

Mit dem *Weser Kurier* im Garten der Heilung

Gestern war ich in der *botanika im Rhododendron-Park*, dem grünen Science Center. Dort habe ich an einer Führung mit der Heilpraktikerin Gabriele Schuldt zu *Früchte und Samen als Heilmittel* teilgenommen. Und zu unser aller Überraschung war noch eine nette Dame mit Kamera vom *Weser Kurier* dabei.

Im Botanischen Garten der *botanika* hat Frau Schuldt uns dann die vielen Vorteile von Olive, Tomate, Weinrebe, Sanddorn, Rizinus, Buche und Maulbeere erläutert.

So ist beispielsweise die Maulbeere eine wunderbare Frucht zum Knabbern für Nebenbei - leicht süßlich, enthält sie eine Menge an Farbstoffen, Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen und essentiellen Aminosäuren. Die Schwarze Maulbeere ist auch ein Symbol der Klugheit, denn die Knospen entfalten sich erst, wenn die Frostgefahr vorbei ist.

Eine weitere wunderbare Frucht ist die Olive. Besonders das Olivenöl, extra virgin & kaltgepresst, ist nicht nur für Salate super geeignet, sondern auch für Haut und Haare. Im Olivenöl verstecken sich ca. 1000 verschiedene biologisch wirksame Inhaltsstoffe, wie ungesättigte Fettsäuren, Glykoside, Bitterstoffe, Calcium, Flavonoide und eine große Menge an Vitaminen. Ebenfalls senkt das Öl den Blutdruck sowie das schlechte Cholesterin LDL. Nach einem Zeckenbiss kann der Blätterextrakt als natürliches Antibiotikum eingesetzt werden. Bei Wechseljahrbeschwerden hilft ebenfalls Tee aus Olivenbaumblättern.

Dass ein Wunderbaum giftig sein kann, hätte ich nicht gedacht. Aber der Rizinus-Baum enthält in seinen Samen die giftigen Alkaloide. Wer schon einmal als Kind Rizinusöl „schlucken“ musste, weiß, wie schlimm es ist – die abführende Wirkung wird nach 3 Stunden endlich erreicht.

Sehr viel angenehmer ist in diesem Falle die Tomate. Ein Nachtschattengewächs, welches aus Peru stammt und über 1000 Sorten umfasst. Botanisch gesehen ist die Tomate auch eine Beere, welche viele Vitamine, wie B, C, E und P enthält. Sie wirkt desweiteren kreislaufunterstützend, herzwirksam, immunstärkend, entwässernd und antidepressiv.

Als „Pausenschmanker“ gab es dann Bucheckern, welche sehr gut schmecken, man allerdings nicht mehr als 30 davon essen darf, denn diese enthalten Oxal- und auch Blausäure. Da die Bucheckern und auch das Öl desinfizierend wirken, kann es entzündungshemmend

Heute gibt es keinen Kneipentreff – dafür:

Empfang und MINT-Slam!

Ab 18 Uhr Büffet, danach der Slam

In der Uni:
MZH 1470



sein und als Salatöl verwendet werden. Küchenbretter aus Buche setzen aufgrund der desinfizierenden Wirkung wenige Keime an.

Die beliebteste Frucht ist zu allerletzt die Weintraube. Besonders rote Weintrauben enthalten eine Menge an Antioxidantien, die freie Radikale, durch Stress verursacht, im Körper verringern. Wein ist in vielerlei Hinsicht ein wunderbares Heilmittel, allerdings nicht nur der Wein, dann auch nur max. 100 ml am Tag, sondern auch die Kerne, die Blätter und die Trauben. Bei einer Traubenkur werden ½ kg Trauben pro Tag gegessen plus leichte Mischkost oder 2 kg Trauben pro Tag und nur noch Wasser und Tee dazu – wirkt wunderbar entlastend, entgiftend und regeneriert den Säure-Basen-Haushalt. Wir haben zu guter Letzt noch ein paar Früchte vom Sanddorn probiert- sehr gewöhnungsbedürftig, wenn man sauer nicht gerne isst.

Die *botanika* ist bei Bremer Naturliebhabern sehr beliebt, vor allem in kalten und regnerischen Zeiten, denn in den Schaugewächshäusern kann man sich auf Entdeckungstour nach Borneo, Japan und in den Himalaya aufmachen. Für die Kleinen gibt es ein Entdeckerzentrum, wo sie von der Wurzel bis zur Blüte Botanisches mit allen Sinnen erleben können. Sie gehen Fragen nach wie zum Beispiel, Können Hummeln Rot sehen? Was bedeutet Biodiversität? und vielem mehr.



