

Donnerstag
20. März

79. Tag des Jahres 2014
286 Tage bis Jahresende
Kalenderwoche 12

☀️ 06:29 Uhr
☁️ 18:39 Uhr
🌙 23:13 Uhr
🌅 07:57 Uhr



Guten Morgen

Draufgesetzt

Sie gehören ja vor Weihnachten zu den absoluten Leckerbissen: Marzipankartoffeln. Wie viele Jahre habe ich die Tüten gebunkert, um wenigstens ein paar Wochen ins neue Jahr hinein davon naschen zu können. Denn im Supermarkt gab es dann höchstens noch die hochpreisigen aus Lübeck. Aber mit der Kraft der Gedanken kann man die Welt verändern. Und bei Zentis hat man sie empfangen, die Idee: dass man sich auf eine Tüte Marzipankartoffeln nur mal kurz draufsetzen muss – schon hat man Marzipaneier. Und die schmecken genauso.

Klaus-Peter Schillig

Stadt soll Flächen frei halten

Halle (WB). Mit dem Antrag der Stadtparkinitiative auf Erhalt der Freiflächen zwischen Berufskolleg und Bahnlinie befasst sich am Dienstag, 25. März, der Haller Ausschuss für Planung und Stadtentwicklung. Die Sitzung im Rathaus beginnt um 17.15 Uhr.

Notdienste

Apotheken

Marien-Apotheke in Harsewinkel, Adenauerstraße 15, ☎️ 0 52 47/ 89 60, Sonnen-Apotheke in Versmold, Münsterstraße 11 a, ☎️ 0 54 23/47 40 50 und auch Apotheke am Heeperholz in Bielefeld-Heepen, Heeperholz 1, ☎️ 05 21/33 28 28.

Ärztlicher Notfalldienst

☎️ 116 117 (kostenfrei) oder auch 19 bis 22 Uhr **Notdienstpraxis** am Klinikum Bielefeld-Mitte, Teutoburger Straße 50.

Einer geht durch die Stadt

... und sieht einen Fremdkörper in einem mehrstämmigen Baum im kleinen Park am Lai-bach. In luftiger Höhe hängt zwischen den Ästen ohne Laub ein Stück graue Folie – groß wie eine Decke. Dass ein frisches Frühlingslüftchen das Plastik jetzt vom Baum holt, hofft EINER

So erreichen Sie Ihre Zeitung

Abbonnentenservice
Telefon 0 52 01 / 81 11 40
Fax 0 52 01 / 81 11 55
vertrieb@westfalen-blatt.de

Anzeigenannahme
Telefon 0 52 01 / 81 11 10
Fax 0 52 01 / 81 11 55
anzeigen-halle@westfalen-blatt.de

Geschäftsstelle Halle
Ronchinplatz 3, 33790 Halle
Telefon 0 52 01 / 81 11 10
Fax 0 52 01 / 81 11 55
gs-halle@westfalen-blatt.de

Lokalredaktion Halle
Ronchinplatz 3, 33790 Halle
Stefan Küppers 0 52 01 / 81 11 28
Klaus-Peter Schillig 0 52 01 / 81 11 21
Klaudia Genuit-Thiessen 0 52 01 / 81 11 22
Margit Brand 0 52 01 / 81 11 24
Dunja Delker 0 52 01 / 81 11 24
halle@westfalen-blatt.de

Sekretariat
Ilona Wieroschewski 0 52 01 / 81 11 20
Erika Gerling 0 52 01 / 81 11 20
Fax 0 52 01 / 81 11 66
sekretariat-halle@westfalen-blatt.de

Lokalsport Halle
Gunnar Feicht 0 52 01 / 81 11 27
Stephan Arend 0 52 01 / 81 11 26
sport-halle@westfalen-blatt.de

@ www.westfalen-blatt.de

Den Augenblick schätzen

Bestsellerautor Dr. Stefan Klein erklärt in Halle, warum Zeit nicht Geld ist

■ Von Johannes Gerhards

Halle (WB). Alle kennen das Phänomen: die schönen Erlebnisse vergehen wie im Flug, aber wenn es nicht so gut läuft, dehnt sich die Zeit endlos aus. Sie hat keine feste Größe sondern bedeutet für jeden etwas anderes. Zeit wird niemals knapp, sie ist immer da. Wenn viele meinen, sie hätten zu wenig oder gar keine Zeit, liegt es in der Regel an der falschen Aufteilung ihrer Aufmerksamkeit.

Das behauptet zumindest Dr. Stefan Klein, Physiker, Philosoph und erfolgreichster deutschsprachiger Wissenschaftsjournalist. Auf Einladung der Volkshochschule Ravensberg hält er im vollbesetzten Veranstaltungssaal der Kreissparkasse Halle vor mehr als 100 Besuchern einen eindrucksvollen und unterhaltsamen Vortrag mit dem Titel »Zeit- der Stoff aus dem das Leben ist«.

