



Lebenshilfe Berlin (Hrsg.)

# Mit Alba geht alles

Geschichten in  
einfacher Sprache

Lebenshilfe-Verlag Marburg 2020





# Inhalt

Vorwort .....	7
Mit Alba geht alles	
<i>Almut Anders</i> .....	9
mein Computer	
<i>Katja Sebald</i> .....	23
Einsteigen bitte	
<i>Diane Henschel</i> .....	25
Annette	
<i>Jürgen Heimlich</i> .....	43
Hanne reist ins Glück	
<i>Bettina Mikhail</i> .....	45
Pjær und der gelbe Stern	
<i>Angelika Pohl</i> .....	53
Früher, als es noch keine Uhren gab	
<i>Sebastian Zipser</i> .....	61
Meine Liebste!	
<i>Andrea Lauer</i> .....	63
Das große Glück	
<i>Slavica Klimkowsky</i> .....	69
Katerkaffee	
<i>Alexandra Lüthen</i> .....	85
Großvater und Großmutter	
<i>Christoph Lehmann</i> .....	106
Blau ist eine schöne Farbe	
<i>Doris Bewernitz</i> .....	107





Ein Engel	
<i>Ellen Westphal</i> .....	117
Hör auf dein Herz	
<i>Anna-Maria Krammer</i> .....	127
ein gedicht	
<i>Jakob Herdeis</i> .....	143
Viele schlimme Dinge	
<i>Nelly Neukirchen</i> .....	145
Der Apfelbaum	
<i>Onno Clausen</i> .....	156
Hamburg – meine Perle	
<i>Birgit Körner</i> .....	159
Drei Tonnen zum Verlieben	
<i>Andrea Hundsdorfer</i> .....	169
der wald iss weg	
<i>Jana Franke</i> .....	185
Eine ganz normale Familie	
<i>Claudia Schäfer</i> .....	187
Finde den Fehler	
<i>Tanja Hopf</i> .....	204
Es geht immer weiter	
<i>Karin Mohr-Schindler</i> .....	205
Bilder .....	210
Die Autoren und Autorinnen .....	212
Die Lebenshilfe Berlin sagt Danke! .....	218





## Vorwort

Sie halten den 5. Band des Literaturwettbewerbs Die Kunst der Einfachheit mit Geschichten und Gedichten in einfacher Sprache in der Hand. Wir sind immer sehr gespannt: Welche Ideen haben die Autoren und Autorinnen? Was schreiben sie und auch: Wie schreiben sie? Dieses Mal gab es viele richtig gute Geschichten. Darüber haben wir uns sehr gefreut.

Das erste Mal konnten unsere Leser auch über unseren Blog **Einfach Lesen** mitentscheiden. 14 von der Jury ausgewählte Texte konnten sie dort lesen. Sehr viele Menschen haben mitgemacht. Das hat uns bewegt und sehr gefreut.

Die Gewinner des diesjährigen Wettbewerbs sind:

1. Platz: **Mit Alba geht alles** von Almut Anders
2. Platz: **Einsteigen bitte** von Diane Henschel
3. Platz: **Hanne reist ins Glück** von Bettina Mikhail

Für die Blog-Leser war die beste Geschichte:

**Hör auf dein Herz** von Anna-Maria Krammer

Herzlichen Glückwunsch!

Neben den Gewinner-Texten können Sie natürlich viele weitere gute Geschichten lesen.

Viel Spaß beim Lesen wünscht die Lebenshilfe Berlin.





Herbert Meyer, Stadt





# Mit Alba geht alles

von Almut Anders

Caro wird früh wach. Es ist schon hell.  
Caro schläft am besten, wenn das Fenster offen ist.  
Dann kommt mehr Luft rein. Aber auch mehr Lärm.  
Caro dreht sich noch einmal um. Im Bett ist es so gemütlich.  
Auch wenn die Stadt draußen laut ist.

