

# Nachrichten aus Dorsten

30

Mai

## [Stadtbibliothek Dorsten](#)



### **Am Freitag findet die erste „Spätschicht“ in der Stadtbibliothek statt.**

Seit Anfang April gelten in der Stadtbibliothek Dorsten die neuen Öffnungszeiten. Seither sind die Türen von Dienstag bis Freitag durchgehend von 10 bis 18 Uhr geöffnet. Ab sofort kommt nun ein zusätzliches Angebot hinzu: An jedem ersten Freitag im Monat wird die Öffnungszeit bis 22 Uhr verlängert. Diese „Spätschicht“ bietet die Möglichkeit für einen entspannten Bibliotheksbesuch zum Einstieg ins Wochenende.

## [Weiterlesen ... Stadtbibliothek Dorsten](#)

2023 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

29

Mai

## [Die „Königin der Beeren“ ist eine Nuss](#)



### **Erntezeit für die paradiesische Frucht**

Sie sind süß, sie sind saftig, sie schmecken mit Sahne, als Eis, mit Schokolade überzogen, im Salat, als Marmelade oder direkt von der Hand in den Mund. Dass die schmackhaften Schlankmacher botanisch gesehen gar keine Beeren, sondern sogenannte Sammelnüsse sind, tut dem Geschmack jedoch keinen Abbruch.

Die eigentlichen Früchte der Erdbeere sind die kleinen Körner (Nüsse) auf der roten Scheinfrucht.

[Weiterlesen ... Die „Königin der Beeren“ ist eine Nuss](#)

2023 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

29

Mai

[Gartenstreitfälle](#)



## Was darf ich im Garten machen und was nicht?

Wie im täglichen Alltagsleben, gehört Rücksichtnahme auch bei der Garten- oder Balkonnutzung dazu, um ein friedliches Miteinander zu gewährleisten. Nicht nur in NRW gibt es dazu Gesetze, die bei Verstoß eine Ordnungswidrigkeit darstellen. Was ist aber nun gestattet und was nicht? Dieser Frage bin ich nachgegangen.

### [Weiterlesen ... Gartenstreitfälle](#)

2023 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

29

Mai

### [Ein Leben im Flug](#)



## Sommerquartier gefunden

Seit Anfang Mai sind die ersten Mauersegler zurück aus ihren Winterquartieren in Afrika. Wie jedes Jahr beziehen die standort- und partnertreuen Vögel auch in diesem Jahr wieder ihre Nester in Herve bei Werner Kiekenbeck. Diese verteidigen sie vehement gegen Artgenossen, aber auch gegen die massiveren Stare, die sich gerne in ihren Nistkästen breit machen.

### [Weiterlesen ... Ein Leben im Flug](#)

2023 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

29

Mai

### [Pech, Salz, Puls und Fakt](#)



## Eselsbrücken beim gesundheitlichen Notfall

Es ist schnell passiert, ein unachtsamer Schritt und meine Sportkollegin knickt mit dem Fuß um. Mein Gegenüber verhält sich plötzlich anders als normalerweise und meinem Vater steht Schweiß auf der Stirn. Als Laie bin ich oft von diesen Situationen überfordert, dennoch heißt es hier einen kühlen Kopf zu bewahren. Es gibt Eselsbrücken, um einzuschätzen, woran derjenige leidet und wann ich den Notruf wähle.

### [Weiterlesen ... Pech, Salz, Puls und Fakt](#)

2023 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

29

Mai

## [Unabhängige Patientenberatung Deutschland](#)



### **Kostenlose Hilfe bei medizinischen Fragen**

Sie kommen gerade vom Arzt, aber sie haben noch Fragen zu den verordneten Medikamenten? Ihr Arzt hat Ihnen Ihren Befund nicht oder nur unvollständig erklärt? Sie haben Fragen zu der geplanten Operation oder suchen einen Facharzt oder eine spezielle Klinik? Ihre Krankenkasse hat Ihren Antrag auf Kostenübernahme abgelehnt?

[Weiterlesen ... Unabhängige Patientenberatung Deutschland](#)

2023 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

29

Mai

## [Wie wollen WIR wohnen?](#)



## **Wegweisendes Projekt der Lebenshilfe Dorsten**

Für unsere Eltern und Großeltern gab es kaum eine Wahl, wie bzw. wo sie wohnen wollten: Entweder in einem Zimmer bei den Eltern oder Kindern oder in einer eigenen Wohnung. Alternativen fehlten damals fast vollständig.

Mittlerweile stehen uns zahlreiche Wohnmöglichkeiten und -projekte zur Verfügung, wir haben die Wahl. Aber lassen wir diese Wahl auch unseren älteren oder behinderten Menschen?

[Weiterlesen ... Wie wollen WIR wohnen?](#)

2023 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

29

Mai

## [Ernährungstipps und -irrtümer unter der Lupe](#)



**Ernährungsmythen halten sich hartnäckig, manchmal über Jahrzehnte und werden ungefragt übernommen. Aber stimmen sie auch? Oft nicht, wie die Wissenschaft mittlerweile festgestellt hat.**

## **Kann ich durch Möhren besser sehen?**

Jain.

Sehschwächen kann der Verzehr von Karotten natürlich nicht beseitigen, aber möglicherweise die Nachtsicht verbessern. Unser Körper wandelt das Betacarotin in den Möhren um in Vitamin A, das Einfluss auf das nächtliche Sehen hat. Wer also an einem Vitamin-A-Mangel leidet, der sollte Möhren (oder Grünkohl und Spinat) essen.

[Weiterlesen ... Ernährungstipps und -irrtümer unter der Lupe](#)

2023 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

29

Mai

## **Unser beweglichstes Gelenk**



### **Nehmen Sie Schulterbeschwerden nicht auf die leichte Schulter**

Das Schultergelenk verbindet den Oberarm und das Schulterblatt miteinander und ermöglicht uns Tag für Tag, unsere Arme in fast jede Stellung zu bringen. Aber wir beachten unsere Schulter im Alltag kaum. Erst, wenn wir Schmerzen verspüren oder einige Bewegungen nicht mehr ausführen können, fällt sie uns wirklich auf.

[Weiterlesen ... Unser beweglichstes Gelenk](#)

2023 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

29

## [Im Focus: Der Klimawandel](#)



### **Maritime Forschung in den Weltmeeren**

Auf Einladung der FamilienBildungsStätte Dorsten/Marl und der Biologischen Station in Lembeck hielt Professor Dr. Frithjof Küpper in der Aula der Realschule St. Ursula am 7. Mai einen interessanten Vortrag über den bestehenden Klimawandel. Da auch das Interesse bei den Dorstenern entsprechend hoch war, schauen wir diesen Monat einmal über Dorstens Tellerrand und berichten über den Meeresbiologen aus Marl.

### [Weiterlesen ... Im Focus: Der Klimawandel](#)

2023 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

Seite 87 von 448

- [« Anfang](#)
- [Zurück](#)
- [84](#)
- [85](#)
- [86](#)
- 87
- [88](#)
- [89](#)
- [90](#)
- [Vorwärts](#)
- [Ende »](#)