

MELDUNGEN

Bis 30. September ist
Schonzeit in der Natur

VIERSEN (kai) Alle Jahre wieder zu Beginn des Frühlings erinnert der BUND Viersen an die alljährliche Schonzeit für wildlebende Vogelarten und Kleintiere. Bis zum 30. September sind in der Landschaft, aber auch in unseren Gärten und Parks – geregelt im Paragraf 39 Bundesnaturschutzgesetz und im Paragraf 64 Landschaftsgesetz NRW – jegliche Baumsägearbeiten, Rodungen und Hecken- und Gebüsch-Schnitte verboten. Nur so ist gewährleistet, dass unsere wildlebenden Vogelarten und Kleintiere in Ruhe ihre Nester bauen, brüten und ihren Nachwuchs aufziehen können. Weitere Informationen gibt es bei Horst Meister, BUND Stadt und Kreis Viersen, Rufnummer 02162 33737 sowie horst.meister@bund.net.

Beim Rückwärtsfahren:
63-Jähriger verletzt

VIERSEN (jon) Ein 63-Jähriger ist am Samstag bei einem Unfall in Viersen schwer verletzt worden. Nach Auskunft der Polizei beabsichtigte eine 66-Jährige gegen 15.15 Uhr in Dülken auf dem Netter Kirchweg, ihren Pkw rückwärts in eine freie Parklücke zu fahren. Ihr 63-jähriger Beifahrer stieg aus und stellte sich hinter den Wagen, um die Fahrzeugführer einzuleiten. Beim Zurücksetzen gab die Frau jedoch zu viel Gas und erfasste den Begleiter, der zwischen zwei Autos eingeklemmt wurde. Das Opfer wurde schwer verletzt ins Dülkener Krankenhaus eingeliefert, wo der 63-Jährige stationär behandelt werden muss.

Zehntägige Reise
nach Ostpreußen

VIERSEN (kai) Die Kreisgemeinschaft Tilsit-Ragnit bietet auch 2015 wieder eine zehntägige Reise nach Ostpreußen an, die zuerst Schiffsreise über die Ostsee nach Memel führt. Es geht weiter in das Königsberger Gebiet unter anderem nach Tilsit, auf die Kurische Nehrung und nach Danzig. Die Fahrt beginnt am 16. Juli vom Rheydt Bahnhof zur Einschiffung nach Kiel. Nach Ankunft in Memel gibt's eine Führung durch die Stadt. Weitergeht die Tour über Heydekrug und über die Königin-Luise-Brücke nach Tilsit. Am nächsten Tag steht Nidden auf dem Programm. Nach drei Übernachtungen geht's zur Vogelwarte Rossitten und nach Königsberg. Über Frauenburg am Frischen Haff führt die Route nach Danzig und Stettin. Info Heiner Coenen, Ruf 02462 30870.

„Knapp am Krieg vorbeigeratscht“

Winfried Nachtwei zum Thema „Kriegsverhütung - Friedensförderung“

SÜCHTELN (tre) „Krieg ist keine Lösung“, die Aussage von Winfried Nachtwei fand breite Zustimmung bei den rund 60 Besuchern des traditionellen Aschermittwochforums im kleinen Saal des Süchtelner Josefshauses. Wie auch in den Vorjahren hatte der Sachausschuss Mission-Entwicklung-Frieden (MEF) des GdG Rates St. Clemens in Kooperation mit dem katholischen Forum Krefeld-Viersen zu dem Forum eingeladen, das diesmal allerdings in der Woche nach Aschermittwoch stattfand. „Wir mussten den Termin verschieben, da unser Referent erst jetzt aktuell von einer Afghanistan-Reise zurückgekommen ist“, erklärte Gisela Schmitz vom Sachausschuss MEF die Terminverlegung.

Dank der Verschiebung konnte mit Nachtwei ein hochkarätiger Referent zum Thema „Kriegsverhütung - Friedensförderung“ begrüßt werden. Der Münsteraner war von 1994 bis 2009 Mitglied des Bundestages (Grüne) und in dieser Funktion dem Verteidigungsausschuss zugeordnet. Heute ist Nachtwei Mitglied des Beirates für zivile Kriegsprävention beim Auswärtigen Amt und für Innere Führung beim Verteidigungsministerium. „Ich habe an 70 Einsatzentscheidungen in 13 verschiedenen Regionen teilge-

Ziel: Fit bleiben bis ins hohe Alter

Zum Auftakt der Aktion „Fit in den Frühling“ von RP und NEW erläuterte der Viersener Sportmediziner Dr. Michael Fritz, wie eine Lebens- und Ernährungsumstellung den Jahren mehr Leben bringen kann.

