

CECI-NEWS

EUER INFORMATIVER PAUSENSNACK FÜR ZWISCHENDURCH!



Goodbye G8!

Mit einem Trommelwirbel verabschiedet sich das Ceci von einem ereignisreichen Schuljahr, aber auch von dem verkürzten Bildungsgang.

Inhaltsverzeichnis

☛ Ceci Got News –Vorwort.....	3
☛ What´s New @ School?.....	4
☛ Wir sagen Danke!.....	5
☛ Neu im Team!.....	6
☛ Referendariat – Was ist das eigentlich?.....	6
☛ SV: Talentshow, Spenden und Zukunftspläne.....	7
☛ Wahllokal Ceci.....	9
☛ Plötzlich Periode.....	9
☛ Projekttag im Sinne der Nachhaltigkeit.....	10
☛ Wir sind Stadtmeister im Fußball!.....	11
☛ 3x3 – Basketballer mischen ganz vorne mit.....	12
☛ Kennt ihr schon? (Schülerinterview mit Konstantin Paschos).....	13
☛ Ceci goes Science (Gummibärchen, Einbrecherschutz und Erfolge)	14
☛ Brüsselfahrt 2023.....	16
☛ Rallye der 6.-Klässler vom Europatag.....	17
☛ Treppenmarathon in Liège.....	17
☛ Aktion „Toter Winkel“ – Verkehrssicherheit am Ceci.....	18
☛ LGBTQIA+.....	19
☛ Mut zur Hilfe bei Depressionen.....	20
☛ AG: Schulsanitäter und Jonglage.....	22
☛ Hobbylos (Podcastempfehlung).....	24
☛ Nirvana (Musiktipps).....	24
☛ Serienempfehlungen für den Sommer.....	25
☛ Lehrer privat: Weihnachtsinterviews.....	27
☛ Brief an mein letztes Schuljahr.....	31
☛ Rätselspaß	32
☛ Impressum.....	32
☛ Quellen.....	33



Ceci Got News (Vorwort)

Aloha liebe Leser*innen,

wenn auf die Zielgerade eingebogen wird und der Sommer vor der Türe steht, sammeln sich allmählich die paradiesischen Gedanken vor dem inneren Auge. Zunächst sind sie ganz versteckt, wie ein leichtes Flackern, aber je näher die Ferienzeit anrückt, umso mehr manifestieren sie sich zu fantasievollen Gebilden. Da sieht man sich unter Palmen, spürt schon den weißen Sandstrand unter den Füßen, die Zehen benetzt von den rauschenden Meereswellen, hört die unbeschwerten Klänge leichtherziger Musik und genießt die süße Frische der Südfrüchte. „Das habe ich mir in diesem Jahr wahrlich auch verdient!“, wird sich der ein oder andere nun sagen und sieht sich in seinem Gemüt schon auf Reisen zu seinem/ihrer nächsten Urlaubsziel.

Passend zu dieser Stimmung haben unsere ältesten Cecilianer*innen bereits ihr persönliches **Habiwaii** gefeiert, die Hochschulreife erlangt und ihren Abschluss erworben. Für sie ist die Zeit am Ceci nun zu Ende und wie man sich auf der Zielgeraden fühlt, hat eine unserer Absolventinnen in einem Artikel beschrieben. Zusätzlich lest ihr in dieser Jahres-Ausgabe über schulische Erfolge, Veranstaltungen, Erlebnisse, Neuerungen und Freizeittipps. Eine der signifikantesten Umstellungen birgt sicherlich der Wechsel zu G9. Die Pessimisten klagen über eine längere Schulzeit, die Optimisten sehen darin jedoch auch die Möglichkeit, den Lernstoff intensiver aufzugreifen und mehr Zeit mit ihren Klassenkamerad*innen zu verbringen. Vieles im Leben ist eben auch eine Frage der Einstellung und Betrachtungsweise.

Daher folgt noch ein schneller Last-Minute-Tipp, ehe für sechs Wochen schulisch „ausgecheckt“ wird: Lasst die Seele baumeln mit Familie, Freunden und Aktivitäten, die euch glücklich machen. Der deutsch-amerikanische Psychoanalytiker Erich Fromm sagte einst: „Glück ist kein Geschenk der Götter, sondern die Frucht innerer Einstellung“. Und mit der richtigen Einstellung bleibt dann schließlich auch das innere Bild, welches mit anrückender Schulzeit vor dem inneren Auge erscheint, ein positives – selbst am Ende der Sommerferien.

Enjoy holiday! ☺

C. Zabkar

What's New @ School?

Modernisierung spielt bei uns im Alltag eine große Rolle – und auch unser Ceci wird immer moderner. Im Sinne des Fortschritts gab es in diesem Jahr ein paar Neuerungen, über die wir Schüler*innen uns freuen.

Seit den Osterferien besitzen unsere Klassenräume im Alt- und Neubau beispielsweise neue **digitale Tafeln**. Diese 86 Zoll großen Smartboards ersetzen die alten Kreidetafeln, doch welche Funktionen und Vorteile bringt die neue Technologie mit sich?

Ein Vorteil solcher Tafeln ist, dass sie multifunktional sind. Zum Beispiel haben sie einen eigenen Browser (Internetfähigkeit) und unterstützen das Android-Operating-System sowie diverse Microsoft-Programme. Des Weiteren bietet das Smartboard Notenlinien für den Musikunterricht oder Kästchen für Mathematik sowie eine Kamera - für ein Klassenfoto oder eine schöne Momentaufnahme 😊.

Interessant sind die verschiedenen Malfunktionen, aber natürlich nur, wenn die Lehrkraft es erlaubt und die Stifte am Magnetfeld bleiben. Die Lehrkräfte haben zu den Tafeln Fortbildungen erhalten. Dass wir ganz am Anfang trotzdem nach dem Passwort gefragt wurden, behalten wir besser für uns. 😊



Für die sonnigen Tage und Freistunden gibt es jetzt bei Frau Schroers im Selbstlernzentrum **Picknickdecken** zum Ausleihen. Gegen einen Pfand (Schülerschein) sind die bunten Decken zu erhalten. Die Ausweise erhaltet ihr bei der Rückgabe natürlich zurück. Nutzen könnt ihr die Picknickdecken auf dem gesamten Schulgelände, aber nicht außerhalb.

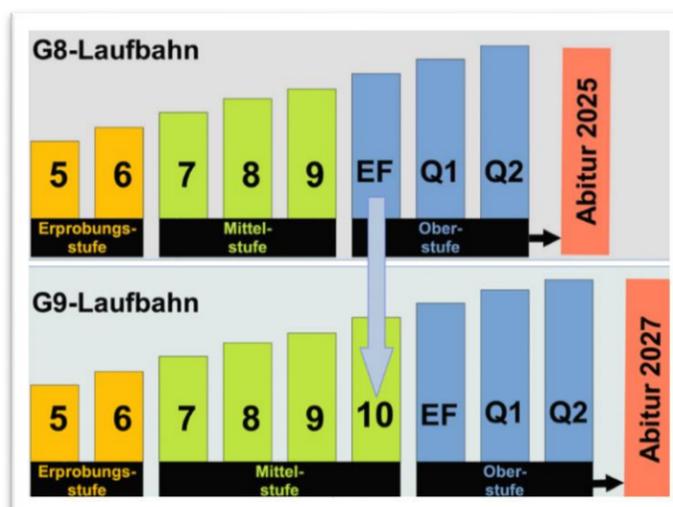


Ein paar Meter hinter den Liegewiesen befinden sich auf dem Sportplatz zwei aneinandergereihte **Basketballkörbe** an der Weitsprunggrube. Auf dem SC West wurde sogar ein **Beachvolleyballplatz** gebaut.

Schatten vor der Sonne erhält Dina durch die neuen **Jalousien**. Das Absperrband vor den Rolläden warnt davor, die Fahrräder falsch abzustellen. Er spendet aber nicht nur für Dina Schatten, sondern auch allen Schüler*innen, die sich in den Pausen oder Freistunden in der Cafeteria aufhalten und eine Partie Uno spielen.



Eine der wichtigsten Neuerungen ist, dass NRW wieder vom **G8-Prinzip** auf **G9** umstellt. Das bedeutet, dass die Schüler*innen die Gymnasialzeit in neun, statt acht Jahren absolvieren. Konkret gibt es in dem nächsten Schuljahr keine EF. Nach der 9. Klasse kommt also die 10. Klasse, die Q1 und Q2 (Q=Qualifikationsphase). Ab dem Schuljahr 2024/25 folgt nach der 9. Klasse die 10. Klasse, die EF (Einführungsphase), die Q1 und Q2. Insgesamt haben wir also ein Jahr mehr Zeit in der Schule für den Lernstoff.



Nun seid ihr über das Neuste am Ceci informiert!

Euer
Datis Moobed (6a)



Wir sagen Danke!

Am Ende des Schuljahres trennen sich leider die Wege von einigen sehr geschätzten Lehrer*innen, aber vor allem herzlichen Menschen und unserem Cecilien-Gymnasium. Nach vielen treuen und sicherlich auch erlebnisreichen Jahren werden unsere Mittelstufenkoordinatorin Sylvia Königs und Ausbildungsbeauftragte Martina Winkelmann die Schule in Richtung korrekturfreie Zeit verlassen. Aber auch unsere flexible Einsatzkraft und Fitnesstrainerin Svenja Kuhlmann (Deutsch/Geschichte) sowie kollegialen Vertretungslehrkräfte Sina Schneider (Sport/Sowi/Politik), Annika Koch (Deutsch/Französisch) und Ann-Kathrin Kusebauch (Deutsch/Biologie) verabschieden sich vom Ceci und blicken dabei auf eine schöne Zeit mit euch zurück.

Dies spiegeln beispielsweise auch die Aussagen von Frau Kusebauch und Frau Koch, die für die Schülerzeitung Worte des Abschiedes formulierten, wider.

Frau Koch:

„Am Ceci habe ich den Schulalltag kennen- und lieben gelernt. Sowohl in meiner Referendariatszeit als auch während meiner Zeit als Vertretungslehrerin bin ich sehr netten, herzlichen, interessierten und motivierten Schüler*innen und Lehrkräften begegnet. Ich werde die Zeit am Ceci mit euch niemals vergessen!
Eure Annika Koch“

Frau Kusebauch:

„Liebe Schüler*innen,

meine Zeit am Ceci neigt sich dem Ende. Die zwei Jahre, die ich hier war, habe ich sehr genossen, viel gelernt und viel Freude an meiner Arbeit gehabt. Daher sage ich ganz herzlich „Danke!“ an euch und an das Kollegium für die Aufnahme in eure Schulgemeinschaft ☺! Für eure weitere Zeit wünsche ich euch alles erdenklich Gute und viel Erfolg auf eurem Weg zum Abitur! Vielleicht sieht man sich bei der ein oder anderen Gelegenheit wieder? Ich würde mich freuen!

Mit den allerbesten Grüßen
Ann-Kathrin Kusebauch“

Im Namen der Schülerschaft, Eltern und Kolleg*innen sagen wir herzlichst Danke und wünschen alles Gute für die Zukunft, die neuen Herausforderungen sowie Überraschungen, die das Leben bereithält! ☺



Neu im Team!



Hallo liebe Leser*innenschaft,

ich bin **Simge Kasap** und seit Mai eine der neuen Referendarinnen am Ceci. Meine Unterrichtsfächer setzen sich aus **Geschichte & Erdkunde** zusammen. Seit meinem Beginn habe ich schon einige von euch kennenlernen dürfen und bin nun auf die vielen neuen Gesichter gespannt. Ich hoffe, dass die gemeinsame Zeit hier am Ceci sowohl für euch als auch mich lehrreich und prägend sein wird.

Ich wünsche euch allen einen erfolgreichen Start ins neue Schuljahr!
Simge Kasap

Liebe Schülerinnen, liebe Schüler,

mein Name ist **Lars Litzenberger**, seit Mai bin ich einer der neuen Referendare am Ceci und werde in den Fächern **Deutsch und Sozialwissenschaften/Wi-Po** unterstützen. Ich freue mich darauf, euch kennenzulernen und wünsche uns lehrreiche Unterrichtsstunden, spannende Inhalte und angeregte Diskussionen.

Bis dahin!
Lars Litzenberger



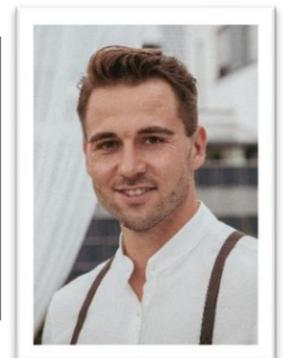
Salut und hola!

Ich bin **Annika Koschate** und seit Mai als Referendarin neu am Ceci. Meine Fächer sind **Spanisch und Französisch** und ich freue mich sehr auf die nächsten Monate am Ceci und darauf, euch kennenzulernen!

À très bientôt! ¡Nos vemos!

Hallo zusammen,

ich bin Markus Unrau und seit Mai Referendar am Cecilien-Gymnasium für die Fächer **Sport und Chemie**. Ich freue mich schon drauf, möglichst viele von euch bald kennenzulernen, denn ich bin mir sicher, dass ich von meinem neuen Kollegium und auch von den Schüler*innen viel über den Lehrerberuf und auch über mich selbst lernen werde. Auf schöne und wahrscheinlich sehr intensive 18 Monate. Wird gut!



Referendariat – Was ist das eigentlich?

Jährlich kommen neue Referendar:innen an unser Cecilien-Gymnasium, um den letzten Teil ihrer Lehrerausbildung abzuschließen. Sie werden an unserer Schule von Ausbildungsbeauftragten und Fach-Lehrer*innen, welche bereits ihre gesamten Qualifikationen abgeschlossen haben, im Schulalltag begleitet und betreut. Das Referendariat gilt als zweite Phase der Lehramtsausbildung nach dem bereits abgeschlossenen Studium (Masterabschluss/Staatsexamen). Die Referendar:innen können sich in NRW bei fünf Bezirksregierungen (den zuständigen Ausbildungsbehörden) bewerben und bei den Ortswünschen vier Präferenzen angeben. Die letztendliche Entscheidung, zu welcher Schule Sie gehen, trifft jedoch die Bezirksregierung.

Referendare unterrichten ihnen zugeteilte Klassen, wie die anderen Lehrkräfte auch. Sicherlich saßen Referendar:innen aber auch bei euch schon einmal im Klassenraum und schauten sich den Unterricht der

Fachlehrkräfte an. Dies nennt man Hospitation. Dabei werden Sie von den entsprechenden Lehrkräften in die Planung der Unterrichtsstunden mit einbezogen. Immer mehr fangen dann die Referendar:innen an, Unterrichtsphasen zu übernehmen, bis sie selbstständig die Klasse unterrichten. Sie erhalten Unterrichtsbesuche von ihren Ausbildern im Seminar. Das sind Prüfungen, welche relevant für ihre Abschlussqualifikation sind.

Frau Schaarschmidt und Herr Tschunko absolvierten in diesem Jahr ihr Referendariat an unserer Schule. Sie waren sehr zufrieden mit der Schulzuteilung. Herr Tschunko kommt dabei gar nicht aus der Umgebung und hatte deswegen eigentlich nicht das primäre Ziel, in Düsseldorf zu unterrichten: „Ich war aber positiv überrascht, wie nett hier alle sind und bin sehr gut an der Schule von den Kolleg:innen und Schüler:innen aufgenommen worden“, verrät er. In einem Interview habe ich Frau Schaarschmidt und Herrn Tschunko weitere Fragen in Bezug auf das Studium und die Ausbildung als Referendar:in gestellt. Beide haben dabei auch von Unterschieden zwischen der Theorie an den Universitäten und der Praxis in der Schule berichtet. Kommunikationssituationen, wie zum Beispiel ein Elternsprechtag, erlebt man schließlich erst in der Praxis.

Vor allem sei es für beide ein wirklich gutes Gefühl gewesen, das erste Mal vor einer Klasse zu stehen und alleine zu unterrichten. Wir wünschen Frau Schaarschmidt und Herrn Tschunko sowie allen weiteren Referendar:innen, die ihr Studium am Ceci erfolgreich vollenden konnten, alles Gute! ☺



Sanibel von Notz (EF)



SV: Talent-Show, Spenden und Zukunftspläne

Die neue SV mit der neuen Schülersprecherin Ida Meyer (Q1) und ihren Vertretern ZiChu Wang (EF) und Max Zeitz (EF) hat in diesem Jahr nicht nur viele Planungen vorgenommen, sondern Aktionen und Veranstaltungen umgesetzt. In dem folgenden Artikel erhaltet ihr eine Übersicht über die verschiedenen Bereiche, in denen die SV aktiv gewesen ist.

