:bsz
DEINE BOCHUMER STADT- & STUDIERENDENZEITUNG

AUSGABE 1401
17. JANUAR 2024

Nächste Runde

Ein neues Studierendenparlament (StuPa) wurde gewählt. Neben alten Hasen sitzen nun auch Neulinge, die bei den Abstimmungen zum allerersten Mal ihre Hand in die Luft recken dürfen. In der ersten Sitzung wurden der neuer StuPa-Sprecher und sein Stellevertreter gewählt, sowie die Mitglieder der verschiedenen Ausschüsse. Wir waren für Euch vor Ort und berichten über alles Wissenswerte aus der Sitzung.

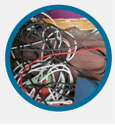
Ein weiteres Thema dieser Ausgabe ist die Digitalisierung an Universitäten und im alltäglichen Leben. Für die einen ist sie eine enorme Erleichterung, für die anderen eine absolute Quälerei. Und manchen hilft sie auch morgens beim Aufstehen.

In unserem *SCHWER:PUNKT* werden diese Woche die Schürzen umgebunden, denn für den „Veganuary“ verrät Euch die :bsz-Kochredaktion, wie Ihr Euch vegan durch den Monat mampfen könnt.

Aber jetzt erstmal viel Spaß beim Verschlingen dieser Ausgabe!

:Die Redaktion

Digitalisierung an der Uni! 3
Über Hilfsangebote für Menschen mit Behinderungen in Bochum erfahrt Ihr hier.



Bochum behindert! 4
Über Hilfsangebote für Menschen mit Behinderungen in Bochum erfahrt Ihr hier.

Nachwuchs für die Fachschaftschaftsräte gesucht!

Fachschaftsräte (FSR) an der RUB suchen Nachwuchs! Wir haben für Euch 10 Gründe gesammelt, warum sich eine Beteiligung lohnt.

Fast 200 verschiedene Studiengänge können an der RUB im Ein- oder Zweifach-Bachelor oder -Master studiert werden. Damit die fachbezogenen Interessen der Studierenden gewahrt werden können, gibt es in jedem Fachbereich einen sogenannten Fachschaftsrat, der sich aus ehrenamtlichen Studierenden zusammensetzt, die bei den einmal pro Semester stattfindenden Vollversammlungen gewählt werden. Jede:r immatrikulierte Studierende kann sich beteiligen!

Den Fachschaftsräten kommen verschiedene Aufgaben zu, für die sie vom AStA auch ein jährliches Budget zur Verfügung gestellt bekommen.
Zum einen sind die FSRe beratend tätig, indem sie Studierende in Fachfragen beraten und ggf. auch zwischen ihnen und den Lehrenden vermitteln können. Darüber hinaus informieren sie die Studierenden über Neuigkeiten an der Fakultät, organisieren Veranstaltungen verschiedener Art und begrüßen die Erstis zu Beginn eines neuen Semesters. Zudem vertreten sie ihren Studiengang in RUB-übergreifenden Gremien und Ausschüssen, so dass die Interessen der Studis berücksichtigt werden können.
Damit das Campusleben aber weiterhin so bunt gestaltet werden kann, suchen viele der FSRe regelmäßig neue Mitglieder.
Ihr seid Euch unsicher, ob die Arbeit im FSR etwas für Euch sein könnte?
Wir haben uns unter den FSRen der RUB umgehört und 10 Gründe gesammelt, warum sich die Mitarbeit lohnt:

1. Du lernst deine Kommiliton:innen auch außerhalb gemeinsamer Lehrveranstaltungen kennen und kannst so neue Kontakte innerhalb deines Studiengangs knüpfen, aber auch studiengangsübergreifend durch Mitarbeit in verschiedenen Arbeitsgruppen und Gremien.

2. Die Arbeit im FSR ist ehrenamtlich und kann mit einer Bescheinigung für den Lebenslauf belohnt werden.

3. Du kannst eigene Ideen einbringen und mithilfe anderer motivierter Studis verwirklichen.

4. Du erlernst neue Soft Skills in Bereichen wie Projektmanagement, Öffentlichkeitsarbeit, Finanzen usw.

5. Du lernst auch die Lehrenden persönlicher kennen und knüpfst neue Kontakte, die dir auch in anderen Bereichen helfen können.

6. Du erhältst Einblicke in die Hochschulpolitik und Gremienarbeit auf dem Campus, sowie in Deiner Fakultät.

7. Du kannst dazu beitragen, dass sich Deine Kommiliton:innen am Campus gehört fühlen und sie bei ihrem Studium unterstützen.

8. Du sitzt direkt an der Quelle, wenn es um Veranstaltungen und Co. geht.

9. Du kannst mitentscheiden, wofür die finanziellen Mittel sinnvoll verwendet werden können.

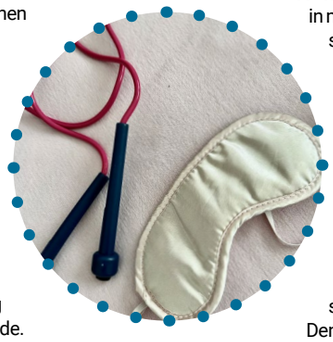
10. Es macht Spaß im Team zu arbeiten!

:Sharleen Wolters

Originelle Methoden zum Wach-Werden
Das Selbstexperiment

Morgens aus dem Bett zu kommen, erweist sich nicht selten als echte Herausforderung. In einem Selbstexperiment probiere ich deshalb originelle Tipps für ein einfacheres Wachwerden aus.

Wer kennt es nicht: Gerade schläft man tief und fest und genießt unbeschwert die bunten Erlebnisse eines lebhaften Traums. Plötzlich beginnen die Personen in diesem Traum zu tanzen, jemand beginnt, ein Instrument zu spielen und an den Händen fassend versammeln sich alle fröhlich lachend zusammen im Kreis zum Gruppentanz. Eine Idylle! Eines irritiert jedoch: Die Musik, die da erklingt, ist keine klassische Tanzmusik - sie ist ziemlich repetitiv und kaum melodisch, eher schrill.
Plötzlich reißt man erschreckt die Augen auf und wird in die graue Realität gerissen. Das Schweregefühl auf den Augen drückt einen gefühlt zurück in die Bettlaken und man spürt die Stiche der winterlichen Kälte am ganzen Körper. Diese Musik war nur der Alarmton des Weckers. Es ist Zeit aufzustehen. Nur mühselig hievt man sich aus dem Bett. Wie kann man dieser morgendlichen Tortur nun schnellstmöglich ein Ende setzen?



Jeder kennt solche Tage. Dennoch muss man nicht hinnehmen, am Morgen eine imaginäre Bleikette am Fuß den Flur entlang zum Bad schleifen zu müssen. Eine erste Alternative zur Bleikette, die deutlich weniger wiegt, ist das Springseil. Weil ich das Seil bereits am Abend zuvor neben meinem Bett platziert hatte, genügte bereits ein Griff und schon lagen die Enden der Kunststoff-Schnur in beiden Händen. Überwindung kostet diese Methode also kaum. Mit der Lieblings-Spotify Playlist im Hintergrund begann ich mit halb geschlossenen Lidern mechanisch beide Füße gleichzeitig vom Boden hoch in Richtung meiner Waden zu ziehen - kognitiv fordernd ist Seilspringen nicht gerade. Perfekt, wenn der Kopf morgens ungefähr so schnell hochfährt, wie ein Rechner aus den 2000ern...
Bereits nach unter einer Minute spürte ich, wie auch mein Kreislauf begann, hochzufahren. Um mich durch die körperliche Betätigung deutlich wacher zu fühlen, musste das Lied noch nicht einmal zu Ende laufen. Anschließend war ich im Bad tatsächlich fünf Minuten früher fertig als sonst.

