



DER TAGESSPIEGEL

Powered by **HEIDELBERG**



GO FOR GOLD

Unsere Medaillenhoffnungen



Vier Jahre hartes Training, nun ist es so weit: Deutsche Athleten fit für Athen 2004



„Unser Ziel ist es, in allen Einzelsportarten Medaillen zu gewinnen“, so Dr. Karl Quade, Chef de Mission der deutschen Paralympics-Mannschaft, „Wir streben einen einstelligen Platz im Medaillenspiegel an.“ Die Chancen dafür stehen gut: Das deutsche Team ist hoch motiviert, hat sich in harten Trainingsstunden zu Bestleistungen gesteigert und brennt darauf, so viel Edelmetall wie möglich mit nach Hause zu nehmen. In 16 von 19 Sportarten gehen deutsche Sportler an den Start, eine Bandbreite, die zeigt, wie vielseitig die Spitze des deutschen Behindertensports ist. Weiter Seite 2-3

Als mehrfacher Welt- und Europameister auf Bahn und Straße hat Michael Teuber gute Chancen, seinen Gegnern die entscheidende Radlänge voraus zu sein.



Kalimera!

Griechisch mit Goethe

Das Goethe-Institut ist weltweit Marktführer im Unterrichten von Deutsch. Während der Paralympics ist es einmal umgekehrt: Mit dem Goethe-Institut lernen Sie Griechisch. Nicht perfekt, aber doch zumindest so viel, dass Sie sich ein wenig zurechtfinden, während der Paralympics in Athen und in Griechenland.

Erste Lektion, Seite 8.

Gespräch mit Ute Vogt

„Sportler mit Behinderungen haben sicherlich Vorbildfunktion wie alle anderen Sportler auch. Sie zeigen Leistung, messen sich miteinander und arbeiten sehr diszipliniert. Aber sie haben darüber hinaus noch eine unheimlich große Wirkung gerade auf Menschen mit Behinderungen, weil sie ganz besonders Mut machen“, so Ute Vogt, Parlamentarische Staatssekretärin im Bundesministerium des Innern.

Weiter Seite 6.

Jetzt endlich beginnen sie – die wahren Olympischen Spiele: die Paralympics. Wie in den Wochen zuvor geht es auch jetzt um Medaillen, Rekorde und absolute Spitzenleistungen. Aber das allein ist es nicht. Was bei den Paralympics ganz besonders zählt, ist der Respekt und die Achtung vor der Leistung jedes Einzelnen – und zwar gemessen an seinen Möglichkeiten. Ein Ideal, das in verunsicherten, verzagten Gesellschaften immer mehr in den Hintergrund rückt. Die Paralympics sind also ein Vorbild von unschätzbarem Wert. Wir vom Tagesspiegel waren deshalb gleich begeistert von der Idee, eine Zeitung zu diesem Ereignis herauszugeben. Sie wird gestaltet von den Schülern der Deutschen Schule Athen.



Im Mittelpunkt steht dabei die deutsche Mannschaft mit ihren 211 Sportlern, die sich auf die Paralympics in Athen vorbereitet haben. Sie messen sich mit ca. 4000 Athleten aus 145 Ländern und konkurrieren um 500 Medaillen. In vielen Wettbewerben treten die deutschen Paralympioniken als Favoriten an, die Erwartungen sind hoch. Aber gewonnen haben schon jetzt wirklich alle, die hier dabei sein dürfen – ob als Sportler, Zuschauer oder auch Leser dieser ganz besonderen Zeitung. Was auch immer während der nächsten Tage in den Athener Stadien und Wettkampfstätten geschieht: Hier wird es beschrieben, analysiert und kommentiert. In der heutigen ersten Ausgabe stellen wir Ihnen die Sportler vor und beschreiben ihre Chancen. Wir vom Tagesspiegel freuen uns jedenfalls sehr, dieses Zeitungsprojekt begleiten zu dürfen, und das natürlich auch, weil allein 25 Teilnehmer aus Berlin dabei sind. Unsere Redakteurin Annette Kögel wird die junge Redaktion der Deutschen Schule bei ihrer Arbeit während der Paralympics unterstützen. Sie zählt zu den erfahrensten Mitarbeitern des Tagesspiegels, hat erfolgreich viele Kooperationen mit Schulen betreut und setzt sich seit Jahren journalistisch für die Belange von Behinderten ein. Und, na klar: Wir träumen auch ein wenig davon, die Paralympics irgendwann in Deutschland ausrichten zu können. Ich wünsche uns allen spannende und wunderschöne Spiele.

