

# WAS STRAMMES

Schülerzeitung  
der Erich Kästner-Hauptschule  
Bergheim

Schuljahr 2025/26 1,- Euro



**Perfekte Mischung  
für die besten Songs**  
Im Tonstudio mit Lena, Xatar und  
Eko Fresho. Seite 7



**Auf den Spuren von  
Ronaldo und Toni Kroos**  
Gespräch mit Fayssal Harchaoui  
Seite 6



**Vom Möbelverkäufer  
zum Comedian**  
Motivationscoach Osman Citir hat  
Tipps für gute Noten. Seite 11



**Wenn die Lachgas-  
Party tödlich wird**  
Interview mit einer Fachreferentin  
von der Drogenhilfe Köln. Seite 8



# RWE

Bewirb  
dich jetzt  
für 2026

## Von hier aus entscheidest du, wie die Zukunft aussieht.

☆ Top-Ausbildung, Top-Team, Top-Leistungen

📁 16 Ausbildungsberufe

€ Bis zu 1.549 € monatlich



Weitere Informationen:  
**[rwe.com/ausbildung](https://rwe.com/ausbildung)**  
Bewerbungen  
von schwerbehinderten  
Menschen sind  
erwünscht.





# Das Redaktionsteam



**Aileen Schulz (15)**

Mein Lieblingsmensch in der Schule heißt: **Melek**.  
Auf eine einsame Insel würde ich diese drei Dinge mitnehmen: **Meine Familie, Melek und ein Haustier**.  
Der Titel meiner Biografie lautet: **Aileenchen Bienchen**.  
Der Soundtrack meines Lebens ist: **Rap**.



**Alen Baltić (14)**

Mein Lieblingsmensch in der Schule heißt: **Mohammed**, weil er mir in Mathe hilft.  
Auf eine einsame Insel würde ich diese drei Dinge mitnehmen: **Lebensmittel, Getränke und meine Familie**.  
Der Titel meiner Biografie lautet: **Wie Alen lebt**.  
Der Soundtrack meines Lebens ist: **Indigo**.



**Jinane Boucheqif (15)**

Mein Lieblingsmensch in der Schule heißt: **Meine allerbeste Freundin Marya Borislavova**.  
Auf eine einsame Insel würde ich diese drei Dinge mitnehmen: **Mein Handy mit mobilen Daten, meine Freundin und meine Kamera**.  
Der Titel meiner Biografie lautet: **Ich, Jinane**.  
Der Soundtrack meines Lebens ist: **Let Me Love You von Mario**.



**Elisabeta Cipaci Belhe (15)**

Meine Lieblingsmensch in der Schule heißt: **Lamar**, meine beste Freundin.  
Auf eine einsame Insel würde ich diese drei Dinge mitnehmen: **Meine Freundin Lamar, meine Bibel und meine Brille**.  
Der Titel meiner Biografie lautet: **Straykid**.  
Der Soundtrack meines Lebens ist: **All eyes on me von 2Pac**.



**Lamar Altaki (14)**

Meine Lieblingsmensch in der Schule heißt: **Frau Schwedaj**, weil sie sehr liebevoll ist und Geduld hat.  
Auf eine einsame Insel würde ich diese drei Dinge mitnehmen: **Einen Feuerstein, Kleidung und meine beste Freundin Elisabeta**.  
Der Titel meiner Biografie lautet: **24 Stunden Essen**.  
Der Soundtrack meines Lebens ist: **Arabische und Türkische Musik**.

Mein Lieblingsmensch in der Schule heißt: **Frau Köber**, weil sie eine echt nette Lehrerin ist.  
Auf eine einsame Insel würde ich diese drei Dinge mitnehmen: **Meine Familie, Freunde, Essen**.  
Der Titel meiner Biografie lautet: **Maruan, the goat**.  
Der Soundtrack meines Lebens ist: **Mirándote**.



**Maruan Afkir Ellabdellaoui (13)**



**Marya Borislavova (16)**

Mein Lieblingsmensch in der Schule heißt: **Meine Freundin Jinane Boucheqif**.  
Auf eine einsamen Insel würde ich diese drei Dinge mitnehmen: **Eine Musikbox mit meiner Playlist, meine Bibel und meine Freundin**.  
Der Titel meiner Biografie lautet: **Wen Gottes Plan berührt, der erkennt, dass nichts zufällig ist**.  
Der Soundtrack meines Lebens ist: **Out of Time von Seruksession**.



**Mariam Bouzinab (15)**

Mein Lieblingsmensch in der Schule heißt: **Salwa Aghzali**, weil sie ist auch in schlechten Zeiten da.  
Auf eine einsame Insel würde ich diese drei Dinge mitnehmen: **Erste-Hilfe-Kasten, Messer, Feuerstein**.  
Der Titel meiner Biografie lautet: **Die leisen Gedanken in meinem Kopf**.  
Der Soundtrack meines Lebens ist: **Surat AL-Baqara von Abdu-Rahman as-Sudaisi**.

Mein Lieblingsmensch in der Schule heißt: **Mariam Bouzinab**, weil sie auch in schlechten Zeiten bei mir ist.  
Auf eine einsame Insel würde ich diese drei Dinge mitnehmen: **Fischernetz, Satellitentelefon, Erste-Hilfe-Kasten**.  
Der Titel meiner Biografie lautet: **Zwischen meinen Gedanken und Gefühlen**.  
Der Soundtrack meines Lebens ist: **Taweel Al Shawq (Ahemd Bukhatir)**.