Ein Tipp von :bsz - Redakteur Motz mir gegenüber war, die App Alarmy auszuprobieren. Die kostenlose Applikation beendet das ohrenbetäubende Wecker-Geheule auf Wunsch erst, wenn man in der App ein Bild von der Kaffemaschine hochgeladen hat. So muss man zwar aus dem Bett heraus, jedoch nicht ins kalte Wasser springen: Die App dient quasi als Brücke zwischen Bett und der ersten Koffeinzufuhr. Das dampfende Gebräu sollte man natürlich in Maßen genießen, jedoch kann der Körper theoretisch erstaunliche Mengen verteilt über den Tag von bis zu sechs Tassen problemlos verarbeiten. Bei stärkster Müdigkeit bleibt ein nahrhaftes Frühstück dennoch zweifellos unerlässlich.
Ich mag zwar keinen Kaffee, jedoch reichte auch ein Bild meiner Müsli- und Porridge- Sammlung auf der Küchenablage zur Motivation vollkommen aus. In eine weniger gemächliche Stimmung bringt einen die nächste Methode:
Jedem/jeder fahren die auf dem Handy vor-installierten, meist unerquicklichen Weckerklänge in Mark und Bein. Für das Experiment wollte ich dies noch weiter auf die Spitze treiben. Geschwind wählte ich über die virtuelle Sprachassistentin Alexa „Nuclear Alarm Siren“ als Weckton aus. Im Kreis tanzte zu diesem Weckton an diesem Morgen niemand in meinem Traum. Mit pochendem Herzen und weit aufgerissenen Augen schwang ich mich aus dem Bett. Mein agitierter Zustand verflog insgesamt jedoch so schnell, wie auch ich zuvor instinktiv gewollt hatte, zu fliehen.

Ein weniger schweißtreibender Versuch, der aber nicht weniger nervenaufreibend war, bestand darin, mich unter die kalte Dusche zu wagen. Vor allem im Winter erfordert dies Willenskraft, aber für die :bsz kann ich natürlich immer genug davon aufbringen. Zugegeben, die Methode zeigte bereits nach circa zehn Sekunden Wirkung, machte mich augenblicklich wach. Regelmäßig kalt zu duschen wirkt sich zudem positiv auf das Immunsystem aus.
Dennoch würde ich zukünftig gerne auf diese Methode verzichten, da ich letztlich doch mit einem positiven Gemüt in den Tag begrüßen möchte; Mit einem solchen Start in den Tag ziehe ich erst recht die weiche Biber-Bettwäsche dem stechenden Gefühl auf der Haut vor. Kommt das Wasser aus dem Duschkopf überdies jedoch den Temperaturen eines Gletschers nahe, kann dies zum unerwünschten Gegenteil führen und Euren Kreislauf überfordern. Hier ist Vorsicht wohl morgendlichem Eifer vorzuziehen.
Insgesamt sind alle vier Methoden gut geeignet, um morgens schneller wach zu werden. Welche davon einen Versuch wert sind, ist zumindest ein wenig auch eine Frage der Waghalsigkeit...

:Levinia Holtz

So verlief die erste StuPa-Sitzung

Auch wenn in der ersten Sitzung überwiegend Formalitäten abgehakt werden mussten, gibt es ein paar Dinge zu berichten.

Am Abend des 11. Januars hat sich das 56. Studierendenparlament zu seiner ersten Sitzung nach der Wahl zusammengefunden. Einige sind zum ersten Mal dabei, wie etwa die beiden Mitglieder der noch jungen Liste *LAUT*. Die *NAWI* ist nach wie vor die mit Abstand größte Liste mit 14 von 35 Sitzen und besetzt eine halbe Reihe im Hörsaalparlament. Die beiden Mitglieder der *HOCHSCHULALLIANZ* (*RCDS* und *LHG*) haben es sich als einzige auffällig weit vom Rest der Parlamentsmitglieder bequem gemacht.

Nach Feststellung der Beschlussfähigkeit wird über einen Antrag der Liste *GRAS* abgestimmt, der die Einführung von quotierten Redebeiträgen für FLINTA-Personen vorsieht. So wolle die Liste GRAS einer Personengruppe im eher männlich geprägten StuPa mehr Gehör verschaffen. Redebeiträge sollen dann im Wechsel erfolgen, solange auf beiden Listen noch Namen stünden.

Bereits in der StuPa-Vergangenheit seien diese Redelisten eingesetzt worden. Die Meinungen im Parlament zu diesem Vorschlag gehen allerdings auseinander, es wurden unter anderem praktische und rechtliche Bedenken angemeldet. Schließlich wurde der Antrag mit absoluter Mehrheit abgelehnt. Dieser Punkt blieb die einzige kleine echte Debatte dieser Eröffnungssitzung. Der Rest waren eher Formalia, daher standen Handy-Spielchen unter den Parlamentarier:innen an diesem Tag hoch im Kurs.

Es folgt ein Bericht des Wahlleiters Hendrik Meinert, der von Problemen mit fehlerhaften Wahlverzeichnissen bei der jüngsten Wahl berichtet. In einem anfangs genutzten Verzeichnis seien nicht wahlberechtigte Personen aufgeführt gewesen, in einem zweiten hätten Personen gefehlt. Man habe schließlich beide Verzeichnisse genutzt, wodurch keine Person ihre Stimme verloren habe. Außerdem habe es Unstimmigkeiten bei der Urnenzuteilung von Studierenden einiger Fächer gegeben.

Als nächstes steht die Wahl der/des Parlamentspräsident:in auf der Tagesordnung. Das Präsidium bildet die Geschäftsführung des StuPas und vertritt es nach außen hin. Außerdem ist es für die Erstellung der Sitzungsprotokolle zuständig. Hier wird Patrick Walkowiak als einziger Kandidat mit vier Enthaltungen gewählt und kann damit seine Arbeit in dieser Position ein weiteres Jahr fortsetzen. Er möchte in Zukunft die Öffentlichkeitsarbeit verstärken und die Webseite verbessern. Zu seinem Stellvertreter wählt das Parlament Felix Ledneczky, der damit Felix Käppel in dieser Position ablöst. Die (ausschließlich männlichen) Kandidaten werden kurz befragt, jeder von ihnen bekommt scherzhaft die Fragen „Glaubst du an Gott? Hast du gedient? Bist du vorbestraft?“ gestellt. Anschließend erfolgt die Wahl der Ausschüsse.

Dazu gehört runter anderem der Hauptausschuss, der als flexibles kleines Studierendenparlament verstanden werden kann. Bei Problemen, die keinen Aufschub zulassen, oder in der vorlesungsfreien Zeit übernimmt er ähnliche Aufgaben wie das StuPa. Nicht jede Liste, die im Parlament vertreten ist, hat hier Stimmrecht, jedoch muss jeder Beschluss des Ausschusses später vom Parlament bestätigt werden. Im aktuellen Hauptausschuss sind lediglich Mitglieder der Listen *NAWI, IL* und *GRAS* stimmberechtigt.

Der Haushaltsausschuss wiederum überwacht die Gelder der Studierendenschaft, weshalb hier aus Neutralitätsgründen auch keine Mitglieder vom AStA zugelassen sind. Hierhin können die verschiedenen Listen auch Nicht-Parlamentarier entsenden.

Schließlich bestätigt das *StuPa* die Zusammensetzung alle Ausschüsse einstimmig und ohne Änderungen, womit die heutige Sitzung ihr Ende findet.

:Moritz Putz

Digitalisierung an der RUB

Digitalisierung an den Schulen ist besonders zu den Wahlperioden in aller Munde. Doch wie sieht es eigentlich mit der digitalen Ausstattung an NRWs Hochschulen und vor allem der RUB aus?

Während in einigen Gremien schon über die Formalitäten zur Nutzung KI-basierter Schreibprogramme wie *Chat GPT* für schriftliche Prüfungen debattiert wird, scheitern andernorts in Lehrveranstaltungen Dozierende und Studierende gleichermaßen an der Aufgabe, ein Video mit Ton abzuspielen. Die Pandemie hatte schnell aufgezeigt, welche Schwachstellen an den Hochschulen bestehen und hybride Lösungen wären gerade zum Bahnstreik der vergangenen Woche von großem Nutzen gewesen. Doch hier hat sich trotz der Erfahrungen während der Pandemie kaum etwas getan, es wurde wieder auf Zoom als Alternative gesetzt, statt Präsenz und Online zu verbinden.

So vielfältig wie Digitalisierung und technischer Fortschritt sind, so vielfältig sind auch die damit einhergehenden Probleme bei der Anwendung in Forschung, Lehre, Studium und der Verwaltung der Hochschule.

Damit steht die RUB nicht allein da: Gemeinsam mit 42 weiteren Hochschulen des Landes und dem *Ministerium für Kultur und Wissenschaft* NRWs gehört sie der Kooperationsgemeinschaft *Digitale Hochschule NRW* (DH.NRW) an. Diese hat sich zum Ziel gesetzt, die Hochschulen bei den Digitalisierungsprozessen in den obigen Feldern zu unterstützen und durch Vernetzung und Arbeitsgruppen voranzubringen. 2022 wurde ein Positionspapier veröffentlicht, in welchem die Vision für die Arbeit bis 2025 festgehalten wurde. Unter Berücksichtigung der Werte Kooperation, Integration, Offenheit, Serviceorientierung und Ethik soll bis 2025 mithilfe des Landes an der Umsetzung der Ziele gearbeitet werden.

