

Januar 2025



Inhalt der Zeitung



Wahlen in
Europa



Bericht der
WHO

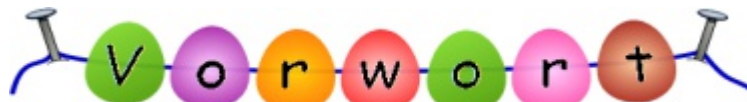


René Favaloro

Ausgabe #146

Inhalt

Seite 2	Vorwort
Seite 3	Schnee
Seite 4	Wahlen in Europa
Seite 5	Sonne für Hundi
Seite 6	Bericht der WHO
Seite 8	Zitatesammlung
Seite 9	René Favaloro
Seite 10	Wetterphänomene
Seite 13	Was ist los in NRW
Seite 14	Rezept des Monats
Seite 16	Wunderliche Tierwelt
Seite 19	Impressum



Liebe Leserinnen und Leser, liebe Eichhörnchen und sonstwie fühlende,

Euch Allen ein gesundes, friedvolles und glückliches neues Jahr 2025. Wie jedes Jahr, beginnt auch 2025 mit kurzen winterlichen Wetterkapriolen aus Schnee und recht kühlen Temperaturen. Und schon sind so manche Bürger am Meckern über ein bisschen Schnee. Wir kommen mit solchen Verhältnissen einfach nicht gut zurecht, im Gegensatz zu den süddeutschen Bundesländern.

In der aktuellen Ausgabe erfahrt ihr etwas über das Phänomen Wetter und daneben wieder interessante und spannende Themen aus den verschiedensten Bereichen. Sie reichen von Wissenswertem zu einem WHO-Bericht bis hin zu Wunderlichem aus der globalen Tierwelt. Es werden auch die Wahlen in Europa, von Deutschland bis Rumänien behandelt und man erfährt auch Wissenswertes über den argentinischen Herzschrifturgen Favaloro oder die Wirkung wärmender Sonnenstrahlen auf das Wohlbefinden unserer vierbeinigen Fellnasen.

Dies sind nur einige Beispiele in der aktuellen Ausgabe.
Na dann, viel Spass beim Stöbern und Lesen

Schnee

♪ Es schneit, es schneit...

Das bekannte Volkslied kennen wohl die Meisten und die allermeisten freuen sich über Schneefall.

Mit den ersten Schnee- und Graupelschauern ist in der zweiten Novemberhälfte zu rechnen.

Der Definition nach ist Schnee fester Niederschlag, der sich meist bei Temperaturen unter 0 °C bildet, aus meist verzweigten kleinen Eiskristallen. Die Kristallform hängt hauptsächlich von der Temperatur sowie von dem Grad der Übersättigung des Wasserdampfes bei der Bildung ab. Bei Temperaturen um 0 °C fällt Schnee meist in Form großer, lockerer Schneeflocken (mehrere cm Größe möglich) aus zusammengeketteten Kristallen, die untereinander fest verbunden sind; bei tieferen Temperaturen in Form von Schneesternchen, Eisplättchen oder Eisnadeln. Somit können sich die Flocken untereinander in ihren Formen unterscheiden, "No snowflake is alike".

Der Ursprung jeder Schneeflocke bilden winzig kleine Staubteilchen. Wenn es kalt und feucht genug ist, dann gefrieren Wassermoleküle um dieses Staubteilchen herum. Oftmals bildet sich dann ein kleinstes sechseckiges Plättchen, das beim weiteren Weg durch die Atmosphäre an den Ecken weiterwächst. Ein sternenförmiger Schneekristall entsteht. Bei einer Temperatur unter minus 30 °C fällt kaum Schnee, da der Taupunkt zu niedrig ist, die Luft dann zu trocken ist und sie somit kaum Wasserdampf enthält.

Die meisten Autofahrer empfinden Schneefall als Abenteuerfahrten, Bus- und LKW-Fahrern erschwert es deutlich den Betriebsablauf. Durch das Wetterchaos kommt es zu Verspätungen und Störungen im Betriebsablauf.

Sonnenlicht erhellt die Schneedecke in einem hellen Weiß, dabei wird die Sonne durch die Schneekristalle und die darin eingeschlossene Luft reflektiert.

Neuschnee unterscheidet sich zu einem nach Feuchtigkeit und zu anderem nach Temperatur.

Liegt der Schnee erst einmal am Boden, dann verändert er sich rasch. Vor allem das wiederkehrende Tauen und Schmelzen bringt eine stetige Verdichtung. Alter Schnee (Firn) kann bis zu 800 Kilogramm pro Kubikmeter schwer werden.

Industrieschnee ist Schnee, der durch Abgase von Industrieanlagen entsteht.

Warum knirscht Schnee? Schnee ist ein perfekter Schalldämpfer. Auf der Erde fügen sich die Schneekristalle mit der Zeit zu festen Verbindungen zusammen. Beim Drauftreten zerbrechen jene, dabei zerbrechen Millionen solcher Verbindungen, somit das Knirsch-Geräusch. Das Geräusch an sich hängt von der Dauer, wie lange es auf der Erde liegt und von den Temperaturen ab. Je kälter es ist, desto lauter knirscht es auch beim Gang über die Schneedecke.

Wahlen in Europa 2025

von Deutschland bis Rumänien-

Hier eine Zusammenfassung der wichtigsten Wahlen, die im Jahr 2025 stattfinden werden und was wir von ihnen erwarten können:

Deutschland: Zurück im europäischen politischen Spiel?

Nach dem Misstrauensvotum gegen Bundeskanzler Olaf Scholz finden am 23. Februar 2025 vorgezogene Neuwahlen statt.

Einer der Kandidaten, ist Friedrich Merz von der CDU, ein möglicher künftiger Kanzler, der beispielsweise eine liberalere Wirtschaftspolitik mit konservativerer Sozialpolitik vorschlägt. Merz setzt sich für ein stärker integriertes Europa ein. Er will die Beziehungen zu Frankreich und Polen neu beleben, kritisiert die starke Abhängigkeit Europas von den USA und fordert die Entsendung von Taurus-Marschflugkörpern in die Ukraine.



Rumänien: Das Rennen um die Präsidentschaft nach ausländischer

Einmischung und dem Aufstieg des antieuropäischen Populismus geht weiter.

