

# PROGRESSO-NEWS

Ausgabe  
08

Intensivpädagogische Betreuung in Portugal

2020-2022

Progresso - Associação para o Apoio e Acompanhamento de Jovens em Portugal



Rua do Convento 9a  
7700-058 Almodôvar  
Portugal  
Telefax: +351 - 286 66 52 50  
Handy: +351 - 93 433 84 44  
E-Mail: [info@progresso-pt.de](mailto:info@progresso-pt.de)  
Internet: [www.progresso-pt.de](http://www.progresso-pt.de)

## INHALT

- 2-3 Kunsttherapie bei Progresso
- 4 Als Corona Portugal erreichte
- 5 Praktikum bei der Feuerwehr
- 6-7 Jeffrey – eine Erfolgsgeschichte
- 8-9 Zusammen kreativ – Summer School 2021
- 10-11 Meine große Wanderung – auf staubigen Pfaden
- 12 Feierliche Zeugnisübergabe
- 13 Quinto do Cerro – unser internationaler Freitag
- 14-15 Ein Leben – mein Leben
- 16 Schule bei Progresso – ein Jugendlicher erzählt
- 17 Kompetenznachweis Kultur
- 18 Ausflug nach Lissabon
- 19 Surfen am Praia Amado
- 20-21 TAP – Unser Training für die alltägliche LebensPraxis
- 22-23 Meine Erfahrungen in Portugal
- 24 Viola Campanica – ein portugiesisches Instrument
- 25 Besuch von meinen Eltern
- 26-27 OPEN DAY – Tag der offenen Tür
- 28-29 Sommerferien – Quinta do Cerro und Nova Sembla
- 30-31 Karate, meine Leidenschaft: Emin und Keano
- 32 Quiz und Impressum

## „Mir reicht's! Ich geh dann mal ... Lernen?“



## VORWORT

Pädagogisches Wunschenken oder Wirklichkeit? Kommen unsere Schutzbefohlenen tatsächlich nach Portugal, um ganz bewusst an sich arbeiten zu wollen? Oder flüchten sie eher vor der Realität in der Hoffnung, dass weit weg alles anders wird?

In der 8. Ausgabe unseres Newsletters erzählen wieder größtenteils unsere Jugendlichen, wie sie ihre Zeit in Portugal erlebt und für sich genutzt haben. Viele Denkanstöße geben unsere „Ehemaligen“ und mittlerweile jungen Erwachsenen. Sie erzählen nach mehreren Jahren rückblickend auf ihre Zeit in Portugal, welche Werte und Perspektiven sie für sich entwickelt haben und was sie den jetzigen Jugendlichen damit an die Hand geben möchten.

Viel Spaß bei Lesen.

Dorit Brandauer  
Geschäftsführerin



## Kunsttherapie bei Progresso

Ich bin Juliane, Kunsttherapeutin. Jeden Montag biete ich bei Progresso Therapie an. Was ist denn das – Kunsttherapie? Das werde ich häufig gefragt.

Es beinhaltet das Arbeiten mit Papier, Farben, Holz, Metall, Makrameegarn (Knüpfen), Schmuck herstellen, Henna, Kleister, Ton und vielem mehr. Nicht nur ich als Therapeutin bringe die Ideen ein, gerne dürfen die TeilnehmerInnen etwas mitbringen oder vorschlagen.

Die entstandenen Kunstwerke wirken als „Tor“ in unser „Innenleben“. Wenn wir mal keine Worte dafür finden, was gerade in uns los ist, dann finden wir trotzdem immer einen Ausdruck in der Kunsttherapie. Und sogar noch viel mehr: manchmal stoßen wir auf noch ungenutzte Ressourcen.



Meist sind es unsere eigenen Bewertungen, die den Ausdruck von Gefühlen nicht erlauben. Wenn Angst und Scham wegfallen, wird über das Kunstwerk sichtbar, was vorher allein mit Worten nicht möglich war.

So sagt die 16-jährige Dana: *„Wenn wir gemeinsam backen vergesse ich, dass wir Therapie machen. Ich werde nicht so ausgequetscht wie von anderen Therapeuten. Wenn ich vergesse, was ich gerade mache, dann erzähle ich viel freier was gerade los ist.“*

Das heißt aber nicht, dass jeder Jugendlicher die selbst erschaffenen Werke gut findet. Häufig werden diese abgewertet. Aber auch das gehört zum Prozess. Und obwohl ich als Sozialpädagogin und Therapeutin viele Tools und Konzepte kenne, finde ich, dass vor allem eines wichtig ist: das miteinander Sein – ohne zu viele Regeln und ohne DAS darfst du hier nicht. Denn so können Masken abfallen, so können wir sein, wie wir wirklich sind. Es gibt keine Themen oder Fragen, die in diesem geschützten Raum unangebracht sind.



Warum ist Therapie denn überhaupt wichtig?

Gefühle erkennen und benennen klingt einfach. Ist es das? Und was sind eigentlich Gefühle?

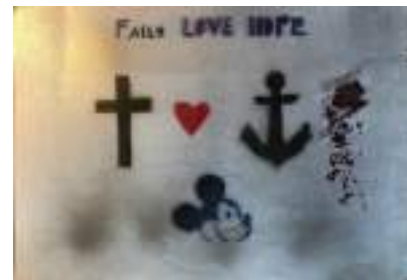
Solange es einzelne Gefühle sind wie Angst, aufgeregt sein oder wütend sein (auf einen Freund z.B.) fällt es uns noch relativ leicht, diese zu erkennen. Aber wie ist es mit ganzen Gefühlsknäueln? Sie werden häufig von körperlichen Reaktionen begleitet wie Bauchkribbeln oder Achterbahn im Magen.



Gefühle sind nicht zu unterschätzen; sind sie doch oft ausschlaggebend für unser tägliches Handeln. Sie bestimmen mit, wie wir uns anderen gegenüber verhalten. Bin ich heute gut drauf, dann erscheine ich vielleicht großzügig und freundlich. Bei schlechter Laune sieht mein Akzeptanzspielraum ganz anders aus. Manchmal steht hinter dem Gefühl, das sich an der Oberfläche zeigt, sogar noch ein ganz anderes, tiefer liegendes Gefühl.

Therapie ist ein Raum, in dem wir immer wieder mit der Hilfe anderer an unseren Gefühlen arbeiten, ihnen näherkommen, sie besser erkennen und „lesen“ lernen.

Auch das Thema Bindung ist wichtig. Denn unsere frühesten Bindungen sind ausschlaggebend dafür, wie wir uns später auf andere Menschen einlassen können. Emotionale Beziehungen einzugehen ist ganz schön komplex. Denn wir kommen mit den Stimmungen anderer in Kontakt und es passiert oft, dass wir diese auf uns beziehen. Bindungsforscher haben schon lange herausgefunden, dass unsere ersten emotionalen Beziehungen eine Art „Vorlage“ sind für spätere soziale Bindungen. Je wohler wir uns fühlen, desto leichter fällt uns eine „normale“ Entwicklung. Lernen z.B. können wir vor allem dann, wenn wir uns sicher und geborgen fühlen. Denn wenn wir uns nicht geschützt fühlen, werden sämtliche Herausforderungen schnell als Bedrohung erlebt (das kennt jeder aus dem Alltag...).



Das heißt: um uns gut entwickeln zu können, brauchen wir ein Gefühl von Sicherheit, ein Sicherheitsnetz. Jemanden der kontinuierlich da ist, der zuhören kann. Dadurch wird Vertrauen aufgebaut – in sich selbst, aber auch in andere.



*Giuljana: „Die Kunsttherapie hilft mir, um aus mir heraus zu kommen, um meiner Kreativität freien Lauf zu lassen.“*

*Sascha: „Das Tolle ist, dass wir mit Schmuck arbeiten können, z.B. mit Bernstein, Rosenquarz, Tigerauge, alles besondere Materialien, und ich darf alles „for free“ benutzen. Das finde ich cool.“*

*Aleyna: „Jede Woche kommt etwas Neues auf mich zu – ich weiß nie, was wir machen werden. Verändert hat sich die Art, wie ich meine Bilder sehe. Früher hatte ich viel Selbstkritik, alles sollte perfekt sein. Heute kann ich mich besser ausdrücken.“*



*Sar: „Ich habe durch die Kunsttherapie sehr viel dazu gelernt z.B. wie man mit schwierigen Situationen umgehen sollte. Außerdem helfen mir oft die Bilder zu malen – wie es mir gerade geht.“*

Juliane, Kunsttherapeutin bei Progresso



## Als Corona Portugal erreichte



Mein Name ist Jonas, ich bin 18 Jahre alt und wohne in der Verselbständigungsgruppe bei Progresso in Almodôvar.

Da das Corona Virus ausgebrochen war, musste ich zur Sicherheit zurück ins andere Projekt nach Nova Sembla - das ist besser als an irgendeinem anderen Ort, denn dort war es sicherer.

Ich vermisse meine Familie, genauso wie meine Familie mich vermisst. Vor allem in dieser schwierigen Zeit habe ich manchmal Angst um meine Familie - das ist normal. Und zwar auch deshalb, weil man den Corona Virus nicht sehen kann. Deshalb ist Corona so gefährlich. Und momentan gibt es noch keinen Impfstoff.