Ceci goes Talent

In diesem Jahr wurde die Veranstaltung „**Ceci goes Talent**“ ins Leben gerufen, in der die Schüler*innen ihre bekannten oder versteckten Talente auf die Bühne bringen konnten. In einer Vorrunde wurden dabei aus allen Kandidat*innen zehn Talente ausgewählt und von einer Jury für das Finale bestimmt. Diese SV-Jury war allerdings eine andere, als bei der Final-Veranstaltung, damit der Sieger oder die Siegerin unvoreingenommen gewählt wird.

Beim Vorentscheid selbst wurden unter anderem sportliche Kunststücke auf dem Balance Board, musikalische Beiträge mit der Guzheng (eine Wölbrett-Zither) oder auf der E-Gitarre aufgeführt. Am Ende setzten sich folgende zehn Finalisten durch: Hugo Arce Kwon (Klavier, 7d), Max von den Brincken (Klavier, 8a), Milicia Illic (Gesang, 5d), Leonie Schmeltes (Ballett, 6a), Emil Schütt, Julie Fajimi, Lola Lübeck, Emilio D'Errico, Felix Hasselbusch (Jonglage, 6a), Sky Majewski (Zauberwürfel auf Zeit, 9a), Leni Klein (Adventsgedicht, 5c), Uma Zander (Poetry-Slam, Q1), Anna Ikuta (Taiko-Trommeln, Q2) und Thomas Sur (Hip Hop, 8d).



Um die 200 Zuschauer*innen haben dann am 2. Dezember bei der spektakulären Show, die von Schülersprecherin Ida Meyer und Salome Ortolashvili moderiert wurde, zugeguckt. Es war eine gelungene Abendveranstaltung, welche die

Zuschauer mit den vielen Talenten begeisterte. Nach einer ersten Runde wurden von der Jury, die sich aus den Bereichen Musik (Herr Schnabel), Sport (Frau Schwarz) und die beiden SV-Mitgliederinnen Selina und Antonia zusammensetzte, drei Finalist*innen für einen weiteren Auftritt bestimmt, die über die Plätze 1-3 entscheiden sollten. Anschließend wählten die Zuschauer*innen die Sieger*in.

Mit den traditionellen Outfits und einer aufregenden Trommelshow gewann die Taiko-Gruppe von Anna Ikuta (Q2) den ersten Platz. Platz zwei ging an Hugo Arce Kwon (7d), der am Klavier beeindruckte. Uma Zander (Q1) erzielte mit ihrem Poetry Slam den dritten Platz. Hervorzuheben ist, dass beim Auftritt von Milicia Illic sogar das Ersatzlied eingespielt wurde und sie trotzdem zu Ende sang. Später durfte sie ihr Lied noch einmal singen. „Wenn es einen Preis für professionelles Auftreten geben würde, hätte sie ihn bekommen“, sagte Herr Schnabel.

Eine Dose für Czernowitz

Außerdem half unsere Schule auch bei der Aktion „**Eine Dose für Czernowitz**“ mit, die von der Stadt und Caritas organisiert wurde. Bei dieser Aktion unterstützen wir unsere Partnerstadt Czernowitz in der Ukraine, in der seit Februar 2022 Krieg herrscht, indem wir Dosen mit Lebensmitteln (wie z.B. Suppen, Ravioli, Obst, Gemüse, Fisch und Fleisch) gesammelt haben, damit die Menschen in Czernowitz im Winter nicht hungern müssen. Zwölf mit Konserven gefüllte Umzugskartons hat die Ceci-Schulgemeinde zusammengebracht, die von freiwilligen Helfern der Caritas abgeholt und sofort mit einem Transportwagen nach Czernowitz gebracht wurden.



Pläne

Die SV plant aber in Zukunft weitere solcher Aktionen und Veranstaltungen und hat in der Projektwoche zum Beispiel über die Schulhofgestaltung beraten. Zu den Plänen gehört aktuell eine Neuauflage des Charity-Runs. Aber auch unsere Ceci-Kollektion soll erweitert werden, eventuell durch Sport-T-Shirts.

Sofia Korelchuk (6e)

Meine Erfahrung in der SV: Unterstufensprecherin Sofia Korelchuk (6e)

<p>Ich wurde in diesem Schuljahr zur Vertreterin des Klassensprechers gewählt. Deshalb hielten wir am 25. August eine große Sitzung ab, in der aus allen Klassensprecher*innen und Vertreter*innen die neue SV gewählt wurde. Ich wusste nicht, ob ich Erfolg haben würde, wenn ich kandidierte. Aus diesem Grund war ich richtig verblüfft, als bei der Wahl mein Name für den Kreis der SV genannt wurde. Ich hatte die zweitmeisten Stimmen. Seitdem bin ich richtig stolz, in der Schule mitentscheiden zu dürfen. Denn die Schülervertretung</p>	<p>vertritt die Interessen der Schüler*innen. Wie kommunizieren wir also in der SV? In unserem SV-Chat legen wir die Themen und Termine der Sitzungen fest und treffen Absprachen. Wegen den Sitzungen verpasse ich hin und wieder den Unterricht, aber viele werden auch in den Pausen abgehalten. Unsere Sitzungen finden immer im Oberstufen-Raum im ersten Stock statt. Wir reden darüber, welche Ideen wir gesammelt haben und wie wir diese Ideen umsetzen können. Anfangs war ich ein bisschen schüchtern, denn außer den anderen Unterstufen-</p>	<p>sprecher*innen sind alle älter als ich. Aber es herrscht eine sehr respektvolle und angenehme Atmosphäre. So lassen die anderen alle ausreden und nehmen Vorschläge ernst. Alle Ideen werden mit den SV-Lehrern Herrn Zabkar, Frau Schulz und Frau Juchems abgeklärt, die Organisation und die Zeitfenster besprochen und anschließend die Aufgaben verteilt. Ich fühle mich sehr verantwortlich für die Entscheidungen, da wir eure Interessen auch so gut wie möglich umsetzen wollen, und diese Verantwortung ist ein gutes Gefühl. Somit habt ihr einen kurzen Einblick in die Arbeitsprozesse der SV!</p>
---	---	---

SV im Schuljahr 2022/2023

Schülersprecherin: Ida Meyer (Q1)

Stellv. Schülersprecher*innen: ZiChu Wang, Max Zeitz (EF)

Oberstufensprecher*innen: Camillo Gugel (Q2), Tobias Hüllstrunk (Q2), Luca Backhaus (EF)

Mittelstufensprecher*innen: Max Janmaat (9b), Selina Liu (8d), Antonia Harmsen (8b),

Unterstufensprecher*innen: Alexis Plagemann (6d), Sofia Korelchuk (6e), Philippe Hupfer (5b),

Weitere Mitglieder: Salome Ortolashvili (Q1), Charlotte Lange (9e), Konstantin Hristov (8d)

Verbindungs-/Vertrauenslehrer: Frau Juchems, Frau Schulz, Herr Zabkar





Wahllokal Ceci

Cecilianer machen bei Jugendratswahl von ihrer Stimme Gebrauch

Jede Stimme zählt! Dies haben die Schüler*innen im Unterricht unserer Politiklehrkräfte Herr Tischoff, Herr Machunsky, Frau Freitag und Frau Schneider in diesem Schuljahr noch einmal besonders hervorgehoben.

Schließlich stand bei uns am Ceci die Jugendratswahl an.

Zum sechsten Mal wurde dabei der Düsseldorfer Jugendrat bestimmt, welcher bei Entscheidungen der Politik aktiv mitwirken kann. „Die direkte Beteiligung junger Menschen an der

Entwicklung unserer Stadt hat einen hohen Stellenwert, den wir sehr ernst nehmen“, konstatiert Oberbürgermeister Dr. Stephan Keller auf der Homepage der nordrhein-westfälischen Landeshauptstadt und betont die Relevanz, der eigenen Generation eine Stimme zu verleihen, um die Interessen der Düsseldorfer Kinder und Jugend nachhaltig zu vertreten.

Insgesamt 630 Schüler*innen nutzten im Wahllokal Ceci ihre Chance auf das eigene Stimmrecht. Viele weitere begaben sich ebenfalls in das Selbstlernzentrum und wollten ihr Kreuz setzen, waren aber entweder zu jung (wahlberechtigt sind Heranwachsende im Alter von 11-19



Jahren) oder haben ihren Hauptwohnsitz außerhalb Düsseldorfs.

Dennoch zeigte der Wahltag, dass das Interesse, von seiner eigenen Stimme Gebrauch zu machen, an unserer

Schule sehr hoch ist.

Schließlich ist wählen ein Recht und Privileg in einer demokratischen Gesellschaft. Es bedeutet Verantwortung zu übernehmen und sich für die Zukunft aktiv einzusetzen!

In unserem Regierungsbezirk 4 (Oberkassel, Heerdt, Lörick,

Niederkassel) gingen die beiden Sitze an Rochelle Kirschbaum (Gleichberechtigung, Freizeitaktivitäten, Digitalisierung) und Noé Aljoscha Schmelter-Mazaud (Umweltschutz, Bildung, Digitalisierung).



Ein großes Dankeschön geht an dieser Stelle an allen Beteiligten – vor allem den freiwilligen Helfer*innen bei der Organisation – für einen reibungslosen Ablauf.

C. Zabkar

Plötzlich Periode

Grundsätzlich sollen sich alle Schüler/-innen an der Schule wohlfühlen. Doch wie lässt sich dieses Vorhaben umsetzen? Zum Wohlbefinden gehört natürlich der freundliche Umgang miteinander, ein schöner Klassenraum sowie auch eine gute Ausstattung. Doch für Frauen tut sich manchmal eine zusätzliche biologisch bedingte Schwierigkeit auf.

Versetzt euch einfach mal in folgende Situation: Ihr sitzt hochkonzentriert im Klassenraum, folgt dem Unterricht und plötzlich setzen die Tage ein. Als wäre das nicht schon genug, quälen dich auch noch Bauchkrämpfe, Kopfschmerzen und Übelkeit. Und auch wenn man gegen die Schmerzen im ersten Moment nicht viel ausrichten kann, lässt sich durchaus etwas gegen die Blutung unternehmen. Aber warte mal, du hast deine Binden und Tampons vergessen? Und keiner deiner Freunde hat etwas dabei oder du traust dich nicht zu Fragen? Was nun?

Ein nervöser Blick links und rechts, aber kein Grund zur Sorge, was eine der wichtigsten Grundbedürfnisse in Bezug auf die Hygiene anbelangt: Tampons und Binden.

Unsere Schule bietet die Möglichkeit, diese Hygieneartikel kostenfrei im Sekretariat zu erhalten. Einen Zukunftswunsch würden wir dennoch äußern: Wir haben uns gefragt, warum Toilettenpapier und Tücher auf den Toiletten in der Regel selbstverständlich sind, aber keine Tampons oder Binden. Wie ihr Mädchen wahrscheinlich wisst, sind diese Produkte auf unseren Toiletten noch nicht vorhanden. Unsere Zielidee wäre es, in Zukunft diese Artikel kostenlos in den Mädchen-Toiletten zur Verfügung zu stellen. Deswegen möchten wir darauf aufmerksam machen!

Wir stellen uns Tampon- und Bindenspender vor, die an den Badezimmerwänden angebracht sind. Der PHS (Perioden-Hygieneartikel Spender und Retter in Not) – so würden wir diesen taufen – wäre doch eine tolle Zukunftsinvestition, wenn es wieder heißt: plötzlich Periode.

Von Carla Capalbo, Teresa Michels, Noemi Vuletic (8d)

Ceci goes green & healthy Projekttag im Sinne der Nachhaltigkeit und des Miteinanders

Kurz vor den Sommerferien zeigten sich die Cecilianer noch einmal von ihrer kreativen und innovativen Seite. Unter dem Motto „Ceci goes green & healthy – glücklich, gesund und nachhaltig miteinander leben“ wurden in den letzten drei Tagen des Schuljahres die Projekttag durchgeführt und deren Ergebnisse präsentiert. Dafür haben Lehrkräfte, Eltern, Schüler*innen und auch externe Anbieter zahlreiche interessante und spannende Workshops initiiert, die in ihrer Vielfältigkeit die verschiedensten Interessensgebiete abdeckten. Darunter fielen z.B. handwerkliche Praktiken, wie bei dem Projekt „Möbel restaurieren – Aus Alt mach Neu!“ und „Nachhaltigkeit von Holzarchitektur“.

Ein Hauptaugenmerk lag aber vor allem auf das Miteinander von Tier, Mensch und Natur. So hat man nicht nur die Lebensweise der Vögel beim „Birdwatching“ erfasst, sondern darüber hinaus im Projekt „Artenschutz konkret“ Nistkäsen und Igelhäuser gebaut und somit Lebensräume geschaffen. Bei einem Bauernhofbesuch konnten sich einige Schüler*innen über die „ökologische Nutztierhaltung“ informieren, während andere den Schubkarren auf dem Schulhof in Bewegung setzten, um eine Blumenwiese anzulegen.

Diverse sportliche Tätigkeiten durften für die bewegungsfreudigen Schüler*innen natürlich ebenso wenig fehlen. Unter Hinzunahme von Angeboten der Verbraucherzentrale NRW e.V. sind diese im Sinne einer gesunden Lebensführung auch in Bereiche der Ernährungslehre vorgestoßen. Neben theoretischem Wissen wurde dabei sogar selber der Kochlöffel geschwungen, ähnlich wie im Projekt „veganes Cooking“.

Weitere Schüler*innen zeigten sich innovativ im „kreativen Upcycling“, befassten sich mit „Regenerative[n] Energien im Experiment“ oder entwarfen eine „Stadt der Zukunft“. Zukunftsideen offerierte derweil auch die SV (Schülervvertretung) in Kooperation mit der Umwelt-AG im Projekt „Aufenthaltsqualität für den Schulhof“.

Als die Ergebnisse vor der Zeugnisvergabe in den Klassenräumen, auf dem Schulhof sowie in der Aula in vielfältigen Formen präsentiert wurden (z.B. als Ausstellung, Videobeitrag, Performance etc.), blickte man in viele neugierige, freudige und stolze Gesichter einer gesamten Schulgemeinde. Somit erwiesen sich die Projekttag als gelungener Schlusspunkt vor den wohlverdienten Sommerferien!

Aufenthaltsqualität Schulhof



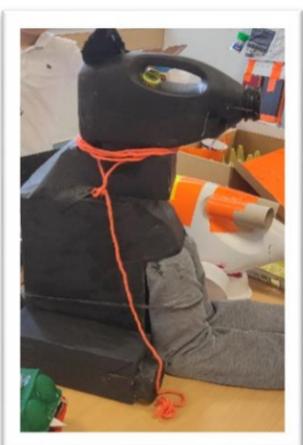
Games Go Green



Protest!



Upcycling



Möbel restaurieren



Wir sind Stadtmeister im Fußball!

Mit dem nötigen Talent in den Beinen, viel taktischer Disziplin, großem Teamgeist und brandneuen Trikots haben sich die Fußballer des Cecilien-Gymnasiums den umjubelten Stadtmeistertitel erkämpft! Dabei setzten sich die Ceci-Kicker an gleich zwei Turniertagen gegen die starke Düsseldorfer Konkurrenz durch. Nur wenige Zeigerumdrehungen vor dem Start der Vorrunde befanden sich die Oberstufen-Schüler dabei noch in einer Klausur, spielten dann aber in den Duellen mit der Lore-Lorentz-Schule (3:2), dem Leibniz-Montessori-Gymnasium (5:2) sowie dem Griechischen Gymnasium (6:1) befreit auf. Mit der perfekten Ausbeute von drei Siegen und sage und schreibe 14 geschossenen Toren war ein Ausrufezeichen für das Finalturnier gesetzt!



Entsprechend fokussiert und motiviert traten die Cecilianer anschließend die Endrunde an. Hatte man beim Vorentscheid vor dem Jahreswechsel noch Glück mit dem sonnigen Wetter gehabt, so mussten sich die Teilnehmer diesmal auf Wind und ein nasses Geläuf – bedingt durch den Februarregen – einstellen. Doch das Ceci-Team bewies, dass es nicht nur Schönwetterfußball beherrscht, sondern auch das nötige Kämpferherz mit aufs Grün bringt.

Laufbereitschaft und Leidenschaft waren auch absolut voraussetzend, um in der Finalrunde zu bestehen. Diese hielt nicht nur die Neuauflage mit dem Leibniz-Montessori-Gymnasium bereit (3:1), sondern auch das mit Spannung erwartete Lokalduell gegen das Comenius-Gymnasium (2:2), welches allen Erwartungen eines „Derbys“ gerecht wurde. So trafen am Ende dann mit unseren Cecilianern und dem Theodor-Fliedner-Gymnasium exakt die beiden Mannschaften aufeinander, die bislang noch schadlos (ohne Niederlage) durch das Turnier gekommen sind. Der Jubel nach dem 2:1-Erfolg war groß und nach den sportlichen Glückwünschen der anderen Schulteilnehmer stülpten sich unsere Ceci-Fußballer direkt die grünen Sieger-Shirts der Sportstadt über. Schließlich ist es doch etwas Besonderes für die künftigen Abiturienten, die eigene Schulkarriere mit einem Stadtmeistertitel zu veredeln!

