

# Verein unterstützt Erkrankte

- Hauptversammlung des Diabetes Forums
- Bewegung ist die beste Medizin für Betroffene
- Kinder lernen mit der Krankheit umzugehen

VON MICHAEL JAHNKE

Radolfzell – „Über 7500 Schritte sind es heute schon“, sagte Wolf-Rüdiger Klare, Diabetologe am Radolfzeller Krankenhaus und schaute dabei auf seinen Schrittzähler. Auf eine solch hohe Schrittzahl kam Birgit Hansel, Geschäftsstellenleiterin des Diabetes Forums Radolfzell bei der Hauptversammlung nicht, dabei ist Bewegung die beste Medizin bei Diabetes Typ 2. Diese Volkskrankheit ist eine chronische Stoffwechselerkrankung, die neben einer erblichen Veranlagung ihre Hauptursachen durch Bewegungsmangel und Übergewicht hat. Sie führt zu erhöhten Blutzuckerspiegeln, und ist dabei längst nicht nur durch Insulin in den Griff zu bekommen. Richtige Ernährung und viel Bewegung können bei dieser Erkrankung sogar die Insulinspritze ersetzen.

Auf dem Jahresprogramm stehen deshalb vielfältige Aktivitäten: Nordic Walking und Wassergymnastik, Reha-Sport und Wandern stehen bei den sportlichen Aktionen regelmäßig im Vordergrund. Kochkurse helfen den Diabetikern dann auf der Ernährungsseite, denn Ernährung für Diabetiker muss und darf nicht langweilig sein. Das wird auch auf dem Diabetikertag am 23. November im Milchwerk unter Beweis gestellt werden. Dann soll Klaus Neidhardt, Inhaber vom Hotel und Restaurant Gottfried in Moos, eine Kochshow veranstalten. Darauf freuen sich die Organisatoren schon riesig. Mit von der Partie soll auch Hans Lauber, ehemaliger Marketing-Manager eines Fernsehersenders sein, der den Erkrankten Mut



Der Vorstand des Diabetes Forum Radolfzell konnte auf ein gutes Jahr 2013 zurückblicken (von links): Heidi Wechinger, Wolf-Rüdiger Klare, Monika Kannenberg, Gerhard Langanki, Julia Willumeit, Jürgen Werner und Berthold Jehle. BILD: MICHAEL JAHNKE

machen will. Er sieht Diabetes als Chance zu einer Änderung des Lebensstils, ganz nach dem Motto „Fit wie ein Diabetiker“.

Das Arbeitsfeld des Diabetes Forums ist groß, nicht nur Patienten des Typs 2, sondern auch Diabetiker des Typs 1 können hier Hilfe bekommen. Bei dieser Erkrankung richtet sich das körpereigene Immunsystem auch gegen die Insulin produzierenden Zellen. Die Erkrankten müssen ihr Leben lang zum Teil mehrmals täglich Insulin spritzen. Verständlich, dass diese Patienten ihren Alltag neu ausrichten müssen, insbesondere für Kinder eine große Aufgabe. Kein Wunder, dass die einmal jährlich veranstalteten Kindertage auch in diesem Jahr schon ausgebucht sind. Auf diesem mehrtägigen

Event lernen die betroffenen Kinder, ihre Eltern und Geschwister auf spielerische Art und Weise ihren Tagesrhythmus neu zu managen. Für diese Tage konnte man als besonderen Gast den Eishockeyspieler Felix Petermann gewinnen, der seit der Saison 2010/2011 für den EHC Red Bull München spielt. Die Kinder werde es sicherlich freuen, so Klare, sich mit einem solchen Sportler treffen zu können.

Für alle Aktivitäten wird aber auch Geld benötigt. Man ist auf Spenden dringend angewiesen und will die Einwerbung von Geldern noch mehr aktivieren. Schließlich sind rund acht Prozent der Bevölkerung von Diabetes betroffen und die Zuschüsse von Krankenkassen reichen für die Diabetesprävention nicht.

## Hier gibt's Hilfe

Das Diabetes Forum Radolfzell wurde 1991 gegründet und hat jetzt 240 Mitglieder. Es versteht sich als Ergänzung zu bestehenden Selbsthilfegruppen und arbeitet eng mit ihnen zusammen. Das Forum sucht die Zusammenarbeit mit Institutionen des Gesundheitswesens wie Arztpraxen und Krankenkassen. Alleine in Radolfzell haben rund 2400 Menschen Diabetes, im Landkreis Konstanz geht man von über 20 000 Diabetikern aus.

Informationen im Internet:  
[www.diabetesforum-radolfzell.de](http://www.diabetesforum-radolfzell.de)

## NACHRICHTEN

### MILCHWERK

#### Vermieter besprechen Tourismus-Themen

Radolfzell – Die Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH hatte zur Vermieter-versammlung eingeladen. Rund 70 Gastgeber aus Radolfzell und den Ortsteilen waren der Einladung gefolgt und ins Milchwerk gekommen, um sich über aktuelle Themen zu informieren. Der Geschäftsführer der TSR GmbH, Jürgen Schmid, gab in seinem Vortrag einen Rückblick über die Tourismussaison 2013 und stellte sein Team vor. Weiter wurden neue Projekte, die in diesem Jahr realisiert werden sollen, präsentiert, so die Information in einer Pressemitteilung. Ein wichtiges Thema war der am 1. Januar 2014 neu eingeführte, elektronische Meldeschein. Wie die Handhabung funktioniert und was die Gastgeber bei der Eingabe des Scheins beachten müssen, stellte Klaus Schön von der Firma AVS GmbH in seinem Vortrag dar.