Für unseren Alltag als Studierende ist insbesondere der Bereich Studium & Lehre entscheidend. Hier soll zum einen an der Verfügbarkeit „digitaler Lehr- und Lerninhalte“ gearbeitet werden, Lehrende sollen digitale Kompetenzen erlernen, um didaktische Fähigkeiten in die Lehre einbringen zu können und diese dann auch an die Studierenden weiterzugeben. Des Weiteren sollen „neue digitale Technologien in der Lehre“ Anwendung finden. Digitale Labore sollen zukünftig Lehre und Forschung landesweit vernetzen. Im Bereich Forschung dürfte vor allem die Verfügbarkeit von Forschungsergebnissen und Forschungsliteratur von Interesse sein. Hier stellt das Bibliothekssystem der RUB bereits einen beachtlichen Umfang an freien Zugängen zur Verfügung.

Durch die Digitalisierung ist es nun zum Beispiel auch einfacher, an Kursen anderer Hochschulen teilzunehmen und sich diese anerkennen zu lassen.

Die Möglichkeiten durch digitalen Fortschritt sind vielfältig, doch leider scheitert es häufig an der Bereitstellung finanzieller Mittel für die Ressourcen. Zwar sind an der RUB schon viele Prozesse angestoßen oder umgesetzt worden, es scheint jedoch häufig an Details zu scheitern.

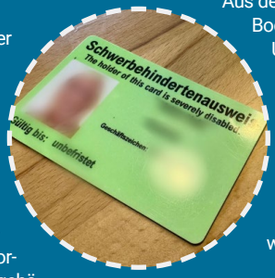
Zwar sind in (fast) allen Räumen technische Mittel eingesetzt, diese funktionieren jedoch häufig nicht. Zwar gibt es auf dem ganzen Campus *eduroam*, jedoch fliegt ein Großteil der Studierenden ständig aus dem Netz. Zwar haben wir digitale Plattformen wie eCampus und Moodle, jedoch ist vielen Lehrenden das Ausmaß der Nutzungsmöglichkeiten nicht bekannt, ob durch fehlendes Interesse oder mangelnde Schulungen.

Wir dürfen gespannt bleiben, welche Innovationen in Zukunft auf uns zukommen, ob ausgereift oder auch eher halbgar.

:Sharleen Wolters

Leben mit Handicap in Bochum

Medial kursierte jüngst die Schlagzeile, dass eine Bochumerin aufgrund ihres Blindenhundes aus eines Lokal verwiesen wurde. Wo erhalten Menschen mit Handicap in Bochum Unterstützung?



Bundesweit leidet jede:r Zehnte an einer schweren körperlichen oder geistigen Einschränkung, in ganz NRW leiden ungefähr 1,92 Millionen Menschen an einer Schwerbehinderung und sogar rund 50% der Menschen haben eine leichte bis mittelschwere körperliche Behinderung. Bei 11,4 Prozent liegt eine geistig-seelische Behinderung vor. In Bochum hingegen lebten laut dem *statistischen Landesamt* Ende des Jahres 2021 47.525 Menschen mit einer schweren Behinderung.

Als schwerbehindert gelten dabei Menschen, die einen Grad der Behinderung von über 50 Prozent erreichen. Dieser Grad wird vom Versorgungsamt oder dem Amt für soziale Angelegenheiten festgelegt. Dazu gehören beispielsweise regelmäßige, schwere Migräneanfälle, Schlaganfälle, aber auch psychische Krankheiten. Allgemein können chronische Erkrankungen, die jedes Vierteljahr mindestens eine ärztliche Behandlung verlangen, als Behinderung anerkannt werden. Um diese Personen auf dem Arbeitsmarkt zu schützen, gelten bestimmte staatliche Vorgaben gegen Benachteiligungen.
So haben Menschen mit schwerem Handicap ein Anrecht auf einen behindertengerechten Arbeitsplatz, Teilzeitarbeit, wenn die Behinderung eine kürzere Arbeitszeit erfordert und auch einen besonderen Kündigungsschutz. Zusätzlich dürfen Betroffene fünf Tage bezahlten zusätzlichen Urlaub im Jahr nehmen und Überstunden verweigern. Unternehmen sind nicht nur rechtlich verpflichtet, schwerbehinderte Menschen ins Unternehmen zu integrieren, große und mittlere Unternehmen haben zudem selbst ein Interesse daran, genügend schwerbehinderte Personen zu beschäftigen, denn ansonsten müssen sie eine Ausgleichsabgabe zahlen.

Dennoch treffen Menschen mit Handicap zweifelsohne, auch abseits vom Arbeitsmarkt, in vielerlei Lebensbereichen auf Herausforderungen. Für viele Betroffene gehören demnach ableistische Erfahrungen zum Alltag dazu. Von „Ableismus“ spricht man im Kontext von ungerechtfertigter Ungleichbehandlung wegen einer körperlichen oder psychischen Beeinträchtigung, oder auch aufgrund von Lernschwierigkeiten. Von einem konkreten Vorfall berichteten kürzlich lokale Medien: Eine Bochumerin mit Sehbehinderung, Jennifer Huth, wollte mit ihrem Blindenhund Martha in einem Lokal frühstücken gehen. Aus Hygienegründen verwies das Personal den Hund des Lokals.
Aus derartigen Vorkommnissen ergibt sich die Frage, welche Dienste speziell die Stadt Bochum zur Unterstützung und dem Schutz von Menschen mit Handicap anbietet. Und welche Hilfsangebote gibt es an der RUB?
Auf kommunaler Ebene bietet die Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderung eine Beratung in Bezug auf gesellschaftliche Teilhabe. Sowohl spezifische Fragen, wie: „Wie beschaffe ich mir eine rollstuhlgerechte Wohnung und kann diese an meine persönlichen Einschränkungen anpassen?“, aber auch abstraktere Themenkomplexe, wie die Teilhabe an Kultur und dem Bildungssystem, können hier thematisiert werden. Auch psychologische Fragen, wie: „Wie verständige ich mit meinen Einschränkungen am besten mit meiner Umwelt?“ sind hier keinesfalls fehl am Platz.

Ebenso wenig an der RUB müssen Menschen mit Handicap sich mit den Herausforderungen des Alltags allein gelassen fühlen. Das *Peer-to-Peer-Mentoringprogramm* bietet Studierenden mit Beeinträchtigungen eine helfende Hand, indem es in Gruppen kostenlose Orientierung beim (Wieder-)Einstieg ins Studium, aber auch während des Semesters bietet. Mit anderen Betroffenen gemeinsam kann hier ein Plan zu einem höheren Studienerfolg hin entwickelt werden und der direkte Austausch kann zudem dabei hilfreich sein, jegliche alltäglichen Erschwernisse anzugehen. An das Programm können sich Studierende richten, die von jeglichen Formen von Behinderungen und chronischen Erkrankungen betroffen sind. Ob diese Einschränkungen sichtbar sind, oder nicht, ist dafür nicht von Belang. Bei näheren Fragen zum Mentorenprogramm könnt Ihr Manuela Becker eine Mail an inklusion@rub.de schreiben, oder unter folgendem Link mehr Informationen abrufen: http://einrichtungen.ruhr-uni-bochum.de/de/peer-peer-mentoringprogramm.
Bei ableistischen Vorfällen können sich Studierende zudem an das *autonome Referat für Menschen mit Behinderung und sämtlichen Beeinträchtigungen des AStA* wenden, und sich zum Umgang mit Diskriminierung beraten lassen. Unter www.behindert-an-der-Rub“ finden sich überdies hilfreiche Informationsbroschüren und Aktionen, die Menschen mit Handicap Studium und Alltag erleichtern sollen.

:Levinia Holtz

Europäisches Handballtreffen

Vor der Fußball-Europameisterschaft im Sommer ist die Handball-Europameisterschaft 2024 in Deutschland schon gestartet. Sechs Städte sind seit dem 10. Januar Gastgeber für die Spiele. Das Turnier markiert das Debüt Deutschlands als Gastgeber für die Männer-Handball-EM. Hier sind die wichtigsten Informationen im Überblick.