Lorenz Maroldt
Chefredakteur Der Tagesspiegel

Fit mit Anni



Stolpern und stürzen – so harmlos es klingt, so gravierend können die Folgen sein. Die „Aktion: Sicherer Auftritt“ hat sich zum Ziel gesetzt, die Zahl der Sturzunfälle im Arbeitsalltag um 15% zu senken. Nicht nur bauliche Mängel, schlechte Beleuchtung und „Stolperfallen“ sind Unfallursachen sondern gerade auch menschliche Verhaltensweisen wie Stress und mangelnde Aufmerksamkeit.

Eisschnellaufstar Anni Friesinger weiß aus eigener Erfahrung, dass körperliche Fitness und Konzentration Grundvoraussetzung für eine gute Leistung sind. Das gilt auf dem Eis genauso wie im Büro. In sechs Folgen demonstriert Olympiasiegerin Anni Friesinger einfache Fitnessübungen, die wertvolle Energie für den Tag liefern. Machen Sie doch einfach mit!

Folge 1:

Die Halswirbelsäule

Ausgangssituation: Gerade auf dem Stuhl sitzen, Füße flach auf den Boden, Ober- und Unterschenkel im 90°-Winkel.



Hände entspannt auf die Oberschenkel legen. Kopf nach rechts drehen und anheben, einatmen.



Kopf nach vorn, Kinn auf die Brust, ausatmen.



Kopf nach links drehen und anheben, einatmen. Die Übung 5 x wiederholen.

AKTION: SICHERER AUFTRITT

www.sicherer-auftritt.de
 BG-Infoline: 01805/18 80 88
 Ihre Initiative über Betriebsrat und Gewerkschaften



Ihr Name steht für Erfolg: Marianne Buggenhagen. In Barcelona, Atlanta und Sydney verwandelte die Kugelstoßerin ihr sportliches Können siebenmal in Gold. In Athen will sie an ihre Medaillengewinne anknüpfen.



„Esther Weber-Kranz (links) greift nach ihrem Paralympics-Sieg 1992 in Barcelona noch einmal nach Gold im Degeneinzel. Mit zwei Weltcup-Siegen in dieser Saison und einer Spitzenposition in der Weltrangliste hat sie gute Aussichten,“ so Stefaniya Jurisic, Cheftrainerin im Rollstuhlfechten.



Will mindestens eine Medaille aus dem Wasser fischen: die 34-jährige Schwimmerin Kirsten Bruhn.



Was er sich für Athen vorgenommen hat, kann Daniel Clausner mit drei Worten erklären: „Mit Edelmetall heimkehren!“ Der 19-jährige Student gilt als jüngste Medaillenhoffnung der Schwimmer.



