

Dienstag, 15. November 2011

### Twitter?

Vor kurzem wurde versucht, mir den Dienst "Twitter" schmackhaft zu machen. Tatsächlich war die Argumentation so stichhaltig, daß ich mir entgegen meiner Abneigung testweise einen Account zugelegt habe. Zwei Wochen nach Start dieses Experiment stelle ich fest:

Ich brauch das nicht!

Im Bereich von Nachrichten und Informationen (so etwas wie haz.de, heise.de, netzpolitik.de, piratenpartei, udo vetter etc.) ersetzt mir Twitter zwar den RSS-Feed und die Newsletter, dafür muss ich einem einzelnen Dienst gegenüber offenlegen, was mich so alles interessiert. Mag ich gar nicht! Nicht mal mit einem mehr oder minder anonymen Pseudonym.

Für Informationen zum Geocaching (aus der Ecke kam das "schmackhaft machen") sind die abonmierbaren Listen und Accounts zwar zwar ganz interessant (neue Caches, deaktivierte, archivierte, sogar wer welche gefunden hat), aber hier habe ich mit einem Premium-Account auf der Geocaching-Webseite und Mailbenachrichtigungen andere Möglichkeiten, die sich auch wesentlich feiner steuern lassen. Der Rest ist Informationsrauschen, was manchmal ein leichtes Interesse bei mir weckt, für das mir meine Zeit dauerhaft aber zu schade ist.

Im Bereich des "Sozialen Netzwerkes" finde ich es zwar spannend zu sehen, wer da mit wem intensiv herumzwitchert, allerdings ist mein eigenes Kommunikationsverhalten offensichtlich nicht twitterkompatibel. Ich weiß nicht, warum es irgendeine größere Masse da drauhen interessieren oder gar belustigen sollte, das z.B.: mein Kater in meine Schuhe gekotzt hat (dieses Beispiel stammt von obiger Bekannter, die es sehr lustig gefunden hat, dies von einer ihrer Follower zu lesen). Und ich werde auch bestimmt nicht in die Welt herausschreien, das ich mich jetzt grade im Fitnessstudio oder im Bahnhof Kassel befinde (weil es bis auf sehr wenige Menschen, die es dann sowieso schon wissen, auch niemanden interessieren wird!). Außerdem mag ich es gar nicht, dass meine Privatsphäre genau auf eine Filtermöglichkeit zu beschränken ist: Follower. Erlaube ich jemandem, mir zu "folgen", sieht der/die-jenige alles von mir. Wem ich folge, wer mir folgt, also alles was mich interessiert und alle die mich interessieren und dazu noch all mein Geschriebenes.

Da ist mir persönliche Kommunikation (gern auch über's Netz, gern per Mail, ICQ o.Äh.) dann doch wesentlich lieber. Und wenn es an einen größeren Kreis gehen soll, dann in einem themen- und damit auch benutzergruppenbezogenen Forum. Aber doch nicht per Gießkanne auf alle da drauhen. Und wie immer im Web: im Zweifel gespeichert für alle Zeiten. Bei einem einzelnen Anbieter!

Weiterhin ist mir die Twitterseite auch noch viel zu unkomfortabel. Ich kann zum gezielteren Lesen zwar Follower-Listen anlegen, das aber nur über eine Klickorgie und ich sehe nicht mal vor dem zweifachen Klicken, ob ein Account schon in einer Liste eingetragen ist oder nicht. Den einzelnen Unterhaltungsfäden zu folgen ist über die reine Twitterseite auch ein echter Krampf. Möglicherweise gibt es dafür ja Clients, die es besser können. Aber so tief möchte ich hier dann wohl doch nicht einsteigen. Ich hab jetzt schon genug von der nur sehr marginal sinnvollen Informationsüberflutung.

Und wie man hier deutlich liest, mag ich mich auch nicht auf 160 Zeichen beschränken müssen. ;)

Letztendlich hat mir mein Selbstversuch bestätigt, was ich schon seit Jahren von Twitter denke. Irgendwie brauch ich das nicht und mir erschließt sich der wahnsinnige "Hype" nur ganz am Rande...

Geschrieben von Nina in informelle Selbstbestimmung um 06:50

Montag, 10. Oktober 2011

## Wie therapiert man Höhenangst?

Wie jede andere Angst auch, man stellt sich ihr. Etwas Therapie für mich war schon sehr häufig der Besuch der verschiedenen Kletterparks und Seilgärten gewesen. Gut angeseilt hatte die Angst fast keine Kontrolle über mich, auch wenn sie durchaus vorhanden war und leise wimmerte. Nun hatte ich noch eine weitere Motivation den Kampf gegen rationale Ängste mit irrationalen Ausprägungen aufzunehmen: ich wollte auch endlich (Geocaching-) Dosen aus Bäumen und anderen höher oder auch tiefer gelegenen Ärtlichkeiten pflücken können!

Da traf es sich sehr gut, da ich im September kurzfristig zwei Plätze in einem Seilkletterkurs beim Erlebnis-Projekt.de ergattern konnte. Samstag den Einsteigerkurs, Sonntag den Fortgeschrittenenteil. Anfangs war ich ja etwas skeptisch, ob ein Aneinanderreihen der beiden Kurse nicht etwas zu anstrengend werden würde, und natürlich hatte ich damit absolut recht (was mir der anschließend tagelang anhaltende Muskelkater bewiesen hat), allerdings war es trotzdem genau das Richtige, weil das am Samstag gelernte am Sonntag unter prüfenden Blicken gleich wiederholt werden konnte und sich somit wesentlich besser festigte. Übrigens hat sich das Gelernte so gut gefestigt, da ich heute, Wochen später, noch immer die Worte und die Stimme von dem Trainer im Ohr habe und ähnlich penetrant wie er es bei uns tat, meinen Kindern die Seilzugangstechnikhandgriffe beigebracht habe.

Beim Samstagkurs, dem Einsteigerteil, waren wir zu sechst, Marko und ich sowie vier befreundete Cacher (drei Männer, eine Frau), die einfach mal in die T5-Klettertechnik reinschnuppern wollten. Im Gegensatz zu uns war bei ihnen erst mal kein weiteres Kursinteresse und auch kein gesteigertes Kaufinteresse an Seiltechnikzubehör vorhanden. Was für uns den Vorteil hatte, da wir den Fortgeschrittenenkurs am Folgetag alleine zu zweit machen konnten.

Vor Kursbeginn war ich schon extrem nervös. Beim Autofahren brachte jeder Kilometer Näherung an das Ziel eine Steigerung meiner Atemnot und dem zerdrückenden Gefühl im Magen, der Übelkeit und dem Wunsch, schon wieder ein Klo zu suchen. Dabei habe ICH den Kurs gewollt! Und ich weiß und wusste, da ich gut angeseilt in aller Regel nur wenig Angst habe. Aber ob mein Rücken das durchsteht? Ob ich das durchstehe? Was wenn ich umfalle? Was wenn ich nicht mehr kann? Psychisch, körperlich, körperchemisch? Ängste lassen sich prima durch Ängste füttern und wachsen und gedeihen dabei prächtig...

Der Seilkletterkurs mit dem spannenden Namen "Geocaching-T5" fand in einer alten Fabrikhalle in NRW statt. "Ein erlaubter Lost Place" war mein erster Gedanke als wir das alte Kesselhaus der ehemaligen Textilfabrik betraten. An den Decken hingen Seile, teils längs, teils quer, eine Seilbahn war aufgebaut, ansonsten war wenig Platz im unteren Bereich, aber oben auf dem alten Kessel standen Tische, Bänke, Kaffeemaschinen und Regale. Hier war unsere "Zentrale". Hier hatten wir nun erstmal eine zweistündige Einweisung, ein Kennenlernen, etwas Theorie. Und Kaffee! Meine Müdigkeit freute sich sehr über diesen, meine angespannten Nerven und die hyperaktive Blase nicht so.

Andy, der Trainer, ist ein ziemlich grosser, etwas zerknitterter, leicht angegrauter Ruhrpottler. Ein menschenoffener, kommunikativer Mensch, der sehr gern redet. "Lehrer" ist tatsächlich ein guter Job für ihn (gelernter Erzieher und gelernter Polizist).

Unser "Drillinspector Andy" redete nun erstmal stundenlang. Über die Kletterhalle, seine Projekte, über sich, Jobs, Kinder, achja, und über Seilzugangstechniken. Wir würden nämlich gar nicht klettern, sagte er. Jaja, .... Dann gab es noch eine Vorstellungsrunde von uns. Ich war bei meiner Vorstellung sehr ehrlich, also sprach davon, da ich viel Höhenangst habe, angeseilt diese meist unter Kontrolle ist und das ich diesen Kurs u.a. als Therapie betrachte.

Dann gab es eine Einweisung in den Gurt. Ich wollte eigentlich lieber raus, meine Blase entleeren (was eher schwierig war, weil es kein Klo gab. Aber Gebäsch und hey, wir sind doch Cacher unter uns \*g\*), wollte aber nix verpassen und schon gar nicht als erste zum Klo (Mädchen!). Worauf ich plötzlich Vorführpuppe wurde. Diese Vorführung irgendwann aber wegen extremer Nervosität gepaart mit einer überfüllten Kaffeeblase unterbrechen musste und meine Pinkelpause das andere Mädel gleich dazu brachte mit rauszugehen. Danach war ich wieder Anziehpuppe, ließ mich von Andy in den Gurt zwängen und erklären. Den Gurt, nicht mich! ;)

Danach bekamen alle anderen auch einen Gurt und einen Helm und wir gingen runter an die Seile. Andy erklärte die

Technik. Er sagte, man solle die Gerüste immer auf die gleiche Weise festhalten und benutzen, weil man sich nur so eine wirklich sicherer und richtige Handhabung aneignet, die auch in Paniksituationen noch funktioniert. Inzwischen war ich zwar immer noch nervös, aber nicht mehr so schlimm wie noch einige Stunden zuvor. Ich bemühte mich alles richtig zu machen und war viel zu sehr mit der Technik beschäftigt um mir ernsthaft Sorgen darüber zu machen, daß ich auf dem Boden aufschlagen könnte, wenn ich jetzt an einem, nein zwei 11 mm Seilen hochsteige.

Das erste Mal am Seil hoch war psychisch recht entspannt – ich war als eine der ersten oben, nachdem ich noch kurz versuchte, Höhenangstbedingte Spezialregeln durchzusetzen: – „Müssen wir wirklich bis nach ganz oben?“ – „SAGTE ICH GANZ HOCH???“ – „Ok, dann gibts wohl kein Kneifen, dann ganz hoch....“

Oben angekommen schaute runter und dachte: – „hmm... das ist hoch!“ – Es waren bestimmt wahnsinnige 3-4 Meter \*g\* Angst war nicht da und der Gurt war tatsächlich ein bisschen bequem. Bis eben war mir noch sehr kalt gewesen (Nervosität!), nun wurde mir langsam warm, später meist sogar viel zu heiß.

Die nächsten Stunden spielten wir einbauen, ausbauen, hochgehen, runtergehen. Mal an der einen, mal an der anderen Seilstrecke. Mal am runden Schornstein, mal an der Wand gegenüber, die auf das Podest führte. Dort mussten wir hoch und uns ausbauen, nachdem wir uns vorher in die Sicherungsleine oben eingebaut hatten. Dann wieder einbauen und wieder nach unten abseilen. Beim ersten Mal dieses über die Kante abseilen hatte ich vorher noch Sorge vor der Angst, die mich sicher fressen würde, wenn ich über die Kante trete. Dabei war es nichts schlimmes, eher lustig. Ich hatte volles Vertrauen in die Technik! Doppelt gesichert...

Wir spielten – nach einer Mittagspause - den Rest des Tages weiter ein- und ausbauen, Seilwechseln, Partner-Check. Irgendwann war das andere Mädel körperlich fertig und wollte nicht mehr. Ich war bedingt fertig, arg verschwitzt, aber ich wollte weitermachen, auch wenn das immer gleiche rauf und runter dann doch mal langweilig wurde! Für Knotenkunde blieb am Ende des Tages leider keine Zeit mehr. Im Abschlussgespräch erwähnte Andy noch, was man seiner Meinung nach an Ausrüstung brauchen würde. Seine Rechnung war höher als meine, sogar als meine pessimistische. Wobei ich auch nie von doppelten Sicherungen und Sicherungssystemen ausgegangen bin, die hier in diesem Kurs - gehalten von Industriekletterern - Arbeitsstandard und bei näherer Betrachtung auch sinnvoll sind.

Dann musste Andy weg, er hatte abends einen Auftrag und wir hatten endlich Feierabend! Inzwischen war es weit nach 17 Uhr, wir hatten den Kurs um 1,5 Stunden überzogen! Ich war hungrig, müde, fertig, wollte nur noch essen (viel essen!) und schlafen!

Nach einer traumlosen Nacht voll tiefstem Schlaf ging der Drill weiter, im Fortgeschrittenkurs. Diesmal nur wir zwei und Andy natürlich.. Wenn man nur noch zu zweit lernt, bekommt man auch mehr Aufmerksamkeit ab, was nicht immer gut ist. Wir haben viel Kritik abbekommen ( leider oft auch berechtigt!).

Eine der Aufgaben nach dem Warmklettern (rein, rauf, raus, rein, runter, raus, rein, – und immer den Arm unter die Lockersling! Das Seil nicht zwischen die Beine! Wie fasst man in Hannover einen Stift an?), sollten wir ein Seil an einem Stahlträger einbauen. Andy schmiss uns einen Haufen Kram vor die Füße (Seile, Bandschlingen, Karabiner aber auch sowas wie eine Schwimmmatze, Metallstabe, Holzlatten) und meinte, wir sollten damit nun ein Seil oben am Stahlträger einbauen. Taten wir, wobei wir erst später merkten, daß 1/3 des Krams einfach nur zur Verwirrung aufgeworfen worden war. Andy saß derweil entspannt in seinem Sitz in einem Gurt am Seil und schaute uns zu. Marko und ich gruben, testeten und bekamen irgendwie (ich hab die Details echt vergessen) das Seil oben eingebaut. Einer von uns musste an den Seilen hoch und die oben richtig befestigen. Ich tat dies und hatte dabei leichte grinsenbedingte Probleme, kam oben nicht gut an den Stahlträger, die Bandschlingen und Karabiner. Ich musste mich an meinem Seil hochzerren, gleichzeitig an dem eigentlich zu weit entfernten Rohr der Wand abstützen. Sehr kraftraubend. Aber ich hab geschafft! Unter den kritischen Augen von Andy..Eigentlich keine schlechte Situation, aber ich wollte ja was lernen! Was dann auch gleichzeitig lustig, anstrengend, cool und furchtbar war \*g\*. Marko meinte hinterher, ich hätte ihm da leid getan, aber ich hab gar nicht schlimm gefunden. Es war eine Herausforderung, ich hab geschafft!

Dann durften / mussten wir Seilbahn fahren. Fast problemlos, auch wenn Marko ewig brauchte um drüber anzukommen. Und ich ebensolche Ewigkeiten um mich am Seilbahnende umzubauen. Mir fehlte es immernoch an Länge (genau an der Stelle hatte ich grade die Seile eingebaut, mit denen wir uns nun ablassen wollten) und so musste ich mich erneut hochziehen um mich aus der Zwischensicherung auszubauen. Leider war meine Kraft schon am Vortag quasi alle gewesen und so war es alles arg mühsam. Bis Andy meinte, ich hätte doch eine Trittleiter dabei. Die Handsteigklemme mit Fusschlinge! Jepp, das ging! Total einfach und gut! \*puh\* (später erfuhr ich, daß an dieser Stelle des Kurses mindestens einer schon mal so versagt hatte, daß ihn jemand retten musste). Wie gut, daß mir das nicht passiert ist.

Die nächste Lektion war "Rettung". Andy rettete einen zufällig anwesenden Bekannten aus dem Seil. Das sah easy aus! Dann waren wir dran. Ich ließ mich zuerst von Marko retten und anschließend rettete ich ihn, auch das war technisch nicht wirklich schwierig! Am Seil hochgehen, ein bisschen höher als die HiLoPe (die hilflose Person). Diese mit den Beinen umgreifen (mit dem polnischen Klammerhaken, den man bei jeder beliebigen Bahnstrecke lernen kann \*g\*), die "Exe" (also ein Stück Bandschlinge mit zwei Karabinern) mit seinem Gurt verbinden, das "Ypsilon-Dingens" (eine Art Seil mit Karabinern) mit seinem Gurt verbinden, dann ihn langsam aus seinem Seilaufstiegsgerät herausfahren und ausbauen und uns zusammen mit meinem Gerät herunterlassen. Unten den Verletzten vorsichtig aufsetzen, keinesfalls legen!

Das Retten war mehr lustig und weniger schwierig und es ist sehr gut zu wissen, dass wir uns notfalls gegenseitig aus dem Baum pflücken können! Wobei es körperlich durchaus anstrengend war. Unten angekommen war ich körperlich dann dermaßen fertig, dass ich mein Seilaufstiegsgerät anstarrte und kurze Zeit nicht wusste, wie man es bedient! (Soviel zu der Lektion es immer gleich zu benutzen, damit man es in jeder Situation sicher benutzen kann!).

Die letzte Aktion, die wir noch hatten, war das "Traversieren". Wir sind gefragt worden, ich wollte es machen. Oben war längs der Halle eine Seilstrecke eingebaut. Da muss man lang und sich an 4-5 Punkten umhängen. Jeweils auf unglaublich dünnen Rohren stehend, aber natürlich auch noch im Seil gesichert. Immer zweifach gesichert! IMMER!

Marko ging zuerst, ich ging als zweites in die Seilstrecke, stand aber lange, seeeeeehr lange ungeschickig am Start. Ich war längst total kaputt. Und hier hatte ich dann doch mal wirklich Angst! Und noch mehr als die Angst vor der Höhe und dem Versagen hatte ich Sorge, dass ich es körperlich einfach nicht mehr schaffen könnte. Außerdem war Andy mit Marko beschäftigt, was wenn ich mich falsch ein- bzw. umhänge? Eine dumme und unberechtigte Sorge, klar. Aber es ging mir hier wahrlich nicht mehr gut. Es wirkte so hoch, da oben auf dem Stahlträger "auch wenn ich im Fall eines Absturzes ja gar nicht bis Bodenniveau gefallen wäre, ich wäre auf das höher gelegene Podest geknallt. Mein Angstmechanismus peilte aber den tiefsten Punkt, den Boden an, der aus dieser Perspektive wirklich tief unten zu sein schien. Andy bemerkte mein Zögern, fragte nach und ich antwortete, ich wüsste grad nicht, ob ich das hier schaffen könnte. Er meinte, dochdoch, da wäre er sich sicher, das schaffe ich. Auch körperlich? "!

Ich weiß nicht, wie lange ich da stand, aber irgendwann war mir das Warten zu doof, ich wusste ja, was ich zu tun hatte, war auch schon längst eingehängt gewesen, ließ endlich los und zog mich über zum ersten Umhängepunkt. Es war recht einfach, nicht so anstrengend wie befürchtet (ich hing ja entspannt in meinem Gurt, diesmal nur eben in der Waagerechten) und natürlich kam ich prima und ohne ein Rettungsszenario zu inszenieren drüber an. Die Höhenangst hatte ich im Griff, auch wenn es doch ein sehr eigenartiges Gefühl gewesen ist, da oben rumzuhängen bzw. an den Umhängepunkten auf gestrichelten Rohren herzustehen. Da ich aber sowieso zu sehr mit der Technik beschäftigt war, hatte ich gar keine Ressourcen für Panik über. Teilweise war es wieder etwas schwieriger mit meinen kurzen Armen und Beinen, letztendlich kam ich aber auf der anderen Seite an. Breit grinsend!

fast fertig!

Ungefähr hier war dann aber bei mir körperlich und psychisch Feierabend. Mir tat alles weh, also alle Muskeln "mein Rücken hat dieses Wochenende erschreckend gut überstanden!

Es gab noch eine Endbesprechung und noch etwas Knotenkunde sowie Seilbahnbauteorie bzw. eine Erklärung, wie man ein Seil unten um eine Brücke herum gebaut bekommt. Andy hat mich gelobt für den schwierigen Anbau der Seile bzw. mir an der Seilbahn und dafür, dass ich mich nicht wie ein "Mädchen" aufgeföhrt hab \*g\*.

Den coolen Schornstein haben wir leider nicht beklettert. Ich weiß gar nicht, ob ich ihn geschafft hätte " aber dank dem Regen und der Tatsache, dass wir keine Zeit mehr übrig hatten, ging es leider sowieso nicht. Schade, schade :( (Dann muss ich wohl noch mal da hin fahren ;)).

Gegen 21 Uhr machten wir uns, mit dem Kofferraum voller frisch gekaufter Kletterutensilien, endlich auf den Heimweg nach Hannover.

Ich hatte anschließend zwei Tage lang einen der schlimmsten Muskelkater meines Lebens!

Als der abgeklungen war machten wir unseren ersten eigenen Baumkletter-Cache. 16 Meter, ein simpler Baum. Alles ging prima :) . Seit dem sind noch 9 weitere Klettereien in immer größeren Höhen gefolgt und ich freu mich schon auf den nächsten. Auch wenn ich oben in den Bäumen immernoch ein sehr flaches Gefühl im Magen habe und mich sehr müde frage, ob es wirklich not tut, was ich da tue. Den Rest der Zeit grinse ich, wenn ich ans Klettern denke,

träume davon und freue mich auf den nächsten Kick. Morgen vielleicht wieder? ;)

Drillinspektor Andy ist auch Wochen später immer noch in meinem Ohr und ich spreche im Geiste noch immer sein "Gebet" mit der Reihenfolge der Handgriffe, die wir beim Umbau von "hoch" nach "runter" durchführen müssen.

Der Kurs war sein Geld definitiv wert gewesen! Das Wissen, all die kleinen und großen Dinge und das Selbstbewusstsein, das Vertrauen in die Technik und das Vertrauen in mein Wissen - ich weiß, was ich tue, wenn ich mit den technischen Hilfsmitteln Räume und Ähnliches erklimme.... Das war es definitiv wert gewesen!

Geschrieben von Nina in sportliches um 22:50

Dienstag, 26. Oktober 2010

### Spielbericht Arcania - Gothic 4

Als eingefleischter Rollenspielfan habe ich die bisherigen drei Gothic-Teile mit sehr viel Vergnügen gespielt und daher lies ich mich auch nicht davon abbringen, die neue Gothic-Version kurz nach ihrer Veröffentlichung zu kaufen. Obwohl es durchaus Gründe gab, diesen Kauf zu überdenken, haben sich doch Jowood (der Inhaber der Rechte an Gothic) und Piranha Bytes (die eigentlichen Macher von Gothic) getrennt und brachten jeweils ein eigenes Rollenspiel heraus. Risen, aus der Schmiede von Piranha Bytes, ist der inoffizielle "echte" Nachfolger von Gothic, auch wenn weder die Welt noch die dort vorhandenen Charaktere mit der bisherigen Gothic-Story verbunden sind. Gothic 4 "Arcania" knüpft zwar irgendwie an die bisherigen Gothic-Teile an, dafür fehlt es bei Jowood an handwerklichem Geschick um ein fantasievolles und spannendes Rollenspiel zu entwerfen.

Nach etwa 20 Stunden in Jowoods Gothic 4 - Arcania muss ich leider feststellen, dass ich die 40 Euro hierfür auch besser hätte investieren können...

Optisch wirkt Gothic 4 auf meiner keineswegs topaktuellen Hardware eigentlich ganz nett, läuft (dank dem ersten Patch) halbwegs flüssig, verursacht allerdings recht häufig kleinere Grafikfehler (Mönder, die von innen beleuchtet sind, Lichtflecken irgendwo in der Landschaft). Weit entfernte Gegner bewegen sich sehr ruckartig, ebenso die Licht- und Schatteneffekte von der sich bewegenden Sonne. Dafür gibt es stimmungsvolle Tag- und Nachtwechsel und wechselhaftes Wetter mit viel Regen (den wir in einer Quest beenden können). Die Gewitterblitze und das Wasser sehen wirklich toll aus, auch wenn die Brandung etwas sehr häufig an Land schwappt und die Baumwipfel zu schnell (und dazu noch lautlos) im Wind schwanken. Die Landschaften wirken grundsätzlich eher unbelebt und langweilig, für die Einwohner gilt meistens Ähnliches. Nur wenige NPCs sind ansprechbar, und diese sehen sich auch noch viel zu oft viel zu ähnlich "Arcania ist bewohnt von Klonen. Dies gilt ebenfalls für die Häuser und Dungeons, die viel zu oft viel zu gleich gebaut worden sind. Die Köpfe der NPCs wirken, als wären sie von zwei verschiedenen Teams erstellt worden. Manche sind voller eindrucksvoller und einzigartiger Details, andere wirken, als hätte man ein paar von Madame Tussauds Wachspuppen nach Arcania gestellt. Die Augen aller NPC sind zu starr um lebendig zu wirken.

Den Dialogen fehlt meist der von Gothic bekannte Witz und Tiefe. Die Auswahlmöglichkeiten beschränken sich sehr oft nur darauf, schneller oder langsamer zum Gesprächsziel zu kommen. Verschiedene Handlungsstränge suchte ich hier bislang fast vergeblich, statt dessen folgt man einer eher gradlinigen Story, für die es sich sehr oft nicht mal lohnt, vom Weg abzukommen und die Räume der Welt zu erforschen. Belohnt wird man dafür viel zu selten, auch wenn es gleich 4 Quests gibt, für die man das Spiel hindurch Gegenstände sammeln muss. Was dann auch gleich den Großteil aller Quests gut beschreibt: sammle 5 Hirschgeweihe, 6 Bienenstücke, bring mir Met oder eine Pfeilspitze, trag diesen Brief von A nach B, oder erledige X, worauf du erharst, dass man für X erstmal Y machen muss, für das man dann aber erst Z zu erledigen ist! es wirkt alles oft ziemlich gleichförmig, vorhersehbar und ohne Tiefe zusammengestrickt.

Selbiges gilt auch für die rollenspieltypischen Fähigkeiten und deren Aufstieg. Mit jedem Stufenaufstieg kann man 3 Punkte auf grade mal 8 Fähigkeiten aufteilen. Drei davon im direkt kämpferischen angesiedelt, zwei Fernkampf/Bogentechnik und drei (in Worten DRE!!!) verschiedene Zauber (Innos "Feuer, Adanos "Eis und Beliar ->Blitze) kann man erlernen und verbessern. Das war's! Ok, fast. Es gibt noch Spruchrollen, durch die man Tränke bzw. Ausrüstungsgegenstände herzustellen lernt. Die man dann jederzeit und überall bauen und brauen kann. Ohne ein Lagerfeuer zu benötigen um den leckeren Fleischzaneintopf zu kochen oder einen Amboss für das Vulkanglasschwert. Das geht immer und einfach auf Knopfdruck ohne eine irgend geartete grafische Zwischensequenz. Diverse andere Spielsequenzen sind dagegen zwar vorhanden aber vergeblich nutzlos. Die Goblintrommeln, Schweinespieß am Feuer drehen, Alchemietische, Wetzsteine, am Lagerfeuer sitzen, oder überhaupt sitzen oder ins Bett legen. Das geht zwar (falls man diese sinnlosen Funktionen in den Optionen überhaupt einschaltet), bringt aber nix. Schlafen erhöht keinen einzigen Lebens- oder Manapunkt, es ist nur eine grafische Spielerei!

Aber apropos einschalten: in den Optionen sind einige Dinge ein- und ausschaltbar. So kann man sich z.B. die Welt "amerikanisch bunt" oder "europäisch düster" wählen, Schadensanzeigen in den Kämpfen einschalten, nicht-nutzbare Gegenstände effektiv aber benutzbar machen. Sehr schön!

Man hat bei Gothic keine automatische Lebensregeneration, nur wenn man Ausrüstungsgegenstände benutzt, die dieses mitbringen. Oder man nimmt einfach eine Handbandage. Nein, nicht essen oder rauchen, nur anlegen (denke ich zumindest. Was der Held damit macht, wenn ich rechts auf die Handbandage klicke, wird mir leider nicht gezeigt). Das

Icon der Bandage ist eher schlecht gezeichnet, ich dachte erst: "Wofür braucht man hier Klopapier?" \*g\*. Von diesem, Ähm, den Hanfbandagen, liegen reichlich in dieser Spielwelt (ich hab inzwischen schon weit über 100 eingesammelt), sie kosten auch fast nix, lassen sich aber nur außerhalb eines Kampfes benutzen. Im Kampf kann man jederzeit diverse Dinge vertilgen, die einem etwas Lebensenergie zurückgeben. Vom Apfel über Fleisch bis hin zu Heiltränken und andere Tränke. Kampfverzögerungen entstehen dadurch fast nicht.

Wobei die Super-Tränke im Kampf selten nötig sind. Bislang waren meine Gegner meist recht einfach und das Kampfsystem erklärt sich am einfachsten mit "totklicken", auch wenn sich im Laufe der Zeit einige, wenige Sonderschlänge und Kombinationen lernen lassen. Es gibt vier Schwierigkeitsstufen, die sich auch im Spiel jederzeit umschalten lassen (definitiv ein Pluspunkt). Ich spielte "normal", die drittschwerste bzw. zweitleichteste Stufe. Nach einigen Stunden Langeweile (Wildschweine ließen sich mit einem stumpfen Holzgegenstand in drei Hieben töten, ä!) hab ich die Schwierigkeit hochgesetzt auf die zweitschwerste. Nun muss ich manchmal tatsächlich taktisch agieren, dem Gegner ausweichen (geht prima mit einem Hechtsprung) oder mich vor sehr wenigen der harten Kämpfe mit einem passenden Trank dopen. Alternativ kann man einer übermächtigen Gegnerschar auch immer weglaufen, diese folgt einem nur kurze Zeit und dreht an internen Levelgrenzen einfach gelangweilt ab (Bug oder Feature? Solche Gegner schlurften zurück zu ihrem zugewiesenen Ort und lassen sich auf dem Weg zurück manchmal nicht mehr treffen, man schlägt einfach durch sie hindurch). Gegner kann man auch loswerden, indem man auf einen der erklimmbaren Felsbrocken krabbelt. Meistens geht der Gegner einfach wieder, wenn er mich nicht mehr erreichen können (auch Blutfliegen!). Eigentlich eine gute Funktion, sonst wäre es mal wieder zu einfach, mit Fernwaffen oder Zauber den unten beißenden, grollenden und fauchenden, mich aber nicht erreichenden Gegner langsam zu töten. Immerhin agieren die Gegner allzu gerne intelligent in Gruppen. Es ist oft nicht möglich, nur einen Gegner aus einer Gruppe heraus anzulocken und einzeln zu töten.

Gothic-Fans werden vieles wiedererkennen. Alte Kumpel wie Diego oder Lieblingsgegner wie die Scavenger, Blutfliegen, Wildscheine (hier nicht mehr so bössartig wie im dritten Teil) und sogar Fleischwanzen (bislang hab ich aber kein Fleischwanzenragout-Rezept).

Dies entschädigt aber eingefleischte Fans eher nicht, die sich durch eine eher triste, langweilige Rollenspielwelt schleppen, in der man nicht mal schwimmen oder klettern kann und in der das Bestehen der NPCs keinerlei negative Effekte hat. In der die wenigen Teleporter immer nur zwei Orte miteinander verbinden, wobei es eh nur wenig Gründe gibt, noch einmal in die schon abgegrast Gebiete zurück zu kehren. In der man viel zu selten für ausdauerndes Eckenabsuchen oder der Gebrauch von Fähigkeiten belohnt wird. In dem die meisten Charaktere farb- und gesichtslos bleiben, viel zu oft geklont sind und in dem der Schwierigkeitsgrad auch auf "hart" oft doch eher lächerlich wirkt.

Immerhin ist das Spiel bis auf ein paar grafische Probleme erstaunlich bugfrei. Ich hatte noch keinen Absturz, die Quests waren bislang alle lösbar und sogar die Ladezeiten sind erstaunlich kurz. Allerdings muss man den kurz nach der Veröffentlichung erschienen Hotfix einspielen, sonst ist Gothic 4 auch auf Hochleistungsrechnern unglaublich träge.

Arcania verwendet Securom als Kopierschutz und benötigt einen Internetzugang zur Aktivierung.

Ich kauf mir als nächstes Risen und schaue mal, ob mir das besser gefällt.

Geschrieben von Nina in öffentlich um 12:34

Freitag, 2. Juli 2010

### **Ich schule um! Auf Hightech-Taschendieb!**

Ich werde jetzt Hightech-Taschendieb!!! Einfach eine ausreichend fette Antenne in den Rucksack und überall lustig 20 Euro abbuchen! Immerhin ist das Geldkartensystem nicht so ausgelegt, da man Belege bekommen oder gegen Abbuchungen auf der Geldkarte Einspruch einlegen kann.

#### **QUOTE:**

Ab Mitte 2011 werden die Chips auf den 45 Millionen Bankkarten der Sparkassen-Kunden außerdem nach und nach mit NFC-Technik für kontaktloses Bezahlen ausgestattet. Das soll den Zahlvorgang für kleine Beträge beschleunigen, da die Eingabe einer PIN oder das Unterschreiben eines Belegs entfällt. Für das Auslesen der Daten darf die Karte höchstens 10 Zentimeter vom Terminal entfernt sein, und jede Transaktion ist auf 20 Euro begrenzt.

<http://www.heise.de/newsticker/meldung/Sparkassen-tragen-den-Magnetstreifen-zu-Grabe-1031718.html>

Wer bitte denkt sich sowas aus???

Geschrieben von Nina in Öffentlich um 09:00

Sonntag, 27. Juni 2010

## **Velo Challenge - mein erstes (Jedermann-) Rennen**

Nina VeloHeute war die Velo Challenge, das erste Jedermannrennen in Hannover. FÄ¼hrte genau Ä¼ber meine "Haus- und Hofstrecke" zweimal durch das DÄ¼rfchen (STADT!), in dem ich jetzt wohne und genau Ä¼ber meine klassische Trainingstrecke zwischen Hannover und dem Deister (ein kleiner HÄ¼henzug). Es gab eine groÄ¼e (110 km) und eine kleine (60 km) Runde. Die groÄ¼e ging zweimal Ä¼ber den Deister, ich hab es vorgezogen meine erste Rennsituation besser auf der kleinen Runde zu bestreiten. Ich musste mir fÄ¼r das Rennen sogar noch ein neues Rad kaufen, mein altes hat einen Triathlonlenker, die sind fÄ¼r Rennen (auÄ¼er Triathlons) nicht zugelassen. Aber ein neues Rad zu kaufen hatte ich sowieso frÄ¼her oder spÄ¼ter vorgehabt, da kam mir die Velo nur grade recht.

Der Start des Rennens war in der Stadt am Maschsee. Gestern waren dort schon viele Buden aufgebaut, VerkaufsstÄ¼nde fÄ¼r RÄ¼der, Kleidung und ein winziger AOK-Stand, wo jedem Interessierten einen SattelÄ¼berzug mit dem AOK-Schriftzug geschenkt wurde - den aber niemand haben wollte. Das durchschnittliche Publikum war ja nicht so der SattelÄ¼berzugenutzer ;).

Gestern konnten wir Fahrer schon unsere Startunterlagen abholen und bekamen einen roten Sack mit der Startnummer, dem Transponder fÄ¼r die Zeitmessung, einer Trinkflasche und ein bisschen SchnÄ¼kerkram.

Der Start fÄ¼r die kleine Runde war heute morgen um 9 Uhr, bis 8:45 Uhr sollten alle Fahrer da sein. Ich war es etwa schon um 8:20 Uhr, und bereits die Anfahrt war recht spannend. An jeder Kreuzung stand Polizei fÄ¼r die in KÄ¼rzen nÄ¼tigen Sperrungen, Ä¼berall waren Beschilderungen und die StraÄ¼e am Maschsee war schon komplett fÄ¼r den Verkehr gesperrt, wodurch man auf der breiten StraÄ¼e und Ä¼ber rote Ampeln fahren konnte. Der Polizist an der einen Kreuzung musste ziemlich grinsen, als ich meiner mich zum Rennen begleitenden Tochter sagte, daÄ¼ sie jetzt mal nicht drauf achten sollte, was wir gleich tun werden, also bei Rot Ä¼ber die Ampel fahren und das auch noch, wenn da die Polizei neben steht \*g\*.

Vor dem Start der Velo ChallengeBeim Start angekommen, stellte ich mich in die schon leicht gefÄ¼llte Masse RennrÄ¼der und Fahrer. Es war schon ein Bekannter mit seinem Arbeitskollegen da, und so warteten wir gemeinsam. Und warteten, und warteten und warteten. Es wurde langsam heiÄ¼er. Die Reihen fÄ¼llten sich. Lauter RennrÄ¼der, neue, alte, teure, nicht so teure, Ä¼ltere Stahlrenner aber auch relativ viele normale RÄ¼der, TrekkingrÄ¼der, Mountain Bikes und sogar ein Mountain-Bike-Tandem standen da. Genauso gemischt war das Teilnehmerfeld, von jungen, schlanken, athletischen Fahrern in Team-Trikots Ä¼ber normalo-Rennradfahrern wie ich es bin bis hin zu relativ stark Ä¼bergewichtigen und/oder recht alten Fahrern war alles dabei. Frauen auch, wie viele kann ich schwer schÄ¼tzen, wir waren stark unterreprÄ¼sentiert, aber es gab schon einige Frauen in dem Bereich, den ich einsehen konnte.

Start Velo ChallengeDann war es endlich 9 Uhr, seit 10 Minuten schielte ich schon zu den Dixi-Klos rÄ¼ber, die ich vielleicht doch vorher noch mal hÄ¼tte nutzen sollen. Ausserdem wurde es langsam unangenehm heiÄ¼. Countdown und StartschuÄ¼ fÄ¼r den ersten Block, zwei Minuten spÄ¼ter startete der zweite, also meiner. Es rollte alles langsam los (die Zeitaufnahme startete dank der Technik beim Durchfahren des Start-Ziel-Bogens) und ein hunderfaches "Klicken" ertÄ¼nte, als alle (fast alle) ihre Schuhe in ihre Pedale einklickten. Meine grÄ¼Ä¼te Sorge, ein Massensturz am Massenstart, hat sich zum GlÄ¼ck nicht bewahrheitet, zumindest in dem Bereich, den ich sehen konnte. Die ersten vier Kilometer ging es mehr oder minder geradeaus, eine Verkehrsinsel mit einem wild winkenden und pfeifenden Ordner war die erste Schikane, die wir alle sicher umfahren konnten. Das Tempo erhÄ¼hte sich langsam, dann die erste, richtige Kurve, 90 Grad mit anschlieÄ¼ender BrÄ¼cke und 500 Meter extrem schlechte Wegstrecke. Das Fahrerfeld war noch sehr eng, SchlaglÄ¼chern ausweichen war nicht mÄ¼glich, also grade drÄ¼ber mit 30 km/h. Mein armes Rad!

Die nÄ¼chsten Kilometer zog sich das Feld immer weiter auseinander und ich habe gefÄ¼hlte tausend Radfahrer Ä¼berholt. Ein geiles GefÄ¼hl! Die meisten schnelleren Fahrer waren wohl entweder gleich vorne gestartet (vermutlich waren die StartblÄ¼cke nach der SelbstschÄ¼tzung der Fahrer geteilt, ich also in dem langsameren) oder sind die groÄ¼e Runde gefahren. Oft Ä¼berholt wurde ich in der Anfangsphase nicht.

Die Strecke selber kannte ich ja sehr gut, bin sie in der letzten Woche noch zwei Mal abgefahren, hab mir alle SchlaglÄ¼cher und Hindernisse eingepreÄ¼gt, das war aber meist gar nicht nÄ¼tig gewesen. Die Fahrenden gaben die gewohnten Handzeichen, niemand fuhr aggressiv oder rÄ¼cksichtslos, es ging alles sehr gesittet zu. Und das Fahren hat einfach unglaublich viel SpaÄ¼ gemacht. Bei strahlendem Sonnenschein, leichtem Wind, an den StraÄ¼enrÄ¼ndern Ä¼berall Zuschauer, die einen anfeuerten, riefen, piffen, winkten. Man fÄ¼hlte sich fast wie bei einem "richtigen

Radrennen". :D

Der coolste Zuschauer fuhr drauÃŸen auf dem Gehweg auf seinem Rollentrainer und feuerte uns "entgegenkommende" an \*g\*

Zwei Autofahrer sind auf meinen 60 km ins Fahrerfeld gekommen, das ist wohl unvermeidlich, auch wenn wirklich jede kleinste SeitenstraÃŸe an der Rennstrecke abgesperrt war. Vor parkende Autos, die mit ihren Besitzern dann einfach mal losfahren, ist man aber trotzdem nicht geschÃ¼tz, und so hatte ich zwei nicht sehr witzige Streckenabschnitte mit dazwischenfahrende Autos. Es dauerte bei beiden Fahrern ein bisschen, bis diese begriffen, daÃŸ nicht WIR ihre StraÃŸe belegen, sondern SIE unsere Rennstrecke. Der erste hielt dann irgendwann links in einem Ort, nachdem ein Ordner ihn angeschrien hat. Grade an der Stelle parke aber rechts auch ein Auto, so daÃŸ sich das Fahrerfeld, hier noch relativ kompakt, dazwischen durch drÃ¼ngeln musste. Der zweite Fahrer, fast am SchluÃŸ, fuhr etwa einen Kilometer zwischen uns, hatte wohl schon verstanden, daÃŸ er da besser mal weg fÃ¼hrt, hatte nur keine Chance gehabt, sich und sein Auto zu entfernen und so hatte ich das unwahrscheinliche Pech, genau hinter der Blechkiste durch einen Kreisel zu mÃ¼ssen. Eh eine der haarigeren Momente, dann noch das bremsende Auto vorne vor... Nach dem Kreisel "parkte" es besser mal in einer Bushaltestelle...

Ich hab lange Zeit Windschattenspringen gemacht und mich so immer weiter nach vorne vorgearbeitet (wo nun ganz vorne war, konnte ich die ganzen 60 km nicht sehen, es waren immernoch jede Menge Fahrer vor mir). GrÃ¼ppchen fÃ¼r GrÃ¼ppchen arbeitete ich mich weiter. Mal fuhr ich vorne, zog ein paar hinter mir mit, manchmal liess ich mich in diese Gruppe zurÃ¼ckfallen, um irgendwann doch wieder durchzustarten und vorbei zu ziehen. Ab etwa Kilometer 20 begegnete ich einer Frau in einem blauen Trikot, die den Rest der Tour mal vor, mal hinter mir war. Ebenso zwei Spanier, die sich beim Fahren miteinander unterhielten (wenn man beim Fahren noch lustige Liedchen pfeifen kann, ist man m.E. zu langsam unterwegs :D ). Ein paar Andere sah ich auch immer mal wieder, verlor sie, Ã¼berholte sie wieder, ...

Am einzigen HÃ¼gelchen, dem Gehrdenner Berg, gab es oben einen Verpflegungsposten. Halten und Picknick machen wollte ich heute aber mal nich ;), hab da fÃ¼r den angebotenen Becher mit... verwÃ¤ssertem Apfelsaft?... gern im Vorbeirollen entgegen genommen. Allerdings stellte ich danach fest, daÃŸ trinken grad gar nicht mÃ¶glich war, das HÃ¼gelchen war schon ein bisschen anstrengend gewesen, ich war etwas am keuchen und ohne Atemluft geht trinken nun mal (bei dem Babyalter erwachsenen) Menschen nicht. Es ging nun wieder bergab, anderthalbhÃ¼ndig mit dem Becher in der einen Hand, diese auf dem Lenker. Die Abfahrt recht rasant, dazu ein paar geschwindigkeitsbeschrÃ¤nkende Bodenschwellen, SchlaglÃ¤cher und mein ergattertes GetrÃ¤nk befand sich weitestgehend auf meiner Hose. Gut, es war sehr warm, ein wenig AbkÃ¼hlung war auch ganz nett.

Unten angekommen hatte sich Puls und Muskeln wieder beruhigt und ich noch immer mehr als genug Kraft fÃ¼r die letzten 20 km. Einige Zeit fuhr ich erst allein, dann vorne vor einer grÃ¶ÃŸeren Gruppe und gegen den (leichten) Wind. Als das nicht mehr ging, ich mich in die Gruppe wieder einfÃ¼delte, war es mir eigentlich zu langsam. Uns so mehr freute ich mich, als uns von hinten, etwa 6 km vor dem Ziel, eine groÃŸe und schnelle Gruppe Ã¼berholte. Mindestens zwanzig-dreiÃŸig Fahrer surrten an uns vorbei (das GerÃ¤usch von vielen Rennradreifen auf dem Asphalt ist unbeschreiblich cool!), ich fÃ¼delte mich dort mit ein und es ging sehr viel schneller Richtung Ziel. Die schlechte Wegstrecke vom Anfang war mit weniger Fahrern besser zu bewÃ¤ltigen und an der 90 Grad Kurve, etwa 4 km vor dem Ziel, war ich plÃ¶tzlich wieder ganz vorne. Schulterzuckend gab ich Gas und die anderen fÃ¼delten sich hinter mir ein, bis etwa 1-2 km vor dem Ziel. Dann Ã¼berholten mich etwa fÃ¼nf aus der Gruppe wieder und ein paar hundert Meter vor dem orangen Zielbogen gab es dann den zwangslÃ¤ufigen Endspurt. Ich stellte fest, daÃŸ ich noch immer Kraft habe, trat ebenso in die Pedale wie die um mich herum fahrenden MÃ¤nner und \*schwups\*, schon war ich wahnsinnig breit grinsend im Ziel!

Breit grinsende Zieleinfahrt Dieser Endspurt, die Zieleinfahrt war Adrenalin pur, war einfach nur - sorry - GEIL! Ich brauchte sehr lange, um das Grinsen wieder aus meinem Gesicht zu bekommen und dachte, nein denke (!) nur: DAS will ich bald nochmal!

An den Zelten der Organisation hingen kurze Zeit spÃ¤ter schon die ersten Listen mit Zeiten und Platzierungen. Ich stellte verwundert aber auch stolz fest, daÃŸ ich die 35. der Frauen bin und die 14. der Frauen meiner Altersklasse 30-40 (!). Wie viele Frauen die 60er Runde gefahren sind, und die wievielte von allen ich denn bin, weiÃŸ ich noch nicht, die Ziellisten sind noch nicht online. Etwa 600 Fahrer waren es wohl auf der kleinen Runde, etwa 2000 insgesamt.

Ich brauchte 1h 47' fÃ¼r die 58 km, 32,52 km/h . Meine bisherige Bestleistung! Okok, ganz viel Windschatten und sonst optimale Bedingungen, aber trotzdem, eine fÃ¼r mich wirklich gute Leistung. Und ich bin noch nicht mal richtig fertig, hÃ¤tte durchaus noch etwas mehr Kraft investieren kÃ¶nnen. Das nÃ¤chste Mal! Wann ist das nÃ¤chste Jedermannrennen???)

## **Blog Export: Ninas Schmierblo(g)ck, <http://www.justchaos.de/blog/>**

Geschrieben von Nina in sportliches um 18:38

Mittwoch, 23. Juni 2010

## **Frühmorgendlicher Maximalpuls**

Ich fahre eben mit meinem Rad zur Arbeit, auf der Schierholzstraße in Hannover, mit fröhlichen 30-32 km/h. Kommt von hinten ein Hupen angefahren. Nicht mal kurz ein Frusthupen, das kennt Frau ja schon, ein ca. 20 sekündiges Hupen. Mit dem Hupen überholt mich ein älterer Golf, am Steuer eine Frau (ich möchte meinen so 25-30 Jahre alt), schreit in ihrem Blechkasten bei geschlossenen Fenstern zu mir über. Sogar ohne die leise Musik in meinem einen Kopfhörer hätte ich sie nicht verstehen können, aber das war auch nicht nötig, den Inhalt solcher Beschimpfungen kenne ich ja schon. Meist spiele ich bloss lächelnd und winke und fahre weiter. Hier war dies etwas schwierig, Madam setzte ihr Auto vor mich und bremste. Wenigstens keine Vollbremsung, wenigstens hatte ich ne Chance, auch zu bremsen, tat ich auch leicht und überholte sie. Warum sollte ich auch stehen bleiben??

Sie kurbelte ihr Fenster runter, ich hätte sie nur im vorbeifahren an: „Hier IST nicht mal ein Radweg!!!“. Das hat sie aber offensichtlich nicht einsehen wollen. An der Stelle gibt es einen relativ breiten Fußweg, der auch optisch einen abgetrennten Bereich hat, den man als unbedarfter Fahrradhasser sicher gern mal als Radweg bezeichnen würde – nur fehlt diesem Weg das blaue Schild mit dem weißen Hollandrad, was ihn zu einem benutzungspflichtigen Radweg macht!

Nein, ich möchte nicht mein Leben wegen Besserwisserei aufs Spiel setzen, ich fahre an dieser Stelle manchmal sogar über den Fußweg, der wie ein Radweg aussieht, aber das kommt immer drauf an, wie schnell ich grad unterwegs bin. Im 25 km/h Bummeltempo stört der schlechtere Fußweg nicht, heute war ich schneller unterwegs und kam auch noch aus einer Richtung, das die Straße nicht nur das strassenverkehrsrechtlich Richtige war, sondern auch das Logische.

Wie auch immer, die Frau überholte mich wieder, offensichtlich wutentbrannt, und drängte mich beim Überholen nach rechts, fuhr also deutlich langsam an mir vorbei und kam mit ihrem Auto immer weiter nach rechts, da wo ich war, wo neben mir der Bordstein war, an dieser Stelle auch noch ein Geländer, was Fahrbahn von Fußweg trennt. Ich bremste, sie fuhr weg. Meine Pulsuhr piepte warnend, mein Puls war bei 190 angekommen.. Ich hätte ihr noch hinterher, dass ich sie anzeige. Und eben dies halte ich auch weiterhin – sogar in Ermangelung von Zeugen – für richtig.

So ein Verhalten ist lebensgefährlich! Wer nicht in der Lage ist, seine Aggressionen unter Kontrolle zu halten und stattdessen seine gefährliche Übermacht wegen Rechthaberei an schwächeren Verkehrsteilnehmern ausübt (völlig unabhängig davon, dass ihre vermeintliche Rechthaberei auch noch falsch war – ich durfte völlig frei jeglichen Schuldgefühls auf der Straße fahren), dem geht der Führerschein und das Auto weggenommen!!!

Und falls das nicht geht, weil eben Aussage gegen Aussage steht, dann möge sie wenigstens zukünftig solche Aktionen unterlassen!

Wo ist mein Baldrian?

Geschrieben von Nina in sportliches um 09:16

Sonntag, 20. Juni 2010

## Die Tränenburg

Tränenburg Hier wo heute ein unansehnliches Parkplatz neben einem Verlagsgebäude, dem medizinischen Dienst der Krankenkassen und einem mehrstöckigen Wohnkomplex sind, stand einmal eine überaus schön anzusehende Villa, die Villa Willmer - im Volksmund auch Tränenburg genannt.

Friedrich Willmer, der Bauherr, war ein recht wohlhabender, allerdings angeblich leicht choleraer Ziegeleibesitzer, dessen Ausbeuterei von Arbeitern und Lieferanten wohl dazu führte, dass diese seiner schlossähnlichen Villa den Beinamen "Tränenburg" gaben.

Gebaut wurde diese zwischen 1884 und 1886 von Karl Böttgermann (einem Schüler von Conrad Hase). Die Villa hatte 75 Zimmer und wurde von einem ca. 10.000 m<sup>2</sup> großen Park umgeben. Um von dem Lärm seiner eigenen Ziegelei nicht gestört zu werden, hatte Friedrich Willmer die Villa am äußersten Zipfel seines Grundstückes, dem Rittergut Döhren II (später Rittergut Waldhausen) bauen lassen.

Leider war das goldene Zeitalter der Ziegeleien irgendwann vorbei, spätestens zur Zeit des zweiten Weltkrieges geriet die Ziegelei in finanzielle Schwierigkeiten. Der Bauherr, Friedrich Willmer, war schon 1908 gestorben. Sein Sohn und Erbe Gustav Willmer starb 1940 und vererbte Villa und Grundstück an seine 3 Töchter, die ihr Erbe Stück für Stück veräußerten.

Im Krieg ist das Obergeschoß der Villa zerstört worden und lange Zeit diente die leerstehende Tränenburg Obdachlosen als Unterkunft. 1970 wurde die Villa an eine Baugesellschaft verkauft, die an dieser Stelle ein mehrgeschossiges Appartementhaus bauen wollte. Der Protest der Hannoveraner gegen den Abriss dieses wirklich besonderen Baudenkmals wurde zwar geführt, nur nutzte er nichts. Zu dieser Zeit gab es in Niedersachsen noch keine Denkmalschutzgesetze. Dem damaligen Stadtbaurat Rudolf Hillebrecht ist es vermutlich zu verdanken, dass alle Versuche, auch von dem neuen Besitzer, einen Abriss der Tränenburg zu verhindern, gescheitert sind. In letzter Instanz wurde sogar angeboten, der Stadt Hannover die Villa zu schenken, sofern dafür im hinteren Teil des Grundstückes das geplante Appartementhaus gebaut werden dürfte. Der Stadtbaurat hatte wohl andere Ziele (nur welche?) und so räumten im August 1971 die Bagger an, die in wenigen Tagen Villa und Inhalt dem Erdboden gleich machten.

Als besondere Pointe konnte das an dieser Stelle geplante Haus aufgrund finanzieller Schwierigkeiten der Baugesellschaft (wohl auch durch die einjährige Verzögerung zwischen Kauf und Abriss der Tränenburg) nicht mehr gebaut werden. Statt dessen ist hier nun ein Parkplatz!!!

Trauriger geht's kaum, schade um die schöne Tränenburg!

Weitere Informationen sowie viele Innen- und Außenaufnahmen der Tränenburg finden sich in dem Buch "Hannover - Wiederaufbau und Zerstörung von Friedrich Lindau", welches wenigstens zur Zeit als Onlinekopie bei Google einsehbar ist: [Direktlink zu Google Books](#)

Geschrieben von Nina in Rund um Hannover um 21:06

Samstag, 27. März 2010

### **Koalition erwägt bis zu 60 Jahre Laufzeit**

Titel der Focus heute und mir lief bei der Vorstellung ein eiskalter Schauer über den Rücken. Erst auf den zweiten Blick- Schluck Kaffee hab ich kurz danach gemerkt, daß hiermit nicht die aktuelle schwarz-gelbe Regierungskoalition gemeint ist, sondern nur das Weiterlaufen der Atomkraftwerke!

Aber der Focus sollte sich seine Titelzeilen wirklich etwas mehr überdenken, wer weiß, wie viele Leute sich deswegen heute Morgen heftig an ihrem Kaffee verschluckt haben.

Geschrieben von Nina in Öffentlich um 17:40

Samstag, 6. März 2010

## Ein Neues!!!

Fast vier Jahre ist es her, daÃ ich mir mein kleines, schwarzes Triathlonrad gekauft und stolz vorgezeigt habe. Einige zehntausend Kilometer hab ich darauf abgestrampelt und ganz langsam wurde ich etwas unzufrieden, was die maroder werdende Technik angeht. Immerhin war das Rad schon gebraucht, hatte sogar zwei Vorbesitzer, bevor ich es kaufte. Es wurde langsam Zeit in etwas neues zu investieren. Ja - nick - ganz bestimmt wurde es das ;)

Und auch wenn es tatsÃchlich beinahe nÃtig war, in neue "Hardware" zu investieren (oder viel Geld und Zeit um das Triathlonrad wieder auf Vordermann zu bringen), hÃtte ich gleich noch einen guten (guten?) Grund vorzuweisen, warum ich mir ausgerechnet jetzt und Ãberhaupt ein neues Rad kaufen muss: um damit an (Jedermann-) Rennen teilzunehmen! Mein altes Rad hat einen Triathlonlenker, diese sind bei Rennen (ausser den Triathlons) nicht erlaubt. Und da es dieses Jahr das erste Mal Ãberhaupt in Hannover ein Jedermannrennen gibt, was auch noch auf meiner Haus- und Hof-Trainingsstrecke stattfindet, war ich ja beinahe fast schon gezwungen, mir ein neues Rad zu kaufen.

Oder sollte ich jetzt noch schreiben, daÃ ich mit dem Kauf doch nur die Konjunktur ankurbeln wollte? ;)

Geschrieben von Nina in sportliches um 23:39

## Politikerstimmen zum Vorratsdatenspeicherungsurteil

ErwartungsgemÃss wird nun eine mÃglichst schnelle Umsetzung des Bundesverfassungsgerichtsurteils vor allem von der CDU gefordert. An dieser Stelle also zwei Ãberaus lesenswerte Zitate (Kopf bitte gut festhalten, nich dass der jetzt auf der Tastatur landet!):

QUOTE:Thomas de MaiziÃre (CDU) befÃrchtet nach dem Karlsruher Urteil zur Vorratsdatenspeicherung eine SicherheitslÃcke bei schwerer Internet-KriminalitÃt. "Wenn sich das herumspricht, dann wird InternetkriminalitÃt nach Deutschland verlagert", sagte de MaiziÃre der "Frankfurter Allgemeinen Sonntagszeitung".

Ohja, wir werden alle stÃrker arbeiten!!! 1elf! Weil ja auch die ganze InternetkriminalitÃt von kleinen DSL-AnschlÃssen ausgeht und Deutschland das einzige Land ist, in dem nicht sÃmtliche AktivitÃten von privaten InternetanschlÃssen aus protokolliert werden... Und wie bitte wurde bisher ermittelt? Vor der VDS? Und in den letzten Monaten, als die Nutzung ihrer Daten nur fÃr besonders schwere Verbrechen erlaubt war?

Das zweite Zitat von niedersachsens Innenminister Uwe SchÃnemann (CDU) (wann immer ich etwas von diesem Typen lese, schÃme ich mich, auch aus Niedersachsen zu kommen!)

QUOTE:"Ich verstehe die zÃgerliche Haltung der Justizministerin nicht. Sie muss das Urteil nur noch abschreiben. Einfacher geht es nicht", kritisierte er in der "Hannoverschen Allgemeinen Zeitung"

Genau so stelle ich mir die Politik vor. Da wird das vom Verfassungsgericht festgesteckte bis an die Ãusserste Grenze ausgereizt, nachdem grade der erste Versuch eines Gesetzes gescheitert ist. Nicht grad das erste Gesetz in letzter Zeit, bei dem das Bundesverfassungsgericht eingeschritten ist. Das der BÃrger dieses Gesetz hier gar nicht will, und eben dies auch sehr deutlich gezeigt hat (zum Beispiel weil 35.000 Menschen dagegen geklagt haben!), ist den Herren auch schnurzpieegal.

Quelle: Heise

Und schon am Tag des Urteils nÃrgelte unsere Bundeskanzlerin, daÃ es ja schrecklich wÃre, wenn nun alle vorhandenen Vorratsdaten dem Urteil wegen gelÃscht werden mÃssen. Dann kÃmen wir ja in ein "Vakuum", bei dem die Netzverbrecher der letzten 6 Monate alle straffrei ausgehen!!! Liebe Frau Merkel, bitte lassen Sie sich doch mal von ihren fÃhigen Mitarbeitern erklÃren, daÃ die Vorratsdaten in den letzten Monaten sowieso nur fÃr schwere Verbrechen genutzt werden durften und auch nur, wenn andere Wege nicht zum Erfolg gefÃhrt haben. Und das es vor dieser Vorratsdatenspeicherung, also vor 2007, auch schon MÃglichkeiten gab, Verbrechen aufzuklÃren und Verbrecher zu ÃberfÃhren. Und das die Erfolgs-Quote der Ermittlungserfolge durch die Vorratsdaten ungemein winzig ausgefallen ist.

## **Blog Export: Ninas Schmierblo(g)ck, <http://www.justchaos.de/blog/>**

Geschrieben von Nina in informelle Selbstbestimmung um 18:05

Dienstag, 2. März 2010

## **Bundesverfassungsgericht kippt Vorratsdatenspeicherung**

QUOTE:Der Grundsatz der Verhältnismäßigkeit wird aus Sicht der Verfassungsrichter nicht gewahrt. Außerdem mangle es an einer Sicherheit für die Daten und es gebe keine konkreten Angaben, wofür die Daten gebraucht werden sollen. Ferner kritisierten die Richter eine mangelnde Transparenz des Gesetzes.

...

Bei der Speicherung handele es sich aber "um einen besonders schweren Eingriff mit einer Streubreite, wie sie die Rechtsordnung bisher nicht kennt". Darum müsste ein derartiger Eingriff an strengste Bedingungen geknüpft werden. Diese Voraussetzungen erfüllt das deutsche Gesetz laut dem Urteil nicht.

Quelle und mehr:

<http://www.heise.de/newsticker/meldung/Karlsruhe-kippt-Vorratsdatenspeicherung-2-Update-943695.html>

Sehr schön, sehr schön!!! :applaus:

---

Nachtrag, nachdem ich das Urteil und die Stimmen dazu gelesen und ein bisschen Zeit hab verstreichen lassen:

Das Urteil ist keineswegs nur positiv. Das Bundesverfassungsgericht hat sehr deutlich gesagt, dass die Vorratsdatenspeicherung keineswegs generell nicht gestattet ist, nur das deutlich gemacht werden muss, für welche Verbrechen diese Daten genutzt werden können. Und grade der Bereich der Herausgabe von Adressen zu einer IP-Adresse (also den Anschlussinhaber eines Internetschlusses zu ermitteln, was im Zuge des Abmahnwahns der Musik- und Filmindustrie zu zehntausenden Abmahnungen kleinkrimineller Tauschbörsenbenutzer geführt hat und wohl auch zukünftig führen wird), ist nicht als gravierend, also nicht als verboten bezeichnet worden. Somit ist der Richtervorbehalt, wie er in den letzten Monaten nötig gewesen ist, zukünftig vielleicht hinfällig. Sobald unsere Regierung ein neues, verfassungsgemäßes Vorratsdatenspeicherungsgesetz auf den Weg gebracht hat. Was sie sicher auch tun wird. Aber in welcher Stärke bleibt abzuwarten, selbst die EU, der wir das ganze zu verdanken haben, will in diesem Jahr noch über ihr Vorratsdatenspeicherungsgesetz nachdenken und hier ggf. nachbessern.

