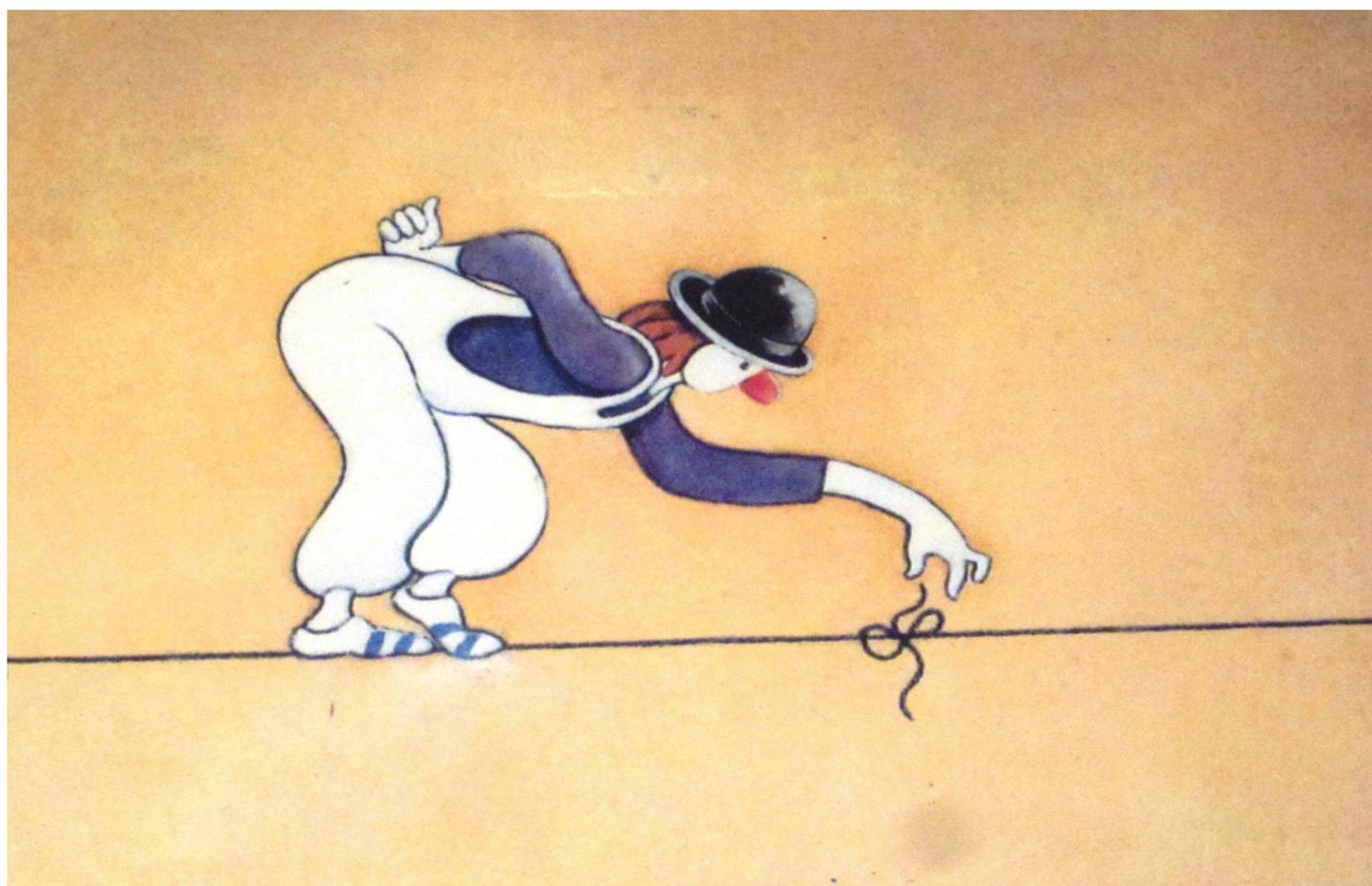


Informationen aus Katalonien

Interview	Rosa García, CEO Siemens Spanien	04
Traditionen	Tres Tombs, Zwiebelessen – Calçotada	08
Frauen	Die Physikerin und Nobelpreisträgerin Marie Curie	13
Energie	Ein Projekt der EU – Fusion for Energy	14
Gesundheit	Das Solebad/Ayurveda/Das Glückshormon Serotonin	16
Ratgeber	Personalausweis/Führerschein	19



2013 Tanz auf dem Seil

JULIANE NEISS Psychologin - Psychotherapeutin

Behandlung von Erwachsenen und Kindern
Elternberatung bei Erziehungsfragen
deutsch - spanisch

Tel.: 93 201 34 43 – 669 45 69 49
Rda. General Mitre, 138 4º 1ª - Barcelona



Indiálogo
Institut für berufliche & persönliche
Fort- und Weiterbildung

Coaching
Formación
Supervision
Asesoramiento

**Coaching – Supervision
interkulturelle Trainings und mehr...**
auf deutsch, spanisch & englisch

Ausbildung zum Coach & Supervisor

Kontakt: Susanne Rieger, 680562115

www.indialogo.es;
indialogo@telefonica.net

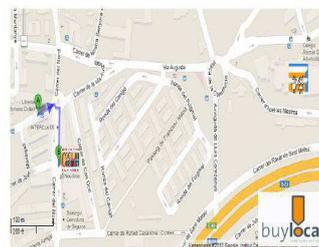
Olafur
ESTILISTAS



*Der perfekte Schnitt
Natürliche Tönungen
Ökologische Produkte*

Dr. Fleming N° 5 - 08860 Castelldefels - Tel. 936.640.442
www.olafur.es

WIR SIND ZWAR NICHT MEHR DA, WO WIR WAREN...
...ABER WIR SIND IMMER NOCH FÜR **SIE** DA!



HELFEN SIE MIT, DASS ES SO BLEIBT UND UNTERSTÜTZEN SIE
IHREN LOKALEN EINZELHANDEL
DENKEN SIE GLOBAL, HANDELN SIE LOKAL!
DEMNÄCHST AUCH MIT ELEKTRONISCHEN BÜCHERN!!!!

LIBRERIA ALEMANA



PAPELERIA · JUGUETERIA

CARRER NORD, 66 - Local 9 - 08950 ESPLUGUES Tel.: 93 372 36 52
Fax: 93 372 68 49 Mòvil: 609 77 61 57 colibri-mail@web.de www.colibri-online.de
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 10:00-14:30h / 17:00-19:30 h - Sa. 10:00-13:30h

FÜR MEHR PLURALITÄT, KULTUR UND PERSÖNLICHEN SERVICE -
KAUFEN SIE LOKAL!!!

BARCELINO

Kreative Kinder Kultur

Interaktive Führungen in sechs Sprachen durch das
gotische Viertel Barcelonas mit Führern in historischen
Kostümen, die das Leben der Kinder im Mittelalter
erleben lassen.

www.barcelino.es

Ruth Simma +34 661 26 36 24
disfrut@barcelino.es

Pecunia Consult

Beratung zu allen privaten Finanz-
und Versicherungsthemen "zwischen"
Spanien und Deutschland

Philipp Dyckerhoff
Gran de Gracia 15, 2-1
08012 Barcelona

T +34 93 218 84 56
F +34 93 550 43 88
E pd@pecuniaconsult.com
W pecuniaconsult.com

Kennen Sie solche Fragen?

- Neuer Job in Deutschland, Familie bleibt in Spanien: wie gestalte ich das optimal „zwischen“ beiden Ländern?
- Schenkung und Erbschaft: wie vermeide ich die Doppelbesteuerung in Deutschland und Spanien?
- Berufsunfähigkeit: wie sichere ich mich in Spanien sinnvoll ab?
- Krankenversicherung: welche Gesellschaft deckt meine Bedürfnisse am besten ab?

4 Interview

Rosa García García, CEO Siemens Spanien

6 Ausflüge

Das Museum MEAM in Barcelona
Stadtpatronin Santa Eulalia
Burg Torroella de Montgri

8 Traditionen

La Festa dels Tres Tombs und Castellterçol
Faschingskrapfen
Calçotada – Zwiebelessen in Katalonien

10 Sportliches

4.250 km unter Iberiens Sonne
Volta ciclista Catalunya

11 Kultur

Friedensreich Hundertwasser:
Mit Farbe im Kampf um eine bessere Welt

12 Frauen

Weltfrauentag – Wo steht die Frauenbewegung?
Marie Curie: Ein Physikgenie

14 Umwelt/Energie

Die europäische Agentur Fusion for Energy

16 Gesundheit

Salz – Solebad in der Winterzeit
Flüssiges Gold aus Marokko
Ayurveda in Katalonien
Das Glückshormon Serotonin

18 Ratgeber

Personalausweis beim Generalkonsulat
Der europäische Führerschein
Die „Europabrücke“

20 Termine/ Treffpunkte

Nachrichten aus den Standorten
Termine Deutschsprachiger Kirchen
Stammtische/ Kindertreffs / Kleinanzeigen

21 Kulturelles

Nachruf: Barbara Lange-Hofmeyr
Julklub 2012
Ausstellungsbesuch: Waltraud Macesck

22 Ärzte- u. Anwaltsliste Notrufnummern

Anzeigen

2, 23, 24

Editorial 03/2013

Von Tschernobyl zu großen Hoffnungen

Wieder stehen wir am Anfang eines neuen Jahres. Anfang 2012 hat der Taschenspiegel sein eigenes Umweltjahr ausgerufen. Wir haben in jeder Ausgabe kritische und informative Themen aufgegriffen und die Printausgabe auf umweltfreundlicherem Papier rausgebracht. In der aktuellen Ausgabe stellen wir nun ein interessantes Projekt der EU vor, dessen Verwaltung hier in Barcelona sitzt. Sandra Schramm (S. 14) zeigt uns, wie in Europa und über Europa hinaus länderübergreifend langfristige Weichen für eine neue Energieversorgung gestellt werden, die verspricht, uns mancher Energiesorgen zu entheben. Wenn wir es denn schaffen, solch eine Energieversorgung zu demokratisieren, das heißt allen zugänglich zu machen! Im Interview mit Rosa Garcia (S.3) erfahren wir, welchen Beitrag sie als CEO von Siemens in Spanien dazu leisten wird. Wenn bahnbrechende Forschungsergebnisse in die Praxis umgesetzt werden, tun wir heute gut daran auch das Urteil engagierter Umweltschutzorganisationen wie HEAL, WECF oder BEE zur Kenntnis zu nehmen, die auf Risiken von Verfahren hinweisen. (s. dazu auch La Cassure, L'Etat du Monde 2012, Edition La Decouverte 2012). Die resolute, aus Polen stammende und in Frankreich arbeitende Wissenschaftlerin Marie Curie (S. 13) hat Anfang des letzten Jahrhunderts jahrzehntelang am Limit gearbeitet, um ihre Ideen zu beweisen und umzusetzen. Sie wurde mit vier Nobelpreisen ausgezeichnet. Aber auch die Röntgenstrahlen mussten gezähmt werden, damit der Nutzen für den Menschen vor dem Schaden überwiegt. Mit fiel bei unseren Artikeln dieses Mal auf, dass nicht nur die KünstlerInnen sondern auch die WissenschaftlerInnen immer schon sehr europäisch denken, denn seit jeher suchen sie sich für ihr Schaffen die besten Universitäten und Forschungseinrichtungen aus, egal in welchem Land sie liegen. Da Deutschland momentan dringend Fachkräfte in verschiedenen europäischen Ländern sucht, werden jetzt sogar „Europabrücken“ gebaut (S. 19). Da diese Ausgabe kurz vor dem Weltfrauentag am 8. März erscheint, wollte ich eigentlich dazu auch etwas schreiben. Aber Alma Laiadhi setzt sich ausführlich mit dem Thema Frauenbewegung und -quote auseinander (S. 12). Wir brauchen Mut und Energie um auch dort endlich einen richtigen Schritt weiter zu kommen.

Ina Laiadhi
Chefredakteurin

Leadership in Uncertain times: Langfristig planen und Demut zeigen

Interview mit Rosa García García, CEO Siemens Spanien

Wir erleben Rosa García, CEO Siemens España seit 2011, im November letzten Jahres in einem voll besetzten Plenarsaal in Barcelona. Auf Einladung der IESE, der Deutschen Handelskammer und dem Kreis Deutschsprachiger Führungskräfte erläutert sie vor Führungskräften aus Barcelona in einem flotten Gedankenaustausch mit Professor Alvarez de Mon Pan de Soraluce Kriterien guter Führungsarbeit, die gerade in den aktuellen Krisenzeiten von Bedeutung sind.



Rosa García

Frau García, wenn man Ihren Lebenslauf liest, scheint alles perfekt zu sein. Was ist Ihr Geheimnis?

Mein Geheimnis ist Ausdauer, harte Arbeit, aber vor allem die Zusammenarbeit mit hoch motivierten Mitarbeitern, die mich darin unterstützen, sehr viel schneller voranzukommen und die gesteckten Ziele zu erreichen. Ich habe gelernt, mich mit sehr wertvollen Profis zu umgeben, die mir vertrauen und mir ihre uneingeschränkte Unterstützung in den entscheidenden Momenten boten. Wir müssen die Menschen sehr wichtig nehmen, da sie das größte Kapital jeder Firma sind. Sie sind es, die etwas bewegen und die Ziele erreichen. Außerdem habe ich das Glück gehabt, in Branchen zu arbeiten, die der Schlüssel zur Verbesserung der Gesellschaft sind.

Sie haben eine mathematische Ausbildung. In Ihrer Arbeit unterstreichen Sie die Bedeutung der Personen. Wie vereinbaren Sie die Welt der Zahlen mit ihrem Engagement für den Humanismus?

Ich wollte immer Lehrerin werden. Es reizt mich, immer noch mehr zu lernen und ich habe nie aufgehört mich weiterzubilden in ganz unterschiedlichen Materien, aber ich

habe auch eine Berufung zu dienen, um anderen zu helfen, sich zu entwickeln. Ich glaube, ich habe noch eine Menge zu lernen, und vielleicht ist es diese Neugier, die mich dazu gebracht hat, mich für Bereiche zu interessieren, die – theoretisch - weit entfernt sind von der Mathematik.

Sie beschreiben ihre Rolle bei Siemens als Botschafterin der Kunden und Coach für Ihre Mitarbeiter. Wie läuft es bei Siemens in Spanien?

Wir sind in einer schweren wirtschaftlichen Krise und mussten harte Maßnahmen ergreifen, aber wir sind besser als unsere Wettbewerber und gewinnen Marktanteile hinzu. Wir arbeiten in wichtigen Bereichen für eine nachhaltige Entwicklung des Landes und, auch wenn dieses Jahr sehr hart wird, mit den Anstrengungen aller, die zu Siemens gehören, werden wir es schaffen voranzukommen und werden die Ergebniszahlen, die wir uns vorgenommen haben, erreichen.

Wir arbeiten daran, ein effizienteres und schnelleres Unternehmen zu werden, so dass wir die Beziehungen zu unseren Kunden noch verstärken können. Unser primäres Ziel ist es, unsere Kunden bei der Verbesserung der Wettbewerbsfähigkeit

der Industrie und der Infrastruktur zu unterstützen und eine bessere Nutzung der öffentlichen Ausgaben zu garantieren, vor allem in den Bereichen Gesundheit und Energieeffizienz. Auch werden wir weiterhin unsere Kunden bei ihren internationalen Projekten unterstützen, in denen wir unsere Erfahrungen und unser technisches Know-how einbringen. Der Erfolg, den unsere Kunden in der ganzen Welt erlangen, ist die beste Akkreditierung für die Marke Spanien.

Was unsere Mitarbeiter betrifft, so ist unser Ziel, das attraktivste Unternehmen zu werden, und das geschieht durch die Schaffung von mehr Transparenz und eine stärkere Zusammenarbeit aller. Wir glauben, wenn wir dies erreichen, sind wir auch in der Lage, unsere Business-Pläne zu erfüllen.

Im November letzten Jahres haben Sie in der IESE in Barcelona einen Vortrag gehalten mit dem Titel "Leadership in uncertain times". Können Sie uns einen Überblick über die wesentlichen Kriterien guter Führungsarbeit geben?