Wir schützen uns so gut wir können mit Desinfektionsmitteln, indem wir Hände waschen und alles hygienisch sauber halten. Wenn wir raus gehen, tragen wir zum Schutz Masken und Handschuhe. Ich muss sagen: es nervt!

Wir bleiben in Nova Sembla und verlassen momentan nicht das Projekt, weil ich eine Familie habe, die zu Hause auf mich wartet und die mir wichtig ist.

Passt auf euch auf!

Jonas, Nova Sembla + Transition House



## Praktikum bei der Feuerwehr

Die Zeit in meinem Praktikum bei den „Bombeiros“ (deutsch: „Feuerwehr“) war echt schön – denn „Feuerwehr“ ist mein Hobby! Die Arbeit dort hat mir riesigen Spaß gemacht und die portugiesischen Feuerwehrleute mochten mich.

Ich bin unheimlich dankbar dafür, dass ich dort mein Praktikum machen durfte, denn nicht jeder hat diese Möglichkeit.

Mittlerweile kenne ich mich im Bereich der Feuerwehr richtig gut aus, man kann sagen, es ist mein „Spezialgebiet“. Auch deshalb, weil ich zu diesem Thema meinen Praktikumsbericht angefertigt habe, der sogar benotet wurde.



Vor allem die Fahrzeuge haben mich während meines Praktikums fasziniert. Ganz anders als in Deutschland hat die Feuerwehr hier ein Fahrzeug für die Stadt, eines für das Dorf und zwei für Waldbrände, welche Tanklöschfahrzeuge sind. Die Tanklöschfahrzeuge gibt es mit der gleichen Ausrüstung auch in Deutschland – nur die Sirene klingt anders; wie in Amerika.

Für ein Foto durfte ich sogar eine Uniform anziehen, mit Hose, Jacke und Helm. Das war richtig toll!


Ich glaube fest daran, dass ich bei der Feuerwehr bleiben werde. Auch, weil ich anderen Menschen in Not helfen möchte. Meine Spitznamen sind „Firefighter“ und „Rescuer“.

Bereits in Deutschland war ich acht Jahre bei der Jugendfeuerwehr in meiner Heimatstadt. Dort habe ich bereits gelernt, wie man Brände vermeiden kann und wie man Menschen darüber aufklärt.


Auch in der „Ersten Hilfe“ wurde ich ausgebildet. In der Berufsfeuerwehr steigt man in dieses Thema noch tiefer ein, auch wie man Ruhe bewahrt und wie man in Stresssituationen schnell und gut handeln kann. Darüber hinaus ist der Beruf des Feuerwehrmanns gut bezahlt. Ich bleibe bestimmt dabei!

Liebe Grüße vom Feuerwehrmann Jonas,  
Nova Sembla + Transition House


## Jeffrey - eine Erfolgsgeschichte




Mein Name ist Jeffrey Castel, ich bin 23 Jahre alt und kam im Oktober 2015 in Fronteiras an. Es war eine intensive Zeit, aber als ich das Programm im Dezember 2017 beendete, verfügte ich über Fähigkeiten, die sich in meinem Leben als wesentlich erweisen würden.




Als ich wieder in den Niederlanden ankam, wollte ich mit der Schule weitermachen, wurde aber leider erstmal abgelehnt. Ich versuchte einen anderen Weg um eine Ausbildung zu machen. Aufgrund der Ablehnung war ich gezwungen ein weiteres Jahr zu arbeiten, da ich nun zu spät dran war, um mich für eine Ausbildung zu bewerben.




Ich machte das weiter, was ich in Portugal gerne tat: Sport. Ich bekam einen Job im größten Fitnessstudio-Franchise-Unternehmen Europas und lernte eine Menge neuer Dinge im Zusammenhang mit dem Verkauf.




Jedes Mal, wenn es mir nicht gelang, jemandem eine Mitgliedschaft zu verkaufen, nutzte ich die Fähigkeiten, die ich in Portugal gelernt hatte. Ich dachte darüber nach, was falsch gelaufen war und wie ich es in Zukunft besser machen konnte. Eins führte zum anderen, und nach einem Jahr hatte ich alle meine Verkaufsziele übertroffen.




Dann erhielt ich eine großartige Nachricht: Ich wurde an der Universität angenommen, um ein Studium der internationalen Wirtschaft mit Schwerpunkt auf den asiatischen Markt aufzunehmen (und somit Chinesisch zu lernen).




Ich habe mich unglaublich gefreut, aber es hat mich mehr herausgefordert als erwartet. Aufgrund von COVID-19, war es für mich nicht leicht. Ich hatte das Gefühl, dass alles außer Kontrolle geriet, weil zu viel Unvorhersehbares auf einmal passierte. Das lag zum Teil daran, dass meine Studienplanung schrecklich war, und zum anderen Teil an meinem eigenen Handeln.





Und wieder habe ich gelernt meine Fehler zu akzeptieren und sie einzugestehen. Schließlich habe ich das Studium abgebrochen und mich im Bereich (digitales) Marketing selbstständig gemacht. Momentan bewerbe ich mich auf ein anderes Studium im Bereich Vertrieb und Kundenmanagement.



Natürlich habe ich gelernt, mein eigenes Verhalten zu reflektieren, und wenn es nicht den Anforderungen entsprach, konnte ich meine Fehler eingestehen und mich verbessern. Bevor ich zu Progresso kam, habe ich die Verantwortung für meine Fehler nicht übernommen und mich schon gar nicht verbessert. Ich glaube, dass es wichtig ist, aus seinen eigenen Fehlern zu lernen, sonst wird man nicht zu dem, was man sich wünscht.

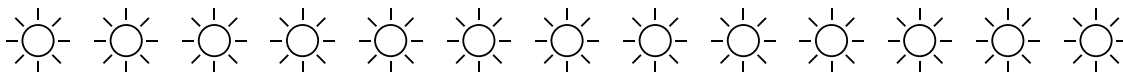


Jeffrey Castel,  
Student der Internationalen Wirtschaft an der Avans University of Applied Sciences





## Zusammen kreativ - Summer school 2021



Im Hinterhof des Transition Hauses wird gehämmert, gebastelt, geschraubt und gemalt. Ein paar Jugendliche sitzen um einen runden Holztisch und bemalen Holzplatten und Steine, andere sägen Paletten auseinander und wieder andere bohren mit lautem Getöse Löcher in die Wand des Hauses. Hier wird die Halterung für drei große neue Bilder für den Innenhof befestigt.



Dieses Jahr hatte sich das Lehrerteam aufgrund der Corona Pandemie dafür entschieden, während der Summer School den Hinterhof des Transition Hauses zum Kreativraum umzugestalten und ihn gleichzeitig ein wenig schöner und gemütlicher zu machen.

Es gab drei Teams, die sich um verschiedene Projekte kümmerten:

Team Nr. 1 bemalte unter der Aufsicht von Louise Paletten für die Wandgestaltung,

Team Nr. 2 baute mit Marias Hilfe einen Kompost aus Paletten und

Team Nr. 3 bemalte zusammen mit Susanne Holzschilder und Steine für die Gestaltung eines gemütlichen Sitzplatzes. Christian war der Springer, der mit seinem Händchen für alles Handwerkliche überall gebraucht wurde.







Die Tage vergingen wie im Fluge. Die Aufräumarbeiten am ersten Tag stießen noch auf große Widerstände bei unseren Schülern. Das kreative Arbeiten an den darauffolgenden Tagen traf dann aber auf immer größere Begeisterung.

Zeynep und die anderen holländischen Schüler malten bunte, lebhaftige Bilder auf Paletten. Sascha schraubte und sägte eifrig an den Paletten für den Kompost. Cheyenne und Aleyna waren versunken in das Bemalen der Holzschilde.

Nach und nach fand jeder Schüler und jede Schülerin eine Tätigkeit, in die er oder sie sich vertiefen konnten. Es war ein fröhliches, entspanntes und sehr kreatives Miteinander und auch das Ergebnis konnte sich wirklich sehen lassen.



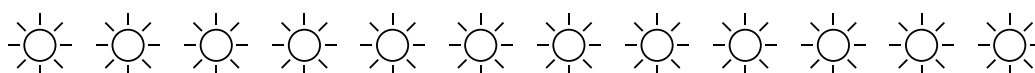
Am Ende der kreativen Tage hatten unsere Jugendlichen einen Kompost aus Paletten gezimmert, der dem Transition Haus noch heute gute Dienste erweist und bei der Mülltrennung hilft.

Die fantastischen Palettenbilder schmücken nun die Hauswand des Innenhofes und sind ein echter Hingucker. Und der gemütliche Sitzplatz im Zentrum des Innenhofes lädt mit der selbstgebauten Holzbank und den bunten Holzschildern, die an langen Schnüren von den Bäumen hängen, zum Ausruhen und Träumen ein.

Am Ende waren wir uns alle einig: so sollte Schule immer sein!

Ich danke euch allen für die wunderbaren Tage!

Susanne Arlt, Lehrerin



## Meine große Wanderung - Auf staubigen Pfaden

Olá! Ich bin Sascha, bin 14 Jahre alt und komme aus Norddeutschland. In Portugal bin ich schon seit fast 3 Jahren. Ich mag es, draußen an der frischen Luft zu sein.

