentlichen Verkehrs-Mittel in Oberösterreich.  
Das KlimaTicket Oberösterreich kostet 365 Euro.  
Es gibt auch ein KlimaTicket für Österreich.  
Das KlimaTicket Österreich gilt für fast alle öffentlichen Verkehrs-Mittel in Österreich.  
Der Preis beträgt 1095 Euro.

Das KlimaTicket ist billiger für Menschen über 65 Jahre,  
Jugendliche und behinderte Menschen.  
Das KlimaTicket kann man im Internet bestellen oder am Schalter bei der ÖBB.

*Daniela*

## Grüner Strom

Als grünen Strom bezeichnet man Strom, der aus erneuerbarer Energie gewonnen wird.

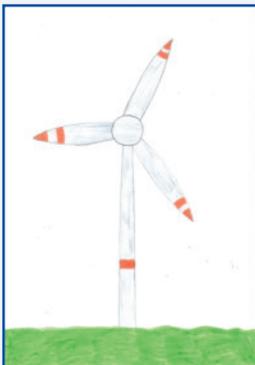
Als erneuerbare Energie werden Energie-Formen bezeichnet, die sich schnell erneuern und immer zur Verfügung stehen.

Erneubare Energien können sein:

Sonnen-Energie, Wind-Kraft und Wasser-Kraft.



Strom durch Sonnenlicht



Strom durch Wind



Strom durch Wasser

Tarek

## Strom, der die Umwelt belastet

Kein grüner Strom ist Strom aus nicht erneuerbarer Energie.

Nicht erneubare Energie sind: Erdöl, Erdgas, Kohle und Uran. Uran ist ein radioaktives Metall für Atom-Kraftwerke.

Diese Rohstoffe werden aus der Erde genommen.

Diese Rohstoffe stehen nicht für immer zur Verfügung.

Diese Rohstoffe sind irgendwann aufgebraucht.



Strom durch Atom-Kraftwerk

Tarek

## **Kennst du Frisbi?**

Ein paar Kollegen haben mit Juliana Hablesreiter ein Interview geführt.  
Juliana arbeitet bei Frisbi.

### **Was heißt Frisbi?**

Frisbi ist eine Abkürzung für Freizeit, Sport und Bildung.  
Früher hieß es Agfib.  
Heute heißt es Frisbi.



### **Welche Personen dürfen bei Frisbi Angeboten teilnehmen?**

Alle Personen mit und ohne Beeinträchtigung.

### **Welche Freizeit-Angebote gibt es von Frisbi aus?**

Freizeit-Club für Senioren, Kegel-Abende, Handy-Kurse,  
Konzerte, Ausflüge und vieles mehr.

### **Gibt es von Frisbi aus auch Sport-Angebote?**

Ja, zum Beispiel:

Leichtathletik, Kugelstoßen, Schwimmen, Special Olympics, Wettkämpfe,  
Schifahren und verschiedene Sport-Wochen.

Frisbi-Sport ist ein wichtiger Teil vom Sportverein Gallneukirchen.

### **Wo bekomme ich das Frisbi Heft?**

Das Frisbi Heft bekommst du im Büro von Frisbi.

Das Frisbi Heft kannst du im Internet unter [www.frisbi.at](http://www.frisbi.at) herunterladen.

### **Wo kann man sich anmelden, wenn man sich für Angebote und Kurse interessiert?**

Auf der letzten Seite vom Frisbi Heft findet ihr die Anmeldung.

Du kannst auch anrufen oder ein E-Mail schreiben.

Im Internet kannst du dich auch anmelden.

Die Telefon-Nummer findest du im Frisbi-Heft oder auf der Internet-Seite.

### **Kosten die Frisbi Angebote was?**

Ja, die Frisbi Angebote kosten was.

## **Kennst du Job-Fit?**

### **Was ist Job-Fit?**

Job-Fit ist ein Programm für die berufliche Bildung für Menschen mit Beeinträchtigung.

Bei Job-Fit kannst du Kurse machen.

Beim Job-Fit Kurs kannst du dich weiter-entwickeln.

Beim Job-Fit Kurs kannst du etwas Neues lernen.

Beim Job-Fit Kurs kannst du dich für einen Job vorbereiten.



