

# KURT

JANUAR 2020

Studierendenmagazin für Dortmund



## DER ATMET DOCH NOCH

Gerichtsmedizin kennen alle aus dem Fernsehen.

Aber wie läuft die Arbeit mit echten Leichen?

Kurt hat das Skalpell geschwungen.

# Eins vorab



TEXT EMILIA KNEBEL FOTO DANIELA ARNDT

Liebe Kurt-Leserinnen und -Leser, das Semester neigt sich dem Ende zu und damit stehen eine Menge Abgaben, Klausuren und Hausarbeiten an. Für uns Studierende bedeutet das Stress. Besonders für jene, die neben dem Studium arbeiten, um über die Runden zu kommen. Mir geht es als Autorin für Magazine und Zeitungen ähnlich.

In dieser Ausgabe geht es auf Seite 25 um einen außergewöhnlichen Nebenjob: Eva-Maria Schulte kümmert sich neben ihrem Medizin-Studium um den Transport von Spenderorganen. Dabei organisiert sie alles, was nötig ist, damit das Organ rechtzeitig bei der Patientin oder dem Patienten ankommt.

Ein Nebenjob kann in der Prüfungsphase allerdings ein Problem sein. Psychische Erkrankungen oder andere durch Stress verursachte Beschwerden kommen unter Studierenden immer häufiger vor. Kurt hat den Studenten Justin Jenderny begleitet, der Schlafparalyse hat – eine kurzzeitige Lähmung, für die besonders Studierende anfällig sind.

Wenn für einen Job keine Zeit bleibt, kann ein Stipendium eine gute Alternative sein, um das Studium zu finanzieren. Ab Seite 16 gibt es Tipps, welche Stipendien es gibt und wie ihr drankommt. Die sind nämlich nicht nur etwas für Einser-Studierende.

Lasst euch nicht zu sehr von der Klausurenphase stressen. Mir hilft zum Beispiel oft ein Spaziergang mit Musik auf den Ohren, um wieder runterzukommen. Ich wünsche euch viel Erfolg in den letzten Tagen des Semesters und vor allem viel Spaß beim Lesen!

Emilia

Im besten Fall bemerkt niemand die Arbeit von Marvin Guse. Dann spielt der VfL Bochum auf einem perfekten Rasen. Der Greenkeeper spricht im Interview über die richtige Pflege, Rasenmuster und Lothar Matthäus.

6



10 Mit Anfang 20 wollen die wenigsten an den Tod denken, Angst davor haben dennoch manche. So geht es auch Kurt-Autorin Sarah. Sie plant ihre Beerdigung, um sich mit der Furcht zu arrangieren.

30

Wer in der Gerichtsmedizin arbeitet, ist durchgeknallt und hat schwarzen Humor? So scheint es sonntagabends im Tatort. Wie der Beruf tatsächlich funktioniert, erklärt ein Gerichtsmediziner.

# Inhalt

---



4 **MOMENTE**  
Vermüllte Landschaften

6 **DER HERR DES RASENS**  
Zu Besuch beim Greenkeeper des VfL Bochum

9 **SAG MAL, DOC ...?**  
Wie entstehen Ohrwürmer?

10 **NACH DEM TOD**  
Unsere Autorin plant ihre eigene Bestattung

15 **RESTEESSEN**  
Wie Restaurants Müll vermeiden sollten

16 **GENIESTREICH**  
So bekommst du ohne Einser-Abi ein Stipendium

20 **FLORIAN UND SEIN HOLZ**  
Warum ein junger Mann nicht studieren will

25 **KURTS ARBEIT**  
Eine Studentin organisiert Organ-Transporte

26 **WIE GELÄHMT**  
Viele Studierende haben Schlafparalyse

30 **FAKTENCHECK TATORT**  
Wie die Gerichtsmedizin vor 20.15 Uhr arbeitet

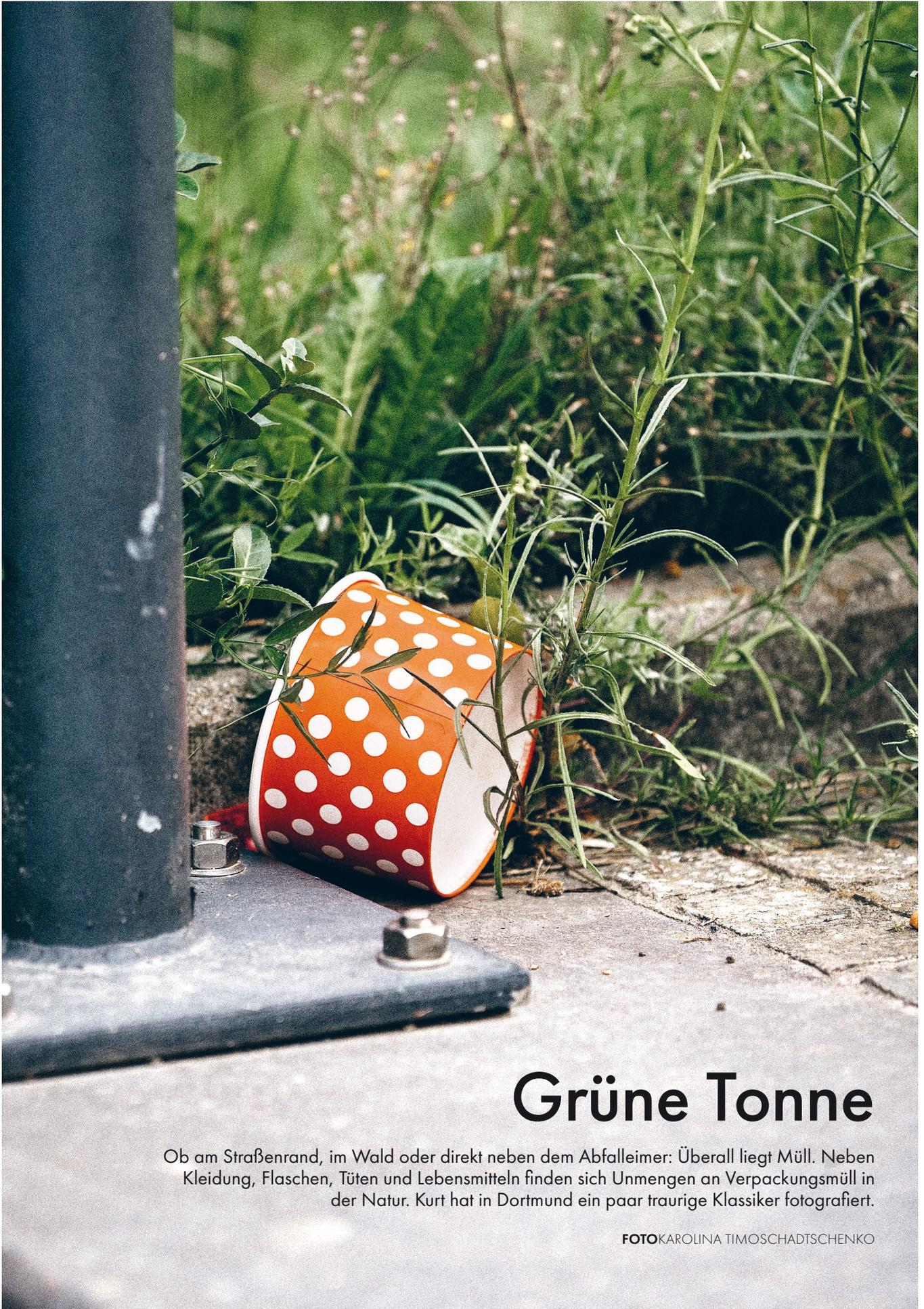
34 **SUCHTFREI RAUCHEN?**  
Möglich, trotzdem tödlich

37 **KURT UNTERWEGS**  
Kulturszene Ruhrgebiet: mehr als Toto und Harry

38 **KURTS TRIP**  
Kurt tanzt an der Stange – aber nicht für Geld

39 **IMPRESSUM**  
Wer was wann wie gemacht hat und Rätsel





# Grüne Tonne

Ob am Straßenrand, im Wald oder direkt neben dem Abfalleimer: Überall liegt Müll. Neben Kleidung, Flaschen, Tüten und Lebensmitteln finden sich Unmengen an Verpackungsmüll in der Natur. Kurt hat in Dortmund ein paar traurige Klassiker fotografiert.

FOTOKAROLINA TIMOSCHADTSCHENKO



# DAS GRÜNE NACH OBEN

Marvin Guse trägt zum Erfolg seines Vereins bei. Obwohl die Spieler sein Produkt regelmäßig mit Füßen treten, bedeutet dieser Job für ihn alles. Der Head-Greenkeeper des VfL Bochum erzählt, wie er in seinem Wohnzimmer, dem Ruhrstadion, Ordnung hält.

TEXT CALVIN REMMERT FOTO MAGNUS TERHORST & VfL BOCHUM 1848/JAN ABEN

**W**ir treffen uns im Ruhrstadion. Marvin Guse bietet mir sofort das Du an. Er führt mich durch lange schmale Gänge aus dem Stadion heraus und an den Trainingsplätzen vorbei zu einem kleinen Häuschen. Er nennt es sein Büro. Aber wie ein klassisches Büro sieht es nicht aus. Rasenproben in Quadratform stehen im Regal. Trotzdem hat alles seinen Charme. Marvin Guse ist 28 Jahre alt und Head-Greenkeeper beim VfL Bochum. Seine Aufgabe ist es, den Rasen für die Profimannschaft und das Talentwerk, der Nachwuchsabteilung des Vereins, in Schuss zu halten. An den Wänden hängen Plakate mit verschiedenen Pflanzen- und Rasenarten. „Lolium perenne“ und „Poa pratensis“. Um darüber mehr zu erfahren, bin ich hier. Wir setzen uns.

**Wenn du dich beruflich nur mit Rasen beschäftigst, genießt du dann deinen Feierabend lieber auf dem Balkon?**

Nein. Ich habe mir im vergangenen Jahr mit meiner Freundin einen Garten zugelegt – und gleich mal alles rausgerissen.

**Warum?**

Der gehörte vorher einer 93-jährigen Dame, die altersbedingt schon seit vielen Jahren nichts mehr machen konnte. In diesem Jahr kommt dann neuer Rasen rein. Nicht viele Quadratmeter, aber ich werde da natürlich genauso akribisch sein wie hier bei der Arbeit.

**Die wird alle zwei Wochen mit Füßen getreten. Tut es weh, wenn während des Spiels die Rasen-Fetzen fliegen?**

Man gewöhnt sich dran. Es ist ja immer dasselbe Spiel. Du arbeitest zwei Wochen daraufhin, den Rasen top vorzubereiten. Und dann kommen 90 Minuten, in denen dein Werk wieder zerstört wird. Das ist bitter, aber so ist das Geschäft nun mal.

**Was ist an der Rasenpflege besonders herausfordernd?**

Was da rausgetreten wird, wächst natürlich nur sehr langsam oder überhaupt nicht wieder nach – gerade im Winter. Um die Furchen aus dem Platz zu bekommen, setzen wir Stopfen. Das sind kleine Stücke Rollrasen, die wir neben dem Stadion lagern. Die werden im Winter beheizt, sodass sie nicht einfrieren. Bei richtig großen Löchern setzen wir

Blockrasen-Platten. Diese Stücke sind 40 mal 40 Zentimeter groß und vier Zentimeter stark. Wir sind vor allem damit beschäftigt, den Rasen am Leben, also grün, zu halten. Besonders schwierig wird es, wenn es bei vielen Spielen regnet. So wie in dieser Saison, das ist Pech. Ist die Intensität des Spiels hoch, kommt es zu stärkeren Spielschäden.

### **Im Sommer finden dann Konzerte im Ruhrstadion statt.**

Das ist eher die Ausnahme denn die Regel. Aber auch hier kommt es auf das Wetter und die Belastung an, wie viel man vom Rasen nach einem Konzert retten kann.

### **Hat der Rasen im Ruhrstadion Problemstellen?**

Die komplette Seite zur Castroper Straße hin liegt gerade im Winter im Schatten. Da können sich mitunter durch den Lichtmangel Schwarzalgen bilden. Dagegen gehen wir zum Beispiel mit Sand vor sowie unseren kleineren Leuchteinheiten. Die großen Vereine nutzen große Lichtelemente als künstliche Sonne, um die Fotosyntheseleistung der Pflanzen zu erhöhen. Diese großen Möglichkeiten haben wir hier nicht. Wir haben nur zwei 50-Quadratmeter-Einheiten, die stehen in den Strafräumen.

### **Wie bekommst du unter diesen Umständen trotzdem ein einheitliches Rasenbild hin?**

Es ist schwierig, wirklich alles gleichaussehend hinzubekommen. Von oben, wenn man auf der Tribüne steht oder das Feld im Fernsehen sieht, kann es täuschen. Wenn man wirklich auf dem Platz steht, sieht man schnell die Unterschiede im Rasen. Besonders, wenn man die Problemstellen kennt oder gerade ein Krankheitsbefall vorhanden ist. Das kann man sich nicht schönreden.

### **Beschweren sich die Spieler manchmal bei dir, wenn ihnen der Rasen nicht gefällt?**

Beschwerde wäre das falsche Wort, eher Interesse. Es kommt schon mal vor, dass die Spieler nachfragen, ob in der Vorbereitung etwas anders gelaufen ist als sonst oder warum der Platz nicht besser

oder widerstandsfähiger ist. Das ist verständlich. Es gab auch schon den Fall, dass ein Testspiel zur Halbzeit abgebrochen werden musste, weil es in Strömen geregnet hatte. Da haben beide Seiten gesagt: Es ergibt jetzt keinen Sinn mehr, weiterzuspielen und den Rasen kaputtzutreten. In dieser Situation weiterzuspielen, wäre sicher nicht gut für unseren Rasen gewesen. Daran sieht man, dass auch von Seiten der Profis eine gewisse Sensibilität für das Thema existiert.

### **Bist du bei der Rasenpflege schon mal an deine Grenzen gestoßen?**

Ja, im vergangenen August waren wir mit einem unserer Trainingsplätze sehr unzufrieden. Der Rasen war voller Krankheiten und musste vollständig ausgetauscht werden – kurz nach der Sommerpause. Da ist uns alles um die Ohren geflogen, was zum einen an den extrem hohen Temperaturen lag, aber auch daran, dass der Platz bereits 13 Jahre alt war und einen sehr alten Pflanzenbestand hatte sowie einen hohen Poa-annua-Anteil. Poa annua ist einjähriges Rispengras, ein Fremdgras. Und hoher Fremdgrasanteil ist nicht gut. Die Sommer sind in den letzten Jahren immer extremer geworden. Man muss viel wässern, wie im eigenen Garten. Kommen Feuchtigkeit und Hitze zusammen, entstehen schnell Krankheiten.

### **Was sind das für Krankheiten?**

Da gibt es einige, die infrage kommen können: Dollerspot, Pythium oder Gray Leaf Spot sind zum Beispiel welche, die auftreten können. Letztere kann die komplette Rasensode innerhalb weniger Tage zerstören und ist in den letzten Jahren bei den hohen Temperaturen zum richtigen Problem in unseren Stadien geworden, also nicht nur in Bochum.