Caro würde lieber auf dem Land leben. Auf dem Land riecht es frisch und erdig. Und es ist ruhig. Letzten Sonntag ist Caro mit Betty nach Grünheide gefahren. Betty ist Caros Assistentin. Manchmal fahren sie mit dem Auto durch die Gegend. Caro wäre am liebsten in Grünheide geblieben.

Aber dort sind die Gehwege schmal und mit hohen Randsteinen. Da kommt Caro mit dem Rollstuhl nur voran, wenn Betty ihr hilft. Es gibt auch keinen Bahnhof. Viele Häuser sind mit Treppen und ohne Aufzug. In Grünheide kann Caro also nicht wohnen.

In Berlin kommt Caro gut zurecht. Auch wenn die Aufzüge manchmal kaputt sind. Oder die S-Bahn ausfällt. Auch wenn die Gehwege schmal sind. In Berlin kann Caro sich auch alleine bewegen. Nur manchmal braucht sie Bettys Hilfe. Zum Beispiel beim Putzen. Oder beim Einkaufen.





Trotzdem möchte Caro lieber auf dem Land wohnen. Dort könnte sie einen Garten haben. Mit Blumen und Tomaten. Vor allem Tomaten. Caro liebt Tomaten. Sie isst jeden Tag welche. Tomaten schmecken nach Sommer. Und sie sind wunderbar rot.

Caro zieht sich an. Heute ist Dienstag. Dienstag geht sie mit Betty einkaufen. Sie macht eine Liste.

Sie braucht:

- Tomaten
- Nudeln
- Waschmittel
- Käse
- Brot
- Milch
- Joghurt
- Und 3 Pakete gute Luft.

Caro tippt alles in ihr Handy. So, die Liste ist fertig.

Es ist 8 Uhr. Caro wartet auf Betty. Da hört sie Geräusche im Hausflur. Und fremde Stimmen.

Die Tür vom Aufzug geht auf und zu. Es quietscht und rumpelt. Caro hält sich die Ohren zu. Immer dieser Lärm! Es nervt. Und wo bleibt Betty? Caro rollt zum Fenster und guckt raus. Vor dem Haus steht ein Laster. Darauf steht: Umzüge. Und auf dem Gehweg steht eine Waschmaschine.





„Guten Morgen!“ Das ist Betty.  
Bei dem Lärm hat Caro sie nicht gehört.  
„Nebenan zieht jemand ein“, sagt Betty.  
Das hat sich Caro schon gedacht. Wegen dem Umzugswagen  
und der Waschmaschine auf dem Gehweg. Und weil die  
Wohnung nebenan leer stand.

„Hoffentlich jemand Nettes“, sagt Caro.  
„Gehen wir einkaufen?“ Sie zeigt Betty die Liste.  
Betty grinst, als sie das mit den 3 Paketen gute Luft liest.  
„Klar“, sagt sie.

Nach dem Mittagessen klingelt es. Caro öffnet.  
Die Frau hat denselben Rollstuhl wie sie. Nur in Grün.  
Mit vielen Aufklebern. Caros Rollstuhl ist rot. Und ohne  
Aufkleber.

„Hey“, sagt neue Nachbarin. „Ich heiße Alba.“  
Die Frau hat eine blaue Haarsträhne. Hinten sind die Haare  
kurz rasiert. Sie ist jung. Viel jünger als Caro.  
„Hast du einen Kaffee für mich?“, fragt Alba.

Caro bleibt der Mund offen stehen. Sie wohnt schon 4 Jahre  
hier. Sie war immer die einzige mit Rollstuhl im Haus.  
Und die jüngste. Die anderen Bewohner sind viel älter.  
Sie sagen „Guten Tag“, und „Schönes Wochenende“,  
wenn sie sich im Aufzug treffen. Und der alte Herr Schröder  
sagt nicht einmal das. Er brummt nur.







Manchmal denkt Caro, er ist gar kein Mensch.  
Sondern ein verkleideter Bär. Weil er so brummt.  
Nie hat jemand bei ihr geklingelt und nach Kaffee gefragt.