VON BIRGITTA RONGE

VIERSEN Man kann sich ja vieles schönreden. Ich rauche, okay, aber den Krebs, den bekommen andere. Ich bin übergewichtig, stimmt, aber ich werde deswegen wohl nicht gleich an einer Herz-Kreislauf-Erkrankung sterben. So denken viele. Und das ist das Problem. Dr. Michael Fritz kennt dieses Schönreden genau. Er vergleicht das Wissen darum, was wir falsch machen, und die Unfähigkeit, daran etwas zu ändern, mit den letzten Stunden der Titanic: Man sieht die Spitze des Eisbergs, man weiß, dass man ungesund lebt – aber wie auf der Titanic kommt ein Kurswechsel nicht infrage. Und komme der Patient dann in seine Praxis, sei es oft zu spät, so Fritz. Die Ärzte könnten den Schaden nur noch verwalten. Er hat daher festgestellt: „Ein Kurswechsel zur rechten Zeit ist effektiver als die verzweifelte Rettung Schiffbrüchiger.“

So eindringlich schwor der Viersener Sportmediziner die diesjährigen „Fit in den Frühling“-Teilnehmer beim Auftakt in der Generatorenhalle auf die Aktion ein. Seine Motivation, immer wieder mit Projekten wie „Fit in den Frühling“ Menschen zum Sport zu bringen, sei „die pure Verzweiflung eines Kassenarztes, der zu spät kommt. Also habe ich mir gedacht: Gehst du raus und schnappst dir die Leute draußen, solange noch was zu retten ist.“

Die Rettung liegt in einer dauerhaften Lebens- und Ernährungsumstellung. Mit einer gesunden, ausgewogenen Ernährung und ei-



Eindringlich schwor der Viersener Sportmediziner Dr. Michael Fritz die diesjährigen „Fit in den Frühling“-Teilnehmer beim Auftakt in der Viersener Generatorenhalle auf die Aktion ein: Sie erhalten zwölf Wochen lang von Experten wichtige Tipps über ausgewogene Ernährung und die jeweils richtige Sportart. RP-FOTO: BUSCH

ner individuell angepassten sportlichen Betätigung will Fritz dabei helfen, dass möglichst viele Menschen möglichst lange fit bleiben. Für den Slogan „Turne bis zur Urne“ erhielt Fritz zwar einige Lacher, doch das Thema ist ernst. Schließlich entstünden viele Krankheiten durch ein Missverhältnis von Bewegung und Ernährung, wie der Mediziner erläuterte: „Aus den Höhlen der Steinzeit musste sich der Mensch viel bewegen, um kalorienarme Mahlzeiten zu bekommen. Heute

sieht das anders aus: Wir müssen uns kaum noch bewegen, um zu kalorienreichen Mahlzeiten zu kommen – obwohl sich unsere Gene kaum verändert haben.“

Hier setzt die Aktion „Fit in den Frühling“ von NEW Viersen und Rheinischer Post an. Die Teilnehmer erfahren in zwölf Wochen, worauf sie bei der Zusammenstellung einer gesunden, ausgewogenen Ernährung achten müssen, und lernen in Gruppen unter der Anleitung von Fachleuten eine Sportart ken-

nen, die sie auch nach dem Ende der Aktion alleine oder mit anderen weiterführen können. Drei Gruppen gibt es. Die Laufgruppe wird begleitet von Trainerin Friederike Boeken, die Nordic-Walking-Gruppe von Jürgen Houf, die Aquajogging-Gruppe von Franzis Thissen. Diese Sportarten seien ideal, so Fritz, denn alle drei Sportarten schulten Ausdauer, Schnelligkeit, Koordination, Kraft und Flexibilität – alles Dinge, die der Mensch braucht, um lange fit zu bleiben.

Fritz erläuterte auch, wie wichtig es sei, dass jeder nach seinem persönlichen Vermögen trainiere. Daher nutzen die Teilnehmer von „Fit in den Frühling“ Pulsuhren mit Brustgurt, die die Herzfrequenz messen. So kann es sein, dass ein Läufer anfangs nur stramm geht und dabei schon Belastung spürt. Irgendwann wird auch er anfangen zu laufen. Fritz riet den Teilnehmern, es langsam angehen zu lassen, sich nicht zu überfordern und Geduld haben – mit sich selbst und mit den anderen.