### **Welche Kurse gibt es bei Job-Fit?**

Es gibt Erste-Hilfe-Kurse, Im Team Arbeiten, Rücken-Schule, Der Kunde ist König, Umgang mit Geld und vieles mehr.

Die Kurse werden immer für eine Gruppe angeboten.

Wenn du und deine Arbeits-Gruppe einen Kurs machen möchtest, sagt es eurer Leitung.

Eure Leitung wird Frau Juliana Hablesreiter anrufen.

Das Job-Fit Team wird sich bemühen den Kurs anzubieten.

### **Kosten die Kurse bei Job-Fit etwas?**

Die Kurse bei Job-Fit kosten für Menschen mit Beeinträchtigung nichts.

Die Kosten von Job-Fit werden von der Leitung bezahlt.

### **Wo bekomme ich das Job-Fit Programm?**

Das Job-Fit Programm sollte in jeder Werkstätte im Diakoniewerk aufliegen.

Das Job-Fit Programm bekommst du im Büro von Frisbi.

Das Job-Fit Programm kannst du im Internet herunterladen.

### **Wo und wie kann ich mich anmelden für einen Kurs bei Job-Fit?**

Bei Juliana Hablesreiter von FRISBI.

E-Mail: [juliana.hablesreiter@diakoniewerk.at](mailto:juliana.hablesreiter@diakoniewerk.at)

Telefon-Nummer: 0664 30 35 381

Danke für das Interview!

*Desi, Matthias, Sarah*

# Blackout - Was ist das eigentlich?

## 1. Was heißt Blackout?

Das Wort Blackout ist ein englisches Wort.  
Das Wort Black heißt auf Deutsch schwarz.  
Das Wort Out heißt auf Deutsch aus.

## 2. Was ist Blackout?

Blackout ist ein großer Strom-Ausfall,  
den mehrere Länder gleichzeitig haben können.  
Blackout ist, wenn für lange Zeit  
der Strom ausfällt.



## 3. Auswirkung bei Blackout

Das Licht funktioniert nicht mehr.

Der Lift funktioniert nicht mehr.

Ich kann nicht in die Arbeit fahren, da ich mit meinem Rollstuhl  
keine Treppe benutzen kann und den Lift brauche.

Der Elektro-Rollstuhl kann nicht aufgeladen werden, wenn es keinen Strom gibt.

Ich kann kein Geld von der Bank abheben, weil der Bankomat nicht geht.

Ich kann nicht einkaufen gehen, weil im Geschäft die Kassa nicht funktioniert.

Wenn es keinen Strom gibt, kann ich auch nicht nach Hause fahren,  
weil die automatische Tür zu Hause nicht auf geht.

*Desi, Tarek*

## Das sollte in einem Notfall als Vorsorge zuhause sein:

- Lebens-Mittel und Getränke, die lange haltbar sind wie Nudeln, Fleisch-Dosen und Gemüse-Dosen, Zucker und Mehl.
- Wasser-Vorrat
- Taschen-Lampe
- Batterie-Radio
- Ersatz-Batterien
- Gas-Campingkocher
- Medikamente
- Hygiene-Artikel



*Tarek*

## Blackout - Das hab ich schon erlebt

Anfang April vor 45 Jahren hatten wir über Nacht 3 Tage lang keinen Strom.  
Es sind sämtliche Strom-Leitungen durch den starken Schnee-Druck gerissen.

Wir sind mit Pullover und Strumpf-Hose ins Bett gegangen.  
Wir haben den Schnee vom Balkon in die Badewanne gegeben.  
So konnten wir uns ein bisschen waschen und die Zähne putzen.

Wir haben 3 Tage lang Suppe und Brot gegessen und Tee getrunken.  
Die Suppe und den Tee haben wir vom Schlacht-Haus  
des Alten Martinstift bekommen.  
Die haben dort einen Feuer-Kessel gehabt, der trotz Strom-Ausfall funktionierte.

Nach 3 Tagen haben wir vom Bundes-Heer einen Not-Strom bekommen.  
In der Nacht hat dann endlich das Licht wieder gebrannt.

Es hat 5 Tage lang gedauert bis die Strom-Leitungen wieder repariert waren.

*Desi*



Das Dach vom Schnee-Druck befreien.