„Magst du reinkommen?“, fragt Caro.

Alba schüttelt den Kopf. „Nur einen Kaffee, bitte.

Ich bring die Tasse später zurück.“

Caro nickt. „Ok.“ Sie holt eine Tasse Kaffee aus der Küche.

So einfach ist das. Alba klingelt und sagt du zu ihr.  
Eigentlich muss man Sie zu Caro sagen. Und wann ist später?  
Caro wartet ungeduldig.

Alba kommt um 5 Uhr. Sie bringt die Tasse zurück.  
Caro und Alba quatschen ziemlich lange. Über ihre  
Assistentinnen. Und wie es ist, alleine zu wohnen.  
Manchmal versteht Caro ein Wort falsch. Alba spricht  
undeutlich. Manchmal zappelt sie herum. Dann wieder nicht.  
Caro kennt das. Ihr geht es genauso. Diese Alba gefällt ihr.

Am nächsten Tag klingelt Caro bei Alba.  
Alba sieht anders aus als die Leute, die sie sonst kennt.  
Und auch die Wohnung ist anders.  
Die Wände vom Wohnzimmer sind lila.  
Am Fenster stehen Palmen.  
Große Palmen auf dem Fußboden.  
Und kleine Palmen auf dem Fensterbrett.





„Ich möchte am liebsten im Urwald leben“, sagt Alba.  
„Da ist es überall grün. Und warm ist es auch.“  
„Und ich möchte auf dem Land wohnen. In einem Garten mit Tomaten. Und mit Rosen“, sagt Caro. Alba nickt und lächelt. Alba hat blaue Haare und Piercings. Alba hat lila Wände. Sie ist viel jünger. Aber sie hat auch einen Traum.

„Wir können einen Garten mieten“, sagt Alba.  
„Du meinst einen Schrebergarten?“ fragt Caro.  
Alba nickt und lacht über das ganze Gesicht. Sie reden den ganzen Abend über ihren Garten. So ein Schrebergarten ist groß genug für sie beide.  
„Wir pflanzen Tomaten und Rosen“, sagt Caro.  
„Und Palmen“, sagt Alba.

An diesem Abend kann Caro vor Aufregung kaum einschlafen. Sie denkt die ganze Zeit an ihren Garten. Sie sieht sich Tomaten ernten. Und sie sieht Alba unter ihrer Palme sitzen.

Am nächsten Tag gucken Caro und Alba im Internet nach Schrebergärten. Aber sie finden nur einen zum Kauf. Das ist viel zu teuer.

„Fragt doch bei einem Kleingarten-Verein in der Nähe“, sagt Betty.





Caro und Alba finden einen Kleingarten-Verein in der Nähe. „Ihr könnt euch auf einer Liste eintragen“, sagt der Mann vom Kleingarten-Verein. „Aber es kann lange dauern, bis etwas frei wird. Ein Jahr. Oder 2 Jahre. Oder länger.“

Caro und Alba sind enttäuscht. Sie haben sich so auf ihren Garten gefreut. Abends sitzen sie bei Caro.

Sie essen Chips und trinken Cola.

„Chips und Cola helfen gegen Frust“, sagt Caro. Aber heute helfen sie nicht.

„Hey, ich hab eine Idee“, ruft Alba.

„Wir machen selber einen Garten. Im Hof.“

„Im Hof?“ Caro schüttelt den Kopf. Sie kennt die Leute im Haus. Die wollen bestimmt keinen Garten. Das weiß sie genau. Die wollen, dass alles so bleibt.

Ordentlich und grau und mit Mülltonnen.

„Das ist bestimmt verboten“, sagt Caro.

„Wegen dem Dreck und so.“

„Wir versuchen es“, sagt Alba. „Außerdem machen wir die Pflanzen in ein Hochbeet. Das macht keinen Dreck.“

Am nächsten Tag sitzt Alba ziemlich lange am Computer. Caro sieht ihr zu.

