



Das offizielle Magazin von Lions Clubs International – **We Serve**



Schönheitsideale
verändern sich.
Was bleibt, ist der
Druck, ihnen zu
entsprechen.

Bin ich schön?

28 | Europa-Forum 2007

Das 53. Europa-Forum der Lions
findet vom 18. bis 20. Oktober 2007
in Bukarest statt.

Manche fahren ihn nur deshalb nicht, weil sie ihn nie gefahren sind.

Die neue C-Klasse. Souveräne Agilität.

► Ein Mensch lässt sich nicht an einem Wesenszug festmachen. Bei der neuen C-Klasse ist es ebenso. Einerseits agil und sportlich, andererseits kultiviert und souverän. So viele verschiedene Eigen-

schaften vereint nur die neue C-Klasse. Nehmen Sie sich bei einer Probefahrt genügend Zeit, sie ganz in Ruhe auf sich wirken zu lassen. Denn Sie werden ein Auto wie kein zweites erleben.



Mercedes-Benz



Gefahrenpotenzial Schönheit erkennen

Liebe Lions, was ist schon Schönheit: Sie liegt im Auge des Betrachters, ihr jeweiliges Ideal verändert sich ständig und überhaupt ist Schönheit ziemlich vergänglich. Gestern hat eine Rose noch wunderschön geblüht, heute fallen die letzten Blütenblätter im ersten Herbststurm und übrig bleibt nur ein dorniger Stil.



Anne Katrin Peters
Chefredakteurin
DER Lion

Aber manche Dinge wirken immer schön, überall auf der Welt. Ein Kind das seine Mutter anlächelt, berührt den Zuschauer. Die Dankbarkeit in den Augen von Menschen, die bei einer Naturkatastrophe alles verloren haben, und nun Hilfe erhalten. Die Überwältigung im Blick von vormals Blinden, die nach einer Grauen Star-Operation, oder auch nur nach dem Erhalt einer passenden Brille, wieder sehen können. Sicherlich liegt auch hier die Schönheit im Auge des Betrachters – wer nicht offen ist, wird die Schönheit eines anderen nicht wahrnehmen.

Besonders schwierig wird es, wenn ein Mensch seine eigene Attraktivität nicht mehr wahrnehmen kann. Die Folge können Essstörungen sein, die für die Betroffenen eine quälende und auch gefährliche Sucht darstellen. Damit sind sie ein Thema auch für Lions: Zum einen befassen sich die Jugendprogramme mit jeder Form von Suchtprävention, zum anderen haben wir es durch unseren Auftritt in der Öffentlichkeit und durch unsere Rolle in der Gesellschaft in der Hand, das Schönheitsideal zu beeinflussen.

Besonders schöne Grüße von Ihrer

Anne Katrin Peters

Qualität macht
den Unterschied.



Tag- und Nachtwäsche können Sie von vielen Anbietern erwerben. Aber nur die Tag- und Nachtwäsche für Damen und Herren mit dem NOVILA-Etikett zeichnet sich durch hautschmeichelnde Stoffe, klassische Eleganz und perfekte handwerkliche Verarbeitung aus und gibt Ihnen das gute Gefühl, sich für Qualität entschieden zu haben: Träumen Sie mit uns!



Finest Day- & Nightwear
NOVILA
MILANO · PARIS · ZÜRICH

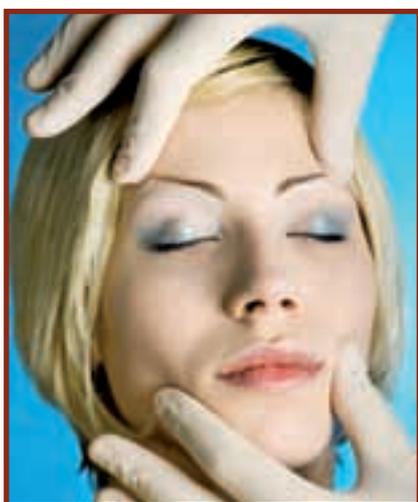
Gratiskatalog anfordern:

NOVILA GmbH & Co. KG
Freiburger Straße 15 · 79822 Titisee-Neustadt
Telefon +49 (0) 76 51-92 00-0
E-Mail info@novila.de · www.novila.de

TITELTHEMA



Seite 18 – Mal schlank und rank, mal dick und chic – Schönheitsideale als Spiegel der Gesellschaft.



Seite 22 – Dr. Johannes C. Bruck weiß, was schön macht.



Seite 24 – Wenn das Streben nach Schönheit krank macht: Ess-Störungen.

Rubriken

Editorial	03	Klartext	45
Hotline	05	Reporter	46
Kalender	07	Fotoreporter	50
Generalsekretariat	07	Personalien	78
Pinboard	09	Impressum	79

MD 111

Grußwort des International President	12
Grußwort des Governorratsvorsitzenden	13
LCIF macht das Leben leichter und sicherer	14
SightFirst II in Lateinamerika	15
Plüschiger Ritter gegen die Blindheit	16
Neuruppiner Leos sammeln Toner für SightFirst II	17

Titelthema

Schönheit im Wandel der Zeit	18
Der plastische Chirurg Dr. Johannes C. Bruck im Interview	22
Sucht nach Essen, Sucht nach Hunger	24
Gutes Aussehen als Wettbewerbsfaktor	26

International

53. Europa-Forum der Lions in Bukarest	28
Zwei Ärzte aus Holzminden leisteten aktive Hilfe in Benin	30
Jugendliche diskutierten mit dem LC Borken über Wissen	32
Freunde finden in Europa	33

Clubs

Damit das Engagement nicht zum Haftungsfall wird	34
Der LC Ludwigshafen feierte Jubiläum	36
Sehkraft verbessern mit Opening Eyes	38
Der LC Neckar-Alb Reutlingen lässt lesen	41
Lichtkick für Blinde beim LC Neumünster	42

Leo

Leo-Club Wurzen im Klettergarten mit Kinderheimkindern	44
Manege frei mit dem Leo-Club Mecklenburg-Schwerin	44

Beilagen in dieser Ausgabe

Gesamtbeilage	Walbusch Hawesko
---------------	---------------------



Sie blüht wieder: die Lions-Rose

Nicht nur die Lions-Rose wächst und gedeiht, mit einem Teil ihres Verkaufspreises trägt sie auch dazu bei, dass die Kinder im Friedensdorf Oberhausen wachsen und sich erholen können. Und das bisher erzielte Spendenaufkommen kann sich sehen lassen. Die letzte Herbst- und Frühjahrs-saison hat nochmals Spendergebnisse gebracht, die die Elmshorner Lions als Initiatoren der Rose überrascht haben.

Die besondere Schönheit und Resistenz der Rose haben sicherlich zum Erfolg beigetragen, ebenso wie die internationalen Auszeichnungen. Als nächsten erfreulichen Schritt hat der Lions-

Hauptsitz in Oak Brook die Zustimmung für den Vertrieb der Lions-Rose in den USA gegeben. Die Firma Kordes kann durch ihren Lizenznehmer das Arrangement in den USA durchführen. Aber die Elmshorner Lions suchen noch einen Lions Club in den USA, der sich dieser Activity annimmt – Anregungen sind willkommen. „Wir setzen unsere Hoffnung darauf, dass die Lions-Rose mit dem gleichen Erfolg in den USA vermarktet werden kann“, zeigt sich Günter Wörtmann vom LC Elmshorn zuversichtlich. In Deutschland kann die Bestellung weiterhin bei der Firma Kordes erfolgen.

W. Kordes Söhne
25365 Klein Offenseth-Sparrieshoop
E-Mail: info@gartenrosen.de
Best.-Nr. 336

Spendenbescheinigung für LIONEL

Das Kuscheltier LIONEL kostet 20,00 Euro. Da davon 10,00 Euro direkt in die Kampagne SightFirst II „Lichtblick für Blinde“ fließen, gibt es seit Neuestem für diesen Teil eine Zuwendungsbestätigung!



3. Multi Twinning Event beim Europa-Forum



Lions-Freund Touvia (Teddy) Goldstein vom Distrikt 128-Israel führt zum dritten Mal während eines Europa-Forums ein Multi Twinning durch.

Dieses Ereignis ist etwas Besonderes im Rahmen des Forums, denn dort treffen sich zahlreiche Vertreter der Lions

Clubs – in Stuttgart waren es 31 Lions Clubs sowie zwei Leo-Clubs aus vielen Ländern Europas.

Grundsätzlich kann jeder Club an den beiden vorgesehenen Treffen teilnehmen und mit einer Reihe von europäischen Clubs Gedanken, Erfahrungen und auch Banner austauschen.

Hierfür sollten sich die Clubs vorab bei Teddy Goldstein anmelden (teddyg1@netvision.net.il) mit folgenden Angaben: Clubname und Clubnummer, Name des Präsidenten, seine Post- und E-Mail-Adresse, der Name des beim Europa-Forum registrierten Lion, wenn es nicht der Präsident selber ist sowie dessen Adresse und E-Mail. Die Teilnahme an dem Pre-Meeting (18. Oktober, 11.30 – 13.00 Uhr) und an dem Meeting selber (19. Oktober, 16.00 – 17.30 Uhr) ist erforderlich. Club-Banner nicht vergessen. Da die deutschen Lions Clubs normalerweise eine Jumelage von Club zu Club durchführen, ist dieses Ereignis etwas Neues im Bereich des Twinning. Weitere Informationen gibt es bei Past-Distrikt-Governor Harald Dräger, Jumelage-Beauftragter des MD 111, draeger.harald@t-online.de, Telefon (0 46 31) 79 99.

Geburtstagsständchen

Der Lions Club Weilheim-Ammersee feiert sein 40-jähriges Bestehen mit einem Benefizkonzert. Am 2. Oktober 2007 hebt sich im Stadttheater Weilheim der Vorhang zugunsten der Aktion „Kinder und Familien in Not“ im Landkreis Weilheim-Schongau. Das Süddeutsche Kammerorchester spielt Werke von Georg Friedrich Händel, Wolfgang Amadeus Mozart und Franz Schubert. Karten für das Konzert gibt es beim Kreisboten-Karten-Service, der Weilheim-Info im Rathaus, der Raiffeisenbank Weilheim, der Ammer-Apotheke und an der Abendkasse.

VORgelesen

WAGNERS LEBEN IN COSIMAS TAGEBÜCHERN

Es gibt Bücher, die man immer wieder gerne liest. Nach 20 Jahren – und vor einem erneuten Besuch in Bayreuth – nahm ich mir die Tagebücher der Cosima Wagner vor, jene spannenden Erinnerungen an ihr Leben mit Richard, dem Genie, dem omnipotenten Melodienzauberer, dem Verführer, dem Brandstifter und selbst ernannten Welterlöser – und dem Familienvater.

Die Lektüre ist, wenn man sich in den Sprachstil eingelesen hat, eine spannende Reise in Wagners wundersame weltliche Welt. Cosima, eine kluge Beobachterin auf der einen, eine geradezu dem Genius des Meisters ergebene Ehefrau, schreibt pointiert nieder, was ihr widerfuhr. So lernt der Leser das Leben des Zauberers vom Grünen Hügel kennen, seine Launen, seine genialen Einfälle, seine Begeisterung, seine Enttäuschungen, seinen notorischen Geldmangel, die Verschwendungssucht und die Liebe zu seinen Kindern, seinem einzigen Sohn Siegfried, und den Hunden. Es stimmt schon: Ein unvergleichbares Paar – hoch gebildet, eingebildet, verblendet vom eigenen Ego. Obwohl Wagner bürgerliche Normen souverän missachtete, wünschte er sich eine Ehefrau, die ihn, den körperlich klein geratenen Monomanen, mit Demut umhegte.

Es war keine leichte Ehe für die Tochter des Superstars von anno dazumal, des Tastentitanen Franz Liszt. Sie erfuhr aber an seiner Seite die großen Momente eines Künstlerlebens: Die ersten Töne aus den Werken ihres Mannes, der die Musikgeschichte revolutionierte und nach wie vor Bewunderer und Gegner spaltet. Tausende von Interpretationen über Leben und Werk des Intimus von „Kini“ Ludwig II. schaffen keine Klarheit: Weil Wagner Emotion pur bedeutet. Bis heute: Immer neu, immer überraschend, in immer wieder neuen modischen Gewändern. Was immer auch auf den Bühnen der Welt geschieht, Richard Wagner wird es überleben. Warum das so ist, das schildert Cosima, die Richard 47 Jahre überlebte, in ihren Aufzeichnungen, die die Jahre 1869 bis 1883, dem Todesjahr Richard Wagners, betreffen. Der Leser lernt einen privaten Wagner kennen, einen gewaltigen Wortschöpfer („Winterstürme wichen dem Wonnemond“). Der Meister, so erfährt der Leser, gönnte sich keine Ruhe. Wenn er nicht komponierte, dann textete er Libretti, schrieb Briefe, Pamphlete, Deutungen, Weltanschauungen. Oder er reiste durch Europa, den Dirigentenstab im Gepäck und auf der Suche nach seinen vielen Zielen als „Erneuerer der Musik“, die ihn aber immer wieder in die Arme der „holden, höchsten Frau“ sinken ließen.

Die Tagebücher, erschienen 1976 im Piper-Verlag, sind eine Fundgrube für Wagnerianer, für Neugierige, für Wagner-Gegner. Cosima gelingt ein buntes Zeitgemälde, sie lässt den intimen Blick auf ihre Ehe, die Familie, die berühmten Freunde und auf das Umfeld eines Genies zu, der bis heute ergebene Jünger und fanatische Widersacher fasziniert. ■



Wulf Mämpel

Zocken für den guten Zweck

Unter dem Motto „Nervenkitzel mit karitativem Hintergrund“ veranstaltet der Lions Club Augsburg-Elias Holl zum vierten Mal einen Casinoabend im Hotel 3-Mohren. Mit den Einnahmen wird das Schulprojekt Pelena in Kenia unterstützt. Am 13. Oktober 2007 ab 18.00 Uhr versprühen professionelle Croupiers mit Original-Spieltischen die richtige Casino-Atmosphäre bei Black Jack und Roulette. Geld im Spielfieber zu verlieren ist von vornherein ausgeschlossen, da jeder Besucher mit dem Eintrittspreis von 75,00 Euro automatisch Jetons zum Spielen erhält. Auf die zehn besten „Glücksritter“ warten attraktive Preise, wenn um Punkt 22.30 Uhr alle Jetons gezählt werden.

Durch die Unterstützung einiger Sponsoren sind die Kosten der Veranstaltung bereits gedeckt, so dass die kompletten Einnahmen des Casinoabends in das Schulprojekt Pelena in Kenia fließen. Dort engagiert sich der Lions Club Augsburg-Elias Holl beim Aufbau dringend notwendiger Grundschulen für Waisenkinder. Ziel dieser Activity ist, das Bildungsniveau der Waisenkinder in Kenia zu verbessern, da das Land Kenia selbst nicht in der Lage ist, dafür die finanziellen Mittel zur Verfügung zu stellen.

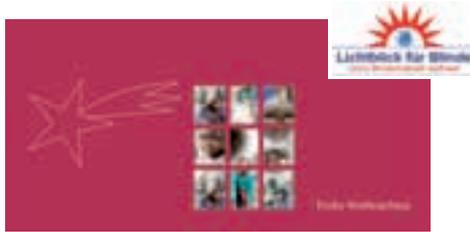
Mehr Informationen gibt es bei Christian Kemptner vom LC Augsburg-Elias Holl, Telefon: (08 21) 2 48 98 77, Fax: (08 21) 2 48 93 78, E-Mail: c.kemptner@gmx.de.





Weihnachtskarten mit SightFirst II

Besondere Weihnachtskarten bietet dieses Jahr das Hilfswerk der Deutschen Lions (HDL) an. Ihr Motiv zeigt, dass der Absender sich für SightFirst II – Lichtblick für Blinde einsetzt. Ein beigelegtes Blatt, das herausgezogen werden kann, informiert zusätzlich über die Blindenarbeit der Lions. Und so fließt auch der Erlös dieser Karten in die Activity-Kasse. Die Auslieferung der Karten kann ab Oktober erfolgen. Weitere Informationen gibt es beim HDL im Internet unter www.lions-hilfswerk.de oder telefonisch unter (06 11) 9 91 54-92.



Termine

K Kabinettsitzung / **D** Distrikt-Konferenz / **MD** Multi-Distrikt

September		
K	20. 9.	Kabinettsitzung 111-BO, Regensburg
	21. 9.	Lions-Benefiz-Konzert mit einem Musikkorps der Bundeswehr für Kindergarten plus, Haus des Rundfunks Berlin
	22. 9.	Golfturnier des LC Berlin-Wannsee im Golf- und Country Club Seddiner See
	22. 9.	Benefiz-Golfturnier des Lions Club Kempten-Müßiggengel zugunsten bedürftiger „Allgäuer Kinder“, Golfclub Hellengerst/Allgäu
	22. 9.	Benefiz-Konzert „In Vino Musica“, LC Flensburg-Alexandra
	27. 9.	Benefiz-Konzert des LC Bitterfeld, Kulturhaus Wolfen
	28. + 29. 9.	Jahrestagung, Mitgliederversammlung und Festveranstaltung 30 Jahre Deutsche Liga für das Kind/30 Jahre Lions-KFG
	29. 9.	Benefiz-Gala zum zehnjährigen Bestehen des LC Frankfurt-Alte Oper, ArabellaSheraton Grand Hotel Frankfurt/Main
	29. 9.	1. Frankfurter Taschenlampenkonzert zum Weltkindertag, LC Frankfurt/Main Skyline, Weseler Werft
	30. 9.	4. Lions-Monopteros-Lauf des LC München-Alt-Schwabing, München Englischer Garten
Oktober		
	5.-7. 10.	2. Lions-Wandertag des LC Garmisch-Partenkirchen Werdenfels
	7. 10.	8. Alstertaler Jazz Meeting des LC Hamburg-Walddörfer, im AEZ Alstertal Einkaufs-Zentrum in Hamburg-Poppenbüttel
	13. 10.	Casinoabend des LC Augsburg-Elias Holl
	14. 10.	13. Benefiz-Konzert des LC Berlin-Wannsee, „Gala für Kinder“, Deutsche Oper Berlin
	19. 10.	Benefiz-Gala des LC Bremen Auguste Kirchhoff „Willkommen in Afrika – Miawoe zo lo Ghana!“ mit Künstlern des Bremer Musiktheaters zugunsten von SODIS
	19. 10.	Benefiz-Konzert „Ave Maria“ mit Volker Bengl, LC München-Blutenburg
	18.-21. 10.	53. Europa-Forum, Bukarest/Rumänien
	27. 10.	Herbstball des LC Hunsrück, Simmern

Neue Termine für den Kalender: Bitte schicken Sie Ihre Termine für Distrikt-Veranstaltungen und Mittagstische an: akp@annekatrin-peters.de oder per Fax an (089) 55 26 73 07. **Vielen Dank!**

Generalsekretariat des MD 111-Deutschland:

Bleichstraße 3, D-65183 Wiesbaden,
Tel.: (06 11) 9 91 54-0,
Fax: (06 11) 9 91 54-20,
E-Mail: sekretariat@lions-clubs.de

Geschäftszeiten:
Mo. – Do. 8.30 – 13 Uhr
und 14 – 16 Uhr, Fr. 8.30 – 14 Uhr

Das Generalsekretariat in Wiesbaden – direkt verbunden

Zentrale

Rita Nolen (06 11) 9 91 54-0
r.nolen@lions-clubs.de

Allgemeines Sekretariat

Astrid Schauerte (06 11) 9 91 54-45
a.schauerte@lions-clubs.de

LC-Gründungen, Melvin Jones, Korrespondenz Oak Brook

Aylin Narteni (06 11) 9 91 54-40
a.narteni@lions-clubs.de

Buchhaltung

Carola Bsullak (06 11) 9 91 54-31
c.bsullak@lions-clubs.de

Birgit Heeser (06 11) 9 91 54-30

M-Berichte, Mitgliederverwaltung,

Rechnungswesen

Martina Schießler (06 11) 9 91 54-33
m.schuessler@lions-clubs.de

Verkauf, Verleih, Versand

Angelika Sommer und Evica Jerkic (06 11) 9 91 54-34
a.sommer@lions-clubs.de

Generalsekretär

Sören Junge
s.junge@lions-clubs.de



HDL in Wiesbaden – direkt verbunden

Tel.: (06 11) 9 91 54-80

Fax: (06 11) 9 91 54-83

E-Mail: info@Lions-Hilfswerk.de

Homepage: www.Lions-Hilfswerk.de

Geschäftszeiten:

Mo. – Do. 8.30 – 13 Uhr
und 14 – 16 Uhr, Fr. 8.30 – 14 Uhr

Nationale und Internationale Projekte:

Rita Bella Ada (06 11) 9 91 54-91

R.Bellaada@Lions-Hilfswerk.de

Carola Lindner (06 11) 9 91 54-80

C.Lindner@Lions-Hilfswerk.de

Tanja McCassity (06 11) 9 91 54-93

T.McCassity@Lions-Hilfswerk.de

Evi Warnke (06 11) 9 91 54-93

E.Warnke@Lions-Hilfswerk.de

Lions-Quest:

Melanie Martin (06 11) 9 91 54-95

M.Martin@Lions-Hilfswerk.de

Tanja McCassity (06 11) 9 91 54-93

T.McCassity@Lions-Hilfswerk.de

Ingeborg Vollbrandt (06 11) 9 91 54-81

I.Vollbrandt@Lions-Hilfswerk.de

Evi Warnke (06 11) 9 91 54-93

E.Warnke@Lions-Hilfswerk.de

Int. Jugendarbeit und Jugendaustausch:

Rita Bella Ada (06 11) 9 91 54-91

R.Bellaada@Lions-Hilfswerk.de

Dörte Jex (06 11) 9 91 54-90

D.Jex@Lions-Hilfswerk.de

Buchhaltung:

Lidia Kraft (06 11) 9 91 54-79

L.Kraft@Lions-Hilfswerk.de

– Fundraising

Andrea Clément (06 11) 9 91 54-92

A.Clement@Lions-Hilfswerk.de

Geschäftsführer:

Volker Weyel

V.Weyel@Lions-Hilfswerk.de

Assistentin des Geschäftsführers:

Ingeborg Vollbrandt (06 11) 9 91 54-81

I.Vollbrandt@Lions-Hilfswerk.de

Alle Informationen über die deutschen Lions Clubs gibt es auch unter

<http://www.lions.de>

Erholung pur mit Blick auf die Berge

Eine der landschaftlich reizvollsten Regionen des Bayerischen Waldes bietet der staatlich anerkannte Erholungs- und Wintersportort Arrach.

Umgeben von den Bergzügen des Ossers, des Arbers, des Kaitersberges und des Hohen Bogens zeigt sich die Schönheit dieser Region, die zu ausgedehnten Entdeckungstouren zu Fuß oder mit dem Rad einlädt.



Wer im Urlaub neben dem Genuss des Naturpanoramas Wert darauf legt, Geist und Seele etwas Gutes zu tun, findet im Hotel Herzog Heinrich in Arrach eine passende Einkehrmöglichkeit. Das 4-Sterne-Wellness- und Beauty-Hotel besticht mit einem hohen Anspruch und seinem unaufdringlichen, aber zuvorkommenden Service. 192 komfortabel, modern und freundlich eingerichtete Zimmer, mit Dusche oder Bad/WC, teilweise mit Balkon oder Terrasse, Radio, Farbfernseher, Kühlschrank und Kleinküche ausgestattet, laden zum Wohlfühlen ein.



Mehr Informationen:

Hotel Herzog Heinrich GmbH & Co. KG
Tel.: (0 99 43) 9 54-0
www.hotel-herzog-heinrich.de



Richtig abschalten können Gäste in der Gesundheits-Oase des Hotels. Entspannungssuchende finden hier mit Massagen durch das Physiotherapie-Team, Wohlfühlprogrammen, einem großzügigen Saunabereich und einem neu gestalteten Geräte-Fitness-Raum erstklassige Erholungsmöglichkeiten vor. Zu diesen gehören auch eine urige Blockhaus-Außensauna, ein Kneippbecken mit frischem Berg-Quellwasser, Dampfbad, Pool und Whirlpool sowie eine Infrarotkabine. Ganz gleich ob jemand eine traditionelle, chinesische, eine Huna mana-, eine Schokopinsel- oder Ganzkörper-Massage bevorzugt, jeder Gast wird das für ihn passende Wellness-Angebot bestimmt finden.

Dieses Angebot wird ergänzt um sportliche Aktivitäten wie die kostenlose Teilnahme an Aquafitness-Kursen oder Nordic-Walking-Touren. Für Freunde des Golfsports befindet sich in nur 20 Minuten Entfernung der Golf Club in Furth im Wald, eine der schönsten Golfanlagen im Bayerischen Wald. Um auch Eltern die nötige Zeit zum Durchatmen zu gönnen, bietet das familienfreundliche Hotel zudem die Möglichkeit, Kinder vormittags im hoteleigenen Kindergarten betreuen zu lassen.



Gewinnen Sie

Zwei Personen erleben eine vitalisierende Woche in Arrach mit Halbpension und Wellnessprogramm. Um an der Verlosung teilzunehmen, schicken Sie eine Karte an Anne Katrin Peters, Horscheltstr. 3, 80796 München. Einsendeschluss ist der 31. Oktober.

Der Gutschein ist nicht übertragbar und nicht bar auszahlbar! An- und Abreisekosten gehen zu Lasten des Gewinners. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gutschein ist einlösbar nach Verfügbarkeit.

Neue „Standing Orders“ für das Europa-Forum

Neben den „Rules of Procedure“, den Verfahrensregeln, bilden die „Standing Orders“ eine Art Geschäftsordnung des Europa-Forums. Beim 52. Europa-Forum stellte der Distrikt 105-England den Antrag, die Standing Orders zu überarbeiten, wofür eine Arbeitsgruppe eingesetzt wurde. Als deutscher Vertreter beteiligte sich PDG Prof. Dr. Klaus Letzgas an der Arbeit. Im Vordergrund der Überlegungen stand die Vereinfachung und Beschränkung der Geschäftsordnung auf die wirklich notwendigen Punkte. Inhaltlich regelt sie vor allem, welche Rechte und Pflichten der Präsident des Europäischen Rates und der Vorsitzende eines sonstigen Treffens hat und wer zu welchem Zeitpunkt Anträge zur Abstimmung einbringen kann. Geregelt sind ferner die Rechte und Pflichten des Forums-Präsidenten und die Frage, wer wie oft und wie lange zu einem Thema reden darf. Schließlich wird festgelegt, wie die Abstimmung erfolgt.

Die Arbeitsgruppe ist übereingekommen, die Standing Orders nicht wie bisher als selbständige Regelung getrennt von den Rules of Procedure zu veröffentlichen, sondern sie den Rules als neuen Anhang A beizufügen. Die Multi-Distrikte 105-England und 106-Dänemark werden den Entwurf als Antrag beim Europa-Forum 2007 einbringen. Dieses findet vom 18. bis 20. Oktober in Bukarest statt.

Pinboard für Internationale Beziehungen

Lions Club	sucht Kontakt zu Lions Club in
Rychnov nad Kneznou Dobromila, D 122 CZ (f) gegründet 2006	MD 111-Deutschland, Damenclub
St. Petersburg Great Bear (m), Russland	MD 111-Deutschland
Lions Club in Gr. (w) in Palanga/Litauen D 131	MD 111-Deutschland
Lions Club in Gr. (m) in Kaunas/Litauen D 131	MD 111-Deutschland
Tallinn-Kesklinn (m) in Estland D 120	MD 111-Deutschland möglichst Norddeutschland
LC Riona (w) St. Petersburg Russland	MD 111-Deutschland möglichst Norddeutschland
LC Monor Hegyessy (mx) D 119-Ungarn	MD 111-Deutschland

Lions Club in MD 111	sucht Kontakt zu einem Club in
Berlin (111-ON) (m)	D 122-CZ, Prag
Bonn-Beethoven (111-R) (mx)	MD 114-Österreich
Bonn-Tomburg (111-R) (m)	D 119-Ungarn, D 124-Rumänien oder D 130-Bulgarien
Dortmund Reinoldus (111-WR) (m)	D 102-Ost oder -Centro Schweiz
Homberg (Efze), (111-MN) (m)	MD 114-Österreich
Kitzingen (111-BN) (m)	D 122-CZ/SK oder anderes Nachbarland von Österreich für Triple-Jumelage mit Club in A
Konrwestheim (111-SM) (mx)	MD 114-Österreich oder MD 102-Schweiz
Wolfsburg (111-NH) (m)	D 120-Estland

Zur Aufnahme des Kontaktwunsches Ihres Clubs in die Kontakt-Börse oder zur Vermittlung von Kontakten wenden Sie sich bitte an PDG Harald Dräger; E-Mail: draeger.harald@t-online.de.

Legende: m = männlicher; f = weiblicher; mx = gemischter

Das besondere Kreuzfahrt-Erlebnis

Schienenkreuzfahrten im TransEuropExpress

„TEE Rheingold“

Zustieg z.B. in Koblenz, Köln, Düsseldorf, Essen, Dortmund, Kassel und vielen weiteren Bahnhöfen

Reisen mit Ausblick in unserem Panoramawagen! * z. Zt. nur Reise Dresden

Erleben Sie eine Legende auf Schienen – mit komfortablen Sitzwagen I. Klasse, Speisewagen und Piano-Barwagen

Zur Frauenkirche & Semper-Oper nach Dresden

mit Aufführung von Verdis "Don Carlo" in der Semper-Oper und Besuch der Frauenkirche, des Grünen Gewölbes und von Weimar und Meißen

28. - 31. Oktober 2007

Übernachtungen wahlweise in guten Mittelklasse- oder First-Class-Hotels (3-5 Sterne). Viele Leistungen inklusive. Einige Ausflüge zubuchbar. Reisepreis pro Person ab € 445,-



Nußknacker-Express

Lichterglanz und Advent auf den schönsten sächsischen Weihnachtsmärkten im Erzgebirge und in Leipzig

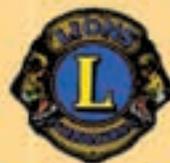
nach Erfurt, Chemnitz, Weihnachtsdorf Seiffen im Erzgebirge, Dresden und Leipzig mit Weihnachtsoratorium in der Thomaskirche, Besuch des einzigartigen Daetz-Zentrums in Lichtenstein und Aufführung in der Oper von Chemnitz

13. - 18. Dezember 2007

Übernachtungen wahlweise in ausgesuchten First-Class-Hotels oder Top-First-Class-Hotels. Viele Leistungen inklusive. Einige Ausflüge zubuchbar. Reisepreis pro Person ab € 745,-

Diese Reisen können Sie auch mit individuellen Anreisemöglichkeiten buchen!