**Salwa Aghzali (15)**

# Ganz viel Respekt für Lady Gaga

## Gesangsunterricht bei Sängerin Angela Lentzen

Ein bisschen aufgeregt klingeln wir an der Tür. Heute sind wir mit Angela Lentzen verabredet. Sie ist Sängerin und Gesangslehrerin und wohnt und arbeitet in Bergheim. Sie hat uns in ihr Studio geführt und wir haben sie zu ihrer Arbeit interviewt. Wir fanden sehr vieles über sie heraus und schnell merkten wir, dass sie wirklich für ihre Arbeit brennt. „Schon in der Grundschule habe ich auf der Bühne gesungen und geschauspielert“, erzählt uns die Sängerin. Ihre Eltern wollten nicht, dass sie Musik zu ihrem Beruf macht, weil es zu unsicher sei. Also machte sie zunächst eine Ausbildung, um dann später doch eine Gesangskarriere zu starten. Sie heiratete, bekam Kinder und hörte nie mit der Musik auf. Angela Lentzen spielt mit ihrer Band Konzerte und unterrichtet viel. „Das ist kein Beruf mit geregelten Arbeitszeiten von 8 bis 16 Uhr. Man arbeitet auch am Wochenende und abends“, berichtet sie. Die Musik bietet viele Jobs. Manchmal singt sie auch auf Hochzeiten oder



Beerdigungen. Werbejingles fürs Radio oder Fernsehen hat sie auch schon gemacht. Für die Tanzsendung Let's Dance hat sie neue Arrangements eingesungen. Wenn sie nicht auf der Bühne steht, unterrichtet sie. Mal kommen Rapper zu ihr, mal Country- oder Schlagersängerinnen. Oft bereiten sich die Musikerinnen und Musiker auch mit ihrer Hilfe auf ein anstehendes Casting vor. Doch nicht nur Profis nehmen ihre Dienste in Anspruch. Auch ein Bräutigam hat mit ihr geübt, um auf der Hochzeit ein Lied für seine Frau zu singen. Oft ist Singen auch Therapie. Angela Lentzen erinnert sich an eine Gesangsschülerin, die einen Schlaganfall hatte und nicht mehr reden konnte. Nach einiger Zeit verließen gesungene Wörter ihren Mund. Aber jetzt wollen wir auch was lernen. Die Musikerin richtet uns zwei Mikrofonständer ein und startet mit dem Training. Nachdem wir unsere Songs ausgewählt haben, können wir den Text auf einem Bildschirm lesen und mitsingen. Die Musik läuft über extra angeschlossene Boxen. Gesungen haben wir „Bad at Love“ von Halsey, „Die with a smile“ von Lady Gaga und Bruno Mars (sehr schwer), „Back to black“ von Amy Winehouse, „Can't help falling in love with you“ von Elvis und zum Schluss „Diamonds“ von Rihanna. Dabei hat sie uns einige Übungen gezeigt, um mehr Kontrolle über unsere Stimme zu bekommen. Auch die richtige Atmung wurde uns beigebracht. „Ich erkläre den Leuten immer in Bildern, was sie tun sollen. Man sieht die Stimmbänder ja nicht“, sagt die Künstlerin. Unser kurzer Gesangsunterricht war sehr intensiv und hat uns klar gemacht, was Sängerinnen wie Lady Gaga drauf haben.

*Aileen Schulz und Elisabeta Belbe*



Training mit dem Profi: Elisabeta, Aileen und Angela Lentzen.

# Fußball, Tennis oder Eishockey

Kennt ihr das Sportidol eurer Lehrerinnen und Lehrer?





# Wenn es Stress auf dem Schulhof gibt

## Streitschlichter können Konflikte gewaltfrei lösen

Die Mädchen haben Krach. Alina und Melisa schlüpfen in die Rollen der streitenden Schülerinnen. Eine hat das T-Shirt der anderen zerrissen, jetzt wird gebrüllt. Doch wie kann man den Streit beenden? Das wissen Nina und Bousra. Auch sie sind nämlich in der Streitschlichter AG, die sich immer montags ab 13.15 Uhr trifft. Geleitet wird die AG von Claudia Hamacher und Christina Totolidou. Die beiden Lehrerinnen vermitteln sechs Mädchen aus der Stufe sechs wie man Streitigkeiten schlichtet. Ziel ist

es, Konflikte gewaltfrei zu lösen. Ein halbes Jahr lang dauert die Ausbildung. Dann erhalten die Schülerinnen eine Urkunde. „Vielleicht bekommen wir nach den Ferien auch ein Büro, wo die Streitschlichter in den Pausen zu erreichen sind“, hofft Christina Totolidou, die eine Ausbildung zur Mediatorin absolviert hat. „Natürlich können die Schülerinnen nicht jeden Streit schlichten, aber sie kennen Regeln und können vermitteln“, sagt Claudia Hamacher. Die Streitschlichterinnen erklären zunächst



Mit Rollenspielen trainiert das Streitschlichter-Team seine Einsätze.



das Verfahren. Dabei ist alles freiwillig, vertraulich, unparteiisch und respektvoll. Sie hören beiden Seiten zu und schlagen Lösungen vor. Gelingt eine Einigung, wird ein Vertrag zwischen den Parteien aufgesetzt. Frieden statt Gebrüll.

