

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 Suchen 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 Leinwandpulver 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), ist 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 Leinwandpulver 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 getappst. 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 trockenzulegen? 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

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

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 Aufwandsexperimente 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) 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 unleserbar. It. 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 gelassene 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, dass 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 herüberlegen (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, außer 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 gestörte 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 zu tode 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. ;) 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 (Echokardiogram 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? ;) 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

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-Fanf, die meine Grosse (11) gestern mitbrachte, fährt 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 Schlässelkinder, 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

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 dermaÄ¼en 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 grÄ¼Ùe, 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 PlastickÄ¼cken fÄ¼r ein paar Wochen in KarantÄ¼ne 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). Übrigens 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 Öko-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 grössten Bedenken wegen der giftigen Wirkung auch auf Warmblüter wie den Menschen. Quelle: Wikipedia.de

Geschrieben von Nina in privates um 17:09

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 Tona, 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 Picknicketisch 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 Bückeburg 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 verstaub 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 störend 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

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

Geschrieben von Nina in privates um 17:47

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 schneueunerprobten 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 fr¹/₄h, waren die ersten beiden kinder schon hier. viertel nach zehn das letzte. wir sind gleich los und waren 20 minuten zu fr¹/₄h 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, miniw¹/₄rstchen, 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 r¹/₄ckweg vom b¹/₄cker 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 f¹/₄sse 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 großen 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, ohrläppchen 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 s¹/₄Äyigkeitent¹/₄tchen 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 kriechgang. 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 allermilch 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

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 mandelkuchen. 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, tückisch 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

Donnerstag, 4. Januar 2007

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, daß 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, daß die Bundesbediensteten eine keineswegs unerhebliche Geldprämie zum Zettelchen bekommen hätten.

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

Geschrieben von Nina in privates um 09:52

Samstag, 23. Dezember 2006

Weihnachten

rückt unaufhaltsam näher... Startet 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 "Weihnachtsmarktreffen". 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

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

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 "verträdeln"!

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, 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 faulenzen 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 zurückssetzen 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. Inklusiv Käse, 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 schneeigen 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 führen 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 grasten die Kähe, sah man Skilifte, hatten, grüne Wiesen und Wanderwege, über uns blauer Himmel mit einzelnen Wölkchen. 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. Käpter 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 ideeeee" verstummte dann auch sehr bald, statt dessen spielten sie auf Wurzel-Stein-Höhlenbergen, 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 Bahnen 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? FÃnf? 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 zurÃck, 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 GlÃck 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!!! NatÃrlich 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 Ãblich 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 ruckwÄrts runterrollen und die erste Steigung mit dem kalten Motor waren nur in meiner Fanatsie 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 - welch 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 Weghüschchen unscharf fotografiert und dann zwei Bilder schiessen können, als er unten sitzen blieb, vielleicht 2 Meter weit weg von uns. Er saß 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 Kachelofen übernommen (sie haben sich selbst diesen zugeteilt und die Kacheln 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 nötig 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 Spa gar nicht. Trotzdem saß es spektakulär, spannend, spaßig und bei dem Temperaturen vor allem sehr abkühlend aus!

Abgekühlt haben wir uns aber auch, zumindest mit den Füßen 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 abgekühlt 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 Fahretappe 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, Getränken, 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 schlängelten mit. Endlich erreichten wir Isenfluh und ich wählte 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 Hunsrück, 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.

Schön war's in dieser kleinen Burg und sehr faszinierend für die Kids.

Geschrieben von Nina in privates um 14:47

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

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 Zigarette 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

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, 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

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 fünfter 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 fünfter mal in der Woche frei und eigentlich jeden Tag am Nachmittag (Teildienstpause zwischen halb 3 und halb 6 Uhr). Er hatte versprochen sie fünfter 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 aufzige 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

Donnerstag, 17. November 2005

## **STRESS!!!**

Kindergeburtstage sind der absolute Horror! Okey, vermutlich ist das alles gar nicht soooo schlimm... was nichts daran ändert, daÄŸ ich heute:

- Kuchen
- Abendbrotzutaten
- GetrÄnke
- kleine Geschenke und SÄŸigkeiten zum Mitnehmen fÄŸr die GeburtstagsgÄŸste
- Geschenkpapier
- Luftballons
- bunte Pappteller
- SÄŸigkeiten oder etwas ÄŸhnliches fÄŸr die Schule kaufen muss.

Die Wohnung muss ich auch noch entrÄmpeln, sÄubern und in einen Zustand versetzen, in dem ich meine Eltern reinlassen kann. Bei denen hab ich zwar grundsÄtzlich immer das GefÄhl, als wÄrde meine Wohnung nicht sauber und ordentlich genug sein, allerdings wachse ich da langsam insofern raus, als das ich StÄck fÄŸr StÄck das Selbstbewusstsein gewinne mir klar zu machen, daÄŸ es meine Wohnung, mein Reich und mein Leben ist!

Und ich fÄhle mich weitestgehend wohl in meiner Wohnung, auch wenn das Chaos ÄŸfter mal Äeberhand nimmt.

Die Schlittschuhe muss ich suchen.

Handschuhe auch.

Geschenke einpacken.

Muffins backen - und damit gleich meine Kleine beschÄftigen heut Nachmittag? Scheisse, kann ich die dummen Dinger nicht kaufen???

Ein Schreiblernheft kaufen - es gab schon einen RÄffel 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 einlÄŸsen.

Und scheisse, ich bin ja auf der Arbeit - ich befÄrchte arbeiten steht auch noch auf der to-do-Liste... :help:

Geschrieben von Nina in privates um 10:08