

Gesundheitstag mit Tipps von Eveline Lemke

Fitnessmarkt Auf dem Sinziger Marktplatz dreht sich alles um das körperliche Wohlbefinden – Interesse war eher verhalten

Von unserer Mitarbeiterin
Judith Schuhmacher

■ **Sinzig.** Gesundes Reizklima mit kühlen Temperaturen, zeitweiligen Regenschauern und sonnigen Abschnitten beherrschte den zweiten Gesundheitstag unter dem Titel „Lebendiges Sinzig“ am gestrigen Sonntag. Allerdings scheinen – gemessen an der spärlichen Besucherresonanz – derlei informative Freiluftaktivitäten noch nicht auf das Interesse zu stoßen, das sich die Veranstalter erhofft hatten. Knapp 30 Stände aus den verschiedensten Gesundheitsbereichen, Mitmachaktionen, persönliche Checks der körperlichen Konstitution und ein ansprechendes Programm mit interessanten Vorträgen und Darbietungen der Sinziger Musikschule bildeten den Rahmen der Veranstaltung, die mit Unterstützung Reiner Friedsams als Vertreter des Stadtmarketings auf die Beine gestellt worden war.

„Gehen Sie auf Entdeckungsreise – hier werden die Möglichkeiten, sich gesund und fit zu halten, anschaulich, erlebnisreich und umsetzbar von Fachleuten erläutert“, forderte Charlotte Hager als Erste Beigeordnete der Stadt die Besucher auf. Deren geringe Zahl sorgte zumindest dafür, dass an den zahlreichen Ständen nicht gedrängt wurde und die Informationsgespräche häufig etwas ausführlicher ausfielen. Sei es über Trennkost, Yoga, Akupunktur-Me-



Maya Zoe „informiert“ sich bei Maskottchen Lotta über die Arbeit der Johanniter im Franziskushaus. Foto: Vollrath

ridian-Massage, chinesische Heilpilze oder etwa Elektromobilität. Auch zahlreiche Selbsthilfegruppen waren vertreten, ebenso stellten regionale Seniorenwohnheime ihr Angebot vor.

Frischen Wind in die Gesundheits- und Fitnessregion zu brin-

gen und komplementäre Heilmethoden präserter zu machen, ist der Grundgedanke des Vereins Gesundheitsnetzwerk, dessen Vorsitzende Annette Bäder bei der Eröffnung auch prominenten Besuch begrüßen konnte. Neben Bianca Vogel, der ehemaligen Weltmeis-

terin im Dressreiten, war mit Eveline Lemke von den Grünen auch die designierte Wirtschaftsministerin und künftige stellvertretende Ministerpräsidentin von Rheinland-Pfalz mit von der Partie. „Der jährliche Umsatz der Gesundheitswirtschaft beträgt lan-

„Es gibt so viele verschiedene Sportarten, die jeder für sich ganz nach seiner Fassung in den Alltag einbinden kann – das ist nicht nur gesund, sondern macht auch einfach Spaß.“

Ein Rat von Eveline Lemke, künftige Wirtschaftsministerin von Rheinland-Pfalz

desweit einen Umsatz von 9,5 Milliarden Euro – eine stärkere Vernetzung mit dem Tourismus birgt hier noch ein großes Potenzial“, lobte Lemke die Initiative der Veranstalter.

Als Noch-Vorsitzende des Leichtathletikverbandes Rheinland und ehemalige Leistungssportlerin weiß sie, wie wichtig Fitness und gesunde Ernährung auch für die Leistungsfähigkeit und das seelische Wohlbefinden sind. „Ich bin gerade heute wieder mit meinem Mann zwei Stunden gejoggt, ebenso wie gestern auch, dazu kommt gesunde Ernährung – und: Ich verzichte nicht auf meinen Schlaf, das ist ein gutes Mittel gegen Stress“, verriet sie ihr Fitness-Geheimnis. Das Auto lässt sie bei ihrer Arbeit in der Landeshauptstadt generell in der Tiefgarage stehen, erobert Mainz lieber zu Fuß, und der Fahrstuhl ist ohnehin für sie passé. Und per pedes durch die Sinziger Innenstadt zu laufen, hat sich nicht nur für die künftige Ministerin am gestrigen Sonntag gelohnt.

Kompakt

Polizei warnt vor „Spendensammlern“

■ **Rolandswerth.** Die Polizei warnt vor Dieben, die als „Spendensammler“ unterwegs sind. Am Samstagmittag bat ein Mann bei einer älteren Dame in Rolandswerth an der Haustür um eine Spende für Not leidende Tiere. Die gutgläubige Anwohnerin ließ ihn im Flur warten, während sie Geld suchte. Diese Zeit nutzte der Täter, um aus einer Handtasche der Frau Geld zu entwenden.

Mit Blumen verschönern

■ **Remagen.** Seit fast 30 Jahren begutachtet der Verschönerungsverein den schönsten Blumenschmuck an Häusern und in Vorgärten und ehrt die Blumenfreunde für ihr Engagement. Der Vorsitzende Helmut Ruthe ruft alle Bürger der Kernstadt Remagen auf, wieder durch Blumenschmuck zur Verschönerung des Stadtbildes beizutragen.

Pfarreien fusionieren

■ **Remagen.** Im Rahmen der Strukturreform im Bistum Trier werden ab dem 1. September die fünf Pfarreien der Gesamtstadt Remagen zu einer Pfarreiengemeinschaft Remagen zusammengehen. In Remagen und Kripp werden zu diesem Thema Pfarrversammlungen einberufen. Dort wird über die anstehenden Veränderungen informiert. Die Termine: In Kripp am Donnerstag, 19. Mai, um 19.30 Uhr im Pfarrheim, Voßstraße 40, in Remagen am Freitag, 27. Mai, um 20 Uhr im Pfarr- und Jugendzentrum, Kirchstraße 30a.