

Eifel Wanderungen Fur Die Seele 20 Wohlfuhlwege

Eventually, you will entirely discover a further experience and finishing by spending more cash. still when? attain you admit that you require to acquire those all needs once having significantly cash? Why dont you try to get something basic in the beginning? Thats something that will guide you to understand even more regarding the globe, experience, some places, next history, amusement, and a lot more?

It is your definitely own epoch to do its stuff reviewing habit. among guides you could enjoy now is **Eifel Wanderungen Fur Die Seele 20 Wohlfuhlwege** below.

*Eifel
Wanderungen
Fur Die Seele
20
Wohlfuhlwege* 2020-04-05

OLSEN HARVEY

Glücksorte in der Eifel

Springer-Verlag
»Wandern ist ein Kräfteressen mit dem eigenen Körper. Was schaffe ich? Was traue ich mir zu? So mancher Weg scheint nie zu enden, mancher Gipfel endlos weit weg zu sein – aber am Ende kommen wir doch ans Ziel.« Wandern liegt im Trend – und das nicht erst seit der Pandemie. Manches Ausflugsziel ist inzwischen so überlaufen, dass die Umwelt darunter leidet. Dabei gibt es doch nichts Schöneres, als im Einklang mit der Natur an der frischen Luft unterwegs zu sein – schließlich ist der Mensch geradezu gemacht dafür,

lange Strecken zu Fuß zurückzulegen. Die Journalistin und passionierte Wanderin Nina Ayerle erzählt davon, wie das Gehen von einer Fortbewegungsform im Alltag zum Freizeitvergnügen wurde, warum es so guttut und was man wissen sollte, bevor man sich zum ersten Mal auf den Weg macht.

[Auswirkungen Erneuerbarer Energien auf den Erholungswert von Mittelgebirgslandschaften am Beispiel von](#)

[Nordhessen](#) Acatos-Verlag
Beer lovers and hiking enthusiasts, these 50 hikes are for you] Beer Hiking Bavaria guides you through much of what Bavaria has to offer with wonderful hikes through cobblestoned old towns, dense forests and mountain landscapes, past hilltop castles,

traditional monastic breweries and lush barley fields. Beer lovers and hiking enthusiasts, these 50 hikes are for you! Beer Hiking Bavaria guides you through much of what Bavaria has to offer with wonderful hikes through cobblestoned old towns, dense forests and mountain landscapes, past hilltop castles, traditional monastic breweries and lush barley fields. On his quest for great beer, the author has explored a host of picturesque trails far from the madding crowd. The best part? They all end up at a local brewery. [Monatsschrift für das Turnwesen](#) Scorpio Verlag
Insider-Tipps und noch viel mehr: Erleben Sie mit MARCO POLO die Eifel intensiv von den Maaren in der Vulkaneifel bis zu den Weinlagen im Ahrtal - mit dem MARCO POLO

Reiseführer kommen Sie sofort in der Eifel an. Erfahren Sie, welche Highlights Sie neben den Burgen von Manderscheid und dem atombombensicheren Regierungsbunker aus Zeiten des Kalten Kriegs nicht verpassen dürfen, dass nicht nur harte Jungs in einem Naturcamp bei Prüm ein Survivaltraining mit Kanutour und Kompasskunde absolvieren können und nicht nur zarte Fräuleins bei den süßen Verführungen im Monschauer Schokoladencafé dahinschmelzen. Mit den MARCO POLO Ausflügen und Touren erkunden Sie die Eifel auf besonderen Wegen und mit den Low-Budget-Tipps sparen Sie bares Geld. Die Insider-Tipps der Autorin lassen Sie die Eifel individuell und authentisch erleben. In jedem Band gibt es einen übersichtlichen Reiseatlas und eine herausnehmbare Faltkarte, in die natürlich auch die Ausflüge & Touren eingetragen sind. Die Gesellschaft auf Reisen – Eine Reise in die Gesellschaft Bruckmann Verlag
Morna LeFay steht mit der mythischen Anderswelt in Verbindung, doch ihre magischen Fähigkeiten

