

Größte Gefahr sind eigene Eltern

TUTTLINGEN (SSC) – Gestern ging es wieder los: Schulanfang für tausende Kinder und Jugendliche im Landkreis Tuttlingen. Deshalb überwacht die Polizei an und um die Schulen verstärkt die Verkehrssituationen und das Verhalten der Autofahrer, insbesondere der Eltern, die ihre Schützlinge zur Schule bringen. Was dabei an der Tuttlinger Wilhelmschule besonders zu beachten ist, hat sich unser Reporter vor Ort angeschaut.

Eine der größten Gefahren gehe von den eigenen Eltern aus, sagen die Polizisten Raymond Jean und Klaus Vogt von der Verkehrsprävention. Sie beobachten nicht selten viele Fälle, in denen Erwachsenen fahrlässig handeln. Als „chaotische Situation“ bezeichnet Jean die Lage am frühen Morgen an einem Schultag in der Moltkestraße auf Höhe des Stadtgartens. Angrenzend ist die Grundschule der Wilhelmschule. Viele Eltern bringen ihr Kind mit dem Auto zur Schule. „Wenn das Kind immer bis zur Schule gefahren wird, kann es nicht im Straßenverkehr dazulernen und damit nicht umgehen“, gibt Jean zu bedenken. „Manchen Eltern würde es sogar gefallen, wenn sie ihr Kind mit dem Auto bis auf den Schulhof fahren könnten“, ergänzte er.

Die Gefahr lauert meist beim Aussteigen und das häufig, weil keine Zeit bleibt am Morgen. Laut den Polizeibeamten parken Eltern in der zweiten Reihe oder halten auf der Gegenfahrbahn, damit ihr Kind nicht die Straße überqueren müsse. Häufiger komme es auch vor, dass der Schulranzen nicht sicher im Auto verstaut sei. Zum Teil hätten die Kinder den Schulranzen schon auf dem Rücken und seien nicht mal angeschnallt, nur um schneller aussteigen zu können. Nicht selten beobachtet die Polizei das Aussteigen der Grundschul Kinder zur Straßenseite und nicht zum Gehweg hin – eine große Gefahr.

Eltern verhalten sich falsch

Die lauert auch beim Abholen der Schüler. „Die Eltern stehen auf der anderen Straßenseite, bleiben im Auto sitzen, sehen, dass ihr Kind kommt und öffnen vom Fahrersitz aus die hintere Autotür“, schildert Jean seine Beobachtungen. Die große Gefahr dabei: Das Kind ist wie im Tunnelblick, will zur offenen Tür des Autos der Eltern rennen. „Das Kind wird nicht mehr nach links und rechts vor dem Überqueren der Straße schauen“, sagt der Polizist, was in dieser Situation auch vom Kind nicht erwartet werden dürfe.

Wie wird es also richtiggemacht? Die Erwachsenen sollten immer am rechten Fahrbahnrand halten, genügend Zeit mitbringen und das Kind immer zur Gehwegseite aussteigen lassen. Idealerweise steigen Mutter oder Vater selbst aus und weisen ihr Kind darauf hin, dass es den Zebrastreifen verwenden soll.

Die Infrastruktur für ein sicheres Überqueren der Straße ist mit mehreren Fußgängerüberwegen in der Weimarstraße, der Moltkestraße und der Bahnhofstraße gegeben. Benutzen sie diesen, sollte Folgendes beachtet werden: „Die Kinder sollten erst über den Fußgängerüberweg gehen, wenn die Autos tatsächlich vollständig angehalten haben“, so der Ratschlag von Raymond Jean, der ergänzt: „Den Kindern muss erklärt werden, dass der Zebrastreifen keinen totalen Schutz bietet.“

Eltern und Lehrer als Vorbilder

Das Überqueren der meist zugeparkten Weimarstraße habe auch ein erhöhtes Risiko. Vor allem, wenn Grundschul Kinder zwischen zwei geparkten Autos auf die Straße rennen, sei die Gefahr, von einem vorbeifahrenden Fahrzeug erfasst zu werden, sehr groß – selbst wenn diese nur mit 30 Stundenkilometern unterwegs seien. Erwachsene, vor allem Eltern und Lehrer, aber auch die älteren Schüler sollten laut den Polizisten Vorbilder sein, was nicht immer der Fall sei. Der Nachahmungseffekt eines falschen Vorbildes sei groß und gefährlich, geben sie zu verstehen.