Einmal, als mir die Decke in der Schule auf den Kopf fiel, sind mein Lehrer Christian und ich während des Unterrichts eine große Runde in Almodôvar zum Aussichtspunkt Miradouro da Ermida de Santo Amaro gelaufen. Dabei habe ich bemerkt, wieviel Spaß es macht einfach nur so zu laufen. Christian machte mir anschließend

den Vorschlag, einmal eine größere Strecke zu wandern. Als ein paar Tage später ein Betreuer im Projekt zu mir kam und sagte, dass ich mit ihm die 20 Kilometer von Almodôvar zurück nach Nova Sembla wandern würde, habe ich mich richtig gefreut.



Nach dem Unterricht sind wir losgelaufen und sind mal auf Wegen, mal querfeldein und immer nach Osten. Wir haben Schildkröten gesehen, kleine Ziegen gestreichelt, Flüsse überquert und sind über die Hügel gelaufen.

Als schwere dunkle Wolken am Himmel aufzogen und Donner das nahende Gewitter ankündende, haben wir uns in der Eile verlaufen. Das war Mist, denn wir haben es erst nach mehreren Kilometern bemerkt. Als es angefangen hat zu blitzen und zu regnen, haben wir eine alte Bushaltstelle als

Unterschlupf gefunden. Welch ein Glück, denn auf dem geplanten Weg wären wir auf dem freien Feld gewesen! Zurück im Projekt haben wir beschlossen, weitere Wanderungen zu machen.

Dann liefen wir in mehreren Etappen den Jakobsweg von Santa Cruz bis Castro Verde. Die Strecke von Almodôvar nach Santa Cruz war die Schwerste, denn es ging meist bergauf und es war schweineheiß.

Nach mehreren Kilometern dachte ich, ich schaffe es nicht, aber wir hatten - Gott sei Dank - eine Abkühlung gefunden: einen kleinen Fluss, an dem wir unsere Käppis nass gemacht haben. Christian hat mich immer wieder motiviert, weiter zu laufen. Am schwersten war es, kurz vor dem Ende: die Sonne ging unter und ein Ende war nicht in Sicht.



Ich konnte nicht mehr weiter, doch Christian sagte Santa Cruz wäre nicht mehr weit und er würde mich morgen früh hier in der Pampa abholen, denn er hatte keine Lust im Freien und Kalten zu übernachten. Er hat auch ein paar Kilometer unterschlagen, aber das war gut so, denn wir sind dann auch in Santa Cruz angekommen. Dann gab es Eis zur Belohnung.



Die Strecke von Almodôvar nach Castro Verde haben wir nicht mit einem Mal geschafft. Schade, denn ich hätte Christian gern einmal – wie er sagte – im Kreis hüpfen gesehen.

Obwohl es Flachland war, kamen wir nur bis Rosário. Schuld war ein Umweg, den wir machen mussten, denn auf dem Jakobsweg war eine große Strecke durch eine Eukalyptus-Plantage mit einem riesigen Zaun und einem Tor gesperrt. Als es uns zu lang und zu bunt wurde, sind wir über Zäune geklettert und über Wiesen und Feldern gelaufen. Als wir dabei auf Stiere und Kühe getroffen sind, war mir mulmig. Als ich vor Hunger fast umgekommen bin, haben wir auf einem Feld leckere Erbsen gefunden. Zwischendurch haben wir Pilze gefunden, die wenn man auf diese trat, riesige grüne Wolken ausstießen - das war cool. Am Ende kamen wir glücklich in Rosário an.

Unsere letzte Strecke führte uns von dort nach Castro Verde. Da die Stadt immer in Sichtweite lag – dachte ich es wären nur 5 Kilometer, der Weg führte uns aber mal näher, mal weiter weg, so dass es am Ende 25 Kilometer waren. Das war anstrengend! Christian ließ mich entscheiden, ob - wenn wir schon mal hier sind – nicht doch noch einen 5 km - Umweg auf den Hügel des Batalha de Ourique machen wollen. Ich entschied mich dafür. Das war hart, aber ich war am Ende richtig glücklich und stolz auf mich.

Auf den Wanderungen haben wir viel geredet: Christian hat mir viel über Geschichte – vor allem die Portugal's und dem Jakobsweg erzählt, aber auch über seine eigenen Erfahrungen vom Jakobsweg und vom Reisen. Das alles hat richtig Spaß gemacht. Darum habe ich mich schon riesig darauf gefreut, mit meinen Betreuerinnen Katia und Laura wandern zu gehen.

Die Strecke wäre viel länger gewesen: von Nova Sembla nach Sagres und wir wären jeden Tag gelaufen, hätten Gepäck mitnehmen müssen und im Freien übernachtet. Das hätte ich wohl geschafft und das wäre Abenteuer pur gewesen! Doch leider kam es nicht dazu. Aber vielleicht geht es ja noch einmal später.



Sascha, Nova Sembla



## Feierliche Zeugnisübergabe

Als ich im Convent ankam, war ich total aufgeregt! Als wir schließlich vollständig waren, haben wir es uns auf der Terrasse gemütlich gemacht und haben uns unterhalten, bis die Zeugnisübergabe los ging.



Alle Lehrer setzten sich hin und sagten wertschätzende Dinge über uns. Die Worte meiner Lehrer über mich waren sehr berührend und ich hatte tatsächlich Tränen in den Augen, als mir mein Zeugnis übergeben wurde.



Ich war wirklich sehr stolz auf mein sehr gutes Zeugnis. Auch deshalb, weil es das beste Zeugnis war, das ich jemals bekommen hatte!

In Deutschland war ich immer sehr schlecht in der Schule. Ich habe nie meine Hausaufgaben erledigt und mir war die Schule total egal.

Ich habe die Schule in Deutschland einfach nicht ernst genommen und dachte, dass ich die Schule nicht brauche, da ich irgendwann einfach nur in einer Küche arbeiten werde.

Hier in Portugal hat es auf einmal „klick“ gemacht und ich habe den Entschluss gefasst, meinen Schulabschluss zu erreichen, damit ich niemals von irgend jemand anderem abhängig sein muss.

Seit diesem Moment habe ich hart daran gearbeitet, mein Schulziel zu erreichen und sehr gute Bewertungen zu bekommen.

Wie gesagt, ich bin sehr stolz auf mich - es macht mich glücklich!



Sarah, Quinta do Cerro und  
Transition House



## Quinta do Cerro - Unser internationaler Freitag

Auf der Quinta haben wir jeden Freitag mit verbundenen Augen ein Land auf der Weltkarte gezeigt und dann ein Essen aus diesem Land gekocht.

Wir haben russische, finnische, arabische, italienische, polnische, australische, türkische und deutsche Gerichte gekocht.

Manchmal hat mir das Essen nicht so gut geschmeckt, aber es war ein Abenteuer und die Experimente waren wirklich schön. Zum Beispiel die Pizza, die wir zum Italien-Tag gemacht haben.



Das arabische Hühnerreisrezept, das wir gemacht haben, hat nicht besonders gut geschmeckt, aber die anderen mochten es, also ist es wohl Geschmackssache. Manchmal konnten wir nicht die richtigen Zutaten finden. Für das finnische Essen wollten wir zum Beispiel Rentier kochen, aber unser Supermarkt hatte natürlich kein Rentierfleisch, also mussten wir mit etwas Kuhfleisch improvisieren.

An einem Abend habe ich ein türkisches Gericht namens 'cig kofte' gemacht, das ich von meiner Mutter gelernt habe und das schwierig zu machen ist, aber sehr lecker. Wahrscheinlich würde ich es nicht noch einmal machen, denn ich koche nicht sehr gerne.

Mein Lieblings-IFFD (**I**nternational **F**ood **F**ri**D**ay) war, als wir türkisches Essen gekocht haben. Wir haben türkische Pizza gemacht, die nicht wirklich nach türkischer Pizza geschmeckt hat, aber sie war trotzdem gut. Nur ein bisschen zu knusprig. Wir haben auch leckere Baklava gemacht, das war so schön und hat geschmeckt wie der Himmel und Regenbögen.

Ich denke es ist besser und einfacher, das Kochen von einer anderen Person im wirklichen Leben zu lernen, als einem Rezept aus dem Internet oder einem Buch zu folgen.

Ich hoffe mein Bericht hat euch gefallen.

Tschüss von Zey, Quinta do Cerro



## Ein Leben - Mein Leben

Der Flug, der mein Leben verändern sollte: In diesem Bericht geht es um einen Jungen, der die Chance seines Lebens bekam und wie er seinen Neustart nutzte.



Der Junge hatte es schon von Geburt an nicht leicht und wurde innerhalb seiner Familie rumgereicht. Schließlich lebte er dann bei seiner Tante. Dort fing er an sich auffällig zu verhalten und wurde mit 6 Jahren in die Psychiatrie gesteckt, wo er auf Ritalin eingestellt wurde. Nach zwei Einschulungen kam er ein zweites Mal für 8 Wochen in die Psychiatrie, von wo aus er direkt ins Kinderheim umzog. Dort sollte er weitere 4 Jahre leben, wo er gegen Ende wieder eine Gefahr für sich selbst, wie auch für andere darstellte. Also kam er noch ein drittes Mal in die

Psychiatrie. Nach langer Zeit wurde er wieder ins Heim entlassen. Er ging wieder zur Förderschule und eines Nachmittags bekam er die Nachricht, dass er am nächsten Tag nach Portugal ziehen würde und dort mit einer Pflegefamilie leben wird.

