

Sunnä Klatsch

Projektrunde mit Klientinnen
und Klienten

Die Heimat
für Menschen
mit Handicap.



Vorwort

Hallo liebe Klientinnen und Klienten

Ich heiße Ronja Walter und arbeite auf der Wohngemeinschaft Saturn.

Gerade mache ich eine Ausbildung zur Sozialpädagogin und bin schon bald fertig.

Für meine Abschlussarbeit erstellte ich zusammen mit Klientinnen und Klienten diese Zeitung.



Das Ziel war es, dass die Zeitung für euch interessant ist und über Dinge berichtet, die ihr spannend findet.

Es war aber auch ein Ziel, dass die Klienten und Klientinnen, welche mitgeholfen haben, so viel wie möglich selbst entscheiden konnten, was genau in der Zeitung stehen soll und wie das Ganze aussehen soll.

Ich wünsche euch viel Spass beim Lesen, Hören und Kochen oder Backen!



Interview mit Elmar

Ronja und Elmar sprechen zusammen über Rechte, vor allem über die Rechte von Menschen mit Beeinträchtigung. Elmar sagte, er findet es besser, wenn man Beeinträchtigung sagt und nicht Behinderung.

1. Kannst du mir das Wort «Rechte» erklären?

Rechte sind das, was man machen darf. Es bedeutet für mich auch Gleichstellung, also das alle gleich sind.

2. Welche Rechte für Menschen mit Beeinträchtigung kennst du?

Das alle abstimmen und wählen können, an Konzerte gehen oder Einzahlungen machen. Eigentlich alles, was auch Menschen ohne Beeinträchtigung machen.

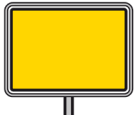
3. Warum denkst du, sind Rechte für Menschen mit Beeinträchtigung wichtig?

Eigentlich sollte man nicht speziell sagen müssen, dass Menschen mit Beeinträchtigung auch Rechte haben. Es sollte selbstverständlich sein. Es ist aber trotzdem gut, dass es sie gibt, damit es anderen Personen bewusst wird.





Ausflugsideen für dich



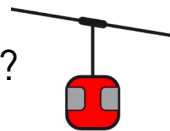
Ort: Chäserrugg



Chäserrugg ist ein Berg, im Toggenburg. Dort kann man wandern, essen oder einfach mit der Gondel fahren.



Was gibt es dort?



QR Code zur Web Seite





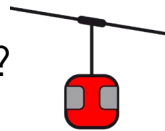
Ort: Drehrestaurant Hoher Kasten



Das Restaurant auf dem Hohen Kasten dreht sich langsam, sodass man rundherum alles sehen kann! Der Berg ist in den Appenzeller Alpen.



Was gibt es dort?



QR Code zur Web
Seite





Ort: Säntispark



Der Säntispark ist in St. Gallen. Dort kann man schwimmen, entspannen oder Wasserrutschen rutschen! Es gibt auch Essen. Dort sind oft viele Menschen.



Was gibt es dort?



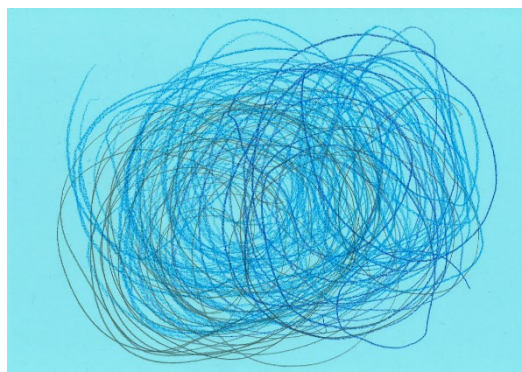
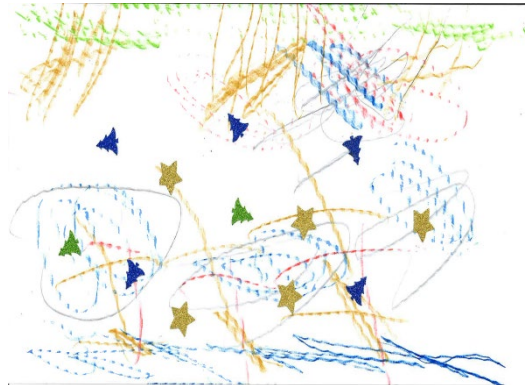
QR Code zur Web
Seite





Bilder Galerie

Diese Bilder wurden von verschiedenen Klientinnen und Klienten gemalt.



