



TERMINE

8.45 Uhr: Osteoporose-Gymnastik in der DRK-Begegnungsstätte, Bismarckstraße
10 bis 12 Uhr: Offener Treff im MehrGenerationenHaus, Kiskerstraße 2
10 bis 12 Uhr: Flüchtlingsberatung im MehrGenerationen-Haus
11 bis 13 Uhr: Sprechstunde der Caritas-Sozialstation, Lettow-Vorbeck-Straße 4
11.30 bis 13.30 Uhr: Mittagstisch im Treffpunkt des Mehr-GenerationenHauses
13.30 Uhr: Treffen der Wandergruppe des Heimatvereins Halle, vor Bäckerei Lechtermann
14.30 Uhr: Schach und Kartenspiele, DRK-Begegnungsstätte
15 und 19.30 Uhr: Bericht aus der Missions- und Entwicklungshilfearbeit in Brasilien und Japan, Gemeindehaus in der Rilkestraße
15 Uhr: Bingo-Nachmittag, DRK-Begegnungsstätte
15 bis 20 Uhr: Offener Treff im Jugendzentrum Remise
16 bis 17.30 Uhr: Tanztreff für Jugendliche ab zehn Jahren, JuZ
16 bis 17.30 Uhr: Sprechstunde der Babysittingbörse im MehrGenerationenHaus
17 bis 18 Uhr: Sprechstunde der Ehrenamtsbörse, MehrGenerationenHaus
18 Uhr: Yoga, DRK-Begegnungsstätte
18.30 Uhr: Kreativ-Theater, DRK-Begegnungsstätte
19.30 Uhr: Jahreshauptversammlung der Jagdgenossenschaft Halle-Hörste, Gaststätte Vögeding

Öffnungszeiten

6 bis 20 Uhr: Lindenbad
8 bis 13 Uhr: Rathaus I und II
8 bis 13 Uhr: Bürgerbüro
8 bis 16.30 Uhr: Entsorgungspunkt Nord in Künsebeck
9 bis 12 Uhr: Annahme in der DRK-Kleiderkammer, Bismarckstraße 1
10 bis 13 Uhr: Stadtbücherei
13.30 bis 16.30 Uhr: Mediothek im Haus des Kirchenkreises, Lettow-Vorbeck-Straße
14 bis 18 Uhr: Rathaus I und II
14 bis 18 Uhr: Bürgerbüro
14.30 bis 18 Uhr: Café Gegenüber am Kirchplatz
18 bis 20 Uhr: Stadtbücherei

Freizeitgruppe für ältere Menschen

■ **Kreis Gütersloh (HK).** Die Freizeitgruppe für ältere Menschen sucht noch Frauen oder Männer ab 60 Jahren, die durch den Verlust ihrer Partnerin oder ihres Partners allein sind. Zusammen werden Aktivitäten geplant. Am Samstag, 21. März, im Stadt-Café in der Hohenzollernstraße 14-16, findet das Treffen in Gütersloh um 15 Uhr statt. Nähere Infos unter ☎ (052 41) 82 35 86.

Haller Kreisblatt

Ravensberger Nachrichten, borgholzhausener Zeitung, Haller Anzeiger, Steinhagener Zeitung, Werthersche Zeitung, Versmolder Zeitung
 Haller Kreisblatt Verlags GmbH, 33790 Halle/Westfalen, Gutenbergstraße 2; 33779 Halle, Postfach 1452; Telefon 05201 / 1501; Telefax 05201 / 15-165 (Redaktion) und 15-166 (Anzeigenabteilung).
 - Geschäftsführung: Ass. Hans Brachvogel, Ass. Eva Kaliki
 - Verlags-/Anzeigenleiter: Frank Wallner
 - Redaktionsleiter: Herbert Gontek, Nicole Donath (Stv.)
 - alle 33790 Halle.
 Das Haller Kreisblatt erscheint in Redaktions- und Anzeigengemeinschaft mit der Neuen Westfälischen. Chefredakteur: Thomas Seim
 Stellv. Chefredakteur: Carsten Heil
 Newsdesk: Leitung Jörg Rinne, Mitglied der Chefredaktion Politik, Nachrichten: Dirk Müller; OWL: Lothar Schmalen (Ltg.); Sigrun Müller-Gerbes; Wirtschaft: Stefan Schelp; Kultur/Medien: Stefan Brauns; Sport: Torsten Ziegler; Reporter: Hubertus Gärtner, Matthias Bungeroth, Jobst Ladeking
 Sonderaufgaben: Heidi Hagen-Pekdemir
 Wissenschaftskorrespondent: Eckhard Sohn;
 Politische Korrespondent: Alexandra Jacobson (Berlin)
 Lokales: Andrea Rolles
 Redaktionstechnik: Stefan Weber
 Alle Neue Westfälische GmbH & Co. KG, Niedernstraße 21-27, 33602 Bielefeld.

