

Fitness trägt Früchte.

Körperliche Fitness ist die eine.
Etwas in der „Birne“ haben die andere.
Gibt es weitere?
Spielen sie alle zusammen?
Wir denken darüber nach.

Das Magazin für Klinikfernsehen

9



RUCK!

Magazin aufgeschlagen



KiK bewegt ...

„Bewegung macht beweglich - und Beweglichkeit kann manches in Bewegung setzen.“

Paul Haschek

Die Wissenschaft von heute geht davon aus, dass körperliche Fitness ebenso die geistige Leistungsfähigkeit fördert.

Durch Bewegung kommen nicht nur Herz und Kreislauf in Schwung, sondern auch das Gehirn als Organ wird besser durchblutet, das Wachstum neuer Nervenverbindungen wird angeregt und Konzentrations- und Entscheidungsfähigkeit nehmen zu. Wie bei Kindern die Lernfähigkeit durch Sport unterstützt wird, so verlangsamt körperliche Fitness später den Alterungsprozess des Gehirns bei Senioren.



Wir sind also aufgefordert, ein bewegtes Leben zu führen, die Welt zu Fuß und mit dem Kopf zu erobern. Wir müssen die Treppen dem Aufzug vorziehen, Buchstaben und Zahlen mental jonglieren und dem Sudoku-Fieber entspannt entgegen

sehen. Oder neue Sprachen lernen. Bewegung muss auch Kopfsache sein. Bleiben wir körperlich *und* geistig am Ball.

Wir vom Klinik-Info-Kanal haben uns das Ziel gesetzt, zu bewegen und Menschen in Bewegung zu setzen. Sei es durch Gehirn-Jogging und mentales Aktivierungstraining mit Vera F. Birkenbihl, Sendungen über körperliche Fitness oder gesunde Ernährung. Uns ist es wichtig, den Zuschauern Möglichkeiten aufzuzeigen, wie sie sich körperlich und mental fit halten – und lebenslang am Lernprozess kreativ mitwirken können.

Mit einem positiv-aktivierenden Programm möchten wir Impulse setzen, die der Zuschauer mit nach Hause nimmt und die ihm bereits im Krankenbett ein Gefühl der mentalen Mobilität geben. Wir wünschen Ihnen viel Spaß bei der neuen

Inhalt

<i>KiK bewegt ...</i>	2
<i>Geschichte zu Gesichtern</i>	3
<i>Der KiK bringt`s</i>	4
<i>KiK fragt</i>	5
<i>Fit mit KiK</i>	6
<i>Sag`s doch KUCK!</i>	7
<i>Kuckolores</i>	8
<i>Let`s kuck</i>	9
<i>Frisch gepresst</i>	10
<i>KiK bunt</i>	11
<i>Fit mit KiK / Lösungen</i>	12

Ausgabe von KUCK - und: Bleiben Sie in Bewegung!

Jürgen B. Brunner
Geschäftsleitung

Tobias Bartel
Geschäftsleitung

„Ich habe ein einfaches Rezept, um fit zu bleiben - Ich laufe jeden Tag Amok.“

Hildegard Knef

Geschichte zu Gesichtern

Ritterliche Eisenbahnbrücken und Server

Olaf Ruppert heißt einer der KiK-Mitarbeiter – „wobei das nicht ganz stimmt“, wie er uns verrät. Es fehlen zwei Worte, die seinen Namen erst komplettieren. Zwei ganz interessante sogar. Das erste: „Ritter“. Das zweite: „von“. Zusammen: Olaf Ritter von Ruppert. So heißt er richtig. Ich lasse das „Ritter von“ aber meistens weg, sagt der Ritter. „Wenn Leute das mitbekommen fragen sie dann doch fast immer noch mal nach und wollen auch wissen, wie ich zum „Ritter von“ komme – aber für mich ist das nicht so wichtig und natürlich schon längstens keine Sensation mehr“. Einer seiner Vorfahren (Karl Georg Ritter von Ruppert) baute im 19. Jahrhundert Eisenbahnbrücken; so viele, imposante und wohl v. a. stabile, dass er zum Ritter geschlagen wurde. Noch heute stehen einige dieser Brücken im Technischen Museum in München, für jeden zu sehen. Dies erzählt der junge Ritter von Ruppert dann, wenn er gefragt wird.