„Hey, das ist ja unser Hof!“ Caro staunt schon wieder. Was diese Alba alles kann! Auf dem Foto sieht man ein Hochbeet mit Palmen und Rosen.





So soll es später einmal aussehen. Caro und Alba drucken das Bild beim Drogeriemarkt aus. Sie hängen es in den Hausflur. Sie hängen auch einen Zettel auf. Darauf steht:

Liebe Nachbar\*innen,  
wir machen den Hof grün – wer macht mit?  
Caro und Alba aus dem 1. Stock.

Am nächsten Tag klingelt es bei Caro.

„Schöne Idee“, sagt die Nachbarin vom Erdgeschoss.

Sie heißt Frau Holle. Wie die gute Fee im Märchen.

Auch das Ehepaar im 2. Stockwerk klingelt und will mitmachen. Sie heißen Herr Frisch und Herr Frisch.

„Ihr müsst zuerst die Hausverwaltung fragen“, sagt der eine Herr Frisch. Der andere Herr Frisch nickt. Caro und Alba schreiben also eine E-Mail. Caro hat wenig Hoffnung. Aber das sagt sie Alba nicht. Vielleicht klappt es ja.

Nach 2 Wochen kommt endlich ein Brief von der Hausverwaltung. Caro traut sich nicht, den Brief alleine zu lesen. Sie klingelt bei Alba. Sie öffnen den Umschlag zusammen. Caro kneift die Augen zusammen. Sie ist so aufgeregt. Sie kann nicht hingucken.

„JAAAAA!!!“, jubelt Alba. Jetzt liest Caro auch mit. „JAAAAA!“ Sie wirbeln mit ihren Rollstühlen im Zimmer herum. Sie kreischen und lachen. Sie kriegen sich fast nicht mehr ein vor Freude.





Die Hausverwaltung ist einverstanden.

Aber die anderen Mieter\*innen müssen auch einverstanden sein. Im Umschlag ist eine Liste. Darauf müssen alle unterschreiben.

Caro und Alba hängen einen neuen Zettel in den Hauseingang.

Darauf steht:

Wir treffen uns am Samstag wegen Hofbegrünung.  
Um 16 Uhr im Hof.  
Kommt alle.  
Caro und Alba

Am Samstag sind Caro und Alba pünktlich im Hof. Sie haben Kekse dabei. Frau Holle und ein Herr Frisch sind auch da. Sie haben Kaffee mitgebracht. Sie stehen im Hof herum und warten. Sie reden über das Wetter. Und überlegen, wo sie das Hochbeet hinstellen. Sie essen von den Keksen und trinken Kaffee. Sie warten bis 5 Uhr. Von den anderen Nachbar\*innen kommt niemand. Haben die andern Leute im Haus den Zettel nicht gelesen?

„Ihr müsst mit den Leuten reden“, sagt Frau Holle.

Herr Frisch sagt: „Bestimmt machen sie dann mit.“

Am Abend machen Caro und Alba einen Plan.

Die Liste mit den Namen haben sie ja schon.





Gleich Morgen reden sie mit den Nachbarn. Morgen ist Sonntag. Sonntag ist ein guter Tag. Da sind alle zu Hause.

Sie fangen oben im 4. Stock an. Da wohnt Herr Özlam.

„Guten Tag“, sagt Caro.

„Haben Sie einen Moment Zeit?“, fragt Alba.

„Kommt rein“, sagt Herr Özlam.

Caro und Alba rollen ins Wohnzimmer. Herr Özlam räumt den Sessel zur Seite. Dann stellt er Tee in kleinen Gläsern auf den Tisch. „Was gibt’s denn?“, fragt er.

Caro und Alba erzählen von ihrer Idee.

Caro sagt: „Im Hochbeet können Sie Tomaten pflanzen.“

Alba sagt: „Oder eine Palme.“

Herr Özlam findet die Idee gut. Er unterschreibt sofort.