Am 10. Januar ist das Turnier gestartet, das mit dem Höhepunkt, dem Finale, am Sonntag, dem 28. Januar, enden wird. Jedoch kann jetzt schon gesagt werden, dass mit dem Eröffnungsspiel in Düsseldorf ein Highlight gesetzt wurde. Vor einer Weltrekordkulisse von 53.586 Fans starteten die Handballer mit einem souveränen Sieg in die Heim-Europameisterschaft.
Aber nicht nur in Düsseldorf wird gespielt. Die Vorrundenspiele werden in Mannheim, München und Berlin ausgetragen, wobei Berlin auch Austragungsort für die Spiele des deutschen Teams ist. Deutschland hat sich schon nach zwei Spielen für die Hauptrunde qualifizieren können. In der Hauptrunde kommen zwei Städte dazu. So wird Köln der Schauplatz für die weiteren Spiele sein. Die anderen Hauptrundenspiele sind in Hamburg geplant. Die Finalrunde, einschließlich Halbfinals- Spiel um Platz fünf, Spiel um Platz drei und dem Endspiel, findet dann komplett in Köln statt.

Die Spielstätten:

Berlin: Mercedes-Benz-Arena (14 800 Plätze), Vorrunde Gruppe A und D
Düsseldorf: Merkur Spiel-Arena (ca. 50 000 Plätze), 2 Spiele Gruppe A
Hamburg: Barclays Arena (13 300 Plätze), Hauptrunde Gruppe II
Köln: Lanxess Arena (19 750 Plätze), Hauptrunde Gruppe I und Finalspiele
Mannheim: SAP Arena (13 200 Plätze), Vorrunde Gruppe B und E
München: Olympiahalle (12 000 Plätze), Vorrunde Gruppe C und F

In dem Turnierformat treten die 24 Mannschaften in der Vorrunde in Vierergruppen gegeneinander an. Die beiden Bestplatzierten jeder Gruppe erreichen die Hauptrunde, in der sie erneut in Gruppen spielen, wobei das Ergebnis aus dem direkten Vorrunden-Duell bestehen bleibt.
Die Hauptrunde besteht aus zwei Gruppen mit jeweils sechs Teams, wobei jede Mannschaft insgesamt vier Spiele absolvieren wird. Die beiden besten Teams jeder Gruppe qualifizieren sich schließlich für das Halbfinale. Ausgespielt werden nicht nur das Finale, sondern auch der dritte Platz sowie ein Spiel um den fünften Platz.
Die Spiele werden von ARD und ZDF live im Fernsehen und im Livestream übertragen.

In Bezug auf die Favoritenrolle führt Dänemark, der Weltmeister von 2019, 2021 und 2023, die Liste an. Frankreich und Spanien, die Europameister von 2018 bzw. 2020, sowie Titelverteidiger Schweden gehören ebenfalls zu den Favoriten. Obwohl das deutsche Team aufgrund einiger Ausfälle nicht zu den Topfavoriten zählt, hat es den Heimvorteil auf seiner Seite.
Der Europameister 2024 qualifiziert sich für die Olympischen Spiele in Paris. Frankreich und Dänemark sind als Gastgeber bereits gesetzt. Sollte eines dieser Teams den EM-Titel holen, fährt der unterlegene Finalist zu den Olympischen Spielen. Es besteht auch die Möglichkeit eines Endspiels zwischen Frankreich und Dänemark, wobei das Spiel um Platz drei dann entscheidend wäre. Anders ausgedrückt: Das bestplatzierte Team dieser EM, das weder Frankreich noch Dänemark ist, qualifiziert sich für die Olympischen Spiele.

Die Gruppen:

Gruppe A in Düsseldorf/Berlin: Frankreich, Deutschland, Nordmazedonien, Schweiz
Gruppe B in Mannheim: Spanien, Österreich, Kroatien, Rumänien
Gruppe C in München: Island, Ungarn, Serbien, Montenegro
Gruppe D in Berlin: Norwegen, Slowenien, Polen, Färöer
Gruppe E in Mannheim: Schweden, Niederlande, Bosnien und Herzegowina, Georgien
Gruppe F in München: Dänemark, Portugal, Tschechien, Griechenland

:Abena Appiah

Plattitüde und Pop-Perfection

Im Dezember veröffentlichte Tate McRae ihr zweites Debut Album „Think later". Gelingt es ihr, die oft als seelenlos kritisierte Pop-Szene zu bereichern?

Bei den Billboard Music Awards performte die Kanadierin, deren Mutter aus Deutschland kommt, ihre aktuelle Single „greedy". Dass Tate McRae selbst als professionelle Tänzerin außer Atem gerät, zieht ihre stimmliche Leistung kaum in Mitleidenschaft. Sie scheint das Gesamtpaket von Performerin, Sängerin und Songwriterin zu verkörpern. Auf Social Media wird sie deshalb teils als „zweite Britney-Spears" gefeiert. Für Auge und Ohr liefert die 20-jährige eine nahezu makellose Show. Doch was ist mit den ganz großen Emotionen - dem Herz? Nicht selten wird Pop-Musik grundsätzlich die Fähigkeit abgesprochen, tiefgründig und berührend zu sein, oft ist dies jedoch nur ein hartnäckiges Vorurteil. Darüber hinaus stellt sich sowieso die Frage: Genügt es nicht, wenn sie einfach Spaß macht?

Genau das ist dem Album „Think later" definitiv ein Leichtes. Die abwechslungsreichen Melodien sausen ins Ohr und wollen auch nicht mehr aus dem Kopf gehen. Ja, dieses Album macht wirklich viel Spaß! Dennoch kann ich nicht abstreiten, dass sich mir beim Hören eine aufdringliche Frage stellt: Wer ist diese Künstlerin denn nun? Egal, ob treuer Fan oder neue:r Hörer:in, man bleibt weitgehend ratlos zurück. Einerseits versteckt sich die junge Künstlerin keinesfalls: Ihr Auftreten geht mit dem satten Image einer jungen Frau einher, die sich ausprobieren, Spaß haben will, aber dabei selten zu viel aufs Spiel setzt. Zitate wie "Live now, think later, I do it so well", oder „I swear I care a lot, just not enough" suggerieren eine eindeutige Lässigkeit - aber zwangsweise auch eine gewisse Unnahbarkeit.
Nur ein oder zwei Facetten einer/s Künstler:in zu kennen, reicht nicht, um von der Kunst wirklich gepackt zu werden. So hangelt man sich locker von Song zu Song, doch hängen bleiben die evozierten Gefühle kaum, denn die Hintergründe bleiben zu schwammig und Details werden oft ausgelassen. Auch der Verrat in „We're not alike" in dem McRae einen wörtlichen "Abstecher" von dem fast repetitiven Beziehungsthema macht, wird zu abstrakt beschrieben: „She said she had my back but she had the knife". Selbst eine metaphorische Illustration erweist sich hier als zu geläufig, zu abgenutzt. Das Messer könnte eine Scheibe von "calgary" abschneiden, dem Track, der nach Tate McRae's Heimatstadt benannt ist. Mit Zeilen wie "Still tryna get my brother to like me", gelingt es ihr, sich verletzlicher zu zeigen - ganz ohne vom stumpfen Messer verletzt werden zu müssen. Beim Rest des Albums wartet man leider meist vergeblich auf Zeilen, die dem Album etwas originelles, persönliches verleihen würden. Zudem bleiben selbst die wahrscheinlich wichtigsten Lines, nämlich die am Ende der Hooks, nebulös. In *hurt my feelings* singt die Kanadierin: „I want you so bad, baby, hurt my feelings". Die Pointe des Songs fällt schwach aus, denn ihr Auserwählter verletzt sie ja bereits allein dadurch, dass er vergeben ist. Diese Nonchalance, diese vermeintliche Unnahbarkeit wirken somit ziemlich zwanghaft. Da überzeugt "guilty conscience" mit Kriminalitäts-Metaphorik und Zeilen wie "I need you darling, if that's wrong, guess I'll live with a guilty conscience", doch etwas mehr.
In den meisten Songs des Albums ist nicht wirklich ersichtlich, was noch Privatperson und was schon Künstlerin ist. Einst saß eine 14-jährige Tate in YouTube-Videos vor ihrem Keyboard und lud dort selbst-komponierte Lieder hoch. Themen wie die erste Liebe und wie schwierig die Teenager-Zeit sein kann, stießen vor allem bei Gleichaltrigen auf Resonanz. Heute entfernt sich das Album Cover von diesem unschuldigen Image. Grundsätzlich kein Problem, jedoch stellt sich die Frage, ob es sich um eine echte Persönlichkeitsentwicklung handelt, oder um ein künstlerisches Produkt. Der/Die Hörer:in hat hier wieder einmal zu wenig Informationen, um sich eine Meinung zu bilden, worunter die Authentizität leidet.Wer auf Letztere bei der Musik, die er oder sie hört, Wert legt, wird einen emotionalen Tiefgang im Album vermissen. Wer Pop-Musik aber auch als das Gute-Laune-Genre zu schätzen weiß, dem/der wird es auch mit „Think later" gelingen.

