

# NEUES SEMESTER, NEUE CHANCEN

Auf die Plätze, fertig, los!



## Herzlich willkommen im zweiten Semester!

Die Ferien sind vorbei, der Wecker klingelt wieder erbarmungslos früh, und die Tafel füllt sich rasant mit neuen Formeln, Vokabeln und geschichtlichen Jahreszahlen. Aber bevor jemand in Panik verfällt – keine Sorge, das ist eure Chance, richtig durchzustarten!

Jedes neue Semester ist wie ein weißes Blatt Papier. Ihr entscheidet, womit ihr es füllt: Mit neuen Zielen, neuen Freundschaften, neuen Erfolgen oder sogar mit einer besseren Organisation eurer Hausaufgaben (ja, auch das ist möglich!). Vielleicht habt ihr im ersten Halbjahr gemerkt, dass Mathe doch nicht so schlimm ist – oder dass es sich doch lohnt, in Englisch mal richtig aufzupassen. Jetzt ist der perfekte Zeitpunkt, um eure Ziele neu zu setzen und mit frischer Motivation anzugreifen.

Und nein, es geht nicht darum, perfekt zu sein. Fehler gehören dazu, schließlich hat noch niemand einen Einser in Physik bekommen oder eine neue Sprache gelernt, indem er nur aus sicherer Entfernung auf das Lehrbuch geschaut hat. Also probiert Dinge aus, stellt Fragen, seid neugierig und lasst euch nicht durch einen Misserfolg entmutigen, sondern lernt daraus.

## Ohne Schlaf geht's nicht

Unter normalen Bedingungen brauchen Menschen 7-9 Stunden Schlaf, um fit zu sein. Wir wissen, dass das Leben im Internat spannend ist – abendliche Gespräche, lustige Runden und vielleicht noch ein paar letzte Nachrichten an Freunde. Aber: Um in der Schule fit und konzentriert zu sein, braucht euer Gehirn ausreichend Schlaf. Deshalb gilt die Zimmerruhe ab 22:00 Uhr. Eine gute Schlafroutine kann Wunder wirken! Versucht, jeden Abend zur gleichen Zeit ins Bett zu gehen, eine halbe Stunde vor dem Schlafen keine Bildschirme mehr zu benutzen (ja, das gilt auch für TikTok!) und euch zu entspannen – vielleicht mit einem Buch oder ruhiger Musik. Wer seinem Körper einen festen Rhythmus gibt, schläft besser und startet erholter in den Tag. Das bedeutet weniger Gähnen im Unterricht und mehr Energie für eure Ziele! Schlafmangel macht müde, unkonzentriert und – seien wir ehrlich – manchmal auch ein bisschen grantig. Wer morgens nicht wie ein Zombie im Unterricht sitzen will, sollte sich eine gute Schlafroutine angewöhnen. Also: Handy weg, Licht aus und genießt eure wohlverdiente Ruhe. Eure Noten (und eure Laune) werden es euch danken!

*Text: Prof. Bahr*

## WIENER EISTRAUM

Ein magischer Abend



Eine kleine, feine Gruppe von Internatsschülerinnen und -schülern genoss kürzlich die wunderschön präparierten Eisflächen des Wiener Eisraums vor dem Rathaus. Die vielen Eisflächen strahlten in der Nacht in hellem Licht und die Bäume des Rathausparks waren mit tausenden Lichtern geschmückt, was die gesamte Atmosphäre zauberhaft machte. Die frische Luft und

die Bewegung auf dem Eis waren für die Schülerinnen und Schüler eine willkommene Abwechslung zur Schulalltag. Ein perfekter Moment, um auf andere Gedanken zu kommen und die winterliche Idylle zu genießen. Um 22:15 Uhr war die Gruppe letztendlich wieder zurück im Internat - müde, aber happy über den schönen Abend.

*Text&Fotos: Prof. Redtensteiner*



## GEHIRNJOOGING

### "Rätselseite" für effizienteres Lernen



#### Auf die Plätze, fertig, knobeln!

Wie schnell kannst du das nachfolgende Sudoku lösen? Verwende dein Handy als Stoppuhr und miss die Zeit, die du brauchst. Vermerke deine Leistung am Abschnitt unten und stelle dich dem Wettbewerb: Wer war am schnellsten und krönt sich zur/zum Sudoku-Meister\*in?