Es geschah noch viel mehr, bevor er nach Portugal kam, aber das würde den Rahmen sprengen. Wir schreiben den 18.10.2016, der Junge wurde von der Chefin von Progresso mit nach Portugal genommen und um Mitternacht an die Familie übergeben. Er ging erschöpft schlafen und lernte am nächsten Tag alles kennen. Ihn begrüßten seine neue Pflegemutter und ihr portugiesischer Freund, sowie zwei Töchter, 8 und 10 Jahre, die eine aus Deutschland und die andere aus Portugal. Gesprochen wurde die meiste Zeit Deutsch oder auch Portugiesisch, denn die Mutter und Kinder lebte schon seit 10 Jahren dort.



Das Haus, in dem er lebte, war auf einem großen Grundstück, nur 5 Minuten vom Meer entfernt und mit ganz vielen Tieren, für die er schnell Verantwortung zu übernehmen lernte. Die Zeit verging und er fühlte sich immer wohler. Schnell bekam er zwei private Lehrer, um auf das kommende Schuljahr vorbereitet zu werden. Denn der Plan war, dass er auf eine deutsche Schule, zusammen mit den Töchtern der Pflegemutter gehen sollte. Im kommenden Jahr (2017) schaffte er den Eignungstest der Schule und besuchte die 7 Klasse. In Laufe des Jahres trat er der Feuerwehr bei, wo er die Chance bekam Portugiesisch zu lernen, was aber noch mit Händen und Füßen funktionierte.

Im Jahr 2018 durfte er auch schon die Familie im Urlaub nach Deutschland begleiten und lernte dort den Rest der Pflegefamilie kennen, was sie noch näher aneinander brachte.

Zurück in Portugal bekam er vom Projekt (Progresso) ein Fahrrad, mit dem er dann schon zur Schule (5km) und zur Feuerwehr (10 km) fahren durfte. Das Jahr neigte sich dem Ende zu und er bekam Besuch von seiner Tante, die ihn ab da an jedes Jahr ein bis zweimal besuchte und immer für ihn da war.

Doch auch die Beziehung zwischen dem Jungen und seiner neuen Familie (Pflegefamilie) wurde immer stärker. Die Schule sollte nie sein bester Freund werden, doch bis zum Ende war er tapfer. Im Jahr 2019 durfte der Junge dann auch seine Tante in Deutschland besuchen.

Allerdings wurden die schulischen Leistungen schlechter und er schaffte es immer nur gerade so, was aber an seiner Faulheit und nicht an seiner Intelligenz lag.



Als es Herbst wurde und die Rennradfahrer nach Portugal kamen, weckte es ein Interesse in dem Jungen und er kaufte sich ein altes Rennrad (das mittlerweile vierte Rad, seit Ankunft), mit dem er dann Touren von bis zu 100 km am Tag machte. Im Winter trat er einem Verein bei und bekam ein neues Rennrad zum Geburtstag, das am 05.01.2020 bei

einem Verkehrsunfall kaputtging. Doch das hielt ihn nicht davon ab weiterzumachen und er bekam von seiner Pflegefamilie volle Unterstützung.

2020 - der Junge und seine ältere Halbschwester waren voll in der Pubertät, was bedeutete das auch die Eltern nerviger wurden, weshalb sie oft wandern und Fahrradfahren gingen wo sie Zeit hatten abzuschalten und über alle Probleme zu sprechen (was sie auch bis heute noch machen).

2021 war dann ein aufregendes Jahr, es war geplant zurück nach Deutschland zu ziehen und zur Bundeswehr zu gehen, oder Radsport Profi zu werden. Doch mit all der Vernunft plante der Junge ein weiteres Jahr in Portugal zu bleiben und seine Berufswahl zu überdenken, während er seinen Schulabschluss verbesserte. Zum Ende des Jahres bewarb er sich dann für eine Ausbildung als Zweiradmechatroniker, die er im kommenden Jahr auch bekam. Die Idee dazu kam von der Erfahrung, die er mit all seinen Fahrrädern machte, als er sie reparierte oder es zumindest versuchte.



Das Jahr 2022 war das letzte im Bunde und auch das Schönste. Er hatte sich ein schönes Leben aufgebaut, mit vielen Freunden in der Schule, aber auch im Verein. Er hatte durch seine Wettkämpfe Teile in Spanien, so wie ganz Portugal gesehen. Auch die Schule würde ihm zum Ende hin fehlen und er begriff, wie schön es eigentlich dort war/ist.

Am 28.07.22 ging es dann nach fast 6 Jahren wieder zurück nach Deutschland, wo er im August seine Ausbildung anfang und in einer eigenen Wohnung mit Hilfe eines betreuten Wohnens einzog. Schwierig war der Umzug nach Deutschland nicht, denn vom Handwerk, Sprachen, Schwimmen über Putzen, Höflichkeit, Zivilcourage und Kochen, hatte er alles in Portugal gelernt.



Fazit: Wäre ich in Deutschland geblieben, hätte ich einen Hauptschulabschluss und keine Freude am Leben. Wäre so verkorkst geworden, wie es viele Menschen sind, wenn sie sich nicht mit anderen Kulturen beschäftigen und die AfD wählen. Im Heim hätte ich niemals zu so einem Menschen werden können, der ich jetzt bin. Denn es fehlt die Aufmerksamkeit, die jedes Kind von seinen Eltern oder wenigstens Pflegeeltern bekommt, die auch kein Erzieher ersetzen kann. Die gesetzlichen Freiheiten sind viel größer als in einem Kinderheim und auch Freunde verstehen leichter, wenn man sagt, dass man Pflegeeltern hat. Es kommt auch auf die Kinder an, denn nicht jeder kann sich auf ein Leben mit einer Pflegefamilie einlassen. Aber wenn das möglich ist, würde ich es immer vorziehen, Kindern die Möglichkeit zu geben, eine Pflegefamilie zu finden, als sie in einem Kinderheim groß werden zu lassen. Geschrieben von dem Jungen selbst.



## Schule bei Progresso - Ein Jugendlicher erzählt

Ich, Jonas, von der Verselbständigungs-Gruppe, möchte euch von der Schule erzählen: wenn es auf die Prüfungen zugeht, wird hart gebüffelt. Die Lehrer helfen dabei. Man bekommt jede Menge Hausaufgaben in Mathe, Deutsch, Geschichte, Biologie, Englisch und Erdkunde.

Ich kann euch eins sagen: das Lernen auf die Prüfungen ist so langweilig, dass man einschläft. Bei mir war es so - ich habe mich hingesetzt und bin mitten beim Lernen eingeschlafen. Auf dem Schulbuch. Und: nehmt ein gutes Thema zur Abschlussarbeit, denn sonst wählen die Lehrer.

Noch ein Tipp: lernt was das Zeug hält, denn mit den Noten bestimmt ihr euer Leben. Mit den Noten müsst ihr euch später für einen Job bewerben und die meisten Leute nehmen nur die Schüler mit den guten Noten. Das weiß ich aus eigener Erfahrung.

Ab der Note 3 kann es schon gefährlich werden einen Job zu finden. Allerdings gibt es Berufsschulen, bei welchen man sich auch mit schlechteren Noten weiterbilden lassen kann. Man muss sich nur an die Regeln halten, sonst fliegt man raus. Also strengt euch an und glaubt an euch - ihr könnt es schaffen.

Ich habe es auch geschafft und ich war davor acht Jahre lang ein Förderschüler. Ich habe hier bei Progresso meinen Hauptschulabschluss gemacht. Und das in nur einem Schuljahr!

Ihr müsst an euch glauben und die Kraft und den Mut nicht verlieren. Dafür legt ihr bei Progresso hier den Grundstein und ihr baut euch eure eigene Zukunft auf. Es wird hart, aber ihr könnt es durchhalten.



Ich bin auch durchgekommen und für mich war es auch nicht leicht. Ich habe ein halbes Jahr vorher begonnen allein und zusammen mit den Lehrern zu lernen. So habe ich meinen Hauptschulabschluss 2019 geschafft. Und als ich ihn in die Hand bekommen habe, habe ich vor Freude gleichzeitig geweint und gelacht! Ich war glücklich, es geschafft zu haben. Das bin ich auch heute noch und meine Familie ist stolz auf mich. Und dazu hat sie auch guten Grund.

Es lohnt sich auf jeden Fall zu lernen, denn was ihr jetzt lernt, hilft euch in der Ausbildung. Das ist der Tipp, den ich euch geben kann.

Jonas, Transition House





## Kompetenznachweis Kultur

Der Kompetenznachweis Kultur ist ein Verfahren für Jugendliche ab 12 Jahren um außerschulisch gewonnene „Schlüsselkompetenzen durch kulturelle Bildung“ nachzuweisen.

In einem freiwilligen Kontext können unsere Jugendlichen durch Initiierung und Durchführung oder durch Teilnahme an einem Projekt persönliche Schlüsselkompetenzen, frei von Sanktion und Selektion erfahren und erforschen.

Viele Jugendliche haben in ihrem bisherigen Schulleben negative Erfahrungen mit dem Lernen gemacht. Daher ist die freiwillige Bereitschaft und Teilnahme am Kompetenznachweis Kultur eine Grundvoraussetzung.