„Sport ist der Motor in meinem Leben“, so Britta Siegers. Bereits dreimal war sie bei den Paralympics dabei, damals allerdings als Schwimmerin. Jetzt gilt sie als Medaillenkandidatin im Tennis. Ihre Begeisterung für den weißen Sport begründet sie wie folgt: „Tennis erfordert neben der Fitness auch die Beherrschung des Rollstuhls und viel Taktikbewusstsein.“



Der 24-jährige Wojtek Czyz gehört zu den Top-Favoriten der Leichtathletik. Der Student aus Köln hält den Weitsprung-Weltrekord seiner Startklasse. Bei den Paralympics in Athen will er seine Höchstleistungen noch übertreffen: „Ich bin noch längst nicht am Zenit angelangt.“

Ob Hochsprung oder Weitsprung, der Leichtathlet Reinhold Bötzel gibt im Sport alles. In Athen tritt er im Hochsprung an und greift nicht nur nach den Sternen, sondern nach Lorbeeren. „Hochsprung ist eine komplexe Sportart mit viel Adrenalin,“ so Bötzel.

Seinen Gegnern davonlaufen, will der Sprinter Marcus Ehm (Mitte). In Sydney holte er Silber und zweimal Bronze. In Athen könnte ihm Gold blühen.



Harmonie pur: Hannelore Brenner und ihre 9-jährige Stute Fabiola. „Ich weiß, dass wir es schaffen können, ganz oben aufs Treppchen zu kommen“, so die Dressurreiterin aus der Pfalz. In Athen haben die Paralympics-Reiter zum ersten Mal das Glück, mit ihren eigenen statt mit „Leihpferden“ antreten zu können.



Auf der historischen Marathonstrecke will Stefan Strobel in die Geschichte der Paralympics 2004 eingehen. „Im Marathon habe ich sicherlich Chancen auf die Goldmedaille. Daher kann eigentlich nur dies mein Ziel sein,“ so der 27-jährige Leichtathlet.



Die 32-jährige Sportschützin Manuela Schermund hat den Sieg im Visier. „Es ist eine große Ehre für mich, Deutschland zu vertreten. In Athen möchte ich meine neue persönliche Bestleistung erzielen.“ Warum sie Sportschützin geworden ist: „Ich wollte keine Mädchensportart.“



