

## Zwei Fahrer schwer verletzt

**Bad Rippoldsau-Schapbach.** Zwei schwer verletzte Autofahrer und Sachschaden in Höhe rund 12.000 Euro sind die Bilanz eines Unfalls am Dienstag gegen 16.40 Uhr auf der Landesstraße 404. Ein 46-jähriger Autofahrer war mit seinem Opel Frontera von Zwieselsberg in Richtung Bad Rippoldsau unterwegs, als er im Bereich einer Rechtskurve auf der abschüssigen Straße, vermutlich infolge Glätte, auf die Gegenfahrbahn geriet und frontal mit einem entgegenkommenden Auto zusammenstieß. Der 37-jährige Fahrer im Ford Kombi sowie der Unfallverursacher wurden mit dem Rettungswagen ins Krankenhaus gebracht. Zur Rettung der Verunglückten war die Freiwillige Feuerwehr Bad Rippoldsau-Schapbach mit 17 Mann und drei Fahrzeugen an der Unglücksstelle. Bis zur Räumung der Unfallstelle wurde die Absicherung sowie eine örtliche Umleitung durch Beamte des Polizeireviere Freudenstadt vorgenommen. Beamte der Verkehrspolizeidirektion Zimmern ob Rottweil übernahmen die weiteren Ermittlungen zur Unfallursache. Verkehrsteilnehmer, die Zeugen des Unfalls geworden sind, werden um Mitteilung an die Verkehrspolizei, 07 41/34 87 90, gebeten.

## Etwas anderer Gottesdienst

**Schopfloch.** Unter dem Thema „Mach was aus deinem Leben!“ findet am Sonntag, 17. Januar, ab 18 Uhr „Go-In – der etwas andere Gottesdienst“ im Bezirkszentrum der Liebenzeller Gemeinschaft, Kirchsteige 20, in Schopfloch statt. Klaus Ehrenfeuchter, 53 Jahre alt, verheiratet, fünf Kinder, spricht zu diesem aktuellen Thema. In seinem Vortrag will er die Besucher herausfordern, ihr Leben zu überdenken und neue Prioritäten zu setzen, um möglichst Sinnvolles und Bleibendes im eigenen Leben zu machen. Nach seiner Schreinerlehre hat Ehrenfeuchter ein Theologiestudium an der Internationalen Hochschule in Bad Liebenzell absolviert. Er war 22 Jahre als Gemeinschaftspastor an verschiedenen Orten in Deutschland eingesetzt. Heute ist er Leiter für Gemeinschafts-/Gemeindearbeit im Liebenzeller Gemeinschaftsverband. Großen Anklang findet dieser Gottesdienst in zeitgemäßer Form bei zahlreichen Besuchern unterschiedlichen Alters aus Schopfloch und den umliegenden Orten. Monatlich wird ein gesellschaftsrelevantes und lebensnahes Thema unserer Zeit behandelt. Mit Musik, kreativen Einlagen und einer Ansprache aufeinander abgestimmt wird dieser Gottesdienst von mehreren Teams gestaltet. Bei „Go-In“ steht der Referent Rede und Antwort. Die Besucher werden ernst genommen und haben die Gelegenheit, ihre Fragen und Anliegen nach der Ansprache über Fragezettel vorzubringen. Der Referent nimmt dazu Stellung. Für Kinder von drei bis zwölf Jahren wird parallel ein eigenes Programm angeboten. Für Kleinkinder steht ein Eltern-Kind-Raum zur Verfügung. Im Anschluss an die Veranstaltung ist bei Imbiss und Getränken Zeit zum Gespräch.

## Seminar für Unternehmer

**Kreis Freudenstadt/Wiesentetten.** Zu einer Vortragsveranstaltung mit dem Thema: „Wenn kein Wind geht: Rudern!“ laden die Landwirtschaftsämter der Kreise Freudenstadt, Rottweil, Tübingen und Zollernalb am Donnerstag, 21. Januar, ab 19.30 Uhr ins Dorfgemeinschaftshaus in Wiesentetten (Hauptstraße 6) ein. Boris Katic, Sprecher der Geschäftsführung von Fischer Befestigungssystem, wird in seinem Vortrag den Ansatz der japanischen Kaizen-Philosophie erläutern. Dahinter verbirgt sich das stete Streben nach Verbesserung wie beispielsweise einer immer effizienteren Gestaltung von Arbeitsabläufen. Denn weder ein Weltkonzern noch ein kleines Familienunternehmen kann sich Verschwendung leisten. Eine Anmeldung unter: anmeldung-lwa@landkreis-freudenstadt.de, Kennwort: „fischer“ oder telefonisch unter 0 74 51/9 07 54 01 ist erwünscht. Die Teilnahmekosten betragen fünf Euro.