:Levinia Holtz

Dschungelcamp – Die Sendung mit Erfolgsquoten, die niemand schaut, startet

Die 17. Staffel von „Ich bin ein Star – holt mich hier raus!" steht kurz bevor, und mit ihr kehrt das Dschungelcamp nach Australien zurück. Die diesjährigen Teilnehmer und die neuen Regelungen für ihre Gagen sorgen für Aufsehen.

Seit 2004 ist das Dschungelcamp ein fester Bestandteil des Fernsehprogramms und hat eine beeindruckende Lebensdauer erreicht. In der ersten Staffel wagten sich Prominente wie die verstorbenen Sänger Daniel Küblböck und Costa Cordalis in den australischen Dschungel. Der Erfolg des Formats ist unbestreitbar, dennoch scheint der Glanz der alten Tage vergangen.

Am 19. Januar 2024 startet die neue Staffel und schickt erneut B-Promis in den Dschungel und in verschiedene Dschungelprüfungen. Ende Dezember wurden die Kandidat:innen veröffentlicht und die Resonanz ist durchwachsen. Denn einige Kandidat:innen sind nicht aus dem klassischen Promi-Milieu. Von klassischen Schauspieler:innen und Sänger:innen findet sich in dem Kandidat:innen-Pool auch Influencer und Menschen aus Trash-TV-Formaten.

Die Teilnehmdenden

***Lucy Diakovska**, ehemaliges „No Angels"-Mitglied; **Twenty4Tim**, Influencer; **Sarah Kern**, Designerin, **David Odonkor,** ehemaliger Fußballnationalspieler; **Kim Virginia Hartung**, Influencerin und Reality-TV-Star; **Fabio Knez**, Reality-TV-Star; **Cora Schumacher**, Model und Moderatorin; **Heinz Hoenig**, Schauspieler; **Leyla Lahouar,** „Der Bachelor"-Teilnehmerin; **Mike Heiter**, Reality-TV-Star; **Anya Elsner**, „Germany's Next Topmodel"-Kandidatin; **Felix von Jascheroff**, Schauspieler.*

In Fan-Foren wird heiß darüber diskutiert, ob das Niveau der Sendung sinken könnte, da die „echten" Stars nicht vorhanden seien. Doch wer entscheidet in der Zeit des Internets noch darüber, wer ein Star ist und wer nicht? Das Erfolgsgeheimnis der Show liegt in ihrer langen Lebensdauer und der Fähigkeit, sich den Gegebenheiten anzupassen. Und somit auch Kandidat:innen zu wählen, die ein jüngeres Publikum ansprechen. Die Einschaltquoten mögen zwar in den vergangenen Jahren geschwankt haben, aber das Dschungelcamp bleibt für ein Produkt, das ein Auslaufmodell zu sein scheint, eine Quoten-Bombe. Und auch aus finanzieller Sicht kann man das Dschungelcamp immer noch als eine Geldmaschine sehen. Zwar sind Produktionskosten hoch, doch die Werbeeinnahmen, die RTL während der Sendung macht, haben in den vergangenen Jahren diese Kosten überstiegen. Denn die Möglichkeit, sowohl traditionelle Fernsehwerbung als auch Streaming und Social Media zu nutzen, macht die Show finanziell attraktiv.

Das Format hat es bis jetzt geschafft, eine bunte Gruppe vor den Fernseher zu holen. Dennoch meinen einige PR-Expert:innen, dass die Zeit solcher Formate gezählt sei. Das hängt meiner Meinung nach davon ab, inwiefern RTL die sozialen Kanäle mit einbezieht, und das nicht nur beim Ausspielen des Contents der Sendung, sondern auch bei der Abstimmung. Konkurrenzformate wie *Big Brother* oder auch *Love Island* haben das kostenlose Abstimmen via App eingeführt, um auch die jüngere Zielgruppe zum Abstimmen zu bewegen. Und wie immer wird sich am Ende zeigen, ob das Format die Quoten halten konnte und ob der Mainstream wieder zwei Wochen lang über die Geschehnisse im Dschungel diskutieren wird.

:Abena Appiah

Die Gewinner:innen

2023: Djamila Rowe
2022: Filip Pavlović
2020: Prince Damien
2019: Evelyn Burdecki
2018: Jenny Frankhauser
2017: Marc Terenzi
2016: Menderes Bagci
2015: Maren Gilzer
2014: Melanie Müller
2013: Joey Heindle
2012: Brigitte Nielsen
2011: Peer Kusmagk
2009: Ingrid van Bergen
2008: Ross Antony
2004: Desiree Nick
2004: Costa Cordalis

Kompromisslosigkeit par excellence: Digitalisierung des Alltags

Kommentar

Eine fortschreitende Digitalisierung unseres Alltags ist unübersehbar und auch schier unausweichlich – oder? Nicht zuletzt die kürzliche Einführung des digitalen E-Rezepts oder digitaler Speisekarten im Restaurant lassen einen Zwang erkennen, dem man sich kaum entziehen kann – Zu Ungunsten ohnehin benachteiligter Gruppen.

Als ich vor ein paar Wochen in der Cafeteria GB der Ruhr-Universität unterwegs war und das altbekannte Pfannengericht – früher: „Henkelmann" – kaufen wollte, wurde mir klar, dass es in diesen Tagen kein einfaches Unterfangen ist, einfach irgendwo hinzugehen und sich (vor allem *stressfrei*) was zu essen zu besorgen. Die RUB hatte wohl vor kurzem eine App eingeführt, die man sich runterladen muss, um das Geschirr nachweislich mit den Angaben aller persönlichen Daten erst zu registrieren und sich dort das Pfannengericht mitnehmen zu können. Circa ein Jahr zuvor konnte man auch plötzlich nicht mehr mit Bargeld zahlen; Bücher kann man nur noch mit großem Aufwand und RUB-Bibliotheks-App ausleihen.

Der Zwang lauert an jeder Ecke und kommt so selbstverständlich daher: Die Teilhabe an Bildungsangeboten und auch die simple Inanspruchnahme an Essensangeboten ist ohne den Zwang zur Digitalisierung nicht denkbar. Ich erinnere mich noch ganz genau daran, wie schön es gewesen ist, sich einfach schlicht analog ein Buch zu leihen oder einfach mal was mit dem restlichen Münzgeld zu zahlen. Vergeblich: Stattdessen werden wir und unsere Daten überwacht, sind gläserne Bürger:innen, gläserne Studierende. Ein digitales Aussteigertum zu praktizieren erweist sich in heutigen Tagen als unüberwindbare Hürde: Es gibt Menschen, die in all diesen Entwicklungen zurecht Folgen und Gefahren sehen, die sie nicht akzeptieren und aus aktivistischen Gründen – oder sei es aus schlichtem Selbstschutz – nicht mitmachen wollen und sich bewusst gegen die Nutzung eines Smartphones entscheiden. Das ist vollkommen legitim und eine liberale Gesellschaft sollte dies akzeptieren, vor allem aber allen Menschen gleichermaßen eine Teilhabe in allen Bereichen der Gesellschaft ermöglichen. Ich denke dabei vor allem auch an Jene, die gerade keine radikalen digitalen Aussteiger:innen sind: Zum Beispiel sehr alte Menschen, welche mit der Technik nicht sozialisiert wurden und mit dem Umgang daher nicht vertraut sind (ob freiwillig oder unfreiwillig ist dabei nicht von Relevanz). Von Obdachlosigkeit betroffene Menschen haben oft nicht einmal ein Mobiltelefon, mit dem sie telefonieren können. Bedenkt man also die Notwendigkeit eines Rezepts, wenn diese krank sind (was allein schon aufgrund der unmenschlichen Lebensumstände gehäuft vorkommt), sind diese nicht mal in der Lage, ein E-Rezept in der Apotheke einzulösen. Es gibt auch beispielweise Menschen, die freiwillig oder unfreiwillig keinen Zugang zum Internet haben, um dort digitale – ja, das amtliche Antragswesen wird derzeit gleichsam komplett digitalisiert – Anträge zu stellen oder Informationen einzuholen. Die Selbstverständlichkeit, mit der die Bundesregierung Gesetze erlässt, welche vermeintlich zeitgemäß und modern sind, lassen prekäre, abgehängte Gruppierungen außen vor. Der Staat behält sich das Recht vor, jegliche liberale Entscheidung, ob man den Weg der Digitalisierung gehen möchte oder möchte man sein Leben schlicht und ergreifend *analog* führen – zu verunmöglichen und damit soziale Ungleichheit zu verschärfen. Die freie Wahl ist in dieser Hinsicht nicht existent. Denn auch die Wahllosigkeit der eigenen Aussichtslosigkeit wie z.B. obdachlos zu sein, lässt dann auch den Betroffenen keine Wahl und verschärft ihre Extremsituation, wenn der Zugang zu Hilfe (digital) verkompliziert wird. Ich würde mir wünschen, dass Gesellschaft und Regierung auch in dieser Hinsicht liberaler werden. Es mag stimmen, dass eine Digitalisierung vieles vereinfacht, aber ein Leben im Alltag unter diesen Vorzeichen soll und muss aus meiner Sicht freiwillig sein.