Das Ziel des Kompetenznachweises bei Progresso ist es, außerschulisch gewonnene Bildungserfahrungen sichtbar zu machen und zu „zertifizieren“ und somit einen leichteren Einstieg in die Berufswelt zu ermöglichen.

In Reflektion mit dem/der zuständigen „KompetenzberaterIn Kultur“ ist das Verfahren in fünf Schritte aufgeteilt:

1. Erstellung einer Praxisanalyse
2. Beobachtung
3. Dialog
4. Beschreibung
5. Feierliche Vergabe

Ein Schwerpunkt des Kompetenznachweises ist persönliche Kompetenzen identifizieren zu lernen, persönliche Stärken erfahren zu können und vor allem, diese in einem bundesweit anerkannten Zertifikat sichtbar zu machen.

Lea Niggemann, päd. Koordinatorin Nova Sembla



Stärken sichtbar machen

Hier wird der  
**Kompetenznachweis Kultur**  
vergeben!

bki Bundesvereinigung  
Kulturelle Kinder- und Jugendbildung e.V.

[www.kompetenznachweiskultur.de](http://www.kompetenznachweiskultur.de)

## Ausflug nach Lissabon



Früh am Morgen starteten Saru, Zeynep und ich den Trip nach Lissabon. Während der 3-stündigen Autofahrt waren wir aufgeregt, wir sangen und tanzten bei jedem Lied mit.

Wir fuhren direkt zu unserer Jugendherberge und luden das Gepäck aus, aber leider mussten wir erfahren, dass unser Zimmer noch nicht fertig war.

Also besuchten wir die riesige Jesus Statue „Cristo Rei“ in Almada. Wir entschieden uns, auf die Statue mit dem Fahrstuhl rauf zu fahren. Oben angekommen, hatten wir einen Wahnsinnsblick über den Fluss



und die Hauptstadt.

Nach der Besichtigung gingen wir etwas Kleines essen und danach shoppen. Für den Abend in Lissabon haben wir uns natürlich schick gemacht.



Wir fuhren in die Innenstadt und stellten das Auto im Parkhaus ab. Daraufhin gingen wir zu Fuß weiter durch die Altstadt. Saru kam auf die Idee, uns die „Pink Street“ zu zeigen. Dort lief auch noch gerade eine Show, mit einem berühmten TikToker, der auf Rollerskates Kunststücke zur Musik zeigte. Als die Show vorbei war, hatten wir ein wenig Hunger und hielten nach einem Restaurant Ausschau.

Auf der Suche nach einem Restaurant, trafen wir plötzlich "Amor" höchstpersönlich. Mit dem Mann, der als Statue verkleidet war, machten wir Erinnerungsfotos.

Nach dem Treffen mit Amor sah ich ein Souvenirladen und schaute mich drinnen um. Danach fanden wir endlich ein gutes Restaurant und gingen lecker Essen. Frisch gestärkt gingen wir ein bisschen durch die Stadt. Auf einmal haben wir Musik gehört und schauten was dort, am Rossio-Platz los war. Wir sahen Leute mit Trommeln, die Musik machten und es wurde getanzt. In der Nähe entdecken Zeynep und ich Street-Künstler, denen wir aufmerksam bei ihren Zaubertricks und ihrer Musikvorführung zugeguckten.



Nach ihrer Vorführung wollte uns Saru den ältesten Fahrstuhl „Santa Justa“ zeigen. Er war unglaublich groß und man kann mit ihm zum höher gelegen Teil der Stadt fahren. Da eine sehr lange Warteschlange war, entschieden wir uns, nicht damit zu fahren. Am Ende des Abends tranken wir noch einen Kaffee und fuhren dann Heim.

Lissabon ist eine tolle Stadt, es hat mir sehr viel Spaß gemacht und ich würde da gerne noch mal hin.

Sarah, Transition House

## Surfen am Praia Amado 走

Meine Gruppe und ich waren während unseres Zeltausfluges am Praia do Amado surfen.

Der Praia do Amado (auf deutsch: Strand des Geliebten) ist ein sehr guter Strand zum Surfen. Das merkte man schon daran, dass sehr viele Surfschulen und Surfer dort waren.

An diesem Sonntagvormittag im August stiegen die Temperaturen auf über 35 Grad. Leider waren wir dadurch alle schon im Auto durchgeschwitzt.

Keano, Sarah, Zeynep und ich hatten nach unserer Ankunft den Surflehrer Leon kennengelernt. Unsere Betreuerin Paula und unser Betreuer Andre schauten uns zu.



Wir mussten nichts mitbringen, denn die Bretter und Anzüge wurden uns von der Surfschule zur Verfügung gestellt. Als erstes trugen wir die Bretter nach vorne und zogen unsere Neoprenanzüge an. Im Anzug wurde uns sofort sehr warm, trotzdem haben wir mit den Anzügen ein Aufwärmspiel am Strand durchgeführt. Danach zeigte uns Leon im Sand, wie man mit dem Körper und dem Brett durch das Wasser gleitet. Nach dieser Übung durften wir endlich ins Wasser und es dort ausprobieren.

Zurück am Strand im Sand übten wir, wie man richtig auf dem Brett aufsteht. Als Leon es uns vorab zeigte, sah es so einfach aus. Tatsächlich war es am Strand auch noch leichter als im Wasser. Nach etlichen vergeblichen Bemühungen im Wasser gelang es uns allen wenigstens einmal auf dem Surfbrett zu stehen. Ich bin leider gleich wieder vom Surfbrett runtergefallen, aber den anderen gelang es ein kleines Stück zu surfen. Sie beschrieben es als ein tolles Gefühl.



Nach diesen zwei Stunden waren wir sehr ausgehungert und machten uns über die gemachten Brötchen und Getränke her. Bei diesem Picknick stellten die anderen fest, dass ihnen das Surfen Spaß gemacht hat und es ein schönes Erlebnis war. Wir selbst hatten uns diese Ferienaktivität ausgesucht. Auch mir hatte dieses Gruppenerlebnis Spaß gemacht, aber ich kann mir nicht vorstellen, jemals zu surfen.

Ausgewert und mit guter Laune sind wir dann nach Hause gefahren.

Giuljana, Transition House



## TAP - Unser Training für die Alltägliche LebensPraxis

### TAP – Unser Training für Alltägliche LebensPraxis

Unser „TAP-Training für alltägliche Lebenspraxis“ wurde für Jugendliche entwickelt, die bereits einen Schulabschluss erworben haben, jedoch noch Zeit für die persönliche Entwicklung und Reife im Ausland benötigen, bevor sie zurück nach Deutschland gehen.

Inhaltlich aufgeteilt in unterschiedliche Wissensbereiche, wurde bei der Entwicklung Wert auf „handpraktische“ und „zukunftsorientierte Bildungsinhalte“ mit einer Möglichkeit für die „Erprobung“ in der Praxis gelegt.

Das TAP eröffnet unseren Jugendlichen einen (noch) spielerischen Erfahrungsraum, in dem ressourcenorientiert Bildungswissen vermittelt wird und in dem von den Jugendlichen selbst sanktionsfrei Raum, Interessen, Neigungen oder Stärken erforscht und ausprobiert werden können. Zukunftsorientiert geht es in diesem Bereich darum, in Anlehnung an die bestehenden Interessen herauszufinden welchen Einfluss diese auf die eigene berufliche Perspektive nehmen können und welche Schritte notwendig sind, um ein entwickeltes Ziel zu erreichen. Inhaltlich umfasst das TAP folgende Bereiche:

1. Training für alltägliche Lebenspraxis
2. Selbstfürsorge im Alltag
3. Bildungsinhalte zur Förderung von politischer Bildung und Medienkompetenz



Das „**Training für alltägliche Lebenspraxis**“ steht im Kontext der Berufsorientierung. Gemeinsam mit dem Jugendlichen werden Neigungen und Stärken erforscht und in Bezug zu einer möglichen Berufspraxis gesetzt.

Inhaltliche Angebote sind neben dem spielerischen Ausprobieren eines Berufseignungstests, die Recherche von möglichen Berufsausbildungen (orientiert an der Interessenswelt des

Jugendlichen) und das gemeinsame Herausarbeiten der für den Beruf benötigten Kompetenzen.

Die Jugendlichen erlernen Ausbildungswege theoretisch nachzuvollziehen. Im Bereich der praktischen Berufsorientierung gibt es eine Vielzahl von „praktischen Erprobungen“. Das TAP ermöglicht den Jugendlichen sich mit Zeit und „Schritt für Schritt“ im individuellen Tempo auf die Berufswelt einzulassen und eine persönliche Perspektive zu entwickeln.



Mit Rollenspielen oder durch „Interviews mit Experten“, sowie von „Schnuppertagen bis hin zum Praktikum“ eröffnet das TAP ein weites informelles Lernfeld. Die Reflektion der Praxiserfahrungen unterstützt die Jugendlichen im Bereich des Selbstwirksamkeitsempfindens und soll dazu beitragen, bestehende Hemmungen oder noch vorhandene Ängste und Unsicherheiten vor der Berufswelt langsam abzubauen.



