

Spätlese

Das Online-Magazin für aufgeweckte Seniorinnen und Senioren

**Liebe Seniorinnen und Senioren,
liebe Leserinnen und Leser!**

Auch diese Ausgabe eröffnet der Vorsitzende des Heimatvereins Marzahn-Hellersdorf, Wolfgang Brauer, mit dem Blick auf die Jahrestage Mai und Juni. Mit einem Blick auf den Klimawandel informiert uns Claudia Hanisch vom Fraunhofer Institut über neue Methoden zur Speicherung industrieller Abwärme.

In Zusammenarbeit mit der Polizeilichen Kriminalprävention der Länder und des Bundes warne ich Sie vor falschen Gewinnversprechen und damit verbundenen Betrugsfällen. Kriminelle Straftaten, die auch in unserem Bezirk immer wieder vorkommen. Mit dem Blick in andere Bezirke macht Christian Schulz auf die diesjährige VELO aufmerksam, die sich als Fahrrad-Festival auf dem Flughafen Tempelhof präsentieren wird. Im Wonnemonat Mai habe ich ein „Rendezvous mit Mailglockchen“ und damit verbunden ein Treffen mit Hildegart von Bingen.

Unser Reporter Otto Knackfuß ist auf der Märkischen Eiszeitstraße im Nordosten Brandenburgs unterwegs und Claudia Brödner schnauft für uns mit den Schmalspurbahnen durchs Erzgebirge. Einen Ausflug ins Mittelalter des Landes Sachsen-Anhalt unternimmt für uns Ilka Keffel auf der „Straße der Romanik“.

Wer in diesem Jahr eine Urlaubsreise nach Kroatien plant, für den sind sicher unsere Informationen zum Beitritt Kroatiens zur Eurozone und zum Schengenraum von Interesse. Was dies für den Tourismus im Land bedeutet und auf was sich Urlauber freuen dürfen, das erklärt Romeo Draghicchio, Direktor der Kroatischen Zentrale für Tourismus in Frankfurt, im Interview. Eine lustige Kurzgeschichte in Sachen „Hahngeschrei“ präsentiert uns François Loeb. Lassen Sie sich aber bei solchen Geräuschen nicht vom Lesen abhalten.

Ihr Hans-Jürgen Kolbe



Inhaltsverzeichnis

Jahrestage Mai und Juni 2023	3
Exkursion des Heimatvereins.....	4
Kostengünstige Industriewärmespeicher.....	5
Die Axt im Walde	7
Teil 3: Falsche Gewinnversprechen.....	8
Fahrradfestival bringt neue Mobilität	10
Rendezvous mit Maiglöckchen	11
Efeu – die Immergrüne	12
Märkische Eiszeitstraße	13
Bimmelbahnen täglich unter Dampf	14
Entdeckungsreise ins Mittelalter	15
Euro-Einführung und Schengenraummitglied: „Touristen in Kroatien werden profitieren.“	17
Was Impotenz über Ihre Gesundheit aussagt	18
Der letzte Hahnenschrei.....	20
Sommer in Briesen	21
Eine Liebeserklärung mit Wenn und Aber.....	22

Das Alter macht nicht freundlicher, nur geneigter.

Elazar Benyoötz



Blick in den Schlosspark Biesdorf

Jahrestage Mai und Juni 2023

von **Von Wolfgang Brauer, Vorsitzender des Heimatvereins Marzahn-Hellersdorf**

Die Geschichte der Dörfer Marzahn, Biesdorf, Kaulsdorf, Mahlsdorf und Hellersdorf, die heute den Stadtbezirk Marzahn-Hellersdorf bilden, erweckt immer wieder das Interesse unserer Leser. Alle 5 Ortsteile gehörten einst zum Landkreis Niederbarnim und wurden 1920 durch das Groß-Berlin-Gesetz nach Berlin eingemeindet. So ist

es auch seit mehreren Jahren zu einer guten Tradition geworden, dass der Heimatverein Marzahn-Hellersdorf e.V. alljährlich ausgewählte Daten von Jahrestagen herausgibt. Es handelt sich um eine Übersicht von wichtigen Jahres- und Gedenktagen, die den Bezirk betreffen. Denn Marzahn und „seine Dörfer“ sind ja schon viel, viel älter als der jetzige Bezirk. Bedeutsame Ereignisse, die Entstehung historischer Bauten, Geburts- und Todestage bekannter Persönlichkeiten des Bezirks sind in dieser Zusammenstellung zu finden.

250 Jahre

Das Amt Köpenick schließt am 13. Mai 1773 mit den aus der Pfaltz stammenden Kolonisten von Marzahn einen Erbpachtvertrag ab, der ihnen Privilegien zugesteht. Sie müssen weder Getreidepacht noch Dienste entrichten und stattdessen eine Geldabgabe zahlen. Vom Militärdienst sind sie befreit.

200 Jahre

Die Brüder Ernst Friedrich und Karl Albrecht Lucke kaufen am 30. Mai 1823 das Amtsvorwerk Biesdorf. Das nunmehrige Rittergut Biesdorf umfasst etwa 380 Morgen Ackerland, dazu Wiesen und Gärten.

125 Jahre

Am 1. Mai 1898 werden an der Wriezener Bahn die Bahnhöfe Marzahn und Ahrendsfelde eröffnet.

30 Jahre

- Mit der künstlerischen Gestaltung des „Grabenviertels“ beginnt im Frühjahr 1993 die Umsetzung des Quartierskonzepts für die Gestaltung und Weiterentwicklung der Großsiedlung Hellersdorf.
- Nach zweijährigen Rekonstruktionsarbeiten u.a. der Parkbühne, des Eiskellers und des Parkweiher nach Plänen von Gabriele und Michael Hennemann wird am 1. Juni 1993 der Biesdorfer Schlosspark wiedereröffnet.

25 Jahre

Auf der Biesdorfer Parkbühne findet im Juni 1998 erstmals das Open-Air-Festival „Rock im Grünen“ statt. Die Veranstaltung wurde initiiert von Jugendlichen, die dazu 1997 einen gleichnamigen Verein gegründet hatten.

20 Jahre

Vor der Biesdorfer Otto-Nagel-Straße 38 werden am 18. Juni 2003 Stolpersteine für Fanny, Philipp und Margot Edith Feibusch verlegt. Es sind die ersten im Bezirk Marzahn-Hellersdorf.

15 Jahre

Am 4. Juni 2008 wird das neu errichtete Gebäude des Don-Bosco-Zentrums an der Otto-Rosenberg-Straße eingeweiht. Es ist eine Einrichtung der Deutschen Provinz der Salesianer Don Boscos, die dort ein Gästehaus betreibt. Im Zentrum ist zudem die Manege gGmbH angesiedelt, die Jugendhilfe und Sozialarbeit für Jugendliche anbietet.



Foto: sylwet/Optik-Industrie-Museum Rathenow

Brillenglasschleifen, Anfang 19. Jahrhundert

Exkursion des Heimatvereins

am 10. Juni 2023 nach Rathenow und Schönhausen

von Claas Reise,
Heimatverein Marzahn/Hellersdorf

Information zur Exkursion des Heimatvereins am 10. Juni 2023 nach Rathenow / Schönhausen

1. Abfahrt vom S- und U-Bahnhof Wuhletal

7.15 Uhr Eintreffen der Teilnehmer (44 Personen)

Abfahrt 7.30 Uhr mit modernem Reisebus

Fahrzeit bis Rathenow ca. zwei Std.

2. Besichtigung des Optikmuseums und des Kulturpalastes

Der Aufstieg Rathenows zur wichtigen Industriestadt war untrennbar mit der Entwicklung der optischen Industrie verbunden. Die Unternehmer Eduard Duncker und Emil Busch trugen entscheidend dazu bei. Nach 1850 kamen weitere Firmen in Rathenow hinzu.

So z. B. 1851 Schulze & Bartels und 1866 Nitsche & Günther. 1896 gab es 163 optische Firmen hier. »Stadt der Optik« wurde ein Begriff. (Quelle: Wikipedia)

3. Stadtrundgang

mit Neubaustadt von 1950 und Altstadt und Besichtigung der St. Andreaskirche

4. Mittagessen

ca. 12.30 bis 13.45 Uhr

5. Fahrt nach Schönhausen

ca. 30 Min.