Fordern Sie unverbindlich die ausführlichen Reisebeschreibungen bei uns an:



Information, Beratung & Buchung in Ihrem Hapag-Lloyd Reisebüro in 45128 Essen, Rolandstraße 9
Tel. (02 01) 8 20 45 21, Fax (02 01) 23 69 41
E-Mail: Lions.Reisen@TUI-LT.de

Hapag-Lloyd Reisebüro in Essen ist offizielles Reisebüro des Multi-Distrikts 111-Deutschland
Veranstalter: Die Eisenbahn Erlebnisreise, Düsseldorf



Gründungsstifter der Stiftung der Deutschen Lions (SDL)

Persönliche Gründungsstifter		
Nachname	Name	Lions Club
Alles	Heinrich K.	Bonn-Godesberg
Anselmann	Gerd	Offenbach in der Südpfalz
Arnold, Dr.	Bernhard	Düsseldorf Radschläger
Arnold, Dr.	Anne Maria	Düsseldorf Radschläger
Arora	Madan	Hannover-Eilenriede
Bahnßen	Andrea	Salzwedel (Altmark)
Bahnßen, Prof. Dr.	Jens	Arendsee/Altmark
Baiker	Kurt	Am Tegernsee
Bartenwerffer, von	Michael	Warendorf
Behle	Karl H.	Berlin-Unter den Linden
Bender	Manfred	Jülich Juliacum
Berendes	Peter	Karlsruhe-Baden
Beuerle	Hans-Jürgen	Landshut
Bopp, Dr.	Elmar Alfred	Karlsruhe
Bonjean	Heinz Werner	Köln-Caligula
Brahm	Michael	Rheingoldstraße
Bretzer	Gerhard	Neckargemünd
Claus	Günter	Völklingen
Dallmann	Heiko	Harsefeld
Daum	Marietta	Hamburg-Bellevue
Dell'Antonio	Paolo	Braunschweig Dankwarderode
Eckart	Hans Georg	Fürstenfeldbruck
Erckel, Dr.	Rüdiger	Kelkheim/Ts
Erlenbruch	Detlef	Wuppertal
Eslam, Dr.	Kamal	Rüsselsheim
Esser	Josef	Hilden
Faber	Claus A.	Rottweil
Fischer	Hans-Peter	Gießen Burg-Gleiberg
Flaßhoff	Wolfgang	Coburg
Förster, Prof. Dr. Dr.	Wolfgang	Bingen am Rhein
Freyer	Joachim	Neunkirchen-Seelscheid
Freyer	Margit	
Garmeister	Robert	Bad Nauheim Hessischer Löwe
Genetsch	Udo	Blieskastel
Goetz	Barbara	Stuttgart-Villa Berg
Götzinger	Peter	Blaubeuren-Laichingen
Grewe-Feldmann	Barbara	Hamburg-Hammonia
Haag, Dr.	Gerhard	Backnang
Hänsel, Prof. Dr.	Andreas	Radeberg
Hages	Wolfgang	Neunkirchen-Seelscheid
Hardegen	Reinhard	Bremen-Wümmе
Heinrich	Dieter	Braunschweig Dankwarderode
Heise	Albrecht-Joachim	Salzgitter
Hempsch, Dr.	Klemens	Mönchengladbach
Hempsch	Sibylle	Neuss-Helen Keller
Hempsch	Judith	Leo-Club Mönchengladbach
Hempsch	Christoph	Leo-Club Mönchengladbach
Hempsch	Sarah	Leo-Club Mönchengladbach
Hilger	Bernd	Voreifel
Hoferer	Dieter	Achern
Hölscher, Dr.	Helmut	Wuppertal
Hölting, Dr.	Gabriele	Bochum-Allegra
Hölting	Heinrich	Bochum-Kemnade
Hottendorf	Egon	Cuxhaven
Jörgensen	Kurt-Günter	Flensburg-Fördestadt
Junge	Sören	Wiesbaden-Kochbrunnen
Kersting	Heinz-Joachim	Wattenscheid

Persönliche Gründungsstifter		
Nachname	Name	Lions Club
Kimmig, Prof. Dr.	Jörg-Michael	Stuttgart
Kirschkamp, Dr.	Franz Otto	Krefeld-Seidenstadt
Koch	Lutz-Günter	Laubach
Köhl	Werner	Monheim Am Rhein - Alte Freiheit
Kowala	Karsten	Isernhagen-Burgwedel
Kranzusch	Burkhard	Göttingen
Lang	Helmut	Gunzenhausen
Lehmann	Helmut	Bonn-Tomburg
Letzgun, Prof. Dr.	Klaus	München-Ottobrunn
Lüdke	Walter	Cuxhaven
Mählen	Günter	Riesa
Mennenga	Thomas	Salzgitter
Merckens	Otto G.I.	Düren
Michels, Dr.	Johannes	Bad Wildungen
Minartz	Richard	Nürnberg-Franken
Müller	Fritz	Kelkheim/Ts
Müller	Hans-Heinrich	Bremen-Unterweser
Müller	Hermann	Hünfeld
Müller-Greven	Detlef Ulrich	Dresden Agenda 21
Nestel	Dieter W.	Moers
Panzner	Heinz-Jörg	Leipzig-Saxonia
Peus, Dr.	Egon	Wattenscheid
Prümer	Karl-Detmar	Stuttgart-Neckar
Pulst, Dr.	Sebastian-A.	Braunschweig Dankwarderode
Reinicke, Dr.	Wolf-Rüdiger	Hannover-Wilhelm Busch
Reuß, Prinz	Heinrich Ico	Voreifel
Rohde, Dr.	Helmut	Braunschweig Alte Wiek
Rübel	Manfred	Karlsruhe-Fächer
Schaffer, Dr.	Horst	Nürnberg-Franken
Schilling	Christiane	München-Englischer Garten
Schmidt	Holger	Nürnberg-Franken
Schmitt	Werner	Westerwald
Schmitt	Helga	Bad Marienburg
Schröder	Christoph-Albert	Jülich Juliacum
Schröder, Dr.	Dirk	Bremer Schweiz
Schroeder de Zinkeisen	Gabriela	Frankfurt-Cosmopolitan
Senger	Peter P.	Ritterhude
Simon	Beate	Melle-Grönegau
Simon, Dr.	Frank	Melle-Grönegau
Spalthoff	Rudolf	Hildesheim-Marienburg
Stein, Prof. Dr.	Wolfgang	Hamburg-Harburger Berge
Stein-Lausnitz, von	Sabine	Halle-Dorothea Erleben
Strumm, Dr.	Hanns-Otto	Kirn-Mittlere Nahe
Sturm	Hans Hermann	Düsseldorf-Hofgarten
Tang	Klaus	Rhein Wied
Teusch	Friedhelm	Essen-Assindia
Töpperwien	Erich	Braunschweig Alte Wiek
Turner	Nikolaus	Fürstenfeldbruck
Walterspiel	Mechthild	Hamburg-Hammonia
Waßmuth	Hans-Georg	Oberkirch-Schauenburg
Weigt, Dr.	Paul	Wattenscheid
Wenk	Dieter	Laubach
Wirfs	Eberhard J.	Kelkheim/Ts
Wohlschlegel	Karin	Hohenloher Land
Wolter	Uwe	Braunschweig Dankwarderode
Zinkeisen, Dr.	Klaus	Frankfurt am Main
Zitzmann	Hartwig	Lauf an der Pegnitz

Lions-Stiftung startet mit 200.000 Euro

Die Verlängerung der Zeichnungsfrist für die Stiftung der Deutschen Lions war von Erfolg gekrönt. Bis zum Ablauf des 31. August wurden mehr als 200.000 Euro als Stiftungskapital zugesagt, die das Grundstockvermögen der Stiftung bilden. Dabei reichen die individuellen Beträge von 500 Euro bis zu Einzelzusagen von 20.000 Euro und (gesammelten) 35.000 Euro. Danke!

Der Stiftungsrat hat seit der konstituierenden Sitzung noch drei Mal getagt und in sehr konstruktiven Gesprächen und ausgesprochen angenehmer Atmosphäre die Arbeit der Stiftung vorbereitet. Dazu gehörte vor allem die Auswahl von Persönlichkeiten für den Vorstand und eine größere Zahl von Personalgesprächen mit den vorgeschlagenen Kandidaten. Wir freuen uns nun ganz besonders, dass wir Hans-Ulrich Dietz, LC Aschaffenburg Pompejanum, und PCC Prof. Dr. Andreas Hänsel, LC Radeberg, als Vorstand der Stiftung gewinnen konnten. LF Hans-Ulrich Dietz ist Abteilungsleiter der Commerzbank AG in Frankfurt und dort für Steuer- und Stiftungsrecht und Stiftungsmanagement zuständig; er wird sich vor allem dem Aufbau der Stiftungsorganisation widmen. Von PCC Andreas Hänsel ging seinerzeit die Initiative für unsere Stiftung aus und wir freuen uns sehr, dass wir ihn mit seinen vielfältigen Kontakten auch für das Stiftungsmarketing gewinnen konnten. Für diesen Bereich hat uns übrigens auch noch PDG Willi Burger, LC Leonberg, seine Unterstützung zugesagt; wir werden darauf sicher gern zurückgreifen.

Nach der Bestellung der Organe ist das Stiftungsgeschäft beim Regierungspräsidenten in Darmstadt als zuständiger Stiftungsaufsicht angemeldet worden. Gleichzeitig sind von Vorstand und Stiftungsrat die Maßnahmen zum Aufbau der Stiftungsorganisation und dem

weiteren Einwerben von Mitteln eingeleitet worden. Wir möchten gern der nächsten Ausgabe des DER Lion schon einen ersten Flyer, der die Stiftungsziele erläutert und von den Lions werbemäßig eingesetzt werden kann, beifügen.

Der Aufbau der Stiftung erfordert aber auch weitere Mittel, denn das Grundstockvermögen darf nicht angetastet werden. Auch wenn die Mitglieder von Stiftungsrat und Vorstand völlig ehrenamtlich mitarbeiten, entstehen doch externe Kosten und Auslagen, zum Beispiel für den Flyer und andere Marketingmaßnahmen. Die Stiftung benötigt da-her auch Spenden oder Kostenbeiträge der deutschen Lions und ihrer Organisationen, um die ich hiermit alle, die etwas beitragen können, herzlich bitte. ■

Wolf-Rüdiger Reinicke

Fördervereine und Hilfswerke

Förderverein des LC Würzburg
Hilfswerk Westerwald e. V.
Förderverein des LC Hanau Brüder Grimm e. V.
Lions-Hilfswerk Radebeul e. V.
Lions-Hilfswerk Gunzenhausen Wassertrüdingen e. V.
Hilfswerk LC Aschaffenburg Pompejanum e. V.
Hilfswerk LC Coburg e. V.
Förderverein des Lions Club Hohenloher Land e. V.
Fördergesellschaft LC Norderstedt
Lions-Hilfswerk Riesa e. V.
Förderverein Bad Marienberg
LC Herxheim-Landau und Lions-Förderverein
Lions-Förderverein LC Delmenhorst e. V.
Förderverein des Lions Club Haltern e. V.
Förder-Hilfswerk des LC Bad Salzuflen
Förderfonds des LC Osnabrücker Land
Lions-Förderverein Schmallenberg-Hochsauerland e. V.
Lions-Förderverein Erlangen e. V.
Förderverein des LC Ochsenfurt
Lions-Hilfswerk Witten e. V.
Verein zur Förderung der Ziele des LC Löhne
Fördergesellschaft des LC Buxtehude
Fördergemeinschaft des LC Aschaffenburg-Alzenau e. V.
Fördergesellschaft des LC Osnabrück-Heger Tor e.V.
Förderverein Lübbecke-Espelkamp e. V.
Verein zur Förderung der Ziele des LC Salzgitter-Schloß Salder e. V.
Hilfswerk des LC Am Tegernsee
Lions-Förderverein Naumburg e. V.
Förder-Hilfswerk des LC Lage/Lippe
Förderverein des LC Mittelmain-Karlstadt
Lions-Hilfswerk Bad Neustadt a. d.Saale
Förderhilfswerk des LC Kraichgau e. V.
Förderverein des LC Arnberg-Sundern
Förder-Hilfswerk des LC Bad Dürkheim e. V.
Fördergesellschaft des LC Lüdinghausen
Hilfswerk LC Neckargemünd
Lions-Hilfe Waldbronn e. V.
Förder-Hilfswerk Witten-Mark e. V.
Förder-Hilfswerk des LC Munster-Oertze
Lions-Hilfswerk Distrikt 111-SW e. V.
Lions-Förderverein Bremen-Wüme e. V.
Förderhilfswerk Kleiner Odenwald
Förderverein LC Neunkirchen-Burbach im Freien Grund
Verein der Freunde LC Stuttgart e. V.

Nur Lions Clubs

LC Uslar	LC Kelkheim/Ts
LC Hamburg-Hammonia	LC Wiesbaden-Kochbrunnen
LC Frankfurt-Mainmetropole	LC Lichtenfels
LC Ostalb-Ipf	LC Wertheim
LC Rheda-Ems	LC Buxtehude
LC Rheingau	LC Nürnberg-Franken
LC Frankfurt-Palmengarten	LC Wiesbaden-An den Quellen
LC Fürstfeldbruck	LC Nürnberg-Meistersinger
LC Emmerich	LC Bad Essen Wittlager Land
LC Dresden „Brücke Blaues Wunder“	LC Hamburg-Bellevue
LC Altmühltal	LC Essen-Werethina
LC Speyer	LC Laubach
LC Frankfurt (Oder)	LC Erlangen-Hugenottenstadt
LC Mosbach	LC Achern
LC Vaihingen an der Enz	

Firmen

Nachname	Name	Firma
Röhrig	Horst A. & Kai Uwe	Schürmann + Klagges
		EAAT Europäische Akademie f. Angew. Technologie
Zoggolis	Konstantin	DMC-Deutsche Med Consult GmbH
Zoggolis	Renate	Software Solutions AG
Ziegler	Heiko	Kolibri GmbH, Waiblingen
Bleeser	Willi	Kompetenz im Netz

Frisches Blut für Lions

UM JUNGE MENSCHEN FÜR DIE MITGLIEDSCHAFT BEI LIONS ZU GEWINNEN, SOLLEN SICH DIE CLUBS VERÄNDERN. HIERFÜR MÜSSEN SIE WISSEN, WAS DIE JUNGEN MENSCHEN WOLLEN.



*Mahendra Amarasuriya,
International President,
Lions Clubs International*

Sie haben sicherlich schon von der Generation X und der Generation Y gehört oder gelesen. Dieser Terminus beschreibt die Altersgruppen, die den Baby Boomers gefolgt sind. Es wird hierbei angenommen, dass Menschen, die in der gleichen Zeitspanne geboren wurden, eine gemeinsame Identität und ähnliche Werte haben sowie

ähnliche Interessen teilen. Lions, die heute 50, 60, 70 Jahre oder noch älter sind, wurden in einer Zeit erwachsen, in der die Mitgliedschaft in einer Service-Organisation fast so selbstverständlich war wie der Schulbesuch. ■ ■ ■

■ ■ ■ Aber diese Zeiten sind längst vergangen. Mitglieder der Generation X und Y tun viele Dinge überhaupt nicht mehr so automatisch, wie sie ihre Vorgängergenerationen getan haben. Sie prüfen, wägen ab und wählen das, was ihnen am besten gefällt. Ihre Leidenschaft für den Dienst am Nächsten ist wahrscheinlich nicht weniger echt, aber sie haben nicht das Bedürfnis, Teil eines traditionellen Clubs zu sein.

Dies stellt uns Lion vor Probleme bei der Gewinnung

neuer Mitglieder. Wenn wir bei der Werbung neuer Mitglieder den veränderten Rahmenbedingungen nicht ins Auge sehen, werden wir keinen Erfolg haben. Wenn wir uns jedoch anpassen und uns flexibel zeigen, so werden sich viele neue Gelegenheiten ergeben, „frisches Blut“ in unsere Organisation aufzunehmen.

Veränderung ist nicht einfach. Viele Clubs brauchen Veränderung, sie sollten ihre Prozesse und Gewohnheiten verändern. Auch erfolgreiche

Clubs sollten in die Zukunft blicken und kleine Veränderungen vorzeitig oder zumindest rechtzeitig vornehmen. Wir sollten nicht das verändern, wofür Lions stehen und was wir tun. Aber wir sollten die Art und Weise verändern, wie wir Dinge tun.

Mein Präsidentschaftsmotto lautet „Challenge to Change – die Herausforderung zu Verändern“. Die Welt hat sich verändert und wir müssen uns mit ihr verändern. Ein Club sollte neue Wege beschreiten, um neue Mitglieder zu gewinnen. Meetings sollten interessanter gestaltet werden. Ein Club könnte zum Beispiel Karaoke im Anschluss an seine Meetings singen – dies ist sicherlich nicht für jeden Club das Richtige, aber es könnte neuen Wind in Ihren Club bringen. Oder vielleicht ist ein Cyber-Club (ein virtueller Club) die Antwort auf

Ihre Probleme? Oder vielleicht ist es ein neues Projekt, das den Enthusiasmus Ihrer Mitglieder neu entfacht, die Aufmerksamkeit der Öffentlichkeit auf sich zieht und Ihrer Gemeinde besser dient?

So lange wir junge Menschen und ihre Wünsche und Bedürfnisse nicht verstehen und unsere Clubs nicht danach ausrichten, so lange werden wir sie wohl nicht als Mitglieder gewinnen können. Wenn wir jedoch mit Köpfchen handeln und uns geschickt in der Öffentlichkeit präsentieren, wird die breite Öffentlichkeit nicht nur die Generation X und Y kennen, sondern auch die Generation L – die am Dienst für den Nächsten interessierten jungen Menschen, die Lions werden. ■

*Mahendra Amarasuriya
International President 2007/2008
Lions Clubs International*



Gutes tun und darüber reden

Liebe Lions, liebe Leos, vor einigen Tagen erhielt ich ein Schreiben von einer Lions-Freundin. Darin schilderte sie mir, dass sie auf einigen Reisen in die USA, aber auch hier in Deutschland, festgestellt hat, dass weder der Lionismus, noch die Ziele unserer Bewegung beim Gros der Amerikaner oder Deutschen hinreichend bekannt sind. Während der International Convention in Chicago konnten wir zwar die Aufmerksamkeit der lokalen Medien auf uns ziehen, unsere Ideen auf breiter Basis zu übermitteln, ist aber nicht gelungen. Und das, obgleich eine weltbekannte Politikerpersönlichkeit wie Jimmy Carter bei uns zu Gast war. — — —



Gerd Anselmann,
Governorrratsvorsitzender
2007/2008

NUR MIT MEHR KOMMUNIKATION
KÖNNEN AUCH LIONS-UNTERSTÜTZER
UNTER DEN NICHT-MITGLIEDERN
AUF SICH AUFMERKSAM MACHEN.
ES IST ZEIT, DIE BESCHIEDENHEIT
ABZULEGEN.

— — — Die Belastbarkeit unserer Mitglieder in Bezug auf ihr ehrenamtliches Engagement und ihre eigene Spendenbereitschaft, ist vielerorts schon arg strapaziert. In vielen Ländern, in denen Lions Clubs International beheimatet ist, stagniert die Mitgliederzahl oder ist gar rückläufig. Aus diesen Gründen wird es künftig wichtig, wenn nicht gar überlebensnotwendig für Service- und Hilfsorganisationen sein, vermehrt auch Nicht-Mitglieder für ihre Ideen, ihr Engagement und die damit verbundenen Zielsetzungen zu begeistern, um unser Wirken auf dem hohen Niveau, das wir uns in unserer 90-jährigen Geschichte aufgebaut haben, fortzusetzen und die Lions selbst zu entlasten.

Unsere gemeinsame Herausforderung muss es daher in den nächsten Jahren sein – neben den zahlreichen bestehenden und geplanten Activities – offensiver als bislang nach Außen aufzutreten. Um dies im notwendigen großen Rahmen angehen zu können, müssen wir unsere Kommunikationsstrukturen optimieren. Die Clubs müssen bestmöglich über die Planungen auf Distrikt-, Multi-Distrikt- oder internationaler Ebene informiert werden – und im Gegenzug müssen die Amtsträger in Kenntnis gesetzt werden über die einzelnen Aktivitäten in den Clubs. Nur so gelingt es uns als Organisation, mit einer Stimme zu sprechen. Nur so werden wir als einheitlicher Verbund mit gemeinsamen Idealen, mit gemeinsamer Zielsetzung und mit effizienten Strukturen wahrgenommen.

Gute Kommunikation und vertrauensvolle Zusammenarbeit sichern den Erfolg. Aus diesem Grund hat sich der letztjährige Governorrat mit der gefühlten Kluft zwischen den Clubs und ihren Amtsträgern beschäftigt. Auch der Acting-Governorrat hat sich dieses

Themas angenommen. Einigkeit herrscht sowohl bei den Amtsträgern als auch bei den Clubmitgliedern darüber, dass ein erfolgreiches Engagement nur dann gelingen kann, wenn wir alle an einem Strang ziehen. Nur wenn wir uns als geeinte Organisation nach Außen präsentieren, werden wir als glaubhaft wahrgenommen und können die notwendige Überzeugungskraft entwickeln, um externe Förderer und Partner für unsere Ziele zu begeistern. In diesem Sinne setze ich im kommenden Jahr auf Sie alle.

Erlauben Sie mir abschließend einen Appell: Lassen Sie uns unsere Bescheidenheit ablegen. Wir alle müssen uns für unser Engagement beileibe nicht verstecken. Durch unsere Tatkraft haben wir in der Welt schon viel Leid mindern können. Warum also sollten wir nicht noch intensiver als bislang den Kontakt zu Medienvertretern aus allen Sparten suchen und sie als Verbündete gewinnen? Für unsere Activities wäre dies sicherlich hilfreich und eine regelmäßige Berichterstattung über unsere Aktivitäten prägt unser Ansehen in der Öffentlichkeit. Darüber hinaus hätten wir die Gelegenheit, unsere Organisation zu einer Marke heranzubilden, die sich nach und nach auch in der öffentlichen Wahrnehmung setzt und ein positives und sympathisches Bild von uns Lions schafft.

Lassen Sie uns die Herausforderungen angehen – Hand in Hand – und mit der für uns Lions typischen freundschaftlichen Gesinnung. ■

Es grüßt Sie herzlich
Ihr Gerd Anselmann

Lions verwenden Spitzentechnologien

LIONS MACHEN MIT NEUEN TECHNOLOGIEN LEBEN LEICHTER UND SICHERER.

Feuerwehrmänner des Cowlitz Fire Department zeigen stolz die thermische Kamera, die Lions gesponsert haben.



Thermische Aufnahmen zeigen Feuerwehrmännern an, wo genau Opfer hilflos in ihren Wohnungen liegen. Mit Hilfe von vakuumgepressten Nachbildungen lernen Blinde ohne Risiko, wie gefährliche Werkzeuge funktionieren. Krebsbehandlungen werden über Video gesteuert. Papierlose Klassenräume ermöglichen es behinderten Studenten, schwere Schulranzen gegen USB-Sticks einzutauschen. Und keines der vorgenannten Projekte kommt aus einem Science-Fiction-Roman – im Gegenteil, sie alle sind Beispiele für erfolgreiche, von LCIF finanzierte Projekte. ■ ■ ■

■ ■ ■ Lions engagieren sich seit Jahrzehnten für humanitäre Hilfe, und heutzutage beziehen sie neue Technologien ein, zum Beispiel das „Thermal Imaging System“, das für die Feuerwehr in Cowlitz County/Washington von den Lions des Distrikts 19-G mit Hilfe einer 20.000 US-Dollar schweren Spende der Lions Clubs International Foundation (LCIF) installiert wurde. Die USA haben mit einer Rate von 12,4 Feuertoten pro einer Million Einwohner eine der schlechtesten Quoten in der industrialisierten Welt. Über 100 amerikanische Feuerwehrleute sterben jährlich während ihres Einsatzes. Thermisch sen-

sible Kameras weisen auf Temperaturschwankungen in Gebäuden hin. Anstatt verrauchte Gebäude nach Überlebenden zu durchsuchen können Feuerwehrleute, die über eine thermische Kamera verfügen, diese zur Aufspürung von Überlebenden nutzen und deren Rettung im Vorfeld planen.

Technik, die funktioniert

Die Idee für dieses Projekt kam Lion Duane Baily vom Longview-Kelso Earlybird Lions Club, der eine Reportage über solche Kameras auf NBC sah. Er sorgte dafür, dass die Feuerwehr in seiner Gemeinde mit solchen Kameras ausgestattet wurde.

Die Feuerwehr in Cowlitz verwendet diese Kameras seit nunmehr vier Jahren, und seitdem ist nicht ein einziger Todesfall durch Feuer in der Gemeinde aufgetreten.

Ein anderes technologisch inspiriertes Projekt haben Lions im Distrikt 330-A Japan aufgezogen, in dem sie Blinden und Sehbehinderten ein besseres Verständnis ihrer Umwelt durch ihren Tastsinn ermöglichen. Vakuum-Pressmaschinen formen kleine Repliken von alltäglichen Dingen, die in der Realität entweder zu gefährlich oder zu groß zum Betasten wären. Und die Finger von blinden oder sehbehinderten Kindern fliegen

über dreidimensionale Landkarten und ermöglichen ihnen so, die Welt auf ganz neue Art und Weise zu sehen. Diese leichten, langlebigen Modelle helfen Kindern und Erwachsenen, Objekte zu ertasten und wiederzuerkennen, die sie sonst niemals erfühlen könnten.

Lions-Projekte durchlaufen die ganze Skala von Spitzentechnologien wie in der Genforschung bis hin zu simplen Wasserfiltern. Die Technologien entwickeln sich weiter, und auch Lions gehen diese Schritte mit – was früher undenkbar war, ist heute dank LCIF möglich. ■

Erin Crouch

Eine neue Vision für SightFirst in Lateinamerika

Als Verwalter von Spendenbewilligungen für drei SightFirst-Projekte in Kolumbien hat Lion Jairo Contreras schon oft den Ausdruck der Freude auf vielen Gesichtern von Menschen gesehen, die zum allerersten Mal sehen konnten. „Einmal hat mich eine Frau besucht. Vor ihrer Operation am Grauen Star hatte sie gefragt, ob sie die Menschen kennen lernen dürfe, die ihr das Augenlicht wiederbringen würden. Nun kniete sie in meinem Büro, mit Freudentränen in den Augen, und dankte Gott für das Wunder. Ich war äußerst gerührt und werde diesen Moment nie vergessen“, erinnert Contreras. Dies war sicherlich kein alltäglicher Moment im Leben des Wirtschaftsingenieurs, und dieser Augenblick wurde dank des SightFirst-Programms möglich. Vor SightFirst mussten Patienten in Kolumbien bis zu vier Jahre auf eine Operation am Grauen Star warten. ■ ■ ■



LIONS HABEN DEM GRAUEN STAR IN LATEINAMERIKA DEN KAMPF ANGESAGT.

Kinder in Argentinien freuen sich an ihrem wiederhergestellten Augenlicht – dank der Lions-Kampagne CSF II.

■ ■ ■ SightFirst hat 27 Millionen Menschen vor der Blindheit bewahrt. Doch neue Komplikationen und Augenkrankheiten machen die Campaign SightFirst II notwendig. CSF II strebt „Augenlicht für alle“ sowie die Vermeidung der Verdopplung der Blindheit von 37 auf 74 Millionen im Jahr 2020 an. Die laufende Kampagne hat das Ziel, mindestens 150 Millionen US-Dollar Spenden einzubringen.

In Lateinamerika wurden 342 SightFirst-Projekte im Gesamtwert von fast 24 Millionen US-Dollar (rund 17,5 Millionen Euro) bewilligt. Seit 1990 war Jairo Contreras in drei Projekten invol-

viert, bei denen 4.500 Star-Operationen in Nordostkolumbien vorgenommen wurden. Der Distrikt startet nun ein neues Projekt, bei dem 2.000 weitere Operationen geplant sind.

Dr. Felix Torres ist Augenarzt am National-Arzobispo-Loayza-Hospital in Lima/Peru. Er freut sich nun auf ein neues SightFirst-Projekt, bei dem er 1.500 kostenlose Operationen vornehmen will. Sage und schreibe 1,2 Millionen peruanische Kinder haben Augenprobleme, die durch die Verschreibung einer Brille korrigiert werden könnten – und Lions arbeiten daran, dieser Notlage zu begegnen.

Dr. Francisco Schreiber ist SightFirst-Berater in Argentinien und Vorsitzender eines Projekts im Nordosten des Landes. „Die Auswirkungen von SightFirst sind durchweg positiv. Die ehrenamtliche Tätigkeit von Lions motiviert auch andere Institutionen, karitativ tätig zu werden“, freut er sich. Tatsächlich hat die Provinzregierung nach einer erfolgreichen Lions-Kampagne ein öffentliches Programm gegen den Grauen Star in die Wege geleitet.

Bis dato waren alle Projekte in Argentinien auf Operationen am Grauen Star konzentriert, aber Lions entwickeln nun auch

langfristige, nachhaltige Projekte. „Als Arzt bin ich überzeugt, dass Prävention das beste Heilmittel ist – auch wenn sie keine sofortige Wirkung wie eine Operation zeigt. Auf lange Sicht werden wir jedoch den Erfolg daran messen können, dass Augenkrankheiten abnehmen“, sagt Dr. Schreiber voraus.