Im Kontext der „Selbstfürsorge im Alltag“ steht die Vermittlung von Alltagswissen ganz „handpraktisch“. Das TAP versucht den Jugendlichen unterschiedliche formelle Verwaltungsbereiche zu vermitteln. Gemeinsam wird mit den Jugendlichen eine Dokumentenmappe erstellt, die ihnen einen Überblick und Einblick in alle notwendigen (amtlichen) Papiere geben kann.

Im Rahmen der Selbstfürsorge lernen die Jugendlichen unter anderem, welche medizinischen „Check-ups“ notwendig sind und was bei „Behördengängen“ auf sie zukommen kann. Ein weiterer Schwerpunkt liegt hier auf den finanziellen Angelegenheiten, zum Beispiel Haushaltskostenkalkulationen und Buchführung der persönlichen finanziellen Mittel.



Wichtig bei der Themenauswahl in Bezug auf die Zukunftsorientierung der Jugendlichen war es „**Bildungsinhalte zur Förderung von politischer Bildung und Medienkompetenz**“ einzubeziehen.

Im Bereich der politischen Bildung und Medienkompetenz versuchen wir mittels theoretischer Grundwissensvermittlung, zum Beispiel das politische System in Deutschland, seine Parteien und

Strukturen aufzuschlüsseln, oder zu erklären, was das „Wahlrecht“ eigentlich ist. Im Medienkompetenzbereich nähern wir uns über die Mediennutzung den praktischen Computerkenntnissen und Fertigkeiten an und begleiten die Jugendlichen in Social Media hin zu einem angemessenen Nutzungsverhalten.



Lea Niggemann, päd. Koordinatorin für Nova Sembla



## Meine Erfahrungen in Portugal

Ich weiß gar nicht wo ich anfangen soll... Ich weiß, wenn ich wirklich von Anfang an erzählen würde, dann ist es eine lange Geschichte. Deshalb versuche ich das Ganze mal zu kürzen.

Im November 2012 begann ein heftiger Lebensabschnitt für mich. Alles ging so schnell und plötzlich landete ich in Portugal. Ich weiß noch, dass ich damals nachts unterwegs war, Drogen genommen habe und einfach keine Routine im Leben hatte.

Natürlich ist es am Anfang alles sch... und man denkt sich: „Boah, ich will am Liebsten weg von Portugal!“ Hier kann ich bereits den ersten Tipp geben: Gebe den Menschen eine Chance und vor allem Dir selbst. Und gebe nicht so schnell auf.

Ich hatte eine tolle Zeit in Portugal mit vielen Höhen und Tiefen. Ich habe meine handwerkliche Begabung entdeckt, dadurch dass ich mein eigenes Hühnerhaus gebaut habe. Und natürlich musste ich sehr viel arbeiten, was am Anfang immer doof ist. Jetzt denke ich jedoch, dass man es aus einer anderen Perspektive sehen sollte. Am Ende ist es wirklich toll das Ergebnis zu sehen und zu wissen, was ich geschafft habe.



Ich kann so viel erzählen - allein vom Wohnprojekt „Nova Sembla“. Ich habe dort 3 Jahre gelebt, so viele Menschen kennengelernt und mit so vielen Menschen geredet. Natürlich dauert es das Vertrauen zu den Personen zu finden. Ich finde es nicht schlimm, wenn man zu einem mehr Vertrauen hat als zu dem anderen. Meine Lieblings-Menschen waren Antonia und Owain - und natürlich Jutta, meine Therapeutin. Vielleicht habe ich es zu dem damaligen Zeitpunkt nicht gezeigt, aber sie war ein wichtiger Mensch für mich. Sie hat mir sehr viel geholfen.

Ich weiß nicht, ob sie zum jetzigen Zeitpunkt immer noch dort arbeiten. Nach wie vor habe ich ab und zu mit ihnen Kontakt und ich werde diese Menschen niemals vergessen.

Meiner Meinung nach hat die ganze Entwicklung mit einem selbst zu tun. Wenn man von vornherein nichts an sich selbst ändern möchte und man nach Jahren wieder dorthin zurück geht, wo man herkommt, dann sollte man wirklich überlegen: „Wieso will ich dorthin zurück und wieso nehme ich nicht einfach diese Chance an und nutze sie?“

Eine andere Sache, die mir bei Progresso sehr gefallen hat, war, dass Reittherapie angeboten wurde. Ich habe so eine starke und schöne Beziehung zu Pferden aufgebaut, dass ich sogar heute noch mit Pferden arbeite bzw. reiten gehe. Und dass, obwohl ich bevor ich nach Portugal kam, Angst vor Pferden hatte.

Auch die Erfahrung in Almodôvar war gut, als ich dort auf dem Pferdehof und später im Behindertenheim gearbeitet habe. Dann wurde mein Portugiesisch schließlich besser und besser.

Und jetzt spreche ich immer noch sehr gut Englisch und Portugiesisch. Das ist toll, denn dadurch hat man viel mehr Möglichkeiten in der Zukunft.





Ich durfte sogar den großen Schritt wagen und an die Algarve ziehen. Das war am Anfang alles ein bisschen neu und ich wusste erstmal nicht recht was los ist. Es war trotzdem eine wichtige Erfahrung.

2016 bin ich dann wegen meinem Ex-Freund wieder nach Deutschland gezogen – das bereue ich definitiv. Allerdings haben sich dadurch neue Türen geöffnet. Wo sich die eine Türe schließt, öffnet sich eine andere.

Damit kommen wir bereits zum letzten Punkt meines Berichtes: Ich habe zwar immer noch keine Ausbildung, aber das macht nichts. Ich arbeite als Assistentin im Home-Office und gebe nebenbei Nachhilfeunterricht in Englisch. Außerdem meditiere ich und bin viel in der Natur.

Ich folge meiner ehemaligen Betreuerin Saru schon seit langem auf Instagram - sie gibt mir viel Motivation, auch wenn ich mit ihr kaum schreibe. Ich rauche nicht, trinke keinen Alkohol und nehme keine Drogen. Ich spüre, dass ich den richtigen Weg gegangen bin, und ich habe mit meiner schlimmen Vergangenheit vor Portugal abgeschlossen. Das ist mir sehr wichtig!

Ich arbeite nach wie vor an mir und möchte gerne im Bereich Immobilien selbständig werden. Nächstes Jahr werde ich wieder Portugal besuchen und im Frühling 2022 für zwei Wochen nach Amerika fliegen, um dort meine Freunde zu besuchen. Seit Portugal hat sich auch Einiges an meinem Freundeskreis geändert.

Ich habe mich besser kennengelernt und entdeckt, z.B. dass ich ein Mensch bin der Abenteuer liebt. Ich liebe es außerdem Menschen kennenzulernen und bin neugierig von den jeweiligen Kulturen mehr zu erfahren.

Ich habe gelernt mir selbst zu verzeihen, nach vorne zu schauen und mich von negativer Energie fernzuhalten.

Ich könnte noch viel mehr schreiben. Schließlich sind es vier Jahre, die ich in Portugal verbracht habe - aber denke das hier reicht erstmal ☺ .

Ach ja, mein „favourite quote“:

> Die with memories, not with dreams! <

Samira, Nova Sembla



## Viola Campanica - Ein portugiesisches Instrument



Während Progresso's Summer School 2022 veranstaltete unser Study House einige Schulaktivitäten für die Jugendlichen. Eine dieser Aktivitäten war ein Workshop über ein traditionelles portugiesisches Instrument, namens Viola campanica.

Die Viola campanica ist ein portugiesisches Saiteninstrument aus dem Südosten Portugals. Sie hat 10 Stahlsaiten in 5 Lagen.

Der Workshop fand in dem schönen Dorf São Martinho das Amoreiras im Alentejo statt.

Die Werkstatt selbst war ein altes, umgebautes Gebäude, in dem die Violas von Grund auf hergestellt wurden. Die Jugendlichen wussten nicht so recht, was sie erwarten würde, waren aber sofort von dem Leiter des Workshops angetan, der mit seiner lockeren und ungezwungenen Art dafür sorgte, dass sich alle wohlfühlten. Der Workshop wurde in portugiesischer Sprache abgehalten und mit einer Person, die ins Englische übersetzte.

Der Leiter führte uns durch alle Prozessschritte und die verschiedenen Phasen der Herstellung der Violas ganz genau.

Die Jugendlichen wurden ermutigt, die Materialien und Werkzeuge, die in jeder Phase der Entwicklung der Violas verwendet werden, anzufassen und zu untersuchen.



Während des Workshops beantworteten die Handwerker Fragen der Gruppe und nahmen sich Zeit, um die Geschichte und Entwicklung der Viola zu erklären.

Später erhielt jeder aus der Gruppe eine Viola und es wurden uns einige einfache Melodien zum Spielen gezeigt. Dies geschah mit großem Vergnügen unter den Jugendlichen. Alle machten mit und hatten großen Spaß dabei. Zuletzt gab es einige traditionelle Tänze und Gesänge.

Am Ende des Workshops wurde die Gruppe gefragt, ob sie das Viola spielen weiter nachgehen wollen, und fast alle Hände gingen in die Höhe und zeigten ein echtes

Interesse am Erlernen des Instruments.

Paula Besagni, Betreuerin Transition House





## Besuch von meinen Eltern

Ich bin nun seit 6 Monaten auf der Quinta - meine Eltern kamen zu Besuch. Wir hatten unglaublich viel Spaß! Wir machten alle Dinge, die ich im Folgenden schreiben werde.