Aileen Schulz

# Regeln für das digitale und das analoge Leben

## Medien AG trifft sich jeden Montag

Es geht um Politik, Demokratie und Social Media. Manchmal aber auch um Fußball und Kochen. Merkwürdige Mischung? „Ganz im Gegenteil“, meinen Claudia Maerski und Alex Bullik. Die beiden Referenten für Demokratiestärkung von ASH Sprungbrett leiten die Social Media AG an unserer Schule im Rahmen der Nachmittagsbetreuung. Jeden Montag zwischen 13.15 und 15.15 Uhr treffen sie sich mit Jungen und Mädchen aus der sechsten und siebten Klasse. „Wir erfahren hier etwas über die Gefahren im Internet“, sagt Sherif. Sein Mitschüler Leon ergänzt: „Und den richtigen Umgang im Netz“. Die Kursleitenden erläutern die

Regeln im Miteinander innerhalb der sozialen Medien und übertragen sie auf das „echte Leben.“ „Man kann nicht einfach von anderen Fotos machen und die hochladen ohne die Einwilligung desjenigen zu haben“, weiß Mathei jetzt. Im Vorfeld der Wahl ging es in den AG-Sitzungen vor allem darum, wie Jugendliche im Netz politisch beeinflusst werden. Auch der Ablauf einer Wahl wurde durchgespielt. In den nächsten Stunden sind ein Fußballturnier und eine gemeinsame Kochaktion geplant. Dabei geht es um Regeln, die in der Gruppe eingehalten werden müssen. Viel Spaß an der AG hat auch Leon Gronzka. Der ehe-

malige Schüler hat letztes Jahr die Schule verlassen und unterstützt das Referenten-Team bei der Arbeit.

Alen Baltić und Maruan Afkir Ellabdellaoui



Claudia Maerski und Alex Bullik sind mit den Kids im Dialog.



# Auf den Spuren von Ronaldo und Toni Kroos

Wir haben uns mit Fayssal Harchaoui im Lukas-Podolski-Stadion getroffen. Der 19jährige ist U-17 Fußballweltmeister, U-17 Europameister und U-19 Deutscher Meister mit dem 1. FC Köln. Nach dem

Interview hatten wir bei Freistoß- und Elfmeter-Challenge keine Chance gegen den Profi.

**Wie hat deine Fußball-Karriere begonnen?**

Ich habe schon immer mit dem Ball gespielt. Zuerst habe ich hier in Ahe gespielt und dann mit acht Jahren ein erstes Probetraining beim 1. FC Köln gemacht. Da war ich aber zu aufgeregt. Ich war dann vier Jahre bei Borussia Hohenlind und später bei Köln-West. Mit 14 Jahren bin ich dann endgültig zum FC gewechselt. Das ist ein Verein mit Geschichte und guter Stimmung.

**Wer ist dein Lieblingsfußballer?**

Ich bin ganz klar Ronaldo-Fan. Er ist ein Vorbild auf dem Platz, aber auch was Training, Mentalität und soziales Engagement betrifft. Gut finde ich auch Antonio Rüdiger und Kilian Mbappé.

**Wer ist für dich der beste deutsche Fußballer und das aktuell beste Talent?**

Eindeutig Toni Kroos. Er war einer der besten und der Erfolgreichste. Das beste Talent ist im Moment wohl der Spanier Lamine Yamal von Barcelona.



Maruan, Fayssal und Alen beim Kick nach dem Gespräch.



Sehen wir Fayssal schon bald in der 1. Bundesliga?

mich Christian Wück und Stefan Ruthenbeck sehr gefördert.

**Warum hast du dich für die deutsche Nationalmannschaft entschieden und nicht für das Team aus Marokko?**

Ich bin hier geboren und aufgewachsen und habe alle meine Freunde hier. Ich habe die Lehrgänge im Jugendbereich in Deutschland durchlaufen und die Professionalität ist hier immer noch eine andere.

**Was machst du, wenn es mit der Profikarriere nicht klappt?**

Darüber denke ich nicht nach. Mein Fokus liegt derzeit voll auf Fußball. Ich mache jetzt die Vorbereitung mit den Profis beim FC. Meine Ziele sind die 1. Bundesliga, dann natürlich die Champions League und die WM.

**Was sind deine Hobbies, wenn du freie Zeit hast?**

Ich mache immer gerne Sport. Ich gehe Schwimmen oder ins Fitnessstudio. Der Körper ist mein Kapital.

**Du lebst bei deinen Eltern. Wie wichtig ist die Familie für dich?**

Die ist mein Rückgrat. Ich bin ein Familiensch. Meine Eltern sind immer für mich da. Meine Mutter kümmert sich, wenn ich krank bin. Mein Vater hat mich viel gefahren, als ich jung war.

**Wie war deine Schulzeit?**

Ich hatte immer gute Noten und wollte als Kind gerne Arzt werden. Aber ab der achten Klasse wurde es schwierig. Ich war wegen Fußball viel unterwegs und musste viel nachholen. Letztes Jahr habe ich mein Fachabi gemacht auf dem Berufskolleg an der Lindenstraße in Köln.

**Verbringst du viel Zeit auf Social Media?**

Ich poste nicht viel. Bin da eher ruhig. Ich muss nicht der ganzen Welt zeigen, was ich mache. Sportliche Erfolge teile ich gerne.

Maruan Afkir Ellabdellaoui  
und Alen Baltić

**Wer ist in deinen Augen der beste Trainer?**

Mir gefallen Zinedine Zidane, José Mourinho, Pep Guardiola, Xabi Alonso und sicherlich Jürgen Klopp. In meiner Karriere haben