Mit der Campaign SightFirst II garantieren Lions, dass niemand lange auf eine Behandlung seiner Augenkrankheit warten muss. Kein Mensch mit vermeidbarer Blindheit wird auf sein Augenlicht verzichten müssen. ■

Kristen Eckert

LIONEL hilft beim Spendensammeln

PLÜSCHIGER BOTSCHAFTER
MIT SPENDENANTEIL.



Der Plüschlöwe LIONEL steht sinnbildlich für eine der wichtigsten Aufgaben der Lions, der Bekämpfung der Blindheit. Er ist ein Symbol für die Energie, die die Lions zur Verbesserung der Lebensbedingungen von blinden und sehbehinderten Menschen seit vielen Jahren unermüdlich einsetzen. „Wem könnte ich mit LIONEL eine Freude machen?“, ist vermutlich die meistgestellte Frage, wenn man den plüschigen Botschafter zum ersten Mal sieht. Er ist das ideale Geschenk für Kinder und Enkelkinder, zum Geburtstag oder zu Weihnachten. Natürlich eignet er sich ebenso für den Verkauf auf Weihnachtsmärkten und am Glühweinstand. — — —

— — — Dem putzigen Tier kann man durch Abnahme der Augenklappe und der Blindenbinde das Augenlicht wiedergeben. So ergeben sich daraus vielfältige Anknüpfungspunkte für Gespräche – auch im Büro, wo Lions mit diesem Aufhänger interessierte Menschen über die nachhaltige Blindenarbeit der deutschen Lions informieren können.

Durch die weltweite große Anstrengung der Lions im Rahmen der Campaign SightFirst II sollen über 150 Millionen US-Dollar für die Blindenarbeit gesammelt werden. Der MD 111 hat sich 5,2 Millionen Euro zum Ziel gesetzt, die hauptsächlich für den Aufbau einer Lions-Ausbildungsaugenklinik in Kinshasa/Kongo bestimmt sind. Nach Fertigstellung können dort pro Jahr 4.000 Augenoperationen

stattfinden. Die augenmedizinische Versorgung wird auf diese Weise in wenigen Jahren den Mindestvorgaben der Weltgesundheitsorganisation (WHO) entsprechen. Darauf dürfen die Lions mit Recht stolz sein!

Der Löwe LIONEL kostet 20,00 Euro plus einer Versandkostenpauschale von 7,50 Euro bei einer Stückzahl von ein bis fünf Löwen. Ab einer Bestellung von sechs Löwen ist die Lieferung versandkostenfrei. Für den Spendenanteil von 10,00 Euro je Löwe stellt das Hilfswerk der Deutschen Lions (HDL) eine Zuwendungsbestätigung aus. LIONEL kann beim HDL in Wiesbaden bestellt werden per Fax: (06 11) 9 91 54 83, Telefon: (06 11) 9 91 54 92 oder per E-Mail: info@lions-hilfswerk.de. ■

Andrea Clément



Schicken Sie uns Ihre Bestellung per Post, direkt per Fax: (06 11) 9 91 54 – 83 oder per E-Mail: info@lions-hilfswerk.de



Hilfswerk der Deutschen Lions e. V.
Bleichstraße 1–3
65183 Wiesbaden

JA, ICH MÖCHTE LIONEL HABEN!



Hiermit bestelle ich ____ LIONEL zum Stückpreis von 20,00 Euro zuzüglich Versandkosten. Bei ein bis fünf Stück Löwen Versandkostenpauschale von 7,50 Euro. Ab sechs Stück portofrei.

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Lions Club



Toner gegen Spende

Im Rahmen der Sammelaktion von leeren Tinten- und Tonerkartuschen zugunsten der Campaign SightFirst II „Lichtblick für Blinde“ waren die Leos aus Neuruppin bisher die Erfolgreichsten im MD 111. So wurden bisher zwei Palettenboxen und neun Kartons an die Firma Turbon International GmbH, welche die Aktion professionell begleitet, verschickt. „Weitere volle Kartons stehen zur Abholung bereit und die Aktion soll fortgesetzt werden! Neben privaten Haushalten, Firmen und der Stadtverwaltung sollen jetzt verstärkt Schulen eingebunden werden. So konnte bereits das Evangelische Gymnasium der Fontanestadt als Partner gewonnen werden. Mit großem Erfolg“, freut sich Juliane Zweck, Präsidentin des Leo-Club Neuruppin. Die Leos sammeln schon längere Zeit leere Druckerpatronen und nutzen den Erlös bisher für Projekte vor Ort. „Als wir gehört haben, dass es eine deutschlandweite Sammelaktion der Lions gibt, war sofort klar, dass wir mitmachen“, erzählt Christin Tornow, Projektleiterin des Leo-Club Neuruppin. „Die Aktion ist dadurch viel einfacher geworden und konnte ausgebaut werden. Einfach die Patronen einsammeln und abholen lassen. Unkompliziert und professionell.“

Woche des Sehens 2007

Die Woche des Sehens bietet vom 7. bis 15. Oktober die Möglichkeit, unter dem Motto „Blindheit verstehen. Blindheit verhüten.“, auf die Blindenarbeit der deutschen Lions aufmerksam zu machen. Die Hilfswerke wählten das Thema Kinderblindheit in den Entwicklungsländern zu einem der diesjährigen Schwerpunkte. Einer der acht Partner der Woche des Sehens ist das Hilfswerk der Deutschen Lions.

Mehr Informationen:

Anja Michalek

Tel.: (0 62 51) 1 31-4 40, Fax: (0 62 51) 1 31-1 89

E-Mail: info@woche-des-sehens.de

Wohnen mit Ambiente



das Sonderthema in unserer Dezember-Ausgabe 2007.

Platzieren Sie hier gezielt Ihre Anzeige. Durch die passende Einbettung erreichen Sie mit Ihrer Werbung **mehr Aufmerksamkeit** beim Leser.

Buchungs- und Redaktionsschluss ist der 31. Oktober 2007. Druckunterlagenschluss ist der 23. November 2007.

Ihre Medienberaterinnen:

Vera Ender,
Tel. (02 34) 92 14-141

Monika Droege,
Tel. (02 34) 92 14-111



Immer schön,

MIT DER SCHÖNHEIT BEFASSEN SICH PHILOSOPHEN UND WISSENSCHAFTLER. TROTZDEM FINDET JEDER ETWAS ANDERES SCHÖN.



Kinder werden weltweit als süß empfunden.

Schönheit ist überall ein gar willkommener Gast, schrieb schon Goethe in seinen Wahlverwandtschaften. Aber was ist eigentlich schön? Eine rote Rose? Ein glatter Kieselstein der feucht in der Sonne glänzt? Die Klassenkameradin mit den niedlichen Sommersprossen? Das Top-Model im Designerkleid? Schönheit liegt im Auge des Betrachters, sagt eine deutsche Redensart – und gibt damit eine Vereinfachung der Kantschen Definition von Schönheit wieder. Denn der abstrakte Begriff der Schönheit beschäftigt hauptsächlich die philosophische Disziplin der Ästhetik, die zu dem Ergebnis kommt: Schön ist, was der Beurteilende als schön empfindet. Und das ist in den verschiedenen Epochen und Kulturen höchst unterschiedlich. ■ ■ ■

■ ■ ■ Vor allem die Philosophen beschäftigen sich mit der Frage, wie sich Schönheit definiert. Im Mittelalter etwa galt Schönheit als der „Glanz der Wahrheit“, was die Übereinstimmung von Gedanken und Wahrheit bezeichnete. In der Neuzeit betrachten die Philosophen Schönheit nicht mehr als Eigenschaft von Gegenständen, sondern als Urteil des Verstandes.

Die wohl wichtigste philosophische Definition gab Immanuel Kant in seinem Werk „Kritik der Urteilskraft“ 1790: Schönheit sei der Gegenstand einer bestimmten Tätigkeit der Urteilskraft, das ästhetische Urteil oder Geschmacksurteil. Das ästhetische Urteil basiert demnach auf den subjektiven Empfindungen des Gefallens oder Nichtgefallens.

Auch die Naturwissenschaften stellen Versuche an, „Schönsein“ zu definieren. Dem Biologismus folgend, gilt als schön und erstrebenswert, was einen biologischen Vorteil verspricht. Demnach sei beispielsweise Symmetrie ein Zeichen für Gesundheit und die Abwesenheit genetischer Defekte, weshalb Menschen mit einem möglichst symmetrischen Gesicht als schön empfunden werden. Als weiteres Beispiel hierzu gilt die Annahme, dass das Verhältnis von Taille zu Hüfte bei einer Frau deren Wahrnehmung als schön beeinflusst. Besonders begehrt macht das Taille-zu-Hüfte-Verhältnis von 75%, da es auf die besondere Fruchtbarkeit der Besitzerin hindeuten soll. Auch ansonsten beschränkten sich die Naturwissenschaftler meistens auf das Ermitteln von Idealmaßen, die überwiegend als schön empfunden werden. Da sich dieses Empfinden aber im Laufe der Zeit verändert, haben die Idealmaße keinen Anspruch auf Allgemeingültigkeit.

Diese wechselnden Ideale zeigen sich beispielsweise in Schönheitswettbewerben, in den Medien und der Werbung, aber auch in den vermehrt nachgefragten Schönheitsoperationen. Seit jeher versuchen Menschen, den unterschiedlichen Schönheitsvorstellungen



Im arabischen Raum gelten fülligere Frauen als begehrt.

immer anders



Für Amerikanerinnen zählt vor allem jugendliches Aussehen. Außerdem greifen sie häufig zu Lippenstift, am liebsten in Rosa.

gen zu entsprechen, durch Kleidung und Schmuck, aber auch durch massivere Eingriffe wie das Zufeilen von Zähnen und die Verlängerung des Halses durch Ringe. Häufig drücken solche optischen Merkmale auch soziale Botschaften, wie die Zugehörigkeit zu einer Klasse oder einer Familie, aus.

Das bei uns seit Anfang des 20. Jahrhunderts geltende schlanke Schönheitsideal hat im historischen und interkulturellen Vergleich Seltenheitswert. Wie eine ethnografische Studie ergab, finden knapp die Hälfte von 62 untersuchten Kulturen dicke Frauen attraktiv, nur 20 % bevorzugen dünne Figu-

ren. Erst Ende des 19. Jahrhunderts setzte sich mit der puritanischen Leistungsethik der Trend zum schlanken Körper durch: Fett steht für Trägheit, Schlankheit für Erfolg und Leistungswillen. In der historischen Betrachtung zeigt sich, dass schlanke Frauen vor allem in Zeiten der Emanzipation „in“ sind. So kam



Dem westlichen Vorbild folgend lassen sich viele Asiatinnen die Augen rund operieren.

zum ersten Mal ein schlankes und teilweise androgynes Ideal, die „Garconnes“, in den 1920er-Jahren in Mode, als sich die Frauen nach dem Ersten Weltkrieg häufig alleine durchsetzen mussten. Auch Ende der 1960er-Jahre wurde gehungert, mit dem Magermodell Twiggy als Ikone. In Phasen der Emanzipation und Streben nach Gleichberechtigung neigt das Schönheitsideal zu dünnen Frauen, in Zeiten des Mangels – oder wenn die Gebährfähigkeit der Frauen gebraucht wurden – standen üppigere Frauen hoch in der Gunst.

Das männliche Schönheitsideal schwankt ebenfalls im Wandel der Zeiten, jedoch weniger stark als bei den Frauen. Schon die griechische Antike propagierte einen durchtrainierten Körper beim Mann als erstrebenswert: Breiter Oberkörper, schmale Hüften; das gilt bis heute. Während zuvor lange Haare und vor allem während des Rokoko Schminke auch zum männlichen Ideal gehörten, gilt seit der Französischen Revolution bis heute ein ungeschminktes Männerbild mit überwiegend kurzen Haaren.

Nach der Bodybuildingwelle der 1980er-Jahre gehört ein durchtrainierter und schlanker Körper heute zu den unerlässlichen Attraktivitätskriterien. Diesen Trend verstärken sehr schlanke Models und Schauspielerinnen, die nach Einschätzung des Deutschen Instituts für Ernährungsmedizin und Diätetik bereits krankhaft unterernährt sind.

Diesen gefährlichen Trend belegt auch eine Studie der kanadischen Universität York/Ontario, die die Playboy-Bunnys von 1978 und 1998 verglichen hat. Demnach waren Ende der 1990er 70 % der Playmates mit einem BMI von weniger als 18,1 deutlich untergewichtig; 77,5 % der leicht bekleideten Damen wogen weniger als 85 % ihres Idealgewichts.

Interkulturelle Unterschiede

Mit der fortschreitenden Globalisierung weitet sich auch das westliche Schönheitsideal aus. So haben in China und Japan Lidkorrekturen gerade Hochkonjunktur, damit die Mandelaugen mehr dem westlichen runden Vorbild ähneln. Auch bei der Beinlänge

streben die eher kleinen Asiatinnen den großen westlichen Models hinterher: operativ werden die Beine zersägt und um bis zu 10 cm gestreckt. Im Gegensatz zum Westtrend gilt in Japan aber eine möglichst blasse Haut als besonders schön, wohingegen die Europäer auf Sonnenbräune setzen. Daher greift die modebewusste Japanerin zur Tagescreme mit hohem Lichtschutzfaktor, während sich ihr deutsches Pendant auf die Sonnenbank legt.

In Brasilien verfügt die Traumfrau über genau umgekehrte Proportionen zu ihren europäischen Kolleginnen: wenig Busen, dafür einen volleren Po. Große Brüste galten lange eher als ordinär und Merkmal der schwarzen Frauen, kleinere Brüste wurden hingegen mit der überwiegend weißen Oberschicht assoziiert. Deshalb verkaufen sich Gesäßimplantate am Zuckerhut besser als Brustvergrößerungen, doch mit den US-amerikanischen und europäischen Medien kommt auch deren Schönheitsideal zunehmend zu den brasilianischen Frauen.

Weniger punkten können schlanke Frauen in den arabischen Ländern, dort gelten fülligere Frauen als schön, ebenso wie in Indien. Denn: Ohne Bauch kein Bauchtanz.

In den USA heißt das große Schönheitsideal „Ewige Jugend“. Mit Anti-Aging-Cremes, Botox und Operationen versuchen die Amerikanerinnen für im Durchschnitt 400 Euro pro Person und Jahr die Spuren des Alters aus ihrem Gesicht zu verbannen. Als neuester Trend in Sachen Körpermodifikationen legen die Amerikanerinnen ihre Stimmbänder unters Messer. Durch technische Implantate oder Collagenezufuhr soll aus einer rauhen Stimme ein süßes Säuseln werden. Für die passende Optik sorgen sie mit soften Farben im Make-up und am liebsten rosa Lippenstift: 43 % der Amerikanerinnen würden auf ihn bei ihrer täglichen Beautyprozedur nicht verzichten.

Dunkelrote Lippen in Frankreich, rosé in Nordeuropa

Bei der Lippenstiftfarbe unterscheiden sich auch die ansonsten sehr ähnlichen Europäerinnen. Die Nordeuropäerinnen bevorzugen nämlich Lachs- und Rosétöne, während die Französin am liebsten zu dunkelrot greift. So gehört er für sie zum täglichen Make-up dazu, während die Italienerinnen eher auf stark betonte Augen setzen. Insgesamt zu sehr starker Schminke tendieren die sehr modebewussten Russinnen, was in einigen anderen Ländern als eher ordinär gilt.

Einige Kriterien scheinen aber tatsächlich weltweit und über alle Epochen hinweg als schön zu gelten: Zum einen funktioniert das Kindchenschema international und seit jeher. Große Augen und eine Stupsnase lösen einen Fürsorgereflex aus und finden daher auch in der kosmetischen Chirurgie Anwendung. Studien haben gezeigt, dass Frauen mit kindlichen Anteilen im Gesicht als attraktiver empfunden werden. Auch ohnehin schon schöne Frauen ernteten im Versuch mit kindlichen Anteilen noch mehr Zustimmung. Bei Männern wirkt dieser Zusammenhang weniger gut. Hier kommt es auf die Ausprägung der reifen und kindlichen Anteile im Gesicht an.

Als zweites ewiges Schönheitsmerkmal sehen Wissenschaftler eine schmalen Taille, da



Oben wenig, unten gerne mehr – so sieht das Schönheitsideal in Brasilien aus.

diese von guter Gesundheit zeuge. Frauen mit viel Fett um die Taille haben weniger Östrogen, ab einem Bauchumfang von 88 cm haben sie laut Weltgesundheitsorganisation ein erhöhtes Krankheitsrisiko. Um die Dauerhaftigkeit dieses Schönheitsideals zu belegen, durchsuchten Wissenschaftler der Universität Austin in Texas Jahrhunderte alte Gedichte und Romane aus Europa, den USA und Asien. Tatsächlich fanden sich in Werken aus drei Jahrhunderten Beschreibungen

attraktiver Frauen mit schmaler Taille. Dicke Taillen wurden hingegen an keiner Stelle als besonders schön beschrieben. Auch die Mode trug immer wieder dazu bei, die Taille im Verhältnis zur Hüfte besonders schmal erscheinen zu lassen, beispielsweise Korsetts ab Mitte des 17. Jahrhunderts oder die Wespentaille der 1940er- und 1950er-Jahre.

Aber: Alles nur Geschmackssache. **■**

Anne Katrin Peters

Hilfestellung zur Lebenslust



DR. JOHANNES C. BRUCK
BEFASST SICH ALS CHEFARZT DER
PLASTISCHEN CHIRURGIE AM
MARTIN-LUTHER-KRANKENHAUS
IN BERLIN TÄGLICH MIT DER
SCHÖNHEIT.

DER Lion: Ist die Hemmschwelle in punkto Schönheitsoperationen niedriger?

Dr. Bruck: Ja, weil sie sicherer und in der Gesellschaft akzeptierter geworden sind. Wir haben in unseren Fachverbänden Qualitätsstandards definiert und sagen den Menschen auch, was sie nicht tun sollen. Allerdings gibt es ein zusätzliches Risiko, das die Gesundheitspolitik auf die Gesellschaft loslässt: Dadurch, dass Ärzte seit 1982 keine Gebührenerhöhung mehr bekommen haben, bieten einige Ärzte aus tatsächlicher wirtschaftlicher Not Behandlungen aus der Wellnessmedizin, aber auch der kosmetischen Chirurgie an, für die sie nicht qualifiziert sind. Und die Medien erzeugen zusätzlich Druck, dass man eine bestimmte OP machen sollte und dass diese ganz harmlos sei. Aber jede Operation ist eine Körperverletzung auf Verlangen, das muss man sich bewusst machen.

DER Lion: Und wie können Sie das mit dem Hippokratischen Eid vereinbaren?

Dr. Bruck: Die Frage des Hippokratischen Eids ist ja: Hat der Patient einen Nutzen von meinem Können. Eine der heutigen Erkenntnisse ist, dass Leid nicht messbar ist: Jeder leidet unter seinem eigenen Leid am meisten. Daher darf niemand das Leid eines anderen bewerten. Wenn jemand zu mir kommt, muss ich mich als verantwortungsvoller Arzt mit seinem Leid auseinandersetzen, ob es primär verständlich ist oder nicht. Die Medizin kann heute sehr viel, Ärzte müssen aber immer hinterfragen, ob das für den Patienten auch gut ist.

DER Lion: Dr. Bruck, haben Sie heute mehr zu tun als früher?

Dr. Johannes C. Bruck: Ja, aber das hängt nicht mit mehr Nachfrage zusammen. Es ist normal, dass man als plastischer Chirurg mit mehr Erfahrung mehr Patienten hat. Ansonsten ist die plastische Chirurgie in Deutschland nicht

überbordend, eher im Gegenteil. Die kosmetische Chirurgie wird weniger, wohingegen die Faltenbehandlung durch Unterspritzung zunimmt. Daraus resultiert wahrscheinlich eine Bugwelle, die wir vor uns herschieben: Wer heute unterspritzt, kommt noch ein paar Jahre damit aus – und verlangt später die Operation.

DER Lion: Wen würden Sie denn nicht operieren?

Dr. Bruck: Wer primär psychisch krank ist, darf nicht operiert werden, sondern muss getröstet und beraten werden, auch psychologische Hilfe in Anspruch zu nehmen. Man kann mit einer plastischen Operation niemanden glücklich machen, sondern nur eine Hilfestellung geben. Daher muss der Arzt die Motive des Patienten für einen chirurgischen Eingriff hinterfragen. Am Anfang jeder Beratung sollte offen sein, ob eine Operation erfolgt oder nicht. Oft ist das Beratungsgespräch selbst schon eine Hilfestellung. Daher halte ich es für unethisch, damit zu werben, jemanden mit einer Operation oder Unterspritzung glücklich zu machen. Bedarfsdeckung ist in Ordnung, Bedarfsweckung ist dem Arzt verboten.

Schwierig ist außerdem, dass es keinen objektiven Erfolgsstandard gibt, außer der Übereinstimmung von Erwartung und Ergebnis. Deshalb muss man gemeinsam mit dem Patienten definieren, wie das Ergebnis aussehen soll und was der Patient erwartet. Eine Aussage wie „Ich bin 42, will aber aussehen wie 32“ ist kein objektives Kriterium. Wenn man als Arzt operiert, obwohl man weiß, dass man die Erwartungen nicht erfüllt, schadet man dem Patienten.

DER Lion: Sehen Sie einen Trend hin zu bestimmten Operationen?

Dr. Bruck: Natürlich spezialisiert sich jeder Arzt auf etwas. Das andere ist, dass wir heute die Mechanismen der Alterung viel besser verstehen und die Auswirkungen die das Altern auf die Körperformen, beispielsweise des Gesichts, hat. Früher wurden Falten weggeschnitten, heute unterspritzen wir und modellieren das Gewebe, um keinen straffen Aus- oder Eindruck zu erwecken. Die Palette der Operationsmöglichkeiten ist größer und individualisierter. Nur wer über die ganze Palette verfügt, kann für den Patienten das Richtige finden. Deshalb dauert die Ausbildung zum Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie mindestens sechs Jahre und enthält auch Grundlagen der psychologischen Exploration.

Aus meiner persönlichen Beobachtung heraus würde ich sagen, Gesichts- und Augenlidkorrekturen nehmen zu, da die Menschen älter werden und sich dabei gut und jung fühlen. Deren Motivation ist: „Ich sehe aus wie 70, fühl mich aber wie 50.“ Und da kann der Chirurg helfen. Insgesamt ist die Patienten-

schicht sowohl beim Alter als auch bei der sozialen Schicht breiter geworden – auch weil die Operationen nicht teurer geworden sind.

DER Lion: Was sagen Sie den Kritikern von Schönheitsoperationen?

Dr. Bruck: Sie haben recht, wo suggestive Werbung versucht, Schönheitsoperationen mit dem Gang zum Frisör gleichzusetzen. Viele so genannte Schönheitsoperateure sind schlecht ausgebildet und machen aus finanziellen Überlegungen eine OP nach der nächsten. Als Allgemeinarzt kann man alle Operationen durchführen, es gibt da keine Einschränkung durch die Gesetzgebung.

Vor allem von Schönheitsoperationen im Ausland halte ich nichts. Nicht weil sie unsere Preise unterbieten, sondern weil es keine Qualitätskontrolle gibt, keine Nachsorge und keine Haftungsansprüche gegen den Arzt. Wenn dann etwas schief geht, lassen sich die Betroffenen auf Kosten des Gesundheitssystems hier behandeln, zum Beispiel bei einer vereiterten Bruststraffung. Die Operationen gehen häufig gut, aber der Prozentsatz des Ausschusses macht hier den Unterschied.

DER Lion: Immer wieder liest man von einer Sucht nach Schönheitsoperationen. Wo ist die Grenze zwischen normaler Eitelkeit und krankhaftem Veränderungswunsch?

Dr. Bruck: Den Menschen verlässt nie so ganz, nach seiner Identität zu suchen. Da besteht die Gefahr, dass Idole als erstrebenswert angesehen werden, aber der Mensch dahinter ist bemitleidenswert, weil er den Pfad der eigenen Identität verloren hat und häufig unter einer tiefen Assoziationsangst leidet: „Ich will nicht aussehen wie jemand anderer.“ Die Grenze liegt dort, wo der Veränderungswunsch für den Patienten objektiv schädlich ist. Wenn sich jemand trotz Warnung operieren lässt und die avisierten Schäden ignoriert, ist das krankhaft.

DER Lion: Wäre den Menschen mit mehr Selbstvertrauen und einem weniger einseitigen Schönheitsideal nicht mehr geholfen als mit einer Operation?

Dr. Bruck: Jede Gesellschaft definiert ihre eigenen Schönheitsideale, wobei wir in Deutschland ja viel vorsichtiger dabei vorgehen als zum Beispiel in den USA, Spanien oder Italien. Wenn sich jemand diesem Schönheitsideal nicht gewachsen fühlt, kann es Aufgabe eines Arztes werden, ihm zu helfen, wobei das nicht

zwangsläufig durch eine Operation erfolgen muss. Es kann auch ein Kompliment aus berufenem Mund oder die richtige Beratung sein.

DER Lion: Wann können wir also unser Leben lang jung und schön bleiben?

Dr. Bruck: Altern ist ja keine Schande, nur nicht damit zurechtzukommen. Menschen suchen ihr ganzes Leben lang nach gesellschaftlicher Anerkennung, aber da kann ein Plastischer Chirurg nur eingeschränkt helfen. Man muss sich als Arzt immer fragen: Darf ich, was ich kann. Nur wenn man die ganze Palette der Möglichkeiten beherrscht, kann man dem Patienten das Richtige anbieten. Darin besteht für mich die Ethik des Arztes.

Das Streben nach Jugend ist ja eher der Wunsch, lange Kraft und Lebenslust zu haben; also Happy-Aging statt Anti-Aging. Wir brauchen einen Ablauf, also die Alterung, aber wir können die Lebenslust erhöhen, indem Leiden ausgeschaltet wird. Hierzu kann die Medizin einen Teil beitragen. Wir können die Zeit des Siechtums komprimieren, aber irgendwann muss man sterben. Ärzte können die Zeit des Leidens so kurz wie möglich machen, aber Kraft, Dynamik und Lebenslust müssen von innen kommen. Häufig geht es darum, sich so wahrnehmen zu können, wie man sein möchte, aber dafür muss man erst wissen was man wirklich will. ■

Anne Katrin Peters

Dr. Johannes C. Bruck

Auf das Medizinstudium an der Universität Wien folgte für Dr. Johannes C. Bruck die Facharztausbildung zum Chirurgen sowie Plastischen und Ästhetischen Chirurg. Danach Stationen in leitenden Positionen am RWTH Aachen und dem Krankenhaus am Urban in Berlin. Seit 1999 steht er der Plastischen Chirurgie am Martin-Luther-Krankenhaus in Berlin vor. Im Juni 2006 erfolgte die Habilitation an der Masaryk-Universität Brunn.

Extremes Streben

MAGERSUCHT, BULIMIE UND ADIPOSITAS SIND EINIGE FOLGEN DES MOMENTANEN LEBENSSTILS UND SCHÖNHEITSIDEALS.



Beate ist extrem schlank und ständig in Bewegung. Mit ihrer zwiebelartigen Kleidung versucht sie, ihre dünnen Arme und Beine zu kaschieren. Beate ist magersüchtig – und setzt alles daran, dies zu verbergen. Sie hat die Kontrolle über die Kontrolle verloren. Sie ist blass und wirkt fahrig. Ihre Hände sind gerötet. Sie friert ständig. Obwohl sie jämmerlich und schutzbedürftig aussieht, lehnt sie strikt jede Hilfe ab. Ihr Ehrgeiz, stets die Beste und

perfekt zu sein, treibt sie trotz körperlicher Schwäche zu auffallend guten Leistungen. Doch das kostet sie zunehmend mehr Anstrengung. Woher soll sie auch die Energie schöpfen? Beate hat ihre Nahrungszufuhr auf ein absolutes Minimum gedrosselt: zwei grüne Äpfel und einen Magermilchjoghurt am Tag. — — —

— — — Beates Magersucht nimmt so schnell niemand wahr. Sie ist eine hervorragende Schülerin, treibt viel Sport, steht nachmittags meist in der Küche und kocht für die ganze Familie. Dass sie selbst hungert, kann sie geschickt verbergen. Und schließlich waren alle stolz, als „ihr Pummelchen“ end-

lich etwas für die Figur tat und auf gesunde Kost umstieg. Dass sie die Nahrungsmenge Schritt für Schritt immer mehr reduzierte, sie zwanghaft Kalorien zählte und dabei ihren Körper noch ekelhaft fand, geschah „ganz nebenbei“. Sprach sie jemand auf ihr Verhalten an, wurde sie aggressiv und brach das

Gespräch ab. Ihre Mutter hofft, dass diese „Macke“ vorübergeht, der Vater reagiert mit Spott und Ironie: Du Hungerhaken!

Als Beate es einmal verpasst, ihren nackten Körper vor den Augen der Mutter zu verstecken, nimmt die Familienkrise ihren Lauf:

Lions-Quest und Ess-Störungen

Bei Lions-Quest handelt es sich um ein Lebenskompetenzprogramm, das jungen Menschen Wege aufzeigt, mit sich selbst und Freunden klarzukommen, in der Gruppe zu handeln, eigene Entscheidungen zu treffen. Damit ist LQ weniger gegen etwas (Sucht) als für etwas (eigener Weg). In diesem Rahmen beschäftigt sich ein Abschnitt am Beispiel von Rauchen und Alkohol mit Süchten. Untersuchungen haben ergeben, dass die negative Darstellung der Wirkung

wenig bewirkt. Wichtiger ist, dass Menschen „nein“ sagen können und eigene Ziele und Vorstellungen haben. Sucht ist erst das Ergebnis von falschen Einstellungen und Gruppendruck. Daher spricht LQ weniger über das Suchtmittel oder die Sucht, sondern empfiehlt den Lehrern vielmehr, sich Zeit für die Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen zu nehmen und ihre sozialen, emotionalen und kommunikativen Kompetenzen gemeinsam zu stärken.