»Ein Drittel aller Deutschen ist immer in Eile, über die Hälfte beklagt sich über ein zu hohes Arbeitstempo, und 67 Prozent leiden unter ständiger Zeitnot, vor allem im Umgang mit Kindern«, sagt Klein und weiß, wovon er spricht. Früher habe es geheißen »benimm dich« heute dagegen »beeil dich«. Persönliche Erfahrungen in den rumänischen Mivile-Höhlen haben im Jahre 1996 sein Leben verändert. »Das vielschichtige Erleben der Zeit ist im Alltag verloren gegangen«, sagt er und macht im Wesentlichen drei »Zeiträuber« dafür verantwortlich: Unkonzentriertheit, Stress und mangelnde Motivation.

Evolutionär bedingt sind die Menschen gar nicht für Multitasking geeignet, denn das Stirnhirn (präfrontaler Cortex) beziehungsweise der »Manager im Kopf«, wie Stein ihn bezeichnet, kann nur etwa sieben Informationseinheiten gleichzeitig verarbeiten. Es werden also keineswegs mehrere Dinge parallel erledigt, sondern die Aufmerksamkeit springt hin und her. Der daraus resultierende Kontrollverlust steigert zusätzlich die Fehlerquote.

Zufriedene Menschen arbeiten effektiver als gestresste. Allerdings verringert sich die Gelassenheit in den Hierarchien der Geschäftswelt ständig von oben nach unten. Je mehr man über seine Zeit selbstständig verfügen kann, desto geringer ist der Stressfaktor. »Es ist bedeutsam, seine Wünsche zu kennen, die wichtigen Dinge von



Die Uhr darf nicht ständig der Gegner des täglichen Handelns sein. Dann wird die Uhr zum rotierenden Kreisel, der auch den Menschen zum Rotieren bringt. Gelassenheit ist angesagt. Foto: Karin Jung/Pixelio



Dr. Stefan Klein (Mitte) ist zum ersten Mal in Halle. VHS-Leiter Hartmut Heinze (rechts) und Kreissparkassen-Chef Hartwig Mathmann stellt den Veranstaltungsraum der Kreissparkasse zur Verfügung. Foto: Gerhards

den unwichtigen zu trennen und einen sinnvollen Ablauf zu planen«, erklärt Stefan Klein und erwähnt den »elastischen Umgang mit der Zeit« in Japan. In unserem Kulturkreis feiert man vergangene oder zukünftige Ereignisse, in Japan steht beim Kirschblütenfest die Gegenwart im Mittelpunkt.

»Die Wertschätzung des Augenblicks« stärkt die Planungsfähigkeit und macht dadurch zukunftstauglich.

Der Referent untermauert seine Thesen mit eindrucksvollen Berichten und Experimenten: so hat sich Michel Siffre 1962 für 64 Tage mit Nahrung und Tagebuch in

einer Gletscherhöhle einschließen lassen. »Was erlebe ich, wenn ich nichts erlebe« will er herausfinden. Als er – wie vereinbart – nach zwei Monaten wieder das Licht der Welt erblickt, sind für ihn subjektiv nur 39 Tage vergangen. Bei einem anderen Versuch wird dem Publikum ein Film vorgespielt. Es soll die Anzahl der Ballwechsel von weiß gekleideten Sportlern mitzählen. Warum nur hat niemand den Mann im Gorillakostüm wahrgenommen, der durch das Bild lief? Es gibt also tatsächlich eine »Unaufmerksamkeitsblindheit« – wenn der Manager im Kopf mit einer Aufgabe beschäftigt ist, bekommt er andere Dinge nicht mit.

»In Zukunft wird man vielmehr mit diesen Erkenntnissen arbeiten«, wagt Stein eine Prognose und ermutigt die Zuhörer, der Gegenwart mehr Bedeutung zu geben. Die Ursache für depressive Burnouts sei nicht Zeitmangel sondern Angst. Entschleunigung allein könne nicht die Lösung sein. Ein guter Ausgleich sei wichtig.

@ www.stefanklein.info

Mordfall Obst ist beendet

Revision ist abgelehnt

■ Von Klaudia Genuit-Thiessen

Halle (WB). Der Bundesgerichtshof in Karlsruhe hat einen Schlussstrich unter den Mordfall Obst gezogen: Günter Obst (74) muss die Gefängnisstrafe von siebeneinhalb Jahren wegen Totschlags an seiner Ehefrau Gabriele (49) verbüßen.

Der Bundesgerichtshof hat einen Antrag auf Revision von Obst-Verteidiger Siegfried Kammel als unbegründet verworfen. Dieser meinte, in der 94 Seiten starken Urteilsbegründung »Lücken in der Indizienkette« gefunden zu haben. Doch der mit fünf Richtern besetzte Senat entschied einheitlich, dass es keinen Grund für eine Wiederaufnahme des Verfahrens gibt. Das bestätigte gestern auf WB-Anfrage eine Sprecherin des Bundesgerichtshofs.

Die Karlsruher Richter haben ihren Worten zufolge bereits am 12. März einen Formularbeschluss nach Paragraph 349 Absatz 2 Strafprozessordnung erlassen. Das Landgericht Bielefeld muss damit jetzt das Urteil des Vorsitzenden Richters Wolfgang Korte umsetzen.