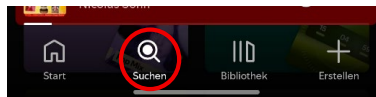


Musik für dich

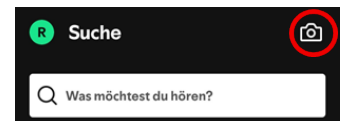
Mit Spotify kannst du die Bilder, die du unten siehst, scannen und dann hörst du das Lied sofort. Und so funktioniert's:



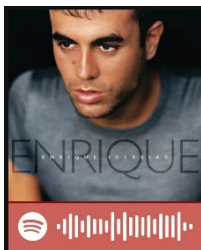
1. Öffne die Spotify App



2. drücke unten auf das Lupen Symbol



3. Drücke auf das Kamera Symbol, dann öffnet sich die Kamera und du kannst das Symbol scannen



Dieses Lied heisst Bailamos und ist von Enrique Iglesias.



Dieses Lied heisst Quöllfrisch und ist von Nicolas Senn.



Dieses Lied heisst Despacito und ist von Luis Fonsi.



Interview mit Röbi

Röbi ist ein Landwirt und wohnt in Rehetobel. Er hat viele Kühe auf seinem Bauernhof und weiss deshalb viel über Kühe. Elmar hat ihm Fragen über das Thema Kühe und wie diese schwanger werden gestellt.

1. Was bedeuten folgende Wörter:

Fundament: Das Fundament ist sozusagen das Gerüst der Kuh. Ob sie geradesteht oder ob sie ein weites Becken hat.

Euter: Im Euter ist die Milch drin. Es ist wichtig, dass der Euter hoch oben hängt, das zeigt, dass die Kuh noch jung ist.

Zitze: Die Zitze ist am Euter dran, dort kommt die Milch raus.

Zentralband: Das Zentralband hält das Euter hoch, es ist wie ein Muskel.

Flankentiefe: Das ist der Bauch der Kuh, wenn man viele Kälber möchte, ist es wichtig, dass die Kuh einen grossen Bauch hat. Damit das Kalb viel Platz hat.

2. Was muss bei der Klauenpflege beachtet werden und warum ist diese wichtig?

Klauenpflege bedeutet Fusspflege. Man muss darauf achten, dass man nicht zu viel vom harten Material abschneidet, sonst tut das weh. Es ist wichtig, dass die Kühe gesunde Füsse haben, damit sie gut laufen können und sie entspannt sind. Dies gibt auch mehr Milch. Dies macht man etwa 1-3 mal im Jahr.

3. Wie lange trägt eine Kuh?

Tragen heisst schwanger sein. Eine Kuh ist etwa neun Monate schwanger.

4. Wie viel frisst eine Kuh im Tag?

Es kommt darauf an, was die Kuh frisst. Wenn sie viel frisches Grass frisst, dann kommt sie auf bis zu 80kg. Wenn sie Heu und Trockenfutter frisst, dann ist es etwas weniger. Eine Kuh trinkt am Tag etwa 80 Liter Wasser.

5. Wann ist der richtige Zeitpunkt für eine Besamung?

Eine Besamung ist, wenn Samen vom Stier der Kuh gegeben werden, damit es ein Kalb gibt. Der richtige Zeitpunkt dafür ist, wenn die Kuh «Stierig» ist. Die Kuh zeigt es dann, indem sie auf andere Kühe steigt, dass sie jetzt bereit ist für ein Kalb. Eine Kuh trägt im Normalfall etwa ein Kalb pro Jahr aus.