Für die Rücksendung unangefordert eingesandter Manuskripte, Bücher, Zeitschriften und Bilder übernimmt die Redaktion keine Verantwortung. Zurzeit gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 46, vom 1. Januar 2015. Monatlicher Bezugspreis: 27,50 Euro bei Botenzustellung, 29,10 Euro bei Postzustellung. Alle Abonnement- und Einzelverkaufspreise einschl. 7 % Mehrwertsteuer. Bei Abonnement-Unterbrechung erfolgt eine Rückvergütung des Bezugspreises ab dem 7. Tag der Unterbrechung. Abbestellungen können nur zum Quartalsende berücksichtigt werden, wenn diese schriftlich an den Verlag eingereicht und spätestens bis zum ersten des Vormonats abgeschickt sind (Datum des Poststempels). Zusteller sind nicht berechtigt, Abbestellungen entgegenzunehmen.
 Bei Nichtbelieferung ohne Verschulden des Verlages, bei Arbeitskämpfen oder in Fällen höherer Gewalt besteht kein Entschädigungsanspruch. Im Zeitungsverlag Haller Kreisblatt erscheinen regelmäßig die Beilage »prima«-Wochenmagazin zur Zeitung.
 Herstellung: J.D. Küster Nachf. • Pressdruck GmbH & Co. KG, Bielefeld. Wir verwenden Zeitungspapier mit bis zu 100 Prozent Altpapieranteil.



Lebendiger Vortrag: Mit Hilfe verschiedener Übungen, die das Publikum bereitwillig mitmachte, zeigte Markus Hofmann, wie man zu einem wahren Gedächtnisweltmeister wird.

FOTOS: A. SCHNEIDER

Der einfache Weg zum Superhirn

Markus Hofmann begeisterte mit seinem Vortrag »Einfach unvergesslich«

■ **Halle (anke).** Unser Gehirn speichert alles. Wir können es oftmals nur nicht abrufen. Gedächtnistrainer Markus Hofmann hat ein Patentrezept, wie man zu geistigen Höchstleistungen kommen kann. Im Kreisgymnasium berichtete er auf äußerst amüsante Weise auf Einladung des Schulvereins davon.

Markus Hofmann ist einer der effektivsten Gedächtnisexperten Europas, der in seinen zahlreichen Vorträgen bereits mehr als eine Viertelmillion Menschen von seiner Art des Gehirnjoggings überzeugt hat. Dabei verpackt der leidenschaftliche Redner erstaunliches Wissen in exzellentes Infotainment und begeistert jedes Publikum, vom kleinen Angestellten bis hin zu Unternehmern und Wissenschaftlern. „Ihr alle habt ein sensationelles Gedächtnis“, verblüffte der Ex-

perte gleich zu Beginn der zweistündigen Veranstaltung sein Publikum. Um Wissen abzurufen, bedarf es eines einzigen Tricks. „Sobald linke und rechte Gehirnhälfte zu einem Team verknüpft werden, kann jeder zu einem Gedächtnisweltmeister werden“, sagte er. Mit einem Training, dass sich »Mnemo« nennt, ist das möglich. Und das schöne sei, es brauche nur 20 bis 30 Stunden Training, um das alte Programm zu knacken und ein neues zu installieren.

Wer beide Hirnhälften verknüpft, der lernt wie ein Kind, so Hofmann. „Haben sie schon mal gemerkt, dass Kinder bei Memory immer besser sind als Erwachsene?“, fragte der Fachmann. Das liege daran, dass Kinder mit Hilfe von Bildern lernen – und das sei auch das Geheimnis vom Mnemo. „Bilder sind der direkte Zugang zum Langzeitgedächtnis“, so Hofmann. Mit ihrer Hilfe könne



Der Weg zu einem perfekten Namensgedächtnis: Zu jedem Namen der Probanden hatte Hofmann ein Bild im Kopf. Bei Mehlüde (rechts neben ihm) musste er allerdings erst einmal eines kreieren.

man alles abrufen. Wie dieses kindliche Lernen in Bildern funktioniert, zeigte er den Gästen im KGH an Praxisbeispielen.

