



Jürgen Jörges
Goldegg Verlag,
2020
ISBN 978-3-
99060-215-7
18,00 Euro

Auf der anderen Seite gibt es aber auch Fälle, wo die Hauseigentümer überglücklich über einen Schimmelbefall sind. So wird die „schwarze Katze“ im Keller von Kloster Eberbach sorgsam gehegt und gepflegt.

Es gibt etliche gute Tipps in dem Buch, lesen Sie selbst!

Ilse Zündorf, Frankfurt

sche Überlegungen zur Affenforschung werden angesprochen und Evolutionstheorien von allen Seiten betrachtet.

Selbstverständlich kommen auch die existenzbedrohenden Faktoren zur Sprache, die seit Mitte des 20. Jahrhunderts für die Primaten stetig zunehmen. Wir kennen sie ja: Wachstum der Menschenbevölkerung, Abbau von Bodenschätzen, Klimaveränderung, Landwirtschaft, bewaffnete Konflikte, Jagd und Haustierhandel, Krankheiten. Der Autor beschreibt das ausführlich als die „Sieben apokalyptische Plagen“.

Sein Fazit: Das Verschwinden der Primaten ist wohl auf Dauer nicht aufzuhalten, und wir werden wohl bald die einzigen Primaten auf der Erde sein.

Dann kommt das Thema „Tierhaltung im Zoo“. Der Autor beschreibt sehr eindringlich und ausführlich die Problematik dieser Lebensform. Viele Menschen kennen heute Tiere aus der Nähe nur noch aus dem Zoo. Und das hat Folgen für unser Bild vom Tier. Nicht nur, aber besonders, unser Bild von Primaten. Wir haben ein falsches Bild!

Die Haltung im Zoo hat natürlich Folgen für die Tiere, sie deformiert sie an Leib und wenn schon nicht Seele, dann Gemüt.

Der Autor sieht die heutigen Zoos und den Verband der Zoologischen Gärten in einer Identitäts- und Ethikkrise – und er hat aus meiner Sicht recht.

Das kann man sicher auch anders sehen, aber wer sich mit diesem Thema beschäftigt sollte sich mit den Argumenten im Buch einmal auseinandersetzen.

Zootiere, aber auch Haus- und Nutztiere, haben juristisch den Status von Sachen. Ein Mensch – Primat! – kann sie besitzen, versklaven, verkaufen, einsperren, schlecht behandeln, töten (lassen).

Mindestens für die Primaten wünscht sich der Autor Rechte. Tierrechte anstelle von Tierschutz. Wohl gemerkt keine Menschenrechte, sondern festzuschreibende Tierrechte. Zum Beispiel Recht auf Leben, Freiheit und körperliche Autonomie. Er führt viele Argumente für und wider auf, die

Schimmel, Arsch und Zwirn

Anekdoten und Wissenswertes über eine allgegenwärtige Plage

Der Titel ist schon etwas eigenwillig und man muss ihn auch nicht unbedingt mögen. Aber: Es gibt tatsächlich einiges Wissenswertes und auch einiges Anekdotisches zu lesen.

Zweifellos ist Schimmel ein allgegenwärtiges Problem und sicherlich hat jede/r von Ihnen schon einmal einen haarigen Pilz-Befall auf Obst gefunden, vielleicht auch einen schwarzen Fleck in der Silikonfuge im Bad oder sogar eine grau-grün-braune Stelle an der Wand? Falls Sie wissen wollen, warum es zu dem Schimmelbefall kommt und was Sie am Besten dagegen tun können, hilft Ihnen dieses Buch. Für das gammelige Obst ist die Lösung naheliegend: ab damit in den Müll. Für die anderen Problemstellen gibt es ein paar einfache Regeln, die unsere Großmütter kannten und intuitiv befolgt haben. Wichtige Faktoren für das Pilzwachstum sind die Raumtemperatur, die Luftfeuchtigkeit und die Oberflächenstruktur. Hier kann man entsprechende Vorkehrungen treffen, damit kein Schimmel entsteht.