Ich kann nur hoffen, dass unsere Regierung bemerkt hat, wie viele Menschen sich gegen dieses Gesetz gewandt haben und Umgang mit den persönlichsten Verkehrsdaten ihrer Bürger etwas sensibler gehandhabt wird.

Alles in allem bleibt es abzuwarten. Erstmal ist das Urteil trotzdem ein Sieg! Ein sehr knapper, es stand 4:4 bei den Verfassungsrichtern!

Geschrieben von Nina in informelle Selbstbestimmung um 13:01

Montag, 25. Januar 2010

## **Internetzensur, diesmal über den Jugendmedienschutz-Staatsvertrag**

Wer dachte, die Diskussion um die Kinderpornosperrern wäre schon das Heftigste, was uns in diesem Lande in absehbarer Zeit drohen könnte, darf sich nun eines besseren belehren lassen. Dem Entwurf des neuen Jugendmedienschutz-Staatsvertrag.

Hier zusammengefasst vom AK-Zensur:

QUOTE:# Es werden sowohl Internet-Zugangs-Anbieter (Access-Provider, ISP) als auch Anbieter von Webspaces (Hosting-Provider) mit den eigentlichen Inhalte-Anbietern gleich gesetzt. Sie werden als "Anbieter" bezeichnet. Sie alle sind für die Inhalte ihrer Kunden verantwortlich.

# Access-Provider werden verpflichtet, ausländische Webseiten zu blockieren, die sich nicht an die in Deutschland geltenden Jugendschutzbestimmungen halten. Es muss also eine weitaus umfangreichere Internet-Zensur-Infrastruktur aufgebaut werden, als dies Ursula von der Leyen im Wahlkampf vorgesehen hat.

# Wenn auf einer Webseite die Nutzer Inhalte erstellen können (also zum Beispiel Kommentare in Blogs), dann muss der Betreiber der Plattform (also zum Beispiel der Blogger) nachweisen (!), dass er zeitnah Inhalte entfernt, die geeignet sind, die Entwicklung von jüngeren Personen zu beeinträchtigen. Ausnahmen sind keine vorgesehen.

# Generell werden alle Inhalte in Kategorien eingeteilt: ab 0 Jahre, ab 6 Jahre, ab 12 Jahre, ab 16 Jahre, ab 18 Jahre.

# Alle "Anbieter" müssen sicherstellen, dass Kinder der entsprechenden Altersstufe jeweils ungeeignete Inhalte nicht wahrnehmen. Dafür sind mehrere (alternative) Maßnahmen vorgesehen:

\* Es wird ein von der Kommission für Jugendmedienschutz (KJM) zugelassenes Altersverifikationsverfahren genutzt.

\* Inhalte werden nur zu bestimmten Uhrzeiten angeboten. (beispielsweise nur zwischen 22 und 6 Uhr, wenn ab 16 Jahre)

\* Alle Inhalte werden mit einer entsprechenden Altersfreigabe gekennzeichnet.

# Die bestehenden Regelungen bezüglich schwer jugendgefährdenden Inhalten (das betrifft u.a. Hardcore-Pornographie usw.) bleiben natürlich in Kraft.

Wo kann ich meine Ausreise beantragen?!

Geschrieben von Nina in informelle Selbstbestimmung um 18:21

Samstag, 2. Januar 2010

### Abenteuer Geocaching

Zu Weihnachten haben wir uns ein GPS-Gerät gewünscht und tatsächlich auch bekommen. Zum Geocachen. Diese elektronische Schnitzeljagd fand ich schon 'immer', also seit ich davon vor einigen Jahren hörte, lustig. Vor kurzem hat uns eine Bekannte dann noch den Mund wässrig erzählt, sie "cacht" schon eine Weile und in jeder freien Minute. Zumindest klangen ihre durchaus bildhaften Erzählungen so. Und es klang auch durchaus nach Spaß. Und es klang nach einem familientauglichen Geschenk, also eins für uns alle. Im Nachgang hab ich feststellen müssen, daß dies nicht ganz der Wahrheit entspricht; stark pupertierende Mädchen machen sowas natürlich NICHT mit bzw. wenn, dann nur mit Freundinnen, nicht mit der Familie. Ist klar, das wäre sonst ja auch zu peinlich .:)

Wir anderen drei fanden es nicht allzu peinlich und so sind wir am eisigen ersten Weihnachtstag losgezogen, den ersten Cache zu suchen. Praktischerweise befindet sich der wenige hundert Meter von der Wohnung entfernt, hinter einem ehemaligen Einkaufsmarkt. Selbstverständlich haben wir unseren ersten Cache beim ersten cachen nicht gefunden, Auslöser für dieses Versagen war aber rein technischer Natur - man muss dem GPS-Gerät einmalig vor der Benutzung einen Bezugspunkt konfigurieren, diesen hatten wir falsch gewählt. So suchten wir zwar hinter dem Ex-Extra, fanden aber nichts. Zumindest keinen Cache.

Was wir aber fanden war ein aufgebrochener, leerer Supermarkt. Die Glas Tür zum Vorräum, eine Schiebetür, war aufgedrückt, die Glas Tür zum Innenraum eingeschlagen. Überall war Löschpulver auf dem Boden verteilt und die Feuerlöscher, aus denen dieses offensichtlich stammte, standen und lagen - neben einigen leeren Bierflaschen - überall verteilt.

Fussabdrücke waren, vor unseren, auf dem weißen Bodenbelag nicht sichtbar. Diejenigen, die dieses Chaos veranstalteten, hatten ihre Spuren mit dem Pulver wohl selbst unkenntlich gemacht.

Sehr neugierig stand ich in der aufgeschlagenen Ex-Extra-Tür und spähte in den leeren Raum des ehemaligen Supermarktes. Wirklich spannend war er aber nicht, einige Säulen, ein Büro und weiter hinten links eine Tür zu einem weiteren Flur waren zu sehen und ein seltsames Rauschen zu hören. Mein Hirn wollte mir weismachen, daß hier eine Lüftung läuft, was aber rein logisch betrachtet in einem seit Jahren leerstehenden Gebäude wenig Sinn macht. Näher erkunden konnte ich den Supermarkt an diesem Tag aber nicht, meine 11-jährige Tochter hielt mich fast panisch davon ab. Das dürfte man nicht!!! Hmmm.. Schade. Auch nicht, wenn es so spannend erscheint?

Wir überlegten noch ein Weilchen, ob wir die Polizei rufen und ihr davon erzählen, letztendlich erschien mir aber eine eingeschlagene Tür und kein wirklicher, finanzieller Schaden als zu wenig Grund - zumal ja vielleicht ein paar Obdachlose im hinteren Teil des Marktes ein halbwegs warmes Plätzchen gefunden haben könnten. Ausserdem ist es ja sehr menschlich immer zu hoffen, daß jemand anderes etwas tut, was man selbst grad nicht tun möchte. Worauf wir durchaus hoffen konnten, weil irgendein Alarmgeber an oder in dem Gebäude hilferufend vor sich hin piepte. Ein Geräusch, was auch draußen definitiv zu hören war.

Am nächsten Tag waren wir noch einmal am Ex-Extra, ausgerüstet mit dem GPS-Gerät und inzwischen passender Software und wieder auf der Suche nach dem ersten Geocache. Diesmal fanden wir ihn auch, oben auf dem Dach in einer Öffnung eines Metallträgers. Wenn man es weiss und klettern kann (eine Klappleiter oder eine weitere Person dabei hat), isst es fast einfach \*hrhr\*.

Da diesmal kein Kind dabei war, hab ich mich noch mal in den Eingang des aufgebrochenen Extras gewagt und bin diesmal auch rein. Und folgte dem komischen, rauschenden Geräusch nach links in einen kleinen Flur. Hier war der Boden nicht mehr mit Löschpulver sondern mit Wasser bedeckt und mir wurde jetzt auch klar, was das Rauschen verursachte: laufendes Wasser. Der Flur war einige Zentimeter voll mit Wasser, trotzdem stapfte ich vorsichtig hindurch um die Ursache zu finden und ggf. abzustellen. Links gingen einige Räume von dem Flur ab, ehemalige Aufenthaltsräume und Toiletten. In einigen sah ich Fußspuren, und hier fiel mir zum ersten Mal auf, daß sich in den Räumen vielleicht noch die befinden könnten, die dieses Chaos hier verursacht haben. Und das diese vielleicht gar nicht so glücklich darüber sein könnten, daß ich hier herumschnüffel. Aber zu dem Zeitpunkt war ich schon fast am Ende des Flurs angekommen. Hier lag der Boden etwas höher, das Wasser war also nicht mehr so tief. Ich bin mit einem mulmigen Gefühl im Bauch schnell bis ans Ende vom Flur getappt. Und hab dort, in dem letzten Raum, die Ursache des Wassers gefunden: Es spritzte fröhlich 1-2 Meter in dem Raum, der wohl früher die Toilette war, aus einem Rohr an der Wand. Somit war der Auslöser nicht nur ein aufgedrehter Wasserhahn, den ich einfach hätte

beheben können und ohnehin lag dieser Raum tiefer als der Flur und war somit ohne Gummistiefel oder Erkältungsgefahr nicht zu betreten. So groß war meine Abenteuerlust hier auch nicht mehr, ich hab den Rückzug angetreten und dies Mal habe ich, wieder Zuhause angekommen, die Polizei informiert. Die - so lasen wir einige Tage später in der Zeitung, die Feuerwehr zum Auspumpen rief. Welche, so stand es dort, mit über 20 Mann eben dies taten. 20 Leute um einen Flur und ein paar Nebenräume eines ungenutzten und vermutlich in Kürze abzureissenden Ex-Supermarkt trocken zu legen? Ja ne, iss klar. Die hatten am zweiten Weihnachtstag sicher die Schnauze voll von ihrer Familie und waren froh, einen Grund zum Feiern und etwas Abwechslung zu haben ;)

Ich hatte diese sicher!

Geocaching ist echt spannend ;)

Geschrieben von Nina in privates um 14:41

Dienstag, 11. August 2009

## **Das Ende der Maschseerunde!?**

Sechs Kilometer lang ist die Strecke rund um den Maschsee in Hannover, gesäumt von Bäumen und Büschen, an der einen Seeseite die Leine, an der anderen Seeseite eine Straße. Der sehr breite Radweg ist mit einem relativ gut asphaltierten Belag versehen und auf weiten Strecken durch Büsche und Gräben vom ebenfalls breiten Fussweg getrennt. Keine Ampeln stören die Radler hier, keine Straßen, die die Strecke kreuzen; normalerweise gab es keinen einzigen (verkehrstechnischen) Grund, auf den sechs Kilometern auch nur ein einziges Mal anzuhalten.

Das soll nun vorbei sein. Die Stadt Hannover hat probeweise zum Maschseefest, welches aktuell stattfindet, den Radweg an der einen Seeseite für Fahrradfahrer gesperrt. Statt dessen soll man als Radfahrer auf den wesentlich schmaleren, kürzlich rasch zusammengezimmerten Radweg auf der anderen Straßenseite ausweichen (der nicht mal die gesamte Länge des Seeufers vorhanden ist!). Dafür muss man zwei Mal die vielbefahrene Uferstraße am Maschsee und noch mindestens eine, wenn nicht gleich zwei weitere Straßen, die auf die Uferstraße stossen, überqueren. Das sind 3-4 Stoppstellen und je nach dem aus welcher Richtung man kommt, fährt man die Kreuzung von der aus verkehrstechnischer Sicht falschen Seite an - die Gefahr von einem Auto übersehen zu werden, steigt hier ebenso wie an mehreren Ein- und Ausfahrten an der neuen Radwegstrecke stark an. Ausserdem befinden zwei Schulen und ein Kindergarten an dem "neuen" Radweg auf der anderen Seite - zumindest wenn man den neuen Radweg nicht an der ersten Möglichkeit wieder verlässt und auf die Seeseite zurückwechselt.

Und das soll besser und sicherer sein als der superbreite Radweg am Seeufer? Mit Sicherheit nicht für die Radfahrer, die hier grad eine der am schönsten zu fahrenden Strecken in Hannover verlieren.

Zum Maschseefest, wenn tausende Menschen die Wege am See benutzen, macht eine Radwegsperrung ja tatsächlich Sinn, aber zeitlich auch nur vom Nachmittag bis in die Nacht hinein - warum man seinen Arbeitsweg am Morgen nicht wie gewohnt auf dem völlig leeren Radweg fahren darf, wissen wohl nur die Stadt- und Radwegsplaner, die vermutlich in Ihrer Freizeit nur Autofahrer und Fussgänger am Maschsee sind. Und die nun den Vorschlag machen, den seeseitigen Radweg nach dem Maschseefest "wenigstens wieder" zu bestimmten Zeiten (werktags bis 18 Uhr o.Äh.) für Radfahrer freizugeben. Klingt sehr nach der altbekannten Salamtaktik - anfangs hiess es immer, die Sperrung des Radweges wäre nur für die Dauer des Maschseefestes und der neue Radweg auf der anderen Strassenseite solle den alten nur entlasten.

Da fällt es beinahe schon schwer, an dieser Stelle nicht polemisch die Glaubwürdigkeit von Politikern grundsätzlich in Frage zu stellen.

## **Der Fussweg am Maschsee**

Update - 17.8.09

- Fotos eingefügt, aufgenommen in Höhe der Leinwandbastion mit Blick Richtung Norden

Das Maschseefest ist gestern beendet, noch läuft der Abbau in vollen Zügen. Der gesperrte Radweg ist wohl immernoch gesperrt, zumindest wirkt es für mich so, als hätte nur ein generter Radfahrer die eine Sperrbarke zur Seite geschoben. Der Radverkehr lief heut also wieder auf gewohnten Wegen, allerdings an vielen Stellen mit abbaubedingten Hindernissen.

Geschrieben von Nina in Rund um Hannover um 12:20

Freitag, 19. Juni 2009

## "Zugangerschwerungsgesetz" - also das "Internetsperrengesetz" ist beschlossen

Was ja zu erwarten war, das "Zugangerschwerungsgesetz", mit dem der Abruf von Bildern und Filmen über Kindesmissbrauch verhindert werden soll, ist samt seiner "Pseudokompromisse" (siehe weiter unten) ist durch den Bundestag:

389 Ja-Stimmen (Union/SPD), 128 Nein-Stimmen (Opposition), 18 Enthaltungen

Ein Nein von der CDU: Jochen Borchert  
3x Nein in der SPD: Steffen Reiche, Jörg Tauss, Wolfgang Wodarg;  
FDP & LINKE alle NEIN (Westerwelle hat sich enthalten?), GröÙne 15 Enthaltungen

Wobei wohl noch gar nicht so klar ist, welches Gesetz hier genau beschlossen wurde:  
<http://zenzizenzizencic.de/archives/2009/06/18/wurde-das-gesetz-zur-bekampfung-der-kinderpornographie-in-kommunikationsnetzen-und-nicht-das-zugangerschwerungsgesetz-beschlossen/>

<http://blog.fefe.de/?ts=b4c40521>

Übrigens haben sich viele Abgeordnete gar nicht erst die Zeit genommen, an der Diskussion teilzunehmen. Sehr viele kamen erst zur Abstimmung herein. Wahrscheinlich genossen sie die Sonne auf dem Sommerfest, zu dem - laut [welt.de](http://welt.de) - die Parlamentarische Gesellschaft ab 19 Uhr geladen hat.

Verbessert hat sich das Gesetz seit den ersten Entwürfen nur marginal. Die Speicherung derer, die auf den Stoppsseiten landen, ist vom Tisch. Ok. Aber das Gremium, was die Sperren überwachen soll, ist ein Witz: 5 Leute die mindestens vierteljährlich stichprobenartig sichten? Nimmt das jemand ernst? Und "Istischen statt sperren" ist auch eine Farce, heisst es doch das Webseiten nur dann in die Sperrliste aufgenommen werden, wenn "zulässige Maßnahmen, die auf die Löschung des Telemedienangebots abzielen, nicht oder nicht in angemessener Zeit erfolversprechend sind." Wird das Angebot außerhalb der EU gehostet, kann das BKA die Website sofort in die Sperrliste aufnehmen, wenn "davon auszugehen ist, dass in dem betroffenen Staat andere Maßnahmen, insbesondere Mitteilungen an die für den polizeilichen Informationsaustausch zuständigen Stellen, nicht oder nicht in angemessener Zeit zu einer Löschung des Telemedienangebots führen."

Letzten Endes bleibt dieses Gesetz sinnlos, weil es nunmal nichts nutzt, leicht entfernbare Sichtblenden vor etwas zu stellen, was illegal ist und verfolgt sowie ausgemerzt gehört!

Weiterhin ist das Gesetz gefährlich, weil es eine Menge Nebenwirkungen hat. Angefangen von den vielen Forderungen, was auch illegal und gesperrt gehört ("Killerspiele", islamistische Propaganda, illegale Glücksspiele und Urheberrechtsverletzungen), werden die Gerichte nun, da Provider nicht mehr nur Zugangsprovider ohne Inhaltskontrolle sind, in Urteilen weitere Sperren fordern. Hierzu gab es in der letzten Zeit bereits zwei Urteile (in Hamburg und München), in denen wortwörtlich steht, daß es zur Zeit wegen der fehlenden Sperrinfrastruktur für Provider noch unzumutbar ist, Webseiten zu sperren.

Für mich ist diese Gesetzesverabschiedung eine Kriegserklärung. Und ein Schlag ins Gesicht all derer, die die letzten Wochen und Monate alle Argumente (und "Fakten") der Befürworter entkräftet und andere, bessere Möglichkeiten für eine effektive Bekämpfung von Kindesmissbrauchsdarstellungen im Internet aufgezeigt haben.

Aber es hat auch ein Gutes! Es ist Wahlkampf! Und die "Internet-Benutzer" sind hellwach und plötzlich sogar politisch interessiert. Die Piraten in Schweden sind durch den Prozess gegen PirateBay hochgeschwemmt worden, in Deutschland sorgt vielleicht die Internetsperrendiskussion für eine Verschiebung der Parteienlandschaft. Vielleicht nicht schon diesen September, aber bald. Daher lesenswert: <http://blog.handelsblatt.de/indiskretion/eintrag.php?id=2151>

Als erstes: Samstag sind Demos! Erklären wir denen, die bislang noch SPD und CDU wählen, was hier grade passiert.

<http://www.ak-zensur.de>

## **Blog Export: Ninas Schmierblo(g)ck, <http://www.justchaos.de/blog/>**

<http://www.jetzt-abwaehlen.de>

<http://www.buergerrechte-waehlen.de>

Geschrieben von Nina in informelle Selbstbestimmung um 12:08

Montag, 15. Juni 2009

## **Helmträger**

Am Wochenende wollten wir mit den Rädern ins Schwimmbad und als wir alle vor der Tür uns in die Sättel schwingen wollten musste ich feststellen, dass außer mir niemand einen Fahrradhelm aufhatte. Wenigstens meiner eigenen Brut gegenüber musste ich da dann doch mal laut werden, machen Helme ja im Falle eines Unfalls durchaus viel Sinn (ja, ich kenne die Gegenargumente! Die Diskussion erinnert mich ein wenig an die Gurtpflicht oder das Handyverbot beim Autofahren. Dessen Sinnhaftigkeit wird inzwischen nur noch selten angezweifelt). Natürlich find ich selbst einen Helm weder sonderlich hässlich noch wirklich praktisch. Aber sinnvoll! Und man gewöhnt sich wahrlich schnell dran. Ohne fühl ich mich schon lange ziemlich nackt auf dem Kopf. Also... zumindest sofern ich auf dem Rad sitze!

Passend dazu musste ich mich grad etwas aufregen über diese "Modekolumne". Hallo? Was soll den der Helme-sind-hässlich-und-Mode-geht-immer-vor-allem-anderen-Grundton dieses Artikels? Ist die Autorin so doof? Führt sie Motorrad auch nicht mit Helm, weil der ja bekanntermassen blöd aussieht und ausserdem die Frisur kaputt macht? Geht die eigene Sicherheit nicht vor der Optik? Sollte sich im allgemeinen Stadtbild nicht langsam der helmtragende Radfahrer soweit eingebürgert haben, dass man auf solche dummen Texte verzichten kann? Selbst wenn ihr Kopf gerne auf dem nächsten Bordstein zermatscht werden kann, warum hackt sie auf anderen Leuten herum, die Helme tragen damit ihnen sowas nicht passiert? Und warum ist ein rosa Helm mit selbst aufgeklebten Sternchen (ieks) hässlicher als ein ganz normaler? Braucht man etwa verschiedene Helme um sie der jeweiligen Kleidungsfarbe anzupassen?

Ich mein, von mir aus kann doch jeder fahren, wie er mag. Mit und ohne Helm, von mir aus auch mit einer dicken Strickmütze (hörte ich mal als Ausrede keinen Helm zu nutzen - dämpft aber ja auch den Aufprall) oder ganz ohne Haare. Das ist mir echt egal. Bei meinen eigenen Kindern natürlich nicht. Aber sonst. Aber grade darum find ich die "Modekolumne" dermaßen daneben. Man mache sich mit Helmen zum Gespött? Ja gehts noch??? ...

Wobei mir grad noch ein Rennradfahrer in den Sinn kommt, der allen Ernstes einen pferdeschwanztauglichen Fahrradhelm für seine Freundin suchte. Sie sträubte sich dermaßen gegen einen Helm, dass ihre Standardfrisur als Ausrede herhalten musste. Als ob man sich nicht für die Fahrt die Haare weiter unten zusammenbinden könnte. Wobei ich natürlich nicht weiß, ob sie sich nur so gegen den Helm gesträubt hat, um nicht mit ihrem Partner fahrradfahren zu müssen... ;)

Geschrieben von Nina in sportliches um 22:23

Donnerstag, 14. Mai 2009

## Wer kein Apfel ist, muß eine Birne sein

Die Diskussion um die Einführung von Internetsperren geht weiter. Nachdem die Online-Petition gegen die Sperrungen in Rekordzeit die benötigten 50.000 Unterschriften erreicht hat (und inzwischen bei fast 80.000 angekommen ist - bis zum 16.6. ist ein Mitzeichnen noch möglich), hört man aus den unterschiedlichsten Lagern die unterschiedlichsten Meinungen. Eine "Versachlichung der Diskussion" forderte unglücklichst Christoph Meinel, Direktor des Hasso-Plattner-Instituts und zog einen nicht ganz sachlich treffenden Vergleich zu den Printmedien: "Interessanterweise hat bei gedruckten Medien die Öffentlichkeit längst akzeptiert, dass Strafbares dort nicht veröffentlicht werden darf und versteht das nicht als Angriff auf die Meinungsfreiheit.". Nichts anderes fordern die Sperrgegner (siehe auch hier), nämlich die Abschaltung der Webseiten, auf denen verbotenes Material liegt. Die Befürworter klingen aber immer öfter so, als wäre man automatisch für die Verbreitung von Kinderpornographie (und anderen abscheulichen Internetinhalten), nur weil man gegen eine nahezu sinnlose und mit großen Nebenwirkungen behaftete Symbolpolitik mit "Stoppsschildern" ist. Wer nicht für die Sperren ist, muss dagegen, also ein "Pädokrimineller" sein. Wer kein Apfel ist, muss eine Birne sein.

Ingo Wellenreuther (CDU/CSU) bei der 1. Lesung zum Sperrgesetz im Bundestag:

„Wer gegen eine Handlungspflicht der Internetprovider ist, hat die moralischen Wertmaßstäbe verloren oder weiß nicht, wofür es geht.“

Ich fürchte viel mehr, Herr Wellenreuther hat nicht ganz verstanden wie sinnlos es ist, verbotene Internetinhalte online und unberührt zu lassen und nur für einen kleinen Teil der Weltbevölkerung ein Stoppschild davorzustellen. Ständig wird gebetsmühlenartig der Satz wiederholt, das Internet wäre "kein rechtsfreier Raum". Das ist es auch nicht, das war es auch nie! Man kann sehr wohl die Inhaber der Webseiten ausfindig machen oder doch zumindest die Serverinhaber, die dann die betreffenden Webseiten abschalten. Und das Argument, die Angebote lägen in Ländern, in denen Kinderpornographie legal wäre, ist unhaltbar, wie Florian Walther sowie Mogis (ein Verein von Missbrauchsoffern, der gegen die Internetsperren kämpft, siehe auch hier) beweisen. Die meisten Webseiten, die auf den ungewollt veröffentlichten Sperrlisten auftauchen, stehen in den USA, Australien, Niederlande und Deutschland. Und da soll eine rechtliche Handhabung nicht möglich sein? Statt dessen wird in den Ländern, die bereits Sperren einsetzen, nichts getan außer der symbolischen Handlung des Eintrages einer Seite auf der Sperrliste. Dies hat Carechild kürzlich bewiesen, als sie 20 wahllos ausgesuchte Internetseiten der deutschen Sperrliste über die Provider der Internetangebote zu sperren versuchten. Bei 16 ist ihnen das innerhalb von Stunden gelungen, für die vier weiteren wurde glaubhaft versichert, daß sich kein kinderpornographisches Material auf den Servern befand.

Die Tagesschau berichtete am 8. Mai relativ ausführlich über die Online-Petition und über die Kritikpunkte, die seitens der Sperrgegner vorgebracht wurden. Unter anderem zeigte sie ein Interview mit Franziska Heine, welche die Petition eingebracht hat. Danach hatte unser Wirtschaftsminister, Herr Guttenberg, einen Interviewbeitrag, der allerdings - wie so oft in dieser Diskussion - mit keinem Wort auf die Kritikpunkte, die Argumente und die „Angste der Gegner“ einging. Statt dessen zeigte sich Herr Guttenberg nur "betroffen": Es macht mich schon sehr betroffen, wenn pauschal der Eindruck entstehen sollte, dass es Menschen gibt, die sich gegen die Sperrung von kinderpornographischen Inhalten sträuben.

Da fühle ich mich als Bürger und Wähler schon leicht verschaukelt (um jetzt nicht auch unsachlich Schimpfwörter zu benutzen). Hat er zugehört? Hat er die Kritiker und ihre Argumente verstanden? Oder ist ihm das ganze Thema grundsätzlich völlig egal und er nutzt nur die emotionale Entrüstung, die das Wort Kinderpornographie auslöst, um in der Tagesschau zitiert zu werden? Zumal er keineswegs objektiv ist und nur für "sein" Wirtschaftsministerium hier kämpft. Tatsächlich ist seine Frau, Stephanie Freifrau zu Guttenberg Vorsitzende des Vereins "Innocence in Danger", der gegen Missbrauch und sexueller Ausbeutung von Kindern insbesondere im und über die neuen Medien kämpft. Häbsch darüber zu lesen auch hier.

Völlig unbeeindruckt von dem Erfolg der Online-Petition zeigte sich, aber das ist man ja schon gewohnt, auch Frau von der Leyen:

"Eine zivilisierte Gesellschaft, einschließlich der Internetgemeinschaft, die Kinderpornographie ernsthaft ächtet, darf auch im Internet nicht tolerieren, dass jeder diese Bilder und Videos vergewaltigter Kinder ungehindert anklicken kann" Sie gibt sich wie immer viel Mühe, beim Zuhörer möglichst farbige Bilder im Kopf entstehen zu lassen um durchzusetzen, was sie grad haben will. Marius Baumann hat auf [www.readers-edition.de](http://www.readers-edition.de) diesen Mechanismus kürzlich sehr gut zusammengefasst:

Das Vorgehen der Familienministerin entspricht wie zu Wahlkampfzeiten üblich jenem der Boulevard-Presse: ein

emotional hochgradig besetztes Thema, zudem sich so ziemlich jeder normale Bürger eindeutig positionieren dürfte wird mit unbewiesenen Behauptungen akut zugespitzt, um sodann vereinfachte Lösungen vorzulegen, die weder das benannte Problem grundsätzlich beheben noch irgendeinen Rest Respekt gegenüber der Intelligenz der Empfänger der Botschaft – hier den Wählern – gegenüber erkennen lassen. Im Unterschied zur Boulevardpresse verfechten Politiker jedoch leider über die Mittel, rein populistisch motivierte, sachlich unwirksame Forderungen tatsächlich in die Gesetzgebung zu überführen.

Und unbewiesen sind die Argumente aus dem Familienministerium und der mitkämpfenden Koalitionskollegen tatsächlich, wie man zum Beispiel auf Heise, in der Zeit oder auf netzpolitik.org und odem.org gut nachlesen kann.

Gerne wird seitens der Befürworter immer wieder auf das immer auf das Vorbild der anderen europäischen Länder hingewiesen.

Hartmut Schauerte (CDU), der Parlamentarischen Staatssekretär beim Bundesminister für Wirtschaft und Technologie, während der 1. Lesung zum Sperrgesetz (wer sie verpasst hat, bitte hier klicken). In vielen Ländern ist es längst gängige Praxis, dass die Internetzugangsvermittler Sperrmaßnahmen vornehmen. Diese Länder wurden schon oft genannt: Norwegen, Dänemark, Schweden, Finnland, Italien, die Schweiz, Neuseeland, Großbritannien, Südkorea, Kanada und Taiwan. Mir ist nicht bekannt, dass es in diesen Ländern Diskussionen darüber gibt. Im Gegenteil: Die Sperrmaßnahmen sind gesellschaftlich akzeptiert." Liest man im BMWI keine Zeitungen? Informiert man sich dort nicht, bevor man unbewiesene Argumente in eine Bundestagsdebatte wirft?

Nicht alles, was hinkt, taugt auch als Vergleich: nur weil es andere Länder mit - angeblich erfolgreichen (siehe weiter unten) - Sperren gibt, bedeutet das nicht, dass Deutschland hier nicht gleich einen draufsetzen muss: in keinem anderen europäischen Land werden die Zugriffe auf die Stoppsseiten mitgeloggt und gegebenenfalls für eine Strafverfolgung benutzt (genau dies ist aber für die deutschen Sperrlisten geplant, wovon auch der zufällige und ungewollte Zugriff auf Sperrseiten betroffen ist). In Norwegen, wo nur ein Teil der Provider die Sperrlisten benutzt, ist es möglich, sich seitens des Providers einen ungefilterten DNS-Server zuteilen zu lassen. In Schweden wurde versucht Pirate Bay auf die Sperrliste zu setzen (ein Torrent-Tracker, also eine Seite, die so etwas wie Links zu einer Tauschbörse auflistet und sich mehr und mehr auch um Anonymisierungsdienste engagiert). Nach vier Jahren Erfahrung mit Internetsperren kam die schwedische Polizei zu dem Fazit: „Unsere Sperrmaßnahmen tragen leider nicht dazu bei, die Produktion von Webpornografie zu vermindern.“ Dänemark sperrt auf seiner Liste Pirate Bay. In den Niederlanden setzt nur ein Provider auf Sperren, die anderen haben es abgelehnt Sperrlisten ohne demokratische Kontrollen einzuführen. Und die Liste der Schweizer Sperrfilter wurde dem deutschen Rechtsanwalt Udo Vetter zum Kauf angeboten. In Großbritannien gibt es seit fünf Jahren Sperren, prominentestes Opfer war hier wohl Wikipedia wegen dem Bild von einem 30 Jahre alten Plattencover der Scorpions. Dieser Fall ist ein schönes Beispiel für die fehlgeschlagene Sperrungen: anstatt das beanstandete Bild zu sperren (was sich tausendfach im Internet findet, sei es auf den Scorpionsseiten selber, auf Amazon oder den vielen Fanseiten), wurde der Wikipedia-Artikel gesperrt; das Bild selbst war weiterhin abrufbar (dank der Berichterstattung wurde es das natürlich auch). In Finnland wurde der Sperrgegner "Matti Nikki" auf die Liste gesetzt. Die Begründung lautete: er würde Links zu kinderpornographischen Seiten verbreiten. Was auch stimmt, Matti Nikki hat die URLs der finnischen Sperrliste untersucht und veröffentlicht. Aber obwohl ihm hier ja ein schweres Verbrechen vorgeworfen wird (was lt. Aussage von Matti Nikki in Finnland kein Verbrechen ist) wurde auch nach über einem Jahr keine Anklage gegen ihn erhoben und auch sein Server, der in Finnland steht, nicht abgeschaltet; gesperrt ist seine Seite aber weiterhin (siehe auch: lapsiporno.inof, telepolis ). Die Auswertung der finnischen Sperrliste ergab: 1047 Seiten wurden gesperrt, 9 davon enthielten wirklich kinderpornographisches Material (weniger als 1%). Den Link zu dieser Auswertung habe ich hier bewusst nicht gesetzt, er enthält die kompletten Internetadressen der untersuchten Seiten, also auch die wenigen, die wahrscheinlich wirklich verbotenes Material enthalten.

Es wird also in den anderen Ländern einfach gesperrt, obwohl die Seiten in Ländern liegen, in denen eine Verfolgung möglich wäre. Und es wird keineswegs ausschließlich Kinderpornographie gesperrt. Natürlich gibt es sehr wohl kritische Stimmen, die sich haben wie drüber mit Sperrungen und deren Sinnhaftigkeit auseinandersetzen.

Problematisch wird das Sperren allerdings sicherlich bei der Definition von Kinderpornographie. Ab wieviel Jahren jemand als Kind gilt und welche Darstellungen (Posenbilder, FKK-Fotos) kinderpornografisch sein sollen, unterscheidet sich von Land zu Land. Und so wurde seitens Renate Gradistanac (SPD) in der Lesung zum Internetsperrengesetz auch bereits gefordert, die Sperren auch auf Jugendanscheinspornographie auszudehnen. Was dank des schwammigen Begriffs der Jugendanscheinspornographie dazu führen könnte, dass nahezu alle pornographischen Inhalte aus dem "deutschen Internet" ausgeblendet werden könnten. Die unterschiedlichen Auslegungen der Kinderpornographie könnten aber erklären, warum in einem Land X eine Seite aus einem Land Y (in dem Strafverfolgung grundsätzlich möglich wäre und in dem Kinderpornographie grundsätzlich verboten ist) auf der Sperrliste ist, sie in dem Land Y aber nicht abgeschaltet werden kann. Solchen Problemen sehe ich aber relativ gelassen entgegen, denn die von Frau von der Leyen viel und gern zitierten "zerrissenen Babys und Kleinkinder" sind in

wohl nahezu jedem Land verboten und mÃ¼ssten in jedem Fall entfernt werden kÃ¶nnen.

Und nun noch ein paar Links zum weiterlesen:

WIKI rund um die Internetsperren

<http://www.sueddeutsche.de/panorama/813/465404/text/19/>

<http://www.spiegel.de/netzwelt/web/0,1518,623125,00.html>

<http://www.lawblog.de/index.php/archives/2009/03/25/die-legende-von-der-kinderpornoindustrie/>

<http://www.heute.de/ZDFheute/inhalt/16/0,3672,7558608,00.html>

<http://blogaoke.blogspot.com/2009/05/kritikpunkte-demgeplanten-gesetz.html>

<http://www.spreeblick.com/2009/03/26/einladung-zum-gesprach-kinderpornografie-internetsperren-und-die-rolle-des-staates-in-einer-demokratischen-digitalen-gesellschaft/>

<http://www.pro-medienmagazin.de/nc/themen/internet/internet-single/datum/11/05/2009/mit-zensur-gegen-kinder pornos/>

Geschrieben von Nina in informelle Selbstbestimmung um 11:11

Freitag, 1. Mai 2009

## Warum ich gegen die "Kinderpornofilter" bin

Weil hier mit dem Killerargument Kinderpornographie, was jegliche Diskussionen nahezu im Keim erstickt, eine Technik etabliert wird, die sehr einfach auch auf Bereiche ausserhalb von Kinderpornographie erweitert werden kann. Wenn es erstmal funktioniert und sich alle dran gewöhnt haben, muss man nur auf den nächsten Amoklauf oder Kofferbombenattentat warten und \*schwups\* haben wir die nächsten Kandidaten auf der Liste. Das Internet ist ja schließlich das "Terrorcamp für Terroristen" (O-Ton Schäuble). Der Düsseldorf-Regierungspräsident Jörgen Bässow forderte schon vor Wochen eine Erweiterung der Filter auf illegale Glücksspielseiten (das sind die Seiten, die den Lotterie-Staatsvertrag unterlaufen und somit Steuereinnahmen gefährden). In Norwegen wurde die ursprünglich nur gegen Kipo eingeführte Liste irgendwann gegen politische Gegner genutzt. In Australien testet man gerade Filtertechnik, die neben Kinderpornographie gleich noch Webseiten mit Darstellungen sexueller Gewalt, Anleitungen zu Verbrechen, Gewalttaten und Drogengebrauch sowie der Aufruf zu Terrorismus sperren sollen.

Wobei für mich mit am gefährlichsten noch immer die Art ist, wie diese Sperrliste erstellt werden soll. Ohne eine irgendeartige Kontrolle durch Richter, Politiker, Kontrollkommissionen oder irgendwen kann das BKA zukünftig genau bestimmen, welche Seiten für uns noch genehm sind. Und niemand darf das hinterfragen! Dabei ist doch die Gewaltenteilung ein Grundpfeiler der Demokratie!

Zitat aus dem Entwurf eines Gesetzes zur Bekämpfung der Kinderpornographie in Kommunikationsnetzen

Artikel 1 - Änderung des Telemediengesetzes:

Das Bundeskriminalamt ist verpflichtet, Unterlagen vorzuhalten, mit denen der Nachweis geführt werden kann, dass die in der Sperrliste aufgeführten Einträge zum Zeitpunkt ihrer Bewertung durch das Bundeskriminalamt die Voraussetzungen nach Absatz 1 erfüllten. Es erteilt Diensteanbietern im Sinne dieses Gesetzes, die ein berechtigtes Interesse darlegen, auf Anfrage Auskunft darüber, ob und in welchem Zeitraum ein Telemedienangebot in der Sperrliste enthalten ist oder war.

Ob und in welchem Zeitraum? Nicht mal 'warum'? Und nur Diensteanbietern mit berechtigtem Interesse? Somit nicht dem surfenden, der plötzlich nicht mehr auf seinen Lieblingsblog kommt und vielleicht nicht mal mehr dem Inhaber des Blogs? Diensteanbieter in diesem Gesetzentwurf waren immer die Provider.

Und das BKA prüft genau einmal? Und dann nie wieder? Was ist mit solchen Fällen wie die durch Hacker verunstaltete Seiten ganz normaler Menschen oder Firmen? (in Skandinavien passiert - hier war ein Zahnarzt noch Monate nach einem solchen, lärmigst besetzten, Angriff auf der Sperrliste).

Und als Kränkung behält sich das BKA vor, gegen Leute, die auf der Sperrseite gelandet sind, Ermittlungen aufzunehmen? Die dann beweisen sollen, dass sie nur zufällig da gelandet sind? Und das in Zeiten, in denen 3/4 des Mailverkehrs SPAM sind, der nur deshalb existieren kann, weil noch immer viel zu viele dumme Menschen auf Spammails klicken? Und jede Menge Menschen auf jeden Link klicken, den irgendwer in irgendwelchen Communities verbreitet? Noch fiesser wirds doch, wenn irgendwelche grosse Seiten (ebay, youtube, ...) oder Mails Bilder von gesperrten Seiten enthalten. Das müssen ja nicht mal Kipo-Bilder sein, da reichen 1\*1 Pixel grosse Blindgifs. \*schwups\* Ist man auf der Liste! Dank der kürzlich verschärften Gesetzgebung und der Einführung der "Jugendanscheinspornographie" könnte einem das auch passieren, wenn man auf normalen Pornoseiten unterwegs ist. Es reicht jetzt aus, wenn dem Anschein nach die Akteure unter 18 Jahren sind, um sie Kinderpornographie zu klassifizieren (was vielleicht auch erklärt, warum die Statistiken einen grossen Wachstum in diesem Bereich anzeigen).

Aber wir haben ja nichts zu verbergen! Im Falle einer Hausdurchsuchung, die einem natürlich auch drohen kann, wenn man zukünftig Seiten wie Wikileaks ansurft (also Seiten, die sich aktiv mit der Presse- und Meinungsfreiheit und damit auch den Filtern und dem Gefilterten beschäftigen, nicht mit der Verbreitung von Abscheulichkeiten), hoffe ich, dass der Betroffene seinen Spam immer gleich löscht - sonst ist die Wahrscheinlichkeit, dass da doch das eine oder andere Bildchen mit eventuell kinderpornographischem Inhalt völlig ohne das Wissen des Rechneinhabers vor sich hinschlummert, durchaus vorhanden. Aber selbst wenn nichts gefunden wird, den Rechner ist man in so einem Fall mindestens Monate, wenn nicht für immer los. Den guten Ruf auch! Partner, Familie, Nachbarn, Arbeitgeber (so er es

erfährt) werden sich sicher ihre eigenen Gedanken zu den Unschuldsbekenntnissen des Durchsuchten machen.

Und das alles für ein Wahlkampfthema? Die Filter sind sinnlos gegen die, die sie umgehen wollen. Das kann jeder Depp, der in der Lage ist, durchs Netz zu surfen! Und das ist sogar Frau von der Leyen klar. Zitat aus einem Interview bei Radioeins:

"Wir wissen, dass bei den vielen Kunden, die es gibt, rund 80 Prozent die ganz normalen User des Internets sind. Und jeder, der jetzt zuhört, kann eigentlich sich selber fragen, wen kenne ich, der Sperren im Internet aktiv umgehen kann. Die müssen schon deutlich versierter sein. Das sind die 20 Prozent. Die sind zum Teil schwer P dokriminelle. Die bewegen sich in ganz anderen Foren. Die sind versierte Internetnutzer, natürlich auch geschult im Laufe der Jahre in diesem widerwärtigen Geschäft."•

Ihr ist also (hoffentlich, bei dem wirren Satzbau fällt es mir schon schwer, den Inhalt der Worte zu deuten) klar, daß die Filter nicht die erreichen, die solche Dinge sehen wollen. Ihr ist nur nicht klar, daß man kein technisch versierter "Internetnutzer" sein muss, es sind 3-5 Klicks im Betriebssystem oder im Internetrouter um den DNS-Server zu ändern.

Der geplante Filter auf DNS-Ebene ist technisch ungefähr so sinnlos, als wolle man bestimmte Telefonnummern nicht mehr anrufbar machen, indem man die deutschen Telefonbuchanbieter zwingt, die Nummern nicht mehr abzudrucken. In anderen Telefonbüchern stehen die Nummern aber weiterhin drin, sie bleiben natürlich auch anrufbar! Anstatt also den Telefonanschlu  zu sperren (analog die Internetseite), den Anschlu inhaber ausfindig zu machen und sofern möglich rechtlich zu belangen, soll nur für denjenigen, der es gar nicht sehen will, der Anschein erweckt werden, es gäbe die Nummer, also die Internetseite, gar nicht. Und damit dann gleich noch der Anschein erweckt werden, als gäbe es solche Seiten, als gäbe es solchen Mißbrauch nicht. Dabei muss man doch dagegen vorgehen, nicht Scheuklappen gegen den Anblick verteilen!

Der Filter ist ausserdem sinnlos, weil er nur normale Webseiten filtert. Der Austausch des Materials aber zu einem großen Teil auf anderem Wege passiert (Mail, Tauschbörsen, FTP, verschlüsselt, per Post, im Usenet,...). Und (gesperrte) Webseiten bzw. Domains schneller zu wechseln sind als Unterwäsche!

Die ganzen Zahlen, die uns hier um die Ohren gehauen werden (400.000 Klicks täglich wollen sie verhindern, ein milliardenschweres Geschäft behindern) sind Luftnummern. Niemand weiß solche Zahlen! Ausser vielleicht die, die sowas wirklich verkaufen. Wie soll ich jemanden ernst nehmen, der mit "Fakten" um sich wirft, deren Grundlage objektiv einfach nicht vorhanden sein kann?

Apropos ernst nehmen. Ständig redet z.B. Frau von der Leyen bei ihren Argumentationen davon, daß der Anteil der Kinderpornographie im Netz immer mehr wird, immer mehr Geld damit verdient wird. Dem widerspricht die aktuelle Studie der Internet Watch Foundation (zuständig für die Filterliste in Grossbritannien). Nach dieser Studie hat sich im letzten Jahr die Anzahl der Websites mit kinderpornografischen Inhalten um 10 Prozent abgenommen. Auch der Anteil gewalttätiger und kommerzieller Kinderpornografie ging leicht zurück. Einzig in der deutschen Kriminalstatistik sind die Fälle gestiegen. Das liegt aber sicher an solch medial ausgeschlachteten Fehlschlägen wie der "Operation Himmel", bei der 12.000 Nutzer verdächtigt wurde, aber kaum ein Fall zur Anklage kam. Siehe: <http://www.lawblog.de/index.php/archives/2008/11/20/aktion-himmel-keine-verurteilungen-aber-ein-erfolg/>  
<http://www.heise.de/newsticker/Operation-Himmel-Koelner-Staatsanwalt-hat-alle-Verfahren-wegen-Kinder pornos-einges-tellt--/meldung/102358>

Zumal das getauschte Material schon da ist! Der Missbrauch ist schon passiert! Angeblich stammt das meiste Material sowieso aus privater Hand - ist also unentgeltlich entstanden und wird von profitgierigen Verbreitern nur gesammelt und dann verkauft. Auch soll der Anteil an neuem Material gar nicht so groß sein, die meisten sammeln nur das vorhandene, oftmals sehr alte, und versuchen damit Geld zu verdienen. Filter zumindest verhindern rein gar nichts! Außer, daß der zufällige Surfer (alle anderen setzten die Filter-Scheuklappe einfach nicht auf) nicht mehr auf solchen Webseiten landen kann. Und zur Krönung auch noch ständig davon geredet wird, daß solche Neigungen ansteckend sind, man "angefixt" wird, wenn man mal aus Versehen auf einer solchen Seite landet. Glaubt das eigentlich wirklich irgendwer, der mal kurz dr ber nachdenkt? Dann möge der oder diejenige sich die vielen Studien zu dem Thema anschauen! Das ist ... sorry... mediengerechtes Geseier!

Und bitte, wenn das ganze Thema so brisant ist, daß man da r demokratische Grundregeln und das Grundgesetz in Teilen ausser Kraft setzt (Zitat des Gesetzentwurfes: Das Grundrecht des Fernmeldegeheimnisses (Artikel 10 des Grundgesetzes) wird durch die Absätze 2, 4 und 5 eingeschränkt.), warum sollen dann nicht alle Internetzugänge

filtern? Warum nur die grossen Provider? Warum nicht Unis, Bibliotheken, Behörden? Warum? Weil letzteres Geld kostet! Genau so wie alle präventiven Handlungen gegen den Missbrauch von Kindern und gegen die Auswirkungen des Missbrauchs auf die Kinder! Genau wie Ermittlungen gegen die, die sowas vertreiben oder gar erstellen. Und dieser Ansatz ist der einzige, der GEGEN den Missbrauch und gegen das Geldverdienen hilft. Aber Geld haben wir ja nicht. Also... nicht für bzw. gegen sowas! Ausserdem stehen ja Wahlen vor der Tür. Und mit diesem Thema lässt sich prima Wahlkampf machen. Jeder nickt, weil jeder (der nicht Konsument ist) selbstverständlich gegen den Missbrauch von Kindern und Jugendlichen, ganz besonders gegen den sexuellen Missbrauch ist.

Weitere Links zum Thema:

<http://www.heise.de/ct/Die-Argumente-fuer-Kinderporno-Sperren-laufen-ins-Leere--/artikel/135867>

<http://www.rettet-das-internet.de/kinderporno.htm>

<http://blogs.hr-online.de/nightline/2009/04/27/warum-es-um-zensur-geht/>

Geschrieben von Nina in informelle Selbstbestimmung um 18:44

Montag, 23. März 2009

### **"Goldener Windbeutel 2009"**

Danones Actimel-Joghurt bekommt den von der Verbraucherorganisation Foodwatch verliehenen Negativpreis "Goldener Windbeutel 2009" für die "dreisteste Werbelüge" verliehen. Anne Markwardt, Leiterin der Foodwatch-Kampagne "abgespeist.de": "Actimel schützt nicht vor Erkältungen - es stärkt das Immunsystem nur ähnlich gut wie ein herkömmlicher Naturjoghurt, ist aber vier Mal so teuer und doppelt so zuckrig."

Unter [www.abgespeist.de](http://www.abgespeist.de) finden sich Details zum Preisträger und den anderen nominierten, darunter der gar nicht gesunde Durstlöscher "Frucht-Tiger", Nestlé's gar nicht fitmachendes Zuckermüsli "Fitness Fruits" und der "Kinder-Riegel", mit dem Besten aus einem Päckchen Milchpulver, aber jeder Menge Fett und Zucker.

Geschrieben von Nina in Öffentlich um 18:52

Donnerstag, 19. März 2009

### **klickmich**

Kennen Sie diese Art von Warnmeldungen auf dem Computer? Diese Warnmeldungen, auf denen klar und deutlich etwas steht, was definitiv Aufmerksamkeit verdient? So in etwa wie diese hier?

Und nun raten Sie mal, auf welchen der beiden Buttons ich grade eben gedrückt hab...

Geschrieben von Nina in privates um 20:02

Donnerstag, 8. Januar 2009

## Glatteis in Hannover

### Glatteis

Hannovers Straßen- und Wegeverh ltnisse sind momentan eher als katastrophal zu bezeichnen. Nachdem es vor einigen Tagen erst schneite, dann taute und dann heftig kalt wurde, ist die Stadt bedeckt von einer zentimeterdicken Eisschicht, in die an weiten Teilen Fußabdrücke und Radsuren mit eingefroren sind.

Die Hauptstraßen sind sofort mit Salz behandelt worden und somit frei, seit gestern werden nun auch die Nebenstraßen mit Salz befahrbarer gemacht. Rad- und Fußwege interessieren die Stadt aber nicht wirklich. Die Fußwege sind in den meisten F llen Sache des Eigentümers des Hauses, so die offizielle Aussage. Allerdings ist der Einsatz von Salz für die fu wegreinigenden Anwohner ausdrücklich verboten und wird mit Bußgeldern geahndet. Was im Sinne des Umweltschutzes schon in den 90er Jahren des letzten Jahrtausends (Jahrtausend? Das klingt noch immer seltsam) Gesetz wurde und was ich normalerweise auch für gut und richtig halte. Momentan aber nicht. Es sind noch nicht mal die Fußgängerzonen im Innenstadtbereich begehbar, auch dort sind teilweise noch immer grosse, spiegelglatte Eisfläche. Die Stadt selbst hat diese Fu wegreinigungen an Firmen vergeben, die nun offenbar heillos überfordert sind.

Gestern hatte ich meinen ersten Arbeitstag im neuen Jahr und bin in (ich gebe ja zu) grenzenloser Naivität wie beinahe immer mit dem Rad losgefahren. Natürlich hab ich von der Glätte gewusst, aber ich hab auch erwartet, daß wenigstens die Wege an den großen Straßen und die vielbenutzten Wege im Wald bzw. am Maschsee befahrbar sind. Pustekuchen! Die Wege an der Eilenriede sind mit Schildern "kein Winterdienst" für die Stadt aus dem Schneider (und eine einzige Eisfläche). Alle anderen Radwege im Stadtgebiet scheinen auch nicht zu interessieren. Zumindest habe ich keinen gefunden, der in irgendeiner Form wenigstens mit Sand oder Splitt behandelt worden wäre. Somit schlitterte ich gestern über spiegelglatte aber stellenweise extrem wellige Eisflächen, teils geräumten oder gestreuten Gehwegbereichen (wobei sich dieser Untergrund alle 5-10 Meter schlagartig änderte, also jedesmal, wenn ein Grundstück endete und damit der Verantwortungsbereich eines Eigentümers) bzw. teilweise auf den wunderbar befahrbaren weil eisfreien Straßen (was im Berufsverkehr bei Dunkelheit und diesen Witterungsverhältnissen überhaupt keinen Spaß macht!).

Maximal 45 Minuten brauche ich normalerweise (mit dem Winterrad) bis zur Arbeit, gestern war es doppelt so lange und auf eine gewisse Weise wesentlich spannender, wenn auch nicht unbedingt spa iger - obwohl die Fahrt als eine Art Geschicklichkeits- und Koordinationstraining durchgehen könnte.

Heute hab ich meine Abneigung für öffentliche Verkehrsmittel versucht zu unterdrücken und bin mit Bus und Bahn zur Arbeit. Ein Experiment, was ich sicher nur in Notfällen wiederholen werde (das Glatteis ist für mich seit heute Morgen nicht mehr Notfall genug). Es dauert zu lange (60 Minuten), ist zu teuer (5 Euro hin und zurück) viel zu voll und - im Vergleich zu den schönen und ruhigen Momenten selbst auf der spiegelglatten Radstrecke - einfach zu laut und einfach ätzend.

Dann versuch ich es morgen eben doch wieder mit dem Rad. Vielleicht hat die Sonne trotz der Minusgrade ein wenig dafür gesorgt, das manche Eisfläche ein weniger benutzbarer geworden ist.

Mein öffentlicher Frust geht an dieser Stelle an die Stadt Hannover. Sparsamkeit in allen Ehren, aber die Bürger müssen sich wenigstens zu Fuß gefahrlos fortbewegen können. Und falls es dieser Stadt mit dem Umweltschutz wirklich wichtig ist (was Hannover immer betont, man denke alleine an die vielumstrittene Umweltplakette), sollte sie auch dafür sorgen, daß die Radwege benutzbar sind. Niemand erwartet völlige Eisfreiheit, aber wenigstens der Versuch benutzbare Schneisen mit Sand und vielleicht etwas Salz auf den wichtigsten Wegen entlang der Hauptverkehrsstra en, am Maschsee und in der Eilenriede zu erzeugen, kann doch kaum zuviel verlangt sein. Für die Autofahrer wird ja auch der Weg frei gemacht!

Nachtrag - 9.1.09

Seit gestern ist es den Anwohnern in Hannover nun doch erlaubt mit Salz zu streuen. Allerdings ist es fast überall schon ausverkauft.

Und besonders erwähnenswert ist noch die AOK auf der Hans-Böckler-Allee in Hannover. Der Fußweg vor diesem Gebäude ist mehrere Meter breit und auch heute noch immer eine einzige Eisfläche. Was haben die vor, die Kundschaft an sich binden? ...

Geschrieben von Nina in Rund um Hannover um 19:28

Dienstag, 16. Dezember 2008

### **Niedersachsens Innenminister fordert (nun auch) Internetfilter**

Es scheint ja nahezu "in" zu sein, Internetfilter gegen Kinderpornografie zu fordern. Nun tut dies - nach unserer Familienministerin von der Leyen - auch Niedersachsens Innenminister Schmalenbach. Wo Frau von der Leyen aber noch forderte, dass die Provider "börsen" Internetinhalt wegfiltern sollen, ist Schmalenbach gleich noch zwei Schritte weiter. Die Internetnutzer sollen verpflichtet werden, Filtersoftware einzusetzen, damit sie sich quasi selbst vor der börsen Kinderpornografie schützen:  
Quelle: Heise .

Da frag ich mich: ist der Glühwein auf Hannovers Weihnachtsmärkten wirklich so billig oder hat dem Herren noch keiner die Welt respektive das Internet erklärt? Glaubt er wirklich, jemand der Kinderpornos konsumieren möchte, installiert sich einen Filter dagegen bzw. versucht nicht, diesen irgendwie zu umgehen? Und glaubt er wirklich es gibt Filtersoftware für alle erdenklichen Systeme, oder darf man ab dem Tag X dann nur noch mit Windows Vista und IE ins Internet? Glaubt er wirklich, dass in armen dritte-Welt-Ländern auch nur ein Kind weniger missbraucht wird, wenn hier schwachsinnige weil fast wirkungslose Filter eingesetzt werden? (wirkungslos, weil sich jeder Filtersoftware umgehen lässt, weil jeder, der sowas tauschen will, dies über Verschlüsselung, über eMails, über P2p und Ähnliches tun kann, weil jede Kinderporno-Domain, die bekannt wird, sofort durch 10 andere ersetzt wird, ...)

Woher nehmen die Politiker momentan die Frechheit, so einen hahnenbäuschen Dummsinn von sich zu geben, nur um in den Medien möglichst häufig zitiert zu werden? Und woher nehmen die Medien die Frechheit, solche Forderungen weiterzureichen ohne den technischen Hintergrund und damit die Nutzlosigkeit zu beleuchten?

Geschrieben von Nina in informelle Selbstbestimmung um 13:29

Dienstag, 25. November 2008

### **Real ist nur, was im Internet steht?**

Für die Internet-Generation ist nur real, was auch im Web steht. So las ich gestern in einem Artikel über einen Selbstmörder in Amerika, der seinen Selbstmord mit Medikamenten vor laufender Web-Cam durchgeführt hat. Angeblich haben einige hundert Leute zugesehen und es hat Stunden gedauert, bis jemand auf die Idee kam, den Webseitenbetreiber zu verständigen, der dann die Polizei einschalten konnte. Der junge, manisch-depressive Mann war inzwischen längst tot. Seine Familie fordert nun eine Überwachung des Internets, wobei ich dieser immerhin zugestehen muss, daß sie unter Schock steht.

Ganz anders geht es - hoffentlich - unseren Politikern, auch wenn ihre Aussagen oft etwas anderes vermuten lassen. Unsere Familienministerin von der Leyen fordert kürzlich mal wieder eine Internet-Zensur seitens der Provider. Natürlich benutzt sie dafür eines der drei wohlbekannten Schlagwörter, mit denen man zur Zeit beinahe alles plausibel machen kann. Hier: Kinderpornographie. Würde es irgendeinem Kind wirklich helfen, wenn in Deutschland die Provider zur Zensur gezwungen werden, wäre ich vielleicht sogar dafür. Leider ist diese medienwirksame Forderung absolut sinnlos, weil jede in Deutschland gesperrte Seite über ausländische Server erreichbar bleibt. Und jeder, der sich damit beschäftigt, sehr leicht auch in Deutschland Möglichkeiten finden wird, diese Form der Zensur zu umgehen. Zumal die Provider ja nicht den Datenverkehr als solches zensieren können (zumindest noch nicht, zum einen wegen technischer Hürden und zum anderem dem Datenschutzrecht), sondern höchstens den Zugriff auf gemeldete Kinderpornoseiten sperren könnten. Das wird niemanden ernsthaft abschrecken, dann gibt es eben neue Seiten und sowieso den andersartigen Datenaustausch. Ich möchte keineswegs den Eindruck erwecken, als würde ich es gutheissen, das Menschen soetwas überhaupt sehen wollen. Ich möchte in Gedanken auch nicht mal im Ansatz versuchen zu verstehen, was in den Menschen vorgeht, die auf Kinderpornos stehen oder gar herstellen. Aber nicht jede Aussage, die einen auf die Titelseite der Tagespresse bringt, bringt uns auch weiter. Und Zensur ist Zensur, egal wie gutgemeint die Argumente sind. Ist das Mittel geschaffen (was hier auch noch absolut unwirksam ist, das Internet ist nicht deutsch), wird es weiter genutzt werden. Im nächsten Schritt eben gegen andere Seiten, die nicht gefallen. Irgendwann eben auch gegen die, deren Aussagen nicht gefallen. Gründe findet man doch immer.

So machen sich die Politiker dann - passend zum Titel, real ist nur, was auch im Internet zu sehen ist - eine kuscheligwarme, deutsche Internetwelt?

Wann erklärt den endlich jemand, wie das Internet funktioniert?

Geschrieben von Nina in informelle Selbstbestimmung um 12:04

Montag, 22. September 2008

### Dinge, die man an einem Montag nicht tun sollte: mal eben den Rechner neu installieren.

Mein Arbeitsrechner spinnt schon eine ganze Weile (eher Monate als Wochen) Teilweise hängt die Netzwerkverbindung, teilweise der ganze Explorer, beim Runterfahren gibt's die seltsamsten Fehlerfenster, und alle Reparaturversuche und Aufwandsversuche brachten mich nicht weiter. Also muss ich die Kiste irgendwann mal neu installieren, dachte ich mir, immerhin läuft das System schon einige Jahre und hat in der Zeit schon einiges mitgemacht (das passiert eben, wenn man im Job Softwareverteiler ist und trotz aller virtueller Testmaschinen doch zuviel "mal eben" auf dem eigenen System erledigt). Immerhin muss ich Windows XP zugute halten, das sich die Neuinstallationen im Vergleich zu seinen Vorgängern wirklich in Grenzen halten. Und mir selbst muss ich zugute halten, dass eine Neuinstallation auf der Arbeit dank meiner automatisierten Installationsabläufe gar kein sooo großer Aufwand ist. Zumindest bis zu einem Standardsystem (inkl. Office und co), die persönliche Spezialsoftware muss ebenso wie das Backup der eigenen Dateien und Ähnlichem dann noch händisch nachgezogen werden. Trotz alledem ist das eigentlich etwas, was man im Groben in 2 Stunden erledigt haben sollte, die Feinarbeiten kommen dann in den nächsten Wochen immer Mal Stück für Stück.

Soweit die Theorie (in der Theorie sind ja auch Theorie und Praxis gleich!). Praktisch sollte man dies wohl nicht an einem Montagmorgen durchführen!