6. Besichtigung der Bismarck Gedenkstätte und des Parks

Das erste Museum zu Ehren Otto von Bismarcks wurde noch zu seinen Lebzeiten 1891 im Schönhauser Schloss II, dem heutigen Bürgerzentrum, eingerichtet und konnte dort bis 1948 besichtigt werden. Dessen Hauptbestand bildeten die zahlreichen Geschenke, die Bismarck in seinen letzten Lebensjahren erhielt. Mit Hilfe von Fördermitteln des Landes Sachsen-Anhalt konnte 1998 erneut ein Museum in Schönhausen eingerichtet und ein Teil der Bestände an ihren Ursprungsort zurückgeführt werden. Es befindet sich im verbliebenen Seitenflügel des zwischen 1695 und 1700 errichteten und 1958 gesprengten Schönhauser Schlosses I, dem Geburtshaus Otto von Bismarcks. Die Ausstellung wurde im Jahr 2000 durch die größte Sammlung von auf den ersten deutschen Reichskanzler geprägten Medaillen im öffentlichen Besitz erweitert. Beide Sammlungen vermitteln einen Eindruck von dem zeitgenössischen Kult um den als "Reichsgründer" verehrten Staatsmann und eignen sich als Anknüpfungspunkte, um Fragen an die deutsche und europäische Geschichte zu stellen. (Quelle Wikipedia)

7. Kaffeetrinken in Schönhausen

8. Rückfahrt gegen 17.00 Uhr

9. Ankunft am S-und U-Bahnhof Wuhletal gegen 19.00 Uhr

Organisation:

Abfahrt mit dem Bus ist pünktlich um 7.30 Uhr am S-und U-Bahnhof Wuhletal
Ankunft am S-und U-Bahnhof Wuhletal gegen 19.00 Uhr

Der Unkostenbeitrag (Vorkasse) für Bus und Führungen beträgt für
Vereinsmitglieder 20,00 €
Nichtmitglieder 30,00 €

Anmeldung ist erforderlich, bitte richten an: Frau Dr. Renate Schilling
vorzugsweise per Mail: schilling_renate@gmx.de per Tel.: 017651054808

Anfragen auch an Claas. Reise 030 67896442 oder claas.reise@gmail.com

Politik, Wirtschaft, Soziales



Foto: Fraunhofer ISE

Beim Industriepartner Comet Schleifscheiben GmbH wurde das Abwärmepotenzialen Kaminen bestimmt und an einem davon eine Abwärmenutzung realisiert.

Kostengünstige Industriewärmespeicher

von Claudia Hanisch

Bei einer Vielzahl von Industrieprozessen entsteht Abwärme, die oft ungenutzt in die Umgebung abgegeben wird. Mit den steigenden Energiepreisen wird die Speicherung und Nutzung von Abwärme als Ersatz für fossile Energieträger für Unternehmen immer attraktiver. Im Projekt »Fenophes«, das vom Bundesministerium für Wirtschaft und

Klimaschutz gefördert wurde, hat das Fraunhofer-Institut für Solare Energiesysteme ISE mit Industriepartnern kostengünstige Füllkörper für thermische Speicher entwickelt und optimiert. Sie ersetzen teure Hochtemperaturfluide. Die neue Technologie wurde in einem Speicher zur Abwärmenutzung in einem Industrieunternehmen erprobt.

In Hochtemperaturspeichern, die im Bereich von 250°C bis 600°C arbeiten, kommen typischerweise Thermalöle und Salzschnmelzen als Arbeitsfluide zum Einsatz. Setzt man Füllkörper als Speichermedium in thermischen Speichern ein, lässt sich die Füllmenge an diesen teuren Speichermedien reduzieren. Zudem werden andere kostengünstige gasförmige Arbeitsfluide wie Luft damit möglich, die Temperaturen bis 1000°C und mehr zulassen. Beim Einsatz von Luft als Wärmeträgerfluid, die selbst eine sehr geringe Wärmekapazität aufweist, wird die Energie in der Speichermasse der Füllkörper gespeichert. »Im Projekt haben wir untersucht, welche Form, Größe und Eigenschaften wie Dichte und Wärmeleitfähigkeit solche Füllkörper haben sollten. Ziele waren ein möglichst guter Wärmetransport und eine möglichst kompakte Schüttung im Speicher«, erklärt Projektleiter Julius Weiss vom Fraunhofer ISE. Im Projekt wurden keramische Füllkörper untersucht, die der Industriepartner Kraftblock GmbH entwickelt hat. Sie bestehen aus einem kostengünstigen Recyclingmaterial, Phosphatbinder und Additiven.

Durch das Ersetzen teurer Fluide durch Füllkörper mit der gleichen oder im besten Fall einer höheren thermischen Kapazität ergibt sich ein Kosteneinsparpotenzial von etwa 30 Prozent.

Die Füllkörper wurden in unterschiedlichen Formen hergestellt, um den Einfluss der Geometrie auf die thermische Effizienz des Speichers zu untersuchen. Zunächst wurde die Kompatibilität der Füllkörper mit unterschiedlichen Hochtemperaturmedien (Thermalöle, Salzschnmelze) anhand von Auslagerungsversuchen untersucht. Anschließend wurden Füllkörper und Fluide chemisch analysiert und eine Prüfung der mechanischen Stabilität der Füllkörper durchgeführt. Um die unterschiedlichen Füllkörperkonfigurationen zu charakterisieren, wurden sie in einem Teststand mit Wasser umströmt, das sich unter bestimmten Randbedingungen physikalisch wie eine Salzschnmelze verhält. Das Projektteam beobachtete dabei, dass unterschiedliche Füllkörperkonfigurationen unterschiedliche Temperaturprofile und zeitliche Verläufe bei zyklischer Be- und Entladung der Speicher zeigen. Eine ausgewählte Konfiguration der Füllkörper wurde zusätzlich in einem Salzschnmelzespeicher des Fraunhofer ISE experimentell analysiert.

Demonstration von Hochtemperaturspeicher in Industriebetrieb

Ein konkreter Anwendungsfall in einem Industrieunternehmen zeigt, dass mit der Speichertechnologie die Energieeffizienz industrieller Prozesse durch die zeitlich entkoppelte Nutzbarmachung rückgewonnener Wärme verbessert werden kann. Bei der Comet Schleifscheiben GmbH wurde ein Demonstrator eines Luft-Speichers mit Füllkörpern getestet. Dieser speichert die Abwärme aus dem Brand keramischer Schleifscheiben, bevor sie wieder in den Prozess integriert wird. Die Wärme wurde dabei durch einen in einem Kamin integrierten Wärmetauscher rückgewonnen. Eine Herausforderung war dabei das Temperaturniveau der Abwärme: Die Abluft wird herkömmlicherweise mit Umgebungsluft »verdünnt« und damit vor Eintritt in den Kamin abgekühlt, was es schwer macht, hohe Temperaturen zu erreichen.

Die Entscheidung, welcher Speicher die beste Lösung sei, hänge von den jeweils konkreten Gegebenheiten des Produktionsprozesses (Temperaturniveaus, Volumenströme, Flexibilität bei der Reintegration der Wärme, prognostizierte Zyklenzahl, zur Verfügung stehender Platz) ab, so die Forschenden.

Große Bandbreite industrieller Anwendungen

Für die Zwischenspeicherung und Nutzung industrieller (Ab)Wärme sieht das Projektteam viele Anwendungsmöglichkeiten: Prozesse in einem breiten Temperaturbereich zwischen 150 und 900°C sind dafür geeignet, von der Papier-, Lebensmittel-, oder Chemieindustrie bis zur Dampferzeugung. »Nicht nur die Rückgewinnung von Wärme ist für die Industrie spannend. Auch das Thema Power2Heat wird immer wichtiger, da immer mehr Prozesse elektrifiziert werden«, erklärt Dr. Thomas Fluri, Gruppenleiter Klimaneutrale Industrieprozesse und Hochtemperaturspeicher. So kann Wärme in Zeiten günstiger Strompreise erzeugt und für den ganzen Tag verfügbar gemacht werden. Damit lässt sich eine Lastverschiebung aus Spitzen- in Randzeiten erreichen, was den Unternehmen nicht nur Kosten spart, sondern auch die Stromnetze entlastet. Weiteren Forschungsbedarf sieht das Fenophes-Team in der wissenschaftlichen Begleitung weiterer größerer Demonstratoren: »Für die Wärmewende ist die Speicherfrage ein wichtiges Thema - wir möchten zeigen, dass sich die Speicher auch im Großmaßstab umsetzen lassen«, so Dr. Fluri.



Foto: dpa/Frisco Gentsch

Der Wald ist eine der größten Baustellen des Landes Brandenburg

Forstreform in Brandenburg: Die Axt im Walde

von Hans-Jürgen Kolbe

Erfolgreich verhandelte Forstreform wird seit 1. Januar 2023 umgesetzt

Mit der Verabschiedung des Landeshaushalts, mit dem Tarifvertragsabschluss und einer Dienstvereinbarung wird die Reform des Landesbetriebs Forst Brandenburg nun umgesetzt.

„Die in den letzten 20 Jahren immer wieder

gescheiterte Forstreform hat unser Ministerium im Jahr 2020 mit neuem Ansatz, auf Grundlage eines Fachgutachtens und in breiter Beteiligung auf den Weg gebracht und erfolgreich im Haushalt und in der Personalplanung verankert“, so Agrar- und Umweltminister Axel Vogel. „Mit 1.300 Stellen und einer zukunftsfähigen neuen Struktur ist der Landesforstbetrieb jetzt zukunftssicherer aufgestellt, um die Herausforderungen der Klimaveränderungen und des Waldumbaus zu meistern.“ Im Koalitionsvertrag hatten sich die Regierungsparteien darauf verständigt, den Landesbetrieb Forst Brandenburg (LFB) zu reformieren, um den LFB zukunftsfest aufzustellen und den Personalabbau zu beenden.