Rumänien wird im Jahr 2025 neue Präsidentschaftswahlen abhalten, nachdem das Verfassungsgericht die erste Runde der Wahlen annulliert hat. Die Entscheidung des Gerichts erfolgte aufgrund von Bedenken hinsichtlich ausländischer Einmischung in eine Wahl, bei der die gemäßigte EU-freundliche Kandidatin Elena Lasconi und der rechtsextreme prorussische Kandidat Călin Georgescu in die zweite Runde einzogen.

Polen: Ein Test für die Zustimmung der Tusk-Regierung inmitten starker rechter Opposition

Die bevorstehenden Präsidentschaftswahlen im Mai in Polen entwickeln sich zu einem Referendum über die Regierung von Donald Tusk, der seit Dezember 2023 an der Macht ist und Parteien von links bis Mitte-rechts vereint. Obwohl es Premierminister Tusk (von der Partei Bürgerplattform) ist, der erheblichen Einfluss auf die tägliche Regierungsführung ausübt, spielt Präsident Andrzej Duda weiterhin eine entscheidende Rolle. Duda von der Oppositionspartei Recht und Gerechtigkeit (PiS), der vor Tusks Rückkehr acht Jahre lang im Amt war, hat sein Vetorecht genutzt, um viele Maßnahmen der Regierung zu blockieren.

Großbritannien: Wird sich der Sieg der Labour-Partei im letzten Jahr zu weiterer Unterstützung festigen?

Am 1. Mai finden im Vereinigten Königreich die ersten Wahlen seit den Parlamentswahlen im vergangenen Juli statt, bei denen die Labour Party an die Macht zurückkehrte und Keir Starmer zum Premierminister ernannt wurde. Diese Abstimmung für die englischen Bezirksräte wird ein wichtiger Test für Labour sein und zeigen, ob ihr Sieg im letzten Jahr der Beginn einer dauerhaften Unterstützung für die Partei sein wird.

Italien: Kommunalwahlen stellen die Stabilität einer Regierung auf instabilem Boden in Frage.

Im kommenden September erwartet Giorgia Meloni ein wichtiger Test, da in sechs Regionen gewählt wird: Apulien, Kampanien, Marken, Toskana, Aostatal und Venetien. Diese Wahlen werden einen Überblick über die öffentliche Meinung Italiens über Melonis Regierung geben, die für italienische Verhältnisse relativ stabil ist. Im vergangenen November wurden die Koalitionsparteien bei den Regionalwahlen in der Emilia-Romagna und in Umbrien von der Mitte-Links-Koalition überholt, was für Meloni einen Rückschlag bedeutete.

Sonne für Hundi

Einfluss wärmender Sonnenstrahlen auf das Hundebefinden

Aus diesem Grund liegt Ihr Hund auch dann in der Sonne, wenn es sehr heiß ist.

Einer der Hauptgründe, warum Hunde in der Sonne liegen, ist ihr Bedürfnis, ihre Körpertemperatur zu regulieren. Obwohl Hunde nicht auf die gleiche Weise schwitzen wie Menschen, nutzt ihr Körper andere Mechanismen zur Temperaturregulierung. Hunde haben Schweißdrüsen nur in den Pfoten, aber ihr Hauptmechanismus zur Wärmeableitung ist schnelles Atmen oder Hecheln.

Die Sonne vermittelt Hunden die Wärme, die ihnen dabei helfen kann, sich wohl und entspannt zu fühlen, insbesondere wenn sie kalten Temperaturen ausgesetzt waren oder das Wetter früher am Tag kühler ist. So fungiert die Sonne als zusätzliche Wärmequelle, die eine angemessene Körpertemperatur ermöglicht. Es ist wichtig zu erwähnen, dass nicht alle Hunde gleich auf die Sonne reagieren.

Wie lange ein Hund in der Sonne verbringen kann, hängt von mehreren Faktoren ab, darunter Rasse, Fell-Typ, Umgebungstemperatur und Aktivitätsgrad. Manche Hunde liegen möglicherweise 10 oder 15 Minuten in der Sonne und genießen die Wärme, während andere länger in der Sonne bleiben, insbesondere wenn sie sich wohl oder entspannt fühlen. Es ist jedoch wichtig, auf die Gesundheit des Hundes zu achten. Sich über einen längeren Zeitraum der Sonne auszusetzen, insbesondere an sehr heißen Tagen, kann schädlich sein. Hunde haben nicht die gleiche Fähigkeit, Wärme abzuleiten wie Menschen, und wenn sie zu viel Sonne ausgesetzt sind, können sie einen Hitzschlag, Dehydrierung und sogar Sonnenbrand entwickeln, insbesondere an Stellen mit freiliegender Haut oder kurzen Haaren. Deshalb ist es eine gute Idee, Hunde zu beaufsichtigen, wenn sie sich in der Sonne aufhalten, und sicherzustellen, dass sie Zugang zu Schatten und frischem Wasser haben.

Trotz der genannten Risiken bietet es für Hunde gewisse gesundheitliche Vorteile, wenn sie mäßig und kontrolliert in der Sonne liegen. Einer der wichtigsten Vorteile ist die Produktion von Vitamin D.

Obwohl Hunde den Großteil ihres Vitamin D über die Nahrung aufnehmen, kann Sonneneinstrahlung die Synthese dieses für Knochengesundheit und Immunfunktionen essentiellen Vitamins unterstützen. Die Sonne kann auch das emotionale Wohlbefinden von Hunden verbessern. So wie Menschen die entspannende Wirkung der Sonne spüren, können auch Hunde ein Gefühl der Ruhe und Geborgenheit verspüren. Dies ist besonders hilfreich für Hunde, die möglicherweise unter Angstzuständen oder Stress leiden. Um Hunde im Sommer vor Sonnenbrand zu schützen, ist es wichtig, die Sonnenexposition während der intensiven Stunden, zwischen 10 und 17 Uhr, zu begrenzen. Es empfiehlt sich, ihnen schattige oder kühle Orte anzubieten.

www.infobae.com.ar



Bericht der WHO

Die Weltgesundheitsorganisation veröffentlicht heute ihre weltweit umfassendste Übersicht über die psychische Gesundheit seit Beginn des Jahrhunderts.

Diese detaillierte Arbeit bietet Regierungen, akademischen Einrichtungen, Gesundheitsfachkräften, der Zivilgesellschaft und anderen Interessengruppen eine Blaupause, um der Welt dabei zu helfen, die psychische Gesundheit zu verändern.

Weltgesundheit



Im Jahr 2019 waren fast eine Milliarde Menschen – darunter 14 % der Jugendlichen weltweit – von einer psychischen Störung betroffen. Selbstmorde waren für mehr als jeden 100. Todesfall verantwortlich und 58 % davon ereigneten sich vor dem 50. Lebensjahr.