Bei KiK baut Olaf Ruppert Server, auch viele und stabile, müssen diese ja an den Krankenhäusern einen 24-Stunden-

Dienst über mehrere Jahre hinweg leisten. „Da darf man nicht nachlässig sein“, sagt Ruppert, der in Tübingen wohnt, dort Informatik studiert und bei KiK mehrmals in der Woche mit seinem Wissen die Technische Abteilung



unterstützt. Seit gut einem Jahr macht er das. Und während er Server baut, prüft und verschickt, bekommt er viel vom aktuellen KiK-Programm mit.

„Ich kenn’ jede Sendung auswendig“, übertreibt er ein wenig. Besonders die Dokumentationen und Frau Vera F. Birkenbihl hätten es ihm angetan: „Da sehe und höre ich gerne hin – ich denke, dass ich schon viel gelernt habe, so nebenbei“, erzählt Ruppert.

Was nach seinem Uni-Abschluss kommt, steht noch in den Sternen. Aber dort steht auch, wann dieser Abschluss überhaupt erledigt sein wird. „Mir gefällt’s in Tübingen und hier bei KiK, da werde ich mir sicher noch ein bisschen Zeit lassen“, so Ruppert, der nebenbei 12-seitige-Gitarre spielt und malt. „In erster Linie Gesichter – mit Bleistift. Von schräg, nicht von vorne“, wie er betont. „Und“, fügt er hinzu, „nur für zu Hause!“. Ansonsten hätte KUCK schon längst eines veröffentlicht, bevor ein großes Museum die Rechte daran bekommt.

Olaf Ritter von Ruppert baut Server für den KiK

„Sei klüger als die anderen, wenn du kannst - aber sag es ihnen nicht.“

Gilbert Keith Chesterton

Der KiK bringt`s

Am 06. Juli 2007 schrieb uns Frau Sela Birkner aus **Böblingen**:

Sehr geehrte Frau Joisten,

für Ihr tolles Engagement, die hervorragende Zusammenarbeit und Ihre an Hexerei grenzende Geschwindigkeit, mit der Sie unseren TV-Spot für den KiK bearbeitet und betreut haben, möchte ich mich persönlich ganz herzlich bei Ihnen bedanken.

Mit Kompetenz und Einfühlungsvermögen haben Sie uns sowohl bei der Animation, der Musik- und Sprecherauswahl ausgezeichnet beraten.

Mit freundlichen Grüßen
und nochmaligem Dank

Sela Birkner
Marketing&Werbung

Deutsches Rotes Kreuz 
Kreisverband Böblingen e.V.

Am 19.06.2007 erhielten wir von Herrn Dr. med. Bernhard Kempa aus **Heidenheim** folgende Zeilen:



Sehr geehrte Damen und Herren,

vielen Dank für die tolle Zusammenarbeit und die Erstellung unseres Praxis TV-Spots.

Die Kommunikationsvielfalt und die Werbewirksamkeit des Klinikkanals haben uns sehr angesprochen und Ihr Filmteam hat uns die Umsetzung des Spots leicht gemacht.

Mit freundlichen Grüßen
GEMEINSCHAFTSPRAXIS
DR. M. FREY - DR. B. KEMPA

gez. Dr. med. Bernhard Kempa



Am 18. Juli 2007 schrieb uns Frau Bettina Kruse aus **Heidenheim**:

Sehr geehrte Damen und Herren,

ich bedanke mich auf diesem Wege recht herzlich für die gute Zusammenarbeit im Rahmen der Positionierung unseres Werbefilms der Stadt Heidenheim innerhalb des KiK.

Die Kooperation mit den zuständigen Mitarbeitern verlief professionell und reibungslos, was nicht zuletzt an Ihrem Höchstmaß an Flexibilität und kundenorientiertem Arbeiten lag.

Ein sehr gelungenes Werk, da der KiK uns eine hervorragende Präsentationsplattform bietet, die es uns ermöglicht, die Patienten umfassend über die Stadt Heidenheim und ihr Kultur- und Freizeitangebot zu informieren.

