

Mit dem Hang zum gepflegten Kriminalroman

Neue Regionalgruppe der „Mörderischen Schwestern“ gegründet

REGION HANNOVER. Die „Mörderischen Schwestern“ gibt es jetzt als Regionalgruppe für Hannover und Niedersachsen. Gemeinsam haben die Frauen ihren Hang zum gepflegten Kriminalroman. Bei den Mörderischen Schwestern, einem Verein, der im gesamten deutschsprachigen Raum aktiv ist, steht die Förderung der von Frauen geschriebenen Kriminalliteratur im Vordergrund. Doch sie sind nicht nur eine Autorinnenvereinigung: Hier können alle Mitglieder werden, die sich dem literarischen Mord verbunden fühlen – egal, ob Bloggerin, Buchhändlerin, Bibliothekarin oder einfach weiblicher Krimifan. Die neue hannoversche Regionalgruppe wurde von einer der bekanntesten regionalen Krimibloggerinnen, Andrea Schumacher aus Pattensen, gemeinsam mit Dr. Susanne Beck initiiert. „Mörderischen Schwestern“ haben deutschlandweit mit der „Ladies Crime Night“ ein Format erschaffen, dass für Spannung mit viel Abwechslung steht. Die erste Ladies Crime Night der neu formierten Gruppe findet 19. September um 19 Uhr statt. Es lesen sechs „Schwestern“ (Dr. Susanne Beck, Susanne Fletemeyer, Renate Folkers, Bettina Reimann, Dr. Barbara Schlüter, Nicole Ziemann-Witt) im Salon 18, Tiefenriede 18.



Die neue Regionalgruppe der „Mörderischen Schwestern“ Foto: privat

Dort sind auch Karten im Vorverkauf erhältlich. Am 27. Oktober ist um 16 Uhr das Theater Novem in der Langen Laube 26 Austragungsort der zweiten Ladies Crime Night. Dort lesen Dr. Susanne Beck, Anna Dugall, Susanne Fletemeyer, Sibylle Narberhaus, Dr. Susanne Schieble und Heike Wolpert. **Plätze kann man unter info@theater-novem.de reservieren.**

Das Internet im Faktencheck

Neue Presse meets „Digga Fake“: Der Aufklärungspodcast für Freunde des gepflegten Hinterfragens

HANNOVER. Wie geht man mit irreführenden Inhalten im Netz um? Wir ordnen ein, hinterfragen, sprechen mit Betroffenen und Experten über Fake News und die Auswirkungen – die Neue Presse (NP) kooperiert mit dem Aufklärungspodcast „Digga Fake“. Faktencheck in sechs spannenden und lehrreichen Folgen. Jüngste Umfragen bestätigen: Für Kinder und Jugendliche sind digitale Medien längst Alltag. Im Schnitt nutzen 85 Prozent der Sechsbis 18-Jährigen rund zwei Stunden täglich ein Smartphone, sogar 93 Prozent der Schülerinnen und Schüler ab zehn Jahren sind pro Tag mehr als anderthalb Stunden in sozialen Netzwerken unterwegs. Nicht nur Hannovers Schulleiter wissen: Kulturpessimismus hilft hier nicht weiter – was die Kinder und Jugendlichen brauchen, ist Mündigkeit und Medienkompetenz. Genau darum kümmert sich der schon zweimal für den Fact Heroes Award nominierte Aufklärungspodcast „Digga Fake“. Die Journalistin Victoria Graul

spricht mit Betroffenen sowie Expertinnen und Experten über Fake News und andere irreführende Inhalte im Netz. Und für die nächsten sechs Folgen ist die NP mit dabei beim so unterhaltsamen wie lehrreichen Hinterfragen und Faktenchecken. Start war bereits am Freitag auf neuepresse.de mit der ersten Folge der Podcast-Kooperation. Das Thema: Propaganda & Hate



– wenn Memes dich manipulieren. NP-Redakteur Tobi Kurz berichtet über einen erfolgreichen Kanal aus Hannover, der teils problematische Inhalte postet. Denn die vielen im Internet kursierenden Fotos oder Videoschnipsel können nicht nur lustig, sondern auch rassistisch, sexistisch oder generell diskriminierend aufgeladen sein. „Für fast jede Community gibt es mittlerweile eigene Meme-Seiten. Doch wer die dort geposteten Inhalte als reine Internet-scherze betrachtet, hat die Entwicklungen der vergangenen Jahre verpennt“, weiß Victoria Graul. Der Politikwissenschaftler Vincent Knopp erklärt in der Sendung, woran etwa rechtsextreme Memes zu erkennen sind. Auch wenn also die sechste Staffel von „True Crime in Hannover“ schon wieder komplett ausgespielt ist, der Freitag bleibt unser Podcast-Tag. Freuen Sie sich auf sechs Folgen „Digga Fake meets NP“ – auf neuepresse.de und überall, wo es Podcasts gibt.