# Burnout-Initiative im Ministerium

Gesundheit: Limberg und Fuchtel trafen sich mit Staatssekretärin Fischbach

**Die gemeinnützige Initiative Burnout Nordschwarzwald (IBO) macht auch in Berlin von sich reden. Mit Interesse beobachtet Bundesgesundheitsminister Hermann Gröhe die Aktivitäten des Vereins. Jetzt ließ sich die Parlamentarische Staatssekretärin Ingrid Fischbach vom Vorsitzenden Dr. Günther Limberg ausführlich informieren. Den Kontakt ins Ministerium hatte Initiator Hans-Joachim Fuchtel vermittelt.**

**Kreis Freudenstadt / Berlin.** „Die IBO-Pflanze gedeiht“, stellt der Parlamentarische Staatssekretär denn auch zufrieden fest. Der hiesige Bundestagsabgeordnete hat den Anstoß für den Verein gegeben. „Das Interesse in Fachkreisen ist außergewöhnlich groß, jetzt können wir die nächste Stufe starten.“ Auch Limberg ist überzeugt: „Diese Initiative des CDU-Politikers Hans-Joachim Fuchtel fiel auf fruchtbaren Boden. Das haben wir bei unseren Kontakten sofort bemerkt.“

„Da muss natürlich auch eine Tabuzone durchbrochen werden, damit man überhaupt drüber reden kann.“

IBO-Vorsitzender Dr. Günther Limberg

Weder Ärzteschaft noch Politik könnten die Problematik zunehmender Burnout-Erkrankungen in unserer Gesellschaft alleine lösen, so der Vorsitzende. „Dazu braucht es Kristallisierungskerne“, ist Limberg überzeugt. „um etwas ins Laufen zu bringen.“ Deshalb hätten die IBO-Akteure die Notwendigkeit gesehen, dass Betroffene und Hilfsmöglichkeiten zu einander finden. „Da muss natürlich auch eine Tabuzone durchbrochen werden“, machte der Arzt in Berlin

deutlich, „damit man überhaupt drüber reden kann.“

Hans-Joachim Fuchtel habe zur richtigen Zeit die Initiative ergriffen. Denn es zeichne sich immer häufiger ab, „wie groß der Bedarf ist.“ Er bringe sich gerne in die Initiative ein, sagte der Vorsitzende, denn „wir dürfen von der Politik nicht nur erwarten, sondern müssen zusammen mit den Sozialpartnern hier unsere Verantwortung erkennen und Konsequenzen daraus ziehen.“

Die Arbeit der IBO läuft auf zwei Ebenen ab: Zum einen gibt es regelmäßige Informationstreffen mit Fachvorträgen und Gesprächen in kleinen Gruppen für Betroffene und ihre Angehörigen. Zum anderen wird es Fachforen mit Ärzten, Therapeuten, Arbeitgebern, Vorgesetzten, Betriebsräten und Vertretern öffentlicher Einrichtungen geben. Das erste große IBO-Fachforum wurde nach gründlicher Vorbereitung auf Mittwoch, 8. Juni 2016, um 15 Uhr in den Pforzheimer Räumen der Industriekammer Nord-schwarzwald

terminiert. Außerdem gibt es zusätzliche Hilfsangebote mit Infos über Therapeuten im Internet unter: www.burnout-ibo.de

In der Bundeshauptstadt erhielt Limberg in Begleitung von Diplom-Kaufmann Frank Reichert auch die Gelegenheit, die Staatssekretärin einen innovativen Ansatz zur personalisierten Prävention vorzustellen. Das Programm dazu, mit dessen Hilfe Gesundheitsberichte und individuelle Präventionsempfehlungen erarbeitet werden,



Im Gesundheitsministerium in Berlin sprachen (von links) Dr. Günther Limberg, die Parlamentarische Staatssekretärin Ingrid Fischbach, der Parlamentarische Staatssekretär Hans-Joachim Fuchtel und Frank Reichert über die Initiative Burnout (IBO) Nordschwarzwald. Privatbild

einer medizinischen Informatiker entwickelt. Allgemeine Appelle, Bewertungen und Empfehlungen gingen dem Internisten und Diabetologen, der sich auch auf Kardiologie und Gastroenterologie spezialisiert hat, nicht weit genug. Er sieht in der persönlichen Gesundheitsförderung den Schlüssel zum Erfolg.