Psychische Störungen sind die Hauptursache für Behinderungen und sind für jedes sechste Lebensjahr mit Behinderung verantwortlich. Menschen mit schweren psychischen Störungen sterben im Durchschnitt 10 bis 20 Jahre früher als die Allgemeinbevölkerung, meist an vermeidbaren körperlichen Erkrankungen.

Sexueller Missbrauch und Mobbing im Kindesalter sind wichtige Ursachen für Depressionen. Soziale und wirtschaftliche Ungleichheiten, Notfälle im Bereich der öffentlichen Gesundheit, Kriege und Klimakrisen gehören zu den strukturellen Bedrohungen für die psychische Gesundheit auf der ganzen Welt.

Allein im ersten Jahr der Pandemie nahmen Depressionen und Angstzustände um mehr als 25 % zu.

Dieser umfassende WHO-Bericht beleuchtet – basierend auf den neuesten verfügbaren Erkenntnissen und anhand von Beispielen bewährter Praktiken und der Widerspiegelung persönlicher Erfahrungen – die Gründe und Aspekte, in denen Änderungen am Notwendigsten sind und zeigt die beste Vorgehensweise auf. Alle Beteiligten sind aufgerufen, zusammenzuarbeiten, um den Wert und das Engagement der psychischen Gesundheit zu vertiefen. Dabei die Umgebungen, die die psychische Gesundheit beeinflussen, neu zu organisieren und bestehende Systeme zu erweitern, in denen Menschen in Ihrer psychischen Gesundheit gestärkt werden.

WHO-Generaldirektor Dr. Tedros Adhanom Ghebreyesus sagte: "Wir alle kennen Jemanden, der an psychischen Störungen leidet. Eine gute geistige Gesundheit führt zu einer guten körperlichen Gesundheit, und dieser neue Bericht ist ein überzeugendes Argument für Veränderungen. Die untrennbaren Verbindungen zwischen psychischer Gesundheit und öffentlicher Gesundheit, Menschenrechten und sozioökonomischer Entwicklung bedeuten, dass eine Umgestaltung von Richtlinien und Praktiken im Bereich der psychischen Gesundheit echte und erhebliche Vorteile für Menschen, Gemeinschaften und Länder auf der ganzen Welt bringen kann. Eine Investition in die psychische Gesundheit ist eine Investition in ein besseres Leben und eine bessere Zukunft für alle".

Die 194 Mitgliedstaaten der WHO haben den umfassenden Aktionsplan für psychische Gesundheit 2013–2030 (in englischer Sprache) unterzeichnet und sich damit verpflichtet, globale Ziele zur Transformation der psychischen Gesundheit zu erreichen.

Die im letzten Jahrzehnt erzielten Teilfortschritte zeigen, dass Veränderungen möglich sind. Dennoch vollzieht sich der Wandel nicht schnell genug und die psychische Gesundheit ist nach wie vor von Bedarf und Vernachlässigung geprägt, wobei zwei von drei Dollar der knappen öffentlichen Ausgaben für psychische Gesundheit in freistehende psychiatrische Krankenhäuser und nicht in Gesundheitsdienste für psychiatrische Gemeinschaften fließen, wo Menschen besser versorgt werden.

Seit Jahrzehnten ist die psychische Gesundheit einer der am meisten vergessenen Bereiche der öffentlichen Gesundheit und hat nur einen winzigen Bruchteil der Aufmerksamkeit und Ressourcen erhalten, die sie braucht und verdient.

www.intho.es



Zitatesammlung

Pass auf was du tolerierst. Damit zeigst du den Leuten, wie sie dich behandeln dürfen.

Obwohl Gedanken nichts wiegen, kann man unter ihrer Last zusammenbrechen

Nicht weil es schwer ist wagen wir es nicht, sondern weil wir es nicht wagen ist es schwer.

Leise Gefühle sind oft jene die am meisten Schmerzen verursachen.

Woran die Augen hängenbleiben, danach sucht deine Seele.

Wenn du still bist verstehen dich nur Menschen, die dich fühlen.

Setze nicht so oft ein Komma, wo du einen Punkt machen solltest.

Worte können Wunden reißen, die kein Verband bedecken kann.

Wer deine Last nicht getragen hat, hat keine Ahnung wie viel sie wiegt.

Der beste Weg einen Freund zu finde, ist der, selber einer zu sein.