Bürgerverein veranstaltet
Frühjahrsputz in Boisheim

BOISHEIM (flo) In den Jahren 1994 und 1996 war der Bürgerverein von Boisheim Vorreiter des Frühjahrsputzes in der Stadt Viersen, ab 1998 wurde dann bis 2013 jährlich mit Unterstützung der Rheinischen Post und des jeweiligen Entsorgungunternehmens der an den Straßen liegende Müll in ganz Viersen von vielen Helfern eingesammelt. Im vergangenen Jahr fiel die gemeinsame Aktion aus, doch in diesem Jahr will der Bürgerverein wieder die Wege und Straßen säu-

bern. Zu der Aktion treffen sich alle Helfer – Mitglieder des Bürgervereins, Schüler der Grundschule, Jäger und hoffentlich noch viele andere – am Samstag, 7. März, um 9.30 Uhr an der Erich-Kästner-Grundschule. Dort werden ihnen ihre Einsatzbezirke zugeteilt. Der gesammelte Müll wird an der Kapellenstraße in den dort von der EGN bereitgestellten Container verfrachtet, anschließend werden die Helfer dort am alten Gerätehaus mit einem Imbiss versorgt.

Frauenkabarett in Viersen:
„Best of“ aus 15 Jahren

VIERSEN (kai) Das Frauenkabarett Krefeld besucht Viersen: Am Freitag, 6. März, präsentieren Matta und Lisbet ein „Best of“ aus 15 Jahren. Der Auftritt in der Aula des Erasmus-von-Rotterdam-Gymnasiums, der Teil der Veranstaltungen zum Internationalen Frauentag 2015 ist, beginnt um 20 Uhr. Die beiden Krefelderinnen kommentieren aus ihren unterschiedlichen Lebensereignissen und Sichtweisen heraus viele Fragen des Lebens. In der Zusammenstellung von Höhe-

punkten aus ihren bisherigen Bühnenprogrammen geht es zum Beispiel um Männer, Schönheit, Idealgewicht, politische und gesellschaftliche Trends, Alltagskatastrophen, die Kirche und Bildung. Der Kartenvorverkauf für die Veranstaltung hat begonnen. Karten zum Preis von sieben Euro gibt es beim Katholischen Forum Krefeld-Viersen (Telefon 02162 17290) und bei der Gleichstellungsstelle der Stadt Viersen im Stadthaus (Telefon 02162 101226).

FDP in Viersen mit großem
Einsatz auf vielen Ebenen

VIERSEN (tre) „Wir kommen aus einer schwierigen Phase, aber wir haben wieder Tritt gefasst“, so das Resümee, das Dr. Frank a Campo beim Ortsparteitag der FDP ziehen konnte. Im dem abgelaufenen Jahr 2014 liegt, laut dem Vorsitzendem des FDP Ortsverbandes Viersen, ein arbeitsreiches und schwieriges, aber auch erfolgreiches Jahr hinter der Partei. Beim Rückblick hob Dr. a Campo hervor, dass man dem negativen Trend Paroli bieten konnte. Auch wenn die Partei mit 4,89 Prozent der Viersener Stimmen und den damit einhergehenden drei Ratsmandaten zwei Ratsitze weniger als vorher zu verzeichnen hatte, so gab es Wahlbezirke, in denen die lokalen Politiker die Wähler vom Wert der FDP überzeugen konnten.

Die Kosten für den Wahlkampf, der frühzeitig mit Gesprächen in den Fußgängerzonen und an den Wohnungstüren gestartet war, hielten sich im üblichen Rahmen. In diesem Zusammenhang lobte der Parteivorsitzende die kompetente und kluge Arbeit des langjährigen Schatzmeisters Karl-Anton Peters. Ihm sei es mitzuverdanken, dass man auch in diesem Jahr finanziell gut dastehen würde, lautete die Aussage von a Campo. Auch mit Parteiaustritten hatte die FDP im vergan-

genen Jahr zu kämpfen. Acht Austritte standen dabei drei Neumitgliedern gegenüber. Die kommunalen Themen wie der Floriansplatz in Süchteln, die Umgestaltung des Bahnhofvorplatzes, die Erhöhung der Hundesteuer – an Themen, die die FDP 2014 anging, mangelte es nicht, wobei vieles auch in diesem Jahr aktuell ist und die Partei weiter beschäftigen wird. Da Bildung der Schlüssel ist, Chancen im Leben zu ergreifen und die Zukunft der Gesellschaft in ihr liegt, gehört das Thema ständig zur FDP.