Mit freundlichen Grüßen
Bettina Kruse
GBL Tourist-Information Heidenheim

„Wer keine Ausdauer hat bei Kleinigkeiten, dem misslingt der große Plan.“ aus China

KiK fragt ...

Was hält Dich fit?

CHRISTIAN JEDINAT, 38 Jahre, Trainer für Zauberkunst:

„Mein Fitnessprogramm ist kaum zu schaffen, die wenigsten halten es durch. Es umfasst zwei Bereiche: zum einen arbeite ich als Zauberer an meiner mentalen Fitness – sie ist elementar. Dafür lese ich viel, tüftle an Kreativitätsprozessen und prüfe sie. Es geht darum, das erarbeitete Level zu halten, weswegen ich täglich mindestens zwei Stunden trainiere.

Aber jetzt kommt's: Der zweite Fitness-Aspekt betrifft meine Ernährung. Sie ist ausgewogen und besteht gleichermaßen aus Kaffee, Zigaretten, Weißbrot und Alkohol. Hinzu kommen meine erneuerbaren Energiequellen wie Schokolade und Chips, mit denen ich versuche, den Cholesterin-Spiegel zu halten. Ab acht beginnt meine letzte Arbeitsphase, die meditative Weiterbildung: Auf der Couch liegen und Fernsehen. Das dauert meist bis zwei Uhr nachts. Dann ist endlich Feierabend.“ (Dazu Kuck: Wie, Fitnessprogramm?)



LYNN ist sieben Jahr alt und kann zur Zeit mit herrlichen Zahn-lücken im Schneidezähnenbereich beeindruckten. Wir sind bei ihrer Familie zu Gast und in der Küche frage ich sie ganz nebenbei, wie sie denkt, dass man fit bleibt. Das Mädchen überlegt kurz, antwortet dann aber sehr fest und überzeugt: „Man darf keinen Mittagsschlaf machen und muss viel essen!“

Ich bin etwas perplex wie selbstsicher und ohne Zweifel LYNN diese Frage zu beantworten vermag und schiebe neugierig hinterher, wann man ihrer Meinung nach die magische Altersgrenze überschritten hat und es aus ist mit der Fitness. Jetzt verliert die Siebenjährige gar keine Zeit mehr und erwidert ganz selbstverständlich: „Mit 18“. Die Antwort ist natürlich ein Schlag für mich und zieht mir endgültig den Zahn, mit 37 Jahren noch jung, dynamisch und fit zu sein.
S.B. g. Wenzl

KATHARINA HEIL, 25 Jahre, Medizinstudentin:
„Ich nutze den Alltag, um mich möglichst „fit“ zu halten. Ich fahre innerhalb der Stadt nur Fahrrad anstatt Bus oder nehme die Treppen anstatt des Aufzuges. Mir bleibt außerdem genügend Zeit, um ab und an Sport wie Ballett oder längere Mountainbike-Touren in den Bergen zu machen. Insgesamt bewege ich mich damit genug. Ein umfangreiches Fitnessprogramm, liegt mir nicht, ist aber auch gesundheitlich (was man heutzutage darunter versteht) fragwürdig – zumindest im Übermaß.“



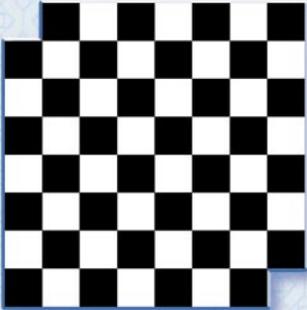
Für Fitness zählt für mich auch eine individuell-gute Ernährung. Ich esse und trinke alles was mir schmeckt, und mir schmeckt viel. Von allem aber nur wenig, und dann kann man ganz beruhigt sein. Fitness ist auch „mentale“ Fitness. Diese trainiere ich aber nicht extra! Ich denke und hoffe, dass mein Kopf durch mein Studium genügend gefordert wird. Fitness ist für mich die Grundlage zum Wohlfühlen.“

„Fragen macht klug.“ Deutsches Sprichwort

Fit mit KiK

1. Aufgabe:

Einem Schachbrett fehlen zwei gegenüberstehende Eckfelder, so dass 62 Felder übrig bleiben.



Ist es möglich mit 31 Dominosteinen die 62 Quadrate des Schachbretts genau abzudecken? (Ein Dominostein entspricht exakt der Größe von zwei Schachfeldern.)