locken die Mächte aus dem Land Mercia an. Sie wird verschleppt und in die Dienste von Cwen Godiva gezwungen, an deren Hofe sie ihre Ausbildung erhält. Bald strömen unter Schmerz und Pein die „Schwarzen Schmetterlingen“ aus ihr, der Jungbrunnen für die Adligen. Aber längst schleichen dunkle Schatten durch das Schloss. Und Morna hofft, zwischen Ränkespiel und Intrigen ihre große Liebe gefunden zu haben. *Der entwurzelte Mensch* Droste Verlag
40 Touren, von Eltern und Kindern getestet und empfohlen, mit allem was Kindern draußen Spaß macht, festgehalten auf 192 Seiten. Jede Tour ist ausgestattet mit genauen Informationen, Piktogrammen und Karten, für den ultimativen Wanderspaß mit Kindern in der Eifel. Echte Vulkane, tosende Wasserfälle, riesige Wälder und verfallene Burgen: Diese Wanderziele locken jeden nach draußen! Die Eifel ist das perfekte Wander-Eldorado für die ganze Familie. Sie ziehen mit Kleinkind und Kinderwagen los? Dann folgen Sie doch den barrierefreien Touren dieses Wanderführers.

Ihre halbstarken Teens müssen sich mal ordentlich auspowern? Dann legen wir Ihnen unsere abenteuerlichen Klettersteige nahe. Für jeden etwas!
Kürschners deutscher Literatur-Kalender auf das Jahr ... Droste Verlag
Die Ehefrau des Autors Klaus le Vrang ist eine geborene Mahlberg. Die Ursprünge dieser Familie liegen in der Eifel. Das vorliegende Buch zeichnet den aktuellen Wissensstand über einen Zweig dieser weit verbreiteten Familie auf. Durch die verschiedenen Lebensläufe der Familienmitglieder insbesondere über die Jahre von 1880 bis in die heutige Zeit entsteht ein vielschichtiges Bild von Schicksalen in den letzten 150 Jahren. Es werden vor allem die Erlebnisse der Auswanderer, die die bosnische Kolonie Windthorst gegründet haben, beschrieben, auch ihre Erlebnisse in den Kriegswirren vor knapp 80 Jahren. Es ist also über eine einfache Familiengeschichte hinaus auch ein Stück Dokumentation der Zeitgeschichte, die anhand der persönlichen Erfahrungen und Entwicklungen plastische Gestaltung erfährt.

Mitteilungen Des
Rheinischen Vereins Für
Denkmalpflege und
Heimatschutz Droste
Verlag

Wandern mit allen Sinnen
Der Duft von
Sommerblumen und
würzigen Kräutern in der
Nase, der Geschmack von
reifen Früchten auf der
Zunge und wärmende
Sonnenstrahlen auf der
Haut - Rheingau und
Taunus laden zum
Wandern mit allen Sinnen
ein. Deshalb hat der Autor
und Wander-Blogger Karl-
Georg Müller, vielen als
"Schlenderer" bekannt,
für Wanderungen für die
Seele. Rheingau/Taunus
nun seine 20
entspannendsten
Lieblingstouren in der
Region zwischen den
Tälern bei Frücht, dem
Rundweg um die Saalburg
und dem Historienweg bei
Rüdesheim
zusammengestellt. Dabei
stehen Genuss und
Entschleunigung im
Vordergrund: bei der
Panoramatour mit
grandiosen Weitblicken,
bei der Erfrischungstour
am Wasser, der
Verwöhntour für das
leibliche Wohl oder der
Auszeittour inmitten
ruhiger Natur. Besinnliche
Klöster liegen auf dem
Weg, Burgen künden von
Rittern und Adligen,
malerische Städte und

Dörfer bereichern die
Landschaft. Leuchtende
Weinreben und duftende
Trauben, stille Wälder und
verschwiegene Gewässer
lassen die Seele zur Ruhe
kommen. Die Rundwege,
die Karl-Georg Müller
erschlendert hat, sind so
abwechslungsreich wie
die Region selbst. Dabei
beginnt die Erholung vom
stressigen Alltag nicht
erst beim Wandern,
sondern schon mit dem
ersten Blick ins Buch.
Großformatige Fotos und
das farbenfrohe Layout
des Wanderführers laden
zum Schmökern ein und
machen Lust, die Schuhe
zu schnüren und eine der
zwischen 7 und 26
Kilometer langen Touren
zu erwandern. Das
Rundum-sorglos-Paket
enthält darüber hinaus
Übersichtskarten und
Streckenprofile sowie
Tipps zur entspannten An-
und Abreise, genussvollen
Einkehr - oft mit Fokus
auf heimischen Produkten
- und zu Sehenswertem
am Wegesrand.