Caro und Alba bleiben noch ein bisschen.

Sie trinken Tee und essen Sesamkekse.

Sie sehen sich die Fotos von Herrn Özlams Familie an.

Er hat eine große Familie.

„Alle sind weggezogen“, sagt er. „Ich bin ziemlich allein.“

„Sie können uns mit dem Hochbeet helfen“, sagt Caro.

„Wenn Sie möchten“, sagt Alba.

„Mach ich“, sagt Herr Özlam. „Gebt mir Bescheid, wenn es losgeht.“

Danach gehen Caro und Alba zu Frau Meier.

Und zu Frau Knobel. Dann zu Beckers und zu Hoppis.

Sie sitzen in allen Wohnzimmern an diesem Sonntag.





Sie trinken Kaffee und essen Kekse. Alle finden die Idee gut. Alle unterschreiben. Am Ende bleibt nur noch der alte Herr Schröder übrig. Caro und Alba klingeln.

Caro hat Herzklopfen. Und schwitzige Hände.

Herr Schröder braucht eine Weile, ehe er zur Tür kommt.

„Was wollt ihr“, brummt er.

„Wir brauchen Ihre Unterschrift“, sagt Caro. Sie zeigt auf die Liste. „Für die Hofbegrünung“, sagt Alba. Sie lächelt.

Herr Schröder brummt. „Was für eine Begrünung?“

„Ein Hochbeet. Wir pflanzen Tomaten“, sagt Caro.

„Und Palmen“, sagt Alba.

Herr Schröder sagt: „Tomaten und Palmen im Hof.“

So ein Quatsch!“ Er knallt die Tür zu.

Caro und Alba stehen da.

„Aus und vorbei“, sagt Caro. „Ich hab es ja gleich gewusst.“

Sie fängt an zu weinen.

„Wegen einer Unterschrift“, sagt Alba. „Voll fies.“

„Was machen wir jetzt?“ fragt Caro.

„Wir schicken die Liste trotzdem ab“, sagt Alba.

„Aber die Hausverwaltung sagt, alle sollen unterschreiben“, sagt Caro.

„Wir sagen einfach, Herr Schröder war nicht da“, sagt Alba.

Wieder so eine Idee von Alba. Aber vielleicht haben sie Glück und keiner merkt was.





Caro und Alba sehen im Internet nach, was man für ein Hochbeet braucht. Caro macht eine Liste.

Sie brauchen:

- 4 Paletten
- 4 Holzbretter
- Schrauben
- 12 Metallwinkel
- eine Plane
- Blumenerde

„Das ist bestimmt teuer“, sagt Caro. Die Kosten für das Hochbeet haben sie ganz vergessen. Sie brauchen 50 Euro.

„Wir stellen eine Spenden-Dose auf“, sagt Alba.

Caro staunt. Alba weiß immer eine Lösung. Außer Schröder haben alle Nachbar\*innen auf der Liste unterschrieben.

Aber werden sie auch Geld spenden?

„Wir versuchen es“, sagt Alba.

Caro hat noch ein Sparschwein von früher. Sie stellen das Sparschwein in den Eingang. Jeden Tag gucken sie rein.

Am Dienstag sind schon 20 Euro im Sparschwein.

Und am Donnerstag sind 50 Euro drin.

Genauso viel, wie sie brauchen.

„Siehst du“, sagt Alba und lacht.

Am Samstag fahren Caro und Alba mit Betty zum Baumarkt und kaufen alles ein, was man für ein Hochbeet braucht.







Auf YouTube gibt es ein Anleitungs-Video. Darauf sieht man genau, wie man ein Hochbeet baut. Frau Holle, der andere Herr Frisch und Herr Özlam gucken sich das Video auf Albas Laptop an. Frau Holle holt ihren Akku-Bohrer und schon geht es los. Am Nachmittag ist das Hochbeet fertig. Danach füllen sie es gleich mit Erde auf.