Ich habe artig ein Backup von den wichtigsten Dingen gemacht (Firmenscript schiebt das auf einen Backupserver) und andere Dateien auf einer anderen Partition zwischengesichert (teilweise sind diese einfach zu groß für das normale Backupverfahren, z.B. meine VMware-Systeme und ein größeres TrueCrypt-Archiv). Dann hab ich die Installations-DVD eingelegt und dabei gedacht: "das ist eine gute Gelegenheit, die neue Version zu testen". Die neue Version ist noch in der Testphase und beruht auf einem anderen Konzept, also einer ganz anderen Grundlage (wird nicht mehr von mir sondern von Dell zusammengestrickt) und fragt, ganz im Gegensatz zu der seit Jahren eingesetzten alten Version, nicht mehr nach, wohin es sich installieren soll. Montagsmorgens wie ich war dachte ich natürlich, es grabst sich einfach die erste Partition und musste dann mit Entsetzen feststellen, dass es in Wirklichkeit die ganze erste Platte nahm. NA TOLL! Die erste Platte waren zwei Partitionen, auf der zweiten lag das Backup meiner nicht ganz so wichtigen aber trotzdem wichtigen Dateien!

Ich dachte ziemlich laut für einen Gedanken ein nicht zitierfähiges Wort und hab über ein anderes System Software gesucht, die meine wegpartitionierten Daten retten kann. Jedes Schreiben auf der Festplatte mit den zu rettenden Dateien kann diese zerstören, also war Vorsicht angesagt (möglichst wenig agieren, möglichst nichts installieren, nicht klicken, nicht surfen, nichts tun, was sich irgendwie vermeiden lässt!).

Meinen ersten Rettungsversuch startete ich ganz naiv mit undelete-plus (<http://www.undelete-plus.com/>) welches kostenlos ist und dazu noch als Version verfügbar ist, die keine Installation voraussetzt, also direkt zu starten ist. Ab auf den USB-Stick damit und auf dem zu rettenden System suchen lassen. Leider findet undelete-plus nichts, was sich in gelöschten Partitionen befindet, dafür ist es leicht zu bedienen, kostenlos und funktioniert prima mit Dateien, die aus versehen einfach mal weggelöscht worden sind.

Nächster Versuch: Test Disk (<http://www.cgsecurity.org/wiki/TestDisk>) eine OpenSource Software unter GPL, die u.a. gelöschte Partitionen wiederherstellen kann. Test Disk lässt sich im laufenden System starten (Programm läuft mit einem Kommandozeilenfenster, also im Textsystem), analysierte die Festplatte (in meinem Fall ja die Systemplatte) und fand die beiden gelöschten Partitionen. Nach dem Markieren dieser Partitionen, dem Auswählen des Punktes "wiederherstellen" kam der Hinweis, dass ich nun neu starten müsste. Tat ich und hatte tatsächlich meine alte Partition zurück. SAMT ALLEN DATEN! Dachte ich zumindest! Samt aller Daten bis auf das eine Verzeichnis. DAS Verzeichnis, mit dem großen TrueCrypt-Archiv, also einem der Hauptgründe für das Recovery-Szenario. Also weiterprobieren!

Als nächstes hab ich, weil sich auf der teils geretteten Platte nun kein Betriebssystem installieren und starten lassen wollte und ich nicht durch einen Fehler die weitestgehend wieder vorhandenen Daten verlieren wollte, Knoppix ([www.knoppers.net](http://www.knoppers.net)) von CD gestartet (das ist eine Live-CD, also ein Betriebssystem, was sich ohne Installationen von CD bzw. DVD aus starten lässt). Hiermit konnte ich immerhin die lesbaren und wichtigen Daten auf einen anderen Rechner kopieren. Das eine Verzeichnis blieb aber unbelehrbar. bzw. eigentlich unleserlich, lt. dem "Knoppix-Linux" war es leer. NTFS-undelete, bei Knoppix gleich dabei, fand auf der Platte zwar viele, interessante Dateien zum Wiederherstellen aber leider nicht die in dem "kaputten" (leeren) Verzeichnis.

Nächster Versuch: ich hab die betreffende Platte in ein anderes System eingebaut und dieses gestartet. Auch hier war die geläufigste und wiederhergestellte Partition größtenteils lesbar und unversehrt, bis auf das eine, verflixte Verzeichnis! Beim Zugriff auf dieses erschien nun, mit Windows XP als Betriebssystem, eine Fehlermeldung (Zugriff nicht möglich). Bis hierhin hatte ich die Hoffnung, dass es nur ein ACL-Problem (Berechtigungen) wäre, aber auch ACLs liessen sich nicht setzen, dabei war ich mit der Domainkennung eingeloggt, die bislang grade auf diesem natürlichen für mich sehr wichtigen Verzeichnis Vollzugriff hatte. Bei dem Versuch über die Windows-Boardmittel den Besitz zu übernehmen, passierte irgendwann gar nichts mehr. Windows selbst schlug klugerweise vor, einen CHKDISK (Check-Disk) laufen zu lassen. Gute Idee, dachte ich, und tat dies. Leider ohne Erfolg.

Ein zweites CHKDISK mit der Option "Fehlerhafte Dateien suchen und wiederherstellen" lief mehr als zwei Stunden, ich hatte mittlerweile die Geduld verloren und in mein Produktivsystem eine neue Platte eingebaut, das Windows dort mit meinen alten Vollautomatik-DVDs neu installiert. Aber, oh Wunder, CHKDISK hat mich gerettet! Das Verzeichnis ist wieder da, MIT INHALT!!!! Bislang ohne, da ich irgendwelche Verluste bemerkt hätte! Ich habe fertig!

Dabei hätte ich noch bacula, DataRecovery und ntfundelete zum Testen gehabt auch alles Freeware zur Datenrettung und nach Meinung diverser Menschen durchaus gut. Naja, ich legs mir an die Seite, fürs nächste Mal. Werds aber ins eins der automatisch gesicherten Backupverzeichnisse legen, damit der Zugriff beim nächsten Datenverlust einfacher wird! ;)

Manch Einer mag sich jetzt vielleicht fragen, wen dieser Text hier nun interessieren soll? Das weiß ich auch nicht so genau, aber irgendwie musste ich, nachdem ich meine beiden Systeme lahmgelegt hatte, die Zeit herumkriegen, bis sie wieder in nutzbar waren. Und immerhin wäre es ja möglich, dass die Eine oder der Andere mal vor einem ähnlichen Problem steht wie ich heute Morgen und dank dem Orakel google auf diese Zeilen trifft.

Geschrieben von Nina in privates um 18:13

Dienstag, 8. Juli 2008

### **Aus der Reihe "Dinge, die man nicht haben muss": unverhofft ins Krankenhaus**

Es war am letzten Freitag, 16-17 Uhr, fast alle Kollegen waren lässig im wohlverdienten Wochenende, ich saß noch an einem Projekt, was ich fertig machen musste. Gut, "muss" ist immer relativ, ich hätte auch am Montag noch ein bisschen Zeit gehabt aber ich wollte es auch fertig kriegen und als alles nicht so klappte wie es sollte, wurde ich schon leicht unruhig. Oder auch arg genervt. Das Wochenende, deren Beginn sich immer weiter nach hinten verschob, war ein kinderfreies, terminloses. Bis auf Sport, rumhängen, faulenzten, lesen, spielen und erholen stand da nix weiter auf der Tagesordnung. Aber es wurde immer später und ich nicht fertig. Ich kann mich so wunderbar selber unter Druck setzen, völlig unsinnig auch noch. Freitag hab ich das gemacht.

Irgendwann wurde mir leicht bel, kselig, komisch im Kopf. Besonders, wenn ich ihn schnell bewegt hab. Gut, muss ich in meinem Job ja nur selten, ich hab weitergearbeitet und sogar schon, in Erwartung auf den nun aber doch bald kommenden Feierabend, meine Radklamotten samt Pulsuhr angezogen. Plötzlich wurde mir schlecht, richtig schlecht! In Kopf und Körper. Ich hatte das Gefühl als ob ich gleich zusammenklappe. Der Blick auf die Pulsuhr bestätigte dies, der Puls war unvermittelt bei sitzender Tätigkeit von ungefähr 60 auf weit über 100 gestiegen; in mir machte sich zusätzlich Panik breit. Ich war ganz allein im Rechenzentrum, bis Montag kommt da auch niemand mehr vorbei! Einzig im Außenbereich war sicher noch der Kollege da, der sonst auch immer lässiger bleibt; ich bin zu ihm über (ich und irgendwen um Hilfe bitten? Das passiert erst, wenn ich schon fast tot bin. In dem Moment fällt es sich aber an, als hätte ich es bald mal werden... ). Auf seinem Besucherstuhl war mein Puls bei 160 angekommen, sank dann aber langsam wieder. Die Äbelkeit blieb. Und mit ihr die Angst. Vor zwei Wochen hatte ich sowas schon einmal gehabt, abends, liegend auf dem Sofa. Ich lag dort eingekuschelt als mir bel wurde, ich wollte zum Klo gehen, bin aufgestanden, mir wurde schwarz vor Augen und ich hab zum Glück noch wieder bis zum Sofa geschafft, bevor ich bewusstlos wurde. Nur einige Sekunden, dann wurde ich aus diesem unverhofften Schlummer wieder geweckt, aber das Gefühl war widerlich. Bewusstlos zu werden, die Äbelkeit vorher, hinterher, das Herzrasen, die Angst... Mein Freund wollte mir seinerzeit einen Arzt rufen, aber ich hab besser drauf verzichtet... Nur weil man einmal umkippt??? Ich hab geschworen, wenn das wieder passiert, gehe ich zu einem Arzt. Und letzten Freitag, keine 2 Wochen später, konnte ich diesen Schwur dann einlösen. Wenn auch nur ungern...

Mein Freund hat mich von der Arbeit abgeholt, und nach langem hin- und herlegen (und insgesamt 3 oder 4 Schläge mit plötzlichem Herzrasen, wenn auch nicht mehr in der Intensität des ersten) sind wir zum ärztlichen Notdienst gefahren. In ein Krankenhaus wollte ich nicht, die hätten mich doch sicher eh nur gleich dabehalten wollen... Genutzt hat das nicht viel, ergab nur einen Umweg und eine "lustige" Fahrt im Krankenwagen; der Doc beim Notdienst hörte sich meine Geschichte an, maß den Blutdruck (viel zu hoch), den Puls (nicht mehr so rasend aber auch zu hoch) und meinte, es wäre wohl angebracht, diese Sache etwas näher zu beleuchten. Auf 'nen Freitag? In ein Krankenhaus? Wo bis Montag ja doch erstmal nix gemacht wird??? Gefiel mir gar nicht, ich hab, wie so viele andere, eine ausgeprägte Krankenhausabneigung und der Gedanke mein kinderfreies Wochenende mit Sport und Spaß gegen Krankenhaus und Langeweile einzutauschen gefiel mir noch viel weniger. Aber der Arzt war ziemlich überzeugend in seinen Argumenten, so hatte ich in Kürze eine Infusion und zwei nette Sanitäter standen mit einer Trage im Flur. Krankenwagen bin ich bislang erst einmal gefahren, irgendwann in der Kindheit. War relativ OK, nur die Aussicht ist etwas mager... ;).

Im Krankenhaus durfte ich meine Geschichte dann erneut erzählen, insgesamt bis heute gefühlte dreihundert Mal. Besorgnis auch bei dieser Ärztin, ich kam ans EKG, Blut abgenommen und durfte erstmal warten... Das Herz hatte sich beruhigt, keine Rasereien, ich war nur irgendwie müde und mir war weiterhin schlecht. Mehr als zwei Stunden später waren die Blutwerte da, alles in Ordnung, auch sonst erstmal nix zu finden,... Frau Doc meinte, es wäre besser wenn ich bliebe, aber bis Montag würde vermutlich nichts gemacht werden, außerdem mich zu überwachen. Mir gings zwar nicht topfit, aber ich wollte auf keinen Fall bleiben, wenn es gangbare Alternativen gibt. Ich musste das Versprechen geben, nicht alleine zu bleiben und sofort wiederzukommen, wenn es wieder auftritt und am Montag sofort zum Hausarzt zu gehen und mich von dort zum Kardiologen schicken zu lassen - und durfte nach Hause. Aber nicht lange...

Zuhause angekommen hab ich mich mit meinem Blutdruckmessgerät aufs Sofa gelegt, hin und wieder gemessen (je lässiger ich lag, um so niedriger wurde Puls und Blutdruck, alles fast normal für meine Verhältnisse), ich bekam Abendessen, Tee, ... und plötzlich, nach nicht mal zwei Stunden kam dieses komische Gefühl wieder. So eine Art Kribbeln im ganzen Körper, vor allem Arm und Bein, der Schwindel, das Herzrasen, der Puls stieg - im Liegen! - von 60 auf 120, mein Körper fing an zu zittern (ich schätzte, das war nur die Angst), ich musste dringend zum Klo... Danach hatte ich sitzend einen Blutdruck von weit über 220/135, den Pulswert weiß ich gar nicht mehr... Ich hatte

glaub ich noch nicht oft so viel Angst, dieses Gefühl vom Herzen her... Widerlich, schrecklich...

Wir haben uns die Schuhe wieder angezogen und sind die 5-6 KM zum Krankenhaus gefahren, die mir sicher nie wieder so lang vorkommen werden, wie an diesem Abend. Die Notaufnahme (Doc wie Schwester) meinte nur: "Sie kennen wir doch schon" und "diesmal bleiben sie aber". Jo... mein Bett war sogar noch da, ich bekam wieder ein EKG, einen "frischen" Arzt (die Ärztin von vorhin war schon im Feierabend), durfte nochmal die ganze Geschichte erzählen, wieder waren die Rhythmusstörungen natürlich nicht mehr feststellbar (ich wäre mir wie ein Hypochonder vorgekommen, wenn ich nicht einen glaubwürdigen Zeugen vorzuweisen gehabt hätte!). Und bekam eine Ecke in einem 5-Bett-Zimmer der Aufnahmestation. Nur für die eine Nacht, wurde mir versichert, dann würde ich verlegt werden.

Die erste Nacht war schrecklich! Die Türen waren offen, also von unserem Zimmer (ausser mir lag eine schwer gestürzte ältere Dame mit im Zimmer, früh am Morgen kam noch eine 18-jährige Schnapsleiche mit 1,8 Promille dazu), aber auch aus den anderen Zimmern. Gepiepe, Gelaufe, Gerede vom Gang, die Omi musste mitten in der Nacht aufs Klo, besser auf den Stuhl, braucht ein Schmerzmittel, und direkt neben dem Krankenhaus ist das Schützenfest. Das größte Schützenfest der Welt, jawohl! Demnentsprechend laut war der Rummel auch, "Bumbubum" gings bis spät in die Nacht. Geschlafen hab ich ganz beschissen, die durchgelegene Matratze machte daran auch nix besser. Dazu hatte ich auch noch wirklich starke Angst davor, dass der Quatsch wieder anfängt, dass mein Herz wieder unvermittelt zu rasen beginnt, das mir wieder so bel wird, es sich anfühlt, als würde ich gleich mal eben beim Sterben zuode kommen, ... Tat ich aber nicht, sonst hätte ich hier auch kaum schreiben ;)

Lange vor sieben Uhr wurde ich wieder geweckt, es dauerte sehr, sehr lange bis es Frühstück und vor allem Kaffee gab. Bei der Visite gleich zwei bekannte Gesichter, Frau und Herr Doc vom Vorabend, Frau Doc war reichlich erstaunt mich wiederzusehen und meinte, sie hätte im Nachhinein auch starke Zweifel daran gehabt, das es gut gewesen wäre, mich gehen zu lassen. Ich bin ja wie versprochen wiedergekommen, hab ich geantwortet. ;o) Ratselraten bei den drei Ärzten was jetzt zu tun ist aber wenigstens das Versprechen, das Wochenende nicht völlig ungenutzt zu lassen und mir ein Langzeit-EKG zu besorgen. Das ist am Wochenende keineswegs blich, hat aber funktioniert. Mir war immernoch bel, eigentlich den ganzen Samstag, ich bin trotzdem später auf eigenen Beinen neben meinem Bett hergegangen, als dies in die entgeltige Station gebracht wurde. Fast das komplette Krankenhauspersonal gehört brigens positiv erwähnt, die meisten waren wirklich sehr nett und freundlich! Zweibettzimmer, fünfter Stock und tolle Aussicht, bescheidenes Essen (Gemüseintopf! \*ieks\*), eine nette Zimmernachbarin (zwar mindestens 10 Jahre älter als ich aber wir beide haben dennoch den Altersdurchschnitt der kardiologischen Abteilung stark gesenkt!), Krankenbesuche und besorgte Kinder - bis Montag ist nicht viel passiert. Das Herzrasen kam nicht wieder... Natürlich... trotzdem war ich ziemlich froh, im Krankenhaus zu liegen statt zuhause. Mir war weiterhin teilweise schlecht, komisch, kselig, ich bin mir sicher, viel davon war einfach Angst. Aber es ist doch beruhigend zu wissen, dass wenn es wieder passiert, man wenigstens in fachkundigen Händen ist. OK, relativ zumindest. Ich schätze, fast die meisten Menschen sterben in Krankenhäusern, oder? :D

Montag, ich hatte inzwischen zwei weitere Ärzten und mindestens 3-5 Schwestern mehr oder weniger ausgiebig erzählen müssen, warum ich den Rundumservice hier genießen darf, gab es dann ein Ultraschall von Schilddrüse, Bauch und Niere, eins vom Herzen (Echokardiogramm oder ähnlich?), noch ein EKG, dafür durfte ich das Langzeit-EKG endlich abgeben (die blöden Klebteile haben auch schon voll gejuckt und duschen durfte ich damit auch nicht!), ich hab noch einige Liter Blut spenden müssen, dann die ernüchternde Diagnose: ich bin gesund, topfit, es ist - beinahe - nichts feststellbar! Das Beinahe kam beinahe in letzter Minute, die Detailtests auf mein Schilddrüsenproblem - Hashimoto Dingens. Der eine Wert, auf den üblicherweise getestet wird (TSH) war ganz normal, zwei andere, auf die ich erst später getestet wurde, aber nicht (der eine Wert hat 1000 statt 0-35 ?!), ein Dritter wird noch per Post nachgeliefert, das Ergebnis dauert wohl ein Weilchen.

Drei Ärzte beruhigten mich insofern, als das solche Herzrhythmusstörungen eigentlich nix wirklich schlimmes wären, wenn man sonst gesund ist. Gut, mal so umklappen ist nicht prickelnd, aber es hat sich ja beide Male angekündigt. Und es war beide Male nicht unter Belastung sondern eher in Ruhephasen (körperlich, ich arbeite ja mehr mit den Fingern, vor allem dem Zeigefinger der rechten Hand :D). Ein Herzkatheter (?) hab ich erstmal abgelehnt, so furchtbar war es dann doch wieder nicht und ohne ein EKG von der Rhythmusstörung macht das auch nur bedingt Sinn (so sagte immerhin einer von drei Ärzten). Nun bekomme ich ein ganz tolles technisches Spielzeug, einen Event-Recorder, der, wenns wieder passiert, von mir ans Herz gelegt wird und die Störung aufzeichnen soll. Übertragen kann ich die Aufzeichnung dann per Telefon oder Internet. Cool 8) . Den bekomme ich aber erst nächste Woche, vorhin bin ich aus dem Krankenhaus wieder entlassen worden und soll morgen sogar wieder arbeiten gehen. Frechheit! Und wo krieg ich mein verlorenes Wochenende wieder? ;o) Wirklich gut geht es mir ehrlich gesagt aber nicht. Irgendwie ist mir schlecht, kselig, die ganze Zeit. Ich denke, hoffe, das ist nur die Angst, dass es wieder passiert. Komischerweise ist mein Blutdruck hier Zuhause auch wieder relativ hoch, das war er im Krankenhaus nicht. Aber das Herzrasen ist weg, seit Freitag...

## Blog Export: Ninas Schmierblo(g)ck, <http://www.justchaos.de/blog/>

Als vorerst letzte KrÄnning sagt mein Auto seit heute keinen Mucks mehr (kein Bild, kein Ton, kein LÄmpchen, kein Husten, NIX!), aber ich reg mich da jetzt nicht weiter drÄber auf. Gut, dann darf ich morgen wohl mit dem Rad zur Arbeit, aber hey, ich bin ja auch gesund... :roll:

Geschrieben von Nina in privates um 22:25

Montag, 28. April 2008

### **Ein Trackball für Mausschubser mit Handgelenksproblemen**

Nach Monaten Handgelenksschmerzen (samt "Knackgeräuschen" im selbigen), die immer dann besser wurden, wenn ich Urlaub hatte und immer schlechter wurden, wenn ich arbeiten musste, hab ich mir vor 3 Wochen einen Trackball (Logitech) gekauft. 45 Euro die es wirklich wert waren! Die Schmerzen sind weg, der Mauszeigerbewegungskomfort ist in etwa wie bei einer guten Maus, der "Spieleffekt" an dem Ball ist dafür irgendwie größer :D. Apropos spielen, das geht damit auch, ich hab mit dem Trackball grad Two Worlds durchgespielt.

So etwas kann ich jedem Menschen mit Handgelenksproblemen nur weiter empfehlen. Wobei ich damit alternative Mäuse im Allgemeinen meine, nicht unbedingt diesen einen Trackball von Logitech. Es gibt tatsächlich so einiges, von einer Art "Joystick", über Trackballs mit Daumen- oder Mittelfinger-Ballführung oder das Pen Tablet (vor Jahren - vor den optischen Mäusen - mein heißgeliebter Favorit).

Am Allerliebsten hätte ich jedoch etwas, was ich noch nirgends zu kaufen gesehen habe: eine Art Handballenauflage an der Tastatur, die mittig einen Trackball integriert hat (ich habs nur mal mit Tasten gesehen, Tasten zur Maussteuerung?). So bräuchte ich meine Hände nicht immer aus der 10-Finger-Tipphaltung nehmen, nur um den Mauszeiger woanders hinzuschubsen (was ja nun manchmal leider nötig ist, auch wenn vieles ohne Maus und mit Shortcuts bzw. Tab o.Äh. funktioniert).

Was bei mir nur leidlich funktioniert hat, war das Umerziehen auf die linke Hand als Maushand. Geht auch, aber sobald es schnell gehen muss oder stressig wird, klebe die Maus doch schwubbdiwubb wieder an der rechten..

Geschrieben von Nina in privates um 22:19

Samstag, 5. April 2008

## **Das erste Mal**

Das erste Mal

Heute war ich in einem Fitness-Studio. Das erste Mal in meinem Leben. Zu Weihnachten hab ich bei einer hannoverschen Zeitung einen Gutschein für eine 10er Karte gewonnen und seit dem schiebe ich die Einlösung von diesem vor mir her... Gut, ich hatte ja auch gesundheitliche Gründe, wollte nicht mit einer Kniebandage vershandelt da hin um dann nur einen Teil der Geräte nutzen können. Vor allem sträubt sich in mir aber immer etwas, wenn es darum geht, Sport vor anderen / mit anderen zu machen. Zu wenig sportliches Selbstbewusstsein...?! Und der Gedanke in einem Fitness-Studio von lauter Leuten begafft zu werden, hat mir gar nicht gefallen. Andererseits hat es mich ja schon sehr gereizt, auch wenn ich vieles auch ohne ein teures Studio mache. Radfahren, laufen, rudern, Krafttraining mit Hanteln und Bändern, Gymnastik und wenn die Zeit es erlaubt (in letzter Zeit viel zu selten :( ) auch noch schwimmen. Alles meistens einmal die Woche, Radfahren beinahe jeden Tag... Und auch wenn ich offensichtlich keinesfalls ein irgendwie genetisch bevorzugter Sportler bin, von einem absoluten Schläffi hab ich mich weit entfernt.

Und trotzdem, es kostete Überwindung, den Gutschein endlich mal einzulösen (meine Ausreden waren allerdings langsam auch mal alle). Alleine wollte ich (zumindest beim ersten Mal) auch gar nicht, meine Gutscheine kann ich aber auch anderen zur Verfügung stellen. Also nahm ich mir heut Verstärkung, meine frisch gekaufte "Fitness-Studio-Tasche" (\*hrhr\*) und den Gutschein um mich der Herausforderung zu stellen.

Es war auch gar nicht schlimm! Ganz im Gegenteil, es hat sehr viel Spaß gemacht. 30 Minuten aufwärmen am Crosstrainer, 60 Minuten Krafttraining an sehr vielen Geräten und 30 Minuten laufen zum Abschluss. Meine Arme tun jetzt, 1-2 Stunden danach, schon so weh, daß ich sie kaum aufrecht am Laptop halten kann ;).

Das Publikum war recht gemischt, von Kraftfreaks über Tussen bis zu ein paar älteren Damen und Herren. Beobachtet oder irgendwie gestört fühlte ich mich von niemandem. Und obwohl ich immer dachte, daß grade am Wochenende viele Leute ins Studio gehen, war es überhaupt nicht voll.

Sobald ich mich wieder bewegen kann, geh ich da wieder hin! Wobei ich bezweifle, daß ich allzuoft Gelegenheit haben werde. Arbeit und Familie belegen schon einen nicht unerheblichen Teil meiner Zeit...

Geschrieben von Nina in sportliches um 15:53

Donnerstag, 3. April 2008

## **Das Bundesverfassungsgericht hat entschieden:**

Das Bundesverfassungsgericht hat entschieden:

1: zum Thema Online-Durchsuchungen:

Das Bundesverfassungsgericht hat am 27. Februar 2008 das nordrhein-westfälische Gesetz zu Online-Durchsuchungen gekippt; es hält ein Ausspähen von Computern aber unter bestimmten Bedingungen für verfassungsgemäß. In der Entscheidung der Verfassungsrichter betonen diese ein neues Grundrecht zum Schutz digitaler Kommunikation: –das Grundrecht auf Gewährleistung der Vertraulichkeit und Integrität informationstechnischer Systeme–.

"Die heimliche Infiltration eines informationstechnischen Systems, mittels derer die Nutzung des Systems überwacht und seine Speichermedien ausgelesen werden können, ist verfassungsrechtlich nur zulässig, wenn tatsächliche Anhaltspunkte einer konkreten Gefahr für ein überwiegend wichtiges Rechtsgut bestehen." Vor die Online-Durchsuchung wurde ein Richtervorbehalt gesetzt .

Damit bekommen die paranoiden Politiker und Kriminaler leider genau das, was lautstark immer gefordert wurde: ein paar wenige Gelegenheiten, bösen "Terroristen" auf die Rechner zu gucken. Vorausgesetzt, es bestehen ausreichende Verdachtsmomente. Allerdings sind die Grenzen sehr eng gesteckt. Wie eng, wird sich in naher und ferner Zukunft noch zeigen. Auch bleibt die größte Schwierigkeit auf Seiten der Technik. Wer wirklich etwas zu verbergen hat, wird dies auch zu sichern wissen (z.B. indem das Internet nur vom Internet-Cafe aus oder mit Live-CD-Betriebssystemen, in die sich kein Trojaner dauerhaft einnisten kann, benutzt wird) . Einen Universal-Bundestrojaner wird es vermutlich niemals geben; sobald dieser irgendwo enttarnt wurde, wird es von Gegenmaßnahmen nur so wimmeln. Zumal es ja auch keine Universal-Sicherheitslücken gibt, mit denen sich so ein Schädling überhaupt einnisten kann. Hier bleibt weiterhin offen, wie sich die Ermittler die technische Umsetzung vorstellen. Das Verschweigen und Ausnutzen grober Sicherheitslücken in den üblichen Betriebssystemen kann kaum im Interesse des Volkes sein, die Zusammenarbeit mit den Herstellern von Betriebssystemen und häufig genutzten Anwendungen erscheint auch eher wie Fiktion. Bleibt noch die Zusammenarbeit mit den Internet-Zugangs Providern, die –einfach geschrieben– den –Bundestrojaner– in dem restlichen Datenverkehr des Verdächtigen verstecken. Aber auch dies muss nicht unbedingt von Erfolg gekrönt sein und die Kosten all solcher Versuche einen Rechner zu infizieren, dürften extrem groß sein.

Bleibt mir nur die Hoffnung, dass die technischen Hürden eine Nutzung dieser Möglichkeit einer –heimlichen Hausdurchsuchung– weitestgehend verhindern. Und dass die klassischen Möglichkeiten der Polizeiarbeit, die häufig aus Personalmangel (und damit auch Geldmangel) nicht genutzt wurden, wieder in den Vordergrund all dieser Debatten kommen.

Links zum Weiterlesen:

<http://www.heise.de/newsticker/meldung/104125>

<http://www.heise.de/newsticker/meldung/104134>

Geschrieben von Nina in informelle Selbstbestimmung um 18:55

Freitag, 1. Februar 2008

### Wahlcomputer

Wir leben ja in einem relativ modernen Zeitalter. Eigentlich sogar in dem modernsten, was diese Erde je gesehen hat. Gut, unsere Justizministerin weiß erst seit kurzem was ein Browser ist und viele unserer Abgeordneten können mit neueren Techniken oft eher weniger etwas anfangen. Aber da hat das Volk ja die Hoffnung, daß früher oder später jüngere Politiker/-innen nachwachsen, die Techniken wie zum Beispiel das Internet sowie seine Möglichkeiten und Probleme verstehen.

Um so mehr wundert es mich immer wieder, wenn plötzlich aus den Reihen dieser Politiker eine Technik gefordert wird, die technisch, neuartig und umstritten ist. So ging es mir bei einem der größten und teuersten Technik-Desaster Deutschlands: Toll Collect und die LKW-Mautbrücken. So dachte ich auch, als die Gesundheitskarte ins Gespräch kam, deren Kosten noch immer nicht absehbar sind, deren Nutzen aber wahrscheinlich die Kosten bei weitem nicht aufwiegen kann. Zahlen müssen wir alle diese Kosten, so oder so. Und die Gefahren großer Datensammlungen hängen wie ein Damoklesschwert (nicht nur) über diesem Projekt. Ich möchte nicht, daß meine komplette Krankenakte an einem einzigen, zentralen Ort abgelegt ist, wo keineswegs sicher ist, daß die Daten wirklich sicher sind; und wo ich auch nicht weiß, wer hier (warum) Zugriff hat, was mit meinen ganz besonders persönlichen und sehr sensiblen Daten geschieht!

Aber ich wollte doch über etwas ganz anderes schreiben... Ich stutze immer wieder wenn ich höre oder lese, daß ganz, ganz dringend Wahlcomputer eingesetzt werden müssen. Müssen? Warum? Weil's möglich ist? Weil's "hipp" ist? Weil sie billiger sind als Wahlhelfer? Nein, das behaupten meistens ja nicht einmal die Firmen, die Wahlcomputer verkaufen. Wahlcomputer müssen angeschafft, für jede Wahl neu programmiert werden; sie müssen gewartet werden, sicher gelagert werden, vor Ort aufgestellt und kontrolliert werden, sie müssen regelmäßig ersetzt werden, sie müssen ggf. redundant vorhanden sein um allen Wählern auch wirklich das Wahlrecht gewährleisten zu können. In Hessen ist bei den Landtagswahlen vom letzten Sonntag in einem der Wahlkreise mit Wahlmaschinen das Gerät defekt gewesen. Ersatz hierfür ist erst etwa eine Stunde nach Öffnung der Wahllokale aufgestellt worden. Bis dahin konnten die Wahlwilligen nicht wählen - wobei ich mich hier allen Ernstes frage, ob es wirklich keinen Ausfallplan für solche Szenarien gibt? Kann man den Wählern für solche Fälle nicht wenigstens die Alternative des Wahlzettels anbieten?

Zurück zu den Kosten: die ersten größten Wahlen in Amsterdam, die komplett über Nedap-Wahlmaschinen gelaufen sind waren fast 50% teurer als herkömmliche Wahlen. Außerdem ist Holland ebenso wie Irland und sogar Florida beim Einsatz von Wahlcomputern inzwischen zurückgerudert, sie haben diesen die Zulassung wieder entzogen; gewählt wird dort wieder über die guten, alten und bewährten Stimmzettel.

Die Stimmauszählung über Wahlcomputer ist schneller, sagen die Befürworter und das sollte man eigentlich auch glauben. Bei den Hessener Landtagswahlen vom letzten Sonntag (ich zitiere von <http://blogs.hr-online.de/nightline/2008/01/27/hey-obertshausen/>) war das Ergebnis der Wahlcomputer im Schnitt 6 Minuten schneller als die Handauszählung. Das kann kaum als Killerargument für Wahlcomputer durchgehen!

Dafür sind für mich die Argumente dagegen wesentlich prickelnder. Technik kann IMMER manipuliert werden. Das ist ganz einfach so, da kann auch keiner gegenargumentieren. "Jaja, aber auch die Stimmzettel können gefälscht werden." ist hier immer das klassische Gegenargument. Allerdings ist dies wesentlich aufwendiger und schwerer zu vertuschen. Stimmzettel sind ja definitiv vorhanden, sie kann man anfassen, weglegen, bei Einsparungen wieder hervorholen und erneut zählen. Es braucht viel mehr Menschen, die bei der Manipulation mithelfen; die manuelle Stimmauszählung zum Beispiel passiert immer mindestens zu zweit. Bei Wahlcomputern gibt es aber keinerlei Kontrolle darüber ob Stimmen korrekt registriert und ausgezählt wurden! Es gibt keine Möglichkeit, die abgegebenen Stimmen einfach noch einmal zu zählen. Man muss einfach glauben, daß die Technik funktioniert und nicht manipuliert worden ist. Wie leicht die Wahlmaschinen der Firma Nedap manipulierbar sind, ohne dass die Manipulation für einen Wahlleiter oder Wähler nachvollziehbar wäre, demonstrierte die Gruppe "Wij vertrouwen stemcomputers niet" und der Chaos Computer Club (CCC) am 5. Oktober 2006 im niederländischen Fernsehen. Die hierbei verwendeten und manipulierten Wahlcomputer unterscheiden sich durch die in Deutschland zugelassenen nur durch Kleinigkeiten, die vor allem in den Unterschieden der Wahlsysteme begründet sind.

Aber die Wahlmaschinen sind doch geprüft, sagen die Befürworter. Geprüft werden diese in Deutschland nur an einem einzigen Bauart-Muster! Manipulationen an den später eingesetzten Geräten sind so natürlich nicht

feststellbar. Dafür sind zwar Siegel an den Geräten, leider haben die bisherigen Beobachtungen bei Wahlcomputereinsätzen immer wieder bewiesen, daß die Wahlhelfer hier viel zu oft gar nicht drauf achten. Und fälschbar sind diese Siegel (wie eigentlich alles auf der Welt) natürlich auch.

Und solange der Einsatz von Wahlcomputern so abläuft, wie unlängst in Hessen, braucht man nicht mal Pessimist zu sein, um sie abzulehnen: laut dem CCC wurde ein Wahlcomputer über Nacht bei einem Parteifunktionär gelagert, die Wahlvorstände und -helfer seien mitunter mit der Inbetriebnahme der Computer ebenso überfordert gewesen, wie Wähler in der Bedienung; die vorgeschriebenen Prozeduren zur Siegelprüfung etc. wurden oft erst nach Hinweis der Wahlbeobachter durchgeführt. Wahlcomputer waren längere Zeit unbeobachtet geblieben, Manipulationen damit leicht möglich gewesen. Und als Krönung des ganzen wurden Wahlbeobachter vom CCC in einigen Gemeinden massiv daran gehindert, die Wahlen zu beobachten. Soviel zur "Öffentlichen Wahl".

Wahlen sollen allgemein, unmittelbar, frei, gleich und geheim sein (Artikel 38 des Grundgesetzes). Mit Wahlcomputern, die Stimmstorage und -auswahl unsichtbar und nicht überprüfbar ins Innere der Geräte verlagern ist dies nicht mehr möglich. Das im Wahlrecht fest verankerte Prinzip der öffentlichen Kontrolle (§§ 10 und 31 BWG) wird damit ausgehebelt, die Überprüfbarkeit des Wahlergebnisses unterlaufen. Das kann nicht im Interesse der Demokratie sein! Aber in wessen Interesse ist der immer wieder laut werdende Ruf nach Wahlcomputern?

Weitere Links zum Thema:

[https://berlin.ccc.de/wiki/Wahlcomputer:\\_Einsatz\\_in\\_Deutschland](https://berlin.ccc.de/wiki/Wahlcomputer:_Einsatz_in_Deutschland)

<http://de.wikipedia.org/wiki/Wahlcomputer>

<http://www.ulrichwiesner.de/>

[http://www.heise.de/newsticker/meldung/102531 CCC beobachtet Einsatz von Wahlcomputern in Hessen](http://www.heise.de/newsticker/meldung/102531_CCC_beobachtet_Einsatz_von_Wahlcomputern_in_Hessen)

Geschrieben von Nina in informelle Selbstbestimmung um 16:25

Donnerstag, 31. Januar 2008

## **der Flix**

Internettagebücher sind - seien wir doch mal ehrlich - meistens nicht besonders spannend. Welchen Augenstehenden interessiert schon wirklich, was andere Menschen getan haben, erlebt haben, gedacht haben. Eines haben die allermeisten, egal ob gut oder schlecht, aber gemeinsam: sie sind geschrieben. Eine wunderschöne und fast jeden Tag irgendwie wieder amüsante Ausnahme bildet hier "der Flix", Felix Garmann ein wortwörtlich ausgezeichnete Cartoonist und Comic-Zeichner. Auf seiner Internetseite findet sich jeden Tag ein neues Bild, ein neuer Strip über sein Leben, seine Gedanken, Beziehungen, Freunde. Häufig Nichtigkeiten, die geschrieben wahrscheinlich kaum jemand lesen wollen würde. Vom Flix gezeichnet ist fast jede Episode aus dem Leben vom Flix verflücht (man verzeihe mir dies Wortspiel) sehenswert!

Ich wünschte, ich könnte gut genug zeichnen um ähnliches produzieren zu können. Das ist, um die Nähe zu Flix zu behalten, als würde ich mir (er sich!) wünschen, wie "die Ärzte" Musik machen zu können. ;)

P.S.: Natürlich verkauft der Flix seine Werke auch. Wobei in meinen Augen das gezeichnete Internettagebuch als Marketingstrategie einmalig gut ist. Nachdem ich mich tagelang Stück für Stück durch seine letzten zwei Jahre geklickt habe, bin ich nun bei Amazon am gucken, klicken und kaufen. Natürlich seine Bücher!

Geschrieben von Nina in öffentlich um 17:56

Dienstag, 15. Januar 2008

## **Es gibt Geschichten [UPDATE]**

Es gibt Geschichten, die wÄ¼rde ich nicht glauben wollen, wenn sie mir jemand erzÄ¼hlen wÄ¼rde. Eine solche ist diese hier:

Ich fuhr heute morgen mit dem Rad zur Arbeit, als ich auf einem etwa 2-3 Meter breitem Radweg ein anderes Fahrrad Ä¼berholte. Ich habe nicht gedrÄ¼ngelt, ich habe Abstand gehalten, ich hab ihn einfach nur Ä¼berholt. Das einzige, was ich von dem Radfahrer in dem Moment wahrgenommen habe war, dass sein Rad fÄ¼rchterlich quitschte. Kurz danach, ich war nicht sehr schnell, weil dort ein nicht einsehbarer Weg auf meinen mÄ¼ndet, hÄ¼rte ich links neben mir das Quitschen des Ä¼berholten Rades und bekam einen Schlag von der Seite. Das Arsch hat sich offenbar einfach nur weil ich ihn Ä¼berholt habe (weil etwas anderes tat ich nicht!) genÄ¼tigt gefÄ¼hlt, Rache zu Ä¼ben und mich regelrecht von meinem Rad geschubst!

Ich bin umgefallen, auf dem Weg langgerutscht und konnte dem Verursacher nur hinterhergucken. Ok, ich hab ihm hinterhergebrÄ¼llt. Er ist natÄ¼rlich weitergefahren. Zeugen gab es in dem Moment natÄ¼rlich keine...

Schaden: mein Rad ist kaputt (die Bremse), mein Rucksack ist kaputt (Riemen abgerissen), meine Radhose hat ein Loch und mein Helm Schleifspuren (jetzt weiÄ¼ ich wieder, warum ich einen trage!). Mein Knie ist ungefÄ¼hr drei Mal so dick wie normal, aber es ist nur geprellt (den grÄ¼ssten Teil dieses Tages verbrachte ich in zwei verschiedenen Arztpraxen), ich hab SchÄ¼rfwunden an Knie und Becken, Nacken- und Schulterschmerzen.

Es gibt ArschlÄ¼cher, fÄ¼r die der Begriff Arschloch mehr als Schmeichelei ist! FÄ¼r Dinge wie dies hier habe ich einfach keine erklÄ¼renden Worte.

[UPDATE] 28.1.2008

Ich bin noch immer nicht wieder fit. Zwar hab ich auf weitere Krankschreibungen verzichtet und bin seit letztem Dienstag wieder bei der Arbeit, konnte aber lange nicht wirklich gehen (und nur unter Schmerzen rumhumpeln), das Knie war bis vor wenigen Tagen weiterhin dick, ist noch immer teils blau und nicht belastbar. Im Nachhinein sag ich mir natÄ¼rlich mal wieder selber, daÄ¼ ich besser noch ein paar Tage lÄ¼nger Zuhause geblieben wÄ¼re, auch wenn mein Job weitestgehend sitzender Natur ist. Nur hÄ¼tte ich dafÄ¼r das lustige Arzt-Wechseldich-Spiel weiterspielen mÄ¼ssen; "Erstbehandlung" bei meinem Hausarzt, Ä¼berweisung zum Chirurgen, der mich zwar wirklich untersucht hat (die Wundversorgung aber nur aufschrieb und nicht durchfÄ¼hrte), und mich fÄ¼r die Nachuntersuchung nach ein paar Tagen wieder zum Hausarzt schickte. Dieser hÄ¼tte mich bei der Nachuntersuchung schon allein wegen den inzwischen heftigen Symptomen des Schleudertraumas vom Sturz gerne weiter krankgeschrieben, wenn er nur gekonnt hÄ¼tte. Das konnte aber nur der Chirurg; und meine ausgeprÄ¼gte Abneigung Ä¼rzte zu besuchen hielt mich davon ab, da nun auch noch einmal hinzuhumpeln... Egal, ...

Vorgestern versuchte ich vorsichtiges Fahrradfahren (auf der Rolle, im Wohnzimmer). Eine Stunde bei mÄ¼Ä¼iger IntensitÄ¼t gingen problemlos, das gleiche Experiment gestern schlug allerdings mit Knieschmerzen fehl (ich mÄ¼chte an dieser Stelle auf verbale Entgleisungen verzichten, der Leser kann sich hier das eine und andere entsprechende Wort dazu denken). Somit bin ich heute, Montag, wieder mit dem Auto zur Arbeit gefahren, statt wie sonst Ä¼blich mit dem Rad. Womit ich zwar schneller da bin und damit auch schneller Feierabend machen kann, was mir aber nur ein Bruchteil des SpaÄ¼es bringt, den die verlÄ¼ngerten Rad-Arbeitsfahrten bislang brachten... Und natÄ¼rlich fehlt meinem KÄ¼rper nicht nur die Bewegung, die kÄ¼rpereigenen Drogen, die dabei produziert werden (und es zu einer - wenn auch eher positiven - Sucht machen), der Mangel an Sport lÄ¼sst mich langsam aber deutlich fetter werden... \*hmpf\*

Anzeige bei der Polizei hab ich am Tag nach dem Umschubsen gestellt, aber natÄ¼rlich gibt es keine wirkliche Hoffnung, den Typen auch zu kriegen... Vielleicht macht er sowas ja Ä¼fter, dann wÄ¼re es schon wichtig, daÄ¼ Anzeige gestellt wird, damit etwas unternommen werden kann. Ich gehe aber leider nicht von einem SerientÄ¼ter aus - ich war nur einfach zur falschen Zeit am falschen Ort... Ob ich diesen zukÄ¼nftig meiden werde, weiÄ¼ ich noch nicht. Noch kann ich ja auch nicht wieder fahren...

Geschrieben von Nina in Ä¼ffentlich um 16:37

Dienstag, 1. Januar 2008

### **Bilanz 2007**

10.459 km Rad, 572 km laufen, 69 km schwimmen und 6520 Minuten sonstige sportliche Aktivitäten

Gar nicht so übel, wie ich finde :)

Allerdings wird es schwierig, dies 2008 nochmal zu überbieten. Dafür hab ich kürzlich eine 10er-Karte für ein Fitness-Studio gewonnen. Mal schauen, ob ich mich so etwas zu grossen Leistungen motivieren kann, bislang war ich eigentlich davon überzeugt, dass ich sowas nicht brauche ("Heimtrainer", Rudern, Hanteln etc. hab ich Zuhause ja auch).

Geschrieben von Nina in sportliches um 12:32

Mittwoch, 19. Dezember 2007

### Arbeit! Und auch noch so viel...

Mein letzter Arbeitstag vorm Winterurlaub, Weihnachtsurlaub. Seit Anfang November arbeite ich Vollzeit. Plötzlich und fast unerwartet ging nun doch, was so lange angeblich nicht ging, allerdings ist es nur befristet bis Ende 2008. Was danach kommt, ist wieder mal offen...

Nach 11 Jahren kinderbedingter Teilzeitarbeit ist das Vollzeitarbeiten es eine ganz schöne Umstellung in meinem, in unserem Lebensablauf. Ich hab das ja so gewollt und möchte mich keineswegs beschweren! Das Geld, was ich nun mehr kriege, können wir verdammt gut gebrauchen! Und ich kann so nun irgendwie wesentlich entspannter (und effektiver) arbeiten. Weil nicht ständig der frühe Feierabend drängt und der Gedanke an die unversorgte "Brut" zuhause, die sich, wie wir grad alle feststellen, auch wunderbar ohne meine direkte Anwesenheit versorgen kann. Und die sich, mit einer kurzen Eingewöhnungsphase, auch sehr schnell an die veränderten Umstände gewöhnt hat. Ebenso wie ich. Wobei ich allerdings leider nun eine Menge von Zuhause, den Kiddies, der Schule und den Freunden gar nicht mehr mitbekomme. Und die Mathe-Fünf, die meine Grosse (11) gestern mitbrachte, führt in mir drin zu einem Berg von schlechtem Gewissen. Als ob ich sie geschrieben hätte... Ich wüsste gar nicht, wie ich dies hätte verhindern sollen. Meine Tochter hat vorher von der Arbeit erzählt und war voll und ganz davon überzeugt, dass diese ganz einfach wird, dass sie alles weiß. Dem war ganz offensichtlich nicht so, aber ich hätte es so oder so auch nicht wirklich verhindern können. Ich weiß auch noch immer nicht so genau wo hier die Grenzen sind. Wie weit ich mich in die Schule meiner Sechstklässlerin einmischen muss und soll, wie viel Eigenverantwortung sie aufbringen muss (immerhin ist es ihre Schule, sind es ihre Noten, ...). Letzten Endes stehe ich vor den gleichen Fragen und ähnlichen Problemen bei meiner kleineren Tochter auch. Diese ist 9, geht in die vierte Klasse und wird im nächsten Jahr auf eine weiterführende Schule wechseln. Aber welche? Und wie weit schafft sie es eigenständig zu lernen, zu arbeiten, ohne das Mama hinter ihr sitzt und dirigiert, korrigiert, motiviert und rummault? Im nächsten Jahr ist auch die Zeit des Kinderhorts für sie vorbei, dann hab ich zwei Schülkinder, die ihre Hausaufgaben alleine erledigen müssen, mittags alleine essen müssen...

Und sonst? Bleibt bis auf das Arbeiten von meinen Tagen kaum etwas übrig... Was gar nicht so schlimm ist, immerhin weiß ich momentan auch gar nichts mit mir anzufangen. Bis auf Sport, klar. Fahrradfahren, momentan fast nur die Arbeitsfahrten, am Wochenende noch ein bisschen Rollentrainer, Sonntags meist eine grässere Jogging-Runde, zwischendrin Gymnastik, Hanteln, Rudern, Stepper all der alternative Kram. Zeitgleich mit meiner Vollzeittätigkeit hat der Winterpokal wieder angefangen. Im letzten Jahr hat mich dieses Punkterennen ziemlich gut motiviert, von den fast 1.500 Teilnehmern habe ich mich meist im Bereich um die Plätze 50-100 aufgehalten. In diesem Jahr bin ich ungefähr 100 Plätze schlechter, wobei ich vermute, dass dies für jemanden mit Familie und Job noch immer gut ist. Mehr konnte ich zur Zeit aber sowieso kaum (wobei ich ja gewisse Hoffnungen in die jetzt anstehende Urlaubszeit lege :)).

Dazu kommt noch, dass mein Lieblingsrad momentan außer Betrieb ist, ich brauche neue Laufräder oder die alten müssen mindestens neu eingespeicht werden. Sie knacken fürchterlich, egal wie sehr ich mich bemühe die Speichenspannung zu perfektionieren. Auf den ersten Blick scheinen die Speichen zwar nicht kaputt zu sein aber die Laufräder haben sowieso schon eine vermutlich ziemlich große Laufleistung, alleine ich bin mit ihnen schon fast 10.000 KM gefahren, die Vorbesitzerin wahrscheinlich noch sehr viel mehr. So bot es sich an, nach einem eBay-Schnäppchen zu schauen, so hoffte ich wenigstens (Neukauf ist preislich z.Zt. eher unmöglich). Allerdings sind die 26-Zoll Räder, die ich hier brauche, eher selten und so war ich nach einigem gucken, suchen, warten und immer mehr knackenden Rädern bereit, beinahe 100 Euro in einen Sofortkauf von passablen Rädern zu investieren. Ich bin ja schon wirklich lange bei eBay angemeldet und habe inzwischen fast 300 Bewertungen, hab sowohl verkauft wie auch vor allem gekauft und meine schlechten Erfahrungen halten sich in winzigen Grenzen. Das ich aber ausgerechnet hier und jetzt, wo ich grade diesen Kaufgegenstand wirklich ändernd brauche, Probleme bekomme, hätte ich (auch mit Blick auf die Bewertungen des Verkäufers), dann doch nicht erwartet. Die vor drei Wochen bezahlten Laufräder sind noch immer nicht da, Kommunikation mit dem Verkäufer funktionierte erst, als ich eBay eingeschaltet habe. Da kamen dann Ausreden aber immerhin das Angebot, das Geld zurückzuerstatten. Und da stehe ich jetzt mit der Frage, warte ich weiter auf die Räder oder nehme ich das Geld zurück (was sicher auch eine Weile dauern wird bis ich es habe!) und suche neu? Immerhin brauche ich jetzt erst in 2-3 Wochen wieder ein fahrbereites Rad, in meinem Urlaub werde ich kaum drauhen fahren...

Geschrieben von Nina in privates um 12:28

Mittwoch, 28. November 2007

### **Plusminus + CCC "knacken" Edekas Fingerabdruck-Bezahlsystem**

Wie einfach es ist die Fingerabdruckscanner zu überlisten, haben der Chaos Computer Club, die ct und diverse andere ja schon gezeigt. Wie wenig von diesem Wissen aber bei den Entscheidern ankommt, beweist die Handelskette Edeka grade sehr anschaulich. Dort kann man inzwischen in über 100 Filialen mit einem einfachen Fingerabdruck bezahlen, sofern man sich vorher für dieses System registriert hat. Laut Edeka ist dies vollkommen sicher, was sie auch noch immer behaupten, nachdem Plusminus zusammen mit dem Chaos Computer Club dieses überlistet haben und eine andere Person mit den Fingerabdrücken der registrierten zum Einkaufen geschickt haben.

Edeka selbst sieht zurzeit keinen Handlungsbedarf.

Geschrieben von Nina in öffentlich um 09:17

Mittwoch, 21. November 2007

### Wehret den Anfängen

So sagt man immer wieder und doch fällt man sich zur Zeit häufiger als wäre man doch zu paranoid. Bis... tja, bis dann solche Meldungen wie heute durch die Presselandschaft grasieren. Erst sind in Großbritannien, dem Land mit einer ähnlich paranoiden Regierung wie der unseren aber schon jetzt wesentlich härteren Regelungen gegen Datenschutz und informelle Selbstbestimmung, zwei CDs mit persönlichen Daten von mehreren Millionen Bürgern einfach verschwunden. Es ist mir ein Rätsel, wie solche Daten überhaupt auf CDs gelangen können und noch rätselhafter ist es mir, wie jemand auf die Idee kommen kann, diese unverschlüsselt auf dem Postweg zu versenden! Aber da haben wir recht eindrucksvoll die eine der Gefahren jeglicher Datensammlungen (menschliches Versagen, Dummheit, zu wenig Sensibilität für Datenschutz und Datensicherheit). Und auch den Grund, warum Datensparsamkeit IMMER oberstes Gebot bleiben muss, egal wie einfach und billig Datensammlungen auch sein mögen und werden!

Die zweite Meldung betraf eine Änderung der Speichermöglichkeit von Videoaufnahmen der inzwischen überall in Deutschland üblich gewordenen Überwachungskameras. War es bislang so, dass die hier erfassten Aufnahmen unverzüglich und spätestens innerhalb von 48 Stunden zu löschen waren, hat der Bundestag in einer Nacht- und Nebelaktion mal eben die Ausweitung dieser Speicherdauer auf 30 Tage verlängert. "Ich bin überrascht, dass solch eine Sache so geräuschlos an der Öffentlichkeit vorbei und ohne gründliche parlamentarische Beratung eingeführt werden konnte", sagte der Bundesdatenschutzbeauftragte Peter Schaar in einem Gespräch mit der Märkischen Oderzeitung. Die große Koalition hatte den entsprechenden Antrag zur Verschärfung des Bundespolizeigesetzes erst am vergangenen Mittwoch - einen Tag vor der Bundestagsentscheidung - eingebracht. Begründet wird dieser Schritt - natürlich - mit der zur Zeit beinahe immer als Argument benutzten Terrorgefahr und damit, dass die bislang festgeschriebenen kurzen Speicherfristen Fahndungserfolge verhindern.

Nun... darüber nachdenkend möchte ich ganz laienhaft anmerken, dass man die meisten Terroranschläge doch vermutlich schon innerhalb der 48 Stunden bemerken würde, oder etwa nicht? Und Videokameras verhindern auch keine Kriminalität und schon gar keine Terroranschläge (siehe die Anschläge in London, bei denen verwirrend wenig Videomaterial vorhanden gewesen sein soll - obwohl London die Stadt ist, in der weltweit die meisten Kameras verbaut sind; siehe auch: Studie zur Videoüberwachung in Berliner U-Bahn brachte keinen Sicherheitsgewinn - 80 Prozent der britischen Überwachungskameras liefern keine brauchbaren Bilder), Kameras verbessern allerhöchstens die oft zitierte "gefühlte Sicherheit", was spätestens dann problematisch werden kann, wenn die reale Sicherheit in Gefahr gerät und die Kameras in keinster Weise den Raubüberfall, die Vergewaltigung oder die Deponierung einer Kofferbombe verhindern können (Was soll die kleine Kamera auch tun? Sich heldenhaft auf den pörsen Puben werfen? ;)). Bleibt die Verfolgung der Straftaten nachdem sie geschehen sind, sofern die Kameras überhaupt verwertbares Material liefern. Was sie zumindest noch keineswegs tun (siehe auch die verlinkten Studien). Selbstverständlich kann aber jeder, der nicht auf den Kameras erkannt werden möchte, sich auch dementsprechend verhalten und wird dies vermutlich auch tun.

Nicht alles, was - vielleicht - technisch möglich ist, sollte auch eingesetzt werden. Nicht alles, was möglich ist, ist auch vernünftig! Und es heißt Einigkeit und Recht und Freiheit - nicht Einigkeit und Recht und Sicherheit!

Aber so wie hier und heute ganz nebenbei bereits eingeführt und seinerzeit zumindest in bestimmten Kreisen heiß debattierte Sicherheitstechniken ausgeweitet werden, so wird uns dies auch in anderen Bereichen passieren. Bislang ist dies vor allem ein Problem der mangelhaften Technik, der Speicherfähigkeit, der fehlenden Rechenkraft zum Abgleich der Daten. Dies ist aber nur eine Sache der Zeit... Die unsere Politik nutzt um uns Stück für Stück Freiheit zu nehmen, um eine nur dem Anschein nach höhere Sicherheit zu erzeugen.

"Wer die Freiheit aufgibt um Sicherheit zu gewinnen, der wird am Ende beides verlieren"  
(Benjamin Franklin)

Geschrieben von Nina in informelle Selbstbestimmung um 20:59

### Vorratsdatenspeicherung vom Bundestag beschlossen

Wie es zu erwarten war, hat der Deutsche Bundestag am letzten Freitag die Vorratsdatenspeicherung mit den Stimmen

der CDU und der

SPD beschlossen. Die Abstimmliste lässt sich online einsehen, fünf Abgeordnete der CDU/CSU-Fraktion sowie sieben Sozialdemokraten haben gegen den Entwurf gestimmt. Am Tag danach haben einige SPD Politiker eine Rechtfertigung veröffentlicht und dort gesagt, dass sie nur "Trotz schwerwiegender politischer und verfassungsrechtlicher Bedenken" vor allem gegen die abgesegnete Vorratsspeicherung von Telefon- und Internetdaten dem Entwurf zugestimmt hätten. Sie haben aber auch deshalb zugestimmt, weil das Bundesverfassungsgericht voraussichtlich Teile des Gesetzes wieder kassieren werde. Eine für mich befremdliche Art über dieses Land zu regieren: erstmal abnicken, sich dem Koalitionszwang beugen und auf die Gesetzgebung hoffen, die das Ganze dann wieder richten soll...

Inzwischen haben 13.000 Bürger bei der Sammelklage gegen die Vorratsdatenspeicherung mitgemacht. Bis zum 24.12.2007 kann sich hier noch jeder anschließen. Es kostet nur die 55 Cent für eine Briefmarke und fünf Minuten Zeit das Formular auszudrucken und auszufüllen.

Das sollte man meiner Meinung nach schon alleine wegen dem absolut unpassenden und irgendwie mehr als nur peinlichen Vergleich von Wolfgang Schäuble zu der Verfassungsbeschwerde tun: "Wir hatten den 'größten Feldherrn aller Zeiten', den Grafen, und jetzt kommt die größte Verfassungsbeschwerde aller Zeiten" so der CDU-Politiker laut einem Bericht der taz. Hitlervergleiche sind offenbar grad in... Ansonsten ist diese Aussage so arm, dass sie keinen weiteren Kommentar bedarf.

Geschrieben von Nina in informelle Selbstbestimmung um 19:07

Dienstag, 20. November 2007

### **Amoklauf mit Plastikkugeln?**

Was für ein Amoklauf sollte das denn grad in Köln werden, mit Softair-Waffen und einer (ggf. sogar defekten) Armbrust? Ich möchte nicht herunterspielen, da man zumindest mit einer Armbrust sicher jemanden töten kann, aber ein Amoklauf mit solchen Waffen stelle ich mir doch mindestens etwas schwierig vor. Womit ich sicher nicht die Einzige bin, nur hat es unsere Massenpresse nicht so sehr mit Wahrheit und Objektivität, lässt sich die aktuelle Ausgabe mit Gedankenspielen um die möglichen Folgen eines fast unmöglichen Amoklaufes doch so prima verkaufen. Nur hat hier gar keiner stattgefunden und mit an Sicherheit grenzender Wahrscheinlichkeit hätte es auch nie einen gegeben. Der tote Junge, der offensichtlich Probleme mit seinem Leben hatte, ist das einzige Opfer hier - es sei denn, man zählt alle gutgläubigen, nichtdenkenden Medienopfer noch hinzu....

"Dennoch gebe es keinen Anlass zur Entwarnung, da solche Taten immer wieder Nachahmer finden", unterstrich der Vorsitzende der deutschen Polizeigewerkschaft Rainer Wendt. Da empfehle ich doch mal zu Lasten der Verkaufszahlen aber zu Gunsten der späteren Nicht-Opfer (die sich leider so gar nicht in Zahlen fassen lassen, so'n Mist) auf die Ausschlichtung solcher Storys (zu Lasten der eigenen Profitsteigerung) zu verzichten.

Die angeblichen Gewaltbilder auf der Internetseite, die diese Ermittlungen hier erst ermöglicht haben, stammen übrigens aus dem Film "Bowling for Columbine" von Michael Moore, einem satirischer Dokumentarfilm über ein Schulmassaker in Amerika und Moores Versuch Gründe für die hohe schusswaffenbedingte Mordrate in den USA zu finden.

P.S.: Und auch ich habe schon mal sekundenbruchteile darüber nachgedacht, wie ich z.B. meine nervtötende Nachbarin ins Jenseits befördern könnte - zum Glück tat ich dies übernachdenken aber nicht im Chat und meine Gedanken hinterlassen auch (noch) keine aussprechbaren Spuren. ... Shit! Doch! Genau hier! Ich werde mich wieder melden, sobald die Polizei aufgrund dieser Aussage meine Wohnung durchsucht und mich von meinem Arbeitsplatz mit einem Großaufgebot an Polizei in Handschellen hat abführen lassen. Immerhin spiele ich ja auch hin und wieder mal eines dieser ganz, ganz bösen, seelenzerstörenden, amoklaufverursachenden KILLERSPIELE!!!

