Unser CHARGE-Jugendwochenende in Heidelberg

vom 18.09. - 20.09.2020

Wir haben uns von Corona nicht schrecken lassen und erlebten ein wunderschönes Wochenende in Heidelberg. Gut ausgerüstet mit Hygienepaket, Nasen-Mund-Bedeckungen und guter Laune haben wir uns auf den Weg gemacht, diese wunderschöne Stadt zu erkunden.

Von Julia gut geplant, haben wir uns bei bestem Wetter ins Abenteuer gestürzt. Mit der historischen Bergbahn ging es zuerst auf den Königsstuhl hinauf. Oben angekommen, mit einem wundervollen Blick auf Heidelberg, durften wir der Arbeit eines Falkners zusehen.

Nach einem guten Mittagessen, bestens gestärkt, erkundeten wir anschließend das Heidelberger Schloss. Diese Schlossruine aus dem 16. Jahrhundert, die hauptsächlich im Stil der Romantik gebaut wurde, gab uns einen tollen Eindruck in die Geschichte.

Danach ging es wieder hinab in die Stadt und nach einem kurzen Bummel erreichten wir wieder die Jugendherberge. Den Abend beendeten wir mit Bowling.

Nicht zu vergessen - an diesem Tag hatten wir ein Geburtstagskind. Wir ließen Niko hochleben und seine Mama verwöhnte uns mit Leckereien.

Am nächsten Morgen haben wir uns mit einem Frühstück gestärkt und bei bestem Sonnenschein zu einem abwechslungsreichen Yoga Kurs getroffen. Hier hatten alle Jugendlichen sehr viel Spaß.

Es war beeindruckend anzusehen, welche große Motivation hier bei allen zu erkennen war.

Danke für ein tolles Wochenende in einer wundervollen Stadt.

Mein Besuch bei Christian Pawlak

in Nürnberg von 07. bis 12.07.2020

Am Dienstag den 07.07 reiste ich für 5 Tage zu Christian um bei ihn Urlaub zu machen.

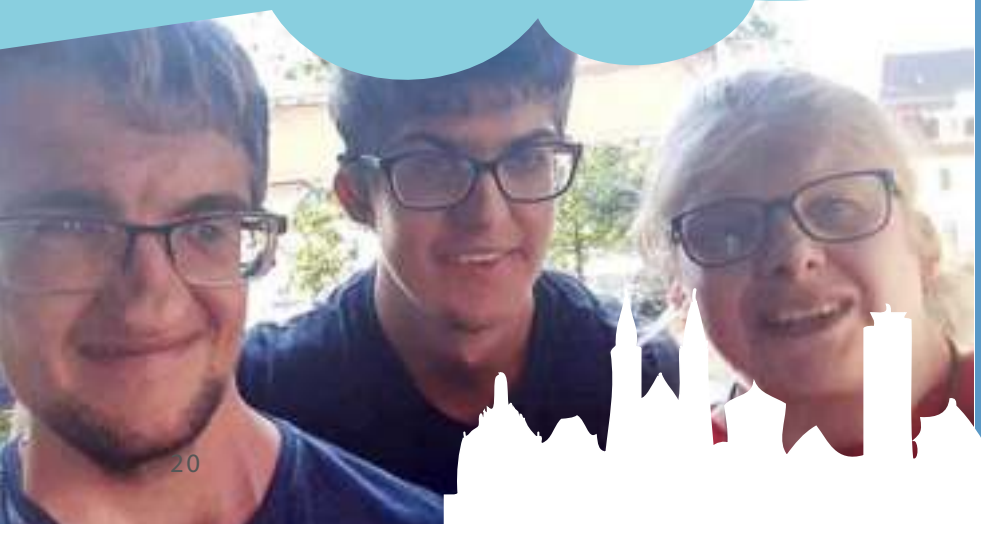
Mein Zug fuhr um halb 11 in Trier los mit Zwischenaufenthalten in Mannheim und Frankfurter Flughafen war ich um 5 in Nürnberg. Christian holte mich am Bahnhof ab und gemeinsam fuhren wir nach Hause. Als wir dann bei ihm Zuhause waren tauschten wir erstmals Neuigkeiten aus und aßen Spiegeleier zum Abendbrot.

Am Mittwoch den 08.07 kam morgens um 8 Josephine zum Frühstück. Nach dem Frühstück ging es in die Stadt. Christian zeigte mir die Stadt und am Mittag gingen wir zur Kaiserburg. Leider konnten wir nicht in die Burg rein da es wegen der Baustelle geschlossen war. Somit konnten wir nur das Gelände anschauen. Am Nachmittag zeigte Christian mir den Nürnberger Altstadt. Wir mussten uns leider zwischendurch am Bahnhof unterstellen da es geregnet hat. Am Abend gingen wir beim Italiener. Danach fuhren wir nach Hause.