**Sokrates; Zeitschrift
für das**

Gymnasialwesen

Bergverlag Rother GmbH
Das Veedel ist des
Rheinländers Wohnstube:
Aber was tun, wenn die
Parks des Viertels längst
durchstreift und Zoo,
Museen und
Schwimmbäder überfüllt

sind. Im Umland von Köln
und Bonn finden sich mit
dem Bergischen Land,
Siebengebirge und Eifel
fantastische
Wandermöglichkeiten und
spannenden Erlebnisorte
für Familien mit Kindern.
Also raus aus den engen
Straßenschluchten und
rein in die schönsten
Naturlandschaften des
Rheinlandes. Das Rother
Wanderbuch
»ErlebnisWandern mit
Kindern - Köln - Bonn«
verspricht intensive
Naturerlebnisse, Spaß und
Genuss für die ganze
Familie! Nach
ausführlicher Recherche
mit ihren Kindern,
Freunden und Verwandten
präsentieren Oliver Welte
und Mathieu Klos 35
landschaftlich reizvolle,
von Kindern getestete
Erlebnistouren rechts und
links des Rheins zwischen
Dormagen und
Andernach, zwischen
Aachen und
Gummersbach. Die
Touren folgen den Ufern
von Seen und Flüssen,
führen durch Wiesen- und
Hügelland oder bieten
weite Blicke von den
Gipfeln der Mittelgebirge.
Neben beinahe
Bergtouren, wie im Ahrtal
oder Nationalpark Eifel,
finden sich mehrere
Naturerlebniswege durch
den Kermeter oder bei
Nettersheim. Fast immer

am Weg liegt ein schöner Spielplatz, ein aufregender Klettergarten oder ein erfrischendes Freibad. Hinweise auf zusätzliche Ausflugsziele sorgen dafür, dass beim Nachwuchs keine Langeweile aufkommt. Als Entscheidungshilfe für die Tourenauswahl bietet das Buch Altersempfehlungen, Angaben zum Schwierigkeitsgrad und zur Gehzeit sowie die »Highlights« für Kinder. Zusätzlich werden Infos zur Kinderwagentauglichkeit sowie zur Erreichbarkeit mit Bahn und Bus gegeben. Detaillierte Wegbeschreibungen mit Fotos, Höhenprofilen, Karten und GPS-Tracks zu allen Touren machen das Wandern einfach. Und nicht zuletzt erklärt ein weiser Uhu den Kindern Naturphänomene und Besonderheiten der Wanderungen.

Eifel BoD – Books on Demand

Das Ziel des vorliegenden Bandes ist es die besonderen Themen, Perspektiven und Aufgaben einer in Israel praktizierten Germanistik zu untersuchen und vorzustellen. Schon der Titel "Spuren der Schrift" verweist darauf, dass die Schwerpunktsetzung die jüdische Komponente der

deutschen Literatur ist. Zugleich aber geht es auch um eine Erweiterung der Germanistik. Die deutsche und deutsch-jüdische Literatur- und Kulturgeschichte soll gegen den Strich der üblichen Deutungsschemata gelesen werden und das Verhältnis von Theorie und historischer Erfahrung im Rahmen der deutsch-jüdischen Literatur und Wissenschaft neu bestimmt werden. Dies stellen die hier versammelten Beiträge auf vier unterschiedliche Arten vor: Teil I widmet sich der Geschichte sowie den aktuellen Rahmenbedingungen einer Germanistik in Israel . Teil II untersucht die Möglichkeit der Entwicklung einer aus der deutsch-jüdischen Literatur selbst hervorgehenden Perspektive auf Literatur, und zwar auf jede Art von Literatur. Teil III diskutiert die allgemeine Frage des Bandes nach einer Germanistik in Israel an Fallbeispielen. Teil IV rückt die Sprache als ein Medium und Problem des Dichtens wie zugleich des philologischen Nachdenkens über Dichtung in den Mittelpunkt.

