

GBG-SZ

Die Schülerzeitung des GBG

Schülerzeitung am GBG

Nun hat auch das GBG eine Schülerzeitung. Aus der Demokratie-AG ist die GBG-SZ entstanden!

Ab sofort werden regelmäßig neue, kleinere Ausgaben erscheinen.

Diese Zeitungsausgabe ist dank der Unterstützung des Fördervereins kostenlos, jedoch werden die Weiteren dann 0,50€ pro gedrucktes Exemplar kosten. Es gibt die Schülerzeitung GBG-SZ aber auch online.

Wir werden über verschiedene Themen schreiben und diskutieren. Manches wird sich um das Thema Demokratie drehen, aber auch spannende und lustige Themen kommen nicht zu kurz. Außerdem werden wir euch über Neuigkeiten des GBGs auf dem Laufenden halten.

Wenn du Lust hast auch ein Teil des Teams zu werden, melde dich gern bei uns! Wir freuen uns auch im nächsten Schuljahr auf dich!

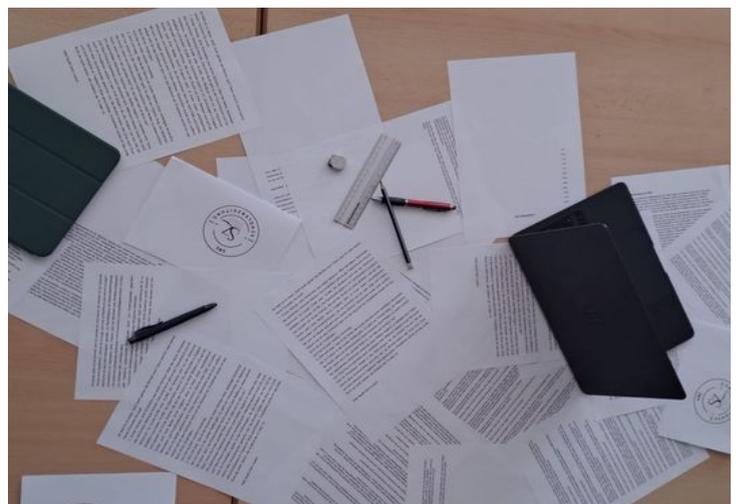
Nun viel Spaß beim Schmökern durch unsere erste Ausgabe!

(Emma Hein und Leon Gutmann, 5c)



Dies findet ihr in unserer ersten Auflage:

Demokratie am GBG	Seite 2
Schule ohne Rassismus, Schule mit Courage	Seite 3
Schulstress	Seite 4
Für die Bücherwürmer	Seite 5
Impressum	Seite 6



Demokratie am GBG

Beim politischen Kaffeeklatsch am GBG haben die älteren Mitbürger*innen den Erstwähler*innen, darunter 10. Klässler, sowie zwei Neuntklässler, bei Kaffee, Bionade und Kuchen mehrere Fragen rund um die bevorstehenden Wahlen beantwortet. Warum brauchen wir überhaupt Wahlen? Macht es Sinn, bei der Europawahl am 9. Juni zum ersten Mal wählen zu gehen? Diese und viele andere Fragen waren die Themen, die in den einzelnen Gruppen besprochen wurden. Die Veranstaltung wurde von unserer Schulsozialarbeiterin Frau Ühlin organisiert und fand am Mittwoch, dem 8. Mai in der Mensa statt. Mit der Eröffnung unseres Schulleiters wurden die Senioren begrüßt. "Für manche ist das eine Rückkehr an ihren Wirkungsort", sagte der Schulleiter Herr Habermaier. Unter den Senioren seinen nämlich nicht nur Privatpersonen, sondern auch einige ehemalige Lehrer des GBGs. Die Senioren kennen sich gut mit dem Thema Demokratie, sowie über die Wahlen aus, da sie ein Teil der Initiative "Rheinfeldern für Demokratie" sind. Laut der Vorsitzenden Claudia Kohleiss-Rottmann sei das Treffen eine Möglichkeit, Interesse und Verständnis für die Demokratie zu wecken. „Die Wahlprogramme sind natürlich auch für die jungen Wähler sehr wichtig. Dazu gehören auch die Pläne, die die Verbesserungen in den Schulen ansprechen“, erklärte Kohleiss-Rottmann. An einem Tisch saß auch Dorothea. Mit 87 Jahren sei sie die älteste Teilnehmerin der Veranstaltung. „Wenn wir über 80-Jährigen wählen, dann könnt ihr 16-Jährigen das auch, sonst gibt es ja ein Ungleichgewicht“, rief die Schweizerin die jungen Leute um Wählen auf. Nach 20 Minuten wechselten die Schüler im Kreis die Tische und hatten so die Möglichkeit, mit mehreren älteren Menschen zu sprechen. Das Grundverständnis sei nun, dank dem Kaffeeklatsch, gut vermittelt worden. Da das Format bei vielen sehr gut ankam, wird bereits überlegt, ob es wiederholt werden soll. (Florienne Wolf, 10b)



