

März 2022

## „Schlaue Graue“



Liebe schlaue Graue,  
auch zum Jahresbeginn 2022 finden noch keine Treffen in Präsenz statt. Wir dürfen Sie daher weiterhin mit unserem Seniorenblatt „Schlaue Graue“ unterhalten.

Ein Leben ohne Wasser ist nicht möglich, weder für den Menschen, noch für Tiere und Pflanzen. Wasser, unser Lebensmittel Nummer 1, ist ein kostbares Gut, das viele erst erkennen, wenn es nicht zur Verfügung steht! Das Thema ist wichtig und vielseitig, lassen Sie sich faszinieren vom Element Wasser.

**Wasser — ein Konfliktpotential der Zukunft**

Für den Menschen ist es zwar in erster Linie als Trinkwasser von lebenswichtiger Bedeutung, doch auch für die Produktion von Nahrungsmitteln oder als Energieträger nimmt das Wasser eine hohe wirtschaftliche Funktion ein. Aus dieser wirtschaftlichen und naturwissenschaftlichen Sichtweise können sich eine Reihe möglicher Konfliktfelder ergeben, die vor allem die gleichgerichtete Nutzung von Wasserressourcen betreffen. Aber auch in kultureller und anthropologischer Hinsicht kann es rund um das Thema Wasser zu Konflikten kommen. So kann das Wasser in anderen Weltordnungen etwas anderes sein als eine reine ökonomische Ressource, wodurch es beim Zusammentreffen dieser unterschiedlichen Auffassungen von Wasser bei allen Fragestellungen, die eine gemeinsamen Nutzung des Wasser mit unterschiedlichen Wassernutzungspraktiken betreffen, zu Konflikten kommen kann. Der Vortrag wird bestehende und vergangene Konflikte zum Thema Wasser in dieser unterschiedlichen Art und Weise an verschiedenen Beispielen aufgreifen und versuchen mögliche Szenarien für die Zukunft abzuleiten.



Foto: Christina Mühlenkamp

Wir laden Sie ganz herzlich ein zum kostenlosen Online-Vortrag  
**„Wasser — ein Konfliktpotential der Zukunft“**. Es referiert der **Prof. Dr. Peter Chiffard**,  
Professor am Fachbereich Geologie der Universität Marburg am  
**Donnerstag, den 17. März 2022, um 15:00 Uhr.**

Zur Teilnahme am Vortrag benötigen Sie eine E-Mail-Adresse, einen PC oder ein Tablet mit Internetverbindung. **Und so geht's:** Melden Sie sich unter [seniorenbildung@marburg-biedenkopf.de](mailto:seniorenbildung@marburg-biedenkopf.de) oder auch telefonisch unter 06421 405-6712 an, dann erhalten Sie eine E-Mail mit einem Link zur Teilnahme an dem Vortrag.

"Erna, an der Tür steht einer, der für das neue Schwimmbad sammelt. Was soll ich ihm geben?"

"Fünf Eimer Wasser!"

Lehrerin zu Schülern: Wer von euch kann mir denn einen Reim nennen?  
Klein Erna: Der Fischer angelt heute Barsch, das Wasser geht ihm bis zum Knie.  
Lehrerin: Aber das reimt sich doch gar nicht.  
Klein Erna: Dann warten Sie mal bis die Flut kommt.

### Wussten Sie, dass...

... für ein Fast-Food-Menü, aus Burger, Pommes und Getränk, 6.000 Liter Wasser verwendet werden? Für eine Tasse Kaffee sind etwa 140 Liter Wasser nötig und für die Herstellung von einem Kilo Rindfleisch braucht es 15.000 Liter. Im Vergleich dazu benötigt eine Tomatenpflanze nur 50 Liter Wasser, um ein Kilogramm Früchte wachsen zu lassen.

... nur knapp ein Fünftel der Weltbevölkerung in Haushalten lebt, die an Wasserleitungen angeschlossen sind? Viele Menschen auf der Welt haben nur 10 Liter Wasser oder weniger pro Tag zur Verfügung. Diese Menge Wasser wird in westlichen Haushalten schon benötigt, um ein Mal die Toilette zu spülen.

..., wenn Sie den Wasserhahn während des Zähneputzens abdrehen, Sie ungefähr 15 Liter Wasser sparen? Ein tropfender Wasserhahn verschwendet ca. 5.000 Liter Wasser pro Jahr. Deswegen sollte man immer darauf achten, Wasserhähne, die tropfen, zu reparieren.

... die Industrie ganz schön viel Wasser braucht? Um ein Auto zu produzieren, werden etwa 20.000 Liter Wasser benötigt, für ein Kilo Stahl 18 Liter und für ein Blatt Papier knapp 3 Liter.

