

GETESTET

LCD-Fernseher:
Gewappnet für die
Bilder der Zukunft

Produkt	Note	Preis ca.
Panasonic TX-32LX50	2,5	1 810 €
Philips 32PF7320	2,5	1 780 €
Samsung LE32R41B	2,5	1 740 €
JVC LT-32S60BU	2,7	2 290 €
Loewe Xelos A 32 DVB-T	2,8	2 990 €
Otto/Hanseatic LCD-TV 32-100 ¹⁾	2,8	1 100 €
Toshiba 32WL56P	2,8	1 660 €
Humax LDE-32TPVR mit Festplatte	2,8	2 360 €
Thomson 32LB12054	3,1	1 450 €

¹⁾Laut Anbieter Gerät ab Produktionsmonat August mit verändertem Bildschirm

Quelle: Stiftung Warentest 10/2005

Dreimal „gut“, sechsmal „befriedigend“: Die Stiftung Warentest hat große Flachbild-Fernseher mit LCD-Technik untersucht – mit den genannten Ergebnissen.

Die getesteten Geräte haben alle eine Bildschirmdiagonale von 80 Zentimetern.

Am besten schneiden die Fernseher von Panasonic, Samsung und Philips ab. Das beste Bild unter den Testsiegern hat der Philips 32PF7320. Er liefert eine „gute“ Qualität, seine beiden Konkurrenten bekommen in diesem Punkt nur ein „befriedigend“.

Die Hersteller setzen vor allem auf die Bilder der Zukunft. Sie zeigen hochauflösende Filme zum Teil deutlich besser als Pal-Bilder. Letztere sind der heutige Standard. Hochauflösendes Fernsehen soll in den nächsten Jahren den Markt erobern – ab November will Premiere als erster Anbieter in der neuen Technik senden.

Morgen lesen Sie: Die Ergebnisse von Fernsehern mit Plasma-Technologie.

AKTUELL

Autoversicherungen:
Preise sinken

Autofahrer sollten prüfen, ob sie ihr Auto nicht günstiger versichern können, meint die Stiftung Warentest. Sie hat 106 Autoversicherungs-Tarife untersucht und die günstigsten Anbieter für acht Modellkunden wie Vielfahrer, Anfänger oder junge Familien ermittelt.

Dabei haben die Warentester festgestellt: Der Markt für Autoversicherungen ändert sich stark, die Preise unterscheiden sich enorm. Mit der richtigen Versicherung könne man locker mehrere Hundert Euro sparen.

Bei den acht Modellfällen haben es Asstel und Huk24 besonders oft in die Top Ten geschafft. Die Öffentliche, die in unserer Region der Marktführer unter den Autoversicherern ist, war nicht im Test.

Auffällig sei die Entwicklung zum Zweitarrif: Immer mehr Versicherer böten neben ihrem regulären Tarif noch einen oder mehrere günstigere an. Da die Pkw-Neuzulassungen stagnierten, müssen sich die Gesellschaften gegenseitig die Kunden abjagen und etwas einfallen lassen, um die alten zu halten. Im Schnitt sanken die Beiträge. Schon der Wechsel zu einem neuen Tarif beim gleichen Versicherer könne sich lohnen.

Ein Wechsel der Autoversicherung ist noch bis zum 30. November möglich. red

Redaktion: Anne von Figura
E-Mail: ratgeber@bvz.de

DIGITALE WELT

Zweitadresse schützt vor Werbe-Mails

Persönliche Daten nicht unbedacht im Internet preisgeben – Filter halten mitunter auch wichtige Nachrichten ab

Von Michael Kutscher, Kutscher Software, Braunschweig

Quillt Ihr elektronischer Briefkasten auch über – leider aber nicht mit Nachrichten von Freunden, Bekannten, Geschäftspartnern, sondern mit lästigen Werbe-E-Mails? Kaum ein Internet-Nutzer bleibt davon verschont.