### **In manchen Stadien sind die Rasenmuster wahre Kunstwerke. Hast du einen Favoriten?**

Meine Lieblingsmuster kommen aus England. Leicester City hatte zum Beispiel mal ein sehr ausgefallenes. Klasse, was da teilweise gemäht wird. Diagonal, über Kreuz: Es gibt wirklich super Sachen. Wir vertrauen hier in der Regel auf unser Schachbrettmuster, das finden wir schön. Außerdem sind wir ja auch an die Richtlinien der Deutschen Fußball Liga gebunden.

### **Wie pingelig müssen Greenkeeper sein?**

Im Stadion sind wir schon sehr akribisch, für mich das bessere Wort. Da gucken wir natürlich, dass alles sauber und in Ordnung ist, wir investieren hier rein die meiste Zeit. Aber auf den anderen Plätzen, dem Trainingsgelände der Profis oder dem des Talent-



Erstklassiger Greenkeeper-Fuhrpark für einen Klub in Liga Zwei.

werks, sind wir nicht weniger akribisch unterwegs. Manchmal helfen wir auch mit, die Rasenplätze von Amateurclubs auszubessern, bei denen wir Testspiele bestreiten.

**Im Fußball verbindet man akribisch stets mit Startrainer Pep Guardiola. Gibt es auch einen Guardiola des Greenkeepings?**

Es gibt sicher einige Head-Greenkeeper, die sehr akribisch sind und einen tollen Job machen, besonders bei den absoluten Top-Vereinen in Deutschland. Es ist schwierig, da einen herauszufiltern, obwohl man sich in der Branche kennt und gemeinsam Fortbildungen und Tagungen absolviert. Wir alle versuchen schließlich, das Beste herauszuholen.

**Wie sicherlich auch deine Freundinnen und Freunde. Holen die sich Tipps vom Profi für den eigenen Garten?**

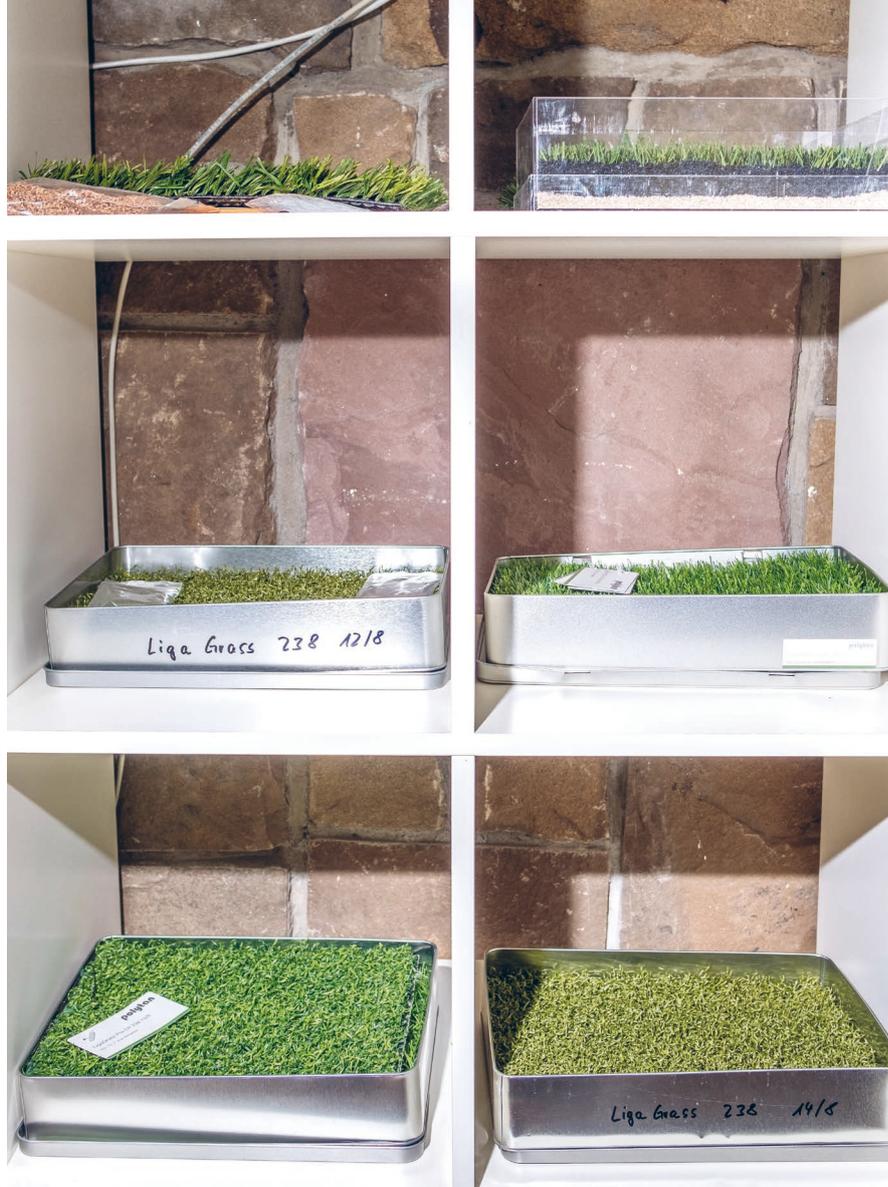
Dass die Leute auf mich zukommen und um Rat fragen, ist normal, weil ich mich in diesem Bereich gut auskenne. Man hilft ja schließlich, wo man kann.

**Und wann hat man so viel Ahnung, dass man sich Greenkeeper nennen und für Profi-Vereine arbeiten darf?**

Grundsätzlich reicht es für einen Assistenten oder eine Aushilfe, wenn man einen grünen Daumen hat und weiß: Das Grüne muss nach oben, das Braune muss nach unten. Man arbeitet schließlich mit einem Naturprodukt. Noch besser ist es natürlich, wenn man eine Ausbildung im gärtnerischen Bereich abgeschlossen hat, zum Beispiel als Garten- und Landschaftsbauer. Um eine leitende Stelle annehmen zu können, muss man gewisse Lehrgänge bei der DEULA Rheinland oder Bayern besuchen – eine Schule für angehende Pflanzenexperten. Danach ist man offizieller Fußballplatzwart. Darüber hinaus gibt es dann noch den staatlich geprüften Greenkeeper für Freisportanlagen. Diese beiden Abschlüsse sind gern gesehen und mittlerweile erforderlich, wenn es darum geht, als Greenkeeper tätig zu sein.

**Hast du diese Abschlüsse denn auch?**

Ich habe erst den Fußballplatzwart gemacht und im vergangenen Jahr mei-



Selbverständlich hat Greenkeeper Guse sogar in seinem Büro Rasen stehen. Mehrere Proben hat er in silbernen Schalen gelagert.

nen staatlich geprüften Greenkeeper/ Fachagrarwirt für Sportstätten-Freianlagen abgeschlossen. Damit bin ich in der Position des Head-Greenkeepers beim VfL Bochum 1848 angestellt.

**Du sagst selbst, du arbeitest mit einem Naturprodukt. Inwiefern hilfst du bei deiner Arbeit trotzdem mit chemischen Pflanzenschutzmitteln nach?**

Grundsätzlich orientieren wir Greenkeeper uns an dem integrierten Pflanzenschutz. Das bedeutet, dass wir erst mit mechanischer Pflege und physikalischen Eigenschaften Rasenkrankheiten vorbeugen. Sollte der Schaden trotzdem unaufhaltsam größer werden, muss nach dem sogenannten Schadschwellenprinzip entschieden werden und eventuell mit Pflanzenschutzmittel gearbeitet werden. Mit dem Prinzip bestimmen

wir, wie sehr der Rasen von Krankheiten und Unkräutern befallen ist.

**Uli Hoeneß hat mal gesagt, dass Lothar Matthäus nicht mal Greenkeeper werden würde, so lange er und Kalle Rummenigge etwas zu sagen hätten. Ist das eine Beleidigung für die Rasenpfleger-Branche?**

Ich glaube einfach, dass es in Deutschland generell so ist, dass die Greenkeeper noch nicht den Stellenwert wie etwa in England haben. Obwohl sie hier genauso gut ausgebildet werden, das Ansehen wächst und die Fähigkeiten sich jedes Jahr weiterentwickeln. Der Rasen in Wembley gilt nicht umsonst als heilig. Wenn man den als Unbefugter betritt, ist das eine Todsünde. Aber wir sind hierzulande inzwischen auf einem guten Weg.

# Wie entstehen Ohrwürmer?

PROTOKOLL SOPHIE EMILIE BEHA FOTO DANIELA ARNDT ILLUSTRATION NANNA ZIMMERMANN

Erst seit Anfang der 2000er Jahre wird über Ohrwürmer geforscht, die Forschungsergebnisse sind also vergleichsweise jung. Ohrwürmer sind Musik-Ausschnitte, die wir unfreiwillig im Kopf immer wieder wiederholen – in der Fachsprache nennt man das „involuntary musical imagery“. Es ist sehr interessant, dass der Mensch die Fähigkeit hat, sich Musik im Kopf vorzustellen, noch dazu in einer sehr präzisen Abfolge. Bei Ohrwürmern geschieht das Vorspielen bruchstückhaft – wie bei einer kaputten Schallplatte.

Manche Lieder erzeugen eher Ohrwürmer als andere. Die Songs sind meistens sehr einfach, ihre Melodik ist eingängig, es gibt einen kleinen Tonumfang und bestimmte Töne oder Rhythmen werden wiederholt – wie bei Kinder- oder Volksliedern. Auch Songs mit penetranten Wiederholungen im Text, die prinzipiell nicht zum Verständnis beitragen, lösen oft Ohrwürmer aus. Zum Beispiel „Umbrella“ oder „Disturbia“ von Rihanna oder „Käsebrötchen“ von Helge Schneider.

Außerdem weisen Ohrwürmer ungewöhnliche Merkmale auf, zum Beispiel musikalische Wendungen, mit denen wir nicht rechnen oder Akkorde, die auf ungewohnte Art aufgelöst werden. „Who let the dogs out?“ von Baha Men ist ein gutes Beispiel. Das Hundegebell kommt dort sehr unerwartet vor. Und in Carly Rae Jepsens „Call Me Maybe“ fehlt im Schluss des Refrains ein Beat auf einer eigentlich betonten Taktzeit. Das ist ungewohnt und geht ins Ohr. Über diese ungelöste musikalische Situation denken wir unbewusst nach, auch wenn wir die Musik gar nicht analysieren können. Dadurch bleibt uns der penetrante Musiksnipsel im Kopf.

Für einen Ohrwurm kann es bestimmte Auslöser geben: Man hat herausgefunden, dass bestimmte motorische Handlungen dazu führen können, dass Melodien wieder ins Gedächtnis gerufen werden. Das kann zum Beispiel passieren, wenn wir einen Rhythmus mit den Fingern auf dem Tisch trommeln oder mit dem Fuß wippen. Auch Situationen, in denen wir das Lied gehört haben, können einen Ohrwurm auslösen, wenn wir sie wieder erleben.

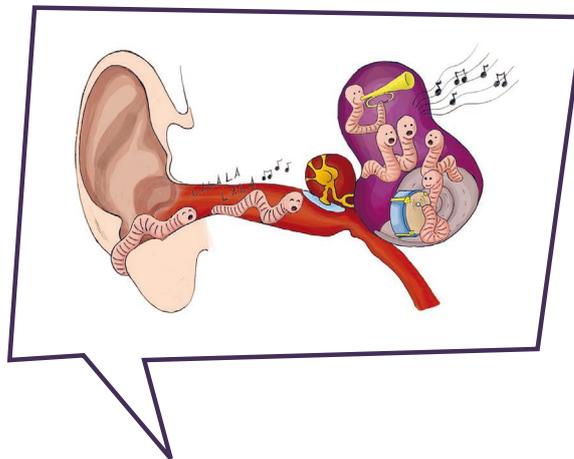
In der Musikindustrie werden Songs geschrieben, die ins Ohr gehen sollen. Dabei bedienen die Komponisten sich aller musikalischer Strukturen, von denen sie wissen, dass sie eine breite Masse ansprechen. Der perfekte Ohrwurm liegt zwischen besonders einfach und besonders komplex: Zu

einfach ist langweilig, zu komplex ist anstrengend. Natürlich ist die Grenze subjektiv und individuell sehr unterschiedlich.

Der Ohrwurm verschwindet irgendwann von selbst wieder. Das kann sein, weil wir uns an ihn gewöhnt haben oder weil er langweilig geworden ist. Oft ist es für die betroffene Person einfach nicht nützlich, sich weiter mit dem Musikfetzen auseinanderzusetzen. Die meisten bleiben maximal drei Wochen im Kopf, besonders penetrante können allerdings auch nach Jahren wieder auftauchen. Es gibt keine Möglichkeit, Ohr-

würmer willentlich zu beenden.

**Dr. Jan Reinhardt ist Lehrbeauftragter für systematische Musikwissenschaft an der TU Dortmund.**





**DEM TOD GANZ NAH**

Kurt-Autorin Sarah Linnert hat Angst vor dem Tod. Um sich mit dieser Angst zu konfrontieren, fährt sie in ein Bestattungshaus. Sie plant ihre eigene Beerdigung und findet heraus, dass es dafür selbst mit Anfang 20 nicht zu früh ist.

TEXT SARAH LINNERT FOTOSIMON JOST

Das Regal, auf dem die Urnen stehen, könnte in einem der Sneaker-Läden hängen, in denen ich gern einkaufe: Jedes Modell steht in einem eigenen Holzquader an der Wand. So kommt etwas Ordnung in das Angebot. Weiter reichen die Gemeinsamkeiten nicht. Denn die Entscheidung für meine eigene Urne fällt mir deutlich schwerer als die für ein Paar Schuhe.

### FRÜHE PLANUNG ALS MITTEL GEGEN DIE ANGST

In Deutschland ist die Wahrscheinlichkeit gering, in meinem Alter zu sterben. Nur jede fünftausendste Frau stirbt mit Anfang 20. Ich bin 22, gesund und zufrieden. Der Tod scheint weit weg. Angst davor habe ich trotzdem. Ich möchte mich mit dieser Angst versöhnen und vereinbare deshalb einen Termin mit einer Bestatterin, um meine eigene Beerdigung vorzubereiten. Seit der Beerdigung meiner Großcousine habe ich mir viele Gedanken darüber gemacht, wie meine eigene wohl aussehen wird.

Für meine Bestattungsvorsorge treffe ich mich mit Ute Heiler in ihrem Bestattungshaus – ein modernes Gebäude mit bodentiefen Fenstern an einer Haupt-

straße in Bielefeld, meiner Heimatstadt. Frau Heiler trägt einen blauen Hosenanzug, eine helle Bluse, Lippenstift. Für das Gespräch gehen wir in ihren Besprechungsraum. Den habe sie bewusst heller eingerichtet, als sie es von anderen Bestattern kenne, sagt die 58-Jährige. Das Licht ist warm und scheint durch die Glasscheibe, die den Raum vom Flur trennt. Um einen Holztisch in der Mitte stehen Stühle, darauf eine Vase mit frischem Grün.