Eine gute Führungskraft ist jemand, der zuerst einmal zuhört und Ideen, die im Gegensatz zu seinen eigenen stehen, ak-

zeptieren kann. Es mag einfach erscheinen, aber es erfordert eine sehr wichtige Übung in Demut. Ehrlichkeit ist ein weiterer wichtiger Aspekt, und wir müssen mutig sein, mit unseren Teams sprechen und ihnen sagen, was funktioniert, aber auch, was nicht, bevor es zu spät ist. Auf der anderen Seite ist wesentlich, das richtige Umfeld zu schaffen, damit neue Ideen entstehen können und jedes unserer Team-Mitglieder bereit ist, sein Bestes zu geben. Das werden wir nur erreichen, wenn wir starke emotionale Bindungen schaffen. Die Menschen, die mit uns zusammenarbeiten, müssen sich bewusst sein, dass wir ihre Bedürfnisse, Sorgen und Ängste kennen, und dass wir, soweit wir das können, ihnen dabei helfen sie zu überwinden. Wir müssen ihnen zeigen, dass wir ihnen vertrauen und sie unterstützen, auch Risiken einzugehen, gleichzeitig aber auch dafür sorgen, dass sie aus ihren Fehlern lernen.

Schließlich müssen wir uns Rechenschaft darüber ablegen, was wir tun. Es ist wichtig, zu wissen, ob wir in die richtige Richtung gehen, und wenn das nicht der Fall ist, die notwendigen Schritte in die richtige Richtung einzuleiten.

Hat Sie bei Ihren Vorträgen und Reisen rund um die Welt schon mal jemand gefragt, was das Geheimnis des Erfolges der deutschen Unternehmen ist?

Deutsche Unternehmen glauben an Innovation und haben nie aufgehört, in diesen Bereich zu investieren. Zurzeit gehen in Deutschland 66% der Investitionen der Unternehmen in R + D + I im eigenen Land, was die deutschen Unternehmen zu den innovativsten der Welt macht. Darüber hinaus ermöglichen diese Investitionen, einerseits Hightech-Produkte zu entwickeln, die nicht so leicht von anderen Ländern kopiert werden können, und andererseits der Krise voraus zu sein.

Die deutschen Unternehmen haben ihre Flexibilität angesichts der wirtschaftlichen Krise demonstriert. Anstatt ihren Mitarbeitern zu kündigen, haben sie sich für die Arbeitszeitverkürzung und andere Maßnahmen entschieden, so dass die Arbeitsplätze nicht zerstört wurden. Bei Siemens beispielsweise haben mehr als 19.000

Menschen ihre Arbeitszeit in der schlimmsten Phase der Krise reduziert.

Schließlich vertraut die Mehrheit der deutschen Unternehmen auf langfristige Maßnahmen und handelt nicht auf Basis vierteljährlicher schlechter Ergebnisse. Dies bringt Vertrauen, Gelassenheit und Ruhe, wenn Entscheidungen zu treffen sind.

Wenn wir Ihren Werdegang betrachten, kommt uns der Gedanke: schade, dass diese Frau nicht in die Politik gegangen ist, um Ihre Ideen noch weitreichender umzusetzen.

Ich glaube, es gibt nichts zu bereuen. Ich engagiere mich sehr stark für die Gesellschaft, in der ich lebe, und versuche, sie aus meiner Position heraus zu verbessern.

Deutsche Unternehmen vertrauen auf langfristige Maßnahmen. Dies bringt Vertrauen, Gelassenheit und Ruhe, wenn Entscheidungen zu treffen sind.

An der Spitze einer Firma wie Siemens kann man sehr viel zur Verbesserung der Welt, in der wir leben, beitragen: Wir bieten Lösungen für die großen Probleme der Gesellschaft. Ich denke, jeder einzelne von uns kann an seinem Platz viel tun, um das Leben seiner Mitmenschen zu verbessern. Wenn wir das alle tun würden, lebten wir in einer besseren Welt, denn die derzeitige Situation kann nicht nur von den politischen Institutionen geregelt werden. Es müssen alle ihr Quäntchen dazu beitragen.

Krisenzeiten: Ist die aktuelle Krise, die ihre Anfänge in den USA hatte, eine kulturelle oder eine finanzielle Krise?

Vielleicht ist sie eine Mischung aus beidem. Ich denke, das Schlimmste an dieser Krise ist, dass es so lange gedauert hat, bis wir sie erkannt haben, und dass wir vergessen haben, langfristig zu denken, und uns nur auf defensive Strategien konzentriert haben. Jetzt ist es an der Zeit, aus den Fehlern zu lernen und entsprechende Maßnahmen zur Vermeidung einer Wiederholung zu ergreifen.

Sie haben zahlreiche Auszeichnungen bekommen. Welche fehlt Ihnen noch?

Für mich sind die wichtigsten Auszeichnungen die Leistungen, die wir für unsere täglichen Anstrengungen erhalten. Die Projekte, die Aufträge, neue Verträge ... und der beste Preis von allen ist das Engagement unserer Mitarbeiter in unserem gemeinsamen Projekt.

Welche Bücher lesen Sie?

Im Moment lese ich zwei Bücher von Daniel Glattauer: "Gegen den Nordwind" und "Alle 7 Wellen." Und auch noch "Switch, how to change things, when change is hard" von Ched und Dan Heath.

Haben Sie Freizeit?

Natürlich. Obwohl ich wenig Zeit habe, suche ich immer Gelegenheiten, meine Hobbys und meine Familie zu genießen, und ich versuche, diese Zeit zu 100% zu nutzen. Die wenige gemeinsam verbrachte freie Zeit schweißt uns zusammen. Wir genießen sie doppelt, weil jeder zu Hause weiß, wie wichtig sie ist. Für mich ist das Gleichgewicht zwischen Berufs- und Privatleben wichtig, um als Persönlichkeit zu wachsen. Meine Familie ist das Fundament, das mich jeden Tag kämpfen lässt.

Zu welcher Ausbildung raten Sie ihren Kindern?

Ich sage ihnen immer, sie sollen etwas machen, für das sie Leidenschaft empfinden und wo sie für die Gesellschaft nützlich sind.

Frau García, wir danken für das sehr interessante Interview.

Ina Laiadhi/ Sabine Bremer

PS: Rosa Garcia beantwortete unsere Fragen wegen ihres engen Terminkalenders auf schriftlichem Wege. Sabine Bremer übersetzte den spanischen Text ins Deutsche.

Wir danken für die freundliche Unterstützung der Deutschen Handelskammer Barcelona und dem KDF bei unserem Vorhaben.

Infos

SIEMENS

www.siemens.com/entry/es/es/

Noch ein Museum... Barceloneser Stadtgeschichten

Man schlendert durch die Gässchen im Born, kommt daran vorbei und denkt „Ach, noch ein Museum für Fotoausstellungen“. Man geht näher ran und kann es kaum fassen, Hyperrealismus pur. Manche Bilder sind feiner gemalt als Fotos in höchster Auflösung.

Aber langsam...

Das Museum MEAM liegt versteckt in einer Stichstraße, die auf die *Calle Montcada* zuläuft, also unweit der langen Besucherschlangen, die jeden Tag einen Blick auf Picassos Werke werfen wollen. Es ist im *Palau Gomis* untergebracht, einem Palast aus dem 18. Jahrhundert, der die Stadtentwicklungen am eigenen Leib erlebt hat. Ein Barceloneser Kaufmann ließ ihn sich im trendigsten Stadtviertel bauen. Während der Besetzung Barcelonas während der napoleonischen Kriegen wurde er zum Sitz des Stabs des französischen Generals Lechi. Mitte des 19. Jahrhunderts fiel etwa die Hälfte des Gebäudes der ersten Stadterneuerung der Mittelmeerstadt zum Opfer. Entzweit geschnitten wurde er durch die schnurgerade angelegte Verbindung *Calle Princesa*, die von der Zitadelle über die *Plaza St. Jaume* hinweg zur *Rambra* führt. Der Palast war zum Palästchen geworden, aber immerhin mit neuer Front zur *Calle Princesa*. Pragmatisch wurde er innen und außen immer wieder umgestaltet, mal kam ein Vestibül im Jugendstil dazu – das man noch nicht besichtigen kann, mal wurden Decken eingezogen, da neun Meter hohe Räume so schlecht zu heizen sind und sich der vermietbare Bereich so

verdoppeln ließ. Einfache Mieter hielten Einzug, eine Druckerei dröhnte mit ihren Maschinen durch die Hallen, auch ein Bordell und ein Armenhaus verzeichneten vorübergehend Erfolg.

Zentrum für kontemporäre Kunst

Anfang 2000 wird eine holländische Künstlerin auf das Gebäude aufmerksam. Sie plant, ein modernes Kunstmuseum dort einzurichten. Das alte Gebäude wird einer sanften Renovierung unterzogen, bei der möglichst viel in seinem Ursprungszustand erhalten wird. Unter den falschen und Zwischendecken kommen große Teile der originalen Dekoration zum Vorschein. Die Kuppel im Hauptsaal ist fast vollständig konserviert, also nicht beschädigt. Stuckverzierungen, gemalte, marmorierte Wände, hohe Türen mit Holzeinsatz, überall kann man altes und neues entdecken. Die gelungene Renovierung wird 2002 mit dem renommierten FAD-Preis ausgezeichnet.

2005 wird das Gebäude durch die hiesige *Fundación de les Arts i els Artistes* erworben, deren Ziel es ist, moderne, kontemporäre und figurative Kunst des 20. und 21. Jahrhunderts auszustellen. Ein Kunstbereich, der meist vernachlässigt ist. Den Grundstock des Museums bilden zunächst private Sammlerstücke. Seit 2006 werden jährliche Wettbewerbe für Gemälde und Skulpturen ausgerufen, an denen bis zu 5000 KünstlerInnen teilnehmen. Die Werke der PreisträgerInnen gehen in den Besitz des Museums über.

Ein Besuch lohnt sich auf jeden Fall. Auf drei Etagen werden zahlreiche Werke internationaler KünstlerInnen gezeigt. Es herrscht schon fast eine Überfülle an den für die Raumverhältnisse sehr großen Objekten. Man muss sich auf sie einlassen, rangehen, zurücktreten, wirken lassen. Einige ziehen einen in den Bann: Ein autistischer Junge stand Modell für ein neues, entrücktes Familienbild – Gruppenbild im Sessel mit sechs Fernsehern. Ein Gesicht mit Bart und

blauer Plakat-Farbe. Ein riesiger Frauenakt. Ein Kleinkind baut an einem Strand den Turm zu Babel als Sandburg mit Kränen und allem inklusive. Hermes im Abflug auf der Vogelstange. Baby mit Ferkel.

Ina Laiadhi

Infos MEAM

Museu Europeu d'Art Modern

www.meam.es

Barra de Ferro, 5, Tel. 933 195 693
Di-So: 10-20h, 7€ (5€ reduziert),
9€ (7€ red. incl Führung Sa + So 12h)

Konzerte am Wochenende

Freitags-Blues 11€ inkl. Museum
Samstags-Klassik 16€ inkl. Museum



„Universos paralelos“

Unter diesem Motto findet die neue Kunstaussstellung von **Waltraud Maczassek** im **„Museo de Montserrat“** statt.

Die künstlerische Gestaltung bietet dem Betrachter verschiedene Arten der Darstellung. Die Werke von Waltraud Maczassek sind in ihrer Komplexität gewissermaßen als Entstehungsgeschichte zu betrachten. Sie wollen eine persönliche Interpretation offenlassen und streben danach, mit bildnerischen Elementen, Ideen und Inhalte anzudeuten wie z. B. das Unendliche oder das schnell Vergängliche, den Kosmos als solchen oder auch den Mikrokosmos im Inneren des Menschen, in dem sich die Naturkräfte und in letzter Instanz auch das Leben selbst widerspiegeln.

Infos

Museo de Montserrat

www.museudemontserrat.com
Eröffnung Do 15.3., 12.30h
Die Ausstellung dauert bis Juni



Der erste Preisträger aus dem Jahr 2006 – da schwingt Hoffnung...

Santa Eulalia, die tapfere 13-jährige Gänsehirtin

Ihr Name setzt sich aus den griechischen Silben *eu* (gut) und *lalein* (sprechen) zusammen und bedeutet „die Redegewandte“. Diese Gabe hatte sie nötig, um im Jahr 304 zu versuchen, für das Christentum zu kämpfen.

Sie war es, die zu Barcinos (so hieß Barcelona zu römischen Zeiten) Statthalter Daciano ging, um gegen die Unterdrückung der christlichen Gemeinde zu protestieren. Da dieser ihren gewandten Argumenten nichts entgegenzusetzen hatte, wandte er brutalste Gewalt als Antwort an. Eulalia sollte 13 Folterungen erleiden, gerade so viele, wie sie Jahre zählte. Sie wurde nackt eingekerkert, mit spitzen Schwertern öffneten sie ihr Fleisch, brandmarkten sie mit brennendem Eisen, verbrannten ihr die Brüste, sperrten sie unter anderem in ein Fass mit zerbrochenem Glas und rollten sie dreimal die Straße hinunter, die heute als die *Baixada de Santa Eulalia* bekannt ist, die von der *Carrer Bisbe* auf die *Carrer Banys Nous* führt. Dort finden wir St. Eulalia zu Ehren eine kleine Kapelle mit Versen von dem Poeten Jacint Verdaguer, der an ihr Martyrium erinnert.

Eulalia wurde auch noch nackt in ein Zimmer mit Flöhen gesperrt und dann in der entwürdigten Form eines X gekreuzigt. Hiervon findet sich im Inneren der Kathedrale ein Bild. Die Legende erzählt, dass sich am Tag ihrer Hinrichtung ein Nebel auf sie senkte, um sie den lüsternten Blicken der Zuschauer zu entziehen. Die Kreuzigung, wie später auch das Hängen am Galgen, war zu damaligen Zeiten das Fernsehen von heute. Wie wir heute an Geschäften vorbeischnellern, um zu gucken, was denn so im Schaufenster hängt...

Im Hof der Kathedrale sind ihr zu Ehren heute 13 Gänse zu sehen, die als wirksame Wachhunde eingesetzt wurden, schnell und bissig.



@laiadin

Eine weitere Legende besagt, dass, als die Überreste der heute heiligen Eulalia in die Kathedrale transportiert wurden an der heutigen *Plaça d' Angel*, der Sarg plötzlich so schwer wurde, dass die Träger ihn zu Boden stellen mussten. Ein Engel erschien vom Himmel und zeigte auf einen von ihnen. Dieser hatte einen Finger der Heiligen an sich genommen und gestand. Reliquien hatten damals einen hohen Geldwert! - Als der Finger wieder an seinem Platz war, konnte weiter transportiert werden und daher bekam dieser Platz seinen Namen...

Santa Eulalia teilt sich seit 1687 mit *La Mercé* den Posten als Stadtpatronin. Vorbildhafte Arbeitsplatzteilung unter Frauen? Man sagt, dass Eulalia darüber oft Tränen vergießt: im Monat September, wenn das Stadtfest *de la Mercé* gefeiert wird.

(Spannende Bezüge zu Stadtpatronin St. Eulalia in „Die toten Gassen von Barcelona“, Stefanie Kremser.)

Ruth Simma

Die Burg Torroella de Montgri und die Kirche Santa Catarina

Die sehr gut erhaltene Burg Torroella de Montgri thront majestätisch auf dem Gebirgsmassiv Montgrí. Sie diente dem Königreich Jaume II. als Trutzburg gegen die verfeindete Grafschaft *Empúries*. Die Burg wurde in den Jahren 1294 bis 1302 erbaut.

Ihre Mauern erheben sich bis auf eine Höhe von 13 Metern. In der Mitte der Burg liegt eine unterirdische Zisterne. Wenn man über eine Wendeltreppe auf einen der vier Burgtürme hinaufsteigt, hat man einen eindrucksvollen und atemberaubenden Ausblick auf die Bucht von Roses, die Illes Medes und bis hinauf zur Küste des Empordà.