Am Montag fahren Caro und Alba mit Betty zum Garten-Center. Sie kaufen Tomaten-Setzlinge und einen Rosenstrauch. Sie kaufen auch eine Palme. Und Kräutersamen. Danach pflanzen sie alles ein. Es geht ganz einfach, weil das Hochbeet genau die richtige Höhe hat. Sie haben auch eine Gießkanne gekauft. Und eine Hacke. Die haben Caro und Alba von ihrem eigenen Geld bezahlt. „Hoffentlich wächst alles gut an“, sagt Alba. „Hoffentlich merkt die Hausverwaltung nichts“, sagt Caro.

Es ist Mitte Mai. Die Hausverwaltung hat sich nicht gemeldet. Abends sitzen Caro und Alba unten im Hof. Die Tomaten sind angewachsen. Die Rosen haben kleine rosa Knospen. Caro und Alba quatschen, bis es dunkel wird. Plötzlich kommt Herr Schröder aus der Tür. Er sieht verärgert aus. Caro hat Angst, er könnte das Beet kaputtmachen. Aber Herr Schröder bleibt stehen. Er guckt sich das Hochbeet an. „Ihr müsst die Tomaten festbinden, sonst knicken sie um“, brummelt er. Er legt 10 Holzstäbe auf das Beet.





Und eine Rolle Paketband. Ehe Caro und Alba sich bedanken können, ist er wieder weg.

„Was ist denn mit dem los?“ fragt Caro.

„Und woher weiß er, dass es 10 Tomaten sind?“, fragt Alba.

Sie sind froh. Die ganze Zeit hatten sie Angst, ihr Hochbeet zu verlieren.

Morgens geht Caro zuerst zum Hochbeet. Sie guckt nach, ob die Tomaten wachsen. Und ob die Rosen blühen. Ob alle Pflanzen genug Wasser haben. Eines Morgens riecht sie es schon beim Aufwachen. Es duftet wunderbar süß. Der Rosenduft zieht vom Hof direkt in Caros Schlafzimmer. Sie erzählt Alba davon. Alba sagt: „Das müssen wir feiern. Wir machen ein Rosenduft-Fest.“

Caro lacht. Woher hat Alba nur immer diese Ideen?

Ein Rosenduft-Fest hat sie noch nie gefeiert.

Sie machen wieder einen Zettel.

Rosenduft-Fest. Samstag 16 Uhr. Alle sind eingeladen.  
Bitte etwas zum Essen und Trinken mitbringen.

Diesmal kommen wirklich alle Nachbar\*innen.

Herr Özlam hat einen alten Plastik-Tisch aus dem Keller geholt. Frau Holle bringt Klapp-Stühle mit.

Sogar der brummige Herr Schröder kommt. Er stellt eine Schale mit Erdbeeren auf den Tisch. Es gibt auch Kaffee, Teigtaschen mit Schafskäse, einen Marmorkuchen und Kekse.





Caro guckt ihr Beet an. Die Rosen duften und die Tomaten sind an den Holzstäben festgebunden. Sie tragen schon viele kleine Tomaten. In wenigen Wochen hat sich im Haus so viel verändert. In 4 Jahren hat sie mit keinem gesprochen. Dann kam Alba. Alba mit ihren Ideen. Und auf einmal haben sie einen grünen Hof und sprechen miteinander. Sogar der alte Brumbär Schröder ist mit dabei. Er brummt kaum noch. Caro nimmt sich ein großes Stück Marmorkuchen.

„Nach dem Krieg haben wir Kartoffeln im Hof gepflanzt“, sagt Herr Schröder gerade. „Das fällt mir jetzt wieder ein.“

„Kartoffeln, im Hof?“, fragt Caro. „Echt jetzt?“

Herr Schröder nickt.

„Coole Idee“, sagt Alba.

Caro lacht.

Sie sieht schon, wie sie im Hof Kartoffeln pflanzen.

Mit Alba geht eben alles.