Für das Ceci spielten:

Tobias Hüllstrunk, Julius Harneiser, Levent Özer, Ben Bollinger, Lennart Schmidt, Fritz Eickhoff, Frederick Walter, Alexander Bagel, Artur von Pigage, Tom Osterloh, Jakob Schürmann, Camillo Gugel, Daniel Weßling, Ren Ishikawa, Leo Müller, Elia Ceschin, Lenny Haschemi, Bastian Theuer, Jakob Jüngst, Atakan Akipnar, Marc Mellinghaus. Trainingsunterstützung von Mathis Löckmann, Leo Alfes.

Die **ausführlichen Berichte zu beiden Turnierveranstaltungen** finden Sie hier:

- Link für den ausführlichen Spielbericht zur Vorrunde:
<https://homepage.ceci.de/wp-content/uploads/2023/02/Turnierbericht-Vorrunde.pdf>
- Link für den ausführlichen Spielbericht zur Endrunde:
<https://homepage.ceci.de/wp-content/uploads/2023/02/Turnierbericht-Endrunde.pdf>

C. Zabkar

3x3-Basketballer mischen ganz vorne mit

Es war schon Abend, als die Basketballer des Cecilien-Gymnasiums an der Haltestelle Belsenplatz ausgestiegen sind. Und obwohl Spieler und Trikots von der Anstrengung gezeichnet waren, sah man in lachende und glückliche Gesichter. Denn dafür, dass die Ceci-„B-Ballers“ die Rückreise so spät angetreten hatten, gab es einen freudigen Grund: Bei der 3x3-NRW-Basketball-Tour in Düsseldorf sind alle drei Ceci-Teams bis in die K.o.-Runde vorgerückt.



Die Bilanz von einem Viertelfinal-Einzug sowie einem dritten und zweiten Platz konnte sich sehen lassen, sodass der Niederkasseler Turnier-Debütant einen wirklich starken Eindruck hinterließ.

Dabei verlangten nicht nur die spannenden Duelle, sondern auch die hoch stehende Sonne über dem Sportplatz der Gesamtschule Stettiner Straße den Spieler*innen der 103 Teams auf den insgesamt 14 Feldern so einiges ab. Hinzukommt, dass bei der 3x3-Variante viel Dynamik geboten und Handlungsschnelligkeit gefordert ist. Beim 3x3 stehen sich nämlich – wie der Name schon verrät – jeweils drei Spieler*innen gegenüber. Gespielt wird dabei auf einen einzelnen Korb, sodass gerade unter Berücksichtigung der Angriffszeit (in der Regel zwölf Sekunden) ein schnelles Spiel erzeugt wird. Darüber hinaus wird vor allem der Fairplay bei dieser Veranstaltung groß geschrieben!

Laut Regelwerk sind die Spieler*innen selbst dazu aufgefordert, Regelwidrigkeiten, wie z.B. Fouls, Schrittfehler und/oder Doppeldribbling anzusagen. Bei Meinungsverschiedenheiten können zwar Countmonitore (Feldaufsichten) einschreiten, allerdings war dies gar nicht nötig. Es war schon beachtlich, wie sportlich die Teams miteinander umgegangen sind, Fairness gezeigt und den Sport in den Vordergrund gestellt haben. Oftmals wurden eigene Fouls sogar von alleine zugegeben, ohne dass sie vom Gefoulten „gecalled“ werden mussten.

Ein Spiel endete mit Ablauf der Zeit oder wenn ein Team vorzeitig 21 Punkte erreicht hat. Und in ihren drei Auftaktmatches zeigten sich die Cecilianer makellos. Ob von der Drei-Punkte-Linie, mithilfe eines gut getimten Kombinationsspieler oder dem nötigen Durchsetzungsvermögen im Eins-gegen-Eins – die Basketballer brachten ihr Können auf das Feld.

Vor allem das neu formierte Team mit Ben Beecken, Felix Liebich, Fredo Brünig und Petros Damianidis erzielte hohe Scores und zog im Eiltempo ins Viertelfinale ein. Dort bot man dem späteren Finalisten auch einen harten Kampf, musste sich am Ende aber – trotz Aufholjagd – gegen eine starke Truppe knapp geschlagen geben.

Eine echte Zitterpartie lieferten sich derweil „Koko“ Hristov, Benni Beckmann und Carl Dethloff im Spiel um Platz 3. Hier musste die Entscheidung sogar in der Verlängerung fallen, da am Ende ein Zwei-Punkte-Vorsprung für einen Sieg vonnöten war. Letztlich behielt Benni die Nerven, versenkte den entscheidenden Korb und setzte somit den Schlussspunkt hinter einer aufopferungsvollen Teamleistung. Als Lohn gab es den Bronzeplatz für unsere Cecilianer!

Auf den Silberrang schafften es dann sogar das Oberstufenteam mit „Thanos“ Damianidis, Duck Sin Kim, Philipp Horn und dem groß gewachsenen Leo Winnen (Klasse 9). In dem Finalspiel stand viel Qualität auf dem Platz. Nicht nur, weil Thanos und Duck Sin bereits Vereinerfahrung besitzen, sondern auch, weil das gegenüberliegende Trio nach eigenen Aussagen in der NBBL (Nachwuchs Basketball Bundesliga) für die Leverkusener Giants auf Körbejagd geht.



Bereits in der Gruppenphase lieferten sich die Teams ein sehenswertes Duell, doch auch im Finale behielten die Leverkusener die Oberhand und übten gleich mit den ersten vier Würfen aus der Distanz, die allesamt ihren Weg ins Ziel fanden, reichlich Druck aus. Diesen Vorsprung brachte der stark aufspielende und verdiente Turniersieger auch ins Ziel.

Übrigens: Die NRW-Street-basketball-Tour wurde 1994 ins Leben gerufen. Mittlerweile feierte die 3x3-Variante bei den Spielen on Tokyo 2020 sogar ihre olympische Premiere. An der Zielsetzung hat sich bei der NRW-Tour aber seit ihrer Erstaufgabe nichts geändert. So heißt es auf der Homepage: „Die NRW-Tour soll [...] Kinder und Jugendliche an die Sportart Basketball heranführen und für Bewegung und Sport begeistern! Kinder und Jugendliche mit und ohne Migrationshintergrund aus unterschiedlichen sozialen und gesellschaftlichen Milieus zusammenzubringen und über die Tour hinaus für den Sport zu gewinnen, ist das jugend- und sportpolitische Ziel der Landesregierung. Teamgeist, Fairplay und Respekt vor anderen Kulturen sind [...] gelebte Tradition bei dieser außergewöhnlichen Tour.“

Die Freude an der Veranstaltung und der gegenseitige Respekt waren aber nicht nur auf dem Platz zu sehen, sondern auch anhand der fairen Gratulationen nach den Partien. Sieg und Niederlage gehören im Sport sowie im Leben dazu. Gefühlt gingen die Cecilianer aber als Sieger aus dem Turnier, wegen der Erfahrung, des positiven Abschneidens, aber vor allem des jahrgangsstufenübergreifenden Teamzusammenhalts!



C. Zabkar



Kennt ihr schon?

Konstantin Paschos zieht der Football in die USA

Konstantin Paschos hat seinen Weg klar vor Augen. Am 18. Mai feierte der Abiturient mit seinen Schulkamerad*innen die allgemeine Hochschulreife. Nur eine Woche später wird sich der Ceci-Schüler in den Flieger begeben, um in den Vereinigten Staaten seine Laufbahn fortzusetzen. Schließlich winkt dem talentierten Football-Spieler ein Stipendium, mit dem er im Land der „unbegrenzten Möglichkeiten“ Sport und Studium vereinen möchte. Welchen Berufswunsch er dabei aber eigentlich anstrebt, lest ihr hier!

Wie bist du zu der Sportart Football gekommen?

Konstantin: Mein Cousin hat in Frankfurt als Quarterback Football gespielt und mich an diese Sportart herangeführt. Als ich mit dem Hockeyspielen dann aufgehört habe, bin ich zum Training der Düsseldorf Panther gegangen und war direkt Feuer und Flamme.

Seit wann spielst du nun Football im Verein?

Konstantin: Das ist jetzt mein viertes Jahr – also noch gar nicht allzu lange!

Auf welcher Position spielst du?

Konstantin: Ich spiele Defensiv End und Tight End – also in der Defense und Offense. Während der Defensive End in der Defensive Line sozusagen neben den „dicken großen Jungs“ außen steht und versucht, den Running Back abzuschirmen oder den Quarterback zu tacklen, spielt der Tight End in der Offense. Seine Hauptaufgabe ist es, entweder zu blocken oder eben den Ball zu fangen.

Welche Eigenschaften oder Attribute braucht man für deine Position?

Konstantin: Man sollte tatsächlich sehr groß sein und trotzdem halbwegs noch physische Werte mitbringen – es ist eine gute Mischung aus allem: schnell und stark und eben groß.

Wie groß bist du denn?

Konstantin: Ich bin genau 2 Meter. Das heißt nicht, dass man exakt 2 Meter sein muss, aber man sollte schon etwa über 1.85 sein.

Wie sieht eine Trainingswoche bei dir aus?

Konstantin: Das hängt stark davon ab, in welcher Zeit im Jahr wir uns befinden. Im Football gibt es quasi drei verschiedene Zeiten: In der Offseason, in der wir keine Spiele haben, trainiere ich fünfmal die Woche und gehe eigentlich nur ins Fitnessstudio, um ein bisschen Muskelmasse aufzubauen. Und in der Preseason geht es schon eher aufs Feld, dass, was Football wirklich ausmacht. Dort besteht mein Training aus drei Feldeinheiten und zwei Gymeinheiten. Wenn die Hochsaison anbricht, also ab dem ersten Spiel, sind wir dann eigentlich nur noch auf dem Feld. Unabhängig vom Teamtraining gehe ich aber trotzdem noch ins Gym. Genau genommen sind das dann sogar 7x die Woche Training – also jeden Tag.

Was sind deine Stärken?

Konstantin: Das hört sich jetzt zwar leider sehr arrogant an, aber meine Größe ist doch relativ hilfreich und worauf viele andere Spieler neidisch sind. In Amerika sagt man „You can't teach size“ – du kannst niemandem Größe beibringen, denn das sind Sachen, die dir Gott gegeben hat. Das ist im Football schon ein großer Vorteil.

Wer ist dein sportliches Vorbild?

Konstantin: Von Miller (Buffalo Bills) ist ein cooler und sehr erfolgreicher Typ, der schon quasi jeden Titel gewonnen hat, den es in der NFL gibt: Regular- MVP, Superbowl MVP, Superbowl-Champion. Er besitzt „Attitude“, lässt von niemandem etwas einreden, sondern macht sein Ding.

Was sind deine Sportlichen Ziele?

Konstantin: Je nachdem wie gut du bist und wie sehr deine Position gebraucht wird, hast du in Amerika die Möglichkeit, dir ein Stipendium zu verdienen. Das heißt, du spielst für das Collegeteam und darfst dafür gratis bei ihnen studieren. Weil Football neben Basketball und Baseball so ein ultra-gehypter Sport ist, wird einem nahezu alles hinterhergetragen: Du kriegst eine Wohnung gestellt, ein Auto, Taschengeld (obwohl keine Ausgaben bestehen), Kleidung vom College und erhältst obendrein einen gratis Studiengang auf fantastischen Universitäten. Ich muss jetzt nicht zwingend auf ein College, bei dem Football der größte Fokus ist, mir geht es vor allem um den Studiengang und akademischen Rang.

Wie stehen deine Chancen für ein Stipendium?

Konstantin: Ich war mit 16 im letzten Jahr auf einer Collegesichtung mit Abstand der Jüngste, hatte aber damals schon erste Gespräche mit paar Unis, obwohl ich nicht viel erwartet hatte, denn die anderen waren 18/19 Jahre. Jetzt stehen meine Chancen doch relativ gut, dass ich ein Stipendium erhalte.

Als Footballspieler verdient man extrem gut!

Konstantin: Im Vergleich zu anderen Sportarten nicht unbedingt. Bei einem „Contract“ von einer Millionen Euro sind z.B. nur 40.000 sicher. Alles andere muss man sich durch Boni verdienen. Wenn du acht „Catches“ in der Regular Season machst, erhältst du beispielsweise einen Bonus von 120.000, wenn du 1-2 Touchdowns machst, weitere Boni. Sobald du dich aber verletzt, sitzt du mit weitaus weniger da und wirst mit Pech sogar durchrotiert und aus dem Kader genommen. Man sieht zwar immer nur Superstars mit Rookie-Verträgen von Quarterbacks, die mit 30 Millionen save stehen, aber das ist nicht die volle Realität. Pro Team gibt es rund 50 aktive Spieler und 15 im Practice Squad. In den Sommercamps sind es sogar deutlich mehr, aber ein Großteil wird bereits im Vorhinein gecuttet und verliert den Spot im Team.

Wie möchtest du später dein Geld verdienen, wenn es mit dem Football nicht klappt?

Konstantin: Ich bin nicht auf Football angewiesen. Es wäre wunderbar auf ein College zu kommen, aber andernfalls würde ich in

Deutschland studieren und einen Anwalts- oder Arztberuf anstreben. Dies ist auch mein primäres Ziel. NFL-Profi zu werden, ist da doch zu risikoreich.

Was können sich europäische Sportarten vom Football abgucken?

Konstantin:

Am Fußball hat es mich ehrlich gesagt genervt, wenn sich die Spieler immer hinfallen lassen, das gibt es im Football nicht. Man muss außerdem eine große Willensstärke und sogenannte „Work Ethic“ (Trainingseinstellung) besitzen, um an seiner Muskelkraft zu arbeiten. Die meisten Sportarten sind nicht so körperlich wie Football beziehungsweise ist eher Athletik gefragt. Damit will ich gar nicht sagen, dass man in der Bundesliga nicht siebenmal die Woche trainiert, aber verglichen mit dem College-Training, glaube ich, besteht eine andere körperliche Belastung. Ich will andere Sportarten aber keineswegs kleinreden. Auf der Gegenseite ist Football nicht unbedingt die ausdauerndste Sportart. Du kommst definitiv ins Schwitzen, bist aber aufgrund der Pausen nicht dauerhaft in Bewegung wie beim Fußball, um das ausgleichend zu sagen. Sonst sind meine Fußballfreunde noch sauer.

Zum Thema Körperlichkeit: Wie fühlt es sich an getackelt zu werden?

Konstantin: (lacht) Es tut wirklich weh! Das hört sich absurd an, aber je stärker du in den Tackle reingehst, desto weniger weh tut es. Das gilt sowohl für den Tackler als auch den Getackelten. Dazu gehört eine gewisse Körperspannung, sonst klappst du wie ein nasser Sack zusammen. Es ist nie angenehm für beide. Man muss es mögen, das tun die wenigsten, es gehört aber dazu.

Hast du ein Ritual vor den Spielen?

Konstantin: Tatsächlich hab ich immer versucht, mir keines anzueignen, da das Risiko besteht, es nicht einzuhalten und sich im Spiel davon beeinflussen zu lassen. Ich gehe aber jedes Mal vor einem Spiel zu unserem Teamarzt und tape mir die Gelenke. Dann schreibe ich mir meine Rückennummer, die ich immer wollte, die 45, auf das Tape des linken Handgelenks.

Zum Abschluss: Welcher Verein wäre denn dein Wunschverein?

Konstantin: Ich glaube die LA Rams: In Kalifornien regnet es nie, es ist warmes Wetter, man ist quasi in einer Stunde am Strand und in zwei weiteren Stunden beim Skifahren.

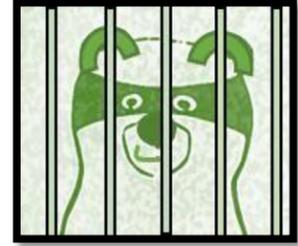
Vielen Dank für das Gespräch.

Caius Grolman (7d) führten das Interview.