„Dann schießen Sie mal los“, sagt Frau Heiler. Dass jemand in meinem Alter zu ihr kommt, sei eine Ausnahme. „Da habe ich in meiner Zeit jetzt vielleicht fünf Fälle gehabt, mehr nicht“, sagt sie. Ich erzähle ihr, was ich mir für die Zeit von meinem Tod bis zu meiner Beerdigung wünsche – und was nicht. Themen, über die ich bisher nicht einmal mit meinen Eltern gesprochen habe. Mit Frau Heiler ist es einfacher, über Blumenkränze und Sterbehemden zu reden. Sie hört genau hin. Sie erstellt nach meinen Wünschen eine Kostenaufstellung und macht Notizen, die sie bis zum Todesfall aufbewahrt. „Und da Sie noch sehr jung sind, werden wir darüber natürlich immer mal wieder sprechen“, sagt sie. „Es kann sich ja noch so viel verändern in Ihrem Leben.“

Obwohl ich mir ein langes Leben voller solcher Veränderungen wünsche, denke ich, dass der Tod die größte Veränderung von allen ist. Schließlich weiß niemand, was danach kommt. Von dem Zeitpunkt meines Todes bis zur Beerdigung wird viel passieren. Frau Heiler erklärt mir, dass die Person, die mich findet, als Erstes eine Ärztin oder einen Arzt anruft. Stellt diese oder dieser eine natürliche Todesursache fest, wird mein Leichnam zur Beerdigung freigegeben.

### VORBEREITUNGEN IM VERSORGUNGSRAUM

Falls nicht, informiert sie oder er die Polizei. „Das heißt, Sie würden erstmal beschlagnahmt werden“, sagt Frau Heiler. Dann darf mich niemand mehr anfassen. Der Überführungsdienst holt mich mit einem Überführungsfahrzeug vom Sterbeort ab und fährt mich in die Gerichtsmedizin. Polizei und Staatsanwaltschaft beginnen zu ermitteln. Wenn die Ermittlungen abgeschlossen sind, werde ich zur Bestattung freigegeben. Das bedeutet, Frau Heiler kann mich mit den erforderlichen Dokumenten abholen.

Sie zeigt mir den Versorgungsraum, in den sie mich als Erstes bringen würde.



Beerdigung im Sarg oder in der Urne? Bestatterin Ute Heiler zeigt Kurt-Autorin Sarah verschiedene Modelle.

Wir erreichen ihn mit einem Fahrstuhl. Als wir den Raum betreten, wird mir unwohl. Den silbernen Metalltisch in der Mitte verbinde ich mit Tatort-Szenen, in denen Gerichtsmedizinerinnen und Gerichtsmediziner erklären, welche Spuren sie an einer Leiche gefunden haben. Das Metall glänzt. Am Kopfende flacht die Tischplatte ab und mündet in eine Art Abfluss. „Weil wir manche Menschen auch ein bisschen waschen müssen“, sagt Frau Heiler. „Das mache ich auch häufig mit Angehörigen zusammen, wenn sie sich das vorstellen können.“ Die Idee passt nicht in meine Tatort-Szenerie und ich versuche, Platz für sie in meinem Kopf zu schaffen.

Ich fände es tröstlich, wenn einer meiner Liebsten daran beteiligt wäre, sich um meinen leblosen Körper zu kümmern. „Für die Trauerarbeit der Angehörigen ist das total schön“, sagt Frau Heiler. „Das tut ihnen manchmal gut, die Mutter oder den Vater nochmal an-

zukleiden und die Haare richtig zu legen, das so als letzten Liebesdienst zu machen.“ Darüber entscheiden werden meine Angehörigen selbst.

### **WAS SOLL MEIN LETZTES OUTFIT WERDEN?**

Ich allerdings kann bestimmen, welche Kleidung mir meine Angehörigen oder Frau Heiler auf dem silbernen Tisch anziehen sollen. Zur Wahl stehen private Kleidung oder ein „Sterbehemdchen“. Frau Heiler zeigt mir zwei Exemplare. Sie sind farblos mit hohem Kragen, hinten offen – so wie man es von Krankenhaushemden kennt. „Nicht unbedingt schön“, sagt Frau Heiler. Ich finde sie irgendwie nichtssagend. Mir ist meine eigene Kleidung lieber und, zugegeben, steht mir meist das am besten, was andere für mich ausgesucht haben. Deshalb lege ich nichts Konkretes fest und überlasse die Entscheidung lieber meiner Familie.

Nachdem ich angekleidet und hergerichtet wurde, können sich meine Angehörigen in einem von zwei Abschiedsräumen von mir verabschieden. Diese befinden sich im zweiten Stock, weit weg vom silbernen Tisch also. In einem der Räume steht ein weißer Sarg vor einer grauen Tapete, davor drei Kerzenleuchter, an den Seiten Stühle und ein Sofa. „Da sitzen dann die Angehörigen?“, frage ich. „Genau. Oder dann geht mal einer wieder raus oder jemand kommt und weiß noch nicht so richtig, tastet sich ein bisschen vor und kann aber auch nur dasitzen“, sagt Frau Heiler und belebt damit meine Vorstellung. Ich sehe, wie meine Eltern vor dem offenen Sarg stehen und mein Bruder noch mit sich hadert. Und ich sehe ihnen die Trauer an. Im ersten Moment versuche ich, dieses Bild loszuwerden. Dann lasse ich es zu.

Als ich Frau Heiler gebeten habe, mit mir ein Vorsorgegespräch zu führen,

habe ich nicht mit einer solchen Wucht an Eindrücken gerechnet. Mir fehlen die Worte und ich stehe nur so da, die Hände in den Hüften. Mich überrascht, wie lebendig die Szenen in meinem Kopf werden, die sich nach meinem Tod in ihrem Bestattungshaus abspielen könnten. Dabei ist er eigentlich noch so weit weg, der Tod. Diese Bilder geben mir das Gefühl, ihm schon einmal die Hand schütteln zu können. Das erleichtert mich.

### **IN EINER URNE KANN ICH LEUCHTEN UND RUHE FINDEN**

Nachdem meine Angehörigen sich verabschiedet haben, wird mein Leichnam beigesetzt. Frau Heiler fragt mich, ob ich mir eine Feuer- oder eine Erdbestattung wünsche. Ich stelle mir nicht gerne vor, wie ich in einem Sarg unter der Erde liege und kein Licht mehr da ist. „Ich möchte verbrannt werden“, sage ich. Denn Feuer ist Licht – zumindest kurz.

„Gibt es denn eine Urne, die Ihnen auf Anhieb gefällt?“, fragt Frau Heiler. „Ich möchte auf jeden Fall etwas Helles“, sage ich, als wir vor dem Regal stehen, das mich an die Sneaker-Läden erinnert. Dort sind Holzurnen, einige mit Goldrand, Tonurnen und einzelne aus Papier. Ich nehme eine aus Pappe in die Hand. Ihre Höhe gleicht der meines Unterarms. Ich versuche zu begreifen, dass mein ganzer Körper – dass ich – da mal hineinpassen soll. Daran scheitere ich. Für einen Sarg lässt sich dieser Gedanke einfacher fassen.

Trotzdem wünsche ich mir, nach meinem Tod verbrannt und als Asche in

einer Urne bestattet zu werden. Denn vielleicht rieselt in meine Aschekapsel ja nur der Abfall, den mein Körper macht. Das eigentlich Wichtige – das, was an Volumen bei der Verbrennung verloren geht, ich – kann dann ganz woanders Ruhe finden. Irgendwo, wo es nicht so dunkel ist.

Die Urne in meiner Hand erinnert an diesen Ort: leicht, einfache Form, gerade Linien, kein Motiv. Es scheint fast, als könne sie leuchten, wenn man eine Kerze hineinstellen würde. Zwar bin ich katholisch und glaube an Gott, auf Auferstehung und Himmelfahrt verlasse ich mich aber nicht. Dieses Licht, das ich mir in der Urne vorstelle, kann alles sein. Ein Leben danach oder die Seele oder etwas ganz anderes. Es schließt keine Idee aus. Das gefällt mir.

Zur Verbrennung werde ich von Frau Heiler maximal zehn Tage nach meinem Tod in ein Krematorium gefahren. Frau Heiler erklärt mir, dass auf den Sarg, in dem ich in den Ofen geschoben werde, ein Schamottestein mit einer Vorgangsnummer gelegt wird. „Der Stein verbrennt nicht und fällt dann mit in die Kapsel rein“, sagt sie, „sodass es auch wirklich keine Verwechslung gibt.“ Die Asche wird zwischen vier und fünf Kilogramm wiegen. Frau Heiler kann die zugeschweißte Aschekapsel beim Krematorium abholen „und dann müssen wir Sie auf einem Friedhof beisetzen“.

Bevor das passiert, soll es eine Trauerfeier geben – so mein Wunsch. Im ersten Stock hat Frau Heiler einen eigenen Raum für solche Feiern. Er ist groß, mit vielen Fenstern und viel hellem Holz.

Ganz vorne stehen zwei Bodenvasen. Dazwischen ist Platz. Ich setze mich auf einen Stuhl in einer der hinteren Reihen. „Wir könnten auch einen Kreis machen“, sagt Frau Heiler. „Oder eine Beamer-Präsentation abspielen, da vorne lässt sich eine Leinwand runterziehen, alles, was man so möchte.“

### **WIE ICH MIR MEINE TRAUERFEIER VORSTELLE**

Ich überlege, was ich eigentlich möchte. Dass viele Leute kommen. Dass sie feiern und singen, weil ich Schweigen und Tränen nie gut aushalten konnte. Frau Heiler nennt das „Lebensfeier“. Zwei der Lieder, die gespielt werden sollen, weiß ich schon. Ich habe einen Freund, der auf der Gitarre spielen und dazu singen würde. Der Titel des Liedes ist



Die Formen der Erinnerungen sind vielfältig. Es ist möglich, das Abbild eines Gesichts anzufertigen.

» Sie sind noch sehr jung, es kann sich ja noch so viel verändern in Ihrem Leben. «

Ute Heiler, Bestatterin in Bielefeld



„Gute Reise“. Das zweite soll mein Lieblingslied „Welcome Home“ sein.

Ich möchte, dass meine Angehörigen an mich denken und keine Blumenkränze mit seidenen Schleifen und Sprüchen in Schnörkelschrift mitbringen. Frau Heiler sagt, dann könne man stattdessen um Spenden bitten, damit dieser Wunsch direkt auf die Trauerkarten gedruckt werden kann. Außerdem wäre es schön, wenn sich meine Liebsten abends treffen. Ich bin jung und feiere gern abends. Das sei schwierig, sagt Frau Heiler, „weil die Friedhöfe meistens nur bis 14 Uhr beerdigen“. Die Arbeitszeiten der Friedhofsgärtner ließen das nicht anders zu. Das frustriert mich. Ich lege meine Bestattung auf den frühen Morgen, damit sich die Gäste zumindest am Abend vorher treffen oder im Anschluss brunchen gehen können.

Frau Heiler und ich sprechen auch darüber, wer von meinem Tod erfahren und zur Feier kommen wird. Gäbe es eine Todesanzeige mit meinem Namen in der Zeitung, bezweifle ich, dass sie alle wichtigen Menschen in meinem Leben sehen würden. Damit meine Liebsten von meinem Tod erfahren und die Nachricht nicht als Push-Mitteilung

per Smartphone versandt wird, werde ich die Namen aller Menschen aufschreiben, die mir wichtig sind. Dann kann Frau Heiler sie per Post zur Beisetzung einladen.

### **MEMENTO MORI: BEDENKE, DASS DU STERBEN WIRST**

Nach der Trauerfeier soll meine Urne auf dem Friedhof beigesetzt werden, auf dem sich das Grab meiner Großcousine befindet. Ich möchte keinen teuren Grabstein und auch kein Beet davor. Es wird ein Grab, über das der Rasenmäher drüberfahren kann, mit einer Platte im Boden, auf der meine Daten stehen.

Und das war es dann mit mir.

Am Ende unseres Gesprächs rät mir Frau Heiler, für die Finanzierung meiner Bestattung eine Sterbeversicherung abzuschließen. Auf ihrer Kostenaufstellung steht nachher ein Preis für meine Bestattung. Voraussichtlich ein mittlerer vierstelliger Betrag. Die Kosten kann ich mit einer monatlichen Zahlung in die Versicherung ansparen. Wenn ich den Betrag erreiche, muss ich nicht mehr zahlen. Sterbe ich vorher, zahlt die Versicherung. Alternativ könnte ich mir

ein eigenes Sparkonto für diesen Fall anlegen. In beiden Fällen müssen meine Angehörigen nicht für meine Bestattung aufkommen – und das ist mir am wichtigsten. Ich bin bereit, dafür zehn Euro im Monat auszugeben. Mehr gebe ich aufs Jahr gerechnet auch nicht für Sneaker aus.

All die Entscheidungen, die ich mit Frau Heiler besprochen habe, werden wohl nicht beeinflussen können, was meine Angehörigen in ihrer Trauer brauchen. Vielleicht lindern ein schwerer Grabstein, Blumenkränze oder ein Sterbehemdchen das, was sie fühlen. Vielleicht nicht. In der Bestattungsvorsorge mit Frau Heiler habe ich eine Auswahl getroffen und damit allen, die mich beim Gehen begleiten möchten, ein Angebot gemacht.

Das erleichtert mich. Aber meine Angst vor dem Tod bin ich trotzdem nicht losgeworden. Zumindest hat sich mein Verhältnis zu ihr verändert. Die Angst ist zwar noch ein Gedanke, aber sie ist weniger präsent und drückend, da ich nun vorbereitet bin. Ich habe herausgefunden, was mir gefällt. Und das ist im Besonderen dieser Ort, an dem es nicht so dunkel ist.

# Gebt uns den Rest!

In jedem Heft schreiben wir eine Mail – dieses Mal an den Deutschen Hotel- und Gaststättenverband. Denn jährlich werfen Restaurants übrig gebliebenes Essen direkt vom Teller in die Tonne. Unsere Autorin fordert ein Umdenken der Branche.

TEXTALICE PESAVENTO

Neue Nachricht: Essensverschwendung \_ □ ×

---

Von: Alice Pesavento

An: Deutscher Hotel- und Gaststättenverband

Betreff: Essensverschwendung

---

Sehr geehrte Gastronominnen und Gastronomen,

hören Sie endlich auf, massenweise Essen zu verschwenden. Sie werfen jedes Jahr 1,7 Millionen Tonnen Lebensmittel weg – obwohl das meiste davon noch genießbar ist. So haben es Forscher der Uni Stuttgart errechnet. Das sind 14 Prozent aller weggeworfenen Lebensmittel in Deutschland. So kommen Sie auf mehr als 4657 Tonnen Essen pro Tag, was dem Gewicht von mehr als 3000 Kleinwagen entspricht. In Ihren Restaurants sollten Sie dafür sorgen, dass nicht so viel im Abfall landet: Führen Sie eine Widerspruchslösung ein. Was das ist? Ganz einfach: Sie packen das Essen ein, das Gäste nicht verspeist haben, und geben es ihnen mit nach Hause. Nur wenn eine Kundin oder ein Kunde ausdrücklich sagt, dass sie oder er die Reste nicht mitnehmen möchte, entsorgen Sie sie.