Für alle Spaziergänger ist der Rhododendron-Park sehr erholsam. Für die Kinder gibt es viele versteckte Spielplätze, die selbst mich dazu eingeladen haben, einmal wieder zu schaukeln.

Die *botanika* ist einen Besuch wert!

Nicole

Was Nerds, cracken und der C64 gemeinsam haben...

Gehört Ihr auch zu den Informatikerinnen, deren erster Rechner ein Commodore 64 war? Oder kennt ihr ihn nur noch aus dem Museum? Für mich war der C64 damals (~1995) mein erster Berührungspunkt mit einem Rechner. Mein Onkel hatte seine Diplomarbeit darauf geschrieben und deren Inhalt auf zahlreichen Disketten gespeichert. Danach hatte er wohl keine Verwendung mehr für den Rechner (und für die Disketten auch nicht ;)), so dass ich als 13-jähriges Mädchen in den Genuss kam.

Allerdings habe ich zunächst nicht mit dem C64 programmiert, sondern im Wesentlichen damit gespielt. Ich erinnere mich an die gute alte Datasette, die unermüdlich vor sich hinratterte und die großen 5,25 Zoll Disketten, u. a. mit einem abstrusen Skatspiel, bei dem man mit etwas Erfahrung immer leicht gewinnen konnte. Drucken war hingegen schon eine echte Herausforderung ohne Programme wie z.B. Word.

Lange Rede, kurzer Sinn: Auf Spiegel Online bin ich über einen interessanten Artikel gestossen, der eigentlich das Buch "Nerd Attack" von Christian Stöcker rezensiert. Im Artikel wird auf einen Teilaspekt des Buches zum Thema C64 und Datenklau eingegangen. Hier der Link zum selber Lesen: <http://www.spiegel.de/netzwelt/gadgets/0,1518,784420-2,00.html>. Und nein, ich hatte nichts damit zu tun ;)

Antje

GIMP-Workshop

Hier eine Ankündigung zu einem kostenlosen GIMP-Workshop am 8.9.2011 um 21 Uhr im ZAKK, Sielpfad 11 28303 Bremen. Organisiert wird das Ganze als Kooperation der Schlampenkneipe und dem "Autonomen feministischen Referat der Uni Bremen". Weitere Infos unter <http://schlampenkneipe.wordpress.com/>

Antje

Gleichberechtigung bei Microsoft Word

Vorhin war ich auf der Suche nach einem netten Sonnensymbol für die Zeitung. Dabei kam mir ClipArt in den Sinn – kennt ihr das noch? Ich erinnere mich zumindest noch an zahlreiche selbstgedruckte Flyer, Einladungen und Poster mit den „schicken“ Motiven aus der Word95-Palette.

Zu meiner Überraschung gibt es die Dinger immer noch. Und unter anderem findet sich dort die Kategorie „Berufe“. Als erstes sah ich folgendes, mit den jeweiligen Bildunterschriften:



Bibliothekarin



Redner



Zimmermann



Kellner

Aha, dachte ich mir. Mal wieder typisch – die Bibliothekarin kann natürlich nur eine Frau sein, der Rest sind Männer.

Aber falsch gedacht, Microsoft hat offensichtlich auch mindestens eine Frauenbeauftragte im ClipArt-Team:



Da haben wir sie, zwischen Dirigent und Zauberer, eine Ärztin. Außerdem gleich nach dem Maler eine Polizistin und unter dem Stichwort „Salutieren“ ebenfalls eine Frau. Bei dem 1990er-Charme den ClipArt für mich immer noch versprüht, hätte ich das gar nicht erwartet.

Was haltet ihr davon?

Jacqueline

Wetter Reloaded

Gestern wurde ich von einer Teilnehmerin auf die Wettervorschau angesprochen. „Könnt ihr nicht mal lügen??“ Der Blick nach draußen stimmt nicht wirklich positiv, von warmem Altweibersommer ist noch nichts zu sehen. Daher hier der neue und optimierte Wetterbericht:

Sonne satt!!!



Quelle: Sommer-Vermisser

Fragen? Anregungen? Eine Idee fürs Layout? Texte, Bilder, Zeichnungen, Rätsel ...?
Immer her damit an: ifispr@uni-bremen.de