Gummibärchen sorgt für Zündstoff

Zum Ende einer jeden Veranstaltung folgt in der Regel ein großes Finale, zum Beispiel in Form eines glorreichen Auftritts oder einer spannenden Siegerehrung. Bei der zweiten Auflage des „Ceci goes Science-Abends“ war dieser Höhepunkt aber ein sichtlich ungewollter. Nachdem die Nachwuchs-Wissenschaftler*innen für ihre Beiträge im Science Slam den wohl verdienten Applaus geerntet hatten und die Moderation zur Bekanntgabe der Gewinner überleiten wollte, meldete sich plötzlich der Feueralarm in der gut besuchten Aula des Cecilien-Gymnasiums. Die dröhnende Sirene lockte dabei die Bewohner der Schorlemerstraße an die Fenster und auf die Balkone, während die Feuerwehr mit mehreren Einsatzwagen vorfuhr.



Und Schuld daran trug ein etwa 2,1 Zentimeter großer, 2,4 Gramm schwerer Gelatine-Zwerg: Ein Gummibärchen! Was war geschehen? Bei einem unter Expertenaufsicht geleiteten Experiment sollte der Energiegehalt eines Gummibärchens durch das Verbrennen des Zuckers augenscheinlich vorgeführt werden. Schutzbrille, Sicherheitsabstand und alle weiteren Vorsichtsmaßnahmen wurden dafür getroffen. Doch dann stieg leider für einen Rauchmelder etwas zu viel Rauch die Aula-Decke empor, sodass sich dieser zwei Minuten im Anschluss an das Experiment lautstark bemerkbar machte. Panik gab es in der Aula aus diesem Grund keine, vielmehr bedauerte man das vorzeitige Ende der Veranstaltung, da der Alarm – trotz unmittelbarer Information - zwingend zu einem Einsatz der Feuerwehr führte. Die Sirenen und das Blaulicht der Einsatzwagen sorgten zwar für ein weiteres Spektakel an diesem Abend, aber eben der anderen, unbeabsichtigten Art. Vielleicht präsentiert dieser Vorfall einen Grund mehr, auf eine gesunde Ernährung zu achten, wenn man sieht, was eine Süßigkeit so anrichten kann.

C. Zabkar

Vom Einbrecherschutz bis zur Grünen Gentechnik – Wettbewerbsteilnehmer*innen begeistern das Publikum

Die Cecilianer zeigten sich bei der zweiten Ausgabe von „Ceci goes Science“ mit ihren Beiträgen von ihrer kreativen Seite. Ob mit musikalischer Unterlegung, dramatischer Kamerafahrt oder der gewissen Prise Humor – die acht Videobeiträge, die für den Wettbewerb des besten Kettenreaktionsvideos aufbereitet wurden, sorgten für lautstarken Applaus beim Publikum. „Da sieht man mal, was Sechst- und Siebtklässler mit ihren Handys & Tablets alles anstellen können“, konstatierte Herr Schäfer.

Nachdem das Publikum über die gemessene Applaus-Intensität die vier Finalisten gewählt hatte, wurde mittels QR-Code und Mentimeter der Gewinner durch das Publikum ermittelt. Die meisten Stimmen erhielt Noah Döpkins (6c) Video mit dem Titel „Einbrecherschutz“. Dabei löste die Kettenreaktion am Ende einen Ventilator aus, der Federn in die Luft aufwirbelte und mit einer entsprechenden Video-Sequenz des Filmklassikers „Kevin allein zu Haus“ endete. Eine lustige Weckmethode gab es derweil bei „Einfach aufstehen“ [2. Platz, Florence Zimmer (7e)] zu sehen, wodurch die Morgenroutine erleichtert werden könnte. Ebenfalls im Finale wählte das Publikum den Clip „Playmobilfiguren in Action“ [3. Platz, Amelie Bagel, Lucia Bernsmeier & Mila Hagemann (6c)] und „Was ein Pferd alles auslösen kann“ [4. Platz, Anna Elin, Sofia Haufs & Teresa Lowis (6c)]. Alle Teilnehmer*innen erhielten für ihr tolles Engagement eine Urkunde, die Finalist*innen darüber hinaus kleine IQ-Spiele und der Gewinner sogar Eintrittskarten für den Movie Park.



Im Anschluss an die Kettenreaktions-Videos folgte der zweite Wettbewerb des Science Slams, für den die Siebtklässler medial-gestützte Präsentationen vorbereiteten, Modelle zeigten und Experimente vorführten. Für einen sportlichen Beginn sorgte Emilia Freund (7e), die mittels Animationen nachwies, wieso eine entsprechende Vorbereitung vor dem Spagat notwendig sei. Den „Front Split“ gab es letztlich auch live auf der Bühne zu sehen.

Mit viel Humor ging es im Beitrag von Otilia Loata (7b) über „Grüne Gentechnik“ weiter, indem sie gleich von Beginn an aufklärte, dass es sich dabei nicht um den tollkühnen Oger Shrek handele, sondern um Anwendungen gentechnischer Verfahren in der Pflanzenzüchtung. Isabella Lombardo und Mia-Sofie Andreasen (7e) befassten sich mit dem Thema „Blut“, erklärten den Zuschauer*innen die einzelnen Blutgruppen und machten dabei auf die Wichtigkeit von Blutspenden aufmerksam.

Mit der interessanten Frage „Wie die Sonne in einen Donut kommt“ hat Anton Khmelnytsky (7e) seine Präsentation über die Kernfusion eröffnet. Und nachdem geklärt war, wie Energie erzeugt wird, brachte Elias Abed (7e) am Beispiel der Triebwerke seine Zukunftsvision auf die Bühne, wie man Energie möglichst umweltfreundlich in der künftigen Luftfahrt umsetzen kann.

Der Abschluss gehörte Helena Kastka (7e), die unter anderem anhand eines Kurvendiagramms aufzeigte, dass Zucker auf Dauer nicht sättigt und die empfohlene Dosis von 25g am Tag im Durchschnitt deutlich überschritten wird. Zucker mache zwar glücklich, aber habe gerade in der Menge auch seine Nebeneffekte. Einen davon zeigte das Experiment mit dem Gummibären in der Hauptrolle (siehe Artikel: Gummibärchen sorgt für Zündstoff).

Dabei bleibt als Wermutstropfen zu erwähnen, dass die Abiturientin Daytona von Bergen (Q2) mit ihrem Beitrag zur „Wirkung von Koffein auf die Synapsen“ aus gegebenem Anlass nicht mehr zum Zuge kam. Da alle Teilnehmer eine hervorragende Leistung ablieferten, war der Entfall der Wertung am Ende eine salomonische Lösung. Statt einzelner Platzierungen und Preise werden alle Beteiligten mit Herrn Schäfer einen Ausflug zur Sternwarte in Bochum unternehmen.



Cecilianer feiern Wettbewerbs-Erfolge: Hanna Blanke und Janne Glösen gewinnen Hans-Riegel-Preis

Neugierde und Wissensdurst sind Attribute, die einen Wissenschaftler auszeichnen. Bei der zweiten Auflage von „Ceci goes Science“ setzten sich die Ceci-Schüler*innen einerseits mit verschiedenen Interessenschwerpunkten auseinander, andererseits wurden diejenigen geehrt, welche sich bei Wettbewerben durch besondere Leistungen hervortaten.

Womit sich die Schüler*innen im Zuge der Mont-Projekttagge exemplarisch befassten, präsentierten Emilio D’Errico und Anton Schulz aus der 6a. Beide nahmen am Workshop „Bionik“ von Herrn Toprak und Herrn Dahl teil und referierten über „Termiten – Architekten der Zukunft“. Für ihre Vorstellung von verschiedenen Termitenarten, ihr ausgeklügeltes Belüftungssystem und den Einsatz im Architekturbereich erhielten sie neben einem großen Applaus eine „Ceci goes Science-Schokolade“. Diese war sogar themenspezifisch dekoriert: „Allerdings mit Maikäfern statt Termiten“, scherzte Herr Schäfer, der die Veranstaltung moderierte.

Wie groß die Begeisterung der Cecilianer für die Naturwissenschaften ist, konnte Frau Ruckelshauß mit einem weiteren Indiz belegen und vermeldete, dass für den Känguru-Wettbewerb am 16. März 130 Anmeldungen eingegangen waren. Bei der Mathematik-Olympiade erreichten in diesem Jahr bereits zahlreiche Schüler*innen Bestplatzierungen auf Regionalebene. Zi Chu Wang (EF) und wiederum Janne Glösen (Q2) qualifizierten sich für das Landesfinale NRW.

Christopher Simmert (7e) überzeugte sowohl bei der Mathe-Olympiade als auch beim Wettbewerb „BioLogisch“, wo er den ersten Platz auf Landesebene gewann. Mit voller Punktzahl überzeugten darüber hinaus María Janeiro Callejo aus der 7a und Louisa Burbach (6c) bei dem Contest „Physik im Advent“.

Stolz präsentierte das Ceci aber insbesondere auch die herausragenden Leistungen der beiden Oberstufenschüler*innen Hanna Blanke und Janne Glösen. Beide wurden für ihre Facharbeiten mit dem Hans-Riegel-Preis ausgezeichnet: Hanna Blanke belegte den 1. Platz im Fach Mathematik und Janne Glösen mit seiner Ausarbeitung zur Redox-Flow-Batterie den Silberrang in der Kategorie Chemie.



C. Zabkar



Brüsselfahrt

Eine Reise in das soziale, politische und kulturelle Zentrum Europas

Wenn man Brüssel hört, denkt man zuerst an die belgische Hauptstadt, doch sie ist so viel mehr als das! Denn nicht nur die Belgier*innen können sie ihre Hauptstadt nennen, sondern all wir Europäer*innen. Brüssel als Hauptstadt Europas – darunter kann man sich zunächst vielleicht nicht viel vorstellen. Eine Stadt, die wir uns alle teilen? Eine Stadt mit europäischen Traditionen? Europäischen Werten? In der wir alle repräsentiert sind?

Was ist überhaupt „europäisch“ und was bedeutet die EU für uns Bürger*innen? Antworten darauf, und auf viele weitere spannende Fragen, erhielten wir auf unserer diesjährigen Brüsselfahrt!

Brüssel ist bekanntlich der Sitz der meisten EU-Organe und – Institutionen. Davon durften wir das Parlament, die Kommission und einige kleinere Einrichtungen/Organisationen (die jedoch keinesfalls weniger wichtig sind) besuchen. Ein Highlight war eindeutig der Diskussionstermin mit Daniel Freund, einem Abgeordneten der Grünen. Er ist einer der 96 deutschen von insgesamt 751 Abgeordneten im Europaparlament und nahm sich die Zeit dafür, sich unseren ganz persönlichen und für uns bedeutsamen Fragen zur EU, zum Klima und zu unserer gemeinsamen Zukunft zu stellen. Seine Antworten waren sehr ehrlich, offen und kritisch, aber dennoch optimistisch. Er betonte diese Zuversicht besonders, sie sei der Motor unserer Verbesserung und schenke uns Zusammenhalt, auch in Krisenzeiten. Eben dieser Zusammenhalt sei so bedeutsam, weil wir am stärksten sind, wenn jeder mitmache, sich engagiert und etwas beitrage. Er wies uns auf die anstehende Europawahl im nächsten Jahr hin, bei der viele europäische Schüler*innen ab 16 Jahren die Chance haben, mit ihrer Stimme etwas zu verändern. Damit motivierte er uns, uns in Zukunft positiv einzubringen.

Der Diskussionstermin in der Landesvertretung NRW machte uns den Zusammenhang zwischen Düsseldorf, unserem Zuhause, und Brüssel, unserer europäischen Hauptstadt, deutlich. Wir lernten, wie viele Schichten die Europäische Union tatsächlich hat, und dass Entscheidungen, die in Brüssel getroffen werden, auch bei uns in Düsseldorf ankommen. Diese routinierte Zusammenarbeit auf verschiedenen Ebenen stärkte erneut unser Gefühl für das Gemeinschaftsprojekt Europa. Wenn wir uns zusammentun, dann können wir etwas erreichen.

Ein Besuch im Ausschuss der Regionen gab uns einen ähnlichen Eindruck. Die Regionen der 27 Mitgliedsstaaten der EU können sich für ihre lokalen und regionalen Belange Gehör verschaffen und Rat finden. Hier durften wir sogar an den Plätzen der Mitglieder sitzen und bekamen einen direkten Eindruck von der alltäglichen Arbeit in der EU. Die Zusammenhänge der verschiedenen Institutionen wurden uns von einer Sprecherin der Europäischen Kommission erläutert. Dabei zeigte sich auch

die Bürgernähe, da wir doch viel mehr Mitsprache und -entscheidung haben, als wir vielleicht vermuten.

Um die Zukunft der EU zu verstehen, ist ein Blick in ihre Vergangenheit erforderlich. Europäische Geschichte konnten wir daher in zwei Museen erkunden und durch interaktive Angebote miterleben. Wir besuchten das Parlamentarium und das Haus der Europäischen Geschichte. Trotz des großzügig eingeplanten Zeitslots kann man diese gut ein zweites oder auch ein drittes Mal besuchen, da es dort einfach so viele spannende Informationen gibt, die man in der Kürze der Zeit leider nur selektiv mitnehmen konnte. Und auch hier wurden zwei Aspekte wieder klar: die Bedeutsamkeit der EU und ihr Zusammenhalt. In der Vergangenheit von schweren Erschütterungen und Herausforderungen geprägt, ist die EU heute stärker denn je, da sie sich immer auf die Stärke des Individuums durch die Gemeinschaft beruft. Und jene Idee erfährt man in Brüssel. Das Zentrum der EU ist eine schöne, internationale

Stadt, in der man den europäischen Geist und die Gemeinschaft spürt. Unsere internationalen Prägungen gestalten die Stadt wahrhaftig vielfältig und bunt.

Dank der uns ermöglichten Freizeit, in der wir die Stadt eigenständig erkunden konnten, haben wir einen authentischen Eindruck vom

Leben dort bekommen – auch außerhalb des Europaviertels. Und man muss ganz klar zugeben: jedes Viertel fühlt sich an wie ein Europaviertel, denn die Menschen sind so offen, tolerant und vielseitig, ganz im Sinne des europäischen Einigungsgedankens. Man fühlte sich so willkommen und akzeptiert wie in kaum einer anderen Stadt.

Auch der französische Einfluss machte sich bemerkbar, in manchen Teilen der Stadt wirkte sie wie ein *petit Paris*. Wer die französische Sprache beherrscht (oder es zumindest versucht J), der wird auf große Freude der Belgier*innen stoßen!

Ich spreche hier von Erfahrungen und Empfindungen, die ich innerhalb von drei Tagen sammeln konnte. Trotz der kurzen Zeit, denke ich, dass mein Eindruck sehr aussagekräftig ist und klar für Brüssel und besonders auch die Brüsselfahrt am Ceci spricht. Brüssel ist eine Stadt, deren Wert nicht zu unterschätzen ist, und der man, mit politischem Interesse, auf jeden Fall gemeinsam in der Q1 einen Besuch abstatten sollte. Und so können wir glücklich sein, dass in diesem Jahr eine große Gruppe von rund 36 engagierten und interessierten Schüler*innen an der Brüsselfahrt teilnehmen konnte!

Denn es ist nicht dahingesagt: Brüssel ist und bleibt wahrhaftig das Zentrum und Herz Europas.

Heidi Kipping (Q1)



Rallye der 6. Klassen am Europatag



Am diesjährigen Europatag, dem 9. Mai 2023, fand erstmals eine Europa-Rallye für alle Schüler*innen der 6. Klassen statt. Diese Rallye wurde im Vorfeld mit viel Mühe und Engagement von den zehn Schülerinnen der 8. und 9. Klasse unserer Junior Europa-AG vorbereitet.

Inspiration für eine solche Rallye hatten sich die Juniorbotschafterinnen am 25. August 2022 auf dem Botschaftertreffen aller Europaschulen in NRW geholt. Hier wuchs die Idee, den europäischen Gedanken unserer Schule bereits an die jüngsten Schüler*innen weiterzugeben und dies auf spielerische Art und Weise für alle Beteiligten zu einem interessanten Erlebnis zu machen.

Unsere regelmäßigen Treffen dienten dem gemeinsamen Austausch über die Planung der insgesamt fünf Stationen, die von den zehn Schülerinnen vollkommen eigenständig geplant und durchgeführt wurden. Hier zeigte sich immer wieder das große Engagement und die unglaubliche Begeisterung unserer Schülerinnen.

Nachdem einige Wochen vor dem eigentlichen Europatag ein Testdurchlauf mit der Klasse 8e stattgefunden hatte, war alles für einen erfolgreichen Europatag angerichtet.

Am 9. Mai wurden alle 6. Klassen nacheinander durch die Rallye geleitet. Anhand von Laufzetteln arbeiteten sich die Kleingruppen von Station zu Station. Dabei mussten sie unter anderem Fragen zu EU-Ländern beantworten, Länder in einem Memory zuordnen und europäische Sprachen erkennen. Die Sechstklässler*innen waren mit Begeisterung bei der Sache und wurden von unseren Juniorbotschafterinnen bestens betreut und angeleitet.