# Perfekte Mischung für die besten Songs

## Im Tonstudio mit Lena, Xatar und Eko Fresh

Julian kennt sie alle, Promis aus der ganzen Welt. Berühmte Musiker und Musikerinnen haben bei ihm seine Alben produziert. Dazu zählen Xatar, Eko Fresh oder auch Lena. Heute haben wir Julian Pfalsdorf in seinem Studio in Köln-Dellbrück besucht. Er arbeitet schon seit 14 Jahren als Tontechniker. Die Musik begleitet ihn sein ganzes Leben lang. Schon als Kind hat er viele Instrumente gelernt. Darunter Querflöte, Schlagzeug und Gitarre. Er wollte Musik studieren, aber es hat leider nicht geklappt. Eines Tages meinte seine Mutter, er solle doch zum Radio gehen. Gesagt, getan. Weil er sich neben der Musik auch für Technik interessierte, machte er eine Aus-

bildung zum Tontechniker, später zum Tonmeister. Er übernahm das Studio seines alten Chefs und startete durch. In Dellbrück stehen in den Räumen einer alten Bowlingbahn drei Studios zur Verfügung, die 24 Stunden geöffnet sind. Hier werden Pop, Jazz, Funk, Rap, Hip Hop aber auch Werbesongs und Hörbücher produziert. „Manchmal muss ich auch nachts arbeiten. Aber der Flow ist immer kreativ und die Zeit verfliegt“, erzählt Julian, der seinen Job liebt. Der 33jährige hat die Ruhe weg. Man merkt, dass er viel Erfahrung hat und sein Mischpult beherrscht. Julian ist nicht nur sehr musikalisch und technisch begabt, er hat auch eine gute Menschenkenntnis.

„Das ist wichtig. Hier kommen Leute aller Nationen zusammen“, erzählt er. Mal dauert eine Produktion Monate, mal nur einige Stunden. „Für das Xatar-Album haben wir fünf Monate gebraucht“, erinnert er sich. „Dann muss es auch mal schnell gehen. Eine junge Band hatte nur Geld, um das Studio für vier Stunden zu mieten. Trotzdem haben wir es geschafft, fünf gute Songs aufzunehmen“, erinnert sich der Kölner. Aktuell spricht Julian seinen eigenen Text ein. Er ist nämlich die deutsche Stimme für das Garmin-Navigationssystem. Wir haben mit Julians Hilfe übrigens auch etwas produziert: Ein Jingle für unsere Schule.

Marya Borislovova und Jinane Boucheqif



Einmal wie ein Popstar singen...



Julian hat uns seine Arbeit am Mischpult erklärt.



Alle Perry Rhodan-Hörbücher werden in Dellbrück aufgenommen.



Rapper Xatar, der kürzlich im Alter mit 43 Jahren verstorben ist, hat sein Album „Baba aller Babas“ mit Julian aufgenommen.



# Wenn die Lachgas-Party tödlich wird

## Interview mit einer Fachreferentin von der Drogenhilfe Köln

Für einen Kölner Schüler endete ein Selbstversuch tödlich. Eigentlich sollte der Abend mit der Lachgasflasche richtig witzig werden. Aber die Dinge laufen nicht immer so wie geplant. Kaum hatte der Schüler das Gas eingeatmet, wurde ihm schwindelig. Er fiel zu Boden, krachte mit dem Kopf auf einen Stein und verletzte sich tödlich. „Das ist typisch für Lachgas. Man wird schwindelig und kann stürzen“, erklärt uns Friederike Reuver, Fachreferentin von der Drogenhilfe Köln. Sie weiß, dass regelmäßiger Konsum von Lachgas abhängig macht. Es kommt zu einem Mangel an Vitamin B12, der neurologische Erkrankungen zur Folge haben kann. Nach dem Konsum verspürt man ein Kribbeln. Arme und Beine, Hände und Füße können taub werden, was zu unsicherem Laufen führt. Aktuell wird Lachgas als Party- und Modedroge verkauft. Man bekommt es in kleinen Kartuschen für Sprühshame oder in großen Flaschen, die 75 Euro kosten. Wenn man so eine Flasche kauft, bekommt man 300 kleine schwarze Luftballons dazu. Das Gas kommt eiskalt aus der Falsche und wird deshalb zunächst in Luftballons gefüllt und dann eingeatmet. Eigentlich ist Lachgas ein Narkosemittel und wird in der Medizin benötigt. Auch in der Industrie oder in Bäckereien ist der Stoff im Einsatz. Man kann Lachgas im Internet bestellen oder auch an Kiosken und Tankstellen kaufen. Dort heißt es dann „Exotic Whip“ und ist mit unterschiedlichen Geschmacksrichtungen erhältlich. „Gerade haben wir einen Trend, der sich auch über die sozialen Medien verbreitet“, sagt Friederike Reuver von der Beratungsstelle in Hürth. Bei Lachgas sei die Hemmschwelle relativ gering und der Gruppenzwang groß. Es scheint kontrollierbar, zumal die Wirkung nur kurz anhält. „Doch je jünger die Konsumenten sind, desto schädlicher ist die Droge“, sagt die Fachfrau und fügt hinzu: „Die Jugendlichen wollen ihre Probleme vergessen und sehen nicht die Folgen.“ Immer mehr junge Menschen landen im Krankenhaus. Gerade wenn sie Lachgas zusammen mit anderen Substanzen mischen.

Salwa Aghzali und Mariam Bouzinab



Friederike Reuver hat uns in der Beratungsstelle in Köln empfangen.

### Unserer Meinung nach:

ist Lachgas sehr gefährlich, besonders für Jugendliche. In Bergheim hat die Stadtverwaltung den Verkauf an Minderjährige verboten. Das ist gut so, weil immer mehr junge Leute es ausprobieren. Viele finden es attraktiv, weil es billig ist und man es leicht bekommen kann. Aber sie wissen oft nicht, wie schädlich es für das Gehirn und den Körper sein kann. Deshalb finden wir es gut, dass es jetzt ein Verbot für Leute unter 18 Jahren gibt. Jeder kann die Kartuschen an Kiosken und Tankstellen kaufen. Jetzt wird der Ausweis verlangt. Gut wäre es auch, wenn an der Schule Infoveranstaltungen für Schüler und Eltern angeboten würden. Schließlich findet der Hausmeister auch auf unserem Schulhof immer wieder Flaschen und benutzte Luftballons.