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   |   |   |   |   |   | 8 | 6 | 4 |
|   | 7 | 3 |   |   | 5 |   |   |   |
| 1 |   | 4 |   | 2 | 9 |   |   | 7 |
|   |   |   |   | 5 |   |   | 4 |   |
|   | 5 |   | 1 |   | 8 | 9 | 7 |   |
| 9 | 4 |   |   | 3 |   |   | 1 | 5 |
|   |   |   | 3 | 9 | 1 |   |   | 6 |
| 2 | 1 | 7 |   |   |   |   |   |   |
|   | 9 |   | 2 |   |   | 5 |   |   |

#### Logikrätsel

Auf einem Ball trifft ein blinder Mann auf eine Gruppe von drei Frauen namens Billy, Lilly und Willy. Der Mann weiß, dass es sich bei den dreien um eine Richterin, eine Bankerin und eine Spionin handelt. Es ist allgemein bekannt, dass Richterinnen immer die Wahrheit sagen, Bankerinnen immer lügen und Spioninnen manchmal die Wahrheit sagen, manchmal aber auch lügen. Anhand der folgenden drei Aussagen kann der Blinde mit Sicherheit sagen, welche der Frauen die Richterin, welche die Bankerin und welche die Spionin ist.

Billy sagt: „Willy ist eine Bankerin“

Lilly sagt: „Billy ist eine Richterin“

Willy sagt: „Ich bin eine Spionin“

**Welche der Frau hat welchen Beruf?**

#### Rätsel-Lösungen von letzter Woche:

**Sudokulösung vom 23.01.2025:**

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 3 | 4 | 8 | 6 | 7 | 1 | 5 | 2 | 9 |
| 7 | 6 | 9 | 3 | 5 | 2 | 8 | 4 | 1 |
| 1 | 2 | 5 | 4 | 8 | 9 | 6 | 3 | 7 |
| 8 | 1 | 4 | 7 | 2 | 3 | 9 | 5 | 6 |
| 5 | 9 | 2 | 8 | 4 | 6 | 1 | 7 | 3 |
| 6 | 3 | 7 | 1 | 9 | 5 | 4 | 8 | 2 |
| 4 | 5 | 3 | 9 | 1 | 7 | 2 | 6 | 8 |
| 2 | 7 | 1 | 5 | 6 | 8 | 3 | 9 | 4 |
| 9 | 8 | 6 | 2 | 3 | 4 | 7 | 1 | 5 |

#### Logiklösung:

Die richtige Antwort wäre 8 gewesen.

Der Spion glaubte das immer die Hälfte die Lösung wäre, dabei war aber jeweils die Anzahl der Buchstaben der jeweiligen Zahl gesucht.

#### InterNews-Sudoku vom 13.02.25

Name: \_\_\_\_\_

Zeit: \_\_\_\_Minuten \_\_\_\_Sekunden

## TERMINE



### Reminder: Dialog im Dunkeln

*Die einzige Ausstellung, bei der es nichts zu sehen gibt.*

In Kleingruppen werdet Ihr von blinden oder sehbehinderten Guides durch völlig abgedunkelte Räume begleitet. In diesen sind Alltagssituationen nachgestellt, die durch die Lichtlosigkeit zum reizvollen Abenteuer werden.

Termin bitte vormerken: Sa, 22. Februar 2025



### „The Best“ Theresianische Berufs- und Studienmesse

für alle Schülerinnen und Schüler der 7. und 8. Klassen

findet am 28. Februar 2025 die Theresianische Berufsinformationsmesse in Zusammenarbeit mit der Vereinigung ehemaliger Theresianisten Christoph Nödl MJ 2016, Caroline Dermond MJ 2017. statt



### Tipp: Historische Sternwarte

am Sonntag, 16. Februar 2025 habt ihr um 18:00 Uhr die Möglichkeit an einer kostenlosen Führung der Kuffner Sternwarte teilzunehmen. Ihr erfahrt über die Geschichte der Sternwarte, die Funktion des Gebäudes, seiner Architektur und seht die vier wertvollen astronomischen Fernrohre.

Adresse: 1160 Wien, Johann Staud-Straße 10 (gegenüber Ottakringer Bad)



### Verboten!

**Bitte nehmt kein Essen und kein Geschirr vom Speisesaal mit hinauf ins Internat!**

Solltest du nach dem Abendessen noch hungrig sein, kannst du gerne im Professorenspeisesaal noch einen Snack einnehmen.

**Wochenenddienste im Internat**  
Samstag, 15.2. und Sonntag, 16.2.2025

#### Samstag (ganztägig)

Prof. Katrin PREIS

Prof. Davide ANDREANI

#### Sonntag (ganztägig)

Prof. Gabriele BAHR

Prof. Albert ALICKAJ

#### Sonntag (Verstärker ab 18.00 Uhr)

Prof. Susanne BOLLMANN

Prof. Florian HÖRANTNER



**Nächste Woche:**

Eloise