Wir freuen uns auf die neue Rallye im kommenden Schuljahr und darauf bereits die jüngsten Schüler*innen vom Ceci zu europäischen Expert*innen zu machen!

R. Becker und B. Rapp

Treppenmarathon in Liège

Salut!

An einem Donnerstag im Mai machten wir, also alle 7. und 9. Klassen, die Französisch lernen, einen Tagesausflug nach Liège in Belgien. Da dort unter anderem Französisch gesprochen wird, war das eine tolle Möglichkeit, die Sprache außerhalb der Schule kennenzulernen. Natürlich kann man uns nicht ganz alleine nach Belgien schicken, daher begleiteten uns Frau Schuster und Frau Lork sowie Herr Schnabel. Die Anreise dauerte ca. drei Stunden, was bei der Hitze eine ziemlich lange Zeit gewesen ist. Unser erster Eindruck der Stadt war bei der Ankunft am Busparkplatz ehrlich gesagt etwas ernüchternd, da aufgrund des U-Bahn-Baus leider sehr viele Baustellen zu sehen waren. Als wir am Busparkplatz – ein wenig abgelegen vom Zentrum – ausgestiegen sind, mussten wir daher durch ein Labyrinth aus aufgerissenen Straßen und Bauzäunen gehen. Schließlich kamen wir an einem riesigen Platz (Place Saint Lambert) an und sahen, dass die Stadt auch andere, sehr schöne Seiten und moderne Bauten hat. Dann ging es richtig los. Als erstes besuchten wir dann ein Museum namens „Archéoforum“, das sich unter der Erde befindet. Dort erforschten wir mit iPads verschiedene Stationen und erfuhren mehr über die Gründung der Stadt. Danach folgte der unserer Meinung nach schönste Teil des Ausflugs, nämlich das Erkunden der Stadt in Vierer-/Fünfergruppen. In Liège gibt es überraschend viele kleine Bäckereien, Klamottenläden, Eisdien und natürlich Restaurants, wie z.B. das „Le Perron“, wo uns ein freundlicher Kellner bei der Stadtrallye half. Bei dieser Gelegenheit durften natürlich keine französischen Macarons fehlen!

Nach dieser entspannten Zeit ging es sportlich weiter, denn wir hatten keine andere Wahl, als die 260 Meter lange und 374 Stufen hohe „Montagne de Bueren“ (Bueren-Berg Treppe, siehe Foto) hochzulaufen, um zum Wahrzeichen zu kommen. Dieses war allerdings gar nicht so spektakulär – um ehrlich zu sein einfach eine Steinsäule mit Daten darauf. Wofür sich der wortwörtlich atem(be)raubende Anstieg aber wirklich gelohnt hat, war die wunderschöne Panoramaaussicht von oben. Trotzdem waren wir alle froh, als wir nach einem kurzen Fußweg wieder unten ankamen. Ziemlich erschöpft – diese Treppen waren bei dieser Hitze wirklich nicht ohne – konnten wir die letzten Minuten unseres Ausflugs noch ein wenig entspannen oder wie die meisten aus unserem Kurs belgische Frites – also Pommes – essen.

Schließlich ging es durch das Labyrinth der Bauzäune wieder zu unserem Busparkplatz zurück. Auch die zweieinhalb-stündige Rückfahrt war sehr lebhaft und bestimmt eine tolle Abwechslung/Unterhaltung für unseren Busfahrer ☺. Alles in allem war der ernüchternde Eindruck von den ersten Minuten in der „Stadt der Baustellen“ – wie wir sie nannten – aber schnell verfliegen und wir verbrachten einen schönen, lustigen, ereignisreichen Tag im benachbarten Belgien.



Ein Erlebnisbericht von Lilli Schmidbauer und Mareen An (7c)

Aktion „Toter Winkel“! Verkehrssicherheit am Ceci

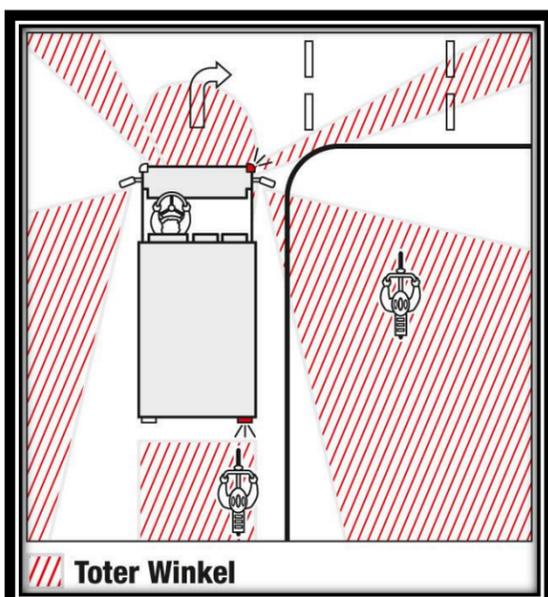


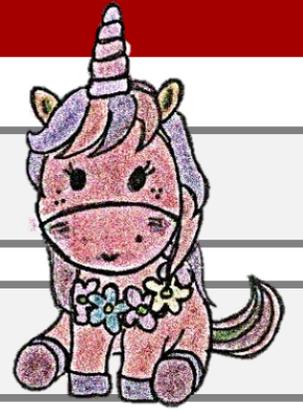
Mitte Mai tat sich am Ceci mal wieder etwas in Sachen Verkehrserziehung und diesmal waren sogar Fernsehen (Sat1 regional) und Radio (Antenne Düsseldorf) mit dabei, als die Polizei Düsseldorf mitsamt Einsatzfahrzeugen und einem großen Lastwagen auf den Schulhof fuhren. Alle fünften Klassen nahmen an der Aktion „Toter Winkel“ teil und konnten selbst erfahren und erleben, wie groß der nichteinsehbare Bereich rund um Fahrzeuge ist. Nachdem alle Schülerinnen und Schüler nacheinander am Steuer eines 13 Tonnen schweren LKW Platz nehmen durften, war es wohl keine Frage mehr, welch' großer Gefahr die Radfahrer und Fußgänger in unmittelbarer Nähe zu LKWs ausgesetzt sind.

Die Polizeibeamten der Verkehrspolizei Düsseldorf erklärten den Kindern, wo sich die „Toten Winkel“ befinden und wie sie sich dennoch ohne große Gefahr in der Nähe des Fahrzeugs aufhalten können und ließen dabei knapp 30 Kinder im „Toten Winkel“ scheinbar verschwinden, so dass sie vom Fahrer im LKW nicht mehr durch die zahlreichen Spiegel sichtbar waren.

In Anlehnung an den kleinen Schutzengel, den alle Kinder von der Polizei erhielten, haben auch wir am Ceci nur einen Wunsch: Kommt alle gesund und munter zur Schule und nach Hause und passt auf euch auf!

Juni 2023, Julia Juchems
(Beauftragte für Verkehrs- und Mobilitätserziehung)





CECI NEWS klärt auf!

LGBTQIA+

Sexualität und Geschlecht sind keine Tabuthemen mehr in unserer Gesellschaft. Vor allem am CSD (Christopher Street Day) schwenken Menschen stolz die Regenbogenflaggen und feiern die soziale (Selbst-)Akzeptanz und gewonnenen Rechte unter dem Motto „Gay Pride“. Die Liebe zwischen demselben Geschlecht sollte jedem als schwul und lesbisch (homosexuell) bekannt sein, aber es gibt auch viele andere Sexualitäten, die sich in dem Akronym LGBTQIA+ wiederfinden. Zur allgemeinen Aufklärung stellt die Schülerzeitung Begrifflichkeiten vor.

Sexualität

Zunächst einmal stellt sich die Frage, wofür die einzelnen Buchstaben überhaupt stehen. Eine Übersicht bietet die nachfolgende Tabelle:

Wofür steht die Abkürzung eigentlich?	
L	Lesbian
G	Gay
B	Bisexual
T	Transsexual
Q	Queer
I	Intersexual
A	Asexual
+	Zusätzliche Spektren von Gender und Sexualität

Als **bisexuell** wird die Zuneigung zu beiden Geschlechtern bezeichnet, also Menschen, die sowohl Frauen als auch Männer lieben. Bei *Pansexualität* verhält es sich recht ähnlich: Es ist die Liebe/Anziehung zu allen Menschen, wobei das Geschlecht egal ist. Es gibt aber auch Menschen, die Objekte lieben (Objektsexuelle). In 2007 hat Erika LaBrie den Eiffelturm geheiratet und ihren Nachnamen in La Tour Eiffel geändert.

Menschen, die ihr eigenes Geschlecht infrage stellen, zum Beispiel weil sie als Junge geboren sind, aber sich als Mädchen fühlen (oder andersherum), nennt man **Transgender**. Sie fühlen sich im falschen Körper geboren. Um sich nicht von Begriffen einschränken zu lassen oder weil sie sich nicht gänzlich mit den vorgegebenen Begriffen identifizieren, bezeichnen sich viele Personen als **queer**. Dieser Begriff vereint alle Menschen, die anders lieben/fühlen als heterosexuelle Menschen. Mit **intersexuell** sind Personen gemeint, die sowohl männliche als auch weibliche Geschlechtsmerkmale vereinen. Aufgrund ihrer Organe und/oder Hormone in ihrem Körper bleibt eine eindeutige Zuordnung aus. Unter dem Begriff **Asexualität** versteht man das nicht-Vorhandensein einer sexuellen Anziehung zu anderen Menschen.

Das **Plus** in dem Akronym steht für alle anderen existierenden Sexualitäten. Wichtig ist dabei, dass jeder respektiert wird, lieben darf, wen er möchte und dass dies auch gesetzlich festgeschrieben ist.

Das Traurige an **LGBTQIA+** ist aber, dass die „freie Liebe“ in vielen Ländern außerhalb von Deutschland immer noch verboten ist. In 66 Ländern wird Homosexualität strafrechtlich verfolgt. Einige sehr schlimme Fälle stellen beispielsweise der Iran, Nigeria oder Saudi-Arabien dar, wo homosexuelle Handlungen sogar mit einer Todesstrafe verurteilt werden.



Gender

Gender – was ist das eigentlich? Als Gender bezeichnet man die Geschlechtsidentität. Damit ist nicht das biologische Geschlecht gemeint, sondern das selbst wahrgenommene, gefühlte Geschlecht, ohne dieses an körperlichen Gegebenheiten festzumachen. Während es im Deutschen lediglich den Begriff Geschlecht gibt, wird der Bedeutungsunterschied im Englischen besonders deutlicher. Hier gibt es einmal das Wort „gender“ (für das soziale Geschlecht – also die Geschlechtsidentität) und „sex“ (für das biologische Geschlecht).



Man ist sich uneinig wie viele Gender es gibt. Wahrscheinlich ist eine Zahl zwischen 60 und 80 und damit weitaus mehr als das binäre männlich und weiblich. Diejenigen, die sich weder männlich noch weiblich fühlen, können ihr Geschlecht als „divers“ angeben.

Hier stellen wir ein paar weitere Basics vor:

- Das sogenannten „Cisgender“ steht für das Identifizieren mit dem Geburtsgeschlecht.
- Den Begriff „Transgender“ solltet ihr bereits einmal gehört haben. Trans ist ein Oberbegriff, der Menschen bezeichnet, die sich nicht mit dem biologischen Geschlecht identifizieren.
- Non-binary (zu Deutsch: „nicht binär“) steht für Menschen, die sich weder als männlich noch als weiblich identifizieren und damit der zweigeteilten Geschlechterordnung nicht zugehörig fühlen.
- Als „genderfluid“ bezeichnet man Menschen, deren Geschlechtsidentität sich zeitweise oder regelmäßig verändert.
- „Agender“ fühlen sich gar keinem Geschlecht zugeordnet oder erachten dieses nicht als besonders relevant.
- „Intersex“ (zu Deutsch: „Intergeschlechtlich“) sind Menschen, die von Natur aus weibliche sowie männliche Geschlechtsentwicklungen aufweisen.
- „Demi-gender“ ist der Oberbegriff für die zusammenfallenden Gender „Demi-girl“, „Demi-boy“ und „Demi-non-binary“. Betroffene Menschen identifizieren sich größtenteils, aber nicht ausschließlich als deren jeweiliges Geschlecht.

Damit habt ihr einen kleinen Teil aus der Vielzahl der Gender kennengelernt. Die Pronomen, die man selbst benutzt, bleiben hierbei einem selbst überlassen. Dies sorgt manchmal für Unsicherheiten in der deutschen Sprache. Wenn man nicht weiß, wie eine Person angesprochen werden möchte, sollte man einfach nett fragen! Eine sinnvolle Methode ist es dann vermutlich, den Vornamen zu verwenden.

Lena Noakowski und Evi Schwahlen (7c)



Mut zur Hilfe bei Depressionen

In diesem Artikel geht es um ein Thema, welches leider manche Schüler*innen gerade in der Pubertät betreffen kann: Depressionen, Selbstverletzung und Suizid-Gedanken. Viele reden nicht besonders gerne darüber, umso wichtiger ist es jedoch, diese Themen aufzugreifen.

Es gibt Leute, die denken, Depressionen sind, wenn man nicht ein bestimmtes Spielzeug oder das allerneuste Computerspiel bekommt. Viele sagen auch, depressives Verhalten ist, wenn man Streit mit seinen Eltern hat und deswegen traurig ist. Nein, das ist nicht depressiv. Depressionen sind eine „ernste Erkrankung, die das Denken, Fühlen und Handeln der Betroffenen tiefgehend beeinflusst, mit Störungen von Hirn- und anderen Körperfunktionen einhergeht und erhebliches Leiden verursacht“, erklärt Prof. Dr. Hegerl, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Stiftung Depressionshilfe. Depressionen haben verschiedene Ausprägungen, äußern sich aber vor allem in einer Antriebslosigkeit und negativen Gedanken, aus denen sich Betroffene selten allein befreien können. Manchmal führt es sogar dazu, dass sie Selbstmordgedanken haben, sich schneiden oder verletzen, weil es ihnen eine innere Stimme zum

Beispiel befiehlt. Depressionen sind auch, wenn man keine Kraft mehr hat, aufzustehen oder zu nichts Lust hat. Sie können dabei durch Mobbing oder Selbstzweifel ausgelöst werden, weshalb ein freundliches Miteinander in der Gesellschaft umso wichtiger ist.

Mit Selbstverletzung ist derweil nicht nur das „Ritzen“ gemeint. Zur Selbstverletzung gehört es auch, sich mit einem Feuerzeug die Finger zu verbrennen, Haare auszureißen, den Kopf gegen die Wand zu schlagen oder tagelang nichts zu essen mit der Ausrede, man hätte schon gegessen.

Viele haben Probleme, vielleicht genau dieses, trauen sich jedoch nicht, es ihren Eltern oder Freunden zu erzählen, weil sie die Angst plagt, das man nicht ernst genommen wird oder einem gesagt wird „es sei nur eine Phase“. Diese Sprüche sind für Betroffene nicht hilfreich, sondern wirken eher fehl am Platz. Ebenso wenig ist es „cool“, dies mal „aus Spaß“ auszuprobieren, weil es ernsthaften Schaden anrichtet! Wenn euch also auffällt, dass euer Freund / eure Freundin oder ein Klassenkamerad / eine Klassenkameradin im Sommer bei 28 Grad einen Pulli oder nur lange T-Shirts trägt, könnte es auf Selbstverletzung hinweisen.

Und dann gibt es noch Suizid-Gedanken: Dazu zählt es schon, eine Sekunde den Gedanken zu haben, wie man einen Abschiedsbrief schreiben könnte, oder wie lange die Menschen, welche einem wichtig sind, über seinen eigenen Selbstmord trauern. Denke immer daran, dass deine Eltern, auch wenn es manchmal vielleicht nicht so wirkt, dich über alles lieben!

Wusstest du, dass Schwäne und andere Tiere wie Elefanten an einem gebrochenen Herzen sterben können? Stellt euch vor, eure Liebsten wären Schwäne. Wie sollen sie es ohne euch aushalten und glücklich weiterleben?

Wer oben genannte Ängste und Sorgen hat und keine Möglichkeit sieht, es jemanden Nahestehendem zu erzählen, kann diese anonyme Nummer anrufen und sich Hilfe holen: +49 800 33 44 533

Bei Problemen stehen euch aber sicherlich auch eure Familie, Freunde und auch (Vertrauens-)Lehrer jederzeit zur Verfügung. Traut euch, Hilfe zu holen. Dann sieht die Welt auch nach dunklen Zeiten bald wieder bunter aus.

Menschen mit Depressionen kann man daran erinnern, dass...