Schule ohne Rassismus, Schule mit Courage



#ichstehauf

Das GBG entschied sich, ein klares Zeichen für Demokratie und Vielfalt zu setzen, und machte bei der deutschlandweiten Aktion #ichstehauf mit.

Danke an alle Schüler und Lehrer, die teilgenommen haben.

#ichstehauf #gbg #rheinfelden
(Jovana Vukovic, 10B)



Ihr habt es vielleicht an der Eingangstür zu Beginn des Schuljahres gemerkt: Das Schild mit der Aufschrift „Schule ohne Rassismus / Schule mit Courage“ war verschwunden. Die Umstände sind unklar. Da das GBG aber für die Werte von Menschlichkeit, Respekt und Toleranz steht, soll das Schild Anfang des nächsten Schuljahres wieder aufgehängt werden.

Verbunden werden soll dies mit einer gemeinsamen Aktion, um es jedem von uns bewusst zu machen, dass wir uns gegen Rassismus mit Courage einsetzen sollten. Darum fand in der vergangenen Woche auch im Rahmen des Ethik-/Reli-Unterrichts und Gk-Unterrichts ein Projekt der SMV und der Demokratie-AG dazu statt.

Aber was ist Rassismus und was ist Courage?

Rassismus ist eine meist ideologisch geprägte Lehre zur Rechtfertigung von Rassendiskriminierung und Kolonialismus. Es wird dabei davon ausgegangen, dass Menschen oder ganze Bevölkerungsgruppen mit bestimmten biologischen Merkmalen anderen Gruppen von Natur aus überlegen oder unterlegen sind. Durch Rassismus werden Menschen zum Beispiel aufgrund ihrer Herkunft, ihrer Hautfarbe, ihrer Haare, ihres Namens oder ihrer Sprache diskriminiert, ausgegrenzt und abgewertet. Menschen mit solchen rassistischen Einstellungen, die sich anderen überlegen fühlen, zeigen besondere Denk- und Handlungsweisen gegenüber anderen Menschen, die für sie unterlegen halten. Das können offen rassistische oder diskriminierende Äußerungen sein oder zunächst unscheinbaren Handlungen wie abwertende Blicke. Aber Rassismus kann auch zu körperliche Gewalt führen.

Courage bedeutet Mut zu zeigen und tapfer und unerschrocken zu handeln.

Darum soll das Schild aussagen: Stell dich mutig und unerschrocken gegen Rassismus.

Schulstress

Wer kennt sie nicht? Die Klausurenphasen vor den Ferien. Jedes Mal aufs Neue ein Albtraum. Vier Klausuren in einer Woche, Hausaufgaben und durch Nachmittagsunterricht keine Zeit zum Lernen. Viele werden allein bei dem Gedanken an die anstehenden Klausuren nervös und fühlen sich gestresst. Genaugenommen haben sie gerade Schulstress.