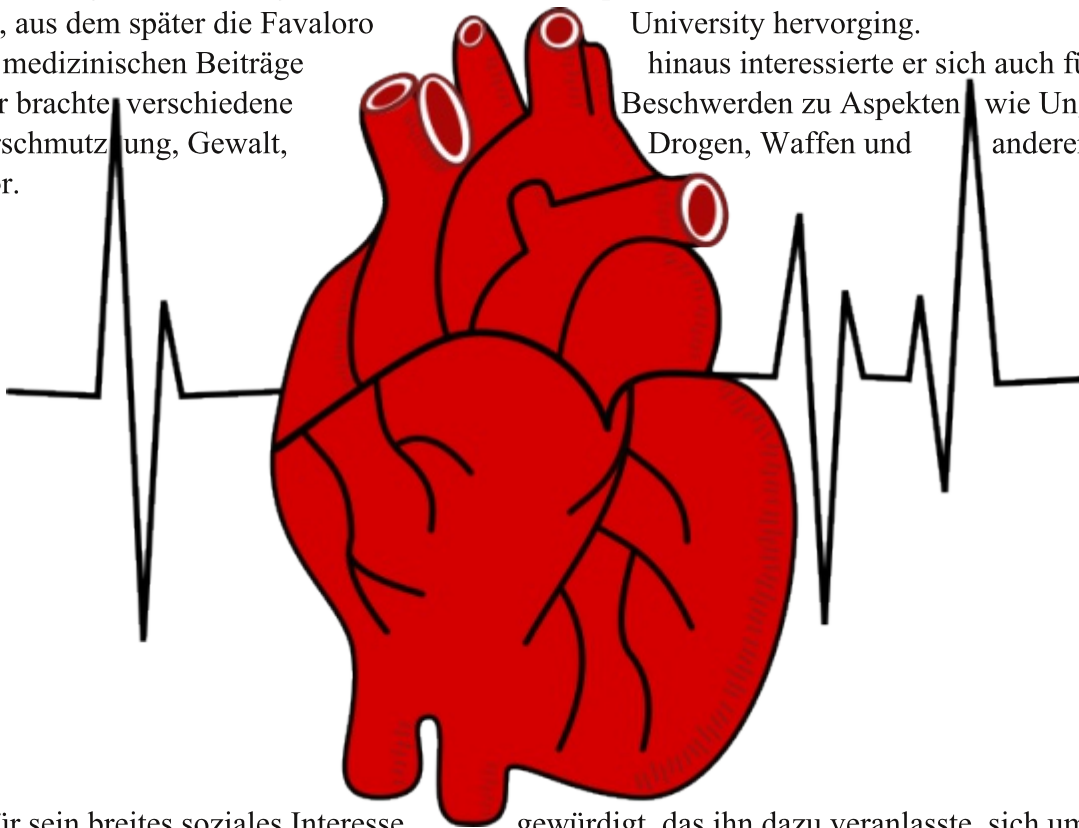
René Favaloro

René Favaloro (12. Juli 1923 – 29. Juli 2000) war ein argentinischer Erfinder, Pädagoge und Herzchirurg, der als erster eine Koronarbypass-Operation, auch Myokardrevaskularisationsoperation genannt, durchführte. Es war das grundlegende Werk seines Lebens und markierte einen großen historischen Meilenstein in der Herz-Kreislauf-Medizin, da es eine Lösung für das Problem der koronaren Herzkrankheit lieferte.

Favaloro untersuchte lange Zeit die Beziehung zwischen den Herzkranzgefäßen und dem Herzen. Es war im Jahr 1967, als er die Gelegenheit hatte, eine seiner Initiativen umzusetzen, die darin bestand, die Vena saphena in der Koronarchirurgie einzusetzen. Im Mai desselben Jahres führte er an seinem Patienten die Operation durch, die ihn in die Geschichte eingehen ließ. Bei einer Frau, die an einer Aortenobstruktion litt, schnitt er einen Abschnitt der Vena saphena in ihrem Bein durch und ersetzte ihn durch den verstopften Teil der Aorta. Nach dem Eingriff gelang es ihm, der Frau zu helfen, die Durchblutung ihres Herzens wiederherzustellen. Derzeit ist der chirurgische Eingriff dieses argentinischen Arztes einer der am weitesten verbreiteten der Welt. Ein Jahr nach seiner Entdeckung, 1968, veröffentlichte er seine erste schriftliche Veröffentlichung zu diesem Thema.

Trotz seiner großen Entdeckung legte Favaloro keinen großen Wert auf seine zahlreichen weltweiten Anerkennungen. Auf einer Konferenz erklärte er, dass sein "Wir"-Gefühl wichtiger sei als die "Ich"-Figur. Mit der Idee, in seinem Heimatland Argentinien ein spezialisiertes Zentrum wie die Cleveland Clinic zu gründen, wo er einen langen Teil seines Lebens verbrachte, gründete er 1975 die Favaloro-Stiftung, die sich der Weiterentwicklung der Kardiologie widmete. Fünf Jahre später eröffnete er 1980 das Basic Research Laboratory, aus dem später die Favaloro University hervorging.

Über seine medizinischen Beiträge hinaus interessierte er sich auch für soziale Themen. Er brachte verschiedene Beschwerden zu Aspekten wie Umweltverschmutzung, Gewalt, Ungleichheit, Drogen, Waffen und anderen kontroversen Themen vor.



Er wurde für sein breites soziales Interesse gewürdigt, das ihn dazu veranlasste, sich um alle Arten von Patienten zu kümmern, ohne Rücksicht auf wirtschaftliche Umstände zu nehmen. Er war der Ansicht, dass Medizin für alle Menschen zugänglich sein sollte und jedoch kein Privileg für Minderheiten sein sollte.

eder.com .ar

Wetterphänomene

Zugegeben hört man das Wort Wetterphänomene denkt man an Polarlichter, Wirbelstürme, Sonnenfinsternis. Doch gibt es auch ganz alltägliche Wetterphänomene: Wolken - als Tief- und Hochdruckgebiet veranschaulicht.

Wolken unterscheidet man in vier Arten: tiefe Schichtwolken; Haufenwolken; Regenwolken; Gewitterwolken.

Wolken bilden sich immer dann wenn Luft abkühlt, bspw. wenn sich die Erde und die darüberliegende Luft erwärmt und nach oben steigt; also wenn eine Zone von warmer Luft auf eine Zone von kalter Luft trifft.

Die Kaltluft lässt die leichtere Warmluft aufsteigen und schon wieder bilden sich Wolken!