Die Herrin der Dornen

Reclam Verlag

Plötzlich Sommer Der Protagonist Jean Degrange erzählt einer Journalistin, die für ihr Magazin über Schicksale berichtet, seine Lebensgeschichte. In Frankreich aufgewachsen, früh seiner Wurzeln durch die Ehescheidung der Eltern beraubt, schlägt er sich im für ihn fremden Deutschland durch. Er studiert Grafik-Design und macht sich selbstständig. Beruflich erfolgreich, avanciert er zu einem unausstehlichen Vorgesetzten und echten Workaholic. Durch mehrere Schicksalsschläge verliert Degrange fast alle Menschen, die ihm ans Herz gewachsen sind, auch mit der Liebe hat er kein Glück und so kommt er emotional an die Grenzen des Erträglichen. Dem trostlosen Alltag entflieht Degrange durch seine Leidenschaft, den Motorsport. Im Laufe der Interviews mit der Journalistin erfährt er, dass diese privat in die Falle eines Betrügers geraten ist. Degrange versucht ihr zu helfen und gerät in turbulente Ermittlungen. Die Begegnung mit einem sonderbaren Unbekannten gibt ihm weitere Rätsel auf und

verändert sein ganzes Leben. Auf dem Hintergrund seiner traumatischen Lebenserfahrungen entwickelt sich ein temporeicher Krimi. Das Leben schreibt die schönsten und spannendsten Geschichten. Dies ist keine Autobiografie, doch viele Ereignisse in diesem Roman sind tatsächlich so passiert. Der Autor verknüpft viele Situationen, die er selbst erlebt hat, oder die unmittelbar in seinem Umfeld geschehen sind, mit fiktiven Szenarien zu einer atemraubenden Geschichte mit Weisheit und Tiefgang, die den Leser fesselt.

Die Bücherwelt kassel university press GmbH
 Hans Jürgen von der Wense: Die Erde ist ein Stern, wir leben im Himmel. Das Briefwerk. Hans Jürgen von der Wense "gehört an hervorragende Stelle in jener überfälligen Geschichte der geheimen deutschen Literatur, von der ich immer träume." Botho Strauß Kann es sein, dass es neben dem eingefahrenen Literatur- und Kulturbetrieb, in dem wir uns so sicher bewegen eine Art Paralleluniversum gibt mit Texten voller Wunder, neben denen

alles verblasst, das wir kennen und für bedeutend halten? Hans Jürgen von der Wense war davon überzeugt: "Ich beschwöre Sie, es für möglich zu halten, dass alles, was wir als 'Weltliteratur' kennen, eine ganze vorläufige Trostlosigkeit ist, die großen Dinge sind noch überall geheim und Schätze", schrieb er an seinen Freund, den Komponisten Ernst Krenek. Wense lernte nach eigenen Angaben 47 Sprachen und vertiefte sich 14 Stunden täglich in die Epen der Kalmücken und Südsee-Bewohner, Sprichwörter aus Kairo, Märchen aus Kamerunin, in arabische Volkslieder, die er auf Malta entdeckte, die "Gesänge der Beduinen", und Mythen aus Brasilien, in denen er mehr Tiefe und Größe erkannte als in den gedruckten Schätzen der Bibliotheken. Doch Wense, der in seiner Jugend mit der kulturellen Avantgarde seiner Zeit zusammentraf (Rilke, Schönberg, Laskerschüler, Ernst Heckel, Kokoschka) ohne sich einer Richtung anzuschließen ("Nichts ist mir so gleichgültig wie berühmte Leute") versenkte sich nicht nur in Texte ferner Länder, aus

denen er in einem geplanten "All-Buch" eine Gegenkultur zu destillieren versuchte, seine wichtigsten und beglückendsten Erfahrungen machte er in der Natur. Auf einer Zugfahrt überwältigte Wense der Anblick der Landschaft derart, dass er darüber, wie er berichtet, "den Verstand verlor". Viele Jahre streift er ruhelos durch deutsche Mittelgebirge, sammelt Material für ein "Wander-Buch", das die "Biographie einer Landschaft" beschreiben soll und in das geologische Fakten neben Beschreibungen ekstatischer Naturerlebnisse einfließen. Doch seine ausufernden Projekte bleiben Fragment, was Wense weniger als Scheitern als sein persönliches Programm begriff. Denn er glaubte daran, dass "die höchste Gnade immer noch dem (zuteil wird), der sich in seinem Werk nicht vollenden durfte. Nur was offen bleibt, spendet ganz insgeheim der Welt, weit hinaus über die Menschenwelt, seinen überschwänglichen Reichtum." Als das eigentliche Werk gelten Wenses Briefe, in denen er sich als messerscharfer