Der Parteichef erinnerte in diesem Zusammenhang auch an Erfolge, an denen die FDP mitgewirkt hatte. Die Liberalen arbeiten auf allen Ebenen mit, um der geforderten Inklusion ein Stückweit den benötigten finanziellen Rückhalt zu geben. Zudem setzt sich die Partei dafür ein, dass Migrantenkinder ohne Deutschkenntnisse nicht nur die Hauptschule, sondern auch die Realschule an der Josefskirche besuchen können. Aktuell beschäftigt das neue Leitbild der FDP die Viersener Partei. Dazu gibt es am 5. März eine parteiinterne Veranstaltung zum Thema „Die neue FDP – Leitbild und Ziele“. Als Referentin dazu konnte Gisela Piltz vom Bundesverband gewonnen werden.

NOTDIENSTE

MONTAG

Feuerwehr und Rettungsdienst: ☎ 112

Polizei: ☎ 110

Ärztlicher Notruf: Bundesweite Notrufnummer 116117 (kostenfreie Fax-Nummer für Sprach- und Hörgeschädigte: 0800 5895210).

Apotheken: Bebericher-Apotheke, Viersen, Bebericher Str., ☎ 02162 14033, Mo 9 - Di 9. Glocken-Apotheke, Nettelat-Hinsbeck, Hauptstr. 14, ☎ 02153 2561, Mo 9 - Di 9. Regenbogen-Apotheke, Brüggel, Borne Str. 28, ☎ 02163 5780352, Mo 9 - Di 9.

Ärzte: Notdienstpraxen Dülken und Lobberich, ☎ 0180 2112333, 6 ct/Anruf aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunkhöchstpreis 42 ct/Minute. Krankentransport, ☎ 02162 19222.

Zahnärzte: ☎ 01805986700.

Augen- und HNO-Ärzte: ☎ 0180 5044100, auch in den Fachpraxen zu erfahren.

Ihr Kontakt zu uns:

Leserservice
(Abonnement, Urlaubs- und Zustellservice)
Tel.: 0800 32 32 333 (kostenlos)
Online: www.rp-online.de/abo
E-Mail: leserservice@rheinische-post.de

Anzeigen- und Mediaservice
Tel.: 0800 211 50 50 (kostenlos)
Online: www.rp-online.de/anzeigen
E-Mail: medienberatung@rheinische-post.de

Lokal-Redaktion Viersen
Tel.: 02162 934322
E-Mail: redaktion.viersen@rheinische-post.de

ServicePunkt
Thomas Cook Reisebüro,
Hauptstraße 29, 41747 Viersen

Zentral-Redaktion
Tel.: 0211 505-2880
E-Mail: redaktionssekretariat@rheinische-post.de

RHEINISCHE POST

Redaktion Viersen:
Rathausgasse 3, 41747 Viersen; Redaktionsleitung: Joachim Nielsen; Vertretung: Birgitte Ronge; Sport: Karsten Kellermann.

Für unverlangte Einsendungen wird keine Gewähr übernommen. Es gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Die Abonnementgebühren sind im Voraus fällig. Abonnementkündigungen werden nur schriftlich beim Verlag oder einem Service Punkt mit einer Frist von 6 Wochen zum Quartalsende entgegengenommen. Freitags mit prima - Wochenendmagazin zur Zeitung. Zur Herstellung der Rheinischen Post wird Recycling-Papier verwendet.



Winfried Nachtwei beim Aschermittwochforum in Süchteln.

RP-FOTO: BUSCH

nommen. Ich war politisch für diese Einsätze mitverantwortlich“, startete Nachtwei seinen Vortrag. In Laufe seines Referats, das er mit zahlreichen Fotos untermalte, verdeutlichte der Experte, dass sich der Frieden bereits des öfteren auf einem Pulverfass befunden hat. So nannte er zum Beispiel das Jahr 1987, als Raketen in Alarmbereitschaft versetzt wurden. „Die Klarsicht einiger Menschen ist es zu verdanken, dass nicht weitergemacht wurde. Wir sind an einem Krieg knapp vorbeigeratscht“, bemerkte Nachtwei. Er hob hervor, dass Friedensprozesse auf der gesellschaftlichen Ebene

Förderung erfahren müssen. Neue Instrumente der zivilen Friedensförderung waren sein Stichwort. „Dazu zählt auch Bosnien. Dort ging 2012 der längste Auslandseinsatz der Bundeswehr zu Ende. Der Auftrag Kriegsverhütung war erfüllt worden und das gewaltfrei ohne Kampf“, sagte Nachtwei. Angesichts der Auseinandersetzungen in der Ukraine, in Syrien, dem Irak und Afrika mahnte der Experte an, Lehren aus den bisherigen Krisenengagements zu ziehen. Alles in allem ein Thema, dessen Folgen mit Blick auf die Flüchtlingsproblematik auch im Kreis Viersen spürbar sind.