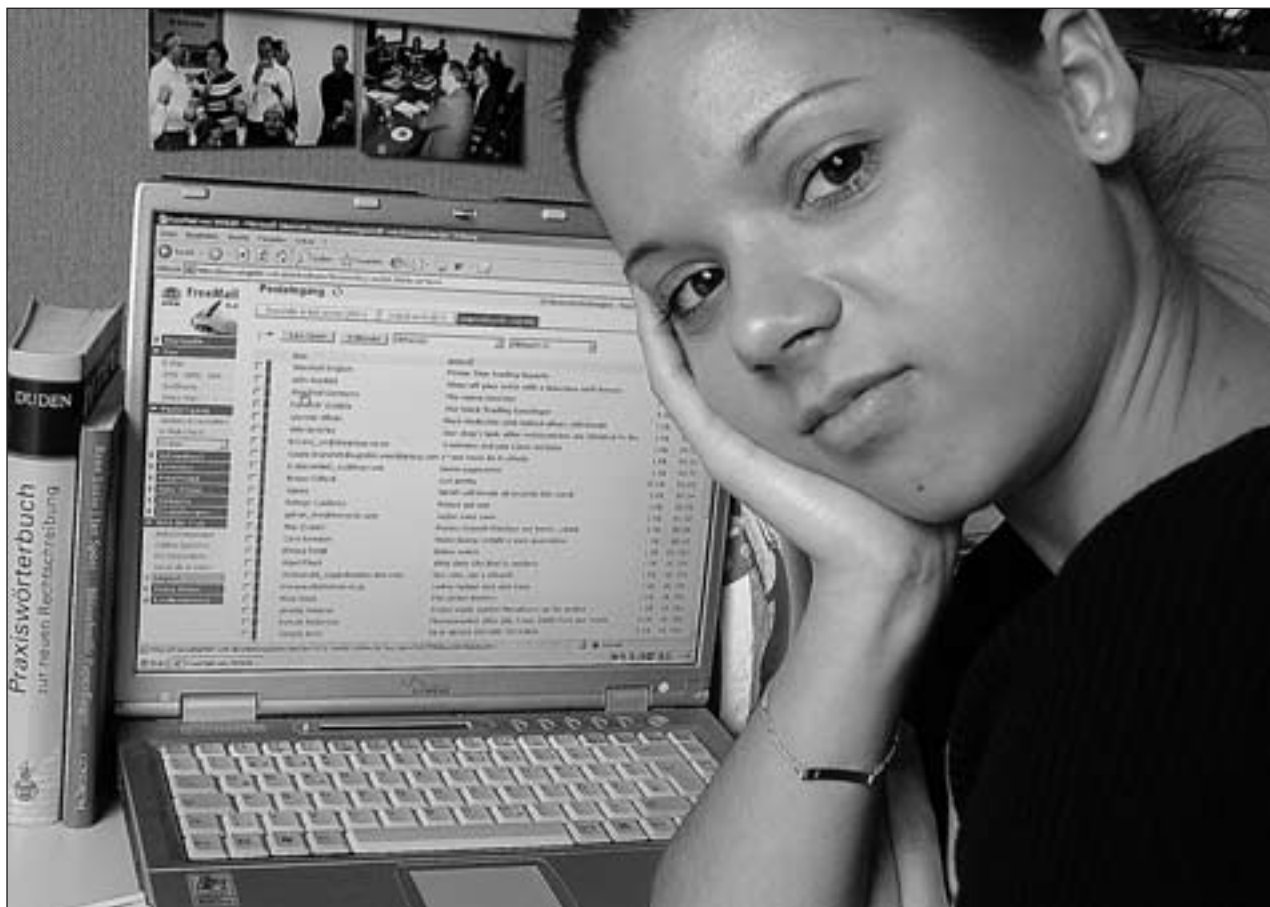
Die Angebote wiederholen sich: Ob Potenzmittel, fragwürdige Geldanlage oder Kredite ohne Sicherheiten: Nichts ist zu unseriös, um Werbung per E-Mail dafür zu machen. Diese unangenehme Nebenerscheinung der weltweiten Netze heißt Spam.

Mailfilter versprechen Abhilfe, ob beim elektronischen Postamt oder zuhause, doch hat dabei der Nutzer die Wahl: Entweder erreichen ihn persönliche Nachrichten nicht, weil der Filter zu empfindlich ist, oder er bekommt weiterhin einen großen Teil der unerwünschten Sendungen zu lesen.