... sie stark sind und das nur alleine deswegen, weil sie da sind und kämpfen.

... ihre Depression sie ständig anlügt.

... sie keine Last (für uns) sind.

... es ok ist, wenn das Ankämpfen gegen Depression aktuell alles ist, was sie tun.

... sie sich immer Hilfe holen dürfen, egal wie minderwertig sie sich fühlen.

... auch diese schwierige Zeit wieder vergeht.



... nicht ihr ganzes Leben und ihre Identität von dieser schwierigen Zeit definiert sind.

... man für sie da ist und die schwierige Zeit gemeinsam durchsteht.

... sie nicht alleine sind, auch wenn es sich so anfühlt.

... sie bisher jede noch so schwierige Situation irgendwie gemeistert haben.

anonym

Du hast Redebedarf und möchtest mit jemanden im Vertrauen sprechen?

Hier findest du Unterstützung:

→ Sprechstunde mit Frau Hegmann (Schulsozialarbeiterin): Mo-Do in der 1. großen Pause in Raum 0.21

Telefon: 0211-8995543 / E-Mail: lisa.hegmann@duesseldorf.de

→ Sprechstunde mit Herrn Zoske (Schulpsychologe) oder Frau Juchems, Frau Schulz und Herr Zabkar (Vertrauenslehrer*innen) nach Absprache.

Erste Hilfe AG bildet Schulsanitäter aus



Seit nun fast einem Jahr gibt es bei uns am Ceci eine neue AG: Die Erste-Hilfe AG. Sie wird von Herrn Böcking geleitet und hat es sich zum Ziel gesetzt, Jugendliche ab der Klasse 8 zu Schulsanitätern auszubilden, die dann zum Einsatz kommen, wenn Menschen in der Schule in Not geraten sind und von Ersthelfer*innen versorgt und betreut werden müssen. Je nach Schwere des Notfalls wird auch der Notruf des Rettungsdienstes veranlasst und die Patient*innen an diesen übergeben.

Sobald die AG am Anfang des letzten Halbjahres auf dem Aushang für außerunterrichtliche Aktivitäten auftauchte, herrschte ein großer Andrang: viele wollten sich in der neuen AG versuchen, etwas dazulernen und träumten gewiss auch davon, zu den schulischen „Rettern in der Not“ zu gehören. So waren wir am ersten Tag etwa dreißig gespannte Jugendliche. Herr Böcking erklärte uns den organisatorischen Ablaufplan und begann auch sogleich, uns in die ersten Lektionen und Künste der Ersthilfe einzuweihen. Unser Kurs erhielt zunächst die Aufgabe, jemanden auszusuchen, der einen Verletzten spielen sollte und wie diese Person aus Gefahrenbereichen gerettet wird. Die Stimmung war stets fröhlich und wir nahmen viel mit. Vielen blieb die AG nach dem ersten Treffen in guter Erinnerung und so ging es dann auch weiter. Wir lernten in den nächsten Stunden die wohl bekannteste Lagerungsart und Maßnahme kennen, die stabile Seitenlage. Darauf folgten dann verschiedene Krankheitsfälle und Verletzungen und besondere Symptome oder Maßnahmen. Wusstet ihr z. B., dass man bei einem Insektenstich in den Mund- oder Rachenraum unbedingt Eiswürfel oder Speiseeis lutschen sollte, um den Stich am Anschwellen zu hindern und zu kühlen?



Wir lernten auch den Umgang mit einigen medizinischen Geräten wie dem Blutdruckmessgerät oder dem Pulsoximeter, einem Gerät, das den Blutsauerstoffgehalt misst. Außerdem gehörten auch lebensrettende Sofortmaßnahmen wie die Reanimation sowie Atem- und Pulsüberprüfungstechniken zu unserem Programm.

Nach nahezu zwei Halbjahren, also Ende Mai, waren wir weniger geworden, da die anderen meist aus zeitlichen Gründen im Laufe des Schuljahres ausgestiegen waren. Wir Übrigen erhielten von Herrn Böcking die Information, dass die Abschlussprüfung, die uns endgültig zu Schulsanitätern machen würde, anstand. Herr Böcking fragte noch einmal nach, ob es wirklich unser Wunsch war, Sanitäter zu werden. Viele bejahten. Wir erhielten Materialien mit all jenem Wissen, das wir im Laufe des Schuljahres angesammelt hatten, um uns auf die Prüfung vorbereiten zu können. Einige von uns lernten pausenlos, andere gingen entspannter in die Prüfung. Am Tag selbst kam trotz Anspannung wieder unser alter Humor zurück, obwohl die Prüfung für viele schwerer war als gedacht. Die Mehrheit zitterte und war überzeugt, durchgefallen zu sein. Doch schließlich kann ich, nicht ohne Stolz, verkünden, dass nahezu alle die Prüfung bestanden haben und der Schule nun mindestens zwölf ausgebildete Schulsanitäter zur Verfügung stehen.

Abschließend möchte ich euch gerne noch ein paar Tipps geben, wie ihr euch in Notsituationen verhalten solltet.

1. Das Wichtigste zuerst: **Bleibt immer ruhig!** Mit zusätzlicher Panik ist keinem geholfen.
2. Versucht, den Verletzten/die Verletzte zu beruhigen.
3. Alarmiert den Schulsanitätsdienst über das Sekretariat.
4. Falls ihr euch nicht in der Schule befindet, ruft den Rettungsdienst (Eselsbrücke: 🙌 + 🙌 = 🙌 < 112).

Mina Madzarevic (8d)

Jonglage-AG

Vielleicht wissen es nicht alle, aber hier in dieser Schule gibt es eine Jonglage-AG, die sehr interessant ist. Sie ist schon seit einem Jahr hier auf der Schule. Montags geht es immer 13.30 Uhr los und endet um 14:15 Uhr. Alle Stufen können mitmachen. Bereits drei Aufführungen hat unsere AG schon hinter sich. Außerdem kann man sehr leicht Jonglieren lernen – mit Tricks und Keulen. Zudem kann man in der AG lernen, seine Balance zu trainieren und auch Einradfahren.

Falls man nicht zu dem Zeitraum kommen kann, ist es auch nicht schlimm, denn einige Übungen lassen sich auch Zuhause ausführen:

1. Such dir zunächst drei Bälle (es kann auch gerne etwas anderes sein).
2. Nimm einen Ball und wirf ihn erstmal in die eine und in die andere Hand.
3. Wenn du das gut hinbekommst, nimm einen zweiten Ball hinzu und wirf dann einen Ball in die Luft. Wenn dann der Ball auf der Hälfte zur anderen Hand ist, wirfst du den anderen Ball in einem Bogen zur anderen Hand.
4. Wenn du die ersten zwei Schritte beherrschst, kannst du versuchen, mit drei Bällen zu jonglieren. Wie schon bei der zweiten Übung, wirfst du zunächst zwei Bälle, dann den dritten Ball. Wenn der zweite Ball fast bei derjenigen Hand angekommen ist, wirfst du einfach den dritten Ball so, als ob du weiter jonglieren würdest.

Emilio D'Errico (6a)



Hobbylos (Podcastempfehlung)

Wer kennt sie nicht? Den blauen „Zerstörer“ der CDU und den Märchenerzähler, der vor nicht allzu langer Zeit einen Weihnachtssong mit Mark Forster rausbrachte. Aber wusstet ihr, dass Rezo und Julien Bam einen eigenen Podcast haben? In dem Spotify Original Podcast „Hobbylos“ geht es um die wichtigen Dinge im Leben. Dazu gehören Formate, wie zum Beispiel Städte- und Massage-Geschichten und Beichten. Für die Gebildeten unter euch kommt Rezo, der Mathemann, jede Folge mit einem ganz tollen Mathefakt an.



Aber was macht diesen unglaublich tollen Podcast so unglaublich toll? Wir, also die Zuhörer*innen, sind die sogenannten „Lobbyhoes“. Der Ursprung dieses Namens ähnelt dem, des Zweitkanals von Julien Bam. Erster Buchstabe des ersten und zweiten Wortes wurden dabei miteinander vertauscht (Bulien Jam). So wurde also aus Hobbylos das witzig gemeinte „Lobbyhoes“. Einige der begabten und intelligenten Zuhörer*innen haben sogar eine eigene Website erstellt. Schaut da doch gerne mal vorbei! Außerdem interessant ist, dass Hobbylos mittlerweile der zweitmeist bewertete Podcast der Welt ist. Auf Platz eins liegt „The Joe Rogan Experience“ von Joe Rogan (Stand-up-Comedian). Außerdem wurden viele auf den Podcast aufmerksam durch eine sehr erhabene Aktion der Lobbyhoes. Unter den verschiedensten TikToks oder YouTube-Videos wurde der Spruch „Nett hier, aber haben sie schon Hobbylos mit 5 Sternen bewertet?“ gepostet. Falls ihr nun auch einmal Reinhören wollt, einfach mal bei Spotify reinschauen und/oder die Website <https://hobbylos.online/> besuchen. Und die fünf Sterne Bewertung nicht vergessen! 😊

Evi Schwahlen, 7c



Was macht Nirvana besonders? (Musik Tipp)



1987 gründeten Kurt Cobain und Krist Novoselic die Band „Nirvana“ nach anfänglichen Startschwierigkeiten und noch unter dem Namen „Ted Ed Fred“. Mitglieder dieser Band waren anfangs Kurt Cobain (Gesang, Gitarre), Krist Novoselic (Bass) und Schlagzeuger Aaron Burckhard (später Dale Crover, Dave Foster, Chad Channing usw.). Am 19. März trat dann die Band zu ersten Mal unter den Namen „Nirvana“ auf. „Ich wollte einen Namen, der irgendwie schön, nett und hübsch war, nicht so einen ekelhaften Punk Rock-Namen wie Angry Samoans“, so Kurt Cobain als man ihn nach dem Ursprung des Namens fragte. Gleichzeitig empfand er diesen Namen aber auch als „esoterisch und ernst“.

Die berühmtesten Lieder von Nirvana sind „Smells like teen Spirit“, „Come as you are“ und „Lithium“ - alle aus dem bekanntesten Album „Nevermind“.

Aber kommen wir doch zu der Anfangsfrage zurück: Was macht Nirvana so besonders, dass auch noch heute, 30 Jahre nach Kurt Cobains Tod, die Band so berühmt ist? Ich selber, als großer Fan dieser Band, höre Nirvana aufgrund ihrer Songtexte, da diese sehr tiefgründig und philosophisch sind. Durch ihren Musikstil, den sogenannten „Grunge“, startete die Band richtig durch. Grunge ist ein Genre der Rockmusik sowie eine dadurch entstandene Subkultur.

Auch wenn dies nie das Ziel war, wurde die Band also immer berühmter bis zur Veröffentlichung des schon erwähnten Albums „Nevermind“ am 24. September 1991. Es wurde über 30 Millionen Mal verkauft und gehört damit zu den meistverkauften Alben weltweit. Die bis dato nur in Szenekreisen bekannte Band aus Seattle erlangte so weltweite Beachtung.

Nirvana ist jedoch nicht nur wegen dieses hervorragenden Albums und seinen Liedern bekannt. In vielen der Songtexte werden eher unangenehme Themen angesprochen, wie Gewalt oder Ungleichbehandlung. Kurt Cobain äußerte sich dazu noch mit den Worten: „An alle Menschen, die in irgendeiner Weise homosexuelle Leute, Menschen mit anderer Hautfarbe oder Frauen hassen, bitte kauft nicht unsere Schallplatten und kommt nicht zu unseren Shows.“

Nach dem großen Durchbruch folgte für die Band jedoch ein grausamer und herzerreißender Rückschlag. Kurt Cobain starb am 5. April 1994 im Alter von 27 Jahren an einer Überdosis Heroin und einem Kopfschuss aus seiner eigenen Waffe. Nach seinem Tod löste sich die Band schlagartig auf. Trotz allem ist Nirvana immer noch sehr berühmt und unvergessen!

Otilia Loata (7b)

**Serienempfehlungen für den Sommer
(Achtung: FSK beachten!)**

<p>GILMORE GIRLS (FSK 6) </p> <p>Die Feel-Good- und Comedy-Show „Gilmore Girls“ ist ab sechs und hat ursprünglich sieben Staffeln. Es geht bei Gilmore Girls um eine allein-erziehende Mutter namens Lorelei, die ihre Tochter, auch Lorelei bzw. „Rory“, als Teenagerin bekommen hat. Rory hat ein Angebot erhalten, auf eine teure Privatschule zu gehen. Wegen anhaltender Geldprobleme muss Lorelei mit ihren reichen, versnobten Eltern nach vielen Jahren wieder in Kontakt treten und um Geld bitten, damit sie den Traum ihrer Tochter ermöglichen kann. Dabei muss sie einen Deal eingehen, bei dem sie sich regelmäßig sehen müssen, was für Lorelei der Horror ist. Die drei Generationen haben sehr gegensätzliche Ansichten zu fast allem, was viele lustige und herzerwärmende Situationen und Dialoge zu Stande bringt. Natürlich spielen auch die „Boyfriends“ von Rory sowie die von Lorelei eine Rolle und bringen viel Drama mit sich, über das sie dann gemeinsam bei ihren vielen Filmeabende reden. Coffee-addiction, Beziehungs- und Alltagsprobleme und eine absolute Comfort-Show!</p>	<p>BROOKLYN NINE-NINE (FSK 6) </p> <p>Das 99. Precinct der NYPD bekommt einen neuen Captain. Einen strengen, zielorientierten Captain, der nie seine Gefühle zeigt, im Verlauf der Zeit eine Vaterfigur für die Gruppe, vor allem für Jake, wird. Die Hauptperson Jake Peralta ist einer der besten „Detectives“, er löst alle Rätsel. Das einzige Rätsel, das er nicht lösen kann, ist wie man erwachsen wird, so sagt Terry, der emotionale „The Rock“ der Einheit. Diese besteht aus vielen verschiedenen Charakteren, wie zum Beispiel die fleißige Streberin Amy, dem loyalen Tollpatsch Boyle, die furchteinflößende Rosa, und die ikonische und selbstüberzeugte Sekretärin Gina. Der hektisch-spannende Alltag wird von lustigen Witzen begleitet. Dabei werden jedoch auch gesellschaftliche Themen wie Rassismus, Homophobie und Feminismus angesprochen sowie die persönlichen Probleme der Detektive. Inbegriffen sind perfekte Folgen für Halloween-Abende, wenn man keine gruseligen Filme mag. Denn einmal im Jahr, an Halloween, veranstaltet die Crew einen besonderen Wettkampf, in dem sie herausfinden, wer der ultimative Detektiv bzw. das Genie ist. Dieser Wettkampf wird über Staffeln hinweg zur Tradition. Außerdem sind die „Doug Judy“-Folgen ikonisch, in der die undenkbarste Freundschaft zwischen Bandit und Cop entsteht.</p>	<p>OUTER BANKS (FSK 16) </p> <p>Outer Banks ist eine Serie mit unglaublichen „Summer-Feelings“, die es so in sonst noch keinem Netflix Original gegeben hat. Die Serie ist eine Murder-Mystery-Schatzsuche, in der John B und seine Freunde auf den Outer Banks - eine amerikanische Inselkette im Atlantik - einen entspannten Sommer verbringen wollen. Ihr Motto: „Our goal this summer is to have a good time all the time.“ Doch daraus wird nichts, da sie den mysteriösen Tod von John B’s Vater aufklären wollen und dabei Gold im Wert von Millionen von Dollar suchen. Dabei laufen sie in jede Menge Abenteuer, Streitereien und Liebesdramen. Die wichtigste Regel: „No Pogue on Pogue macking“. Pogues sind die abenteuerlichen Außenseiter, die am äußers-ten Rande der Insel leben. Schon seit langem sind sie verfeindet mit den Kooks, den streitsuchenden und eingebildeten Reichen der Outer Banks. Die Serie ist ab 16, hat aktuell drei Staffeln und verknüpft viele spannende Backstories. Teeny-Drama und Action sind garantiert!</p>	<p>STRANGER THINGS (FSK 16) </p> <p>Alles startete am 6. November 1983 in Hawkins, Indiana. Eine Gruppe von Freunden findet übernatürliche Wesen, deckt geheime „government exploits“ (Regierungsexperimente) auf und durchläuft spannende Erlebnisse, bei denen sie nicht immer die menschenfressenden Monster und andere Bösewichte aufhalten können. Im Verlauf der Staffeln werden weitere Menschen in das große Geheimnis einbezogen und immer mehr außergewöhnliche und gefährliche Erlebnisse kommen auf die Gruppe zu, bei denen auch neue Freundschaften entstehen. Nach dem letzten Staffel-Finale, der düsteren 4. Staffel, schreiben die Duffer Brothers das Skript für das große Finale, die finale Staffel. Diese wird voraussichtlich Ende 2023 veröffentlicht. Das liegt daran, dass jede Staffel eine Laufzeit von ca. 400 Minuten besitzt und die Serie mit komplizierten Plottwists und jede Menge unerwarteter Entdeckungen gefüllt ist. Für Fantasy-Freunde ein Abenteuer mit Gruselfaktor! [mehr dazu auf der Folgeseite]</p>
---	---	--	---

Von Carla Capalbo, Teresa Michels und Noemi Vuletic (8d)

Englischsprachige Quotenstürmer (Achtung: FSK beachten!)