Entsetzen, Angst, Ratlosigkeit, Wut und verzweifelte Kämpfe um das Essen bestimmen das Familienklima. Beate wiegt nur noch 32 kg bei einer Größe von 1,65 m. Nach einem Beratungsgespräch und dem dringenden Appell des Arztes entscheidet sie sich für einen Klinikaufenthalt. Ihre Eltern finden Hilfe bei einer Angehörigengruppe und kümmern sich um eine Familientherapie, die im Anschluss an Beates Klinikaufenthalt helfen wird, das Familiengefüge neu zu gestalten. Damit haben Beate und ihre Familie eine gute Chance, die Magersucht zu überwinden.

Unterernährte Ideale

Ein überschlankes Schönheitsideal und der allgegenwärtige Perfektionsdrang der Moderne lassen das Essverhalten von immer mehr – vor allem jungen – Menschen aus dem Gleichgewicht geraten. Magersucht (Anorexie) und Ess-Brech-Sucht (Bulimie) sind häufige Folgen. So hat das so genannte Normalgewicht als Leitbild bereits ausgedient, wie Wissenschaftler anhand amerikanischer Schönheitsköniginnen der Jahre 1922

bis 1999 nachgewiesen haben. Hatten die jungen Frauen in den 1920er-Jahren noch einen gesunden Body-Mass-Index von 20 bis 25, so sank der Wert ihrer heutigen Kolleginnen auf unter 18,5. Diese Angabe wird von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) bereits im Bereich der Unterernährung eingestuft.

Es ist also kein Wunder, dass sich in den Köpfen von Mädchen und jungen Frauen ein Wunschgewicht festsetzt, das nur durch ständige Diäten zu erreichen ist. Dadurch wird allerdings die Nährstoffversorgung des Körpers gefährdet, so decken die 15- bis 19-jährigen Mädchen heute nur rund 56% ihres Calciumbedarfs, wodurch die spätere Entstehung einer Osteoporose begünstigt wird.

Häufige Diäten sind aber auch der klassische Einstieg in eine Ess-Störung. Schätzungen zufolge leiden mehr als 100.000 Frauen zwischen 15 und 35 Jahren an Magersucht, einer lebensbedrohenden Form gestörten Essverhaltens. Rund 15% der Betroffenen hungern sich regelrecht zu Tode.

Doch nicht nur extremes Untergewicht kann eine Folge von aus den Fugen geratetem Essverhalten sein. Fast alle Ess-Störungen sind begleitet von Fressanfällen – bis hin zu dem so genannten Binge Eating, bei dem der Betroffene bis zu 10.000 Kalorien auf einmal aufnimmt; ohne sich zu erbrechen. Starkes Übergewicht ist in der Gruppe der Ess-Störungen nach wie vor am häufigsten verbreitet. Rund 20% der Frauen und 16% der Männer weisen ein deutliches Übergewicht (BMI größer als 29 bei Frauen beziehungsweise 30 bei Männern) auf.

Ess-Störungen stellen ein ernst zu nehmendes gesundheitliches Problem dar, zumal die Zahl der Betroffenen steigt. Bereits 12% der elf- bis 15-jährigen Jungen und 17% der gleichaltrigen Mädchen geben nach der Bielefelder HBSC-Studie (Health Behaviour in School Children, Bielefeld, 2000) an, aktuell eine Diät zu machen. Dabei leiden hiervon bereits 7% der Jungen und 8% der Mädchen an Untergewicht. ■

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Von dem

SCHÖNER, SCHLAUER,
SCHNELLER – ERFOLGSDRUCK
VON ALLEN SEITEN KANN ZU
ANGSTERKRANKUNGEN FÜHREN.



A ttraktive Menschen haben die besseren Jobs und verdienen mehr. Wer gut aussieht, bekommt bei gleicher Qualifikation den Vorzug. Offen sagt das kein Personaler, schon alleine wegen des Antidiskriminierungsgesetzes und den damit verbundenen juristischen Konsequenzen. Klar ist aber: Leistungs- und Erfolgsdruck machen sich nicht nur an Erfahrungen und Arbeitsergebnissen fest. Immer mehr zählen äußere Aspekte.

„Eine fatale Entwicklung“, findet Prof. Dr. Götz Mundle, ärztlicher Geschäftsführer der auf Burn out, Abhängigkeits- und Angsterkrankungen spezialisierten Oberbergkliniken. Bereits heute klagen Millionen Bundesbürger über Ängste, Leistungsdruck und Burn-out-Syndrom, weil das Arbeitsaufkommen zu groß ist oder sie glauben, fremde und eigene Erwartungen nicht zu erfüllen. Der Wettkampf um Attraktivität sorgt für zusätzlichen Druck, Selbstzweifel nehmen zu. Mit erschreckenden Folgen. ■ ■ ■

■ ■ ■ Allein in Deutschland leiden 8,5 Millionen Menschen unter Angststörungen, wie eine Studie der Ruhr-Universität Bochum zeigt. Damit ist Angst ein bedeutender Kostenfaktor geworden: Jährlich entstehen in Deutschland Verluste von weit über 100 Milliarden Euro, beziffert Angstforscher Winfried Panse in seinem Buch „Angst – Macht – Erfolg“. Rund 10% aller Ausfalltage in der deutschen Wirtschaft entstehen mittlerweile aufgrund seelischer Belastung. Angstzustände und Depressionen bilden die vierthäufigste Krankheit bei arbeitenden Menschen. Nach EU-Schätzungen werden diese psychischen Erkrankungen in 15 Jahren in den Industriestaaten schon Platz zwei einnehmen.

„Angst an sich ist nichts Negatives. Sie gehört zum Leben, ein Gefühl, das uns vor Gefahren warnt und in schwierigen Situationen anspricht, das Nervensystem stimuliert, um es zu Höchstleistungen zu befähigen“, erklärt Götz Mundle, gleichzeitig Chefarzt der

Oberbergkliniken in Hornberg (Schwarzwald), „Entscheidend ist, wie man damit umgeht.“ Probleme treten auf, wenn Angst zum Dauerzustand wird. Der Körper ist unentwegt in Alarmbereitschaft, das Nervensystem im Dauerstress. Die gesunde und lebenswichtige Balance zwischen Anspannung und Entspannung geht verloren. Eine wichtige Ursache für viele körperliche und psychische Beschwerden.

Menschen im Ungleichgewicht

Hintergrund für den Verlust dieser wichtigen Balance ist häufig ein Ungleichgewicht zwischen rationaler und emotionaler Intelligenz. Manager zum Beispiel gelten als Experten rationaler Intelligenz. Kundentermine, Personalgespräche und Organisation des Familienalltags, alles wird auf der rationalen Ebene sachlich gemeistert. Die emotionale Kompetenz dagegen verkümmert. Gerade Menschen, die in ihrem Berufsleben sehr erfolgreich sind, haben oft verlernt, eigene

Gefühle, Schwächen und auch Ängste wahrzunehmen. Wenn aber die emotionale Seite nicht befriedigt wird, gerät der Mensch aus dem Gleichgewicht. Nicht selten reagieren Betroffene dann mit Hilflosigkeit. Sie spüren zwar, dass etwas nicht in Ordnung ist, doch sie können es nicht beschreiben, nicht analysieren. Oder sie glauben, nichts dagegen tun zu können.

Als mögliche Folgen treten zunächst diffuse Symptome, wie Konzentrationsstörungen, Kopfschmerzen, Magen-Darmprobleme, Herzbeschwerden, Atemnot oder Schlafstörungen sowie Ängstlichkeit auf. Daraus können sich ernsthafte psychische und körperliche Krankheiten entwickeln wie beispielsweise eine Angsterkrankung.

Symptome frühzeitig erkennen

Der Gang zum Arzt erfolgt in vielen Fällen viel zu spät. Erst wenn der berufliche Alltag nicht mehr gemeistert werden kann oder ernsthafte

Zwang, schön zu sein

körperliche Symptome aufgetreten sind, geht der Betroffene zum Arzt. Nicht selten sind Kreislaufzusammenbrüche oder ein Herzinfarkt notwendig, bis er realisiert, dass eine Richtungsänderung und Therapie notwendig sind. Also viel zu spät. Professionelle Hilfe erfordern schon die ersten unspezifischen Symptome. Das Wahrnehmen und Ernst nehmen derselben bietet die beste Prophylaxe und Frühintervention. Denn: Beim Auftreten erster Angstsymptome sind Angst-erkrankungen relativ einfach zu behandeln. Daher ist jedem anzuraten, vor dem körperlichen Zusammenbruch sich professionelle Hilfe bei einem Therapeuten zu suchen. Ansonsten besteht die Gefahr, dass sich ernstliche Angsterkrankungen entwickeln können. Dann beeinträchtigen diese nicht nur das gesamte eigene Leben, sondern auch das der Angehörigen.

Wege aus dem Leistungsdruck

Für alle Angst- und Panikstörungen empfiehlt sich nach dem heutigen Stand der Forschung eindeutig eine gezielte psychologische Therapie. Dr. Mundle: „Mit Medikamenten können lediglich die körperlichen Symptome wie große Aufregung, Herzrasen oder Schweißausbrüche gedämpft werden, nicht aber die Ursachen und Auslöser der Angst behandelt werden.“ Allerdings braucht eine gezielte Psychotherapie Zeit. In Mundles Oberbergklinik beträgt die durchschnittliche Aufenthaltsdauer sechs bis acht Wochen. Während dieser Zeit lernen die Patienten zunächst ihre Gefühle wieder wahrzunehmen, sich mit den eigenen Ängsten auseinanderzusetzen, anstatt sie zu verdrängen. Im zweiten Schritt lernen die Betroffenen zu erkennen, was die tatsächlichen Ursachen für ihre Probleme sind. Sie erfahren, wie die Angst entstanden ist und welche Funktion diese in ihrem Leben übernimmt. Entscheidend ist immer die Analyse der Angstauslöser. Nur wer der Angst ins Auge schaut, hat die Chance sie zu verlieren. Weiterhin ist es unabdingbar eine Analyse der relevanten Umgebungsfaktoren, zum Beispiel die der beruflichen Überforderungssituation, vorzunehmen. In die Therapie soll-



ten kognitiv-verhaltenstherapeutische und entwicklungsgeschichtliche emotionale Elemente mit einbezogen werden.

Im letzten Schritt der Therapie werden Verhaltensweisen erarbeitet und geübt, die den Patienten helfen, zukünftig mit Stress und Druck besser umzugehen und der Angst ohne Furcht zu begegnen. Gelingt dies, so können die Betroffenen zum Manager ihrer eigenen Angst werden. Die Angsterkrankung kann eine Chance sein. Die betroffenen Menschen lernen so, in schwierigen Situationen konstruktive Lösungen zu finden.

Wenn im Beruf der Kampf um die schönsten Mitarbeiter entbrannt ist, rät Götz Mundle, das Thema nicht überzubewerten und eine positive Einstellung zu sich selbst aufbauen und zu relativieren. „Wichtig ist es, sich auf die Dinge zu konzentrieren, die man an sich gut findet. Wenn mich mein eigenes Gefühl zufrieden und fröhlich macht, ich eine positive, angstfreie Einstellung zu mir selbst aufbaue und gut mit mir umgehe, dann strahle ich das aus.“ Einer positiven Ausstrahlung entzieht sich niemand, auch wenn er es manchmal nicht zugibt. ■

Oliver Dunk

Time to care. Time to share.

DAS 53. EUROPA-FORUM DER LIONS FINDET IN BUKAREST STATT.



Vom 18. bis 20. Oktober laden die rumänischen Lions unter dem Motto „Time to care. Time to share“ ihre europäischen Lions-Freunde zum 53. Europa-Forum in die rumänische Hauptstadt Bukarest ein. Mit finanzieller Unterstützung der anderen europäischen Länder will das noch relativ junge Lions-Land ein eindrucksvolles Forum bieten. So finden die Veranstaltungen im Palast des Parlaments statt, was jedoch einen reglementierten Zugang erfordert. Nur wer registriert ist, bekommt den nötigen

Zugangsausweis. Der Palast wurde zwischen 1984 und 1989 erbaut und ist eines der eindrucksvollsten Verwaltungsgebäude Europas mit Hunderten von Büros, Empfangssälen, Konferenzräumen und Räumen für kulturelle, wissenschaftliche und sozial-politische Veranstaltungen. ■ ■ ■



Im Palast des Parlaments in Bukarest treffen sich die Lions zum 53. Europa-Forum.

■ ■ ■ Die Innenfläche misst 265.000 m² und ist damit das zweitgrößte Gebäude der Welt nach dem Pentagon und das volumenmäßig drittgrößte Gebäude nach Cape Canaveral (USA) und der Pyramide Quetzalcoatl in Mexiko.

Umfangreiches Programm

Neben den Plenarveranstaltungen und den Workshops bieten zahlreiche Ausflüge die Möglichkeit, Bukarest und Rumänien kennen zu lernen. So wird zum Beispiel der Cotroceni-Palast, Teil des Cotroceni-Nationalmuseums, eine Institution spezialisiert auf die mittelalterliche

und moderne Geschichte der Cotroceni, besucht. Der Cotroceni-Palast, die Kirche und das Kloster zeigen 300 Jahre Geschichte des politischen, militärischen und diplomatischen Lebens der rumänischen Gesellschaft. Während dieser drei Jahrhunderte haben eine Reihe von Persönlichkeiten das Schicksal des Landes von hier aus geprägt.

Im Gegensatz dazu zeigt das Muzeul Taranului Roman (Museum des rumänischen Bauern) fast ein Jahrhundert Unruhe, in dem sich die Friedenszeiten mit Notzeiten in dem Land verflochten. Das Nationalkunstmuseum

im ehemaligen Königsschloss ist die wichtigste Kunstgalerie Rumäniens. Hier, im Zentrum Bukarests, residierte der König seit 1834. Die vier Flügel des Schlosses beherbergen eine umfassende Sammlung von europäischen und rumänischen Kunstwerken. Und das Dorfmuseum enthält authentische Bauernhäuser aus ganz Rumänien vom 17. Jahrhundert bis zum Anfang des 20. Jahrhunderts. Das Freilandmuseum ist einzigartig in Europa, da alle originalen Gebäude Stück für Stück auseinandergenommen und in dem Museum wieder zusammengebaut wurden. So zeigt das

Museum ein echtes rumänisches Dorf mit Zäunen, Pflanzungen, Brunnen und den charakteristischen Freigeländen.

Auf Draculas Spuren

Untrennbar mit Rumänien verbunden sind die Geschichten von Graf Dracula. Daher führt eine der Ausflugsfahrten auch auf seine Spuren: Bukarest – Sinaia (Sinaia-Kloster, Peles-Schloss) – Bran-Schloss – Bukarest. Der heutige Ferienort Sinaia, „die Perle der Karpaten“, liegt 125 km von der Hauptstadt entfernt. Weiter geht es zum Sinaia-Kloster, das 1695 von dem Spatarul Mihai Cantacuzino (Oberbefehlshaber Mihai Cantacuzino) gegründet wurde, der eine Wallfahrt zum Berg Sinai gemacht hatte. Das Kloster beherbergt Kultgegenstände, Ikonen, die Rara und eine Ton- und Porzellanausstellung. Peles-Schloss ist die ehemalige Königsresidenz, heute ein berühmtes Museum und der wichtigste Anziehungspunkt in Sinaia und zählt zu den

wertvollsten Denkmälern Rumäniens. Das Schloss wurde zwischen 1875 und 1883 gebaut und kombiniert viele Baustile. Es liegt in der Mitte eines wundervollen Parks. Letzte Station der Tagestour ist das Schloss Bran, das 1378 auf der Spitze eines Hügels gebaut wurde. In der Vergangenheit diente es als Zollpunkt an der Grenze zwischen der Wallachei und Siebenbürgen und spielte eine strategische Rolle bei der Überwachung des Passes. Außerdem erinnert das heutige Museum an Dracula, das Vlad Tepes als Inspiration für Bram Stokers berühmte Literaturgestalt diente.

Neben aller Arbeit und dem Sightseeing dürfen natürlich nicht die Gelegenheiten fehlen, um alte Freundschaften zu pflegen und neue zu knüpfen. Daher gehören auch die traditionellen Abendveranstaltungen zum Angebot des Europa-Forums. Das ganze Programm und die Möglichkeit zur Online-Anmeldung finden reiselustige Lions unter www.europaforum2007.org. 

Anne Katrin Peters

Das 53. europäische Lions-Forum 2007

Bukarest – Rumänien

18. – 20. Oktober 2007 – Time to care. Time to share.



Programm

Mittwoch, 17. Oktober 2007

Zeit	Veranstaltung	
09.00 – 13.00	Lokalrat Marriott	
13.00 – 15.00	Freizeit	
15.00 – 16.00		Programmrat I Marriott
16.00 – 17.00	Besuch der ICC-Sprecher/ Moderatoren	Überwachungsgruppe I Marriott
17.00 – 18.00	Sprecher/Moderatoren: Richtlinie Marriott	

Donnerstag, 18. Oktober 2007

Zeit	Leadership/Exzellenz/ Workshops	Dienste	Internationale/ Regionale Netze	Veranstaltung
09.30 – 11.00	Erstmalige Teilnehmer	Partner für Jugendliche	UNO, Europarat, WHO, FAO, UNESCO, UNICEF	Rat Musikwettbewerb
11.00 – 11.30		Kaffee-/Teepause		
11.30 – 13.00	Anweisungen Lion Certificate	LCIF Zuschuss- und Finanzierungsprogramm	Mittelmeerrat	PreTwinning Session
14.30		Mittagessen – optional		
14.30 – 16.00		Erster Europarat		
16.00 – 17.30		Eröffnungsfeier		
17.30 – 19.30		Time Off		

Samstag, 20. Oktober 2007

Zeit	Veranstaltung
09.30 – 11.30	Zweiter Europarat – Offenes Forum
11.30 – 12.00	Kaffee-/Teepause
12.00 – 13.00	Treffen mit dem International President
13.00 – 14.00	Mittagessen
14.00 – 15.00	Dritter Europarat
15.00 – 15.30	Kaffee-/Teepause
15.30 – 17.00	Schlussfeier
17.00 – 17.45	Programmrat II
17.45 – 18.30	Überwachungsgruppe II
20.00 – 00.00	Abschiedsdiner – Traditioneller Abend

Freitag, 19. Oktober 2007

Zeit	Leadership/ Exzellenz/ Workshops	Dienste	Speakers Corner	Internationale/Regionale Netze		
09.00 – 10.30	Leadership	Lions Leadership für Leos		Osteuropa I	Treffen des internationalen Vorsitzenden mit VDG	Treffen der Generalsekretäre
10.30 – 11.00		Kaffee-/Teepause				
11.00 – 12.30	SightFirst II	Treffen Lions/Leos		Euro- afrikanischer Rat I	Treffen des inter- nationalen Vorsitzenden mit den Gouverneuren	Rat MD IT
12.30 – 14.00		Mittagessen				
14.00 – 15.30	Was ist von den zukünftigen Foren zu erwarten?	Lions-Quest		Osteuropa II	Internationale Beziehungen	International Twinning
15.30 – 16.00		Kaffee-/Teepause				
16.00 – 17.30	Ethik und Lionismus	Regionale/ Nationale Programme	Euro- afrikanischer Rat II	Austausch zwischen Jugendlichen	Gespräch mit den Zeitschrift- redakteuren	
17.30 – 20.00		Freizeit				
20.00 – 00.00		Festbankett				

Ärzte nach Benin

EINE BESONDERE
ACTIVITY DES LIONS
CLUB HOLZMINDEN.

*Dr. Erich Güntert
und Dr. Winfried Pirntke
reisten nach Benin.*



Schon seit vielen Jahren leistet der Lions Club Holzminden bei seinen jährlichen Activities Hilfe für Kinder in Not. Dabei war es dem Club immer wichtig, dass die Hilfe ganz konkret an und für bestimmte Personen geleistet wurde und nicht über anonyme Verteilerstellen. Hierbei hat der Club Erfahrungen gesammelt bei der Hilfe für Minenkinder aus den Bürgerkriegsgebieten auf dem Balkan, in Afrika oder Asien. Auch im Jahr 2006 hat sich der LC Holzminden Hilfe für Kinder in Not ins Aufgabenheft geschrieben. Nur – dieses Mal sollte die Hilfe auf eine etwas andere Weise als bisher erfolgen. ■ ■ ■

■ ■ ■ Wurden in den vergangenen Jahren Kinder aus Kriegsgebieten mit Hilfe des Friedensdorfs Oberhausen nach Deutschland geholt, so sollte bei dem Projekt 2006 Hilfe vor Ort im Heimatland der Kinder geleistet werden. Bisher waren die Kinder zum Teil monatelang aus ihrer vertrauten familiären Umgebung herausgelöst und allein in einem für sie fremden Land. Die begleitenden Ärzte des LC Holzminden stellten sich daher bald die Frage: weshalb fahren wir nicht zu den Menschen und helfen vor Ort?

Hilfe für die Ärmsten

Nachdem eine Anfrage bei der Botschaft von Angola ohne Erfolg blieb, machte ein Holzmindener Arzt, der eigene Verbindungen zu einem Krankenhaus in Benin unterhält, den Vorschlag, diese Verbindungen zu nutzen und in Benin Hilfe zu leisten. Die Republik Benin, das frühere Dahomey, liegt am Golf von Guinea in Westafrika. Ihre Nachbarländer sind Togo im

Westen, Burkina Faso im Nordwesten, die Republik Niger im Norden und Nigeria im Osten. Kontakte wurden aufgefrischt und so kam es, dass im Sommer 2005 ein Mitarbeiter des deutschen Entwicklungsdienstes hier vor Ort über Benin berichtete und es für ausländische Besucher als relativ sicher beschrieb. Die deutsche Botschaft in Cotonou wusste zu berichten, dass für einen großen Teil der Bevölkerung ärztliche Behandlungskosten unerschwinglich seien, begrüßte die Initiative des LC Holzminden sehr und wollte während des Aufenthalts der Ärzte die Aktion begleiten.

Das Ärzteteam aus zwei Mitgliedern des LC Holzminden, Chirurg Dr. Erich Güntert und der Kinderarzt Dr. Winfried Pirntke, brach am Sonntag, 19. Februar 2006, zur Hilfsaktion auf. Die beiden Ärzte wollten sich drei Wochen lang in Benin aufhalten und dort, unterstützt durch drei staatliche und ein katholisches Krankenhaus, kostenlose ärzt-

liche Hilfe leisten. Eigenleistungen und Sponsoring erbrachten Medikamente im Wert von rund 5.000 Euro als Reisegepäck.

Drei Wochen Dienst unter erschwerten Bedingungen

Der erste Eindruck? „Heiß“, erinnert sich Dr. Güntert. „Außerordentlich beeindruckend“, fügt Dr. Pirntke hinzu. Drei Wochen standen sie dort am OP-Tisch oder im Behandlungsraum – wenn nicht gerade der Strom ausgefallen war. Mit großem Enthusiasmus stiegen die Lions-Freunde ins Flugzeug, doch in Benin hatten die Lions-Freunde mit erheblichen Schwierigkeiten zu kämpfen. So berichteten beide Ärzte nach ihrer Rückkehr: „Wir, die wir helfen wollten, einheimische Ärzte an neue Techniken heranzuführen, mussten schnell erkennen, dass wir keine Chance hatten, da es Vieles nicht gab! Nur ein Ultraschallgerät für Kinder in ganz Benin, kein Computer-Tomograph (CT), nur ein Magnet-Resonanz-Tomograph (MRT), und keine Möglich-

keit, endoskopisch operieren zu können. Voraussetzungen, die für uns selbstverständlich sind – in Deutschland auch in ländlichen Regionen.“

Die beiden Ärzte erlebten die Probleme hautnah vor Ort, als im Krankenhaus für zwei Tage und zwei Nächte der Strom ausfiel: zwei Tage und zwei Nächte ohne OP-Lampe und Mikroskop, denn die kleinen Krankenhäuser verfügen über keine Notstromaggregate. Beide Ärzte sind sich einig: gut und sinnvoll wäre weitere Hilfe. So suchten sie nach weiteren Sponsoren, denn der eigene Lions Club kann im Rahmen seiner langfristigen jährlichen Activities nicht alle Kosten aufbringen. „Wir würden gern weitere Hilfestellung leisten“, so die beiden Ärzte, „aber wir bräuchten dazu eine breitere Unterstützung.“

„Patienten, die zur ärztlichen Behandlung ins Krankenhaus kommen, müssen alles selbst bezahlen; ein Paar OP-Hand-



Durch das fehlende Gesundheitssystem ist der Krankenhausbesuch sehr teuer.

Unter einfachsten Bedingungen behandelten die beiden Mindener Ärzte in drei Krankenhäusern in Benin.



Durch eine frühere Behandlung könnte die hohe Kindersterblichkeit deutlich gesenkt werden.

schuhe kosten 50 Euro-Cent, jeder Tupfer, jeder Faden wird den Patienten in Rechnung gestellt“, erinnert sich Dr. Güntert. „Und das bei einem durchschnittlichen Verdienst von zirka 2,00 Euro pro Tag. Das ist für uns unvorstellbar.“ „Der stationäre Aufenthalt eines Kindes, durchschnittlich fünf bis sieben Tage, kostet die Familie rund 50 Euro. Das entspricht einem Monats-einkommen“, rechnet Dr. Pirntke vor. Daher gehen die Menschen erst zu ihrem Voodoo-Doktor im Busch.

satz zu zirka 0,02 % in Deutschland. Rund 80 % der Bevölkerung leidet unter Malaria, viele sind betroffen von Lepra, Aids, Maladie de Burili (offene Geschwüre, verursacht durch ein Insekt). Die Liste der Leiden ist lang, die Lebenserwartung liegt bei nur 50 bis 55 Jahren. „Medizin gibt es in den Apotheken, nur die Menschen können sie sich nicht leisten“, berichtet Dr. Pirntke. Oftmals wird die Behandlung viel zu früh abgebrochen, weil das Geld fehlt.

Heilung bei früherer Behandlung möglich

Wenn überhaupt, dann kommen die Patienten meist zu spät in das größere Krankenhaus. Ein Beispiel: ein vierjähriges Mädchen mit Malaria. Das Kind konnte nicht hören, nicht sehen, hatte Krampfanfälle. Wenn dieses Kind früher behandelt worden wäre, hätte man helfen können. So liegt die Kindersterblichkeit im Krankenhaus in Porto Novo bei 8 % – im Gegen-

„Der Abschied ist uns schwergefallen, weil wir so viel Elend und Leid zurücklassen mussten und viele uns gebeten haben: „Kommen Sie bitte wieder, wir brauchen hier Ihre Hilfe.“ Beide Lions-Freunde würden sicherlich wieder Hilfe leisten, doch muss erst einmal wieder das dafür notwendige Geld zusammenkommen. Für jede Unterstützung wäre der Lions Club Holzminden dankbar. ■

Manfred Günther

Moderne Vielzweck- räume

Einfach mieten:

- Büro-, Wohn-, Aufenthalt-, Sanitär-, Magazincontainer
- Großraumbüros-, Kindergärten-, Schulen-, Banken
- Lieferung sofort, europaweit.

Wir kommen Ihnen entgegen.

ELA

CONTAINER

Produktion • Vermietung • Verkauf • Service

Zeppelinstr. 19-21 49733 Haren (Ems) ☎ (05932) 5 06-0 Fax (05932) 5 06-10

www.container.de info@container.de

Wir suchen Akademiker, die Dr. werden wollen.

- ✗ Promotion berufsbegleitend möglich
- ✗ Doktorvater und deutsche Fakultät für Ihre Promotion sicher gefunden
- ✗ Alle Hilfen 100% legal

Jetzt ausfüllen & gratis Infos anfordern Fax 0 22 04 / 48 22 19.

Name _____

Straße _____

PLZ/Ort _____

jetziger Abschluss/Fachrichtung _____ LION

Institut für Wissenschaftsberatung

Dr. Frank Grätz und Dr. Martin Drees GmbH

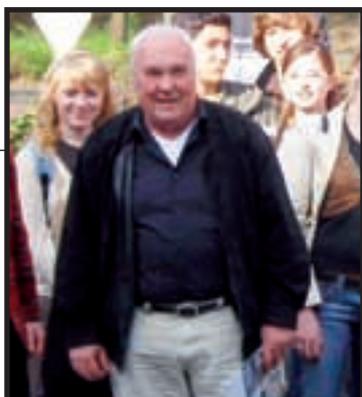
Braunsberger Feld 12 · 51429 Bergisch Gladbach · Tel. 0 22 04 / 4 82 20

www.wissenschaftsberatung.de

„Was muss, soll und kann ich wissen?“

DER LIONS CLUB BORKEN
DISKUTIERT MIT
JUGENDLICHEN ÜBER WISSEN.

*Dr. Heinrich Comes
regte zum Selbst-
denken an.*



Mitte April 2007 war es wieder so weit; 23 junge Frauen und Männer zwischen 18 und 21 Jahren trafen sich zu einem fünftägigen, arbeitsreichen Jugendforum, zu dem der Lions Club Borken im Rahmen seiner Jugendarbeit, dieses Mal zum Thema „Wissen“, eingeladen hatte. Die Jugendlichen waren für diese Veranstaltung vom Unterricht und von ihren Betrieben freigestellt worden. Beschlossenes Clubziel aller Jugendaktivitäten – Klasse2000, Lions-Quest und das Jugendforum – ist die positive Entwicklung von

Persönlichkeiten, die Stabilisierung gegen Suchtgefahren und die Förderung von Eigenständigkeit durch Kompetenz. Dies alles geschieht in Zusammenarbeit mit den entsprechenden staatlichen und privaten Organisationen. — — —



23 junge Menschen begaben sich auf die Suche nach Wissen.