Geschrieben von Nina in öffentlich um 13:19

Donnerstag, 8. November 2007

## **Noch einen Tag bis zum Beschluss über die Vorratsdatenspeicherung**

Morgen wird unser Bundestag über die geplante Vorratsdatenspeicherung entscheiden. Vorgegeben von der EU soll ab 2008 jegliche elektronische Kommunikation ALLER Bürger verdachtsunabhängig für 6 Monate gespeichert werden. Das bedeutet jedes Telefongespräch (Dauer, Gesprächspartner), bei Handys sogar inklusive des Standort des telefonierenden (der Funkzelle, in der er sich grad befindet), jede Email (ohne Inhalt aber wer mit wem mailt), jeder Internetverbindungsaufbau wird aufgezeichnet und für ein halbes Jahr gespeichert. Zugriff darauf bekommt Polizei, Staatsanwaltschaft, Nachrichtendienste und ausländische Staaten zur Strafverfolgung.

Und warum? Gegen den Terror hilft dies auch nicht, der Anteil der hiermit aufspürbaren Grosskriminalität (und nur solche würde überhaupt den Ansatz einer Rechtfertigung dafür liefern, da JEDER Bundesbürger ab sofort potentiell unter Verdacht steht, da die ehemals gültige Unschuldsvermutung ad absurdum geführt wird und das Grundgesetz mit den Fiktionen getreten wird) ist so gering, da man es in Prozentzahlen kaum noch ausdrücken kann. Dafür ist es relativ leicht die Protokollierung zu umgehen, wenn man denn wirklich etwas zu verbergen hat. Prepaid-Handys, öffentliche Telefonzellen und Internet-Cafes machen dies für Kriminelle leicht möglich. Der Nutzen steht hierbei in absolut keinem Verhältnis zum Verlust der persönlichen Freiheit kommunizieren zu können, ohne irgendwelche Spuren zu hinterlassen.

Die Kosten für diese Protokollierung werden allein in Deutschland auf mindestens 300 Millionen Euro geschätzt werden. Kosten, die die Provider natürlich an ihre Kunden, und das sind wir, weitergeben werden.

Es wird eine Sammelklage gegen die Vorratsdatenspeicherung vorbereitet. Fast 7.000 Menschen haben sich dort bereits eingetragen. Zum Vergleich: gegen die Volkszählung haben seinerzeit grade mal 1.500 Menschen geklagt - aber der Aufruhr in der Bevölkerung war wesentlich größer als heute! Das, was hier heute geplant und umgesetzt wird (einschliesslich einer neuen, elektronischen und wesentlich genaueren Volkszählung, einschliesslich der Abgabe von Fingerabdrücken wie ein Straftäter nur um einen Reisepass zu bekommen, einschliesslich einer bundesweiten Passfotodatenbank, einschliesslich einer lebenslang gültigen Identifikationsnummer für jeden Bürger, einschliesslich der "Gesundheitskarte", der Fluggastdatenüberwachung und natürlich Schöbules Lieblingskind: die "Online-Überwachung"), ist wesentlich schlimmer und greift wesentlich tiefer in die Rechte des einzelnen Bürgers ein. Nur scheint dies heute leider kaum einen zu interessieren. Man habe ja nichts zu verbergen, hört man immer wieder. Bitte? Natürlich haben wir alle etwas zu verbergen! Unsere Privatsphäre! Das Menschenrecht auf Privatsphäre und informationelle Selbstbestimmung. Das Fernmeldgeheimnis! Und wem dies alles noch kein Grund ist wegen der verschwindend geringen Gefahr terroristischen Anschlüssen zu sterben (einer Statistik der Weltgesundheitsorganisation zufolge sterben weniger als 0,002% der Europäer jährlich als Opfer einer Straftat, terroristische Anschlüsse eingeschlossen), dem sei nahegelegt sich auszumalen, was bei einem Missbrauch oder auch nur einem Irrtum mit den gesammelten Daten passieren kann. Wenn es möglich ist, eine solche Masse an Daten zu rastern, wird auch eine Menge Fehlentscheidungen aufgrund dieser Rasterung treffen. Wenn polizeiliche Ermittlungen keinen Verdachtsmoment mehr benötigen, sondern aufgrund von statistischen Abweichungen passieren können, werden wir Bürger (nicht nur statistisch) Opfer hiervon werden.

Hinzu kommt, dass Datensammlungen immer Begehrlichkeiten wecken, selbst wenn die Daten heute nur zu einem ganz bestimmten Zweck gespeichert werden. Es dauert es niemals lange, bis andere Gruppen genau diese Daten auch haben wollen. Das ist immer so und den Beweis liefert grade aktuell die fast ständig geführte Debatte über die Mautdaten. Die, so war es immer geplant, so wurde es laut verkündet, so ist es Gesetz geworden nur für Abrechnungszwecke und nur für LKW erhoben werden! Aber wie lange dauert es wirklich noch, bis von jedem Autofahrer ein Bewegungsprotokoll erstellt werden kann? Der Zugriff auf Bankkonten-Stammdaten war ursprünglich auch nur zur Bekämpfung des Terrorismus eingeführt worden. Heute haben Finanzämter, Sozialämter und viele mehr Zugriff auf diese Daten. Und schon heute stehen Musik- und Filmindustrie händchenreibend da und verlangen Zugriff auf die IP-Adressen der Vorratsdatenspeicherung um weitestgehend kleinstkriminelle Internetnutzern belangen zu können. Und das am liebsten auch noch ohne Richtervorbehalt (der ja, wie man bei der Telefonüberwachung schön sehen kann, oft keine Hilfe sondern nur eine Formsache ist).

Überbringt ein knapp 500 Seiten umfassender Evaluierungsbericht des Freiburger Max-Planck-Instituts für

Strafrecht zur derzeitigen Nutzung von Verbindungsdaten durch die Polizei trotz einer ausgelaufenen Frist noch immer nicht vorgelegt worden sei. Die hieraus zu erwartenden Erkenntnisse über das eventuelle Ausreichen der bisherigen Zugriffsmöglichkeiten auf die begehrten Informationen, wer wann mit wem telefoniert, SMS verschickt, gemailt oder anderweitig im Internet kommuniziert hat, werden also erst nach dem Bundestagsbeschluss diskutiert werden können.

Der Oberste Gerichtshof des Staates Israel führte im Jahr 1999 zutreffend aus: „Dies ist das Schicksal der Demokratie, weil nicht alle Mittel mit ihr vereinbar und nicht alle Methoden ihrer Feinde für sie verführbar sind. Obwohl eine Demokratie oft mit einer Hand auf ihren Rücken gebunden kämpfen muss, behält sie trotzdem die Oberhand. Die Erhaltung der Rechtsstaatlichkeit und die Anerkennung der Freiheit des Einzelnen bilden einen wichtigen Bestandteil ihres Verständnisses von Sicherheit. Letztlich erhöht dies ihre Stärke.“

Eine vertiefender Link: eine sehr lesenswerte Frage und Antwortsammlung zur Vorratsdatenspeicherung

Geschrieben von Nina in informelle Selbstbestimmung um 10:46

Mittwoch, 10. Oktober 2007

## **immernoch Trainingspause**

Heute ist Tag 11 der Trainingspause. Meine Muskeln haben sehr lange nicht glauben können das ich wirklich pausiere und taten in der erste Woche fast ohne an Intensität zu verlieren weh - so als hätte ich Sport gemacht. Weitestgehend in den Beinen, ein bisschen aber auch in den Armen und an anderen Körperstellen. Aber langsam lässt dieses Gefühl (ich würde ja Schmerz schreiben, aber so intensiv ist es nun auch wieder nicht) nach. Kleinere Belastungen wie die Arbeitsfahrten im Schneckentempo oder das Streichen am letzten Wochenende wirkten bislang noch körperlich stärker nach als sie das nach meinem Empfinden tun sollten. Wirklich "erholt" fühle ich mich eigentlich auch noch nicht, wobei ich nicht genau weiß, wohin mich diese Pause führen soll, wie sich das anfühlt, wenn der Körper sich ausreichend regeneriert hat.

Dafür fehlt mir inzwischen das Radfahren! Heute Morgen musste ich mich schon ein wenig zusammenreissen, um nicht schneller zur Arbeit zu fahren. Das wurde nicht grad besser, als ich auch noch von so einem ganz normalen Stadtradenfahrer überholt wurde ;)

Samstag wären 2 Wochen Pause rum. Halte ich so lange noch durch? Halte ich noch länger durch? Schaff ich es überhaupt noch bis dahin? Ich weiß es nicht... Freitag hab ich frei und überdenke einen Sporttag. Oder wenigstens schwimmen gehen? Samstag/Sonntag sind die Kinder weg, renoviert hab ich jetzt, was mach ich denn sonst bloss mit meiner Zeit? ;)

Okay, ich könnte einfach das tun, was ich schon eine ganze Weile mache. Seit das Studium rum ist und ich nicht mehr das ständige schlechte Gewissen Namens "Du musst aber noch lernen!!!" im Nacken sitzen habe: Ich verschwende meine kostbare Zeit an Computerspielen... Baphomets Fluch 3 (amüsant aber ohne Komplettlösung wäre es mir an der einen und anderen Stelle zu nervig gewesen), Thief 3 und Splinter Cell (beides nett aber dieses ständige Rumschleichen nervte mich in beiden Spielen nach einer Weile), Cultures (Aufbastrategie mit niedlichen Wuselmannchen, kommt an das Niveau von Anno oder Siedler keineswegs heran, macht aber trotzdem furchtbar viel Spaß) und ich bin einfach nicht in der Lage, dieses Spiel wieder auszumachen! Furchtbar! ;), Heros of Might & Magic 3 (älteres, langwieriges, rundenbasiertes Spiel mit einer für heutige Verhältnisse unglaublich schlechten Grafik - was aber dennoch sehr viel Spaß macht und noch mehr Zeit raubt) und nun auch noch Black & White, was seit Jahren darauf wartet, daß ich mal die Zeit finde, es zu spielen. Die habe ich nun und es gefällt mir gut, hier Gott zu spielen. Die Steuerung ist etwas ungewöhnlich, ein bisschen innovativ und ein bisschen nervig. Manches gefällt, das Wunder über bestimmte Mausbewegungen erzeugen zum Beispiel (man "schreibt" mit der Maus einfach bestimmte Zeichen für bestimmte Wunder) oder das Loslassen eines Gegenstandes/Wunders, in dem man mit der Maus "schüttelt". Die Bewegung über das Land in dem man mit der Hand Gottes sich darüber hinwegzieht ist meiner Meinung nach eher nicht so toll gelungen. Der Tempel mit seinen dreidimensionalen Speicherplätzen gefällt, weil's einfach mal was anderes ist, das andauernde "Füttern" der Gläubigen ist dafür einfach nur nervig. Genauso wie das ständige "Death"-Geschrei, wenn ein Bauer stirbt. Und das tun sie andauernd, meist einfach aus Altersschwäche...

Mir fällt auf, daß all die von mir genannten Spiele alt bis ganz alt sind... Was wohl beweist, daß ich mich in den letzten Jahren wenig für diese Art des Zeitvertreibs interessiert hab. Oder das ich alt geworden bin ;)

Geschrieben von Nina in sportliches um 12:32

Donnerstag, 4. Oktober 2007

### iiiiieh! LÄ,,USE!!!

Na, kribbelt und kitzelt es schon Ä¼berall? Mir schon. Meine Tochter kam letzten Freitag mit KopflÄ¼usen nach Hause. Genauer gesagt: letzten Freitag haben wir die LÄ¼use gefunden. Eine erwachsene Laus und etwa 5 LÄ¼usebabys, dazu noch ein paar Nissen (LÄ¼useeier). Ich bin ja froh drum, daÄ¼ ich es diesmal so schnell bemerkt habe, als meine andere, grÄ¼ssere Tochter vor zwei Jahren LÄ¼use hatte (die vierte Klasse scheint sich hier zu einem Klassiker fÄ¼r LÄ¼usebefall zu entwickeln), bemerkte ich es erst, als es auf ihrem ganzen Kopf schon krabbelte (\*boah\* mich kribbelt's sogar beim Schreiben Ä¼berall!).

Es ist mir ein RÄ¼tsel, daÄ¼ wir eine dermaÄ¼yen fortgeschrittene Gesellschaft wenigstens behaupten zu sein, aber so etwas triviales wie LÄ¼use nicht in den Griff bekommen. Ganz im Gegenteil, diese entwickeln immer mehr Resistenzen gegenÄ¼ber den herkö¼mmlichen LÄ¼usegiften, so daÄ¼ zumindest hier in Hannover-DÄ¼hren von bestimmten Mitteln schon abgeraten wird. Die nutzen nix mehr, sagt man (gehÄ¼rt hab ich das in einer Arztpraxis wie auch von diversen anderen "LÄ¼useeltern").

Meine Eltern behaupten, daÄ¼ es so viel LÄ¼usealarm in meiner Kindheit nicht gegeben hÄ¼tte, sie erinnern sich aber (im Gegensatz zu mir) auch an eine LÄ¼usebehandlung, irgendein blaues (?) Zeug, was lange auf den Haaren blieb... Vielleicht wird heute aber auch einfach hÄ¼ufiger gewarnt (das Schild "Ein Kind hat KopflÄ¼use" an der KindergartentÄ¼r war beinahe Standard). Und doch ist es noch immer ein Tabuthema, viele Eltern verschweigen LÄ¼use, schon allein um sich kein Attest vom Arzt holen zu mÄ¼ssen um das Kind wieder in Kindergarten oder Schule schicken zu kÄ¼nnen. Dabei haben LÄ¼use gar nichts mit Hygiene zu tun, angeblich fÄ¼hlen sie sich auf frisch gewaschenen KÄ¼pfen und Kopfhaut sogar wohler. LÄ¼use sind schnell und rasen so beim Kuschneln und spielen einfach so und ohne sich Ä¼ber gesellschaftliche Grenzen Gedanken zu machen von Menschenkopf zu Menschenkopf. Allerdings wartet eine Laus aufs Erwachsenwerden, bevor sie ihren Wirtskopf verlÄ¼sst. Am wohlsten fÄ¼hlen sie sich direkt an der Kopfhaut bzw. da im SchlÄ¼fen-, Ohr- und Nackenbereich (der WÄ¼rme wegen).

Wer LÄ¼use hat, kratzt sich hÄ¼ufig am Kopf, weswegen mich Menschen, die sich am Kopf kratzen, inzwischen sehr nervÄ¼s machen (es juckt schon wieder ;) ). Das liegt daran, daÄ¼ LÄ¼use sich vom Blut der Kopf ernÄ¼hren und beim Beissen (Ä¼hnlich der MÄ¼cke) ein gerinnungshemmendes Sekret aus seinen SpeicheldrÄ¼sen in die Wunde gelangt. Das lÄ¼st Ä¼ber eine allergische Reaktion dann den typischen Juckreiz aus.

Wir nutzen zur LÄ¼usebekÄ¼mpfung Infecto Pedicul (\*1), ein LÄ¼usegift aus der Apotheke, was angeblich LÄ¼use und Nissen abtÄ¼tet bzw. so schÄ¼digt, daÄ¼ sie sich nicht mehr fortpflanzen kÄ¼nnen. Wobei ich zumindest bei dem ersten LÄ¼usebefall vor 2 Jahren auch mit diesem Gift nach Tagen noch lebende (Baby-) LÄ¼use auf dem Kopf meiner grÄ¼ßen Tochter fand. Vielleicht waren die aber wirklich geschÄ¼digt, auf jeden Fall waren und sind die Haare extrem lang gewesen, was den Kampf gegen die LÄ¼use nicht grade einfacher macht. Ä¼brigens haben drei von vier Bewohnern in unserer Wohnung extrem lange Haare. Die zur Zeit sehr regelmÄ¼ssig nach neuen LÄ¼usen und LÄ¼useeiern abgesucht werden. Mit einem speziellen LÄ¼usekamm/Nissenkamm, in dem Laus wie Ei angeblich hÄ¼ngenbleibt. Angeblich schreibe ich deshalb, weil ich bei der BekÄ¼mpfung vor zwei Jahren tagelang die Eier mit den Fingern aus den Haaren gezogen habe. Im Kamm blieb da so gut wie nichts hÄ¼ngen! Ich vermutete lange, daÄ¼ man aus dem Stoff, mit dem die Laus ihre Eier anklebt, sicher einen superwasserfesten Klebstoff entwickeln kÄ¼nnte...

Erwachsene LÄ¼use (Ektoparasit *Pediculus humanus capitis*) sind 2 bis 3,5 Millimeter grÄ¼ße, leben etwa einen Monat und legen etwa 5 Eier pro Tag. Diese kleben sie direkt an die Haarwurzel, womit man sehr gut sehen kann, ob die aufgefundenen Nissen sehr frisch oder doch schon Ä¼lter sind - je nach dem, wie weit sie von der Kopfhaut entfernt sind. GefÄ¼hrlich sind nur die durchscheinenden Eier nahe an der Kopfhaut; die auffÄ¼lligen, weiÄ¼en Nissen, die mehr als einen Zentimeter von der Kopfhaut entfernt sitzen, sind harmlos, weil leer oder tot. LÄ¼use schlÄ¼pfen nach etwa 8 Tagen und sind nach weiteren 10-12 Tagen geschlechtsreif, was bedeutet, die Behandlung mit dem Gift kann man (in hartnÄ¼ckigen FÄ¼llen) nach etwa 8-10 Tagen noch einmal wiederholen. Sofern man beim ersten Mal alle lebenden LÄ¼use erwischt hat, kann man sich so relativ sicher sein, daÄ¼ zumindest auf dem behandelten Kopf keine weiteren ZÄ¼chtungen entstehen. Weswegen man natÄ¼rlich vor erneuter Fremdansteckung auf dem Schulhof oder Ä¼ber das eigene Kinderzimmer noch immer nicht sicher ist. Es ist bei LÄ¼usebefall immer sinnvoll und nÄ¼tig, die BettwÄ¼sche, HandtÄ¼cher, benutzte Kleidung bei mindestens 40 besser noch 60 Grad zu waschen (ab 40 Grad sterben Nissen wie LÄ¼use), alles gut abzusaugen und alle Stofftiere und alles, was irgendwie LÄ¼use beherbergen kann und nicht in die Waschmaschine darf, in PlastiksÄ¼cken fÄ¼r ein paar Wochen in KaranthÄ¼ne zu geben (unser Balkon ist voll davon...). LÄ¼use kÄ¼nnen etwa 2 Tage ohne Nahrung auskommen, aus den Eiern wird etwa nach 10 Tagen eine Laus

schließen (sofern es nicht zu kalt oder zu warm war), rein rechnerisch reichen also 2 Wochen ohne die Lieblingskuscheltiere aus. Alternativ funktioniert zumindest bei manchen, kleineren Gegenständen auch "einfrieren", evtl. befallenes einfach 24 Stunden in die Gefriertruhe legen. Bärchen, Haargummis und Ähnliches muss natürlich auch gereinigt werden (auskochen, einfrieren, wegpacken).

Der Kampf gegen Läuse direkt auf dem Kopf kann neben dem bekannten Läusegift auch auf natürlichere Weise geführt werden. Zum einen natürlich (und in jeden Fall!) mit dem Läusekamm und häufigerem Kämmen (Läuse sind extrem schnell und flüchten schnell in den Schatten, wenn man die Haarsträhnen hochnimmt - ausserdem sind die Babys verdammt klein und ziemlich hell). Außerdem hatte ich beim Kämmen immer eine kleine Schale mit Wasser dabei um gefundene Läuse direkt ersaufen zu können - und bei allem anderen, was nicht identifizierbar war, immerhin sicher zu sein, daß es ertrinkt, sofern es eine Laus ist ;). Weiterhin soll es sinnvoll sein, die Haare mit Essig zu behandeln (Läuse mögen den PH-Wert so gar nicht). Dafür einfach die Haare nach dem Waschen mit purem Haushaltsessig reichlich beträufeln, evtl. noch eine Tüte oder ein Handtuch darüber und schön lange einwirken lassen (30-60 Min.). Danach ausspülen und - wieder - kämmen. Der Essig soll auch helfen die festgeklebten Lauseier einfacher abzubekommen, diese Erfahrung konnte ich (siehe weiter oben) leider nicht machen.

Kokos-, und Sojaöl helfen auch auf natürliche und sehr einfache Weise: die Läuse ersticken und trocknen dann aus (das Öl verklebt ihre Atemwege). Hier gibt es einige (keineswegs günstige) Produkte auf dem Markt: Shampoo und Umgebungsspray. Das Shampoo läßt man einfach 60 Minuten auf den Haaren und wiederholt die Anwendung alle paar Tage. Erscheint mir zumindest sinnvoller als der regelmäßige Einsatz von Giften, gegen die Resistenzen entwickelt werden können.

Hitze mögen Läuse auch nicht, ab 40 Grad sterben sie ab. Deswegen gibt es auch noch den alternativen aber umstrittenen Ansatz, Läuse mit Trockenhauben den Garaus zu machen. Einfach 20-60 Minuten unter der möglichst heißen Haube sitzen bleiben, grade kleinere Kinder werden dies natürlich nicht problemlos mitmachen. Und wie bei allen Läusevernichtungsmethoden muss auch diese hier möglichst wiederholt werden und in den Tagen und Wochen nach dem Befall immer wieder nachgeschaut werden, ob nicht doch etwas überlebt hat.

Ich hoffe hier in Kürze wieder mit dem ständigen Kämmen aufhören zu können. Und das meine jetzt befallene Tochter nicht die gleichen Probleme bekommt wie meine Grosse vor zwei Jahren; da hat mindestens eine Klassenkameradin und Freundin überaus bescheuert reagiert und die anderen halbwegs mit aufgestachelt (es ist nicht grad angenehm den ersten Tag wieder in die Schule zu dürfen, natürlich mit dem Lausfrei-Attest, und Kinder schreiend vor einem weglaufen...)

\*1: Die Zeitschrift Köo-Test hat es in einem Produktvergleich im März 2006 Infecto Pedicul zwar als am besten wirksam empfohlen, allerdings nur mit der Note ausreichend, denn die kotesteren Bedenken wegen der giftigen Wirkung auch auf Warmblüter wie den Menschen. Quelle: Wikipedia.de

Geschrieben von Nina in privates um 17:09

### Trainingspause!!!

Trainingspause!!!

Bislang hab ich mir sowas wie eine mehrwöchige Herbst-/Winterpause ja immer verkneifen, aber in diesem Jahr brauch ich offensichtlich eine längere Ruhephase. Von einigen krankheitsbedingten kürzeren Aussetzern hab ich selten mehr als 1 oder 2 Tage am Stück keinen Sport gemacht. Und das seit Sommer letzten Jahres, da hab ich mal fast 2 Wochen urlaubsbedingt pausiert. Aber sonst habe ich nur versucht, alle 2-3 Tage mal einen Ruhetag einzuschieben um meinem Körper die Möglichkeit zur Regeneration zu geben. In letzter Zeit habe ich mehr Pausen gebraucht, immer öfter mal einen zusätzlichen und ungeplanten Ruhetag gemacht, weil ich einfach keine Motivation hatte, mich zu irgendwas aufzuraffen. Ich hab grad irgendwie keine Kraft mehr. Und im Moment nicht mal wirklich Lust. Normalerweise macht mir der Gedanke an eine mehrwöchige Pause eher angst, inzwischen gefällt er mir sogar. Zwei Wochen schaff ich das. Die meisten "Experten" sprechen eher von vier Wochen Winterpause. Aber ich muss es ja nicht gleich überleben ;)

Zwei Wochen nur Rekom-Radfahren (also langsam und kurz - nur die Arbeitsstrecken), bisschen Gymnastik und nicht viel mehr... und danach gibts erstmal eine ganze Weile nur Ausdauertraining (lang aber wenig intensiv). Radfahrend und laufend, bis dahin hab ich dann wohl auch meine Sporteinlagen. Nach mehreren Jahren der festen Vorsätze habe ich mir endlich ein Rezept dafür geholt und hoffe mit diesen auch längere Strecken ohne Knieprobleme laufen zu können.

Äberbrings bin ich in diesem Jahr schon etwas Äber 8000 km radgefahren und fast 500 km gelaufen. Durchschnittliche Wochenleistung 14 Stunden Sport, ca. 210 km Rad, ca. 12 km laufen, Rest Schwimmen/Rudern/Alternatives.

Heute, am Tag 5 der Trainingspause tun mir meine Bein- und Armmuskeln noch immer ein wenig weh. So als hätte ich Sport gemacht. Dafür haben sich meine Knie, die in letzter Zeit mal wieder etwas stärker und häufiger kleinere Probleme gemacht haben, fast völlig erholt. Noch fehlt mir der Sport auch nicht sonderlich, ich kompensiere den Mangel mit Arbeit und Computerspielen (seit mein Studium vorbei ist, habe ich keine gute Ausrede mehr, um mich von süchtig machenden Spielen fernzuhalten ;). Allerdings fühle ich mich irgendwie fett... Und sogar meine Tochter meinte, dass ich in der Pause jetzt sicher etwas "pfändiger" werden würde. NEIN! WEHE!

Geschrieben von Nina in sportliches um 10:24

Dienstag, 2. Oktober 2007

## **EU-Pläne zur Vorratsdatenspeicherung**

Wie hiess und heisst es doch immer so schön? Gegen die Terroristen und Grosskriminelle, einzelne und nur wenige Straftäter brauchen wir... nein, ich meine mal nicht die Online-Durchsuchung, heute "nur" die IÄngst von der EU verabschiedete und ab dem nächsten Jahr auch in Deutschland einzuführende Vorratsdatenspeicherung. Gespeichert werden dann für 6 Monate alle Telefonverbindungen, alle Internetverbindungen (IP-Adressen der Inhalte und des Abrufenden), E-Mails und SMS-Nachrichten. Alles (noch?) ohne den Inhalt der Kommunikation, aber auch so lässt sich schon ein wunderschönes Bild über einen Menschen, seine Vorlieben, seine Kommunikationspartner erstellen. Aber keine Sorge, hören die besorgten Bürger immer wieder, es soll in dieser Datensammlung ja nur in Einzelfällen nach bestimmten Verdächtigen gesucht werden. In Einzelfällen? Da hörten sich die kürzlich beim ORF aufgetauchte ETSI-Dokumente aber ganz anders an (ETSI = European Telecom Standards Institute). Hierbei handelt es sich um die technische Standardisierung vom Data-Mining in den Verkehrsdaten aller Telefonieteilnehmer. Das bedeutet: In naher Zukunft können normierte Vollsuchen samt dem Einsatz von "Wildcards" über den gesamten Datenbestand von Telekommunikationsverkehrsdaten gefahren werden.

Dies ist selbstverständlich - noch? - in den meisten EU-Staaten illegal. Was auch in dem ETSI-Dokument angemerkt wird. Autoren der beiden Dokumente sind übrigens Geheimdienstmitarbeiter.

Der kommende ETSI-Standard schreibt genau das fest, was Datenschützer stets befürchtet und die damit befassten Politiker - egal welcher Partei - stets bestritten haben.

Schade, dass sich - außer dem ORF - bislang keine Medienanstalt für dieses Thema interessiert.

Statt dessen ist unser Innenminister mit seinem wöchentlichen Sonntagsinterview mal wieder zu lesen und zu hören: Schöuble: "Ich mache den Menschen gar keine Angst.", ebenso wie sein mindestens ähnlich paranoider Kollege, der EU-Justizkommissar Franco Frattini, der das Internet - natürlich im immerwährenden Kampf gegen den Terrorismus - stärker überwachen und von illegalen Inhalten säubern will. Wie das funktionieren soll weiß auch in der EU-Ratskommission niemand so genau (vielleicht war Herr Schöuble ja wegen solchen Details am vergangenen Wochenende in China ;)).

Wie sicher die mit großen Worten zur Datensicherheit eingeführten Datensammlungen vor späteren Begehrlichkeiten wirklich sind, zeigt die EU-Ratskommission grad mal wieder ziemlich deutlich:

Genauere Kontrolle von Reisenden, eine schärfere Überwachung des Internets, eine Verknüpfung von Datenbanken und deren umfassendere Auswertung sind einige Kernelemente des Frattini-Plans.

Dabei werden Tabus gebrochen. Als europäische Datenbanken wie das Visa-Informationssystem (VIS) oder die Fingerabdruck-Kartei für Asylbewerber einst beschlossen wurden, sollten die dort gesammelten Angaben ausschließlich für den jeweiligen Zweck genutzt werden. Nun will Frattini sämtliche Sammlungen vernetzen. "Die Idee dabei ist, alle Hilfsmittel zusammenzuführen und die vorhandenen Technologien besser zu nutzen", erklärte der Kommissar.

Quelle und mehr auf [www.heise.de](http://www.heise.de)

Wir sind Europa... Und haben ja nichts zu verbergen. Außer unseren Daten, unserer Privatsphäre und unserer persönlichen Freiheit...

Weitere Links zum Thema:

ETSI-Pflichtenheft: Geheimdienste verleiben sich gerade Vorratsdatenspeicherung ein

EUweiter Austausch von DNA und Fingerabdrücken

Stoppt die Vorratsdatenspeicherung

Geschrieben von Nina in informelle Selbstbestimmung um 10:12

Montag, 24. September 2007

## **Stell Dir vor 15.000 Menschen demonstrieren, ...**

Stell Dir vor 15.000 Menschen demonstrieren, und keiner erfährt es...

Am Samstag trafen sich in Berlin auf der Protestveranstaltung "Freiheit statt Angst - Stoppt den Überwachungs-Wahn!" viele tausend Menschen um gegen die ausufernde Überwachung von Staat und Wirtschaft zu demonstrieren. Die Demonstranten wollten auf die vielen neuen Gesetze und Vorhaben aufmerksam machen, die ihre und die persönlichen Freiheit aller Bürger verletzen. So werden zum Beispiel ab Januar 2008 sämtliche Telefon- und Internetdaten für 6 Monate gespeichert, hat jeder Bürger ab sofort und von seiner Geburt bis lange nach seinem Tod eine einheitliche Steueridentifikationsnummer, plant unser Innenminister die heimliche Bespitzelung seiner Bürger bzw. all ihrer persönlichen Daten bei Terror- oder Gefahrenverdacht und beinhaltet der aktuelle Reisepass sowie zukünftig auch der Personalausweis biometrische Daten auf berührungslos (und daher auch heimlich) auslesbaren Chips.

Dabei ist die zunehmende elektronische Erfassung und Überwachung der Bevölkerung keineswegs ein wirkungsvoller Schutz vor Kriminalität. Höchstens bei der Aufklärung, aber dies ist auch bedingt gegeben (und wäre auch auf herkömmlichen Wegen möglich, wie unsere Polizei ja immer wieder beweist). Überwachung jedweder Art lässt sich - genügend Energie und Motivation vorausgesetzt - immer aushebeln. Gegen Selbstmordattentäter hilft sowas auch überhaupt nicht. Eine eventuelle Video-Aufzeichnung dieser Taten ist hier von der Tätergruppe sogar wünschenswert, um so mehr, je häufiger diese in den Medien wiederholt werden und je größer die Angst ist, die sie damit erzeugen. Und was nutzen biometrische Daten in unseren Ausweisen, wenn die "berühmten" Terroristen (die für alle möglichen und unmöglichen Szenarien zur Zeit den Kopf hinhalten müssen) natürlich echte Ausweise (völlig egal ob mit oder ohne Biometrie) ihrer jeweiligen Heimatländer besitzen? Einen Nutzen haben hier vor allem die Hersteller der Geräte zur Biometrie. Und die Strafverfolgungsbehörden, welche die gespeicherten Fingerabdrucke aller Reisepassbeantragenden gleich mal in einer bundesweiten Datenbank speichern wollte. Davon haben einige doch schon lange geträumt!

Aber diese ganzen Verfahren kosten dem Steuerzahler Millionen, bringen diesem aber weder im Einzelnen noch im Ganzen eine spürbare höhere Sicherheit. Sie gefährden die Privatsphäre all der unschuldigen Bürger, die mit diesen Verfahren unter Generalverdacht gestellt werden. Und lenken den Bürger (auch dank der häufigen Massenmedien, die jedes neue Sonntagsinterview unseres Innenministers und seine immer wieder neuen Horrorszenerios dankbar abdrucken) von den wirklichen Problemen des Landes ab.

Und da wären wir auch schon bei dem Hauptgrund für diesen Blogbeitrag: wo bleibt eigentlich das Medieninteresse an dieser wahrlich großen Demonstration?

Die ARD hat gar nicht erst darüber berichtet, das ZDF sprach in einem Nebensatz in den 19.00 Uhr Nachrichten darüber; und in diesem Artikel der schon durch seine Überschrift negativ auffällt: "Tausende gegen Sicherheitsgesetze auf der Straße". Ähnliches schreibt auch der Stern.

2000 Demonstranten? "unfriedlich zuende gegangen"? Abgebrochen?

In welchem Universum.... tschuldigung.... auf welcher Demo waren diejenigen, die diese Artikel schrieben? Grundlage dieser beider und noch diverser anderer, gleichlautender Artikel ist offenbar die Quelle DPA/AP.

Sogar die Polizei sprach anfangs von mindestens 8.000 Demonstranten und korrigierte die Zahl später nach oben. Die Veranstalter der Demo sprachen von 15.000. Welche Wahrheit nun die richtige ist, kann nur geschätzt und geraten werden. Aber sie dürfte weit, weit oberhalb dessen sein, was hier von den populären Medien propagandiert wird!

Abgebrochen wurde die Demo übrigens keineswegs, sie ging mit diversen Abschlussreden friedlich zu Ende. Zu Ausschreitungen kam es allerdings wirklich, die Polizei hat, nach diversen Augenzeugenberichten völlig grundlos, eine größere Gruppe mitmarschierender, den "linksradikalen bzw. antikapitalistischen Block", gesprengt, wahllos mindestens ein paar Dutzend Leute herausgezogen und ungefähr 15 davon verhaftet. Laut Polizei wegen zu großer Transparente (in Deutschland ist offenbar wirklich alles geregelt, sogar die Größe der Demonstrationsplakate), wegen Verstößen gegen das Vermummungsverbot und wegen Ausschreitungen mit Sachbeschädigungen (Tische und Stühle eines Hotels am Versammlungsort - vermutlich ist soetwas aber auch wirklich schwer oder gar nicht zu

verhindern, wenn so viele Menschen aufeinandertreffen). Der "schwarze Block" löste sich daraufhin auf Höhe der Friedrichstraße auf und erklärte seine Teilnahme an der Demonstration für beendet.

Die Polizei hat bei dieser Demo übrigens auch keineswegs gesetzestreu gehandelt. Auf einer Demonstration gegen Überwachung den Demonstrationsteilnehmern offensichtlich eine Videokamera ins Gesicht zu halten und die Menschen abzufilmen, ist schon beinahe pervers. Und auf jeden Fall ist dies routinemäßige Abfilmen von kompletten Demos lt. §§ 17a i.V.m. 12a VersG rechtswidrig!

--> Zitat

Die Polizei darf Bild- und Tonaufnahmen von Teilnehmern bei oder im Zusammenhang mit öffentlichen Versammlungen nur anfertigen, wenn tatsächliche Anhaltspunkte die Annahme rechtfertigen, dass von ihnen erhebliche Gefahren für die öffentliche Sicherheit oder Ordnung ausgehen. Quelle: <http://dejure.org/gesetze/VersG/12a.html>

--> Zitatende

Wenigstens Heise berichtet ausführlich und diverse Heiseleser schreiben über ihre Erlebnisse bei dieser Protestkundgebung in den dazugehörigen Heiseforen:

Polizeizugriffe bei Demo gegen den Überwachungsstaat  
Tausende Bürger demonstrieren für "Freiheit statt Angst"

Auch halbwegs und lesenswert: farliblog

Geschrieben von Nina in informelle Selbstbestimmung um 13:26

Dienstag, 18. September 2007

## **Lass Dich nicht verarschen!**

Auch nicht bei der Shell!

Gestern war ich tanken. An sich nichts ungewöhnliches, schon klar. Ich tankte bei der Shell, das tue ich eigentlich öfter. Vor allem, weil von der Arbeit aus gesehen wie auch von Zuhause eine Shelltankstelle am Naheliegendsten ist. Eigentlich nehme ich mir oft vor, liebe eine kleine, billigere aber auch weiter entfernte 'Tanke' zu nehmen, vor allem, weil ich den Bonuspunktequatsch nicht mitmache und auch nicht mitfinanzieren will. Und das tut man zwangsläufig, wenn man da konsumiert, wo es Prämien für getätigte Einkäufe gibt. Irgendwovon müssen diese Prämien ja finanziert werden. Und noch weniger möchte ich mein Konsumverhalten über Kundenkarten protokollieren lassen, ich besitze keine Payback, Shell oder sonstwas für eine Karte!

Und ich schweife etwas ab... Die Shelltankstelle in Misburg, Hannover, war mein Ziel. Mein Tank war nämlich so gut wie leer und ausserdem lag die Shell auf dem Weg zu dem Einkaufsladen, den ich im Anschluss besuchen wollte. An der Tankstelle der schon bekannte "Tankwart-Service". Die Typen gingen mir schon mehrfach auf die Nerven, ich brauche keinen Hiwi, der mein Auto betankt oder nach dem Al guckt, das kann ich durchaus schon alleine! Und ich möchte auch keinen solchen "Tankwart" bezahlen! Und, siehe oben bei den Prämien, letztendlich tut man das ja doch - über den Preis der Ware, hier dem Benzin.

Dieser "Tankwart" war ganz besonders ätzend! Raste auf mein kleines Auto zu, riss den Tankdeckel auf und fragte betont freundlich: "Volltanken?!" Ich war etwas baff, hatte wenigstens mit der höflichen Frage gerechnet, ob er seine schmutzigen Finger an mein Autochen legen dürfte, aber solche Hemmungen hatte der Mensch offenbar nicht. "Nein, nicht volltanken, nur für 20 Euro" erwiderte ich und dachte wieder an meinen Entschluss, nicht bei der Shell oder anderen "Grossen" tanken zu wollen. Ich sollte mal meine Motorhaube aufmachen, forderte er. Wirklich, er fragte nicht, er forderte. Als eine Reaktion von mir ausblieb, meinte er, er wolle für meine Sicherheit nach dem Iststand gucken. "Danke, nicht nötig" hab ich erwidert. Dann könne ich schon bezahlen gehen, sagte er, drückte mir ein laminiertes Tankwart-Zettelchen in die Hand und meinte, wenn ich mit dem Service zufrieden wäre, könnte ich ja dies an der Kasse abgeben und bezahlen. Bezahlen??? Ich guck mir das Teil an, da steht da doch tatsächlich 1 Euro drauf! Bitte? Hätte ich gewusst, dass ich - direkt und nicht nur indirekt über den Benzinpreis - diesen "Service" bezahlen muss, hätte ich verzichtet (was bei der überaus aufdringlichen Art dieses Menschen schon schwer gefallen wäre)! Insofern ist das ja sowieso rechtlich nicht bindend, weil kein Vertrag zustande gekommen ist, meine Willenserklärung einen abzuschließen gefehlt hat. Trotzdem hätte ich mich total überfahren und irgendwie auch leicht verarscht! Ich hab erst überlegt, ob ich das Teil einfach in der Tankstelle irgendwo ablege, aber das war dann doch zu lächerlich. Die Dame hinter der Kasse nahm es auch wortlos an, als ich es ihr gab und sagte, dass ich keineswegs bereit bin, das zu bezahlen. Nicht ganz so wortlos war dann aber ich, als sie mir sagte, ich solle 26 Euro bezahlen. Wie? Ich wollte Benzin für 20 Euro! Sie zuckte nur mit den Schulter, wäre ja kaum zu ändern jetzt. Der Herr Tankwart hat - keine Ahnung ob absichtlich oder nicht - mehr getankt, als ich gewollt hatte.

Nein, zu ändern ist das jetzt nur schwer, aber bei einem bin ich mir sicher:

bei der Shelltankstelle tanke ich nun wirklich nicht mehr!

Ich lass mich doch nicht verarschen!

Geschrieben von Nina in öffentlich um 11:28

Samstag, 8. September 2007

## **Motivation**

Ich bin grade einen Rekord auf meinem Rollentrainer gefahren :)

Und das sogar obwohl ich heut Morgen müde und völlig schlapp aufstand, meine Muskeln von gestern am ganzen Körper murrten (gestern hatte ich ne halbbsche aber nur bedingt anstrengende Mischung aus Rudergewicht, Ausdauer auf der Rolle, Gymnastik) und Motivation für Sport gar nicht vorhanden war.

Aber dann... dann war da ein Radrennen, direkt vor meiner Haustür (aus dem Küchenfenster konnte man auf die etwa 200 Meter entfernte Rennstrecke gucken). Ein halbes Stündchen hab' ich denen auch von nahem zugesehen (und sie auf der regenassen Straße mehrfach stürzen sehen - autsch! ).

Danach war ich dann motiviert genug für eine kleine Krafteinheit... ;)

Geschrieben von Nina in sportliches um 23:19

Sonntag, 26. August 2007

## **RTF "Sieben Berge"**

Endlich mal wieder ne RTF, warum fahr ich so selten? Es war einfach nur... GEIL!!! \*g\*

Ich bin die grÄ¶ssere Runde mit ausgeschriebenen 115 km gefahren (wobei ich die Entscheidung Ä¼ber die LÄ¶nge der Tour erst fast direkt am dem Schild traf, bei dem sich die Routen teilten \*g\*). Hab gestern extra einen (lange aufgeschobenen) Ruhetag eingelegt und fÄ¼hlte mich, als ich endlich unterwegs war, ziemlich fit. Darum bin ich dann auch mit dem Rad und nicht mit dem Auto zum Startpunkt gefahren, also noch weitere 31 Kilometer.

Ich bin noch nie so gefahren wie heute! So lange so intensiv, alleine 2,5 Stunden im Kraftausdauerbereich, 1,5 GA2 . Der Schnitt war mit 26,5 km/h gar nicht so berauschend, allerdings war es relativ windig und hÄ¼gelig. 650 HÄ¶hometer sind zwar keine Bergtour, aber das stÄ¶ndige auf und ab raubt durchaus Kraft, macht allerdings bei den schÄ¶neren Abfahrten auch verdammt SpaÄ¶! :)

Ich habe nicht gedacht, daÄ¶ ich so lange Kraftausdauer fahren kann. Gefehlt hat mir dazu wohl nur die Motivation, die ich hier und heute hatte. Einfach ausgelÄ¶st durch das Wissen, wie lang die Strecke ist, daÄ¶ ich mir keine Gedanken um die Routenplanung machen muss (ausser natÄ¼rlich, daÄ¶ ich die Schilder nicht Ä¼bersehen darf ;) ) und durch die vielen anderen, die genau wie ich sich quÄ¶len und gar nicht alle schneller sind.

Äœberhaupt bin ich Ä¼berraschend selten Ä¼berholt worden. Offenbar war ich aber vom Hauptfeld weit entfernt, obwohl ich bereits um viertel vor Neun, also eine Viertelstunde vor dem offiziellen Start, vor Ort war und kurz nach neun Uhr auch gestartet bin, waren die meisten wohl schon weg (so auch die Meinung im Rennradforum). Doof... ebenso wie die lange und langsame Schlange beim Anmelden... Bedeutet wohl, ich muss noch frÄ¼her bei der nÄ¶chsten RTF sein... Noch frÄ¼her... Als ob die nicht eh schon so frÄ¼h beginnen...

Aber fahren werde ich bestimmt bald wieder! Es war einfach zu schÄ¶n! Ich habe unterwegs, ganz entgegen zu meinen sonstigen Touren, kaum einen Gedanken ans Aufgeben oder dem "Nicht-Schaffen-kÄ¶nnen" verschwendet, meine Kraft hat gut ausgereicht. So gut, daÄ¶ ich ganz am Ende nochmal ordentlich Gas geben und meinen Schnitt um 0,5 km/h erhÄ¶hen konnte - als der Wind endlich mal von hinten bliess und das stark hÄ¼gelige hinter mir lag.

Ich bin meist alleine gefahren, also nur selten und wenn nur kurz im Windschatten anderer. Ich wollte einfach mein Tempo fahren, nicht warten wegen anderen und mich auch nicht hetzen wegen anderen (und Angst bekommen, so nicht durchfahren zu kÄ¶nnen). Beim Äœberholen hab ich weiterhin eine SchwÄ¶che, bleib lieber dahinter aus Angst, nach dem Äœberholen das Tempo nicht halten zu kÄ¶nnen. Meistens nur BlÄ¶dsinn und mangelndes Selbstbewusstsein...

Eigentlich hab ich immer gedacht, wenn ich eh alleine fahre, brauche ich keine RTF. Aber dennoch war der Motivationsschub heute immens. Psychisch bringt das fÄ¼r mich wohl wirklich viel!

Und psychisch war ich nach der Fahrt total aufgekratzt \*g\*. Und stolz bin ich. Auf mich und meine Leistung. Kaputt bin ich allerdings auch. Nicht vÄ¶llig am Ende aber kaputt. Und hungrig. Obwohl ich schon 3 Pfannkuchen und einen Teller Nudeln hatte...

WÄ¶hrend der Tour waren die Verpflegungsposten sowie die kurzen Pausen Ä¼brigens auch sehr hilfreich. Noch ein Punkt fÄ¼r RTFs. Und ich bin endlich mal wieder ausserhalb meiner Ä¼blichen Routen gefahren, und habe mich weit, weit von diesen entfernt. :)

Wann ist die nÄ¶chste RTF? ;)

Geschrieben von Nina in sportliches um 21:24

Mittwoch, 8. August 2007

### **Kurzurlaub - Campen am Doktorsee**

Wenigstens ein bisschen Urlaub fern unseres Balkons haben wir uns verdient. Und so verschwanden wir für fünf Tage im Weserbergland, das kleine Auto vollgeladen mit zwei Zelten, einem Mini-Campingkocher und dem wichtigsten an Kleidung und Unterhaltungsmaterialien. Die selbstgesetzte Beschränkung auf nur zwei Bücher fiel meiner grossen Tochter ungefähr so schwer wie mir selbst. Zum Glück passte das kleine Gummiboot zum Schlüsselloch und entgegen aller Befürchtungen doch noch ins Auto, es wurde von uns allen recht häufig auf dem relativ grossen Doktorsee in Rinteln benutzt. Stühle oder Tische passten natürlich nicht mit in den Tonaumraum, der eher mit einem Kofferchenraum als denn dann einem richtigen Kofferraum daherkommt. Für fünf Tage war das aber kein Problem, gefrühstücken haben wir die meisten Morgende an einem Picknicktisch direkt am See, den Rest der Mahlzeiten aßen wir eben auf dem Boden sitzend oder - welch Luxus - in einem Restaurant.

Die Erlebniswelt Steinbergen haben wir besichtigt, in diesem ehemaligen Teilbereich des noch aktiven Steinbruches konnte man neben allerlei Wissenswertem (so man denn Interesse daran hat) über Steine, Steinbrüche und ähnlichem kleine Mineralien, "Edelsteine", Gold und echte, ca. 18 tausend Jahre alte Haifischzähne ausbuddeln und mitnehmen. Und ganz oben auf dem Berg angekommen hatte man eine wunderbare Aussicht von einer metallenen Aussichtsplattform - die für meine Begriffe eindeutig viel zu hoch oben war ;)

Das Schloss in Beckeburg war auch einen Vormittagsausflug wert, ebenso wie der Klippenturm in Rinteln (den wir natürlich an einem Montag besichtigen mussten, an dem das kleine Cafe am Turm Ruhetag hat...). Ansonsten haben wir gefaulenzt, in dem etwas arg algigen See gebadet, sind mit dem Gummiboot gepaddelt und haben die Nächte etwas unruhig auf dem unbequemen Unterlagen verbracht. Ich glaube, für harte Isomatten bin ich langsam doch zu alt... Außerdem dauerte das Kaffeekochen morgens auf dem kleinen Minikocher eindeutig zu lange!

Mit dem Wetter haben wir dafür offenbar viel Glück gehabt. Bei der Ankunft war es noch etwas kühl, die ersten zwei Nächte beinahe Ar...kalt, wärmte es sich auf, bis an die 30 Grad am Sonntag/Montag auf. Bei der Abfahrt am Dienstag war die Sonne schon wieder weg und ein grosses Regengebiet zog auf. Aber es hat gewartet bis wir alles Gepäck und uns selbst im Auto verstaubt hatten, bevor es mit dem Regen begann. Wenn Engel reisen... ;)

Geschrieben von Nina in privates um 18:30

Mittwoch, 18. Juli 2007

### **Mein rechter Fuß**

Mein rechter Fuß ist mir in meinem Traum heute nacht einfach abhanden gekommen. Wobei mein Kopf im Traum das so "einfach" auch wieder nicht gestaltete, eigentlich war ich in Narkose wegen irgendeiner Kleinigkeit und das Krankenhaus wurde in der Zeit evakuiert. Irgendein Verrückter ist da geblieben und hat mir einfach meinen Fuß abgeschnitten! Was ich im Traum wie auch im Wachsein als ungemein stärkend empfand und empfinde. Im Traum habe gedacht: "wie soll ich so denn noch Fahrradfahren können?" Sehr realistisch...

Ich war heilfroh, als ich endlich aufgewacht bin. Und jetzt, viele Stunden später, bemerke ich immer wieder zu meiner Beruhigung, daß ich zwei Füße habe!

Sollte mir jemand eine sinnige Deutung dieses Traums geben können, wäre ich sehr dankbar darüber. Sollte ich demnächst einen Unfall haben und meinen rechten Fuß dabei verlieren, hab ich hiermit den Beweis erbracht, daß man in die Zukunft träumen kann. Ehrlich gesagt wäre ich in diesem Fall aber lieber einfach nur ein fantasievoller Träumer ;)

Geschrieben von Nina in privates um 18:18

Sonntag, 15. Juli 2007

### **tierische Sensation**

im Zoo Hannover entdeckt: ein sich rasend schnell bewegendes Faultier!

Direkt nach dieser, sicher kraftzehrenden, Anstrengung hat es sich aber v  llig artgerecht bequem hingeh  ngt und erstmal geschlafen.

Weiterhin gab es gross  ugige, etwas dumm schauende Eulenbabys und   berheblich auf mich herabschauende Giraffen.

Geschrieben von Nina in   ffentlich um 00:08

Freitag, 13. Juli 2007

## Hey Hund

Hunde sind ja die natürlichen Feinde des Radfahrers. Zumindest manche. Wobei ich den armen Hunden hier unrecht tue, eigentlich sind es ja eher die Besitzer. Manche zumindest... Ich bin immer froh wenn ich sehe, daß ein Hundebesitzer mich gesehen hat und seinen Hund zu sich ruft, näher an die Leine nimmt oder am Halsband festhält. Vors Rad sind mir schon einige Hunde gelaufen, passiert ist bislang zum Glück noch nie etwas. Meistens reicht es ja auch, wenn der Hund mich sieht und mir dann nicht aus Versehen vors Rad rennt. Weswegen ich meistens, wenn mir ein unangelegter und unachtsamer Hund begegnet, diesem etwas zurufe. Dann erschreckt er weder mich noch sich, rennt mir nicht vors Rad und beißt mir auch nicht in die Waden.

Der Hund gestern reagiert völlig anders, wenn auch eigentlich relativ argerecht und somit gar nicht so überraschend. Er trottete, einige Meter vor mir, aus einem Seitenweg auf den breiten Radweg, mitten in der Eilenriede - dem hannoverschen Stadtwald. Seine Besitzer waren ein gutes Stück hinter ihm und ich rief "Hey Hund". "Hund" schaute hoch, freute sich sichtlich und raste los. An mir vorbei und halb schräg vor meinem Vorderrad. Sich immer wieder zu mir umschauend. Ich bin mir eigentlich schon ziemlich sicher, daß dieses Exemplar wirklich nur spielen wollte, war mir aber nicht sicher, ob er mir deswegen nicht trotzdem zwischen die Speichen gerät. Einige hundert Meter später hat er das Rennen aber aufgegeben. Da er noch nicht erschöpft wirkte denke ich mal, seine Menschen haben ihn gerufen.

Egal, das Rennen hab ich somit aber trotzdem gewonnen ;)

Und brauche wohl eine andere Hundetaktik im Wald...

Bei der Gelegenheit auch gleich eine gegen radwegverstopfende, halbtotbe Menschen. Meine Klingel ist wirklich keineswegs leise, für manche aber offenbar noch immer unhörbar. Vielleicht brauche ich doch noch so eine Trille, wie sie in Fußballstadien benutzt wird. Im besten Fall springen die zweibeinigen Verstopfungen dann vor Schreck direkt vom Radweg in den Matsch daneben \*hehe\*.

Geschrieben von Nina in sportliches um 10:10

Dienstag, 26. Juni 2007

## Jobaussichten

Seit November letzten Jahres arbeite ich nur noch halbtags. Das liegt vor allem daran, daß mein Arbeitgeber, das Land Niedersachsen, exessiven Stellenabbau betrifft. Vorher war ich immerhin 3/4 beschäftigt, wovon wir immerhin - im Gegensatz zu Heute - halbwegs leben konnten. Seit mein befristeter 1/4-Vertrag im November ausgelaufen ist, hänge ich mich finanziell an der Hartz4-Grenze durchs Leben. Mein Auto muß durch den TÜV (und vor allem vorher ein wenig restaur... Ähm... repariert werden), meine älteste Tochter hat kein Fahrrad und von soetwas wie einem (zahmen) Rechnerupdate oder irgendwelchen anderen Extras brauch ich gar nicht erst träumen. Das Geld reicht für Miete, Nebenkosten und Essen sowie Kleidung, sofern wir nicht allzu anspruchsvoll sind. Was wir nicht sind...

Alles in Allem ein unbefriedigender Zustand, den ich vor allem deshalb bislang nicht geändert habe, weil mein Chef mir die Hoffnung auf baldige Mehrbeschäftigung gemacht hat. Irgendwann Anfang des Jahres schon. Allerdings ohne einen Termin, das dauert eben. Ist mir klar. Ich kenne die Stellenpolitik und überhaupt die Möglichkeiten öffentlicher Verwaltung. Wenigstens ein bisschen. Bin ich doch wirklich schon 8 Jahre in diesem Job, in diesem Landesamt. (weih!)

Eigentlich arbeite ich sogar gerne dort. Falls man überhaupt gerne arbeitet. Von all meinen bisherigen Jobs ist das der Beste. Meine Kollegen und Vorgesetzte sind durchaus in Ordnung, der Arbeitsbereich ist immerhin etwas, was mir bedingt Spaß macht. Auch wenn ich nach einigen Jahren automatisierter Softwareverteilung auch ganz langsam ein wenig die Nase voll davon habe. Andere Arbeitsgebiete gibts aber zur Zeit nicht, was auch daran liegt, daß ich nur so wenige Stunden in der Woche arbeiten "darf". Aber auch, weil es keinen Nachfolger für meinen Arbeitsbereich gibt. Somit denke ich, werde ich auf lange Sicht (sofern ich dort bleibe) den gleichen Schmarren machen und sollte ich irgendwann wieder mehr als jetzt arbeiten dürfen - vielleicht sogar ganztags - würde ich höchstens noch nebenbei ein paar andere Aufgaben dazubekommen. Würde, wenn und aber...

Fakt ist: es gibt keine Stelle. Weiterhin nicht, noch immer nicht. Dafür kann ich bald wahrscheinlich und wieder befristet 1/4 mehr arbeiten, also wieder 3/4. Wahrscheinlich schreibe ich nur, weil ich den Vertrag noch nicht unterschrieben hab. Den bekomme ich aber, das ist die Vertretung einer Kollegin, die kinderbedingt ihre Vollzeitstelle nicht ausnutzt und die ich schon seit Anbeginn meiner Zeiten dort vertrete. Rein stellentechnisch zumindest. Pausiert hat diese Vertretung nur weil man nach deutschem Arbeitsrecht nicht länger als 5 Jahre (am Stück) befristet tätig sein darf.

Wieder befristet, wieder nur 3/4. Passt mir ehrlich gesagt gar nicht! Das ist nicht ganz Not gegen Elend - aber mit meinem Hintern ein Stückchen höher komm ich so auch nicht. Dafür habe ich mehr Zeit - für Kinder und Haushalt. Schon klar. Aber die Kinder sind langsam in einem Alter, in dem sie auch ohne mich auskommen können, zumindest stundenweise. Und ich habe ganz langsam die Nase voll davon, mir alles verkneifen zu müssen! Geiz ist gar nicht geil, wenn er eine Form des Überlebens darstellt...

Ich hätte mal gern wieder Urlaub... \*seufz\* Und eine größere Wohnung mit einem eigenen (Schlaf-)Zimmer! Mit einer Tür! (fast schon unverschämt, oder? ;). Und ganz viele andere Dinge, bei denen ich grad in den letzten Monaten öfter mal gedacht habe: "naja, bald kann ich mir sowas ja vielleicht leisten." Pustekuchen...

Vermutlich bin ich ganz schrecklich undankbar... Der Job, den ich habe, ist ja okay. Nur halt zu wenig. Dafür hab ich viel Zeit für mich. So viel, daß ich zur Zeit tatsächlich etwas Ähnliches wie Langeweile verspüre; ich weiß zeitweise einfach nix mit mir anzufangen! Ich möchte nicht schreiben "ich hab zuviel Zeit", man kann eigentlich sowieso nie zuviel davon haben, zumal man sowieso immer gleichviel Zeit hat ;) Aber bei dem Projekt "Mehrarbeit gegen Geldsorgen" würde ich schon gerne mitmachen. Und das bitte mehr als jetzt und auch mehr als in den letzten Jahren! Nebem dem finanziellen und der Zeit gibt es da sowieso noch einen weiteren Faktor, der für eine Vollzeitstelle spricht: als Teilzeitkraft wird man nie voll akzeptiert, läuft immer irgendwie nebenher, kriegt vieles gar nicht erst mit. Dafür wird man auch aus vielem rausgehalten, was durchaus auch ein Vorteil sein kann. Aber mir wäre es anders grad lieber (ich hoffe, daß ist nicht nur so wie mit dem Gras - nicht DAS Gras! ;) - auf der anderen Wiese...).

Allerdings möchte ich eigentlich gar nicht auf Jobsuche gehen. Wobei... ein Teil von mir möchte das durchaus. Endlich mal was anderes, was neues und nicht für den Rest meines Lebens die gleiche Routine, die gleichen Leute, der gleiche Weg, ....

Ich weiß auch nicht... \*seufz\* Ich les jetzt erstmal meine Mails, da sind vorhin 3 Jobangebote angekommen...

Geschrieben von Nina in `privates` um 17:47

### **Tierisches aus dem Saupark**

Aus dem Wisentgehege bei Springe. Manchmal macht meine Kamera doch nette Bilder ;)

Geschrieben von Nina in `Öffentlich` um 16:42

Freitag, 15. Juni 2007

### **WÄ¼rfelgeschick**

HAH! Ich habs geschafft! Ich hab auch nur wenige Stunden relativ genervt mit den sechs PuzzlestÄ¼cken dieses WÄ¼rfels zugebracht, bis ich - ohne die Verwendung von Schere und Klebstoff! - alle Teile passend zusammengesetzt hatte. Meine Tochter, die diesen WÄ¼rfel mit ins Haus brachte, hat dies ebensowenig geschafft wie all die anderen, die hier wohnen. Nur ich, ich, ich (nein, ich tanz und hÄ¼pf nun nicht im Kreis, so weit kann ich mich grade noch zusammenreißen ;)).

Geschrieben von Nina in Ö¼ffentlich um 19:17

### **Pferderennbahn**

Vor etwa zwei Wochen waren wir auf der Pferderennbahn in Hannover. Dank zwei Freikarten und kostenlosem Eintritt fÄ¼r Kinder unter 15 Jahren hat sich das irgendwie angeboten, beinahe sogar aufgedrÄ¼ngt. Wirklich spannend, spektakulÄ¼r und wiederholenswert fand ich das aber nun nicht. Vielleicht hÄ¼tte ich Geld auf die Pferde setzen sollen um mich ein wenig mit dem Wettfieber anstecken zu lassen. Aber ich wollte gar nicht. Gewonnen hÄ¼tte ich sowieso nichts, also siegte mein Geiz und wir haben nur die Pferde und die Leute um uns rum beguckt. Am spaÄ¼yigsten war der Tag wohl fÄ¼r meine LÄ¼tte, die an den kostenlosen Kindergewinnspielen einen ganzen Karton voller Cappies, Stiften, SchlÄ¼sselÄ¼ndern, GummibÄ¼ren und mehr abgerÄ¼umt hat.

Geritten sind wir aber auch; dieses Pferd erschien eigentlich ja relativ harmlos: ;)

Geschrieben von Nina in Ö¼ffentlich um 18:55

### **FundstÄ¼ck**

HÄ¼bsch sind sie ja, die Wespennester. Nur doof, wenn sich die Wespen ausgerechnet das Sofa auf dem Balkon als Lebensraum aussuchen. Das hat uns einen ganzen Sommer von der Benutzung des Balkons abgehalten. Was schon allein deshalb sehr unfair ist, weil ich ja schliesslich auch die Miete zahle und somit irgendwie der Meinung bin, auch ein Recht auf die Nutzung meines gemieteten Balkons zu haben. Ausdiskutieren wollte ich das mit den Wespen aber nicht mehr, nachdem mir eine davon in den Kopf gepiekt hatte. Und das auch noch im Schlaf. \*autsch\*

Da Wespen immer nur einen Sommer lang an einem Ort leben, konnte das inzwischen unbewohnte Wespennest nun entfernt werden. Und der Balkon gehÖ¼rt nun wieder ganz den Menschen. Und den Katzen.

Geschrieben von Nina in Ö¼ffentlich um 18:47

Freitag, 18. Mai 2007

## **plÄ¶de Technik!!!**

Da steh ich gestern vor einem ganz normalen Geldautomaten, geb ihm meine EC-Karte zum Fressen und was tut das Ding? NIX!!! Auf dem Monitor erschien weiterhin die Aufforderung "bitte Karte einfÄ¼hren" und bloss das normalerweise grÄ¼n leuchtende LÄ¶mpchen am KarteneinfÄ¼hrschacht blinkte nicht mehr. Der Automat war durch nix dazu zu bewegen, sein Fehlverhalten einzusehen und mir mein kleines und so dringend benÄ¶tigtes KÄ¶rtchen wiederzugeben. Geld bekam ich natÄ¼rlich auch keins. Was ein wenig blÄ¶d ist, wenn man eben dies braucht. Oder wenigstens eine Karte zum Bezahlen...