Zehn Jahre voller schöner Momente

Das Johanniter-Quartier Kirchrode feiert Geburtstag

HANNOVER. Mit einem Sommerfest und vielen Gästen haben die Mieterinnen und Mieter und das Johanniter-Team das Jubiläum der Wohnanlage mit Service begangen. „Die schönsten Momente sind die, in denen das Herz aus Freude und nicht nur aus Wohnheit schlägt“, so begrüßte Kerstin Schumacher vor wenigen Tagen die Mieterinnen und Mieter des Johanniter-Quartiers in Kirchrode und alle Gäste, die sich das zehnjährige Jubiläum der Wohnanlage nicht entgehen lassen wollten. Die Tische waren festlich gedeckt, bunte Blumen standen auf dem Platz vor dem roten Klinkerbau, weiße Lampen hingen in den Bäumen und Sonnenschirmen. „Unser letztes großes Fest ist, bedingt durch Corona, schon länger her“, sagte Kerstin Schumacher, die das Quartier leitet und alle ihre Mieter und Mieterinnen persönlich kennt. Einige von ihnen leben schon seit der Eröffnung des Hauses hier. Kerstin Schumacher: „Darauf sind mein Team und ich sehr stolz.“ Erster Gratulant war Torsten Bierbrauer, Regionalvorstand



der Johanniter in Hannover: „Damals bei der Planung war klar, dass es ein Haus mitten in der Stadt mit einer guten Ausstattung und einer ebensolchen Infrastruktur werden soll“, sagte er und versprach: „Jeder gute Eigentümer sollte nach zehn Jahren den Zustand checken und schauen, wo sich im Haus etwas modernisieren oder verbessern lässt. Das werden wir

Große Freude beim Sommerfest im Johanniter-Quartier Kirchrode: Regionalvorstand Torsten Bierbrauer (von links), Quartiermanagerin Kerstin Schumacher und Dienststellenleiter Stefan Sawade. Foto: JUH/Janna Schielke

tun.“ Zunächst aber überreichte er zwei Sonnenschirme als Geschenk. Johanniter-Dienststellenleiter Stefan Sawade, verantwortlich für das Johanniter-Quartier, sparte in seiner Ansprache nicht mit Blumen und Dank. Quartiermanagerin Kerstin Schumacher und ihr Team bekamen eine Glückskastanie, die wirklich erste Mieterin im Haus, Kerstin Spenner, überraschte er mit einem bunten Sommerstrauß. Ebenfalls für Überraschungen sorgte Zauberkünstler TreeMagic, der von Tisch zu Tisch ging und die Gäste mit Karten- und Seiltricks in Staunen versetzte. Ihm – und später einem Shanty-Chor – gelang es für kurze Momente sogar, Gespräche zum Stoppen zu bringen. Aber gleich danach wurden die Fäden wieder aufgenommen. Es gab einfach so viel zu erzählen aus den vergangenen Jahren, viele Gäste freuten sich über ein Wiedersehen oder hatten Neuigkeiten von Freunden und Bekannten mitgebracht. Eine, die persönlich erschien, war die frühere Bewohnerin Ingrid Wencel, die inzwischen in das Johanniter-Stift

Ricklingen umgezogen ist. „Ich freue mich sehr, dass es geklappt hat“, sagte sie, als sie unter großem Hallo von der (ebenfalls inzwischen ausgeschiedenen) Mitarbeiterin Annelie Müller im Rollstuhl an einen der Tische gefahren wurde. Im Johanniter-Quartier Kirchrode finden Menschen nicht nur barrierefreie Wohnungen, sondern auch das gewisse Extra an Service: einen Concierge-Dienst, Veranstaltungen im großen Gemeinschaftsraum, Kurse und einen Fitness-Bereich im Untergeschoss. Mit im Haus ist eine Tagespflege, die pflegende Angehörige entlastet und den Gästen Abwechslung und Gemeinschaft bietet.

JOHANNITER
www.johanniter.de/hannover
Telefon KundenServiceCenter: 0800 / 0 01 92 14 (kostenfrei)

Wetterfühligkeit: Gibt es das wirklich?

HITZE, PLÖTZLICHE WETTERWECHSEL, STURM: Etwa die Hälfte der Deutschen gibt an, wetterfühlig zu sein