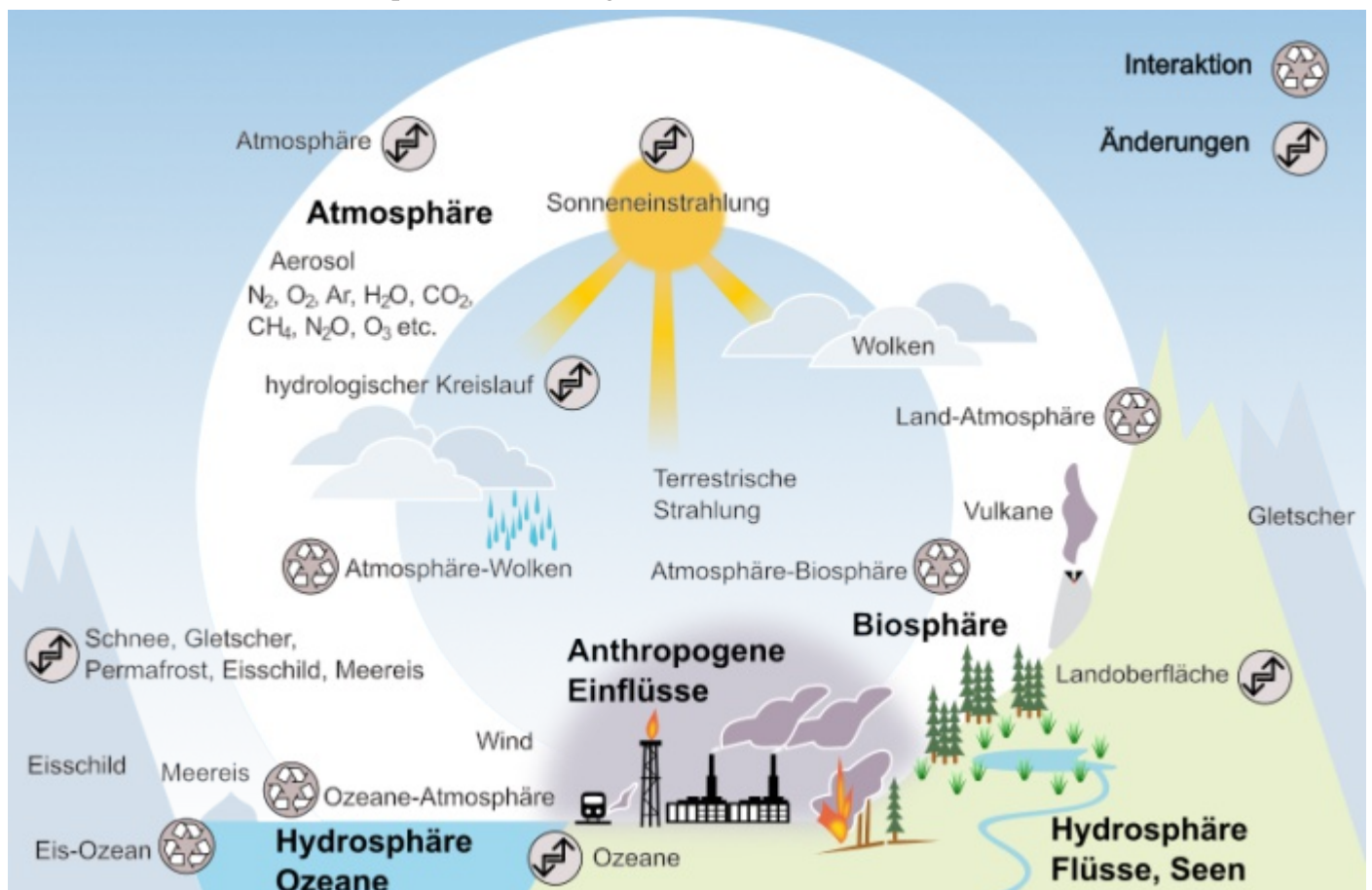
Nicht jede Wolke lässt es regnen. Erst, wenn sich die Wassertropfchen durch Luftbewegung zu größeren Tropfen vereinigen und schwer genug sind, fallen sie als Regen auf die Erde zurück. Liegt die Temperatur unter 0° Celsius, gefrieren die Tropfen zu Eiskristallen. Dann fällt der Niederschlag als Schnee, bei Gewitterwolken auch als kleine Graupel- oder als große Hagelkörner.

Von Nebel spricht man, wenn man durch einen Weißen Dunst weniger als 1 km sehen kann. Jene Wolken entstehen direkt über der Erdoberfläche, wenn die Luft immer weiter abkühlt.

Kühlt die feuchtwarme Luft nach oben immer weiter ab, sammelt sich das überschüssige Wasser als Tröpfchen rund um winzige Staub- oder Rußteilchen, dadurch kondensiert das Wasser. Noch sind die Tropfen so klein und leicht, dass sie in der Luft schweben. Eine Wolke ist entstanden.

Schleierwolken bedecken meist den Himmel, legen sich wie ein weißer Schleier vor die Sonne und bringen spätestens 36 Stunden später Regen. Schäfchenwolken kündigen einen Wetterwechsel und Regen an.

Quellwolken/Haufenwolken versprechen beständiges Wetter.



Im Grunde differenziert man Wolken in zwei Grundtypen:

- Cumulus – Quellwolken oder Haufenwolken mit scharfen Konturen, die an Blumenkohl erinnern.
- Stratus – Schichtwolken, die keine Konturen haben und den Himmel trüb erscheinen lassen.



Im Volksmund allgemein bekannt ist die Schwalbe als Wetterprophet:

*"Wenn die Schwalben niedrig fliegen,
werden wir bald Regen kriegen".*

Zusätzlich werden Wolken in drei Stockwerken der Wetterschicht unterschieden.

Bei einer Warmfront gleitet die leichtere Warmluft auf die schwerere Kaltluft auf; bei einer Kaltfront schiebt sich die schwerere Kaltluft unter die vorhandene Warmluft.

Abhängig davon wie groß die Wassertröpfchen sind, aus denen die Wolke besteht und wie viele es sind, lässt Wolken grau oder weiß aussehen. Je zahlreicher und je größer sie sind, desto grauer erscheint uns die Wolke, da das Sonnenlicht nicht mehr gut hindurch scheinen kann.

Dank der Sonne entstehen Wolken und Regen, denn sie erwärmt die Erdoberfläche und lässt Wasser verdunsten. Die warme Luft und gasförmiger Wasserdampf steigen auf. Dabei kühlt sich die Luft wieder ab.

Leichter Niederschlag = leichter Regen, der jedoch im Gegensatz zu Schauern, ein großes Gebiet bedeckt und häufig aus Stratuswolken wie Altostratus oder Nimbostratus fällt.

Der Niederschlag fällt kontinuierlich über einen längeren Zeitraum von mehr als 45 Minuten.

Der Deutsche Wetterdienst warnt in drei Stufen: Starkregen: 15 bis 25 Liter pro Quadratmeter in einer Stunde oder 20 bis 35 Liter pro Quadratmeter in sechs Stunden. Heftiger Starkregen: 25 bis 40 Liter pro Quadratmeter in einer Stunde oder 35 bis 60 Liter pro Quadratmeter in sechs Stunden.

Basis unseres Trinkwassers und wichtig für die Grundwasserneubildung ist nun mal der Regen. Denn das im Boden versickernde Regenwasser gelangt durch viele Gesteinsschichten in die Erde – und auf dem Weg dorthin wird es ganz natürlich gefiltert und gereinigt, ehe es als Trinkwasser verzehrbar ist. Zwischen sechs Monaten und fünf Jahren füllen sich die Grundwasserspeicher wieder, je nach Beschaffenheit der Erde.

Kommt es zu Starkregen, kommt es somit zu einer Überschwemmung von Brunnen, dadurch besteht ein erhebliches Verunreinigungsrisiko.

Ein anderes Wetterphänomen ist der Wind. Wenn er mild ist, dann ist es ein erfrischendes Spektakel- überall auf der Erde ist Luft in Bewegung.

Wind entsteht vor allem durch die Kraft der Sonne. Wenn die Sonnenstrahlen den Erdboden aufheizen, erwärmt sich darüber auch die Luft. Die Warmluft dehnt sich aus und wird dadurch dünner und leichter: die Luftmasse steigt nach oben. In Bodennähe entsteht so Tiefdruck. Wo es kalt ist, sinkt die Luft dagegen ab und am Boden bildet sich Hochdruck. Um den Druckunterschied zwischen benachbarten Luftmassen auszugleichen, strömt kältere Luft dorthin, wo warme Luft aufsteigt. Das geschieht umso schneller, je größer der Temperaturunterschied zwischen den Luftschichten ist. So gerät die Luft in Aktion – es weht ein mehr oder weniger starker Wind.