Deshalb hat er einen persönlichen

Fragebogen für die Patienten entwickelt, mit dem zunächst aktuelle Parameter und Zielvereinbarungen dokumentiert werden, um daraus das aktuelle Risiko und mögliche Risikoreduktionen zu berechnen. Am Ende stehen persönliche Präventionsimpulse mit Erfolgskontrolle. Über zehn Jahre hat er sein Projekt „Vital-Bilanz“ mit Patienten mittleren Alters bereits getestet.

### Infotreff für Betroffene – Fachforen für Verantwortliche

**Der IBO-Infotreff** für Betroffene von Burnout und deren Angehörige finden einmal monatlich mittwochs oder freitags um 19.30 Uhr an verschiedenen Orten in der Region statt. Für 2016 sind unter anderem Termine in Freudenstadt, Horb, Nagold, Pforzheim und

Langensteinbach festgelegt. **Das IBO-Fachforum** dient dem Informationsaustausch von Verantwortlichen, die sich mit Burnout aus beruflichen Gründen beschäftigen. Das erste Fachforum findet am Mittwoch, 8. Juni, um 15 Uhr bei der Indust-

rie- und Handelskammer (IHK) Nordschwarzwald in Pforzheim statt. **Darüber hinaus** wird es konkrete Seminar- und Schulungsangebote für Unternehmen geben.

**Weitere Infos** zur IBO im Internet unter: www.burnout-ibo.de.

## Gute Vorsätze: Experten geben Durchhalte-Tipps

**Kreis Freudenstadt.** Egal ob in Freudenstadt oder anderswo: Das neue Jahr beginnt für viele mit guten Vorsätzen. Jeder dritte Deutsche will jetzt ein paar Kilo loswerden. Rund 60 Prozent wollen mehr Sport treiben. Das ergab eine repräsentative Forsa-Befragung im Auftrag der DAK-Gesundheit. Damit der gesunde Start 2016 für die Freudenstädter auch wirklich klappt, bietet die DAK-Gesundheit am 15. Januar eine

Telefon-Hotline an. Von 8 bis 20 Uhr bekommen Interessierte individuelle Tipps von den DAK-Ärzten. Das Serviceangebot unter der kostenlosen Rufnummer 0800/1 11 18 41 können Kunden aller Krankenkassen nutzen. Blutdialysen, wie sie oft nach den Festtagen gestartet werden, enden meist mit dem Jojo-Effekt. „Hier wird leider kein Fettgewebe reduziert“, erklärt Jörg Gericke von der DAK-Gesundheit Freuden-

stadt. „Der Gewichtsverlust auf der Waage entsteht durch Wasserverlust oder dem Abbau von Muskelweiß.“ Die türkische Folge: Das lästige Fett wird durch die rasch reduzierte Essenszufuhr als Energiereserve für schlechte Zeiten aufgespart und das Gewicht steigt wieder an. Richtig Abnehmen kann aber nur, wer dauerhaft seinem Körper weniger Kalorien zuführt als er verbrennt. Eine sinnvolle Änderung der Ess-

und Trinkgewohnheiten sowie ausreichend Bewegung sind deshalb das A und O für erfolgreiches Abnehmen. Doch welche Ernährung ist individuell die richtige? Was muss bei Vorerkrankungen beachtet werden? Bei welchen Sportarten sollte man vorsichtig sein? Welche Strategien helfen effektiv, um langfristig am Ball zu bleiben? Diese und andere Fragen beantworten die Experten der DAK-Gesundheit am 15. Januar.