Die Verpackungen für die Doggy Bags sollten nachhaltig sein. Sie könnten Tüten und Boxen aus recyceltem Papier oder kompostierbaren Rohstoffen wie Zuckerrohr verwenden. In vielen deutschen Haushalten ist es ohnehin üblich, übrig gebliebenes Essen aufzubewahren und später zu verzehren. Warum sollte das nicht auch in Ihren Restaurants funktionieren? Bei diesem System können Sie Ihre Kundinnen und Kunden einbeziehen. Schon jetzt gibt es einige Restaurants, die ein paar Euro mehr berechnen, wenn sich jemand einen vollen Teller vom Buffet holt und das meiste liegen lässt. Das könnten mehr Lokale umsetzen. So essen die Gäste entweder auf oder beteiligen sich zumindest an den Mehrkosten für die Verpackungen.

Außerdem sollte jeder Gastronomiebetrieb in Deutschland öffentlich machen, wie viel Essen er pro Jahr wegschmeißt. So würden Verbraucherinnen und Verbraucher auf Anhieb erkennen, welche Betriebe viel in die Tonne werfen, und könnten diejenigen fördern, die wenig Lebensmittel verschwenden. Wer nachhaltig arbeitet, hat dann ein Verkaufsargument. Zudem hätten Sie, liebe Gastronominnen und Gastronomen, dadurch einen besseren Überblick und könnten Ihre Essensverschwendung reduzieren.

Mit relativ wenig Aufwand könnten Sie viel für die Umwelt tun. Also machen Sie's.

Mit freundlichen Grüßen  
Alice Pesavento

Senden 

# STIFTEN GEHEN

Studierende müssen keine Überflieger sein, um ein Stipendium zu bekommen. Wer ein paar einfache Tipps beachtet, findet leichter ein passendes Förderprogramm. Hier kommt Kurts Stipendien-Knigge.

TEXTNIKO WIEDEMANN

## TIPP 1

### Sich die Bewerbung einfach zutrauen

Ein verbreiteter Irrglaube ist, dass nur Einserkandidatinnen und -kandidaten ein Stipendium bekommen. Tatsächlich setzen die meisten Stiftungen keine Bestnoten voraus. Bei der Stiftung der Deutschen Wirtschaft reicht es zum Beispiel, wenn sich die Noten im oberen Drittel des jeweiligen Leistungsspiegels bewegen. Beim Stipendium der SPD-nahen Friedrich-Ebert-Stiftung genügt es, wenn die Leistungen besser sind als der Durchschnitt des Studienfachs.

Außerdem berücksichtigen die Stiftungen in der Regel den fachlichen Kontext. „Eine Zwei ist im Maschinenbau zum Beispiel mit das Beste, was man erreichen kann, während sie in anderen Fächern tatsächlich nur einer ‚guten Leistung‘ entspricht“, sagt Ulrike Magarin von der Stipendienberatung der TU-Dortmund. Zudem würden bei vielen Stiftungen auch die Lebensumstände betrachtet. „Auch ein Abitur mit einem Notendurchschnitt von 2,5 muss kein Ausschlusskriterium sein. Einige Schülerinnen und Schüler kümmern sich intensiv um ihre jüngeren Geschwister oder müssen zum Lebensunterhalt der Familie beitragen, das heißt, sie haben weniger Zeit, um sich auf die Schule zu konzentrieren.“

## TIPP 2

### Passende Suchmaschinen nutzen

Die Auswahl an Stipendien ist riesig. In Deutschland gibt es aktuell etwa 2500. Orientierung bietet beispielsweise die Online-Suchmaschine „Stipendienlotse“ des Bildungsministeriums. Dort lässt sich das Angebot über Kriterien wie das Studienfach, den Standort der Hochschule oder den angestrebten Abschluss (Bachelor, Master, Promotion) filtern. Tauchen unter den Ergebnissen die 13 Begabtenförderungswerke oder das Deutschlandstipendium auf, sollten Studierende sich diese zuerst anschauen. Wichtig ist, auf der jeweiligen Website alle formalen Anforderungen und Auswahlkriterien nachzulesen.

Die Begabtenförderungswerke sind die 13 größten Stipendienggeber in Deutschland. Stipendiatinnen und Stipendiaten erhalten monatlich bis zu 744 Euro Unterhalt und 300 Euro Büchergeld. Neben der finanziellen Förderung bieten die Begabtenförderungswerke kostenlose Weiterbildungen an, zum Beispiel Seminare zur beruflichen Orientierung. Auf Netzwerktreffen können Stipendiatinnen und Stipendiaten Kontakte knüpfen.

Das Deutschlandstipendium fördert Studierende mit 300 Euro im Monat. Das ist zwar deutlich weniger als bei den Begabtenförderungswerken. Dafür müssen Stipendiatinnen und Stipendiaten keine Gegenleistungen erbringen. Die Begabtenförderungswerke erwarten oft Semester- oder Jahresberichte.

## DIE 13 BEGABTEN- FÖRDERUNGS- WERKE

### 1 Avicenna-Studienwerk

- › fördert muslimische Studierende und Promovierende
- › Auswahlkriterien: überdurchschnittliche Leistungen, gesellschaftliches Engagement
- › Bewerbungsfristen: bis 01.04. für das WS 2020/21 und bis 01.10.2020 für das SoSe 2021

### 2 Cusanuswerk

- › fördert katholische Studierende und Promovierende
- › Auswahlkriterien: hervorragende akademische Leistungen, gesellschaftliches Engagement, transdisziplinäres Interesse
- › Bewerbungsfristen: bis 24.07.2020

### TIPP 3

#### Stipendien kleinerer Stiftungen prüfen

Kommt keins der Begabtenförderungswerke infrage, bieten sich Stipendien kleinerer Stiftungen an. Deren Kriterien unterscheiden sich zum Teil deutlich von großen Stiftungen. Die Dr. Arthur Pfungst-Stiftung fördert finanziell bedürftige Studierende. Das Stipendium der Erich-Müller-Stiftung richtet sich an angehende Ingenieurwissenschaftlerinnen und -wissenschaftler. Die Aktion Luftsprung unterstützt Studierende mit chronischen Erkrankungen.

Die kleinen Stipendien werden allerdings nicht in jeder Datenbank aufgeführt. Entsprechend aufwendig ist die Recherche. Magarin von der TU Dortmund empfiehlt, sich direkt an die Beratung der jeweiligen Hochschule zu wenden, wenn keins der großen Stipendien infrage kommt.

### TIPP 4

#### Auf das Profil der Stiftung achten

Es ist zwar sinnvoll, sich parallel für mehrere Stipendien zu bewerben. Wer aber Einheits-Massenbewerbungen verschickt, hat kaum Aussicht auf Erfolg. Die Stipendienggeber legen Wert darauf, dass sich Bewerberinnen und Bewerber im Motivationsschreiben mit ihren Zielen auseinandersetzen und überzeugend begründen, warum sie ins Profil der Stiftung passen.

Entsprechend sollte sich das Motivationsschreiben inhaltlich an den Auswahlkriterien der Stiftung orientieren. Parteinahen Stiftungen ist es wichtig, dass Bewerberinnen und Bewerber ihre politischen Grundwerte teilen. Bei konfessionellen Stiftungen wie dem Avicenna-Studienwerk und dem Cusanuswerk spielt aktiv gelebter Glaube eine große Rolle. Der Stiftung der Deutschen Wirtschaft ist Interesse an wirtschaftlichen Zusammenhängen wichtig.

## DAS ANGEBOT DER STIPENDIENBERATUNG

Die Stipendienberatung der TU Dortmund begleitet Studierende beim Prozess der Recherche, von der Auswahl bis zur Bewerbung und den Auswahlgesprächen. Dafür gibt es Workshops und individuelle Sprechstunden. Sie bietet mittwochs von 13 bis 15.30 Uhr eine offene Sprechstunde in der Emil-Figge-Straße 61 an. Der nächste Informationsworkshop zu Stipendien ist am 12. Februar. Aktuelle Termine zu weiteren Workshops finden Studierende unter [www.tu-dortmund.de/stipendien](http://www.tu-dortmund.de/stipendien).

### 3 Ernst Ludwig Ehrlich Studienwerk

- › fördert jüdische Studierende und Promovierende
- › Auswahlkriterien: überdurchschnittliche Studienleistungen & gesellschaftliches Engagement
- › Bewerbungsfristen: 01.04. bis 01.06.2020

### 4 Evangelisches Studienwerk Villigst

- › fördert evangelische Studierende und Promovierende
- › Auswahlkriterien: gesellschaftliches Engagement, gute Studienleistungen
- › Bewerbungsfristen: bis 01.03. für das WS 2020/21 und bis 01.09.2020 für das SoSe 2021

### 5 Friedrich-Ebert-Stiftung

- › SPD-nah
- › Auswahlkriterien: politisches Denken, überdurchschnittliche Leistungen, gesellschaftliches Engagement
- › Bewerbungsfristen: bis 31.05. für das WS 2020/21 und bis 30.11.2020 für das SoSe 2021

### 6 Friedrich-Naumann-Stiftung für die Freiheit

- › FDP-nah
- › Auswahlkriterien: liberales Engagement überdurchschnittliche Leistungen
- › Bewerbungsfristen: bis 30.04. für das WS 2020/21 und bis 31.10.2020 für das SoSe 2021

### 7 Hanns-Seidel-Stiftung

- › CSU-nah
- › Auswahlkriterien: christlich-soziale Grundeinstellung, gute Studienleistungen, gesellschaftliches Engagement
- › Bewerbungsfristen: bis 31.05. für das WS 2020/21 und bis 30.11.2020 für das SoSe 2021

### 8 Hans-Böckler-Stiftung

- › Begabtenförderungswerk des Deutschen Gewerkschaftsbundes (DGB)
- › Auswahlkriterien: gewerkschaftliches oder gesellschaftspolitisches Engagement, gute Studienleistungen
- › Bewerbungsfristen: bis 01.02.2020

### 9 Heinrich-Böll-Stiftung

- › Grünen-nah
- › Auswahlkriterien: hervorragende Leistungen, gesellschaftliches Engagement, politisches Interesse
- › Bewerbungsfristen: bis 01.03. für das WS 2020/21 und bis 01.09.2020 für das SoSe 2021

## DAS DEUTSCHLAND-STIPENDIUM

- › *Auswahlkriterien: überdurchschnittliche Leistungen, gesellschaftliches Engagement, Auszeichnungen und Preise, vorangegangene Berufstätigkeit und Praktika*
- › *Bewerbungsfristen: werden von der jeweiligen Hochschule festgelegt. An der TU Dortmund: 15.08. bis 15.09.*

### TIPP 5

#### Jedes gesellschaftliche Engagement einbringen

Der ausführliche Lebenslauf sollte vollständig sein: Jedes gesellschaftliche Engagement sollte darin auftauchen, sei es noch so klein. Dazu zählt auch Betätigung in der Hochschulpolitik oder in der Fachschaft. Bewerberinnen und Bewerber ohne Engagement müssen begründen können, was sie daran hindert.

Die Form des Engagements ist nicht entscheidend. „Wir bewerten nicht, ob unsere Geförderten nun im Fußballverein die Juniorenmannschaft trainieren, ein Familienmitglied pflegen oder sich bei Amnesty International einbringen“, heißt es etwa bei der Studienstiftung des deutschen Volkes.

### TIPP 6

#### Genug Zeit für die Bewerbung einplanen

Wer sich für ein Stipendium bei einem Begabtenförderungswerk bewirbt, braucht in der Regel ein Gutachten über das gesellschaftliche Engagement und mindestens ein ausführliches Fachgutachten einer Dozentin oder eines Dozenten. „Wenn ein Professor im Forschungssemester ist oder gerade viel zu tun ist, kann das eine Weile dauern“, sagt TU-Stipendienberaterin Ulrike Magarin.

Eine weitere Herausforderung ist, sich im Motivationsschreiben möglichst gut zu verkaufen, ohne einen überheblichen Eindruck zu hinterlassen. Das gelingt oft nicht auf Anhieb. Daher sollten Bewerberinnen und Bewerber ihren Text mehrfach gegenlesen lassen und überarbeiten. Viele der Begabtenförderungswerke verlangen zusätzlich einen ausführlichen Lebenslauf, der als Fließtext geschrieben werden muss.

Die Bewerbung nimmt also – zumindest bei den großen Stiftungen – viel Zeit in Anspruch. Wer sich bei einem der Begabtenförderungswerke bewirbt, sollte mindestens zwei Monate vor Fristende anfangen. Bei kleineren Stiftungen ist die Bewerbung oft weniger aufwendig. In der Regel genügen ein Lebenslauf, ein Motivationsschreiben und eine Zeugnis-Kopie.

Studienanfängerinnen und -anfänger mit einem guten Abitur sollten sich möglichst umgehend bewerben. Denn viele Stiftungen fördern nur bis zu einem bestimmten Semester. „Einige Personen starten im Studium richtig durch, da ist es besser, sich vielleicht erst im dritten, vierten Semester zu bewerben, wenn das Abitur nicht so gut war“, sagt Beraterin Magarin.

## Fortsetzung

### Die 13 Begabtenförderungswerke

#### 10 Konrad-Adenauer-Stiftung

- › CDU-nah
- › *Auswahlkriterien: intellektuelle Fähigkeiten, gute Allgemeinbildung, Nähe zu den Werten der Stiftung, allgemeines & politisches Engagement*
- › *Bewerbungsfristen: bis 15.07.2020 für das WS 2020/21*
- › *bietet zudem ein Sonderprogramm für angehende Journalisten an*

#### 11 Rosa-Luxemburg-Stiftung

- › Linken-nah
- › *fördert besonders Studierende aus Nicht-Akademikerfamilien oder mit Migrationshintergrund, Frauen, sozial Bedürftige & Studierende mit Behinderung*
- › *weitere Auswahlkriterien: hohe fachliche Leistungen, gesellschaftliches Engagement*
- › *Bewerbungsfristen: bis 01.04. für das WS 2020/21 und bis 01.10.2020 für das SoSe 2021*

#### 12 Stiftung der Deutschen Wirtschaft

- › *fördert Studierende mit Interesse an wirtschaftlichen Zusammenhängen*
- › *Auswahlkriterien: Noten im oberen Drittel des Leistungsspiegels, gesellschaftliches Engagement, Zielstrebigkeit, Freude an der Teamarbeit*
- › *Bewerbungsfristen: bis 27.04.2020*
- › *bietet ein Sonderprogramm für Lehramtsstudierende an*

#### 13 Studienstiftung des deutschen Volkes

- › *Auswahlkriterien: Intellektuelle Fähigkeiten, Leistungsbereitschaft und Motivation, soziale Kompetenz, gesellschaftliches Engagement und ein breites Interessensspektrum*
- › *Bewerbungsfristen: Anmeldung für den Auswahltest vom 14.01. bis zum 19.02.2020, Studierende im 1./2. Semester können sich bis zum 04.10. bewerben, höhere Semester können sich jederzeit bewerben, Vorschläge von Dozenten sind jederzeit möglich*

## TIPP 7

### Auf die Auswahlverfahren vorbereiten

Bei den großen Stiftungen durchlaufen Bewerberinnen und Bewerber ein mehrstufiges Verfahren. Auswahlkommissionen sichten zunächst unter den Bewerbungen aus. Wer in die engere Auswahl gekommen ist, wird meistens zu einem persönlichen Gespräch eingeladen.