Ausflug zur Burg oder zur Kirche

Der Weg zur Burg hinauf führt anfangs durch Olivenbäume. Man wandert an drei Wachtürmen vorbei und gelangt wenig später an eine Steinpyramide mit einem Kreuz. Dort kann man rechts hoch bis zur Burg hinaufwandern (25 Minuten). Am Ende ist der Weg sehr steil und man kann die letzten Meter nur zwischen Steinen hochklettern. Alternativ kann man an der Steinpyramide links abbiegen und gelangt nach 50 Minuten zur Kirche *Santa Caterina*. Die Kapelle aus der Spätgotik wurde im Jahr 1392 von drei Mönchen des Klosters Montserrat gegründet. An der Kirche Santa Caterina gibt es ein kleines, sonntags geöffnetes Restaurant.

Unterkunft: PALAU LO MIRADOR

Es handelt sich um ein historisches Gebäude aus dem 9. Jahrhundert. Das Hotel wurde mit dem Namen „*Lo Mirador*“ getauft, weil es damals der höchste Punkt des Dorfes war. Von dort konnten die Feudalherren ihre Gebiete gut beobachten bzw. kontrollieren. Im 13. Jahrhundert wurde der Palast Sommerresidenz der Grafen von Barcelona. Auch der Innenhof, im gotischen Stil, ist sehr romantisch anzusehen.

Anna Camps

Infos Montgri

www.montgarri.com

Berghütte Montgarri

www.hotelpalaulomirador.com

www.ermitedesantacaterina.org

La Festa dels Tres Tombs und Castellterçol

Sollte Ihnen Mitte Januar auf den Ramblas in Barcelona eine Pferde- und Kutschenprozession begegnet sein, dann haben Sie die Parade anlässlich der „Festa dels tres tombs“ gesehen.

Auch „Festa dels Tonis“ genannt - nach dem Heiligen Antonius Abbas - findet dieses Fest als besonderer Feiertag in Katalonien statt, und sorgt jedes Jahr im Januar für die Aufmerksamkeit zahlreicher Schaulustiger. Doch was ist der Anlass dieses Festes und was haben ein Mönch und dieses Fest gemeinsam? Die Geschichte beginnt mit Antonio Abad, einem Mönch aus dem III. Jahrhundert, der für seine große Tierliebe bekannt war. Als eines Tages ein sehr krankes Ferkel zu ihm kam, hat er es wie durch ein Wunder geheilt. Somit bekam er täglich Besuch von Bauern und ihren jeweiligen Tieren, die geheilt und geweiht werden sollten. Als Akt der Zuneigung und des Danks blieb das geheilte Schwein für den Rest seines Lebens an Abads Seite, weswegen der Heilige noch heute neben der Figur des Schweins dargestellt wird. Die Einwohner schätzten Abads Gabe sehr, da die Tiere ein wichtiger Bestandteil der Bauernfamilien waren. Mit der Zeit entwickelte sich aus der jährlichen Tierweihung eine Tradition, die die Gesundheit des Viehs sichern sollte. Auch im süd- und westdeutschen Raum ist er seit dem Mittelalter als „Sautoni“ oder „Swinetünnes“ bekannt. Er gilt als der Schutzpatron der Bauern und des Nutztviehs, sowie der Schweinehirten und Metzger.

Im 19. Jahrhundert beschlossen die Bauern in Katalonien, die in Vergessenheit geratene Tradition wieder zum Leben zu erwecken. Ein Gedenktag sollte am 17. Januar im Namen des heiligen Abads gefeiert werden. Erst nur im Stadtviertel Sant Antoni in Barcelona, nach und nach aber in weiteren Stadtvierteln, verwurzelte sich die Tradition der Tierweihung. Die Rituale, die dabei befolgt werden, gaben der Feier den Namen: „La festa dels tres Tombs“ (Das Fest der drei Umzüge). Die Tiere werden dreimal durch die Straßen geführt, bevor sie in der Kirche geweiht werden. Dafür werden die



Pferde, Esel und anderen Nutztiere sowie die Kutschen, aufwendig geputzt und verziert. Besitzer bzw. Bauern sind heutzutage nach damaliger Tracht gekleidet, um sich in die frühere Zeit versetzen zu können. Der Umzug wurde als ein Ehrenzug für die Leistung der Tiere gesehen. Das Fest gibt sowohl den älteren Generationen wie auch den Jugendlichen eine einmalige Chance, einen Teil des früheren Lebensstils zu erleben.

Castellterçol

Neben dem Umzug wird im Dorf Castellterçol ein Eselwettrennen organisiert. Hier beginnt der 17. Januar mit dem prachtvollen Umzug, gefolgt von der Tierweihung bis hin zu einem abendlichen Ball. Jeder, der sein Tier zur Weihung bringt oder eine Kutsche zur Verfügung stellt, wird mit dem bekannten *Tortell de Sant Antoni* belohnt (Gebäck). Am 19. Januar findet dann die traditionelle *botifarrada* statt, zu der alle Umzugsteilnehmer herzlich eingeladen sind.

Ausflugstipp

Unweit von Castellterçol sind die „poues de glaç“ zu besichtigen. Die Eisgruben sind runde Bauten aus dem XVII.-XIX. Jahrhundert. Im Innenraum sammelten die Menschen während der Wintertage Eisblöcke und Schnee, die in den milden Frühlingstagen hinunter zum Dorf gebracht wurden und für medizinische, wie auch gastronomische Zwecke verwendet wurden. Von den Gruben sind heutzutage nur noch 12 erhalten, wobei die „Poua de la Ginebreda“ wegen der erst kürzlichen Restauration hervorgehoben werden kann.

Carla Duran

Infos

www.consorcidelmoianes.cat

Faschingszeit ist Berlinerzeit

Die süßen Teilchen werden auch Krapfen oder Kräppel genannt. In Süddeutschland sind sie sogar unter dem Namen Fastnachtsküchle bekannt. Sie kommen traditionell mit Konfitüre oder Pflaumenmus gefüllt daher.

Doch Achtung in der Faschingswoche wird jeder hundertste mit Senf gefüllt. Die Legende berichtet, dass sie im Jahre 1756 von einem Berliner Zuckerbäcker erfunden wurden. Er hatte sich zum Wehrdienst gemeldet, wurde aber ausgemustert. Weil er aber gar zu gern mit ins Feld ziehen wollte, durfte er als Feldbäcker beim Regiment bleiben. Als Dank erfand er die Köstlichkeiten, indem er ihnen die Form von Kanonenkugeln gab, er hatte sich schließlich eigentlich zu den Kanonieren gemeldet. Mangels Backofen beim ziehenden Heer wurden die Gebäcke einfach in Pfannen mit siedendem Öl über dem offenen Feuer ausgebacken. Überregional bekannt wurden die Berliner tatsächlich mit dem Erläutern Berlins als Hauptstadt des noch jungen Deutschen Reichs im Rahmen seiner Industrialisierung. Die Bäcker, die „Berliner“ anboten, mussten damals tatsächlich eine spezielle Ausbildung in Berlin durchlaufen haben.

Berliner Ballen

Zutaten:

500g Mehl, Type 405
30-50g Zucker
1 Würfel Hefe
1 Päckchen Vanillezucker
100g Butter, geschmolzen
2 Eier
1 Eigelb
120g Milch, lauwarm
1TL Salz

Das Mehl in eine Schüssel geben, in eine Mulde die Hefe hineinbröseln, 1TL Zucker dazugeben und mit etwas lauwarmer Milch vermischen. Etwa 10 Minuten ruhen lassen.

In der Zwischenzeit die Butter schmelzen und abkühlen lassen. Nun alle Zutaten zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Meiner Erfahrung nach kann man sich nicht strikt nach der Mengenangabe für

die Flüssigkeit richten. Die benötigte Menge ist wohl vom Mehl abhängig. Ich brauche bei diesem Rezept meist mehr als angegeben. Wichtig ist, dass der Teig sich schön wattig anfühlt und sich gerade so von Fingern und Schüssel löst! Ein zu trockener Teig geht nicht richtig auf und ein zu feuchter läuft auseinander.

Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort 30-40 Minuten gehen lassen. Danach den Teig noch einmal mit den Händen durchkneten, ca. 2cm dick ausrollen und mit einer runden Form (Durchmesser ca. 7cm) Kreise ausstechen und diese nochmals zugedeckt an einem warmen Ort 30-40 Minuten gehen lassen.

Ich lege die ausgestochenen Ballen gerne auf eine Plastikunterlage, von der sie sich wieder gut lösen und durch die ihnen auch keine Feuchtigkeit entzogen wird.

Laut Rezept sollten die Bällchen schwimmend in siedendem Ausbackfett (150 Grad) auf beiden Seiten ca. 2-4 Minuten ausgebacken werden.

Da ich selber keine Fritteuse besitze, verwende ich Sonnenblumenöl in einem Kochtopf, muss aber aufpassen, dass das Öl nicht zu heiß wird, da sonst die Berliner außen zu schnell braun werden und innen noch nicht gar sind.

Nach dem Herausnehmen mit dem Schaumlöffel auf dem Küchenrost oder auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit einer Plätzchenspritze Konfitüre (Hagebuttenmarmelade oder Johannisbeergelee) in die Bällchen spritzen, in Zucker wälzen oder mit Puderzucker bestäuben.

Ich wünsche gutes Gelingen und einen guten Appetit!!!!

Reimute Rösler-Sebastian



Calçotada - Zwiebelessen in Katalonien

Nach den weihnachtlichen Feiertagen wartet auf die Katalanen ein besonderer Gaumenschmaus. Bereits ab Ende November bis in den April hinein werden in vielen Restaurants in der Region um Valls (Provinz Tarragona) Calçots angeboten.

Calçots sind gegrillte Frühlingszwiebeln. In den Wintermonaten werden die Weinreben geschnitten. Da in dieser Zeit auch die Frühlingszwiebeln geerntet werden, benutzten früher Feldarbeiter das Rebholz und grillten Frühlingszwiebeln auf Dachziegeln, die als Unterlagen dienten.

Eine von vielen Geschichten sagt, dass ein Bauer vergessen hatte, rechtzeitig die Zwiebeln vom Grill zu nehmen. Als sparsamer Katalane zog er einfach die verkohlten äußeren Schichten ab und war begeistert vom zarten saftigen Geschmack im Innern. Eine Spezialität war geboren. Da man diesen Zwiebeln die verbrannte Haut wie eine Unterhose auszieht, hatte man ihr den Namen *Calçotets* gegeben, womit man im Katalanischen insbesondere weibliche Unterhosen bezeichnet. Bei einer *Calçotada* geht es nun darum eine Menge Zwiebeln von ihren „Unterhosen“ zu befreien. Traditionell werden die *Calçots* auch heute noch auf einem offenen Rost auf Rebholz gegrillt und auf Dachziegeln serviert. Häufig werden sie zum Warmhalten in Zeitungspapier eingewickelt. Man isst die weißen, fast süßlich schmeckenden Frühlingszwiebeln draußen im Stehen, zieht das verkohlte Grün mit den Fingern ab und tunkt die *Calçots* einmal in die dazugehörigen *Romesco-* oder *Salvitxada-Sauce*. Diese Sauce, deren Rezeptur von Ortschaft zu Ortschaft variiert, besteht aus Tomaten, Öl, Knoblauch, Mandeln und Haselnüssen. Sie macht den Unterschied zwischen einem normalen *Calçotsessen* und einem „Geheimtipp“ der lukullischen Gaumenfreuden. Üblicherweise wird dazu Rotwein aus dem *Porró* oder ein örtlicher *Cava*



Lätzchen gehören dazu

gereicht. Nach dem Genuss der *Calçots* werden dann in den Restaurants weiße Bohnen, Butifarra-Würste und Lammkotelets gereicht, die auch auf dem Grill zubereitet werden. Den Abschluss bilden dann typischerweise Orangenscheiben und die *Crema Catalána*.

Die *Calçotada* hat sich mittlerweile zu einem beliebten Ritual entwickelt. Während früher nur einige Restaurants in der Region um Valls die Frühlingszwiebeln anboten, hat sich seit den 80er Jahren ein regelrechter Boom entwickelt. Großfamilien, Firmen, Vereine, ganze Busladungen pilgern mittlerweile in diese Region, um der *Calçotada* zu frönen. Jährlich werden rund 20 Millionen *Calçots* angebaut. Ihre Aufzucht ist recht aufwendig, daher auch der für Zwiebeln recht hohe Preis. Nach der Ernte der gewöhnlichen Zwiebel im Sommer stecken die Bauern die Knollen wieder zurück ins Erdreich. Um die erneut keimenden Zwiebeln wird immer wieder frische Erde gehäufelt. So strecken sich die Keimlinge ins Licht und bekommen ihr zartes weißes Fleisch und ihre mehr als zwanzig Zentimeter längliche Form. Vielerorts werden auch *Calçotadafeste* gefeiert. Prämiert wird derjenige, der die meisten *Calçots* vertilgen kann. Der Rekord liegt momentan bei 355 Stück, da sind fast 3 Kilogramm. Auch die beste *Salvitxada-Sauce* wird prämiert. Übrigens, der Ehepartner muss nach einer *Calçotada* nicht aus dem Schlafzimmer verbannt werden. Diese Zwiebeln haben keine Nebenwirkungen und lassen sich prima verdauen, wenn man sie nicht zu spät im Jahr genießt.

Gaby Goetting

4.250 Kilometer unter Iberiens Sonne

Florian Schönfeld, ein 22-jähriger Master-Student der Wirtschaftsinformatik aus Sachsen, wird von Ende August bis Ende September 2013 die Iberische Halbinsel innerhalb von 32 Tagen mit dem Fahrrad umrunden. Sein Antrieb ist eine Kombination aus Neugier und Sport, um Landschaft und Kultur kennenzulernen.

Von Barcelona aus ist San Sebastián nicht weit. Es sei denn, man umfährt dafür die komplette Halbinsel im Uhrzeigersinn. Der Umweg bringt mehr Spaß und Erfahrungen für diesen deutschen Sportler.

Dazu packt er sein Rennrad... und sein Auto für den Begleiter.

So wie für die Profis, besteht seine "Vuelta Ibérica" aus Etappen. Insgesamt sind es 29 mit durchschnittlich 150 km pro Tag und 36.200 m Höhenunterschied. Wie lange er tatsächlich dafür braucht, überlässt er allerdings der Kraft und dem Takt seiner Beine.

Der Rennradfahrer und der Autofahrer werden miteinander in Wettbewerb stehen. Das bedeutet, dass sich die beiden nur am Start und Ziel der Etappen sehen werden, der Gewinner kann den Rest des Tages am Strand oder in einer schönen Stadt verbringen. Das hört sich doch gut an, wenn man für einen Tag, eine Woche oder die gesamte Tour Urlaub machen möchte, oder? Kontaktieren Sie ihn, um mehr über sein Abenteuer zu erfahren oder ihn zu unterstützen.

Florian hat im Jahr 2011 sechs Monate in Katalonien gelebt und war von der Landschaft fasziniert.

"Mittelmeer und Hochgebirge so nah beieinander, das hatte ich so noch nicht gesehen".

Er hat die Sprache gelernt und sich mit der Kultur befasst, bereit um neue Abenteuer zu erleben und Erfahrungen zu machen.

"Als ich dann einen Urlaub in Galizien verbrachte und ähnlich begeistert war,



fasste ich den Entschluss, die gesamte Halbinsel kennenzulernen. Um das mit einer sportlichen Herausforderung zu kombinieren, wählte ich das Rennrad als Transportmittel."

Wenn Sie Florian begleiten wollen, sei es mit dem Auto oder bei entsprechender Fitness mit dem Rad, auf einem Teilabschnitt oder die gesamte Strecke über, können Sie ihn bereits jetzt bei seinen Vorbereitungen kennenlernen.

Infos Vuelta Iberica

host@vuelta-iberica.de
www.vuelta-iberica.de
www.facebook.com/VueltaIberica



Volta ciclista Catalunya

Vom 18. bis 24. März findet die 93. katalanische Radtour *Volta Ciclista a Catalunya* statt. Bis Ende des 19. Jahrhunderts war der Radsport ein Privileg der reichen Leute, aber mit der Zeit verbreitete sich diese gesunde Gewohnheit in allen sozialen Schichten. Auch berühmte Sportler wie Hans Gamper, Bernat Picornell und Narcís Mas Ferrer vertraten die Idee, Sport als Freizeitbeschäftigung zu sehen.