Salwa Aghzali und Marian Bouzinab



# Vom Narkosemittel zur Droge

## Gesundheitsamt warnt vor schweren Schäden

Lachgas (Distickstoffmonoxid) ist eine Verbindung aus Stickstoff und Sauerstoff. Das Gas ist farblos und riecht süßlich. Lachgas hat eine schmerzstillende und betäubende Wirkung, weshalb es bei Narkosen eingesetzt werden kann. Außerdem wird es in der chemischen Industrie und der Landwirtschaft verwendet. Das Gas wird über die Lunge ins Blut aufgenommen und gelangt so ins Gehirn und Nervengewebe. Wie das Kölner Gesundheitsamt mitteilt, unterschätzen Jugendliche die gesundheitlichen Folgen des missbräuchlichen Konsums von Lachgas. Der regelmäßige und häufige

Konsum von Lachgas kann schwere möglicherweise lebenslange Folgen haben. Er kann zu schwerwiegenden Schädigungen des Rückenmarks und der peripheren Nerven führen. Es können Taubheitsgefühl, Muskelschwäche, Angststörungen, Harnverhalt und Inkontinenz auftreten. Die Schädigung der Gehirnfunktion führt zu Verhaltensänderungen, Wahnvorstellungen,

Halluzinationen und anderen psychiatrischen Symptomen. Eine Überdosierung oder missbräuchliche Anwendung kann aufgrund von Sauerstoffmangel Schwindel, Übelkeit, Bewusstlosigkeit oder sogar Tod durch Erstickern hervorrufen.



## Stadt verbietet Verkauf an Minderjährige

Strafen von bis zu 1000 Euro möglich

Verboten ist in Bergheim mit dem Ratsbeschluss vom 31. März 2025 der Verkauf von Lachgas an Minderjährige. Damit hat die Kreisstadt eine wichtige Maßnahme zum Schutz junger Menschen auf den Weg gebracht. Mit der neuen Verordnung reagiert die Stadt auf die zunehmende Verbreitung von Lachgas als Partydroge. Die leeren Kartuschen sind auf Spielplätzen, Schulhöfen oder an anderen Orten im öffentlichen Raum zu finden. Verkaufsstellen sind nun verpflichtet, das Alter ihrer Kunden und Kundinnen zu prüfen. Auch

Automaten ohne Alterskontrolle dürfen Lachgas nicht mehr anbieten. Verstöße gegen das Verbot können mit einer Geldbuße von bis zu 1000 Euro geahndet werden. Bürgermeister Volker Mießeler betont: „Die aktuellen Entwicklungen sind besorgniserregend. Der einfache Zugang zu Lachgas als Rauschmittel und die damit verbundenen Gesundheitsgefahren erfordern ein entschlossenes Handeln. Wir wollen mit einer klaren Regelung auf kommunaler Ebene einen Beitrag zum Schutz unserer Kinder und Jugendlichen leisten.“





# Teste dein Internet-Wissen!

## TIKTOK



Wie lang darf ein TikTok Video höchstens sein?

- A) Zwei Minuten
- B) Zehn Minuten
- C) 30 Sekunden

Welcher Account hat die meisten Follower?

- A) Khaby Lame (161 Millionen)
- B) MrBeast (115 Millionen)
- C) Younes Zarou (54 Millionen)

Was zeigt das TikTok-Logo?

- A) Ein Foto
- B) Einen Ball
- C) Eine Note

Auflösung: B, A, C

## ChatGPT



Wie viele Sprachen kann ChatGPT?

- A) 25 Sprachen
- B) 112 Sprachen
- C) 53 Sprachen

Wofür steht ChatGPT?

- A) Giant Personal Teacher
- B) Generative Pretrainend Transformer
- C) Great Programme Technique

Welche Altersgruppe benutzt die Software am häufigsten?

- A) 20 – 40jährige
- B) 14 – 28jährige
- C) 18 – 34jährige

Auflösung: A, B, C

## Instagram



Wie viele Ortsfilter gibt es?

- A) 22
- B) 13
- C) 15

Wie hieß die App früher?

- A) Spritz
- B) Burbon
- C) Fade away

Welches Bild wurde als erstes hochgeladen?

- A) Katzenfoto von Kate Manson am 3. Februar 2009
- B) Hochzeitsfoto der Windsors am 1. Januar 2000
- C) Hundefoto von Kevin Systroms am 16. Juli 2010

Auflösung: B, B, C

*Jinane Boucheqif und Marya Borislavova*

## VIELFÄLTIGE KULTUR IM MEDIO!

Konzerte, Theater und mehr ...



**Fr. 12. September**  
Die Nina Simone Story  
mit Fola Dada



**So. 5. Oktober**  
Die Abenteuer des Pinocchio  
TROTZ-ALLEDEM-THEATER



**Di. 7. Oktober**  
Kyiv Tango Orchestra



**Fr. 10. Oktober**  
School's Out Festival



**Sa. 11. Oktober**  
WDR 4 – Disco 44



**Fr. 31. Oktober**  
Midnight Story Orchestra:  
„DAS HAUS USHER“



**Sa. 1. November**  
Die Udo Jürgens Story



**Do. 6. November**  
20 Jahre Comedy Camp



**Fr. 7. November**  
Malika Tirolen  
R&B meets Jazz & Hip-Hop



**Sa. 15. November**  
Eko Fresh  
Legacy Tour 2025

+++ JUGEND.THEATER IM MEDIO +++ POETRY SLAM +++ MUSICALPROJEKTE +++  
+++ KLASSIK FÜR KINDER +++ MEDIO.KIDS +++ SCHOOL'S OUT FESTIVAL +++