Beobachter und beispielloser Wortvirtuose "funkelnder Sprachbilder" (Der Spiegel) beweist: barocke Sprachgebirge gehen hier mit der Präzision eines modernen Universalgelehrten eine eigentümlich faszinierende Verbindung ein. Mehr als 25.000 seiner Briefe fanden sich bei Wenses Briefpartner/inne/n von denen jetzt über 500 bei Zweitausendeins als Erstveröffentlichungen zu Hans Jürgen Wenses 110. Geburtstag erscheinen. So hinterließ Wense kein Werk, sondern etwas viel Schöneres, nämlich ein großes lichtetes Blattwerk, das im Wind rauscht und braust wie tausend Brieftauben, die von ihrem Taubenschlag aufsteigen, um in alle Richtungen davonzufliegen. Die vorliegende Edition von Wenses Briefwerk folgt ganz dem eigenwilligen Leichtsinns dieser Texte. Um zu vermeiden, seine Briefe in die Psychologie ihres Absenders oder ihrer Empfänger einzuschließen, zerreißt sie die Ordnungen, in die gewöhnliche Briefe gewöhnlich gebracht werden, wenn sie in Editorenhande fallen. Nicht ganz tausend von Wenses Briefftauben

werden mit Stichwort-Fußringen versehen und in die gewaltloseste Ordnung gebracht, die es nach Roland Barthes gibt: in die Ordnung des Alphabets. Das Editions-konzept "Die Erde ist ein Stern, wir leben im Himmel" folgt einer Buchidee von der Wenses selbst. Es lädt dazu ein, die Ausgabe wie ein "ungeschriebenes Hauptwerk" zu lesen. An Protagonisten für diese eher verschwiegene literarische Gattung mangelt es **Die Eifel** Walter de Gruyter Auch aus Steinen, die einem in den Weg gelegt werden, kann man Schönes bauen. J.W. Goethe W. M. ist der Mann mit dem Koffer. Als er im Alter auf seinen Lebensweg zurückblickt, wird ihm erst klar, wie ungewöhnlich er verlief. Was ihn antreibt, ist die Suche nach Herausforderungen und Erfolg. Ein Leben reicht eigentlich nicht aus für seine vielen Berufe und Erlebnisse. Und dann muss er im Alter von 44 Jahren plötzlich das Land Südwestafrika und seine Familie verlassen. **Erlebniswandern mit Kindern Köln - Bonn** Mair Dumont Marco Polo Loslaufen, entspannen,

Seele baumeln lassen! Grandiose Weitblicke, leise plätschernde Bäche, sich im Wind wiegende Blumenwiesen – die Eifel ist ein Wanderparadies! Und das besonders für diejenigen, die beim Wandern durch die Natur einfach mal die Seele baumeln lassen wollen. In diesem Buch sind die 20 entspannendsten Wanderungen in der Eifel zusammengestellt: Eine Entschleunigungstour zum Kloster, eine Erfrischungstour am Wasser, eine Verwöhntour für das leibliche Wohl oder eine Auszeittour inmitten ruhiger Natur – jede Wanderung ist einmalig schön! Das Rundum-sorglos-Paket enthält darüber hinaus Tipps zur entspannten An- und Abreise, genussvollen Einkehr sowie zu Sehenswertem am Wegesrand. Zu diesem Wanderführer erhalten Sie kostenlos GPS-Daten zum Download. **Langweilig war es nie - Aufregend war es immer** Bruckmann Verlag Wer in der Eifel das Glück sucht, findet es – manchmal auch an Stellen, wo man es nicht vermutet. 80 Orte für alle Glückssuchenden in Deutschlands Wildem Westen hat Angelika Koch ausgewählt.

