

BEI UNS ZU HAUSE

Zerstreuter Professor

Vergesslichkeit ist keine Frage des Alters. Das Gehirn kompletter Verknüpfung begleitet mich schon mein ganzes Leben. Ja, ich bin der typische „Lernbeutervergesser“.

Zerstreuter Professor hieß es damals bei meinen Eltern. Immer wieder war die Folge, dass ich an der Uni mein Bild von einem Professor gründlich revidieren musste.

Ich habe gehört, es gibt Menschen, die suchen im Regal die eigentlich aber schon auf ihrer Nase sitzen. Ich suche mein Portemonnaie, eine gefüllte Ewigkeit lang, und habe es – neben Pullover und Tasche – schon in der Hand. Sachen verlegen, kann ich auch gut. Zuletzt habe ich auf der Suche nach einer Tube Bepanthen-Salbe die Wohnung praktisch neu sortiert, habe zweimal das Auto abgestrichen und meinen Arbeitsplatz aufgelockert.

ACHIM FAUST

Lernen muss man noch selbst

Die Kraft der Gedanken: Von Lernmedien oder Mentaltrainings wie Neurofeedback werden Wunder erwartet

Achim Faust
An Rhein und Ruhr: „Die Gedanken sind frei.“ Das ist eine berühmte Volkslied. Die erste Textfassung ist rund 230 Jahre alt.



Angegeschlossen an Elektroden sind die Aktivität der Hirnen am Monitor sichtbar.

„Die Mehrzahl der Fälle ist sicherlich komplexer“, räumt Kowalski ein. So auch die, die das Feld des Neurofeedbacks betreffen. Epilepsie ist ein mögliches Anwendungsgebiet – Aufmerksamkeitsstörungen bei hyperaktiven Kindern ein anderes.

Ein Hauch Esoterik mag misslingen: Wissenschaftler arbeiten weiter, die Wirkung des Mentaltrainings zu belegen. Aber Neurofeedback wird immer erdster genommen. Beispiel ADHD bei Kindern: „Bei Aufmerksamkeitsstörungen haben wir den Fall, dass ein Reiz neu oder sehr stark sein muss, um das Kind seine Aufmerksamkeit darauf lenken“, erklärt Dr. Axel Kowalski.

KRANKENKASSE
Keine Übernahme
Die Kosten für eine Bio- oder Neurofeedback-Therapie werden von den Krankenkassen nicht übernommen.

„Es handelt sich dabei um einen natürlichen Vorgang.“ Die Idee dahinter: „Ein entspannter Kopf lernt leichter.“ Mögen Studien solche Effekte beweisen haben, so gibt es auch Kritik: Die Prognose, mit der das Gehirn schwängt, sei nicht alles entscheidend.

DREI FRAGEN
Zu wenig Bewegung schadet dem Rücken

Etwa 85 Prozent der Bevölkerung kennen das Gefühl, wenn es im Rücken zieht, steicht oder der Schmerz einen sogar an jeglicher Bewegung hindert.

Stimmt es eigentlich, dass Rückenschmerzen immer von der Handseife kommen? Nein. Wiebel und Handseifen zählen zu den äußerst stabilen Elementen des Körpers und verschleiden oftmals erst mit fortgeschrittenem Alter.

Wärme soll ja bei Rückenschmerzen helfen. Das stimmt auch. Besonders bei leichten Schmerzen oder Verspannungen im Nacken- und Rückenbereich mindert von außen zugeführte Wärme oftmals die Beschwerden und wirkt durchblutungsfördernd.

Es heißt ja, im Alter würde man wieder schrumpfen. Stimmt das? Nicht ganz. Tatsächlich variiert die Größe eines Menschen zwischen Morgen und Abend um bis zu drei Zentimeter.

Richtig erben

Der Fiskus erbt mit: Bei Schenkungen und Erbschaften muss man auch an das Finanzamt denken

Peter Hahn
An Rhein und Ruhr: Beim Erben und Schenken müssen Familien immer auch an das Finanzamt denken.

zahlen sie höhere Steuersätze. Die Experten raten deshalb, bereits zu Lebzeiten über eine Schenkung nachzudenken und das Vermögen gegebenenfalls schrittweise zu übertragen.

Immobilie sogar erben, ohne ihren Freibetrag zu nutzen“, erläutern die Experten von „Finanzrat“.

deutlich höhere Steuersätze, sobald ihre Freibeträge ausgeschöpft sind. Bei hohen Vermögen reichen die Steuersätze je nach Höhe der Erbschaft von sieben bis 30 Prozent.

DENN DEREN STEUERLICHE FREIBETRÄGE SIND VIEL KLEINER ALS BEI NAHEN VERWANDTEN. ZUKUNFT

GESUNDHEITSTIPP

Diabetes-Diagnose mit Zahnarzt-Hilfe

Diabetes vom Typ 2 macht oft lange keine Beschwerden – und wird daher bei vielen Betroffenen erst diagnostiziert, wenn schon Folgekrankheiten bestehen.

KONTAKT

Redaktion: ACHIM FAUST
Fax: 0201 - 404 1904
E-Mail: kontakt@nrz.de

IHR GUTES RECHT
Richtig ist von der Steuer absetzbar

Wer eine Immobilie kaufen lässt, macht in aller Regel ein Richtfest. Die Kosten dafür sind Teil der Herstellungskosten und können mit der Immobilie zusammen abgeschrieben werden.

Ihre Entscheidung begründen die Richter damit, dass alle Aufwendungen für die Herstellung eines Gebäudes steuerlich absetzbar seien, wo zu auch das Richtfest gehöre.



Der Geld-Haushalt



Richtig verbaut wird gelernt sein.