Fußball, Kampfsportarten und auch Fahrradtouren zählten Anfang des 20. Jahrhunderts zu den beliebtesten Volkssportarten in Katalonien. Der erste Fahrradverein wurde im Jahr 1887 in Katalonien gegründet. Es mussten einige Jahre nach seiner Gründung vergehen, bis am 6. Januar 1911 insgesamt 34 internationale Fahrradsportler an der ersten offiziellen Fahrradtour in Katalonien teilnahmen. Nur während des 1. Weltkriegs und während des spanischen Bürgerkriegs fiel diese Veranstaltung aus. Von daher kann man den Archiven entnehmen, dass die *Volta ciclista a Catalunya* zu den ältesten Radtouren der Welt gehört, nach der *Tour de France* und dem *Giro d'Italia*.

Die ersten Teilnehmer der *Volta Ciclista a Catalunya* fuhren mit selbstgebauten Fahrrädern oder ließen sie importieren. Ab den 30er Jahren wurden die Rennfahrer professioneller. Es waren glänzende Jahre für den Radwettkampf, auch in den 60er und 70er Jahren war die Tour weithin bekannt und sehr beliebt. Internationale Sportler kamen, um an der Tour teilzunehmen. Seit den 80er Jahren wird die Tour wieder von spanischen Gewinnern dominiert.

La *Volta ciclista a Catalunya* beginnt dieses Jahr in Calella. Sie umfasst mehrere Etappen mit erheblichen Steigungen, darunter auch Bergetappen. Der Verlauf der diesjährigen Tour wird in den kommenden Tagen auf der offiziellen Webseite veröffentlicht werden.

Anna Camps

Infos Volta Ciclista

www.voltacatalunya.cat

Mit Farbe im Kampf um eine bessere Welt

Noch bis zum 17. Februar gibt es in der Kunsthalle Bremen die Ausstellung Friedensreich Hundertwasser: Gegen den Strich. Hier wurde im Oktober 2012 „Die Linie von Hamburg“ neu inszeniert, ein bahnbrechendes Stück europäischer Aktionskunst, das Hundertwasser vor über 50 Jahren an der Hochschule für bildende Künste in Hamburg initiierte.

Innerhalb von zwei Tagen wurden die Wände, Fenster und Waschbecken des Ateliers 213 mit einer ununterbrochenen Linie überzogen. Hundertwasser, damals Gastdozent, wollte seine Studenten bewegen, sich nicht durch den Unterricht in ihrer Kreativität begrenzen zu lassen. Das Unterfangen führte zum Eklat und zu seinem Rücktritt von der Dozentur. Heute steht es für eine der Facetten seiner Persönlichkeit. Der vor 12 Jahren verstorbene Künstler, der sich so sehr von Gaudí inspirieren ließ, war kein einfacher Zeitgeist, doch vertrat er all seine Anliegen von der Baumpflicht bis zum Humusklo mit Leidenschaft. Sein Lebenslauf ist so bunt wie seine Werke.

Als **Friedrich Stowasser 1928 in Österreich** als Sohn einer Jüdin geboren, wurde er katholisch getauft und wuchs als Halbwaise auf. An der privaten Montessori-Schule wurde ihm „außergewöhnlicher Formen- und Farbensinn“ attestiert. Um nach der Annektierung Österreichs nicht aufzufallen, wechselte er an eine staatliche Schule und in die Hitlerjugend. 1948 bestand er die Reifeprüfung, das Studium an der

Wiener Hochschule für bildende Künste ließ er allerdings nach drei Monaten sausen. Geblieben ist ihm nur der **Künstlername Hundertwasser (sto = russisch für hundert)**. Lieber bereiste er - immer mit einem Malkasten im Gepäck - Italien, Frankreich, Marokko, Tunesien..., lernte mehrere Sprachen, kaufte einen Bauernhof in der Normandie und heiratete in Gibraltar. Einzelgänger und Weltenbummler, der er war, ließ er sich bereits nach zwei Jahren wieder scheiden und zog nach Japan. Seine zweite Ehe mit einer Japanerin hielt zwei Jahre. Den in japanische Schriftzeichen übersetzten Namen Friedensreich statt Friedrich behielt er hingegen für den Rest seines Lebens. Hatte er sich bis dahin hauptsächlich mit der Malerei befasst, entwarf er in den 70ern erste Architekturmodelle. Der **Film „Hundertwassers Regentag“** belegt den künstlerischen Umbau eines alten Salzfrachters, mit dem er durch die Adria segelte. Fassaden, Häuser, Müllverbrennungsanlagen, ein Wörterbuch, Briefmarken, Kindergärten, eine Bibel, alles war Plattform für seine Gestaltungskraft, sogar eine Boeing hat er entworfen, die wurde aber nie hergestellt. Sein berühmtester Bau ist das Hundertwasserhaus in Wien, das farbenprächtig als „dritte Haut“ des Menschen der geraden Linie trotzt.

Rechte Winkel waren ihm zuwider, vielleicht eine tiefe Angst, die die uniforme Diktatur bei ihm hinterlassen hatte. Die Welt sollte farbenfroh sein und natürlich, sowohl was Kunst als auch was Politik und Lebensraum betraf. Er engagierte sich für den Dalai Lama, gegen die Vereinheitlichung in der EU und immer wieder als Umweltaktivist. Er wandte sich gegen

steriles Wohnen und verlangte das Recht auf individuelle Bauveränderung. Dies tat er in mehreren Deklarationen kund, die bekannteste unter ihnen das **„Verschimmelungsmanifest gegen den Rationalismus in der Architektur“**. Im Manifest zur Grünen Zitadelle (Foto links) von Magdeburg – die übrigens rosa ist und erst postum verwirklicht wurde – sagt er: „Ich weigere mich, Häuser zu bauen,



wodurch die Natur und die Seele der Menschen zu Schaden kommen.“ In dieser Wohnanlage, die er als sein Meisterwerk bezeichnete, sollen Menschen „größere Produktivität“ und „stressvermindertes Dasein“ genießen. Sie sollen ihr Fensterrecht auf kreative Eigengestaltung der Flächen ausleben und ihre Freizeit „im eigenen Wald am Dach“ verbringen, statt sich in die Kolonnen der Stadtflüchtigen einzureihen.

Tatsächlich musste sich Hundertwasser Zeit seines Lebens der Kritik konservativer Architekten entgegen stellen. Er wurde als Anhörscher, Kitschist und Kunstkasper verhöhnt. Letztendlich konnte es ihm egal sein, denn der Erfolg gibt ihm Recht. Seine **Bauwerke wurden sämtlich zu Touristenmagneten**. Quer durch Deutschland könnte man eine Hundertwasser-Reise planen vom Märchenturm in Abensberg zum Haus „Wohnen unterm Regenturm“ in Plochingen, über das Ronald-McDonald-Haus Essen, zur Waldspirale in Darmstadt, mit Halt auf dem Hundertwasserbahnhof in Uelzen weiter zum Luther-Melanchton-Gymnasium in Wittenberg und zur Wohnanlage Grüne Zitadelle in Magdeburg. Er hat seine Spuren hinterlassen in Deutschland, Österreich und der Welt. Und noch immer denkt man über die Verwirklichung weiterer Projekte (derzeit in Japan und Australien) nach. Sein Tod auf der Queen Elizabeth 2 und sein Begräbnis unter einem Tulpenbaum in Neuseeland waren nur weitere Farbtupfer auf der bunten Wiese seines Lebenslaufs.

Kati Niermann

Infos Hundertwasser

Ein schönes Geschenk für Kunstinteressierte ist der parallel zur Ausstellung erschienene Kunstkatalog „Friedensreich Hundertwasser: Gegen den Strich“ aus dem Verlag Hatje Cantz



@niermann

Der Weltfrauentag – Wo steht die Frauenbewegung heute?

Frauenquote, Angleichung der Gehälter, Elternzeit, Ausbau von Kitaplätzen – die Liste ist lang. Die Gleichberechtigung von Mann und Frau im Beruf und die Vereinbarkeit von Karriere und Familie sind die Aspekte, die bei der aktuellen Diskussion um „Frauenrechte“ am häufigsten auftreten.

Nun feiern wir am 8. März erneut den Internationalen Weltfrauentag. Anfang des 20. Jahrhunderts kämpften die Frauen vorrangig für ihre fundamentalen politischen und bürgerlichen Rechte, wie etwa das Wahlrecht. Heute sind wichtige Themen der Frauenbewegung die Frage nach der Rolle der Frau in der Arbeitswelt und der weltweite Kampf gegen Diskriminierung, Unterdrückung und Gewalt gegen Frauen und Mädchen.

Die Initiatorin des Weltfrauentages – Clara Zetkin

„Keine Sonderrechte, sondern Menschenrechte“ forderte die deutsche Sozialistin Clara Zetkin 1910 auf dem II. Kongress der Sozialistischen Internationalen in Kopenhagen. Ein Jahr später gingen erstmals Frauen in Deutschland, Österreich, Dänemark und der Schweiz zum Frauentag auf die Straße. Ihre zentrale Forderung: Einführung des **Frauenwahlrechts** und **Teilhabe an der politischen Macht**. Das war am 19. März 1911. Clara Zetkin setzte im Jahr 1921 das noch heute gültige Datum des 8. März durch. Die sozialistische Politikerin und Frauenrechtlerin, die zunächst der SPD angehörte und dann über den Spartakusbund schließlich der KPD beitrug, sah aber die Emanzipation der Frau nicht nur durch die Gewährung politischer Rechte, sondern insbesondere – und hier sieht man klar ihre linke Orientierung – in der **ökonomischen Freiheit**. Nach Zetkin können Frauen sowie Arbeiter in den Vollbesitz ihrer Rechte nur in einer sozialistischen Gesellschaft kommen.

Schleppender Prozess der Gleichberechtigung in Deutschland und Spanien bringt Errungenschaften

Gut 100 Jahre später sind die zentralen Probleme unserer Gesellschaft – fehlende faktische Gleichberechtigung in den ver-

schiedensten Bereichen – dieselben. Ein Blick auf die Zahlen zeigt:

- In Deutschland gibt es das Wahlrecht für Frauen seit 1918.
- Die spanischen Frauen dürfen seit 1931 wählen.

Mit Verabschiedung des Grundgesetzes von 1949 erhielt die Gleichbehandlung mit dem Artikel 3 GG erstmals Verfassungsrang. Durch das 1958 verabschiedete Gleichberechtigungsgesetz wurde die Gleichstellung auch gesetzlich festgelegt und Frauen konnten beispielsweise erstmals ohne Zustimmung des Ehemanns ein **eigenes Bankkonto** eröffnen.



Romy Schneider - eine Karriere in Europa

Erst seit 1977 brauchen Ehefrauen nicht mehr die Einwilligung ihres Mannes, um arbeiten zu dürfen. Und erst 1997 wurde die **Vergewaltigung in der Ehe strafbar**. Rechtliche Gleichstellung wurde in Spanien seit der aktuell geltenden Verfassung von 1978 in ihrem Artikel 14 gewährleistet.

Die **Lohnlücke** zwischen Männern und Frauen liegt in Deutschland heute dennoch bei 23%. Rentnerinnen müssen im Alter sogar mit 59,6 Prozent weniger Einkommen als Rentner auskommen. Die Erwerbstätigkeit von Frauen liegt bei ca. 66%. Unter diesen haben jedoch sehr viele einen Teilzeitjob: Über 80 Prozent der Teilzeitbeschäftigten sind Frauen. Gleichzeitig wird unbezahlte Arbeit in Haushalt, Pflege und Erziehung nach wie vor hauptsächlich von Frauen übernommen - auch wenn diese Frauen berufstätig sind. Die traditionelle Arbeitsteilung ist immer noch vorherrschend. In Spa-

nien liegt die unbereinigte Lohnlücke bei ca. 20%. Auch hier arbeiten die Frauen anteilig am meisten in den niedrigsten Positionen. Zudem erfahren die am besten ausgebildeten Frauen die größte Ungleichbehandlung.

Aktuelle Vorstöße zur Frauenquote in Wirtschaft und Journalismus

Als mögliches Heilmittel wird aktuell immer wieder die Frauenquote diskutiert. Im November letzten Jahres nahm die EU-Kommission einen **Gesetzesentwurf der Justizkommissarin Reding** an. Demnach sollen bis 2020 Aufsichtsratsposten von börsennotierten Unternehmen zu 40% von Frauen besetzt werden. Die Richtlinie würde bei Inkrafttreten für etwa 5000 Unternehmen in der EU gelten. Derzeit sind rund 85 Prozent der Aufsichtsräte Männer. Die Richtlinie gibt den Mitgliedsstaaten die Möglichkeit, die Sanktionen für Verstöße selbst festzulegen. Grundvoraussetzung ist die gleiche Qualifikation der KandidatInnen. Fraglich ist aber, ob diese Richtlinie tatsächlich angenommen wird. Das Europaparlament und die Mitgliedsstaaten beraten zurzeit darüber. Es ist gerade auf Seiten der Mitgliedsstaaten mit starkem Widerstand zu rechnen.

In Deutschland ist die Forderung nach einer **Quote für Führungspositionen im Journalismus** aufgekommen. Aktuell sind 98 Prozent der Chefredakteure deutscher Tageszeitungen und die meisten Entscheider in TV- und Hörfunksendern sowie Online-Redaktionen Männer. Der eingetragene Verein „pro quote“ fordert daher eine 30%-Quote. Die Journalistinnen sind überzeugt, dass in den Führungspositionen nicht die Besten sitzen, sondern jene, die die besten Netzwerke haben. Durch die Quote könne ein echter Wettbewerb geschaffen und die gläserne Decke gesprengt werden.

Die Frage nach der Notwendigkeit einer Quote steht seit langem im Raum. Durch Selbstverpflichtung oder Eigenregulierung hat sich bisher wenig getan. Dennoch hat sich rückblickend in den westlichen Ländern in den vergangenen 100 Jahren viel für die Frauen verändert. Darauf wird man sich nicht ausruhen können und vielleicht sind Quoten der nächste Step zu einer gleichberechtigten Gesellschaft. Letztere ist für alle – Männer und Frauen – ein Lernprozess und könnte eine unglaubliche Bereicherung werden.

Alma Laiadhi

Infos pro Quote

www.pro-quote.de/

Wieso wird eine Frau ein Physikgenie?

Viel wurde in den letzten zwei Jahren über Marie Curie berichtet. Gute Gene, förderliches Umfeld oder starker Charakter, was treibt eine solche Frau an und was bleibt auf der Strecke? Privatleben, Liebe, Familie, Kinder, soziales Engagement...

Sie war die erste Frau mit einem Dokortitel in Physik, die erste Physikprofessorin an der Sorbonne. Sie gab der Radioaktivität ihren Namen und erhielt zusammen mit ihrem Mann und Henri Becquerel vor 110 Jahren den Physiknobelpreis für die Erforschung derselben. Damit wurde sie zur ersten Nobelpreisträgerin. Nur 8 Jahre später folgte der zweite Nobelpreis, diesmal in Chemie für die Entdeckung der Elemente Radium und Polonium, das sie nach ihrer Heimat benannte. Damit ist sie unter den vier Mehrfach-Nobelpreisträgern die einzige Frau und neben Linus Pauling die einzige, die ihn auf verschiedenen Fachgebieten erhielt. Sie verkehrte ganz selbstverständlich in denselben Kreisen wie Niels Bohr, Albert Einstein und Lise Meitner.

Natürlich brannte sie für ihre Forschung, investierte geistige Fähigkeiten, physische Kräfte und Gesundheit. Um milligrammweise Radium zu isolieren, zerhackte sie tonnenweise Pechblende aus Uranbergwerken. Sie setzte sich der Strahlung aus, bis sie Erschöpfungszustände erlitt und ihre Hände bluteten. Doch sie war keineswegs ein verschrobene Genie, eine introvertierte Forscherin, die nichts anderes kennt. Nein, sie war auch **ein sozialer Mensch**, sie unterrichtete, sie liebte, sie heiratete und bekam Kinder.

