

# Eine Gemeinde wird gesünder

Die Vortrags-Reihe zum Thema „Fit und gesund in Gottenheim“ beginnt am Montag, 7. Mai

**Gottenheim. Das Modellprojekt „Fit und gesund in Gottenheim“ ist im Februar erfolgreich gestartet. Bisher nehmen mehr als 30 Bürgerinnen und Bürger an der Gesundheits-Initiative der Gemeinde Gottenheim und ihrer Projektpartner teil. Auch Bürgermeister Volker Kieber ist seit einigen Tagen dabei. Am kommenden Montag, 7. Mai, beginnt die Vortragsreihe zu Themen rund um die Gesundheit, die ebenfalls Bestandteil des Modellprojektes ist.**

„Schon nach zehn Tagen fühle ich mich gesünder und ich habe schon etwas abgenommen“, berichtet Bürgermeister Volker Kieber stolz. Kieber ist vom Gesumed-Projekt überzeugt. Besonders die Umstellung der Ernährung, so der Bürgermeister, trage schon nach wenigen Tagen Früchte. Nun lädt das Gemeindehaupt alle Bürgerinnen und Bürger der Gemeinde und auch Gäste aus der Region zu den Vorträgen ein, die am Montag beginnen. Übergewicht, Konzentrations- und Lernstörungen, Aggressivität, Hyperaktivität - immer mehr Kinder zeigen Auffälligkeiten. Wo liegen die Ursachen? Was ist zu tun? Antworten auf diese Fragen wird Dr. med. Hans-Peter Friedrichsen in seinem Montag, 7. Mai, 19.30 Uhr, im Feuerwehr-



**Dr. Hans-Peter Friedrichsen, Dr. Hans-Peter Boschert, Michael Losch und Bürgermeister Volker Kieber (von links) freuen sich über den erfolgreichen Start des Modellprojektes „Fit und gesund in Gottenheim“.** Foto: ma

haus in Gottenheim geben. Der Vortrag mit dem Titel „Der Zusammenhang von Ernährung und Stoffwechsel mit Konzentrations-, Lern- und Merkfähigkeit bei Kindern und Jugendlichen“ richtet sich nicht nur an die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Gottenheimer Modell-Projektes. Vielmehr interessierten Zuhörer aus Gottenheim und Umgebung zu diesem kostenlosen Vortrag eingeladen. Weitere Vorträge zu Themen rund um Gesundheit und Ernährung werden folgen.

Das Gesumed-Projekt „Fit und Gesund in Gottenheim“ wird getra-

gen von den Ärzten Dr. Hans-Peter Friedrichsen und Dr. Hans-Peter Boschert, die das Projekt wissenschaftlich und medizinisch begleiten. Unterstützung erfahren die Ärzte durch Bürgermeister Volker Kieber. Als Partner für den sportlichen Teil konnte Michael Losch von der Fitness Factory in Umkirch mit ins Boot geholt werden.

Gesunde Ernährung, die dem menschlichen Stoffwechsel angepasst ist, und ausreichende Bewegung sind die beiden Eckpfeiler für ein gutes Lebensgefühl und einen gesunden Körper, betont Dr. Hans-

Peter Friedrichsen, der Initiator und Begründer des Gesumed-Konzeptes. Ziel des Projektes ist es, die Leistungsfähigkeit und Gesundheit möglichst vieler Bewohner eines Ortes durch natürliche Maßnahmen zu verbessern.

Bürgermeister Volker Kieber betont: „Wir wollen möglichst viele Menschen erreichen - quer durch alle Generationen. Denn die Gesundheit und das Wohlergehen unserer Bürger liegen uns sehr am Herzen. Insbesondere richten wir unser Augenmerk auf die Kinder unserer Gemeinde. Darum richtet sich der erste Vortrag vor allem an Eltern, Erzieher, Pädagogen und alle an Kindern und Jugendlichen interessierten Personen.“

Gerade im Zusammenhang mit Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen zeigen etwa internationale Studien immer deutlicher Zusammenhänge mit dem Verzehr von „Junk Food“ und dem Mangel an wichtigen Nährstoffen wie zum Beispiel Omega-3 Fettsäuren aus Fisch, betont Friedrichsen. In seinem Vortrag wird der Arzt und Wissenschaftler, der sich seit 25 Jahren intensiv mit der Bedeutung von Nährstoffen für die Gesundheit beschäftigt, Möglichkeiten aufzeigen, mit Ernährung, Nährstoffen und Bewegung gesundheitliche Probleme bei Kindern zu behandeln. (ma)