Am Donnerstag den 09.07 gingen wir nach dem Frühstück erstmals einkaufen und nach dem Einkaufen gingen wir in das Deutsche Bahn Museum. Das war allerdings sehr interessant so dass ich noch nicht fertig wurde. Da geht es um die Geschichte des Deutsche Bahn Museum. Wir waren bis zum Spätnachmittag dort. Nach dem Museumsbesuch sind wir nach Hause gefahren, haben kurz davor Döner geholt und haben Zuhause gegessen und dann haben wir wieder gequatscht und gespielt.

Am Freitag den 10.07 kam Josephine wieder morgens zum Frühstück. Nach dem Frühstück haben wir zu dritt Phase 10 gespielt und Josi hat das Spiel gewonnen. Nach dem Spiel fuhren wir drei gemeinsam zum Dokumentationszentrum Reichsparteitagsgelände. Da geht um die Nazi-Zeit und die Gerichtsverhandlung der Nazis. Nach dem Museum fuhren wir zum Griechen und aßen dort Abendbrot.

Am Samstag den 11.07 habe ich und Christian morgens wieder Phase 10 gespielt bis Mittag. Am Nachmittag sind wir zum Minigolfbahn gefahren und haben dort Minigolf gespielt und anschließend haben wir im Nahegelegenen Restaurant Abendbrot gegessen.



Am Sonntag den 12.07 haben wir Vormittags Burger selbst gemacht und dann gegessen. Um 14 bin ich wieder zurück gefahren. Mit Zwischenaufenthalt in Frankfurt war ich um 20:30 wieder in Trier.

Es war eine schöne Zeit in Nürnberg und mich hat es gefreut dass ich die Stadt kennenlernen durfte. Ich komme gerne wieder.

Besuch von Joscha Wolf bei Carl Heilmann

in Trier von 14. bis 18.07.2020

Am Dienstag den 14.07 kam Joscha für 4 Tage zu uns nach Trier. Er kam Nachmittag in Trier an und ich holte ihn am Bahnhof ab und wir fuhren zu mir nach Hause. Zuerst tauschten wir Neuigkeiten aus. Am Abend kochten wir Spaghetti mit Pesto und aßen dies. Später schauten wir meine Fotos an.

Am Mittwoch den 15.07 zeigte ich Joscha die Sehenswürdigkeiten von Trier. Zuerst gingen wir zum Amphitheater. Das war eine Arena wo die Gladiators mit Tieren kämpften. Danach gingen wir zum Kaiserthermen. Das war eine Therme wo die Römer früher gebadet haben. Danach gingen wir über den Palastgarten zum Konstantin Basilika. Dort ist heute die Evangelische Kirche drin. Nach der Basilika gingen wir zum Viehmarkt Thermen. Das ist eine unterirdische Therme die mal beim Bauarbeiten gefunden wurden. Danach gingen wir zur Porta Nigra, Deutschlands älteste Stadttor. Porta ist 2000 Jahre alt.

Danach holte meine Mutter uns dort ab und sind auf Petrisberg gefahren und haben erstmals dort ein Eis gegessen. Danach haben wir Joscha Petrisberg gezeigt und waren auch auf Turm Luxemburg was anlässlich zur Landesgartenschau 2004 von Luxemburg gebaut geworden ist. Danach waren wir auf Aussichtspunkt wo man runter auf Trier schauen kann. Dann sind wir zur Mariensäule gefahren wo man auch einen Ausblick auf Trier hat. Dann sind wir nach Hause gefahren und haben dort vegetarischen Gyros mit Fladenbrot gegessen.

Am Donnerstag den 16.07 waren wir zuerst bei der Barbarathermen und dann sind wir an der Mosel gelaufen zur Schiffsanleger wo wir eine 2.Stündiger Schiffsrundfahrt durch Trier gemacht haben. Danach sind wir nach Hause gefahren und am Abend kam meine Freundin und wir haben zusammen Phase 10 gespielt. Zum Schluss haben wir Vegetarisch gegessen.

Berichte von Carl Heilmann

Am Freitag den 17.07 waren wir zuerst Spazieren und dann haben wir Minigolf gespielt. Nach Minigolf sind wir nach Hause gelaufen und Elfer raus gespielt. Am Abend sind wir gemeinsam mit meine Freundin Essen Pizza gegangen.

Am Samstag den 18.07 ist Joscha gegen Mittag nach Hause gefahren.