... der Gebrauch einer Geschirrspülmaschine wesentlich wassersparender ist als das Spülen von Hand? Allerdings nur bei einer energiesparenden und voll gefüllten Spülmaschine.

... eine volle Badewanne ungefähr 140 Liter Wasser fasst? Beim Duschen braucht man im Durchschnitt nur etwa ein Drittel davon. Wenn Sie zusätzlich den Wasserhahn während des Einseifens und Shampooierens zudrehen, können Sie nochmal die Hälfte an Wasser sparen.

... 71 % der Erdoberfläche mit Wasser bedeckt sind, daher der Name „Blauer Planet“. Leider sind ca. 97 % davon Salzwasser und damit nicht als Trinkwasser nutzbar.

### Durstlöcher Wasser

Wasser ist als Getränk und Durstlöcher erfrischend, preiswert, immer vorhanden und dazu noch kalorienfrei.

Trinken im Alter — eine wichtige Sache. Der Durst meldet sich nicht mehr zuverlässig, was bedeutet, dass wir uns an das Trinken erinnern müssen.

Hier ein Tipp: Stellen Sie sich die Tagesration gleich morgens in einem Krug/einer Karaffe bereit. Sobald Sie daran vorbeigehen, trinken Sie ein Glas davon.

Wem das pure Wasser zu langweilig ist, kann die Tagesration gerne mit Pfefferminze, Zitronenscheiben oder Ingwerscheiben aufpeppen. Übrigens: Morgens gleich alles leer zu trinken - sozusagen auf Vorrat - funktioniert leider nicht. Eine regelmäßige gute Flüssigkeitszufuhr stellt sicher, dass das Gehirn gut durchblutet wird und dadurch auch gut funktioniert.





## Warenkunde Wasser — welches ist das Richtige?

**Mineralwasser** - ist mit über 90 % Marktanteil der Verkaufsschlager in Deutschland. Es wird aus unterirdischen Wasservorkommen gewonnen, die vor Verunreinigungen geschützt sind. Die Abfüllung muss am Gewinnungsort erfolgen. Die Auswahl in den Getränkeläden ist sehr groß.

**Tafelwasser** - kann ein Gemisch aus Mineral-, Leitungs- und Meerwasser sein. Es dürfen Mineralstoffe zugesetzt werden.

**Heilwasser** - ist eine besondere Art des Mineralwassers und laut Wikipedia ein natürliches, mineralhaltiges Wasser, dem eine heilende, lindernde oder vorbeugende Wirkung zugesprochen wird. Es zählt zu den ältesten Naturheilmitteln.

**Leitungswasser** - ist schadstoffarm und gut kontrolliert. Es muss nicht gefiltert werden und punktet auch in der Klimabilanz, da es weder abgefüllt noch transportiert werden muss.

**In Glas- oder Plastikflaschen** - auf alle Fälle sollten es Mehrwegflaschen sein.

**Gefiltert - ungefiltert** - da das Trinkwasser aus der Leitung regelmäßig kontrolliert wird, ist ein Filtern nicht erforderlich.

**Mit oder ohne Kohlensäure** - das ist reine Geschmacksache. Wer zu vermehrtem Aufstoßen oder Sodbrennen neigt oder einen empfindlichen Magen hat, sollte stilles Wasser bevorzugen.

Klein Erna kommt mit klatschnassen Haaren ins Zimmer. Tadelt der Vater: „Ist es denn unbedingt nötig, dass du deinen Fischen einen Gutenachtkuss gibst?“

Finden Sie 29 Worte, die vor oder hinter dem „Wasser“ stehen:

Wasser macht uns sehr agil,  
doch wir verbrauchen viel zu viel.  
Mit Waschmaschin und Badespaß,  
verseuchen wir das teure Nass.  
Kostbares Trinkwasser, 125 l täglich, nur  
5 l für Trinken und Kochen - das ist kläglich.

Auch hat das Wasser sehr viel Kraft,  
was mancherorts viel Leiden schafft.  
Denn wenn der Bach vom Nass gespeist,  
ins Tal schießt, alles mit sich reißt,  
dann ist kein Tun und auch kein Halten,  
da spürt man die Naturgewalten.

Doch wenn man die ganze Wasserkraft  
bündelt und in ein Kabel schafft,  
freut man sich, dass Maschinen laufen,  
dass Licht brennt und wir können kaufen.  
Es spült auch viele Sachen weg:  
aus dem Klo den ganzen Dreck.

Das Wasser ist fürs Leben wichtig,  
die Lebensquell für alles - richtig?  
Fließt durch die Erde, so wie Blut.  
Das Wasser ist ein hohes Gut!  
Drum sage ich, gebt recht schön acht,  
vermeidet jede Wasserschlacht.