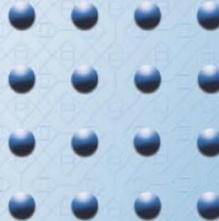
2. Aufgabe:

Finden Sie die vier Fehler in folgendem Zitat von George Bernard Shaw!

„Ein ungeübtes Gehirn ist schädliche für die Gesundheit als ein ungübter Körper.“

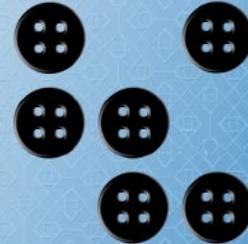
3. Aufgabe:

Verbinden Sie alle 16 Kugeln mit sechs geraden Linien!



4. Aufgabe:

Zwei Knöpfe sollen so umgestellt werden, dass man zwei Reihen mit je vier Knöpfen erhält.



5. Aufgabe:

Zwei Väter und zwei Söhne gehen gemeinsam auf die Jagd. Sie bringen drei Hasen nach Hause. Jeder von ihnen hat jedoch einen Hasen geschossen. Wie ist das möglich?

„Wenn das Gehirn kein Korn sät, pflanzt es Disteln.“

George Herbert

Sag`s doch KUCK!

„Deren Oberarme sind breiter als meine Oberschenkel“

Heiko Bieger begann 2004 bei KiK mit einem Praktikum, wurde übernommen und arbeitet dort seitdem im Bereich Film- und Medienmanagement. Für seine Kollegen verkörpert Herr Bieger den absoluten Trend in Sachen Klamotten, Unterhaltungstechnik, Mode und was „in ist“ allgemein – wie es um seine Fitness steht verrät er in diesem Interview.

KUCK: Herr Bieger, Fitness ist das Thema dieser KUCK-Ausgabe.

BIEGER: Oh je.

KUCK: Wie, oh je? Über Fitness gibt es viel zu sagen.

BIEGER: Na also ich denke, ich bin nicht so fit in den letzten Monaten, deswegen spreche ich nicht so gerne über dieses Thema. Seit ich aufgehört habe zu rauchen ist das so. Bisweilen Heißhunger und immer kein Sport; die Folge sind mehr also fünf Kilo zu viel, es waren aber auch schon zehn.

KUCK: Was hält Sie vom Sport ab?

BIEGER: Ich war einige Monate im Fitness-Club, aber es hat sich heraus gestellt, dass ich neben diesen Anabolika-Typen echt Angst bekomme. Deren Oberarme sind breiter als meine Oberschenkel. Abgesehen davon fehlt mir noch der Antrieb für regelmäßigen Sport. Vielleicht bin ich noch nicht fett genug.

KUCK: Wie meinen Sie das?

BIEGER: Ich müsste noch etwas zunehmen, damit sozusagen ein Ruck durch mich geht und ich endlich die nötige Motivation für Training bekomme.

KUCK: Interessant!

BIEGER: Ne wirklich, das ist so.



Trendsetter Heiko Bieger

KUCK: Was verstehen Sie unter Fitness?

BIEGER: Wohlbefinden. Und zwar auch mental. Wenn man sich mental fit fühlt, dann ist's auch mit der Bewegung leichter.

KUCK: Und die Bewegung fördert dann wieder das mentale Wohlfühlen.

BIEGER: Das hängt auf jeden Fall miteinander zusammen. Wichtig ist für beide Aspekte auch die Ernährung. Bis auf meine angesprochenen Heißhunger-Attacken bin ich schon wieder auf einem guten Weg mit Obst, Gemüse, Bio-Produkten, wenig Fleisch und viel Fisch. Wissen Sie was, wenn ich so darüber rede bekomme ich schon richtig Lust auf Fitness.

KUCK: Glückwunsch. Sprechen wir noch über was anderes als Fitness. Wie geht's Ihnen hier bei KiK im Medienmanagement?

BIEGER: Da gibt es immer wieder Herausforderungen – es macht Spaß und bleibt unterhaltsam. Man optimiert sich und die Arbeit, das ist wie bei der Fitness.

KUCK: Alle Wege führen zur Fitness. Vielen Dank für das Interview.