## Wie kannst du ohne Strom kochen?

**Wichtig: auf den Brandschutz achten!**  
Erkundige dich bei deinen Mitarbeitern nach den Brandschutz-Vorschriften.

### Brenn-Paste:

Mache die Brenn-Paste auf.

Stelle die Brenn-Paste auf eine brandsichere Unterlage.

Zünde die Brenn-Paste in der Dose an.

Die Brenn-Paste kannst du in der Wohnung verwenden.



### Camping-Kocher:

Drehe das Gas auf.

Zünde das Gas an.

Nach dem Kochen das Gas wieder zudreuen.

Verwende den Camping-Kocher nur im Freien.



### Feuerstelle:

Gib Holz in eine Feuerstelle.

Lege Steine rund um die Feuerstelle.

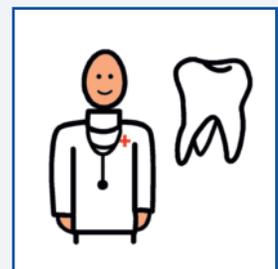
Zünde das Holz an.

Eine Feuerstelle darf nur im Freien sein.



Gabi

## Auflösung Rätsel von der Seite 2



## Kennst du die Blackout-Tasche?



In der Blackout-Tasche befinden sich Gegenstände, die du brauchst, wenn der Strom ausfällt.

In jeder Einrichtung des Diakoniewerks gibt es eine Blackout-Tasche.

Frag deine Mitarbeiter, wo die Blackout-Tasche ist.

Alle Mitarbeiter müssen wissen wo die Blackout-Tasche ist.

## Warum ist es gut, eine Blackout-Tasche zu haben?



In der Blackout-Tasche gibt es eine Brenn-Paste.

Mit der Brenn-Paste kannst du ohne Strom kochen.

Beachte beim Kochen den Brandschutz.



In der Blackout-Tasche gibt es eine Taschen-Lampe mit eingebautem Radio.

Die Taschen-Lampe mit eingebautem Radio kann selbst Strom erzeugen.



In der Blackout-Tasche gibt es verschiedene Hefte.

In diesen Heften gibt es Tipps zum Thema Unfall-Schutz.

Es gibt auch Tipps, wie du dich auf ein Blackout vorbereiten kannst.

*Daniela*

## Blackout Rezept: Eier-Nudeln für 4 Personen

1/2 kg Nudeln  
1/2 kg Tomaten  
1 Knoblauch-Zehe  
1/2 Packung Basilikum  
1 Stange Lauch  
6 Eier  
1 Glas Milch  
1/2 Tee-Löffel Salz  
1/2 Tee-Löffel Pfeffer  
1/2 Tee-Löffel Chilli  
2 Ess-Löffel Öl



Nudeln im Wasser kochen.



Tomaten in kleine Würfel schneiden.



Knoblauch klein schneiden.



Lauch in dünne Scheiben schneiden.



Basilikum, Milch und Eier im Topf vermischen.



2 Esslöffel Öl in einer Pfanne erhitzen.



Alle Zutaten in der Pfanne erwärmen.



Vor dem Essen mit Salz, Pfeffer und Chilli würzen.



Guten Appetit!

***Dieses Rezept durften wir beim Gasthaus Landerl kochen! Danke!***

## Was brauche ich, um zufrieden zu sein?

Ich bin zufrieden, wenn in der Arbeit alle miteinander gut auskommen.

Ich bin zufrieden, wenn ich ein Ich-Buch mache.

Damit ich das Ich-Buch herzeigen kann.

*Clara*



Um zufrieden zu sein, brauche ich Menschen,  
auf die ich mich verlassen kann.

Ich bin zufrieden, wenn mir jemand was zutraut.

*Matthias*

Ich bin zufrieden, wenn ich am Computer spielen kann.

Ich bin zufrieden, wenn ich viel Geld verdiene.

*Tarek*



Ich brauche um zufrieden zu sein meine Familie und Freunde.

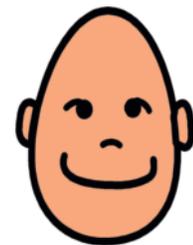
Ich brauche um zufrieden zu sein Rückzugs-Möglichkeiten.

*Daniela*

Ich brauche jemanden, der mir gut zuhören kann.

Ich brauche meine Selbstständigkeit, um zufrieden zu sein.