6. Wie lange lebt eine Kuh etwa?

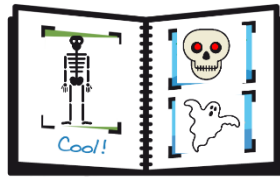
Eine Kuh wird meistens zwischen 15 und 20 Jahre alt.

7. Wie läuft der Brunstzyklus einer Kuh ab?

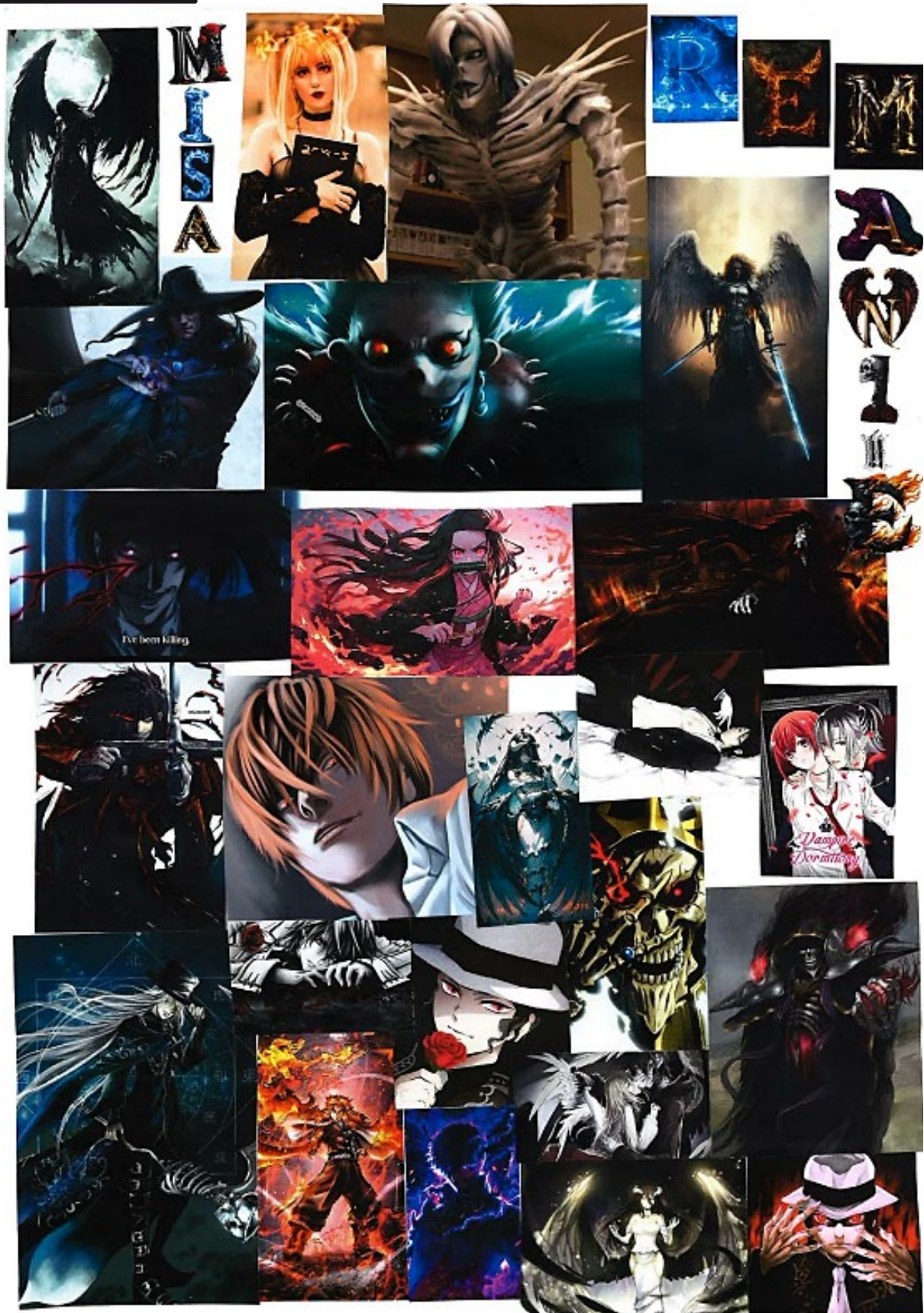
Der Brunstzyklus ist die Zeit, in der eine Kuh schwanger werden kann. Zuerst wird die Kuh unruhig, dann beginnt sie auf andere Kühe zu springen und lässt sich selbst auch bespringen. Wenn dann ein Bulle sie bespringt und seine Samen ablässt, kann es sein das die Kuh schwanger wird. Viele Bauern geben der Kuh den Samen vom Bulle selbst mit einer Spritze. Wenn die Kuh in dieser Zeit nicht schwanger wird, dann wiederholt sich der Zyklus alle drei Wochen.