Mit ihrem Mann Pierre arbeitete sie gleichberechtigt zusammen, mag sein, dass hierfür ein starker weiblicher Geist auf einen nicht dominanten männlichen treffen musste, doch das tat der Harmonie in ihrem Leben keinen Abbruch. Ihre Töchter Irène und Eve, die sie während ihrer größten Schaffensperiode bekam, unterrichtete sie mehrere Jahre selbst, gemeinsam mit berühmten Kollegen anderer Fachrichtungen. Dadurch genossen sie eine erstklassige Ausbildung. Die **Doppelbelastung** meisterte sie, bezahlte aber ihr hohes Pensum auch mit Fehlgeburten. Man schrieb diese der körperlichen Arbeit und der Strahlung zu, eine oder zwei Fehlgeburten waren jedoch bei einer Frau um 1900 nicht ungewöhnlich. Marie warf



Marie Salomea Skłodowska Curie

erst der plötzliche Unfalltod ihres Mannes aus der Bahn. Eben noch hatten sie an einer gemeinsamen Zukunft gebaut, die Kinder waren noch klein, sein Lehrstuhl an der Sorbonne noch neu und mit einem Schlag hatte sie sowohl im wissenschaftlichen als auch im privaten Bereich ihren Partner verloren, der sie im Schulterschluss gestärkt hatte. Als Einzelkämpferin hat Frau es schwerer und manch eine hätte aufgesteckt und sich an den heimischen Herd zurückgezogen und Trost bei ihren Kindern gesucht. Nicht so Marie Curie, sie stürzte sich in die Arbeit und übernahm ein halbes Jahr später Pierres **Lehrstuhl an der Sorbonne**. Eine typisch männliche Reaktion, hier kamen sicher die Erziehung durch den Vater (beim Tod ihrer Mutter war sie erst zehn) und der ständige Umgang in der Männerwelt zum Tragen. Die emotional schwerere Bürde der Kindererziehung wusste sie beim Schwiegervater und später der Gouvernante in guten Händen.

Sie war nicht die durchschnittliche Frau ihrer Zeit, doch **eine Vorkämpferin**, die zeigte, was eine Frau zu leisten imstande ist, wenn das Umfeld es ermöglicht. Als sie wegen einer Liebesaffäre mit einem jüngeren noch dazu verheirateten Wissenschaftler angefeindet wurde, bestand sie darauf, berufliches von Privatem zu trennen und ließ ihre wissenschaftliche Arbeit dadurch nicht schmälern.

Sie könnte ein Ausnahmetalent sein, wie es nur selten zum Vorschein kommt. Doch weit gefehlt, ihre **Tochter Irène Joliot-Curie** trat in ihre Fußstapfen, wurde gemeinsam mit ihrem Ehemann Frédéric mit dem Chemie-



Irène Joliot-Curie

Nobelpreis für die Entdeckung der künstlichen Radioaktivität ausgezeichnet. Sie wurde Staatssekretärin für Wissenschaft und Forschung in der französischen Regierung, eines Landes, in dem es noch nicht einmal das Frauenwahlrecht gab. Auch sie erhielt eine Dozentenstelle an der Sorbonne und kämpfte gegen die frauenfeindlichen Traditionen an der Akademie der Wissenschaften, zu deren Gremium schon ihre Mutter keinen Zugang erhielt. Maries **Enkel Pierre** ist Biophysiker, ihre Enkelin **Hélène Langevin-Joliot** ist eine hoch dotierte Kernphysikerin, ihr **Urenkel Yves** ist Astrophysiker.

Vererbt sich also die Hochbegabung für ein Fachgebiet?

Immerhin war ja schon Maries Vater Physiklehrer. Hélène Langevin-Joliot verneint dies. Das Umfeld sei prägend. Ihre Mutter habe so begeistert von ihrer Forschungsarbeit berichtet, dass sie es „wahnsinnig spannend“ fand. Auch die Geschlechterrolle habe bei ihr keine Rolle mehr gespielt.

Tochter Irène wurde ebenfalls von ihrer Mutter in den Bann der Physik und Chemie gezogen. Im ersten Weltkrieg fuhren sie gemeinsam auf selbst entworfenen Röntgenwagen. Später assistierte sie ihrer Mutter bei ihrer Forschung und besuchte sogar dieselben Konferenzen.

Marie Curie hatte ein **erfülltes Leben als Ehefrau und Mutter, aber zuvorderst als Wissenschaftlerin**. Möglich war dies durch ihr Selbstverständnis der Frauenrechte auf gleiche Bildung und eine sinnstiftende Arbeit.

Kati Niermann

DES PUDELS KERN –

gezähmte Sonnenenergie bald aus der Steckdose?

Im Gespräch mit Hans Jahreiss und Angela Bardenhewer von *Fusion for Energy (F4E)*, in Barcelona

Warum hat sich ein europäisches Unternehmen ausgerechnet Barcelona als Sitz für seine Tätigkeit ausgesucht? Und was war gleich noch mal Kernfusion?

Angela Bardenhewer empfängt mich mit einem strahlenden Lächeln am Eingang des im Innovationsdistrikt @22 der Diagonal Mar gelegenen modernen Bürohauses, in dem bei Fusion for Energy (F4E) über 300 Mitarbeiter beschäftigt sind. Aber von physikalischen Teststrecken, geschweige denn von weißbekittelten Wissenschaftlern keine Spur. Stattdessen Büroräume soweit das Auge reicht. Mit Akkreditierung geht's los in den 10. Stock, wo wir von Hans Jahreiss, Interimsdirektor für 2012 und Abteilungsleiter Verwaltung der F4E, zum Interview erwartet werden. Neben dem Eingang seiner Tür klebt eine Postkarte mit dem Spruch "Keep calm and carry on". Herr Jahreiss begrüßt mich herzlich mit einem "Grüß Gott!", schiebt mir die Infomappe der F4E über den Tisch und schaut erstaunt, als ich sie beiseitelege und ihn frage:

Welche Schulnote hatten Sie eigentlich in Physik, Herr Jahreiss?

Jahreiss: Eine „drei“, ich war nicht der Hellste. (*schmunzelt*) Wieso?

Ging mir ähnlich. Was war noch mal gleich Fusionsenergie?

Jahreiss: Die Fusionsenergie entsteht beim Verschmelzen von Atomkernen sehr kleiner Massen und die frei werdende Energie wird gewonnen. Die Kernfusion versorgt die Sonne und alle Sterne mit Energie. Bei der künstlich zu erzeugenden Kernfusion ist wegen des geringeren Druckes auf der Erde eine viel höhere Temperatur (100 Mill. Grad Celsius) nötig, um Deuterium (kommt in Wasser vor) und Lithium (kennen wir von Akkus) zu einem energiereichen Neutron zu verschmelzen. Als Abfallprodukt entsteht harmloses Helium. Die von den Neutronen erzeugte Wärme wird genutzt, um Dampf zu produzieren, der dann die Turbinen für die Stromerzeugung antreiben kann.

Nicht schlecht, Frau Bardenhewer, hatten Sie eine bessere Note in Physik?

BARDENHEWER: (*lacht*). Nein, aber das Spannende ist gerade, als Nicht-Technikerin dieses faszinierende Projekt administrativ voranzubringen.

Was macht nun F4E? Und wo sind Anlagen und Wissenschaftler zu diesem Projekt?

Jahreiss: F4E ist ein europäisches Gemeinschaftsunternehmen für die Weiterentwicklung der Fusionsenergie. Wir arbeiten hier mit Physikern und Ingenieuren mit dem Ziel, Verträge mit der Industrie abzuschließen. Die eigentliche Musik spielt aber in der Internationalen Organisation in *Cadarache* in Südfrankreich, wo der Forschungsreaktor ITER errichtet wird.

ITER? Was muss man sich darunter vorstellen?

BARDENHEWER: ITER ist der Name des weltweiten Reaktorexperiments (*International Thermonuclear Experimental Reactor*; lat.: der Weg), an dem die Europäische Union und die Schweiz, China, Indien, Japan, Korea, die russische Föderation und die USA seit November 2006 zusammenarbeiten, um die Kernfusion als Lösung des Energieproblems zu erforschen.

Jahreiss: ITER wird Kraftwerksgröße aufweisen und soll 500 Megawatt Fusionsleistung für sechs Minuten erzeugen, was zu einem Dauerbetrieb weiterentwickelt werden soll. F4E in Barcelona ist praktisch der politische Sitz. Jedes dieser genannten Mitglieder betreibt eine eigene Verwaltung für das Projekt, wie wir hier für Europa. Die Rechtsform ist ein "Joint Undertaking".

Ein "Joint wie bitte"?

Jahreiss: F4E ist in diesem Sinne eine unabhängige Agentur, die den europäischen Beitrag zum Bau des internationalen Reaktors ITER liefert und die Auftragsvergabe steuert, um die Forschung des ITER und den Bau des Demonstrationsreaktors DEMO zu fördern.

Wie muss man sich diese Zusammenarbeit zwischen den sieben Mitgliedern vorstellen?

Jahreiss: Aufgrund des Reaktorstandorts ist Frankreich das Gastgeberland, wenn Sie so wollen, und hat damit aber auch besondere Verantwortung für den Erfolg des Projektes.

Europa übernimmt 45% der Konstruktionskosten und 34% der Betriebskosten, die durch F4E hier in Barcelona verwaltet werden. Alles Weitere regeln entsprechende Abkommen.

BARDENHEWER: Wir kümmern uns hauptsächlich um die vertragliche Abwicklung und die Zusammenarbeit zwischen den beteiligten Staaten. So erhält beispielsweise Japan europäische Gelder für einen weiteren Forschungsreaktor als Gegenleistung dafür, dass der Hauptversuchsreaktor ITER in der Europäischen Union errichtet wurde, wobei Fragen über die Kostenverteilung, den Schutz des Know-How, Haftungsfragen, usw. vertraglich auszuhandeln und festzulegen sind.

Interessant. Und warum gerade der Standort Barcelona?

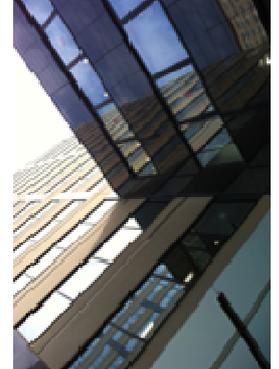
Jahreiss: Ursprünglich war angedacht, dass der Reaktor in Tarragona errichtet werden sollte. Dann hatte man sich schließlich für Südfrankreich entschieden. Barcelona wurde dann als Verwaltungssitz aufgrund der Nähe zum Reaktorstandort gewählt und auch, um die Tätigkeiten in Europa zu dezentralisieren.

Wie sind Sie beide eigentlich zu F4E gekommen und was reizt Sie an diesem Projekt?

Jahreiss: Wie lange haben Sie Zeit? (*lacht*). Ich habe ein wirtschaftswissenschaftliches Abitur mit Schwerpunkt Finanzen und Buchhaltung und bin auch gelernter Krankenpfleger. Nach meinem Jurastudium habe ich zunächst als Rechtsanwalt gearbeitet und im Anschluss an eine Wahlstation zu einem Verwaltungsjob im Max Planck Institut für Plasmaphysik gefunden. Ab 1999 hatte mir dann das Forschungszentrum für Umwelt und Gesundheit GmbH die Geschäftsführung übertragen, wo ich auch Verantwortung für die Endlagerung nuklearer Abfälle hatte. Von dort ging ich als Verwaltungsleiter zur Europäischen Südsternwarte nach Chile (*jetzt machen auch die beeindruckenden Fotoaufnahmen über den Sternenhimmel in Chile Sinn, die in seinem Büro hängen*) und war zuletzt als Verwaltungsdirektor bei EUROJUST in Den Haag zur Bekämpfung schwerer organisierter Kriminalität tätig. Im Juli 2011 schloss sich mit der Stelle bei F4E der Kreis für mein Interesse an Naturwissenschaften und Forschung wieder.

Donnerwetter! Und Sie, Frau Bardenhewer?

BARDENHEWER: Nach 15 Jahren als Juristin in der Europäischen Kommission in Brüssel



Angela Bardenhewer und Hans Jahreiss steuern die Auftragsvergabe des europäischen Gemeinschaftsprojekts Fusion for Energy

in verschiedensten Bereichen und zuletzt im Kabinett als Beraterin für den Kommissar Andris Piebalgs (zu der Zeit verantwortlich für europäische Energiepolitik) bot sich mir 2006 ein Wechsel an. Für meine vollkommen neue Arbeit bei F4E in Barcelona kommen mir meine Kontakte in der Kommission und im Europäischen Parlament zugute. Mich haben das Forschungsprojekt und die multikulturelle Zusammenarbeit mit Wissenschaftlern gereizt. Es ist toll zu sehen, wie ein Projekt wächst, an dem ich von Anfang an mitgearbeitet habe.

Wie sehen Sie beide die Zukunft der Kernfusion - gefährliches Experiment oder Lösung des Energieproblems auf der Erde?

Jahreiss: Ich sehe die Fusionsenergie als Teil einer Lösung. Sie bildet momentan eine wichtige Alternativquelle zu den erneuerbaren Energien, denn die Tage der fossilen Energieträger auf der Erde sind gezählt. Wenn es weiterhin so seriös betrieben wird, dann kann man in absehbarer Zeit mit einer Energiegewinnung durch die Kernfusion rechnen.

BARDENHEWER: Gerade Katastrophen wie Fukushima haben gezeigt, dass wir Alternativen benötigen. Die Kernfusion könnte den gefährlichen Prozess der Kernspaltung ablösen, wenn es den Wissenschaftlern und Ingenieuren in naher Zukunft gelingt, die bei der Kernfusion freiwerdende Energie mit Hilfe von Magnetfeldern zu bändigen.

Ist die Kernfusion im Endeffekt dann nicht genauso gefährlich, wie die atomare Spaltung bei der Atomenergie, zum Beispiel, wenn das Magnetfeld zusammenbricht?

Jahreiss: Diese extreme Energie wird im ITER durch ein starkes Magnetfeld kontrolliert. Das Fundament des Reaktors befindet sich in 20 Meter Tiefe und ist mittels modernster Technologie gegen Erdbeben gesichert. Aber der Unterschied zur Atomspaltung bei der Atomenergie besteht gerade darin, dass die freiwerdende Energie bei der Kernfusion keine Kettenreaktion bildet, die mittels Kühlaggregat gebremst werden

muss. Sie müssen sich das Ganze wie einen Gasbrenner vorstellen. Bei der Kernfusion wird ein genau kontrollierter Brennstoffbe- trag - Deuterium und Lithium, beide nicht radioaktiv - in die Plasmakammer des Reaktors eingeführt. Diese Menge reicht gerade für einige Sekunden Brenndauer, und die dadurch freiwerdende Energie würde bei defektem Magnetfeld nicht ausreichen, um die Reaktorwand zu zerstören. Das Plasma würde abkühlen und die Fusionsreaktionen sofort erlöschen. Bei der Atomspaltung hingegen wird unkontrolliert Energie in den Brennstäben freigesetzt, und es kommt zum Durchbrennen (Kernschmelze) und Austritt radioaktiven Materials, wie jüngst in Fukushima. Beim Kernfusionsprozess hingegen entstehen keine umweltschädigenden Abgase oder Schadstoffe. Auch Probleme wie Transport und Lagerung radioaktiver Brennstoffe entfallen. Lediglich Tritium, das beim Prozess aus Lithium erzeugt, aber sofort wieder verbrannt wird, ist leicht radioaktiv. Zerfällt es, so kommt es in der Luft nur einige Millimeter weit.

BARDENHEWER: Ein weiterer Vorteil liegt darin, dass für die Kernfusion nur sehr wenig Brennelementemasse benötigt wird. Für ein Gigawatt elektrische Leistung werden jährlich nur rund 100 kg Deuterium und zehn Tonnen natürliches Lithium benötigt. Damit kann man sieben Milliarden Kilowattstunden elektrische Energie erzeugen. Im Vergleich dazu würde ein Kohlekraftwerk 1,5 Millionen Tonnen Brennstoff für die gleiche Energiemenge benötigen.

Beindruckend. Und Sie sind sicher, dass Sie beide nicht mehr als nur eine „3“ in Physik hatten? (beide lachen)

Angela Bardenhewer berät den Direktor der F4E auf Führungsebene. Wie ist es denn bei F4E um die derzeit diskutierte Frauenquote bestellt?