Dieses orientiert sich am Lebenslauf. Bei der Studienstiftung des deutschen Volkes stehen etwa folgende Fragen im Zentrum: Werden die notwendigen Leistungen mitgebracht? Wie ist die Leistungsbereitschaft? Wofür setzt die Person sich ein? Was treibt sie außerhalb des Studiums an und um?

Im Auswahlgespräch müssen Bewerberinnen und Bewerber überzeugend begründen, warum sie ins Profil der Stiftung passen. Die Begabtenförderungswerke wollen wissen, was Studierende sich von ihren Weiterbildungsangeboten versprechen, um ein rein finanzielles Interesse auszuschließen.

Die Friedrich-Ebert-Stiftung empfiehlt, sich im Auswahlgespräch nicht zu verstellen. Das bedeute, auch zu Lücken im Lebenslauf zu stehen: „Kaum ein Lebenslauf ist ‚perfekt‘ und schnurgerade – und gerade das kann eine Bewerbung auch sehr interessant machen. Offenheit und Ehrlichkeit ist immer die beste Lösung“, heißt es in einer Broschüre der Stiftung.

Einige Stiftungen führen nicht nur Gespräche, sondern wählen zusätzlich anhand der Leistungen in Auswahltests, Gruppendiskussionen, Kurzvorträgen oder in Aufsätzen aus.

# 5 KLEINERE STIPENDIEN

## FundaMINT-Stipendium der Telekom-Stiftung

- › fördert Lehramtsstudierende einer weiterführenden Schulform mit einem MINT-Fach
- › Auswahlkriterien: gute Leistungen im MINT-Fach, gesellschaftliches Engagement, Begeisterung für Lehrerberuf, Schule und Bildungsthemen
- › Bewerbungsfrist: voraussichtlich Januar 2021 für das WS 2021/22

## Stipendium der Dr. Arthur-Pfungst-Stiftung

- › fördert finanziell bedürftige Studierende
- › Auswahlkriterien: BAföG-Berechtigung, gute Leistungen, Einhalten der Regelstudienzeit
- › Bewerbung ist jederzeit möglich

## Stipendium der Aktion Luftsprung

- › fördert junge Studierende mit chronischen Erkrankungen
- › unterstützt insbesondere Studierende mit Mukoviszidose, entzündlichen Darmerkrankungen, Multipler Sklerose und Rheumatoider Arthritis
- › Bewerbungsfrist: 15.04.2020

## Stipendium der Erich-Müller-Stiftung

- › fördert angehende Ingenieurwissenschaftler
- › Auswahlkriterien: Bachelor-Abschluss, Studium an einer Universität, gute Leistungen
- › Bewerbungsfrist: bis 31.03.2020

## Stipendium der Peter-Fuldt-Stiftung

- › fördert Studierende und Promovierende, die aufgrund ihres sozialen Umfeldes und/oder ihrer ethnischen Zugehörigkeit unter ihrer Herkunft zu leiden haben
- › Auswahlkriterien: finanzielle Bedürftigkeit, gute Leistungen, Zielstrebigkeit
- › Bewerbung ist jederzeit möglich

## > ZUSAMMENFASSUNG

### 1 Sich die Bewerbung zutrauen

Noten sind nicht alles, auch die Lebensumstände zählen.

### 2 Passende Suchmaschinen nutzen

Sie erleichtern die Suche und geben einen guten Überblick.

### 3 Kleine Stipendien prüfen

Abseits der Begabtenförderungswerke umschauen.

### 4 Auf das Profil der Stiftung achten

Deutlich machen, warum du ins Profil der Stiftung passt.

### 5 Jedes gesellschaftliche Engagement einbringen

Auch das Maskottchen im Verein zählt.

### 6 Genug Zeit für die Bewerbung einplanen

Die kann mitunter ganz schön umfangreich sein.

### 7 Auf die Auswahlverfahren vorbereiten

Need we say more? Just know your shit.

# EIN AZUBI STEHT IM WALDE

Nach dem Abitur gilt es, sich zu entscheiden: Studium oder Ausbildung? Für viele ist dieser Weg von Beginn an klar. Die meisten möchten studieren. Für Florian ist das nichts. Nach dem Abitur hat er eine Ausbildung zum Forstwirt begonnen.

TEXT SASCHA MATTHIAS ERDELHOFF FOTO SIMON JÖST





## » Harte, schwere Arbeit und am Wochenende Überstunden machen: Das ist nicht mehr die überwiegende Realität. «

Thomas Behrning, Sprecher der Kreishandwerkerschaft Hellweg-Lippe, über das schlechte Bild vom Handwerk.

Vorsicht“, tönt es durch den Wald. Dann herrscht Stille. Kurz danach landet mit einem dumpfen Krachen die 20 Meter hohe Fichte im Gehölz. Das Kreischen der Kettensäge beginnt. Florian sägt die abstehenden Äste ab. Er geht weiter zum nächsten Baum. Behutsam setzt der 19-Jährige die scharfen Zacken der Kettensäge an den Stamm und schneidet eine erste Kerbe in den Baum. Sie bestimmt, in welche Richtung der Baum fallen soll. Dann folgt ein zweiter Schnitt auf der gegenüberliegenden Seite. Mit einem Keil, den Florian nun immer weiter in den Stamm schlägt, bringt er den Baum schließlich zu Fall.

### **EIN STUDIUM IST NICHT FÜR ALLE DIE RICHTIGE WAHL**

Die Holzernte ist eine wichtige Aufgabe von Florian Trockels. Er macht eine Ausbildung zum Forstwirt im ersten Lehrjahr beim Landesbetrieb Wald und Holz mitten im Sauerland. Noch vor wenigen Monaten bestand sein Alltag aus Schulbank drücken und Hausaufgaben machen, nun ist er fast jeden Tag draußen im Wald unterwegs. Morgens um sieben Uhr geht es für Florian los: Bäume fällen, Holz schneiden, Zäune bauen. Sogar bei einer Jagd durfte er schon mithelfen. „Es gibt eigentlich keine Arbeit im Wald, die mir keinen Spaß macht, solange das Wetter gut ist“, erzählt er. Die riesige Fichte, die noch vor wenigen Minuten aufrecht im Wald

stand, liegt nun auf dem kalten Waldboden. Für Florian war es besonders wichtig, einen Beruf auszuüben, bei dem er in der Natur unterwegs sein kann und der ihn körperlich fordert. Den ganzen Morgen verbringt er so draußen im kalten Wald. Nachdem Florian sein Abitur in der Tasche hatte, entschied er sich für eine handwerkliche Ausbildung und damit gegen ein Studium.

Gymnasium, Abi, Studium. Für viele scheint dieser Weg von vornherein klar. Laut dem Bundesinstitut für Berufsbildung haben 2017 rund 516.000 Menschen neue Ausbildungsverträge abgeschlossen. Davon haben knapp 30 Prozent vorher Abitur gemacht. Die Zahl der Abiturientinnen und Abiturienten in Ausbildungsberufen ist in den vorigen Jahren aufgrund der hohen Abiturientenzahlen gestiegen. Häufig bevorzugen sie kaufmännische sowie Medien- und Technik-Berufe. Im Handwerk liegt ihre Zahl nur zwischen 10 und 14 Prozent. Nicht für jeden ist ein Studium die richtige Wahl. Nach einer Studie des Deutschen Zentrums für Hochschul- und Wissenschaftsforschung brechen 29 Prozent aller Bachelorstudierenden ihre Hochschulausbildung wieder ab.

Peter Martin Thomas arbeitet für das Sinus-Institut und war Co-Autor mehrerer Jugendstudien der Einrichtung. Er hat sich unter anderem mit der Frage beschäftigt, weshalb sich Jugendliche

mit hoher Bildung eher für ein Studium entscheiden. „Die jetzige Generation nimmt wahr, dass die Welt außenrum ein bisschen unsicherer geworden ist“, sagt Thomas. „Viele glauben, dass sie mit einem Studium später mehr Geld verdienen können. Und viele wollen sich mit einem Studium mehr Optionen offenlassen.“ Das sei eine ganz gute Strategie. Doch auch im Handwerk gebe es eine große Vielfalt.

### **KEINE INFORMATIONEN ÜBER AUSBILDUNGEN**

Thomas sieht noch weitere Gründe: Jugendlichen fehle der Zugang zum Handwerk, weil in der Schule viel kognitiv gearbeitet werde. „Viele Lehrerinnen und Lehrer haben das Handwerkliche nie erlebt und selbst keinen Zugang dazu.“

Auch Florian hätte sich mehr Unterstützung von seiner Schule gewünscht: „Wenn man sich für eine Ausbildung interessiert hat, dann musste man sich zu hundert Prozent selbst darum kümmern.“ Mögliche Studiengänge wurden vorgestellt, aber dass es nach dem Abitur mit einer Ausbildung weitergehen kann, darüber sei in Florians Schule nicht gesprochen worden. Auf seine Ausbildung ist er stattdessen durch seine Familie gekommen, erzählt er. Die war schon immer viel zum Jagen im Wald unterwegs. Nach einem Praktikum beim Förster war für ihn klar: Er möchte eine Ausbildung zum Forstwirt machen.



Arbeitsplatz Wald: Florian Trockels (links) mit seinem Ausbilder Heribert Peters.

Die Mehrheit der Abiturientinnen und Abiturienten sieht die Sache anders und entscheidet sich für ein Studium. Arbeitskräfte, die fehlen. Besonders im Handwerk. Dort lag die Zahl der unbesetzten Ausbildungsstellen laut Bundesinstitut für Berufsbildung 2018 bei 17.387 Stellen. Zum Vergleich: 2009 waren es noch 4611 Stellen. Peter Martin Thomas vom Sinus-Institut sieht dafür mehrere Gründe: „Wir haben allen Kindern immer erzählt: Ihr müsst an die Hochschule gehen. Und das machen jetzt auch alle. Wir haben die ganze

Masse ein bisschen in die falsche Richtung getrieben.“ Außerdem erklärt er, dass es im Handwerk durchaus mal drückig werden könne und die Ausbildung häufig nicht gut bezahlt sei. „Das wird nicht gerade mit Spaß assoziiert.“

### **BETRIEBE FINDEN ZUNEHMEND WENIGER AUSZUBILDENDE**

Das schlechte Image des Handwerks sieht auch Thomas Behrning als Problem. Er ist Sprecher der Kreishandwerkerschaft Hellweg-Lippe, zu der unter

anderem Betriebe aus Unna und Hamm gehören. Seiner Meinung nach täuscht der Eindruck, den viele immer noch vom Handwerk haben: „Es ist nicht mehr so, wie man sich das vorstellt. Harte, schwere Arbeit, zehn Stunden pro Tag und am Wochenende Überstunden machen: Das ist nicht mehr die überwiegende Realität.“ Für viele Betriebe sei es trotzdem immer schwieriger, interessierte und zugleich geeignete junge Menschen zu finden, sagt Behrning. Für ihn ist klar, dass ein vermeintlich hoher Abschluss nicht immer der richtige Weg



Materiallager im Sauerland statt Audimax in der Großstadt – für Florian war das eine gute Entscheidung.

für den einzelnen jungen Menschen sein muss. Durch mehr Informationen für Lehrerinnen und Lehrer, Eltern und Jugendliche könne das Image des Handwerks verbessert werden. „Akademiker-Eltern haben oft selbst keine Ahnung vom Handwerk und seinen beruflichen Chancen“, sagt Behrning.

### **SO VIEL NATUR GIBT ES IM STUDIUM NICHT**

Schon wieder wird es laut. Florian läuft mit der Kettensäge an den meterlangen Baumstämmen entlang und schneidet einen Ast nach dem anderen ab. Der schlammige Waldboden, auf dem Florian steht, verzeiht keine einzige saubere Stelle auf seiner Arbeitskleidung. Zwischendurch hört er kurz auf. Dann ist es im Wald komplett still. Morgens könne er manchmal sogar Hirsche beobachten,

erzählt Florian. So viel Natur gebe es im Studium nicht. Seine Entscheidung gegen ein Studium wertet Florian nicht als vertane Chance: „Auf die Forstwirtschaft bezogen, halte ich das ehrlich gesagt für Blödsinn. Denn wenn man wirklich im Wald gearbeitet hat, ist man fachlich besser. Egal, welche Tätigkeit man danach in dem Bereich ausübt.“

Letztendlich sei es wichtig, dass alle Schultypen das gesamte Bildungsspektrum im Blick haben, meint Experte Peter Martin Thomas: „Es ist wichtig, dass man Gymnasiasten zeigt: Ihr könnt etwas Handwerkliches machen. Es ist aber auch wichtig, dass man Hauptschülern zeigt, dass sie sich weiter an Schulen fortbilden können.“ Um das Nachwuchsproblem im Handwerk zu lösen, müssten die Ausbildungsbetriebe zudem besser werden und an ihrer Bekanntheit in

jugendlichen Lebensräumen arbeiten. Und dabei müsse man auch über Geld reden. Gerade Friseurinnen oder Friseure verdienen sehr wenig.

### **GEMÜTLICHE ABENDE AM LAGERFEUER**

Für Florian hat Geld nur eine Nebenrolle bei der Berufswahl gespielt. Der Spaß und das gute Gefühl am Ende des Tages seien ihm wichtiger, erzählt er. Für seine Ausbildung ist Florian mitten ins Sauerland gezogen. Am Wochenende geht es für ihn meistens wieder zurück zu Freundinnen, Freunden und der Familie. Doch auch in seiner Ausbildung hat Florian neue Leute kennengelernt. Nach einem anstrengenden Arbeitstag sitzt er manchmal mit den anderen Azubis draußen neben dem Forsthaus am Feuer.

# Gegen die Zeit

Etwa 9000 Menschen warten in Deutschland auf ein Spenderorgan. Findet sich ein passendes, muss eine Niere oder Lunge häufig hunderte Kilometer zurücklegen – in wenigen Stunden. Eva-Maria Schulte ist dafür verantwortlich, dass während des Transports nichts schief läuft.

TEXT&FOTO LAURA LESER



Wenn Eva-Maria Schulte am Schreibtisch sitzt, geht es um Leben und Tod – und das unter enormem Zeitdruck: Manchmal hat die 26-Jährige sechs Stunden Zeit, mal nur vier. Dann muss die Lunge oder das Herz nach Beginn der Entnahme aus einem Körper bei der Empfängerin oder dem Empfänger sein. Eva-Maria kümmert sich um den Transport von Spenderorganen. Sie bucht Krankenwagen, Helikopter oder Linienflüge.

„Früher war ich total aufgeregt, meine ersten Dienste waren der Horror“, sagt Eva-Maria. Heute sei sie gelassener. Seit drei Jahren arbeitet sie im Ruf- und Bereitschaftsdienst für die Deutsche Stiftung Organtransplantation (DSO) in Essen. Die Stiftung koordiniert alle Organspenden in Deutschland. Eva-Maria studiert Medizin an der Universität Duisburg-Essen.