„Große Werke werden nicht durch Gewalt sondern durch Ausdauer vollbracht.“

Samuel Johnson

Kuckolores

Der Jungbrunnen

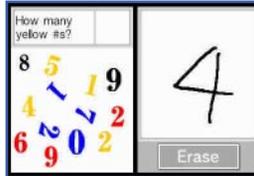
Eine Kolumne der Redaktion

Ryuta Kawashima wurde am 23. Mai 1959 in Japan, und dort in der Präfektur Chiba geboren. Von Beruf ist er Neurowissenschaftler. Kawashima studierte Medizin und spezialisierte sich auf die Erforschung der einzelnen Regionen des menschlichen Gehirns und Möglichkeiten des Trainings. Dabei legte er insbesondere Wert auf die Entwicklung und Aufrechterhaltung von Lernfähigkeiten. Heute ist er außerordentlicher Professor an der Universität Tohoku, wo er zur Zeit das Institut Functional Brain Imaging Centre leitet.

Na und? – werden Sie sagen. Nun, Herr Kawashima kann noch etwas, was nicht viele können: Er weiß, wie alt Sie sind, ohne Sie persönlich zu kennen, ohne Sie zu sehen. Herr Kawashima – sagen wir: Dr. Kawashima – nennt Ihnen (in Zusammenarbeit mit einem der führenden Herstellern von Videospiele und Spielkonsolen) Ihr wahres mentales Alter, was durchaus von Ihrem kalendarisch bewiesenen Alter divergieren kann. Ich beispielsweise habe neuerdings 58 Kawashima-Jahre

auf dem Buckel, eigentlich war ich noch nicht einmal 30 Jahre alt. Ja, das kann schnell gehen! Und einen schon irritieren, ehrlich gesagt. Muss es aber auch nicht.

Was hat man zu tun? Rechnen und lesen. Kombinieren und abstrahieren. Zählen, merken,



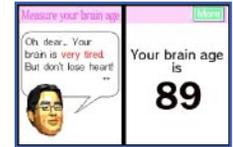
spekulieren. Nichts Neues eigentlich. Nie aufgeben. Immer schnell. Denken auf Zeit. Das wär's. Und schon weiß

man seine mentale Fitness und sein Alter. Beispiel: Man muss die Farben von ausgeschriebenen Wörtern erkennen, die mal hier und mal dort auf dem Bildschirm aufpoppen, und dann laut ins Mikrofon sprechen. Klingt leicht, hat aber einen gewissen Haken: Die Wörter selbst bezeichnen allesamt Farben, also "Schwarz", "Rot", "Blau", "Gelb" etc. Man wird also dazu verführt, das Wort "Schwarz" vorzulesen. Korrekt wäre aber die Aussage "Gelb" gewesen, wenn "Schwarz" in gelber Schrift erscheint.

Einmal daneben und schon ist man viel älter als man denkt ...

Das Tolle aber kommt noch, es gibt noch einen wirklichen Vorteil bei Dr. Kawashimas Gehirn-Jogging, den die Wirklichkeit nicht bietet: Jedes erzielte Alter lässt sich nach und nach abtrainieren. Wer also viel übt mit Dr. Kawashima wird schneller und somit jünger. Als „Jungbrunnen“ lässt er mich hoffen. Kann ich mich auf mein bisheriges Alter runtertrainieren? Warten wir einfach mal ab.

Bei diesem Anti-Aging sollte man aber nicht ein vernünftiges Ziel-Alter aus den Augen verlieren, wie einer unserer Kollegen. Der war bisher runde 40 Jahre alt, Dr. Kawashima aber errechnete sich ganze 89 Jahre aus. Das war vor einigen Monaten und löste tiefe Trauer in ihm aus. In der Folge absolvierte er ein verbissenes „Trainingslager“ nach dem anderen und – Sie ahnen schon – der Kollege feierte in diesen Tagen seinen 12. Geburtstag. Gratuliere.



„Wenn man auf seinen Körper achtet, geht's auch dem Kopf besser.“

Jil Sander

Let`s kuck

Frucht- und Gemüseshakes kann man schnell zubereiten, sind lecker und voller Vitamine.

Seien Sie mutig! Kreieren Sie sich selbst Ihre Lieblings-Fitmacher.