Jahreiss: Wir haben momentan einen Prozentsatz von 34 % Mitarbeiterinnen, wohl aufgrund der derzeit noch geringen Anzahl von Frauen in den technischen Berufen.

BARDENHEWER: Viel interessanter ist der Mix der verschiedenen Nationalitäten.

Inwiefern?

BARDENHEWER: Die Mitarbeiter von F4E sind z.B. Spanier, Franzosen, Italiener, Deutsche, Griechen, Tschechen, und die offizielle Sprache ist Englisch. Der ab Januar 2013 neu ernannte Direktor Henrik Bindslev ist Däne. Das erzeugt ein lebhaftes und gutes Betriebsklima.

Beunruhigt Sie die Unabhängigkeitsbestrebung der Katalanen?

BARDENHEWER: Man spürt förmlich die noch junge Demokratie hier und die damit verbundenen Spannungen. Ich habe das Gefühl eine historisch sehr wichtige Zeit mitzuerleben.

Jahreiss: Ich bin Gast in diesem Lande und möchte hierzu kein Urteil abgeben, das ist eine innerspanische Angelegenheit. Natürlich verfolge ich die Sache mit gespanntem Interesse, aber ich persönlich denke, dass Europa im Moment ganz andere Probleme zu bewältigen hat.

Und deswegen haben Sie die Postkarte "Keep calm and carry on" (Ruhig bleiben und weitermachen) an Ihrer Tür hängen?

Jahreiss: (lacht): Techniker und Wissenschaftler müssen frei sein und frei denken können, um ihre Ideen und die Entwicklung weiter voranzutreiben, aber wir, die Juristen müssen immer den Zeigefinger erheben und auf die materielle Begrenzung des europäischen Gelddepots hinweisen. Die kulturellen Unterschiede bilden die Herausforderung in diesem Projekt, wobei sie (nickt zu Angela Bardenhewer) die bessere Juristin ist. Ich halte mich eher für einen geborenen Manager.

Frau Bardenhewer, Herr Jahreiss, ich danke Ihnen für das interessante Gespräch.

Sandra Schramm

INFOS Fuslon for Energy
<http://www.fusionforenergy.europa.eu>

Winterzeit ist Badewannensaison

Trockene Heizungsluft und trübes feuchtkaltes Wetter, da fühlt man sich schnell mal unwohl. Haut und Atemwege leiden und die Stimmung geht in den Keller. Was hilft Körper und Seele da besser als ein schönes heißes Bad. Wenn Sie Ihr Bad noch wirkungsvoller gestalten möchten, empfehlen wir Ihnen ein Solebad.

Im Gegensatz zu einem normalen Bad, bei dem der Haut Feuchtigkeit entzogen wird, lagert sich beim Solebad Salz in der äußeren Hornschicht der Haut ein und bindet Wasser. Dadurch bleibt die natürliche Schutzschicht der Haut erhalten und die Haut trocknet nicht aus. Deshalb sind Solebäder auch bei trockener Haut geeignet und gerade in der Wintersaison empfehlenswert, wo wir den Säureschutzmantel unserer Haut so dringend brauchen.

Die entschlackende Wirkung eines 30-minütigen Solebades entspricht der einer dreitägigen Heilfastenkur. Durch Osmose werden die Giftstoffe des Körpers in das Badewasser abgegeben, während andererseits Mineralstoffe aus der Sole über

die Haut aufgenommen werden. Ein Solebad unterstützt hervorragend die Entsäuerung unseres Körpers und führt zu einem ausgeglichenen und natürlichen pH-Wert der Haut.

Indikationen

- Hautkrankheiten
- rheumatische und Gelenkerkrankungen
- Zur Rekonvaleszenz nach Operationen
- Frauenerkrankungen (chronische Eierstockentzündungen, Vaginalpilz)
- Infektanfälligkeit – insbesondere bei Kindern
- Allgemeine Stärkung des Immunsystems

So wird ein Solebad gemacht

Um ein Natursalz-Solebad mit therapeutischer Wirkung zu erzielen, ist ein bestimmter Salzgehalt im Badewasser zwingend notwendig. Die Salzkonzentration muss wenigstens der Salzkonzentration unserer Körperflüssigkeiten entsprechen, um das osmotische Austauschverhältnis zu aktivieren.

Für ein Bad nimmt man zwischen einem und anderthalb Kilo Kristallsalz und gibt es in die Badewanne.

Die Badewanne sollte dann nur zu einem Viertel gefüllt werden.

Nun wartet man, bis sich das Salz aufgelöst hat.

Danach füllt man die Wanne wie gewohnt auf und achtet dabei auf eine Temperatur von 37 Grad, denn bei dieser Temperatur werden die Spurenelemente am besten aufgenommen und Giftstoffe am besten ausgeschieden.

Zudem ist zu beachten, dass keine Pflege- oder Reinigungsmittel, wie Seife, Badeschaum oder dergleichen während der Anwendung eingesetzt werden sollen.

Auch nach dem Bad nicht duschen, sondern in Handtücher einwickeln und zugelegt 30 bis 60 Minuten nachruhen.

Achten Sie darauf, dass Sie vor dem Bad ausreichend getrunken haben, da der Kreislauf durch den hydrostatischen Druck des Wassers und die Entgiftung beansprucht wird.

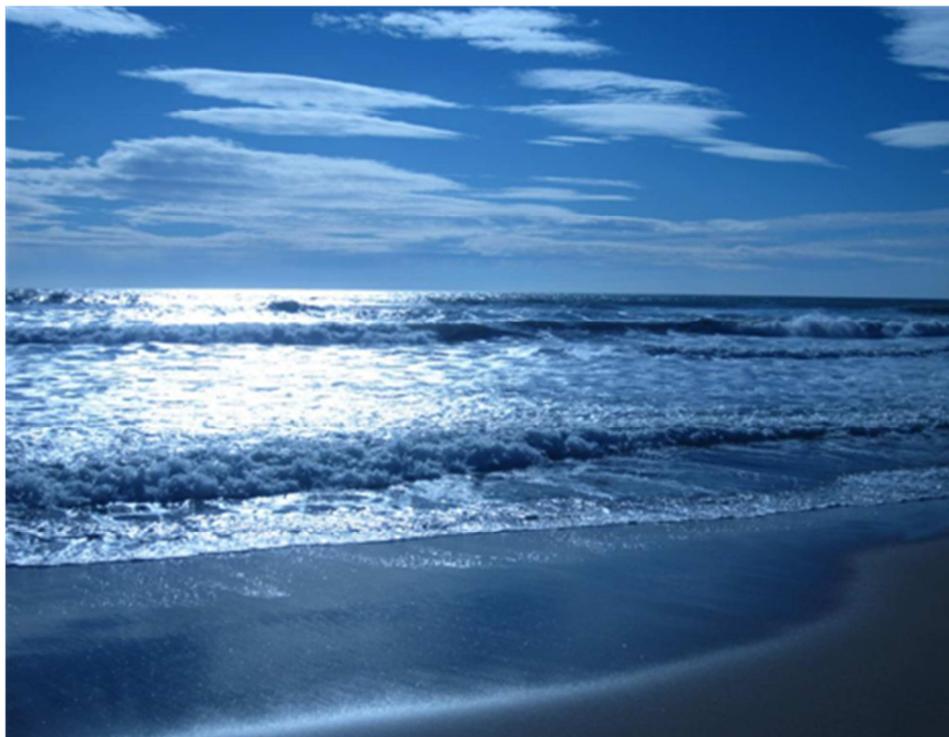
Oder unter der Dusche

Baden regt den Energiefluss des Körpers an, hilft bei der Entgiftung und bei der Entschlackung, pflegt die Haut und regt das Zellwachstum an. Wenn man keine Badewanne besitzt, kann man es auch beim Duschen nutzen. Hierzu duscht man sich und reibt danach den ganzen Körper mit gemahlenem Kristallsalz oder dem etwas billigeren Ozeansalz/Meersalz ein. Nachdem das Salz angetrocknet ist, büstet man es einfach wieder ab. Das regt den Lymphfluß, die Durchblutung und die Entgiftung des Körpers an.

Gurgeln

Bei Halsschmerzen oder Heiserkeit kann man auch mehrmals täglich mit warmer verdünnter Sole gurgeln und sich so Erleichterung verschaffen. Bei starkem Husten kann man auch mit Sole inhalieren.

Nicole Dülpers



Auch Meersalz kann man für ein Solebad verwenden

@laiaadin

Flüssiges Gold aus Marokko

Wer hat nicht vom flüssigen Gold Marokkos gehört, dem Arganöl? Als Speiseöl verwendbar ist das Öl dank seines hohen Vitamin E-Gehalts sowie seiner ungesättigten Fettsäuren vor allem in der Kosmetik hoch gepriesen.



Für Haut, Haar, gegen Falten und Flecken, gegen Neurodermitis und Psoriasis, das Naturprodukt Arganöl wirkt Wunder. Obendrein ist unser Konsum ökologisch und sozial ein positiver Beitrag: der Arganbaum wächst ca 8-10 Meter hoch und lebt bis zu 200 Jahre. Seine Heimat ist der Südosten Marokkos, wo man Frauen sieht, die die Frucht manuell schälen (s. Foto), bevor aus dem Kern das Öl gepresst wird. Die Handarbeit und ein extensiver Anbau bringen einen etwas höheren Preis mit sich.

Lebensbedingung ist semi-arides Klima wie in Murcia, weshalb es auch in Spanien die ersten Kulturen gibt. Obendrein ist es ein ökologisch freundlicher Anbau, da der Baum den Ziegen in der dürren Steppe als Nahrungsquelle dient. Im botanischen Garten in Barcelona können wir einige Exemplare bewundern, sowie die ölreichen Früchte.

Möchten sie Arganöl probieren? Als Nahrungsmittel (erste Pressung) fand ich den Geschmack persönlich zu stark. Ich empfehle etwas kaltgepresstes, rein biologisches Öl statt einer Augenfaltencreme, jeden Morgen. Dann habe ich das Öl als Haaröl ausprobiert und für gut befunden, und für den Hals. Sowohl das Öl wie auch verarbeitete Argan-Kosmetikprodukte werden in Katalonien über Naturkosmetik sowie industrielle Kosmetikfirmen vertrieben, Tendenz steigend.

Laura Buguñá

Ayurveda - Die Wissenschaft vom langen und gesunden Leben

Ayurveda ist das älteste uns überlieferte Gesundheitssystem. Der Ursprung von Ayurveda findet sich in der vedischen Hochkultur Altindiens, deren Blütezeit viele Jahrtausende zurückliegt. Das Wissen dieser komplexen Heilkunst wurde ursprünglich nur mündlich von Generation zu Generation weitervermittelt.

Die ersten schriftlichen Aufzeichnungen sind über **5000 Jahre alt** und wurden in Sanskrit verfasst. Im Gegensatz zum westlichen Gesundheitssystem handelt es sich bei Ayurveda um ein ganzheitliches Lebenskonzept. Ayurveda lehrt, wie man seine Gesundheit, Vitalität und Lebensfreude bis ins hohe Alter erhalten kann. Dazu gehören eine entsprechende Lebensweise und Ernährung, verschiedene Therapieverfahren wie Ölmassagen oder Stirngüsse sowie eine umfangreiche Pflanzenheilkunde.

Bei Ayurveda wird der Mensch nach drei **unterschiedlichen Typen (Doshas)** eingeteilt. Diese *Doshas (Vata, Pitta oder Kapha)* sind maßgeblich für die Behandlung und Ernährung jedes einzelnen Menschen. Wer in Deutschland von Ayurveda spricht, meint häufig - ohne es zu ahnen - **Maharishi Ayurveda**. Maharishi Mahesh Yogi, der einstige Guru der Beatles und Begründer der Transzendentalen Meditation, hatte in den achtziger Jahren diese Heilkunde im Westen bekannt gemacht und den Namen *Maharishi Ayurveda* sogar als Marke schützen lassen.

Bevor man sich für eine Ayurvedakur entscheidet, sollte man sich gut informieren. Es werden oftmals Kuren insbesondere von Hotels angeboten, die eigentlich nur eine *Wellness*-Therapie mit Ölmassagen darstellen. Die gerade im Ayurveda so wichtige Ernährung wird vielfach außen vor gelassen. Auch die Ausbildung dieser Therapeuten beschränkt sich meistens auf wenige Wochenenden, während die indischen Ayurvedaärzte ein Studium von neun Jahren nachweisen müssen. Bekannt ist



auch, dass die indischen Ärzte allein durch Puls- und Augendiagnose fähig sind, Krankheiten und Schwachstellen im Körper zu erkennen. Viele Europäer begeben sich gern direkt nach Indien oder Sri Lanka zu einer Ayurvedakur.

Eines der authentischen ayurvedischen Kurzentren in Europa befindet sich in Katalonien, ganz in der Nähe des idyllischen Fischerortes *Sant Feliu de Guixols*. Die ayurvedische Kurklinik *Port Salvi* (rettender Hafen) liegt hoch oben auf den Klippen und ist ein separater Gebäudekomplex der Hotelanlage *Eden Roc*, wunderbar gelegen mit einem 11.000 m² großen Garten. Man wird dort persönlich bestens betreut, und es herrscht eine familiäre Atmosphäre.

Die Kurgäste werden zu Beginn ihres Aufenthaltes von einem indischen Arzt mit der traditionellen Pulsdiagnose untersucht, das entsprechende *Dosha* diagnostiziert und dementsprechend wird dann der Behandlungsplan aufgestellt. Es gibt eine eigene Küche, die die ayurvedischen Gerichte und Tees zubereitet. Die meisten der Gäste kommen aus dem deutschsprachigen Raum, und fast alle wiederholen die Kur mindestens einmal pro Jahr.

Gaby Goetting

Infos

Centro de Salud Port Salvi

Tel. 972 320 100

www.caproig.com

Ab dem 15.02.2013 ist die Kurklinik nach der Winterpause wieder geöffnet.

Ernährung, die gute Laune macht

Schoko-Fans sind sich einig. Schokolade macht glücklich. Sie ist in aller Munde und zaubert einen zufriedenen Gesichtsausdruck. Aber womit hat das zu tun? Beim Verzehr von bestimmten Lebensmitteln wird im Gehirn ein Botenstoff produziert, der die Stimmung hebt.

Dieser Botenstoff heißt Serotonin und wird auch als das „Glückshormon“ bezeichnet. Serotonin wird im Gehirn gebildet. Lebensmittel wie z.B. Bananen, Feigen, Datteln oder Schokolade fördern die Produktion von Serotonin. Diese Lebensmittel sind reich an der Aminosäure (Eiweißbaustein) Tryptophan. Tryptophan ist der Stoff, der für die Bildung von Serotonin benötigt wird.

Bei einem Mangel an Serotonin, sinkt die gute Laune. Darüber hinaus können sich Symptome wie innere Unruhe, schlechter Schlaf, mangelndes Wohlbefinden, Stressintoleranz, verminderte Gedächtnisleistung und depressive Verstimmungen bemerkbar machen. Im Durchschnitt lässt sich bei Menschen, die an einer Depression leiden, ein um die Hälfte reduzierter Serotoninspiegel im Blut nachweisen. Eine deutlich erhöhte Serotoninproduktion sorgt hingegen für ein Stimmungshoch.

Stressensible Menschen können durch gezielte Nahrungsmittelauswahl Stress abbauen

Zu diesem Ergebnis kamen Forscher der niederländischen Universität Maastricht. Sie verabreichten stressanfälligen Menschen eine kohlenhydratreiche (Obst, Brot, Nudeln, Gemüse usw.) und eiweißarme (Milch- und Milchprodukte, Fleisch usw.) Diät.

Dabei wurde festgestellt, dass stressensible Menschen, besser gegen eine Stresssituation – in diesem Fall das Lösen von Mathematikaufgaben - gewappnet waren. Es werden zwei Gründe diskutiert, warum eine kohlenhydratreiche und eiweißarme Diät den Stress senken soll. Zum einen, dass Kohlenhydrate im Körper größtenteils in Glucose umgebaut werden. Gluco-

se stimuliert die Ausschüttung von Insulin aus der Bauchspeicheldrüse und Insulin erhöht wiederum den Tryptophanspiegel im Gehirn. Ein hoher Tryptophanspiegel würde im Gehirn die Serotoninproduktion ordentlich in Gang setzen.

