

# entspannen

In dieser neuen Rubrik möchten wir Ihnen Tipps zur **Erholung** außerhalb Ihres Apothekenalltages geben – zum Beispiel mit einem schönen Buch, einer neuen App oder spannenden Fernsehsendungen. Wir wünschen beste Unterhaltung!

## Zum Lesen

**Beim Wandern in den Fichtenwäldern Kroatiens**, über die Gipfel des Velebit-Gebirges, an den mit schwarzen Kieselsteinen bedeckten Gestaden des Ägäischen Meeres, zwischen Himmel und Erde, Traum und Wachen sind diese Essays entstanden. Der Autor fotografiert die Pflanzen und Tiere, die ihm begegnen und die einsame Bergwelt des Nationalparks. Seine poetisch-philosophischen Erzählungen handeln von der Zeit und der Ent- und

Beschleunigung, den überflüssigen Dingen, der Stille, der gigantischen Schöpfung der Natur. Seine klugen Texte lehren uns: Das, was wir tatsächlich brauchen, ist nicht mit Geld zu kaufen. PP



Edo Popović  
**Anleitung zum Gehen**  
 Luchterhand Literaturverlag 2015  
 176 Seiten, 16,99 Euro  
 ISBN 978-3-630-87356-5

## Zum Hören

### Der Vogelstimmen-Trainer

Edition Ample/ InnoMoS GmbH  
 App für iPhone, iPod touch, Android,  
 9,99 Euro  
[www.naturelexicon.de](http://www.naturelexicon.de)

**Amsel, Nachtigall oder Blaumeise?** 175 Vogelarten, ihre Gesänge, Rufe sowie 979 Lautäußerungen findet Ihr Smart- oder iPhone innerhalb weniger Minuten. Das Material ist in sechs Lebensräume gegliedert, die Deutschland, Österreich und die Schweiz abdecken, kann aber auch nach Alphabet oder Gattungen gruppiert werden. Neben dem jeweiligen Foto sind Informationen zu Größe, Brutverhalten und besonderen Merkmalen aufgeführt. Mit einem integrierten Quiz können Sie Ihr Wissen spielerisch erweitern und Ihre Naturerlebnisse festhalten. PP



## Zum Anschauen

04.08.15 - 19.30 Uhr

### Wanderlust: Andalusien, Spanien

Die fünfteilige Dokumentationsreihe zeigt landschaftlich und kulturell interessante Fernwanderwege in Europa. Heute verläuft die Tour durch die Alcornocales, benannt nach der Korkeiche, und die Sierra de Grazalema. Höhepunkt ist Ronda, eine spektakulär auf Felsen thronende Stadt.



07.08.15 - 19.30 Uhr

### Wanderlust: Der Lechweg, Österreich

Die Route folgt dem letzten Wildfluss der nördlichen Alpen durch drei Regionen, vorbei an Mooren, Seen und Burgen. Er beginnt im schroffen Lechquellengebirge in Vorarlberg, schlängelt sich über Hochweiden bis hinunter in den Talkessel von Reutte und endet bei Passau im Allgäuer Wald.



10.08.15 - 19.30 Uhr

### Wanderlust: Der Stevenson-Weg

Der englische Reiseführerautor Bradley Mayhew folgt der Originalroute des schottischen Schriftstellers Robert Louis Stevenson. 220 Kilometer führen in zwölf Etappen durch das französische Zentralmassiv, von der Vulkanlandschaft des Velay bis nach Saint-Jean-du-Gard in den Cevennen.