Ich hab die Karte sperren lassen, weil ja die Gefahr bestand, daÄ¶ der Automat irgendwann, nachdem ich es aufgeben hatte, neben ihm auf irgendeine vernÄ¼nftige Reaktion zu warten, die Karte doch wieder ausspuckt.

Nun hab ich also keine EC-Karte, die aber wenigstens gesperrt ist, kein eigenes Geld und es ist Wochenende... Die Bank, in der das passiert ist, meinte nur, sie schicken die Karten im Automaten zu der jeweiligen Bank, bei der der Kartenbesitzer Kunde ist. Ob das in meinem Fall jetzt die Hauptfiliale in MÄ¶nchengladbach ist, konnte mir die Dame nicht sagen. Und auf den versprochenen RÄ¼ckruf mit der information, ob meine Karte Ä¼berhaupt noch im Automat war heute morgen, warte ich seit mehreren Stunden...

Na danke auch.... \*grummel\*

UPDATE:

Die Dame von der Bank rief aber eben tatsÄ¶chlich noch zurÄ¼ck. Vermutlich hat sie so lange gebraucht, weil sie meine Karte verzweifelt gesucht hat \*hrhr\*. Sie (also die Karte) war nÄ¶mlich nicht mehr im Automaten Heute morgen... (hab ich das etwa wirklich erwartet... :roll: ).

Sie wird die VideobÄ¶nder anfordern von dem Zeitraum und dann versuchen sie wenigstens herauszufinden, wann sie herauskam und ob sie sehen kÄ¶nnen, wer sie mitgenommen hat. Vielleicht hat ein ehrlicher Finder (Zitat der Dame von der Bank - ich glaube daran ehrlich gesagt nicht) sie ja auch in einen Briefumschlag gesteckt. Und an meine Bank geschickt... nun... wie das haftungstechnisch aussieht fÄ¼r den Zeitraum zwischen meinem Verlassen der Bank und meiner telefonischen Sperrung, konnte mir die Dame nicht sagen. Ich hoffe aber mal das Beste... \*seufz\*

Ob ich jetzt ohne Karte wenigstens sparsamer lebe ;)

Noch ein Update (15.6.2007)

Die Karte ist nicht wieder aufgetaucht, allerdings ist mit ihr auch kein Schabernack getrieben worden. Vielleicht war es glÄ¼ckliche FÄ¼gung, daÄ¶ diese Sache an einem Feiertag passiert ist und die MÄ¶glichkeiten zur unerlaubten Nutzung somit relativ gering waren. Inzwischen habe ich eine neue EC-Karte und - sicher ist sicher \*grins\* - auch eine Kreditkarte. Letzteres habe ich bislang immer verweigert, weil es bis auf ganz wenige Momente (Hotelbuchungen im Internet, bestimmte KÄ¶ufe im Internet) einfach nicht nÄ¶tig ist, eine Kreditkarte zu besitzen. Diese aber zum Konsum verfÄ¼hrt und eine gewisse Gefahr des Missbrauches besteht. Aber immerhin hab ich nun eine weitere Karte, wenn meine Ä¼beraus geliebte EC-Karte mal wieder von gewissenlosen Automaten gefressen wird oder anderweitig abhanden kommt ;).

Geschrieben von Nina in Ä¶ffentlich um 13:38

Montag, 16. April 2007

## Helden der Landstraße

Manche Dinge werde ich nie verstehen. Warum Männer so gerne  berholen zum Beispiel. Also ich verstehe es schon (der schnellste sein, andere besiegen, ...) , ich kann es nur für mich nicht nachvollziehen. Ich mein... es mutet schon sehr komisch an, wenn 3 Rennradfahrer sich die Mühe geben, auf einem etwa 2 KM langen Stück Landstraße die gesch tzt 200-300 Meter Abstand zwischen mir (vornweg fahrend mit ca. 27-28 km/h, Gegenwind) und sich einzuholen um mich zu  berholen (was ja ihr gutes Recht ist, wenn sie schneller sind - zumal sie auch noch sooo freundlich gegr sst haben), nur um dann direkt danach, abgebogen auf einen kleineren Feldweg, nur noch mit 25-27 km/h (hier jetzt ohne Gegenwind) vor mir her zu schleichen. Ich bin kein Überholer, ich hab langsam aufgeschlossen. Ich mag nicht  berholen, schon gar nicht, wenn ich denke, daß die anderen gleich wieder Gas geben und ich ihnen dann wieder im Weg bin, sie mich schon wieder  berholen müssen. Aber die drei hatten es plötzlich gar nicht mehr eilig, ich bin an ihnen vorbei und hatte an der Ampel im nächsten Ort laaaange warten müssen, bis sie von hinten wieder angeschlichen kamen. Aber am Ortsausgang wieder das gleiche Spiel, sie mussten unbedingt nochmal Gas geben. Inzwischen aber nur noch zwei der drei Rennradler, der dritte blieb zurück. Worauf die beiden "Sprinter" im nächsten Dorf auf ihn warten mussten und ich gar nicht anders konnte als wieder an ihnen vorbeizuziehen.

Ein paar Kilometer weiter bog ich ab auf eine lange, breite und von Autos nahezu gar nicht befahrene Seitenstraße, von hier wären es noch maximal zwei Minuten, bis ich Zuhause wäre - zu wenig für das gesteckte Ziel von 60 Minuten, also hab ich am Ende der Stra e gedreht und bin wieder zurück. Und wer kam mir da nach einigen hundert Metern wieder entgegen? Na? Die 3 Überholer...

Geschrieben von Nina in sportliches um 21:25

## Endspurt

Mein drittes und letztes Semester als Gasthörer im Bereich Informatik der Fernuni Hagen ist in vollem Gange. Dieses Mal habe ich drei Vorlesungen gebucht: PC-Technologie, Datenbanken II (den Kurs I hatte ich im letzten Semester) und Sicherheit im Internet.

Sofern möglich möchte ich natürlich auch jeden belegten Kurs mit einem Leistungsnachweis - also i.d.R. einer Klausur - abschließen. Und so mir und meinem Arbeitgeber (der diese Weiterbildung finanziert, wünscht und mich einen Tag in der Woche dafür freistellt) beweisen, das und was ich gelernt habe. Aber in jedem Semester gibt es einen Kurs, der irgendwie querschiesst. Im Ersten war es das ungemein langweilige Software Engineering, dessen Klausurtermin exakt mit meinem Urlaub - gebucht und im Ausland - übereinstimmte. Da man die Klausurtermine natürlich beim Kursausw hlen noch nicht weiß, war mein Gewissen da noch reiner als rein. Im zweiten Semester war es dann ein Kurs, der dermaßen technisch war, daß meine Logik ausgestiegen ist und es mir an einer Menge grundlegendem Wissen fehlte. sind. Kommunikation und Rechnernetze war es. Grundsätzlich ein Thema, was mich durchaus interessiert. Wenn auch nicht ganz in der Tiefe, in der es hier vermittelt worden ist. Ich hätte vermutlich erstmal 1-2 Semester Physik und Mathematik nachholen müssen um die Details zu verstehen. Und in mir wird wieder die alte Stimme laut die permanent behauptet, daß ich sowas könnte, wenn ich Abitur gemacht hätte. Blödsinn! Dann hätte ich dies alles auch schon wieder vergessen ;)

Wie auch immer, wäre ich ein Regelstudent würde ich auch nicht in jedem Kurs einen Leistungsnachweis erbringen (können), dieses Fach wäre halt rausgefallen.

Somit bin ich voller Elan in dieses Semester gestartet und wollte - brav - in allen 3 Fächern Klausuren schreiben. Voraussetzung für die Teilnahme der Klausur des einen Kurses, PC-Technologie, ist die Einsendung der angebotenen Einsendeaufgaben und das Erreichen von 50% der Punkte. Solche Hürden hatten meine bisherigen Fächer nicht und inzwischen glaube ich beinahe, dieser Dozent möchte sich vor allem vor dem Korrigieren all zu vieler Klausuren sch tzen. Denn die Einsendeaufgabe 1 deckte sich keineswegs mit dem in Kurseinheit 1 vermittelten Stoff. Statt dessen bezog sich ein Teil der Aufgaben auf einen der Aufgaben angehängten Kopie aus einem Hardwarebuch, ein weiterer Teil scheint vom Mars oder der Venus zu kommen - im Skript finde ich keinen sinnvollen Lösungshinweis! Bei diesem Kurs sind 4 Semesterwochenstunden für die Kurseinheiten und 2 für die Übungsaufgaben angegeben. Berücksichtigt man noch, daß es 2 Wochen sind, die man pro Kurseinheit und Übungsaufgaben Zeit hat, müsste ich also in etwa 4 Stunden mit den Einsendeaufgaben fertig sein. Ich habe nach

ungefähr fünf Stunden ca. 30% gelöst, die restlichen Aufgaben waren mir auch nach intensiven Google-Recherchen noch immer weitestgehend rätselhaft. Allerdings fand ich hierbei heraus, dass der Dozent Autor eines Buches ist. Eines Buches, von dem es einen kleinen Teil als Leseprobe im Netz gab. In dieser fand ich einen Teil der Einsendeaufgaben wieder. Hätte ich dieses Buch, in dem sich natürlich auch die Lösungen zu den dort veröffentlichten Aufgaben gibt, hätte ich es mit Sicherheit wesentlich leichter. Auch eine Möglichkeit die Umsatzzahlen des eigenen Buches in die Höhe zu treiben...

Ich habe erstmal das getan, was ich nur ungern tue: ich hab aufgegeben. Zumindest bei der ersten Einsendeaufgabe. Ich hab noch 6 weitere Chancen um die 5 Einsendeaufgaben zu bestehen - ob ich das aber schaffe, wage ich noch zu bezweifeln.

Geschrieben von Nina in Öffentlich um 20:51

Donnerstag, 22. März 2007

## **Frühlingsanfang!**

Pünktlich zum Frühlingsanfang melden wir aus Hannover Schneematsch auf Dauerregen. Teilweise zentimeterhoch lag der Schmitter heute morgen auf Gehsteigen und Straßen, dementsprechend war dann auch das Durchkommen auf Letzteren. Wie gut, daß die CeBit gestern schon vorbei war, heute hätte es das totale Anfahrtschaos gegeben. So waren es aber nur die weitestgehend schneueerprobten Hannoveraner, die das zweite Mal in diesem Winter mit Schnee auf den Straßen zu kämpfen hatten.

Ich kämpfte mit Schnee auf Radwegen, vor allem aber mit Matsch und Wasser UND gleich mehreren umgefallen bzw. angebrochen Bäumen. Gab es letzte nacht Sturm oder war es das Gewicht vom Schneematsch? An einer Stelle lag ein Baum wirklich komplett quer über dem Radweg, hätte ich ein wenig mehr morgendlich geträumt an der Stelle, wäre ich voll reingebrettert. So bin ich drumrum und hab, wie sicherlich viele andere vor mir, versucht, ihn da wegzuschaffen. Bisherweise war er nicht ganz abgebrochen, weder in die eine, noch in die andere Richtung liess er sich wegbewegen. Und ich hab ja schon viel mit in meinem Rucksack, aber keine Säge.

Auf der Arbeit angekommen hab ich den diesjährigen Minusrekord der Radstrecke notiert und mich komplett umgezogen. Ich bin durch die eigentlich dichte Regenose durchgeweicht: Shirt, Jacke, Handschuhe waren ebenso nass wie Schuhe, Socken und ein teil meines Rucksackinhaltes (eigentlich auch wasserfest).

Und draußen regnet es. Noch immer. Seit ich aufgestanden bin. Und es sieht nicht so aus, als würde es heute irgendwann nochmal wieder aufhören... Der Schnee bzw. Schneematsch ist noch immer da. Und die armen Osterglocken am Straßenrand lassen ihre Köpfe hängen und sehen total erfroren und elend aus \*seufz\*

Geschrieben von Nina in privates um 14:43

Samstag, 17. März 2007

### Kindergeburtstag

wir waren heut vanessas geburtstag im "universum" feiern, einem "wissenschaftspark" in bremen. insgesamt 7 kids und wir 2 erwachsene. plus ela, auch erwachsen, die in bremen zu uns stie. es war eigentlich relativ entspannend, also es sind keine grösseren katastrophen passiert, ich hab keine kinder verloren, sie haben sich nirgends weh getan und wir alle hatten sichtlich spa im universum. bahn und zug fahren war ein bisschen zusatz-abenteuer. die straßenbahnen in bremen sind ja ganz anders als unsere, das fanden sie interessant, haben die ganze zeit verglichen. auch bremen sieht so anders aus als hannover. meinten sie.

um halb zehn, eine halbe stunde zu fr<sup>1</sup>/<sub>4</sub>h, waren die ersten beiden kinder schon hier. viertel nach zehn das letzte. wir sind gleich los und waren 20 minuten zu fr<sup>1</sup>/<sub>4</sub>h am hannoverschen bahnhof, also voll im zeitplan ;)

fahrkarte besorgen, bahnsteig finden, warten... die kiddies waren reichlich aufgereggt, vor allem darlene, wie ich fand. als der zug endlich kam, reinspurten und plätze suchen. wir hatten 2 vierersitze und ein 2er dahinter. es wurde gepicknickt und zu meinem erstaunen wurden schon jetzt berge an nahrungsmitteln vertilgt. wir hatten 30 minifrikadellen, 20 muffins, paprika, tomaten, miniw<sup>1</sup>/<sub>4</sub>rstchen, halbe, trockene brötchen, chips und rosinenschnecken dabei. die besucherkinder brachten auch gepackte rucksäcke mit, bis auf ein mädchen zumindest, die in ihrem taschen nicht allzuviel drin gehabt haben konnte. gehungert hat aber niemand, zumal ich auf dem r<sup>1</sup>/<sub>4</sub>ckweg vom b<sup>1</sup>/<sub>4</sub>cker im bremer bahnhof noch brötchen spendiert habe. ohne die wäre es vielleicht doch noch eng geworden, zumindest ich hatte tierisch hunger. und durst. und die f<sup>1</sup>/<sub>4</sub>sse taten mir weh. was bin ich doch froh, da ich jetzt auf meinem sofa kuschel und die beine hochlegen kann beim schreiben ;).

in bremen fanden wir, unter anderem auch dank darlenes erinnerung, problemlos die straßenbahn, die netterweise dann auch gleich kam. reinprummeln und nach und nach plätze für alle finden, wir fuhren fast raus aus der stadt. an der haltestelle gabs wegweiser zum universum, elas auto parkte direkt daneben auf dem parkplatz vom universum. zwei minuten fußmarsch und wir waren da.

im "wissenschaftspark" war es erstmal etwas voll, grad in den ersten bereichen. weiter hinten wurde es leerer, die menschen verteilten sich in den vielen winkeln in diesem "universum". die größen mädels sind fast gemeinsam alleine losgezogen in die erlebniswelt "welt". die nachbildung einer gebärmutter in einer riesigen dimension, ganz dunkel, mit rötlichen lichtern, dem geräusch eines lauten herzschlages, faszinierend! direkt danach "wer bin ich" und die kinder standen vor den einzelnen punkten und verglichen haarfarben, augenfarben, fingerabdrücke, ohrlappchen und die nasenform mit vorgegebenen beispielen, kreuzten ihre merkmale auf einer tafel an und gaben dieses hinterher in einem computer ein. als ergebnis erhielten sie den vergleich mit all den anderen, inzwischen über 600.000 besuchern, die dies hier getan haben. und eine zahl, wie häufig ihre kombination schon dabei war. vanessa war glaub ich am wenigsten vertreten, etwa 100 mal schon, eines der mädchen hatte einen wert um die 800.

wir blieben nicht zusammen, hatten eine uhrzeit vereinbart, zu der wir uns unten im cafe wiedertreffen wollten. trotzdem stiessen wir häufig aufeinander und ich hab haufenweise fotos geschossen. meine inzwischen gar nicht mehr ganz so neue camera lieferte hierbei akzeptable schnappschüsse, von denen einige ziemlich gut, die meisten dem anlaß entsprechend und nur wenige völlig daneben waren (und zuhause gleich gelöscht wurden). statt s<sup>1</sup>/<sub>4</sub>Äyigkeitent<sup>1</sup>/<sub>4</sub>tchen oder soetwas gabs zum abschied eine kopie der fotos, 166 MB, etwa 150 stück. wobei die mädels beim warten am bahnhof selber ziemlich viele davon geschossen haben. einzelfotos von sich, gruppenbilder. fotografieren spielen weils sonst zu langweilig ist. digitalfotografie sei dank ;).

die ameisenfarm im universum war spannend anzusehen, die habenda sogar einen richtigen friedhof. und schleppen die ganze zeit irgendwas durch durchsichtige röhren. liess sich leider schlecht fotografieren, dafür gut ansehen.

in den dunkelraum wollten die mädchen. marko und ich gingen mit. darlene und ela haben es schon vorher versucht, darlene ist aber nach 5 schritten wieder raus \*g\*. wir waren tapferer, sind ganz durch, sogar den langen weg. es ist verwirrend und beängstigend, so gar nichts mehr zu sehen. der weg führte durch den nachbau einer wohnung, badezimmer, küche, und zum schluss durch einen kleinen kriegengang. zwei unserer mädels haben uns im labyrinth

wiedergefunden, sie haben irgendwie die orientierung verloren. was aber auch gut verständlich ist, ich war froh, mich irgendwie selbst da durchzutasten, ohne die linke wand zu verlieren, ein arm vor dem kopf zu haben, meinen vordermann nicht zu verlieren und ohne irgendwo gegenzurennen - und seien es nur die anderen, die sich da durchtasteten. auf dem monitor drauŸen sah das auch sehr spektakulär aus, durch die nachtsichtkameras leute straucheln zu sehen.

den rest der zeit haben wir mit dem vielen "spielzeug" rumgespielt. wasser, sand, eis, magneten, wellen, nebel... es ist wirklich spassig dort, notfalls bestimmt auch ohne kinder ;)

viel zu schnell war es 17 uhr und wir mussten aufbrechen. eine weitere freundin kam noch ganz kurz und zusammen gingen wir zum auto bzw. der straŸenbahnhaltestelle. in elas kofferraum befand sich ein versorgungspunkt und wir sammelten frische getränke ein. die mädels drehten etwas durch, als endlich die straŸenbahn kam, war ich froh, als wir alle drin waren und es weiter ging. im bremer bahnhof haben wir den armen bäckerverkäufer "belästigt" und oben am bahnsteig beim warten fotografiert. ein mann saŸ da neben uns, relativ unbewegt von dem trubel um ihn herum. als er aufstand weil sein zug grad einlief, gab er mir seine visitenkarte und sagte, er wäre reporter vom stern und ob ich auch von ihm ein foto machen und zumailen konnte. ich war etwas baff und fragte nochmal nach. aber er wollte wirklich genau dies, ein foto von sich, hier und jetzt, bevor er in den zug steigt. ok, dachte ich, und machte es. verwirrt hat mich dieser mensch trotzdem etwas...

die kinder verwirrte dann ein anderer. etwas abseits an einen pfeiler gelehnt, auf einem koffer sitzend und mit einer kapuze tief über den kopf gezogen, saŸ dort "der kleine hunger". also der mann, der einen offenbar gut bekannten werbespot von mullermilch gedreht hat. eigentlich ein fernsehkoch, ralf zacherl. die mädels kriegten sich gar nicht wieder ein, als sie ihn erkannten und zogen mich da mit hin. nutzte nur nix weil ich weder den koch noch die werbung kannte und natürlich auch keine wildfremden menschen auf bahnhöfen belästigen möchte, noch weniger, wenn dieser sich ziemlich abseits hinter einem pfeiler beinahe schon versteckt hatte und mit einer kapuzenjacke maskiert. die mädchen sind immer wieder da hin, gemeinsam und schrecklich kichernd. als dann sein zug einlief und er aufstand, hat marina sich ein herz gefasst und ihn gefragt, ob er der ist, für den sie ihn halten. ja, er wäre es, sagte er, und stieg in den zug. sie haben gekreischt und sind ihn aussen am zug suchen gegangen, haben vor seinem fenster perfekte mini-groupies gespielt. ich glaube, oder besser hoffe, sowas passiert dem menschen nicht öfter \*lach\*.

"der kleine hunger" war die sensation für die mädchen. ein echter "prominenter"! eine werbefigur? fernsehkoch? ist man damit schon prominent? als nächstes wollten sie im zug yvonne catterfeld treffen, beschlossen sie, diese war aber (glücklicherweise) nicht aufzutreiben.

im zug der rückfahrt hatten wir nur einen der 4erplätze und saŸen somit etwas zerrissen. die erste viertelstunde waren wir aber sowieso mit essen beschäftigt und dementsprechend ruhig. danach taten mir die mitreisenden manchmal schon ein wenig leid... also... die kinder haben nicht rumgetobt oder geschrien aber trotzdem ziemlichen trubel gemacht... die anfangs neben uns sitzenden waren zum glück aber wohl schwerhörig \*g\*

nun sind die besucherkinder samt ihren foto-cds abgeholt, meine kiddies schlafen schon und ich wohl auch bald. zumindest fühle ich mich danach. war genug aufregung für heute. und ich kann die ganzen, vielen stunden und kilometer nicht mal in meinem trainingsplan eintragen \*g\*

Geschrieben von Nina in privates um 23:46

Sonntag, 4. März 2007

### Geplatzter Gummi

Aus der Kategorie: "Dinge, die einem nicht unbedingt passieren müssen"

Heute: "Der Reifenplatzer bei 160 km/h auf der linken Spur einer dreispurigen Autobahn"

Eigentlich wollten wir heute nach Bremen fahren. Eine Freundin besuchen und mit ihr zum Brunchen gehen. Gekommen sind wir dann nur bis kurz hinter Schwarmstedt, ungefähr 50 km weit. Bei strahlendem Sonnenschein und einer relativ leeren Autobahn war die Fahrt ein richtiges Vergnügen. Bis zu dem Moment, als irgendwo vorne ein wirklich böses, sehr lautes, kratzend-schleifendes Geräusch entstand und diverse überwiegend schwarze Plastikteile vorn und zur Seite wegplatzten. Ich habe in den Rückspiegel geschaut und das Auto von der dritten, linken Spur auf den Standstreifen gebracht, dort dann sehr vorsichtig abgebremst. Als ich die Tür öffnete, hörte ich ein "pfffffffffffffffffffff", der Reifen war halbplatt, kurz danach hatte er sämtliche Luft verloren. Vor uns hielt ein weiteres Fahrzeug und die Insassen boten freundlicherweise ihre Hilfe an. Nutze uns aber auch nix, begutachten konnten wir den Schaden so kaum und zum Reifenwechseln wollte ich lieber auf den Parkplatz, der sich passender Weise direkt vor uns befand. Die anderen fuhren weiter, ich schlich im ersten Gang und einem rumpelnden Geräusch erstmal runter von der Autobahn.

Erste Schadensbegutachtung: der Nebelscheinwerfer ist weg, also das Innenleben haben die Metallreste, die von dem zerschredderten Reifen abstanden, regelrecht weggemetzelt. Ebenso einen Teil der Innenverkleidung am Rad. Der linke Kotflügel ist verbogen, der Außenverkleidung der linken Seite fehlen die ersten Zentimeter. Und der Winterreifen ist natürlich Sondermodell.

Einer meiner ersten Gedanken galt meiner Mitgliedschaft beim AvD, die haben wir aber zum Glück nicht gebraucht. Irgendwie haben wir sowieso eine Menge Glück gehabt. Bei dem Tempo hätte ein schnell platzender Reifen auch ein wirklich bösen Unfall verursachen können. Oder die Autofahrer hinter uns, neben uns... Es hätte auch kalter sein oder regnen können. Aber dem war - noch einmal zum Glück - nicht so. Bei strahlendem Sonnenschein haben wir den Reifen gewechselt (der wie immer an diesem Auto nicht abgehen wollte - hier rosten sogar die Felgen am Auto fest, es ist halt doch ein Opel ;) ) und sind, sehr langsam und vorsichtig, zurück nach Hannover.

Hat zufällig jemand ein paar Verkleidungsteile und einen Nebelscheinwerfer für nen türkisfarbigen Tigrabrig?

Geschrieben von Nina in öffentlich um 13:11

Samstag, 3. März 2007

### **wenigstens schreiben**

wenn ich eh schon am rechner rumhänge... bin etwas fertig grad, 6,5 stunden rollentrainer. mein hintern tut weh, meine muskeln eigentlich noch nicht aber der körper ist einfach alle... gegessen hab ich ehrlich geschrieben zu wenig für die fahrzeit, bis auf einen teller spaghetti gegen mittag hatte ich nur obst und ein mandelnhörnchen. mit ausreichender nahrungszufuhr hätte ich wohl auch noch 1-2 stündchen länger durchgehalten. gut, zumindest wenn mein hintern gefühllos wäre. und die motivation nicht so schwierig ist. eigentlich ist diese, grad auf dem rollentrainer, wohl das härteste. es ist nunmal, grad auch im vergleich zu einer fahrt draußen, tödlich langweilig. auch mit nem spannenden buch oder erträglicher fernsehberieselung. heut gabs den schwarm zum lesen und ein wenig geo-tv bzw. roseanne in der englischen originalausgabe - ein weihnachtsgeschenk. und pfannkuchen. hinterher. grad eben.

Geschrieben von Nina in privates um 19:19

Samstag, 17. Februar 2007

## **Semesterferien!**

Heute hatte ich meine zweite und letzte Klausur für dieses Semester. Ich bin Gasthörer an der Fernuni-Hagen, mein Arbeitgeber wünscht dies, zahlt die Gebühren und stellt mich einen Tag in der Woche dafür frei. Drei Semester lang. Das Zweite hab ich grad' beendet.

Die Klausuren an der Fernuni finden in einigen, größeren Deutschen Städten statt, für mich ist Hamburg dann die nächstgelegene Stadt. Die Fahrt zahlt mein Arbeitgeber auch, besser gesagt, er stellt mir das Fahrzeug und übernimmt die Spritkosten. Auf die Art habe ich als Zusatznutzen noch die Möglichkeit ein bisschen Auto zu fahren, ohne dass es mich etwas kosten würde. Das tu ich nämlich eigentlich reaktiv gerne. Also autofahren. Vor allem, wenns nix kostet ;). Heute hatte ich aber "nur" 'nen komischen Omega. Keineswegs untermotorisiert aber wenn ich mir jetzt ein Auto kaufen würde, wäre der sicher nicht mein Wunsch. Allerdings fuhr sich dies mittlere Schlachtschiff recht gut und hat ein relativ sicheres Gefühl auch bei höheren Geschwindigkeiten und appropärem Bremsen bei diesem vermittelt. Ist trotzdem ein Opa-Auto \*grins\*.

Die Klausur, Daten- und Dokumentenmanagement, war "Baby". Ich hätte 3 Stunden Zeit gehabt und war nach 40 Minuten fertig. Ein Teil der Klausur war exakt aus der vom letzten Jahr übernommen worden. Damals hieß der Kurs noch etwas anders und hatte zumindest zum Teil andere Inhalte, aber das, was sich auf unseren Übernehmen ließ, war in der Klausur auch 1:1 übernommen worden. Der Rest war so einfach, daß ich mich wahrlich ärgere, so viel Zeit mit Lernen verplempert zu haben. Weil weiterbringen wird mich mein Wissen über XML zumindest in dieser Tiefe auf keinen Fall und sollte ich es mal brauchen, kann ich ja nachschlagen - und muss es eigentlich nicht kunstvoll auswendig lernen...

Naja, bestanden habe ich, jetzt hab ich erstmal 6 Wochen Pause bevor das nächste Semester anfängt. Ich schätze, neben Sport (der Winterpokal neigt sich dem Ende zu und ich neige schon ein wenig dazu, jetzt noch ein paar Plätzchen in der Rangliste nach oben zu klettern ;) ) werde ich auch endlich mal anfangen müssen, hier ein wenig zu renovieren, zu streichen. Die Wohnungssuche muss warten, bis sich meine Arbeitsvertragssituation verbessert hat (was passieren wird, was aber noch ein bisschen dauern kann). Und bis dahin nervt mich jeden Tag die schmutzige Tapete und das immerwährende Chaos. Okay, letzteres ist einfach Teil meines Lebens und wenn ich es nicht verbreite (was ich immer weniger tue, ich schätze, ich werde alt, langweilig und etwas ordentlicher), tun es die Kinder.... \*seufz\*

Und wahrscheinlich komme ich neben einigen anderen Dingen nun auch erstmal wieder etwas häufiger dazu, etwas zu schreiben. Oder zu lesen! Von meinen 3 Weihnachtsbüchern hab ich grad mal eineinhalb durchgelesen. Welch mieser Schnitt, wenn ich bedenke, daß schon mitte Februar ist.

Heute tu ich aber gar nix mehr. Bis auf wie jetzt faul in der Hängematte zu kuscheln und mich gleich in die warme Wanne verkrümeln. Eigentlich wollte ich noch ein bisschen auf den Fahrradrollentrainer, aber die Pfannkuchen von eben erzeugen ein Körperfähl, was keineswegs sportmotivierend ist ;).

Geschrieben von Nina in Öffentlich um 21:24

## **aus aktuellem Anlaß**

Und aus der Rubrik: moderne Legenden. Diese Rede, so behaupten man es zumindest, soll 1995 in Flörsheim am Main (Karnevalshochburg) gehalten worden sein. Der Redner musste angeblich nach dem Vortrag unter Polizeischutz rausgebracht werden und die Sitzung wurde vorzeitig beendet.

Nunja, so ist es leider nicht. Aber die Wahrheit ist kaum schlechter: aus Oliver Kalkofes Feder stammt dies treffende Karnevalsgedicht - er schrieb es im Jahr 2000 für die Zeitschrift TV-Spielfilm:

" Alaaf und Helau! - Seid ihr bereit?  
Willkommen zur Beklopptenzeit!

Mer kenne des aus Akte X,  
doch Mulder rufe hilft da nix,  
des kommt durch Strahle aus dem All,  
und plÄtztlich ist dann Karneval!  
(Tusch)

Uff einen Schlach werd'n alle dÄmlich,  
denn das befiehlt das Datum nÄmlich!  
Es ist die Zeit der tollen Tage,  
so eine Art Idiotenplage,  
eine VerschwÄrung, blÄd zu werden,  
die jÄhrlich um sich greift auf Erden.  
Ei' wahre Ausgeburt der HÄlle,  
und Ausgangspunkt davon ist KÄlle!  
(Tusch)

Denn dort gibt's nisch nur RTL,  
das Fernseh-Einheitsbrei-Kartell,  
sondern aach jede Menge Jecken,  
die sich auf Nasen Pappe stecken,  
in Teufelssekten sich gruppieren  
danach zum Elferrat formieren  
und dann muss selbst das dÄfste Schwein  
dort auf Kommando frÄhlich sein.  
(Tusch)

Auf einmal tun in allen LÄndern  
die Leude sich ganz schlimm verÄndern  
Sie geh'n sich hemmungslos besaufe  
und fremde Mensche Freibier kaufe  
schmeiÄye sich Bonbons an die SchÄdel,  
betatsche Jungens und aach MÄdel  
und tun eim jede, den sie sehen,  
ganz fuschtbar uff de Eier gehen!  
Sie tun nur noch in Reime spreche  
und sind so witzisch, man kÄnnt' breche,  
bewege sich in PolonÄsen,  
als trÄgen sie Gehirnprothesen,  
man mÄschte ihnen - im Vertrauen  
- am liebsten in die Fresse hauen!  
(Tusch und Konfetti-Kanone)

Doch was soll man dagege mache?  
Soll man vielleicht noch drÄber lache?  
Es hilft kein Schreie und kein Schimpfe,  
man kann sich nisch mal gegen impfe,  
die Macht der Doofen ist zu staak,  
als dass man sich zu wehr'n vermag!  
(kein Tusch)

Am besten ist, man bleibt zu Haus  
und sperrt den Wahnsinn aanfach aus.  
Man schlieÄt sich ein paar Tage ein  
und lÄsst die BlÄden blÄde sein!  
Der Trick ist, dass man sich verpisst  
bis widder Aschermittwoch ist!

Und steht ein Zombie vor der TÄr,  
mit so 'nem PappnasengeschwÄr,  
und sagt statt "Hallo" nur "Helau",  
dann dreh sie um, die dumme Sau,

und tritt ihr kräftig in den Arsch  
und ruf dabei: Narrhalla-Marsch!"

Dem hab ich auch nichts weiter hinzuzufügen. Außer der Frage, ob man Gedichte anderer (natürlich mit Quellenangabe) denn einfach so ins Blog stellen darf.

Geschrieben von Nina in Öffentlich um 17:47

Donnerstag, 4. Januar 2007

### Muskelkater!

Mir tun die Beine weh! An ganz vielen unterschiedlichen Stellen \*g\*. Und die Arme auch. Und eigentlich überall son bisschen! Ich glaube, Mitschuld an den ungewohnten Muskeln, die sich hier laut beschweren, dürften die Fitnessänderer sein, die es da neulich ganz billig bei Penny gab. Sieht alles etwas lächerlich aus (aber welche Gymnastik oder Kraftsportübung tut das nicht? ), wirkt aber offenbar trotzdem.

Und ich glaub, mein gesteigertes Training bringt dann doch was :). Teilweise zweifel' ich ja daran, grad auch, wenn der Zeiger der Waage sich so gar nicht bewegen will oder ich trotz relativ häufiger Belastung nicht besser, schneller zu werden scheine.

Aber hey, an Tagen wie heute, wo es so angenehm bei jeder Bewegung zwickt, weiß ich wieder, warum ich das tue und das es was bringt! Und grad auch in der momentanen Intensität. Wer weiß, wie lang ich das machen kann. Wann das Studium rum ist, ist ja schon klar, Mitte des Jahres hab ich wieder einen Arbeitstag mehr (muss dafür nicht mehr ständig ans Lernen denken...). Und ich hoffe ja weiterhin wieder auf einen längeren Vertrag. Auch wenn sich das finanziell zum Mehraufwand eher weniger lohnt. 19 % krieg ich netto weniger, bei 33% weniger Arbeit. Doofe Rechnung!

So lange es geht, werde ich weiter so viel extrem sporten wie jetzt. Aber ohne mir selbst Druck zu machen! Das tu ich offenbar manchmal tatsächlich... Und weiter mit bewussten Ruhetagen! So wie heute. Ach, ups, ist ja ein Arbeitstag. Naja, ist ja irgendwie fast das gleiche... ;) Nach 4 Stunden auf der Arbeit hatte ich, an meinem ersten Tag in diesem Jahr, auch schon genug. Lieber nach Haus und die Ruhe genießen. Morgen kommen die Kids wieder, dann isse mit der Ruhe vorbei. Zum Glück sind die Ferien das dann auch...

Eine Trainingspause liegt noch vor mir. 4 Wochen etwa, nur ein bisschen Rekom (also mit sehr geringer Belastung) radeln, bisschen Gymnastik, vielleicht ein bisschen laufen, schwimmen... Ich hab die Pause geschickt zwischen die beiden Klausuren gebastelt, dann hab ich fürs Lernen für die zweite Klausur etwas mehr Luft. Und danach auch noch ein wenig. Ich wollte und muss dringend renovieren!

Oder doch umziehen? Hier lande ich immer, wenn ich ans dringende renovieren denke... Wir brauchen ein Schlafzimmer!!! Momentan haben die Kiddies je eins (ein Zustand, den ich so eigentlich gerne belassen würde) und wir schlafen und leben im - grossen - Wohnzimmer. Mit einem Hochbett dort drin und vielen Computern drum herum. Aber umziehen will ich doch eigentlich gar nicht. Bin ein Gewohnheitsmensch und ausserdem gefällt's mir hier. Bis auf so manches eben... Das fehlende Zimmer, das manchmal ätzende Haus bzw. die ätzenden Nachbarinnen, die "Jugendgangs" vor der Tür... Obs anderswo besser ist? Heut glaub ich daran wohl weniger als früher...

Geschrieben von Nina in sportliches um 13:56

### Gerecht ist das nicht!!!

Ich hab heut meinen ersten Arbeitstag im neuen Jahr. Beim Reinkommen sah mich Chef von schon von weitem. Als ich dann mit meinem ersten Kaffee in mein Büro schlurfen wollte, stand er wartend vor meiner Tür. Mit einem Zettel für mich. Für die Personalakte, ein Lob für meine "Leistung" im letzten Jahr, genauer gesagt eine Übernahme von einem anderen Amt, die wir durchgeführt haben. Ich selbst war dafür ein paar Tage in Clausthal-Zellerfeld um da die Rechner umzustellen. Wohlbemerkt freiwillig. Ebenso wie einige andere Kollegen. Nicht ganz so freiwillig.

Naja, ich hab mich für das Zettelchen bedankt und wollte es schon in der Schublade vergessen, in die ich es gepackt hatte, als mein Zellengenosse meinte, ich hätte echt Pech gehabt, da ich bei der falschen Behörde angestellt bin (wir sind ein Verbund aus einer Bundesbehörde, einer Landesbehörde und einem wissenschaftlichen Institut - ich bin bei der Landesbehörde, die meisten Kollegen beim Bund). Ich guckte meine Kollegen verwirrt an worauf er vorsichtig damit herausrückte, da die Bundesbediensteten eine keineswegs unerhebliche Geldprämie zum Zettelchen bekommen hätten.

Na danke auch, jetzt tät ich ihn doch gern als Klopapier benutzen!!!!

## **Blog Export: Ninas Schmierblo(g)ck, <http://www.justchaos.de/blog/>**

Geschrieben von Nina in privates um 09:52

Montag, 1. Januar 2007

### **Die Jahreszählung**

beginnt ab heute wieder von vorn... Und was gibt es zum Jahreswechsel immer besonders gerne? Jahreshoroskope! Nein, ich glaub natürlich gar nicht an sowas, genau so wenig wie die meisten Anderen, also höchstens so'n ganz kleines bisschen. Soviel, wie man ja auch zu McDonalds geht, obwohl man das eigentlich nie tut. Oder die Bildzeitung liest. Was ich wirklich nicht tue! Eher gestehe ich noch einen leichten Anflug von Aberglauben bezüglich Horoskopen! ;)

Wie auch immer, laut dem von mir gelesenen Horoskop kann ich dies Jahr vergessen. Na wie gut, da ich das jetzt schon weiß ;) ... Und... ich glaub da ja sowieso nicht wirklich dran.

Geschrieben von Nina in öffentlich um 14:45

Sonntag, 31. Dezember 2006

## Die Woll-WÄscherei und Kämmerei WW&K

WW&K

Die DÄhrener "Wolle" wurde sie genannt und sie hat viel prägendes im Stadtbild DÄhren hinterlassen. 1867/68 wurde sie, damals noch unter dem Firmennamen â€žGeorg Stelling. GrÄber & Breithauptâ€œ, von Johann Georg Ludwig Stelling als mechanische WollwÄscherei gegrÄndet. 1872 wurde die Firma zur Aktiengesellschaft umgewandelt. Ihr Generaldirektor war fÄr lange Zeit (1872 - 1924) der Wollkaufmann Georg Heintze, der die WollwÄscherei um eine KÄmmerei erweiterte. So entstand dann auch der Name: Woll-WÄscherei und KÄmmerei, WW&K. Aus dem kleinen Unternehmen wurde innerhalb weniger Jahrzehnte eine weltweit bekanntes Werk mit bis zu 2000 BeschÄftigten.

So viele ArbeitskrÄfte waren natÄrlich nicht in DÄhren zu finden, auch das Einzugsgebiet um Hannover herum reichte nicht aus. Daher wurden unter anderem viele Menschen aus der Ärmlichen Gegend rund um das Eichsfeld angeworben, die sich hier oft auch niederlieÄen und ihre Spuren in der Stadtentwicklung hinterlassen haben.

Wohnungen waren ebenso wie ArbeitskrÄfte in nicht mal annÄhernd ausreichender Anzahl vorhanden. Die Wolle sorgte mit einem Wohnungsbauprogramm fÄr eine Linderung dieses Problems. So sind in den Jahren von 1880 bis 1914 die Bebauungen an der WerrastraÄe, WesterstraÄe, EmsstraÄe, AllerstraÄe und RheinstraÄe entstanden. "DÄhrener Jammer" nannte man diesen Bereich, wobei nicht klar ist, ob man dort so Ärmlich wohnte, daÄ man Jammern musste oder ob die Bewohner nur jammerten, wenn sie von hier wieder zurÄck ihn ihre Heimat mussten. Fest steht jedenfalls, daÄ die Siedlung als typische Arbeitersiedlung der Jahrhundertwende unter Denkmalschutz gestellt worden ist. Fest steht weiterhin, daÄ die Lebenssituation vieler Arbeiter der Wolle aufgrund der geringen LÄhne tatsÄchlich eher Ärmlich war.

Die hier gezeigten HÄuser in der WerrastraÄe wurden in den ab 1981 von Privatleuten saniert und wiederhergestellt. Die kleinen ReihenhÄuser, von der Wolle fÄr ihre Mitarbeiter gebaut, waren ursprÄnglich fÄr eine fÄnf-kÄpfige Familie gedacht, welche selbst im ErdgeschoÄ wohnt und im ObergeschoÄ weiteren vier oder fÄnf Arbeiter/-innen eine Wohngelegenheit bot. Der Blick aus meinem Wohnzimmer fÄhlt auf diese kleinen, roten ArbeiterhÄuschen und die roten Mauer um ihre kleinen GÄrten, die es in den Anfangsjahren noch gar nicht gegeben hat.

Neben dem Wohnungsbauprogramm sorgte die Wolle noch in vielen anderen Bereichen dafÄr, daÄ es ihren Arbeitern und deren Familien gut ging. So gab es einen Kolonienwaren- und Lebensmittelladen, der seine Waren zum Selbstkostenpreis abgab, eine WerksKÄche mit Kasino, ebenso Badeeinrichtungen fÄr BetriebsangehÄrige und ihre Familien, eine BÄcherei, eine Kinderbetreuung, einen kostenlosen Betriebsarzt und eine eigene Krankenkasse. Auch eine Werksfeuerwehr lieÄ die Wolle (1881) errichten, zustÄndig nicht nur fÄr das FabrikgelÄnde sondern fÄr ganz DÄhren! 1909 wurde fÄr diese der Uhrturm gebaut, der noch heute eines der Wahrzeichen DÄhrens ist. Die ehemaligen Lagerhallen neben ihm wurden, ebenso wie das gegenÄberliegende ehemalige PfÄrtnerhaus, nach dem SchlieÄen der Wolle in Wohnungen und BÄros bzw. Praxen umgebaut und die daran anschlieÄende neue Bebauung im gleichen Stil gehalten.

Im zweiten Weltkrieg wurde die WollwÄscherei und KÄmmerei durch Bombenangriffe stark beschÄdigt, 2/3 der Produktionsmaschinen wurden hierbei zerstÄrt. Aber bereits 1953-55 lief die Produktion wieder in der HÄhe, die sie vor dem Krieg hatte. Auch die VerÄnderungen in der Textilindustrie, das Umstellen der Produktion von Streichgarnprodukten auf Chemiefastern und Synthetik hat das Werk gut Äberstanden. Gewinne erwirtschaftete die WollKÄmmerei bis zum Ende ihrer Firmengeschichte 1972!

Das Ende der Wolle

Es begann mit einer Reihe von nie geklärten Bränden in den Monaten August bis Oktober 1969. Allein am 28.10.1969 wurden Hallen und Vorräte im Werte von über 20 Mio Mark vernichtet. Kurz danach trat ein unbekannter Investor bzw. eine Investorengruppe auf den Plan und kaufte im Frühjahr 1972 75% des Aktienkapitals der Wollwäscherei auf (für 8 Millionen DM). Diese Gruppe setzte den Textilkaufmann Dr. Ulf Cloppenburg an die Spitze der AG, der nur die kurze Zeit (vom 13. April 1972 bis zum 23. November 1972) benutzte, bis er, in einer kurzen Pressemeldung, die Schliessung des Werkes verkündete: "Die Kammerei Döhren AG wird in den nächsten Wochen ihre Produktion in Hannover nach und nach einstellen. Die mit Kunden eingegangenen Kontrakte werden voll erfüllt."

Was war passiert? Die Wolle war Spekulationsobjekt geworden. Für 55 Millionen DM sind ihre Grundstücke und Gebäude an die "Neue Heimat" verkauft worden, die Produktionsanlagen brachten weitere 10 Millionen in die Taschen der Aktionärsgruppe. Die Wollwäscherei blieb bis zum Konkurs 1979 Aktiengesellschaft und fast das gesamte Werksgelände sind dem Erdboden gleich gemacht worden. Auch das Archiv des Werkes hat Dr. Cloppenburgs Bestrebungen nicht widerstehen können und sind vernichtet worden. Ein wenig Licht in das Dunkel einiger der damaligen Firmenverstrickungen und der Weg des durch den Verkauf der Wolle erwirtschafteten Geldes bringt dieser Artikel von 1974 in der Zeit.

Schade ist es um die Wolle, auch wenn natürlich niemand weiß, wie und ob es diesen Betrieb ohne den "Textilsanierer" Cloppenburg (übrigens Angehöriger der Textilfamilie Cloppenburg, den Meisten wenigstens durch Peek & Cloppenburg bekannt) und die unbekanntes Aktionäre im Hintergrund noch geben würde. Die vielen Bewohner der Leineinsel, die auf dem ehemaligen Fabrikgelände heute ihre Wohnungen und Häuser haben, sind zumindest sicher nicht allzu traurig und auch mir gefallen die Wohnhäuser direkt am südlichen Leinetal natürlich viel besser als Irmende und wahrscheinlich auch nicht sonderlich gut riechende Fabrikgebäude. Und auch wenn vieles nicht zu retten war und manches nicht gerettet wurde, so sind die wenigen Stellen, die an die hundertjährige Geschichte der Wollwäscherei und Kammerei erinnern, ziemlich halbwegs geworden. Das Leinewehr zum Beispiel, 2004 frisch umgebaut, oder das Brückenhaus und natürlich der Uhrturm, das Pförtnerhaus und die daran anschließenden Häuser.

Weitere Links:

Die Wolle bestimmte das Leben in Döhren Uhrturm.de

Quelle der Postkartenansicht der Wolle: 1000 Jahre Döhren, 983-1983, 1. Auflage 1983, Hoffmann und Kaune Verlag, Hannover

Weitere Einträge zur Geschichte Döhrens:

- Geschichtliches - Döhren
- Döhrener Turm
- Die alte Mühle und das Leinewehr

Geschrieben von Nina in Rund um Hannover um 22:02

### Die alte Mühle und das Leinewehr

Leinewehr

Eine, wenn nicht sogar die schönste Stelle in Döhren ist heute das Leinewehr. Es wurde 1667 von Johann Duve gebaut um die Wasserkraft seiner Mühle zu vergrößern. Die Döhrener Mühle, die zu dieser Zeit in dem Besitz von Johann Duve war, wurde schon 1402 erwähnt. Anfangs gehörte sie Otto V. Hallermund, später den welfischen Landesherren, der Döhrener Kirche und seit 1703 der Stadt Hannover. Einer der wohl heute noch bekannteste Besitzer dürfte Johann Friedrich Fiedeler bzw. sein Sohn Carl Georg Fiedeler gewesen sein, in deren Hände die Mühle von 1820 bis 1872 war. 1872 ging die Mühle dann in den Besitz der Wollwäscherei und Kammerei. Nachdem diese ihren Betrieb aufgab, wurden die verbliebenen Reste der Mühle 1976/77 abgerissen. Der Geschichte der Wollwäscherei und Kammerei werde ich zu einem späteren Zeitpunkt hier noch einen Artikel widmen.

Das Leinewehr bis 2003

Das Leinewehr wurde 2004 von der Stadt Hannover komplett umgebaut, bis dahin erinnerten die Metallaufbauten noch immer an die WollwÄscherei. Heute bietet dieser Ort einen wesentlich hÄbscheren Anblick, vor allem fÄr die vielen hier vorbeikommenden SpaziergÄnger und Sportler.

ZurÄck zur Familie Fiedler, an die wir an verschiedenen Stellen in DÄhren auch heute noch erinnert werden. Im Jahre 1820 pachtete der MÄller Johann Friedrich Fiedeler die MÄhle. Da er noch eine weitere MÄhle gepachtet hatte, brauchte er fÄr diesen doppelten MÄhlenbetrieb eine Ausnahmegenehmigung der Stadt Hannover, die er auch bekam. Im Jahre 1850 kaufte sein Sohn, Carl Georg Fiedeler, die MÄhle und die dazugehÄrigen Liegenschaften von der Stadt Hannover und verkaufte sie, da es in der Familie keinen MÄllernachwuchs mehr gab, im Jahr 1872 an die Woll-WÄscherei und KÄmmerei. Äœbrig blieben die LÄndereien, die Carl Fiedeler zu einem Gut zusammenfassen lieÄ. FÄr dieses erwarb er die Ritterschaftsstimme. So entstand das Rittergut DÄhren und damit auch der noch heute (teilweise) vorhandene Wiehbergpark. Bewirtschaftet wurde dieses Gut von Hermann Friedrich Fiedeler, dem Sohn von Carl Georg Fiedeler. Besonders hervorzuheben ist das Haus- Hof- und Parkanlage des Rittergutes Fiedeler. Hier wurde ein beeindruckendes Herrenaus gebaut, dessen direkte Zufahrt von der Hildesheimer StraÙe (damals noch Hildesheimer Chaussee) durch die eigens dafÄr gebaute Kastanienallee fÄhrte. Der Park um das Haus herum enthielt einen botanischer Garten, Teiche und Wasserspiele, eine GÄrnterei und sogar ein Palmenhaus.

Durch den Tod von Hermann Fiedeler im Jahre 1911 musste die Landwirtschaft aufgegeben werden, schon 1915 begann die Liquidierung des Rittergutes mit dem Verkauf von SchloÄ, Hof und dem Park an der WiehbergstraÙe 1. Verkauft wurde an den damaligen Direktor der WollwÄscherei und KÄmmerei, Hans Heintze. Weitere FlÄchen wurden durch den Bau der Bahnstrecke und (1933) den Bau des Maschsees abgegeben bzw. enteignet. Einzig der Wiehbergpark, die Kastanienalle, das Grabdenkmal auf dem alten DÄhrener Friedhof sowie natÄrlich die StraÙe FiedelerstraÙe und der DÄhrener Dorfmittelpunkt Fiedelerplatz erinnern uns heute noch an die Familie Fiedeler.

Weitere EintrÄge zur Geschichte DÄhrens:

- Geschichtliches - DÄhren
- DÄhrener Turm
- Die Woll-WÄscherei und KÄmmerei

Geschrieben von Nina in Rund um Hannover um 18:17

## **Der DÄhrener Turm**

DÄhrener Turm

Wenn man an DÄhren denkt, kommt dem einen oder der anderen sicher als erstes das Bild vom DÄhrener Turm in den Sinn. Rechts und links an ihm fÄhrt eine der HauptverkehrsstraÙen ins Zentrum von Hannover, somit ist er ein oft gesehener und auch schÄner Anblick und geschichtliche Erinnerung.

Gebaut wurde der Turm 1382 von der Stadt Hannover als Teil der hannoverschen Landwehr und als Grenzzeichen. Ab hier begann die hannoversche Gerichtsbarkeit und das hannoversche "Weichsbildrecht".

1488 scheint der Turm auf dem kreisfÄrmigen Grundriss des ursprÄnglichen Turms neu aufgebaut worden sein, auch wenn davon nur noch der in halber HÄhe eingesetzte Inschriftstein zeugt.

Das achteckige FachwerkgeschoÄ wurde erst 400 Jahre spÄter, im Jahr 1888 auf den bis dahin nur vierstÄckigen Turm gesetzt.

Weitere EintrÄge zur Geschichte DÄhrens:

- Geschichtliches - DÄhren
- Die alte MÄhle und das Leinewehr
- Die Woll-WÄscherei und KÄmmerei

Geschrieben von Nina in Rund um Hannover um 17:40

Samstag, 30. Dezember 2006

## **Bilanz des Sportjahres 2006**

Das wars mit Sport für dieses Jahr. 8650 km Rad, 317 km laufen... das ist ganz ordentlich ;)

Wird allerdings schwer, im nächsten Jahr noch was draufzusetzen. Mal gucken wie's läuft, momentan verdammt gut! Auch wenn es auf dem Diagramm meiner Jahresleistung nicht so rauskommt, hab ich mich dennoch gesteigert in den letzten Monaten. Bin definitiv schneller geworden, allein in der Winterpokalzeit - die ja anfing, als ich nur noch halbtags arbeiten gehen durfte = mehr Zeit! Hinzu kommt, dass meine Knieprobleme - ja, sie bestehen nach über einem Jahr noch immer - langsam weniger werden. Heute hab ich erst nach über 3 Stunden auf dem Rolltrainer leichte Schmerzen bekommen. Die inzwischen wieder weg sind. Beim Joggen trage ich noch immer ständig Kniebandagen, beim Radfahren zumindest meist.

Mein Wunschgewicht ist trotz dem vielen Sport im letzten Jahr noch immer in weiter Ferne. Wieviel fehlt noch, beziehungsweise ist zuviel? 10 Kilo? Die schwer fallen.... Wieviel hab ich im letzten Jahr verloren? 5? Maximal... Klar sind da noch Muskeln zugekommen aber trotzdem \*seufz\*

Eben hab ich mir (trotzdem?) erstmal den Bauch mit Spaghetti vollgeschlagen, nach 90 Min. schwimmen und 210 Min. Rolle war das auch dringend nötig, gegen Ende war ich leergefahren. Das zittern fing an und der Kreislauf machte langsam schlapp.

Morgen gibts einen Ruhetag und damit ist der erste Tag im neuen Jahr wieder dem Sport gewidmet. Okay, und dem Lernen. (Die Kiddies sind bei ihrem Vater).

Sportliche Ziele für 2007? Habe ich genausowenig, wie ich sie für 2006 hatte. Bis auf weitere Gewichtsreduktion und eine Steigerung meiner Leistung und Leistungsfähigkeit. Aber in Zahlen will ich da nichts ausdrücken. Wobei ich schon stolz auf mich wäre, wenn ich 2006 noch überbieten könnte ;)

Geschrieben von Nina in sportliches um 23:25

Donnerstag, 28. Dezember 2006

## Spaziergehen ist doof

Finden meine Kinder und maulten dementsprechend, als sie mitkommen sollten, ein bisschen durch den Hunsrück zu wandern:

Und auch wenn es vielleicht so aussieht, es war nicht das Ende der Welt ;)

Geschrieben von Nina in Öffentlich um 15:00

## Geschichtliches - Döhren

### Der Uhrturm

Anfang Dezember war ich mit meiner Tochter in der Stadtbibliothek und habe dabei in Buch über Döhren mitgenommen. Döhren ist seit 1907 Stadtteil von Hannover und seit 2001 mein Wohnort. Es liegt am südwestlichen Ende von Hannover. Wie sehr die Straßennamen und der ganze Ort von seiner Geschichte geprägt ist, war mir bis zum Lesen des Buches (1000 Jahre Döhren, 983 - 1983) nicht bewußt gewesen. Es machte mir aber schon immer viel Spaß in der Geschichte zu wühlen und so tue ich dies jetzt auch hier im Blog.

Der älteste Beleg, nach dem auch die 1000-Jahr-Feier 1983 gefeiert wurde, stammt aus der Zeit zwischen 983 und 993 n. Chr. . Damals hatte Döhren aber noch die Bezeichnung Thurnithi, was übersetzt so viel heißen dürfte wie Platz oder Stelle für "ithi" und Dornstrauch oder Dornbusch für "Thurn". Somit wohne ich am Platz mit den Dornenbüschen, von denen es in früheren Zeiten sehr viele gegeben haben muß. Ein paar davon gibt es noch immer, zum Beispiel in der Leinemasch; wenn man die Leine an der Leinewehr überquert und gradeaus dem Johan Duve weg folgt. Von Thurnithi wandelte sich der Name über Thornithe (1153) und Dornede (1311), Dornde (1351), Dornden und Dornten (1494), Dorne und Döhre (1535) bis hin zum Döhren, was 1651 erstmals in alten Dokumenten Erwähnung fand.

Döhren war lange Zeit mit dem Nachbardörfern Wülfel und Laatzen verbunden, zusammen bildeten sie das "Kleine Freie". Die eher armen Bewohner dieser Dörfer haben sich einen Teil ihrer Freiheit gegenüber Adel, Kirche, Klöstern und Landherrschaft bewahren können und hatten lange Zeit ihr Land als freies Eigentum. Ihre besonderen Rechte wurde ihnen erst um 1830 - 1840 vom damaligen Königreich Hannover genommen. Zu diesen Rechten gehörte beispielsweise die Freiheit, ihren Grundbesitz zu verkaufen, ohne Konzession Handel zu betreiben, Bier brauen zu dürfen und das freie Jagdrecht. Neben dem Kleinen Freien gab es lange Zeit auch das "Große Freie", was die Dörfer Ilten, Bilm, Ahlten, Hülver, Anderten, Lehrte, Sehnde, Gretenberg, Rethmar, Evern, Dolgen, Haimar, Harber und Kl. Lopcke umschloß.

1907 wurde Döhren dann ebenso wie Wülfel zu Hannover eingemeidet, Laatzen ist eine eigene Stadt geworden.

Wenig erinnert uns heute noch an die Zeit, als Döhren ein Bauerndorf war. Am Lindenhof zumindest aber steht aber noch ein altes Herrenhaus:

### Die St. Petri Kirche

Eine Kirche hat es in Döhren wahrscheinlich schon vor 1000 Jahren gegeben, so war Döhren seit ca. 1030 eine eigene Kirchengemeinde. Eine Erwähnung der Kirche findet sich aber erst 1267, und damit ist St. Petri vermutlich die älteste Kirchengemeinde im hannoverschen Stadtgebiet. Von der Kirche selbst ist der Sandsteinsockel am ältesten,

er stammt vermutlich aus der Mitte des 14. Jahrhunderts. Die Grundmauern der Kirche sind 1710 erbaut worden, 1782 wurden diese erhhht und 1891/92 mit einem Querschiff versehen. Bei den Bombenangriffen im 2. Weltkrieg wurde die St. Petri Kirche fast vollkommen zerstrt, nur der Turm blieb, ebenfalls beschädigt, stehen. Aber bereits 1949 konnte die neue St. Petri Kirche eingeweiht werden.

Weitere Einträge zur Geschichte Dhrens:

- Dhrener Turm
- Die alte Mühle und das Leinewehr
- Die Woll-Wäscherei und Kämmerei

Quelle: soweit nicht anders angegeben, stammen Details und Jahresangaben sowie die beiden Karten aus dem Buch "1000 Jahre Dhren, 983 - 1983" aus dem Hoffmann und Kaune Verlag.

Geschrieben von Nina in Rund um Hannover um 14:03

Samstag, 23. Dezember 2006

## **Weihnachten**

rückt unaufhaltsam näher... Stört mich dieses Jahr aber nicht... Ich muss in diesem Jahr nicht mehr arbeiten, obwohl ich das momentan sowieso sehr wenig muss. Die Kiddies haben seit heute Ferien, das heisst wenigstens, daß wir nicht dauernd so früh aufstehen müssen. Die Geschenke sind längst schon gekauft (danke Amazon, daß euer Sortiment in diesem Jahr tatsächlich fast komplett geschenkumfassend war für mich!), der Baum steht auf dem Balkon und wartet drauf, aufgebaut zu werden und sogar den Feiertag-Nahrungsvorrat hab ich bereits gekauft.

Klingt fast langweilig... Wo bleibt der Stress? Hmm... den hab ich auch ohne Weihnachten. Dieses ist mir sowieso reichlich schnuppe. War früher mal anders, aber ich erinnere mich wage, daß ich hier im letzten Jahr soetwas bereits reingeschrieben habe... Ist auch egal... Irgendwann ist man alt genug um festzustellen, daß es einfach nur eine Konsumschlacht ist, die ihren tieferen Sinn beinahe schon verloren hat. Trotzdem behält man sich manche "Traditionen" - und so war ich auch in diesem Jahr mit 2 Freundinnen zum obligatorischen "Weihnachtsmarkttreffen". Wäre es nach mir gegangen, hätte ich da gut drauf verzichten können. Immerhin hab ich nicht so gefroren wie in manch anderen Jahren und meine Kinder haben mit dem Zanken aufgehört, als wir endlich im Gewühl angekommen waren. Das konnte man fast als positiv werten...

Geschrieben von Nina in privates um 00:30

Samstag, 16. Dezember 2006

### Mein neues "Baby"

Im September hat meine alte Digitalcamera einfach so ihren Dienst eingestellt. Über 2 Jahre lang war sie mein treuer Begleiter, auch wenn sie mich oft ein wenig genervt hat. Bei Tageslicht waren ihre Bilder meist ziemlich gut, sobald aber nicht mehr allzuviel Licht vorhanden war, ist die Qualität der Fotos oft arg mies gewesen. Mitten im allerletzten "Sommernachtstraum" machte sie dann gar nix mehr. Außer piepen...