Was können Sie gegen dieses Dilemma tun? Wenn Ihr Briefkasten bereits jeden Tag 50 Werbemails enthält und weitere 50 im Filter hängen, ist alles zu spät. Dann hilft nur ein Wechsel der E-Mail-Adresse. Aber wenn Sie bisher verschont geblieben sind, können Sie dafür sorgen, dass es so bleibt.

Dazu sollten Sie Folgendes wissen: Die Spammer sammeln die Adressen auf verschiedenen Wegen. Sie grasen Internet-Seiten ab, auf denen Adressen im Impressum stehen, sie bedienen sich in den Archiven von Newsgruppen und Diskussionsforen, sie nutzen die Lawineneffekte von Computerviren.

Manchmal helfen Ihnen auch ahnungslose Mitmenschen: Zum Beispiel wird dazu aufgefordert, die Adressen von Freunden in ein For-



32 Nachrichten und alle sind Spam – Maja Suckut ist genervt. Viele Internet-Nutzer sind Opfer der Werbe-E-Mail-Versender. Foto: von Wille

mular einzutragen, dafür bekommen dann alle ein Werbegeschenk oder jeden Tag die neuesten Witze.

Bei dieser Variante stiehlt sich der Spammer aus der Verantwortung, denn der Freund wird als Absender der Werbung hingestellt.

Meine Tipps, wie Sie die Spam-Flut umgehen:

► Benutzen Sie für Foren- oder Newsgruppen-Beiträge und Gästebucheinträge eine speziell dafür eingerichtete „Wegwerf-Adresse“. Es

gibt zahlreiche Möglichkeiten, kostenlose Mailadressen einzurichten. Ungültige oder gefälschte Mailadressen sollten allerdings nicht verwendet werden.

► Wenn Sie eine eigene Internetseite haben, verschleiern Sie Ihre Adresse, indem Sie diese in Form eines Bildes anzeigen. Das macht das automatische Erfassen der Adresse zumindest schwieriger.

► Tragen Sie persönliche Adressen Ihrer Mitmenschen nicht ungefragt

in Empfehlungs-Formulare ein. Nicht jeder davon will wirklich die Witzseite abonnieren, auch wenn sie Ihnen noch so gut gefällt.

► Interessiert Sie eine Spam-Mail und Sie lesen sie durch, benutzen Sie auf keinen Fall den Link „Klicken Sie hier, um sich abzumelden“.

Oft dient er dazu, zu prüfen, ob die Mails auch wirklich gelesen werden. Eine Bestätigung hat womöglich noch mehr unerwünschte Nachrichten zur Folge.

TIERE

Was bewirkt die Lasertherapie bei meinem Tier?

Neben der Massage, der manuellen und der Bewegungstherapie ist die Lasertherapie ein wichtiger Bestandteil der Physiotherapie.

Die Laserakupunktur ist die moderne Form der klassischen Nade-Akupunktur, eine seit Jahrtausenden bewährte Heilmethode. Die Nadeln werden hierbei durch Laserstrahlen ersetzt.

Um das Gleichgewicht im Körper wieder herzustellen und die Ursache der Störung zu beseitigen, werden spezifische Körperpunkte stimuliert. Die Behandlung ist schmerz- und nebenwirkungsfrei und für Tiere angenehm. Darum ist sie auch sehr gut bei empfindlichen, unruhigen Hunden und Katzen anzuwenden.

Gelasert wird bei Schmerzen, akuten und chronischen Erkrankungen



Silke Müller-Herweg, Physiotherapeutin für Tiere aus Braunschweig

des Bewegungsapparates, sowie bei Lähmungen.

Für Flächenbehandlungen wie zum Beispiel am Rücken gibt es die Laserdusche. Sie ist zudem sehr wirkungsvoll bei Hauterkrankungen, Verletzungen, Entzündungen, sowie schlecht heilenden Wunden.

Beim nächsten Mal: Therapeutischer Ultraschall und Elektrotherapie.