Woher der Wind weht, wird immer mit der Himmelsrichtung angegeben (**Nord, Ost, Süd, West**; ugs. "**Nie Ohne Seife Waschen**"). In unseren Breiten ist das oft aus westlicher Richtung, wir leben in der sogenannten Westwindzone. Die heißen Passatwinde wehen dagegen zuverlässig aus östlicher Richtung zum Äquator hin. Und die polaren Ostwinde transportieren eisige Luftmassen vom Pol zum Polarkreis.

Was ist los in NRW

Das Jahr 2025 ist schon einige Wochen alt, aber Veranstaltungen oder Tipps sind in diesen Tagen rar gesät. Wie wäre es mit einem Besuch im Museum, vielleicht im RED DOT MUSEUM auf Zollverein. Natürlich sind die Anregungen nicht vollständig und für jedermann akzeptabel.

Das Internet bietet hier noch weitreichende Ideen:

RED DOT DESIGN MUSEUM, ZOLLVEREIN ESSEN

In ehemaliger, industrieller Umgebung der Zeche/Kokerei Zollverein werden hier eine Vielzahl von Design-Exponaten aus den Bereichen des täglichen Lebens bis hin zur Technik ausgestellt. Dabei ist das Berühren oder auch Ausprobieren teilweise gestattet.

Das Red Dot Design Museum ist so konzipiert, dass Besucher die Möglichkeit haben, zu Beginn ihres Besuchs erst einmal einige allgemeine Grundlagen guter Gestaltung kennenzulernen. So werden sie bei einem Rundgang durch das Erdgeschoss des Museums mithilfe kurzer Einführungstexte und beispielhafter Produkte in die Lage versetzt, auf die oben stehende Frage, "Was macht gutes Design aus?", künftig eine Antwort geben zu können. Das Museum zeigt auf fünf Etagen die ganze Bandbreite zeitgenössischen Produktdesigns – vom Teller über Kühlschrank und Roboter bis hin zum Auto.

Beim Schlendern durchs Museum können Besucher viele Produkte in die Hand nehmen, denn bei den meisten Objekten ist Anfassen und Ausprobieren ausdrücklich erlaubt.

Willkommen in der faszinierenden Welt des Designs!

Weiterführende Information bzgl. Anfahrt, Öffnungszeiten, Eintrittspreise oder bestimmte Themenbereiche einer Ausstellung findet man Internet unter:

Red Dot Design Museum Essen

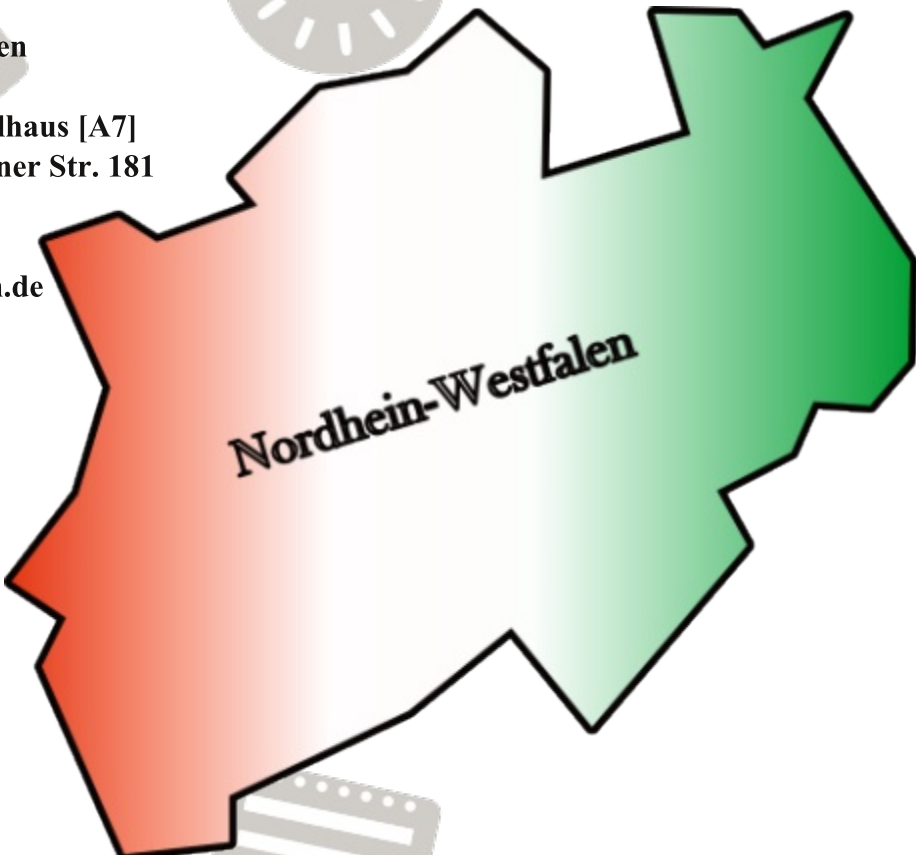
Welterbe Zollverein

Areal A [Schacht XII], Kesselhaus [A7]

45309 Essen Gelsenkirchener Str. 181

Telefon 0201 301040

www.red-dot-design-museum.de



Nordrhein-Westfalen

Rezept des Monats

Grünkohl mit Fleischbeilage

Für die Wintertage darf es beim Essen auch schon einmal deftig sein. Hierfür eignet sich klassisch ein Grünkohlrezept. Es wird mit Schweineschmalz zubereitet. Auch Butter oder Gänseschmalz funktionieren. Es gibt viele Variationen von Grünkohl. Dieses Rezept ist weniger eine Beilage als vielmehr ein eigenes Hauptgericht. Du kannst den Grünkohl würzen und verfeinern, wie du magst. Kartoffeln oder Klöße ergänzen das Mahl noch. Unser Rezept wird auf klassische Art gekocht.

Welches Fleisch nehmen?

Klassischer Grünkohl wird mit durchwachsenem Schweinefleisch und etwas Räucherfleisch zubereitet. Zum Mitkochen eignen sich auch gepökelte Rippchen, Schweinebauch, Kassler oder die beliebten Mettwurstchen. Achte darauf, dass das Fleisch nicht zu mager ist, sonst gerät dir der Grünkohl zu trocken. Du kannst für typisch westfälischen Grünkohl noch Würstchen, wie geräucherte Mettenden oder Kohlwürste, mitkochen.