Dies sind die Pfeiler der Forstreform:

- Statt der in der alten Personalbedarfsplanung des Landes vorgesehenen 1.150 Stellen wird der Landesbetrieb Forst künftig 1.300 Stellen besetzen können.
- Mit 14 hoheitlich zuständigen Oberförstereien ist künftig jeder Landkreis mit einem Forstamt ausgestattet, das als untere Forstbehörde fungiert und die privaten wie kommunalen Waldbesitzenden berät. 14 Forstbetriebe werden wie bisher den Landeswald bewirtschaften.
- Außerdem wird es in jedem Landkreis die nachgefragten, auf einem Konzept beruhenden Waldpädagogikangebote geben.
- Zur Fachkräftegewinnung und -bindung führt der LFB ab 2023 einen Vorbereitungsdienst für Revierförsterinnen und -förster und für Referendare ein. Dafür stehen zusätzlich 30 Anwärter- und 5 Referendarstellen pro Jahr zur Verfügung. 15 weitere Stellen stehen für ein duales Studium bereit.
- Die bundesweit anerkannte Ausbildung in der Waldarbeitsschule Kunsterspring wird mit jährlich 30 Auszubildenden-Stellen für künftige Waldarbeiterinnen und Waldarbeiter fortgeführt.
- Sitz der LFB-Betriebsleitung wird Eberswalde. Dort wird auch die Leitung der Waldbrandüberwachung, der Forstbauschulen und der Maschinenstützpunkte gebündelt.
- Die bis 2025 einzurichtenden Forstbetriebshöfe bieten den Beschäftigten Betriebsfahrzeuge, Geräte und Material sowie sanitäre Einrichtungen. Brandenburg ist damit im Forstbereich deutschlandweit Vorreiter.

Forst- und Klimaschutzminister Axel Vogel: „Wir brauchen eine zukunftsorientierte Forststruktur, um den dringend notwendigen Waldumbau voranzubringen und der unsere Wälder erfassenden Klimakrise etwas entgegenzusetzen. Wir brauchen eine gute Ausbildung, ein attraktives Arbeitsumfeld und Entwicklungsmöglichkeiten für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.“ Den Revierförsterinnen und Revierförstern werden künftig mehr eigenverantwortliche und höherwertige Aufgaben übertragen, was auch zu einer Höhergruppierung bei der Stellenbewertung führt.

Das Landeskompetenzzentrum Forst Eberswalde (LFE) wird personell gestärkt und die praxisbezogene Klimaanpassungsforschung an Baumarten und der Wissenstransfer für Waldbesitzer und Waldbesitzerinnen werden verbessert. Dazu gehören unter anderem die Bewertung von Ökosystemleistungen, die Klimaschutz- und Kohlenstoff-Senken-Funktion von Wäldern, Böden und Mooren und die betriebswirtschaftliche Bewertung waldbaulicher Konzepte. Die über die Waldbrandzentralen Nord und Süd in Eberswalde und Wünsdorf organisierte Waldbrandüberwachung wird ihre erfolgreiche Arbeit fortsetzen und effizienter im LFB angebunden.

Mit dem erfolgreichen Abschluss der Forstreform kann der LFB seinen Aufgaben beim Waldumbau künftig besser gerecht werden. Im Landeswald bleibt die Anpassung der Waldbestände an die Klimaveränderungen oberste Priorität. Die dafür notwendigen vielfältig strukturierten Mischwälder entstehen, wenn angepasste Wildbestände die natürliche Verjüngung von standortgerechten Bäumen zulassen. Die hoheitlich tätigen Försterinnen und Förster beraten Privat- und Kommunalwaldbesitzende dabei, ihre Waldbestände an die Klimaveränderungen anzupassen. Ebenso können in der neuen Struktur die Forstbetriebsgemeinschaften als Selbsthilfeorganisationen im Privatwald besser unterstützt werden. Darüber hinaus leistet der LFB zur Biodiversität seinen Beitrag, indem ein Zehntel der Landeswaldfläche zu Erreichung der Wildnisziele und der natürlichen Waldentwicklung langfristig aus der Nutzung genommen werden.

Die organisatorische Umsetzung der neuen Forststruktur soll bis 2024 abgeschlossen sein.

Quelle: Ministerium für Landwirtschaft, Umwelt und Klimaschutz Brandenburg (MLUK)

Politik, Wirtschaft, Soziales

Gut beraten im hohen Alter:

Teil 3: Falsche Gewinnversprechen

von Hans-Jürgen Kolbe

Betrugsversuche durch Gewinnversprechen gibt es in verschiedenen Varianten. So nutzen die Täter anonyme Internet-Bezahlsysteme, wie zum Beispiel Paysafecard. Bei dieser Masche meldet sich eine vermeintliche Rechtsanwältin oder ein -anwalt, ein Notar oder eine von diesen beauftragte Person per Telefon bei älteren Menschen. Es wird behauptet, sie hätten einen hohen Geld- oder Sachwert gewonnen, zum Beispiel ein Auto oder eine Reise.



Geld in der Mausefalle

Vor der Übergabe sei allerdings eine „Verwaltungsgebühr“ zu zahlen, welche die Betroffenen per Internet-Bezahlsystem überweisen sollen. Dazu werden sie aufgefordert, Coupons von Paysafecard zu erwerben, die es zum Beispiel an Tankstellen, Kiosken oder in Einzelhandelsgeschäften zu kaufen gibt.

Mit dem Coupon erhalten sie eine mehrstellige, individuelle Nummer (PIN). Diese Nummer ist vergleichbar mit Bargeld, denn wer sie hat, kann damit im Internet einkaufen. Die Betrüger erfragen deshalb unter einem Vorwand die Gutschein-Nummer bei ihren Opfern, um damit im Internet einzukaufen oder sich den Gegenwert des Coupons vom Internet-Bezahlsystem gutschreiben zu lassen.

In einer anderen Variante bitten die Kriminellen ihre Opfer, die angeblich anfallenden Kosten am Postschalter mittels Bargeldtransfer ins Ausland zu überweisen.

Eine weitere Masche sind Werbeanrufe, bei denen ebenfalls ein Gewinn versprochen wird, in diesem Fall in Form eines Gutscheins. Während des Telefonats werden Gewinnspielabonnements angeboten und die Angerufenen nach den persönlichen Daten, zum Beispiel der Kontonummer, gefragt. Später buchen die Betrügerinnen und Betrüger die „Abonnementgebühren“ vom Konto ihres Opfers ab.

Eines haben alle diese Varianten gemeinsam: Die zugesagte Gewinnausschüttung bleibt immer aus und die vermeintliche Gewinnerin oder der Gewinner werden zusätzlich auch noch um ihr Geld gebracht .

Tipps

- Machen Sie sich bewusst: Wenn Sie nicht an einer Lotterie teilgenommen haben, können Sie auch nichts gewonnen haben!
- Geben Sie niemals Geld aus, um einen vermeintlichen Gewinn einzufordern. Zahlen Sie keine Gebühren bzw. wählen Sie keine gebührenpflichtigen Sondernummern. Diese beginnen z. B. mit der Vorwahl: 0900..., 0180..., 0137....
- Machen Sie keinerlei Zusagen am Telefon.
- Geben Sie niemals persönliche Informationen weiter: keine Telefonnummern und Adressen, Kontodaten, Bankleitzahlen, Kreditkartennummern oder Ähnliches.
- Fragen Sie die Anruferin oder den Anrufer nach Namen, Adresse und Telefonnummer der Verantwortlichen, um welche Art von Gewinnspiel es sich handelt und was genau Sie gewonnen haben. Notieren Sie sich die Antworten.
- Weisen Sie unberechtigte Geldforderungen zurück.
- Sichern Sie sich ab, indem Sie einen angeblichen Vertragsabschluss widerrufen und wegen arglistiger Täuschung anfechten. Verbraucherzentralen bieten dazu Musterschreiben an. Diese gibt es in den Beratungsstellen der Verbraucherzentrale sowie im Internet (www.verbraucherzentrale.de).
- Kontrollieren Sie mindestens einmal im Monat Ihre Kontoauszüge und Ihr Telefonrechnung.

Quelle: Polizeiliche Kriminalprävention der Länder und des Bundes



Foto: Stefan Haehnel

Eine kleine Ausfahrt auf dem Flughafen Tempelhof

Fahrradfestival bringt neue Mobilität

VELOBerlin im alten Flughafen
von Christoph Schulz

Am 6. und 7. Mai 2023 werden über 200 Aussteller und tausende Fahrradfans zur VELOBerlin im Hangar 4 und dem großen Außengelände am historischen Flughafen Tempelhof erwartet.