Wednesday (FSK 12)



Wednesday Addams (gespielt von Jenna Ortega) ist die Tochter von Morticia Addams und Gomez Alonzo Lupold Addams. Sie ist die große Schwester von Pugsley Addams.



Wednesday sieht die Welt durch eine etwas dunklere Linse und ist sehr pessimistisch, aber auch hochintelligent. Ihre schwarzen Haare trägt sie in zwei langen geflochtenen Zöpfen. Direkt am Anfang der Serie fliegt Wednesday von ihrer alten Schule und landet auf dem Internat Nevermore. Dort passieren mysteriöse Dinge, wie der Mord an einem ihrer Mitschüler. Sie probiert das Geheimnis zu lüften, was für ein Monster seit einiger Zeit viele unschuldige Menschen ermordet. Während sie dies versucht, findet sie heraus, dass die friedliche Stadt, neben der Nevermore liegt, ebenfalls ein dunkles Geheimnis umgibt. Mit ihrem Begleiter „eiskaltes Händchen“ begibt sie sich auf die Spurensuche.

In den ersten 28 Tagen der Veröffentlichung wurde „Wednesday“ 1,237 Milliarden Stunden gestreamt. Damit ist der Netflix-Hit nach Stranger Things (siehe rechts, 1,352 Millionen Stunden in diesem Zeitraum) die zweit-erfolgreichste englischsprachige Netflix-Serie.

Tik-Tok-Hype!

Der Wednesday-Hype auf dem Videoportal begann mit Edits und Cosplays, doch dann hat eine TikTokerin den ikonischen Tanz von Wednesday auf dem Schulball nachgemacht und TikTok dies gefeiert! Viele Videos haben mehrere Millionen Aufrufe und Likes erhalten. Das kann man damit erklären, dass TikTok von Beginn eine Tanz-App war und immer wieder verschiedene Tänze Trends setzen. Übrigens: Das Lied „Bloody Mary“ von Lady Gaga von 2011, mit welchem die Videos unterlegt sind, brachte den Song zurück in die Charts.

Was ist mit Staffel 2?

Staffel 2 ist offiziell von Netflix bestätigt und wird Ende 2023 vermutet. Am Ende der ersten Staffel wurde auch schon gespoilert, dass Wednesday einen Stalker hat, der sie verfolgt. Wahrscheinlich wird sich aber auch die 2. Staffel weiter mit der Bindung zwischen Mutter Morticia und ihrer Tochter befassen.

Otilia Loata (7b)

Stranger Things – Warum der Hype gerechtfertigt ist! (FSK 16)

Vor allem im Jahr 2022 entdeckten eine sehr große Anzahl an Menschen die Serie „Stranger Things“ für sich. Dies liegt womöglich an der (neuen) vierten Staffel, die im Sommer des vergangenen Jahres erschienen ist. Ich, als regelrechte Fanatikerin, bin eine davon. Warum viele weitere Serien-Freunde und ich so positiv über die Science-Fiction-Serie denken, probiere ich in diesem Artikel zu erläutern.

1. Die Storyline

Das Geheimnis um den Fall des verschwundenen Will Byers beschäftigt ganz Hawkins. Schließlich wird das beliebte „Dungeon und Dragon-Abenteuer“ für Will und seine Nerd-Freunde vom Brettspiel quasi zu Realität. Ich persönlich finde vor allem die Aufdeckung der „Upside Down“ (zu Deutsch: andere Seite), einer sozusagen düsteren Parallelwelt, extrem spannend. Das Portal in diese Welt entdecken drei der Hauptcharaktere (Mike Wheeler, Dustin Henderson und Lucas Sinclair) anfangs überhaupt erst mit Hilfe eines sonderbaren Mädchens in einem Patienten Kittel, welches sie im Wald finden. Mit Hilfe von „Elevens“ – so nennen die Nerds ihre neue Freundin – Kräften (telekinetischen Fähigkeiten) überstehen sie viele Abenteuer.

2. Die Charaktere

Schauspieler*innen, wie z.B. Millie Bobby Brown, Finn Wolfhard und Noah Schnapp (in Stranger Things zu sehen als Eleven, Mike und Will) sind mittlerweile sehr bekannt und vielen von euch ein Begriff (siehe Information). Schon im Alter von ca. zwölf Jahren lieferten sie als Hauptcharaktere meiner Lieblingsserie eine fantastische Show. Ein weiterer großer Pluspunkt ist für mich die Charakterentwicklung, die in nahezu allen Staffeln für Spannung sorgt z.B. wer sich der Gruppe der „Freaks“ anschließt und lieber Dungeons und Dragons spielt und wer plötzlich zum beliebten Basketballspieler wird und das Gruppgefüge dadurch ins Wanken bringt. Man erlebt mit den Charakteren ihre Höhen und Tiefen, welche außerdem noch sehr gut gespielt sind und bei den Zuschauer*innen durchaus Emotionen auslösen.

3. Meine drei Serienhighlights (ohne Spoiler-Gefahr)

1. Neue Charaktere, wie zum Beispiel Max Mayfield (Staffel 2), Robin Buckley (Staffel 3), Eddie Munson und die Cheerleaderin Chrissy Cunningham (Staffel 4) bringen reichlich Abwechslung in die Serie.

2. Auch die Gegenspieler, gegen die die Hauptcharaktere antreten müssen, vermehren sich über die Zeit. In Staffel eins erscheint zuerst nur der Demogorgon, ein monströses Wesen aus der „Upside Down“. Während die Helden in Staffel 2 Mengen an Demodogs gegenüberstehen, bedroht in Staffel 3 der sogenannte Mind Flayer (übersetzt: Gedankenschinder) die Stadt. Die bisher größte Bedrohung geht jedoch von Vecna aus, der einige Geheimnisse mit sich trägt und sein eigenes dunkles Ziel verfolgt.

3. Der Flair der 1980er Jahre wirkt! Meiner Meinung nach war es eine sehr gute Entscheidung der Duffer-Brüder, den Produzenten der Serie, die Handlung in jene Zeit zu verlagern. Denn dadurch boten sich den Produzenten Möglichkeiten, durch den (technischen) Wissensstand der damaligen Zeit, Spannung zu erzeugen. Dass die Eltern der Charaktere den Standpunkt der Kinder einfach mit dem Handy orten, war damals noch keine Option. Das Darstellen dieses Jahrzehnts ist meiner Meinung nach wirklich realistisch umgesetzt. Ich persönlich finde es toll, einen Einblick in diese Zeit mit all den Spielhallen, Walkmans usw. durch die Serie zu bekommen.

Information: Wo sehen wir die Schauspieler*innen wieder?

Sadie Sink – The Whale
Millie Bobby Brown – Enola Holmes
Finn Wolfhard – Ghostbusters Legacy
Noah Schnapp – Nur ein einziges Leben
Caleb McLaughlin – Dora und die goldene Stadt
Gaten Matarazzo – Prank encounters
Joe Keery – Free Guy
David Harbour – Black Widow
Maya Hawke – Asteroid City

Evi Schwahlen (7c)

Rückblick: Lehrer privat (Weihnachts-Edition)

Die Weihnachtszeit ist ins Haus gekehrt und wir alle haben unsere Weihnachtstraditionen. Aber was machen unsere Lehrer*innen des Cecilien-Gymnasiums eigentlich in der feierlichen Zeit? Wir haben für euch fünf Lehrer*innen befragt und geben euch einen exklusiven Einblick in Ihre Weihnachtstage!

Herr Stumpf

Was bedeutet Weihnachten für Sie?

„Für mich bedeutet Weihnacht zusammen mit der Familie eine schöne Zeit zu verbringen.“

Welche Filme gehören bei Ihnen an Weihnachten zur Tradition?

„Früher habe ich mir immer die ‚Stirb Langsam‘-Filme angesehen, jetzt in der Regel aber eher nicht mehr.“

Welches Essen kommt an Weihnachten auf Ihren Tisch?

„Auf jeden Fall eine Weihnachtsgans.“

Shoppen Sie Geschenke frühzeitig oder „Last Minute“?

„Ich kaufe Geschenke eher am letzten Tag.“

Was gehört in Ihren Adventskalender?

„Da sind für mich Süßigkeiten ein Muss.“

Welche/-n Lehrer/-in würden Sie gerne beschenken und womit?

„Ich würde Frau Ruckelshauß gerne irgendetwas Selbstgebasteltes schenken.“

Mit welchem Promi würden Sie gerne einmal Weihnachten verbringen?

„Mit dem Physiker Enrico Fermi.“

Bei welchem Lied kommen Sie so richtig in Weihnachtsstimmung?

„Bei dem Lied ‚Stille Nacht, heilige Nacht‘.“

Mit wem identifizieren Sie sich am ehesten: Weihnachtsmann, Christkind oder Grinch?

„Ich würde mich mit dem Christkind identifizieren.“

Sieht man Sie am ehesten mit Schlitten, auf Ski oder dem Snowboard?

„Man würde mich auf den Skiern sehen.“

Feiern Sie Weihnachten mit der Familie, Freunden oder am liebsten alleine? „In der Regel immer mit der Familie.“

Der beste Ort, um Weihnachten zu verbringen ist ...?

„Zuhause bei den Eltern.“



Frau Koch



Was bedeutet Weihnachten für Sie?

„Ganz viel Essen, Freunde wiedertreffen - ich fahre dann auch immer in die Heimat - und natürlich die Familie besuchen.“

Welche Filme gehören bei Ihnen an Weihnachten zur Tradition?

„Das Märchen Aschenbrödel.“

Welches Essen kommt an Weihnachten auf Ihren Tisch?

„An Weihnachten gehört Reh (Wild) oder Raclette auf meinen Teller.“

Was war Ihr bisher schönstes/schlimmstes Geschenk?

„Mein schönstes Geschenk war, dass ich an einem Weihnachten drei verschiedene Essensgeräte bekommen habe. Meine Schlimmstes ist, dass ich jedes Jahr einen neuen Schlafanzug von meiner Mutter erhalte.“

Was ist Ihr „Go-to-Geschenk“, wenn Sie auf einer Weihnachtsparty sind?

„Wahrscheinlich etwas, das zum Motto passt.“

Shoppern Sie Geschenke frühzeitig oder „Last Minute“?

„Wenn ich gute Ideen habe, dann frühzeitig, aber in der Regel auf den letzten Drücker.“

Was gehört in Ihren Adventskalender?

„Schokolade, Bonbons oder einfach tolle Kleinigkeiten.“

Welche/-n Lehrer/-in würden Sie gerne beschenken und womit?

„Ich würde gerne Frau Schindeldecker ein Gesetzbuch schenken.“

Mit welchem Promi würden Sie gerne einmal Weihnachten verbringen?

„Mit einem Tennisprofi, da ich selber spiele.“

Bei welchem Lied kommen Sie so richtig in Weihnachtsstimmung?

„Bei dem Lied ‚All I want for Christmas is You‘.“

Mit wem identifizieren Sie sich am ehesten: Weihnachtsmann, Christkind oder Grinch?

„Ich würde mich mit dem Christkind identifizieren.“

Sieht man Sie am ehesten mit Schlitten, auf Ski oder dem Snowboard?

„Auf Skiern.“

Feiern Sie Weihnachten mit der Familie, Freunden oder am liebsten alleine?

„Mit der Familie, aber auch ein bisschen mit Freunden.“

Der beste Ort, um Weihnachten zu verbringen ist ...?

„Zuhause.“

Herr Dr. Lügges

Was bedeutet Weihnachten für Sie?

„Zusammen kommen mit der Familie und zur Ruhe kommen.“

Welche Filme gehören bei Ihnen an Weihnachten zur Tradition?

„Ich habe nicht wirklich einen speziellen Film, den ich mit Weihnachten verbinden würde.“

Welches Essen kommt an Weihnachten auf Ihren Tisch?

„Traditionell gab es bei uns immer Fondue zu Weihnachten.“

Was war Ihr bisher schönstes/schlimmstes Geschenk?

„Da fällt mir gerade leider nichts zu ein.“

Was ist ihr „Go-to-Geschenk“, wenn Sie auf einer Weihnachtsparty sind?

„Da ich durch meine Studienzeit eine enge Verbindung zu Aachen habe, wären Printen sicher eine gute Idee!“

Shoppern Sie Geschenke frühzeitig oder „Last Minute“?

„Eher auf den letzten Drücker.“

Was gehört in Ihren Adventskalender?

„Ich erinnere mich noch an meine Kindheit, da gab es einen tollen Adventskalender mit Lego-Geschichten.“



Welche/-n Lehrer/-in würden Sie gerne beschenken und womit?

„Würde ich jetzt nicht sagen, aber es gibt ein paar Lehrer, die ich beschenken würde.“

Mit welchem Promi würden Sie gerne einmal Weihnachten verbringen?

„Grundsätzlich brauche ich eigentlich keinen Promi-Besuch. Franz Kafka wäre aber ein berühmter Mensch, den ich gerne treffen würde bzw. den ich gerne getroffen hätte. Er selbst war Jude. Ob er also gerne klassisch Weihnachten gefeiert hätte, ist also fraglich. Interessant wäre es aber bestimmt.“

Bei welchem Lied kommen Sie so richtig in Weihnachtsstimmung?

„Ich finde diesen ganzen Weihnachts-Pop, wie zum Beispiel ‚Last Christmas‘ eher etwas gruselig und abschreckend.“

Mit wem identifizieren Sie sich am ehesten: Weihnachtsmann, Christkind oder Grinch?

„Ich bin für das Christkind wahrscheinlich zu alt, der Grinch bin ich nicht, dann bleibt nur der Weihnachtsmann übrig, und als Vater möchte ich meinen Kindern diese WeihnachtsmannStimmung geben.“

Sieht man Sie am ehesten mit Schlitten, auf Ski oder dem Snowboard?

„Mich sieht man am ehesten auf dem Schlitten, da ich bisher nur einmal Ski gefahren bin und noch nie Snowboard.“

Feiern Sie Weihnachten mit der Familie, Freunden oder am liebsten alleine?

„Auf jeden Fall mit der Familie und Freunden.“

Der beste Ort, um Weihnachten zu verbringen ist ...?

„Wahrscheinlich Zuhause mit der Familie oder bei Freunden.“

Herr Völkel-Torras



Was bedeutet Weihnachten für Sie?

„Für mich bedeutet Weihnachten, mit der Familie zusammenzukommen und Geschenke auszutauschen.“

Welche Filme gehören bei Ihnen an Weihnachten zur Tradition?

„Ich bevorzuge die ‚Herr der Ringe‘-Trilogie.“

Welches Essen kommt an Weihnachten auf Ihren Tisch?

„An Weihnachten gehören Spätzle, Entenbraten, Gänsekolben und Rotkohl auf meinen Tisch.“

Was war Ihr bisher schönstes/schlimmstes Geschenk?

„Mein schönstes Geschenk war eine Nintendo 64 mit dem Spiel ‚The Legend of Zelda - Ocarina of Time‘ von meinen Eltern und mein schlimmstes war ein Wäsche-Faltbrett aus Pappe von meiner Frau.“

Was ist Ihr „Go-to-Geschenk“, wenn Sie auf einer Weihnachtsparty sind?

„Ich würde eine Flasche Wein mitbringen.“

Shoppen Sie Geschenke frühzeitig oder „Last Minute“?

„Ich persönlich kaufe die Geschenke immer auf den letzten Drücker.“

Was gehört in Ihren Adventskalender?

„In meinen Adventskalender gehören kleine praktische Dinge.“

Welche/-n Lehrer/-in würden Sie gerne beschenken und womit?

„Herrn Jaspers würde ich gerne eine Packung Protein-Pulver schenken, Herrn Machunsky ein Kinoticket für einen bestimmten Film und Herrn Dr. Lüpkes Fahrradequipment.“

Mit welchem Promi würden Sie gerne einmal Weihnachten verbringen?

„Weihnachten würde ich gerne mit Drake verbringen.“

Bei welchem Lied kommen Sie so richtig in Weihnachtsstimmung?

„Bei den Liedern der Künstlerin Whitney Houston.“

Mit wem identifizieren Sie sich am ehesten: Weihnachtsmann, Christkind oder Grinch?