Außerdem hat Serotonin neben der stimmungsaufhellenden Wirkung noch mehr Aufgaben. Eine davon ist, dass Serotonin unerlässlich für die kognitive Leistung ist. Gute Laune, gepaart mit gesteigerter Denkfähigkeit, soll bewirken, dass eine stressige Situation besser in den Griff zu bekommen ist.

Der zweite Grund, der diskutiert wird, ist, dass der Eiweißbaustein Tryptophan normalerweise mit anderen Eiweißbau-



steinen aus der Nahrung um den Eintritt ins Gehirn konkurriert. Bei einer eiweißarmen Kost, wird die „Konkurrenz“ größtenteils in die Muskelzellen befördert. Das Tryptophan hingegen verweilt im Blut und hat praktisch freie Fahrt ins Gehirn. Der Serotoninbildung sollte nichts mehr im Weg stehen.

Weitere Studien bestätigen ebenso, dass durch eine eiweißarme Ernährung, die Tryptophanaufnahme im Gehirn effektiver vonstatten geht. Im Gegenzug wird bei eiweißreicher Kost, die Aufnahme des Tryptophans im Gehirn regelrecht verringert.

Eine ausgewogene Ernährung mit verschiedenen Getreidearten, Gemüse und Obst, und gleichzeitig wenig Fleisch und Käse hat angeblich eine positive Auswirkung auf stressanfällige Menschen.

Instinktives Verlangen nach Süßem in der kalten Jahreszeit

Im Winter wird gut und gerne zu Süßigkeiten gegriffen. Offenbar brauchen wir in der dunklen Jahreszeit mehr Kohlenhyd-

rate um dem Winterblues zu entfliehen. Aber warum? Dadurch, dass sich die Sonne seltener und kürzer blicken lässt, und wir deshalb öfter das Haus hüten, kann die Haut nicht genügend Vitamin D aufnehmen. Das Vitamin D ist direkt an der Produktion von Serotonin im Gehirn beteiligt. Menschen, die in der kalten Jahreszeit zu Depressionen neigen, essen instinktiv mehr Süßes und kohlenhydratreiche Lebensmittel als im Sommer. Eine typische Winterdepression lässt sich durch eine tägliche Dosis von einer halben Stunde Tageslicht unterbrechen. Schwere Depressionen, die länger als 2 Wochen ununterbrochen andauern, müssen in professionelle Hände und ärztlich behandelt werden.

Schützt Fisch vor Depression?

Forscher der amerikanischen Gesundheitsbehörde "National Institutes of Health" beschäftigen sich auch schon seit Jahren mit dem Zusammenhang von Fischverzehr und Gemütszustand. Beobachtet wurde dabei, dass in den Ländern, in denen viel Fisch auf den Tisch kommt, die Depressionsrate niedriger ausfällt. Auch die Forscher einer finnischen Studie bestätigen den depressionsschützenden Effekt von Fisch. Letztendlich seien diese Ergebnisse auf den hohen Gehalt von Omega-3 Fettsäuren in Fisch zurückzuführen. Ein niedriger Omega-3- Fettsäurespiegel im Blut führt zu einem Serotoninmangel. Fisch ist zudem ein Lieferant für Vitamin D und würde daher die Produktion von Serotonin doppelt positiv beeinflussen.

Im Jahr 2009 veröffentlichte ein spanisches Forscherteam eine 4-jährige Untersuchung, bei der 10.000 Spanier beobachtet wurden. Die Teilnehmer die sich konsequent an die Mediterrane Diät hielten, erkrankten um bis zu 50 Prozent seltener an einer Depression, als die Probanden, die sich anders ernährten.

Eine ausgewogene mediterrane Ernährung besteht aus reichlich Gemüse, Vollkornprodukten, Hülsenfrüchten, Obst und 1-2 Fischmahlzeiten pro Woche und angepassten Eiweißportionen. Diese Diät würde speziell bei stressintoleranten und depressiv gestimmten Menschen zu mehr Gelassenheit führen.

Luzia Eder
Dietista - Nutricionista

Ihr Ausweis bitte

Seit Januar 2013 kann man nicht mehr nur Reisepässe, sondern auch Personalausweise im Ausland beantragen.

Ausgewählte deutsche Auslandsvertretungen, unter ihnen auch das Generalkonsulat in Barcelona, bieten diesen Dienst gegen einen Auslandszuschlag von 30,--€ an. Personen mit Wohnsitz im Ausland können sich an innerdeutsche Personalausweisbehörden nur noch bei Vorliegen eines „wichtigen Grundes“ wenden. Das Einsparen des neben den normalen Gebühren von 28,80€ fälligen Auslandszuschlags gilt voraussichtlich nicht als solcher. Auch die elektronischen Zusatzfunktionen können jetzt hier bearbeitet werden. Mitzubringen sind

- Geburtsurkunde,
- gegebenenfalls Heiratsurkunde
- bisheriger Ausweis oder entsprechende Verlustanzeige,
- *certificado de empadronamiento*,
- Abmeldebescheinigung vom letzten Wohnsitz in Deutschland
- der ausgefüllte Antrag, den man sich aus dem Internet herunterladen kann und natürlich
- die Passgebühr.

Madrid und Mallorca waren die Pilotvertretungen. Das Generalkonsulat Barcelona hat mit diesem Service im Januar begonnen und weist darauf hin, dass es aufgrund der technischen Neuerungen anfänglich zu Verzögerungen kommen kann. Das Konsulat bearbeitet die Anträge nach vorheriger Terminvereinbarung im Internet. Beim Versuch einen solchen Termin zu vereinbaren, bin ich allerdings kläglich gescheitert, weil sämtliche Termine für den gesamten nächsten Monat bereits belegt sind und darüber hinaus noch keine Termine vergeben werden.

Den Versuch, dies telefonisch zu hinterfragen, habe ich mir gespart, da das Konsulat bereits auf der Eingangsseite im Internet bekanntgibt, dass es derzeit aufgrund technischer Probleme nur eingeschränkt telefonisch zu erreichen ist.

Unser Tipp:

Versuchen Sie es ab Mitte März, da dürfte sich alles eingespield haben. Sollte Ihr einziges Ausweisdokument allerdings zwischenzeitlich ablaufen, können Sie relativ zeitnah einen Reisepass beantragen, sowohl Terminvergabe als auch Bearbeitungsfristen sind hierbei im normalen Rahmen. *Kati Niermann*

Immer mal was neues – Thema Führerschein

In den letzten Jahren hat es einige Neuerungen im europäischen Führerscheinrecht gegeben. Die Schwerpunkte, die Deutsche in Spanien betreffen sind folgende:

Nach der dritten Führerscheinrichtlinie der europäischen Wirtschaftsgemeinschaft von 2006 sind nun auch deutsche Führerscheine der Vergänglichkeit unterworfen. Dokumente, die nach dem 19.1.2013 ausgestellt wurden, sind auf 15 Jahre befristet, Dokumente, die davor datieren sind bis zum 19.1.2033 umzutauschen. Erstmal kein Handlungsbedarf...

Alle geltenden deutschen Führerscheine werden in allen EU-Staaten anerkannt.

Es gibt keine grundsätzliche Registrierungspflicht mehr für deutsche Führerscheine, diese musste nach einem Urteil des EuGH 2004 aufgehoben werden. Es ist aber eine freiwillige Registrierung möglich, bei der die NIE-Nummer in den Führerschein eingepägt wird.

Von Amts wegen wird der Führerschein von EU-Residenten registriert, wenn er bei einem Verkehrsverstoß beteiligt ist, für den ein spanischer Bürger Punkte verlieren würde. Hiermit soll eine Schlechterstellung der Spanier im eigenen Land verhindert werden. (Zur Erinnerung: Spanien startete 2006 ein Punktesystem, bei dem man von 12 Punkten ausgehend bei Verstößen Punkte verliert.)

Auch hier erstmal kein Handlungsbedarf, die Deutschen Auslandsvertretungen empfehlen allerdings grundsätzlich, sich registrieren zu lassen, um sich gar nicht erst dem Vorwurf des Fahrens ohne Führerschein auszusetzen. (Wer schon mal mit einem katalanischen Verkehrspolizisten diskutiert hat, weiß, dass das kein Zuckerschlecken ist.)

Wenn man in Spanien lebt, ist die Geltungsdauer ausländischer Führerscheine den spanischen Regelungen unterworfen. Das heißt, ab der Niederlassung in Spanien ist der Führerschein befristet. Eine Verlängerung muss bei der spanischen Verkehrsbehörde beantragt werden. Die Befristung insbesondere für PKW- und Motorradführerscheine beträgt bei bis zu 65-jährigen 10 Jahre, bei über 65-jährigen 5 Jahre. Für eine Verlängerung müssen natürlich kostenpflichtig im Rahmen einer

Fahrtauglichkeitsprüfung bestimmte Seh- und Reaktionstests durchgeführt werden. Es gibt Institutionen in jeder Stadt (meist ein Centro medico), die sich auf den tramite von Beantragung, Gesundheitsprüfung und Ausstellung in seiner Gesamtheit spezialisiert haben.

Hier gilt es, mal zu überdenken, wie lange man schon ansässig ist, und sich dann einen entsprechenden Termin geben zu lassen.

Kati Niermann

Infos

Weitere deutschsprachige Info auf der Webseite der deutschen Vertretungen in Spanien www.spanien.diplo.de unter dem Suchbegriff Führerschein.

„Europabrücke“ beginnt in Barcelona



Arbeitslose in europäischen Krisenländern dorthin zu vermitteln, wo sie in Europa gebraucht werden und ihnen bei der Integration zu helfen – das verfolgt das neue Projekt „Europabrücke“.

Dahinter stehen mittelständische Unternehmen aus Bayern, die IHKs und die Bertelsmann Stiftung. Erstes Testfeld: die katalanische Hauptstadt Barcelona. Im Februar soll die Brücke nachhaltig stehen. Doch es fehlt an Helfern vor Ort, die in Barcelona die spanischen Arbeitslosen bei ihren Gesprächen mit bayerischen Unternehmen begleiten. Dafür gibt es auch einen „anständigen“ Helferlohn. Voraussetzung: Organisationstalent und Zweisprachigkeit deutsch-spanisch. Ein großes Herz für Europa wird unterstellt. Die diktatorischen Sparauflagen der EU sind das eine – die Solidarität der Europäer untereinander und die helfende Hand füreinander das andere. Eine deutsche Initiative!

Infos

Ab Ende Februar ist Näheres auf www.Job-Europabruecke.eu zu erfahren. Wer Interesse hat, bitte melden bei Eduard Kastner, Kastner@kastner.de



Espplugues



Gava



Barcelona



St. Cugat



Castelldefels



Corbera

Treffpunkte

Barcelona

Umzug der Pfarrei San Alberto Magno

Nach sechsjähriger Suche hat die deutschsprachige Kath. Pfarrei ein neues Zuhause gefunden. Ab sofort finden Gottesdienste und Gemeindeaktivitäten in Pedralbes in der **Parroquia Sant OT (San Odón)** statt. **NEUE ADRESSE: Parroquia San Alberto Magno & Parroquia Sant Ot (San Odón)** Paseo Manuel Girona 25, Barcelona
Das Pfarrbüro bleibt C/ Balmes, 8 Pral. 2^a

Deutschsprachiger Stammtisch in

Barcelona - Barcelona für Deutsche

Jeweils am letzten Donnerstag im Monat in der Taverna de Barcelona, Ronda Universitat, 37, Kontakt Eva www.barcelonafuerdeutsche.comtertulija@barcelonafuerdeutsche.com

Die Kinder von MURMEL suchen neue

deutschsprachige Freunde! Wir treffen uns alle 14 Tage samstags in Poblenou in der Schule CEIP Acàcies. Habt ihr Lust mitzumachen? Wir freuen uns auf Euch! murmelpoblenou@yahoo.es

Castelldefels

Dienstags- Spielplatztreff

Gruppe deutsch-spanisch-sprechender Mütter mit Kindern im Alter von 0-6 Jahren, trifft sich regelmäßig dienstags an der Muntanyeta, 16h. Yvonne 617401872

Krabbel- und Spielgruppen

Krabbel- und Spielgruppe "Die Wasserflöhe" in Castelldefels. Wir, das sind Mamis mit ihren Kindern zwischen 0 und 3 Jahren. Jeden Donnerstag treffen wir uns von 10 - 12 h, um unsere Kids mit viel Spaß spielerisch zu fördern. Wir freuen uns über jeden "Wasserfloh". krabbelgruppe.castelldefels@gmx.net

Spielenachmittage auf Deutsch und Spanisch im KinderLand

Anmeldung: kinderland@reptilia.net

Die bekannte **Harfinistin Kobie du Plessis** gibt ein Konzert in der Biblioteca Central von Castelldefels. Vielen wird sie noch vom Weihnachtskonzert Kulturales vor vier Jahren im Castillo von Castelldefels in bester Erinnerung sein. Die gebürtige Südafrikanerin, die so leidenschaftlich Harfe spielt, hat mit weltbekannten Orchestern zusammengewirkt und unter anderem im Liceo in Barcelona und auf dem berühmten Festival Grachten von Amsterdam gespielt.

Ort: Espacio Ramon Fernández Jurado - Biblioteca Central, So., 24. 03. 19 Uhr, 8 €

Gratis-Kindermusikstunde in der neuen Biblioteca Central in Castelldefels, direkt gegenüber vom Kinderland. Das Angebot gilt für anderthalb- bis dreijährige in Begleitung. Neue Kurse KINDERMUSIK „Our Time“ beginnen wieder im Februar.

Anmeldungen: in der Bücherei oder bei Yvonne, Tel. 617401872.
20. Februar um 17.30h

St. Cugat del Vallès

Vormittagstreff:

Jeden Dienstag ab 10:30 Coffeemorning. Es ist ein zwangloses Treffen von Frauen aus verschiedenen Ländern, die auch ihre kleinen Kinder mitbringen können. Françoise Manon. 93 589 14 15
Email: orqufran@yahoo.es

Abendtreffs:

Jeden ersten Donnerstag im Monat Tertulia in wechselnden Lokalen in Sant Cugat. Gaby Mebus, 649 494 132, g-mebus@hotmail.com

Corbera

Stammtisch jeden ersten Donnerstag im Monat um 21 h in wechselnden Lokalen. Kontakt Mara, marabonino@hotmail.com

Babysitter benötigt

Babysitterservice TS

Deutschsprachige Mädchen und Jungen über:
Anna 93 406 82 73



Deutschsprachige Evang. Kirchengemeinde

Gottesdienste

03.02. 11:00 GD
10.02. 11:00 GD m. Abendmahl
17.02. 11:00 **GD/ Pfarrerwahl**
24.02. 11:00 **GD/ Pfarrerwahl**
03.03.11:00 GD
10.03.11:00 GD
17.03.10:30 ökum.GD (kath.Kirche)
24.03.11:00 GD
28.03.20:00 **Andacht m. Abendmahl**
29.03.11:00 **GD m. Abendmahl**
31.03.06:00 **Feier Osterfeuer**
11:00 **GD zu Ostern**

weitere Termine

12.02. 17:30 Kirchenkino
19.03. 17:30 Kirchenkino

INFOS

C. Brusi, 94, BCN, Tel. 93 200 07 08
www.deg-barcelona.es/
degb@telefonica.net

Gemeinsame Aktivitäten der Kirchen

14.02. 21:00 Valentins GD
Ev. Gemeinde
15.02. 20:30 Taizégebet
Kath. Gemeinde
05.-14.03. ökum. Bibelwochen
22.03. 20:30 Taizégebet Casal Loiola

Deutschsprachige Kath. Kirchengemeinde

Gottesdienste

03.02. 10:30 Hl. Messe
10.02. 10:30 Hl. Messe
13.02. 20:00 **Bußgottesdienst**
17.02. 10:30 Hl. Messe
24.02. 10:30 Hl. Messe
03.03. 10:30 Hl. Messe
10.03. 10:00 Hl. Messe
17.03. 10:30 **ökum.GD (kath.Kirche)**
28.03. 20:00 **Gründonnerstag**
29.03. 17:00 **Karfreitag**
30.03. 21:00 **Osternacht**
31.03. 10:30 **Ostersonntag**

weitere Termine

nach d. Messen Kirchencafé
10.02.nach d. Hl. Messe Karnevalsfest
01.03. 19:00 Weltgebetstag d. Frauen i. d. Krypta der Sagr. Familia