Neben den vielfältigen Ausstellungen mit den

Neuheiten und Trends der Fahrrad- und Mobilitätsbranche im alten Flugzeughangar und dem teils überdachten Außengelände sind auf dem „Fahrradfestival für alle“ wieder riesige Teststrecken und Fun-Parcours sowie ein umfangreiches Bühnen- und Showprogramm geplant, das zum Radfahren inspiriert. VELOBerlin wächst: mehr Ausstellende, mehr Themenflächen. Die Anzahl der Ausstellenden aus dem Vorjahr wurde überschritten. Somit bespielt die VELOBerlin insgesamt ca. 50.000 Quadratmeter im historischen Ensemble des ehemaligen Zentralflughafens. Aufgrund der Sanierungsarbeiten im südlichen Teil findet das Festival dieses Jahr im nördlicher gelegenen Hangar 4 und dem anliegenden Vorfeld statt. In den großen Ausstellungen steht das urbane Radfahren im Fokus, neben den Fahrradfans sollen besonders neue Zielgruppen für das Velo begeistert werden. „Mit dem richtigen Rad und geeigneter Ausrüstung ist das Fahrrad der perfekte alltägliche Begleiter, 365 Tage im Jahr! Die VELOBerlin ist die einmalige Gelegenheit, die Vielfalt der Fahrradwelt zu erleben und auszuprobieren und dabei das passende Rad zu finden.“ freut sich Velokonzept-Geschäftsführerin Isabell Eberlein. In gruppierten Spezialausstellungen werden besondere Fahrradthemen beleuchtet. Orientierung für die alltägliche Familienmobilität bietet das VELOTransport Areal mit 40 Ausstellenden über 60 Lastenradmarken in allen Größen, außerdem Anhängern und neuen Fahrzeugideen. Der Nachwuchs findet sein Bike im VELOKids Bereich; Kunstvolles, Accessoires und Upcycling Produkte treffen im Handmade Bereich auf interessierte Kundschaft. Ein Teil des Hangars wird dem Boomthema Radtourismus gewidmet und von einer Fotoausstellung ergänzt. Und neben vielen etablierten Marken nutzen viele Start-ups die VELOBerlin, um ihre neuen Ideen dem breiten Publikum vorzustellen. Schließlich soll ein wichtiges Augenmerk auf den größten nicht motorisierten Trend der Radindustrie gelegt werden: das Gravelbike.

In der eigenen Gravel Area für das sportliche Radfahren abseits der Straße stellen Fahrrad- und Zubehörmarken ihre Trends vor, ein Adventure Parcours, eine Bar, Workshops und Ausfahrten laden Szene und Interessierte zum Testfahren und Austauschen ein. Vielseitiges Rahmen- und Radrennprogramm inspiriert zum Radfahren

Alle Fahrräder können während des gesamten Wochenendes Probegefahren werden. Ein überdachter Parcours, der Speed Test Track, Adventure Parcours für Gravel- und Mountainbikes, ein Pumptrack und ein eigener Kids Parcours: hier werden die Produktneuheiten der Branche auf Herz und Niere geprüft. Auf den Bühnen werden fachliche Themen wie die Mobilität der Zukunft und Diversität in der Branche diskutiert, aber auch

Radreiseabenteuer und sportliche Herausforderungen vorgestellt. Auf der VELOBerlin finden wieder Wettkämpfe statt: gemeinsam mit dem Berliner Radsportverband sind Rennradrennen in verschiedenen Formaten geplant. Ein Katz- und Mausspiel liefern sich jeweils zwei Teilnehmende beim Micro Cross Rennen über verschiedene Hindernisse. Das Cargo Bike Race fordert nicht nur

Geschwindigkeit, sondern auch Geschick beim Auf- und Abladen. Beim „Rising Star“ Bikepolo Turnier starten Neulinge ihre Bikepolo Wettkampf- Karriere.

Mobilitätspolitik: Bühnentalks und Raddemos für mehr Radverkehr Als urbanes Fahrradfestival präsentiert die VELOBerlin nicht nur Produktneuheiten, sondern bietet auch die Plattform für den Austausch über das Radfahren und die Mobilität in der wachsenden Metropole. Initiativen und Vereine von Kiezgruppe bis Verband und Selbsthilfwerkstatt bis Radsportverein erhalten eine eigene Präsentationsfläche. Das Innovationsnetzwerk VeloLAB entwickelt aktuell Kampagnenideen zum ganzjährigen Radfahren und stellt die Ergebnisse vor, die für Mobilität zuständige Senatsverwaltung verleiht den Engagementpreis Fahrrad Berlin und ein Panel stellt die Frage „wie machen wir Radfahren cool für alle?“. Auch außerhalb des Veranstaltungsgeländes lädt das Festival zum Radfahren ein. Ob bei der bundesweiten Kidical Mass Sternfahrt des ADFC Berlin oder der Premiere der Radparade, am Sonntag, den 7. Mai, zeigen Radfahrende Präsenz auf Berlins Straßen und verleihen ihrer Forderung nach mehr Sicherheit im Verkehr Nachdruck.

Natur, Tourismus



Foto: Kurt F. Domini, xelio.de/KTS

Maiglöckchen – als würden sie läuten!

Rendezvous mit Maiglöckchen

von Hans-Jürgen Kolbe

Frühlingsbote – keine Blume läutet den Frühling so schön ein wie das Maiglöckchen! Der Geruch dieser wundervollen kleinen Blumen mit den knackigen dicken Blättern ist nicht jedermanns Sache, aber ich liebe ihn! Irgendwie hebt es einfach die Stimmung – das Maiglöckchen. Es ist einfach der Frühlingsbote –

keine Blume läutet den Frühling so schön ein wie das Maiglöckchen!

Maiglöckchen - *Convallaria majalis* L., Convallariaceae

Das Maiglöckchen gehört zu den Pflanzen, die Hildegard von Bingen erstmals in der Heilkunde nennt; weitere sind die Ringelblume (*Calendula officinalis*) oder die Arnika (*Arnica montana*). Sie beschreibt das giftige Maiglöckchen als 'kalt'. Das Maiglöckchen wird von ihr bei Hauterkrankungen und eitrigen Geschwüren empfohlen, dabei solle man die Pflanze „oft auf nüchternen Magen“ essen. Auch bei epileptischen Anfällen sei dies wirksam. Diese Anweisung verwundert sehr, weil das Maiglöckchen toxisch ist: Vergiftungen mit Maiglöckchen gehören zu den häufigsten Vergiftungsfällen in Deutschland.

In der modernen Medizin werden die Maiglöckchen-Glykoside aus den oberirdischen Teilen der Pflanze eingesetzt. Sie können – ausschließlich als standardisierte Fertigpräparate in sehr kleinen Dosierungen gegeben – die Kontraktionskraft des Herzens stärken. Sie werden bei labilem Kreislauf und leicht eingeschränkter Herzleistung verschrieben.



Eine mit Efeu begrünte Fassade

Efeu – die Immergrüne

von Hans Eblok

Der allseits bekannte Efeu, lat. *Hedera helix*, zeichnet sich durch seine vielfältigen Einsatzmöglichkeiten und pflegeleichten Eigenschaften aus. Diese immergrüne Kletterpflanze rankt sich an allem empor, was ihm in den Weg kommt und das in rasender Geschwindigkeit, denn Efeu zählt zu den schnell wachsenden Pflanzen. Efeu eignet sich ideal als Sichtschutzhecke, zur Fassadenbegrünung oder um

unschöne Mauern und Zäune im Garten zu kaschieren. Auch als Bodendecker erfreut sich der Efeu großer Beliebtheit. Und dabei ist diese immergrüne Heckenpflanze noch extrem pflegeleicht. Sie ist robust, frosthart und Standort-tolerant und auch ein radikaler Schnitt macht ihr nichts aus.

Wissenswertes über Efeu – *Hedera helix*

Der Efeu (*Hedera helix*) zählt zur Familie der Araliengewächse und ist die einzige Kletterpflanze, die in Mitteleuropa beheimatet ist. Man findet ihn in Wäldern, an Felsen und Mauern und in Gebüsch. Der großblättrige Efeu ist die beliebteste Efeu-Sorte und eignet sich als Bodendecker, zur Fassadenbegrünung oder als Hecke.

Efeu ist eine schnell wachsende Pflanze und erklimmt in Rekordzeit jede Wand und jeden Zaun, dabei wächst er nicht nur horizontal, sondern auch vertikal in jede Richtung. Als selbsthaftende Kletterpflanze eignet er sich ideal, um Mauern empor zu klettern oder Hausfassaden zu begrünen. Dies macht er mithilfe kleiner Haftwurzeln, die selbst an glatten Betonwänden Halt finden. Dank seiner großen Blätter und des dichten Wachstums bietet Efeu einen optimalen Sichtschutz und kann als Hecke im Garten für Ungestörtheit sorgen.

Der Efeu trägt das ganze Jahr über grüne bis dunkelgrüne Blätter. Charakteristisch sind die feinen, gelben Adern, die sich durch die Blätter ziehen. Manche Sorten des Efeus färben ihre Blätter im Herbst und werden leicht bronzefarben, rot oder dunkelrot. Im September erscheinen kleine, unscheinbare grüngelbe Blüten, die besonders aufgrund der späten Blütezeit von Bienen und Insekten als Futterquelle benutzt werden. Im Frühjahr trägt der Efeu schwarzblaue, kugelige Früchte, die für Menschen zwar giftig sind, von einigen Vogelarten aber gegessen werden.

Vielseitig einsetzbar

Generell gilt Efeu als sehr pflegeleicht, weswegen Sie nicht viel beachten müssen. Eine Bewässerung ist nur bei langanhaltender Trockenheit notwendig. Regelmäßiges Düngen, ca. einmal im Jahr, ist zu empfehlen, damit die Pflanze mit ausreichend Nährstoffen versorgt wird. Da Efeu sehr winterhart ist, bedarf es keiner Vorsichtsmaßnahme, wenn tiefe Temperaturen drohen. Nur was den Rückschnitt angeht, ist Efeu etwas zeitaufwändiger, da sein rasantes Wachstum dafür sorgt, dass er schnell andere Pflanzen überlagert oder auf nebenliegende Wände übergreifen kann. Um das zu verhindern, sollte der Efeu ein bis zwei Mal im Jahr oder je nach Bedarf geschnitten werden. Auch ist es wichtig, wenn er an einer Hausfassade wächst, Fenster und Türen regelmäßig freizuschneiden.