:Angelina Luisa Koritnik

Epsteinisland

Kommentar

In den letzten Tagen wurden rund 150 Namen im Zusammenhang mit dem Missbrauchsskandal um den verstorbenen Investmentbanker Jeffrey Epstein veröffentlicht. Die Gerichtsunterlagen, die Teil eines Zivilstreits zwischen einem Opfer von Epstein, Virginia Giuffre, und Epsteins langjähriger Partnerin Ghislaine Maxwell sind, geben Einblicke in die Verstrickungen zahlreicher bekannter Persönlichkeiten.

Der Skandal um Epstein, der 2019 wegen des Vorwurfs des Sexhandels und der Verschwörung dazu verhaftet wurde, erregte weltweites Aufsehen. Nach der Ablehnung der Kaution wurde Epstein tot in seiner Zelle gefunden, was offiziell als Suizid eingestuft wurde.

Eine kleine Einordnung:

- Im Juli 2019 wurde der Finanzier Jeffrey Epstein unter dem Vorwurf des Sexhandels und der Verschwörung zum Sexhandel verhaftet. Trotz seiner Bitte um Kaution wurde ihm diese verweigert.
- Am 10. August 2019 ist Epstein in der Haft gestorben. Von Gerichtsmediziner:innen in New York City wurde der Tod offiziell als Selbstmord eingestuft.
- Epstein, ein verurteilter Sexualstraftäter, hatte zuvor 13 Monate in einem Bezirksgefängnis in Palm Beach verbracht und verfügte über einen prominenten Bekanntenkreis. Zu den ehemaligen Partnern von Jeffrey Epstein zählten Bill Clinton, Donald Trump und Prinz Andrew, der Sohn von Queen Elizabeth.
- Im Juli 2020 wurde Ghislaine Maxwell, Epsteins Ex-Freundin und langjährige Mitarbeiterin, unter dem Vorwurf verhaftet, in Verbindung mit Epsteins Sexhandel zu stehen. Sie wurde in fünf von sechs Anklagepunkten für schuldig befunden und im Juni 2022 zu 20 Jahren Gefängnis verurteilt.
- Im Januar 2024 wurden auf Anordnung eines Richters Gerichtsunterlagen über Epstein freigegeben. Die Unterlagen waren Teil einer Verleumdungsklage, die Virginia Giuffre gegen Ghislaine Maxwell eingereicht hatte. Sie enthielten die Aussagen von Epstein-Opfern sowie von Zeug:innen und andere Beweise, die für den inzwischen beigelegten Fall aus dem Jahr 2015 relevant waren.

Die nun veröffentlichten Gerichtsunterlagen enthalten Klarnamen von Personen, darunter sind auch ein paar bekannte Gesichter wie der ehemalige US-Präsident Bill Clinton, der britische Prinz Andrew, der verstorbene Musiker Michael Jackson und der Astrophysiker Stephen Hawking. Heißt, dass die alle kriminell gewesen sein sollen? Jein. Man muss betonen, dass die Nennung in den Gerichtsakten nicht zwangsläufig eine aktive Beteiligung an Epsteins kriminellem Netzwerk bedeutet. Jedoch sind einige von den Namen schon negativ aufgefallen und sorgen für Diskussionen. Besonders kontrovers zeigen sich die Diskussionen um Donald Trump, der ja hofft, der neue (alte) Präsident der USA zu werden. Trumpy wehrt sich energisch gegen Anschuldigungen, auf Epsteins Flugzeugliste gewesen zu sein. Trump nutzte die sozialen Medien, um auf gefälschte Bilder hinzuweisen, die von Schauspieler Mark Ruffalo geteilt wurden. Der ehemalige Präsident betonte, dass er nie auf Epsteins Flugzeug oder auf dessen Insel gewesen sei. Hunde die Bellen… Ihr wisst ja.

Die Veröffentlichung der Dokumente wirft dennoch weiterhin Fragen auf, wie tiefgehend die Verbindungen zwischen Epstein und seinen prominenten Kontakten waren. Es wird zwar immer wieder betont, dass die Namen in den Gerichtsakten nicht automatisch eine Teilnahme an den Verbrechen Epsteins belegen. Die Kontroversen und Spekulationen um den Skandal dürften anhalten, während weitere Informationen aus den Gerichtsunterlagen ans Licht kommen. Einige sehen dieses Unterfangen als perfektes Beispiel für das dunkle Hollywood. Das, das Seelen frisst. Und das mit Ritualen, in denen Opfergaben wichtig sind, erst wirklich funktioniert. Am Ende bleibt abzuwarten, wie die neuen Enthüllungen die öffentliche Wahrnehmung der involvierten Persönlichkeiten beeinflussen werden. Denn Clinton bleibt charming Bill. Und Trump feuert so viel Sprachsalat ab, dass wir am Ende gar nicht mehr wissen, worum es eigentlich geht. Aber das Wichtigste ist: Wird dem und den vielen Opfern Glauben geschenkt? Denn die PR-Gurus arbeiten mit Hochdruck an Kampagnen, die für uns nicht nach Kampagnen aussehen. Der Epstein-Skandal bleibt und ist ein düsteres Kapitel mit weitreichenden Auswirkungen auf die Gesellschaft und das Vertrauen in die Elite.

Speiseplan

AKAFÖ

Mensa der Ruhr-Universität-Bochum 22.–26.01.2024

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Aktionen 4,20 € (Stud.) 5,20 € (Bed.) - € (Gäste)	**Backkartoffel mit Sojabolognese** VG,a,a1,f,i,1	**BOONIAN Chipotle Crumble mit Backofengemüse und Rosmarinkartoffeln** VG,2	**Lamacun mit BBQ Blumenkohl** VG,a,a1,f,i,2,4	**Veganes Gulasch mit Salzkartoffeln** VG,a,a1,a3,f,i,2,3	**Vegane Fischfrikadelle mit Remoulade und Bratkartoffeln und Gurkensalat** VG,a,a1,j,1,2,3,9
Komponenten-essen 2,50-3,00 € (Stud.) 3,50-4,00 € (Bed.) 2,80-4,00 € (Gäste)	**Hähnchenbrust mit Frischkäse-Kräutersauce** G,g,2 **Vegetarische Bällchen mit Rahmsasuce** V,a,a1,a3,c,f,g,i	**Cordon Bleu vom Schwein mit Pilzrahm** S,a,a1,a3,f,g,i,2,3 **Gebackener Camembert mit Traubenchutney** V,a,g,i,3,5	**Rinderrahmgulasch** R,a,a1,a3,f,g,i **Gemüseschnitte "Hong Kong " mit Sweet-Chilli-Dip** VG,a,a1,f,2,9	**Hacksteak mit Weißkäsecreme** R,a,a1,c,g,j **Vegetarische Minischnitzel mit Joppie-Sauce** V,a,a1,a4,c,g,j,1,3,9	**Backfisch** (Seelachs) **mit Remouladensauce** F,a,a1,c,d,j,1,3,9 **Gemüsefrikadelle mit Senf Kräutersauce** V,a,a1,c,f,j
Sprinter 2,50 € (Stud.) 3,70 € (Bed.) 3,70 € (Gäste)	**Linsenlasagne** VG,a,a1,i	**Maultaschenpfanne mit Gemüse** VG,a,a1,f,i	**Vegetarische Moussaka** V,a,a1,c,f,g,i	**Steckrüben Rote Bete Curry mit Basmatireis** VG,a,a1,f,2,9	**Griechischer Auflauf** V,a,a1,c,f,g,i,2
Beilagen 1,00 € (Stud.) 1,20 € (Bed.) 1,20 € (Gäste)	**Steckrüben in Rahm** VG,f **Grillgemüse [Paprika, Zucchini, Zuckerschoten]** VG **Vollkornnudeln** VG,a,a1 **Kartoffelpüree** V,g	**Kaisergemüse** VG **Erbsen und Karotten** VG **Pommes frites** VG **Salzkartoffeln** VG,3	**Buntes Gemüse [Zwiebel, Tomate, Karotte, Bohne, Erbsen]** VG **Blumenkohl mit Bröselbutter** VG,a,a1,a3,f,1 **Semmelknödel** V,a,a1,c **Bandnudeln** VG,a,a1	**Prinzessbohnen** VG **Chinakohl-Karotten-Gemüse** VG **Djuvec-Reis** VG,a,2,9 **Country Cubes** VG,a,a1,1	**Rahmspinat** V,g **Ofen-Drillinge** VG
STUDY&FIT	**Hähnchenbrust mit Frischkäse-Kräutersauce Vollkornnudeln Eisberg mit Paprikastreifen und French-Dressing** G,a,a1,a3,c,g,i,j,2	**Maultaschenpfanne mit Gemüse** VG,a,a1,f,i	**Rinderrahmgulasch Buntes Gemüse [Zwiebel, Tomate, Karotte, Bohne, Erbsen] Bandnudeln** R,a,a1,a3,f,g,i	**Steckrüben Rote Bete Curry mit Basmatireis Möhrenrohkost** V,a,a1,f,j,2,9	**Backfisch** (Seelachs) **mit Remouladensauce Rahmspinat Ofen-Drillinge** F,a,a1,c,d,g,j,1,3,9