# Vom Möbelverkäufer zum Comedian

## Motivationscoach Osman Citir hat Tipps für gute Noten

Kennt ihr Sven? Der coole Typ, der immer Stress macht, gerne kiff und in der Schule nichts gebacken kriegt? Osman Citir, der mit seinem Bühnenprogramm in unserer Schule zu Gast war, kann sich gut an seinen Mitschüler erinnern. Einen Schulabschluss hat Sven nicht gemacht, erzählt uns der Comedian. In seinem Bühnenprogramm mit dem Titel „Jetzt erst recht“, das er in der Mensa für alle 9er-Klassen gespielt hat, zeigte der Coach Möglichkeiten für eine erfolgreiche, berufliche Zukunft auf. Ein wichtiger Tipp von ihm: „Halt dich fern von Leuten, die dein Leben zerstören wollen“. Eine weitere Botschaft lautet: „Erfolgreich wird nur der, der andere erfolgreich macht“. Was er damit meint? Ganz einfach. Osman Citir empfiehlt, sich untereinander zu helfen. In der Schule war er gut in Mathe, aber schlecht in Englisch. Seine Mitschülerin konnte super Englisch, hatte aber schlechte Noten in Mathe. Also haben sie



Marya, Jinane und Elisabeta konnten sich mit Osman Citir über die Schule unterhalten.



Sehr emotional ist die Bühnenshow, die die Jugendlichen begeisterte.

sich gegenseitig Nachhilfe gegeben. Mit Erfolg. Doch Erfolg hatte Osman Citir nicht immer. Seine Eltern kamen aus der Türkei nach Deutschland. Weil sie keine gute Ausbildung hatten, mussten sie in einer Nudelfabrik arbeiten. Ihr Sohn sollte es besser haben. Doch in der Schule machte Osman nur Faxen, bekam schlechte Noten, nahm das Lernen nicht ernst und hätte fast keinen Schulabschluss bekommen. Als Konsequenz sollte Osman genau wie seine Eltern in der Fabrik arbeiten. Sechs Wochen in den Sommerferien musste er putzen, aufräumen, gefährliche Aufgaben übernehmen. Nach den Ferien bekam er 2500 Euro, die seine Mutter sofort einkassierte. Seine Mutter wollte ihm zeigen, wie hart diese Arbeit ist und dass es sich lohnt zu lernen und einen qualifizierten Beruf zu lernen. Osman machte sich an die Arbeit, bekam ein Schulabschluss und lernte Möbelverkäufer. Während eines Ausflugs mit der Firma entdeckte er sein komödiantisches Talent. „Als die Leute geklatscht haben, hat es mich motiviert, weiter zu machen“, erzählt er. Heute ist sein Bühnenprogramm bekannt und er kann von seinen Auftritten als Motivationscoach gut leben. Heute ist er glücklich in seinem Beruf und glaubt, dass er seine Fehler machte musste, um dahin zu kommen, wo er heute ist. „Vielleicht hätte ich mich besser auf meine Fähigkeiten konzentrieren sollen“, lacht Osman Citir. Um erfolgreich zu werden, sollte man interessiert sein und Praktika machen. „Verlasse die Schule und tauche in die Arbeitswelt“, ist sein Tipp. „Das Schulsystem sollte mehr auf das Wesentliche vorbereiten und die Fähigkeiten des Schülers fördern“, fügt er hinzu. Mittlerweile sind seine Eltern sehr stolz auf ihren Sohn. Ganz konkrete Tipps für bessere Noten gab es für alle Schülerinnen und Schüler in Form eines kleinen Büchleins am Ende des Programms.

Jinane Boucheqif und Marya Borislavova



**Film: Bad Boys**

Der Film aus dem Jahr 1995 ist ein Actionstreifen mit viel Humor. Die Hauptdarsteller Will Smith und Martin Lawrence spielen zwei Polizisten, die nur 72 Stunden Zeit haben, einen Fall aufzuklären. Dabei erleben sie viele verrückte Abenteuer. Der Film hat aufregende Verfolgungsjagden, viel Explosionen und coole Sprüche. Die Story ist einfach, aber unterhaltsam. Ich finde den Film sehr lustig und spannend, obwohl manchmal sehr viel Action dabei ist. Mittlerweile gibt es sogar vier Filme aus der Reihe. Der letzte erschien 2024.



Salwa Aghzali

**Serie: Haus des Geldes**

Die spanische Serie „Casa del Papel“ handelt von einer Gruppe Krimineller, die unter der Leitung des geheimnisvollen „Professors“ einen großen Raubüberfall auf die spanische Banknotendruckerei plant. Am meisten hat mir der ständige Spannungsaufbau gefallen. Man denkt die ganze Zeit, dass sie erwischt werden oder jemand stirbt. Das macht die Serie extrem spannend. Die Story schafft es, dass man mit Räubern mitfühlt, obwohl sie eigentlich das Gesetz brechen. Unerwartete Wendungen, emotionale Konflikte und das Spiel zwischen Verstand und Gefühl in „Haus des Geldes“ haben mich gefesselt und beeindruckt. Ich bin begeistert von der Serie.



Mariam Bouzinab

**Serie: Kardeşlerim**

In der Geschichte der türkischen Serie dreht sich alles um vier Geschwister und ihre verschiedenen Probleme im Leben. Sie wachsen zunächst glücklich mit ihren Eltern in der Türkei, der Hauptstadt Istanbul, auf. Sie sind arm und haben nicht viel, aber ihre Herzen sind voller Liebe. Ihr Leben wird an einem Tag auf den Kopf gestellt, als ihre Eltern plötzlich sterben. Die Serie hat vier Staffeln mit mehreren hundert Folgen. Ich finde die Serie gut, weil sie sehr dramatisch ist und immer wieder neue Dinge passieren. Die Schauspielerinnen und Schauspieler sind sehr kreativ und talentiert. Sie leben ihre Rolle und man hat das Gefühl, als wäre die Serie das echte Leben. Man kann die Staffeln in türkischer oder arabischer Sprache, aber auch auf Deutsch, verfolgen. Die ganze Story ist für mich sehr professionell gemacht und für mich einfach unvergesslich. Ich empfehle Kardeşlerim, was auf deutsch „Brüder und Schwestern“ bedeutet, sehr.