GESUNDHEIT

Warum sollte ich meinen Körper von Zeit zu Zeit entgiften?

Der Mensch ist heute vielen Giften ausgesetzt: Abgasen von Autos und Industrie, belasteter Nahrung, chemischen Bausubstanzen, Medikamenten und vielem mehr. Deshalb ist eine Entgiftung unseres Körpers heute von so großer Bedeutung.

Ferner sollten die als Abbauprodukte nach Infektionen im Körper entstandenen Gifte mit ausgeleitet werden. Die Toxine werden über die Organe Leber, Niere, Haut und Lymphe ausgeschieden. Bei der Entgiftung helfen pflanzliche Stoffe, zum Beispiel Mariendistel, Löwenzahn, Goldrute und Sonnenhut.

Die Reihenfolge der Medikamente richtet sich nach den belasteten Organen. Weist die Krankheitsge-



Wilma von Stosch, Heilpraktikerin in Braunschweig

schichte des Patienten auf eine Leberschwäche hin, wird die Leber zuerst gestärkt. Das gleiche gilt für die Niere.

Eine vollwertige Mischkost, Einschränkung von Genussmitteln wie Alkohol, Süßigkeiten und Nikotin erhöhen die Wirkung der Entgiftungs-Therapie.

KINDER

Unter was für einer Krankheit leiden „KISS-Kinder“?

Das Baby schreit mit zusammengekniffenem Gesicht und geballten Fäustchen und tritt mit den winzigen Beinen in die Luft. Viele Schreibabys leiden unter „Kopfgelenk indizierten Symmetrie-Störungen“, kurz dem „KISS-Syndrom“. Sie haben oft Kopfschmerzen und Koliken.

Früher sprach man auch von „Schiefhals-Kindern“. Den Namen bekamen sie, weil der Kopf dieser Kinder schief stand. Nicht immer ist das Symptom allerdings sichtbar.

Die Geburt ist eine sehr stressige Situation für Babys. Sie sind enormen Kräften ausgesetzt, wenn sie mit der Kraft der Wehen und gegen den natürlichen Widerstand des Geburtskanals geboren werden.

Der Geburtsdruck schiebt die weichen Baby-Schädelknochen inei-



Anne Schmidt, Schreibabys-Beraterin, Braunschweig

einander, quetscht das Rückenmark, die Wirbelsäule und das Becken sowie die Nerven, die das Saugen und Schlucken steuern.

Es ist ratsam, ein Baby nach einer anstrengenden Geburt auf das „KISS-Syndrom“ untersuchen zu lassen. Die Krankheit ist heilbar. Dafür gibt es speziell ausgebildete Physiotherapeuten.

www.weinundschreibaby.de

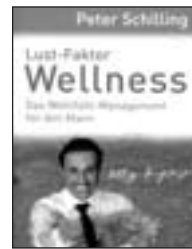
BUCHTIPP

Ist Wellness reine Frauen-Sache?

Gurkenmasken, Pediküre, Baden in Schoko-Soja-Milch – eine klare Sache für Frauen, denkt Mann. Weit gefehlt.

Immer mehr Vertreter des starken Geschlechts interessieren sich für ihr Äußeres, Entspannung und Wellness. Zu diesen Männern gehört auch Peter Schilling, besser bekannt als Sänger des Neue-Deutsche-Welle-Hits Major Tom. Er hat einen Wohlfühl-Ratgeber für den Mann verfasst. „Lust-Faktor Wellness“ heißt der.

Das Buch informiert über richtiges Saunen, verschiedene Massagen, Fitness oder auch gesundes Essen. Wer sich für Wellness interessiert, aber bislang wenig über das Thema



Peter Schilling: Lust-Faktor Wellness – Das Wohlfühl-Management für den Mann.

weiß, dem gibt das Buch sicher einen ganz guten Überblick. Schillings Plauderton ist auf den 238 Seiten manchmal aber zu viel.

Peter Schilling: „Lust-Faktor Wellness – Das Wohlfühl-Management für den Mann.“ 238 Seiten. Orell Füssli Verlag, 19,80 Euro.