Herausgekommen ist eine bunte Mischung: Einige der Orte sind überraschend und versteckt, andere den meisten bekannt. Immer wieder zeigt sich, dass manchmal ein kleiner Perspektivwechsel genügt, und im Nu ist das Glück gefunden: im kleinsten Museum der Welt, bei einer Natur-Zeremonie im Indianer-Tipi oder zwischen Ziegenmilch-Pralinen, frisch geröstetem Kaffee, Brot aus dem Holzofen und göttlichen Spirituosen. Natürlich geht es auch immer wieder in die Natur, in die blühende Heide, mit winzigen Orchideen, Enzianen und seltenen Tierarten, durch duftende Wälder, an und auf das Wasser und in teuflische Schluchten. Alte Gemäuer, Klöster, Schlösser und Burgen, schmucke Fachwerkhäuser, Mühlen und Grotten erzählen faszinierende Geschichten aus der Vergangenheit und laden zum Entspannen, Staunen und Entdecken ein. Angelika Koch lebt selbst in der Eifel, und ihre Begeisterung für die Gegend spiegelt sich auf jeder Seite wider. Sie selbst findet: "In der Eifel kann man auf

tausenderlei Weise glücklich sein, rasant auf der Nordschleife oder dem Mountainbiketrail, animalisch beim Wandern mit Esel oder beim Anblick eines Wolfsrudels, meditativ im Kloster oder lukullisch in einem Sternerestaurant."

Wanderungen für die Seele BoD – Books on Demand

Sie durchstreifen lichte Buchenwälder, kommen an plätschernden Bächen und erloschenen Vulkanen vorbei oder balancieren über Holzstege durchs Moor. Sie baden in klaren Seen oder im Wald oder verwöhnen Ihre Füße beim Barfußgehen. In diesem Buch finden Sie abwechslungsreiche Wanderungen und Spaziergänge, die Ihnen die Vielfalt der Eifel ohne große körperliche Anstrengungen vorstellen. Genießen Sie das Glück, inmitten der grandiosen Natur der Eifel.

Heimatbuch des Landkreises Mülheim am Rhein Droste Verlag

Das Buch geht aus verschiedenen Blickwinkeln der These nach, dass das (touristische) Reisen ein spezielles Fenster in eine Gesellschaft darstellt und damit eine Möglichkeit bietet, um über gewisse gesellschaftliche

Mechanismen und Antriebskräfte Näheres zu erfahren. Umgekehrt können wir davon ausgehen, dass das Reiseverhalten aufs Engste an gesellschaftliche Phänomene gekoppelt ist. Wer also vergangenen Entwicklungen des Reisens nachspüren, gegenwärtige Dynamiken verstehen und zukünftige Szenarien über das (touristische) Reisen erstellen möchte, muss sich unweigerlich auch mit gesellschaftlichen Grundfragen befassen. Der vorliegende Band geht aus theoretischer und praktischer Perspektive diesen vielfältigen Spannungsfeldern zwischen dem Phänomen Reisen und den gesellschaftlichen Bedingungen nach. Die einzelnen Themen werden jeweils an konkreten Beispielen aus der Praxis illustriert. Der Band stellt zudem aktuelle multi- und interdisziplinäre Diskussionen um das (touristische) Reisen an der Schnittstelle von Wissenschaft und Tourismuspraxis in ihrem Facettenreichtum dar. *Plötzlich Sommer* Ashera Verlag
 Jahrgang 1-10, 46-49
 contain Jahresberichte des

philologischen vereins. *Zeitschrift für das Gymnasialwesen* Malerische Weitblicke, beflügelnde Düfte, sanft plätschernde Gewässer, blühende Wiesen – das Bergische Land ist ein Wanderparadies. Davon konnte sich auch die Natur- und Gesundheitswanderführerin Dorothee Bastian überzeugen und präsentiert hier ihre 20 entspannendsten Lieblingstouren zwischen dem Windrather Tal, dem Wildenburger Land und den Klöstern und Kirchen an der Sieg. "Auf ausgewählten 20 Wanderungen werden landschaftlich besonders reizvolle und naturnahe Wege vorgestellt, auf denen wir durch Distanz zum Alltag Geist und Seele zur Ruhe bringen und Kraft für die tagtäglichen Herausforderungen schöpfen können", so die Autorin. Ihre Wanderungen sprechen alle Sinne an und laden zum Durchatmen ein: die Achtsamkeitswanderung entlang ruhestiftender alter Mauern, eine vitalisierende Erfrischungstour an der Wupper, eine Verwöhntour für das leibliche Wohl oder die Auszeittour inmitten