Soviel zu den reinen Fakten. Das Wissenwert-anekdotesche ist immer wieder in die kleinen Kapitel eingestreut: Der Hinweis, dass schon im Alten Testament vom Hausschimmel und von der Bekämpfung desselben berichtet wurde. Oder auch die Empfehlungen der Gebrüder Grimm'schen Frau Holle, um Schimmelpilzen die Wachstumsgrundlagen zu nehmen.



Volker Sommer
Hirzel Verlag,
2021
ISBN 978-3-7776-
2814-1
24,00 Euro

Unter Mitprimaten

Das Buch hat den Untertitel „Ansichten eines Affenforschers“. Damit ist der Beruf des Autors schon angegeben. Er ist Biologe mit einem Lehrstuhl für evolutionäre Biologie in London. Sein Forschungsprojekt seit Jahrzehnten sind Primaten, unsere nächsten Verwandten, besser Unseesgleichen?

Er bezeichnet seine Forschung als „Forschung mit Leib und Seele – eben weil wir mit Leib und Seele Affen sind“.

In dem Buch beschreibt er sein Forscherleben – und das Leben der Erforschten – 3 Jahre mit Languren in Indien, 3 Jahre mit Gibbons in Thailand und 7 Jahre mit Schimpansen in Nigeria sehr eindringlich. Er gibt interessante Einblicke in die Arbeit der Anthropologen und hier besonders der Freiland-Primatologie, deren Anfänge mit Jane Goodall 1964 sicher jedem bekannt sind.

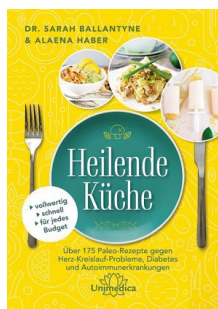
Die Interaktion zwischen Tier und Mensch kann sehr eng werden, besonders wenn die Tiere Primaten sind. Das ist einerseits schön – hoffentlich für beide – andererseits problematisch, denn wissenschaftliche Arbeit soll objektiv sein. Auch philosophi-

ich in dieser Konzentration und Ausführlichkeit noch nirgends gefunden habe. Darüber werden die Leser sicher noch eine ganze Weile nachzudenken und zu diskutieren haben.

Dieses Kapitel ist nicht ganz leicht zu lesen, aber es lohnt sich. Zumindest dann, wenn Sie – wie ich – immer wieder feststellen müssen, dass unser Verhältnis zum Tier, als Person und als Gesellschaft, nicht frei von Problemen ist.

Eine schnelle Problemlösung wird nicht aufgezeigt, und die gibt es auch nicht. Aber wir sind alle aufgefordert, den Anfang zu machen. Argumente dafür liefert das Buch.

Erika Fink, Frankfurt



Dr. Sarah Ballantyne, Alaena Haber
Unimedica im Narayana Verlag GmbH, 2021
ISBN 978-3-96257-206-8
24,80 Euro

Heilende Küche

Über 175 Paleo-Rezepte gegen Herz-Kreislauf-Probleme, Diabetes und Autoimmunerkrankungen

Was für eine wunderbare Vorstellung: Sich einfach gesund essen! Dieser Eindruck wird einem beim Blick auf den Titel des vorliegenden Buches vermittelt. Für die beiden Autorinnen, die ihre Autoimmunerkrankungen mit dem Paleo-Autoimmun-Protokoll in den Griff bekommen haben, trifft das offensichtlich sogar zu.