Ich hab es etwa 2 Monate ohne eine Kamera ausgehalten, bis ich, in Erwartung des Weihnachtsgeldes, mich nach einer neuen umschauen konnte. Entschieden habe ich mich nach längerem Gröbeln, Surfen und Vergleichen für eine Canon PowerShot A 710 IS. Und bislang zumindest bin ich auch zufrieden mit ihr. Sie hat 7 Megapixel und einen 6fach-Zoom mit optischem Bildstabilisator. Bislang hab ich so viel noch gar nicht mit ihr fotografieren können, einzig dieser Spatz gefällt mir ziemlich gut:

Jaja, er ist nicht ganz in der Mitte des Bildes aber hey, die blauen Spatzen waren dermaßen hyperaktiv, da ich schon froh bin, überhaupt einen auf ein halbwegs akzeptables Bild bekommen zu haben ;)

Meine große Tochter machte noch diesen, meiner Meinung nach recht schönen, Schnappschuß:

\*lach\* meine Lächelte schaute eben, was ich hier mache. Ich sagte: ich hab den Felix (die Katze) ins Internet gemacht. Sie: "OHA! Versteigerst du ihn???" \*hihi\*

Geschrieben von Nina in Öffentlich um 20:24

### Woran man merkt,

daß man alt sein muss: das eigene Kind fährt alleine ins Kino...

Meine Große (fast 11) hat sich vorhin in den Kopf gesetzt, ins Kino fahren zu wollen. Na bitte schön... Straßenbahnfahren hat sie schon seit Schuljahresanfang, seit dem muß sie ihren Schulweg so bestreiten. Und die Kinos kennt sie eigentlich auch, obwohl mir das schon ein bisschen Magengrummeln macht: meine "Kleine", ganz alleine, mitten in der großen Stadt ;). Ich konnte ihr nicht mal mein Handy mitgeben, das hab ich selbst gebraucht. Somit wird sie, falls es Probleme gibt, auf die altertümliche Art nach einer Telefonzelle suchen müssen... Aber eigentlich rechne ich ja gar nicht mit Problemen, ein wenig "mütterliches Magengrummeln" gehört bei sowas wohl aber trotzdem dazu...

Immerhin beschert uns ihre Abwesenheit einen ruhigeren Nachmittag, zumal meine andere Tochter bei einer Freundin zum Spielen ist. Fährte dazu, daß wir erst ein wenig Fahrradfahren sind (windig und regnerisch, machte nicht allzuviel Spaß - zumal auch noch ein Platten dazukam...) und nun mit Tee und Keksen sowie Mandarinen auf dem Sofa rumlummeln. Ohne ständiges Kindergerede und -gezappel im Hintergrund. Momentan sind die Kiddies schon ein wenig arg anstrengend, finde ich. Dazu kommt noch, daß ich mehr Zuhause bin als sonst (weil ich ja weniger Arbeiten muß). Naja, anstrengend sind Kinder wohl immer. Umso mehr schätzt man ruhige Minuten wie diese hier grad...

Geschrieben von Nina in Öffentlich um 16:10

Mittwoch, 6. Dezember 2006

### **Danke lieber Nikolaus!**

Ich muss wirklich artig gewesen sein im letzten Jahr, weil ich heute im Briefkasten gleich 3 CDs von Heinz Rudolf Kunze gefunden habe :).

Die Promo-CD mit 2 Songs vom neuen Album Klare Verhältnisse, welches erst im Januar erscheint, die Promo-CD für das neue Musical "Kleider machen Liebe" und Kommando Zuversicht, das "Musikalische Härtbuch" zu seinem 50. Geburtstag.

Geschrieben von Nina in privates um 23:27

### **Warum es den Nikolaus geben muss**

Meine größte Tochter ist mit ihren 10 Jahren längst aus dem Alter raus, da sie an den Weihnachtsmann, Osterhasen oder Nikolaus glauben würde. Meine Kleine, grade 8 Jahre alt geworden, eigentlich auch. So dachte ich. Sie hat im letzten Jahr schon arg gezweifelt, und die Zahnfee gibts schon allein deswegen nicht, weil sie mich mal dabei erwischt hat, wie ich dieser... Ähm... etwas geholfen habe ;). Und den Weihnachtsmann gibts auch nicht weil ich nämlich immer Weihnachtsgeschenke kaufe! Das ich dies nur tue, weil der Weihnachtsmann halt nicht überall und jedem was bringen kann, und eigentlich ja auch nur für die Kinder kommt, das glaubt sie mir inzwischen nicht mehr. Und der Osterhase im letzten Jahr war Sonja, die Freundin ihres Vaters. Hat mein Töchterlein genau durchschaut, sie waren nämlich mit Papa und dem Hund spazieren und als sie wiederkamen waren plötzlich die Eier versteckt gewesen.

Nur der Nikolaus... Den gibt es doch! Weil der mir im letzten Jahr nämlich meine Fahrradjacke gebracht hat, und ich davon überrascht war und somit vorher ja schließlich nix gewusst haben konnte!

Ach... achso... achja?! Na dann....

Geschrieben von Nina in Öffentlich um 10:56

Dienstag, 5. Dezember 2006

## **Zeit und Geld**

Seit nunmehr 5 Wochen arbeite ich nur noch halbtags. Das hat vertragliche Gründe bzw. liegt daran, daß es da, wo ich beschäftigt bin, keine unbefristeten Vollzeit- oder Dreiviertelstelle gibt. Ich habe einen festen Halbtagsvertrag und die letzten fünf Jahre zusätzlich einen befristeten 1/4-Vertrag gehabt. Der ist nun ausgelaufen und kann nicht wieder verlängert werden. Länger als fünf Jahre darf man nicht befristet beschäftigt sein.

Für mich bedeutet das etwa 400 Euro netto weniger im Portemonnaie. Und plötzlich unglaublich viel Zeit. Ok, stimmt so gar nicht. Die Zeit verschwindet, pardon - vergeht natürlich genauso schnell, wie sonst auch. Nur muß ich an 3 Tagen morgens nicht zur Arbeit hetzen, sondern kann faul im Bettchen liegen bleiben. Eigentlich nur 2 Tage, der dritte Tag ist mein "Studientag", da mein Arbeitgeber mich für drei Semester als Gasthörer an einer Fernuni freigestellt hat. Dies wiederum hat seinen Hintergrund in meinem nicht anerkannten Studiengang. Ich hab seinerzeit an einer privaten Akademie den Abschluß "Informatik-Betriebswirt (VWA)" erlangt, der zwar teilweise in der freien Wirtschaft aber keineswegs im öffentlichen Dienst einem Fachhochschulabschluß gleichgestellt wird. Um mich auch finanziell meinen Kollegen gleichzustellen, die ja in etwa das gleiche leisten wie ich, hat mein Chef sich stark gemacht für diese Art der "Weiterbildung" und mein Amt zahlt mir nun das Studium, stellt mich einen Tag in der Woche frei und ich muss dafür fleißig Informatik büffeln.

Und nun hab ich so viel weniger Stress als ich es gewohnt bin und das irritiert mich. Ich wache morgens schon mit einem schlechten Gewissen auf, wenn ich, nachdem die Kids zur Schule entschwunden sind, wieder eingeschlafen bin. Und hab das dumme Gefühl, daß ich irgendwas verpasse, daß ich mehr leisten müßte. Wenn ich schon so viel Zeit zur Verfügung habe. Das wird sich sicherlich bald wieder "geben", ich hoffe auf einen weiteren Zeitvertrag, wenn eine Frist von etwa 9 Monaten abgelaufen ist oder eine andere Art der Mehrbeschäftigung. Vielleicht sogar einen ganz anderen Job, der wäre dann aber wahrscheinlich Vollzeit. Für den Moment sollte ich die Zeit und die Ruhe und den Mangel an Stress einfach genießen! Und dabei zur Ruhe kommen! Ein bisschen tue ich das ja. Und doch habe ich noch mehr als sonst das Gefühl, als würde mir mein Leben, meine Tage einfach zwischen den Fingern durchrieseln. Wobei ich dieses Gefühl ja immer habe, jetzt verstärkt es sich aber dadurch, daß ich so wenig arbeiten muss. Arbeiten darf? Arbeiten kann? Ich hab ein regelrechtes schlechtes Gewissen! Sogar meinem Job gegenüber, für den ich nun so wenig Zeit habe. Das ist dämlich!

Da ich meinen Mangel an Arbeit nicht zu verschulden habe, brauch ich dem Job und meiner freien Zeit gegenüber kein schlechtes Gewissen haben! (Verdammt nochmal!)

Aber ich möchte dennoch die Zeit besser nutzen! Mehr lernen, mehr Sport machen, mehr Liegegebliebenes erledigen, aber auch mehr Zeit einfach nur bewusst "vertrödeln"!

Und endlich mal anfangen, meine Wohnung zu streichen! Das ist sowas von lange schon überfällig... Allerdings würden wir ja gerne umziehen, daher hab ich das Streichen lange vor mir her geschoben. Jetzt streich ich aber doch, wenigstens die schlimmsten Räume. Und entrümpel die Kinderzimmer.

Apropos Kinder: die sind absolute Gewinner meiner momentanen Arbeitssituation - so viel Zeit haben sie sonst nie mit mir gehabt und eine so ruhige Mama hatten sie auch nur selten... :)

Geschrieben von Nina in privates um 10:53

Montag, 4. Dezember 2006

## **Roseanne**

Ich bin krank. Wenn man krank ist, darf man seinen Tag verträufeln. Also hab ich mir vorhin zwei Roseannefolgen angeschaut. Ich war seinerzeit völlig verliebt in diese Comedy-Serie (1988 - 1997). Und stelle heute fest, daß ich es noch immer bin. Von den vielen Videokassetten, die ich früher vom Fernsehen aufgenommen habe, haben fast nur noch die zusammengeschnittenen Roseannefolgen überlebt und stauben nun in meinem Regal vor sich hin. Wobei ich mir heute denke, ich sollte sie viel öfter mal anschalten. Amüsiert hat mich die Serie heute noch immer. Roseanne mit ihrem wunderbaren und oft reichlich feigen Humor, John Goodman in seiner Rolle als Dan Conner, dem nicht minder humorigen Ehemann von Roseanne. Die drei (zum Ende der Serie vier) Kindern Becky, Darlene, D.J. und den Geschichten rund um einen Familienalltag, in dem sich vielleicht nicht alle aber doch sehr viele Menschen wiederfinden. Kinderstreitigkeiten, Geldsorgen, Jobsorgen, Familienstreitigkeiten. Klingt nicht lustig? Ist es aber!

Ich hab schon öfter mal darüber nachgedacht, warum mir die Serie so gut gefällt, warum ich mich hier so wiederzufinden scheine. Vielleicht ein bisschen in Darlene, mit ihrem eigenen, schwarzen Humor und ihrer Art, die nicht ganz so wie die Art der vielen anderen Mädchen zu sein scheint. Die eine ältere, blonde und jungsanhimmelnden Schwester und die einen oft reichlich ätzenden, kleinen Bruder hat. erinnert mich noch immer stark an meine Geschwister, auch wenn ich von diesen sicher Nackenschläge bekomme, sollten sie meine Worte hier einmal lesen ;).

Roseanne ist natürlich auch eine Identifikationsperson, hätte ich ihren Humor zumindest gerne - bin aber mit meinem eigenen Welten unter ihrem Niveau. Die Gewichtsprobleme haben - oder besser hatten - wir aber beide. Auch wenn ich inzwischen normale Dimensionen angenommen habe.

Kurzweilige Unterhaltung ist die Serie auf jeden Fall. Noch immer. Ich glaub, ich schreib mir mal einen Weihnachtsmannwunschkettel und wünsch mir eine Staffel der Originalserie auf DVD. Die gibt es endlich, wenn auch leider nur in Amerika.

So, ich mach jetzt erstmal Schluss mit Schreiben und sammel meine kleine Tochter ein. Diese heißt übrigens Darlene ;)

Geschrieben von Nina in öffentlich um 16:37

Mittwoch, 29. November 2006

### Adventskalender

Weihnachten rückt immer näher (erkennt man daran, daß die Population der an den Haus- und Balkonwänden an Seilen oder Leitern aufgeknüpfte Weihnachtsmännern stark zunimmt) und dazu gehört, zumindest wenn man Kinder hat, ein Adventskalender eben für diese. Also für jedes Kind einen natürlich.

Wer jetzt glaubt, ein handelsüblicher Schokokalender für 49 Cent von Penny würde ausreichen, dem muß ich leider widersprechen. Irgendwie scheint dieser Brauch nicht nur bei uns etwas aus dem Ruder gelaufen zu sein. Es fing mal ganz harmlos an, mit den ersten Kalendern, erst nur für die Große, dann für Beide. Eine Tante hat mal einen gebastelt und selbst gefüllt, dann gabs Grosseltern, die schenken wollten, ein Jahr hab ich mich glaub ich sogar dazu erweichen lassen, einen von diesen neumodischen, teuren und mit Plastikkram überfüllten Kalender zu kaufen (Lego fürs eine Kind, Pferde für das andere). Fast jedes Jahr gibts ausserdem das Problem der zu vielen Kalender. Omas und Opas, Tanten und Paten wollen welche besorgen, beim Vater gibts auch immer welche (obwohl sie die dann meist in 2-3 Besuchen wegessen müssen) und in diesem Jahr brachte meine eine Tochter sogar von einem Besuch bei einer Schulfreundin (der erste Besuch dort) einen mit. Dabei hat sie doch schon einen. Einen völlig überdimensionierten, in meinen Augen. Ich hab immer die Befürchtung, daß man sowas eh nicht mehr toppen kann und natürlich fordern die Kiddies im nächsten Jahr etwas Ähnliches wenn nicht gar grösseres. Aber es ist auch gar nicht so einfach, Kleinigkeiten zu finden, die man hierfür als Füllung nehmen kann, die aber fast nix kosten!

In diesem Jahr brauchte ich nur einen Adventskalender machen bzw. füllen - meine Lante hat von ihrer Taufpatin einen bekommen. Besser gesagt einen Karton mit 24 kleinen Päckchen drin. Klein? Naja, manche sind schon etwas grösser. Aber wie schon geschrieben: es ist gar nicht so einfach, nette Kleinigkeiten zu finden. Schon gar nicht, wenn man nur simple Schokobons oder Ähnliches hereinpacken möchte. Selbstverständlich musste ich dann für meine andere Tochter ein vergleichbares Exemplar bauen und so hab ich den gestrigen Nachmittag damit verbracht, 24 kleine Päckchen (im Wert von mehr als 15 Euro \*seufz\*) zu verpacken. Okay, wenigstens nicht alleine, meine andere Tochter und ihr Besuch haben dabei geholfen. Und war tatsächlich schon 2 Tage vor dem Ablauf der Frist fertig damit. \*puh\*

Und im nächsten Jahr? Da gibts wieder einen ganz simplen, kleinen Schokokalender! Für 49 Cents! Von Penny!

Geschrieben von Nina in Öffentlich um 23:07

### Abschlussrunde

Es ist fast schon Dezember und auch wenn die Temperaturen draußen momentan relativ hoch sind ist es doch absehbar, daß die Rennradsaison ihrem Ende zugeht. Zumindest lange Ausfahrten mach ich im Winter nicht, bei Temperaturen jenseits des Gefrierpunktes auch nur noch mit dem Mountainbike. Und da es heute noch mal schön werden sollte und ich nicht arbeiten musste, hab ich den Tag für eine Jahresabschluss-tour genutzt.

94 Kilometer sind es geworden, 773 Höhenmeter und drei "Hubbel" auf der Strecke. Die Marienburg zum warm werden, den kleinen Deister und zurück über Nienstedter Pass. Weit über vier Stunden hab ich dafür gebraucht und war grad rechtzeitig mit einsetzen der Dämmerung wieder Zuhause. Kalt war mir nur an den Abfahrten, wenn ich zu schnell wurde und dabei nicht mal trampeln musste. Ich möchte jetzt trotzdem gern in die heiße Wanne ;)

Auf einem Feld in der Nähe von Koldingen war voll mit Graugänzen auf der Durchreise. Da und an einigen anderen Stellen hab ich es arg bereut, daß ich meine Kamera nicht mitgenommen habe. Als zum Beispiel die Sonne mal rauskam und auf die Gänzelchen schien, war das schon ein wirklich schönes Bild. Aber Fotografieren beim Fahrradfahren funktioniert bei mir nicht gut. Konzentrieren kann ich mich nur auf eins von Beidem, entweder mit offenen Augen auf Motivsuche sein oder solche Touren fahren. Kamerafahrten sind meist eher Schleich- und Erholungsfahrten. Bei gutem Wetter, mit Picknick und ganz vielen Pausen. Fotohalt eben. Beim "richtigen" Radeln reizt mich das immer wieder aus dem Tritt...

Morgen gönne ich meinem Körper einen Ruhetag. Freitag gibts dann wieder Sport. Zu meinem momentan sowieso teilweise etwas ausgeprägten Bewegungsdrang hat sich eine Art Wettkampf gesellt, der zusätzlich motiviert. Der Winterpokal eines Rennradforums, bei dem man Punkte für seine Sporteinheiten kassieren kann. Der direkte

## **Blog Export: Ninas Schmierblo(g)ck, <http://www.justchaos.de/blog/>**

Vergleich mit den Anderen und das Auf und Ab in der Rangliste spornt durchaus an - obwohl klar ist, daŹ ein nicht unbeträchtlicher Teil beim Eintragen schummeln wird. Spaß macht es trotzdem, zumindest im Moment.

Geschrieben von Nina in sportliches um 18:07

Montag, 30. Oktober 2006

## **Rückblick**

Ich hab vorhin meine Tagebuchdatei aufgemacht. Seit 1994 schreibe ich am Rechner Tagebuch und die ursprüngliche Datei ist inzwischen auf über 1000 Seiten und, da einige Fotos mit drin sind, 12 MB Größe angewachsen. Wobei das letzte Jahr, was ich hier im Blog(ck) geschrieben hab, da noch gar nicht enthalten ist.

Ich wollte eigentlich nur schauen, ob die "alte" Word-Datei sich auch mit einem aktuellen Word noch öffnen lässt, zumal sie mit Word aus Sicherheitsgründen verschlüsselt wurde. Das hat wunderbar funktioniert und ich bin ein wenig lesen gegangen. Ich suchte sowieso eine Information, von der ich hoffte, sie mal aufgeschrieben zu haben.

Ich bin in meinem Leben grob 8 Jahre zurück gegangen, zu der Zeit lebte ich noch mit meinem zukünftigen Ex-Mann zusammen, war gerade schwanger mit meiner kleinen Tochter und mit meiner Ehe, meinem Leben und dem Stress um mich herum überaus unzufrieden.

Ich lese recht selten in alten Tagebuchtexten. Ist wahrscheinlich auch gut. Irgendjemand meinte mal, dass man nicht ohne Grund die meisten Dinge wieder vergisst. Und man nicht dauernd drin rumwühlen sollte. Dauernd nicht, nein. Aber mit einem größeren Abstand auf sich selbst, seine Entscheidungen, sein eigenes Handeln zurückzuschauen, finde ich trotzdem sinnvoll. Außerdem möchte ich viele Dinge gar nicht vergessen, darum schreibe ich sie ja auf.

Zurückblickend geht es mir heute wesentlich besser als damals. Zurückblickend weiß ich gar nicht mehr so genau, warum ich diese Ehe so lange durchgezogen habe. Gut, die Texte sind nur meine Sichtweise aber zumindest teilweise auch mit Fakten belegt. Fakten, bei denen ich heute laut mit dem Kopf schüttel... Und froh bin, dass es mir so wie ich jetzt lebe, wesentlich besser geht! Und trotz allen Scheidungskinderstatistiken bin ich überzeugt davon, dass es auch für die Kinder besser ist, in einer solchen Situation wie jetzt aufzuwachsen als mit dem Stress, den sich die Eltern machen können, wenn die Beziehung einfach... scheiße ist!

Geschrieben von Nina in öffentlich um 15:13

Samstag, 7. Oktober 2006

### **Umgezogen sind wir schon....**

Ging ganz einfach, tat auch gar nicht weh ;)

Die URL da oben in der Adresszeile wird ein paar Tage etwas komisch aussehen, bis die Justchaos-Domain übertransferiert worden ist. Aber ich schätze, dürfte das geringste Problem sein...

Mein Blo(g)ck war dann auch das erste echte Testobjekt für den neuen Server und vor allem den Umzug. Hat alles ziemlich gut geklappt! Nun "nur" noch der Calendar und die beiden Foren... \*hüstel\* ;)

Geschrieben von Nina in Öffentlich um 00:02

Montag, 2. Oktober 2006

### **Wir müssen umziehen**

Diese Seite liegt auf meinem Webserver, der bislang bei Alturo gemietet worden ist. Leider macht Alturo nun seine Pforten dicht (lohnt sich angeblich nicht) und hat all seinen Kunden mal eben mit einer 5-wöchigen Frist zum Ende des Monats Oktober gekündigt. Na danke auch...

Ich hab schon einen neuen Server angemietet, Strato hat ebenso wie Hetzner auf die Situation reagiert und einen preisgünstigen Server angeboten, Strato sogar direkt und wortwörtlich für Ex-Alturo-Kunden. Dieser war dann auch der günstigste und auch wenn Strato lange keinen allzu guten Ruf hatte, so scheint sich dieser in den letzten 1-2 Jahren doch stark verbessert zu haben. Und preislich liegen sie sowas von unterhalb der Konkurrenz, da ich mit etwas Bauchgrummeln wegen der langen Vertragslaufzeit mich letztendlich doch für einen Strato-Server (S, Intel Celeron 2400, 512 MB RAM, 60 bzw. 80 GB Platte, 2 GB Traffic und eine große Palette an Tools rund um den Server) entschieden habe.

In einigen Tagen wird dieser/s Blo(g)ck deshalb auf den neuen Server umziehen und dann ggf. eine kurze Zeit nicht erreichbar sein. Aber keine Sorge, es ist bald wieder da. Ebenso wie all die anderen Seiten und Foren, die hier auf dem Server liegen. ;)

Geschrieben von Nina in Öffentlich um 15:21

Freitag, 29. September 2006

### **Simba-Kinderverarschung**

Meine Kiddies, 7 und 10 Jahre alt, machten sich neulich mal alleine auf um einen Konsumtempel zu besuchen. Also ein Einkaufszentrum. Sie sind ja schließlich groß und wenn man groß ist, dann tut man soetwas. Ohne die Mama. Meine große Tochter ist auch ziemlich vernünftig und klug genug, sich weder zu verfahren, noch die kleine Schwester im Getümmel zu verlieren, also hab ich ihnen diesen Ausflug erlaubt und jedem ein bisschen Taschengeld zum sinnlosen Verprassen mitgegeben. Wie sinnlos das werden kann, war mir da aber noch nicht so ganz bewusst...

Zwei bis drei Stunden später waren die Beiden dann wieder da und zeigten stolz ihre Beute. Meine Große hatte sich ihren Wunsch erfüllt und sich eine Reiterpuppe gekauft, meine Kleine zeigte die Packung eines Spieltelefones. Ich wunderte mich schon etwas, warum sie sich so ein Babyspielzeug kauft aber sie machte mich gleich darauf aufmerksam, da es da eine Digitalkamera enthalten wäre. Ich hab ziemlich zweifelnd geguckt und gefragt, was das Ding denn gekostet hätte. 2,99 Euro war die Antwort. Dafür gibt es keine Digi-Cam, erwachsene Menschen wissen sowas. Auch meine Große hatte vor dem Kauf gezweifelt aber wie sie mir dann beide versicherten, stand dies wirklich auf der Packung. Tatsächlich, unterhalb des Logos und neben den anderen Bildchen, die 'Produkteigenschaften' wiedergeben ("Mail" "Bye"), war ein rundes Objektiv abgebildet über dem deutlich "Digital Camera" steht.

Wir haben sie aufgemacht, Batterien eingelegt und natürlich war alles, was dies Plastik-Klapp-Handyimitat (ich hab auf ein Foto davon verzichtet, sieht aus wie jedes x-beliebige Klapphandy) konnte, Krach auf Knopfdruck machen und eine Handvoll Bilder in der Form dieser Bilder-Show-Plastik-Dinger aus meiner Kindheit zu zeigen. Diese Dias, die in irgendwelchen Apparaten steckten, manchmal in Kreisform und zum Auswechseln. Man musste es gegen das Licht halten und irgendeinen Knopf drücken, damit das nächste Bild angezeigt wurde. In manchen Urlaubsorten gab es dies sogar mit Bildern von dort zu kaufen.

Die Enttäuschung meiner Kleinen war natürlich groß. Und meine Wut auf die Firma Simba ist auch nach zwei Wochen nicht verraucht. Ich überleg noch immer, ob ich denen das Ding nicht einfach zurückschicken sollte. Mit einem entsprechenden Kommentar! Zumal Produkteigenschaften oder irgendwelche Erläuterung sich auch keineswegs auf der Packung befinden! Einzig der gesetzliche Hinweis "Kleinteile können verschluckt werden..." sowie der Hinweis, dass dies Spielzeug der Spielzeugnorm entspricht und daher maximal 80 dB Lärm erzeugt (80 dB???) findet sich auf der Rückseite. Selbst wenn ich beim Kauf dabei gewesen wäre, hätte ich nur über meine Lebenserfahrung aber keineswegs über die Verpackung das Nichtvorhandensein der Funktion DigitalCamera Wissen können!

Geschrieben von Nina in öffentlich um 10:14

Donnerstag, 14. September 2006

## moi petit

Mein große Töchterchen wird nun eine kleine Französin :)

Schon in ihrer Grundschule gab und gibt es ein Französisch-Projekt; also eine Grundschulklasse pro Jahrgang, die zweisprachig unterrichtet wird. Nicht nur Französisch ab der ersten Klasse sondern auch teilweise regulärer zweisprachiger bzw. fremdsprachiger Unterricht. Bei ihrer Einschulung hatte ich Vanessa dafür angemeldet, aber es waren mehr Anmeldungen als Plätze vorhanden, bei der Platzverlosung wurden wir nicht gezogen.

Dieser erste Jahrgang dieser "kleinen Gallier" (das Schulprojekt ist die Fortführung des französischen Kindergartens hier in Hannover), bestehend aus teilweise muttersprachlich französisch sprechenden Kindern und normalen deutschsprachigen ist nun aus der Grundschule entlassen worden und hat in einem Gymnasium die Möglichkeit gefunden, diese Klasse, dieses Projekt, fortzuführen.

18 Kinder sind in dieser nun 5. Klasse, die bilingual Französisch/Deutsch unterrichtet wird. Erdkunde und Sport zum Beispiel sollen - zumindest zum Teil - auf Französisch unterrichtet werden.

Bei der "Einschulung" der 5. Klassen vor 2 Wochen staunten sicherlich einige Eltern über die Klassenstärken. Erschraken würde es wohl besser treffen, 33-34 Kinder pro normale Klasse, laut Kultusministerium ein üblicher Wert, in meinen Augen ein fast unhaltbarer Zustand - sogar auf dem Gymnasium! Über 30 Kinder, vorpupertierend?!

Die französische Klasse war dagegen angenehm klein und überschaubar. Was dann wohl auch den Zorn oder Neid vieler Eltern auf sich gezogen hat. Also der Eltern, deren Kinder nicht in diesem Projekt sind. Viele davon kennen dies ja auch überhaupt nicht, die Hintergründe, den Wissenstand der kleinen Franzosen, ... Wir wissen da schon mehr, waren wir ja schon auf der Grundschule an der gleichen Schule wie die kleinen Gallier. Aber es kam trotzdem, was kommen musste: ein Teil der Eltern machte Druck und plötzlich hieß es, daß wir uns doch alle mal überlegen wollen, ob wir nicht in der Französischklasse mitmachen wollten. Also... nicht wir, nicht ich, aber die Kinder eben, das Kind. In meinem Fall: Vanessa. Das intelligente, belesene und gelehrte Kind mit dem ziemlich guten Gedächtnis und einem enormen Sprachschatz und einer ebensolchen Fantasie. Vanessa hat in der Grundschule, als Ersatz für die Ablehnung bei der gänzlich französischen Klasse, die Französisch AG besucht. Vier Jahre lang. Ausserdem kennt sie die ganze Klasse, in meinen Augen ist das eher ein Vorteil. Zwei Freundinnen hier aus Döhlen sind dort drin...

Wir haben zwei Tage geglaubt und Vanessa selbst war völlig hin und hergerissen. Sie war ja grad erst eine Woche in der neuen, fünften Klasse angekommen und nun wieder wechseln? Selbst wenn man die anderen ja fast alle wenigstens ein bisschen kennt? (Was ja auch sehr von Nachteil sein kann, in eine feste Gruppe als Aussenseiter hinzuzukommen). Und wie gut sprechen die Kinder Französisch? Wie viel Wissen fehlt Vanessa? Schafft sie das denn überhaupt? Der Wechsel aus der Riesenklassen in eine überschaubar große wäre für Vanessa sicher gut, ist sie eher stiller. Eine Freundin müsste sie in der normalen fünften Klasse zurücklassen... Sie hat schon sehr mit sich und dieser Entscheidung gerungen, ich auch!

Letzten Samstag hatte ich ein langes Telefonat mit der ersten Klassenlehrerin, die gleichzeitig viel organisatorisches vor allem in dem Bereich der 5. und 6. Klasse klärt. Wir haben eine Menge Details über Vanessa und die Klasse ausgetauscht und sind letzten Endes dazu überein gekommen, daß Vanessa wechseln soll.

Der Wissenstand der Franzosen ist gar nicht so hoch, meinte die Lehrerin. Eigentlich hat sie sich reichlich negativ über das Projekt als solches geäußert. Das natürlich die Aussprache gut wäre, aber schriftlich so gut wie gar keine Kenntnisse vorhanden wären und das es vielleicht so doch nicht ganz so einfach ist, eine fremde Sprache zu erlernen. Mag sein, daß ich kann und will ich gar nicht beurteilen (müssen), es hat mich zumindest sehr beruhigt zu hören, daß Vanessa ihr Defizit in einem Förderunterricht aufholen kann (und wird) und die Lehrerin war mehr als nur zuversichtlich, daß dies problemlos möglich, also schaffbar ist.

Ich hoffe, sie hat recht! Auch wenn ich noch immer ein gutes Gefühl habe hierbei. Montag ist sie dann gewechselt und hat seit dem 4 Tage in der neuen Klasse erlebt. Und ich einen Elternabend. Die neue Lehrerin gefällt mir ehrlich gesagt viel besser als die alte (\*g\*), und diese hat sich sehr positiv über Vanessa geäußert. Den Förderunterricht bekommt sie nun als Einzelunterricht (mehr Kinder als Vanessa wollten oder konnten offenbar nicht wechseln - ohne Französischkenntnisse geht es nicht und manche Eltern hatten wohl auch Bedenken, ob ihre Kinder das schaffen). Ich

machte mir kurzfristig ein bisschen Sorgen um das Budget der Schule, andererseits ist Vanessa nun das Vorzeigekind des guten Willens, diese Klasse doch zumindest für die zu öffnen, die in der Lage wären, hier am Unterricht mitmachen zu können.

Ich glaub ich weiß jetzt schon, wo wir nächstes Jahr Urlaub machen ;)

Geschrieben von Nina in öffentlich um 21:59

Freitag, 1. September 2006

## Schwarzwald Tourbericht

Tag 3: Ettlingen, Ettlingweier, Oberweier, Schluttenbach, SchÄ¶llbronn, VÄ¶llkersbach, Freiolsheim, Moosbronn, Bernbach, Bad Herrenalb, Loffenau, Gernsbach, Gaggenau, Bischweier, Muggensturm, Malsch und zurÄ½ck, 70 km, ca. 4 std., auf dem RÄ½ckweg im Stockdunkeln und daher sehr langsam - und natÄ½rlich wegen den Bergen auf dem Hinweg \*g\*

(huch, da fehlt ja die Beschriftung der X-Achse - der hÄ¶chste Punkt liegt auf 557 HÄ¶henmetern, beim Start in Ettlingen war ich auf ca. 80-100)

Wir haben diesen Tag frÄ½h Feierabend gemacht (ich war 3 Tage auf einer Schulung in Karlsruhe). Kurz nach 16 Uhr war ich schon drauÄ½en. VertrÄ¶umt und geistig abwesend bin dann aber ich leider auf die falsche Autobahnseite aufgefahren, das wÄ¶re ich am Vortag schon fast. Ist irgendwie wohl ne doofe Stelle (oder ich direkt nach dem Kurs einfach geistig noch nicht voll da). NatÄ½rlich kam da auf der falschen Autobahnseite erstmal so gar keine Abfahrt bei der ich hÄ¶tte drehen kÄ¶nnen; also fuhr ich an 3 ParkplÄ¶tzen (!) vorbei, 16 km von Karlsruhe weg - und das in die falsche Richtung natÄ½rlich. In die andere hÄ¶tte es vier Abfahrten auf 10 km gegeben \*mitdenaugenroll\*

Ich hab die Gelegenheit genutzt und wenigstens schon mal getankt. fÄ½r irgendwas musste der Abstecher ja gut sein. Und so brauch ich das Morgen frÄ½h nicht mehr.

Im Hotel hab ich mich nur schnell umgezogen und mir mein Rad geschnappt. Das Wetter sah noch ganz angenehm aus, sogar Sonne gab es. Aber auch doofen Wind, natÄ½rlich von vorn \*g\*

Ich hab ne lange Radhose angezogen, das erste Mal seit dem FrÄ½hjahr. Und ein langes Trikot. und die Regenjacke, und ein Shirt drunter und 2 paar Socken. War schon klug, mich so "dick" einzupacken (zumindest wenn man bedenkt, daÄ½ August ist und es im August Ä½blicherweise nicht so kalt wird) - ich hab sogar so zwischenzeitlich gefroren auch wenn ich meist eher geschwitzt hab \*g\*

Gegen kurz nach 17 Uhr saÄ½ ich auf dem Rad - und wie so oft am Anfang tat mir erstmal der â€“ sorry â€“ Hintern weh und die Beine und die Knie und ich hÄ¶tte beim losfahren nie gedacht, daÄ½ ich so lang durchhalte. Die letzten 2 Tage bin ich ja auch schon gefahren und jedes Mal wenigstens ein bisschen hÄ½gelig. Eigentlich wÄ¶re ein Ruhetag fÄ¶llig gewesen - aber ich hab auch so ziemlich gut durchgehalten.

Ich bin wie geplant die kleine StraÄ½e Richtung Spessart hoch. Hoch... boah, war die hoch!!! Ich war zwar inzwischen von den Muskeln her warm aber vom Vortag tatsÄ¶chlich noch leicht geschafft und ich wollte mich schon Ä½berhaupt nicht auf der ersten Steigung fertig machen aber es ging schon verdammt lange verdammt steil da hoch! Die kleine KreisstraÄ½e hatte keinen Radweg, dafÄ½r war sie reichlich befahren (Feierabendzeit). Richtig schÄ¶n war der erste Teil der Strecke nicht. ErwÄ¶hnte ich schon, daÄ½ es steil war? \*g\*

Naja, ich habâ€™s Ä½berstanden, irgendwann war ich dann oben... Ä¶h.. oben? Vergisses... es ging irgendwann nicht mehr so steil bergan, das war dann aber auch alles. Ich musste nicht mehr teilweise in den Wiegetritt, hab tatsÄ¶chlich wieder zweistellige km-Anzeigen auf dem Tacho gehabt, bekam wieder etwas normaler Luft aber bergan ging es weiterhin - mal mehr mal weniger. Hin und wieder gabâ€™s kleine Abfahrten, vor der nÄ¶chsten Auffahrt natÄ½rlich. Und so zog sich die Strecke von einem DÄ¶rfchen ins nÄ¶chste, der Verkehr lieÄ½ langsam nach bis ich meist nur noch allein auf der Strecke unterwegs war. Eine Rennradfaherin hab ich zwischendurch gesehen (als ich Pause machte und â€™nen FrÄ½chteriegel Futterte) und â€™nen MTB-Fahrer (als ich grad mal ein passendes GebÄ½sch suchte). Weitere Radfahrer gab es nicht. Das Wetter war auch nicht gut genug dafÄ½r... das zog sich langsam zu und nach etwa 1,5 Stunden Fahrtzeit fing es an zu regnen - und hÄ¶rte auch nicht wieder auf. Regen ist gar nicht so schlimm, zumindest sofern man nicht kalt und allzu nass wird. Wenn die StraÄ½e nicht allzu schmierig wird... Auf der Brille isses natÄ½rlich doof und als es dann auch noch dunkel wurde, hat sich die Sicht noch mal stark verschlimmert. Aber alles in allem war der Regen nur eine Beigabe zu der Fahrt, ohne wÄ¶re es besser gewesen, mit war es aber auch keine Katastrophe.

Immer wenn ich dachte: jetzt bin ich aber oben, ging es noch weiter hÄ¶her. Ich hÄ¶tte allerdings an einigen Stellen schon bergab fahren kÄ¶nnen, zurÄ½ck in Richtung Hotel. Wenn ich eine kÄ½rzere Strecke gewÄ¶hlt hÄ¶tte. Das

wollte ich aber nicht, ich war kräftemäßig noch lange nicht am Ende und bei der Entscheidung, gleich allein im Hotel rumzuhängen oder lieber noch ein bisschen weiterzufahren, gewann eindeutig das Fahrrad.

An einer Stelle hab ich aufgegeben. Den Erfahrungen des Vortages Rechnung tragend, hab ich in der Trikottasche meine Joggingschuhe mitgenommen. Die Übersetzung meines Triathlonrades ist nicht grad bergtauglich, ab einer gewissen Steigung geht einfach nix mehr. Zumal ich den Wiegetritt bis heut auch nicht wirklich viel trainiert hab. Berge ja eigentlich auch zu wenig! Wenn ich aus dem Sattel muss um eine Steigung zu bewältigen, bin ich ziemlich bald ziemlich platt. Um das aufzufangen und dann ggf. ein bisschen zu Fuß aber nicht auf den Clickpedalschuhen laufen zu müssen, hab ich die anderen Schuhe mitgebracht. Und an der einen Stelle auch angezogen. Zu der Zeit befand ich mich auf einem der ausgeschilderten Radwege. Der leider nur ein Matsch-Waldweg war. Und das im Regen. Und das extrem steil bergan. Ich habe gehen vorgezogen und selbst das war so anstrengend, daß meine Brille beschlagen ist. Inzwischen war ich zwischen Bad Herrenalb und Loffenau angekommen, etwa bei Kilometer 30-35.

Oben angekommen bin ich wieder aufs Rad und auf der inzwischen regennassen Straße bergab. Von da an ging es eigentlich nur noch bergab; mal mehr, mal weniger stark. Es regnete und es wurde immer dunkler. Zu schnell wenn man bedenkt, daß ich natürlich kein Licht am Rad hatte. Zumindest nach vorne nicht. Ein Rücklicht ist fest installiert, dies war auch die ganze Zeit eingeschaltet. Leider funktionierte das dazu, daß es langsam schwächer brannte... und nach vorne leuchtete ich gar nicht... mein vorderes Licht ist kaputt, schon eine ganze Weile und ich hab noch kein neues gekauft. Bislang brauchte ich den auch fast noch nie das Licht am Rennrad (wer fährt schon Rennrad im Dunkeln?), heute allerdings hätte ich viel Geld gegeben, hätte ich welches gehabt.

An einer Tankstelle in einem der wenigen größeren Dörfer (Gaggenau) hab ich Batterien für das Rücklicht gekauft. Damit mich wenigstens von hinten niemand umnietet. Die S-Bahn war mehrfach in meiner Nähe, ich hätte auch "aufgeben" und mit der Bahn zurückfahren können. Aber das wollte ich gar nicht, obwohl ich an der einen Station knapp eine Minute darüber nachgedacht habe. Da war es erst daldunkel und ich hätte 40 Minuten auf den Zug warten müssen. Körperlich kaputt war ich auch noch nicht. Also weiter...

Inzwischen war ich aus dem größten Gebirgszug raus und brauchte nur noch locker rollen lassen, bei leichtem Gefälle und Rückenwind. Wäre da nicht die Sache mit dem Licht gewesen. In den Orten musste ich doppelt gut aufpassen, damit mich keines der Autos umfährt (was ja, so schlecht sichtbar wie ich war, meine Schuld gewesen wäre). Auf den Landstraßen sah ich inzwischen nur noch sehr schlecht, es war fast ganz dunkel und regnete noch immer leicht. Eine Teilstrecke bin ich da noch auf der Straße gefahren, Highspeed, weil kein weiterer Verkehr da war und weil die Straße im Restlicht gut zu sehen war. Danach gab es wieder Radwege, die mir natürlich viel lieber sind. Zumindest wenn sie qualitativ so gut sind, wie die meisten, die ich hier im Nordschwarzwald und bei Karlsruhe erlebt hab. Bist nur, daß ich zwischendurch, grad wenn ein Auto von vorn kam und blendete, teilweise gar nichts mehr erkennen konnte. Die letzten 15 KM waren daher mehr eine Art Intervalltraining, ich hab mehrfach angehalten, weil ich nicht ins Dunkle fahren wollte, in die völlige Orientierungslosigkeit (jetzt weiß ich, warum Hasen und Rehe einfach stehen bleiben, wenn ihnen ein Auto mit Licht begegnet! Sie wissen einfach nicht wohin!). Ohne Autos, die den Weg beleuchten, war meist noch genug Licht vorhanden um grade so eben den Verlauf des Radweges zu erkennen, manchmal eher zu erraten. Wie gut, das dieser nicht nur gut sondern auch sauber war. Sticker oder gar zerschlagene Glasflaschen hätte ich vermutlich gar nicht bemerkt - bis ich darüber gefahren wäre zumindest...

Es war schon irgendwie ein extremes Fahren und eine - für mich - extreme Fahrt. Spa hat es trotzdem gemacht, grad der erste Teil, die vielen Steigungen, die wirklich schöne Landschaft, die schöne Luft, die viele Ruhe um mich herum... Aber auch das letzte Stück hatte seinen Reiz. Schon alleine darin, daß ich durchgehalten habe ohne irgendwann in irgendwelche Schwierigkeiten zu geraten. Weder mit mir und meinem Körper, noch mit der Technik oder meinem dunklen Umfeld. Natürlich gehört eine solche Fahrt im dunklen Regen nicht zu dem was ich mir vorher bewusst vorgenommen hätte aber wirklich schlimm, grässlich oder furchtbar war es auch nicht.

Ich würde es wieder tun! (HRK) ;)

Montag, 7. August 2006

## Urlaubsbericht Teil 5

Mittwoch, 26.7.2006 - 14 Uhr

Es regnet... Bislang hatte es jeden Tag abends gewittert oder geregnet und diese Abkühlung war uns allen sehr gelegen gekommen bei Temperaturen von über 30 Grad, zumindest unten im Tal. Heute regnete es allerdings bereits beim Aufwachen, was unseren Tagesplan, das Fahren mit der Luftseilbahn bei Meiringen, zunichte machte. Selbst ohne Regen wäre die Sicht zu schlecht gewesen, die Fahrt eher sinnlos. Und im Regen wie geplant den Zwergenweg runtermarschieren ist auch doof...

Also waren wir in Lauterbrunnen und im Dorf dahinter, die Trümmelbachfälle wollten wir nicht sehen, dafür aber diverse Touristen, die uns vor dem Auto rumrannten. Einmal einkaufen in Interlaken, in dem kleinen Einkaufszentrum gab es auch Klamotten! Aber dort dann aber leider keine Regenjacken. Jaja, die Urlaubspackplanung weist kleinere Lücken auf. Bzw. Lücken gab es vor allem dann beim Zusammenpacken... \*mitdenaugenroll\*

Nach dem Einkaufen sah die Wolkendecke alles andere als friedlich aus, wir haben uns entschlossen wieder hochzufahren, ein wenig zu faulenzten und zu hoffen, dass das Wetter nachher noch besser wird und eine ausgiebige Erkundung der näheren Wanderwege erlaubt. Danach sieht es jetzt sogar aus, vorher gibt es aber noch Kaffee, eine kleine Müslipause und Zeit fürs Urlaubstagebuch.

Gestern, Dienstag, waren wir mit Erika und Christian, unseren Gastgebern, unterwegs zu der Rosenluischlucht. Ich bin mir sicher, alleine wären wir die nicht angefahren, sie war es aber mehr als wert gewesen! Die Beiden hatten sich extra ein großes Auto geliehen, einen relativ überdimensioniert großen Transporter mit 9 Sitzen, damit wir alle in ein Auto passen! . \*schluck\*. Um 9 Uhr ging es los, wir waren sogar ganz pünktlich ;) . Die Fahrt vom Berg herunter (gestern bin ich wieder gefahren, heute ist Marko wieder dran - wir wechseln ganz artig ab \*) hat ziemlich Spaß gemacht, ich werde immer sicherer, schneller und angstfreier. Dafür steigt der Schwierigkeitsgrad auch Stück für Stück immer mehr an, gestern hatte ich schon doppelten Gegenverkehr inkl. Postbus bei regennasser Fahrbahn und einem weiteren Fahrzeug vor mir \*. Marko hatte dafür 'nen Laster mit Anhänger \*schluck\*.

Bei Bali, sorry, Erika, ging es mit dem weißen Transporter los, vorbei am Briener See nach Meiringen. Dort ging es dann den Berg hinauf und ich hab mich gefragt, warum ich hier auf der Isenfluhstraße immer leichte Panik bekomme, die Rosenluisstraße ist wesentlich schmaler, weist wesentlich weniger Ausweichstellen auf und es fahren große Postbusse da hoch! Und davon jede Menge!!! Christian fuhr sehr sicher und somit hab ich Markos Hand auch nur ein wenig zerdrückt ;) . Rückwärts zurücksetzen um einen von vorn kommenden dicken Postbus vorbeizulassen hat dann aber doch meinen Puls reichlich nach oben getrieben \*g\*.

Das alte Rosenlauhôtel sieht ehrwürdig aus, alt und ehrwürdig. Es steht auf einer relativ großen, fast ebenen Fläche, kein Wunder dass damals viele Menschen hier hochwollten. Damals gab es aber auch noch eine warme, schwefelhaltige Quelle, die sich bei einer Bergverschiebung irgendwann geschlossen hat. Somit hat das Hotel seine besten Zeiten längst hinter sich, und grade das macht es sehr reizvoll. An der Rezeption ist noch die alte Technik zu sehen, es gab auf den Zimmern Schnüre, an denen die Gäste ziehen konnten, wenn sie den Zimmerservice benötigen. An der Rezeption ging dann eine Klappe auf und ein Lichtlein an, so dass das Personal sehen konnte, wer gezogen hat.

Die Rosenluischlucht war sehr faszinierend! Erika meinte, so viel Wasser wie diesmal hätte sie dort noch nie gesehen und die beiden klangen so, als wären sie schon oft hier oben gewesen. Trotzdem hat Christian fotografiert, ich natürlich auch. Bewegende Wassermassen sind allerdings relativ schwer mit einer nicht grad hochklassigen Digitalcamera festzuhalten, einige Bilder gefallen mir aber doch sehr gut. Es war kalt dort, so kalt, dass meine Kiddies beide irgendwann die Regenjacken von Erika und Christian an hatten. Ich hab zwar, unter anderem auch in Erinnerung an die Kälte der Beatushöhlen, an Pullis gedacht, dann aber nicht genug darauf gedrängt, dass sie auch eingepackt werden. Ich bin eine schlechte Mutter und ein dummer Tourist \*seufz\*.

Ganz oben und außerhalb der Schlucht war es sofort wieder sehr warm. Wir waren etwa auf 1400 Meter Höhe und haben erstmal eine kurze Pause gemacht bevor wir den Wanderweg wieder runtergelaufen sind. Zwischenstopp machten

wir an einem Bach, an dem die Kiddies und irgendwann auch ich Steinchen aufschichteten um einen Damm zu bauen. Irgendwie macht das sicherlich fast jedes Kind, was dort vorbeikommt \*g\*. Noch mehr Wasser, Steine und Spielereien hatten wir dann auf der Schwarzalp, an der wir picknickten. Inklusive Kähen, die den dummen Touries Hallo sagen kamen, sehr zur Freude meiner Kinder. Das Essen schmeckte gut (wahrscheinlich hätte dort oben alles gut geschmeckt) und wir alle haben danach noch lange, lange an den Steinen, mit den Steinen und im Wasser gespielt :)

Gegen 16 Uhr waren wir dann wieder zurück bei Erika und Christian, aßen noch ein Eis, tranken einen Kaffee und fuhren dann zurück nach Isenfluh. Ich hatte auch genug Gastfreundschaft genossen, wollte lieber wieder allein mit meiner "Familie" und nach "Hause" - wie schnell wir uns doch heimisch fühlen hier, also ich zumindest :)

Abendessen mit Pizza, spazieren gehen zum Aussichtspunkt "Brändli", wo ich eine neue Form von Höhenangst genießen durfte... Ich stand als erstes am Metallzaun, der uns davon abhalten soll, viele hundert Meter in die Tiefe zu stürzen. Ich fand die Aussicht auch gigantisch, auch noch, als Marko auch kam. Aber keineswegs mehr, als die Kids dazukamen. Die Angst um diese ist es, nicht die Angst um mein eigenes Leben, die... ich weiß nicht... Panik auslöst. Angst... \*schulterzuck\*... Ich habe hinterher noch mal getestet, alleine stehe ich da oben mit einem leichten aber wohl menschlichen Magengrummeln, stehen die Kiddies daneben, will ich da weg, will ich die da weg haben...

Überhaupt finde ich den Grillplatz dort sehr... gewöhnungsbedürftig... Eine kleine Schaukel steht dort, allein der "Abstieg" zu der kleinen Hütte ist besorgniserregend, geht es direkt dahinter zwar auf einer Wiese aber doch recht steil herunter. Und das ist ein Familiengrillplatz? Naja, nachher werden wir diesen wahrscheinlich auf Tauglichkeit testen - und mich auf Angstresistenz...

~~~

Nachtrag: am Mittwoch sind wir, nachdem der Regen aufhörte, mit der kleinen Isenfluh-Sulwald-Seilbahn gefahren. Wir wollten spazieren und den Kiddies erschien das wohl spannender als laufen. Da wir sowieso für die Hasliberg-Meiringen-Bahn oben mussten und meine Angst was Berge, Straßen und Höhen angeht, langsam normalere Ausmaße angenommen hat, brauchte ich eine Steigerung und somit saßen wir kurz danach in dem kleinen, roten Waggon \*schluck\*. Das der Bauer kurz davor angefangen hat, unglaubliche Mengen unglaublich stinkender Gülle auf die Felder oberhalb unserer Wohnung zu kippen, hat unseren Entschluss glaub ich noch etwas leichter gemacht: mit der Seilbahn ging es am Schnellsten weit, weit weg von dem Gestank! Vielleicht hätte auch bloß unser Hirn zu sehr vernebelt, so dass meine Vernunft oder Angst nicht mehr laut werden konnten...

Die Aussicht oben war die fünf Minuten Herzrasen aber wert gewesen! Es kam immer mehr Sonne hervor (auch wenn einige Regentropfen auch noch dazwischen waren), die schönen Schneeberge waren von dort oben viel besser zu sehen. Ein weiterer Aussichtspunkt, offenbar fast direkt oberhalb des Aussichtspunktes mit dem Grillplatz, bot einen noch genialeren Ausblick auf Interlaken. Marko und ich wollten gern ein wenig spazieren, leider war das mit den Kiddies eher schwierig. Erst bockten Beide, dann wurde das Darlene zu doof, sie ging lieber vorne bei Marko und mir während Vanessa hinten weitermaulte und im Schneckentempo hinterher schlich. Ich hab sie vor die Wahl gestellt, auf dem Stein dort sitzen zu bleiben, bis wir wiederkommen - was durchaus 1-2 Stunden dauern kann - oder mit uns mitzugehen. Sie wollte dann doch lieber mitgehen und ab da ging es etwas besser. Darlene fand ein Baumhaus zwischen zwei oder drei Tannen, die auf einem dicken Felsen Wurzeln geschlagen hatten. Und nach einem relativ abenteuerlichen "rot-weißen" Wanderweg nach oben machten wir kurz nach einem kleinen Bauernhof (inklusive einer Baby-Kuh, die neugierig zu uns kommen wollte bis der Bauer sie wieder einfing) eine Rast. Um viertel vor fünf, kurz vor Feierabend der Bahn, waren wir wieder dort und fuhren runter. Fast angstarm, zumindest hab ich nur wenige Male kurz die Augen geschlossen. Darlene fand es toll - sie hatte ja auch Angst. Vanessa hat gar keine, sagt sie.

Unten angekommen haben wir unser Grillzeug geschnappt und sind zu "unserem" Grillplatz. Der tatsächlich schon belgt war. Die Holländer waren allerdings schon fertig mit Grillen und haben freundlicherweise Platz für uns gemacht. Wir haben ein riesengroßes Weißbrot gefuttert, dazu ein Berg Salat, Würstchen (seltsam schmeckend), Hackfleischburger (auch komisch) und Leberkäse (normal). Dann noch eine halbe Ewigkeit kokeln, Blätter, Schneckenhäuser und alles mögliche andere verbrennen und schlussendlich das Feuer irgendwie wieder löschen. Wir haben halbsche Rauchzeichen gemacht - aber gegenüber auf dem Berg waren wohl keine Indianer, zumindest

hat niemand geantwortet. Es kam aber auch keine Feuerwehr;)

Freitag, 28.7.06 - 22 Uhr

Der letzte Abend, die Kids sind im Bett und meine Augen fallen schon wieder fast zu. Aber zum Schlafen ist es wahrlich noch zu früh, für die meisten anderen Dinge schon zu spät ;)

Wir haben eben ne Runde Mensch Ärgere Dich nicht gespielt, das zweite Mal in diesem Urlaub, da wir überhaupt zu so etwas gekommen sind. Die restlichen Tage sind einfach viel zu schnell vorbei gewesen, als das man abends noch Zeit für etwas solches gehabt hätte. Vor dem Mensch Ärgere Dich nicht gab es noch eine Runde eines Harry Potter Spieles, was Vanessa sich hier von ihrem Urlaubstaschengeld gekauft hat. Davor waren wir in Kandersteg. Eigentlich wollten wir mit der Seilbahn hochfahren aber das Wetter wie auch die Uhrzeit sprachen dagegen, als wir endlich dort waren. Wir haben ausgeschlafen heute Morgen und haben es erst gegen 11 Uhr geschafft überhaupt aus dem Haus zu kommen. Dann regnete es blööderweise, wir haben in Spiez Pause für einen Einkaufsbummel gemacht und ein Gewitter lang in einem seltsamen Einkaufsmarkt verbracht (wo Vanessa das Harry Potter Spiel erstanden hat). In Kandersteg war es dann schon halb vier Uhr als wir parkten - und fast fünf Uhr, als wir nach einer kleineren Bergwanderung samt Mini-Picknick den Sessellift gefunden hatten. Beim Bergspazieren und Picknicken schien die Sonne, aber der Zauber hielt nur eine halbe Stunde - bis der Regen wiederkam. Somit war es nix mit Sessellift und Sommerrodelbahn sowie dem Oeschienensee. Die Temperaturunterschiede hier waren selten deutlicher als heute, zwischen extrem schwitzen oben auf dem Stöckchen Berg als die Sonne schien bis hin zu frieren und Jacke anziehen (sogar Marko) als es regnete und gewitterte.

Zurück in Isenfluh haben wir nur noch gegessen, ein bisschen gepackt (Vanessa ist schon fast fertig! Streber ;)), gespielt und nun ist der letzte ganze Tag des Schweizurlaubes auch schon rum. Morgen früh kommen Erika und Christian kurz Adieu sagen und wir überlegen noch, was wir mit dem letzten Teiltag anfangen wollen.

Gestern waren wir mit der Seilbahn fahren. Erika hatte uns ja eine Fahrt auf den Alpen-Tower (Meiringen, Hasliberg) geschenkt. Somit mussten wir fahren - und es war von einigen Angstattacken abgesehen, auch gut so :). Mein Standardspruch hier galt dann auch da: "boah, ist das geil!". Die Aussicht isstes aber auch, da oben natürlich am meisten (zumindest von den Dingen, die wir hier gesehen haben). Ganz oben zu stehen und überall nur Berge, so viele Berge, so viel Sicht, ... Unbeschreiblich!!! Unbeschreiblich war auch meine Angst davor, dass mir die Kiddies die Berge herunterkugeln. Diese haben eh mal wieder etwas verrückt gespielt da oben (vielleicht war die Luft zu dünn ;)), also hab ich es vorgezogen, sie zu bewachen während Marko ein Stückchen weiter des Weges ging um Fotos zu machen. Eigentlich wäre ich selbst gern ein Stück mehr herumspaziert da oben - das war aber einfach nicht möglich.

Die Seilbahn dort ist viergeteilt. Das erste Stück fuhren wir mit einer großen Gondel, in die angeblich 80 (!) Personen passen. Dann umsteigen in eine kleinere, die schätzungsweise 8 Personen fasst. Diese fuhr über 2 Stationen (ein- und aussteigen war an der Zwischenstation möglich), bis auf den höchsten Punkt. Dort musste man noch einmal umsteigen und mit einer meiner Meinung nach etwas wackeligeren Bahn mit identisch großen Gondeln ging es ganz nach oben. Unter uns grast die Kähe, sah man Skilifte, Häuten, große Wiesen und Wanderwege, über uns blauer Himmel mit einzelnen Wälkchen. Leider war die Sicht auch an diesem Tag leicht trüb, wie eigentlich jeden Tag hier. Trotzdem war die Aussicht einfach überwältigend. Die Sonne brannte ziemlich auf uns runter und es war oben irgendwie heller als unten, blendete mehr. Kälder war es auch, zumindest der Wind. Sobald dieser etwas Windschatten bekam, merkte man aber sehr deutlich, da die Sonne noch mehr Kraft besaß als unten. Wir waren alle mit Sonnencreme eingecremt, sogar ich (zumindest ein bisschen \*g\*).

Nach einigem Staunen, knipsen, brutzeln und zittern sind wir dann mit der Bahn wieder eine Station nach unten gefahren und eine weitere Station nach unten gewandert. Auf dem "Muggestutz", einem Kinderwanderweg, welcher sich an einer hier sehr bekannten Märchen-Zwergen-Geschichten orientiert. Das anfängliche Gemügel der Kiddies "wandern ist soooo ädeeeee" verstummte dann auch sehr bald, statt dessen spielten sie auf Wurzel-Stein-Hählenbergen, mit "Tannenzapfentrocknungsanlagen" oder sägten Holz mit kleinen Sägen, erkundeten ein Mini-Zwergenhaus und waren immer neugierig, was denn nun als nächstes kommt. Für die 5 KM Weg, die laut Karte leicht bergab gingen, für meine Begriffe aber teilweise sehr stark bergab aber auch bergan verliefen, brauchten wir sagenhafte 3 (!) Stunden! Und je weiter wir ins Tal kamen, umso heißer wurde es... Sogar ich, die körperlich reichlich ungewohnt wenig gefordert wurde diesen Urlaub, hatte am Ende kein Bock mehr auf Laufen - wir waren alle froh, endlich die Seilbahn wieder zu erreichen. Die zwei Stationen nach unten war ich viel zu erledigt um große Angst zu bekommen, ich hab sogar nach unten geschaut ohne da sich mein Magen umgedreht hat.

Gegen 18 Uhr waren wir dann endlich bei Bali, eingeladen waren wir für etwa 17 Uhr. Da dies eventuell schwer einzuhalten ist, war aber schon vorher klar gewesen, somit war mein schlechtes Gewissen darüber, dass ich so spät erst komme, auch recht gering.

Molle (Andre) kam auch aus Bern angereist - es war also ein Mini-SA-Treffen ;)

Lecker gegrillt haben wir und einen sehr netten Abend verbracht. Die Kiddies waren bis auf kleinere Aussetzer recht friedlich, bekamen dafür auch eine Ration "Zivilisation" in Form eines Filmes. Gewittert hat es mal wieder, wie eigentlich jeden Tag. Ziemlich heftig sogar! Wie gut, dass davon nix mehr übrig war, als wir gegen 22 Uhr im Dunkeln aufgebrochen sind nach Isenfluh. Ich war dran mit fahren, der dunkle Bergweg war also meiner \*schluck\*. Ich hatte keinen Gegenverkehr und auch keine Probleme den Weg im Dunkeln zu finden. Trotzdem wirkte es alles ganz anders, auch perspektivisch anders. Das letzte Straßenstück hier vor dem Haus wirkte so eng, dass ich mir gar nicht mehr sicher war, ob ich da überhaupt durchpassen kann... Heil angekommen sind wir natürlich trotzdem - und ein Teil von mir liebt den Weg! Ein anderer verursacht weiterhin Herzrasen, egal ob ich fahre oder Marko. Ich bin immer ein bisschen froh, wenn ich auf dem "Boden" angekommen bin bzw. beim hochfahren oben auf dem Parkplatz das Auto ausmache. Aber ich werde die Strecke und den leichten Nervenkitzel sicher vermissen, wenn ich wieder in Hannover bin. Da wo alle Straßen so breit und grade sind...

Das war es nun mit dem Urlaubstagebuch, bleibt noch zu erwähnen, dass ich unbedingt nochmal nach Isenfluh möchte. Ohne Kinder aber mit nem Mountainbike. Und das es ein relativ anstrengender aber sehr schöner Urlaub war, der mir sicher lange in guter Erinnerung bleiben wird!

Auf dem Rückweg haben wir wieder im Hunsrück Halt gemacht, diesmal für 3 Nächte und diesmal in Markos Elternhaus ohne seine Eltern (die waren inzwischen selbst schon in den Urlaub aufgebrochen). Ungewohnt viel Platz samt Garten hatten wir dort, und ein Klavier, was die Kinder zwar mit wenig Talent aber dennoch viel Spaß und sehr lange bespielt haben. Eine Burg haben wir noch besichtigt, die Burg Rheinfels. Eine riesengroße Burgruine, in der man wunderschön herumklettern und alles erkunden kann.

Stundenlang sind wir mit Kerzen durch die halbdunkeln und gänzlich dunklen Gänge getappt, haben uns viel gegruselt und hatten eine Menge Spaß. Vor allem in dem kleinen Kriechgang, den man auch mit Kerze nur ein winziges Stück einsehen konnte, der dann abknickte und so schien es unendlich lang ins Dunkle führte. Und aus dem scharrende Geräusche kamen! Nach einiger Zeit auch eine Stimme, nach noch viel längerer Zeit kam irgendwann ein Koreaner aus dem Loch gekrabbelt, der tatsächlich ohne irgendein Licht in der Hocke durchs Dunkle gekrabbelt ist. Meine Kiddies waren dort auch drin, Vanessa mutig vorneweg. Bis ich sie zurückgepiffen habe. Ich konnte sie nicht mehr sehen, auch kein bisschen Licht von ihrer Lampe (sie hatten sich eine Taschenlampe von anderen Besuchern geliehen um dort reinzugehen) und selbst hab ich es nicht geschafft, dort reinzukrabbeln. Nach 2-3 Metern bin ich schnell wieder raus, es war einfach zu eng und zu dunkel für mich.

Geschrieben von Nina in privates um 09:32

Montag, 24. Juli 2006

## Urlaubsbericht - Teil 4

24.7. - 22 Uhr

Die Kids sind im Bett, Darlene ist eben schon vor der eigentlichen Schlafenszeit auf unserem Bett eingeschlafen. Der Tag war lang und vor allem sehr heiß! Wir sind gegen halb acht Uhr von einem Haufen nervtötender Fliegen geweckt worden und waren so schon gegen halb zehn unterwegs in Richtung Beatushöhlen. Dort angekommen mussten wir leicht grinsend feststellen, daß wir vermutlich das erste und wohl auch einzige Mal zu früh zu irgendwas gekommen sind, die Höhlen öffnen erst um halb elf Uhr. Also sind wir ein bisschen rumspaziert, aber bis auf die Straße und den Berghang gab es da nicht wirklich etwas spannendes - auch wenn die Aussicht runter auf den Thuner See schon arg beeindruckend ist.

Der Weg hoch zum Höhleneingang war recht lang, und als wir endlich oben waren, mussten wir nicht mal mehr lange warten, bis wir uns der ersten Führung anschließen konnten. Die Höhlen waren cool, wortwörtlich. 8-10 Grad Celsius sind dort, das ganze Jahr über. Wie gut, daß wir nicht in der Mittagshitze dort waren, dann wäre der Temperatursturz noch heftiger gewesen. Gefroren hab ich drin aber eigentlich nicht, dafür hat Darlene es genossen, frierend getragen zu werden. So kalt war ihr gar nicht, sie hat den Tragekomfort trotzdem genossen und ausgenutzt. In den Höhlen gibt es ne Menge Stalakmiten (die von unten wachsen) und Stalaktiten (die von oben kommen), kleine und mittelgroßere Seen, ne Menge Kamine, die bis zu 400 Meter bis an die Bergspitze hoch gehen, einige großere Höhlen und für uns Touries ungefähr 1 KM Weg, den wir abgehen konnten. Viele Treppen, 85 Meter Höhenunterschied bewältigt man auf einer solchen Führung. Es war schon sehr beeindruckend.

Draußen angekommen war uns sofort heiß und sogar die Brillen sind beschlagen. Auf dem Weg nach unten gab es einen kleinen Spielplatz zum Pausieren, leider hatten wir das Essen im Auto gelassen.

Weiter ging es nach einer Weile im Auto am See entlang auf der Suche nach einer Badmöglichkeit. Gegen ein Uhr haben wir in Thun das Schwimmbad gefunden und sogar einen der heiß umkämpften Parkplätze bekommen - dank einer Schweizerin, die uns, da wir aus Hannover kommen, ihren angeboten hat. Sie wollte rausfahren, sprach uns an und meinte, sie mag Hannover \*hihi\*.

Das Freibad war ziemlich schön, man konnte ebenso im See baden wie in einem der Becken, geteilt in Springer, "Planscher", Schwimmer, Babys und sogar eine kleinere Rutsche mit einem eigenen Bremsbecken gab es.

Der See war zum Schwimmen eher weniger geeignet, da es viele, viele Meter einfach nicht tiefer wurde. Und in bauchtiefem Wasser schwimmt es sich nicht gut. Darlene fand einen Plastikbecher im Wasser, mit einem Tier dran. Ein Wasserwurm, der auf eine wirklich ekelige Art auf dem Becher langkrabbelte und sich dabei erst ganz klein und dann - für diesen kleinen Fleck unglaublich - lang machte \*bäh\*.

Das Schwimmerbecken war da schon besser, wenn auch etwas überlaufen. Die einzelnen Bahnen waren eingeteilt in Schwimmer, Aqua-Fitness und Krauler. Was fast schon lächerlich wirkt macht tatsächlich Sinn aber auch als Schwimmer hatte ich zuviele langsame Hindernisse im Wasser - wirklich schön schwamm es sich nicht. Ich hab es fünfmal in der Kraulerbahn ausgehalten, danach war ich zu fertig zum Kraulen. 40 Bahnen a 50 Meter waren dann aber doch irgendwann geschafft, Vanessa hatte stolze 20 und sogar Marko etwa 10, Darlene 4. Eigentlich war das Wasser aber auch der einzige Ort, an dem man es länger aushalten konnte, die Sonne brannte tierisch auf uns alle runter und das Klima war schon unangenehm feucht und heiß.

Die Kids hatten Eis und Pommes und ich irgendwann einen leichten Hunger (trotz mitgebrachter und längst verspeister Brote und einem Apfel, Kekse) - Marko und ich sind, unter anderem auch auf der Fluch vor der brennenden Sonne, zum "Verpflegungsposten" und saßen da grad vor dem Eis und dem Kaffee als auf der Wiese Geschrei losging. Es war plötzlich sehr windig geworden und was dann kam, hab ich in meinem ganzen Leben noch nicht erlebt: eine Windhose ging quer über die Liegewiese und hat wirklich viele Handtücher, Zeitungen und sogar einige Sonnenschirme und

ein Gummiboot (!) hoch in die Luft gehoben. Diese Situation erschien so unreal, daÃ ich eine halbe Ewigkeit an den Himmel gestarrt habe, an dem hoch oben (wie hoch ist schwer zu schÃtzen) eine Menge GegenstÃnde schwebten. Zu hoch, um sie alle im Detail zu erkennen, aber die Sonnenschirme, HandtÃcher und die eine Luftmatratze sah ich schon. Es dauerte... tja, wie lang? Eine Minute? Zwei? FÃ¼nf? Bis der Himmel wieder leer war und der GroÃteil der GegenstÃnde wohl auf dem See wieder heruntergekommen sind. Ein Handtuch, was ziemlich aussah wie eines von unseren, landete vor meinen Augen auf der Wiese. Unseres? Die Kinder waren zu der Zeit vorn am Strand, ebenso wie unsere Klamotten, RucksÃcke, HandtÃcher... Marko ist, direkt als der surreale Spuk losging, aufgestanden und nach vorn gegangen und kam dann mit Vanessa zurÃ¼ck, Darlene ist mich schon selber suchen gegangen. Irgendwie war ich zu fassungslos um irgendwie zu reagieren, auch wenn ich schon wissen wollte, wo die Kiddies sind (die zu schwer waren, um mitgerissen zu werden, da oben schwebten ja nur GegenstÃnde und keine kleinen Kinder \*g\*), und ob unser Kram auch dem Schwebenzauber zum Opfer gefallen ist. Zum GlÃ¼ck war dies nicht der Fall, die Windhose hat einen relativ kleinen Korridor durch die Liegewiesebenutzer geschlagen, diesen aber sehr ordentlich aufgerÃumt. Unglaublich, wirklich unglaublich!!! NatÃ¼rlich hatte ich keine Kamera dabei, um das in Bilder festzuhalten. Die Bilder in meinem GedÃchtnis, die am Himmel schwebenden Sachen, werde ich aber trotzdem sicherlich nie vergessen! Ob sowas Ã¼blich ist? Die Menschen um mich rum haben sich recht schnell wieder beruhigt, auch wenn ich fand, daÃ kurz danach recht viele Menschen nach Hause gingen... Wir auch, es wurde Zeit!

Das Thuner Tageblatt berichtete am folgenden Tag von unserer Windhose: [http://www.espace.ch/artikel\\_239152.html](http://www.espace.ch/artikel_239152.html)

Geschrieben von Nina in privates um 22:46

Sonntag, 23. Juli 2006

### Urlaubsbericht Teil 3

Sonntag, 23 Juli, 15 Uhr, Balkon, Liegestuhl

Die Kiddies haben bis fast 10 Uhr geschlafen. Wir waren gegen halb sieben Uhr mal wach und haben die aufgehende Sonne versucht zu fotografieren. Die versteckt sich hier aber weitestgehend hinter den Bergen. Wir sind dann wieder eingeschlafen und etwas vor den Kids wieder aufgewacht und aufgestanden.

Kaffeekochen und süßen Semmel zum Frühstück (unsere Gastgeberin hat uns am Vorabend uns mit einer Tüte Nahrungsmittel versorgt, Semmel, Marmelade, Kaffee, Tee, LÄtta, Milch und ein bisschen Kakao für die Kids :) ) und erstmal runter nach Interlaken: einkaufen.

Titi und ich haben den Weg fast problemlos gemeistert, sogar dies erste Stückchen ruckwärtig runterrollen und die erste Steigung mit dem kalten Motor waren nur in meiner Fantasie vorher schlimm, in Wahrheit hat zwar mein Puls wie auch der Motor ein wenig hochgedreht, aber ernste Probleme gab es natürlich nicht. Es standen eine Menge Besucherautos auf dem Parkplatz hier, ich frage mich, ob die Touries wissen, was für eine StraÙe sie hier oben erwartet \*g\*. Wobei ich ja eigentlich das letzte Stück hier im Ärtchen am schlimmsten fand, die enge Kurve, in der ich auch beim zweiten Befahren eben einmal zurücksetzen muss und das letzte Stück steil hoch - der Rest ist zwar für Flachländer ungewohnt eng und hubbelig aber keine wirkliche Herausforderung für Mensch und Auto. Trotzdem bekam Titi beim Tanken in Interlaken SuperPlus, das hat sie sich verdient ;)

Den Laden, der auch Sonntags auf hat, haben wir auf Anhieb gefunden, Bali hat ihn uns gestern gezeigt und auf zwei Zetteln wichtiges notiert wie offene Läden, Notfallnummern (sogar für die Bergrettung per Hubschrauber \*g\*) - ausserdem gab es einen Gästepass, der an manchen örtlichen Attraktionen Rabatte bietet und die versprochenen Karten für eine Seilbahn (ob ich einfach ignoriere, da ich bei sowas Angst bekomme?), noch mehr Reise Führer, Karten, ... Ein ziemlich guter Rundumservice bietet diese Ferienwohnung, ganz besonders noch bei diesem unglaublich attraktiven Preis ;)

Im Touristenzentrum von Interlaken gabs ne Menge Läden mit Ansichtskarten, Schweizer Uhren, Taschenmessern, Kuhglocken und Ähnlichem Schnickschnack. Und Knutsch... pardon Kutschfahrten. Natürlich wollten die Läden da mitfahren aber 50 Franken für ne halbe Stunde Rentnerkutschfahrt in einem stinkenden und heißen Interlaken war dann doch nix, was die Erwachsenen wollten. Davon abgesehen dass Titis Parkzeit auf 30 Minuten begrenzt war - welcher guter Grund, hier etwas sparsamer zu sein. Das ganze wird schon mit schönen Attraktionen teuer genug werden.

Geld holen und erstmal zurück nach Isenfluh, sonst schmilzt uns das ganze Essen (vom Einkauf am Vortag ist in der Hitze im Auto die LÄtta unbrauchbar geworden und die Salami enthält kein sichtbares Fett mehr). Die Kiddies drehten auf der Fahrt etwas arg durch, schon beim Losfahren gabs Tränen und Theater - sie sind einfach fertig von der Fahrt gestern und aufgedreht von der ungewohnten Umgebung. Also verzichteten wir auf den eventuellen Freibadbesuch und bleiben lieber bei der Wohnung, machen ein bisschen Pause und schauen uns gleich ein wenig den Berg und die nahe Umgebung an.

