

Hier purzeln die Pfunde

DRK-Landesverband und Fitness-Studio kämpfen gemeinsam gegen Übergewicht bei Kindern

Mehr und mehr Kinder und Jugendliche bringen so viel Gewicht auf die Waage, dass es der Gesundheit abträglich ist. Ein spezielles Bewegungsprogramm soll hier wirksam und dauerhaft Abhilfe schaffen.

Von SZ-Mitarbeiter
Stefan Bohlander

Sulzbach. Zwei unschöne Massenphänomene unserer Tage sind Übergewicht und Adipositas, umgangssprachlich auch „Fettsucht“ genannt. Diesem ungesunden und immer weiter um sich greifenden Trend möchte sich der DRK-Landes-

„Diese Maßnahme ist Teil des Therapieprogramms Moby Dick“, erklärt Marina Schulz, DRK-Mitarbeiterin und Projektleiterin. Seit fünf Jahren läuft das Programm bereits, fünf Gruppen habe man zurzeit saarlandweit initiiert, in St. Ingbert, Saarbrücken, Eppelborn, Saarlouis und Merzig. Bis auf die beiden Letztgenannten seien aus allen Orten Jungen und Mädchen ins Fitness-Studio gekommen. Man mache zwar fast keine Werbung, dennoch würden sich viele Teilnehmer melden. Das Programm richtet sich an Kinder zwischen acht und 16 Jahren. Mittlerweile seien bereits jedes fünfte Kind und jeder dritte Jugendliche Übergewichtig.

Hauptziel von Moby Dick sei es natürlich, die Pfunde purzeln zu lassen und somit die Gesundheit zu stabilisieren. „Nach etwa einem Jahr ist das normalerweise auch bei 70 Prozent der Teilnehmer der Fall“, so Margarete Schäfer-Wolf, Vizepräsidentin des DRK-Landesverbandes. Ein weiteres Anliegen sei es auch, „sich durch gesteigertes Selbstbewusstsein besser gegen Hänseleien zu wehren“, fügt DRK-Landesverbandpräsident Michael Burkert hinzu.

Neben Ernährungsberatung und Bewegung sei der Gruppenaspekt noch immens wichtig, erläutert Marina



Fabio, Vanessa, Jakob und Helene trainieren hier nach Anweisung von Julian Bogler. FOTO: THOMAS SEEBER

Schulz. Dazu werden auch immer wieder ungewöhnliche Aktionen umgesetzt. So habe die Gruppe bereits eine Trainings-einheit mit der Football-Mannschaft Saarland Hurricanes absolviert oder man koche gemeinsam mit Sternekoch Cliff Hämmerle in Blieskastel. Neben Unternehmen aus der freien Wirtschaft wie dem Fitness-Studio Top-Fit arbeite man natürlich auch mit gemeinnützigen Institutionen wie dem Dia-

konischen Werk, der Caritas oder dem Kinderschutzbund zusammen, erklärt Hans Joachim Müller, Präsident von Pro Ehrenamt und zuständig für die Kontaktaufnahme.

Einige praktische Übungen seien übrigens ganz einfach umzusetzen, erzählt Marion Riehm. Ihre zehnjährige Tochter Caroline nimmt seit Februar am Moby-Dick-Programm teil. So könne man beim Busfahren eine Haltestelle früher ausstei-

gen oder die Treppe statt eines Aufzuges nehmen. Außerdem solle man dazu übergehen, portionsweise das Essen zu servieren und dabei dann, ganz simpel, Töpfe und Pfannen nicht mit auf den Tisch zu stellen.

● **Kontakt:** Marina Schulz, Telefon (0681) 5004-239, E-Mail: schulz@lv-saarland.drk.de.

Im Internet:
www.lv-saarland.drk.de

Anzeige



verband Saarland entgegenstemmen. Hierzu kooperiert man mit dem Projekt „Gute Sache“ des Regionalverbandes, um verstärkter Firmen jenseits von Sponsoring oder Spenden zu gewinnen. Im Fitness-Studio „Top-Fit“ in Jägersfreude wurde man fündig. Sporttrainer und Studio-Inhaber Horst Reiser stellt für ein Jahr einmal in der Woche kostenfrei seine Räumlichkeiten zur Verfügung.