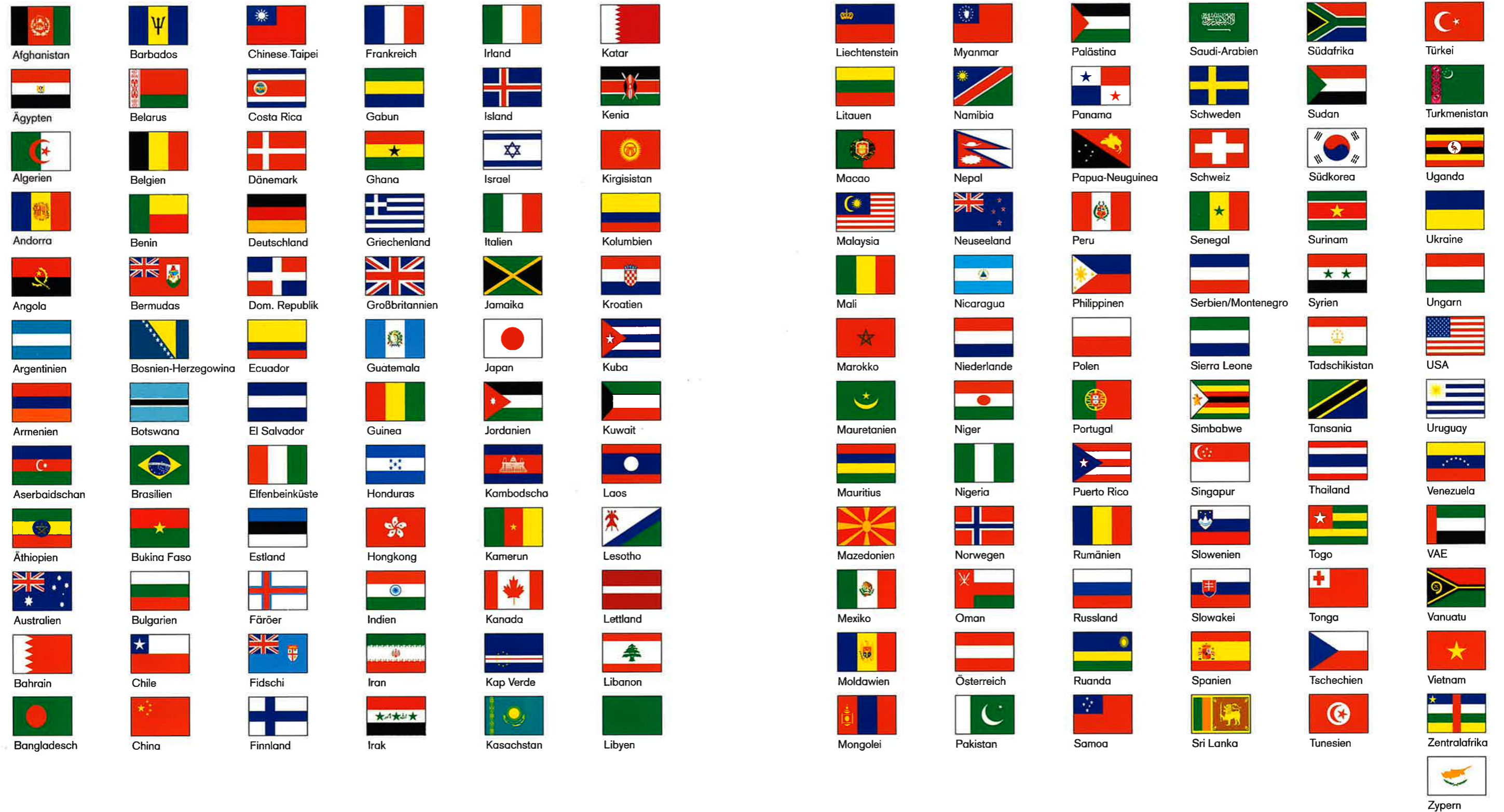
Hier dreht sich alles um den kleinen weißen Ball. „Als Topgesetzter will ich natürlich meiner Favoritenrolle gerecht werden,“ so der Tischtennisspieler Holger Nikelis. Das deutsche Nationalteam im Tischtennis ist reich an Medaillenkandidaten. Hoch gehandelt werden unter anderem Daniel Arnold, Rainer Schmidt und Jochen Wollmert.

DAS DEUTSCHE TEAM

DEUTSCHER BEHINDERTENSORTVERBAND e.V.
 DBS NPC
 NATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE GERMANY

Athens 2004 Paralympic Games

145 Nationen – Alle Teilnehmer auf einem Blick



Anzeige

Spitzenleistung für den Spitzensport

Vor dem Athener Olympia-Stadion ist Otto Bock als offizieller Service-Provider auf jede Herausforderung vorbereitet. Ob schnelle Reparatur oder informatives Fachgespräch. Hier geht es um Schnelligkeit, Präzision und Erfahrung im eingespielten Team. Denn die Zeiten, z.B., um eine Prothese während eines Wettkampfes wieder in Stand zu setzen, sind auf wenige Minuten begrenzt.

Dieses Servicepaket für alle Athleten, die mit Prothesen oder Rollstühlen ihre Wettkämpfe bestreiten, kann nur Otto Bock als weltweit agierender Global Player leisten. Der prompt Service und die kompetente Hilfe dürfen weder an der Sprache noch am schnell zu behandelnden Problem scheitern.

Die Anforderungen an das Technologie- und Material-Know-how, an die gesamte Logistik aber auch an die Technik vor Ort in ihrem Umgang mit den Spitzensportlern sind daher sehr hoch. Klar, dass die Arbeit im internationalen Team der Orthopädie-Techniker und der Spezialisten reibungslos und vor allem effektiv – just in time – klappen muss. Wie bei einem Boxenstopp von Michael Schumacher.