— — — Schon im Prolog stellte der Organisator Dr. Heinrich Comes heraus, dass Wissen eine unendliche Anzahl von bewussten und unbewussten Aspekten beinhaltet. Das Seminar widmete sich in 13 Vorträgen daher einigen Teilgebieten des Wissens, mit dem Ziel, die Jugendlichen anzuregen, zu kritischen und eigenständig denken Persönlichkeiten zu werden.

Mit dem buddhistischen „Ommm“ fand man den Einstieg in die Vorstellungen zur Erschaffung des Alls, gefolgt von der jüdisch-christlichen und der naturwissenschaftlichen Darstellung. Aufbau und Wirkungsweise des Sonnensystems führten dann zur Diskussion über die Verteilung der Ressourcen und deren Nutzung. Anhand von Einwohnerzahl, Landesgröße und Bruttosozialprodukt je Einwohner konnten die Schwerpunkte zukünftiger Problemzonen identifiziert werden. Der Vortrag über Gesellschaft und Wirtschaft zeigte die durch die Globalisierung in allen Bereichen notwendigen Veränderungen auf. Am Ende diskutierte die Runde über Wahrheit und die Manipulation der Medien sowie deren Einfluss auf Gesellschaft, Kultur und Entwicklungen.

Die Großen der Geschichte wurden nicht – wie üblich – im politischen Feld, sondern im Bereich der Menschlichkeit ausgesucht, unter anderem Perikles, Moses Maimonides, Simon Bolivar und Martin Luther King. Auch der Eingriff des Menschen in Natur und Umwelt und die Entwicklung der Naturwissenschaften wurden dargestellt. Anhand der schematischen Zeichnung eines Wasserwerks wurde nicht nur die Physik der Energieumwandlungen zum Wohle der Menschen, sondern auch die Wirkungsweise eines Staates, die Notwendigkeit von Führungsstrategien und persönlichen Anstrengungen, der Einfluss von Bürokratie und Korruption, die Probleme und effizienten Lösungen von Entwicklungshilfe sowie private Karriereplanungen beschrieben. Es konnte überzeugend dargestellt werden, dass die heute meist ungeliebten Fächer Physik und Mathematik sich auch wunderbar zur Beschreibung und Planung gesellschaftlicher Prozesse eignen.

Interessant waren auch die parallelen Darstellungen der Entwicklung von Literatur, Musik, Malerei und Architektur. Von Homer über Goethe, James Joyce und Hans Schlink sind die in 16.000 Versen geschriebenen Ilias und Odyssee Maßstab allen literarischen Schaffens. Ähnliches gilt für Architektur, Musik und Malerei, die von den griechisch-vorderasiatischen Kulturen durch verbesserte Kenntnisse der inneren Strukturen (Statik, Harmonie- und Farbenlehre), der Materialien und Techniken immer variabelere und umfangreichere Formen gestalten konnten. Vernetzende Beispiele aller Bereiche boten ein einmaliges Erlebnis.

Die Besichtigung des Kernkraftwerks Lingen und eine Berufsberatung bewiesen sich als praktische Anteile der Veranstaltung. Das positive Feedback der Jugendlichen hat dem LC Borken und den Sponsoren gezeigt, dass Zeit und Geld mit gutem Erfolg eingesetzt wurden. ■

Dr. Heinrich Comes

Freunde finden in Europa

Bis zum 4. August dauerte das „19. internationale Lions-Jugendforum“ in Goslar, bei dem 21 Jugendliche aus zehn europäischen Nationen unter dem Leitgedanken „Freunde finden in Europa“ zusammenkamen. Kriemhilde Wehmann, Distrikt-Governor 111-NH, beschreibt das Ziel des Forums: „Die Jugendlichen üben während des Forums projektorientiert und ausschließlich in deutscher Sprache soziales und interkulturelles Lernen und Arbeiten.“ In den Themenforen gehe es unter anderem um Globalisierung und einzelne Regionen sowie um Fragen des interkulturellen und interreligiösen Dialogs; darüber hinaus um Fragestellungen aus Wirtschaft, Gesellschaft, Kultur und Wissenschaft in Deutschland. — — —



Fragen des interkulturellen und interreligiösen Dialogs standen auf dem Themenplan des Jugendforums.

JUGENDLICHE DES
19. INTERNATIONALEN
LIONS-JUGENDFORUMS
BESUCHEN RINTELN.



Anca Marcia aus Rumänien und Yevgen Dorozhko aus der Ukraine (Mitte) bedankten sich im Namen der Gruppe bei Richard Hartinger jun. und dem Rintelner Lions Club-Präsidenten Dr. Hein Kroos.

— — — Eine der Tagesexkursionen führte zum Lions Club Rinteln. Als Themenziele für die Exkursion hatten die Rintelner Lions als Gastgeber das Weser-

gold-Werk in Exten und das Haus der Religionen in der Steinzeichen-Erlebniswelt in Steinbergen ausgesucht. Nach einiger Verzögerung durch Staus auf der Auto-

bahn begrüßten Wesergold-Chef Richard Hartinger jun. als Mitglied sowie Dr. Hein Kroos als Präsident des LC Rinteln die Gäste in Exten. Nach der Führung durchs

Werk, als Beispiel einer deutschen Erfolgsgeschichte, schloss sich ein Mittagsimbiss an, bevor der frühere Rintelner Superintendent und Initiator des Hauses der Religionen, Dr. Peter Neumann, die Führung zum Steinzeichen-Park übernahm.

Symbolisches Dankeschön

Als Dankeschön an die engagierten Lions überreichte Kriemhilde Wehmann einen symbolträchtigen Hinweis auf die Kampagne SightFirst II. Der kuschelige kleine Löwe LIONEL mit Augenklappe und Blindenarmbinde stehe für die Aktion „Lichtblick für Blinde“ der deutschen Lions. Ein Teil des Verkaufspreises fließt demnach in die Activity-Kasse. **L**

Kriemhilde Wehmann

Schreiben Sie?

Wir veröffentlichen Ihr Buch!

Seit 1977 publizieren wir mit Erfolg Bücher von noch unbekanntem Autor(inn): Biographien, Romane, Erzählungen, Gedichte, Sachbücher u. a. – warum nicht auch Ihr Buch? Kurze Beiträge passen vielleicht in unsere hochwertigen Anthologien. Wir prüfen Ihr Manuskript schnell, kostenlos und unverbindlich. Schicken Sie es uns vertraulich zu – es kommt in gute Hände.

edition fischer

Orber Str. 30 • Fach 67 • 60386 Frankfurt
Tel. 069/941 942-0 • Fax 069/941 942-98/-99
www.verlage.net • E-Mail: lektorat@edition-fischer.com

Außer Spesen nichts gewesen

WENN DAS EHRENAMT FÜR LIONS ZUR FALLE WIRD, HAT DR. CHRISTIANE VAN ZWOLL VOM LC BONN-BEETHOVEN EINIGE TIPPS.



Vor kurzem kam während einer Vorstandssitzung des Vorstands des Hilfswerks des Lions Club Bonn-Beethoven die Frage auf, ob der Vorstand unseres immer noch sehr jungen Club-Hilfswerks für den Fall versichert ist, dass einem der Vorstände bei der Abwicklung von Rechtsgeschäften für das Club-Hilfswerk Fehler unterlaufen. Meine Vorstandskollegen baten mich, als auf dem Gebiet des Wirtschaftsrechts und insbesondere im gesellschaftsrechtlichen Bereich spezialisierte Anwältin und Vorsitzende des Club-Hilfswerks, dieser Frage nachzugehen und gegebenenfalls für das Club-Hilfswerk, am besten noch zusätzlich für den Club insgesamt, eine Vermögensschadenshaftpflichtversicherung abzuschließen. — — —

— — — Meine Recherchen haben zunächst ergeben, dass die für unseren Club bereits bestehende allgemeine Vereinshaftpflichtversicherung gerade nicht das Risiko aus einem etwaigen Fehlverhalten des Vorstands des Club-Hilfswerks sowie des Clubs abdeckt. Vor diesem Hintergrund machte ich mich auf die Suche nach einer für unser Club-Hilfswerk und für unseren Club passende Vermögensschadenshaftpflichtversicherung für die Vorstände des Club-Hilfswerks sowie des Clubs: Fehlanzeige. Die bestehenden Vermögensschadenshaftpflichtversicherungen (auch D&O-Versicherung genannt), die bisher in Deutschland angeboten werden, beinhalten Deckungssummen in einer solchen Höhe, dass die Versicherungsprämie, die der Club oder das Club-Hilfswerk zahlen müsste, wirtschaftlich nicht tragbar wäre. Diese Lücke hat nun die mit den Lions freundschaftlich verbundene VOV GmbH mit einem neuen Versicherungsangebot ausgefüllt.



Die Ausgangslage: Wir alle haben uns als Lions dem Motto „We Serve“ unterstellt und unternehmen deshalb ehrenamtlich sämtliche Aufgaben im Club-Hilfswerk und im Club. Dass dabei in der Hektik des Alltags jedem organschaftlichen Vertreter Fehler unterlaufen können, liegt in der Natur der Sache. Ein Beispiel: Der Club-Master hat für die regelmäßig tagende Mitgliederversammlung fest einen Raum in einem Golf-Club angemietet. Aufgrund des Engagements des Präsidenten findet an dem Tag, an dem die Mitgliederversammlung durchgeführt werden sollte, eine Großveranstaltung des Lions Clubs an einem anderen Ort statt. Der Club-Master hat aber vergessen, dies dem Golf-Club mitzuteilen. Einen Tag nach der Großveranstaltung fragt nun der Golf-Club an, warum der Lions Club nicht den angemieteten Raum genutzt hat.

Da der Golf-Club den Raum freigehalten und daher eine andere Anfrage abgelehnt hat, ist ihm ein Vermögensschaden entstanden, weshalb er den Club-Master auf Schadenersatz in Anspruch nimmt. Zu Recht!

Denkbar – und so in der Praxis geschehen

Dem Präsidenten eines Lions Clubs gelingt es, eine Spende in Höhe von 10.000 Euro für die Unterstützung eines Krankenhauses zu ergattern. Der Spender macht jedoch zur Auflage, dass mit dieser Spende ein Krankenhaus, das speziell an Krebs erkrankte Kinder behandelt, unterstützt werden soll. Das Geld geht auf dem Konto des Hilfswerks des Lions Clubs ein, doch in der Hektik des Alltags vergisst der Präsident, den Schatzmeister des Club-Hilfswerks zu bitten, die zweckgebundene Spende in Höhe von 10.000 Euro an das Krankenhaus, das an Krebs erkrankte Kinder behandelt, unverzüglich zu überweisen.

Es naht das Ende des Kalenderjahres und der Präsident bittet daraufhin den Schatzmeister des Club-Hilfswerks, nun die Überweisung der Spenden, die auf dem Konto des Club-Hilfswerks eingegangen sind, vorzunehmen. Der Schatzmeister überweist daraufhin versehentlich nicht 10.000 Euro, sondern lediglich 5.000 Euro an das Krankenhaus. Jetzt meldet sich der Spender der 10.000 Euro und bittet um einen Nachweis, dass die 10.000 Euro an das Krankenhaus überwiesen wurden. Daraufhin fällt auf, dass ein zu geringer Betrag im Rahmen der Auszahlung der zweckgebundenen Spende an das Krankenhaus geflossen ist. Der Spender verlangt sodann die Rückzahlung des fehlgeleiteten Betrags in Höhe von 5.000 Euro. Zu Recht!

Denkbar ist zusätzlich, dass sich ein Lions-Mitglied durch sein Verhalten als Vorstand des Clubs oder des Club-Hilfswerks schaden-



ersatzpflichtig gegenüber dem Lions Club oder dem Club-Hilfswerk machen kann. Hierzu ebenfalls ein Beispiel: Als Sekretär des Clubs hat ein Lions-Freund die zusätzliche Aufgabe übernommen, eine jährliche Kerzen-Activity für den Lions Club auszugestalten. Es gilt somit zu organisieren, dass sich einzelne Mitglieder in der Adventszeit auf den Marktplatz stellen und dort Kerzen verkaufen. Der Erlös aus dem Verkauf der Kerzen soll für einen wohltätigen Zweck gespendet werden. Für diese Veranstaltung ordert der Sekretär deshalb bei einem guten Freund 1.000 Kerzen. Nach der Veranstaltung legt er dem Club-Hilfswerk die Rechnung für den Einkauf dieser Kerzen zur Bezahlung vor. Nun erhebt ein Vertreter des Club-Hilfswerks den Vorwurf, dass der Sekretär die Kerzen viel zu teuer eingekauft hätte und er die Kerzen in dieser Qualität bei einem anderen Anbieter zu einem wesentlich günstigeren Preis hätte erwerben können. Der Sekretär hat also zulasten des Club-Hilfswerks einen echten Vermögensschaden produziert, für den er haftet. Wiederum zu Recht!

Immer wieder tauchen in der Praxis Haftungsprobleme in steuerlichen Angelegenheiten auf, wie folgendes Beispiel zeigt: Der einzige Steuerberater in einem Lions Club hat auch die Aufgabe des Schatzmeisters im Club-Hilfswerk übernommen. Bei der Erstellung der Steuererklärung passiert ein Fehler, so dass höhere Einnahmen ausgewiesen werden als das Club-Hilfswerk tatsächlich erzielt hat. Auch dem Vorsitzenden des Club-Hilfswerks fällt vor Einreichung der Steuererklärung bei dem zuständige Finanzamt nicht auf, dass sich in diese Steuererklärung ein Zahlendreher eingeschlichen hat. Aufgrund dieses Zahlendrehers wird dem Club-Hilfswerk gegenüber eine Steuernachzahlung festgesetzt, die zu hoch ist. Auch dies fällt dem Schatzmeister zunächst nach Erhalt des Steuerbescheides nicht auf. Erst nachdem der Steuerbescheid rechtskräftig ist, bemerkt ein Vorstandskollege, dass eine viel zu hohe Steuerforderung seitens des Finanzamts gegenüber dem Club-Hilfswerk festgesetzt wurde. Der Schatzmeister haftet nun für den von ihm verursachten Schaden gegenüber dem Club-Hilfswerk. Zu Recht.

Weitere Haftungsprobleme in steuerlicher Hinsicht können sich daraus ergeben, wenn das zuständige Finanzamt meint, mit dem Club eine Auseinandersetzung darüber führen zu müssen, ob das Club-Hilfswerk mit Gewinnerzielungsabsicht gehandelt hat und ihm deshalb die Gemeinnützigkeit abzuerkennen ist.

Inhalt einer Versicherung



Diese Beispiele verdeutlichen, dass es mehr als sinnvoll ist, die organschaftlichen Vertreter des Clubs wie auch des Club-Hilfswerks, also im Ergebnis die jeweiligen Vorstände, im Vorfeld eines möglichen Schadeneintritts durch eine Vermögensschadenshaftpflichtversicherung, die Haftungsfälle der vorbezeichneten Art vorbehaltlich einer seitens des Versicherers vorzunehmenden Prüfung im Einzelfall, ob Versicherungsschutz im konkreten Fall nach dem Versicherungsvertrag gewährt wird oder nicht, abzusichern.

Eine solche Vermögensschadenshaftpflichtversicherung speziell für Organmitglieder der Lions Clubs sowie der Club-Hilfswerke der

Lions Clubs bietet nun erstmalig in Deutschland die VOV GmbH an. Sie gewährt damit Versicherungsschutz für den Fall, dass eine versicherte Person wegen einer bei Ausübung der versicherten Tätigkeit begangenen Pflichtverletzung aufgrund gesetzlicher Haftpflichtbestimmungen wegen eines Vermögensschaden auf Schadenersatz in Anspruch genommen wird. Zu den versicherten Personen zählen natürliche Personen, also gegenwärtige, ehemalige und zukünftige Vorstände, Geschäftsführer, Aufsichtsräte, Beiräte, Verwaltungsräte, Prokuristen, Generalbevollmächtigte und alle anderen Arbeitnehmer der Beitritts-gesellschaft, so weit sie eine Organfunktion oder sogar faktische Organfunktion wahrnehmen und die Organmitglieder haften. Als versicherte Personen gelten auch Ehegatten, eingetragene Lebenspartner und Erben von versicherten Personen, so weit sie wegen Pflichtverletzungen einer versicherten Person aufgrund gesetzlicher Haftpflichtbestimmungen wegen eines Vermögensschadens auf Schadenersatz in Anspruch genommen werden.

Die versicherten Tätigkeiten umfassen das Handeln oder das Unterlassen der versicherten Personen in ihrer Funktion als Organ der Beitritts-gesellschaft. Als Versicherungsfall wird die erstmalige schriftliche Geltendmachung eines Haftpflichtanspruchs gegen eine versicherte Person innerhalb der Laufzeit des Versicherungsvertrags oder der gewährten Nachmeldefrist wegen einer während



der Laufzeit des Versicherungsvertrags begangenen Pflichtverletzung aufgefasst. Der Versicherungsschutz umfasst auch Versicherungsfälle aufgrund von Pflichtverletzungen, die vor Abschluss des Versicherungsvertrags mit der VOV GmbH liegen. Der Versicherungsschutz umfasst die Prüfung der Haftpflichtfrage, die außergerichtliche und gerichtliche Abwehr von berechtigten Haftpflichtansprüchen sowie die Befriedigung begründeter Haftpflichtansprüche. Dies gilt, mit Ausnahme der USA, weltweit. Lions können diese Versicherung sowohl für ihren Club als auch für ihr Club-Hilfswerk bereits dann abschließen, wenn der LC erst ein Jahr existiert.

Die Deckungssumme bezüglich des Versicherungsvertrags beträgt 50.000 Euro. Der Jahresbetrag für diese Versicherung beträgt derzeit 375 Euro netto. Betrachtet man dies im Verhältnis zur Höhe einer möglichen Übernahme eines eingetretenen Haftpflichtschadens bis zu 50.000 Euro durch die Versicherung, dürfte deutlich werden, dass es mehr als sinnvoll ist, für den jeweiligen Lions Club und das Club-Hilfswerk eine solche abzuschließen. Mit der Versicherungsprämie in Höhe von 375 Euro netto sind alle organschaftlichen Mitglieder sowohl des Clubs als auch des Club-Hilfswerks versichert, so sind die Organ-Mitglieder geschützt. Der Lions Club Bonn-Beethoven mit seinem Club-Hilfswerk hat dies bereits getan.

Vertragspartner dieser Versicherung ist die VOV GmbH in Köln. Die organisatorische Abwicklung in Bezug auf den Abschluss eines solchen Versicherungsvertrags wird über die Dr. Uppgang Versicherungs Service GmbH, Kaiserstr. 139-141, 53113 Bonn, Telefon: (02 28) 91 52 40, Telefax: (02 28) 9 15 24 29, E-Mail-Adresse: andreas.evers@upgang.de, vorgenommen.

Dr. Christiane van Zwoll

Ein halbes Jahrhundert

MIT EINER FEIER UND
EINER ACTIVITY BEGING
DER LC LUDWIGSHAFEN
SEIN JUBILÄUM.

Der Governorratsvorsitzende
Gerd Anselmann gratulierte.



Am 28. April 2007 feierte der Lions Club Ludwigshafen im Gesellschaftshaus der BASF sein 50-jähriges Jubiläum, am Vormittag mit einem Festakt und am Abend mit einem Gala-Dinner. Im Rahmen des Festakts würdigte zunächst Lions Club-Präsident Peter Fußer die Männer, die – aus den verschiedensten Berufen kommend – den Ludwigshafener Lions Club in der Zeit des Wiederaufbaus nach dem Zweiten Weltkrieg ins Leben gerufen hatten. Er gab seiner besonderen Freude Ausdruck, unter den

Gästen Gründungsmitglied Rudolf Klingholz begrüßen zu dürfen, der mit seinen 93 Jahren fröhlich und rüstig der Feierstunde beiwohnte. Der Lions Club Ludwigshafen hatte ihn aus Anlass des Jubiläums einstimmig zum Ehrenmitglied ernannt. — — —

— — — In seiner weiteren Ansprache hob Präsident Fußer die Bedeutung der Wahrnehmung gesellschaftlicher Verantwortung gerade auch in der heutigen Zeit hervor, in der die Medien immer wieder vor Augen führten, wie schnell Lebensziele und Pläne von einer Minute auf die andere Makulatur werden könnten.

„Wir wollen und müssen uns aus unserem Selbstverständnis heraus immer wieder neue Schwerpunkte setzen. Deshalb haben wir die Jubiläums-Activity der Jugendförderung gewidmet. Mit einem Betrag von 50.000 Euro fördern wir ein Pilotprojekt über die nächsten zwei Jahre, das nach erfolgreichem Abschluss bundesweit eingesetzt werden soll“, erläuterte Fußer. In Abstimmung mit der Oberbürgermeisterin und der Kulturdezernentin der Stadt Ludwigshafen unterstütze der Club die „Medienschule im Theater“, die dazu beitragen soll, Kinder zwischen vier und acht Jahren

mit den Medien vertraut zu machen, selbst aktiv eine Rolle zu übernehmen und damit auch die sprachlichen, kommunikativen Kompetenzen zu schulen, und somit auch die Integration Jugendlicher zu fördern. Die angestrebte bessere sprachliche, kommunikative und dementsprechend bessere soziale Kompetenz solle den Kindern gerade auch aus dem Migrationsbereich die entscheidenden Fähigkeiten vermitteln, die sie brauchen, um ihre Chancen in Schule und Beruf auch wirklich wahrnehmen zu können.

Mit Kopf und Herz dienen

Club-Präsident Fußer schloss seine Ansprache mit dem Dank an alle Lions-Freunde, die in den zurückliegenden Jahren Verantwortung übernommen, aber auch eine offene Hand gezeigt hätten. Er wünschte dem Club weit über das Jubiläumsjahr hinaus immer wieder solche Persönlichkeiten, die „Kopf und Herz“ einsetzten, um die Lions-Idee weiter zu tragen.

Die Oberbürgermeisterin der Stadt Ludwigshafen, Dr. Eva Lohse, hob in einem herzlichen Grußwort die besondere gesellschaftliche Bedeutung des Lions Club Ludwigshafen im kommunalen Leben hervor, bevor der damalige Distrikt-Governor und heutige Governorratsvorsitzende Gerd Anselmann in seinem Grußwort Bezug auf den Ursprung der Lions-Bewegung, eine Initiative des Geschäftsmanns Melvin Jones aus dem Jahre 1917, herstellte. Dessen Überzeugung war es, dass wirtschaftlicher Erfolg immer mit sozialem und bürgerhaftlichem Engagement verbunden sein sollte.

2007 ist ein besonderes Jahr, in dem nicht nur der LC Ludwigshafen sein Jubiläum feierte, sondern die Lions-Bewegung insgesamt auf eine 90-jährige Tradition als eine der weltgrößten Hilfsorganisationen verweisen kann. Tag für Tag zeige sich, so Anselmann, wie außerordentlich wichtig die Hilfe von Lions sei,

denn auch heute gebe es eine unvorstellbar große Zahl von hilfsbedürftigen Menschen, die auf das Wohlwollen und die Unterstützung anderer angewiesen seien.

Lions für SightFirst II aktiv

Beispielhaft erwähnte Distrikt-Governor Anselmann die Unterstützung des Baus einer Mädchenschule in Afghanistan. Ebenso verwies er auf den Kampf gegen die vermeidbare Blindheit, der zusammen mit der Christoffel-Blindenmission geführt werde. International sollen die Lions für die Campaign SightFirst II über 200 Millionen Dollar sammeln, mit denen die verschiedensten Projekte unterstützt werden, sei es, um die medizinische Behandlung sicherzustellen, sei es, um die gravierenden persönlichen Folgen von Blindheit, vor allem bei Kindern, nach Möglichkeit zu lindern.

Abschließend bedankte sich Anselmann bei den Mitgliedern des LC Ludwigshafen, da sie

Freundschaft und soziales Engagement



Oberbürgermeisterin Dr. Eva Lohse und Präsident Peter Fußer bei der Übergabe des Schecks über 50.000 Euro an die Medienschule im Theater.

beide genannten Projekte in vorbildlicher Weise finanziell unterstützt haben. Im Übrigen überbrachte DG Anselmann Lions-Freund Rudolf Klingholz eine besondere Ehrung des International President für dieses Engagement.

Gute Menschen für eine gute Sache

Den Festvortrag hielt schließlich Altbundeskanzler Dr. Helmut Kohl, wobei er zunächst den praktischen Bürgersinn, den der Lions Club Ludwigshafen

gezeigt habe, und die praktizierte Gemeinsamkeit, die auch einem wichtigen Aspekt diene, nämlich dem der Lebensfreude, lobte. Hier würden eben gute Menschen etwas für eine gute Sache tun. Ferner mokierte er sich darüber, dass heutzutage plötzlich die Deklaration des Bürgersinns in Mode gekommen sei und dass über den Bürgersinn sogar Seminare angeboten würden. Dabei handele es sich hier doch eigentlich um Altbekanntes. ■

Dr. Hans-Hermann Bowitz

Altkanzler Dr. Helmut Kohl lobte in seinem Festvortrag das praktische Engagement der Lions.



WOHNEN UND STUDIEREN UNTER FREUNDEN!

Erfolgreich studieren – Freundschaften pflegen in der ältesten Marburger Studentenverbindung
www.corps-teutonia-marburg.de
tolerant, weltanschaulich und politisch unabhängig. Kontakt: (04 41) 1 81 78 70

DURCHBLICK IM FINANZ-DSCHUNDEL

Eigenes Finanz-Wissen für Lions

www.petermann-online.com
(09 21) 7 64 10-0, Fax (09 21) 7 64 10-44

Lions-Freund, Dipl.-Betriebswirt, 47 Jahre

langjährige erfolgreiche Führungstätigkeit in Beschaffung, Facility Management, Fuhrpark, Projektmanagement; engagiert, unternehm. denkend und handelnd, teamorientiert, sucht neue Herausforderung im süddeutschen Raum.

Chiffre-Nr. 2038, Schürmann + Klagges
Postfach 10 23 70, 44723 Bochum

Documenta 12 Übernachtungsspezial

www.galerie-landhaus-licherode.de
Telefon (0 56 64) 93 09 93

Von Lions für Lions

International Relations

Ostafrika

EASTAFRICA SOURCING
&
SUBCONTRACTINGS



ARUSHA FACILITY
NET WORK

- steel platform
- raw materials
- solar & photovoltaic
- assemblies
- german engineering
- industrial partner in mining
- renewable resources
- full-time supplier

fon: 00 49 (0) 7 31 - 1 40 07 91
fax: 00 49 (0) 7 31 - 1 40 07 99
E-Mail: eastafrica@ferro-imex.com

Wir besetzen Nischen im Automobil- / Zuliefer- und Stahlservicesektor Stahlflach in Form von Coils, Bändern und Platinen im An- und Verkauf, Auslaufposten sowie Inventurmengen.
www.ferro-imex-technologies.com

Stahlbestände
Flacherzeugnisse An-/Verkauf

Schau mir in die Augen, Kleines

DAS SPECIAL OLYMPICS LIONS
CLUBS INTERNATIONAL
OPENING EYES PROGRAM UND
SEINE UMSETZUNG IM MD 111.

Augenuntersuchung im Rahmen
eines sportlichen Wettbewerbs.



Anlässlich der diesjährigen International Convention wurde Timothy P. Shriver, Vorsitzender von Special Olympics, mit dem Lions Humanitarian Award für seine Arbeit zur Verbesserung der Akzeptanz, Integration und Anerkennung von Menschen mit geistiger Behinderung in der Gesellschaft geehrt. Besonders hervorgehoben wurden seine Verdienste bei der Etablierung des Special Olympics Lions Clubs International Opening Eyes Program. Dieses ehrgeizige, seit 2001 von Lions Clubs International

finanzierte Programm, organisiert die Augenuntersuchung der Athleten bei ausgewählten Special-Olympics-Sportveranstaltungen auf der ganzen Welt. — — —

— — — Special Olympics, 1968 gegründet von Eunice Kennedy-Shriver, der Schwester von John F. Kennedy, organisiert regelmäßig sportliche Wettkämpfe für Menschen mit geistiger Behinderung. Jedes Jahr finden über 2.000 Veranstaltungen weltweit statt. Allein in Deutschland sind über 30.000 geistig behinderte Athleten bei Special Olympics akkreditiert und treiben regelmäßig Sport in unterschiedlichen Programmen. Neben dem Spaß, den die Athleten bei diesen sportlichen Wettkämpfen haben, ist die Erkenntnis für Athleten, Freunde, Familie und Trainer, dass geistig behinderte Menschen zu erheblichen Leistungen beim Sport in der Lage sind, ein wichtiges Ziel dieser Veranstaltungen und steigert das Selbstwertgefühl der Athleten und ihre Integration in unsere leistungsorientierte Gesellschaft.

Gesundheitsversorgung sicherstellen

Menschen mit geistiger Behinderung haben nur formell den gleichen Zugang zum Gesundheitssystem wie Nichtbehinderte. Das Gesundheitssystem ist im Wesentlichen auf die Bedürfnisse und Anforderungen nicht behinderter Patienten ausgerichtet. Menschen mit geistigen Behinderungen unterschiedlicher Ausprägung sind sich oft ihrer eigenen Defizite in Bezug auf ihre körperliche Gesundheit nicht bewusst. Das persönliche Umfeld der Menschen mit geistiger Behinderung besteht aus Familienangehörigen und Betreuern, die auf die jeweiligen gesundheitlichen Bedürfnisse nicht immer sensibel reagieren, da von Seiten der Betroffenen häufig keine Symptome angegeben werden. Auf Seiten der Gesundheitsdienstleister ist aufgrund fehlender Ausbildung und zu geringer praktischer Erfahrung häufig eine gewisse Unsicherheit im Umgang mit Menschen mit geistiger Behinderung vorhanden. Hinzu kommt, dass Menschen mit geistiger Behinderung anders, häufig verzögert, auf Befragungen reagieren und in ihrer mentalen Auffassungs- und Wiedergabefähigkeit eingeschränkt und mitunter auch widersprüchlich sein können. Viele der zur Untersuchung

und Diagnostik gehörenden Prüfungen und Tests entsprechen nicht den Bedürfnissen von Menschen mit geistiger Behinderung.