Kohl bekömmlicher machen.

Gewürze wie Kümmel, Anis, aber auch Dill- oder Fenchelsamen machen Kohl generell leichter verdaulich. Alternativ kannst du nach dem Essen Anis- oder Fencheltee servieren.

Tipps zur Vorbereitung von frischem Grünkohl

Wasche den Grünkohl immer gut vor dem Kochen. Lasse ihn dazu im Wasserbad liegen und bewege ihn, damit auch der feinste Sand ausgelöst wird. Für besonders feinen Grünkohl benutze nur die dunkelgrünen Teile der Blätter und schneide die Strünke, auch Rippen genannt, heraus.

Übrigens: Etwas Natron im Kochwasser erhält das satte Grün bei vielen Kohlsorten. Es ist geschmacklos, kann also unbedenklich mitgekocht werden.

Reste aufheben?

Du kannst den gekochten Grünkohl für 2 bis 3 Tage im Kühlschrank aufbewahren und wieder aufwärmen. Er sollte jedoch nicht zu oft und nur langsam aufgewärmt werden. Auch sollte er nicht über längere Zeit warm gehalten werden. Zum Einfrieren eignet er sich ebenfalls wunderbar.

Zutaten:

660,0 g Grünkohl
500,0 ml Wasser, zum Blanchieren
1,3 TL Salz
160,0 ml Gemüsebrühe
16,0 g Schweineschmalz
Zwiebel, mittelgroß
Prise Muskat
Prise Zucker
166,0g geräucherter Bauchspeck



Zubereitungszeit:
ca. 2:30 Std

Zubereitung:

- Den Grünkohl gründlich waschen und die dicken Stiele in der Mitte der Blätter entfernen. In einem Topf bringst du reichlich Salzwasser zum Kochen. Lege den Grünkohl nach und nach hinein. Kurz aufkochen und durch ein Sieb abtropfen lassen. Das Wasser kannst du danach wegschütten, du brauchst es nicht mehr.
- Die Zwiebel abpellen und grob würfeln. Schmalz erhitzen, die Zwiebelwürfel darin andünsten und den Grünkohl dazugeben. Wende den Grünkohl ab und zu, bis er zusammenfällt.
- Jetzt gibst du die Gewürze dazu. Der Zucker macht den Grünkohl lieblicher und dank der Brühe schmeckt er intensiver. Sei vorsichtig mit dem Salzen, denn gepökeltes Fleisch ist bereits salzig. Gieße etwa 250 ml Liter Wasser dazu und rühre gründlich um, damit die Gewürze sich gut verteilen.
- Lege den Bauchspeck nun so wie er ist in Scheiben obenauf und decke ihn mit dem Grünkohl ab.
- Nun muss der Grünkohl bei mittlerer Temperatur etwa 2 Stunden schmoren. Prüfe ab und zu, ob du etwas Wasser hinzugeben solltest.
- Nach der Kochzeit abschmecken, die Mettwürstchen zum Grünkohl legen und erhitzen lassen. Dann ist dein Grünkohl fertig zum Servieren.

Für die Grünkohl-Aktion braucht man natürlich einen großen Topf und die üblichen Helferlein der Küche.

Na dann, viel Spass beim Nachkochen und guten Appetit.....

Wunderliche Tierwelt

In der globalen Tierwelt, ob zu Lande, zu Wasser oder in der Luft, gibt es so manches Tierwesen, dass von seinem Aussehen oder Art doch sehr speziell sein kann.

Hier nun einige Beispiele:

GIRAFFENGAZELLE

Giraffengazellen leben in Afrika. Der lange Hals hilft bei der Futtersuche. Die Giraffengazelle ist eine afrikanische Gattung der Antilope. Es ist nur wenig über die Lebensweise der Giraffengazelle bekannt. Ihr ungewöhnliches Aussehen verdankt sie dem langen Hals, der an eine Giraffe erinnert. Ihre langen Beine und der schlanke Hals, der bis zu 35 Zentimeter lang wird, helfen ihr, an schwer erreichbares Futter zu gelangen. Sie stellt sich dazu auf die Hinterbeine, stützt sich mit den Vorderbeinen am Baum ab und streckt ihren Hals, um Früchte und Blätter von hohen Sträuchern und Bäumen zu erreichen.

WASSERREH

Sein komisches Aussehen erinnert an einen Vampir. Genauso wie Elche und Rehe gehört auch das Wasserreh zu den Hirscharten. Es ist ursprünglich in China und Korea beheimatet. Heutzutage findet man Populationen auch in Europa und Amerika.

Das Außergewöhnliche an diesem Tier: Anders als bei Reh und Hirsch wächst dem Wasserreh kein Geweih. Stattdessen hat es im Oberkiefer nach unten gerichtete Eckzähne, die bis zu acht Zentimeter lang werden. Dieses komische Aussehen erinnert an einen Vampir und brachte dem Wasserreh auch den Spitznamen "vampire deer" ein. Mit ihren Hauern verteidigen männliche Wasserrehe ihr Territorium gegen gleichgeschlechtliche Artgenossen.

METAGRYNE BICOLUMNATA

Eine seltsame Spinne mit Wolfskopf? Dieses komische Tier sieht aus wie eine Spinne mit Wolfskopf. Stattdessen handelt es sich um den Weberknecht *Metagryne bicolumnata*. Trotz ihres düsteren Aussehens ist dieses fingernagelgroße Tier ganz harmlos. Der Fotograf Andreas Kay, der diesen Weberknecht mit seinen Fotos erst bekannt gemacht hat, vermutet, dass dieser versucht, mit seinem besonderem Erscheinen größer zu wirken als er tatsächlich ist, um mögliche Fressfeinde abzuschrecken.

GOLDSTUMPFNASE

Seltsames Körpermerkmal: Die verkümmerte Nase schützt vor Erfrierungen. Seine kurze Nase, die kleinen Ohren und das plüschige Fell verleihen der Goldstumpfnase ein besonders putziges Aussehen. Die Goldstumpfnase lebt in bis zu 4500 Metern Höhe in den Bergen Zentralchinas. Die Winter dort sind lang und kalt. Forscher vermuten, dass die Nase des Goldstumpfnasen verkümmerte, um sich gegen die beißende Kälte zu schützen. Denn eine nackte, große Nase wäre anfälliger für Erfrierungen. Die Goldstumpfnase gehört zu den gefährdetsten Primaten der Welt.