Efeu ist als Hecke, Bodendecke oder Fassadenbegrünung ideal geeignet und dabei noch pflegeleicht. Dennoch sollten Sie einige Hinweise unserer Experten beachten:

- Efeu ist sehr standorttolerant, mag aber keine zu nassen Böden. Vermeiden Sie ein überwässern und Staunässe, damit der Efeu sich gut entwickeln kann.
- Durch die kleinen Wurzeln, mit denen sich der Efeu an Wänden festhält, ist er schwer zu entfernen, da diese Wurzeln oft zurückbleiben.
- Möchten Sie, dass der Efeu in die Höhe wächst, können Sie ihm eine Rankhilfe mitgeben. So ist sichergestellt, dass er auch bei starken Winden seinen Halt nicht verliert.

Natur, Tourismus



Eingangstor zum Geopark Eiszeitland

Märkische Eiszeitstraße

von Otto Knackfuß

Die Märkische Eiszeitstraße umfasst 9 interessante Regionen und Orte im Nordosten von Brandenburg. Als ca. 340 Kilometer lange Erlebnisroute atmet sie Urgeschichte in reiner Natur. Seit August 1997 können Bewohner und Besucher die einzigartige Entstehung und Wandlung der Landschaft an vielen Beispielen erleben. Wir starten unsere Entdeckungen in Bad Freienwalde an der Oder

(www.eiszeitstrasse.de). In der Region Bad Freienwalde führt die MES in den nördlichsten Teil des Landkreises Märkisch Oderland. Hier zieht sich ein bis zu 30 km breiter Streifen westlich zur Oder hin: ein geologisch sehr wichtiger und äußerst interessanter Landschaftsbereich mit Oderurstromtal, der Oderinsel und den tertiären Schollen. Eine waldreiche Umgebung der Kurstadt Freienwalde bietet erlebnisreiche, gute Erholungsmöglichkeiten. Unsere Route führt weiter über Oderberg nach Ziethen zum „Geopark Eiszeitland am Oderrand“

(www.geopark-eiszeitland.de). Der Landschaftsraum von 3.300 km² ist geprägt durch jüngste Vereisungen der Weichselkaltzeit vor ca. 15.000 Jahren und durch seinen geomorphologischen Formenschatz. Hier spürt der Besucher die Eiszeitfolgen ganz nah. Per Pedes, Fahrrad oder auch Motorrad zu entdecken ist die komplette Glaziale Serie mit Grundmoräne, Endmoräne, Sander und Urstromtal. Die Urwelt der Neandertaler. Vorbei führt die MES an Findlingen, Blockpackungen, Sandern, Söllen und Rinnen. Überall entdecken wir die Zeugen der Eiszeit. Im Geomuseum geht es durch den Nachbau eines Gletschertunnels mit den Geräuschen von knackendem Eis, aufgenommen in einem noch heute aktiven Gletscher.

Vorbei am echten Mammutbackenzahn bestaunen wir MAMMUT Georg, das Maskottchen des Geoparks. Nach Empfehlung leisten wir uns noch einen Abstecher zum Buchenwald Grumsin. Im gleichnamigen Ort selbst versteckt sich eine anerkannte Whiskybrennerei. Unser nächstes Ziel wird Joachimsthal, eine Kleinstadt im Barnim. Idyllisch gelegen und eiszeitbedingt zwischen Werbellinsee und Grimnitzsee inmitten des Biosphärenreservats Schorfheide-Chorin und der Pommerschen Eisrandlage.

Den Ort dominiert die Kreuzkirche, ein Schinkelbau sowie als Tourismusmagnet der historische Kaiserbahnhof am Werbellinsee. Neu gestaltet ist der Kurfürstenbrunnen. Gäste des Feriengebietes nutzen hier auch gern das Angebot der Fahrgastschiffahrt (www.meinwerbellinsee.de). Weiter geht es für uns auf der Strasse Richtung Templin vorbei am St. Georg Kloster in Götschendorf. Hier leben russisch-orthodoxe Mönche, deren

Gastfreundschaft beeindruckt. Mit guten Erfahrungen fahren wir nach Templin, der Perle der Uckermark. Umgeben von 7 Seen erwartet uns ein ideales Wandergebiet, einladend auch für Rad- und Wasserwanderer. Besonderheiten der Stadt sind die vollständig erhaltene und restaurierte 8 m hohe Stadtmauer mit Tortürmen und Wiekhäusern, das barocke Rathaus sowie die Stadtkirche St. Maria Magdalenen. Schließlich erreichen wir als geplantes Reiseziel auf der MES die Flößerstadt Lychen. Sehenswert sind im Stadtgebiet die Pfarrkirche St. Johannes, der Marktplatz, das Rathaus, Fachwerkhäuser, Reste der alten Wehranlage, die Strandpromenade mit Künstlerwinkel. Für Liebhaber ausgefallener Abenteuer wird hier eine Floßfahrt geboten. Ein Besuch im Flößermuseum lohnt sich ebenso (www.lychen.de). Unsere eiszeitlich geprägte Straße führt noch weiter bis ins Boitzenburger Land. Boitzenburg war einst Stammsitz derer von Arnim, einer der bedeutendsten uckermärkischen Adelsgeschlechter. Besuchenswert im Ort sind die Pfarrkirche, Reste des Zisterzienserinnenklosters Marienpforte und die historische Mühle.

Fazit: Die Regionen und Orte rund um die Märkische Eiszeitstraße sind geprägt von naturgegebenen und kulturellen Schönheiten und Besonderheiten. Der interessierte Reisende erhält tiefe Einblicke und Erkenntnisse in eine außergewöhnliche Periode kontinentaler Entwicklung.

Kontakt: Dr. Gerd W. Lutze, Gesellschaft zur Erforschung und Förderung der Märkischen Eiszeitstraße, Poratzstraße 75, 16225 Eberswalde, Telefon: 03334 / 23227

Natur, Tourismus



Foto: SDG Sächsische Dampfeisenbahngesellschaft mbH

Fichtelbergbahn schnauft bergwärts dem nächsten Halt entgegen

Drei auf einen Streich:

Bimmelbahnen täglich unter Dampf

von Claudia Brödner

Die Bimmelbahnen der Sächsischen Dampfeisenbahngesellschaft mbH machen täglich Dampf – und das in verschiedenen Regionen Sachsens. Da ist immer was los. Fichtelbergbahn, Löbnitzgrundbahn und Weißeritztalbahn bieten rund ums Jahr

viele verschiedene Veranstaltungen, die Ihnen die Bimmelbahnen auf ganz besondere Weise näher bringen.

Die Fichtelbergbahn

Auf in die höchstgelegene Stadt Deutschlands, in den Kurort Oberwiesenthal – und das nicht einfach so, sondern mit Volldampf. Die Fichtelbergbahn bringt sie von Cranzahl nach Oberwiesenthal. An Sonderverkehrstagen sind sogar zwei Züge unterwegs, die die jährlich über 250.000 Fahrgäste nutzen können.

Von Mai bis Oktober bevölkern nicht nur die Wanderer, die auf dem mit rund 120 Wegweisern gut ausgeschilderten Bimmelbahn-Erlebnispfad unterwegs sind, Wald und Flur. Die Monsterroller fahren samt ihrer Steuerfrauen und –männer in rasantem Tempo vom Fichtelberg hinab bis zum Bahnhof Vierenstraße, vorbei an bunten Bergwiesen und durch den dichten Erzgebirgswald. Wieder hinauf auf die Höhen des Erzgebirgskammes übernimmt die Bimmelbahn den mühsamen Transport.

Besonders in der Weihnachts- und Winterzeit zieht die Schmalspurbahn Fans, Familien, Freunde und Urlauber in ihren Bann. Dann ist in ihrer Heimat, dem Erzgebirge, eine heimelige Zeit angebrochen. In den Fenstern der kleinen Erzgebirgshäuser stehen Räuchermann an Räuchermann, Schwibbogen an Schwibbogen. Die Pyramiden der Erzgebirgsdörfer laufen auf Hochtouren. In den Abendstunden, wenn der letzte Zug des Tages kurz nach 19 Uhr in Cranzahl losschnauft, ist dieser friedvolle und beschauliche Lichterglanz zum Greifen nah. Ganze Dörfer erstrahlen durch die beleuchteten Fenster.

Und auch sonst kommt keine Langeweile auf. Dafür sorgen die vielen Themenfahrten mit der Fichtelbergbahn.