Eine Hilfe seien auch die Schülertests, die an der Wilhelmschule zur Verfügung stehen.

TUTTLINGEN - Patric Heizmann, Ernährungs-Experte und Bestseller-Autor („Ich bin dann mal schlank“) kommt nach Tuttlingen. „Meine Gesundheit – mein Kapital!“ ist der Titel seines Comedy-Vortrags am Donnerstag, 20. September. Redakteurin Ingeborg Wagner unterhielt sich mit dem 44-Jährigen im Vorfeld über ein besonders angenehmes Thema: Essen.

Herr Heizmann – Sie behaupten, Diäten sind Quatsch.

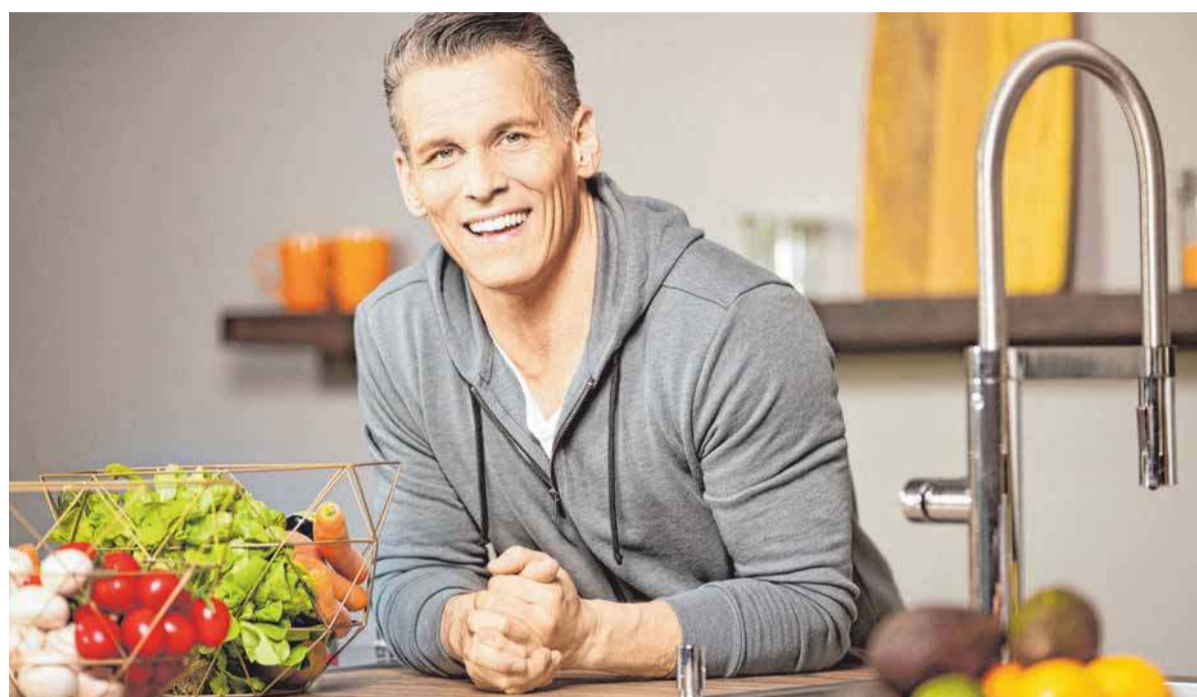
Stimmt. Diäten funktionieren nicht. Sie simulieren einen Notstand. Der Körper reagiert mit Anpassungen, zum Beispiel des Schilddrüsenhormons, um dem Hungertod zu entgehen. Dazu kommt, dass wir unsere Ernährungsgewohnheiten über Jahrzehnte antrainiert haben, mit rund Tausend Mahlzeiten pro Jahr. Das schmeckt uns, das tut uns gut, das sättigt uns. Diese Gewohnheiten auf einen Schlag zu verändern, geht zwangsläufig schief.