Soforthilfe für bessere Sehkraft

Daher wurde 1991 das erste Opening Eyes Program in den USA gestartet mit dem Ziel, weltweit die Sehfähigkeit von Menschen mit geistiger Behinderung zu verbessern. Hierdurch soll diesen Menschen die Möglichkeit gegeben werden, ihre Umwelt besser zu sehen, besser zu erkennen, besser wahrzunehmen und die neuen Eindrücke letztlich auch besser geistig verarbeiten zu können. Als globaler Partner für dieses Programm konnte 2001 Lions Clubs International gewonnen werden. Im heutigen Umfang und mit dieser ausgeprägten globalen Verbreitung wäre das Opening Eyes Program ohne die aktive, tat-



Stefan Schwarz steuert als Koordinator die Opening-Eyes-Aktivitäten in Deutschland. Nächster Einsatz: Karlsruhe, 22. bis 26. Juni 2008.



Seit der Premiere 2004 wurden in Deutschland 1.620 Augenuntersuchungen bei den Teilnehmern der Special Olympics durchgeführt.

kräftige Unterstützung vieler Lions vor Ort und ohne die finanzielle Unterstützung der Lions weltweit nicht denkbar.

An Special-Olympics-Wettkämpfen teilnehmende Sportler können sich einer kostenlosen Augenprüfung unterziehen. Wird dabei ein Korrektionsbedarf festgestellt, so wird eine individuell abgestimmte Brille mit den jeweiligen Glasstärken kostenlos angefertigt. Werden Auffälligkeiten festgestellt, die weiter untersucht werden müssen, so erhält der Sportler eine Empfehlung, diese Untersuchung an anderer

Stelle durchführen zu lassen. Diese Soforthilfe wird durch eine globale Partnerschaft mit dem Brillenhersteller Safilo und dem Brillenglaserhersteller Essilor möglich. Diese beiden globalen Sponsoren stellen weltweit alle benötigten Brillenfassungen und Brillengläser kostenlos zur Verfügung.

Der Großteil der Untersuchungen wird von ausgebildeten Fachkräften durchgeführt, die vorab für Augenprüfungen bei geistig Behinderten trainiert wurden. Hierbei verlieren sie ihre Unsicher-



Wenn die Untersuchung einen Korrekturbedarf zeigt, bekommen die Athleten kostenlos eine Brille gestellt.

heiten im Umgang mit geistig behinderten Menschen und lernen, geeignete Prüfverfahren sicher anzuwenden. Hierdurch wächst ihre Bereitschaft, sich verstärkt der beruflichen Betreuung von Menschen mit geistiger Behinderung zuzuwenden.

Umsetzung des Programms in Deutschland

Seit 2004 wurde das Programm jährlich in Deutschland durchgeführt, wobei bisher 1.620 Athleten untersucht wurden. Hierbei hat sich die Zusammenarbeit mit den Lions auf regionaler Ebene hervorragend bewährt. Neben aktiver Beteiligung von Lions bei der Durchführung der Sehteste haben einige Clubs (Fördergesellschaft der Hamburger Lions Clubs, Lions Club Hildesheim-Marienburg, Förderverein der Berliner Lions Clubs und Distrikt 111-OW) auch materielle Unterstützung geleistet. Für die erfolgreiche künftige Entwicklung und weitere Etablierung des Programms ist eine regelmäßige Unterstützung durch die Lions Clubs, und auch durch die Distrikte im MD 111, wünschenswert, sowohl durch persönliches wie auch durch materielles Engagement.

Die vorige Opening-Eyes-Veranstaltung fand am 1. September 2007 in Hamburg statt. Die nächste ist vom 22. bis 26. Juni 2008 in Karlsruhe geplant. Des Weiteren beabsichtigt das Programm, Sehkraftspezialisten auszubilden und vorzubereiten, um diese Bevölkerung, der nicht ausreichend gedient wird, zu unterstützen.



Nach dem Wettkampf geht es mit Hilfe der Lions zum Augentest.

Opening-Eyes-Zahlen

Ort	Jahr	optometric volunteers	Lions-Volunteers	Untersuchte Athleten
Hamburg	2004	92	40	943
Hamburg	2005	7	20	60
Berlin	2006	37	16	383
Oberhof	2007	34	19	234
		170	95	1.620

Seit 2004 wird das Programm jährlich in Deutschland durchgeführt.

Kontakt:

Stefan Schwarz, LC Hildesheim-Marienburg
 Clinical Director Special Olympics Lions Clubs
 International Opening Eyes Program Germany
 Hindenburgplatz 3
 31134 Hildesheim
 Telefon (0 51 21) 3 55 99
 Fax (0 51 21) 13 02 77
 E-Mail: info@opening-eyes.de
 Web: www.opening-eyes.de



Die Testverfahren wurden an die Fähigkeiten der Menschen mit geistiger Behinderung angepasst. Auch die Untersuchenden wurden geschult.

Ausgezeichneter Vorsitzender

Timothy Shriver leitet Special Olympics bereits seit neun Jahren. In dieser Zeit hat er daran gearbeitet, durch die Special Olympics World Games, das Programm global auszuweiten, und indem er ähnliche Programme in vielen Entwicklungs- und von Krieg zerrissenen Ländern, wie Bosnien und Herzegowina, Afghanistan und Irak, ins Leben gerufen hat. Weiterhin hat er viele aufregende Initiativen gestartet, die die Lebensqualität für Millionen von Menschen mit Behinderungen, beispielsweise durch die Vermittlung von Führungskennntnissen, interkulturelle Forschung, Gesundheit, Ausbildung und Familienunterstützung, verbessern.

Bevor sich Timothy Shriver, der von der University of Connecticut einen Doktor der Pädagogik erhielt, Special Olympics anschloss, war er als Pädagoge, Berater, Autor und Redner aktiv, der Probleme wie Drogenmissbrauch, Gewalt, Schulabbruch und Jugendschwangerschaften behandelte. Er dient als Mitglied des Vorstands der Kommission für Bildungswesen und ist Vorsitzender der Vereinigung Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning. Außerdem ist er Autor zahlreicher Publikationen und Empfänger vieler Auszeichnungen, darunter Ehrendiplome, die Medaille der Stadt Athen in Griechenland, und die Medaille des Surgeon General der Vereinigten Staaten. Als Leiter von Special Olympics dient er 2,5 Millionen Athleten und deren Familien in über 160 Ländern. Er hat dazu beigetragen, Special Olympics in eine Bewegung zu transformieren, die sich für Akzeptanz, Einbeziehung und Respekt für Personen mit geistigen Behinderungen in allen Ecken der Welt ausspricht.

Shriver, der ein Gründungsmitglied des Lions Club Washington D.C. Special Olympics ist, erhielt den Humanitarian Award während der 90. International Convention von Lions Clubs International in Chicago am 3. Juli 2007. Der Lions Humanitarian Award, die höchste Ehre, welche die Vereinigung zu vergeben hat, enthält einen Zuschuss der Lions Clubs International Foundation (LCIF) in Höhe von 200.000 US-Dollar, zur Fortführung von humanitären Aktivitäten. Ehemalige Empfänger dieser Auszeichnung sind unter anderem der ehemalige US-Präsident Jimmy Carter und Mutter Teresa. ■

Stefan Schwarz

Gedruckte Zeilen für steinerne Krabben

Der Lions Club Neckar-Alb Reutlingen ließ zum zweiten Mal lesen. Wieder wurde das gestreifte Biedermeier-Sofa vor die efeubewachsene Fassade des Reutlinger Heimatmuseums gerückt, wieder nahmen bekannte Reutlinger darauf Platz, um aus ihren Lieblingsbüchern zu lesen und wieder kamen eine Woche lang rund 100 Zuhörer jeden Abend in den Garten des Heimatmuseums, um ihnen zu lauschen und zu spenden. Wie im Vorjahr, war die Veranstaltung der Stiftung Marienkirche gewidmet, die sich um die Restaurierung und die Erhaltung des Reutlinger Wahrzeichens bemüht. 5.000 Euro konnten die Mitglieder des LC Neckar-Alb Reutlingen durch den Verkauf von Lesezeichen und Spenden zusammentragen. Den Rest zum runden Betrag gaben sie selbst noch hinzu. — — —



Michael Hörrmann vom LC Neckar-Alb Reutlingen moderierte die Lesungen vor dem Reutlinger Heimatmuseum.

DER LIONS-CLUB NECKAR-ALB REUTLINGEN VERANSTALTET ZUM ZWEITEN MAL LESEWOCHE.

— — — Besonders dringlich war die Unterstützung der Stiftung geworden, weil der Kirchturm der Reutlinger Marienkirche renoviert werden muss. Eine so genannte Krabbe, eine steinerne Verzierung entlang des Turmhelms, war im September vergangenen Jahres auf den Kirchplatz hinabgestürzt – glücklicherweise ohne jemanden zu verletzen. Die folgende Untersuchung der Bausubstanz hatte jedoch gezeigt, dass die Renovierung der maroden Verzierungen keinen Aufschub zulässt. Für die Stiftung Marienkirche, die erst im Herbst 2005 gegründet worden war, stellte die Leseweche der Lions einen Glücksfall dar, da sie nicht nur Geld einbrachte, sondern insgesamt für den Stiftungszweck geworben werden konnte. Zusätzlich berichtete der Reutlinger Generalanzeiger als Medienpartner jeden Tag über die Veranstaltung. Schon im Vorfeld hatte Lions-Präsident Eckard Räisch betont, wie wichtig die Unterstützung der Stiftung



Karl-Heinz Walter, Vorstandsvorsitzender der GWG, und Christa Gmelch, Leiterin der Stadtbibliothek, lesen.

Marienkirche gerade in ihrem Anfangsstadium sei.

Doch die Leseweche des LC Neckar-Alb Reutlingen war mehr als eine Benefizveranstaltung, sondern bürgerliches Engagement und kulturelle Bereicherung in einem. Mit der Auswahl der Literatur hatten sich die Prominenten, wie zum Beispiel die Oberbürgermeisterin,

der Landrat, der Oberspielleiter des Theaters, der Fußballtrainer des SSV Reutlingen, die Pfarrerin der Marienkirche oder die Leiterin der Stadtbibliothek, große Mühe gegeben. Sie nahmen ihre Zuhörer mit auf ihre literarischen Streifzüge: mal humorvoll, mal spannend, mal gruselig, mal anrührend, mal klassisch, mal witzig und schräg. Nicht minder interessant

war das dezente musikalische Pausenprogramm, das von Klassik über Jazz bis Rock reichte. Wiederholungen gab es nicht und jeder Abend wurde so zu einem besonderen unvergleichbaren kulturellen Ereignis – wie die Leseweche zur unverwechselbaren Aktion des Lions Club Neckar-Alb Reutlingen. ■

Dr. Monika Toman-Banke

Lichtkick – für einen

EINE ETWAS ANDERE
ACTIVITY ZUGUNSTEN DER
CAMPAIGN SIGHTFIRST II.



Die Lions des LC Neumünster-Holsten und der Förderverein Jugendfußball des Kreisfußballverbandes organisierten das größte Jugendfußballturnier Schleswig-Holsteins und gleichzeitig die erste inoffizielle Blindenfußballmeisterschaft im Freien – alles zugunsten der Campaign SightFirst II. Wie es dazu kam, wie es verlief, und wie die Beteiligten es bewerteten. — — —

— — — Eines Abends saßen drei Lions-Freunde bei einer Geburtstagsfeier zusammen und ließen ihrer Fantasie freien Lauf. Man müsste etwas ganz Großes machen, Gesunde betroffen machen vom Schicksal blinder Kinder in Kinshasa. Man müsste die jungen Menschen erreichen, ihnen die Botschaft übermitteln, das Ganze aber mit Freude verbunden. Einer der Lions-Freunde, Dr. Hartmut Andresen, ist Vorsitzender des größten Neumünsteraner Fußballvereins. Und zufällig organisierte er gerade um diese Zeit, es war im Frühjahr 2006, mit dem Neumünsteraner „Förderverein Jugendfußball“ ein großes Jugendfußballturnier, den Sepp-Herberger-Tag. 70 Mannschaften im Alter zwischen acht und 18 Jahren spielten Pokale aus. Schnell wurde im Lions Club der Entschluss gefasst, gemeinsam mit dem Förderverein Jugendfußball ein ähnliches Turnier im Frühjahr 2007 auszurichten, dieses Mal mit dem Ziel, Spenden für die Campaign SightFirst II zu sammeln.

Acht Monate Vorbereitung für ein Wochenende

Ein Organisationsstab wurde eingerichtet, bestehend aus Fußballern und Lions. Lion Dr. Andresen, als Mittler zwischen den Welten, von Anfang an dabei. Das Turnier musste organisiert werden, auch ein Rahmenprogramm wollte erstellt sein. Prominentenfußball wäre eine gute Idee oder ein Spiel der Fußballveteranen des HSV gegen eine Nord-Ostsee-Auswahl. Vielleicht könnte man Blindenfußball demonstrieren, den es in Deutschland erst seit der Fußballweltmeisterschaft 2006 gibt.

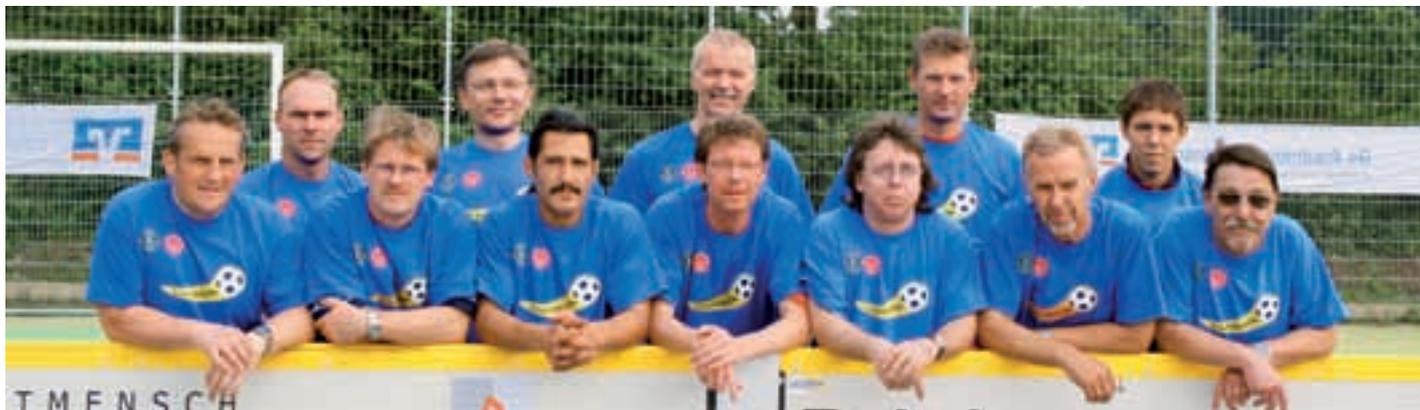


Stefan Moik vom Förderkreis Jugendfußball, Landesministerin Jutta Schümann, und P Bernd Heuchert mit dem Wanderpokal.

Dr. Andresen ist nicht nur aktiver Fußballer, er ist auch Fan des FC St. Pauli, und da gibt es seit 2006 eine Blindenfußballmannschaft. Die erste Anfrage brachte eine unerwartete Antwort: Alle neun deutschen Blindenfußballmannschaften hatten von dem Ereignis erfahren und beschlossen, gemeinsam für ein Trainingswochenende nach Neumünster zu kommen. Sie wollten ein Blindenfußballturnier im Freien durchführen – ein Novum. Weil die Hin- und Rückreise an einem Tag nicht zu bewältigen war, beschlossen Lions aus Neumünster kurzerhand, ein Blindenfußballcamp auszurichten. Die Wahl fiel auf das Pfingstwochenende und den Namen „Lichtkick“. Acht Monate dauerten die Vorbereitungen, bis alles vollständig war. Und es wurde ein (fast) perfektes Wochenende.



Lichtblick für Blinde



Thomas Hammerich, Oliver Kiekebusch, Meik Barendt (KfV), Andreas Schmahl (LC Neumünster-Holsten), Talip Grothe (KfV), Dr. Thomas Thomsen (LC Neumünster-Holsten), Stefan Moik, Kai Paetau, Volkmar Stobbe, Günter Stöllger, Christian Fischer und Horst Dobro (KfV) (von links).

Die Blindenfußballer reisten am Freitag vor Pfingsten an und wurden im Jugendferiendorf der Stadt Neumünster untergebracht. Gemeinsame Grillabende, Musik und das Frühstück im Küchenzelt wurden großzügig durch Neumünsteraner Unternehmen unterstützt. Das Blindenfußballfeld, 20 x 40 m groß, auf Kunstrasen und mit einer Bande von 1 m Höhe, ließ sich reibungslos präparieren. Das Stadion war vorbereitet, die Spielpläne fertig, 106 Jugendmannschaften hatten sich angemeldet, alle spendeten ihre Meldegelder zugunsten der Campaign SightFirst II.

Das Tor treffen ohne hinzugucken

Blindenfußball wird in Ländern wie Brasilien und England schon seit vielen Jahren sehr erfolgreich betrieben. In Deutschland ist Blindenfußball erst seit einem Jahr bekannt. Bei diesem Sport besteht eine Mannschaft normalerweise aus vier vollblinden Feldspielern und einem sehbehinderten oder sehenden Torwart. Spielgerät ist ein Fußball, der mit Rasseln gefüllt ist, damit ihn die Spieler hören können. Weiterhin benötigt man neben dem Trainer auch so genannte Guides, deren Aufgabe es ist, den Spielern Anweisungen zu geben. So befindet sich während des Spiels je ein Guide hinter dem gegnerischen Tor und einer auf Höhe der Mittellinie. Wichtig dabei ist, dass die Anweisungen klar und präzise geäußert werden. Die Spieler benötigen einen guten Orientierungssinn und viel Gefühl im Umgang mit dem Ball. Geführt wird der Ball zwischen den beiden Fußinnenseiten, um ihn unter Kontrolle halten zu können. Sobald sich ein Abwehrspieler dem Ballführenden nähert und versucht, den Ball zu erobern, muss er das Signalwort „Voi“ rufen, damit es zu keinen Unfällen kommt. Zur Orientierung dienen zwei Banden. Das Spiel ist sehr dynamisch und körperbetont, wenn es aber richtig gespielt wird nicht gefährlicher als jede andere Sportart auch. Wichtig ist, dass die Zuschauer leise sind und Umgebungsgeräusche auf ein Minimum reduziert werden.

Der größte Feind der Freiluftveranstaltung war der Regen. Nun muss man wissen, dass die Blindenfußballer bei stärkerem Regen

nicht spielen können, weil sie dann einer sehr großen Verletzungsgefahr ausgesetzt sind und den mit einer Klingel präparierten Ball nicht hören können. Fast wäre die Premiere der ersten inoffiziellen deutschen Blindenfußballmeisterschaft im Freien ins Wasser gefallen, wenn nicht eine Welle der Hilfsbereitschaft der sehenden Zuschauer dafür gesorgt hätte, dass der Kunstrasenplatz in Perioden starken Regens mit Folien abgedeckt und so beispielbar gehalten wurde. Erster deutscher Meister im Blindenfußball wurde die Mannschaft „Blaist Marburg“. Sie konnte den vom schleswig-holsteinischen Innenminister Ralf Stegner gestifteten Wanderpokal mit nach Hause nehmen und wird die zweite inoffizielle Blindenfußballmeisterschaft im Freien ausrichten, 2008 – im letzten Jahr der Campaign SightFirst II.

Am Ende wurde alles gut. Die Jugendmannschaften hatten ein tolles Turnier, die Blindenfußballer ihre erste inoffizielle Blindenfußballmeisterschaft im Freien, die Lions und die Blinden ein fantastisches Blindenfußballcamp und die vielen freiwilligen Helfer die Gewissheit, dass zirka 1.100 Jugendliche, gesunde Fußballer aus Neumünster und ihre Angehörigen, wissen, dass Lions in Afrika zwei Augenkliniken bauen, dass sie sich dessen bewusst geworden sind, welches Glück es bedeutet, gesund zu sein und intakte Sinne zu haben. Schließlich haben sie erleben können, dass es Menschen mit Behinderungen gibt, die ihr Schicksal in die Hand nehmen und erstaunliche Leistungen bringen. Wie bemerkte ein 14-Jähriger, als er versuchte mit Blindenbinden den Fußball zu treffen: „Die Blinden können ja etwas, was ich nicht kann!“

Am Ende standen rund 10.000 Euro Spenden und das Erlebnis, eine tolle Activity zugunsten der Campaign SightFirst II durchgeführt zu haben. Mehr Informationen zu dieser erfolgreichen Premiere finden Interessenten im Internet auf den Seiten www.lichtkick.de und www.blindenfussball.net. 

Dr. med. Thomas Thomsen

Leos in den Lüften

Das Weihnachtsgeschenk des Leo-Club Wurzen an das Kinderheim Dehnitz verspricht immer eine große Überraschung, einen Ausflug mit den Leos. Nach Wochenendausflügen in den Heidepark Soltau, nach „Grillensee“ in Naunhof und Berlin ging die Fahrt diesmal nach Cottbus – genauer: die „Kutzeburger Mühle“, einen großen touristischen Bauernhof.

Höhepunkt des Wochenendes sollte neben dem Ferienlager der Besuch eines Hochseilgartens und eine große Paddeltour auf der Spree sein. Am Samstagmorgen bei Sonnenschein und einer frischen Brise bestiegen alle gemeinsam die großen Schlauchboote. Vor den Kindern und Leos lag eine 12 km lange Tour zum Hochseilgarten. Nach vier Stunden rudern mit Picknick zum Mittag,

erreichte die Gruppe die gigantische Konstruktion aus Holzstämmen und Seilen in über 10 m Höhe. Bestens ausgerüstet und professionell begleitet, konnten alle Höhenfeeling schnuppern und so manche Grenzsituation erfahren.



Nach diesen anstrengenden Aktionen ließen alle gemeinsam den Tag beim Grillen und Lagerfeuer gemütlich ausklingen. Noch bis tief in die Nacht wurden Erlebnisse und Gefühle des Hochseilgartens gegenseitig ausgetauscht.

Natürlich sind die vielen Unternehmungen des Leo-Club Wurzen gemeinsam mit dem Dehnitzer Kinderheim vor allem eine finanzielle Frage. Als Haupteinnahmequelle organisieren die Wurzener Leos seit fünf Jahren die Parkplatzlogistik und agieren als Parkplatzeinweiser bei den jährlichen Highlandgames in Machern. Die Einnahmen der Parkgebühren kommen komplett dem Club zugute. ■

Marian Schmidt



DIE LEO-CLUBS IN DEUTSCHLAND SIND AN VIELEN ECKEN AKTIV. DIESMAL DIE LEOS AUS WURZEN UND SCHWERIN.

Kinder machen Zirkus

Zirkus nicht nur schauen, sondern selber machen – welches Kind träumt nicht auch einmal davon. Für 30 Kinder wurde in der evangelisch-lutherischen Petrusgemeinde dieser Traum wahr. Drei Tage ihrer Ferien machten sie selber Zirkus. Am Ende führten sie ihre gelernten Kunststücke auf.

Franziska Hasselbrink und Claudia Buhl vom Leo-Club Mecklenburg-Schwerin haben zu diesem gemeinnützigen Event mit ihren Schminkkünsten beigetragen. Piraten und Schmetterlinge, aber auch einige ziemlich gruselige Gestalten, liefen danach reihenweise auf dem Gemeindegelände herum.

Die Vorführungen der jungen Artisten wurden von Eltern und Ehrenamtlichen begeistert beklatscht. Die

Primaballerina auf dem Drahtseil ebenso wie die Clowns oder auf Bällen laufende Artisten.

Was für diese oftmals sozial benachteiligten 30 Kinder leider nicht selbstverständlich ist, ist das warme Mittagessen. Durch die finanzielle Unterstützung des Leo-Club Mecklenburg-Schwerin konnte die Gemeinde an drei Tagen Warmes zu Mittag kochen und auch Kuchen und Kakao gab es am Nachmittag. Zum Schluss gab es von den beiden Leos noch Süßigkeiten.

Auch für das nächste Jahr plant Gemeindepädagogin Dagmar Nebe wieder eine Ferienbeschäftigung. Eines bleibt: Die Schweriner Leos werden auch dann wieder mit ihrer Hilfe dabei sein. ■

Christoph Kümmitz



30 Kinder erlebten Zirkus hautnah mit Hilfe der Schweriner Leos.

Der Waschbärbauch

Wie ein Adonis, natürlich! Das ist die Antwort auf die Frage, wie schön soll denn ein Mann sein? Die Frage ist seit Menschengedenken immer wieder gestellt worden. Für Frauen gilt sie ebenso: Wie die Venus, natürlich! Venus und Adonis, das Traumpaar der Antike. Sie, dem Meeresschaum entstiegen, er, der Held mit dem Waschbrettbauch. Zeitsprung: 2007. Eine Welt aus Pommes mit Mayo. Eine Flucht in die Fast-Food-Paradiese. Ich bin ein Burger King! — — —



Wulf Mämpel
stv. Chefredakteur DER Lion

EIN SCHLANKER UND FITTER KÖRPER IST SCHÖN. ABER AUCH GUTES ESSEN, WEIN UND MUSIK HABEN IHREN REIZ.

— — — Jedes zweite oder dritte Kind ist zu dick. Bewegungsmangel schadet dem Schönheitsideal. Der Mensch lebt nur noch in und mit seinen Lastern. Fazit: Das schadet der Gesundheit. Rauchverbot. Kein Alkohol. Jogging ab 7 Uhr in der Früh. Gemüse statt Haxe. Salate statt Gänsebraten. Sprudel statt Weißbier. Wasser statt Wein.

Aussichten sind das!

Doch mal ohne Spott: Wer nicht über eine Kleidergröße 38 (als Frau) verfügt oder einen Waschbrettbauch hat, der ist out. An dem scheint die Wellnesswelle vorbei geschwappt zu sein. Dabei ist doch ein Waschbärbauch viel gemütlicher. Ich habe einen solchen. Ich bin nicht stolz darauf, doch bereitet er mir auch keine Probleme. Ich bin ja kein Fettkloß. Natürlich nicht, nur eben kein Adonis. Ich möchte keine Bodybuilder-Figur wie Arnold Schwarzenegger (sie einst hatte), als er noch Mr. Universum war. Also ein Adonis von heute.

Ich bekenne mich zu meinen kleinen Lastern: zu gutem Essen und Trinken. Auf das rechte Maß kommt es natürlich an. Felix, qui, quod amat, defendere fortiter audeo (Glücklich, wer, was er liebt, voll Mut zu verteidigen wagt). Das wussten schon die Jünger des Epikur, die Epikureer. Die sich durch einen gesunden Geist in einem gesunden Körper mit den Genüssen aus Küche und Keller verbandelten. Figur ist, wenn man trotzdem lacht. Cervantes meint: Er war ein guter Mann, also ein dicker Mann. Aber auch gilt: Das Äußere lässt auf das Innere sehen! Die Perser sagen es noch deutlicher: Die Außenseite eines Menschen ist das Titelblatt des Inneren.

Da kam – wie man sieht – schon anno dazumal Freude auf. Denn Lebensfreude ist auch eine Form von Wellness: der Griff zu einem guten Buch. Ein berauschender Opernabend. Segel setzen im Mittelmeer. Jausen nach einer Wanderung in Südti-

rol. Mit Freunden zum x-ten Mal über Homer diskutieren. Krosse Enten tranchieren. Mit Champagnerkorken Kakerlaken auf Gran Canaria schießen. Das alles kann gut tun für Körper, Seele und Geist. Wellness hat viele Gesichter, wohl dem, der sie zu entdecken in der Lage ist. Möge uns allen dieser Elan noch viele Jahre erhalten bleiben.

Leben neben dem Alltag

Die Jünger Epikurs aber grüßen in diesem Sinne in alter Freundschaft. Bleiben wir stets Fragende, Suchende, Zweifelnde, Zupackende. Erhalten wir uns die Neugierde und Aufgeschlossenheit den schönen Dingen des Lebens gegenüber. Denn es gibt ja auch noch – wie wir wissen – ein Leben neben dem Alltag. Ein Wellnessglück in der immer wieder zu bejahenden Erkenntnis, dass das eigene Glückseligsein allein im Glücklichmachen anderer liegt! Wie sagten es daher schon die ollen Römer: respice finem! ■



Bundespräsident besucht Lions-Haus in Brasilien

Anlässlich seines Brasilienbesuches hatte Bundespräsident Horst Köhler den Wunsch geäußert, auch soziale Einrichtungen, die auf Privatinitiativen zurückgehen, zu besichtigen. Der Deutsche Generalkonsul machte ihn auf das Waisenhaus „Girassol“ in São Paulo aufmerksam. Köhler sagte zu: Der Besuch des Bundespräsidenten und seiner Frau waren eine besondere Ehre für den **LC Neunkirchen-Seelscheid**, der vor 15 Jahren einer der Mitbegründer dieses Modellprojekts war und sich auch heute noch finanziell dort engagiert.

Begonnen hat das Engagement des Clubs durch LF Wulf Drefahl, der einige Jahre in Brasilien gelebt hat und das Elend der Kinder dort beobachtete. Bei seiner Rückkehr organisierte er ab 1989 über den Lions Club eine finanzielle Unterstützung für ein Waisenhaus. Durch seine jährlichen Geschäftsreisen nach Brasilien konnte er sich auch vor Ort davon überzeugen, dass das Geld gut angelegt war. Am Stadtrand wurde ein altes Farmhaus mit etwa 4.000 qm Grund erworben – auch durch eine großzügige Spende seines Arbeitgebers. Daraus entstand das Waisenhaus „Girassol“. Allein in der Gründungsphase spendete der Club 176.000 DM. Weitere Sponsoren und die Gründung eines Fördervereins haben dazu beigetragen, dass aus dem Waisenhaus eine Vorzeigeeinrichtung entstand, die auch den Bundespräsidenten beeindruckte (siehe Fotos).