ruhiger Natur. Die 18 Rundwege und 2 Strecken, die Dorothee Bastian erschlendert hat, sind so abwechslungsreich wie das Bergische Land selbst. Dabei beginnt die Erholung vom stressigen Alltag nicht erst beim Wandern, sondern schon mit dem ersten Blick ins Buch. Großformatige Fotos und das farbenfrohe Layout des Wanderführers laden zum Schmökern ein und machen Lust, die Schuhe zu schnüren und eine der zwischen 7 und 21 Kilometer langen Touren zu erwandern. Dazu gibt es Übersichtskarten und Streckenprofile sowie Tipps zur entspannten An- und Abreise, genussvollen Einkehr und zu Sehenswertem am Wegesrand. Zudem wendet sich die Dorothee Bastian den fünf Säulen der Gesundheit nach Sebastian Kneipp zu und stellt Rezepte für Salbe, Knospentinktur und leckere Marmelade vor. Mit GPS-Daten zum Download.

Das Weiberdorf
Mit dieser Dissertationsschrift werden Ergebnisse einer empirischen Untersuchung über die Veränderung des wahrgenommenen

Erholungswertes von Mittelgebirgslandschaften am Beispiel von Nordhessen durch Erneuerbare Energien vorgelegt. Die Energiewende-Entscheidung für Erneuerbare Energien ist Spiegel eines Gesellschaftskonsens, und es stellt sich die Frage, wie eben diese Gesellschaft mit Veränderungen in der vertrauten Heimatlandschaft oder Urlaubslandschaft zurechtkommt, die durch Erneuerbare Energien ausgelöst werden. Vertraute Bilder in der menschlichen Umgebung verändern sich durch Anlage dezentraler Formen der Energieversorgung wie etwa Windkraftanlagen in besonders spürbarer Weise. Diese Veränderungen sind jederzeit gegenwärtig, werden aber von verschiedenen Menschen unterschiedlich wahrgenommen. In der vorliegenden Untersuchung liegt der Fokus auf der Frage, ob und wie Windkraftanlagen den wahrgenommenen Erholungswert verändern. Verschiedene Auswirkungen von Windkraftanlagen auf Menschen sind bereits

Gegenstand verschiedener Studien, während die systematische Untersuchung von Veränderungen des menschlichen und insbesondere individuell wahrgenommenen Erholungswertes durch Windkraftanlagen noch am Anfang steht. Die Ergebnisse der Arbeit geben differenziert Aufschluss darüber, in wie weit eine Veränderung des wahrgenommenen Erholungswertes durch Windkraftanlagen insbesondere in der Wahrnehmung von Wanderern in einer Mittelgebirgslandschaft

eintritt.
Sokrates
Covid-19 hat es wieder einmal gezeigt: Unser Lebensstil entscheidet darüber, ob wir Krisen bewältigen können, eigene Ressourcen entdecken, aktivieren und nachhaltig handlungsfähig bleiben. Das gilt für unsere psychische Gesundheit genauso wie für den Organismus: Übergewicht, Diabetes und andere lebensstilbedingte Probleme zeigten sich als zentrale Risikofaktoren für die Gefahren der Pandemie. Plötzlich rückte auch das Immunsystem wieder in den Fokus:

Welchen Einfluss haben Stress und Emotionen darauf, und kann man eine bessere Abwehr trainieren? Deutlich wurde aber auch, dass Gesundheit nicht nur die Sache jedes Einzelnen ist, sondern ebenfalls Solidarität braucht, Rücksichtnahme und Verantwortungsgefühl. Und ohne den Raubbau an der Natur wäre die Ausbreitung von Krankheitserregern viel seltener. Was tun? Professor Gustav Dobos gibt uns 8 Gesundheitsanker an die Hand, mit denen wir uns stärken und wieder verwurzeln können.