Wie schaffe ich es dann, gesund, schlank und möglichst stressfrei zu werden oder zu bleiben?

Meine Strategie lautet, den inneren Schweinehund an einem Tag pro Woche auf die Schweinehundeschule zu schicken. Diesen Tag – egal welchen – nenne ich den perfekten Tag. An ihm halten wir uns an genau sieben Regeln.

Welche sind das?

Die verrate ich in meinen Vorträgen. Ich kann aber sagen, dass es immer leichter fallen wird, diese Regeln umzusetzen, wenn ich Woche für Woche feststelle, wie einfach das ist und wie gut mir das tut. Mehr noch: Auf unbe-



Patric Heizmann, Autor des Buches „Ich bin dann mal schlank!“, kommt am 20. September nach Möhringen. FOTO: PR

wusster Ebene werde ich das, was mir besonders leicht gefallen ist, übernehmen. Damit stelle ich mein bisheriges Essprogramm infrage und lasse neue Möglichkeiten zu – ganz ohne Druck. Das ist besonders wichtig, denn wir haben im Beruf oder dem familiären Umfeld genug Herausforderungen zu bewältigen, da brauche ich nicht auch noch eine beknackte Diät.

Wie definieren Sie schlank? Nach dem BMI? Nach der Kleidergröße?

Der BMI berücksichtigt die Muskulatur nicht. So kann jemand schlank aussehen, aber innere Organverfettungen haben, und die sind gefährlich. Ich schlage vor, in den Spiegel zu schauen und sich auf die Dinge zu

konzentrieren, die einem an sich gefallen. Dann den Körper einmal anspannen und kräftig schütteln. Wenn man nach 30 Sekunden nicht lacht oder weint, ist eigentlich alles in Ordnung.

Warum ist es erstrebenswert, schlank zu sein?

Gute Frage. Erst einmal sollte sich jeder überlegen, warum oder für wen er schlank sein will. Frauen haben in der Regel einen höheren Druck, weil sie viel mehr am Äußeren gemessen werden als Männer. Man sollte sich klar machen, was man für sich gewinnen will oder glaubt, durch Schlanksein gewinnen zu können. Ein anderer Aspekt ist das Thema Gesundheit.

Stellen Sie sich vor, Sie schleppen den ganzen Tag einen Kasten Wasser mit sich herum. Das ist eine sehr anstrengende Arbeit. Vielleicht motiviert das, zehn oder 15 Kilo abzunehmen, denn es erleichtert den Alltag.

Welche Ernährungsmythen sind Schwachsinn?

Dass Eier den Cholesterinspiegel erhöhen, ist völliger Quatsch. Das ist längst vom Tisch und basiert auf Annahmen aus dem 19. Jahrhundert. Ein weiterer Mythos lautet, dass Fruchtsäfte gesund sind. Das Gegenteil ist der Fall, sie haben zum Teil mehr Zucker als Cola. Eine Ausnahme sind aber selbst gemachte grüne Smoothies.

Interview

Wer lacht, isst nicht

Comedy oder Vortrag? Der Ernährungs-Experte Patric Heizmann kommt nach Möhringen

Chips und Cola: Werden Sie auch mal schwach? Oder eher bei Gummibärchen?

Nein, bei mir ist es Schokolade. Schokolade und Pflaumenkuchen. Beides mag ich gerne, esse es aber nie, wenn ich Hunger habe. Diesen Hungerast durch Unterzucker habe ich ohnehin nicht mehr, durch meine Art der Ernährung.