INFOS

NEUE ADRESSE: (Details s.Treffpunkte S. 20)

Paseo Manuel Girona 25, BCN

Tel. 93 414 58 38

Postanschrift:

Apartado 33283, 08080 Barcelona

www.kg-barcelona.de/

kontakt@kg-barcelona.de

Nachruf

Barbara Lange-Hofmeyer



Als Barbara mit ihrer Familie Ende der 90er Jahre nach Castelldefels zieht, ist für sie klar, dass sie bei LaBruja einsteigen will. Sie wird sofort zum Redaktionsmitglied und bringt ihren Schwung in unser Projekt ein. Sie stellt den Kontakt zu SEAT her, damit möglichst viele der entsandten-Familien unser Info-Blatt frei Haus geliefert bekommen. Sie sorgt dafür, dass unser monatlicher Frauenstammtisch in Castelldefels zum zur Kontakt- und Informationsbörse für Neulinge und Alteingesessene wurde, die Lust hatten bei einem Glas Wein oder Bier Tapas zu essen und ihre Erfahrungen im neuen Land auszutauschen. Ihr Engagement für Frauen und deren Netzwerke steht immer im Vordergrund. Ein erster Flohmarkt wird organisiert. Neben ihrem großen Haushalt mit vier jugendlichen Kindern –darunter ihr Sonnenschein Albin- ist es ihr nie zu viel, abends bei sich die Redaktionssitzungen einzuberufen, um uns fünf bis sieben Redakteurinnen mit einem Glas Wein und Häppchen zu versorgen. Denn Redaktionssitzungen finden abends statt, nach der Arbeit und wenn die Kinder endlich im Bett sind. Jede bringt ihre Artikel auf Disketten mit oder handgeschrieben, die dann nachts noch abgetippt werden. Laptop, Drucker, Klebestift, Schere sind unsere wichtigsten Utensilien. Internet und Scanner sind noch Lichtjahre entfernt. Aber wir schaffen es immer unsere Zeitleiste einzuhalten und unsere Kopiervorlagen fertigzustellen. Als der Expat-Vertrag ihres Mannes zu Ende ging, zog die gesamte Familie wieder nach Deutschland. Barbara blieb aber mit einem Fuß immer in Castelldefels und ihrem heiß geliebten Mittelmeer.

Wir werden dich vermissen, liebe Barbara.



Kulturales bietet Interessierten die Möglichkeit, sich zu engagieren und Projekte auf den Weg zu bringen. Hauptziele sind der Aufbau von Netzwerken für Frauen und Deutschsprachige im Großraum Barcelona. 1997 gründeten wir die Zeitschrift **La Bruja** als Forum zum Austausch interessanter und nützlicher Informationen. Seit 2011 erscheint die Zeitschrift als **Taschenspiegel**. Wir sind immer auf der Suche nach SchreiberInnen, die ihre Tipps und Anregungen mit unseren LeserInnen teilen wollen. Interessierte sind eingeladen mitzumachen.

Sponsoren

Außer Ärzten und Anwälten sponsern der KDF (Kreis Dt. Sprg. Führungskräfte) Barcelona und die Druckerei Ropi in Castelldefels den Taschenspiegel.

Julklapp für Fortgeschrittene

Am 12.12.12, dem Tag, den sich viele Paare als Hochzeitsdatum reserviert hatten, trafen wir uns zu unserem traditionellen, oder sollte ich besser sagen mittlerweile legendären Julklapp.

Dieses Jahr beschlossen wir, die bekannten Gefilde von Eslugues zu verlassen und unsere „Vorweihnachtsfeier“ ins Nachtleben von Barcelona zu verlegen. Das Restaurant „Rita Rouge“ war hierfür eine hervorragende Wahl. Nicht nur passte es durch die ausgesuchte Einrichtung zu unserer exquisiten Frauenrunde – wer von uns hat denn vorher schon mal auf zebrafellbezogenen Sitzgarnituren Weihnachten zelebriert. Dezente Hintergrundmusik, zu der man sich angenehm unterhalten kann, Absenz von Küchengerüchen und insgesamt erlesenes Ambiente, gespickt mit optischen Highlights. Auch die Auswahl an Speisen war exzellent. Jeder Bissen ein Genuss zu moderaten Preisen. Der etwas besondere Ort für eine etwas speziellere Weihnachtsfeier. So wurde denn auch unser Geschenkritual von den anderen Tischen aus interessiert beobachtet und nach fast jedem Weihnachtslied gab es von der Nebentafel Applaus. Auch jene war international besetzt und so stießen wir gemeinsam auf die Völkerverständigung und den Friedensnobelpreis für Europa an.



Auf dem Gabentisch fanden sich wieder recht hübsche Hässlichkeiten, wobei ich sagen möchte, dass sich niemand so ganz aus der Reserve getraut hat. Bekleidung, Kunstgegenstände, Schmuck und Gewürze wechselten mit reißenden Händen die Besitzer. Die Runde brachte sogar zwei neue Zengärtner hervor und Geschmack musste an einer bunten Katze neu definiert werden.

Es gab wie immer viel zu lachen und nichts auszusetzen, ein gelungener Abend. Wir danken dem Organistorenteam und besonders der Fahrdienstleiterin.

Kati Niermann

Deutschsprachige Experten in Barcelona und Umgebung



Ärzte / Therapeuten

Name	Fachgebiete	Standort	Telefon
Dr. Blanch	Psychiater	Barcelona	934 545 417
Dr. Böhm	Zahnarzt	Barcelona	933 226 534
Dr. Brandt	Zahnarzt	Barcelona	93 212 1044
Dr. Eickhoff	Zahnarzt, Implantologie, Kieferorthopädie & Ästhetik (Zirkon)	Barcelona	933 239 629
Dr. Faust	Kinder- u. Jugendarzt	Barcelona	639 734 211
Dr. Gröbel	Kieferorthopäde/ Zahnarzt	Barcelona	934 121 695
Dr. Günther	Orthopäde	Barcelona	667 558 617
J. Neiss	Psychotherapeutin / Kindertherapeutin	Barcelona	932 020 918
Dra. Pedain	Gynäkologin	Barcelona	660 533 040
Dr. Reuter	Zahnarzt	Barcelona	934 121 695
Dra. Schepers	Hautärztin	Barcelona	932 032 812
Dr. A. Walter	Kieferorthopäde	Castelldefels	936 646 047
P. Wienberg	Hals-Nasen-Ohren-Arzt	Barcelona	935 455 813
L. Xirinachs	Hörgeräteakustiker	Barcelona	691 576 810



Anwälte

Name	Fachgebiete	Standort	Telefon
Dr. J. Beckmann	Voelker & Partner - Recht, Steuern, Rechnungswesen	Barcelona	932 380 690
A. Fuss	Zivil-, Handels-, Erb- u. Immobilienrecht	Barcelona	931 651 449
Fabregat Perulles	Handels- und GesellschaftsR, ZivilR, ImmobilienR	Barcelona	93 205 42 31
B. Götzenberger	Beratung von Privatpersonen und von Unternehmen	Barcelona	610 769 311



Andere Dienstleister

Name	Fachgebiete	Standort	Telefon
P. Dyckerhoff	Finanz- und Versicherungsthemen zwischen ES und D	Barcelona	93 218 84 56
S. Rieger	Coaching, Supervision, Interkulturelles Training	Barcelona	680 562 115



Notrufnummern

112 Europaweit in allen Notsituationen

016 Hilfe für Frauen in Gewaltsituationen in Spanien

Castelldefels Ayuntamiento 936 651 150
Touristenpolizei Barcelona 932 903 327
Kreditkartensperrung VISA, MASTER, EURO
 in E 93 315 2512 in D 0049-69-740987

Weiterer Sponsor

KDF, Kreis Deutschsprachiger Führungskräfte, Barcelona

Ropi
IMPRENTA LSCP

JUAN MARTIN LOPEZ CARPIO
BERNARDO PEREZ PEREZ SC

Jaime I, 13
Tel.: 93 665 39 94
Fax: 93 635 00 14
08860 CASTELLDEFELS
ropi@ropiscp.com

Kollegiale Beratung, Coaching, Supervision

Für Profis in psychosozialen, medizinischen, therapeutischen Berufen

Mit Psychodrama und Systemaufstellung in Barcelona (dt./engl.)

Einzeln und kleine Gruppen (ab Oktober 2012)

Kontakt, Termine: 977-731384, arbola@gmx.net
www.renatebaum.de



Renate Baum Dipl.Päd., Supervisorin / Coach (DGSv / EASC), Psychodrama- und Familientherapeutin, Ausbilderin Systemaufstellung

DHVB

Deutscher Hilfsverein Barcelona
- seit 1868 -

www.deutscher-hilfsverein-barcelona.com

Wir helfen allen Deutschen, die hier in Not geraten und sind 24 Stunden erreichbar.

+ (34) 932 127 556
+ (34) 689 474 970

Fabre

Rambla de Catalunya, 52
08007 Barcelona
T./F. 93 216 02 25

Ihre deutsche Buch- und Spielzeughandlung im Herzen von Barcelona

Kleinanzeigen

Sängerin mit Bühnenerfahrung

sucht Pianisten o. Gitarristen für gemeinsames Jazzprojekt. (wöchentlich o. alle 2 Wochen)
Kleine Auftritte in ausgewählten Clubs nicht ausgeschlossen.
Sandra: sandramusic@me.com

Kleinanzeigen

Suche kinderfreundliche u. zuverlässige Mitarbeiterin für Touren mit Kindern, Engl., Dtsch, Span., Kat. für vormittags.
Ruth 661263624, ruth-simma@gmx.de.

Mosaiccos jetzt in Barcelona.

Das Atelier befindet sich im Born in der Nähe des Picasso-Museums. C/Corders, 11, Barcelona, Tel. 691 062 866, info@mosaiccos.com, www.mosaiccos.com

Kulturales Asociación de contacto cultural hispano-alemán

C/ Masteler 26, nº 9, Castelldefels, NIF: G63502199, Herausgeber des TaschenSpiegel

Redaktion TaschenSpiegel

Sabine Bremer, Anna Camps, Nicole Dulpers, Kira Eissenbeiss, Petra Eissenbeiss, Astrid Gester, Gaby Götting, Ina Laiadhi, Alma Laiadhi, Rainer Lorson, Kati Niermann, Julia Schmaderer, Ruth Simma, Joanna Taha

Mit Verfasseramen gezeichnete Artikel geben nicht die Meinung der Redaktion wieder. Nachdruck von Beiträgen und Nachrichten unserer Zeitschrift nur mit vorheriger Zustimmung des Herausgebers. Beiträge, in denen Erzeugnisse von Firmen besprochen werden, dienen der Information der LeserInnen. Eine Garantieerklärung für Produkte und Firmen ist damit nicht verbunden. Für den Anzeigenteil wird keine Haftung übernommen.

ABO 2013

25€ Sechs Ausgaben mit Postzustellung, incl. Vergünstigungen für Kulturales Veranstalt.
15€ Sechs PDF- Ausgaben im Jahr per Mail.

Kontakt Johanna Lacher, Tel: 679.410.248, jlacher@telefonica.net

Konto La Caixa Castelldefels 2100 0633 31 0101125309

Anzeigen

Zielgruppe: Deutschsprachige in Katalonien, Fordern Sie die Tarifliste an! Kleinanzeigen: Suche/Biete bis 150 Zeichen kostenlos. anzeigen.taschenspiegel@gmail.com

Sponsoren

Kontakt Astrid Gester, agester@agester.net

Redaktionsschluss

der April/Mai Ausgabe Nr. 97 10.03.2013, Leserbriefe sabine@dern-gang.de

Impressum

Verteiler

Kaufexemplare (neu ab Nr 95 12/12- 1,5€)

- Buchhdlg. Colibrí, St Just Desvern
- Dt. Ind. u. Handelskammer, BCN
- Ev. Dtspr. Gemeinde, BCN
- Kath. Dtspr. Gemeinde, BCN
- Kiosk Renée, Pº Marítimo, Castdef.
- Kinderland, Castelldefels
- Restaurant Sukha, Castelldefels

Lesexemplare bei Ärzten, Anwälten, Experten unserer Sponsorenliste und

- Dt. Schule, Esplugues
- Schweizer Schule
- Dt. Generalkonsulat, BCN
- KDF, BCN
- ASET, BCN
- Goethe-Institut, BCN

Spenden Kulturales

Fördern Sie unsere Arbeit mit einer Spende: Konto La Caixa Castelldefels 2100 0633 31 0101125309
1,5 € Spende pro Zeitschriftsexemplar dient der Deckung der Kosten



Physiotherapie · Rehabilitation · Prävention



Ergonomische Büromöbel

**Individuelle Programme zur Prävention
von Rückenschmerzen am Arbeitsplatz**

Balmes 211, 5^a 2^a A · 08006 Barcelona · Tel. 93 217 75 95
info@fortefis.com · www.fortefis.com



egner _ **consult** barcelona
international insurance consulting

PETRA G. EGNER
INT. INSURANCE CONSULTING
AG. 100/1040

Qualifizierte Beratung zu allen Fragen des Versicherungswesens
in Spanien.
(spanisch, deutsch, englisch und französisch)

Bitte beachten Sie unsere neue Anschrift:
Carrer Maria, 2-4, 3^a, 08012 Barcelona
+34 93 676 04 43

www.egner-consult.com | egner@egner-consult.com

SPACE LIGHTING

Space Lighting verwirklicht Ihre Licht-Träume.

Ob Außen- oder Innenbeleuchtung, Space Lighting ist
einzigartig in der Konzeption, technischen Beratung und
Ausführung Ihrer anspruchsvollen Licht-Projekte.

Space Lighting ist Partner von nationalen und
internationalen Top-Marken wie Tal, Molto Luce, Castaldi,
Lithoss, Lutron, Marset oder Grupo MCI.

Besuchen Sie uns in unserem Showroom in Barcelona!

C/Aribau, 225 · 08021 · Barcelona
T. 93 200 42 00 F. 93 636 99 00
info@space-lighting.com
www.space-lighting.com



Architekturführungen in Barcelona

von Architekten, die in Barcelona leben und arbeiten.

Wir wenden uns an: **Fachpublikum** im Bereich Architektur,
am Baugeschehen interessierte **Laien**, **Gruppen** oder **Firmen**, die
ihren Kunden oder Mitarbeitern anbieten wollen, Barcelona auf
eine besonders anspruchsvolle Art kennenzulernen.

Führungen auf **deutsch, englisch, spanisch, oder französisch.**

G-A Barcelona | T +34 932 213 625 | M +34 667 974 055
www.ga-barcelona.es | barcelona@guiding-architects.net

VOELKER

Rechtsanwälte · Steuerberater · Wirtschaftsprüfer

Erbrecht und Erbschaftsteuer

Dr. Hans Hammann, Ingrid Llorens Memmer (MBA) und
Dr. Albert Lamarca i Marquès, Prof. Titular de Dret Civil (UPF)
sind Ihre kompetenten Ansprechpartner in allen Fragen zum
deutsch-spanischen Erbrecht und zur Erbschaftsteuer.

Voelker & Partner S.L.

Avda Diagonal, 421, 3^a
08008 Barcelona
Tel. +34 932 380 690
Fax: +34 932 180 948
barcelona@voelker-gruppe.com



Barcelona · Stuttgart/Reutlingen

www.voelker-gruppe.com

BERATUNG IN ENTWICKLUNG
ASESORIA Y DESAROLLO

JULIA SCHMADERER

Coaching | Beratung | Training

- II Begleitung in Veränderungsprozessen:
Einzelpersonen, Teams und Organisationen
- II Persönlichkeitsorientierte Trainings
- II Karriereberatung
- II Interkulturelle Vorbereitung

Kontakt
Dr. Julia Schmaderer
mail: juliaschmaderer@gmx.de
mobil: 681325704