VON RND NEWSROOM

HANNOVER. Das Knie tut bei Sturm weh, die Kopfschmerzen sind schlimmer, wenn es warm ist, Schwindel bei Wetterumschwung: Viele Menschen meinen, das Wetter körperlich zu spüren. Auch geben mehr ältere als jüngere Menschen an, das Wetter als Einflussfaktor auf ihre Gesundheit wahrzunehmen. Was ist dran am Thema Wetterfühligkeit und wie können Betroffene reagieren? **MACHT BESTIMMTES WETTER KRANK?** Wetter allein macht nicht krank. „Wetter ist ein Faktor, der Einfluss auf unsere Gesundheit haben kann“, sagt Andreas Matzarakis, Professor für Umweltmeteorologie an der Universität Freiburg. Neben dem Wetter sind laut Matzarakis Ernährung, Hormone, Umweltfaktoren, Stress und die Krankheitsgeschichte Faktoren, die Einfluss auf unser körperliches Wohlbefinden haben können. Starke Wetterveränderungen können laut dem Deutschen Wetterdienst (DWD) jedoch nachweislich Einfluss auf die Gesundheit haben. Epidemiologische Studien hätten gezeigt, dass die Beschwerden von Menschen mit hohem Blutdruck bei einer Kaltfront zunehmen würden, steht in einem Ratgeber des DWD und der Deutschen Seniorenliga über Wetterfühligkeit. Laut einem Bericht von Matzarakis für die Deutsche Herzstiftung kann besonders kaltes oder warmes Wetter auch Auswirkungen auf die Herzgesundheit haben. Wenn die Temperaturen plötzlich fallen, müssten besonders Personen aufpassen, die an erhöhtem Blutdruck leiden, da die Verengung der Gefäße den Blutdruck noch zusätzlich in die Höhe treiben kann. Umgekehrt kann der Blutdruck bei Hitze auch zu niedrig werden. „Manchmal fällt der Blutdruck so stark ab, dass die Dosis der Blutdruckmedikamente nach Rücksprache mit dem Arzt angepasst werden muss“, so Matzarakis. Außerdem könnten extreme Temperaturen die Gerinnungsfähigkeit des Blutes erhöhen und entzündliche Prozesse in den Gefäßen fördern. Etwa die Hälfte der Menschen

in Deutschland beantworten die Frage, ob das Wetter einen Einfluss auf ihren Körper habe, laut einer repräsentativen Befragung über Wetterfühligkeit in Deutschland mit Ja. Die Studie von Matzarakis und Kathrin Graw schloss Menschen mit Allergien mit ein. Etwa 15 bis 20 Prozent der Deutschen sind demnach wetterempfindlich und bemerken zum Beispiel Symptome bei Kaltfronten oder plötzlich auftretenden Wetterwechseln. Die Befragten gaben an, sich vor allem dann schlechter zu fühlen, wenn es kälter wird. Frauen beschreiben sich selbst laut der Studie von 2021 im Vergleich zu Männern häufiger als wetterfühlig. Auch sind Ältere der Studie zufolge häufiger betroffen als Jüngere. Die häufigsten Beschwerden bei Wetterfühligkeit oder Wetterempfindlichkeit sind laut der Studie Kopfschmerzen oder Migräne (62 Prozent), Erschöpfung, allgemeine Müdigkeit (54

Prozent), eingeschränkte Aktivität und abnorme Müdigkeit (49 Prozent). Viele der Befragten klagen auch über Schlafstörungen (37 Prozent) oder Gelenkschmerzen (36 Prozent) im Zusammenhang mit dem Wetter. Auch unter den häufiger genannten Symptomen sind psychische Beschwerden wie Niedergeschlagenheit und Gereiztheit, die Studienteilnehmer auf



das Wetter zurückführen. Speziell Menschen mit chronischen Erkrankungen sind von Wetterempfindlichkeit betroffen. So leiden laut der Studie nur etwa 5 Prozent der gesunden Befragten unter starken Auswirkungen des Wetters, bei den chronisch Kranken sind es 15 Prozent. Insgesamt 40 Prozent der befragten chronisch Kranken geben an, wetterfühlig zu sein.

Dazu gehören zum Beispiel Personen, die Herz- und Atemwegsvorerkrankungen haben. Long-Covid-Betroffene, die durch ihre Beschwerden ohnehin schon häufig Probleme haben, ihren Alltag zu bewältigen, leiden ebenfalls häufig unter extremem Wetter.

WAS MAN BEI WETTERFÜHLIGKEIT TUN KANN

Wer wetterfühlig ist, kann selbst einiges dazu beitragen, um sich besser zu fühlen. Dazu gibt es vom Deutschen Wetterdienst konkrete Vorschläge. **Wetterfühligkeit ist individuell.** Der Deutsche Wetterdienst empfiehlt deswegen Betroffenen, sich selbst und die Reaktion auf das Wetter besser kennenzulernen. Dabei kann zum Beispiel ein Wettertagebuch helfen. Eine Vorlage dafür gibt es zum Beispiel auf der Seite menschenwetter.de. **Wer sich körperlich gesund fühlt, kann die Anpassungsfähigkeit des eigenen Körpers auf das Wetter trainieren.** Laut dem Deutschen Wetterdienst können dabei zum Beispiel Wechselduschen, regelmäßige Bewegung und Spaziergänge bei Wind und Wetter unterstützend wirken. **Wettervorhersagen können Wetterfühligkeiten auch dabei helfen, die Reaktion ihres Körpers einzuschätzen.** Dafür können Betroffene zum Beispiel die Wettergesundheits-App des Deutschen Wetterdienstes nutzen. Menschen mit Pollenallergien können zudem einen Pollenflugkalender nutzen.