Lamar Altaki

**Serie: Squid Game**

Meine Lieblingsserie heißt Squid Game. Sie wurde in Südkorea erfunden und gedreht. Man kann sie nur auf Netflix sehen. Sie ist ab 16 Jahre und es geht darum, zu gewinnen oder zu sterben. Diese Serie hat zwei Staffeln und die dritte erscheint gerade. Für mich ist die Geschichte dramatisch und spannend. Der Hauptcharakter heißt Seong Gi-Hun und er ist der Spieler mit der Nummer 456. Er hat im Lauf der Serie Freunde gefunden, aber auch verloren. Er hat in der ersten Staffel sechs Spiele gewonnen und hat Millionen verdient. Erster Spieler in Staffel eins mit der Nummer 001 ist ein alter Mann, der Erfinder des Spiels. Am Ende von Staffel eins stirbt er. In Staffel zwei will Gi-Hun (Spieler 456) wieder am Squid Game teilnehmen, um anderen das Leben zu retten. Ich finde Squid Game richtig aufregend, weil richtig viel Blut zu sehen ist, wenn die Leute abgeschossen werden. Für mich eine richtig coole Serie. Sobald Staffel drei rauskommt, werde ich sie direkt gucken. Einfach die beste Serie auf Netflix. Noch ein Tipp: Vertraue niemals Spieler 001.



Alen Baltić

**Social Media: TikTok**

Die App soll der Unterhaltung dienen. Mehr als eine Milliarde Menschen benutzen sie. Bei TikTok kann man Leuten folgen und die Videos liken, teilen oder kommentieren. Man kann auch mit Freunden und Freundinnen chatten, in dem man eine Freundschaftsanfrage sendet. Wenn es dir langweilig ist, in dem man eine Freundschaftsanfrage sendet. Wenn es dir langweilig ist, kannst du auch Videos hochladen. Das Gute an der Sache ist, dass deine Videos viral gehen könnten und du so Geld verdienen kannst. Aber aufgepasst: TikTok kann auch Nachteile haben, wenn du einer fremden Person deine Daten gibst, weil du angeblich etwas gewonnen hast. Das könnten deine Bankdaten sein, die unrechtmäßig benutzt werden. Schlecht ist oft auch, dass es eine live-Funktion gibt. Es gibt nämlich viele verstörende Videos mit Gewalt. Wenn man jemanden beleidigt, Videos klaut oder Inhalte teilt, die erst ab 18 Jahre sind, kann man gemeldet werden, eine Anzeige und Geldstrafen bekommen. Aktuell gibt es ein neues Update. Es ermöglicht, Produkte zu bestellen und Stories hochzuladen, die aber nur für 24 Stunden verfügbar sind. TikTok bietet viele Möglichkeiten, um deine Videos mit bestimmten Filtern zu bearbeiten und so zu verbessern. Capcut erleichtert es dir, deine Filme zu schneiden. Über Coins und Geldtruhen hast du die Möglichkeit, Geld zu verdienen oder zu spenden. Ich finde TikTok gut, weil ich es mir gerne anschau, wenn mir langweilig ist. Die App darf man ab 13 Jahren nutzen.



Maruan Afkir Ellabdellaoui

**Serie: All of us are dead**

Bei der Serie handelt es sich um ein K-Drama. Sie läuft auf Netflix. An einer koreanischen Highschool bricht ein Zombie-Virus aus, der von einem Lehrer erschaffen wurde. Die Schüler sind plötzlich auf sich alleine gestellt und müssen ums Überleben kämpfen. Währenddessen versucht die Regierung, die Ausbreitung zu stoppen. In der Serie geht es um Freundschaft, Verrat, Angst und Mut mitten in einer Apokalypse. Mir gefallen die gut aussehenden Schauspieler und der spannende Plot. Ich finde die Serie sehr gelungen.



Elisabeta Belbe

**Musik: Par Amour von Dadju**

Ich mag das Lied „Par Amour“ des französischen Sängers Dadju sehr. Es geht um die Liebe und was man für sie tut. Der Text ist gefühlvoll und die Musik klingt schön und ruhig. Dadju singt mit viel Emotion und seine Stimme passt gut zum Lied. Ich kann dieses Lied immer wieder hören, ohne dass ich müde davon werde. Es ist einfach zu schön, um es zu überspringen. Auch das Musikvideo gefällt mir, weil es die Geschichte gut zeigt.



Jinane Boucheqif





# Ihre persönliche **Treuekarte**

**Beim Kauf eines ganzen Brotes  
ab 500 g erhalten Sie von uns einen  
Stempel auf Ihre Treuekarte.  
Sind alle 12 Felder entwertet erhalten  
Sie 1 Brot bis 1000 g gratis.**





# Ab unter die warme Lampe

## Kreative Maniküre im Kosmetik-Unterricht

Mit einem feinen Pinsel malt Chanel einen Bogen auf den Fingernagel. Das nennt man einen „French Tip“. Wir sind hier nicht im Nagelstudio sondern im Kosmetikunterricht von Lehrerin Eva Kalashyan. Sie unterrichtet einmal pro Woche das Wahlpflichtfach Kosmetik für die 8.



Der Unterricht bei Eva Kalashyan macht den Schülerinnen der Stufe 8 sichtlich Spaß.