Verraten Sie vielleicht doch noch ein paar Ihrer Regeln?

Das nicht, aber ich kann versprechen, dass ich diese Regeln den Menschen bei meinem Vortrag sehr unterhaltsam vermitteln werde. Was ich mache, ist Comedy mit Mehrwert, Comedy mit Nährwert. Die Menschen werden den ganzen Abend lachen. Und wer lacht, isst in dem Moment nicht.

Weitere Informationen

Tickets für den Vortrag von Patric Heizmann am Donnerstag, 20. September, 19.30 Uhr (Einlass ab 18.30 Uhr), in der Angerhalle in Möhringen gibt es bei der Veranstaltungsagentur Sprecherhaus, online unter: www.sprecherhaus-shop.de, per E-Mail an: info@sprecherhaus.de, telefonisch unter 02561 / 69565 170 oder an der Abendkasse. Die Karten kosten 55 Euro, Abonnenten unserer Zeitung zahlen 49 Euro. Am Vortragsabend ist ein Büchertisch geboten. Getränke genießen Sie zu kleinen Preisen bei unserem Gastroteam. (sz)

Für die 58-jährige Sozia kommt jede Hilfe zu spät

Schwerer Motorrad-Unfall auf der Bundesstraße 523 bei Tuningen

TUNINGEN / SCHWENNINGEN (cos/sbo) – Das Spätsommerwetter hat am Sonntag zahlreiche Motorradfahrer auf die Straßen gelockt. Für die Sozia des Fahrers einer Maschine endete die Fahrt am Sonntagabend jedoch tödlich.

Der Unfall passierte am Sonntagabend gegen 19 Uhr auf der B523 zwischen Tuningen und VS-Schwenningen. Der Motorradfahrer war laut Polizei in Richtung VS-Schwenningen unterwegs, als er aus ungeklärter Ursache offenbar die Warnbaken einer kurz nach der Autobahnauffahrt bei Tuningen eingerichteten Baustelle übersehen habe. Er sei mit diesen kollidiert und in die Leitplanke ge-

prallt. Der 58-jährige Motorradfahrer aus dem Schwarzwald-Baar-Kreis wurde schwer verletzt ins Klinikum gebracht, seine ebenfalls 58-jährige Ehefrau, die Mitfahrerin, starb noch an der Unfallstelle.

Mehrstündige Vollsperrung zur Rettung und Unfallaufnahme

Diese Bundesstraße wurde über Stunden voll gesperrt, um die Opfer zu bergen, die Unfallspuren zu sichern und das Trümmerfeld zu beseitigen. Auch ein Rettungshubschrauber kam zum Einsatz. Eine Warnbake, die bei dem Unfall umgefallen ist, beschädigte zudem ein nachfolgendes Auto.



Tödlich endete am Sonntagabend ein Motorradunfall auf der Bundesstraße 523 bei Tuningen. FOTO: SPITZ

Kunststiftung besichtigt restaurierten Schwarzwaldhof

Liefersberger Hof bei Kirnbach bietet so manche Kuriosität

HAUSEN O. V. (pm) – Die Kunststiftung Hohenkarpfen hat einen Schwarzwaldhof aus dem 16. Jahrhundert besichtigt: Die diesjährige Landpartie führte zahlreiche interessierte Mitglieder zu einem der großen und sorgfältig restaurierten Schwarzwaldhöfe – den hinteren Liefersberger Hof, gelegen auf dem hohen Wald bei Kirnbach.

Der heutige Besitzer und Bewohner, Architekt und Kunsthistoriker Hardy Happle, führte in die Bau- und Restaurierungsgeschichte dieses einzigartigen baukulturellen Erbes der Schwarzwald-Architektur ein. 2007 hat er den ziemlich baufälligen Hof auf dem Moosenmättle gekauft, um in den kommenden Jahren mit rund 60 Handwerkern die histori-

sche Bausubstanz „behutsam, sorgfältig und nachhaltig zu restaurieren“, so eine Pressemitteilung.