Den ersten Tag, als sie ankamen, verbrachten wir auf der Quinta. Ich und mein Vater ritten zusammen mit den Pferden der Quinta aus. Ich ritt auf Quinten und mein Vater auf Bob. Bob war ein wenig krank und müde, so dass mein Vater im Tal angekommen, abstieg und den Rest mit ihm lief. Bob hustete wie verrückt, aber dann trank er unten am Fluss Wasser und es ging ihm wieder gut.



Dann, am Dienstag, gingen wir vormittags Kanu fahren. Wir paddelten auf dem See von Almodôvar. Zuerst paddelte ich mit meinem Vater und danach mit meiner Mutter. Der See war ruhig und hatte keine Strömung, es gab keinen Wind. Dadurch ging das Paddeln ganz leicht, im Gegensatz zum Paddeln im Fluss, der an der Quinta vorbeifließt.

Am Mittwoch fuhren wir nach Faro. Zuerst fuhren wir ins Shoppingcenter, um einen Hamburger bei Mc Donald zu essen. Das war für mich was Besonderes! Danach gingen wir an den Strand. Auf dem Weg nach Faro fühlte ich mich krank vom Autofahren und ich musste mich fast erbrechen. Auf dem Weg zurück nahmen wir die Autobahn, anstatt durch die Berge zu fahren und das war viel besser. Ich empfehle die Autobahn zu nehmen, wenn Du auch leicht reisekrank wirst.



Dann am letzten Tag, waren meine Eltern hier mit auf der Quinta und wir kochten zusammen, was sehr lustig war. Nach dem Essen fuhren wir nach Mértola zu einem See.

Es ist ein wundervoller See mit weißem Sand und klarem Wasser. Anschließend liefen wir ein wenig durch die Stadt. Danach fuhren wir zurück zur Quinta und meine Eltern und ich verabschiedeten sich voneinander, bevor sie dann nach Holland zurückfuhren.

Alles zusammengenommen, hatten wir eine wundervolle Zeit zusammen. Wir hatten viel Spaß, wir sprachen viel miteinander und es war toll, sie nach so langer Zeit wieder zu sehen.

Zeynap, Quinta do Cerro

## OPEN DAY - Tag der offenen Tür

„Networking“ ist im 21. Jahrhundert das „A“ und „O“ vieler beruflicher Sparten, so auch im sozialen Bereich. Für unseren Jugendhilfeverein, der deutsche und holländische Kinder und Jugendliche im Ausland betreut, ist Netzwerkarbeit die Grundlage der Qualitätssicherung. Hierzu zählen einerseits die unterschiedlichen Jugendämter, Kooperationspartner, VormünderInnen sowie Familien und Eltern im Herkunftsland.



Andererseits gibt es zahlreiche Ämter, Institutionen, sowie ÄrztInnen und andere Fachkräfte in Portugal, die unsere Arbeit in der geleisteten Qualität erst möglich machen. Basis für eine gelungene Zusammenarbeit ist ein gegenseitiges Verständnis für die Aufgabenbereiche, Arbeitsweisen und sozioökonomische Einbettung des jeweils anderen.

Um die Netzwerkarbeit in Portugal zu stärken lud Progresso am 14. Oktober 2021 zum ersten OPEN DAY - Tag der offenen Tür - ein.



Das Hauptziel dieser Veranstaltung bestand darin, den TeilnehmerInnen den Rahmen und die Inhalte unserer Arbeit als Verein zur Unterstützung und Begleitung deutscher und holländischer Kinder und Jugendlicher in Portugal vorzustellen. Gleichzeitig ging es uns darum einen Treffpunkt für alle am Prozess der Kinder- und Jugendhilfe Beteiligten zu schaffen, um Grenzen und Bedürfnisse in der Zusammenarbeit auf europäischer Ebene zu diskutieren und möglicherweise neue Wege zu eröffnen.

Zu den geladenen Gästen gehörten unter anderen:

- die DGRSP - Direcção Geral de Reinserção e Serviços Prisionais, die die Konsultationsanträge der Kinder- und Jugendlichen überprüft und eine Belegung in Portugal erst möglich macht.
- das portugiesische Justizministerium, die den juristischen Rahmen für Belegungen im Ausland schaffen.
- Mitglieder der portugiesischen Sozialversicherung – Segurança Social, die die von Progresso geleistete Hilfe vierteljährlich überprüfen und entsprechend Bericht an die jeweils in Portugal zuständigen FamilienrichterInnen erstatten.
- Mitglieder des örtlichen und regionalen Kinderschutzbundes CPCJ, die im Falle einer Verletzung der Kinderrechte eingreifen.
- örtliche Kinder- und JugendpsychiaterInnen.
- PraktikumsbegleiterInnen im Rahmen der fachlichen Anerkennung des portugiesischen Psychologinnenverbandes OPP.



- der Bürgermeister sowie politische Vertreter der Gemeinde Almodôvar.
- VertreterInnen diverser Praktikumsplätze für unsere Jugendlichen in Almodôvar
- VertreterInnen der Universität Faro vom Fachbereich Sozialpädagogik – Educação Social.
- die Staatsanwaltschaft von Almodôvar.
- Kooperationspartner aus Deutschland und Holland.

Auch wenn es aufgrund voller Terminkalender nicht allen möglich war an unserer Veranstaltung teilzunehmen, konnten wir uns dennoch einer großen Besucherzahl erfreuen.



Den Auftakt machte eine Ansprache des Bürgermeisters von Almodôvar – Senhor António Bota – der unter anderem die Wichtigkeit von Progresso als Arbeitgeber in der Region Alentejo, eine der am wenigsten besiedelten Regionen Portugals, betonte.

Im weiteren Verlauf des Vormittags wurde das Projekt mit seinen Standorten, dem Phasenprogramm und den unterschiedlichen Interventionsmethoden genauer vorgestellt.

Die Erstausstrahlung unseres neuen Image-Videos war ein voller Erfolg!

Nach einem stärkenden Mittagsbuffet, ausgerichtet vom Restaurant „Gourmet 1680“, hatten alle TeilnehmerInnen die Chance die Projektstellen vor Ort zu besichtigen.



Leider musste die vorgesehene Arbeitsgruppe zum Thema „Zusammenarbeit und Arbeitsabläufe mit dem portugiesischen System“ spontan abgesagt werden, da die Mitglieder der Segurança Social aufgrund einer Krise unerwartet aufbrechen mussten. Es besteht jedoch die Intention und Bereitschaft auf allen Seiten eine entsprechende Arbeitsgruppe zu gegebenem Zeitpunkt nachzuholen.



Die Veranstaltung hat jedenfalls ihr Ziel erreicht, ein tieferes Verständnis für unsere Arbeit zu vermitteln, Neugierde zu wecken, Kontakte zu knüpfen und zu vertiefen und für die Zukunft wird es neue, interessante Kooperationen innerhalb von Portugal geben. Aber das ist eine andere Geschichte und die soll ein anderes Mal erzählt werden.

Jutta Teufel, Pädagogisch- Psychologische Leitung



## Sommerferien - Quinta do Cerro

Auf der Quinta do Cerro begannen unsere Ferien am 1. August - und sie waren fantastisch!

Am ersten Tag sind wir nach Malhão gefahren, um den Sonnenuntergang zu sehen. In Malhão existiert ein Buddha-Tempel auf dem Berg auf dem wir einen fantastischen Blick über die Landschaft hatten und das Meer sehen konnten.



Am nächsten Tag sind wir ins Schwimmbad gegangen :). Es war wirklich schön, weil wir nach so langer Zeit endlich Leute treffen konnten.

Corona hatte uns zwar sehr eingeschränkt aber wir haben uns in das Schwimmbad verliebt und sind so fast jeden Tag

dorthin gegangen. Wir haben viele neue Leute und auch Kinder kennen gelernt. Wir hatten wirklich eine Menge Spaß:).



Und manchmal sind wir auch ins Café am Schwimmbad gegangen und haben ein Eis oder ein Sandwich gegessen.

In der zweiten Woche sind wir mit Carlos, André und Corinna nach Spanien gefahren.

Der Tag war schön, weil wir alle in einer lustigen Stimmung waren. Wir haben es alle genossen an den Strand zu gehen. Das Wasser war ein bisschen kalt und es waren Quallen im Wasser, deshalb hatten wir alle Angst Schwimmen zu gehen. Am Nachmittag sind wir dann alle in ein Naturschwimmbad in der Nähe von der Quinta gegangen.



Aleyna, Quinta do Cerro

## Sommerferien - Nova Sembla

Ich heiße Dominik und komme aus Regensburg. Ich bin 15 Jahre alt und bin nun schon mehr als 4 Monate auf Nova Sembla bei Progresso.

Die schönste Zeit der Sommerferien habe ich mit Mike und Sascha sowie den Betreuern Miguel und René verbracht.

Wir waren Paintball spielen in der Algarve. Wir haben "Nimm die Flagge" gespielt. Ich war sehr aufgeregt, weil man nur zwei „Leben“ hatte und ich besonders lange mitspielen wollte. Außerdem wusste ich wie es sich anfühlt, wenn ich getroffen werde. Als ich die Flagge nehmen wollte, hat mich unser Betreuer Miguel am Arm getroffen, was zwar ein bisschen weh getan hat, sich aber nicht so schlimm angefühlt hatte wie gedacht. Aufregend war es allemal. Später haben wir mit einer unbegrenzten Anzahl von Leben gespielt, was wirklich lustig war. Dabei habe ich Sascha einen heftigen Treffer in die Hüfte gegeben. Trotzdem hat es allen tierischen Spaß gemacht. Ich habe auf jeden Fall Lust, noch einmal dorthin zu fahren.