*Desi*



Ich bin zufrieden, wenn ich eine Arbeit habe, die mir Spaß macht.

Ich bin zufrieden, wenn ich meine Kollegen in der Arbeit sehe.

*Sarah*

Das ist das  
Symbol  
für  
Zufriedenheit.



Frohe Weihnachten und  
einen guten Rutsch ins neue Jahr!  
Wünscht die Kunstwerkstatt Medien

## Regionalbeitrag – Werkstätte - Bad Wimsbach

Die **Diakonie-Werkstätte** in **Bad Wimsbach** hat eine Holz-Werkstatt.

In der Holz-Werkstatt produzieren die Mitarbeiter auch Igel-Häuser.



Igel-Futter-Haus mit  
2 seitlichen Eingängen



Igel-Schlaf-Haus mit  
nur 1 Eingang



*Nico bohrt mit der Ständer-Bohrmaschine die Löcher.*

## Regionalbeitrag – Werkstätte - Bad Wimsbach



*Melanie beim Zusammenbauen der Igel-Häuser.*

Besonders jetzt im Herbst sind die Igel-Häuser sehr gefragt!

Frau Magdalena Hamminger hat dieses super Foto mit folgendem Text geschickt:

*Sehr geehrte Damen und Herren,  
Hallo zusammen,*

*ich habe diesen Frühsommer bei Ihnen/Euch vier katzensichere Igelfutterhäuser bestellt bzw. erhalten und wollte mich nochmal dafür bedanken und ein "Beweisfoto" über den Erfolg schicken. Die Häuser werden super angenommen und von den kleinen Stachelviechern regelrecht gestürmt.*



*Vielen Dank für Ihre/Eure tolle Arbeit!*

*Beste Grüße*

*Magdalena*

## Regionalbeitrag – Postpartnerstelle Hagenberg

### Hurra, es geht weiter...!

Unser „Herzensprojekt“ der Diakonieshop & Postpartner bleibt in Hagenberg weiter erhalten.

#### **Petra:**

Ich bin erleichtert, dass ich jetzt doch meinen Arbeitsplatz behalten kann.  
Dieses ewige Warten war sehr belastend.  
Ich wurde immer wieder von vielen Menschen gefragt: „Petra weißt du schon was, ob es weiter geht?“  
Ich wusste es leider nicht.  
Das zögerte sich über Monate hin.  
Im Oktober kam endlich die positive Nachricht.  
Wir dürfen bleiben.  
Ich freue mich sehr, dass das Zittern um meinen Arbeitsplatz ein Ende hat.  
Danke an alle Menschen, die sich für uns eingesetzt haben.



#### **Andrea:**

Mich hat es sehr beschäftigt, wo ich dann arbeite, wenn es die Poststelle nicht mehr gibt.  
Es hat mich sehr gefreut, dass so viele Kunden unterschrieben haben, dass die Poststelle bleibt.  
Ich war dann erleichtert, dass ich bei der Poststelle weiterarbeiten kann!  
Ich mache meine Arbeit gerne, und ich arbeite gerne mit Kunden.

#### **Julia:**

Ich habe mich sehr gefreut, als Alex gesagt hat, dass die Post weiter offen bleibt!  
Auch meine Eltern, Großeltern und Freunde haben sich für mich gefreut!  
Mir macht die Arbeit sehr viel Spaß!

#### **Teresa:**

Ich bin sehr erleichtert, dass ich mein Arbeitsplatz behalten kann.  
Das Warten hat so lange gedauert.  
Diese Situation hat mich sehr mitgenommen.  
Ich bedanke mich bei den Kunden für die vielen Unterschriften, beim Land OÖ, der Gemeinde Hagenberg und dem Diakoniewerk, davon besonders bei Alexandra Brandstetter und Gerhard Breitenberger.  
Ich freue mich, denn ich habe gezittert um meinen Arbeitsplatz.  
Ich bin dankbar, dass ich bei der Poststelle Hagenberg bleiben kann.  
Die Arbeit macht sehr viel Spaß und Freude.  
Es lohnt sich zu kämpfen, auch wenn es erst unmöglich erscheint.  
Man sieht, dass man gemeinsam alles schaffen kann!!

Petra, Andrea, Teresa und Julia