Am Sonntag feiert der Salz- und Kräutermarkt in Sulzbach Premiere

30 Händler am Salzbrunnen-Ensemble mit besonderen Produkten - Es winkt auch ein Aufenthalt im Schwarzwald

Zum 1. Salz- und Kräutermarkt lädt die Stadt Sulzbach am Sonntag, 18. Mai, ein. Ein Preisrätsel, Livemusik und Bilder malende Frauen und Männer runden die neue Veranstaltung ab.

Von SZ-Redakteurin
Michele Hartmann

Sulzbach. Am Sonntag wird sicherlich viel los sein, wenn Sulzbach zum 1. Salz- und Kräutermarkt bittet. Am Salzbrunnen-Ensemble (Auf der Schmelz) finden sich rund 30 Händler ein und bieten teils außergewöhnliche Ware an. Die Besucher dürfen sich dabei unter anderem auf viele frische Gartenkräuter, diverse Salzsorten und Gewürze aus aller Welt, auf Kräuteröle, Liköre, Weine, Chutneys, Brotaufstriche oder auch Konfitüren freuen.



Küchenkräuter sind sehr beliebt. Am Sonntag findet man sie zuhause in Sulzbach. SYMBOL-FOTO: VA

Heike Kneller-Luck, die mit ihrem Team von der Stabsstelle Zukunft im Rathaus für die neue Veranstaltung verantwortlich ist, freut sich auch und vor allem über das Zutun der Tourismusregion Bad Peterstal-Griesbach, die jüngst erste zarte Bande mit Sulzbach geknüpft hat, und mit der „Olmühle Walz“ dabei sein wird. Die Schwarzwälder bringen auch eine „Kräuterfee“ mit und spendieren den Hauptgewinn für das mit dem Markt einhergehende Preisrätsel, das einige schöne Gewinne verspricht. Um 17 Uhr erfolgt die Auslosung unter den anwesenden Gästen. Als Hauptgewinn winkt eine Übernachtung für zwei Personen im Superior-Hotel Hubertus in Bad Peterstal, inklusive Frühstück und Nutzung der Wellness-Oase. Und vor der Haustür wartet eine urwüchsige

Natur, die zum Erkunden auf gleich zwei Premium-Wanderwegen einlädt. Kulinarisches hat auch der Wirt im Salzbrunnen-Carrée vorbereitet und freut sich auf viele hungrige Gäste.

Was die vielen Händler herankarren, kann sich wahrlich sehen und genießen lassen. Feines aus dem Bliessau, beispielsweise Apfel-Secco und Ziegenkäse, Essig aus Südf Frankreich, Heilkräuter und nicht weniger als 20 Sorten Senf kann man hier finden, darüber hinaus auch Pflanzen und Gartenaccessoires, grüne Smoothies und Rohkostknabbereien, Macadamia-Öl, Weine und Liköre. Nicht essbar, aber lecker duftend kann man überdies Ziegenmilch-Seifen erstehen.

Auf Live-Musik dürfen sich die Besucher des Carrées ebenfalls freuen. Es tritt auf: Das Akustik-

Duo FinnGetsFamous mit vier Instrumenten, zwei Stimmen (Lenny und Steffen) und 60 Jahren Musikgeschichte im Gepäck. Und Petra Jungbluth bringt im Rahmenprogramm des Marktes mit ihrer Gitarre Country, Rock-Pop und Folk unter Volk. Zudem kann man am Salzbrunnen-Ensemble den Männern und Frauen des VHS-Malkurses bei ihrer kreativen Arbeit über die Schulter schauen. Und die Stadtbibliothek besuchen, die Literatur zum Thema Salz und Kräuter bereithält. Nicht zu vergessen: Die putzigen, eigens für das neue Sulzbacher Event hergestellten Kräutereulen. Und Setzlinge, die für einen guten Zweck verkauft werden. Also, nichts wie hin zum Salz- und Kräutermarkt, um die vielversprechende Premiere nicht zu verpassen.