Die Kammer in Bielefeld war nach Abwägen aller Indizien zu dem Schluss gelangt, dass der Rentner Günter Obst seine Frau am frühen Morgen des 16. April mit einem illegalen Schrotgewehr im Wald erschossen hat. Den Grund sah das Landgericht darin, dass mit der Ehe »etwas nicht gestimmt habe«. Weil der Prozess in dieser Hinsicht nichts Konkretes ergeben habe, war der Vorwurf des Mordes allerdings nicht zu beweisen.



Gabriele Obst wurde im April 2013 getötet.

Mehr Energie für die Top-Kräfte

20 Jahre Saluto: Spitzenleistungen in Wirtschaft und Sport sind Thema eines Forums im Sportpark-Hotel

■ Von Klaudia Genuit-Thiessen

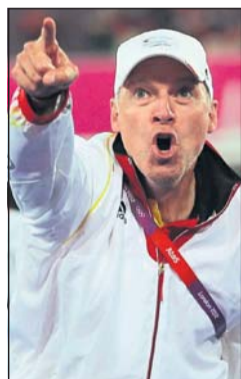
Halle (WB). Übermüdet, unkonzentriert, ausgebrannt – Manager und leitende Angestellte leiden ebenso unter Erschöpfungszuständen wie Arbeitnehmer. Das Phänomen trifft auch Leistungs- und Spitzensportler. Zum 20. Geburtstag von Saluto, der Gesellschaft für Sport und Gesundheit im Sportpark Halle, hat sie für Dienstag, 25. März, zu einem Wirtschaftsforum eingeladen.

»Spitzenleistung in Wirtschaft und Sport« lautet das Thema der Veranstaltung, die um 18 Uhr im Gerry-Weber-Sportpark-Hotel beginnt. Inhaltlich dreht sie sich um Ergebnisse nach 20 Jahren Forschung und medizinischer Dienstleistung: Deutschland braucht mehr Energie.

Schließlich sieht Saluto-Chef Prof. Dr. Elmar Wienecke genau auf diesen Feldern Handlungsbedarf. Denn das unzureichende Energiesystem der Arbeitnehmer beeinträchtigt den wirtschaftlichen Erfolg ebenso wie es bei Sportlern eine optimale Leistungs-



Dr. Andreas Hettich, Hettich-Holding.



Markus Weise, Olympiasieger Hockey.



Liz Mohn, Bertelsmann-Stiftung.

entwicklung verhindern. »Angesichts der desolaten Zahlen aus der Wirtschaft geht es uns darum, Visionen aufzuzeigen, Visionen, die auch dazu geführt haben, dass wir 2013 die »Stiftung für Mikronährstoffe – Prävention, Gesundheit, Lebensqualität« gegründet haben.« Biochemische Störungen frühzeitig erkennen und ausgleichen, das ist Ziel der Stiftungsarbeit: »Energie auf Rezept«.

Eingeladen zum Wirtschaftsforum sind Liz Mohn, die Vize-Vorstandsvorsitzende der Bertelsmann-Stiftung, die Prof. Wienecke als »Initiatorin von Energie auf Rezept« bezeichnete, sowie Gerhard Weber. Prof. Wienecke stellt »die neue Dimension der Energie«

vor. Sein neues Buch – übrigens sein 14. – dreht sich ebenfalls um die »Spitzenleistungen in Wirtschaft und Sport«. Und wie es gelingen kann, Lebensqualität und Leistungsfähigkeit nachweislich zu verbessern. Landtagsabgeordneter und Kreissportbundvorsitzender Hans Feuß begrüßt als Moderator Sportler, Ärzte, Unternehmer: Markus Weise, dreifacher Olympiasieger und Nationaltrainer des Deutschen Hockeybundes spricht über »Teamspirit als Führungsaufgabe«. Dr. Kurt Mosetter, Arzt der US-Fußball-Nationalmannschaft, greift das Thema »Leistungsoptimierung und Prophylaxe gegen Burn-out« auf.

Hochkarätig besetzt ist auch



Deutschland braucht mehr Energie: Seit 20 Jahren kämpft Saluto-Chef Prof. Dr. Elmar Wienecke für mehr Fitness. Foto: K. Genuit-Thiessen

eine Gesprächsrunde Wirtschaft und Sport: Dr. Andreas Hettich von der Hettich-Holding und Unternehmer des Jahres 2013 in Ostwestfalen-Lippe, ist ebenso dabei wie Friedhelm Rieke, der Geschäftsführer der Stadtwerke Bielefeld, Kurt Jox, Geschäftsführer Porta-Möbel und Frank Jessen,

Vorstandsvorsitzender der BKK Gildemeister-Seidensticker. Judo-Vize-Weltmeister Andreas Tölzer hat zugesagt, der vielfache Deutsche Meister im Schwimmen und ältester Schwimm-Weltmeister, Mark Warnecke sowie Peter Frese, der Präsident des Deutschen Judo-Bundes.