Die Weißeritztalbahn

Welch ein Erlebnis! Eine nostalgische Fahrt in der ältesten im öffentlichen Betrieb befindlichen Schmalspurbahn, täglicher Dampflokbetrieb in wunderschöner Natur – das alles können die Fahrgäste bei einer Fahrt mit der Weißeritztalbahn genießen. Bereits seit 1882 dampft die Schmalspurbahn auf 750 mm Spurweite und gilt wegen ihrer landschaftlichen Vielfalt als eine der schönsten Eisenbahnstrecken in Europa. Steigen Sie ein, wir nehmen Sie mit auf eine beschauliche Fahrt ins Osterzgebirge. Mit einem kräftig lodernnden Feuer und genug Wasser an Bord schnauft der Zug los.

Wenig später taucht die Bahn in den wildromantischen Rabenauer Grund ein. Immer wieder überquert der Dampfzug das Flüsschen Rote Weißeritz und schlängelt sich durch ein tief eingeschnittenes Felsental. So überwindet die Bahn Höhenmeter um Höhenmeter, bis sie das kleine mittelalterliche Städtchen Dippoldiswalde erreicht. Von dort geht es stetig bergan. Kurz vor Erreichen des Bahnhofs Kipsdorf hat die Dampfmaschine ihre größte Kraftwirkung zu entfalten. Das kann man förmlich hören. Ihr Abstecher ins Osterzgebirge mit der Weißeritztalbahn wird dann zu einem Genuss für Augen und Ohren!

Die Löbnitzgrundbahn

„Unser täglich Dampf gib uns heute“ – so oder so ähnlich könnte man den Dampfbetrieb auf der Löbnitzgrundbahn beschreiben. Von Januar bis Dezember fährt die Schmalspurbahn täglich mit Dampfzügen zwischen Radebeul, Moritzburg und Radeburg. Gerade mit der Löbnitzgrundbahn bieten sich interessante Möglichkeiten, Dampflokbetrieb besonders zu erleben. Ein Höhepunkt während der Zugfahrt ist die Überfahrt über den Dippelsdorfer Teich, den die Schmalspurbahn über einen 210 m langen Damm durchquert.

Natur, Tourismus

Entdeckungsreise ins Mittelalter

Die „Straße der Romanik“ – ein Weg durch das Land Sachsen-Anhalt, dem Kernland frühen deutschen Königtums.

Von Ilka Keffel und jüko

Die Straße der Romanik wurde am 7. Mai 1993 ins Leben gerufen, weist auf die Vielfalt mittelalterlicher Baudenkmäler hin und gibt einen geschichtlichen Einblick in die Zeit zwischen 950 und 1250 in der Region des heutigen Sachsen-Anhalts. Seither besuchen



Foto: Straße der Romanik

Blick auf die Welterbestadt Quedlinburg, dem Zentrum der „Straße der Romanik“ Der Dom in Magdeburg ist Teil der Straße der Romanik

sie jährlich mehr als 1,5 Millionen Gäste aus In- und Ausland.

Die Straße der Romanik gehört zu den zehn erfolgreichsten Tourismusstraßen in Deutschland. Seit 2007 ist sie Teil der Europäischen Kulturroute TRANSROMANICA, seit 2008 im Deutschen Ferienstraßennetz verankert. Erstmals 2022 wurde die Tourismusroute im jährlichen Votum der Deutschen Zentrale für Tourismus (DZT) unter die TOP 100 Sehenswürdigkeiten Deutschlands gewählt. Der 67. Platz – eine besondere Würdigung aller Vertreter für ihr langjähriges Engagement um die Kulturstraße und eine Ehrung aller Verantwortlichen der 88 Bauwerke.

Auf Nord- und Südroute führt die Straße der Romanik mit mehr als 1000 km Länge durch das Land, in Form einer Acht mit der Landeshauptstadt Magdeburg als Routenschnittpunkt – mit 88 Bauwerken in 73 Orten – Dome und Kirchen, Klöster, Burgen und Schlösser, Häuser, Stadt- und Gartenanlagen. Das Netzwerk wird von professionellen Organisationen getragen und in der Hälfte der Einrichtungen ausschließlich vom ehrenamtlichen Engagement.

Zahlreiche Veranstaltungen runden die Besuche der Bauwerke ab. Romanische Räume bieten einmalige Kulissen. Besondere Festivalhöhepunkte werden jährlich „Unter großen Bögen“ zusammengefasst und jedes Jahr findet der Romaniktag statt, um nur zwei Beispiele zu nennen. Im Jahr 2023 feiert die Straße der Romanik ihr 30-jähriges Jubiläum. Am 7. Mai 2023 jährt sich der Tod Ottos des Großen zum 1050. Mal. Eine nicht mehr aus der Geschichte wegzudenkende Verbindung. Dies soll unter vielem anderen mit einem Festakt am 7. Mai 2023 im Kloster und Kaiserpfalz Memleben gewürdigt werden. Mehr dazu: **Straße der Romanik – 30 Jahre (romanik-pilgern.de)** Quelle: LTV

Wehrhafte Burgen, Dome, Klöster und Kirchen aus der Zeit von der Mitte des 10. bis Mitte des 13. Jh. sind Zeugnisse der Zeit der Christianisierung mit Kreuz und Schwert. Auf diesem Wege begegnet Ihnen erlebbare Geschichte in 73 Städten und Dörfern, in welchen bereits vor 1000 Jahren europäische Politik gemacht wurde. Der Terminus Romanik entstand im 19. Jh. in Anlehnung an die Bezeichnung für romanische Sprachen, da einzelne Motive altrömischer Baukunst, wie z. B. Säule und Rundbogen, abgewandelt verwendet wurden. Die Romanik reichte vom 11. bis Anfang des 13. Jh. und ist der erste umfassende und klar ausgeprägte Stil der mittelalterlichen europäischen Kunst, maßgeblich geprägt von christlich-religiösen Vorstellungen. Zunächst nahm die Architektur die führende Rolle ein. Feudale Wohn- und Wehrbauten sowie zahlreiche Kirchen sind aus dieser Zeit erhalten geblieben. Die Gebäude werden jetzt klar geplant und auf mathematischer Grundlage errichtet. Ausgangspunkt für Maßverhältnisse ist das Quadrat, das aus dem gegenseitigen Durchdringen von Lang- und Querhaus entsteht.

Die imposanten Kirchen sind meist Basiliken, in Deutschland oft doppeltürmig, mit zwei Turmpaaren und Vierungsturm. Charakteristisch sind Rundbogen als Fenster- und Portalabschluss, Langhausarkaden, Würfel- und Kelchblockkapitelle für Säulen und Pfeiler, Flachdecken in der Frühromanik und Kreuzgratgewölbe in der Spätromanik sowie oft reich ausgemalte Innenräume. Der bauplastische Schmuck ist zumeist blockhaft und streng stilisiert. Verstehen Sie bitte die Straße der Romanik wie einen roten Faden durch das für den Tourismus immer interessanter werdende Land der Burgen und Schlösser, der Repräsentanten der Reformation mit Luther, Cranach und Müntzer, der großen Komponisten wie Händel, Bach, Telemann und Schütz, der einzigartigen Landschaften von der Altmark über die Börde, das Saale-Unstrut-Tal, den Harz und Anhalt-Wittenberg. Zu all dem gesellt sich die sympathische Ausstrahlung und Gastfreundschaft der Menschen dieses Landes. Herzlich Willkommen auf der „Straße der Romanik“ die in diesem Jahr ihr 30-jähriges Jubiläum feiert. Aus diesem Anlass gibt es am 7. Mai im Kloster Memleben einen Festakt. Das Datum ist zugleich der 1050. Todestag Kaiser Ottos des Großen, der in Memleben starb.

Auch andere Veranstaltungen entlang der „Straße der Romanik“ stehen im Zeichen des Jubiläums, etwa der „Romaniktag“ am 20. Mai, der Harzer Klostersommer vom 1. Juni bis 30. September oder das Festival „montalbane“ für mittelalterliche Musik vom 16.-18. Juni rund um Freyburg (Unstrut). Seit 1993 verbindet die Route auf einem 1.000 Kilometer langen Rudkurs in Form einer Acht über 80 historische Bauwerke aus der Epoche der Romanik (950-1250). Dazu gehören Klöster und Dome ebenso wie Dorfkirchen und Burgen.

Natur, Tourismus



Foto: Mario Brzic

Die Stadt Dubrovnik, das antike römische Ragusa, ist das Zentrum der südlichsten Region Kroatiens und sicherlich eine der schönsten Städte Europas.

Euro-Einführung und Schengenraummitglied:

„Touristen in Kroatien werden profitieren.“

von Vanessa Brand & Cornelia Fischer

Am 1. Januar 2023 wurde Kroatien Mitglied der Eurozone und tritt dem Schengenraum bei. Was dies für den Tourismus im Land bedeutet und auf was sich Urlauber freuen dürfen, das erklärt Romeo Draghicchio, Direktor der Kroatischen Zentrale für

Tourismus in Frankfurt, im Interview.

Was bedeutet das künftige Zahlen mit Euro und der Wegfall der Grenzkontrollen für Kroatiens Tourismus?