Aufgrund von anhaltenden Lieferengpässen kann es zu kurzfristigen Speiseplanänderungen kommen, wir bitten um ihr Verständnis.

Bitte achten Sie auf unser Speiseleitsystem. Dort erhalten Sie aktuelle Änderungen und Preise. Vielen Dank.
Zusätzlich zum STUDY&FIT Menü empfehlen wir mindestens zwei Mal die Woche Obst und Milchprodukte aus dem STUDY&FIT Angebot zu sich zu nehmen. Mehr Informationen über STUDY&FIT finden Sie unter www.jobundfit.de.
(A) mit Alkohol, (F) mit Fisch, (G) mit Gefügel, (H) Halal, (L) mit Lamm, (R) mit Rind, (S) mit Schwein, (V) vegetarisch, (VG) vegan, (W) mit Wild, a) Gluten, a1) Weizen, a2) Roggen, a3) Gerste, a4) Hafer, a5) Dinkel, a6) Kamut, b) Krebstiere, c) Eier, d) Fisch, e) Erdnüsse, f) Sojabohnen, g) Milch/Lactose, h) Schalenfrüchte, h1) Mandel, h2) Haselnuss, h3) Walnuss, h4) Cashewnuss, h5) Pecanuss, h6) Paranuss, h7) Pistazie, h8) Macadamia/Queenslandnuss, i) Sellerie, j) Senf, k) Sesamsamen, l) Schwefeldioxid, m) Lupinen, n) Weichtiere, 1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Antioxidationsmittel, 4) mit Geschmacksverstärker, 5) geschwefelt, 6) geschwärzt, 7) gewachst, 8) mit Phosphat, 9) mit Süßungsmittel(n), 10) enthält eine Phenylalaninquelle, 11) kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, 12) koffeinhaltig, 13) chininhaltig.

+++News-Flash+++News-Flash+++News-Flash+++News-Flash+++

Themen, die es gerade noch reingeschafft haben

Covid-19 ist immer noch präsent

Das Covid-19-Virus bleibt immer noch eine Bedrohung der globalen Gesundheit, denn die Weltgesundheitsorganisation (WHO) stuft den Umgang mit dem Covid-19-Virus mit Sorge ein. Außerdem gebe es zu wenige Impfungen und zu wenige Schutzmaßnahmen. Hinsichtlich der Schutzmaßnahmen wurden einige Vorgaben gemacht: Einmal, dass eine Maske getragen werden solle, wenn viele Menschen auf engem Raum zusammen sind und dass man bei Krankheits-Symptomen zu Hause bleiben sowie eine Raum-Lüftung benutzt werden solle. Laut der Angaben von Epidemiologin Van Kerkhove erleiden 6 Prozent der Menschen mit einer Corona-Infektion längerfristige Komplikationen wie Herzerkrankungen, neurologische Symptome und starke Ermüdung.

Bauernhöfe in Deutschland

Die Branchenanalyse der DZ Bank geht davon aus, dass von den aktuell 256.000 Bauernhof-Betrieben nur noch ungefähr 100.00 übrigbleiben werden. Grund für das Zurückgehen der Zahl der Bauernhöfe seien die tiefgreifenden Strukturwechsel in der Gesellschaft.

Zahlen von neuen Unternehmen

In Deutschland wurden im vergangen Jahr 2500 Unternehmen neu gegründet. Laut dem *Startupverband* gibt es im Vergleich zu 2022 einen Rückgang von knapp 5 %. Des Weiteren gab es in Berlin einen Rückgang von 7 Prozent sowie in München einen Rückgang von 13 Prozent. In Hamburg hat man eine Zunahme von 10 Prozent festgestellt. Laut Verband gab es in den Bereichen Lebensmittel und Online-Handel weniger Gründungen, in der Energiebranche und im Softwaresektor hat man Zuwächse festgestellt.

:meli

:BSZANK – Die Glosse

Kaufen, kaufen, kaufen – das ist unser kapitalistisches Lebenselexier, unser Narkotikum – ungeachtet der Verluste, die es mit sich bringt: Ein irreversibel zerstörtes Klima, ein ausgemergelter Planet und billige Produktion unter unmenschlichen Bedingungen, berechnende Ausbeutung par exellence. Der Konsumterror lauert an jeder Ecke und greift um sich. Der in modernen Industriestaaten lebende Mensch ist bestrebt, so viele Dinge wie möglich anzuhäufen und seine daran erstickende, innere Leere mit immer mehr Gegenständen zu füllen. Status und Besitz werden zur Identität. Der nächste Schlussverkauf, die nächste Kollektion wartet schon auf uns, die dann in unseren vollgestopften Kellern und Schränken verstaut und vergessen werden. Mir scheint, als haben wir den Sinn unserer ganzen Käufe verkannt und vergessen die Dinge, die wir erwerben, auch als Gebrauchsgegenstände zu betrachten. Ich denke, es geht nicht nur darum nachhaltig und fair zu kaufen, sondern auch darum, dass wir darüber Gedanken machen sollten, aus welchem Grund wir das ganze Zeug anhäufen - und ob wir unseren Blick nicht auf wesentlichere Dinge lenken sollten. **:lui**

IMPRESSUM

:bsz – Bochumer Stadt- und Studierendenzeitung

Herausgeber: AStA der Ruhr-Universität Bochum – der Vorstand: Hanife Demir, Ron Agethen,

Redaktion dieser Ausgabe:
Artur Airich (afa), Abena Appiah (bena), Jordan Jarvid (joja), Sharleen Wolters (leen), Levinia Holtz (levi), Angelina Luisa Koritnik (lui), Meliksah Karaoglu (meli), Moritz Putz (motz)

V. i. S. d. P.: Jordan Javid

Anschrift:

:bsz
c/o AStA der Ruhr-Universität Bochum
SH Raum 081
Universitätsstr. 150
44780 Bochum
Fon: 0234 32-26900
E-Mail: redaktion@bszonline.de

Im Netz: www.bszonline.de,
facebook.com/bszbochum
twitter.com/bszbochum
instagram.com/bszbochum

Bildnachweise: S.1 Titelbild:bena; S. 2: Logo:FSVK, Sport:levi; S. 3: Stupa:motz Kabelsalat:leen; S. 4: Feuerwerk levi S. 5: Dschngelcamp:bena; S. 6: Insel:bena S. 8: Hintergrund: cc0

Die Artikel spiegeln nicht unbedingt die Meinung der gesamten Redaktion wider, sondern sind in erster Linie Werke ihrer Verfasser:innen.