Hofmann begann mit den sieben Weltwundern der Neuzeit. Die Christusstatue in Rio de Janeiro platzierte er auf den Füßen der Gäste, das Kolosseum in Rom auf ihren Knien, die Inka-Ruinenstadt Machu Picchu auf ihren Oberschenkeln, die Chinesische Mauer in der Furche des Gesäßes, die jordanische Felsenstadt Petra in ihrem Bauchnabel, die Grabmoschee Taj Mahal in Indien auf der Brust und die Maya-Ruinen Chichén Itzá auf deren Schultern. Jedes Bauwerk verknüpfte er mit kuriosen Vorstellungen, wie sie in der jeweiligen Körperregion aussehen könnten. „Je merkwürdiger die Geschichte ist, desto merkwürdiger ist sie für das Gehirn“, sagt er.

Nach fünf Minuten konnten

nahezu alle Gäste die sieben Weltwunder der Neuzeit aufzählen, am Ende des Abends auch die elf Bundespräsidenten in der richtigen Reihenfolge, die Namen von neun Gästen aus dem Publikum und die Zahlen von eins bis zehn auf Thailändisch. Mit Hilfe von mentalen Briefkästen wie Körperregionen oder bestimmten Stellen in einem Raum oder auf einem Gelände, könne man sich jede Einkaufsliste merken, jeden Witz wiedergeben und auch zehnstellige Telefonnummern problemlos abrufen – und zwar aus dem Gehirn und nicht aus dem Handy.

Die Gäste in der Aula des Gymnasiums zeigten sich begeistert von der Effektivität der Hofmann-Methode und wunderten sich, dass ihnen die elf Bundespräsidenten auch am Ende des erkenntnisreichen und lebendigen Vortrages noch einfielen.



Wie war das noch?: Markus Hofmann demonstrierte, wie man Wissen so ablegt, dass es jederzeit abrufbar ist.

Schwimmen im Pölder und bei Kerzenlicht

Schwimmverein Halle lädt vom 21. bis zum 22. März zum 24-Stunden-Schwimmen ein

■ **Halle (HK).** Frühling im Haller Lindenbad – und wie im vergangenen Jahr lädt der Schwimmverein Halle auch dieses Jahr wieder zum 24-Stunden-Schwimmen ein. Der Startschuss fällt am Samstag, 21. März, um 14 Uhr – die Veranstaltung endet genau 24 Stunden später, am Sonntag, 22. März, um 14 Uhr.

Wie in jedem Jahr kann jeder Einzelteilnehmer ohne Anmeldung zu jeder Zeit beginnen und während der 24 Stunden schwimmen, so viel er kann und möchte. Man darf zwischendurch auch so viele Pausen einlegen, wie man möchte.



Schwimmen nonstop: Im Lindenbad steht am 21. und 22. März das 24-Stunden-Event an.

Bahnzähler registrieren jede geschwommene Bahn aller Starter. Eine Urkunde erhält man bereits für 50 zurückgelegte Meter. Für 550, 1050 beziehungsweise 2050 Meter geschwommene Meter gibt es Medaillen sowie Sonderpreise.

Für 2015 hat sich der Verein einige Neuheiten einfallen lassen: Schwimmen im Pyjama! »Packt den Schlafanzug ein, nimm deine Familie und nichts wie hin ins Lindenbad« – frei nach Conny Froboess kann von 23 bis 24 Uhr im Pölder geschwommen werden. Danach wird es dann ruhig im Schwimmbad und gemütlich. Im sanften Kerzenlicht kann

dann von 24 bis 2 Uhr gemütlich dahingeschwommen werden. Und damit danach die müden Geister wieder wach und fit werden, starten ab 2 Uhr die Nachtteams. Auch für Gruppen ist das 24-Stunden-Schwimmen interessant: Es gibt 30-Minuten-Staffeln für vier bis sechs Teilnehmer, die sich beliebig oft abwechseln können. Hier werden Teams aller Art (Familien, Freunde, Gruppen) sowie Schwimmvereine und DLRG getrennt gewertet. Hier ist eine Anmeldung erforderlich (staffel@svhalle.de). Ansonsten freuen sich die Gastgeber einfach auf viele Besucherinnen und Besucher!