Doch was ist Schulstress überhaupt?

Ist ja eigentlich klar: Schulstress ist der Stress, den Schülerinnen und Schüler während ihrer Schulzeit erleben. Er ist überwiegend negativ und oft gesundheitsschädlich.

Aber wie kommt es zu Schulstress?

Die Ursachen für Schulstress sind individuell und hängen immer von den Betroffenen ab. Es kann sein, dass Schüler und Schülerinnen dieselben Termine haben, aber nicht alle von ihnen gestresst sind. Häufige Ursachen des Schulstress sind z.B. der Übertritt in die weiterführende Schule, die Klausurenphasen, die Angst vor dem Sitzenbleiben, der Vergleich der Leistung mit Geschwistern oder Mitschülern und die Leistungsansprüche der Eltern. Aber auch zu hohe Ansprüche an sich selbst kann zu Stress führen.

Zum Schulstress gehört neben dem Leistungsdruck aber auch sozialer, durch die Schulumgebung verursachter Stress, z.B. Mobbing oder ein Gefühl der Ausgrenzung.

Welche Folgen hat der Schulstress denn jetzt überhaupt?

Die Folgen des Schulstress sind genau wie auch die Ursachen individuell, psychisch kann Schulstress zu Angst, Nervosität, Aggressivität, Konzentration und Konzentrationsproblemen, Albträumen, Lustlosigkeit, einem verminderten Selbstbewusstsein, Rückzug aus dem sozialen Umfeld und depressivem Verhalten führen. Auch Essstörungen, wie Appetitlosigkeit oder übermäßiges Essen können vorkommen. Physisch kann der Schulstress zu Kopfschmerzen, Bauchschmerzen, Übelkeit, Durchfall, Schlaflosigkeit und Verspannungen führen.

Außerdem kann sich Schulstress auch auf die schulische Leistung der Betroffenen auswirken. Doch was kann man gegen Schulstress machen?

Es gibt verschiedene Vorgehensweisen, wie man den Schulstress bewältigen kann.

Zuerst solltest du herausfinden, was genau dich stresst. Fühlst du dich überfordert?

Hast du zu viele Termine? Fängst du nicht rechtzeitig mit Lernen an? Fehlt dir die Motivation? Macht dir die Familie Druck? Hast du Probleme mit deinen Mitschülern? Dann geht es um das Sammeln von Ideen zur Bewältigung deines Stresses. Vielleicht kann dir mit einem Tagesablauf, der feste Zeiten beinhaltet geholfen werden.

Hilft es dir, wenn du früher mit dem Lernen beginnst? Vielleicht es dir später anzufangen? Wenn du ein paar Mitschüler fragst, findest du sicherlich jemanden, mit dem du zusammen lernen kannst, der die etwas nochmal erklären kann oder auch Nachhilfe geben kann. Je nach Ausmaß des Schulstress und den Folgen können dir auch ein Gespräch mit dem Schulpädagogen oder einzelne Therapiestunden helfen, zurück zu einem besseren Lerverhalten, als auch zu einer gesunden Einstellung gegenüber der Schule, dem Lernen im Allgemeinen und den Mitschülern zu kommen. Natürlich kannst du dich auch an ein Familienmitglied wenden.