Davor waren wir im Aqualand, ein Wasserrutschenparadies. Dort gab es alle möglichen Arten von Rutschen. Zusammen mit Mike habe ich viele davon ausprobiert. Die coolste Rutsche war die Gelbe: sie ist steil, man ist dabei sehr schnell und wenn man sich flach auf den Rücken legt, spritzt einem das Wasser ins Gesicht, sodass man kaum Luft bekommt - das war pures Adrenalin.



Am Ende der Sommerferien sind wir mehrmals nach Albufeira gefahren: Wir sind ins Kino gegangen und haben "Jurassic World: Ein neues Zeitalter" und "Thor: Love and Thunder" angeschaut. "Jurassic World" fand ich besser, weil es ein sehr spannender Actionfilm mit Gruseffekten war. Beide Filme waren in Englisch und mein Englisch damals noch nicht so gut wie heute.

Am Strand bei Albufeira war es auch sehr, sehr schön. Wir haben ein Tretboot mit einer Rutsche ausgeliehen und sind aufs Meer hinausgefahren. Die Wellen haben uns ziemlich durchgeschaukelt. Ich bin drei Mal mit meinem Bauch die Rutsche runtergerutscht, das war unglaublich lustig. Und einmal habe ich sogar einen Hecht von der Leiter ins Meer gemacht.

All das hat uns zusammengeschweißt und ich fühle mich hier willkommen.

In diesen Sommerferien war echt was los – Sommerferien mit Adrenalin!

Dominik, Nova Sembla

## Karate, meine Leidenschaft: Emin

Hallo, mein Name ist Emin und ich bin ein 16-jähriger Junge aus dem „Transitionhaus“. Ich möchte euch gerne von meinen Erfahrungen mit dem Karateclub aus Almodôvar erzählen.

Wie es anfang: Etwa im Januar 2020 (bin mir nicht sicher) ging ich zum ersten Mal zum Karateunterricht und damit begann meine Reise. Anfangs war ich ein bisschen schüchtern und es war komisch, andere portugiesische Jugendliche in unserem Alter zu sehen. Zu diesem Zeitpunkt war ich es nicht gewohnt, mit anderen zusammen zu sein als mit den Jungs von Nova Sembla.



Aber es hat nicht lange gedauert, bis ich mich daran gewöhnt hatte. Die portugiesischen Jugendlichen waren wirklich nett und ich bin immer gerne zum Karate gegangen. Die ersten 2 Monate musste ich mit meinen normalen Klamotten hingehen. Dann bekam ich meinen ersten weißen Gürtel und meinen Anzug. Damit habe ich mich mehr zugehörig zur Gruppe gefühlt.

Und ihr könnt es euch schon denken... Im März (2020) hatten wir die ersten Fälle von Corona, und dann wurde buchstäblich alles durcheinandergebracht. Aber auch wenn wir nicht mehr zum Karate gehen konnten, sind wir mit dem Fahrrad gefahren. Denn wie fast jeder weiß, liegt Nova Sembla mitten im Nirgendwo und es gibt viel freien Platz.

Wir konnten auch nicht mehr auf unserem normalen Platz Karate machen - wir mussten umziehen. Normalerweise war es neben der Feuerwehr, aber jetzt mussten wir auf die Parkplätze am Schwimmbad ausweichen. Es hat trotzdem Spaß gemacht, weil wir dort mehr lustige Übungen machen konnten.

Im Juli (2020) hatten Sascha und ich dann unsere erste Karateprüfung. Das ist ein ganzer Tag gefüllt mit Karate und jeder wird bewertet, ob er einen höheren Gürtel bekommt oder nicht. Sascha und ich haben den gelben Gürtel bekommen. Falls ihr es nicht wusstet, die Reihenfolge der Gürtel in Portugal ist wie folgt: Weiß-Gelb-Orange-Grün-Blau-Rot-Braun-Grau-Schwarz.



Ich denke, das war es schon. Ich hoffe, es hat euch Spaß gemacht, über meine Erfahrungen mit Karate zu lesen!

Einen schönen Tag noch 😊 .

Emin, Transition House



## Karate, meine Leidenschaft: Keano

Ich habe mich für den Karatesport entschieden, weil es nicht viele andere Möglichkeiten gab und ich Kampfsport liebe.

Karate hat mir am meisten Spaß gemacht, weil man neue Dinge lernt und lernt, sich selbst zu kontrollieren. Das Beste an diesem Sport ist das gemeinsame Training, das Erlernen neuer Übungen und der Spaß, den man mit den Jugendlichen dort hat.



Vor ein paar Monaten waren wir mit unserem Club für 4 Tage in Vila Nova de Milfontes. Es kamen drei weitere Clubs also mindestens 40 Jugendliche mit. Jeden Morgen hatten wir eine Trainingseinheit am Strand und danach konnten wir uns alle etwas entspannen und im Meer schwimmen. Wir haben auch Fußball und Volleyball gespielt und einmal sind wir mit dem Kanu auf dem Meer gefahren. Das war ein großer Spaß!

Gegen 5 Uhr gingen wir immer zurück in unser Motel und aßen ein gutes Abendessen. Abends hatten wir immer frei und zusammen mit einigen Freunden erkundete ich die Stadt.

Das Großartige am Karate ist, dass man lernt sich selbst zu kontrollieren, seinen Körper kennen zu lernen und sich zu verteidigen. Ein sehr wichtiger Teil dieser Kampfkunst ist der Respekt, denn man sollte sich niemals gegenseitig verletzen!



In meinem Verein in Almodôvar sind die Jungen und Mädchen zwischen 14 und 16 Jahre alt. Also mein Alter. Sie sprechen alle ein wenig englisch, und ich spreche ein paar Sätze portugiesisch, so dass wir uns gut miteinander verständigen können.

Die Trainingseinheiten helfen mir sehr, mein Selbstvertrauen zu stärken, und außerdem ist es schön, sich zu bewegen.

In den Niederlanden habe ich bereits 4 Jahre lang Kickboxen gemacht, und wenn ich zurückkomme, möchte ich mit dem Kampfsport weitermachen, weil er mir hilft, meine Wut loszuwerden.

Keano, Nova Sembla



## Quiz

ausgearbeitet von Giuljana im Rahmen des Physik- und Chemieunterrichts

**Welches Kraftwerk ist vom Mond abhängig?**

- Wasserkraftwerk
- Gezeitenkraftwerk
- Atomkraftwerk

**Sind Kuhfürze Energieträger?**

- Nein, sie stinken nur
- Ja, denn die Kuh ist ein Wiederkäuer
- Ja, denn sie enthalten Methan

**Was versteht man unter Kinetischer Energie?**

- Sie ist die Energie eines Films im Kino
- Ist die Energie, die alle bewegten Körper besitzen
- Ist die Energie eines Kinnhakens beim Boxen

**Was ist ein Kernreaktor?**

- Atomkerne werden gespalten
- In ihm wird das Apfelmus von den Apfelkernen getrennt
- Ein Messgerät für allergische Reaktionen auf Obst

**Wo gibt es mehr Wasserkraftwerke?**

- Ägypten
- Russland
- Grönland

**Welcher Stoff treibt im Wärmekraftwerk die Turbine an?**

- H<sub>2</sub>O
- NaCl
- C<sub>2</sub>H<sub>5</sub>OH

**Was versteht man unter Potenzieller Energie?**

- Braucht man, um mathematische Potenzen zu lösen
- Ist die Energie gehobener Körper
- Ist die Leistungsenergie von Männern

**Was ist die Gemeinsamkeit zwischen Photovoltaik und Sonnenkollektoren?**

- In beiden befindet sich Silizium
- Beide funktionieren bei Bewölkung schlecht
- Beide sind schwarz

**Welche Tiere mögen keine Windräder?**

- Leporidae
- Ciconiidae
- Cyprinus carpio

**Welches handgemalte Bild kommt auf dem Plakat nicht vor?**

- Tanzende Kühe
- Pustende Wolke
- Weinende Sonne

**Welches Kraftwerk macht keine Abfälle?**

- Wasserkraftwerk
- Atomkraftwerk
- Wärmekraftwerk

**Bei welcher Antwort haben alle drei Kraftwerke eine Turbine?**

- WWV
- BAS
- GWA

### Redaktion

Progresso  
Rua do Convento 9a  
7700-058 Almodôvar

Telefax.: +351 - 286 665 250  
Handy: +351 - 93 433 84 44  
E-Mail: [info@progresso-pt.de](mailto:info@progresso-pt.de)  
Internet:  
[www.progresso-pt.de](http://www.progresso-pt.de)

### Gestaltung/Texte

Aleyna, Antonia, Britt, Dominik,  
Dorit, Emin, Giuljana, Jeffrey,  
Jonas G., Jonas E., Juliane,  
Jutta, Keano, Lea, Paula, Samira,  
Sarah, Sascha, Susanne, Zeynap

Redaktionsschluss  
31. Dezember 2022