Komm, lass uns tanzen!

■ **Halle (HK).** Die Haller Tanzgruppe »Tanzschuh & Co.« sucht Verstärkung für die kommende Saison. Jeden Mittwochabend im März wird ein anderes Thema im Vordergrund stehen. Ab 20 Uhr wird allen Tanzinteressierten in der Aula der Lindenschule an der Bismarckstraße in Halle ein Einblick in leichte Tänze gewährt, und es kann dann auch gleich mitgemacht werden. Am Mittwoch, 18. März, gibt es Entspannung mit Meditationstänzen. Am Mittwoch, 25. März, geht die Tanzreise auf Europakurs. Wer wissen möchte, wie in Holland, Schweden oder Italien getanzt wird, der ist hier genau richtig. Infos gibt es unter: tanzschuh-und-co@bitel.net oder unter ☎ (05201) 52 50.

Bethel lädt zum Kegeln ein

■ **Halle (HK).** Das Betheler Begegnungszentrum Halle lädt Menschen mit und ohne Behinderungen am morgigen Freitag, 13. März, von 17 bis 19 Uhr zum Kegeln ein. Treffen ist um 17 Uhr an der »Keglerklaus« in Halle. Anmeldungen und nähere Informationen über weitere Angebote der Einrichtung von Bethel.regional im Klingenhagen 10a in Halle gibt es unter ☎ (05201) 9719423 oder per E-Mail unter der Adresse begegnung-halle@bethel.de Der Kostenbeitrag beträgt für diese Veranstaltung beträgt 2,50 Euro.

Erzähl-Café mit Scarlett Mantei

■ **Halle (HK).** Das nächste Erzähl-Café der Diakonie findet am Donnerstag, 19. März, statt. Ab 15 Uhr geht es in der Diakoniestation um das Thema »Kaffee und Tee – Geschenk der Natur an die Sinne«. Zu Gast ist die Inhaberin des »Kaffee- und Tee-Paradieses Halle«, Scarlett Mantei, die allerlei Wissenswertes zu berichten hat. Interessierte melden sich vorab bitte unter der ☎ (05201) 98 29 in der Diakoniestation Halle an.

Anzeige

Donnerstag

Mittagstisch im Altkreis

Sie möchten heute gut und günstig zu Mittag essen?
Hier die aktuellen Tipps aus dem Altkreis Halle.

Borgholzhausen

Landfleischerei Goldbecker, Am Uphof 9, Tel. 93 31 58	
Gulaschsuppe	2,80 €
Rinderrouladen mit Brokkoligemüse und Schwenkkartoffeln	4,80 €

Haus Hagemeyer-Singenroth, Bahnhofstraße 81, Tel. 9 20 23

Fischfilet in Eihülle mit mediterranem Gemüse, dazu Butterkartoffeln		5,40 €
Zwiebelschnitzel mit Röstkartoffeln		5,40 €

Halle

Landhotel Jäckel, Dürkopstraße 8, Tel. 97 13 30	
Dicke Bohnen mit Kasseler, dazu Salzkartoffeln	6,50 €
Champignon-Omelette mit Salatbeilage	6,50 €
jeweils mit Mini-Dessert	

Steinhagen

Griechisches Restaurant Nikopolis, Woerdener Straße 4, Tel. 71 91	
Schollenfilet	7,40 €
Schweinemedallions in Metaxasauce	7,90 €
Griechische Hühnersuppe	3,00 €

Lebensmittel Uhlemeyer, Bergstraße 1, Tel. 92 15 58

Königsberger Klopse mit Salzkartoffeln und Erbsen-Möhren-Gemüse		5,49 €
(Mittagskarte unter www.uhlemeyer-lecker-essen.de)		

Versmold

Altstadthotel Versmold, Wiesenstraße 4, Tel. 9 52-0	
Hähnchenbrustfilet an Rotweinsauce mit Bandnudeln	6,90 €
Salatteller mit gebackener Aubergine	6,90 €

Werther

Fleischerei Paul, Rosenstraße 9, Tel. 34 02	
Hähnchengulasch mit Frucht-Curry-Sauce und Reis	6,80 €

Möchten Sie auch Ihr Mittagstisch-Angebot inserieren?
Infos unter Telefon (05201)15 111

Guten Appetit wünscht das **Nr. 1** im Altkreis Halle

109687_10_99