8. Wie funktioniert die Verdauung einer Kuh?

Das ist etwas kompliziert, denn die Kuh hat vier Mägen. Der erste ist da, um das Essen von Bakterien zu befreien. Der zweite filtert das Futter von nicht essbaren Dingen wie Steine. Der dritte presst das Wasser aus dem Futter heraus. Der vierte Magen verdaut das Futter.



Anime-Collage von Manuela





Rezepte für dich

1

Erstes Rezept:



Rezept für



Schlorzifladen



Abwägen



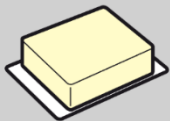
in Schüssel



225g Mehl



1/2 TL Salz



75g Butter



verreiben



Quark hineingeben



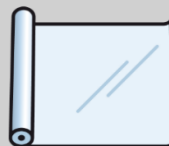
zu einem Teig machen



nicht kneten



Teig



in Folie wickeln



30min kühl stellen



Waage



alles



in Schüssel



150g Rahmquark



2dl Vollrahm



2 Eier



Eier verquirlen



1 1/2 EL



1/2 Päckchen



1/2 TL Zimtpulver



Teig



mit wenig Mehl



auswallen



Backblech



Teig auslegen



mit Gabel Löcher stechen



500g Birnenweggen Füllung



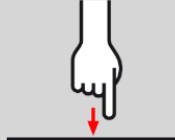
auftragen



Ofen



190°C



unteren Teil



Blech



35-40 Minuten backen



QR Code zum Rezept



2

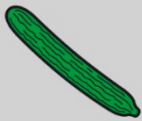
Zweites Rezept:



Rezept für



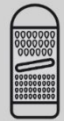
Tzatziki



Gurke



schälen und



raffeln



salzen



im Sieb lassen



30Minuten



Knoblauch



pressen



in Schüssel geben



Alles in



Schüssel:



150g (griechischer) Joghurt



Gurken



Zitronensaft



Knoblauch



1EL Olivenöl



vermischen



fertig!



gut mit



Country Potatoes



und Souvlaki



QR Code zum Rezept





Danksagung

Ich möchte mich herzlich bei allen bedanken, die an diesem Projekt mitgeholfen haben.

Als erstes möchte ich mich besonders bei Elmar, Manuela und Yanic bedanken, sie haben alle Ideen gesammelt, gebastelt und gemalt.

Auch an Johanna ein dickes Dankeschön, sie hat alle Piktogramme erstellt und viele Ideen zur Gestaltung eingebracht.

Christian und Chiara haben viele schöne Fotos vom Prozess gemacht und dabei geholfen, die Zeitung schön zu machen.

Vielen Dank Bettina, dass Yanic und ich dein Atelier nutzen durften zum Malen.

Und Danke an alle die sonst in irgendeiner Weise an diesem Projekt beteiligt waren, indem sie Ideen, Bilder oder Wissen eingebracht haben.





Foto Galerie