~~~

22:30 Uhr

Kids sind im Bett, wir sitzen auf dem Balkon. Camera leer machen, bisschen Wein trinken, ... Die Grillen machen den einzigen Lärm, von dem bisschen abgesehen, was wir produzieren. Man hört hier oben tatsächlich fast gar nichts, nur ganz ein wenig Rauschen, vermutlich von dem Flüsschen im Tal, die Grillen und sonst... nichts...

Die Umgebung haben wir uns erst mit den Kiddies und dann allein ein wenig angeschaut. Mit den Kids wollten wir zum nahegelegenen Aussichtspunkt, sind aber wohl an der einen Stelle "falsch abgebogen". Der zweite, kleinere Weg war verdammt nah am Abgrund und die ersten Meter dieses Weges waren auch noch an einer Stelle, an der vor nicht allzulanger Zeit eine Menge Steine abgetragen worden sind und die Bäume fehlten, um einen eventuellen Sturz oder

doch zumindest meinen ängstlichen Blick abzufangen. Da wollte ich mit den Kids in dem Moment nicht unbedingt lang. Ich bin ja gar nicht feige aber die Kiddies UND solch nahe Bergabhänge sind dann doch etwas zuviel und ich ertappe mich immer wieder dabei, die Kinder auf den Wegen in Richtung Hang und weg vom Abhang zu lotsen (was sie selbstverständlich nur murrend tun und der Meinung sind, daß ich furchtbar übertreibe \*g\*).

Sie haben Berge von Steinen gesammelt, ein paar davon sind auch wirklich schön. Wilde Erdbeeren und Himbeeren haben wir gesammelt - und uns ein bisschen Abendbrot so reichlich anstrengend erklettert. Aber lecker waren die, vor allem die winzigen Erdbeeren, die so dermaßen intensiv geschmeckt haben - fast schon gar nicht mehr nach Erdbeer, ich kann aber auch nicht beschreiben, ... für uns Plantagen-Erdbeerenesser ist diese geschmackliche Intensität aber wohl etwas zu viel ;)

Ein Fuchs ist uns auch noch begegnet, ganz in der Nähe von Isenfluh saß er plötzlich auf der Abhangseite direkt neben der Straße und flüchtete ein Stück tiefer, als ich näher kam. Ich hab ihn im Weghuschen unscharf fotografiert und dann zwei Bilder schiessen können, als er unten sitzen blieb, vielleicht 2 Meter weit weg von uns. Er sah da noch immer, als wir weitergingen, sicher einige Minuten. Schaute uns an und wir ihn. Sah er aus :)

Abendessen gabs im Wirtshaus am Ort, Röstli, Nudeln, Schnitzel mit Pommes. War recht lecker aber natürlich gar nicht günstig. Dafür war die Aussicht sehr beeindruckend:

Danach sind die Kiddies in die Wohnung, haben den Kuchendienst übernommen (sie haben sich selbst diesen zugeteilt und die Küche tatsächlich in einen perfekt sauberen Zustand gebracht!), Marko und ich sind zu einem Abendspaziergang aufgebrochen. 21 Uhr ist natürlich eigentlich schon viel zu spät um in den Bergen rumzulaufen, trotzdem sind wir ein gutes Stück den laut Karte "Bergweg" (nur mit guten Schuhen benutzen) in Richtung Sulwald. 25 Minuten hoch und die gleiche Zeit wieder runter. Beeindruckend, wie steil der Weg ist und wie schnell man höher kommt. Wie schön die Aussicht ist - und auch wie gefährlich. Mit meinen Turnschuhen bin ich auf dem Rückweg schon ein paar Mal leicht ins Rutschen gekommen. Nur sehr ungern sind wir irgendwann umgekehrt - unten angekommen war es dann schon wirklich dunkel - es war höchste Zeit!

Es gibt tatsächlich noch ein grosses Hotel oder Herberge daoben. Die haben das Volleyballfeld mit einem grossen Netz abgespannt - ist auch besser, wenn der Ball erstmal weg kullert, ist er das auch \*g\*

Nu ist Schlafenszeit, wir sind angenehm müde - müde bin ich hier fast noch mehr als Zuhause, die Bergluft und die Sonne natürlich... \*gähnen\*

Geschrieben von Nina in privates um 23:41

Samstag, 22. Juli 2006

### Urlaubsbericht - Teil 2 (Ankunft Isenfluh)

Die Fahrt vom Hunsrück nach Isenfluh, einem kleinen Bergdorfchen in der Nähe von Interlaken, dauerte wesentlich länger als ursprünglich geplant, was vor allem an der Hitze und einer Menge Pausen lag. Einen kleinen Stau hatten wir auf der A5, den haben wir aber umfahren und lieber ein Stück Bundesstraße samt einem Pausen-Einkaufshalt dem 'Hitzestau' vorgezogen.

Um 9 Uhr sind wir in Kirchberg gestartet, die Temperaturen da noch bei angenehmen 22-23 Grad, stiegen dann auf bis zu 40. Eigentlich nur noch unerträglich, auch bei offenem Autofenster, wodurch eigentlich nur eine Menge heisser Wind durchs Auto geblasen worden ist.

Die Strecke führte uns durch ein kleines Stück Frankreich, 20 Km in etwa. Wir sind kurz von der Autobahn runter und haben im nächsten Ort einen Bäcker aufgesucht, ein paar Leckereien gekauft, verspeist und sind weiter.

Die letzte Rast haben wir etwa 50 KM vor Interlaken gemacht. Eigentlich waren wir da so nah am Ziel, da ich gern einfach weiter durch gefahren wäre, aber die Kinder und auch ich waren so genervt, da die Rast nettig und gut war. Wir hielten an einem kleinen, schweizer Rastplatz und dies war auf der ganzen Fahrt tatsächlich der netteste. Angefangen mit ein paar ganz simplen Fitnessgeräten (Ringe, Stangen, Seil zum Balancieren) war vor allem direkt dahinter ein Fluss, die Aare. Hellblau und ziemlich schnell fließt diese neben dem Rastplatz entlang, mit einem Zaun von diesem abgetrennt. Allerdings gab es tatsächlich ein Drehkreuz - und ein niedergetrampeltes Zaunstück. Am Fluss saßen ein paar Leute und sonnten sich, ein paar Hunde schwammen am Ufer entlang und auf dem Fluss fuhren unglaublich viele Menschen mit Gummibooten. Einige schwammen sogar flussabwärts. Und das in einem wirklich nicht unbeträchtlichem Tempo. Und dann auch noch so viele! Ich stell mir vor, da an irgendeinem Endpunkt - so es denn einen gibt, irgendwo müssen die alle doch auch wieder an Land gehen - ein Haufen Gummiboote und nasser Menschen samt Zubehör angeschwemmt wird. Uns wurde später erzählt, dass es Jahr für Jahr immer wieder Todesfälle gibt; so ungefährlich ist der Fluss gar nicht. Trotzdem es spektakulär, spannend, spaßig und bei dem Temperaturen vor allem sehr abkühlend aus!

Abgeholt haben wir uns aber auch, zumindest mit den Flüssen im Wasser. Die Kiddies haben mit dem schwarzen Hund gespielt und Darlene war in aller kürzester Zeit pitschnass. Über uns zog der Himmel langsam zu und wurde immer schwärzer. Neben der Tatsache, da man uns in Interlaken erwartete, mussten wir auch dem Wetter wegen langsam weiter.

Genügend abgeholt war es fast ein bisschen zu kühl, als auf der Weiterfahrt nach wenigen Minuten heftiger Regen einsetzte. So heftig, da ich zwischendurch kaum etwas sehen konnte und das Tempo ziemlich stark gedrosselt habe. Der Rest der letzten Fahrtappe war dann zwar wesentlich kühler und damit temperaturtechnisch wesentlich angenehmer, dafür auch nass, glitschig und mit schlechter Sicht.

Endlich in Interlaken angekommen, wurden wir mit Salaten, Getränke, Grillhähnchen, Wein und Kaffee erstmal wieder aufgepäppelt. :) Nach einer ganzen Weile essen, plaudern und rumtoben (letzteres taten aber überwiegend nur die Kiddies ;)), wurden wir dann zu unserem kleinen Dorfchen und der Ferienwohnung dort begleitet. Mit zwei Autos machten wir uns auf, die im Routenplaner erschreckend kringelige Bergstraße erstmalig zu erklimmen. Ich gestehe, ich war leicht nervös. Straßen, die nicht wenigstens weitestgehend waagrecht verlaufen, machen Flachländer wie mir manchmal vielleicht einfach irgendwie Angst. Wahrscheinlich war ich aber vor allen Dingen ziemlich erledigt von der Fahrerei und der Hitze.

Wenigstens der Regen hatte zwischenzeitlich aufgehört und so folgte ich tapfer dem vorausfahrenden Ortskundigen auf die schmale Straße. Serpentinefahrend haben die beiden Autos den Berg erklommen, meine kleine Titi meist im zweiten Gang. An zwei Stellen hab ich in den ersten zurückschalten müssen, wirkliche Probleme oder Angst hatte ich an keiner Stelle der Strecke. Der Tunnel, vor dem ich fast am meisten Magengrummeln hatte, war beeindruckend, schön, fastzinerend, GEIL! Ein wenig wie eine grosse, befahrbare Höhle schlängelt er sich in Kurven den Berg hoch und ist so breit, da zwei Autos (vorsichtig) aneinander vorbeikommen. Alle paar Meter gibt es eine Ausweichbucht und somit ist der Tunnel die beste Stelle um auf dem Weg nach Isenfluh einem entgegenkommenden Fahrzeug ausweichen zu müssen. Es gab sogar eine Menge Lampen im Tunnel, oben von der Decke hängend.

Nicht ganz so wie man es in grossen Tunneln gewöhnt ist, aber die Art der Beleuchtung und der wenig aufdringlichen Rettungsschilder sowie Notausgangbeschilderungen machen diesen Tunnel nur noch attraktiver. Er war schon fast zu schnell vorbei, 1,2 KM lang war er. Draußen dann weiter Serpentina, die sich den Berg hochschlingeln, wir schlingelten mit. Endlich erreichten wir Isenfluh und ich wähnte mich in "Sicherheit" aber weit gefehlt: die Straße im Ort war noch enger als auf dem Weg dort hinauf.

Oben angekommen hab ich, einem alten Reflex folgend, mir erstmal ne Zigarette geschnorrt... ;)

Danach haben wir unsere Begleitung verabschiedet und die Ferienwohnung in Beschlag genommen. Es gibt dort 2 relativ grosse Zimmer mit einem Doppelbett in einem und 3 einzelnen Betten (sowie einer Kiste Spielzeug) im anderen Raum. Eine große Küche samt Essecke, Sofa und Sessel im Schlafraum und sogar einen kleinen Balkon - mit Blick auf die Berge. Der Blick aus dem Schlafraum auf diese war aber noch schöner, kein Wunder, da wir fast jeden Tag im Urlaub erst viel zu spät aufgestanden sind ;)

Geschrieben von Nina in privates um 04:43

Freitag, 21. Juli 2006

### **Urlaubsbericht - Teil 1**

Wir waren im Urlaub, fast zwei Wochen haben wir die Wohnung in die HÄnde eines Katzensitters gegeben und haben uns samt dem kleinen Tigra aufgemacht, andere Gegenden zu belagern.

Einen Zwischenstop auf dem Weg in die Schweiz machten wir im HunsrÄck, fast zwei Tage und zwei NÄchte verweilten wir dort, genossen Gastfreundschaft, Essen und machten eine Burgbesichtigung. Die Lahneck bei Lahnstein wollten wir uns ansehen, weil diese in einem Jugendbuch erwÄhnt wurde - ein junges MÄdchen ist vor 150 Jahren in der Ruine dieser Burg ums Leben gekommen. Inzwischen ist die Burg reichlich saniert worden und lÄsst sich besichtigen.

SchÄn war's in dieser kleinen Burg und sehr faszinierend fÄr die Kids.

Geschrieben von Nina in privates um 14:47

Dienstag, 11. Juli 2006

## Felidae

Geboren am 16.5.2001, gestorben am 10.7.2006

Eigentlich wollte ich damals nur einen "Felix", als ich hier mit den Kindern in eine eigene Wohnung gezogen bin. So einen Felix wie ich ihn selbst als Kind hatte. Einen Kuschelkater zum Liebhaben, Sorgen erzählen, knuddeln... Den gabs dann nur in Verbindung mit seiner Schwester, weil die beiden so an sich gehangen haben. Zwei Katzen sind sowieso besser als eine und Felidae war von Anfang an ganz besonders süß und knuddelig. Sie kuschelte am Liebsten unter meiner Bettdecke oder Sofadecke und konnte so herrlich schnurren. Sobald ich ins Bett ging, kam sie hinterher - manchmal war sie auch schon da, wartete und legte sich entweder unter die Decke oder ans Kopfkissen - immer ganz in die Nähe. Sie war zwar typisch Mädchen und etwas zickig manchmal, nein, zickig ist gar nicht das richtige Wort. Sie war "Dame" in ihrem Wesen. Tat nur was ihr gefiel, mochte es nicht herumgetragen zu werden, wollte immer selber kommen, wenn sie denn dann kuscheln wollte. Was sie eigentlich sehr oft wollte...

Sie war immer sehr klein, zart, zierlich und dünn. Aber nie dürr, so wie die letzten Wochen.

Mit knapp einem Jahr hat sie ein Baby bekommen, ungeplant. Sie hat es auf dem Balkon gekriegt und ist dann mit dem winzigen, schwarzen Ding unter Vanessas Bett verschwunden, wo das Katzenbaby Baghira seine ersten Wochen verbracht hat. Es war vielleicht nicht sehr vorbildlich und mütterlich, da sie mitten in der ersten Zeit irgendwann vom Balkon sprang - oder fiel?. Wir wohnen im ersten Stock, weh getan hat sie sich nicht. Aber einfangen lassen wollte sie sich auch nicht. Ich hab mir ihr Baby geholt und das Geräusch von diesem hat sie dann angelockt, so da ich beide, Mama und Sohn, wieder nach oben tragen konnte.

Die einzigen Zeiten, wo ich nichts mit ihr anfangen konnte, war wenn sie rollig war. Wenn sie auf eine komische, aufdringliche und nervige Art kuschelig wurde. Wo sie, die sonst immer das Katzenklo benutzt, plötzlich Protestpinkeln auf Sofakissen neben unliebsamen Besuch veranstaltete - und ähnlich "dumme" Dinge tat.

Vor einigen Monaten hatte sie einen "Gnubbel" am Bauch. Ich bin sofort zum Tierarzt mit ihr, mein letzter Kater der "Gnubbel" bekam, musste eingeschläfert werden: Krebs. Ich war heilfroh von der Ärztin zu hören, da es nur ein Nabelbruch ist. Die Operation war inklusive Kastration zum Preis einer solchen - die eh noch gemacht werden musste.

Als ich mein nakotisiertes Kätzchen davon wieder abholte, hat mir die Ärztin erklärt, da Felidae viel Glück gehabt hat. Sie hatte eine entzündete Gebärmutter und das kann große Probleme machen, bleibt aber meist viel zu lang unbemerkt. Somit wurde aus der Kastration doch gleich eine vollständige Entfernung der Gebärmutter, die mir dann von der Ärztin halbwegs präsentiert wurde: "gucken sie mal, alles voller Eiter"

\*miteinemkugelschreiber auf dem Stück was auch immer stoher\* - ja danke, es gibt Dinge, die will ich in diesem Detailgrad gar nicht wissen... \*mitdenaugenroll\*

Dann hat Felidae vor ein paar Wochen ganz plötzlich und ganz extrem abgenommen, das kleine und eh schon dünne Ding. Egal welches Leckerfutter ich ihr angeboten hab, sie wollte es nicht essen, fast nicht essen. Der Besuch beim Tierarzt ergab "chronische Niereninsuffizienz" und die Ärztin klang weniger pessimistisch als ich heute, keine vier Wochen später denke. Diese Krankheit tritt in verschiedenen Stufen auf, ich fürchte, meine Süße hatte die volle Dosis erwischt...

Nach ein paar Tagen wurde es langsam besser, sie fraß wieder selber, auch teilweise für ihre Verhältnisse relativ viel. Wir hatten die Hoffnung, da sie nun wieder Gewicht zulegt - aber dafür hatte sie gar nicht mehr die Zeit.

Sie kam nur noch wenig zum Kuschneln, aufs Bett gar nicht mehr. Selbst der Sprung ins Waschbecken (sie war die klassische Wasserhahntrinkkatze) fiel ihr schwer, so daŸ ich oft den Klodeckel runtergeklappt hab, damit sie von dort einfacher aufs Waschbecken kommt.

Wirklich elend erschien sie meistens nicht, aber auch nicht fit, nicht normal, nicht gesund. Das Fressen war mehr oder weniger anstrengend, mal fraŸ sie artig ihr Spezialfutter, mal brauchte sie eine Menge Zuspruch und immer wieder einen neuen Anlauf, bis sie endlich aŸ.

Vor wenigen Tagen dann der nächste Schub, sie fraŸ nicht. Nach zwei Tagen haben wir wieder zugefüttert, p rriert, mit der Spritze - und sie hat es reichlich artig über sich ergehen lassen. Genutzt hat es nichts... Sonntag war sie total schlapp, am Montag Morgen wurden wir neben dem Wecker von einem komischen Geräusch geweckt. Ich bin aufgestanden und da lag meine Lieblingskatze, alle Viere von sich gestreckt, im Flur. Ich hab sie hochgenommen und mich mit ihr aufs Sofa gesetzt, bis ich den Kindern wegen in die Küche musste. Denen Frühstück machen und verhindern, daŸ sie die Katze sehen. Meine Tier rtzin ist nur nachmittags da, ich wollte gleich nachdem die Kinder zur Schule aufgebrochen sind mit Felidae zu einem anderen Tierarzt hier in der Nähe.

Als die Kinder kurze Zeit später zur Schule verschwunden waren bin ich wieder zu Felidae... Sie hat nicht mehr geatmet. Ich hab meine Hand auf ihren Brustkorb gelegt - nix! Nochmal... noch immer nix... Im Grunde meines Herzens war neben dem Schmerz sofort eine Erleichterung da - sie hat es hinter sich! Als ich vorher noch mit ihr auf der Brust auf dem Sofa saŸ, hatte ich wahrhaftig den Gedanken, wie man der Katze dieses Leiden beenden kann - aber ich bin zu so etwas nicht in der Lage. Da bin ich eigentlich auch froh drum, auch wenn mir klar war und ist, daŸ ich ihr nur noch ein bisschen Leid erspart hätte. Vermutlich hätte ich mir damit aber wesentlich mehr Leid zugefügt, als die wenigen letzten Minuten mit ihr mir wehgetan haben.

Marko hat mit einer Taschenlampe in ihre offenen Augen geleuchtet - keine Reaktion. Sie war wirklich tot. Die Endgültigkeit vom Tod ist immer wieder... erschreckend... schmerzhaft... und böse!

Sie lag noch eine ganze Weile da auf dem Sofa, bis ich einen Karton nahm und sie samt einem Handtuch dort hinein bettete.

Beerdigt haben wir sie erst am späten Abend, zusammen mit den Kindern. Wir haben einen Stein genommen und ihre Namen draufgeschrieben, Jeder einen: Felidae, Felimaus, Felinudel und S  . Darlene hat ihr ein Spielzeug und ein kleines Buch mitgegeben, Vanessa eine grüne Feder. Sie sagte, daŸ Felidae vielleicht als Vogel wieder auf die Welt kommt und dann erkennen wir sie an der grünen Feder ;). Beide Kinder waren sehr geschockt, als ich es ihnen erzählt habe, daŸ Felidae gestorben ist. Und es kam immer wieder die Frage, ob sie jetzt wirklich tot ist, wirklich nicht mehr aufsteht, wirklich nie wieder lebt... Nein, nie wieder... :(

Als wir aufgebrochen sind um ihr einen schönen, letzten Platz zu suchen, nahm ich den Karton hoch und... vielleicht durch die Bewegung von mir, vielleicht auch aus purer Einbildung, ich war mir sicher, da drin bewegt sich was! Mir war klar, daŸ das unmöglich ist und doch hab ich aufgemacht und da drin lag noch immer meine Felidae - und sie war noch immer tot. Danach wollte ich den Karton nicht mehr tragen, konnte ich nicht mehr, brauchte ich zum Glück auch nicht.

Warum grade an diesem Abend viel zu viele Menschen rund um meine Lieblingsstelle waren, weiŸ ich nicht. Aber wir mussten uns schon etwas anstrengen, um einen gesch tzten Platz fern von angelnden und biertrinkenden Menschen zu finden. Natürlich war auch das Graben des Loches alles andere als einfach - grad auch noch mit einer kleinen Gartenschaufel. Einen Klappspaten gab es nicht, wir haben versucht einen zu kaufen.

Nach einer ganzen Weile Buddelei von uns allen, aber vor allem von Marko, konnten wir den kleinen Karton in das Loch tun. Wir wollten alle nochmal reinschauen, bis zu dem Moment war noch so ein Restfunken Hoffnung bei den Kindern vorhanden, daŸ wir uns vielleicht doch nur geirrt haben was Felidae's Tod angeht. "Sie ist ja schon ganz kalt" kam sehr leise und geknickt von Vanessa, als sie ein Leckerchen und die Feder in den Karton legte. Ich hab meine S   am Kopf gestreichelt und mich verabschiedet, Darlene und Marko auch. Sie hat von Jedem von uns ein Leckerchen bekommen - jetzt ist ihr ja nicht mehr schlecht ;)

Karton in die Erde. Erde drauf. Jeder ein bisschen, dann nur noch Darlene und Marko... Die Endgültigkeit einer solchen Tätigkeit ist auch ziemlich böse... Oben drauf kam der Stein und ein BlumenstrauŸ von Darlene...

Schlaf gut meine S  !!!

Wir werden Dich wirklich nie vergessen!

P.S.: Darlene hat heute im Hort ein großes Bild gemalt mit einem Katzenhimmel und einer Felidae mit Flügeln :) - sie musste beim Hausaufgaben machen im Hort weinen heute, hat sie erzählt :( . Vanessa sagte gestern, sie wäre zu alt zum Weinen (das tut man mit zehn nicht mehr) - aber sie vermissen Felidae, wir alle...

Geschrieben von Nina in Öffentlich um 23:35

Sonntag, 2. Juli 2006

## **Schätzenausmarsch**

Der Sommer ist da. Fast 30 Grad, kein Wölkchen am Himmel und die halbe Welt ist an einem See. Die andere Hälfte war heute in Hannover beim Schätzenausmarsch. Zumindest kam es mir so vor. Wieso so viele Menschen in bulliger Hitze sich in komische Uniformen zwängen um stundenlang zwischen anderen Uniformierten bonbonwerfend oder "musizierend" oder, fast noch schlimmer, Pompons schwingend umhermarschieren, hat sich mir schon immer nicht erschließen wollen. Trotzdem folgen diesem jahrhundertealten Brauch Jahr für Jahr unglaublich viele Menschen.

Ich tat es auch, kurz zumindest und eher zufällig. Der Schätzplatz war Zwischenziel beim Joggen, was in der Hitze kaum dämmer erscheint, als in Uniformen zu marschieren. Es dauerte nur wenige Minuten, bis die schwitzenden Menschenmassen und der viele Lärm unterschiedlichster Art ihre kaum wahrnehmbare Faszination verloren hatten. Dann doch lieber die Haßliebe Joggen ;).

Eigentlich hatte ich aber das Fenster im Editor aufgemacht, um ein paar Java Programmieraufgaben zu lösen.

Geschrieben von Nina in öffentlich um 18:37

Freitag, 16. Juni 2006

## **Katzenjammer**

Mein Kätzchen ist krank! Nierenkrank... Sind viele Katzen, vor allem Ältere. Meine Felidae ist aber grade mal fÄ¼nf Jahre alt. Laut Aussage der TierÄrztin dÄ¼rfte das ein erbliches Problem sein. Deshalb war sie auch schon immer so klein, dÄ¼nn und zart. Bislang hat man ihr nichts angemerkt, bis vor 2-3 Wochen zumindest. PlÄ¼tzlich ist dies sowieso schon kleine und dÄ¼nne Kätzchen arg abgemagert. Drei Katzen wohnen hier, ob und wieviel eine einzelne Katze frisst, war bislang niemals von Belang - wir haben einfach nicht gemerkt, daÄ¼ sie (fast) nichts mehr gefressen hat. Mein GroÄ¼einkauf von leckerem Futter und Leckerchen hat auch nur wenig bewirkt, manches hat sie davon gegessen, manches nicht aber weitestgehend wollte sie nicht wirklich essen. Hat unwillig den Kopf zur Seite gedreht, mit den PfÄ¼tchen neben der Schale gescharrt und ist wieder abgezogen. Der Besuch beim Tierarzt war relativ kurz, sie hat meinem Kätzchen Blut abgenommen (was fÄ¼r ne furchtbare Prozedur - fÄ¼r mich bestimmt fast so schlimm wie fÄ¼r Felidae) und zur Bestimmung der Laborwerte eingeschickt. Das Ergebnis bekam ich einen Tag spÄ¼ter, erst am Telefon und dann mit einer anschlieÄ¼yenden Beratung mÄ¼ndlich: â€œChronischen Niereninsuffizienzâ€•. Sie braucht Spezialfutter mit wenig EiweiÄ¼ und vielen Kalorien (Fett) - wovon ich dann auch gleich 2 PÄ¼ckchen mitbekommen habe. Die Diagnose und das Futter alleine nutzten meiner Felidae erstmal aber eher wenig. Eines der Symptome des akuten Krankheitsschubes ist eine MagenÄ¼bersÄ¼uerung, weswegen dem Tier schlecht ist und es nichts essen mÄ¼chte. Getrunken hat sie hÄ¼ufiger, elend erschien sie weiterhin, essen wollte sie nicht. Die Medizin der Ä¼rztin haben wir zwar in die Katze reinbekommen, die Wirkung war allerdings fÄ¼r uns Menschen kaum wahrnehmbar. Ein bisschen hunger bekam sie, gefressen hat sie aber viel zu wenig. Das Internet ist auch bei kranken Katzen eine gute Anlaufstelle, so gibt es zu diesem Thema viele, gute Seiten, die Ä¼ber die Details der Krankheit, Probleme und Hilfestellungen aufklÄ¼ren. Mehr als die TierÄrztin das in der relativ kurzen Zeit kann. Eines der Tipps aus einer dieser Seiten war, die Katze, wenn sie gar nicht fressen mÄ¼chte, mithilfe einer Spritze und fein pÄ¼riertem Futter zu fÄ¼ttern. Eine Prozedur, die wir dann irgendwann und reichlich ungern wirklich auf uns genommen haben, obwohl die Katze das naturgemÄ¼ natÄ¼rlich gar nicht sooo lustig findet. Aber viel mehr MÄ¼glichkeiten bleiben einem nicht, wenn das Tier die Nahrung Ä¼ber einen so langen Zeitraum wehement verweigert und auch die Medizin der TierÄrztin da keine lÄ¼ngerfristige Besserung erzielt. Um so schÄ¼ner war es dann gestern Abend, nach weniger als einem Tag ZwangsfÄ¼tterung, als mein Kätzchen mir in die KÄ¼che hinterherlief und das erste Mal seit Wochen maunzend um Futter bat. Was sie auch bekam und was sie dann auch gefressen hat!!! Ich mochte mich in der KÄ¼che gar nicht mehr bewegen um sie beim Fressen nicht zu stÄ¼ren, aber raus gehen wollte ich auch nicht. Sie hat sich den Bauch vollgeschlagen und eine Stunde spÄ¼ter noch einen kleinen Nachschlag verspeist. Heute Morgen tat sie das schon wieder, hungrig maunzend Futter verlangen und es auch fressen! :) Jetzt schlÄ¼ft sie und ich hoffe wirklich, sie ist fÄ¼rs erste Ä¼ber den Berg. Sie muss dringend wieder zunehmen, ist nur noch Fell und Knochen! Aber sie putzt sich wieder, schÄ¼rft ihre Krallen am Sofa (was ausnahmsweise mal kein Schimpfen der Menschen nach sich zog sondern eher mit einem leisen LÄ¼cheln bemerkt worden ist) und wirkt wesentlich aufmerksamer, wacher und fitter. Armes Kätzchen!

\*seufz\*

Geschrieben von Nina in Ä¼ffentlich um 13:06

Sonntag, 11. Juni 2006

### Sommer, Sonne, Fahrradfahren

Kinderfreies Wochenende, die Sonne strahlt endlich wieder, die Temperaturen steigen langsam in sommerliche Bereiche. Klingt nach einer Radtour, nicht wahr? ;)

Mein Bruder wollte auch mit, wir haben ihn gestern am frühen Nachmittag abgeholt und haben somit schon mal 20 km vorgelegt. Über den Kronsberg (samt dem zur Expo 2000 extra aufgehäuftem "Zipfel" für einen sonnigen Fotohalt) und eine echte Off-Road-Strecke durchs Bockmerholz (es ist schon doof, wenn der Weg plötzlich ein matschiger Waldpfad wird). Hier hat es mich das zweite Mal, seit ich mit Klickpedalen fahre, umgehauen. Ein Fuß war schon draußen, gekippt bin ich dann natürlich auf die andere Seite. Zum Glück auf eine trockene und mit weichem Laub bedeckte Stelle. Blessuren hab ich keine davongetragen, die nächsten 1-2 Kilometer sind wir dann aber lieber durch den matschigen Wald gelaufen und haben die Räder geschoben. Verfolgt von einer Unmenge hungriger Mücken. Mitten im Wald und fern eines normalen Weges (falls hier jemals einer war, ist davon nur ein Trampelpfad übrig geblieben) wußte ich plötzlich, daß ich in Deutschland bin. Ein Schild stand dort: Naturschutzgebiet. Mitten im Nichts!

Bei meinen Eltern in Ingeln gab es eine Kaffeepause und mit meinem Bruder nun zu dritt gings - in der Halbzeitpause des ersten WM-Spiels des Tages - weiter. Richtung Sarstedt/Hildesheim, die Marienburg hoch und als Abschluß auf den "Kleinen Deister". Hässlich war die Fahrt, fiel aber ungewohnt leicht. 93 km sind wir abgefahren, bei sonnigen 26 Grad. Schön wars!

Heute mag ich mich dafür gar nicht bewegen, der kleine Spaziergang zur Leine vorhin hat mir schon mehr als gereicht, mein Körper verlangt dringend eine wohlverdiente Pause (bei 200-250 km liegt meine momentane Wochenleistung auf den Rädern, plus Joggen und je nach Möglichkeit auch Schwimmen, Inlinern, ....) . Na gut, ich muß eh lernen. Das Studium kommt leider viel zu kurz!

Dummerweise macht Fahrradfahren, kuscheln, schreiben oder faulenzen viel mehr Spaß als Software Engineering...

Hannover, vom Kronsberg aus fotografiert. Der schwarze Fleck auf dem dritten Bild ist sicher ein sich im Anflug befindendes Ufo \*nick\* ;)

Die Marienburg, Ernst Augusts "Wochenendhäuschen"...

Geschrieben von Nina in sportliches um 18:38

### Die WM und Heinz Rudolf Kunze

Die Fußballweltmeisterschaft hat vor zwei Tagen angefangen, interessiert mich ehrlichgesagt aber fast gar nicht. Und für an Fußball uninteressierte Menschen ist der aktuelle Hype rund um die WM eher seltsam anzusehen. Deutschlandfahren an sehr vielen Autos und Häusern hab ich das letzte Mal bei dem WM-Sieg im Endspiel 1990 gesehen. Dieses Mal geht dieser Nationalstolz, oder doch zumindest das offensichtliche Mitfühlen mit der Nationalelf, schon mit dem Beginn der WM zum Deutschlandbild. Und egal wo man hinschaut, hinsurft oder hinzappt: Fußball... (schreibt man diesen jetzt eigentlich mit ss oder mit ß?)

Aber trotz all der versuchten WM-Ignoranz bin ich am vergangenen Mittwoch zur WM-Fan-Feier in Hannover gegangen. Nein, natürlich nicht des Fußballes wegen; Heinz Rudolf Kunze (und Verstärkung) ist dort aufgetreten. Leider nur relativ kurz, leider auch nur mit typischen Festivalliedern, also den Songs, die üblicherweise bekannt sind und einen Kunze-Fan eher langweilen. Schlimm war trotzdem, auch wenn ich mich zwischen den vielen tausend Menschen recht einsam fühlte - außerdem war in der direkten Nähe niemand auszumachen, der die Texte oder die Band näher zu kennen schien...

Außerdem trat auch noch ein mir bis dahin unbekannter Soulsänger auf (deren Namen hab ich leider wieder vergessen, obwohl er durchaus Spaß gemacht hat), Fury in the Slaughterhouse (wollte ich schon immer mal live sehen), Mousse T. and Friends (besser als befürchtet ;) und zum Schluss die Scorpions (ja, auch die wollte ich schon immer mal live sehen, auch wenn ich niemals ein wahrer Scorpionsfan war).

Dank Beziehungen, die ich vielleicht mal an anderer Stelle hier erklären werde, hatten wir Plätze, oder besser geschriebene Armbändchen für den "Gästebereich", der sich links, schräg vor der Bühne befand. Einschließlich Sitzmöglichkeit auf der Rückseite der Absperrgitter für die "normalen" Zuschauer konnte man es dort recht gut aushalten, so direkt in der ersten Reihe ;).

Nur die Zwischenmoderation nervte ein wenig, redeten die dort doch ständig vom Fußball, der WM, vergangenen Spielen und teilnehmenden Nationen. Ich hab's tapfer ertragen und versuch mich einfach weiter nicht von der Überdosis Fußball nerven zu lassen. Nicht von der seit Monaten ständig zu hörenden und nervtötenden Obi-Werbung (oooooh wie ist das schön \*nerv\* wenn die WM endlich zuende ist und der Spot aus den Medien verschwindet), den überall aufgepappten Fußballbällen, den überall tobenden Fußballdiskussionen, Sendungen, Berichten, Gewinnspielen, Kartenverlosungen, ...

Geschrieben von Nina in öffentlich um 18:38

Montag, 5. Juni 2006

### **Schreibblockade?**

Irgendwie... bin ich grad arg sprachlos hier...

Es ist ja nicht so, daÃ ich nichts zum Schreiben hÃ¤tte aber ich kann mich nicht aufraffen zu schreiben... Meine Schreibphasen sind mal mehr mal weniger stark, auch bei dem, was ich nur fÃ¼r mich aufschreibe, was unverÃ¶ffentlich bleibt. Momentan bin ich wohl eher ein wenig sprachlos, lustlos...

Das Wetter macht mÃ¼de und trÃ¤ge, mein Studium raubt Zeit, mein Leben sowieso.

Wir gehen jetzt erstmal raus, wir brauchen Luft und Bewegung ;)

Und in KÃ¼rze schreib ich sicher wieder mehr.

Versprochen :)

Geschrieben von Nina in privates um 15:01

Montag, 1. Mai 2006

## **1. Mai - Nienstedter Pass**

Maifeiertag und supersonniges Frühlingswetter sowie kinderfrei ergibt zwangsläufig eine Radtour, oder? Wir haben zumindest eine gemacht, zum Nienstedter Pass. Das ist sowas wie die Standard Feierabendstrecke für Rennrad-Freaks in Hannover. Von 60 Höhenmetern in Hannover hoch auf 277, insgesamt ungefähr 450 - 500 zu überwindende Höhenmeter. Lachhaft für bergf hige Radler, ein solcher bin ich aber gar nicht. Ich arbeite dran - mit solchen Touren wie heute ;)

Zwischen Devese und Ihme Roloven. Der Höhenzug auf dem Hintergrund des linken Bildes ist der Deister, Ziel der Fahrt.

Lemie, der erste nennenswerte Anstieg. Sieht gar nicht bemerkenswert aus, die leichte Steigung auf dem Hintergrund des linken Bildes. Tut aber trotzdem weh ;)

Oben...

P.S.: Jemand meinte neulich mal, daß die letzten fünf Einträge hier vom Fahrradfahren handeln würden. Nunja... jetzt sind es wohl schon sechs :D

Geschrieben von Nina in sportliches um 22:15

Samstag, 22. April 2006

## RTF Celle

Liebes Tagebuch (\*lol\*),

heut bin ich die RTF in Celle gefahren. Eigentlich wollte mein Bruder mit, der hat aber kurzfristig gekniffen und sich lieber ins Krankenhaus einweisen lassen. Dabei war die RTF doch soo schlimm gar nicht ;).

Nur ein bisschen nass. Nachdem wir einige Tage Fr hling hatten, vorhersagten die Meteorologen zeitweise Regenschauer und kühleres Wetter. Der zeitweise Regenschauer war dann auch vom Aufwachen bis ca. 20 km vor Schluss meiner RTF-Runde. Ich hab schon ein bisschen überlegt, ob ich mich bei dem Wetter wirklich aufs Rad setzen möchte aber es passte zu gut, um nicht zu fahren. Die Kiddies sind bei meinen Eltern gewesen (einen Kino-Besuch-Ostergeschenk einlassen). Und mehr als nass kann man ja nicht werden. Naja, doch: kalt! Ich hab noch nie so gefroren wie nach der RTF! Solange ich fuhr, war mir nur an den F hnen kalt (so kalt, daß sie irgendwann taub und gefühllos wurden). Danach im Auto hab ich die Heizung auf volle Leistung gestellt - und immernoch gefroren. Auf der Hälfte der Rückfahrt blinkte mein Tankl mpchen, also zitternd in den nassen Klamotten in der Kälte schnell 10 Euro reintanken und noch schneller wieder ins Auto. Zuhause hab ich nicht mal mehr mein Rad aus dem Kofferraum geholt, sondern bin sofort in eine heiße Wanne gesprungen. Es hat einige Zeit gedauert, bis ich aufgehört hab zu frieren und noch ein wenig länger, bis ich mich auch wieder warm angefühlt habe. Erk tet hab ich mich wohl nicht, also war es nur eine extreme Erfahrung. Und die RTF selbst war es auch wert gewesen.

120 KM bin ich gefahren, die 119er Runde. 60 Leute sind nur gefahren, bei dem Wetter nicht verwunderlich. Trotz frühem Aufstehen war mein Timing noch etwas zu lasch, ich war erst um halb elf Uhr beim Start. Startzeit war von 10 bis 11 Uhr. Aber es wunderte es mich dann schon bei der ersten Kontrolle zu hören, daß ich die Letzte wäre. Also als letztes gestartet. Stimmt nicht ganz, direkt nach der Kontrolle traf ich auf den Allerletzten. Einen Hildesheimer mit extrem tiefer Stimme und einem Scott-Rad. Und einem Platten, nur wenige hundert Meter nachdem wir uns getroffen haben. Ich hab artig mit gewartet bis er geflickt hatte und wir sind vielleicht ne Viertelstunde miteinander gefahren. Erst nebeneinander, dann mit mir im Windschatten, irgendwann war er dann weg. Ich hätte sein Tempo dauerhaft nicht mitfahren können und im Windschatten zu fahren macht nur bedingt Spa , wenn einem dabei auch noch das matschige Regenwasser von der Stra e mit dem Hinterrad des vor einem fahrenden ins Gesicht geschleudert wird.

Kurz nachdem ich meine Begleitung hab ziehen lasse, tauchte der "Besenwagen" hinter mir auf und sammelte die RTF-Schildchen wieder ein. Sie fragten mich höflich, ob ich mitfahren will aber das wollte ich natürlich nicht. Nicht mal an dem Berg, an dem sie mich zuerst trafen, und den ich relativ kraftlos im niedrigsten Gang hochgestrampelt bin. Den gr ten Teil der Reststrecke hatte ich dann meinen eigenen Werkstattwagen hinter mir. Mal näher, mal weiter weg, hin und wieder hat er mich auch überholt und irgendwo gewartet. Auch nett zu wissen, daß Rettung bei Kraftmangel oder technischem Versagen so nah ist ;). Hat gleichzeitig auch ein wenig motiviert, schneller zu fahren. Schließlich müssen die auf mich "warten" - wobei es ja das schlechte Wetter war, was mich zur Letzten der Tour machte. Bei Sonnenschein wären da noch ne menge Leute hinter mir gewesen.

Beim zweiten Halt wurde ich dann schon mit einem Hallo begr t, bekam als Sonderservice meine Flasche mit warmem Tee aufgefüllt und zurück ans Rad gesteckt, bisschen Unterhaltung der dort wartenden und frierenden "Mitarbeiter" der RTF. Ich konnte w hlen zwischen Bergen von Rosinenbrotchen, Müsliriegel, Banane, Apfel, Orange, Keksen und Waffeln. Das Schlaraffenland :D. Hier musste ich mich auch entscheiden, ob ich jetzt die 85er oder die 119er Tour fahren will. Die Entscheidung fiel mir, mit frisch ausgewrungenen Socken und Zehen, die ich vor Kälte zum Teil nicht mehr bewegen konnte, recht schwer. Kraft und Lust hatte ich aber für mehr als nur noch die letzten 30 km locker bergab nach Celle zur ckzurollen. Ich hab die Besenwagenfahrer gefragt, ob es sie arg nerven würde, wenn ich weiter vor ihnen her fahre. Sie meinten: "n , fahr nur". Also bin ich die längere. Es war schon irgendwie anstrengend, körperlich sowieso, im Regen und der Kälte auch noch zusätzlich ermüdend. Aber auch wirklich schön! Die Straßen südlich von Celle schön asphaltiert aber wenig befahren. die Strecke wenig durch große Orte, viel Landstraße, gute Nebenstraßen und im letzten Teil der 120er Tour auch h bsch hügelig. Hätte so nicht erwartet, aber wenn ich bedenke, wie hügelig es allein um Unterl   herum ist, eigentlich auch nicht verwunderlich.

Der letzte Halt in einer Garage, 20 KM vor Schluß. Ich hab nochmal die Socken ausgewrungen, hatte aber nicht mal mehr die Kraft, mich auf dem einen Bein in Klickschuhen zu halten - und bekam Halt von einem der Besenwagenfahrer. Danke schön :).  berhaupt waren die Leutchen dort schon ziemlich nett. Trotz des miesen Wetters und der wenigen

Startteilnehmer war es eine super organisierte, perfekt ausgeschilderte, gut geplante RTF! Wozu die Fotos beim Start gut waren, frag ich mich allerdings noch immer, da standen tatsächlich 2 Fotografen...

Die letzten 20 Km hat es endlich aufgehört zu regnen! Dafür kam der Wind von vorne, viel Wind! Na danke auch. Ich war den Umständen entsprechend ausgepowert und hab meinen guten 26-27er Schnitt auf grad noch 25 gedrückt. Ich mochte einfach nicht mehr, die Kraft war ebenso alle wie die Motivation.

Beim Abgeben der Startnummer bekam ich noch Applaus der Streckenposten/Besenwagenfahrer \*hihi\* (hämische Gedanken und Kommentare und Mutmaßungen über den Grund des Applauses möchte ich mir verbitten, sie waren bestimmt einfach nur stolz auf mich :D ).

Heute, einen Abend später, tun mir meine Beine weh aber ein böser Muskelkater blieb aus. Ebenso wie besonders viele andere Schmerzen. Bei der Fahrt tat mein Knie erst etwa ab KM 100 weh, und das auch nur ein bisschen. Mein Nacken tat mehr weh als mein Hintern, aber auch weniger als beim letzten Mal. Und der Sattel allein war den Fahrradkauf schon wert! Es ist nicht angenehm, so lang darauf zu sitzen aber keineswegs schmerzhaft!

Doch, es war eigentlich eine schöne RTF. Wann ist wohl die Nächste? ;)

Geschrieben von Nina in sportliches um 21:09

Mittwoch, 19. April 2006

## **Deister-SÄ¼drunde**

Das Wetter heut war einfach zu schÄ¼n! FrÄ¼hlinghaft, warm, sonnig, fast kein Wind und kaum ein WÄ¼lkchen am Himmel. Dazu ist es noch der letzte Tag Kinderfrei, ab Morgen sind meine Monster wieder hier und setzen meinem Sportwahn Grenzen. Marko war arbeiten und ich hatte meinen "Studentag", eigentlich also 8 Stunden lernen. Bei DEM Wetter? Nene, dann lern ich lieber spÄ¼ter und teste vorher mal ausigibig das neue Rad und meine Grenzen.

92,5 km sind es geworden. Ich bin eigentlich vÄ¼llig ziellos losgefahren, nur 'viel' sollte es werden. Sofern es geht zumindest. Es ging ganz gut. Als Richtung hab ich wie eigentlich fast immer den Westen gewÄ¼hlt, da gehts am schnellsten aus der Stadt raus und auf LandstraÄ¼en, die weniger befahren aber gut zu fahren sind. Leider - oder auch zum GlÄ¼ck - liegt in der Richtung auch der Deister, ein HÄ¼henzug, der nahegelegendste von Hannover aus. Von mir Zuhause bis zum hÄ¼chsten Punkt sind es knapp 30 km. Hin und RÄ¼ckweg wÄ¼ren also nur 60, das reicht nicht. Ich bin "links" am Deister vorbeigefahren und hab den Nienstedter Pass, die hÄ¼chste Ä¼ber Asphalt befahrbare StraÄ¼e, von hinten aus angefahren.

Irgendwie auch ohne den Pass eine sehr bergige Angelegenheit. Berge sind ja eher nicht so mein Fall, ich mag sie nicht, ich kann sie nicht. Also muss ich sie erst recht trainieren ;)

720 HÄ¼henmeter hab ich alles in Allem Ä¼berwunden bei der Ausfahrt. Schon ganz ordentlich denke ich. Auch wenn meine Durchschnittsgeschwindigkeit nicht sehr nach Tour de France klingt, grad mal etwas Ä¼ber 20 km/h. Ich bin trotz der Berge, HÄ¼gel und Steigungen sehr Knieschonend in niedrigen GÄ¼ngen gefahren. Trotzdem ist mein Knie heute abend dick und tut weh. Der Rest von mir tut auch weh, das meiste davon ist aber eher angenehmer ErschÄ¼pfungsschmerz. Gibt frische Muskeln \*g\*.

Mein Nacken hat die lange Strecke mit der ungewohnten Haltung auf dem Triathlon-Rad nur bedingt gut Ä¼berstanden. Ich befÄ¼rchte, hier werde ich ein wenig Muskulatur noch aufbauen und verbessern mÄ¼ssen, ebenso im RÄ¼cken. Wobei der mir schon vor der Tour weh tat - und es beim Fahren nicht schlimmer geworden ist.

Mein Hintern tut auch weh aber im Vergleich zum alten Rad und dem anderen Sattel in ganz anderen und wenig bemerkenswerten Bereichen! Wow! :)

Ä¼berhaupt hat sich das Rad recht gut gefahren. HÄ¼chstgeschwindigkeiten haben wir heut nicht erreicht, ich habe bei den Abfahrten viel und frÄ¼h gebremst. Etwas Ä¼ber 40 km/h war das HÄ¼chste, was ich auf dem neuen Rad erlebt habe. Irgendwie... es ist so leicht, so klein,... Wirklich instabil sicher nicht aber es fÄ¼hlt sich gÄ¼nzlich anders an. Ungewohnt auf jeden Fall, die andere Radgeometrie. Von alten, zu groÄ¼en StahlrennrÄ¼dern zu einem passenden, kleinen Triathlonrad macht schon einen merklichen Unterschied. Weitestgehend aber im Positiven :)

Wie zufrieden ich langfristig mit dem Rad bin, wird sich zeigen. Im Moment bin ich es ganz sicher. War ein guter Kauf!

Geschrieben von Nina in sportliches um 22:09

Sonntag, 16. April 2006

**\*angeb\***

Ich habs geholt, ich habs hier. Mein neues Rad. Geil isses \*\_strahl\*\_ Mattschwarz und ohne Aufkleber, nach Aussage des Verkäufers wurde das Rad so ab Werk gekauft. An der Gabel sind zwei kleine Cube-Aufkleber, sonst nix bis auf zwei kleine Aufkleber am Rahmen, ausgerechnet mit dem Motiv eines Spermafadens \*lol\*. Die Vorbesitzerin hatte offenbar einen recht eigenartigen Humor, der mir aber immer mehr gefällt, ich glaub, ich lass die Dinger dran ;)

Von den Komponenten waren die erwarteten (und nach Google-Ergebnissen recherchierten) Komponenten dran. Eine Shimano 105er Schaltung, RX100er Bremsen. Dazu noch DuraAce Kurbeln (!) und 600er Naben. Graue ziemlich edle Felgen und SPD-pedale. Die nutzen mir erstmal nix, ich fahre Look. Da ich aber auch die Platten dazubekommen habe, überlege ich die Anschaffung eines zweiten Paar Schuhe über Ebay. Mal testen und fürs Rollentrainerrad?!

Gestern nach dem Kauf hab ich nur eine ganz kleine Runde gedreht, heute dann die erste richtige. Mit meinen Klickpedalen und durch Hannovers südlichen Landkreis. Nur 28 km, es hat geregnet und war kalt und ekelig. Außerdem hab ich die letzten Tage genug getan ;).

Fahren tut sich das neue Rad einfach nur GEIL! Ungewohnt durch den kurzen Rahmen, den Triathlon-Lenker aber angenehm. Klein, leicht und mit einer wohl passenden Übersetzung... Ich wollte eigentlich gar nicht mehr aufhören mit treten. Ich trete ganz anders als mit dem alten und zu großen Rennrad, was meinem Knie schon auf der kurzen Strecke vorhin gut gefallen hat. Schnell zu treten hab ich mir ja schon angewöhnt, auf diesem Rad geht das richtig gut! Und mein Tacho hat bestärkt, daß nicht nur gut sondern auch schnell gefahren bin.