Wir haben ein paar Vorschläge zum Inspirieren und was Ihnen schmeckt entscheiden Sie!

Fruchtpower

Zutaten:

- 4 Orangen
- 2 Bananen
- 2 Kivis
- 1 Zitrone
- 1 Birne
- 1 Scheibe frische Ananas
- evtl. 1 TL Honig

Orangen und Zitrone auspressen, die anderen Früchte klein schneiden und mit dem Mixstab pürieren.

Nach Belieben mit etwas Honig nachsüßen und dann einfach genießen.



Himbeer-Joghurt-Shake

Zutaten:

- 100 g frische Himbeeren
- 150 g Joghurt
- 1 EL frisch gepresster Zitronensaft
- 1 EL Honig

Die Himbeeren waschen und mit dem Joghurt, dem Zitronensaft und dem Honig im Mixer schaumig schlagen.

Den Shake in ein großes Glas füllen und gekühlt servieren.

Pikanter Drink

Zutaten:

- 1 reife Avocado
- 150 g Joghurt
- 1 frisch gepresste Zitrone
- 100 ml Mineralwasser
- Salz, Pfeffer

Mit einem Löffel das Fruchtfleisch der Avocado herauslösen und zusammen mit den übrigen Zutaten im Mixer verrühren.

Zwischen Essen
und Ernähren
können Welten
liegen



„Zwischen Essen und Ernähren können Welten liegen.“ Sprichwort

Frisch gepresst

Auszüge aus der Presseinformation der *Karlsruher Messe- und Kongress GmbH* vom 18. Juli 2007



Von Heilfasten bis Anti-Aging

Prominente Referenten mit praktischen Gesundheitstipps beim Publikumsforum der „preventiKA“.

Im Fußball würde man sagen: Der Kader steht und die zentralen Positionen sind erstklassig besetzt. Übertragen auf die „preventiKA“, die vom 27. bis zum 29. September auf dem Karlsruher Messegelände ihre Premiere feiert, bedeutet das: Sowohl die *Messe für Gesundheit und Prävention* als auch der gleichzeitig stattfindende *Fachkongress* können mit einer Vielzahl spannender Themen und hochkarätiger Referenten aufwarten. Dabei steht das *Publikumsforum* im Mittelpunkt „preventiKA“, wo Fragen zu Gesundheit und Wohlbefinden beantwortet und in Vorträgen und Diskussionen interessante medizinische Themen verhandelt werden. Immer konkret, immer praktisch.



Übergewicht bei Kindern ist eines der zentralen Themen beim *Publikumsforum*, am 27. September (erster Messetag) ist sogar der gesamte Nachmittag diesem Thema gewidmet. Aber auch die anderen Altersgruppen sind auf der „preventiKA“ angesprochen: Wie bleibt man fit und kann seinem Hüft-Speck zu Leibe rücken? Dazu gibt es viele praktische Tipps. Infos über *Tai Chi* und die richtige Bewegung im Alter stehen ebenso auf dem Programm wie eine Hip-Hop-Tanzvorführung. Ein Showkoch wird unter dem Motto „Gesunde Küche mit Pfiff“ auf der Bühne Leckereres in den Topf zaubern. Dr. Andreas Buchinger (einer der führenden Fastenexperten Deutschlands) wird das Publikum mit seinem Wissen von der Heilkraft des Fastens überzeugen.

Gemeinsam mit dem SWR 4 präsentiert die „preventiKA“ am Freitagnachmittag auf dem Publikumsforum auch Professor Dr. Christoph M. Bamberger, der an der Uniklinik

Hamburg-Eppendorf eine Professur für „Endokrinologie und Stoffwechsel des Alters“ innehat und durch das Buch „Besser leben – länger leben“ bekannt wurde. Bamberger postuliert: Zehn gesunde Lebensjahre mehr seien machbar!

Wertvolle Tipps (z. B. Schutz gegen Sonnenschäden, Allergien und Fußpilz) hält (auch am Freitag) der Dermatologie-Professor Dr. Volker Steinkraus bereit. Steinkraus (Leiter Hamburger Dermatologikums) steht derzeit nebenbei regelmäßig den Lesern der Zeitschrift „Healthy Living“ mit ganz konkreten Ratschlägen zur Seite.