Ihr Studium ist eine Voraussetzung für den Job. In ihrem Büro stehen ein Schreibtisch, ein Schrank – und ein Bett. Wenn Eva-Maria während ihrer bis zu 16 Stunden langen Schichten keinen Transport betreut, legt sie sich hin. Wenn es ernst wird, plant die Studentin etwa einen Transport von Köln nach Bochum. Das sei einfach. Komplizierter sei es, wenn ein Organ am nächsten Morgen mit dem Linienflug von Frankfurt über München nach Zagreb muss.

Nach wie vor sei sie in diesen Fällen angespannt, sagt Eva-Maria. Zu ihren Aufgaben zählt es, Transportwege zu organisieren, Rücksprachen zu vereinbaren und manchmal einen kompletten Transport neu zu planen. Ist ein Organ unterwegs, muss sie ständig erreichbar sein. „Heute wird es stressig, wenn ich meine anderen Aufgaben nicht fertigbekomme, weil die ganze Zeit das Telefon klingelt“, sagt sie. Und pro Spenderin und Spender klingelt das etwa 100 Mal. Aber: „Ich habe gerne Verantwortung und arbeite gerne unter Druck.“

Die Organe, für die Eva-Maria zuständig ist, stammen ausschließlich von hirntoten Spenderinnen und Spendern. Vermutet eine Klinik in NRW den Hirntod, meldet diese sich über eine Hotline bei der DSO. Eva-Maria leitet die Information an die DSO-Koordinatorinnen und -Koordinatoren weiter, die dann mit den Ärztinnen und Ärzten in der Klinik sprechen, den Hirntod selbst noch einmal prüfen und den potentiellen Spenderinnen und Spendern Blut entnehmen. Dieses wird im Anschluss auf Krankheiten geprüft und auf genetische Übereinstimmung. Dann übernimmt die Stiftung Eurotransplant die Vermittlung der Organe und informiert Eva-Maria erneut. Die Organisation des Transports beginnt.

Eva-Maria arbeitet durchschnittlich 16 bis 20 Stunden pro Woche. Da sie nicht durchgehend etwas zu tun hat, verdient sie während einer 16-Stunden-Schicht etwa 150 Euro. Durch Nacht- und Wochenenddienste variiert ihr Gehalt. Die Einarbeitung in den Job dauert zwei bis drei Monate. Denn manche Schichten sind sehr aufwändig.

Da sind etwa Entnahmen bei zwei Spenderinnen und Spendern mit jeweils allen Organen zu organisieren. Im Studium kommt Eva-Maria mit Menschen in Kontakt, die ein Organ erhalten haben oder lange darauf warten. „Da habe ich so ein paar Patienten im Kopf, denen ich gewünscht hätte, dass sie ein Organ bekommen“, sagt sie.

# DIE ENDLOSE NACHT

Besonders Studierende sind anfällig für das Phänomen Schlafparalyse. Justin Jenderny ist einer von ihnen. Wie lebt es sich mit einer Schlafstörung, bei der körperliche Lähmung auf Halluzinationen trifft?

TEXT LEA TOKARSKI FOTOSIMON JOST & MAGNUS TERHORST



Justin will schreien. Doch er kann nicht. Er fühlt sich, als sei ihm die Luft abgeschnürt worden. Es ist zwei Uhr nachts. Der damals 14-Jährige liegt in seinem Bett im dunklen Kinderzimmer. Er will einen Arm bewegen. Keine Chance. Den Kopf drehen, einen Finger rühren, nicht möglich. Er will fliehen, denn er scheint nicht allein im Raum zu sein.

Am Fußende seines Bettes vermutet er die Umrisse eines Mannes. Justin meint, darin seinen Vater zu erkennen. Der Mann spricht nicht, er bewegt sich nicht. Justin kann nichts tun, die Lähmung hält an. Dann zucken Muskeln in seinem Körper. Die Lähmung löst sich. Justin knipst das Licht auf seinem Nachttisch an. Er atmet auf. Er ist allein. Allein mit einem Stuhl voller Wäsche am Ende seines Bettes.

## **IN DER SCHWEBE ZWISCHEN SCHLAF UND WACHSEIN**

Obwohl dieser Schreckmoment zehn Jahre her ist, erinnert sich Justin genau daran. „In so einem Moment will man einfach nur weg. Egal wohin, Hauptsache weg“, sagt der große, dunkelhaarige Lehramtsstudent im schwarzen Kapuzenpullover. Es war nicht die erste Nacht, in der sein Körper wie gelähmt

war und er halluzinierte. Und auch nicht die letzte. Bis heute erlebt er regelmäßig dieses Phänomen, das Schlafparalyse heißt.

Studierende sind überdurchschnittlich anfällig für Schlafparalysen. Das haben die US-Forscher Brian A. Sharpless und Jacques P. Barber in Untersuchungen mit 36.500 Personen herausgefunden. Demnach liegt die Wahrscheinlichkeit, dass Studierende mindestens einmal in ihrem Leben eine Schlafparalyse erleben, bei 28 Prozent. Bei psychisch Erkrankten sind es sogar 32 Prozent, in der Gesamtbevölkerung nur 7,6 Prozent.

Max Fuhrmann und Gerhard Mayer vom Institut für Grenzgebiete der Psychologie und Psychohygiene in Freiburg beschreiben Schlafparalysen als universelles Phänomen, das „unabhängig von Zeit, Ort und Kultur auftritt“. Trotzdem hätten viele Betroffene noch nie davon gehört und würden sich demnach nicht damit auseinandersetzen.

Justin brauchte Jahre, bis er erfuhr, dass es für seine nächtlichen Erlebnisse einen Namen gibt – und, dass Schlafparalysen mehr sind, als einfach nur schlecht geschlafen zu haben. Er glaubt, dass er in seiner bisher schlimmsten Nacht mehr als 30 Mal in der Schwebe

zwischen Wachsein und Schlaf war. Er beschreibt diese Erfahrung als „die endlose Nacht“. „Ich bin immer wieder wach geworden, kurz danach direkt wieder eingeschlafen und dann ging es wieder von vorne los.“ Dass der Körper während des Schlafens gelähmt ist, ist völlig normal. Diese Lähmung der Muskeln ist überlebenswichtig für Menschen, damit sie sich im Schlaf nicht bewegen. Träumt man zum Beispiel davon, von einer Klippe zu springen, darf sich diese Handlung nicht auf die Realität übertragen. Sonst würde man ständig aus dem Bett fallen.

## **STRESS ALS URSACHE FÜR SCHLAFPARALYSEN**

Zum Phänomen Schlafparalyse kommt es, wenn die Lähmung durch äußere Einflüsse anhält, obwohl die Wachphase schon eingesetzt hat. Riccardo Stoohs von der Dortmunder Somnolab Privatklinik für Schlaftherapie sagt: „Das ist wie ein Tor von Schlaf zu Wachsein, das geschlossen werden muss.“ Bei einer Schlafparalyse ist der Übergang vom REM-Schlaf – also der Schlafphase, in der besonders lebhaftere Träume vorkommen – zum Wachsein verschwommen. Die Betroffenen erkennen zwar durch das Wachwerden ihre Umgebung, nehmen jedoch ihre Traumerlebnisse mit

Eyes closed, shut down. Feet in the air, head on the ground. Can you feel the world? It's shaking! Gravity's awakenin'.

*In seinem Song „Gravity“ verarbeitet Justin das, was er durch seine Schlafparalyse nachts erlebt.*

in den Wachzustand. Zudem kann das zentrale Nervensystem beeinflusst werden, sodass der Körper auch für einen kurzen Moment in der Wachphase noch gelähmt ist.

Die Wissenschaft ist sich uneinig, warum Schlafparalysen entstehen. Stress, ein unregelmäßiger Schlafrhythmus, grundlegende Veränderungen im Leben oder ein starker Koffein- oder Alkoholkonsum könnten Ursachen sein. „Da Schlafmangel und Stress häufig in der Studienzzeit vorkommen, ist es nicht abwegig, dass Studierende so anfällig für Schlafparalysen sind“, sagt Stoohs.

Justin nimmt sein Studium nicht als Stress wahr. Doch könne er nachvollziehen, dass die Uni bei vielen zu Unsicherheit führe: „Bei Kindern und Jugendlichen wird der Alltag von den Lehrern und Eltern bestimmt. Das Studium hingegen ist eine Phase, in der die meisten jungen Erwachsenen sich viel mit sich selbst beschäftigen: Wie bezahle ich am Ende des Monats meine Miete? Schaffe ich mein Studium? Wie kann ich ein erfülltes Leben führen?“

Woher die Schlafparalysen bei ihm selbst kommen, weiß Justin nicht ge-

nau. Er beobachtet, dass sie vor allem auftreten, wenn er mit vielen negativen Gedanken ins Bett geht: „Wenn ich mich in mein Gedankenkarussell reinsteigere, fühlt es sich an wie ein tiefes Wasserbad, aus dem ich nicht mehr herauskomme.“ Sein Ventil ist die Musik. Jeden Donnerstag trifft er sich mit seiner Band Joker's Kingdom. Im Proberaum der Alternative-Rockband ist Platz für zwei Schlagzeuge, Mikros, Gitarren, große Boxen und Verstärker.

### **GEGEN SCHLAFPARALYSEN GIBT ES KEINE MEDIKAMENTE**

Als Erstes spielen die vier Musiker den Song „Gravity“. Den hat Sänger und Gitarrist Justin geschrieben, um das zu verarbeiten, was er durch die Schlafparalysen in vielen Nächten erlebt. Gefolgt von einem Intro aus lauten Schlagzeugklängen und rockigen Gitarrenriffs singt er: „Eyes closed, shut down. Feet in the air, head on the ground. Can you feel the world? It's shaking! Gravity's awakenin'.“ Seine Schlafparalysen nennt er im Refrain „my little sadistic fairytale“, sein eigenes grausames Märchen. Die Musik hilft ihm, seine Schlafprobleme zu vergessen: „Mit Gravity konnte ich die

Zeit aufarbeiten, in der ich besonders viele Schlafparalysen hatte.“

Medizinische Therapien brauchen Schlafparalytikerinnen und -paralytiker nicht. Schlafwissenschaftler Stoohs sagt: „Auch wenn Schlafparalysen natürlich Angst machen: Sie sind nichts Krankhaftes.“ Deshalb gibt es keine Medikamente dagegen. Selbst dann nicht, wenn wie bei Justin starke Halluzinationen auftreten. Die hat er noch heute, allerdings erscheinen ihm keine Schattenmenschen mehr. Stattdessen hört er einen immer lauter werdenden bedrohlichen Ton, wie bei einem „Jumpscare in einem Horrorfilm“. Da er schon seit einigen Jahren weiß, dass seine nächtlichen Erlebnisse nicht krankhaft sind, belasten sie ihn nicht. Seit er sich mit dem Phänomen auskennt, hat er auch keine Angst mehr davor.

75 Prozent aller Schlafparalysen gehen laut Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern mit Halluzinationen einher. Bei visuellen Halluzinationen sehen die Betroffenen Schattenmenschen, geometrische Figuren oder Geister. Oft werden sie scheinbar von Verwandten oder tierähnlichen Wesen besucht. Es gibt auch Erfahrungsberichte über Druck auf dem



Justins Ventil, um aus dem Gedankenkarussell auszusteigen, ist die Musik.

Brustkorb, Gefühle des Erwürgtwerdens sowie Hitze oder Kälte. Bei akustischen Halluzinationen hören Betroffene zum Beispiel herannahende Schritte. Stoohs empfiehlt Betroffenen, ein Schlaf-Tagebuch zu führen: Darin könnten sie notieren, wie sie sich beim Zubettgehen gefühlt haben und wie anschließend der Schlaf war. „So lässt sich eingrenzen, unter welchen Umständen es zu Schlafparalysen kommt.“

### **JUSTIN ERZÄHLT VON SEINEN ERFahrungen IM PODCAST**

Betroffene sollten außerdem ihren Koffein- und Alkoholkonsum verringern, rät Stoohs. Auch durch das Schlafen auf der Seite oder auf dem Bauch können sie eine Schlafparalyse verhindern. Denn

diese treten beim Schlafen auf dem Rücken häufiger auf, haben Expertinnen und Experten herausgefunden. Neben der Musik hat es Justin geholfen, seine verstörenden Erlebnisse zu verstehen, indem er sich damit auseinandergesetzt hat. Im Internet hat er nach dem Begriff „Schlafparalyse“ gesucht und eine Dokumentation zum Thema angesehen.

Er plant, seine Erfahrungen zu teilen – auch, um aufzuklären. Das will er zum Beispiel in seinem Podcast „Vetternwirtschaft“ tun: Eigentlich spricht er hier mit seinem Cousin Dominic vor allem über unnützes Wissen und Filmtipps. „Doch in der nächsten Folge wollen Dominic und ich über meine endlose Nacht und das Phänomen Schlafparalyse sprechen.“

---



# UND SCHNITT

Gerichtsmedizinerinnen und -mediziner bestimmen den Todeszeitpunkt einer Leiche. So einfach, wie es im Fernsehen aussieht, ist das in Wirklichkeit aber nicht. Ein Besuch im Sektionssaal der Uniklinik Essen.

**TEXT** NOAH BRÜMMELHORST **FOTO** THORSTEN ESSER/WDR & MAGNUS TERHORST

Das Gefühl dafür, wie der Sektionssaal der Uniklinik Essen riecht, hat Dr. Philipp Markwerth schon lange verloren. Es ist eine Mischung aus Fäulnis, Krankenhaus und Lösungsmittel. Jeden Tag liegen tote Körper auf den zwei Sektionstischen in der Mitte des Raumes. Während der Sektionsassistent einen der Tische vom Blut der vorherigen Obduktion befreit, schiebt der Bestatter einen neuen Leichnam hinein. Durch die Fenster im Untergeschoss fällt an diesem trüben Tag nur wenig Licht, dafür erhellen die Deckenlampen den Raum.

Philipp Markwerth ist groß und 30 Jahre alt. Er studierte Medizin an der Heinrich-Heine-Universität in Düsseldorf. Seit vier Jahren absolviert er seine Facharzt-Weiterbildung zum Gerichtsmediziner. Sein roter Pullover leuchtet unter dem weißen Kittel. Markwerth läuft ruhig durch den recht kleinen Sektionssaal, vorbei an den Kühlkammern in der linken Wand und lehnt sich schließlich an eine der Arbeitsflächen neben der Eingangstür. Der Sektionstisch ist jetzt sauber. Assistent und Bestatter werden den Leichnam gleich auf den Tisch heben. „Und, sieht er schlimm aus?“ – „Geht, er ist ein bisschen blau, Verkehrsunfall halt.“

## **EINBLICKE IN DIE LEBENSWELT DER TOTEN**

Markwerth hat den Blick für die Details an einer Leiche, wie sie im Fernsehen nicht dargestellt werden können: „Sie sehen körperlich so viel an einer Leiche, was in ihrem Leben passiert ist. Sie haben Einblicke in die Lebenswelt, das soziale Umfeld und den Lebensstil.“ So viel mehr als in den 90 Minuten eines Fernseh-Tatorts möglich sei, meint Markwerth. Irgendwie logisch. Was genau unterscheidet die Arbeit der Gerichtsmedizin im echten Leben von der im Fernsehen?