Der Lenker und das Lenkverhalten sind gewöhnungsbedürftig. Man lenkt viel weiter vor der Gabel als bei normalen (Rennrad-) Lenkern. Dazu noch der ungewohnt kurze Rahmen, Alu, kein Stahl mehr. Es fühlt sich komplett anders und sehr gut!

Mal schaun, ob die Witterungsbedingungen morgen besser sind und ob ich Morgen mich ein wenig erholt habe. Heute fühl ich mich schon reichlich platt, zumal wir letzte Nacht erst gegen ein Uhr wieder zuhause waren, vor zwei oder halb drei Uhr hab ich nicht geschlafen. Und war trotzdem um halb neun schon wieder wach.

Das hier sind 'wir':

Gründliches Handycambild, wurde nur gemacht worden um die korrekte Sitzposition zu ermitteln. Wir saßen hinterher Zuhause echt mit einem Geodreieck vor dem Monitor und haben nachgemessen ;).

Geschrieben von Nina in sportliches um 22:20

Freitag, 14. April 2006

## **HAH! Ich hab eins!**

Also ein Fahrrad. Ein Neues. Also ein gebrauchtes Neues. Wurde auch Zeit! Meine Räder sind mir zu groß, was sich beim Fahren natürlich bemerkbar macht. Qualitativ doll sind beide Rennräder nicht mehr, wobei das zweite schon noch okay ist - wenn es passen würde zumindest. Ich hab lange und immer mal wieder überlegt, ob und was ich mir kaufe. Da ich ja auch ein kleines bisschen nervig bin, wäre ein Neukauf schon ziemlich happig geworden. Allzu viele Kompromisse wollte ich dann nicht mehr eingehen, WENN ich schonmal viel Geld für ein Rad ausbebe. Letzten Endes hab ich das Geld für ein Neues aber sowieso nicht, und schon gar nicht 'überig'. Aber auch der Gebrauchtmarkt ist nicht wirklich toll. Rennräder sind momentan 'in', in meiner Rahmengröße gibt es sowieso nicht allzu viele im Angebot und bei eBay wie auch in den lokalen Kleinanzeigenmärkten sind teilweise Preise zu erzielen, da man mit den Ohren schlackert. Bevor ich 500 oder 700 Euro für ein gebrauchtes Rad ausbebe, das ich mir vorher nicht mal ansehen kann, würde ich eher die 1200 Euro in ein ganz neues, mit Garantie, perfekt auf mich zugeschnitten passendes investieren! Aber meine Versuche ein älteres Rad in einem normalen Preisrahmen zu ersteigern, waren bis eben auch nicht von Erfolg gekrönt.

Vorhin fand ich dann ein relativ frisch eingestelltes Triathlon-Bike. Ja, Triathlon, aber mit einem Rahmen in Rennradgeometrie. Passende Größe, netterweise von einer Frau mit exakt meiner Körpergröße gefahren. Inklusiv einem ziemlich geilen Triathlonlenker. Schwarz ist es auch. Von Cube soll es sein. Welche Shimano-Schaltung nun dran ist, steht auch in den Sternen. Ich gestehe, es war ein bisschen das Bieten ins Blaue. Der Verkäufer, zwar seit Jahren bei eBay registriert, bislang aber nur als Käufer tätig gewesen, erschien vom Text wie auch dem Sofort-Kauf-Preis eher wie ein Laie. Vermutlich konnte er das Rad gar nicht besser beschreiben. Zumindest hoffe ich das. Der nächste Haken ist nämlich die Abholung. Ist ein 'bisschen' weit weg von hier. Wäre schon blöd, das ganze vergebens zu fahren weil die Angaben alle Mumpitz waren... Glaub ich aber eher weniger. Neben meinem üblichen Maß an Pessimismus glaube ich schon, daß ich einen guten Kauf getätigt hab. Immerhin hab ich vor dem Drücken des Kauf-Buttons zwei Stunden lang das Web nach dem Rad, Details, Neupreise etc. durchsucht. Und kam immer mehr dazu, daß ich es haben möchte.

Das hier isst überigens:

Noch einmal Schlafen, dann hol ich es mir :)

Geschrieben von Nina in sportliches um 20:57

Donnerstag, 13. April 2006

## **Tourbericht**

Gestern hab ich den Streckenrekord 2006 geschlagen - 104,5 km (sehr wichtig ist natürlich das "komma fünf" ;) ). Auf dem Rennrad quer durch und um den Westen Hannovers. Meine Kiddies sind zum Osterurlaub bei ihrem Vater, mein Freund war arbeiten, ich hab länger keine längere Tour fahren können (es war Winter und meine Knie sowie der Rest meiner Gesundheit bremsen mich hin und wieder aus). Gestern konnte und wollte ich fahren. Und bin dann auch gleich mehr gefahren, als ich eigentlich vor gehabt hatte.

Wer Hannover kennt: von Döhren nach Misburg, am Kanal in Richtung Garbsen, hoch bis an den Rand der Wedemark (Resse), Garbsen, Schloss Ricklingen und dann am westlichen Ende über Ahlem, Badenstedt, Empelde und Hemmingen wieder nach Döhren. Zwei Pausen waren dazwischen. Die eine arbeitsbedingt (ich bin mit dem Rad zur Arbeit und von da aus weiter), die zweite war eine Kaffeepause in Garbsen. Kaffee bzw. Koffein hätte ich die letzten zwei Stunden am liebsten intravenös genossen, die Müdigkeit auf den letzten 20-30 km war schon heftig! Dabei hat meine Muskelkraft durchaus ausgereicht für die Strecke. Dafür tat mir mein Hintern weh! Der ist die Sollbruchstelle Nummer eins gewesen und hat sogar meine lädierten Knie weit, weit übertraffen! Wie machen das Profifahrer? Ein besserer und anderer Sattel könnte mir helfen, ebenso bessere Fahrradhosen - beides ggf. in Damenausgabe. Ob es nutzt, teure Frauensachen zu kaufen, weiß ich leider noch nicht. Bislang war ich immer im Unisex-Herrenbereich, schon alleine, weil es da viel mehr gibt und die Wahrscheinlichkeit für Sonderangebote/ebay-Schnäppchen einfach größer ist. Aber es kann auch so wie jetzt nicht weitergehen, ich könnte von der Kraft und der Ausdauer her viel mehr fahren, als die Schmerzen im Hintern zulassen... Überhaupt war ich von meiner Ausdauer sehr positiv überrascht. Das viele Training zahlt sich tatsächlich aus, das Trainieren und Fahren in einer hohen Trittfrequenz auch! Mir kam es sogar gegen Ende der Fahrt vor, als könnte ich einfach weiterfahren, zumindest von der Muskulatur her. Ich durfte nur nicht den Fehler machen, nicht mehr weiter zu treten. Dann kamen die Muskelschmerzen. Mein Puls lag durchgängig im GA1 und GA2-Bereich, wobei mein Körper sich die letzten 2 Stunden bei Pulswerten oberhalb von 150 schon etwas seltsam angefühlt hat. Sehr erschöpft auf jeden Fall und ein bisschen, als würde mir im nächsten Augenblick die Puste oder die Kraft ausgehen. Dem war zwar nicht so, trotzdem denke ich, war diese fühlbare Pulsgrenze durchaus ernst zu nehmen.

Zuhause angekommen hab ich es noch geschafft, etwas zu Essen (fürs Kochen hat es nicht mehr gereicht, ich hab "kochen lassen" ;) ) und dann auf dem Sofa zusammenzubrechen.

P.S.: Trinkrucksäcke mögen bei "echten" Rennradfahren ja verpönt sein, praktisch sind sie trotzdem; zumal wenn man eh direkt nach Feierabend unterwegs ist und daher eh einen Rucksack dabei hat.

P.P.S.: heut hab ich einen Ruhetag ;)

Geschrieben von Nina in sportliches um 13:24

Dienstag, 4. April 2006

### Pinguin-Dressur

Ich und mein Linux, eine ungewöhnliche Liebe. So wie man Dinge liebt, die man oft nutzt, viel braucht aber sich nie genug damit beschäftigen... Schade eigentlich, seit Jahren wünscht mir, ich könnte bis auf den Hardcore-Spielerechner privat völlig auf Linux umsteigen. Letztendlich fehlt mir das Durchhaltevermögen und ein bisschen Selbstbeherrschung, um den Schritt einfach einmal durchzuziehen.

Mein Webserver läuft aber natürlich auf Linux. Weils besser, schneller und sicherer ist. Und natürlich bin ich in der Lage, grundadministrative Dinge zu erledigen. Ja, auch ohne grafische Benutzeroberflächen! Und trotzdem ist es immer wieder fast ein wenig wie das Berühren von Schlangenhaut - man erwartet was kaltes schleimiges und obwohls warm und angenehm ist, ist die Scheu eher noch größer ;).

Hin und wieder baut das Linux mir dann auch kleine Stolperfallen - oder bau ich die doch selbst.. Vor einigen Tagen zum Beispiel stellte ich fest, dass mein Backup-Script nicht mehr läuft. Eigentlich soll es jede Nacht die Datenbanken vom Webserver sichern und hier Zuhause' auf meinen Computer hochladen. Tat es nicht mehr. Auch das wöchentliche Komplettbackup war nicht da. Hmm.... ein Blick per Kommandozeile auf das Dateisystem des Webserver offenbarte mir: die Scripte sind weg. In einem Anfall von "ich bastel mir mal eben testweise was" hatte ich sie seinerzeit im tmp-Verzeichnis angelegt - und natürlich dort gelassen. Das Linux hier offenbar eine Selbstreinigungsfunktion integriert hat, war mir bis vorgestern neu. Scheint aber so zu sein (macht ja auch Sinn). Tja, weg war das hässliche Script. Kurze Panik, hektisches Suchen, ich hatte eine Kopie auf meinem Rechner. Zumindest mit dem Grundgerüst. Und das Script so halb-neu zu schreiben hat dann auch wesentlich weniger lange gedauert als beim ersten Mal.

Übung macht eben doch den Meister - wenn ich mir selbst weiter solche Stolperfallen baue, bin ich in einigen Jahren echt gut ;)

Schönen Abend noch

Ninux

Geschrieben von Nina in öffentlich um 00:11

Sonntag, 19. März 2006

### Die RTF-Saison hat begonnen

Bei Außentemperaturen von -3 bis ca. 0 Grad. Wahrlich kein schönes Fahrradwetter. Es hat uns aber nicht davon abgehalten, die erste RTF (Radtourenfahrt) dieses Jahres zu fahren. Wir das heißt für heute: ein Freund aus Gelsenkirchen (wie naheliegend :D) und eine Bekannte, die ich über diesen Freund bzw. ein Radsportforum kennengelernt habe und die tatsächlich nur 2 Straßen von uns entfernt wohnt. Die Welt ist doch klein ;)

54 KM sind wir gefahren. Obwohl die Strecke eigentlich mit 52 km ausgeschrieben war. Naja, vielleicht haben wir die Kurven ja nicht optimal geschnitten ;)

Kalt war es, aber weniger kalt als befürchtet. 3 Paar Socken plus Öberschuhe für die Rennradschuhe, 2,5 Hosen, Trikot, Shirt, dünner Pulli, Jacke, "Schaltuch"... Allein das Anziehen hätte schon fast in meinem Trainingsstagebuch Erwähnung finden...

Weil wir Weicheier, Schnarchsäcke und Schlaffnasen sind, haben wir uns nicht wie vermutlich die meisten Freaks um 8 Uhr zum frühesten Starttermin eingefunden, sondern sind recht gemütlich erst so gegen halb 10 Uhr am Vereinsgebäude des Radsportvereins Langenhagen, dem Ausrichter dieser RTF, eingetroffen. Fahrräder auspacken, Schuhe anziehen und rein, anmelden, Startgebühr berappen, Startnummer bekommen, erschrecken! 7 Euro Startgebühr plus 5 Euro Pfand für die Startnummer - so teuer hat es niemand erwartet. Etwa 80 unerschrockene Radfreunde sind mitgefahren und wir waren offenbar wirklich die Letzten, die an den Start gegangen sind. Somit gabs an der Verpflegungsstation zwar keine Kekse mehr aber Bananen in Massen...

Die Strecke war gut ausgeschildert, mir persönlich im Wesentlichen auch bekannt und ging am Flughafen Hannover entlang. Etwas zugig war es dort. Und etwas windig. Mit uns fuhr noch eine Freundin der Bekannten aus der Nachbarstraße, die wesentlich trainierter war als wir alle. Sie fuhr dann auch öfter mal kleinere Intervalltrainingseinheiten ohne uns, verschwand vorne auf der Landstraße um einige Minuten später wieder aufzutauchen. Uns wieder entgegend... Sehr demotivierend \*grins\*.

Ein bisschen demotivierend war dann auch der Moment, als ich den Anschluss an die drei Anderen verloren hab. Mein Knie, im Moment besser: meine Knie, spinnen. Lt. den Weissagungen der studierten Schamaninnen einer örtlich angesiedelten Chirurgenpraxis sind "nur" meine X-Beine Auslöser dieser Schmerzen und ich müsse damit leben und soll auf keinen Fall mit dem Sport aufhören. Notfalls auch gegen die Schmerzen und mit Schmerzmitteln fahren, sonst wird alles nur noch schlimmer. Soso... Naja, das tu ich. Und habe nun, am Abend des RTF-Tages, schmerzende und etwas dicke Knie. Bin aber artig mit Kniebandagen gefahren (wie fast immer in den letzten Wochen und Monaten). Ich hoffe einfach, dass diese Probleme nicht schlimmer werden und hoffe auch, dass sie mit zunehmendem Trainingsstand sogar besser werden. Die Muskeln stärker werden und das Knie weniger belastet wird. Wie auch immer, beim Fahren muss ich halt aufpassen, dass ich meine Knie nicht über Maßen strapaziere, möglichst in niedrigen Gängen fahren (eine hohe Trittfrequenz schadet wohl eher wenig, viel Kraft auf die Knie ausüben dafür sehr), es nicht allzusehr übertreiben. Diese Strategie führte dann dazu, dass mir die anderen weggefahren sind. Wenn man erst einmal den Anschluss an das "Feld" verloren hat, ist es meist schwer, ihn wieder zu bekommen. Die drei waren eh grad in einem Geschwindigkeitswahn und ich hab sie - auch mit Blick auf meinen Pulsmesser - fahren lassen. Verloren gehe ich schon nicht, die RTF ist ausgeschildert und ich war eh mit meinem eigenen Auto da. Ausserdem war mir schon klar, dass sie früher oder später merken werden, dass da hinten jemand fehlt. Spätestens an dem Verpflegungspunkt. Ein bisschen doof ist so eine Situation trotzdem und gar nicht gut für mein sportliches Selbstbewusstsein. \*seufz\* Den Rest der Fahrt hab ich gut mithalten können, auch wenn ich fast gar nicht vorne gefahren bin. Die meiste Zeit fuhr aber sowieso Tina vorne, die Freundin der Bekannten, der wir ja alle weit unterlegen waren.

Ich kanns nicht ändern. Für die Knie kann ich nix. Für den Rest meiner Kondition, Kraft, meines Fahrvermögens schon - und daran arbeite ich relativ intensiv. Ziemlich intensiv sogar! Liest man eigentlich sehr heraus, dass ich trotz allem "Schön schreiben" leicht geknickt bin, weil sie mich so abgehängt haben? \*hmpf\*...

Schön war die Fahrt trotzdem! 54 km in 2 Stunden und 23 Minuten - 23,9 km/h im Durchschnitt. Für die Temperaturen noch immer ziemlich okay :). Ich hätte rein von der Kraft auch locker noch weiter fahren können - wenn ich meine Knie heut abend hle bin ich aber froh, es nicht getan zu haben. So reichte es auch um sich angenehm erschöpf zu hlen und die Muskeln zu sparen, denen sehr deutlich anzumerken ist, dass sie

gefordert worden sind.

Geschrieben von Nina in sportliches um 21:14

Samstag, 11. März 2006

## **Experiment Rauchen**

Nachdem ich einige Tage ein extrem starkes Verlangen nach Nikotin hatte, hab ich eben ein Zigarillo, der seit Ewigkeiten unbemerkt auf dem Küchenschrank vor sich hin vegetierte (immerhin in einer luftdichten Verpackung), angesteckt.

Schmeckt komisch... Und bewirkt nicht wirklich etwas. Mir wird nicht mal so komisch selig, wie sonst nach der "ersten" Zigarette. Zigarillos schmeckten mir eh noch nie und die komische Stimme, dieser Wunsch in mir drin irgendwas gestillt zu wissen, wird auch nicht leiser.

Ein halbes Jahr rauche ich schon nicht mehr und ich stelle fest, dass mich der Zigarillo bestimmt nicht wieder zum Raucher macht. Gut! :) Er schmeckt nicht sonderlich und befriedigt eigentlich auch kein wirkliches Bedürfnis in mir. Höchstens eins, was ich gar nicht habe sondern nur glaube, dass ich es habe. Oder?

Dafür hab ich jetzt wieder keine Hand frei, der Rauch zieht mir unangenehm in die Nase, es drückt auf der Lunge... was fürn dummes Spiel!!!

Warum scheine ich so oft eine so starke Sehnsucht nach dem Rauchen zu haben? Und wohin kann ich dieses Verlangen, was ja so eh nicht gestillt werden kann, umbiegen?

Ich hab jetzt die letzten Zige geraucht, das Ding ausgedrückt, den Ascher zurück unter die Spüle gestellt (für eventuell rauchende Besucher) und mal wieder festgestellt, dass ich das Rauchen gar nicht brauche!

Mir gehts nicht wirklich anders als vorher, nur das ich einen noch komischeren Geschmack im Mund habe, mir ein bisschen schlecht ist und ich einen unangenehmen Druck auf der Lunge verspüre... \*kopfschüttel\*

Nene, das fehlt mir nicht! Das ist es nicht, was mir fehlt! Und die Kopfschmerzen vom Rauchen fehlen mir auch nicht! Der Husten fehlt mir nicht! Das Geld krieg ich auch anderweitig ausgegeben! Der ständige Suchtimpuls fehlt mir nicht. Und ich begrinse Leute, die sich im Auto sofort und als erstes 'ne Kippe anzünden. Oder nach dem Aussteigen aus der Straßenbahn.

Solange ich wirklich rauchte, hat die Zigarette ja eine Sehnsucht, eine Sucht befriedigt. Heute hab ich diese körperliche Sucht nicht mehr, falle aber zu oft in den Gedanken zurück, dass eine Zigarette trotzdem etwas befriedigen könnte. Aber stelle - zum Glück - dann auch regelmäßig wieder fest, dass es nur ein durch das Rauchen selbstgeschaffenes Bedürfnis ist. Ich bin jetzt auch nicht glücklicher und zufriedener als vor dem Nikotin. Eigentlich eher weniger. Ich hab zwar nicht das Gefühl nun über alle Massen versagt zu haben, weil ich diesem Drang hier nachgegeben habe (eher im Gegenteil, weil es ja bewusst geraucht mich in dem bestärkt, was ich möchte: Nichtraucher werden!), aber dieses Desillusionieren ist auch eher komisch. Was mach ich nun um ruhiger zu werden, wenn schon nicht rauchen? Schreiben? Lesen? Schlafen? Arbeiten? Normalerweise wahrscheinlich Sport aber Kniebedingt hab ich ein paar Tage Auszeit. Naja, dann geh ich jetzt Luftballons für den Geburtstag Morgen aufpumpen, ist sowieso viel sinnvoller als rauchen :)

Geschrieben von Nina in privates um 22:08

Sonntag, 26. Februar 2006

## **Zoo Hannover**

Heute waren wir im Zoo. Mal wieder. Zu Weihnachten haben die Kinder Jahreskarten bekommen. Die müssen ja benutzt werden ;) . Ausserdem hatten wir sowieso nichts besseres vor und anfangs eigentlich nur eine kleine Fahrradtour im Sinn. Trotz der Kälte (um den Gefrierpunkt), geschneit hat es auch, ganz ein bisschen. Die meiste Zeit hatten wir aber Sonne. Eine Frühlingssonne, die sogar schon recht intensiv gewärmt hat, wenn man sich denn mal in ihren Strahlen wärmen konnte.

Alles in allem war es dann aber doch recht kalt. Auf den Rädern vor allem beim Rückweg. Meine Füße waren trotz 2 Paar Socken leicht eingefroren und der Rest von meinem Körper brauchte Zuhause ein Weilchen, bis er sich überall wieder warm anfühlte. Wobei das Aufwärmen danach ja beinahe schon das Schönste an solchen winterlichen Unternehmungen ist ;) . Soweit ich informiert bin, ist auch niemandem etwas abgefroren heute, nach dem abendlichen Baden fühlten sich sogar die Kinder wieder warm an ;).

Im Zoo war es schön. Es gab ein Giraffenbaby zu sehen. Noch nicht mal 2 Wochen alt, kuschelte es sich an seine Mama. Die Giraffen standen in ihrem Giraffenhaus, für meine Begriffe in viel zu engen Käfigen. Wenn es warm ist, haben sie viel Auslauf in ihrem Gehege - relativ zumindest. Aber auf den paar Quadratmetern Giraffenhaus taten mir diese unendlich riesigen Tiere schon sehr leid! Wobei sie gar nicht traurig oder elend wirkten und von da oben auf uns Besucher in einer Art runtergeschaut haben, bei der man kaum noch wusste, wer nun wen hier beäugelt.

Der letzte Braunbär in der alten Bäreninsel war auch kein aufbauender Anblick. Im Sommer ist der letzte der Eisbären gestorben, nachdem er ein wirklich langes Eisbärenleben im Zoo genießen konnte. Der letzte Kuschelbär dann ganz allein auf der Insel wirkte sogar im strahlenden Sonnenschein traurig.

Die Vogel- und die Robbenschow haben wir gesehen. Beides eher kurz und unspektakulär, zu besucherreicheren Zeiten und wenn es wärmer draußen ist, sind die offenbar sehenswerter als im Februar.

Als Kränzung gabs dann noch ein traurig anzusehendes Pinguin-Baby, allein in einem kleinen Gitterbüchsen eingesperrt - und das in den renovierungsbedürftigen und sowieso recht tristen Wassergehegen. Und es war so kalt, daß sogar die Pinguine gezittert haben! \*lach\* Stimmt aber wirklich, sie haben gezittert. Vanessa hat das sehr zum Gräbeln gebracht. Aber vielleicht hatten sie ja auch nur Angst vor uns ;).

P.S.: Die Bilder sind von einem früheren Zoo-Besuch im Sommer 2003, heute hatte ich doch tatsächlich mal keine Kamera dabei.

P.P.S.: Die Kinder sind ohne Murren und Knurren sowie ohne Theater plötzlich zur Schlafenszeit artig und still im Bett verschwunden. Ich glaube, die haben wir geschafft heute ;).

Geschrieben von Nina in öffentlich um 21:31

Montag, 13. Februar 2006

## **Kletterspaß!**

Oder vielleicht doch eher eine Therapie gegen Höhenangst?

Wir waren gestern in der Campo-Arena . Ein "Spielpark" - besser ein "Aktiv-Park". Die Kids vergnügten sich im riesengrossen Innenspielplatz, waren mit mir Inlinern, fuhren mit kleinen Booten durch einen Teich oder kletterten ebenso wie wir beiden Grossen an der Kletterwand:

Wenn man hier wieder runter will, muss man sich einfach nach hinten "fallenlassen" - die Seilautomatik "fängt" einen auf und lässt einen sanft zu Boden gleiten. Ein lustiges Spiel, ehrlich! Aber es dauerte dann doch ein kleines Weilchen wenig, bis ich mich das erste Mal fallen liess... ;)

Aber die Kletterwand war "baby" (was den Angstfaktor, nicht die Schwierigkeit angeht. Weit bin ich nicht gekommen ;) ) - der Hochseilgarten dafür war der pure Horror!

Bei meinem ersten Versuch, man ist in Bergkletterausrüstung oben in eine Führungsschiene eingehängt und KANN überhaupt nicht fallen!!!, bin ich auf die erste Plattform gegangen - ein Schritt vom festen Untergrund auf die hängenden Elemente und direkt zurück auf den sicheren Untergrund. Schweissausbruch, zitternde Knie, Hände, Arme - ich wäre kein Meter weiter gekommen ohne zu sterben - zumindest hätte es sich so an;) . Ich hab dann eine Ewigkeit den Anderen zugesehen bis der Angestellte von dem Park mich einfach schnappte und wieder in die Seilführung einhängte \*g\*. UND: ich bin durchgekommen! Mit Blessuren an den Armen und Händen (rot abgeschälte Haut und blaue Flecken) aber ich war durch! Okey, ich konnte auch nicht anders, zurück geht's kaum weil man in der Seilführung hängt und die, die hinter einem sind, sonst auch zurück müssen. Todesangst muss sich so anfühlen... aber geil wars :D

Danach war die Seilbahn (man wird eingehängt, immernoch in der Kletterausrüstung und muss von der Plattform ins "Nix" springen - auf 8 Meter Höhe! Unten der Spielpark... ) und der zweite Seilgarten (für Fortgeschrittene, man muss nicht der Seilführung folgen sondern kann mehrere Wege gehen, muss sich dafür selbst einhängen. Aber eigentlich war das einfacher, weil man einen Grossteil in das Seil hängt wie an einer Seilbahn erledigen kann) nur noch Kinderkram....

Ich hab den Muskelkater des Monats - überall! Sogar im Hals!

Geil! Da muss ich wieder hin! Sobald ich mich wieder bewegen kann ;)

Geschrieben von Nina in sportliches um 11:25

Samstag, 28. Januar 2006

### **Rauchen ist doof!**

Ich hab vorhin 3 Zigaretten geraucht. Hausverwaltung, Eigentümerversammlung. Irgendwie war meine Selbstbeherrschung wohl nicht mit und somit hab ich zu den dort angebotenen Zigaretten gegriffen. Ich gebe zu, ein bisschen habe ich vorher schon damit gerechnet. Ich bin mir sicher, wenn ich gewollt hätte, wäre ich gegen diese Situation eigentlich noch gut angekommen. Aber ein Teil von mir wollte es irgendwie und somit hab ich nun wenigstens mal wieder probiert, wie das nochmal war mit dem Rauchen.

Kopfweg kriegt man davon und mir war schlecht danach. So ein bisschen zumindest. Wird langsam beides besser aber das Gefühl, was mir die Zigaretten gegeben haben, war das auf jeden Fall nicht wert.

Sie fühlten sich komisch an. Die ersten richtigen Zigaretten, die ich in der Hand hatte seit September. Ich war froh, als ich meine Hände wieder für andere Dinge frei hatte, mochte die Zigarette nur auch nicht ausmachen, bevor ich sie weggeraucht hatte.

Der Rauch kratzte nicht und schmeckte sogar ein bisschen. Aber auch nur ein bisschen. Auch das war es aber nicht wert gewesen, andere Dinge schmecken auch und das sogar viel besser.

Letztenendes hab ich ein bisschen ein schlechtes Gewissen, weil ich ja gar nicht mehr rauchen wollte. Aber auch ein positives Gefühl weil ich zum Einen danach nicht in der Raucherfalle gelandet bin, also nicht weiterrauche, nur weil ich mal 3 Zigaretten geraucht hab. Und irgendwie für mich die Sinnlosigkeit vom Rauchen an sich zumindest jetzt grad recht deutlich wahrnehme. Warum habe ich so lange geraucht? Und warum wird die Angst, wieder anzufangen, kaum weniger? Warum sind da noch immer so viele Momente, in denen mir die Zigaretten fehlen (vorhin war ja einer dieser Momente)?

Geschrieben von Nina in privates um 20:10

Mittwoch, 25. Januar 2006

**\*brrrrrrrrrrrrrrrrrrrr\***

Ist das kalt! Vor allem in Cottbus am letzten Wochenende! Irgendwie hab ich verpasst, mich  $\frac{1}{4}$ ber die Wetterlage zu informieren bevor ich letzten Samstag in den Osten gefahren bin. Russlandtief, sibirische Kälte, angesagt waren bis zu 20 Grad Minus. Im Osten Deutschlands zumindest. Das hätte ich dann auf der Fahrt. Etwas zu spät, vielleicht hätte ich mir die Fahrt sonst wirklich nochmal  $\frac{1}{4}$ berlegt. Immerhin fuhr ich in eine Wohnung von der ich wusste, daß die Heizung nicht mehr richtig geht. Und das das Brennmaterial wohl auch nur noch etwa bis Samstag reichen wird. Die alte Kohle-Etagenheizung (ja, sowas gibt es tatsächlich - oder sollte ich besser schreiben 'gab?') erzeugt sogar unter Volldampf bei normalen, winterlichen Aussentemperaturen kaum noch 16 Grad Zimmertemperatur.

Häbsch, oder?

Bis Sonntag Morgen hatten wir noch etwas Heizleistung, es war erträglich wenn auch kühl. Draußen sanken die Temperaturen dafür im Eiltempo. Der Spaziergang in der Wintersonne war schon fast genug um beinahe einzufrieren, am spätesten Nachmittag fotografierte ich dann eifrig die Temperaturanzeige der örtlichen Apotheke: - 10,5 Grad \*bibber\*.

Wie angenehm war es da doch, sich reichlich lange in einem der wegen der kalten Temperaturen überfüllten Cafes zu setzen und sich aufzuwärmen. Geldautomatenvorräte sind auch sehr zu empfehlen in solchen Situationen.

Zurück in der Wohnung kam uns diese im ersten Moment sogar recht warm vor, wirklich warm wurde sie aber nicht mehr - wir auch nicht. Der Verbrauch von heißem Tee stieg ebenso kontinuierlich, wie der Vorrat an Brennbarem sank. Die Mieter der Wohnung, eine WG, sollen 'zwangsumziehen' da der Vermieter die Heizung nicht sanieren will und hofften eigentlich, dies Wochenende schon umgezogen zu sein. Daher haben sie keine Kohlen mehr beschafft und den kümmerlichen Rest auch nur sehr verhalten verheizt. Trotzdem war auch dieser irgendwann alle, Sonntag morgen. Die Temperaturen sanken draußen wie drinnen. Beim Schlafengehen hatten wir -16 Grad Außentemperatur, 13 Drinnen. Montag Morgen um 10 Uhr waren es Innen nur noch 10 Grad, außen noch immer -16.

Nach Hause sollte es Montag gehen. Nach dem Aufstehen noch ein bisschen was erledigen dann das Auto packen und zurück nach Hannover. Fast das Beste daran war: mein Auto hat eine Heizung, dort ist es warm!!! Wenn es fährt zumindest. Es fuhr aber nicht, sprang nicht an. Ein paar mörderische Orgeleien waren alles, was ich ihr noch entlocken konnte. Keine Chance auf Selbstheilung, der Pannendienst musste her. Na danke auch! Draußen Grabeskälte, in der Wohnung so kalt, daß man selbst in Jacke frohr, der nächste Tag ist ein Arbeitstag - in Hannover!, ich bin natürlich nicht in einem Automobilclub und das Auto springt nicht an!

Positiv erwähnenswert ist der nette Mensch vom AvD, der tatsächlich schon wenige Minuten nach dem Anruf in der Zentralstelle sich meldete und nachfragte, wie er das Auto denn finden konnte. Nach einigen Versuchen und Strom von einer externen Batterie des gar nicht gelben Engels lief der Motor meiner Kleinen und wir konnten eine Spazierfahrt unternehmen um die Batterie zu laden. Tanken, Einkaufen und Burger King inklusive. Das Geräusch eines rasch und einfach anspringenden Autos. Und eine Heizung! Wärme!!! Kurz hinter Berlin hab ich aufgehört zu frieren. In Hannover war es angenehm warm, kaum -7 Grad waren es hier - +21 in meiner Wohnung ;).

## **Blog Export: Ninas Schmierblo(g)ck, <http://www.justchaos.de/blog/>**

Geschrieben von Nina in Öffentlich um 23:31

Mittwoch, 18. Januar 2006

## **Jahresrückblick 2005 - Willkommen 2006**

Wenn man erstmal ein gewisses Alter erreicht hat, stöhnt man immer bei diesem Gedanken: "Und wieder ist ein Jahr vorbei".

Schnell scheint es wirklich zu gehen aber 2005 war auch nicht kürzer als die anderen Jahre vorher.

Was ist in meinem Leben passiert im letzten Jahr? Hmm... Verliebt habe ich mich. Dabei wollte ich das doch eigentlich vermeiden, führen Beziehungen meiner Erfahrung nach doch nur ins völlige Chaos. Naja, vielleicht habe ich damit ja unrecht, ich werds einfach mal wieder ausprobieren ;). Aber gut tuts schon! Sehr sogar :). Ich bin wesentlich ruhiger und zufriedener, glücklicher im Moment. Allein das ist es schon wert! Den Kindern geht es ähnlich, sie mögen ihn sehr und sind fast gar nicht eifersüchtig. Ebenso wie die Katzen. Schauen wir mal, wie lange es gut tut, wohin es führt, wohin wir gehen... Einfach genießen solange es gut tut!

Ich hab aufgehört zu rauchen. Nach ungefähr 15 Jahren. 'Einfach so' möchte ich fast schreiben, aber ganz so einfach war es dann doch nicht. Obwohl es einfacher war als befürchtet. Und gleichzeitig schwieriger. Wie oft bin ich noch immer in Gelegenheiten, in denen einfach mal eine Rauchen möchte. Nur stillt dies ja wirklich gar kein Bedürfnis in mir drin, weckt nur ein neues: den Drang nach der nächsten Zigarette in 20 Minuten. Alles Blödsinn und doch fehlt es mir! Und fehlt mir nicht. Ich bin den Dreck endlich los!

Nicht mehr zu Rauchen brachte dann auch große Vorteile beim Sport, ich bekomme wesentlich besser Luft und kann sogar endlich halbwegs durchgängig joggen. Ich glaube der Sport war einer der Hauptargumente gewesen mit dem Rauchen aufhören zu wollen. Wie oft hab ich hechelnd jede gerauchte Zigarette verflucht. Aber nur um nach dem Sport die erste Zigarette mit tiefen Lungenzügen zu genießen. Menschen sind doch bescheuert!

Viel Sport gehört erwähnt wenn ich über 2005 schreibe. Ich weiß nicht wie viele Kilometer ich im letzten Jahr auf dem Rad gesessen hab, wie viele ich gelaufen bin, wie viele mit Inlinern gefahren, geschwommen. Aber 8-10 Stunden Sport standen in den meisten Wochen auf meinem Trainingsplan. Weswegen ich zwar noch immer zuviele Kilos mit mir rumschleppe, mich aber körperlich um sehr viele Klassen besser fühle als 2004 und diverse vorherige Jahre.

Studentin bin ich geworden, zumindest hab ich mich im letzten Jahr noch bei der Fernuni Hagen angemeldet. Das Studium geht im April los. Besser meine zwei Kurse dort. Akademiestunden. Aber inklusive einem 'richtigen' Studenausweis. Wow -\*strahl\* :) . Auch wenn es mir Angst macht...

Meine Kiddies haben auch 2005 nicht aufgehört zu wachsen, innerlich wie äußerlich.

Vanessa ist seit August ein "Schlüsselkind" - auf eigenen Wunsch. Ein wenig Betreuung hätte sie dieses Schuljahr eigentlich noch haben können. Sie hat die Selbstständigkeit vorgezogen zumal im Hort fast niemand mehr war, mit dem sie hätte spielen können. Sie wechselt im nächsten Schuljahr auf die weiterführende Schule und ich verändere stolz, da sie eine Gymnasialempfehlung bekommt :). Nur auf welche Schule sie genau gehen wird, das wissen wir noch nicht. ein bisschen Zeit haben wir noch uns darüber Gedanken zu machen.

"Liiiiiebhaben!" ist einer ihrer Sprüche zur Zeit, zeitgleich wird man von ihr plattgekuddelt. Ihren Kater liebt sie noch immer heiss und innig, ebenso Pferde, Harry Potter, Bücher im allgemeinen, Computer und Fernsehen.

Darlene ist eine gute Zweitklässlerin ohne irgendwelche Schulprobleme. Bislang. Ich hoffe, das ändert sich nicht. Außerhalb von Schule und Hort ist sie der klassische Wildfang und kommt eigentlich nur zum Essen nach Hause. Oft nicht mal das, man kann ja auch bei Roxana zum Beispiel essen. Oder sich von seinem eigenen Geld etwas kaufen. Selbstständig sein, "gross" sein, für kleinere Geschwister sicher immer ein Stück Ansporn, da macht Darlene keinen Unterschied. Ansonsten ist sie etwas schwieriger zu erfassen und zu beschreiben, klassischer, schwer einzuschätzender Skorpion?

Sie kommt fast jeden Morgen nach dem Wecken ne Runde kuscheln auf mein Bett. Da stört es sie auch nicht, das inzwischen ein Marko auch dort auch öfter mal zu finden ist. \*g\*

~~~

Und was mach ich mit 2006?! . Ziele zu definieren fällt schwer. Vom Studium einmal abgesehen. Und weiter den Sportwahn fördern, mich selbst dafür nur möglichst wenig - 10-15 Kilo müssen noch weg! Verliebt und glücklich wäre ich bitte gern weiterhin! Notfalls reicht auch glücklich ;). Abwarten, in null Komma nix ist dieses Jahr auch um. Danach einfach mal schauen wie es gewesen ist.

Geschrieben von Nina in privates um 08:58

Donnerstag, 22. Dezember 2005

## **URLAUB**

URLAUB! - ENDLICH!

Boah, ist das nÄ¶tig! Boah, bin ich kÄ¶rperlich und seelisch aus dem Gleichgewicht und brauche dringend eine Pause!

Nun hab ich sie, seit wenigen Stunden. Entspannt bin ich noch nicht, ganz im Gegenteil. Ungewohnt angespannt bin ich. Innerlich, Ä¶uÄ¶erlich... Okey, es ist auch fast Weihnachten und das bisschen StreÄ¶ holt sogar mich

Aber hey, ich darf wieder fahrradfahren!!! Ich hab nÄ¶mlich gar nix. Bis auf Schmerzen natÄ¶rlich \*hrhr\*. X-Beine, StÄ¶rungen im Bewegungsapparat.. Soso... dauert bis das weggeht, sagt Frau Doktor. Und das ich unbedingt weiter Sport machen soll. AusdrÄ¶cklich fahrradfahren! Und schwimmen. Und wenns zu sehr wehtut, soll ich ne Pille gegen die Schmerzen futtern. Ahja... \*hust\*... Und mit der Kniebandage rumlaufen. Mehr als bislang, da hab ich sie ja nur beim Joggen getragen. Und Einlagen krieg ich. Und Krankengymnastik (aber erst nach Nachfragen), letzteres wollte ich eigentlich auch gar nicht. Sie machte mir wenig Hoffnung, daÄ¶ das schnell wieder weggeht... Toll... Laufen kann ich damit wohl vorerst vergessen! Aber wenn Fahrrad fahren wieder geht bin ich ja schon zu 3/4 glÄ¶cklich!

Und fahrradfahren ging. Gestern 30 Minuten, heute 45. Bislang keine Probleme. Mit Kniebandage fÄ¶hrt es sich allerdings doof.

Geschrieben von Nina in privates um 23:54

Montag, 19. Dezember 2005

## **Schnee!**

Samstag Morgen und für mich völlig unerwartet hat es bei uns geschneit. Am Vorabend war von Schnee noch nichts zu sehen, als ich dann morgens aufwachte, war alles bereits schön weiß. Es schneite weiter, bis in den Mittag hinein. In dicken, weißen Flocken. Und blieb zur Verwirrung der allermeisten Hannoveraner tatsächlich liegen! Sowa sind wir hier nur selten gewohnt. Einsetzender und sofort liegenbleibender Schnee von bestimmt 5 cm Höhe ;) .

Es war der erste "richtige" Schnee in diesem Jahr. Der Erste ist immer der Schönste. Darum nahm ich sobald möglich auch meine Kiddies und den Schlitten und wir haben einen Winterspaziergang gemacht:

Geschrieben von Nina in öffentlich um 22:32

Mittwoch, 14. Dezember 2005

## **Kinderkram...**

Vorsicht, es wird ein bisschen sentimental nun...

Wie schwer es doch fällt, Kinder loszulassen... Vanessa (wird im März 10) ist nun 7ter mal bei ihrem Vater Nachmittags. Ab Schulschluss (meist 13 Uhr) ist sie seit diesem Schuljahr allein Zuhause bis ich von der Arbeit komme (meist zwischen 15 und 16 Uhr). Sie wollte das so, ein Jahr lang hätte sie noch in den Club gehen können (wie Hort aber nur bis 15 Uhr). Das wollte sie nicht. Somit koche ich meistens vor, sie futtert alleine, macht Hausaufgaben alleine (das tat sie eh immer) und spielt ein bisschen bis ich mit ihrer kleineren Schwester nach Hause komme. Oder sie verabredet sich auch mal für einen Nachmittag. Dies passiert aber eher seltener. Sie ist ja sowieso eher das etwas zurückgezogene Kind, findet schwieriger Anschluss, Freunde. Aber braucht dies wohl auch weniger als zum Beispiel ihre Schwester, die sich alleine so gar nicht zu beschäftigen weiß (und somit eigentlich immer unterwegs mit oder zu Freunden ist).

Naja, Vanessa das Schüsselkind leidet unter Einsamkeit nachmittags. Also hab ich den Vater der Kinder 'aktiviert'. Dieser hat eh 7ter mal in der Woche frei und eigentlich jeden Tag am Nachmittag (Teildienstpause zwischen halb 3 und halb 6 Uhr). Er hatte versprochen sie 7ter mal nachmittags zu nehmen, dies aber von alleine bislang nicht getan. Jetzt tut er es - und verplant gleich ihr ganzes Leben \*stöhn\*.

Gestern war der erste Tag dieser 1-Kind-Nachmittags-zum-Papa-Geschichte. Er hatte sowieso frei und sie von der Schule abgeholt. Sie ist dann auch gleich über Nacht geblieben und hat sich drauf gefreut. Heute Morgen dann der Anruf von ihm, da er sie heute wieder abholt, diesmal um 15 Uhr von Zuhause, also von mir. Morgen würde er sie auch wieder nehmen und am Freitag und im Frühjahr fährt sie dann mit dem Rad bis zu ihm und mit dem Bus könnte sie ja auch fahren, das müssten sie nur mal ab und anberhaupt, seine Lebensgefährtin hätte heute frei, sie könnte also - wenn sie das wollte - wieder über Nacht bleiben...

Ja - fein... Hoffe ich... \*seufz.\* Es muss das Beste für Vanessa sein, soweit ist mir das klar. Aber in meinem Bauch grummelt es ziemlich... Am Liebsten hätte ich ihn heute Morgen gleich gebremst in seiner Art nun Knall auf Fall ihr halbes Leben umzustellen... (das ich sowieso nicht glaube, da er das dauerhaft durchhält, möchte ich nur ganz leise und am Rand erwähnen).

Ich halte ihm zugute, da er es ja auch nur gut meint. Aber sie wohnt doch hier... auch hier... und sie kann durchaus Nachmittags allein bleiben. Sie soll es ja nach Möglichkeit nur nicht immer! Und sie soll sich durchaus hier weiter mit ihren Freundinnen verabreden! Und und und... Ich kann durchaus hin und wieder auch mal früher Zuhause sein, das bin ich so ja auch!

\*seufz\*...

Es fällt sich an als wolle er mir das Kind wegnehmen. Egal wie dämlich das nun klingt und egal wie fern es der Realität ist oder sein kann.

Heut Nachmittag war ich kurz Zuhause weil ein Wasseruhrenableser kam. Somit hatte ich mit meinem grossen Tochterchen grob eine halbe Stunde. Wir haben zusammen gegessen und kurz geredet bevor ich wieder zur Arbeit gefahren bin. Ich hab ihr gesagt, das sie Heute wieder bei ihrem Vater schlafen könnte, wenn sie wollte, und sie wollte. Ging aus dem Raum und machte spaßeshalber den Spruch, da sie so fast ganz zum Papa zieht. Sie hat dann selbst gemerkt, da das wohl nicht ganz glücklich formuliert war und innegehalten, mir einen Blick zu geworfen.... bei dem ich wieder sicher weiß, da man auch mit 9, fast 10 Jahren, schon eine Menge von den Gefühlen und Gedanken anderer verstehen kann.

\*seufz\*

Bei ihrem Vater hat sie ihren Lieblingshund. Das ist gut! Das sie weniger alleine ist und beide Kinder hin und wieder ein Elternteil für sich allein haben ist auch gut! Das ich weniger schlechtes Gewissen so haben muss und vielleicht ein bisschen weniger Streß habe oder mir mache ist auch gut!

Warum fällt es sich dann auch ein ganz klein bisschen schlecht an? :(

## **Blog Export: Ninas Schmierblo(g)ck, <http://www.justchaos.de/blog/>**

Geschrieben von Nina in privates um 19:02

Sonntag, 11. Dezember 2005

## Träume...

Sonntags morgens schreibt es sich auch echt prima, wenn ich noch halbschlafend mit meinem Kaffee im Bettchen kuschel, die Traumreste noch nachwirken...

Aufgewacht bin ich gegen halb 10 Uhr, geweckt von einem sauerlichen Traum: ich bin mit Marko Auto gefahren (wohin auch immer) und in eine Verkehrskontrolle gekommen. So eine Abzockerkontrolle, bei der es weder um Verkehrsvergehen geht sondern nur darum, kostenpflichtig abmahnen zu können. Selbstverständlich haben sie in meinem Traum auch bei mir etwas gefunden, einen Zusatz zum Führerschein, der mir fehlen würde. Der Traumbeamte hat im Traum rechts an einem Hebel gezogen und der Kostenbescheid ist da rausgepurzelt. Und ich bin Traum explodiert wegen der Frechheit der Abzockermethode und meiner Hilflosigkeit und weil ich noch niemals nicht davon gehört habe, dass man zum Führerschein so Dingsens dazu haben müsste! \*motz\* \*mecker\*

Boah, selbst ne Stunde nach dem Aufwachen bin ich noch immer stinkig \*grins\*

Naja, der Traum davor war auch kaum besser. Ein kleiner, alter DDR-Fahrstuhl, der sich mühsam mühte, sein von uns angepeiltes Ziel zu erreichen und den ich auf halbem Wege besser verlassen habe weil mir Aufzüge Angst machen, grad wenn sie offenbar nur mit letzter Anstrengung den gewünschten Haltepunkt erreichen. Als ich dann im Traum zu Fuß das gewünschte Stockwerk erreichte (wo es einen reich gedeckten Frühstückstisch gab), erzählte mir der dort bedienende Ober (!), dass der Fahrstuhl auch nur mit maximal 90 Kg belastbar wäre. Urgs... Und wir waren mindestens 3 da drin gewesen, die 2 anderen schwer bergewichtig. Wie gut, dass ich ausgestiegen bin. Und nicht mehr schwerer als 90 Kilo \*g\*.

Der dritte Traum der hingengeblieben ist, war dann wohl von den Bildern her auch der skurrilste. Ich war in einem Horror-Film-Szenario. Ein Auto, bei dem auf dem Fahrer- und Beifahrersitz 2 mumifizierte Leichen saßen. Im Motorraum waren Körperteile und Köpfe drapiert und als ich da noch so stand und die Story zum Horror lesen wollte, die passenderweise auf die Windschutzscheibe geschrieben stand, kam ein Typ vorbei, der selber in jedem Horrorfilm mitspielen könnte. So eine Art sympatischer Frankenstein, nur kleiner und dünner aber mit sonem Ding im Hals und Nähten überall und sehr grau im Gesicht. Aber nett war er und ebenso neugierig auf die Story wie ich. Er sprach allerdings englisch als Muttersprache. Was dann auch ein super sinnloses Detail in diesem Traum war, aber echt...

Ich fang besser nicht an davon zu schreiben, was ich in der Nacht zuvor alles geträumt hab. Das war teilweise noch wirrer... ;)

Geschrieben von Nina in privates um 10:22

Montag, 5. Dezember 2005

### **Schulung oder nicht Schulung...**

Na fein... nun nehm ich mir 2 Tage "frei" für eine betriebliche Schulung, organisiere also mit einem leicht schlechten Gewissen eine Kinderbetreuung für heute Nachmittag, grübele rum was ich mit Darlene (meiner 7-jährigen Tochter) morgen Nachmittag mache, verfall halb in Stress deswegen und alles, weil ich hier auf der Arbeit zu einer zweitägigen SAN-Schulung abgeordnet bin. Und was ist? Ich muss oder soll nun gar nicht mehr im Ganzen teilnehmen. Was ich allerdings erst erfahren habe als der erste, allgemeine Teil dieser Schulung vorbei war und nur noch der harte Kern sitzen geblieben ist. Zu dem 2 meiner Kollegen und ich trotz Abordnung zur Schulung, gar nicht gehörten. Was uns bis zu diesem Moment aber irgendwie so gar nicht klar war.

„hm... ja sagt mal... gehts noch???

Ich will ja nicht mal behaupten, dass ich besonders wild auf eine SAN-Schulung und eine CX-500 Einführung bin (Storage-Technologie, nicht die GÄllepumpe). Ich will auch nicht meckern, schliesslich hab ich so viel weniger Stress heute und morgen (es ist Nikolaus, mein Neffe hat Geburtstag, meine Kinder mag ich ja gar nicht Nachmittags so lange unbetreut lassen, auch nicht die Große).

Aber "fürn Arsch" ist die Geschichte so dann aber auch! Hallo? Wie gut, dass meine Kinder so groß sind, dass ich sie notfalls ein bisschen allein lassen kann. Wie gut, dass ich mir für heute keinen wirklichen Babysitter oder etwas vergleichbares besorgt hab. Wie gut, dass ich kaum Aufwand hatte für eine Schulung, an der ich dann doch nicht teilnehmen soll.

**WEIL ANSONSTEN WÄRDE ICH NOCH STINKIGER SEIN, ALS ICH SO GRAD SCHON BIN!!!**

Geschrieben von Nina in Öffentlich um 10:17

Freitag, 2. Dezember 2005

### **mein Knie - eine offenbar nicht endenwollende Geschichte...**

Sie fing im Sommer dieses Jahres an. Recht schleichend begann mein Knie zu schmerzen. Weniger beim Fahrradfahren, öfter mal beim Laufen aber nichts, weswegen ich zum Arzt gehen würde geschweige denn überhaupt öntensiver darüber nachdenken. Eine Sportbandage hab ich irgendwann mal gekauft, sowas was man beim Laufen ummachen kann.

Das Knie war daraufhin meist besser und manchmal etwas schlechter. Bis vor einigen Wochen. Seit dem geht's eigentlich rapide bergab. Seit Anfang November bin ich fast nicht mehr gelaufen und auch fast nicht mehr Fahrrad gefahren. Zwischendurch hatte ich sowieso einen grippalen Infekt, der mich gleich tagelang ans Bett gefesselt hat. Mein einziger Versuch danach Fahrrad zu fahren wurde durch böse Schmerzen im betroffenen Knie quittiert. Also hab ich dann doch mal in den sauren Apfel gebissen und ärztlichen Rat eingeholt. Von Trainingspause bis Sportbandagen, salben, kühlen und schonen ist es ja nicht besser geworden. Am Ende sogar noch schlechter.

Die Sprechstundenhilfe meiner Hausärztin meinte, ich sollte erstmal bei denen vorbeischauen. Ja ne, iss klar. Termin gemacht, tatsächlich nur eine halbe Stunde gewartet, drangekommen, 3 Minuten Untersuchung und Überweisung zum Chirurgen. Vielen Dank, daß ihr da jetzt wenigstens nicht auch noch meintet, dran rumpfuschen zu müssen.

Weiter gings mit einem Termin bei einer chirurgischen Praxis (Empfehlung eines Kollegen), leider mit 2 Wochen Wartezeit. Mir fehlt einfach das Jammergen, mit dem andere Menschen vermutlich früher Termine bekommen hätten. Daran sollte ich arbeiten!

Die Wartezeit über hab ich weiterhin artig Trainingspause eingehalten. Die erste Zeit davon waren übrigens furchtbar. Wenn man sich dran gewöhnt hat, eigentlich jeden Tag irgendwie körperlich ausgepowert zu sein, fehlt das einem dann doch sehr! Inzwischen kriecht eine Angst in mir hoch, daß ich, selbst wenn ich wieder einsatzfähig bin, nicht wieder zurückfalle in mein altes Sportpensum. Aber das ist purer Blödsinn, dafür macht das doch einfach nach wie vor viel zu viel Spaß und ich vermisse es und werde ganz hibbelig, wenn ich so wie hier jetzt darüber schreibe, darüber nachdenke.

Aber auch diese eisener Trainingspause brachte keine wirkliche Gesundheit. Die Besserung, die zwischenzeitlich eingetreten war, wurde durch ein einzelnen Fehltritt auf der Leiter meines Hochbettes wieder zunichte gemacht - danach war es schlechter als je zuvor. Dementsprechend nervös machte ich der Arzttermin jetzt. Aber dementsprechend viel Hoffnung hab ich auch in diesen gesetzt. Gestern Nachmittag war es dann soweit. Eine nette Praxis mit netten Helferinnen ist es. Da ich ja einen Termin hatte, brauchte ich auch nicht mal lange warten. Das Knie wurde geröntgt und ich nach kurzer Zeit in ein Behandlungszimmer gebracht, von Helferin und anschliessend der Ärztin interviewt, untersucht und... wie sollte es anders sein... \*seufz\*... es gibt erstmal keinen greifbaren Befund... Dafür trage ich jetzt einen Zinkleimverband und futter Ibuprophen gegen die Entzündung. Ende nächster Woche habe ich den nächsten Termin. Wenn bis dahin keine Besserung eingetreten ist, wäre die weitere Vorgehensweise dann Kernspin und gucken was da genau los ist.

Immerhin sieht es nicht schlecht aus, sagte die Ärztin. Das ist eigentlich schon sehr beruhigend! Aber so wirklich "zufrieden" bin ich keineswegs... Mir war klar, dass es keinen Schamanenzauber geben wird, mit dem Ratz-Fatzi alles wieder gut wird. Aber so wie jetzt hab ich Probleme damit, mich nicht als Hypochonder zu fühlen. Ich HABE das Knie geschont! Wesentlich länger als mir bis hierhin schon lieb ist! ICH HABE Beschwerden, auch wenn sie nicht so greifbar sind, wie Frau Doktor das vielleicht gern gehabt hätte um eine Diagnose stellen zu können. Mein Knie ist seit Wochen dick, es tut permanent ein bisschen weh, unter Belastung wird es sofort wesentlich schlimmer, der Verband jetzt darauf ist absolut unangenehm wie er auf die Kniescheibe drückt!

Und alles was sie erstmal tut ist ein freies entzündungshemmendes Mittel zu verschreiben und einen Zinkleimverband... hmm... \*grummel\*...

Ich will mich wieder schmerzfrei bewegen können! Ich will wieder Sport machen können!!! JETZT! BALD!!! SCHNELL!!! :(

Geschrieben von Nina in sportliches um 14:29

Donnerstag, 17. November 2005

## **STRESS!!!**

Kindergeburtstage sind der absolute Horror! Okey, vermutlich ist das alles gar nicht soooo schlimm... was nichts daran ändert, daß ich heute:

- Kuchen
- Abendbrotzutaten
- Getränke
- kleine Geschenke und Süßigkeiten zum Mitnehmen für die Geburtstagsgäste
- Geschenkpapier
- Luftballons
- bunte Pappteller
- Süßigkeiten oder etwas Ähnliches für die Schule kaufen muss.

Die Wohnung muss ich auch noch entrümpeln, säubern und in einen Zustand versetzen, in dem ich meine Eltern reinlassen kann. Bei denen hab ich zwar grundsätzlich immer das Gefühl, als würde meine Wohnung nicht sauber und ordentlich genug sein, allerdings wachse ich da langsam insofern raus, als das ich Stück für Stück das Selbstbewusstsein gewinnen mir klar zu machen, daß es meine Wohnung, mein Reich und mein Leben ist!

Und ich fühle mich weitestgehend wohl in meiner Wohnung, auch wenn das Chaos öfter mal überhand nimmt.

Die Schlittschuhe muss ich suchen.

Handschuhe auch.

Geschenke einpacken.

Muffins backen - und damit gleich meine Kleine beschäfftigen heut Nachmittag? Scheisse, kann ich die dummen Dinger nicht kaufen???

Ein Schreiblernheft kaufen - es gab schon einen Riffel der Lehrerin ins Merkheft von Darlene \*schäm\*. Hey, wir haben versucht es zu kaufen! Aber bei uns im Schreibwarenladen gab es die nicht und wir haben es auch noch nicht geschafft, irgendwoanders vorbeizukommen, wo es solch seltenes zu kaufen gibt...

\*seufz\*

Zur Bank muss ich auch noch. Geld holen und den letzten Google-Scheck einlösen.

Und scheisse, ich bin ja auf der Arbeit - ich befürchte arbeiten steht auch noch auf der to-do-Liste... :help:

Geschrieben von Nina in privates um 10:08

Montag, 14. November 2005

### drei Sternchen

gibt es für das Fahrradfahren heute morgen. Aufgewacht bin ich nach nur 5 Stunden Schlaf, völlig überfordert, völlig lustlos. Seit neuestem ist es morgens wieder dunkel wenn ich aufwachen muss, sehr demotivierend. Mein Knie spinnt noch immer und schon seit Wochen, wenn nicht gar Monaten - seit meiner Grippe allerdings noch heftiger. Neben der Dunkelheit draußen und dem Nebel dort auch kein Argument, die Arbeitsstrecke mit dem Fahrrad zu bewältigen. Dazu noch die Müdigkeit und eine gewisse sich langsam einschleichende Fahrradfaulheit... Krank war ich ja gewesen, da konnte ich nicht fahren. Ausserdem fahr ich inzwischen viel auf dem Rolltrainer im Wohnzimmer, da komm ich ja meist schon auf mein Pflichtpensum an Fahrradstunden. Allerdings sind die 3 Tage mit dem Fahrrad zur Arbeit fahren trotzdem obligatorisch, warum es mir in den letzten Wochen so schwer fiel, kann ich auch nur schwer erklären.

Aber trotz alledem, der Grubelei, der Müdigkeit, der Dunkelheit, dem Nebel, dem Knie und der Faulheit, dem Auto, was vor der Tür auf mich warten würde, ich bin aufs Fahrrad gestiegen! Und als ich ersteinmal drauf saß, wusste ich auch wieder, wie ich es geschafft hab, den kompletten letzten Winter mit dem Fahrrad durchzufahren: es macht einfach Spaß! Die Kälte ist nach wenigen Minuten völlig egal, dafür setzt ein leichtes Lächeln bei mir ein. Ich fühle mich einfach besser an Tagen, die ich auf dem Fahrrad begonnen habe! Morgens durch den Wald radeln zu können, ein bisschen Ruhe und Abstand zu bekommen, meinen Kopf leer zu bekommen, das angenehme Gefühl des leichten Muskelziehens, was mich den Tag über daran erinnert, etwas Gutes getan zu haben, ... Ich liebe es!

Hinzu kommt natürlich noch, daß ich hiermit Kalorien verbrenne. Und in dem Zusammenhang ausserdem, daß ich keinen oder viel weniger Hunger habe, wenn ich Sport gemacht habe. Aberaus praktisch :).

Außerdem spare ich den Sprit und den Stress der Arbeitsfahrt, den morgendlichen Stau auf dem Schnellweg, erspare mir und Titi (mein Auto! Titi ist mein kleiner Tigr!) die Unfallgefahr im dunklen, feuchten und glatten Winter.

Schön, daß ich heut morgen wieder gefahren bin! Schön, daß es mich daran erinnert, wie gerne ich das tue! Schön, daß es noch immer funktioniert! :)

Geschrieben von Nina in sportliches um 12:13

### Montag Morgen

der richtige Zeitpunkt ein neues Leben anzufangen...

achne... kein Leben, nur ein blog...

Und warum? Weil ich sowieso schreibe, bei sich jeder bietenden Gelegenheit, sinnvolles und sinnloses, Tagebücher und Geschichten, Gedanken und Zitate... Warum also nicht die Möglichkeit nutzen, dies alles (weitestgehend) an einem Ort zu vereinen und dazu noch die Möglichkeit zu haben, einen Teil der Texte auch anderen zum Lesen zu geben.

Wen interessiert? Niemanden vermutlich, von mir einmal abgesehen. Was mich aber nicht davon abhält, dieses Projekt trotzdem fortzuführen. Es erspart mir unter anderem das kunstvolle Reingefummel von manchen Gedanken, die sich zum Beispiel morgens auf dem Weg zur Arbeit in meinem kleinen und noch müden Köpfchen ansammeln und die ich bislang auf der Arbeit in ein Dokument gebannt und per eMail nach Hause versandt habe. Da schmorten diese Stückchen im Postfach, bis sie eines guten Tages wenigstens schon einmal auf der Festplatte zwischengespeichert wurden um dann, viel viel später mal in die "Chaos-Datei" - seit über 10 Jahren meine digitale Gedankensammelstelle - überführt zu werden.

Und einen weiteren Vorteil hat die "öffentliche" Schreibung: ich gebe mir viel mehr Mühe beim Ausformulieren von Sätzen, dem Finden der richtigen Worte, der Benutzung von Grammatik- und Rechtschreibregeln.

Wir werden lesen, wie lange ich dieses Experiment in dieser Form fortführe. Bis dahin wünsche ich allen Lesenden viel Spaß - man liest sich ;)

Nina

## **Blog Export: Ninas Schmierblo(g)ck, <http://www.justchaos.de/blog/>**

Geschrieben von Nina in Öffentlich um 11:53