Für uns sind die Paralympics die Formel 1. Wer hier erfolgreich ist, bietet hohe Service-Qualität auch im täglichen Umgang mit seinen Kunden und Patienten. Denn im Alltag sind echter Service und individuelle Lösungen genauso entscheidend.

SERVICE IST DER SCHLÜSSELFaktor

Das Leistungsvermögen, das unsere Servicequalität bestimmt, beruht auf verlässlichen Erfahrungen und auf dem Wissen aus der täglich gelebten Praxis eines international führenden Unternehmens. Unser großes Anwendungs-Know-how basiert auf 85 Jahren Erfahrung und umfasst dabei mehr als die Entwicklung neuer Produkte und Technologien. Es führt uns zur ganzheitlichen Betrachtung und zu praxisgerechten Lösungen für die alltagsgerechte Rehabilitation. Denn es geht um Lebensqualität.

Das Engagement bei den Paralympics erfordert Spitzenleistungen beim Service, um Höchstleistungen der Sportler zu ermöglichen. Die Zuverlässigkeit und Qualität unserer Serviceleistungen werden wir auch 2004 in Athen unter Beweis stellen – Otto Bock setzt Standards, bei den Paralympics ebenso wie im täglichen Leben. Quality for Life!

Otto Bock
QUALITY FOR LIFE

„Das Engagement lohnt sich“



Ute Vogt, Parlamentarische Staatssekretärin beim Bundesminister des Innern, über die Faszination der Paralympischen Spiele und das Engagement des Bundes für den deutschen Behindertensport

•Gibt es für Sie Unterschiede zwischen den Olympischen und den Paralympischen Spielen?

Mir ist es eigentlich wichtiger zu betonen, dass in beiden Bereichen hohe Leistungen erbracht werden und dass man deutlich spürt, dass der Leistungssport bei den Sportlern mit Behinderungen um keinen Deut weniger harte Arbeit und harte Vorbereitungen erfordert.

•Sie kennen die Leistungsrekorde im paralympischen Sport. Welche Erwartungen haben Sie an die deutsche Mannschaft?

Natürlich hoffen wir, dass die paralympische Mannschaft wie auch die Olympiamannschaft mit vielen Medaillen zurückkommt und dass wir bei den vorderen Plätzen dabei sein können, wenn es um den Medaillenspiegel der Länder geht. Im Behindertensport hat man schon angefangen, die Strukturen noch einmal zu verändern, die Nachwuchsarbeit zu intensivieren. Ich hoffe, dass man davon auch schon ein erstes Ergebnis bei diesen Paralympischen Spielen spüren wird und es auch an den Erfolgen abzulesen sein wird.

•Sehen Sie bei den Sportlern mit Behinderungen noch mal eine besondere Botschafterfunktion oder Vorbildfunktion für die insgesamt 6,5 Millionen Menschen mit Behinderungen in Deutschland?

Sportler mit Behinderungen haben sicherlich eine Vorbildfunktion wie alle anderen Sportler auch. Sie zeigen Leistung, messen sich miteinander und arbeiten sehr diszipliniert. Aber sie haben darüber hinaus noch eine unheimlich große Wirkung gerade auf Menschen mit Behinderungen, weil sie ganz besonders Mut machen. Weil sie

zeigen, dass man hohe Leistungen vollbringen kann und dass man mit großer Freude einfach am Leben teilnimmt, wie alle anderen auch. Gerade bei den Sportlern wird klar, dass nicht die Behinderung im Vordergrund steht, sondern das Sportlersein, und die Freude daran, sich Leistung zu erarbeiten. Das macht vielen Menschen mit Behinderungen Mut, sich selbst zu bestätigen. Am Ende kann das dahin führen, dass es den Lebensmut Einzelner stärkt oder dass durch den Sport Lebensmut überhaupt wieder zurückkehrt.

•Was die Etatmittel angeht: 119 Mio. Euro insgesamt gibt der Bund, also das Bundesinnenministerium, für den Sport, für den Leistungssport aus. Wie viel davon geht in diesem Jahr an den Behindertensport?