Romeo Draghicchio: Der Währungswechsel sowie die Eingliederung in den Schengenraum ist etwas, auf das die Tourismusbranche schon lang gehofft hat. Dass es am 1.1.2023 nun soweit ist, lässt sehr positiv in die Zukunft blicken, da etwaige letzte Hürden, wie Geld wechseln oder Grenzkontrollen, für Gäste aus Deutschland und Europa nun endgültig fallen. Die Tage des lästigen Umtauschs noch zuhause oder vor Ort von Euro in Kuna oder das ständige Umrechnen beim Shoppen, Essen und Co. sind damit endgültig gezählt. Auch lange Autoschlangen und Wartezeiten bei der Einreise nach Kroatien besonders zu Ferienzeiten werden damit der Vergangenheit angehören. Touristen und damit auch die Urlaubsdestination Kroatien werden von den zu Neujahr in Kraft tretenden Änderungen profitieren!

Gibt es bei den Reisevorbereitungen in das Land an der Adria etwas zu beachten?

Romeo Draghicchio: Zu beachten gibt es nicht wirklich etwas – Urlaub in Kroatien zu machen, wird mit den Neuerungen für deutsche Gäste ja tendenziell einfacher. Bereits jetzt sind Preise in Kroatien in Kuna sowie Euro ausgezeichnet, um einen reibungslosen Übergang zu gewährleisten. Hierbei gilt ein fester Umrechnungskurs von 7.53450 HRK/EUR; Wechselkurse bei Banken können jedoch abweichen. Urlauber, die noch Kuna zuhause haben, brauchen sich keine Sorgen zu machen – in den ersten beiden Wochen des neuen Jahres kann in Kroatien auch noch mit Kuna bezahlt werden. Und in den ersten sechs Monaten von 2023 werden Banken und Wechselstuben Kuna gebührenfrei in Euro umtauschen.

Kroatien erwartet dieses Jahr höhere Einnahmen aus dem Tourismus als im Rekordjahr 2019. Erwarten Sie für 2023 erneut einen Besucheranstieg – besonders hinsichtlich Euro und Schengen?

Romeo Draghicchio: Kroatien verzeichnete bis zur Jahreshälfte ganze 99 Millionen

Übernachtungen. Daraus leitete die Kroatische Nationalbank ab, dass wir 2022 mit 11,3 Milliarden Euro Tourismuseinnahmen rechnen können. Vor der Pandemie, also im Jahr 2019, beliefen sich die Einnahmen auf 10,5 Milliarden. Wir sehen also, dass Menschen trotz widriger Umstände und in Krisenzeiten nach Kroatien kommen, um Urlaub zu machen und sich zu erholen.

Was erwartet deutsche Touristen in der kommenden Saison und wieso sollen diese ausgerechnet ihren Urlaub in Kroatien verbringen?

Romeo Draghicchio: Kroatien mit all seinen geografischen Facetten und seiner perfekt ausgebauten touristischen Infrastruktur ist die Destination der Wahl für alle Reisemotive. Aktivsportlern und Outdoorbegeisterten liegt quasi ein ganzes Land zu Füßen, für Kultur- oder Städtetouristen gibt es in jeder Gespanschaft etwas Neues zu entdecken und auch typische Strandurlauber kommen auf ihre Kosten! Und besonders ein Trend reißt 2023 nicht ab – das Campen und zwar in allen Komfortstufen. Nicht zuletzt aufgrund der hohen Beliebtheit bei deutschen Urlaubern, zählt Kroatien derzeit rund 300 Campingplätze. Als verlässliches Gütesiegel für qualitativ hochwertigste Freizeitangebote, Sanitärbereiche oder Infrastruktur sowie für tolle Bademöglichkeiten gilt die Bezeichnung des ADAC als Superplatz. Im kommenden Jahr tragen 21 der 300 Plätze diese Auszeichnung und gelten damit als Fünf-Sterne-Plätze. Ob Saunalandschaft, hauseigene Craftbier-Brauerei oder Lebensmittel in Bio-Qualität – es ist für alle Bedürfnisse etwas dabei!

Gesundheit

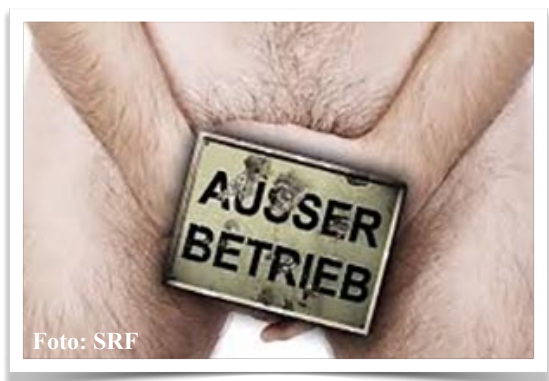


Foto: SRF

Was Impotenz über Ihre Gesundheit aussagt

von Prof. Dr. med. Curt Diehm

Es ist nach wie vor ein Tabuthema, über das Männer nicht gerne sprechen: Erektile Dysfunktion (ED), landläufig auch Impotenz genannt. So schweigsam die Betroffenen in Gesprächen mit Freunden, Bekannten und Kollegen sein mögen, so sehr öffnen sie sich in meinen Sprechstunden. Man spürt, da liegt

Da geht nix mehr
eine schwere Last auf den Schultern. Es sind meist Männer ab 50, die das Problem plagt. Personen also, die im Leben gewohnt sind, dass sie und ihr Umfeld gut funktionieren und alles nach Plan läuft. Das Phänomen beobachte ich massenhaft.

Ein besonders hohes Impotenz-Risiko tragen jene Menschen mit allgegenwärtigem Stress. Es belastet nicht nur ihr Selbstbild, sondern natürlich auch die Partnerschaft.

Erektile Dysfunktion und was man dagegen tun kann, hat mehrere Dimensionen. Da sind beispielsweise Prostataerkrankungen. Niedrig dosiertes Cialis ist heute das meistverschriebene Prostatamittel. Die Kosten werden sogar von den privaten Krankenkassen übernommen. Gleichzeitig bringt es die meisten Patienten sexuell wieder in Form. Das heißt, auch ohne Prostatadiagnose versprechen Medikamente nachhaltige Wirkung.

Die Einnahme von Tabletten wie Viagra und Cialis sind für die Patienten die einfachste Form der Therapie. Diese Medikamente, sogenannte 5-PDE-Hemmstoffe, haben ihre Wirksamkeit bewiesen. Weit über 50 Prozent der Nutzer verbessert ihre Sexualität oder gewinnt sie sogar

wieder zurück. Vom Kauf der Medikamente im Internet rate ich jedoch ab. Oft werden gefälschte und teilweise nicht ungefährliche Präparate angeboten.

Früher praktizierte Behandlungen mit Yohimbin-Abkömmlingen haben in den meisten Fällen nicht den erwünschten Erfolg gebracht. Auch technische Möglichkeiten wie die Schwellkörper-Autoinjektionstherapie (SKAT) und das Instillieren von speziellen Medikamenten in den Harnleiter sowie sogenannte Vakuum-Erektionshilfen werden von den betroffenen Patienten und vor allem auch von ihren Partnern nicht besonders geschätzt.

Bei einem relativ neuen Verfahren wird ein Stent implantiert. Oft sind kleinste Blutgefäße, die den Penis versorgen, stark verkalkt. Es gelingt mit einer Mini-Ballon-Technik die entsprechenden Arterien aufzudehnen und die Erweiterung mit einem Stent offen zu halten. Der Eingriff ist minimalinvasiv. Er geschieht unter örtlicher Betäubung und dauert 1 bis 2 Stunden. Die Ergebnisse sind gut.

Ursachen der erektilen Dysfunktion

Eine Selbstmedikation mit Viagra, Cialis & Co ist auch deshalb nicht zu empfehlen, weil die erektile Dysfunktion ein probates Frühwarnsystem für eine Vielzahl ernsthafter Krankheiten ist und mit diesen in engem Zusammenhang steht. Der erwähnte Stress ist nämlich nicht die Hauptursache für Erektionsstörungen. In gewisser Weise ist die Fähigkeit zum Sex ein Spiegelbild der Gesamtgesundheit sowohl bei Männern als auch bei Frauen. Bei jungen Männern im Alter unter 30 Jahren haben nur etwa zwei Prozent Erektionsstörungen. Bei den 70- bis 80-jährigen erhöht sich dieser Anteil dann auf bis zu 60 Prozent.

Die wichtigsten Risikofaktoren von Potenzstörungen sind unsere typischen Zivilisationskrankheiten: Diabetes, Übergewicht, Bluthochdruck, Stoffwechselprobleme, koronare Herzprobleme und Plaquebildung in den Arterien. In besonderem Maße gefährdet sind auch Raucher, Männer mit Alkoholabusus und Bewegungsverweigerer. Eine nachhaltige Behandlung von Erektionsstörungen muss deshalb immer auch mögliche Grunderkrankungen einschließen. Die wichtigste Ursache erektiler Dysfunktion sind jedoch schlicht arterielle Durchblutungsstörungen wie Arteriosklerose infolge von Gefäßverkalkung. Die Erektionsfunktion ist dann so intakt wie Ihre Blutgefäße!

Erektionsstörungen können auch als Nebenwirkungen von Medikamenten auftreten. Zu diesen Medikamenten gehören zum Beispiel Blutdruck senkende Medikamente, Blutfettsenker, harntreibende oder -entwässernde Medikamente, Herzmittel wie Digitalis (Fingerhut), Magenmittel, Beruhigungsmittel und Psychopharmaka.