„Auch der Schnee von gestern fiel einst frisch vom Himmel.“

Walter Ludin

KiK bunt

KiKantisch: Mehr KiK, mehr Kino.

Vielfalt ist die Garantie für Zufriedenheit, dachte sich KiK- und bietet Krankenhäusern ab Herbst Blockbuster-Pakete an. Sieben Abende in der Woche beste Kino-Erlebnisse für die Patienten, da kann keine Langweile aufkommen.



KiK bietet den Krankenhäusern zwei Kino-Pakete an: **Look 1** und **Look 2**. Bei beiden „Looks“ kann sich das Krankenhaus aus einer Vielzahl von großen Kino-Filmen sieben individuell auswählen und so eine ganze Woche zusammenstellen,

für jeden Abend einen unterhaltsamen Blockbuster. **Look 2** bietet zusätzlich die Möglichkeit, nach drei Monaten drei Filme

auszutauschen, um noch mehr Abwechslung für die Patienten bieten zu können.

Die KiK-Blockbuster-Auswahl kann sich wirklich sehen lassen:

- ✿ About a Boy, oder: der Tag der toten Ente
- ✿ Alles auf Zucker
- ✿ Big Fish - Der Zauberer, der ein Leben zur Legende macht
- ✿ Chocolat
- ✿ Doktor Schiwago
- ✿ Ein seltsames Paar
- ✿ Frida
- ✿ Grüne Tomaten
- ✿ Magnolien aus Stahl Terminal
- ✿ Walk the line
- ✿ Wallace & Gromit auf der Jagd nach dem Riesenkanninchen

Oder auch eine ganze Serie von Rosamunde Pilcher-Filmen... Für jede Klinik und jeden Geschmack müsste da etwas dabei sein.

Informationen und mehr bekommen Sie über unsere Hotline der Zentrale in Böblingen: 07031 648-211 (Mo.-Fr. 9-18 Uhr).

Impressum

Herausgeber:
Klinik Info Kanal
Calwer Str. 1
D- 71034 Böblingen

Telefon: +49 7031 648-211
Telefax: +49 7031 648-286
E-Mail: info@kik-tv.de
Internet: www.kik-tv.de

Redaktion:
Johannes Heil

Grafische Umsetzung:
Silja Brunner

Layout:
Die KAVALLERIE GmbH
Werbeagentur

Fit mit KiK

Lösungen

1. Aufgabe:



Die fehlenden Eckfelder waren beide weiß, so dass noch 32 schwarze und 30 weiße Quadrate übrig bleiben.



Durch einen Dominostein werden immer ein weißes und ein benachbartes schwarzes Feld abgedeckt.



Von daher werden durch die ersten 30 Dominosteine 30 weiße und 30 schwarze Quadrate des Schachbretts belegt.



Es bleiben ein Dominostein und zwei schwarze Felder übrig.



Da jeder Dominostein jedoch stets zwei benachbarte Quadrate von unterschiedlicher Farbe belegt, ist es unmöglich, das Schachbrett mit den 31 Steinen abzudecken.

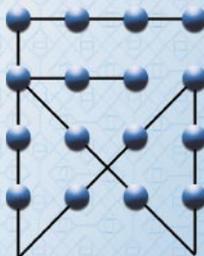


2. Aufgabe:

„Ein ungeübtes Gehirn ist **schädlicher** für die Gesundheit als ein **ungeübter** Körper.“

1. Fehler: „schädliche“ muss schädlicher heißen
2. Fehler: „Gesundheit“
3. Fehler: „ungeübter“
4. Fehler: In diesem Satz gibt es nur drei Fehler.

3. Aufgabe:



Die Kugeln können - wie in der linken Abbildung gezeigt wird- mit sechs Linien verbunden werden.



4. Aufgabe:

Man erhält zwei Reihen mit je vier Knöpfen, wenn zwei von ihnen folgendermaßen umgestellt werden:



5. Aufgabe:

Es handelt sich um Großvater, Vater und Sohn. (Die beiden „Väter“ sind also Großvater und Vater, die beiden „Söhne“ sind Vater und Sohn.)

„Nur die Sache ist verloren, die man aufgibt.“

Ernst von Feuchterleben