Es sind insgesamt 4 Mio. Euro, die speziell und ausschließlich für den Behindertensport zur Verfügung stehen. Aber Sportlerinnen und Sportler mit Behinderungen profitieren natürlich auch von den Fördergeldern, die an Leistungszentren und Olympia-Stützpunkte fließen, weil diese allen Sportlern zur Verfügung stehen.

•Und Ihre Hoffnung, dass die Förderung auf diesem Niveau erhalten bleibt, gilt auch für diese 4 Mio., die der Behindertensport bekommt?

Ja, beim Behindertensport haben wir es in den letzten Jahren immer geschafft, eine relativ kontinuierliche Zahlung zu erhalten. In diesem Jahr ist es noch ein bisschen höher geworden mit 4,03 Mio. Euro. Insofern glaube ich, dass wir ungefähr die Marge halten.

•Sponsoren leisten im Behindertensport ungefähr eine halbe Millionen Euro im Jahr, sowohl an Barleistungen

wie an Sachleistungen. Wir haben unsere Top-Sponsoren, das sind Aral, die Deutsche Bahn, die Bayer AG, Otto Bock HealthCare und WEB.DE. Was würden Sie einem Sponsor sagen, um ihn zu überzeugen, dass er sich auch im Behindertensport engagieren soll?

Ich finde, dass Engagement im Behindertensport sich lohnt, weil die Sportlerinnen und Sportler eine unglaubliche Freude ausstrahlen, die sich auch aufs Publikum überträgt. Wenn ein Sponsor schon nicht durch das ideale Engagement zu überzeugen ist, dann sollte er sich genau angucken, dass die Paralympics der Wachstumsbereich sind, der sich in den letzten Jahren rasend schnell entwickelt hat und sich weiter so entwickeln wird. Paralympische Sportlerinnen und Sportler sind Publikumsliebhaber.



Impressum

Herausgeber: German Paralympics Club/ Rugo Kommunikation.

Die Paralympics Zeitung wird hergestellt in Zusammenarbeit mit der Deutschen Schule Athen und dem DER TAGESSPIEGEL.

Chefredaktion: Alexander Christodoulou, Konstantinos Sergiou

Redaktionsmitglieder: Klara-Zoi Alfieri, Katharina Anker, Karola Erika Cafantaris, Lara Christoforakou, Simon-Daniel Exarchos, Irini Fenner, Andrianna Hadjimichael, Konstanze Kobs, Linda Kokkores, Isabelle-Freya Koulentianou, Helena Mir, Anna Niketopoulos, Christopher Papanikolaou-Kubitsch, Korinna Pinakoulakis, Katharina Reimitz, Maria Sideri, Armelina Sifnaiou, Luise Steinkröger, Lisa-Sophie Stüber, Lara Süsser, Christina Sofia Tsikoudis, Nikolettta Tsompou, Smaragda Voutsas, Moritz Wiegand

Redaktionelle Betreuung: Annette Kögel (Der Tagesspiegel), Ulrich Wiegand (Deutsche Schule Athen), Thomas Rugo/ Mirjam Wiebe (Rugo Kommunikation) Arno Schade, Cartheinz Rühl, Giorgos Pachiadakis

Gestaltung: Christina Lampou

Bilder: Bongarts Sportfotografie/ Der Tagesspiegel/ HVBG/ Otto Bock/ Rugo Kommunikation/ Tandem-Hilfen/ ATHOC/ Griechische Zentrale für Fremdenverkehr/ Agência Lagoeste/ Privat

Druck: Heidelberger Druckmaschinen AG Kurfürsten-Anlage 52-60, 69115 Heidelberg www.heidelberg.com

Der Newsletter wird gedruckt auf Quickmaster D1 46 der Heidelberger Druckmaschinen AG bei Alex Matsoukis Graphic Arts S.A., 69 Dimokratias Ave. 13122 Ilion, Athens, Greece, e-mail: matgraph@otenet.gr Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Newsletters darf ohne schriftliche Genehmigung des Verlages vervielfältigt oder verbreitet werden.