Saft für Kindergärten



Eine Activity der ganz besonderen Art: Der **LC Wittmund** ist wahrlich kein Saftladen. Aber mit Apfelsaft verstehen es die Lions-Freunde, vielen Kindern eine besondere Freude zu bereiten. Seit gut zehn Jahren pflegt der Club in Berdum, einer kleinen zu Wittmund gehörenden Ortschaft, eine Apfelplantage, in der viele alte Apfelsorten gezüchtet werden. Die Lions ernten pro Jahr reichlich. Und der Einsatz lohnt sich: Einen

ganzen Anhänger voller Früchte konnte an eine kleine Mosterei geliefert werden. Die Menge beeindruckte: 100 Kisten Apfelsaft aus garantiert unbehandelten Früchten konnte daraus gewonnen werden. Den leckeren Apfelsaft spendet der Club Wittmunder Kindergärten. Anfang März trafen sich die Lions-Freunde zum obligatorischen Obstbaumschnitt – die erste Voraussetzung für eine gute Ernte auch in diesem Jahr.



Zehn Gitarren für junge Musiker

Eine Activity mit viel Musik drin! Im Rahmen einer Feierstunde überreichte der **LC Stuttgart-Neckar** zehn Gitarren an Schüler der Heusteigschule. Diese Stuttgarter Grund- und Hauptschule ist eine „Brennpunktschule“ mit hohem Anteil an Emigrantenkinder, vorwiegend aus dem ehemaligen Jugoslawien und aus der Türkei, aber auch aus Russland bis Nepal. Der LC Stuttgart-Neckar stiftete die Instrumente aus folgendem Grund: Durch gemeinsames Musizieren wird Kommunikation und Sozialverhalten gefördert, aber auch die Integration der Schülerinnen und Schüler unterstützt. Im Foto: Lions-Freunde, Lehrer, Schüler und Stuttgart's Kulturbürgermeisterin Dr. Eisenmann.



Sieger des Golfturniers: Kinder in Not

Beim 15. Benefiz-Golfturnier des **LC München-Keferloh** auf dem Platz in Pfaffing nahmen 96 Spieler teil. Die eigentlichen Gewinner waren indes Jugendliche vom Haarer Tisch sowie die Jugendhilfeeinrichtung Schloss Zinneberg in Glonn. Jede der Einrichtungen konnte durch P Ralf G. Kalmbach 5.000 Euro in Empfang nehmen. Weitere 10.000 Euro kommen in die Hände anderer Hilfsorganisationen im Münchener Osten. Im Foto: Michael Weichselgartner (Mitte), Eigner des Golfclubs Pfaffing, nimmt stellvertretend für den Bruttosieger Robert Froschmeier den Lions-Cup entgegen, eingerahmt von den Organisatoren des Turniers, LF Alois Knürr und LF Markus Christian Schwarzer.

Blinde Passagiere an Bord



Eine ungewöhnliche Aktion hatten sich die Mitglieder des **LC München-Alt-Schwabing** im Verbund mit weiteren Clubs vorgenommen: Sie luden sich blinde Passagiere an Bord, um mit ihnen einen Segeltörn durchzuführen. LF Peter Konrad hatte die Tour mit 16 Booten und 20 Behinderten auf dem Chiemsee organisiert. Die Lions-Freunde waren überrascht, wie sicher sich blinde und stark sehbehinderte Menschen an Bord fühlen und benehmen. Während im Chiemsee-Hafen ein zünftiges Frühstück eingenommen wurde, um eine Grundlage für den langen Törn zu schaffen, wurde das Wetter beobachtet. Sonntags-Segeln stand auf dem Stundenplan! Doch jeder Segler weiß – das Wetter kann sich rasch ändern.

Später bekamen es alle Mitfahrer knüppelhart zu spüren: Der Wind wurde steif

und böig, die Segel prall. Kaum noch zu halten. Melanie, eine der blinden Gäste, übernahm in dieser Situation das Ruder. Annette Schneider berichtet: „Melanie übernahm das Steuer, das Boot rauschte durch die Wellen, Melanie, eine hübsche Germanistik-Studentin, jauchzte vor Vergnügen – und hielt Kurs. Melanie steuerte mit dem Herzen. Und mit dem Herzen sieht man manchmal mehr als mit den Augen.“

Später legte die kleine Armada an einem Grillplatz in der Sassauer Bucht an.



Annette Schneider: „Das Glück, einen außergewöhnlichen Tag erlebt zu haben, strahlte aus allen Gesichtern.“ Das Grillfest war perfekt organisiert: Lions, Leos und die Gäste mit ihren Begleitpersonen erlebten einen geselligen Abschluss dieses ungewöhnlichen Tages. Die 85 Lions der Clubs München-Alt-Schwabing, Prien am Chiemsee, Rosenheim, Bad Aibling-Mangfalltal, Bad Endorf Chiemgau und Esslingen-Postmichel hatten sich zu dieser erfolgreichen gemeinsamen Activity entschlossen.

Musikwettbewerb begeistert Vorschulkinder

Es ist keineswegs so, als hätte sich der **LC Hattingen-Ruhr** zu wenig um die Jugend gekümmert, das Gegenteil ist der Fall. Schon seit Jahren fördern die Hattinger die Jugendprogramme der Lions. Deshalb war es nicht verwunderlich, als der Gedanke geäußert wurde, der Club könne vielleicht auch einmal etwas für die ganz Kleinen tun: Kinder im Vorschulalter durch einen musikalischen Wettbewerb fördern.

LF Reinhard Ising stellte eine kompetente Jury zusammen, erarbeitete Kriterien für den ersten musikalischen Kindergartenwettbewerb in Hattingen und lud die 21 Kindergärten der Stadt zur Teilnahme an diesem Wettbewerb ein. Die Präsentation der Kindergärten in der Aula der Gesamtschule Hattingen zeigte nur strahlende Gesichter. Das traf zuerst auf den Präsidenten des LC Hattingen-Ruhr, Friedrich Diergardt, zu, der in seiner Begrüßungsansprache hervorhob, dass es recht merkwürdig sei, dass sein Präsidentenjahr in einem Musikwettbewerb gipfle, obwohl er bestimmt der unmusikalischste Mensch in ganz Hattingen sei.

Ein zweiter Gewinner war der ganze Club, denn niemand hatte damit rechnen können, dass diese Initiative auf so viel Interesse stieß: Mehr als 500 Zuhörer drängten sich in der Aula der Gesamtschule. Hauptgewinner aber waren die Kinder der acht Hattinger Kindergärten, die an der Schlusspräsentation teilnahmen. Es war für alle Zuschauer und Zuhörer ergreifend zu erleben, mit welcher Anteilnahme die Kinder spielten, sangen und tanzten. Wie dankbar die Stadt Hattingen für jede Unterstützung der arg gebeutelten Kindergärten ist, brachte Bürgermeisterin Meinecke zum Ausdruck. Der Club versprach eine Wiederholung des Wettbewerbs in zwei Jahren.



„Glückliche Mosel“: LF Kurt Beck besucht Löwenstand

Happy Mosel – das ist das längste Straßenfest Europas für Radfahrer, Skater und Wanderer. Die längste Straßensperrung bietet auf 140 km zwischen Schweich bei Trier und Cochem viele Attraktionen für jedermann. Die beliebte Veranstaltung fand in diesem Jahr zum 15. Mal statt, an der sich seit 2001 auch der **LC Wittlich** mit einem Getränke- und Imbiss-Stand beteiligt.

In diesem Jahr erschien auch der Ministerpräsident des Landes Rheinland-Pfalz und SPD-Bundesvorsitzende Lions-Freund Kurt Beck (Mitglied im LC Bad Bergzabern) und besuchte den Lions-Stand (als Radler). Das Foto zeigt ihn mit LF Hermann Lewen (Intendant der Moselfestwochen). Beck erfrischte sich mit einem Glas Moselwein und unterhielt sich am Lions-Stand mit den anwesenden Bürgern.

Der Stand des LC Wittlich lag in idyllischer Umgebung am Josephshof in Graach, zwischen Bernkastel-Kues und Zeltingen-Rachtig an



der Mittelmosel, umgeben von Weinbergen.

Mit Blick auf die angrenzende Mosel bietet er den Teilnehmern der Happy Mosel Gelegenheit, in angenehmer Atmosphäre zu rasten. Neben Erfrischungsgetränken werden herzhaft frische Reibekuchen, Grillwürste oder Kaffee und Kuchen angeboten. Darüber hinaus findet jährlich eine Tombola mit attraktiven Preisen statt. Der Erlös dieser Activity fließt sozialen Projekten zu.



92 Oldtimer „schnauften“ bei der traditionellen Ruhr-Rallye

Fast schon eine Institution – die Lions-Ruhr-Rallye: 92 Oldtimerfans ließen auf dem historischen Marktplatz der Margarethenhöhe in Essen die Motoren ihrer Autos warm laufen, um nach dem Startzeichen des jetzigen und des vorhergehenden Präsidenten des **LC Essen-Stadtwald**, Willi Sahlmann und Prof. Dr. Mark Goepel, die Reise über eine 170 km lange Strecke an Rhein und Ruhr anzutreten. Wie im letzten Jahr, stand wieder ein guter Zweck Pate für diese Rallye: die Unterstützung des gemeinnützigen Vereins Interplast Germany. Jährlich werden mit Hilfe von Spendenaufkommen etwa 50 Ärzteteams in 30 Länder entsandt, um Kinder mit angeborener oder erworbener Missbildung, unter anderem infolge Kriegseinwirkung, zu operieren.

Die Fahrer (zumeist männlich) mit ihren Begleitern (zumeist weiblich) hatten nicht nur die schwierige Aufgabe, den manchmal verzwickten Kurs ausfindig zu machen, in Meerbusch wartete auch ein Geschicklichkeitsparcours auf sie, und

während der Mittagspause in Düsseldorf waren knifflige Fragen zum Thema „60 Jahre Ferrari“ zu beantworten. Eine Sondereinlage führte am altehrwürdigen Marktplatz in Ratingen vorbei, auf dem zahlreiche Schaulustige den auf Hochglanz gewienerten Karossen einen herzlichen Empfang bereiteten. 40 km waren dann nur noch zurückzulegen, bis das Ziel, Kohlewäsche auf dem Weltkulturerbe Zeche Zollverein in Essen-Katernberg, erreicht war.

Bei der Abschlussveranstaltung nahm Dr. Christian Löhlein von Interplast Germany die Gelegenheit wahr, Ziele und Aufgaben seines Vereins darzustellen. Der große Beifall zeigte, dass die Teilnehmer an der Auto-Rallye nicht nur einen erlebnisreichen Tag in wunderschöner Landschaft erlebt hatten, sondern dass sie auch fühlten, an der Erfüllung einer wirklich wichtigen Aufgabe mitgewirkt zu haben. Somit spricht alles dafür, sich schon jetzt auf die Lions-Ruhr-Rallye 2008 zu freuen.

Bernhard Prinz



Lions aktiv

Die Jugendarbeit der Vereine in Marktoberdorf zu unterstützen, ist das Ziel des Lions-Jugend-Förderpreises, den der **LC Marktoberdorf** in diesem Jahr zum siebten Mal vergab. Der Preis ist jährlich mit 1.500 Euro dotiert und wurde unter anderem schon der Wasserwacht, der Kolpingfamilie, den Johannitern, einer Kirchenband oder der kath. Jugend überreicht. In diesem Jahr wurde der Marktoberdorfer Pfadfinderstamm „Cassiopeia“ ausgezeichnet. Die Preisübergabe fand traditionell im Rathaus der Gemeinde in Anwesenheit des Oberbürgermeisters Werner Himmer statt.



Termin der Preisübergabe ist der Sonntag des Marktoberdorfer Urbani-Marktes, an dem der Club mit einem Stand teilnimmt. Selbst gebackene Kuchen, ein Bücherstand, ein Fahrradmarkt und viele andere Angebote sorgen mit ihrem Erlös dafür, das Preisgeld zu finanzieren.

Der **LC Siegen-Rubens** präsentierte sich im Juni auf Einladung seines französischen Jumelage-Clubs Vervy Val de Seille auf einer Fete de l'excellence in Bruley bei Nancy in Lothringen mit seiner SightFirst-Activity in Namibia. Bei dieser Gelegenheit wurde das deutsch-französische Lions-Kochbuch gut verkauft und brachte einen Erlös von 520 Euro. Auf dem darauf folgenden Clubabend wurde beschlossen, 1.000 Euro an das Hilfswerk der Lions für SightFirst II zu überweisen.

Über ein richtig gutes Ergebnis freut sich der **LC Berlin-Leipziger Platz**. Einen Reinerlös von 4.500 Euro brachte das Benefiz-Konzert mit Donna Brown and the black Gospel Pearls vor 350 begeisterten Gästen in der St.-Ludwig-Kirche. Passend zum Konzert konnten sich die Zuhörer in der Pause mit kleinen amerikanischen Leckereien stärken. Der Reinerlös fließt in das Projekt der Berliner Tafel, mit dem Frühstücksbeutel für Schulen in Problembezirken finanziert werden. Hintergrund ist die erschreckende Erkenntnis, dass viele Kinder kein Frühstück von zu Hause erhalten. Die Frühstücksbeutel der Tafel werden in den Pausen für 20 Cent verkauft, um den Almosencharakter der Aktion zu vermeiden.



Flotter Einstieg: Der **LC Lage/Lippe** spendete dem Förderverein eines Kindergartens in Lage 9.000 Euro. Die Summe kam bereits im März, anlässlich der Charterfeier des Clubs auf der Wilhelmsburg, zusammen. Ziel des Clubs ist es, dem Kindergarten die Anschaffung von neuen Spiel- und Klettergeräten und die Ausgestaltung eines Außengeländes zu ermöglichen. Die bisherigen Geräte waren defekt und völlig überaltert.

Keine Scheckübergabe, sondern aktive Hilfe, kennzeichnete eine Activity des **LC Meppen-Emsland**. Die Mitglieder griffen zu Spaten, Harke und Gartenschlauch. In einem mehrtägigen Einsatz schufen sie einen „Fühlgarten“ für die Bewohner des Alten- und Pflegeheimes Sankt Ursula in Haselünne. Angelegt wurden Hochbeete mit duftenden Kräutern und Blumen. Hubert Schröder, der die Arbeiten organisiert hatte: „Wir möchten insbesondere für Demenzerkrankte einen Garten bauen, der die Sinne anspricht.“ Auf einen Unterbau aus Schotter wurde Mutterboden geschüttet. Die Einfassungen bestehen aus Bruch- und Feldsteinen.



Die ehrenamtliche Arbeit zu würdigen ist eine wichtige Aufgabe, zu der sich auch der **LC Offenbach** entschloss. Drei Personen aus Hochstadt wurden für langjähriges Ehrenamt gewürdigt und mit jeweils 500 Euro belohnt. Der Bürgerpreis ging an Hermann Köhler, Elstraut Fochs und Gisela Weiß. Prominente Gratulanten waren Governorratsvorsitzender Gerd Anselmann aus Edesheim und die deutsche Weinkönigin Katja Schweder. Der Bürgerpreis wird alle zwei Jahre an Personen vergeben, die sich besonders für die Gemeinschaft eingesetzt haben.



Mit 6.000 Euro unterstützt der **LC Osnabrücker Land** den ambulanten Intensivpflegedienst „Die Mobile“. Die Summe ermöglichte in den Sommerferien schwerstbehinderten Kindern und Jugendlichen eine gemeinsame Fahrt mit ihren Eltern und ihren Betreuern nach Berdum an die Nordsee. „Wir möchten mir dieser Spende, die durch eine Tombola finanziert wurde, die betroffenen Familien wirksam entlasten“, so P Carlos Cordero d’Aubuisson. Das Foto entstand bei der Übergabe der Spende im Osnabrücker Zoo.



Nicht nur die Sonne strahlte, sondern auch 100 Golferinnen und Golfer, die beim 12. Turnier des **LC Alveslohe** auf Gut Kaden die Schläger für einen guten Zweck schwangen. Nach der Siegerehrung wurde mit großer Freude ein Scheck über 12.500 Euro an die Vorsitzende des Don Bosco-Hauses in Mölln übergeben. Mit der Summe kann die dringend erforderliche Ausweitung der Einrichtung begonnen werden. Im kommenden Jahr werden erneut die weißen Bälle für einen guten Zweck geschlagen.

Irgendwas ist immer – unter diesem Motto fand im Kölner Senftöpfchen-Theater zum fünften Mal eine vom **LC Köln-Laetitia** organisierte Benefiz-Veranstaltung zugunsten der Förderschule Geistige Entwicklung statt. Star des Abends war die Künstlerin Anka Zink, die mit viel Charme, Humor und Scharfsinn das Publikum begeisterte. 2.100 Euro konnten dem Schulleiter übergeben werden, das der Neugestaltung des Schulhofes zugutekommt. Als Dankeschön hatten die Lehrer der Schüler „Zwei jecke Hühner von Kölle“ gestaltet, die bei nächster Gelegenheit versteigert werden sollen. Der Erlös ist wiederum für die Schule gedacht.



Zum vierten Grafschafter Spargelmahl hatte der **LC Nordhorn-Lingen-Montagsgesellschaft** bei Nordhorn eingeladen. Den Festvortrag hielt der Osnabrücker Bischof Franz-Joseph Bode. Der Reinerlös des Abends in Höhe von 5.000 Euro wurde von P Hermann Goedereis an die Vorsitzende des Sozialdienstes kath. Frauen, LF Beatrix Sajogo, übergeben. Bei den bisherigen Spargelessen konnten 21.000 Euro eingenommen werden.



Bereits zum dritten Mal verlieh der **LC Ludwigshafen-Kurpfalz** einen Förderpreis für soziales Engagement bei Schülern. Das soziale Verhalten, das uneigennütziges Miteinander weit über das Muss hinaus, findet nach Meinung der Lions zu wenig Würdigung. Die für das künftige berufliche Leben so wichtige soziale Kompetenz werde nur selten ausgezeichnet. Das änderte der Ludwigshafener Club durch die Verleihung seines Preises an verschiedene Klassen. Thema war beispielsweise „Armut in Deutschland“. Einen ersten Platz erreichte die berufsbildende Schule Technik 2 in Ludwigshafen. Die Aktion soll auch im kommenden Jahr fortgesetzt werden.

Was der **LC Meckenheim-Wachtberg** seit der Gründung 2005 schon an Land erfolgreich praktizierte, wurde jetzt auf dem Wasser fortgesetzt: 30 meist segelunkundige Mitglieder der Lions-Familie erlebten gemeinsam ein verlängertes Wochenende an Bord des Windjammers „Grote Beer“ und segelten unter Leitung von Kapitän Steven und Maat Arthur von Harlingen nach Terschelling. Der gemeinsame Törn diente der Pflege der Freundschaft unter den Lions und wurde zu einer höchst lehrreichen – was die Segelkunde betrifft – gemeinsamen Unternehmung. Schließlich mussten 500 qm Segelfläche manövriert werden. 48 Stunden auf engstem Raum – das schweißt zusammen und dient dem Gedanken der Lions-Freundschaft untereinander sicherlich.



Das Projekt Klasse2000, das größte Programm zur Gesundheitsförderung und Gewalt- und Suchtvorbeugung, haben nun auch die Eltern und Lehrkräfte der Jobst-vom-Brandt-Schule in Waldersdorf bei Marktredwitz im Fichtelgebirge angenommen. Die Patenschaft für die beiden ersten Klassen der Schule hat der **LC Marktredwitz-Fichtelgebirge** übernommen. Das Projekt hat das Ziel, den eigenen Körper kennen zu lernen, sich gesund zu ernähren, Tabak und Alkohol kritisch zu beurteilen.



Ihren ersten Marathon hat die Ittenbacherin Barbara Saleh für einen guten Zweck gelaufen: Gemeinsam mit dem LC Rhein Wied, unter dessen Fahne sie beim Rheinenergie-Marathon in Bonn angetreten war, hatte sie Sponsoren gesucht, die ihr für jeden gelaufenen Kilometer 50 Cent oder 1,00 Euro zahlten. Das Haus Nazareth, eine Behinderten-einrichtung in Ittenbach, erhielt den Reinerlös des Laufs in Höhe von 2.400 Euro. Auch den nächsten Lauf will Barbara Saleh erneut in den Dienst einer guten Sache stellen.

4.750 Euro waren das Ergebnis einer Benefiz-Veranstaltung „Sommer auf Gut Sandbeck“ mit TV-Star und LF Gunther Emmerich und der Semper-House-Band unter dem Titel „Dixie im Frack“. Veranstalter war der **LC Osterholz**. 650 Gäste hatten an der Open-Air-Veranstaltung teilgenommen. Der Erlös ist für die internationale Lions-Kampagne SightFirst II – Lichtblicke für Blinde – bestimmt. Mit der Summe kann 170 Blinden in den ärmsten Ländern geholfen werden. Der Sommer auf Gut Sandbeck soll auch im kommenden Jahr wieder stattfinden.



Am Campus Garching wurde am 1. Juni der erste **Campus Lions Club Garching** in Bayern gegründet. Die 20 Gründungsmitglieder sind in erster Linie Studierende, Doktoranden und Mitarbeiter der TU München oder der Max-Planck-Gesellschaft und des Garchinger Technologie- und Gründerzentrums. Das Ziel: das Campusleben mit verschiedenen Aktivitäten interessanter zu machen und gleichzeitig sich in Hilfsprojekten sozial zu engagieren. Gründungspräsident ist Florian Kiefer, Doktorand an der TU München. Patenclub war der LC Unterschleißheim-Schleißheim. Die Gründungsurkunde übergab DG Christiane Schilling.



Einen Lions-Fonds für ihr soziales Engagement gründeten die Mitglieder des **LC Bad Mergentheim** und stellten dafür ein Einlagekapital in Höhe von 20.000 Euro zur Verfügung. Pro Jahr können davon bis zu 4.000 Euro zweckbestimmt werden. Die Verwaltung des Fonds wird von der Stadtverwaltung in Bad Mergentheim besorgt. Besonders die Unterstützung von Schülern und Schulprojekten sind das Ziel der Lions-Freunde.



In diesem Jahr greifen Langeooger Inselschüler in den Pausen nach knackigem Obst: Frei nach dem Motto „An Apple a Day keeps the Doctor away“ unterstützt der **LC Langeoog „Gräfin Anna“** die Aktion „Gesundes Frühstück“. Jeden Dienstag und Donnerstag können sich die Schüler kostenfrei die gespendeten Äpfel schmecken lassen. „Die Aktion wird sehr gut angenommen“, kann Schulleiterin Angelika Fischer berichten.

Erstmals hat der **LC Vallendar WHU** ein Bewerbertraining für Jugendliche durchgeführt, um die Schüler auf den Einstieg ins Berufsleben vorzubereiten. In kleinen Gruppen lernten die Schüler unter anderem ein Vorstellungsgespräch zu führen, Bewerbungsschreiben zu formulieren und eine Mappe zu erstellen. Ein fiktives Bewerbungsgespräch gehörte auch zum Training, das bei den Schülern großen Anklang fand. Die Mitglieder des Clubs wollen ähnliche Trainingsveranstaltungen auch künftig durchführen. Es müssen ja nicht immer Schecks sein.



Gute und gesunde Ernährung sind die Voraussetzungen für einen aktiven Lebensstil. Für den **LC Karlsruhe-Baden** war dies der Anlass, mit Schülern der Leopoldschule eine Activity der besonderen Art durchzuführen. Der Club unterstützte seit langem durch sein Projekt Soziale Schule die Schüler dieser „Brennpunkt-Schule“ und arbeitet hierzu eng mit der Schulleitung zusammen. Jetzt kochten sie gemeinsam auf der „Slow Food 2007“ in Stuttgart vor einem größeren Messe-Publikum Kartoffelsuppe und Apfelküchel: drei Tage lang jeweils acht Schüler der Schule. Über 10.000 Messebesucher informierten sich über das Programm des Clubs.



Die Frühförderung von Kindern hat sich das „Haus früher Hilfen“ zur Aufgabe gemacht. Hierbei geht es um die frühe Entwicklung der Sinne und die Aufgaben, systematische Beziehung von Emotion, Bewegung, Wahrnehmung, Spiel, Lernen, die Entwicklung der Fantasie und die Position der sozialen Interaktion. Viele dieser Ziele kann ein Kind nicht allein entwickeln, es bedarf der Unterstützung durch einen Partner, eines Kindes oder Erwachsenen. Der **LC Gummersbach-Aggertal** leistete einen Beitrag für diese Programme und stiftete dem Haus eine Reihe von Spielgeräten (Foto).

Als er vor 15 Jahren gegründet wurde, war der **LC Hofheim Rhein-Main** der sechste bundesweite Damen-Club. Einer der Paten zur Gründung war der damalige Zonen-Chairman Eberhard J. Wirfs. Der Beschluss war schnell gefasst: Die Damen bekochten den Patenclub LC Hofheim am Taunus „wie in guten alten Zeiten“ mit einem umfangreichen kalt-warmen Buffet. Eberhard J. Wirfs (inzwischen 2. Vice International President und Mitglied des LC Hofheim am Taunus), nahm an der Feier teil. Der Damen-Club ist inzwischen fester Bestandteil im Hofheimer Stadtbild – durch seine vielen Aktivitäten, die pro Lions-Jahr zu rund 20.000 Euro Einnahmen führen. Foto: Gründungspräsidentin Christa Pelkmann, Eberhard J. Wirfs und P Petra Emden-Weinert (von links).



Den Geist gegenseitiger Völkerverständigung haben sich seit zehn Jahren der **LC Delitzsch** und der polnische Club Poznan auf die Fahne geschrieben. Besuche beider Clubs in ihren Heimatstädten gehören zum wohl gepflegten Programm dieser Jumelage. In diesem Jahr weilte erneut eine Abordnung aus Polen für mehrere Tage in Delitzsch. Touren nach Thale, Halle und Leipzig standen auf dem Programm – aber auch eine Visite in der Förderschule in Rödgen, die vom LC Delitzsch unterstützt wird (Foto). Ein Besuch in Poznan wurde für das nächste Jahr vereinbart.





Mit der festlichen Preisverleihung im historischen Kaufhaus am Münsterplatz erreichte der vierte Schulsozialpreis-Wettbewerb des **LC Freiburg-Alt Freiburg** seinen Höhepunkt. Der Wettbewerb stärkte vor allem die Wertschätzung des sozialen Engagements in den Schulen für die breite Öffentlichkeit. Themen waren: Mittagessen für Mitschüler, Flohmarktaktionen zugunsten einer Schule in Brasilien, die Pflege des Schulgartens. Alle Projekte wurden bei dem Festakt kurz vorgestellt und mit einer Urkunde bedacht. Für die drei Preisträger gab es großzügige Schecks, die P Gottfried Mordos und LF Horst Helmut Eck überreichten.

Die Krone, der kupferne Turmhelm der spätgotischen Kirche von St. Lamberti in Hildesheim, fehlte viele Jahre aus Kostengründen.

Das wollten die Hildesheimer nicht auf sich beruhen lassen und gründeten 1996 einen Verein aus engagierten Bürgern, darunter die beiden Lions-Freunde Manfred Oppermann und Heinz Segermann. Das Ziel: Wiederaufbau des historischen Kirchturms.

Die drei **Hildesheimer Lions Clubs** unterstützen den Plan, dem sich mehrere Tausend Bürger anschlossen, um die Summe zu erreichen: 683.000 Euro. Viele private Sponsoren traten ebenfalls auf den Plan, um gemeinsam mit der Landeskirche Hannover das große Werk zu vollenden. Am 30. Juni konnte, nach mehr als zehn Jahren, die Fertigstellung des Turmhelms gefeiert werden.



Eine erfolgreiche Bilanz konnte der **LC Senftenberg** für das abgelaufene Lions-Jahr ziehen: 20.000 Euro wurden für verschiedene Aktivitäten ausgezahlt. Einer der Höhepunkte war wieder das Benefiz-Konzert mit dem Jugendsinfonie-Orchester Brandenburg, dessen Erlös von 3.000 Euro sozialen Zwecken diente. P Heino Gemeinhardt (rechts) konnte mit weiteren Lions-Freunden die Schecks überreichen.



Foto: Andreas Schubert

Wellness und Gesundheit

Inhalt

Das „Tote Meer in Deutschland“ feiert Geburtstag	58
Wellness vom Feinsten	58
Wohlfühlen in den fünf Wesensbereichen mit Kneipp	60
Wohlbefinden für Körper und Geist	62
Wenn der Weg das Ziel ist	63
Wohlfühl am Wörthersee	64
Gesund schlafen	64
Fit statt fett	65
Wellness für die Füße	66
Warum das Gehirn ständig Energie benötigt	67
Höxter im Herzen des Weserberglandes	68
Deutschlands Sonneninsel Nr. 1	68
Badekuren in Bayreuth	69
Die Kraft der Thermalquellen nutzen	69
Golf und Meer	70
Anti-Aging im Allgäu	71
Bei Krampfadern in die Venenfachklinik	72
Zeit für Gesundheit und Entspannung	73
Gesunde Wasserkraft	74
Wenn die Stimme wegbleibt	75
Wellness im Herbst	76

Anzeige

wellness · beauty · tagen
am „Toten Meer in Deutschland“

Viele Pauschal-Angebote zum Genießen!
Präventionskurse für Ihre Gesundheit!