Die populärste deutsche Fernsehreihe – der Tatort – bringt es auf mehr als 1100 Episoden. Laut dem Redaktionsnetzwerk Deutschland gab es 2018 in den Tatort-Folgen 96 Leichen – bei 37 Episoden macht das im Schnitt immerhin 2,6 Tote pro Folge. Und damit viel Arbeit für die Gerichtsmedizin. Diese sucht nach den Ursachen des Todes, wie auch Dr. Philipp Markwerth.

Ratsch. Reißverschluss auf. Der Verkehrstote wird sichtbar, die Augen geschlossen. Die Haare sind nach hinten gekämmt. Der Mann verstarb an der Unfallstelle, erklärt Philipp Markwerth. Der Notarzt hatte noch versucht, ihn wiederzubeleben. Hatte er Familie? War er auf dem Weg zur Arbeit? Mitten im Leben. Tod.

Markwerth macht sich für die Obduktion des Verkehrstoten bereit. Bei den ersten Obduktionen an diesem trüben Tag war er nicht dabei – zwei Frauen. Im hinteren Teil des Raumes stehen auf den Arbeitsflächen große Gläser mit Proben von ihnen. Proben aller wichtigen Organe, im Konservierungsmittel Formalin eingelegt. Die Lösung ist mit Blut getränkt. Lunge, Niere, Leber. Je ein Aufkleber ist auf den Deckeln der Gläser angebracht. Jahrgang: 1925. Die Frau hat mehrere Vornamen. Daneben ein zweites Gefäß. Jahrgang: 1954.

Der Verkehrstote ist für Philipp Markwerth die erste Obduktion heute, und doch bleibt er einer von Tausenden, die ihm ihre Geschichte erzählen. Eine echte Geschichte des Lebens. Ein intimer, respektvoller Moment zwischen Mediziner und Leiche.

„Wir haben es hier in Essen mit etwa 650 Toten im Jahr zu tun“, sagt er. Die wenigsten Leichen, die Markwerth obduziert, sind Opfer eines blutigen Mordes – anders als im Tatort. Die Medizinerinnen und Mediziner in Essen obduzieren

im Jahr etwa 20 bis 30 Mordopfer. Das heißt: geplante Tötungsdelikte, brutale Gewalteinwirkungen auf den Körper und Kindstötungen. In aller Regel weiß die Gerichtsmedizin vorher, ob es sich um ein Tötungsdelikt handelt. Fälle, die erst durch die Gerichtsmedizin als Tötungsdelikt eingestuft werden, machen einen geringen Prozentsatz aus. Dennoch: „Wir haben hier das Schlimmste vom Schlimmen“, erzählt der Mediziner. „Das ist schon hart, man stumpft unheimlich schnell ab.“ Aber anders gehe es auch nicht.

## **DER BERUF IST NICHT MIT FERNSEHEN VERGLEICHBAR**

Denn: „Letztlich ermöglichen wir Gerichtsmediziner den funktionierenden Rechtsstaat durch ein funktionierendes Justizsystem. Darum mag ich den Job auch so sehr, er ist vielseitig – von Gerichtsterminen bis zu toxikologischen Untersuchungen.“ Respekt vor den Toten, die sich nicht mehr wehren können, ihren letzten Kampf verloren haben, den müsse jeder behalten, erklärt der Gerichtsmediziner. Aber: „Natürlich lachen wir und machen Witze, wir sind ja auch nur Menschen.“

Und das Vorurteil, Gerichtsmediziner seien durchgeknallt, hätten schwarzen Humor und eine abgeklärte Persönlichkeit? Wahrscheinlich hätten sich die Autorinnen und Autoren der Tatort-Drehbücher gedacht, wer einen solchen Beruf ergreift, müsse einen Knall haben, vermutet Markwerth. „Es ist schon ein gewisser Kreis, in dem sich Gerichtsmediziner befinden, wenn sie sich zum Beispiel mit Kindesmissbräuchen beschäftigen.“

Sonntagabends ab 20.15 Uhr können alle die Arbeit der Gerichtsmedizinerinnen und Gerichtsmediziner im Tatort verfolgen. Philipp Markwerth findet besonders den Münsteraner Tatort se-

→ Weiter geht's auf Seite 33.



## Wenn die Leiche die Luft anhält

**S**ybille J. Schedwill ist das Film-Pendant zu Philipp Markwerth. Seit dem Jahr 2015 ist sie im Dortmunder Tatort die Gerichtsmedizinerin.

### **Was braucht es, um Gerichtsmedizinerin im Fernsehen zu werden?**

Wie bei allen Rollen ist die Vorbereitung das A und O. Als ich die Rolle der Gerichtsmedizinerin Dr. Greta Leitner im Tatort Dortmund angenommen habe, habe ich erst einmal mit Gerichtsmedizinern gesprochen und mir angeeignet, wie sie sich verhalten, welche Fachausdrücke es gibt und wie man mit einer Leiche umgeht. Diese Vorbereitung dauert unter Umständen auch mal einige Zeit. Schnell habe ich gemerkt, dass das Fach wahnsinnig interessant ist und es Spaß macht, in einen solchen Charakter zu schlüpfen. Ich glaube, wenn man selbst die Rolle mag, dann kann man sie authentischer spielen.

### **Wie gehen Sie als Dr. Greta Leitner an einem Tatort vor?**

Das ist von Fall zu Fall unterschiedlich. Als Erstes stelle ich meist die Leichenstarre fest, messe die Temperatur, schaue nach Leichenflecken, gucke mir die Gelenke an und drücke die Haut ein. Das dient zur groben Feststellung des Todeszeitpunkts. Dann suche ich nach Hämatomen, Ödemen oder Gewalteinwirkungen, wodurch ich den Kommissaren eine erste Einschätzung zur Todesursache geben kann. Man betrachtet die Leiche als Ganzes und schaut, welche Informationen man bekommt. Alles natürlich so, wie es das Drehbuch vorgibt. Im Sektionssaal sind dann häufig

die Kommissare vor Ort und ich erkläre ihnen die Ursache des Todes. Bei Nahaufnahmen müssen die Darsteller der Leichen übrigens häufig die Luft anhalten, weil es sonst im Fernsehen unrealistisch aussieht.

### **Tatort-Erfinder Gunther Witte vom WDR sah drei Erfolgsfaktoren der Reihe: ein im Mittelpunkt stehender Kommissar, Regionalität und realistische Darstellungen. Sind das auch heute noch die Maßstäbe, nach denen ein Tatort gedreht wird?**

Natürlich bilden wir nicht die Realität eins zu eins ab, wir machen spannende Unterhaltung. Trotzdem wird ein höchstmöglicher Grad an realistischen Darstellungen und Glaubwürdigkeit angestrebt. Szenen von mir in der Gerichtsmedizin werden zwar derzeit in einem Studio gedreht und nicht in einer Klinik, aber durch die aufwendige Requisite, Ausstattung und natürlich das Schauspiel bleibt die Darstellung realistisch. Die Kritik am Dortmunder Tatort, es würde zu wenig in Dortmund gedreht werden, kann ich nicht ganz nachvollziehen. Die meisten Außenaufnahmen werden in Dortmund und Umgebung gedreht, viele Innenaufnahmen in Köln. Aber da man in Innenräumen nicht sehen kann, wo das ist, entstellt es auch nicht die Geschichte. In Dortmund stehen Kommissar Faber und sein Team definitiv im Vordergrund. Sie haben eine sehr starke Setzung mit viel privatem Hintergrund. Mit diesen Figuren polarisiert der Krimi. Meine Rolle ist dabei professionell und ruhig gehalten.



henswert. „Aber nur, weil er so bescheuert ist, da der Humor im Vordergrund steht und nicht die echte Arbeit von uns.“ Denn eigentlich sei seine Arbeit nicht mit der von Boerne oder anderen aus der Fernseh-Gerichtsmedizin zu vergleichen. Der Charakter von Boerne sei absurd. Niemand würde nach dem Besuch der Oper zum Tatort fahren und „mal eben“ die Todesursache feststellen. Aber auch Markwerth muss, wenn er Bereitschaftsdienst hat, bei einem Leichenfund zum Tatort.

Im Fernsehen übernimmt häufig die Gerichtsmedizin am Leichenfundort die Spurensicherung. Das stimmt mit der Arbeit im echten Leben nicht überein. Dafür zuständig seien andere Abteilungen bei der Polizei. Und wieso

die Spurensicherung immer als einzige einen weißen Overall und Handschuhe trägt, kann sich Markwerth auch nicht erklären. Am Tatort müssten alle entsprechende Schutzkleidung tragen. „Wenn das nur die Spurensicherung machen würde und alle anderen nicht, hätte es doch gar keinen Sinn.“

### **TATORT WEIT WEG VON DER REALITÄT**

Auch bei den Angaben zum Todeszeitpunkt werde geschummelt. Erste Angaben werden im Film häufig noch am Tatort getroffen. „Das ist Quatsch, das geht gar nicht“, erklärt Markwerth. Tatsächlich könne man den Todeszeitpunkt meist nur durch aufwendige Tests herausbekommen und mit 95-prozentiger

Wahrscheinlichkeit auf fünf Stunden eingrenzen. Markwerth ist sich sicher: „Es wird zu langweilig, wenn alles echt wäre.“ Um die Geschichten zudem möglichst dramatisch wirken zu lassen, müssen in vielen Fernsehkrimis Angehörige die Leiche identifizieren. In der Uniklinik Essen läuft das meistens anders, erzählt Markwerth. „Wir haben hier nicht den Platz und es ist in fast keinem Fall notwendig, da Fotos oder DNA-Tests ausreichen.“

Markwerths Urteil: „Wie der Tatort abläuft, das ist weit weg von der Realität.“ Dennoch freue er sich, wenn Gerichtsmedizinerinnen und -mediziner im Tatort das Berufsbild angemessen präsentieren. Immerhin: „Dadurch ist das Fach ständig im Gespräch.“



# SUCHT AUF DER KIPPE?

Tabak rauchen, um vom Tabak wegzukommen. Das könnte möglich sein, denn ein Forscher an der TU Dortmund hat eine Tabakpflanze entwickelt, die kein Nikotin produziert. Kann diese Pflanze Menschen wirklich helfen, mit dem Rauchen aufzuhören?

TEXTERIK BENGER FOTO MAGNUS TERHORST

Innere, auf die genetische Ebene, sieht sie anders aus: Die Pflanze hat nämlich ihre Fähigkeit verloren, Nikotin zu produzieren. Dadurch könnte sie als Mittel zur Raucherentwöhnung interessant werden.

## **NIKOTIN IST DER STOFF, DER ABHÄNGIG MACHT**

Dabei war es nicht einmal das Hauptinteresse von Felix Stehle und seiner Assistentin, Julia Schachtsiek, eine Tabakpflanze ohne Nikotin zu entwickeln: „In erster Linie wollte ich die Technik der Gen-Schere in irgendeine Pflanze integrieren“, sagt Stehle, der in der Fakultät Bio- und Chemieingenieurwesen als wissenschaftlicher Mitarbeiter angestellt ist. Gen-Schere be-

deutet, mit einem Molekül bestimmte Gene zu verändern. Dafür wählte der 42-Jährige die Tabakpflanze: „Tabak ist die Modellpflanze schlechthin, da sind die Methoden alle etabliert. Aber ich wollte nichts nachmachen, was andere schon gemacht haben.“ Sein Ziel war es, die Methode der Gen-Schere anzuwenden und gleichzeitig etwas Sinnvolles zu tun. Bei der Tabakpflanze bot es sich daher an, sie daran zu hindern, Nikotin zu produzieren. Das Vorhaben dauerte fast drei Jahre. Zunächst züchtete Stehle die Tabakpflanzen ohne Nikotin, insgesamt vier Generationen. Das nahm mehr als ein Jahr in Anspruch. Die restliche Zeit verbrachte er damit, die Gen-Schere wieder aus der Pflanze zu entfernen.

Die Zahl der erwachsenen Raucherinnen und Raucher geht in Deutschland zwar leicht zurück, dennoch sterben jährlich mehr als 120.000 Menschen

**A**n der TU Dortmund wächst eine Tabakpflanze. Diese sieht erst einmal aus wie jede andere auch. Sie kann bis zu zwei Meter hoch werden und hat große, ovale, grüne Blätter. Viele kleine lilafarbene Blüten ragen oben heraus. Blickt man ins

hierzulande an den Folgen von Tabakkonsum. So berichtet es das Bundesgesundheitsministerium. Mehr als 20 Prozent aller Frauen und Männer in Deutschland ab 18 Jahren rauchen. Bei jungen Erwachsenen im Alter von 18 bis 25 Jahren sind es ungefähr 26 Prozent. Jede und jeder Zweite will damit aufhören, so eine Umfrage im Auftrag der Bundesvereinigung Deutscher Apothekerverbände aus 2017.

Ob die Tabakpflanze, die Felix Stehle in Dortmund gezüchtet hat, dabei helfen könnte, ist umstritten. Der Tabak ohne Nikotin ist nicht gesünder, denn Nikotin ist kein Stoff, der Lungenkrebs verursacht oder der Lunge Schaden zufügt. Das Problem sind die restlichen Stoffe, die in einer Zigarette enthalten sind, wie Teer und Formaldehyd. Raucherinnen und Raucher inhalieren diese durch die Verbrennung. „Es sind über 100 Stoffe in Tabak bekannt, die krebserregend sind“, sagt Kalina Popkirova, Oberärztin im Bereich Pneumologie (Lungenheilkunde) am Klinikum Nord in Dortmund.

## **GUMMIBÄRCHEN GEGEN DIE SUCHT NACH NIKOTIN**

Doch für den Forscher Stehle ist etwas anderes entscheidend: Ohne Nikotin fehlt dem Tabak der Stoff, der Raucherinnen und Raucher abhängig macht. Popkirova erklärt, dass Nikotin sich an die Rezeptoren in den Zellen binde. Das führe dazu, dass Hormone ausgeschüttet werden, zum Beispiel Dopamin. Dopamin wiederum sorgt dafür, dass die Raucherinnen und Raucher ein Wohlfühlgefühl empfinden. „Je mehr Nikotin konsumiert wird, desto mehr Rezeptoren werden gebildet. Wird kein Nikotin konsumiert, bleiben die Rezeptoren leer“, sagt sie. Darauf reagiere der Körper, etwa mit Unruhe oder Reizbarkeit.

Raucherinnen und Raucher seien außerdem oft daran gewöhnt, Nikotin in bestimmten Situationen zu konsumieren: „Gewohnheiten können eine Ziga-



Felix Stehle hat Tabak ohne Nikotin entwickelt.

rette nach dem Essen, beim Warten auf den Bus oder abends vor dem Fernseher sein“, sagt Popkirova. Um dagegen vorzugehen, könnten Raucherinnen und Raucher in solchen Situationen etwas anderes machen – zum Beispiel Gummibärchen essen oder eine Plastikzigarette in die Hand nehmen. Darüber hinaus würden Nikotinpflaster, -sprays und -kaugummis gegen die Sucht helfen. Sie führen dem Körper reines Nikotin zu. So könnten Raucherinnen und Raucher ihr Suchtverhalten steuern und vermindern.