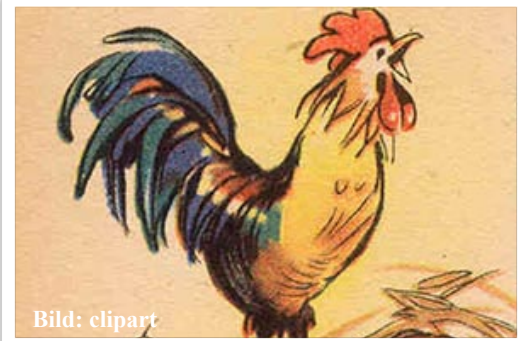
Nur wenige gehen zum Arzt

Weil Erektionsstörungen mit vielen Krankheiten und Medikamenten in Wechselbeziehung stehen, sollten Betroffene den Arzt ihres Vertrauens aufsuchen. Jenseits der ganz Alten haben etwa fünf bis sechs Millionen Männer in Deutschland Potenzstörungen. Davon gehen aber nur geschätzt zehn bis 20 Prozent zum Arzt. Dabei werden die Kosten für alle erforderlichen Untersuchungen im Rahmen der Diagnostik von den Krankenkassen übernommen. Der Arzt wird auch entscheiden, ob eine Vorstellung beim Urologen beziehungsweise bei einem Gefäßspezialisten erforderlich ist.

Fassen Sie also den Mut und sprechen Sie entsprechende Störungen offen bei Ihrem Arzt an. Sollte der Hausarzt von diesem Thema „nichts wissen wollen“, Ihre Probleme bagatellisiert ("Das wird schon wieder") oder sich nicht auskennen, dann gibt's nur eins: Suchen Sie sich schleunigst einen anderen Arzt!

Der letzte Hahnenschrei

von François Loeb



Jedes Mal, wenn ich auf meinem Hundegang, ich wandere täglich mehrmals mit meinem ‚inneren Schweinehund‘, da er stets neue Verschiebungsanträge stellt ‚Schweinchen Schlau‘ getauft, am Scheideweg 23 vorbei, ertönt ein Hahnenschrei. Ob nachts um drei oder mittags um vierzehn Uhr. Pünktlich, egal welche Uhrzeit es sei. Wenn der Hahn kräht

Beinahe, als wäre es ein mechanisch ausgelöster Klang. Durch eine unsichtbare Lichtschranke verursacht, denke ich mir beim regelmässigen leichten Erschauern meiner Trommelfelle, obwohl diesen im Lauf der Jahre bereits reichlich Hornhaut gewachsen sind. Ja, eines einsamen Erschreckens, da meine empfindsame Hühnerseele dadurch in Angst und Schrecken gerät. An Füchse denkt, die sie in die ewigen Jagdgründe holen will? Können Hühnerseelen ahnen? Fühlen? Flattern ja. Selbst nach abgehacktem Kopf. Ein Beweis, dass es eine Seele gibt, bemerkt jaulend mein ‚Schweinchen Schlau‘ jeweils nicht ohne dabei einen meckernden Laut von sich zu geben. Denn ihm wäre lieber ein süßes, von allen bewundertes Schäfchen, statt eines Schweinchens zu sein. Doch ‚man ist was man ist‘. Hat das anzunehmen. Zu akzeptieren, selbst wenn ein Hahnenschrei ertönt. Mechanisch oder echt. Nackt, wie der Bock uns geschaffen hat, ertönt das trostvolle Echo meiner inneren Stimme, dabei die Ängstlichkeit vertreibend. Selbstwert erneut aufbauend. Bis zum nächsten Hahnenschrei bei der Nummer 23. Am Scheideweg. Der so sicher erfolgt wie das JA unter dem Traualtar. Anzeigen müsste ich die Besitzer des Hahns längstens. Habe den Mut nicht dazu. Gute Nachbarschaft ist ein Axiom des Wohlbefindens. Und dies ist mir in Omikronischen Zeiten wichtig, die von Misstrauen geprägt auf Distanzeinhaltung als Weltanschauung eingestellt sind. Letzter Hahnenschrei? Ist die Nachbarin so gewandert? Schau ich sehnsuchtsvoll deshalb in ihren Garten? Ist der Hahnenschrei ein Abwehrmittel, damit ich keine Augenblicks-Flegelhaftigkeit begehe? Könnte ich dem letzten Hahnenschrei auch mit Messer und Gabel zu Laibe rücken? Oder zu Laibe?

Diesen in das Osterschäfchen einbacken. Mit Puderzucker überstreuen. Auskühlen lassen. Wie mein Mütchen das Anzeige erstatten will. Dann das eingebackte Schäfchen einpacken und der Nachbarin auf die Türschwelle legen. Auf dass nie mehr ein letzter Hahnenschrei erklinge. Sie fortan in Sack und Asche gehen wird. Ich nicht mehr einer Augenblicks-Verlockung erliegen kann.

Gedacht getan.

Achtung! Frisch gestrichen in die Nach-Osterwoche aufbrechen! Einbrechen! Obwohl das Hahnenschrei-Eis durch das Frühjahr längst gebrochen ist. Und tatsächlich, der letzte Hahnenschrei ertönt nicht mehr beim Durchwandern des Scheidewegs 23. Ist abgelöst. Eindeutig ersetzt durch DEN ERSTEN HAHNENSCHREI! Tagein tagaus. Ein Einbruch erster Güte. Wie sehne ich mich nach dem ungebrochenen Eis! An dem sich mein Mütchen und das Erschauern meiner Hühnerseele endlich wieder abkühlen können ...



Kletterrosen an einem Gartenzaun

Sommer in Briesen

von Helene Ehnhold

Heuer ist ein Rosenjahr
wie es selten einmal war.
In allen Farben stehn sie da,
weiß, lila, gelb, orange, rosa.
Und rote Rosen ringsumher,
der Garten ist ein Blumenmeer.
Sie ranken, klettern, stehn als Strauch,
wundervoll als Bäumchen auch.
Ihr Rot steht für der Liebe Glut,
Rosen sind für vieles gut.
So ist die Rose ein Symbol,
das viel statt Worte sagen soll.
Rosen öffnen Herz und Tür,
weiß mancher Rosenkavalier.
Sie erfreuen Herz und Sinn,
der vielen Blumen Königin.

(Dieses Gedicht schrieb die Verfasserin im Jahre 2017)

Eine Liebeserklärung mit Wenn und Aber

von **Christoph Amthor**

Was heißt es, ein Land zu lieben? Und welche Gründe lassen sich dafür anführen?

Nachdem ich schon angefangen hatte, Kapitel zusammenzutragen, wurde mir zunehmend bewusst, wie schwierig diese Aufgabe ist. Wie oft höre ich etwa Freunde über Prag schwärmen: Eine wunderschöne, märchenhafte Stadt! Ganz klar, sie sind

verliebt in Prag. Aber wie wäre es, wenn sie mit dieser Stadt nun zusammenleben müssten? Wenn sie nicht an der Moldau in der Sonne säßen, sondern bei der Prager Meldebehörde im überfüllten Wartesaal? Würde ihre Verliebtheit dem Alltag standhalten?

Wer nach ein paar Jahren in Tschechien immer noch die Superlative aus den Reiseprospekten zitiert, hat nach meiner Ansicht das Wesentliche verpasst. Denn mit zunehmender Zeit, die man hier verbringt, werden auf einmal ganz andere Dinge wichtig: In einem tschechischen Sportverein der einzige Deutsche zu sein, ist zum Beispiel eine ganz eigene Herausforderung. Dort dann aber etwas Tschechisch zu können, ist wiederum von Vorteil.

Liebe ist auch hier ein Miteinander, ein Wechsel von vielen widersprüchlichen Erfahrungen, und sie ist ein ständiger Prozess, der sich oft nur schwer in Worte fassen lässt. Liebe heißt auch, Ecken und Kanten wahrzunehmen und deren Anteil am Ganzen zu akzeptieren.

Diese 111 Gründe bitte ich darum nicht so zu verstehen, als ob ich nun 111 Trümpfe auf den Tisch zählen würde. Vielmehr sind sie wie ein Mosaik, dessen Steine erst zusammen das Gesamtbild ergeben. Sie zeigen meine subjektive Auswahl, sind also weder ein Reiseführer noch ein Geschichtsbuch oder eine ethnografische Feldforschung. Für mich gehören zu den Gründen auch solche, die das Land einfach spannend machen und die mir Rätsel aufgeben.

Tschechien wird Sie mit zauberhaften Eindrücken überschütten, und Tschechien wird Sie fordern. Ich hoffe, dass dieses Buch Ihnen hilft, es als ein Land voller Geheimnisse zu entdecken, und als ein Land voller liebenswürdiger und kurioser Details. Das Buch 111 Gründe, Tschechien zu lieben erschien im Verlag Schwarzkopf & Schwarzkopf. Erhältlich auch bei Ihrem Buchhändler.



Cover des Buches

Impressum

BEZIRKSAMT MARZAHN- HELLERSDORF
VON BERLIN
RIESAER STRAÙE 94
12627 BERLIN

REDAKTION SPÄTLESE
Telefon: (030) 90293-4371
Telefax: (030) 90293-4355
E-Mail: jueko.berlin@gmx.de
Internet: www.magazin-spätlese.net