STERNMULL

Der Sternmull kann mit seiner Nase Beute sehr schnell aufspüren. Der Sternmull ist sicherlich eines der seltsamsten Tiere der Welt. Er ist im östlichen Nordamerika zuhause. Sein komisches Aussehen mit der sternförmigen Nase unterscheidet ihn von anderen Maulwürfen. Sie besteht aus 22 fingerförmigen Hautanhängen und ist ein hochochsensibles Tastwerkzeug. Während der Sternmull sich durch den Boden gräbt, bewegt er sein Kopf ständig hin und her und tastet so mit seinem Stern den Boden schnell und gründlich ab. In einer einzigen Sekunde kann er so bis zu zwölf Orte berühren und Beutetiere aufspüren.

NASENAFFE

Mit seiner langen Nase schafft es der Nasenaffe unter die lustigsten Tiere der Welt zu gelangen. Mit seiner lustigen Nase kann er sogar schnorcheln.

Der Nasenaffe ist in den Torfmoor- und Mangrovenwälder der Insel Borneo beheimatet. Er lebt nie weit vom Wasser entfernt. Sein hervorstechendstes Merkmal ist seine besonders lange Nase, die aber nur Männchen haben. Sie wird mit zunehmendem Alter immer länger und knolliger und kann bis zu 20 Zentimeter lang werden. Nasenaffen sind sehr gute Schwimmer und können beträchtliche Strecken tauchen. Ihre lange Nase setzen sie dabei als Schnorchel ein. Die große Nase hilft außerdem dabei, ein Weibchen für die Paarung zu finden. Je größer die Nase, umso attraktiver wirkt er auf Weibchen. Auch die Paarungsrufe von Männchen mit großer Nase sind lauter als die mit kleinerer Nase.



NEPALUHU

Interessant: Die Federohren des Nepaluhus zeigen seine Laune an.

Sein grimmiger Blick, die markanten Federohren und die etwas zu groß wirkenden Fänge machen den Nepaluhu zu einem sehr lustig aussehenden Tier. Er ist in den Waldregionen des Himalayas, Indochinas und Malaysias zuhause. Sein menschenähnlicher Ruf brachte ihm den Spitznamen "Teufelsvogel" ein, wie er in einigen Regionen Sri Lankas bezeichnet wird. Der Nepaluhu ist ein kraftvoller Jäger und erbeutet gelegentlich sogar Schakale und Warane. Schon gewusst? Die Federohren von Uhus dienen nicht dem Hören, sondern zeigen die Laune des Vogels an.

SAIGA-ANTILOPE

Die außergewöhnliche Nase der Saiga Antilope hilft ihr beim Überleben unter widrigsten Bedingungen.

Das auffälligste Merkmal der Saiga-Antilope ist ihre außergewöhnliche Nase. Sie überragt den Mund und formt einen beweglichen kurzen Rüssel. Was seltsam aussieht, hilft der Saiga-Antilope aber beim Überleben in der zentralasiatischen Steppe, wo es im Winter sehr kalt und im Sommer sehr warm ist. Mit der verlängerten Nase ist das Tier zur Thermoregulation fähig. Im Winter wird die kalte Luft im inneren der Nase vorgewärmt, im Sommer dagegen wird die Luft heruntergekühlt, um das Hirn vor Überhitzung zu schützen.

KOBOLDMAKI

Die lustigen Kulleraugen sind größer als sein Gehirn. Mit seinem außergewöhnlichen Aussehen verdient der Koboldmaki einen Platz unter den seltsamsten Tieren der Welt.

Riesige Kulleraugen, langer, unbehaarter Schwanz und nicht viel größer als eine Faust – der Koboldmaki gehört ganz sicher zu den lustigsten Tieren der Welt. Ganz besonders auffällig sind die riesigen Augen des Koboldmakis. Das Interessante daran: Von allen Säugetieren hat der Koboldmaki die größten Augen im Vergleich zur Körpergröße. Sie sind sogar größer als sein Gehirn. Erwähnenswert ist auch sein kurzer, jedoch sehr beweglicher Hals. Er erlaubt Drehungen bis zu 200 Grad.

SÄGEROCHEN

Von unten betrachtet sieht der Sägerochen aus, als ob er lächelt. Seine außergewöhnliche Schnauze hilft bei der Jagd.

Seinen Namen hat der Sägerochen von seiner außergewöhnlichen Schnauze. Lang, flach und auf beiden Seiten mit Zähnen besetzt sieht sie aus wie eine Säge. Sie dient dem Fisch gleichermaßen als Waffe und Sinnesorgan und wird bei der Futtersuche eingesetzt. Sie schwimmen auf der Jagd in Fischschwärme hinein, töten ihre Beute mit der Säge, die sie mehrmals pro Sekunde hin und her bewegen können. Über die in der Säge enthaltene Sensoren nehmen sie elektrische Felder wahr und können so die Bewegung von Beutetieren erspüren. Mit der Säge wühlen sie den Meeresboden auf und fressen Krebstiere oder Muscheln.

Ihr seltsames Aussehen macht sie vielleicht nicht zu den schönsten Tieren der Welt. Doch wem von uns ringt der Anblick so mancher dieser lustigen Tiere kein Lächeln ab? Und für die Tiere sind ihre außergewöhnlichen Körpermerkmale sehr bedeutsam, denn sie verleihen ihnen einen großen Vorsprung bei der Futtersuche oder ermöglichen ihnen erst das Überleben unter widrigsten Bedingungen.

Impressum

Herausgeber:

Zentrum für JobOrientierung
Sabinastraße 27
45136 Essen
Tel.: +49 (0) 201 2208 67 3

Redaktion:

Redaktion & Layout: M.D.

Bilder & Grafiken: M.H.

Schriftsteller: G.B., M.H.

Korrektur: G.B.

Copyright Hinweise:

Einige Bilder und Textabschnitte können von Internetseiten wie z.B.: Wikipedia.de stammen.

Nicht selbst erstellte Texte werden als solche mit einer Quellenangabe gekennzeichnet.

Das Copyright liegt beim jeweiligen Inhaber.

Wir distanzieren uns ausdrücklich von weiteren Inhalten fremder Webseiten, deren Material wir für unsere Zeitung verwendet haben.

Redaktionsschluss ist der **04.02.2025**

Die vorangegangenen Ausgaben unter:

www.palette-an-der-ruhr.de/ZFJO/infolette.htm