## Optimales Umfeld

Fielmann stiftet „Luftikus“ zehn Bäume

**Der Optiker Fielmann stiftete dem Kinderhaus „Luftikus“ in Baiersbronn zehn hochstämmige Bäume, darunter eine grobe Winterlinde mit einem Stammumfang zwischen 40 und 45 Zentimetern für die Gestaltung des Außenbereichs.**

**Baiersbronn.** Mitte November hatten der Vorsitzende des Trägervereins, Dr. Markus Stiletto, und Ralf Schweighöfer, Fielmann-Regionalleiter Baden-Württemberg Süd, zum symbolischen Spatenstich angesetzt. „Wir pflanzen Bäume nicht für uns, wir pflanzen Bäume für nachkommende Generationen. Und so hoffe ich, dass noch viele Kinder an diesem Grün Freude haben werden“, betonte Schweighöfer. Das Kinderhaus Luftikus ist eine Einrichtung,

die beatmeten, intensivpflegebedürftigen Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit gibt, in einem familiären Umfeld außerhalb der Klinik zu leben und optimal gefördert zu werden. Dafür wurde in Baiersbronn eine alte Skifabrik bis zum Sommer des Jahres um- und teilweise neugebaut. Das Gelände ist aufgrund der ursprünglich industriellen Nutzung größtenteils versiegelt. Es soll so weit als möglich renaturiert und barrierefrei gestaltet werden.

Wie in Baiersbronn engagiert sich Fielmann bereits seit Jahrzehnten im Umweltschutz und Naturschutz. Das Unternehmen pflanzt für jeden Mitarbeiter jedes Jahr einen Baum, bis heute mehr als eine Million. Regionalleiter Ralf Schweighöfer erklärt: „Der Baum ist Symbol des Lebens, Naturschutz eine Investition in die Zukunft.“



Ein optimales Umfeld für intensiv betreute Kinder: Fielmann stiftete dem Kinderhaus Luftikus in Baiersbronn zehn Bäume. Privatbild

## Kotting-Uhl kommt

Thema: „Bedroht uns Fessenheim?“

**Sylvia Kotting-Uhl, Bundestagsabgeordnete und atompolitische Sprecherin der Fraktion Bündnis 90/Die Grünen, ist am Montag, 18. Januar, ab 19.30 Uhr zu Gast im Hotel „Schwanen“ in Freudenstadt, Forststraße 6.**

**Freudenstadt.** Sylvia Kotting-Uhl steht dem Landtagskandidaten der Grünen des Wahlkreises Freudenstadt, Wolf Hoffmann, und interessierten Bürgerinnen und Bürgern kompetent Rede und Antwort zu den Themen Reaktorsicherheit, Endlager, nichtionisierende Strahlung (Elektromog) sowie Energieforschung.

Das Thema des Abends: „Bedroht uns Fessenheim?“ Das Atomkraftwerk, das die Bevölkerung Baden-Württembergs am stärksten bedroht, ist nicht Philippsburg oder Neckarwestheim, sondern Fessenheim. Ob veraltete Auslegung, Standort im Erdbebenrisikogebiet oder Überschwemmungsgefährdung der Anlage: Fessenheim hat gravierende Sicherheitsdefizite und ist besonders gefährlich.

„Es gibt triftige Gründe, Fessenheim lieber heute als morgen abzuschalten“, fordern die Grünen. „Die Bundesregierung muss die französische Regierung an die Zusage von Präsident Hollande erinnern, dass das älteste französische



Sylvia Kotting-Uhl, Bundestagsabgeordnete und atompolitische Sprecherin der Fraktion Bündnis 90/Die Grünen Privatbild

AKW spätestens 2016 endgültig abgeschaltet wird. Die Bundeskanzlerin muss sich endlich der Risiken annehmen, die von grenznahen Atomkraftwerken im Ausland ausgehen. Das bisher praktizierte Desinteresse gefährdet die Bevölkerung auf beiden Seiten des Rheins. Das Störfall-AKW Fessenheim gehört unverzüglich abgeschaltet.“

An diesem Abend gibt es Informationen aus erster Hand, gefolgt von einer offenen Diskussion. Der Kreisverband Freudenstadt Bündnis 90/Die Grünen lädt zu dieser Veranstaltung ein.