Konzeption: Rugo Kommunikation Berlin/Bonn

Heute spiel!



ich wieder mit.

Auch wer im Rollstuhl sitzt, ist nicht im Abseits.

Spitzenmedizin, effiziente Rehabilitation und die Versicherungsleistungen der Berufsgenossenschaften geben wertvolle Unterstützung. Möglichst volle körperliche Wiederherstellung sowie rasche berufliche und soziale Wiedereingliederung sind das Ziel.

Alles aus einer Hand

■ Arbeitssicherheit ■ Gesundheitsschutz ■ Rehabilitation ■ Versicherungsleistungen

www.berufsgenossenschaften.de

01805 / 188 0 88*
BG-Infoline



BG
Die gewerblichen
Berufsgenossenschaften

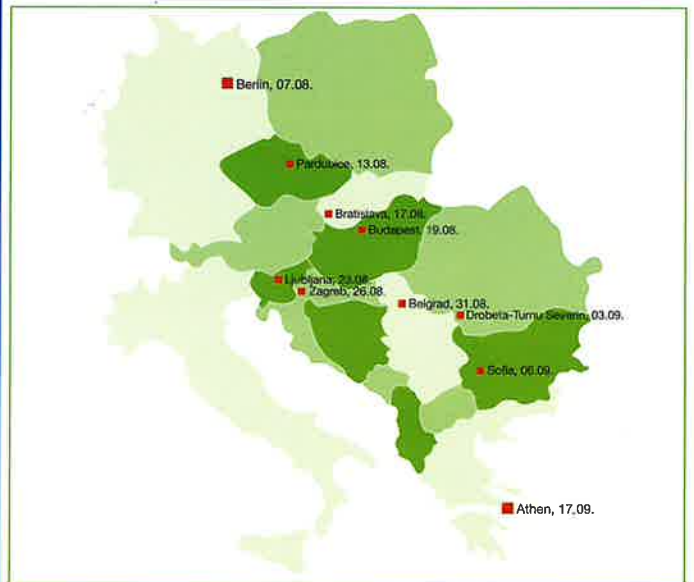


Von Sagen umwobenes Zeugnis der Antike Die Akropolis

Seit Tausenden von Jahren war und ist die Akropolis das Wahrzeichen Athens, ist der Heilige Felsen das Bindeglied, das die antike Kultur mit der heutigen verbindet. Die Akropolis, wie wir sie heute vor uns sehen, stammt aus dem 5. Jahrhundert vor

Christus, als in Athen die Grundlagen für die europäische Kultur gelegt wurden. Die einzelnen Bauwerke auf der Akropolis sind in einem Zeitraum zwischen prähistorischer Zeit und dem Ende des Altertums entstanden.

Zwei Tandems von Berlin nach Athen: ein Hilfsprojekt für blinde und sehbehinderte Menschen



Die Stationen der 3.500 km langen Tandemroute

3.500 km auf dem Fahrradsattel hat das Projekt-Team „Tandem-Hilfen“ zurückgelegt, wenn es am 17. September 2004, dem Eröffnungstag der Paralympics, in Athen ankommt. Sein Ziel hat es dabei im doppelten Sinn erreicht: Durch 9 Länder führte die Route nach dem Start am 7. August in Berlin. Unterwegs verteilten die Ausdauer-Radler Hilfsgüter im Wert von 25.000 Euro, die blinden und sehbehinderten Menschen das Leben erleichtern.

„Wir wollen auf die Situation von Menschen mit Sehproblemen in den durchfahrenen Ländern aufmerksam machen, für das Tandemfahren mit einer eigenen sportlichen Leistung werben und konkrete Hilfe im zusammenwachsenden Europa leisten“, sagt Projekt-Initiator Thomas Nicolai, der selbst stark sehbehindert ist.