Happles Spezialisierung als „Kulturlandschafts-Aktivist“, Bauforscher und Architekt mache ihn und sein neunköpfiges Team bis heute „zum gefragten Berater in Sachen historischer Bauten“, speziell aber zum Thema der Schwarzwälder Eindhöfe.

Die Geschichte des Hofes birgt manche Kuriosität: 1601 in einer unwegsamen Höhenlage erbaut und dem rauen Klima des Schwarzwalds ausgesetzt, fanden die damaligen Erbauer an diesem Standort Vorteile – wasserreiche Quellen und relativ flache Äcker machten eine Bewirtschaftung attraktiv. So konnte neben dem Ackerbau auch die Klein- und Großviehhaltung vornehmlich zur Selbstversorgung genutzt werden.

Bei den Aufräumarbeiten stieß Happle auf ungewöhnliche Fundstücke: fünf noch original verpackte Kachelöfen. Die Bauersleute, so vermutete Happle, hätten damals ihr sprüchliches Einkommen wohl als Schmug-

gelhilfen aufgepöppelt. Ein Umstand, der durch die geografische Lage begünstigt wurde; so lag der Hof damals direkt an der Grenze zu Württemberg und dem späteren Baden.

Beim Rundgang erläuterte Happle, dass sich die Bauweise der Eindhöfe sehr ähnele. Man benutzte die Materialien der Region: Stein, Holz, Stroh und Schilf. Auch die Anordnung von Wohn- und Schlafräumen und einer Rauchküche seien typisch für die Höfe des Kinzigtales.

Weitere ortstypische architektonische Elemente seien das ausgelagerte Back-Brau und Waschhaus, das seit mindestens 200 Jahren steht. Aktuell wird hier tatsächlich noch Gebäcke, gemostet und Apfelsaft produziert. Auf der Bühne konnten die Gäste die imposante Dachkonstruktion bestaunen. Höhepunkt und Abschluss der Sanierung bildete das originalgetreu nachgebaute Holzdach aus handgespaltenen Schindeln. Ihren Abschluss fand die Landpartie in einem von den Kirnbacher Landfrauen gerichteten Vesper.



Die Mitglieder der Kunststiftung in der Küche des restaurierten Schwarzwaldhofs. FOTO: ALEXANDER DODERER

600-Euro-Spende für Verein Phönix

TUTTLINGEN (pm) – Vom Nendinger Flohmarkt gibt es eine Spende über 600 Euro an den Tuttlinger Verein „Phönix“ – Gemeinsam gegen sexuellen Missbrauch Tuttlingen.

Frank Meixner, Organisator des Nendinger Flohmarkts, hat die Spende übergeben. Sie ist ein Teil aus dem Erlös der Standgebühren des Flohmarkts, der am 21. Juli stattgefunden hat.

Sandra Kienzle, Vorsitzende von Phönix, bedankte sich im Namen des ganzen Phönix-Teams und sagte, eine sinnvolle Verwendung der Spende zu, heißt es in einer Pressemitteilung.

Möhringen kurz

Ev. Kirchengemeinde

Die evangelische Kirchengemeinde lädt am Dienstag, 18. September, um 14.30 Uhr zum nächsten Seniorenabend in der Kreuzkirche ein: Winfried Vogel trägt Heiteres und Besinnliches aus der Feder des großen Humoristen Eugen Roth vor. Wie immer sorgt das Seniorenteam für die Bewirtung mit Kaffee und Kuchen.



Kurz berichtet

IBB Tuttlingen

Die Informations-, Beratungs- und Beschwerdestelle für Menschen mit psychischen Erkrankungen und deren Angehörigen trifft sich am Mittwoch, 12. September, in der Gartenstraße 22. Sprechzeit ist von 15 bis 17 Uhr. Telefon 07461 / 150 91 80 AB oder E-Mail an team@ibb-tut.de.