Der Geruchssinn -

der olfaktorische Sinn

David Brown

Bildungs- und Erziehungsexperte
California Deaf-Blind Services

Der Geruchssinn ist für das Überleben fast aller Lebewesen von entscheidender Bedeutung: um die nächste Mahlzeit zu bestreiten, um manche Gefahr zu meiden, um einen Partner zu finden. Wir Menschen, fähig mehr als 10.000 verschiedene Geruchsmoleküle zu unterscheiden, gebrauchen unseren Geruchssinn in einer Vielzahl von Handlungen, z.B. bei der persönlichen Hygiene, wir erfreuen uns am Aroma frisch gebackenen Brotes, und wir entscheiden uns, zu wem wir uns im Bus setzen.

Immer wenn wir einatmen, ziehen wir die Luft durch unsere Nasenlöcher zu den Millionen Geruchsrezeptorzellen, die sich allesamt in einem Areal von der Größe einer Briefmarke befinden, Riechepithel genannt. Diese Zellen reagieren auf die chemischen Verbindungen, die bei den sich verflüchtigenden Gerüchen in der Nase entstehen. Sie sammeln und übertragen Informationen, mit deren Hilfe wir tausende unterschiedlicher Gerüche unterscheiden können und sind so weitaus empfindlicher als die Geschmacksrezeptoren. Forschungen haben ergeben, dass der Geruchsinn 10.000mal empfindlicher ist als der Geschmackssinn, dass das System so komplex ist, dass bislang keine Forschung in der Lage war, Basiskategorien des Geruchs auszumachen – im Gegensatz zu den 5 Basiskategorien des Geschmacks.

Allerdings schenkt unsere Kultur dem Geruchssinn nur wenig Aufmerksamkeit, außer den offensichtlich schlechten Gerüchen und der Werbung der Industrie für Parfum und Kosmetika. So verfügen wir nicht einmal ein klares Begriffsinventar zur Beschreibung von Gerüchen. Vergleichen wir zum Beispiel einmal, wie viele Begriffe wir haben, um verschiedene Arten der Farbe Blau zu beschreiben (blass-, dunkel-, tief-, licht-, tauben-, zart-, mittel-, königs-, russisch-, himmel-, aquamarin-blau, etc.) und wie wenige Begriffe wir haben, um die verschiedenen Gerüche von Rosen oder Bananen zu beschreiben. Folglich ist es sehr schwierig, jemandem mit Worten einen Geruch zu beschreiben, den dieser noch nie gerochen hat.

Der Geruchssinn ist insofern einzigartig, als er, anders als die anderen Sinnessysteme, seine Informationen direkt an die höheren Gehirnregionen sendet und so den Thalamus total umgeht, also das Gehirnareal, in dem alle eintreffenden Informationen nach zwei Basiskategorien „sortiert“ werden: nämlich danach, ob eine Information unsere Aufmerksamkeit erfordert oder nicht. Eben, weil er nicht diesen vorausgehenden Prozess der Analyse durchlaufen muss, stellt der Geruchssinn einen direkten Kontakt mit der Umgebung her, und zwar so, wie es kein anderer Sinn leisten kann. Damit hat der Geruchssinn eine schnelle, direkte und starke Verbindung mit dem limbischen System, also mit dem Teil des Gehirns, der mit primitiven Instinkten und Trieben verbunden ist, in dem Emotionen und Erinnerungen verarbeitet werden. In seinem Buch „Taubblindheit verstehen“ bezieht sich Geegee Larrington auf den Geruchssinn als dem Sinn, dessen Fasern auf dem kürzesten, stärksten und schnellsten Weg in die Tiefe des Gehirns wandern. Deshalb können bestimmte Gerüche solche starken Emotionen und Erinnerungen hervorrufen, die ja alle auf Assoziationen mit vergangenen Ereignissen basieren, deshalb ereignet sich dies so schnell und lebhaft.

Die Funktion des Geruchssinnes hängt nicht nur von dem Funktionieren des ersten Hirnnerven (dem olfaktorischen Nerv) ab, sondern auch von Teilen des fünften Hirnnervs (Trigenimus). Qualitative Geruchsereignisse (zum Beispiel die distinkte und einzigartige Identifikation des Geruchs einer Lilie, einer Orange oder frisch gemähten Grases) werden durch den ersten Hirnnerv übermittelt, während andere Aspekte von Gerüchen (z.B. die Hitze, Kälte, Schärfe, Würze und andere erregende Qualitäten eines bestimmten Geruchs) von Teilen des fünften Hirnnervens (Trigenimus) übertragen werden. Es ist gut zu wissen, dass nicht nur der „Geruchsnerv" bei unserer Geruchswahrnehmung beteiligt ist. Bei Kindern mit CHARGE z.B., als der größten Gruppe der Menschen, die heute von Hörsehbehinderung / Taubblindheit betroffen sind, ist bekannt, dass bei annähernd 42% von ihnen eine Schädigung des ersten Hirnnerven vorliegt, und bei 43% eine Schädigung des fünften Hirnnerven, so dass man von einer hohe Wahrscheinlichkeit sprechen kann, dass ihr Geruchssinn fehlt oder eingeschränkt ist.