„Ich würde mich mit dem Christkind Identifizieren.“

Sieht man Sie am ehesten mit Schlitten, auf Ski oder dem Snowboard?

„Auf Skiern.“

Feiern Sie Weihnachten mit der Familie, mit Freunden oder am liebsten alleine?

„An Heilig Abend feiere ich mit meiner Familie und abends dann mit Freunden.“

Der beste Ort, um Weihnachten zu verbringen ist ...?

„Das Wohnzimmer der Eltern.“

Frau N. Schwarz

Was bedeutet Weihnachten für Sie?

„Gutes Essen, Zeit für Familie und Freunde.“

Welche Filme gehören bei Ihnen an Weihnachten zur Tradition?

„Schöne Bescherung, Christmas Story oder Elf – natürlich auf Englisch.“

Welches Essen kommt an Weihnachten auf Ihren Tisch?

„Gans mit Maronen, Klößchen, Rotkohl und ein Bratapfel mit Marzipankern.“

Shoppen Sie die Geschenke frühzeitig oder „Last Minute“?

„Ich versuche es frühzeitig, aber manchmal muss der letzte Tag doch herhalten.“

Was gehört in Ihren Adventskalender?

„In meinen Adventskalender muss Schokolade rein.“

Bei welchem Lied kommen Sie so richtig in Weihnachtsstimmung?

„Driving Home for Christmas oder Rocking around the Christmas Tree sind meine Lieblings-Weihnachtslieder.“

Mit wem identifizieren Sie sich am ehesten: Weihnachtsmann, Christkind oder Grinch?

„Ich wäre der Grinch - nur um ein bisschen herumzustänkern.“ ;-)

Sieht man Sie am ehesten mit Schlitten, auf Ski oder dem Snowboard?

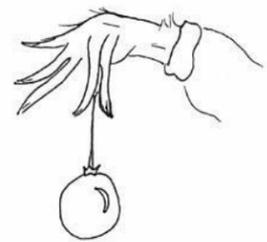
„Mich sieht man auf jeden Fall mit Skiern.“

Feiern Sie Weihnachten mit der Familie, mit Freunden oder am liebsten alleine?

„Ich verbringe meine Weihnachtszeit immer mit der Familie.“

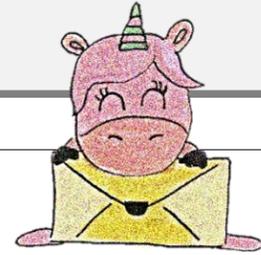
Der beste Ort, um Weihnachten zu verbringen ist ...?

„Zuhause auf der Couch vor dem Weihnachtsbaum oder auf der Skihütte.“



Caius Grolman und Maximilian Goudz (7d) führten die Interviews

Brief an mein letztes Schuljahr



Liebes letztes Schuljahr,

endlich lerne ich dich kennen. Elf Jahre habe ich jedes Jahr aufs Neue einen deiner Vorgänger kennengelernt. Und nun, lerne ich endlich dich kennen. Und auch wenn ich dieser Bekanntschaft schon so lange entgegengefiebert habe, so muss ich Folgendes über dich sagen: Du machst mich nicht nur glücklich. Du machst mir vor allem Angst.

Niemand macht mir so viel Druck wie du. Niemand macht mich so fertig wie du. Und auch niemand macht mir so deutlich wie du, dass meine bisher weit entfernt geglaubte Zukunft bereits so präsent ist. Du sorgst dafür, dass ich mir jeden einzelnen Tag Sorgen machen muss, was aus meinem Abi wird. Was aus mir wird. Du sorgst dafür, dass ich voller Tränen an meinem Schreibtisch sitze. Mit Stift und Papier über meinem Schulbuch gebeugt und lauter kleiner Fragezeichen. Und du sorgst dafür, dass ich schlaflose Nächte wie noch nie habe. Du gibst mir innere Unruhe und du sorgst für Stress. Und trotz allem, kann ich dir nicht böse sein.

Denn du bist ein Zeichen dafür, dass ein Ende kommt. Das Ende von zwölf Jahren Schule. Aber nicht nur von zwölf Jahren Unterricht, Pauken, Klausurstress, Tränen, nervige Lehrer und blöde Schüler. Sondern auch zwölf Jahren voller Erfahrungen und Erinnerungen, die uns ein Leben lang erhalten bleiben. Du und deine Vorgänger, ihr habt uns eine Grundlage geschaffen in dieser Welt zurechtzukommen. Ihr habt uns so vieles beigebracht. Nicht nur, dass $a^2 + b^2 = c^2$ ist und Mitochondrien die Kraftwerke der Zelle sind, sondern auch was Wissen heißt, was Macht ist, was Respekt und Toleranz ist und was Freundschaft bedeutet und vieles mehr. Ihr habt uns vorbereitet, auf das, was bald auf uns zukommt.

Wir rasen auf die Ziellinie zu. Deine letzten 100 Tage haben wir bereits gefeiert. Bald steht unser letztes gemeinsames Weihnachten an. Und ehe wir uns versehen, feiern wir am 31. März bereits deinen letzten Tag. Unseren letzten Tag. Und bis dahin hieß es ...Endspurt.

Du begleitest uns durch das Ende. Das Ende einer Ära. Du bist da, wenn es an der Zeit ist, Abschied zu nehmen. Nicht nur Abschied von dieser Ära, sondern auch Abschied von einer zwölf Jahre langen Routine, von Kreidegeruch und Klassenbüchern, von roter Tinte und grünen Tafeln, vom morgendlichen Kaffee und Uno-Partien in der Cafeteria, von Klassenfahrten und Klassenfesten, von Wandertagen und Spieleturnieren, von Klassenarbeiten und Hausaufgaben, von Referaten und PowerPoint-Präsentationen, vom 8-Uhr-Schulgong, von Lehrern, die man lieb gewonnen hat und von Freunden, die einen diese gesamte Zeit begleitet haben.

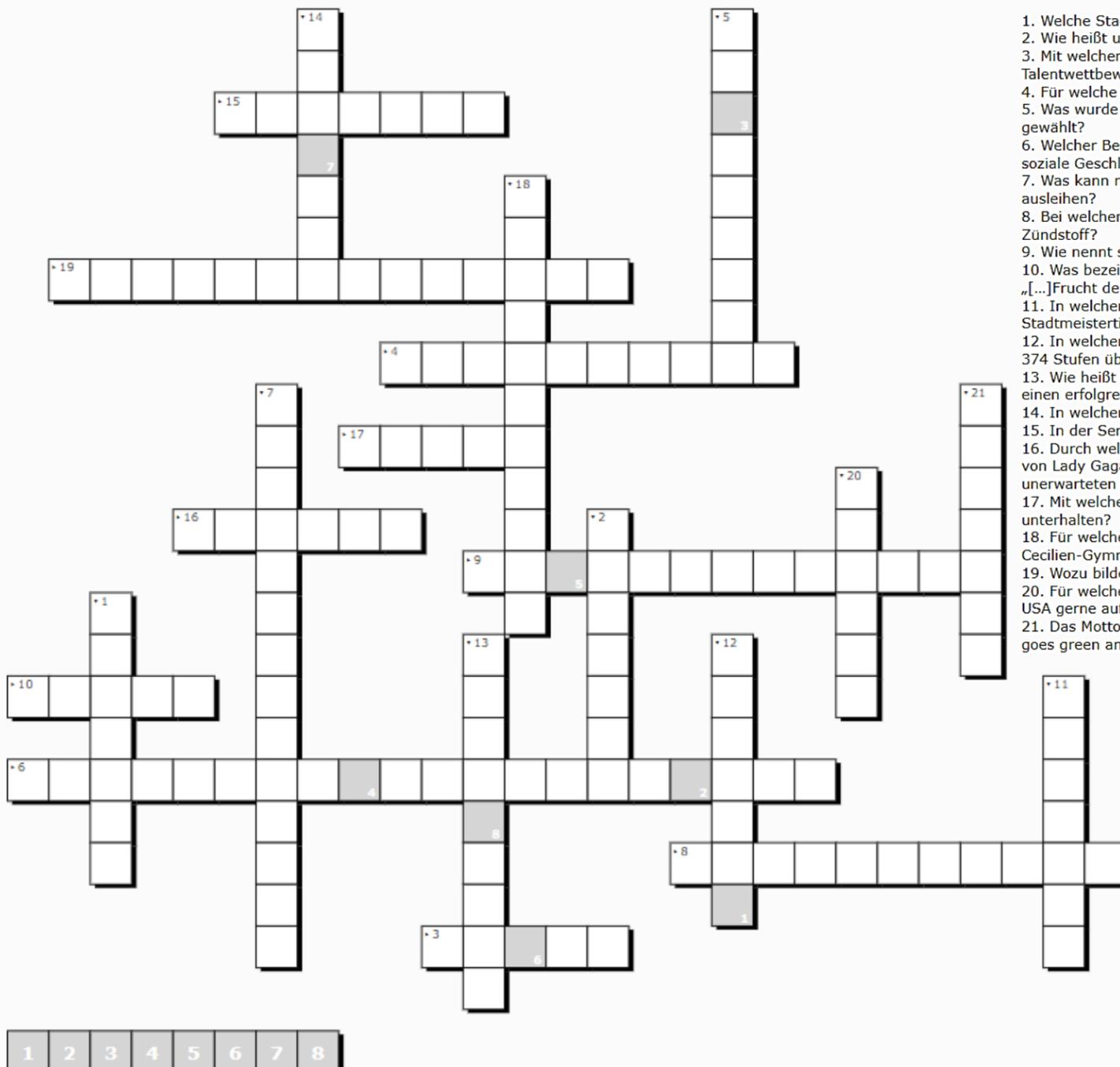
Also liebes letzte Schuljahr, quäl auch die kommenden Schüler nicht allzu lang und zu doll und lass mich dich positiv in Erinnerung haben, wenn ich in der fernen Zukunft an dich zurückdenke.

Lebewohl
J. (Q2)

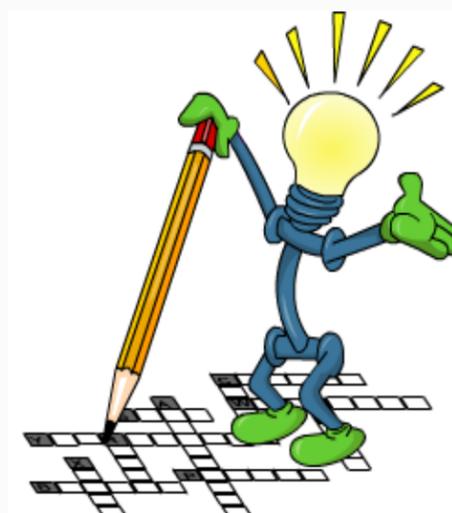
Rätselspaß

Aufgabe: Fill in the blanks!

Die Lösungswörter sind in den jeweiligen Artikel versteckt. Eine Lösung des Rätsels findet ihr unten im Impressum.



1. Welche Stadt ist als Hauptstadt der Europäer*innen bekannt?
2. Wie heißt unsere Schulsozialarbeiterin mit Nachnamen?
3. Mit welchem Instrument gewann Anna Ikuta den Talentwettbewerb?
4. Für welche Partnerstadt sammelte das Ceci Konservendosen?
5. Was wurde im „Wahllokal Ceci“ zum sechsten Mal in Düsseldorf gewählt?
6. Welcher Begriff beschreibt nicht das biologische, sondern soziale Geschlecht?
7. Was kann man sich neuerdings bei Frau Schoers in Pausen ausleihen?
8. Bei welchem Wettbewerb sorgte ein Gummibärchen für Zündstoff?
9. Wie nennt sich die zweite Phase der Lehrerausbildung?
10. Was bezeichnete der Psychoanalytiker Erich Fromm als „[...]Frucht der Einstellung“?
11. In welcher Sportart feierte die Oberstufe den Stadtmeistertitel?
12. In welcher Stadt (deutscher Name!) mussten die Cecilianer 374 Stufen überwinden?
13. Wie heißt der beliebte Märchenerzähler auf YouTube, der einen erfolgreichen Podcast mit Rezo führt?
14. In welcher Band war Kurt Cobain Frontsänger?
15. In der Serie Brooklyn 99 löst er die Rätsel, Jake ...?
16. Durch welche Video-Plattform gewann das Lied „Bloody Mary“ von Lady Gaga elf Jahre nach seiner Veröffentlichung unerwarteten Erfolg?
17. Mit welchem Physiker würde sich Herr Stumpf gerne einmal unterhalten?
18. Für welche wichtige Aktion filmte Sat1 am Cecilien-Gymnasium?
19. Wozu bildet Herr Böcking in seiner neuen AG aus?
20. Für welches Football-Team würde Konstantin Paschos in den USA gerne auf Punktejagd gehen?
21. Das Motto unserer Projekttag lautete in diesem Jahr „Ceci goes green and ...?“



Impressum / Fragen

Ihr habt Themenwünsche, Anregungen oder wollt Euch an den Umfragen unserer Schülerzeitung beteiligen?

Dann schaut doch mal in euren Moodle-Kursen nach oder schreibt uns eine E-Mail unter CeciNews@web.de.

Gerne versuchen wir, Eure Meinungen und Wünsche aufzugreifen! Wir freuen uns über eure Unterstützung!

C. Zabkar

Gastschreiber:

- Lilli Schmidbauer (7c)
- Mareen An (7c)
- Mina Madzarevic (8d)
- Heidi Kipping (Q1)
- Julia Juchems
- Berenike Rapp
- Raphael Becker

Redaktion und Layout:

C. Zabkar

Mitglieder der Schülerzeitungs-AG (22/23)

- Emilio D'Errico (6a)
- Datis Moobed (6a)
- Sofia Korelchuk (6e)
- Otilia Loata (7b)
- Evi Schwahlen (7c)
- Lena Noakowski (7c)
- Caius Grolman (7d)
- Maximilian Goudz (7d)
- Carla Capalbo (8d)
- Teresa Michels (8d)
- Noemi Vuletic (8d)
- Mathilda Roos (EF)
- Sanibel von Notz (EF)
- Jana Basic (Q2)

Bildquellen

- https://www.planet-wissen.de/geschichte/persoenlichkeiten/albert_einstein_das_jahrhundert_genie/pwiewissensfrage320.html (Zugriff am 5. Februar 2022, 9.23 Uhr)
- <https://genderandchildren.wordpress.com/> (Zugriff am 2. März 2023, 19.05 Uhr)
- <https://www.abc.net.au/everyday/lgbtqia-glossary/100839282> (Zugriff am 2. März 2023, 20.26 Uhr)
- <https://de.cleanpng.com/png-9pe2mo/> (Zugriff am 4. April 2023, 21.47 Uhr)
- <https://clipartmag.com/helping-hands-cliparts> (Zugriff am 5. April 2023, 20.27 Uhr)
- <https://www.tichyseinblick.de/meinungen/ein-schoener-schein-der-allmaehlich-verblasst/attachment/gettyimages-165581405/> (Zugriff am 14. April 2023, 14.35 Uhr)
- <https://pixabay.com/de/vectors/europa-flagge-land-europ%C3%A4isch-4886332/> (Zugriff am 14. April 2023, 15.58 Uhr)
- <https://www.wunschliste.de/tvnews/m/wednesday-neue-serie-um-die-addams-family-erhaelt-starttermin> (Zugriff am 28. April 2023, 18.49 Uhr)
- <https://logoeps.com/nirvana-eps-vector-logo/43470/> (Zugriff am 5. Mai 2023, 15.11 Uhr)
- <https://podtail.com/podcast/hobbylos/> (Zugriff am 5. Mai 2023, 18.12 Uhr)
- https://www.wikiwand.com/de/Liste_bekannter_Treppen (Zugriff am 19. Juni 2023, 22.25 Uhr)
- <https://de.wikipedia.org/wiki/Schulsanit%C3%A4tsdienst> (Zugriff am 19. Juni 2023, 22.28 Uhr)
- <https://de.freepik.com/fotos/erste-hilfe> (Zugriff am 20. Juni 2023, 22.57 Uhr)
- <https://de.freepik.com/fotos-vektoren-kostenlos/strand-hintergrund> (Zugriff am 20. Juni 2023, 17.43)
- <https://www.km.bayern.de/schueler/meldung/7231/materialien-unterstuetzen-aufklaerung-ueber-das-thema-depression.html> (Zugriff am 20. Juni, 20.49 Uhr).

Grafik

- <https://www.nordstadtblogger.de/wegen-der-abkehr-vom-turbo-abi-droht-sitzenbleiberinnen-nun-der-schulwechsel/> (Zugriff am 24. Februar 2023, 16.04 Uhr)

Zitat

- https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe/was-ist-eine-depression_ (Zugriff am 30. Januar 2023, 21.04 Uhr)