Wolf Hoffmann, Landtagskandidat der Grünen des Wahlkreises Freudenstadt Privatbild



## Sperrungen wegen Umzug

**Salzstetten.** Die Narrenzunft Salzstetten veranstaltet am Sonntag, 17. Januar, ab 13/13.30 Uhr wieder ihren traditionellen Straßenumzug in Salzstetten. In diesem Jahr handelt es sich wieder um einen großen Umzug mit vielen Teilnehmern und Gruppen aus nah und fern (rund 1500 Hästräger werden erwartet). Durch diesen Umzug kommt es zu Verkehrsbehinderungen. Der Umzug stellt sich im Gewerbegebiet „Ländle“ auf. Der Marschweg geht über die Freudenstädter Straße, in die Horber Straße zur Hauptstraße bis zum Gemeindehaus. Der überörtliche Verkehr wird durch entsprechende Verkehrszeichen umgeleitet. Wegen der Veranstaltung kann der aus Freudenstadt ansonsten in dieser Zeit ankommende Freizeitbus nicht bedienen. Hierauf weist die Ortschaftsverwaltung besonders hin. Die Hauptstraße bleibt an diesem Tag außerdem bis 20 Uhr aus Sicherheitsgründen komplett für den Verkehr gesperrt. Ferner wird darauf hingewiesen, dass bereits ab Donnerstag, 14. Januar, gegen 17 Uhr der Parkplatz am Rathaus für Aufbauten belegt wird und daher – auch während des Wochenendes – nicht zur Verfügung steht.

## „Jukebox“ im Schlössle

**Salzstetten.** Der Förderverein Salzstetter Schlössle startet mit musikalischer Schwung ins neue Jahr. Am Samstag, 23. Januar, tritt die beliebte Oldie-Band „Jukebox“ aus Baiersbronn wieder im Schlössle auf. „Jukebox“ wird wieder für eine ausgelassene Partystimmung sorgen mit Evergreens und Rock und Pop aus den 60ern und 70ern. Neben Hits der „Lords“, der „Beach Boys“ und der „Rolling Stones“ gehören auch deutsche Schlager zum breit gefächerten Repertoire der Band. Beginn ist um 20 Uhr, Einlass ab 19 Uhr. Der Eintritt kostet 12 Euro. Vorverkauf: H. Erath, Telefon 0 74 86/91 78, und E. Armbruster, Telefon 0 74 86/92 83.

## Lernort Bauernhof

**Kreis Freudenstadt.** Das Landratsamt Freudenstadt, Landwirtschaftsamt, und die Koordinationsstelle „Lernort Bauernhof“ des Landes Baden-Württemberg laden Landwirtinnen und Landwirte zu einer Fachexkursion mit einem gelenkten Erfahrungsaustausch am Mittwoch, 20. Januar, von 9.30 Uhr bis etwa 15.30 Uhr auf den Betrieb Bürkle, Im Dobel 1, Loßburg-Ursental, ein. Landwirtschaft durch eigenes Erleben zu begreifen, wird immer wichtiger und ist Ziel des landesweiten Projektes „Lernort Bauernhof“. Eingeladen sind sowohl aktive Landwirtinnen und Landwirte, die bereits mit Kindern und Jugendlichen auf ihren Betrieben arbeiten, als auch neu Interessierte, die künftig in diesem Bereich tätig werden möchten. Das Treffen soll Anregungen geben, voneinander zu lernen und die eigene Praxis beim Durchführen von Schulklassenbesuchen zu verbessern. Neben dem Einblick in die praktische Umsetzung von Unterrichtsprojekten auf dem Hof Bürkle werden mit der Referentin Kerstin Bullack die Module „Power beim Bauer“ zum Thema Technik und „Entdecker unterwegs“ zum methodischen Arbeiten mit Schülern auf dem Betrieb erarbeitet. Zudem stehen der gemeinsame Erfahrungsaustausch und aktuelle Fragen zum Lernort Bauernhof im Mittelpunkt. Darüber hinaus möchte der Landtschaftserhaltungsverband Kreis Freudenstadt abstimmen, wie die Wechselwirkung zwischen Landwirtschaft und Landschaftspflege über den Lernort Bauernhof vermittelt werden kann. Im Anschluss kann die zukünftige Aufstellung des Lernorts Bauernhof im Kreis Freudenstadt mit Vertretern des Kreisbauernverbands, des Kreislandfrauenverbands und des Landwirtschaftsamts des Landkreises Freudenstadt diskutiert werden. Die Fachexkursion ist kostenpflichtig. Der Teilnahmebeitrag beträgt 15 Euro (zuzüglich Verpflegung). Weitere Auskünfte, Programm und Anmeldung bis spätestens Montag, 18. Januar, unter: lernortbauernhof@lvb-bw.de oder bei Sabine Schnekenburger, Telefon 07 11/2 14 03 31.