### TC REBBERG

#### Bändeleturnier zum Saisonbeginn

Radolfzell – Das Bändele-Turnier beim TC Rebberg Radolfzell findet am Samstag, 19. April, ab 10 Uhr statt. Willkommen sind alle Mitglieder, Freunde und Personen, die den TC Rebberg gerne kennenlernen möchten. Es werden mehrere Doppel-Runden gespielt, bei denen die jeweiligen Paarungen ausgelost werden. Die Anmeldung ist per E-Mail an [sebastian.graf@tc-rebberg.de](mailto:sebastian.graf@tc-rebberg.de) oder über einen Aushang auf der Anlage des TC Rebberg möglich. Meldeschluss ist Gründonnerstag, 17. April, 17 Uhr. Der TC freut sich über eine rege Beteiligung.

# 16 Kandidaten für den Rat

Bewerber der Unabhängigen Wähler und der Freien Bürgerliste wollen Güttingen gestalten

Radolfzell-Güttingen – Einig sind sich alle Kandidaten für die Ortschaftsratswahl in Güttingen in ihrem Ziel, Güttingen zu gestalten und weiter zu entwickeln. Aus rein formalen Gründen haben sich die Kandidaten für die Wahl des Ortschaftsrates am 25. Mai auf zwei Wahllisten einvernehmlich aufgeteilt. Somit kandidieren für die Unabhängigen Wähler Güttingen und die Freie Bürgerliste Güttingen jeweils acht Männer und Frauen. Um ihre gemeinsamen Interessen auch nach außen sichtbar zu machen, wurde ein gemeinsames Wahlprogramm erarbeitet und ein gemeinsames Prospekt gestaltet. Noch vor Ostern und der Versendung der amtlichen Stimmzettel werden laut einer Pressemitteilung die Wahlprospekte die Güttinger Wähler erreichen.

Die Kandidaten wollen ein offenes Ohr für die Bedürfnisse von Familien, Jugend und Senioren haben. Sie wollen sich einsetzen für den Erhalt und die Weiterentwicklung von Grundschule und Kindergarten durch die Schaffung eines familien- und bedarfsgerechten Betreuungsangebotes.

Die Ortsteilbibliothek soll weiterhin

erhalten werden. Natürlich ist die Unterstützung der örtlichen Vereine und der Dorfgemeinschaft ein wichtiges Anliegen. Die Buchenseehalle und der Lebensmittelmarkt sollen an den Stadtbus angebunden werden. Die Ziele aus dem Dorfentwicklungsplan sollen weiter berücksichtigt werden. Weiterhin soll großes Augenmerk auf die Aufstellung innerörtlicher Bebauungspläne gelegt werden. Die lang gewünschte und notwendige Entwicklung der Gemeindefeuerwehr soll während der nächsten Amtsperiode der Ortschaftsräte umgesetzt werden. Neu gestaltet werden soll der Rathausvorplatz; gleichzeitig soll hier die Parksituation verbessert werden. Der Schimmelreitersteig muss dringend ausgebaut werden, damit eine Nutzung durch Fahrzeuge und Fußgänger gefahrlos möglich ist. Nicht zuletzt sollen die Außenanlagen und Parkplätze der Buchenseehalle eine Aufwertung erfahren.

Es kandidieren für die Ortschaftsratswahl in Güttingen: Claudia Gabriel, Thomas Will, Bernhard Engelmann, Anita Krummen, Hubert Wiggenhauser, Gerhard Baumgärtner, Wolfgang Fiedler, Alexander Wittmann, Gabriele Koch, Hansjörg Hiller, Katharina Schmal, Manfred Hiller, Christine Hellstern, Boris Müller, Wolfgang Ruf und Martin Aichem.



16 Vertreter der Unabhängigen Wähler und der Freien Bürgerliste kandidieren für die Ortschaftsratswahl in Güttingen. BILD: SK

ANZEIGE



## Herzliche Einladung zum 1. Infoflug : Friedrichshafen – Hévíz Balaton Airport Am Samstag den 10.05.2014

- + Flug zum Hévíz – Balaton Airport
- + Informatives Programm rund um Kur- und Wellnessreisen nach Bad Heviz
- + Mittagessen und Nachmittagssnack

Mutsch Ungarn Reisen und das Ungarische Tourismusamt laden Sie ganz herzlich zu einem ganz besonderen Event ein – zu einem Info Flug nach Westungarn und zurück. Nehmen Sie unsere Einladung an und lernen Sie unseren Partner InterSky, den berühmten Kurort Bad Hévíz, dessen einzigartiges Naturwunder – den Hévízer Heilsee, sowie eine Auswahl der schönsten Hotels kennen.

\*Bei Buchung einer Reise aus dem Mutsch Ungarn Reisen Katalog 2014, die bis zum 27.09.2014 angetreten wird, wird Ihnen der Reisepreis GUTGESCHRIEBEN!

### Programm in Stichworten:

- 08.00 Uhr Flug mit InterSky zum Hévíz Balaton Airport
- 09.40 Ankunft am Flughafen mit Sektempfang
- Transfer mit dem Bus nach Heviz ca. 20 min
- Hotelbesichtigung / Mittagessen
- Spaziergang zum Hévízer Heilsee und Eintritt
- Transfer zum Hotel Lotus – Besichtigung – Snack
- Rückfahrt zum Flughafen
- 17:30 Rückflug Ankunft Friedrichshafen 19:10

Information & Anmeldung: Mutsch Ungarn Reisen GmbH  
Heumarkt 2, D-69117 Heidelberg | E-Mail: [info@mutsch-reisen.de](mailto:info@mutsch-reisen.de)  
[www.mutsch-reisen.de](http://www.mutsch-reisen.de)

Veranstalter: Mutsch Ungarn Reisen Kft. H-8380 Hévíz, Dózsa György Str. 37

Kostenlose Infohotline:  
**0800-723 52 64**