An diesem Punkt der Raucherentwöhnung sieht Stehle seinen Tabak ohne Nikotin: „Wenn ich auf nikotinfreie Zigaretten umsteige, bin ich in vier bis sechs Wochen frei von Nikotin. Innerhalb von einem Vierteljahr programmiere ich mein Gehirn um, ein kalter Entzug entfällt.“ Allerdings hat noch niemand den Dortmunder Tabak geraucht. Denn damit richtiger Tabak mit Aroma entsteht, müsste dieser erst einmal verarbeitet werden. Um das Nikotin aus der Tabakpflanze zu entfernen, musste Felix Stehle sechs Gene innerhalb der Pflanze

ACETALDEHYD  
ACROLEIN  
ACRYLNITRIL  
AMMONIAK  
ANILIN  
ARSEN  
BENZOL  
BEZOAPYREN  
BITUMEN  
BLAUSÄURE  
BLEI  
BUTADIEN  
CADMIUM  
CARBAZOLE  
CATECHOL  
CHINOLIN  
FORMALDEHYD  
HYDRAZIN  
INDOLE  
KOHLENMONOXID  
NAPHTHALIN  
NICKEL  
**NIKOTIN-**  
NITROMETHAN  
NITROSAMINE  
PHENOL  
P-HYDROCHINON  
POLONIUM 210  
STYROL  
TOLUOL  
VINYLCHLORID

ausschalten. Diese sind zuständig für die Nikotinproduktion. Genutzt hat er dafür die Gen-Schere: ein Molekül, das innerhalb der DNA bestimmte Gene so zerschneidet, dass sie verändert oder, wie in diesem Fall, ausgeschaltet werden. Damit verliert die Tabakpflanze ihre Fähigkeit, Nikotin zu produzieren. Mit den Samen dieser Tabakpflanze können anschließend weitere „defekte“ Pflanzen gezüchtet werden. Erste, recht kleine Ableger gibt es bereits.

### WIE DER TABAK AUF DEN MARKT KOMMEN KANN

Pneumologin Kalina Popkirova würde ihren Patientinnen und Patienten den Tabak aktuell nicht empfehlen: „Wir wollen nicht, dass die Patientinnen und Patienten aufhören zu rauchen, weil sie weniger Nikotin konsumieren sollen, sondern weil sie keine krebserregenden Stoffe in die Lunge aufnehmen sollen.“ Dennoch sei Nikotin ein Problem, schließlich sei es der Grund, warum die Leute von Zigaretten abhängig würden. Die anderen Inhaltsstoffe machen den Reiz nicht aus. Deswegen schließt Popkirova es nicht völlig aus, den Tabak ohne Nikotin zur Raucherentwöhnung zu verwenden.

Stehle fände es gut, wenn der Tabak lediglich als Medizinprodukt auf den Markt kommt für Menschen, die aufhören wollen zu rauchen. „Ich sehe nämlich das Problem, dass frei verkäuflicher Tabak ohne Nikotin dazu animiert, zu rauchen, da er nicht mehr abhängig macht.“ Bevor der Tabak als Medizinprodukt verwendet werden dürfte, wäre es für Popkirova wichtig, zunächst Studien darüber durchführen zu lassen, inwieweit Stehles Tabak hilfreich zur Raucherentwöhnung sein kann. „Wenn der Tabak dabei helfen kann, wäre es wahrscheinlich besser, ein Jahr lang eine nikotinfreie Zigarette mit

Teer zu rauchen, wenn danach mit dem Rauchen aufgehört werden kann“, sagt Popkirova. Das sei zumindest besser, als Raucher zu bleiben.

Wenn der Tabak medizinisch nützlich wäre, müsste das Produkt in großem Umfang produziert werden. Momentan existieren nur Samen aus einer einzigen Pflanze, allein aus diesen könnten jedoch hunderte neue Tabakpflanzen gezüchtet werden, erklärt Stehle. Das gesamte Projekt hat der Lehrstuhl der TU bislang selbst finanziert. „Die Kosten beliefen sich auf wenige hundert Euro“, sagt Stehle. „Das einzige, was die Pflanzen brauchen, ist Zeit.“ Die Technik jedenfalls, den Tabak ohne Nikotin herzustellen, sei einfach, und könne auf jede Tabaksorte übertragen werden.

Ambitionen, den Tabak zu vermarkten, haben Stehle und seine Assistentin nicht. Für die Vermarktung prophezeit der Forscher vor allem in Deutschland eher keine Zukunft: Hierzulande sei das relativ schwierig, sagt Stehle. Er sieht nämlich keinen politischen Willen, dass nicht mehr geraucht werden sollte. Deutschland sei etwa das einzige EU-Land, in dem Außenwerbung für Zigaretten noch nicht verboten wurde. Auch Tabakkonzerne hätten an einem nikotinfreien Tabak wahrscheinlich kein Interesse. Schließlich ist die Sucht ihr Geschäft.

Das Interesse an der Pflanze sei von einer Reihe unterschiedlicher Faktoren abhängig, sagt der Deutsche Zigarettenverband dazu. Zum einen von der Zulassung der gentechnisch veränderten Pflanze, was in Europa aufgrund der strengen Rechtslage problematisch sein könnte. Zum anderen von ihrem Nutzen. Aber ob selbst dann das Interesse besteht, das müsse jedes Unternehmen selbst entscheiden.

---

# Jetzt ist Party angesagt!

Wem typische Theaterstücke, aktuelle Popmusik und öder Tanz zu langweilig sind, wird im Ruhrgebiet kulturell auch anders fündig: Der Jahresbeginn bietet schrille Sounds, den getanzen Sommernachtstraum, künstlerische Wissenschaft und zeitlose Performance.

TEXTRIKA KULSCHEWSKI FOTORALPH KÜHNE & STÄDEL MUSEUM – ARTOTHEK



## POST-PUNK-ATTITÜDE

**Was?** Glitzernde Strumpfhosen, schrille Sounds und Regenbögen. Wer auf zu vielen Mainstream-Konzerten mit immer wiederkehrenden Melodien war, kann sich alternativ „Blind Butscher“ ansehen. Das Duo aus der Schweiz hat im Oktober sein drittes Album „Piss Me A Rainbow“ herausgebracht. Mit der gleichnamigen Tournee kommt es auch nach Dortmund. Zu erwarten sind laute Gitarren, verrückte Tänze und eine Post-Punk-Attitüde.

**Wo?** Subrosa, Gneisenastraße 56, Dortmund

**Wann?** 1. Februar, 20 Uhr

**Wie viel?** 10 Euro (VVK), 14 Euro (AK)

**Web?** [songsandstories.de](http://songsandstories.de)

## DIE ZEIT SPIELT VERRÜCKT

**Was?** Wie beeinflusst die Zeit den einzelnen Menschen? Und wie verändert sie die Gesellschaft? Mit diesen Fragen beschäftigt sich die Performance „Ohne Time“. Das Besondere: Die Künstlerinnen und Künstler entwickeln das Skript erst während der Proben. Sie sollen so ihr eigenes Zeitgefühl erarbeiten und darstellen. Bei der Vorstellung zeigen die Darstellerinnen und Darsteller, was passiert, wenn sie aus ihrem persönlichen Timing gerissen werden.

**Wo?** Thealozzi, Pestalozzistraße 21, Bochum

**Wann?** 5. März, 20 Uhr

**Wie viel?** ermäßigt 10 Euro

**Web?** [thealozzi.de](http://thealozzi.de)

## SHAKESPEARE MAL ANDERS

**Was?** Ein Sommernachtstraum? Da klingelt doch was. Das Stück von Shakespeare stand bei vielen im Abi-Lehrplan. Das Theater Dortmund adaptiert es als Ballett. Was passiert eigentlich vor der Premiere? Diese Frage beantworten die Künstlerinnen und Künstler bei einer öffentlichen Probe. Wissbegierige haben die Möglichkeit, hinter die Kulissen zu blicken und die Show vorab zu schauen. Die deutsche Erstaufführung hat „Ein Mittsommernachtstraum“ dann am 22. Februar.

**Wo?** Opernhaus, Platz der Alten Synagoge, Dortmund

**Wann?** 13. Februar, 18.30 Uhr

**Wie viel?** Eintritt frei

**Web?** [theaterdo.de](http://theaterdo.de)

## WISSENSCHAFT MEETS LITERATUR

**Was?** Literatur und Wissenschaft sind auf den ersten Blick zwei Begriffe, die unterschiedlicher kaum sein könnten. Der Science Slam verbindet sie miteinander. Ob lustig oder ernst, ist dabei egal. Die einzige Vorgabe ist, dass sich der Poetry Slam mit der Frage „Was hat Wissenschaft mit Kunst zu tun?“ auseinandersetzen muss. So soll ein Abend über die Wechselwirkungen zwischen Mensch und Maschine entstehen. Wer gewinnt, entscheidet das Publikum.

**Wo?** Museum Folkwang, Museumsplatz 1, Essen

**Wann?** 13. März, 20 Uhr

**Wie viel?** Eintritt frei

**Web?** [museum-folkwang.de](http://museum-folkwang.de)



# Feuerwehmann mit Spin

Aus dem Stripclub zum Breitensport? Kaum eine Sportart hat ihr Image so verändert wie Poledance. Unser Autor Johannes hat den Tanz an der Stange ausprobiert und war überrascht, wie sehr er dabei ins Schwitzen kam.

TEXT JOHANNES BAUER FOTO LEON ELSPAß

Der Muskelkater am Tag danach ist heftig. Meine Schultern, meine Hüfte, die Innenseite meiner Oberschenkel: alles tut weh. Selbst schuld, denke ich mir. Dabei geht es einen Tag vorher noch gemächlich los. Studioleiterin Vivien Feld begrüßt mich freundlich in ihrem Dortmunder Tanzstudio zu einer Poledance-Schnupperstunde. Der Saal, in dem wir uns zu schnellen eingängigen Bässen aufwärmen, ist lichtdurchflutet. Gegenüber einer großen Fensterfront hängen riesige Spiegel, damit die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihre Technik selbst überprüfen können. Eigentlich soll ich nur die Beine abwechselnd im Takt der Musik anheben. Weil ich etwas unbeholfen tapse, kommt mir schon jetzt der Verdacht, dass ich bei Vivien nicht für mein Talent in Erinnerung bleiben werde.

Poledance hatte lange Zeit mit einem Schmuttelimage zu kämpfen. „Ach, du strippt“, bekam Vivien vor nicht mal zehn Jahren oft zu hören, wenn sie von ihrem Hobby erzählte. Mittlerweile ist Poledance eine etablierte Sportart. Vivien profitiert von dem Imagewandel. An den silberglänzenden Stangen ihrer Studios in Essen, Hamm, Münster und eben in Dortmund tanzen regelmäßig rund 1000 Mitglieder – nur sechs davon sind Männer.

Für eine meiner ersten Figuren – den Fireman Spin – erklärt mir Vivien eine Grundbewegung im Poledance. Ich muss mit einer Hand an der Stange ziehen, dabei ist mein Arm über dem Kopf positioniert. Mit dem anderen muss ich auf Schulterhöhe gegen die Stange drücken. So habe ich einen möglichst festen Halt und kann mich auf andere Bewegungsabläufe konzen-



trieren. Zuerst hebe ich das rechte Bein an und drücke es von hinten, knapp oberhalb des Knöchels, an die Stange. Anschließend stoße ich mich mit dem linken Bein ab und setze meinen Fuß von vorne an die Stange, bis sich meine Knie leicht berühren. Als ich beide Beine anziehe, wird die Drehung immer schneller und ich gleite fast majestätisch Richtung Studioboden. Wie ein Feuermann, der sehr viel Spaß an seinem Beruf hat.

Etwas hüftsteif komme ich mir dabei vor. Ein paar Minuten später läuft es deutlich besser. Doch meine schwitzigen Hände haben die Metallstange rutschig gemacht. Ich muss sie mit einem Glasreiniger einsprühen und trocken-

reiben, bevor es weitergeht. Profis benutzen für ihre anspruchsvollen Figuren Grippmittel wie Magnesia.

Für ein paar weitere Tricks reicht meine Kraft noch aus. Mein Highlight ist eine abgeschwächte Form der Human Flag, eine Figur, die häufig in Fernsehshows zu sehen ist. Dabei greift die Person die Stange mit beiden Händen, stößt sich ab und hält sich nur mithilfe ihrer Körperspannung waagrecht in der Luft. Dass ich mit einem Ellenbogen in der Hüfte für etwas mehr Balance Sorge, sieht man von Weitem sicher nicht. Die Schnupperstunde hat Spaß gemacht, ich würde Poledance weiterempfehlen. Nur den heftigen Muskelkater am nächsten Tag sollte man definitiv einplanen.

**Wo?** Ludwigstraße 16, Dortmund  
**Wie?** Mit der U-Bahn zur Reinoldikirche (U42, U43, U44, U46), von dort sind es fünf Minuten zu Fuß in Richtung Norden.

**Wann?** Dienstags von 18 bis 18.50 Uhr und donnerstags von 19 bis 19.50 Uhr  
**Wie viel?** 15 Euro  
**Web?** [www.vi-dance.de](http://www.vi-dance.de)

# Sudoku

					4	7		
6			2	8				
9	2				7		8	
	3		5			6	4	
	9		4	6	2		3	
	6	8			3		7	
	8		3				5	7
				9	5			3
		5	7					

3						4		1
			3		1			9
8	9		4				2	5
	1						3	7
		9		5		6		
7	8						9	
1	7				5		4	6
4			6		7			
9		2						3

		9			3			
	1	4	5			8	6	
			6		8			4
	7				4		1	
2		6				4		7
	5		7				8	
1			9		2			
	4	8			5	9	2	
			4			6		

# Impressum

## HERAUSGEBER

Institut für Journalistik, TU Dortmund

## PROJEKTLEITUNG

Prof. Dr. Wiebke Möhring (Vi.S.d.P.)

## REDAKTION

Uni-Center, Vogelpothsweg 74, 44227 Dortmund

## REDAKTIONSLEITUNG

Julia Knübel, Sigrun Rottmann

## CHEFIN VOM DIENST

Viktoria Degner

## TEXTCHEFS

Janis Beenen, Timo Halbe

## TEXTREDAKTION

Leonie Freynhofer, Michelle Goddemeier, Till Krause,  
Julian Olk, Dominik Reintjes, Lara Wantia,  
Rebecca Wolfer, Christian Woop

## LAYOUT & GRAFIK

Jana-Sophie Brüntjen, Stephan Kleiber, Svenja Kloos,  
Anneke Niehues, Martin Schmitz

## FOTOREDAKTION

Daniela Arndt, Simon Jost, Magnus Terhorst

## PRODUKTION

Julius Kleiber (Fact Checking),  
Stephan Kleiber (Administration & Technik)

## TEXTE DIESER AUSGABE

Johannes Bauer, Sophie Emilie Beha, Erik Benger,  
Noah Brümmelhorst, Sascha Matthias Erdelhoff, Emilia Knebel,  
Rika Kulschewski, Laura Leser, Sarah Linnert, Alice Pesavento,  
Calvin Remmert, Lea Tokarski, Niko Wiedemann

## FOTOS DIESER AUSGABE

Daniela Arndt, Leon Elspaß, Simon Jost, Magnus Terhorst,  
Karolina Timoschadtschenko

## ILLUSTRATIONEN DIESER AUSGABE

Nanna Zimmermann

## DRUCK

Lensing Druck GmbH & Co. KG  
Feldbachacker 16  
44149 Dortmund