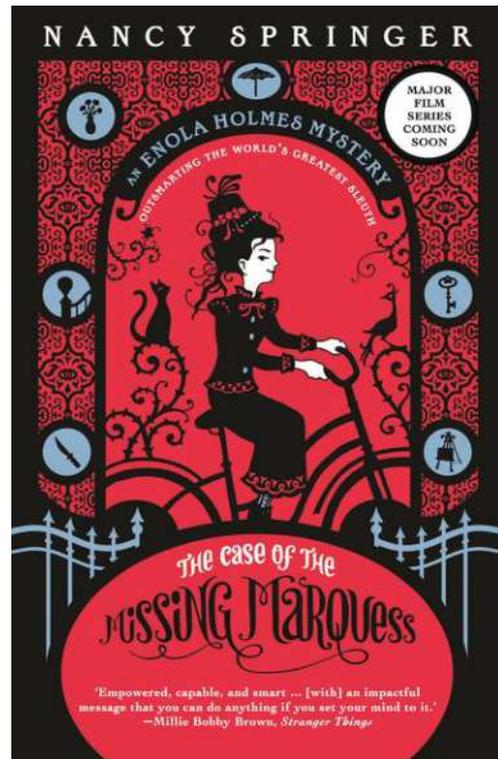
Auf jeden Fall sollte dir bewusst sein, dass du auch mal Fehler machen darf und dass du wegen Noten niemals "besser" oder "schlechter" als jemand anderes bist. Du bist mehr als deine Noten.

(Enya Bukowski, 8c)

Für die Bücherwürmer...

Ihr liebt es zu lesen, doch euch gehen die Bücher aus? Dann sind ihr zwei meiner neuen Favoriten für euch:

Enola Holmes, eine Krimireihe aus sechs Büchern über die kleine Schwester des berühmten Sherlock Holmes. Das erste Buch gibt es als Taschenbuch und als Hardcover. Es kostet 8€ beziehungsweise 16€, die Weiteren sind nur als Hardcover erhältlich und kosten 16€. Die Geschichte spielt im 19. Jahrhundert in England und handelt von Enola Holmes, die auf der Flucht vor ihren Brüdern und auf der Suche nach ihrer Mutter durch England zieht. In ihren vielen verschiedenen Silhouetten und Persönlichkeiten, die sie annimmt, löst sie viele Fälle und Codes, die zum Miträtseln gemacht sind. Enola Holmes Geschichte wurde auch verfilmt (Enola Holmes 2020 auf Netflix). Da der Film jedoch sehr von den Büchern abweicht, empfehle ich das Buch für alle elf bis 14-jährigen, die Lust auf eine spannende Geschichte haben.



Und hier ist mein zweiter Vorschlag:

2. „Zimt und weg“ - das ist der Name des ersten Bandes einer vierteiligen Buchreihe, die nun schon in die zweite Staffel geht. Es geht um Victoria King, ein Mädchen, das immer, wenn sie Zimtschnecken riecht zwischen zwei Welten zu reisen scheint. Doch, wenn sie in der Parallelwelt ist, wo oder wer ist dann sie?

Ein spannendes Abenteuer zwischen zwei Welten beginnt, in welches ihre Tante und Vikis Freund irgendwie auch verwickelt sind. Während dessen muss Viki auch noch ihr Privatleben wieder in den Griff kriegen, da „die Andere“ (so wie Viki sie nennt) alles durcheinandergeworfen hat. Die Bücher kosten alle circa neun Euro und sind teilweise im Tagebuch-Style geschrieben. Empfehlen würde ich das erste Buch ab zwölf Jahren, die Fortsetzungen dann ab 13 Jahren.

Habt Spaß beim Lesen!

**Feedback, Ideen oder Kommentare an:
gbg.schuelerzeitung@gmail.com**

**Du möchtest gern mitmachen?
Werde im nächsten Schuljahr Teil des
Teams und tritt der Demokratie-AG bei!**

Hier findest du uns auch online ! :



Impressum

Herausgeber:	Demokratie-AG des Georg-Büchner-Gymnasiums Maurice-Sadorge-Straße 6, 79618 Rheinfelden
Redaktion:	Leon Gutmann (5c); Emma Hein (5c); Leonie Peukert (7d); Enya Bukowski (8c); Konstantin Brot (8c); Davia Kratz (8c); Jovana Vukovic (10b); Florienne Wolf (10b)
Auflage, Preis:	kostenlos
Logo:	Frau Mieth
Layout:	Jovana Vukovic
Leitung:	Frau Mieth

Wir danken dem Freundeskreis des GBG für die Unterstützung bei den Druckkosten.
Dank der Förderung ist diese Ausgabe kostenlos!