Insgesamt 19 Förderern und Sponsoren ist es zu verdanken, dass die Aktion schon vor dem Start ein voller Erfolg wurde.

Der Bedarf an Hilfeleistungen ist weiterhin sehr groß. Deshalb rufen die Tandem-Helfer dazu auf, weitere Hilfsprojekte zu starten, um nachhaltige Unterstützung für möglichst viele Menschen mit Sehproblemen zu erreichen.

Kontakt: www.tandem-hilfen.de



Das Paralympics 2004-Quiz Training für die grauen Zellen

Miträtseln ist alles! In jeder Ausgabe der **Paralympics Zeitung** gilt es die Hürde einer Rätselfrage zu überwinden.

Wenn Sie die Frage richtig beantworten, winken hier zwar keine Medaillen, aber attraktive Preise.

Der Hauptpreis ist eine **Reise nach Griechenland**. Weitere wertvolle Sachpreise, wie beispielsweise **zwei Jahres-Abonnements der Athener Zeitung** und ein **Ticket für zwei Personen für**

die **Gala Paralympics-Night 2004 in Düsseldorf** warten ebenfalls auf die Gewinner.

Wie kann ich teilnehmen?
Werfen Sie untenstehenden Abschnitt in die Quiz-Box im German Paralympic Club in Athen oder senden Sie sie an: **Rugo Kommunikation, Koblenzer Straße 112, D-53177 Bonn.**

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Frage 1:
Ein wahrer griechischer Export-schlager!

Wie heißt die hier abgebildete Person?



Lösungswort:

Vorname

Name:

Straße

Wohnort

Land

E-Mail

Ihre Angaben werden ausschließlich für das Quiz verwendet und nicht an Dritte weitergegeben.

Griechisch mit Goethe



Jássas, hallo, liebe Athen-Besucher und -Besucherinnen! Sie möchten ein bißchen von der Griechischen Sprache und den landestypischen Gewohnheiten mitbekommen? Dabei können wir vom Goethe-Institut Ihnen helfen, genauso wie den Griechen, die „bei Goethe“ nicht nur Deutsch lernen, sondern auch Deutschland kennen lernen wollen.

Gleich bei der Ankunft haben Sie festgestellt: Griechen schreiben griechisch. Viele Buchstaben kennen wir: A, E, I, K, M, N, O, T. Doch da sind auch die falschen Freunde: B (w), Z (s wie „so“), H (i), P (r), Y (i, u, w), X (ch). Und die Exoten: Γ (g, j), Δ (gelispeltes d), Θ (gelispeltes t), Λ (l), Ξ (x), Π (p), Σ (s wie „es“), Φ (f), Ψ (ps), Ω (o).

Genug ΘΕΩΡΙΑ, jetzt kommt die Pra-

xis. Gibt es hier einen ΣΟΥΠΙΕΡ-ΜΑΡΚΕΤ? Oder ein ΤΑΞΙ?

Wenn Ihnen darauf ein Grieche mit „nä“ antwortet und dabei den Kopf seitwärts neigt: prima, er hat „ja“ gesagt. Zu „öchi“ (nein) wirft er den Kopf zurück. Das ist anfangs etwas verwirrend. Jedenfalls danken Sie für die Auskunft: „efcharistó“ (danke!). Zur Vollständigkeit noch „bitte!“, „parakaló“.

Tagsüber grüßen Sie mit „káliméra“, abends mit „kálistpéra“. „jássas“ geht immer, auch zum Abschied oder wenn Sie in der Taverne anstoßen. Bekannte und Freunde umarmen sich übrigens immer ganz herzlich. Und wenn mal etwas schief geht, sagen Sie einfach „signómi“ (Entschuldigung!) – wir waren alle mal Anfänger: „ti na kánume“ – was soll man da machen!