Ein wetterfester Belag für den Rathaus-Parkplatz

Friedrichsthal. Mit dem für Städtebauförderung zuständigen Saar-Innenministerium konnte die Friedrichsthaler Stadtverwaltung vereinbaren, dass das vor Jahren im Rahmen einer städtebaulichen Sanierungsmaßnahme neu gestaltete Rathausumfeld im Bereich der Parkplätze mit einem neuen Belag wetterfest gestaltet werden kann. Das teilt die Stadt-Pressestelle mit.

Permanente Beschwerden

Ursprünglich waren laut Verwaltung die Parkbuchten mit einem wasserdurchlässigen Belag versehen. Im Laufe der Jahre wurden die Flächen insbesondere bei Regen und Tauwetter stark in Mitleidenschaft gezogen. Jeder Ortskundige kann dies aus leidvoller Erfahrung nachvollziehen. Die alljährlich vorzunehmenden Unterhaltungsaufwendungen durch

den Baubetriebshof waren immens, gleichwohl war ihnen kein dauerhafter Erfolg beschieden. Die permanenten Beschwerden aus dem Kreise der Parkplatznutzer waren für die Verwaltung Anlass, beim Ministerium die Zustimmung zum Einbau eines ebenfalls wasserdurchlässigen Verbundbelages zu beantragen. Voraussetzung war, dass eine solche Lösung keine Rückzahlung der früher gewährten Zuschüsse auslösen würde.

Das zuständige Fachreferat beim Innenministerium schloss sich nach Angaben der Stadt-Pressestelle den Argumenten des Bürgermeisters an. Die Verwaltung bereitet jetzt die erforderlichen Planungen vor, damit nach Beschlussfassung im Friedrichsthaler Fachausschuss die Arbeiten auf den Weg gebracht werden können. red

Anzeige

% RÄUMUNGSVERKAUF %

WEGEN GESCHÄFTSAUFGABE

ab sofort zusätzliche

20% Rabatt

auf bereits reduzierte Ware

Öffnungszeiten:
Mo. – Fr. 9.00 – 19.00 Uhr • Sa. 9.00 – 16.00 Uhr

**SPORT
IREI
CHRATHI
GMBH**

Kaiserstr. 104 • 66386 St. Ingbert • Tel. 0 68 94/9 28 08 40

SCHNELLE SZ

SULZBACH

Ein Debütwerk mit Ironie und Sarkasmus

Ironie und Sarkasmus spielen im Debütwerk „Ungerufene Stimmungsbilder“ des Sulzbacher Autors Hermann Roos eine nicht unerhebliche Rolle, denn er versteckt in seinen Zeilen auch die eine oder andere Provokation. Am Dienstagabend hat er in der Stadtbibliothek sein Buch vorgestellt. Dort ist er allerdings kein Unbekannter. > Seite C 2

QUIERSCHIED

Mitglieder feiern 90 Jahre Billardclub

50 Männer gründeten vor 90 Jahren den Billardclub Quierschied. Das ehemals adeliche Spiel war längst bürgerlich geworden. Nun feierten die Mitglieder des Clubs dessen Geburtstag im Gasthaus Didion. Und blickt man auf die Vereinsgeschichte, gibt es auch das ein oder andere Großereignis. Etwa als 1978 die Köhner des Billardspiels zur Europameisterschaft nach Quierschied pilgerten. > Seite C 3

REGIONALVERBAND

Zwei Frauen, die Kranken helfen

Übermorgen ist im Saarland Tag der Pflege. Wir stellen zwei Frauen vor, die Kranken helfen. Ihre Fürsorge gilt jungen Menschen auf dem Winterberg. Und alten Menschen auf der Auersmacher St.-Barbara-Höhe, denn diese brauchen auf dem letzten Lebensabschnitt eine ganz besondere Betreuung. Worauf es dabei ankommt, das lernen Mitarbeiter aus der Kranken- und Altenpflege jetzt am Rande von Auersmacher. > Seite C 5

KULTUR REGIONAL

Festivalclub zieht ans Römerkastell

Er ist das Herzstück der Perspectives: Der Festivalclub ist am Römerkastell. Und das Club-Team um Giovanni d'Arcangelo ist fleißig dabei, aus den Fabrikhallen einen spannenden Kulturort zu machen. Nächste Woche soll hier die Musik abgehen. > Seite C 7

PRODUKTION DIESER SEITE:
MICHÈLE HARTMANN
JÖRG LASKOWSKI