Lesegeschichten

29

Jun

Robin Juste

„Stiller Star“

Der 28-jährige Robin Juste engagiert sich seit 12 Jahren ehrenamtlich im Tischtennisverein. Da er nicht viel Aufhebens um seine Person macht, könnte die Bezeichnung „Stiller Star“ auch auf ihn passen. In diesem Fall meine ich jedoch den Preis „Stiller Star“, der vom WTTV, dem Westdeutscher Tischtennis-Verband, vergeben wird.

Weiterlesen … Robin Juste

2024 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

31

Mai

Ab aufs Feld

Ob Knickbeeren, Erbel oder Strawberrys, wie auch immer Sie die Königin der Beeren nennen, nutzen Sie die Erntezeit von etwa Mai bis Juli, um diese paradiesische Frucht zu genießen.

Für die einen schmeckt sie direkt vom Feld, von der Hand in den Mund, am besten, die anderen lieben sie als Klassiker, mit Sahne oder Eis, in Kombination mit Rhabarber, Banane oder Spargel wie auch als Marmelade. Mittlerweile werden aber ungewöhnliche Zubereitungen wie Nudeln mit Frischkäse und Minze, mit Basilikum, Balsamico und Pfeffer, versuchsweise auch mit Zucker und Kardamom immer beliebter.

Weiterlesen … Ab aufs Feld

2024 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

31

Mai

Mücken, Bienen und Co

Was hat mich denn da gestochen?

Einige kommen lautlos, andere kündigen sich wiederum vor allem nachts im Schlafzimmer durch ständiges lautes Summen an: Wespen, Mücken, Hummeln oder Hornissen können uns den Sommer ganz schön vermiesen. Aber das Gute vorweg: So lästig sie auch sind, tödlich giftig sind in Deutschland diese Insekten nicht.
Sie lesen im Garten ein Buch oder sind kurz vor dem Einschlafen, die Welt ist noch in Ordnung. Sekunden später verfluchen Sie alles, was kreucht und fleucht.

Weiterlesen … Mücken, Bienen und Co

2024 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

31

Mai

E-Nummern klingen harmlos ...

... sind es aber oft nicht

Kaum ein Lebensmittel kommt ohne die oft schädlichen Zusatzstoffe aus. Durch sie erhalten Lebensmittel ihre Süße, Farbe, Glanz, Cremigkeit oder auch erst den Geschmack an sich. Gekennzeichnet werden sie mit E-Nummern, die europaweit gelten.
Um die Aufgaben der zur Zeit eingesetzten 320 Zusätze zu kennen, sind sie nach Nummerngruppen eingeteilt.

Weiterlesen … E-Nummern klingen harmlos ...

2024 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

31

Mai

Du siehst aber schlecht aus

Was unser Gesicht über unsere Gesundheit verrät

„Du siehst aber schlecht aus.“ Gerne hört sicher niemand von uns diesen Satz, aber dennoch sollten wir froh sein, wenn unser Gegenüber uns so aufmerksam ansieht. Alternativ sollten wir uns angewöhnen, uns regelmäßig aufmerksam im Spiegel zu betrachten.
Viele Krankheiten zeigen sich durch Veränderungen der Haut oder auch der Augen und der Netzhaut.

Weiterlesen … Du siehst aber schlecht aus

2024 von Martina Jansen (Kommentare: 0)