Das Buch ist aber nicht nur eine Rezeptesammlung, sondern bringt auch viel Informatives zu Vitaminen, Nähr- und Mineralstoffen. Sehr anschaulich werden die Vorzüge der erlaubten Lebensmittel wie hochwertiges Fleisch und Geflügel, Avocados und Oliven oder Zitrusfrüchte den Nachteilen der nicht erlaubten Le-

bensmittel wie herkömmlicher Milchprodukte oder Soja und Erdnüsse gegenübergestellt. Mit sehr praktischen Empfehlungen geht es an die Umrüstung der Vorratskammer und an die Erstellung eines Essensplans, bevor die Kapitel mit den Rezepten für Basisgerichte, Frühstücksgerichte, Suppen und Salate und all die anderen Köstlichkeiten folgen. Neben ansprechenden Fotos sind die Rezepte mit kleinen Symbole versehen, die darauf hinweisen, dass wenige Zutaten gebraucht werden, alles in einem Topf oder aber gar nicht gekocht wird oder dass die Zubereitung nur 20 min oder kürzer dauert.

All diese Rezepte sind im Anhang nochmals übersichtlich gelistet, um das Auffinden zu erleichtern.

Insgesamt liefert das Kochbuch einen interessanten Ansatz, die Ernährungsgewohnheiten umzustellen. Allerdings sollten die neue Lebensmittel nicht als Ersatz für die bewährte Medikation dienen.

Ilse Zündorf, Frankfurt



Sophie Seeberg, Amazon Topicus, 2021
ISBN 978-2-496-70587-4
7,99 Euro

Wir werden das Kind schon schaukeln

Ein Elternberuhigungsbuch

Was tun, wenn Julian an der Kasse einen Schreikrampf bekommt? Oder wenn Florian ständig trödelt und im Schlafanzug zur Schule will? Elternsein ist keine leichte Sache und bringt uns oft an unsere Grenzen.

Als Familientherapeutin und Mutter einer Patchwork-Familie hat

die Autorin einen besonderen Einblick in den Alltag überforderter Eltern. Mittlerweile hat sie bereits drei erfolgreiche Sachbücher mit Geschichten aus ihrem Berufsleben veröffentlicht. Im aktuellen Buch werden neben Erlebnissen aus dem Job auch sehr persönliche Stories aus dem Privatleben und dem Freundeskreis erzählt. Ganz auf Augenhöhe, ohne erhobenen Zeigefinger und mit viel Humor zeigt die Autorin beispielhaft an einzelnen Geschichten, wie man entspannt und gelassen Alltagschwierigkeiten entgegen treten kann. Dabei werden einige Tipps und Tricks zur Problemlösung von eingefahrenen Situationen verraten. So wird dem oben genannten Kassen-Quengler Julian zum Beispiel ganz schnell der Wind aus den Segeln genommen, wenn er bereits vor der Schreiatacke für sein ruhiges Verhalten während des Einkaufs gelobt wird. Auch im Fall von Florian, der sich morgens nicht anziehen will, kann eine kleine Änderung des Morgenrituals schon Wunder wirken und der tägliche Stress ist schnell vergessen.

Insgesamt geht es in dem Buch aber weniger um konkrete Verhaltensvorgaben, vielmehr ermutigt es zu einer generellen Bewusstseinsänderung, in der Konkurrenzkämpfe zwischen Eltern, Schuldzuweisungen und Selbstzweifel keinen Platz finden. Grundsätzlich heißt es Ruhe bewahren und auf's Wesentliche besinnen: unsere Kinder! Mit einem guten Bauchgefühl, Herz und Verstand lassen sich die meisten Probleme lösen. – Und bitte nicht verrückt machen lassen, nichts muss perfekt sein!

Das Buch findet das richtige Maß zwischen lustig und gefühlvoll, überspitzt und auf den Punkt gebracht. Durch den persönlichen und humorvollen Erzählstil schafft die Autorin eine warme und wohltuende Atmosphäre, die ansteckend wirkt, Mut macht und hoffentlich vielen Eltern dazu verhilft, das Kind mit etwas mehr Leichtigkeit zu schaukeln.

Valerie Streek, Frankfurt