Der Veganuary

Der Aktionsmonat

Bei dem Aktionsmonat handelt es sich um eine gemeinnützige Kampagne aus Großbritannien. Weltweit wird dazu aufgerufen, sich im Januar ausschließlich pflanzlich – sprich vegan – zu ernähren. Der Jahreswechsel bietet sich ideal für einen Neustart und das Setzen guter Vorsätze an.
Der Grund dafür war, dass immer wieder Diskussionen über den Fleischkonsum und die negativen Auswirkungen der Fleischproduktion auf Klima und Umwelt entbrennen. Dies führt dazu, dass immer mehr Menschen ihr Konsumverhalten hinsichtlich tierischer Produkte überdenken und auf pflanzliche Alternativen umsteigen.
Der Veganuary bietet nicht nur jedem:r die Möglichkeit, persönlich einen Versuch zu starten. Während diesen Monats bringen verschiedene Unternehmen neue, rein pflanzliche Produkte auf den Markt, um Einzelne bei der Umsetzung zu unterstützen. Das bedeutet, dass sie während dieser veganen Zeit nicht einmal auf Köstlichkeiten wie Pizza und Burger verzichten müssen.

:bena

Vegane Gemüse-Quiche

Zutaten

250g helles Mehl (Weizen oder Dinkel)
150 g Pflanzenmargarine (kalt)
Ersatz für zwei Hühnereier (z.B. Sojamehl, Kichererbsenmehl oder Fertigmischung; ohne Flüssigkeit angerührt)
½ TL Salz
250g frischer Blattspinat
350g Pilze
1 Zwiebel
200g Räuchertofu
4 EL Öl
400ml pflanzl. Kochsahne
2 EL Speisestärke
2 EL Hefeflocken
Gewürze: Muskat, Salz, Pfeffer, Kala Namak (Schwefelsalz)

Zubereitung

1. Mehl, Margarine, 1 Eiersatz und Salz mit 3 EL Wasser zu einem Teig kneten und ausrollen. Den Teig in eine vorgefettete Springform legen und mit einer Gabel einstechen. Sollte Rand über die Form hinaus abstehen, wird dieser abgeschnitten. Den Teig kaltstellen, während mit dem Rezept fortgefahren wird.
2. Spinat waschen und in Salzwasser kurz (10–15 Sek.) blanchieren. Unter kaltem Wasser abschrecken und gut ausdrücken.
3. Champignons putzen und in feine Scheiben schneiden, Zwiebel und Räuchertofu jeweils in feine Würfel schneiden.
4. Eine große Pfanne mit 2 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen und den Räuchertofu kross anbraten. Dann die Zwiebeln dazu geben und auf niedriger Temperatur für 1 Min. weiterbraten. Die Mischung umfüllen und zur Seite stellen, das restliche Öl in die Pfanne geben und die Champignons bei erneut hoher Temperatur für ca. 4 Minuten braten. Anschließend zu Zwiebeln und Tofu geben.
5. Den Backofen auf 220 Grad Celsius vorheizen. Den Spinat fein hacken und zur Mischung aus der Pfanne geben.
6. Die übrigen Zutaten (Sahne, Ei-Ersatz, Stärke, Hefeflocken und Gewürze) mit einem Schneebesen zu einer glatten Masse verrühren und unter die Gemüse-Tofu-Mischung heben. Dann alles gleichmäßig auf dem vorbereiteten Teig verteilen und für 50 Minuten auf der mittleren Ebene des Backofens backen.

:leen

Nudeln mit Soyonese

Zubereitung

Hier kommt ein Gericht, das allen Gerüchten, Veganer:innen bekämen nicht genügend Proteine, trotzt: Nudeln mit Tofu-Bolognese! Dafür schälst Du erstmal deine Zwiebeln (es sei denn, Du verwendest Lauchzwiebeln) und brätst sie mit Deinem Lieblingsöl ein wenig in der Pfanne an. Mach das aber auf niedriger oder mittlerer Hitze, denn nebenbei zerbröselst Du nämlich den Naturtofu in kleine Stückchen (wenn Du Räuchertofu genommen hast, schneidest Du ihn besser in kleine Würfel). Wenn die Zwiebeln ein wenig glasig aussehen, gibst Du den Tofu dazu und rührst zwischendurch um – pass auf, dass nichts an der Pfanne kleben bleibt! In der Zwischenzeit schneidest Du Dein Lieblingsgemüse klein und wenn Du damit fertig bist, gibst Du auch das Gemüse dazu. Jetzt lässt Du es erstmal ein bisschen braten und kümmerst Dich um die Gewürze: Ich nehme gerne Salz, Pfeffer, Paprika, Kurkuma und Curry, aber Du musst natürlich selber wissen, was Du magst. Die Gewürze gibst Du mit einer ordentlichen Portion Tomatenpaste dazu und rührst noch mal um. Schneide nun deine Kräuter klein und mische sie unter. Das Soyonese kannst Du entweder so oder mit ein wenig Wasser zur Soße verrührt genießen. Erstmal aber lässt Du es weiter auf niedriger Hitze blubbern und bringst Deine Nudeln nach Packungsanleitung zum Kochen. Wenn sie fertig sind und Du sie vorsichtig abgegossen hast, kannst Du sie gerne unter die Soße mischen oder die Nudeln und Soße getrennt anrichten. Guten Appetit!

:joja

Zutaten

Zwiebeln oder Lauchzwiebeln
Dein Lieblingsgemüse, wie Tomaten, Paprika, Kohl, Möhren oder was Dir schmeckt.
Deine Lieblingskräuter,
1 Block Deines Lieblingstofus, zum Beispiel:
Natur-, Räuchertofu
Deine Lieblingsgewürze
Deine Lieblingsnudeln, zum Beispiel:
Spagetthi, Linsennudeln
Dein Lieblingsöl zum Braten
Deine Lieblingsgewürze

Tipps:

- *Wenn Du den Proteingehalt weiter boostern möchtest, dann verwende doch Nudeln aus Linsen!*
- *Wenn Du keinen Tofu magst, nutze stattdessen Hülsenfrüchte, z.B. Kichererbsen, Kidneybohnen oder Linsen (aus der Dose). Beachte aber dabei bitte, dass Du einige Hülsenfrüchte wie Kidneybohnen besser nicht anbrätst, da sie dann trocken werden. Gib sie stattdessen erst dazu, wenn Dein Gemüse in der Pfanne genug Flüssigkeit gebildet hat.*

Saftiger Zitronenkuchen

Zutaten

300g Weizenmehl (evt. glutenfrei)
1 Packung Backpulver
200g Zucker
150g Puderzucker
1 Packung Vanillezucker
250ml Sojamilch (andere Pflanzendrinks gehen auch, sind aber nicht so geschmacksneutral)
120ml Sonnenblumenöl
3 Zitronen (möglichst Bio)

Zubereitung

Wenn Ihr bei den Worten „vegan“ und „Backen“ unweigerlich an staubtrockene Haferbrownies oder matschige Kuchenklumpen denken müsst, dann kennt Ihr wohl einfach die falschen Rezepte.
Und deswegen hier ein Rezept für einen saftigen Zitronenkuchen, der ganz ohne Eier und Milch auskommt:
1. Zitronen heiß abwaschen und bei einer von ihnen mit einer feinen Reibe die Haut abreiben und auffangen. Alle Zitronen auspressen. Ihr braucht für den Teig 50 ml Zitronensaft und noch 1–2 EL für die Glasur. Dann ruhig schon einmal den Ofen vorheizen auf 180 Grad mit Ober-Unterhitze.
2. In einer Schüssel alle trockenen Zutaten mischen und anschließend alles Flüssige und den Zitronenabrieb hinzugeben. Nur gerade so lang verrühren, dass der Teig halbwegs homogen ist, auf keinen Fall länger!
3. Backpapier in eine Kastenform geben oder mit Öl leicht ausfetten und den Teig hineingeben.
4. Backform auf mittlerer Schiene bei 180 Grad Ober-/Unterhitze 50 Minuten lang backen. Dann den Stäbchentest machen: Klebt noch Teig am Holzstäbchen nach dem Rausziehen, braucht der Kuchen noch ein bisschen.
5. Den Kuchen abkühlen lassen und mit den übrigen 2 EL Zitronensaft und 100–150g gesiebtem Puderzucker eine Glasur anrühren. Habt ihr noch mehr Saft übrig, könnt Ihr ihn auch über den abgekühlten Kuchen träufeln. Dann Glasur aufpinseln und aushärten lassen.
6. Kuchen vernaschen!

:motz