Klasse. Regelmäßig nehmen 13 Schülerinnen am Unterricht teil. Dabei geht es natürlich nicht nur um Fingernägel, sondern auch um Haut- und Haarpflege. „Wir haben gerade das Thema Hände und Finger beendet und werden nun pflegende Cremes aus Bioprodukten herstellen“, erklärt die Lehrerin. Doch heute sind die Nägel nochmal Thema. Zunächst geht es um den Aufbau des Nagels. Dann gestalten die Mädchen künstliche Fingernägel, sogenannte Tips, feilen und bemalen sie mit sommerlichen Farben. Unter der UV-Lampe wird für 60 Sekunden gehärtet. Wenn man das richtig macht, kann man viel Geld sparen. Ein Besuch im Nagelstudio kostet nämlich zwischen 30-45 Euro. Die Schülerinnen sind kreativ was die Gestaltung der Nägel betrifft und üben fleißig. Kleben Sticker und malen feine Zeichnungen. Sie freuen sich aber auch auf die neuen Themen, „Ich suche nämlich die perfekte Frisur für mich“, lacht Chanel. Chayenne freut sich auf das Thema Hautpflege. „Ich will einfach keine Pickel haben“, sagt sie.

*Elisabeta Belbe und Lamar Altaki*



Unter einer UV-Lampe werden die Nägel gehärtet.



Kunstvoll gestalten die Mädchen die „Tips“.

## Steppweste, Wollmantel oder Fleece-Pulli



1



2



3



4



5

Wem gehört welche Jacke?



A



B



C



D



E



# Zehn Jahre Siesta, jetzt ist Zeit für Fiesta!

## Die 10er-Klassen verlassen unsere Schule. Wir wünschen euch alles Gute.



Die 10A1 mit Frau Fuß: Iman Baghdadi, Ioan-Luca Bambea, Napolion Belbe, Lilly Marie Beuzer, Sanaa Mushin Saeed Blasini, Amin Boulghalgh, Xhenete Braimi, Oumaima Ech-Charif, Younes El Magaghiri Oukiaden, Niklas Farcke, Maxime Gronendahl, Aicha Seydou Haidara, Bayan Jnid, Tom Koch, Leon Kuhrau, Sahana Manoharan, Fernando Merjan, Julian Nedeljkov, Carla Jeanne Quilolo, Alexander Spletter, Andrea-Amalia Stanomana, Anshaan Vaseekaran, Rachid Zaalouki El Bakouri.

Die 10A2 mit Lorraine Baker: Sadullah Ademi, Komil Ahmadi, Roni Akid Ajaaj Ajaaj, Mohamed Ammari, Emilia-Lea Bambea, Bouchra Boulaghour, Bidali Camara, Osma El Abdellaoui, Fatima El Abdellaoui Mouden, Bilal El Ghazi, Justin Lucas Helzer, Hadija Jamo, Juliana Manhold-Fromm, Carlos Miguel Marchano, Ibrahim Mosslem, Ahmad Rachid, Markus Reinhardt, Giada Sarnacchiaro, Sials Werner Schwarz, Angelina ZinBius.



Die 10A3 mit Verena Mihajlovic: Samir Afkir, Kawa Ali, Ossama Amahiou El Khatabi, Adela Asanovic, Pawel Piotr Bednarek, Timofej Bogdashov, Tareq Faouzi, Jonny Garling, Varin Juqi, Zaid Kalthom, Valeriia Kharchenko, Johanna Zoe Lemmer, Faton Mustafa, Marouane Oukka, Jessica Petrovics, Josie Schreinemachers, Aridon Shala, Sabrin Siyad, Abraham Weinrich.

Die 10A4 mit Hatice Kartal: Akin Arslan, Abdulsamed Avci, Orhan Efe Aydin, Mandy Brahms, Faith Celep, Eymen Ceylan, Antonela Constantin, Fatima Ebrahimi, Mohammad Yonus Ebrahimi, Hamza El Ghazi, Lachezar Georgiev Gospodinov, Denis Graure, Alan Hassan, Ferdaus Kada Mouhout, Olivia Kedzior, Odisei Kovach, Mona Kriechel, Bekir Musa, Narek Shahnazaryan, Madalina-Alessia Todor, Afsana Toofau, Kevin Louis Traurig, Nicoleta-Denisa Vastag, Mike Leon Zander, Wafaa Zkalmi.



Die 10B mit Annett Roggendorf: Muhammed-Berkan Akbas, Joy Austine, Fatine Bilal Boussefdaouen, Nirwz Blasini, Aria Block, Fatima El Bannoudi El Mokadem, Rahma Ezzakari Angel, Julien Giesen, Sorina Iovan-Stojkov, Kübra Karadag, Soner Kayan, Lana Kurth, Lavin Kurth, Anastazja Anna Mikulska, Stefan Milutinovic, Max Nevio Niesen, Erdem Özdek, Fawat Isaak Raufi, Varuinius Ravichandra, Iasmina Andrea Sabadas, Zaman Saeed Ahmed, Yusuf Arda Sen, Cecilia Stella Zahlbach.



## Impressum

Redaktion:  
Was Strammes  
Schülerzeitung der  
Erich Kästner-Hauptschule  
Gutenbergstraße 10  
50126 Bergheim  
Tel.: 0 22 71 / 76 75 03  
wasstrammes@yahoo.de  
Chefredakteurin:  
Randy Hasch  
Auflage: 300 Stück





# Weil's wichtig ist.

**Wir unterstützen Schulen mit  
den richtigen Materialien, damit  
Jugendliche die finanzielle Welt  
besser verstehen.**

**[ksk-koeln.de/unser-engagement](https://ksk-koeln.de/unser-engagement)**

**Weil's um mehr als Geld geht.**



**Kreissparkasse  
Köln**