Ähnlich wie der Tastsinn, entwickelt sich der Geruchssinn sehr früh in einem vorgeburtlichen Stadium, sodass ein Baby mit einem ziemlich gut entwickelten Geruchssinn auf die Welt kommt. Neugeborene scheinen mit einer angeborenen Fähigkeit ausgestattet zu sein, auf schlechte oder unangenehme Gerüche zu reagieren: es wird berichtet, dass ein 1 Tag altes Baby einen ablehnenden / abweisenden Gesichtsausdruck zeigte, wenn es den Geruch von Fisch oder verdorbenen Eiern angeboten bekam. Allerdings wird die Erklärung dieser Phänomene durch die vor der Geburt gemachten Geruchserfahrungen erschwert, wie auch die Erklärung der frühen Vorlieben oder Ablehnungen von Geschmackseindrücken. Wenn ein Baby eine lange Zeit den Chemikalien im Mutterleib ausgesetzt ist, so hat dies anscheinend einen großen Einfluss auf seine Vorlieben für bestimmte Gerüche unmittelbar nach der Geburt. Es gibt eindeutig ein erfahrungsabhängiges Lernen beim Geruchssinn; ob aber die Reaktion auf bestimmte Gerüche (besonders in Betracht auf schlechte Gerüche) angeboren ist oder nicht, ist bislang noch unklar.

Genauso wie unser Geschmackssinn, wird auch unser Geruchsinn im Alter schlechter, und so leiden wir doppelt: unter dem Verlust des Aromas von Speise und Trank, und unter einer reduzierten Aufmerksamkeit in Bezug auf allgemeine Aspekte der Umgebung. Es wird berichtet, dass 80% der 80-jährigen Menschen von einem wesentlichen Verlust ihres Geruchs betroffen sind, dass bei 50% eine funktionelle Anosmie (teilweiser oder totaler Verlust des Geruchssinnes) vorliegt. Dabei wird nicht nur die Fähigkeit zu Riechen schlechter, sondern auch die Fähigkeit, Gerüche zu unterscheiden. Störungen des Geruchssinnes können viele Ursachen haben: Meist werden sie durch Krankheiten in der Nase oder Stirnhöhle, der oberen Atemwege oder durch Schädeltraumata verursacht. Patienten mit neurodegenerativen Störungen wie Alzheimer haben einen deutlichen Verlust ihres Geruchssinnes; dies tritt sogar ziemlich häufig in einem frühen Stadium von Alzheimer auf. Medikamente sind übrigens auch eine häufige und oft übersehene Ursache für Schädigungen des Geruchssinnes.

Geruch und Geschmack werden auch als chemische Sinne bezeichnet, weil sie auf chemische Verbindungen reagieren; Geruch und Geschmack basieren in der Tat auf „Chemie". Mit beiden Sinnen suchen wir in unserer Umgebung nach Information. Anders als der Geschmackssinn kann der Geruchssinn über Entfernungen hinweg tätig sein und ist so Teil unseres „Frühwarnsystems". Mit unserem Geruchssinn überprüfen wir permanent die Qualität der Luft, die wir atmen und werden so auf mögliche Gefahren wie Rauch oder austretendes Gas aufmerksam; wir bekommen aber auch andere wichtige Informationen über das Vorhandensein von Nahrung, ob etwas gekocht wird, oder ob eine Person anwesend ist.

Der Geruchssinn dient auch dem Wiedererkennen, da jedermann über einen einzigartigen Geruch verfügt, an dem er erkannt werden oder erkennen kann. Manche taubblinde Kinder schnuppern deutlich sichtbar an anderen Personen, weil es ihnen hilft, vertraute Personen wieder zu erkennen. Forschungen haben gezeigt, dass Kinder zwischen dem Geruch ihrer Geschwister und anderen Kindern gleichen Alters unterscheiden, und dass sie auch ihre Mutter am Geruch erkennen können – wie ihre Mütter umgekehrt sie an ihrem Geruch wiedererkennen. Durch den Geruch können auch Emotionen kommuniziert werden, so wie z.B. von Hunden gesagt wird, dass sie auf dem Geruch der Angst bei einem Menschen reagieren. In den 90er Jahren konnte gezeigt werden, dass Menschen zwischen dem Geruch von Leuten unterscheiden konnten, die fröhliche oder traurige Filme anschauten; man könnte also annehmen, dass Emotionen wie Furcht, Zufriedenheit und Erregung an ihrem Geruch übertragen und erkannt werden. Wie und warum wir riechen, der Einfluss von Gerüchen auf unser täglichen Lebens, ist noch wenig untersucht, und sicherlich unterschätzen wir die Bedeutung