(Karin Lippert)

A	B	I	R	K	E	N	G	R	S	B	H
S	F	L	A	S	C	H	E	O	P	E	W
D	A	M	D	U	F	T	I	H	R	T	B
F	S	K	I	W	P	O	S	R	U	T	U
K	S	E	E	M	N	B	B	A	D	E	R
L	I	E	R	Z	E	I	C	H	E	N	G
W	E	R	K	G	D	F	A	L	L	F	F
E	P	B	R	A	U	Z	N	E	T	Z	U
G	T	A	U	H	R	W	F	A	H	R	L
J	A	S	G	I	E	S	S	D	A	F	G
B	R	A	B	B	E	L	B	B	A	L	L
O	B	E	H	A	E	L	T	E	R	U	V



Foto von Astrid Stutz

### Gekochtes Wasser — eine Suppe für besondere Anlässe

Sie ist eine ungewöhnliche Delikatesse aus Südfrankreich, die als eine Art Jungbrunnen gilt, gegen Erkältung, allgemeine Schlappeheit und Müdigkeit helfen soll und munter und tatendurstig macht. Sie gilt als Festtagsuppe, die Teil von großen Abendessen ist, sie soll zwischen den Gängen dem Magen eine Erholung gönnen:

1,5 l Wasser, 9 Knoblauchzehen (5 zerquetschen, 4 ganz lassen), 3 Zweige Thymian, 5-6 Blätter Salbei, 3 Lorbeerblätter, ein paar Tropfen Olivenöl, ordentlich Salz und Pfeffer, alles zusammen mindestens 1/2 Stunde auf kleiner Flamme kochen, anschließend durch ein Sieb gießen.

Nun kann man noch ein Eigelb und/oder Käse hineingeben und ein Brot dazu reichen.

Das Rezept hat Astrid Stutz gefunden im Buch: „Gebrauchsanweisung für Südfrankreich“ von Birgit Vanderbeke.

### Übrigens bietet das Mitmachlabor Chemikum Marburg Workshops zum Thema Wasser an:

#### Wasser — ein faszinierender Stoff

Sollte man unter allen chemischen Stoffen einen zum Faszinierendsten aller kürten, so wäre dies ohne Zweifel das Wasser. Wasser ist aufgrund seiner Eigenschaften vor allem als Lösungs- und Transportmittel in biologischen und chemischen Zusammenhängen unverzichtbar.

Wasser ist „schön“: bei Raumtemperatur ist es flüssig und transparent, unter 0 °C ist es fest und opak und nimmt als Schnee und Eis unterschiedliche Strukturen an. Wasser teilt unsere Welt in Kontinente und ist der Lebensraum für unzählige Lebewesen. An den Polen und in den Gletscherregionen bietet es extreme Lebensräume für ganz besondere Lebewesen. Wasser ist der Ursprung und die Grundlage des Lebens auf der Erde. Die Versorgung mit sauberem Trinkwasser war und ist die vielleicht wichtigste weltpolitische Herausforderung.

Der Workshop **Wasser** besteht aus zwei Komponenten:

1. In unterschiedlichen Experimenten lernen Sie die bemerkenswerten physikalischen Eigenschaften des Wassers kennen.
2. Im biologischen Teil untersuchen Sie Lahnwasser und beobachten unterschiedliche Wasserorganismen mittels Mikroskop und Binokular.

Näheres zum Angebot des Mitmachlabors erhalten Sie direkt beim Chemikum unter 06421 - 2825252, [Info@chemikum-marburg.de](mailto:Info@chemikum-marburg.de) oder auf der Homepage [www.chemikum-marburg.de](http://www.chemikum-marburg.de)

Lösung:  
**Wasserbehälter**, -fass, -  
 flasche, -krug, -werk, -  
 zeichen, -rad, -ski, -rohr,  
 -netz, -uhr, -weg, -ader, -  
 ball, -burg, -fall, -betten  
 Sprudel-, Eis-, Tau-, See-,  
 Bade-, Brau-, Duft-, Fahr-,  
 , Gieß-, Haar-, Birken-,  
 Bräbblwasser;

### „Schlaue Graue“



Gerne nehmen wir auch Anregungen, Fotos, Übungen oder sonstige Beiträge von Ihnen entgegen.

Einfach per E-Mail schicken an:

**seniorenbildung@marburg-biedenkopf.de** oder per Post an  
**vhs-Seniorenbildung, Hermann-Jacobsohn-Weg 1,  
 35039 Marburg.**

**BLEIBEN SIE NEUGIERIG und GESUND!**

**Ihr Team vhs-Seniorenbildung**

**Ausgabe 25**

Aktuelle Informationen auf unserer Homepage: [www.vhs.marburg-biedenkopf.de](http://www.vhs.marburg-biedenkopf.de) und auf der Seite des Landkreises: [www.marburg-biedenkopf.de](http://www.marburg-biedenkopf.de)