WELLNESS
Saunalandschaft
Sole-Wellnesstherme
mit den Mineralien des Toten Meeres

BEAUTY
Schönheitsfarm
Ayurveda, Thalasso, klassische Kosmetik,
Wellness-Massagen

PRAXISKLINIK
für Ästhetisch-Plastische
Chirurgie/Kosmetische Dermatologie
Facelifting, Faltenunterspritzung,
Brustkorrekturen, Fettabsaugen uvm.
Leitung: Facharzt für Plastische und
Ästhetische Chirurgie

GASTRONOMIE
Tanz/Cafébar mit Biergarten
Restaurant
Tagungsräume für bis zu 350 Personen,
auch ideal für Familienfeiern und
Firmenveranstaltungen

www.aqualux.de




WELLNESS- & TAGUNGSHOTEL ****
Ahornstraße 71 · 36364 Bad Salzschlirf · Tel 0 66 48 / 55 90 · Fax 0 66 48 / 55 707

Das „Tote Meer in Deutschland“ feiert Geburtstag

Zwischen Israel und Jordanien liegt das Tote Meer. Das trockene Inlandsklima lässt das Wasser auf der Oberfläche ständig verdampfen. Es entsteht eine Dunstglocke, die die starke Sonnenstrahlung filtert und die im Wasser enthaltenen Mineralien auch in der Luft konzentriert. Dieses einmalige Klima lockt die Menschen schon seit tausenden von Jahren an, um Heilung oder Linderung vor allem bei Hauterkrankungen zu suchen. Doch nicht jeder kann oder will die Reise in den Vorderen Orient antreten. 1982 holte ein findiger Unternehmer das Tote Meer nach Deutschland und gründete in Bad Salzschlirf die TOMESA Fachklinik (steht für **TOTES MEER SALZ**) für Dermatologie, Allergologie, Orthopädie & Rheuma. Ein-



malig in Europa, werden hier in einem patentierten System die klimatischen Bedingungen des Toten Meeres nachgestellt und für die Therapie bei chronischen Haut- und Gelenkerkrankungen optimiert. Die Klinik bietet neben Reha-Maßnahmen und ambulanten Behandlungen in ihrem angegliederten Gesundheitszentrum auch exklusive Angebote mit bewährten Therapie-Programmen für Selbstzahler an.

Informationen unter:
www.tomesa.de

Autorin: Renate Reus

Anzeige

Seit 25 Jahren
Das „Tote Meer in Deutschland“

Exklusivangebote für Ihren Gesundheitsurlaub



z. B.
Psoriasis classic
7 Ü/HP, 5 x TOMESA
Balneophototherapie/Solewanne/Dampfbad,
5 x UV-Lichttherapie/Teilkörper,
5 x UV-Lichttherapie Ganzkörper,
7 x cortisonfreie Wirkstoffsalbentherapie,
ärztl. Eingangs- und Abschlussuntersuchung uvm.
Preis pro Person: € 708

Für Gelenkerkrankungen
7Ü/HP mit Therapie und ärztl. Untersuchung
Preis pro Person: € 652

Weitere Exklusivangebote:
Psoriasis plus
Neurodermitis classic/plus
Rosacea
Fit & Vital
Rückenfit
Aktiv gegen den Schmerz
Abnehmen aktiv
Venenfit

www.tomesa.de



TOMESA Fachklinik für Dermatologie, Allergologie, Orthopädie & Rheuma
Fachärztliche Leitung

Information:
TOMESA Gesundheitszentrum
Riedstraße 191
36364 Bad Salzschlirf
Tel.: 0 66 48 / 55 0
Fax: 0 66 48 / 55 159

Wellness vom Feinsten

Das Wellness- & Tagungshotel aqualux**** in Bad Salzschlirf gehört zu den 50 beliebtesten Hotels in Deutschland. Wie die Auswertung der Gästewahlaktion der easy-hotel-finder-Marketing GmbH für das Jahr 2006 im Bereich der 4-Sterne-Hotels ergeben hat. Schon die Stiftung Warentest und der Relax-Guide hatten das Haus für seine außergewöhnlichen Wellness-Leistungen ausgezeichnet.

Im Hotel befinden sich eine öffentliche Wellness-Therme mit den Mineralien des Toten Meeres, eine Saunalandschaft mit Solarien und Bistro, eine Schönheitsfarm, eine Praxisklinik für Ästhetisch-Plastische Chirurgie/Kosmetische Dermatologie, Restaurant, Tanzbar, Biergarten, Fitness-Center, Badminton-Multifunktionshalle sowie zahlreiche Tagungsräume für bis zu 350 Personen. Das Haus bietet nicht nur zahlreiche Wellnesspauschalen an, sondern auch Präventionskurse, die von den Krankenkassen bezuschusst werden. Medical Wellness spielt in dem Hotel eine große Rolle.

Informationen unter
www.aqualux.de

Autorin: Renate Reus



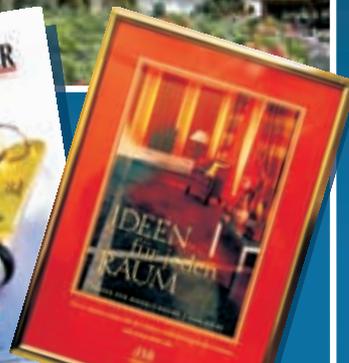
WELLNESS - SPORT - HOTEL
Bayerischer Hof



AllerGuten Dinge sind drei !

Das Hotel Bayerischer Hof Rimbach wurde ausgezeichnet für den WELLNESSBEREICH, die RÄUMLICHKEITEN und für seine KÜCHE. Wir freuen uns sehr über diese besonderen Auszeichnungen und sehen sie als zusätzlichen Ansporn, uns auch in Zukunft nach besten Kräften um unsere Gäste zu bemühen.

Ihre Familie Gsellhofer



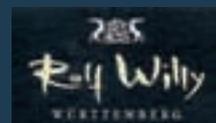
Ihr LIONS - Exklusiv -Arrangement

- ★ drei Übernachtungen in der Wellness-Residenz
- ★ ein Candle Light Dinner
- ★ ein Cleopatrabad oder Heubad in unserem SPA

Pro Person
249,- €
 im DZ



★ als Geschenk erhalten
 Sie pro gebuchten
 Zimmer eine Flasche
 Nordheimer Heuchelberg
LEON D'ORO TROCKEN
 Edition Lions
 " Im Barrique gereift "
 aus der Privatkellerei



Dorfstraße 32 · D-93485 Rimbach · Tel. +49 9941 - 2314 Fax +49 9941 - 2315

www.bayerischerhof-rimbach.de

Wohlfühlen in den fünf Wesensbereichen mit Kneipp

Im hektischer werdenden Fluss alltäglicher Anforderungen brauchen wir sie nötiger denn je: die „Wellness-Trittsteine“, die uns einen wichtigen Augenblick ruhig und ausgeglichen werden lassen. Aber so reißend der Alltagsfluss geworden ist, so zahlreich sind jetzt auch die angebotenen Trittsteine – aber nicht alle halten, was sie versprechen.

Hier geben die Angebote der deutschen Heilbäder und Kurorte nach Kneipp eine wichtige Orientierung. Die von ihnen unterbreiteten Wellness-Angebote gewährleisten, woran allein sich der Wellness-Suchende ausrichten kann: Erfolg und Qualität und die Einhaltung des Versprechens. Sie sind ganzheitlich und nachhaltig – und vor allem: sie sind medizinisch erprobt.



Die Lehre von Sebastian Kneipp blickt mittlerweile auf über 100 Jahre Erfolgsgeschichte zurück. Sie hatte von Anfang an den ganzen Menschen im Blick und ist deshalb auf fünf Säulen aufgebaut, zu denen die deutschen Kneippheilbäder und Kneippkurorte entsprechende Angebote unterbreiten. Vor allem aber ist sie darauf ausgerichtet, den Menschen etwas in ihren Alltag mitzugeben, das sie gelassener, fitter, gesundheitsorientierter und beweglicher, kurzum also belastbarer sein lässt. Damit unterscheiden sich die Angebote in zwei Punkten grundlegend von unzureichenden Wellness-Angeboten: Sie haben medizinische Kompetenz, und sie wirken über die kurze Auszeit hinaus, die man sich zum Wohlfühlen genommen hat. Bei anderen spült der Alltag die angenehme Erinnerung an ein zu kurzfristiges Wohlgefühl unmittelbar wieder fort und man fühlt sich erneut erholungsbedürftig. Angebote nach Kneipp hingegen lassen einen länger durchhalten, erhöhen die Spannkraft, machen ausdauernder im Berufsalltag und sind dabei medizinisch bewährt.

Dazu führen die Angebote einmal im Bereich der Kneippischen Säule, die mit „innerer Balance“ überschrieben werden kann. Zu sich selbst und zu seiner inneren Mitte zu finden, dazu verhelfen Wochenend- oder Wochenangebote, die alle Arten von Entspannungstechniken offerieren, durchaus auch die fernöstlichen Weisheiten umfassen oder schaffen einfach nur eine anregende Umgebung, in der man wie von selbst zu sich selbst findet. Hinzu tritt das Angebot im Bereich der „gesunden Ernährung“. Hier zeigen die Experten in unseren Orten, dass gesunde, alltägliche Ernährung und Genuss gerade keinen Widerspruch bilden. Hier wird nicht Verzicht gepredigt, sondern Aufklärung betrieben und dann werden Genießen und Leichtigkeit in eine Alltagswaage gebracht.

Dazu gehört natürlich auch eine Anleihe in der „Apotheke von Mutter Natur“, nämlich bei den Heilkräutern. Geführte Wanderungen, Zubereiten und Kochen mit „Kräutern“ machen etwa auf unterhaltsame Weise zunächst neugierig und dann klüger, indem sie zeigen, auf welches großes Reservoir die Natur uns bei der Ernährung, aber auch bei anderen Formen des Wohlbefindens, zurückgreifen lässt. Also werden die Gäste Kräuter nicht nur auf ihrem Speiseplan der Tage der Auszeit finden, sondern auch in belebenden Dusch- oder Badezusätzen.

Das leitet über zur vielleicht bekanntesten Säule der Kneippischen Lehre, nämlich dem „Wasser“. Warmes, wohlriechendes Badewasser räumt dabei als erstes mit der Vorstellung auf, Kneipp sehe nur im kalten Wasser einen Vorteil: der Wechselreiz macht munter. Aber natürlich kann man in den Kneipp-Orten über die klassischen Wasser-Anwendung in moderner Form hinaus auch alle Arten von Aquasport genießen: Aquajogging und Aquaspinning lassen grüßen. Dies ist dann auch schon ein Beitrag zum letzten Feld, das Sebastian Kneipp beackert und uns als besonders wichtig ans Herz gelegt hat, nämlich das der



„Bewegung“. Die Anzahl der Angebote in diesem Bereich, die man in Heilbädern und Kurorten nach Kneipp in Deutschland erwarten kann, ist kaum zu überblicken und spannt einen Bogen von beispielsweise Step-Aerobic bis zum Nordic-Walking, das selbst bei einem Wohlfühlwochenende dazugehören kann.

So also bringt Kneipp zusammen, was zusammengehört: Wohlfühlen in jedem der fünf Wesensbereiche mit ansprechenden, motivierenden Angeboten und medizinische Erprobtheit dieser Angebote auch auf den Alltag hin. Wenn zukünftig immer mehr Wellness-Reisende Ganzheitlichkeit und Nachhaltigkeit zur Leitschnur ihrer Wahlentscheidung machen, hat Medical Wellness als deren Garant seit über 150 Jahren einen Namen: „Kneipp“!

Wollen Sie mehr über die konkreten Angebote der über 60 Heilbäder und Kurorte nach Kneipp in Deutschland wissen, dann wenden Sie sich an die Geschäftsstelle des Verbandes Deutscher Kneippheilbäder und Kneippkurorte,
Kölner Straße 13,
53902 Bad Münstereifel,
Tel.: (0 22 53) 54 46 88,
Fax: (0 22 53) 54 46 90 oder
E-Mail: info@kneippverband.de

Autor: Achim Bädorf,
geschäftsführender Vorsitzender
des Deutschen Kneippverbandes

Wellness und Gesundheit

Anzeige

MEDICAL WELLNESS FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE



KUR.

DIE KNEIPP

Verband Deutscher Kneippheilbäder und Kneippkurorte

1 Ostseebad Göhren – erster Kneippkurort in Mecklenburg-Vorpommern

Erleben Sie Ihren Urlaub naturnah und gesundheitsbewusst im Ostseebad Göhren. Das drittgrößte Seebad der beliebten Ferieninsel Rügen, das seit Mai 2007 auch offiziell den Titel Kneippkurort trägt, liegt im Zentrum der lieblichen Halbinsel Mönchgut, inmitten des Biosphärenreservates Südost-Rügen. Von drei Seiten vom Meer umgeben, bietet Göhren zwei feinsandige, kilometerlange Strände, die durch die Hochuferwege der walddreichen Landzunge Nordperd verbunden sind. Der Nordstrand mit der angrenzenden Bernsteinpromenade, der Seebrücke, dem Kurpark sowie dem historischen Kurpavillon ist nicht nur eine beliebte Flaniermeile sondern auch Mittelpunkt vieler kultureller Veranstaltungen. Die Gesundheitseinrichtungen und Hotels des Ortes bieten neben den traditionellen Kuranwendungen ein umfangreiches Verwöhnprogramm. Besonders zu empfehlen sind die wohltuenden Anwendungen mit der Rügener Heilkreide. Für alle Aktivurlauber gibt es ab Herbst 2007 vor den Toren Göhrens neben einem ausgedehnten Rad-, Wander- und Reitwegenetz sowie zahlreichen Wassersportmöglichkeiten auch einen Nordic Walking Park zu entdecken. Infos unter www.goehren-ruegen.de o. Tel. 0383308/66790.

2 Oy-Mittelberg im Allgäu

Zentral im Allgäu und ideal für den aktiven und gesundheitsbewussten Urlaub ... Wandern, Radfahren, Seen, Gesundheit und Wellness. In den Voralpen, auf der Sonnenterrasse des Allgäus, liegt der Kneipp- und Luftkurort Oy-Mittelberg, ein zentraler und idealer Ausgangsort für Ausflüge und Aktivitäten im Allgäu, mit gutem Verkehrsanschluss (A7). Fahrradbegeisterte schätzen Oy-Mittelberg nicht nur als Etappenziel auf dem Bodensee-Königssee Radweg und unser Wanderwegenetz befriedigt sicher auch Ihre Ansprüche. Zwei große Seen und zwei idyllische Weiher sorgen für Erfrischung beim Bad, locken Wassersportler zum Segeln und Surfen und bieten dem Angler ein ruhiges Plätzchen. Kompetenz in Sachen Gesundheit und Wellness bieten unsere Kur- und Wellnesshotels und Kurbetriebe. Mit den „Allgäuer Venen-Wochen“ im Oktober, finden Sie in Oy-Mittelberg ein ideales Angebot zur Prävention, Information und Therapie gegen die „Volkskrankheit“ Venenleiden. Unsere Gasthöfe und Gastgeber vom vier Sterne Kur- und Wellnesshotel bis zum Privatvermieter in ländlicher Idylle freuen sich auf Ihren Besuch im Allgäu. Infos unter www.oy-mittelberg.de oder Tel. 08366/207

3 Bad Waldsee

Stress gegen Wohlfühl eintauschen – das gelingt mühelos im oberschwäbischen Bad Waldsee, nur 40 Kilometer nördlich vom Bodensee. Mit Kneipp, Moor und dem heißesten Thermalwasser Oberschwabens verfügt Bad Waldsee über eine fast einmalige Kombination wertvoller Heilmittel aus der Natur. Zum Wohlbefinden trägt auch die wunderschöne historische Altstadt bei, die idyllisch zwischen zwei Seen eingebettet ist. Neu im Therapieangebot ist das Aquabiking: Auf speziellen Unterwasser-Fahrrädern kann man in der Waldsee-Therme seine Muskulatur stärken und den Fettstoffwechsel ankurbeln. Anschließend relaxt man im gesunden Thermalwasser oder bei einem wohligen warmen Bad im frischen Heilmoor – das hilft unter anderem bei Gelenksbeschwerden und ist gut für die Haut. Und noch ein Tipp: Kneipp-Premium-Class zum Kennenlernen, 3 Übernachtungen mit Vollpension im Gesundheitszentrum Waldsee-Therme, Kneippanwendung, Aqua-Fitness, Nordic Walking, Moorpackung, Massage, Körperfettbestimmung und täglich baden und entspannen in der Therme für 315,- € Kurverwaltung, 88339 Bad Waldsee, Tel. 07524/941 3-42, www.bad-waldsee.de

4 Scheidegg im Allgäu

Scheidegg, Heilklimatischer Kurort Premium-Class und Kneippkurort Premium-Class, liegt auf einer Sonnenterrasse, 800 bis 1.000 m hoch, zwischen Bodensee und Alpen mit malerischem Blick auf das Panorama der Berge in Bayern, Vorarlberg und der Schweiz. Die unverwechselbare Landschaft und das wohltuende Heilklima sind charakteristisch für diese Allgäuer Region. Hier lassen Sie den Alltag hinter sich, schütteln ab, was belastet und finden alles, was zu einem Erholungs-, Aktiv-, Kur- oder Gesundheitsurlaub gehört. Ob ausgedehnte Spaziergänge, Wandern, Radeln, Nordic Walking oder Wintersport – das Angebot ist schier unbegrenzt! Ein Aufenthalt in Scheidegg ist einer der natürlichsten Wege, Gesundheit und Leistungsfähigkeit zu erhalten und zu fördern. Inmitten von Hügeln, Wiesen, Wäldern und einer unbelasteten Natur können Sie vom Alltag entspannen; individuell oder mit unseren umfangreichen Pauschalprogrammen. Ob Kneippkur, Schrothkur, Mutter-Kind-Kur, ambulante Badekur oder Glutenfrei-Urlaub – in Scheidegg sind Sie immer richtig! Infos: Kurverwaltung Scheidegg, Tel. 08381/895-55, www.scheidegg.de

Coupon ✂

1 2 3 4

L07

Bitte Gewünschtes ankreuzen,
Absender einsetzen und schicken/faxen an
Verband Deutscher Kneippheilbäder und Kneippkurorte
Kölner Straße 13 · 53902 Bad Münstereifel
Fax 02253 / 544690 · info@kneippverband.de

Name

Straße

PLZ/Ort

Wohlbefinden für Körper und Geist Lions welcome in Südtirol

Hört man „Südtirol“ assoziiert man sofort Sonnenschein, schöne Berge, unberührte Landschaft, bodenständige Menschen, eine reichhaltige Küche und natürlich Urlaub. Jene die Südtirol nicht kennen, sollten es vielleicht mal kennen lernen; ein Urlaub in Südtirol mit der „Magie der Vielfalt“ ... im Sommer ... Herbst ... Winter ... Frühling. Es gibt keinen Tag an dem man in Südtirol nicht nur Feiern, Relaxen, Wellnesen, Sport treiben oder einfach nur genießen kann.

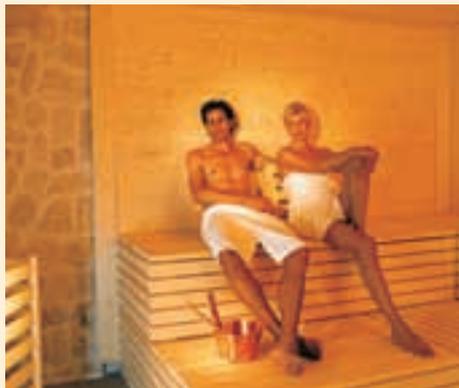
Nicht nur Sonnenschein, schöne Berge, unberührte Natur, auch exklusive Wellnesslandschaften prägen die einzelnen Hotels, welche unter dem Motto „Lions welcome, herzlich willkommen in Südtirol“ alle Lions Club-Mitglieder aus Deutschland einladen.

Wellness in Südtirol

Das Klima, die intakte Natur, ein ausgewogenes und naturgerechtes Essen, die gute Luft, all dies, mit einem körpergerechten Behandeln durch die verschiedensten Massage- und Behandlungstechniken, lassen einen Urlaub in einem der Lions-welcome-Hotels zu einem unvergesslichen Erlebnis werden.

Kräuterteebäder in Südtirol

Das Kräuterteebad ist eines der wirksamsten und ältesten bekannten Wellnessrituale. Das Sammeln von Kräutern, die äußere wie innere Anwendung, die Pflege des Wissens um die Wirkung der Kräuter haben in Südtirol lange Tradition. Man denke an die vielen Klöster, welche seit Jahrhunderten die Landschaft Südtirols beleben und diese Wissenschaft seit langem hegen.



Für ein Kräuterbad zu Hause nehme man zwei Hand voll gut getrocknete und wenn möglich aus dem biologischen Anbau stammenden Kräuter nach eigener Wahl: Brennessel, Pfefferminze, Ringelblume, Salbei, Thymian, andere. Man übergieße diese mit zirka zwei bis drei Liter kochendem Wasser und lasse sie dann für zirka 20 bis 30 Minuten lang ziehen. Zwischenzeitlich kann man die Badewanne mit warmem Wasser füllen. Nach der Ziehzeit wird der gesiebte Tee ins Bad geschüttet. Auf Körper und Seele noch intensiver wirkend, wenn das Bad mit der richtigen Atmosphäre (Kerzen, Musik, Duft) ausgestattet wird.



Ayurveda und Kastanienextrakte – auch das gibt es in Südtirol

Ayurveda ist eine Kombination aus empirischer Naturlehre und Philosophie, die sich auf die für menschliche Gesundheit notwendigen physischen, mentalen, emotionalen und spirituellen Aspekte konzentriert, die wichtig für Gesundheit bzw. Krankheit sind. In der Typologie spricht man von unterschiedlichen Temperamenten oder Lebensenergien, den so genannten Doshas: Vata (Wind, Luft, Pneuma), Pitta (Feuer und Wasser, Chole) und Kapha (Erde und Wasser, Phlegma). In einem gesunden Organismus sollten sich diese „Energien“ oder „Temperamente“ in einem harmonischen Gleichgewicht befinden. Dieses Gleichgewicht wird Ihnen in der ayurvedischen Behandlung wiederhergestellt.

Die Kraft der Kastanie

Eines der Hotels bietet eine Gesichtspfiegelinie auf der Basis der Kastanie an. Diese wurde in Zusammenarbeit mit Naturlaboratorien und körperbewussten Gästen entwickelt. Auch das ist Wellness in Südtirol: Die Ressourcen vor Ort erkennen und daraus wertvolle Produkte entwickeln.



Einige der angegliederten Hotels auf www.lions-welcome.com bieten, neben dem Standardluxus der Drei-Sterne und Vier-Sterne-Hotelbetriebe zudem, spezielle Angebote nur für Lions Club-Mitglieder an. Alle Informationen finden Sie auf der genannten Homepage.

Autor: Producta Marketing GmbH, Schweiz.

© Alle Bilder: Hotel Taubers Unterwirt, Feldthurns (Südtirol/Italien)

Wellness und Gesundheit

Wenn der Weg das Ziel ist

Indien – das ist der siebtgrößte Staat der Erde, ein sagenhafter Subkontinent mit jahrtausende alter Kultur, zusammen mit Sri Lanka Ursprungsland der wahrscheinlich ältesten Heilmethode der Welt, des Ayurveda, und „Sehnsuchtsland“ des Dichters und Nobelpreisträgers Hermann Hesse. „Kolumbus musste von Indien träumen, um Amerika zu finden“, schrieb einst der Schriftsteller Emil Götts. Was wird man entdecken, wenn man nicht nur davon träumt, sondern auf einer Wellness-Kreuzfahrt mit der DEUTSCHLAND tatsächlich nach Indien und weiter nach Sri Lanka und Thailand reist?

Unter anderem ganz sicher, dass der Weg das Ziel ist – denn getreu dieser fernöstlichen Weisheit nähert man sich dem geheimnisvollen asiatischen Kontinent auf einem Luxuskreuzfahrtschiff, bei dem nicht nur das Ankommen, sondern bereits das Reisen an sich ein vollendeter Genuss ist. An Bord des „Traumschiffs“ erwartet den Passagier eine autarke, geschlossene Welt des Wohlfühlens, in der Körper, Seele und

Geist auf das Vortrefflichste verwöhnt werden und jeder Tag ein Hochgenuss ist. All jene Gäste, die auf der *all inclusive*-Kreuzfahrt „Legenden & Lotusblüten“ ab 14. 12. 2007 von Dubai nach Phuket das spezielle Wellness-Paket hinzubuchen, genießen auf den fünf Seetagen dieser insgesamt 15-tägigen Reise im Wellness Spa Deutschland zusätzlich besondere Anwendungen für Harmonie und Gleichklang, für innere und äußere Schönheit, für Aura und Ausstrahlung, wie zum Beispiel das alte orientalische Zeremoniell des Rasul-Dampfbades, bei dem der Körper mit unterschiedlichen Sorten mineralhaltigen Naturschlamm gereinigt und gepeelt wird, oder eine Aromamassage, die mit ätherischen Ölen und Düften eine besondere Tiefenwirkung erzielt. Natürlich darf auch eine ayurvedische Behandlung für den Rücken und eine ayurvedische Fußreflexzonen-Massage nicht fehlen. Anschließend wird der Körper in Rosenblüten, Milch und ätherischen Ölen im Cleopatra-Bad verwöhnt. Zusätzlich werden an Bord jahrhundertlang ausgeführte Techniken zur



Entspannung, Selbstfindung und Meditation erläutert, die zur sprichwörtlich asiatischen Gelassenheit beitragen. In Sri Lanka wird auf einem Landausflug ein im eleganten Stil der Jahrhundertwende erbautes Ayurveda Resort besucht und man erfährt dort mehr über die Grundzüge dieser ganzheitlichen Lehre. Einmal Zeit für sich selbst haben – und sich diese auch wirklich nehmen – Atemholen vom Stress des Alltags, entspannen, neue Kräfte und Energien tanken, die Selbstwahrnehmung und das eigene Wohlbefinden steigern: diese Wellness-Kreuzfahrt ist die ideale Gelegenheit, das „Traumschiff“ DEUTSCHLAND der ideale Ort dafür!

Autor: Jörg Liedtke

Anzeige



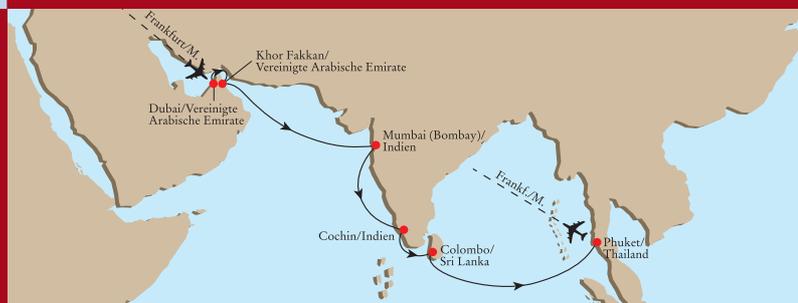
DEUTSCHE KREUZFAHRTTRADITION
PETER DEILMANN • REEDEREI

Legenden und Lotusblüten „all inclusive“ 04.12. bis 19.12.2007 von Dubai nach Phuket

Wir laden ein zum Besuch von Dubai am Persischen Golf, in Khor Fakkan zum Ausflug durch die Hajjar Berge, in Bombay zur Bootsfahrt mit Besuch der Elephanta Insel, in Cochin zum Kennenlernen des kolonialen Erbes, in Colombo und in Phuket zur Stadtrundfahrt – und die Getränke der NIMBU PANI-Karte sind bei dieser Kreuzfahrt ebenfalls eingeschlossen!

„all inclusive“-Preise ab € 4.673,- p. P. 2-Bett-Kabine, innen
inkl. Flüge ab/bis Frankfurt/M. und Treibstoffzuschläge

Diese Reise können Sie auch mit einem ausgewählten Bord- und Landarrangement zum Thema WELLNESS buchen!



Information und Buchung im Reisebüro oder bei der
Peter Deilmann Reederei GmbH & Co. KG

Stichwort: Der Lion · Am Holm 25 · 23730 Neustadt in Holstein

Tel.: 04561 / 396-100 · Fax: 04561 / 396-211

E-Mail: info@deilmann.de · www.deilmann.de

Anzeige

Königlich entspannen

Wir empfehlen
airtours



Schloss Velden, A Capella Hotel ***** Kärnten

Genießen Sie auf 3.500 qm im Schloss SPA klassische Anwendungen in höchster Qualität.

**Übernachtung/Frühstück pro Person
ab EUR 215,00**

Rufen Sie uns an oder kommen Sie vorbei. Wir beraten Sie gern!

FIRST REISEBÜRO

20457 Hamburg, Alter Wall 67-69, Telefon 040/37 647-0
Telefax: 040/37 647-100, Email: 1125@firstreisebuero.de

Wohlgefühl am Wörthersee

Majestätisch entspannen zwischen Natur und Luxus

Die Wörthersee-Region ist geprägt von mediterranem Flair und wird deshalb auch „Österreichische Riviera“ genannt. Neben dem größten und wärmsten Alpensee finden Besucher dort eine Vielzahl kulinarischer, kultureller und sportlicher Höhepunkte. Golfen, Reiten, Klettern, Wandern, Biken, Wassersport und im Winter Ski fahren – es gibt kaum eine Aktivität, die rund um den Wörthersee nicht möglich ist. Auch für die anschließende Entspannung ist in komfortablen Wellness-Hotels bestens gesorgt.

Erste Adresse für Wohlfühl-Urlaub ist das A-Capella-Deluxe Hotel „Schloss Velden“. Seit Juni 2007 empfängt das Sechssternen-Haus seine Gäste in unvergleichlichem Ambiente

und exklusiv gestalteten Zimmern mit Flachbildfernseher und Regenwalddusche. Diverse Suiten bieten zusätzliche Extras wie Kamin und Fensterfront vom Boden bis zur Decke.

3.500 qm Wellness pur

Im Spa des „Schloss Velden“ werden neben klassischen Massagen auch die exklusiven, den Mondphasen angepassten Auriga-Behandlungen angeboten.

Weitere Informationen zu diesem und anderen Wellness-Hotels im FIRST REISEBÜRO
Alter Wall 67-69,
20457 Hamburg
Tel. (0 40) 3 76 47-0
1125@firstreisebuero.de

Autorin: Bettina Joest

Anzeige



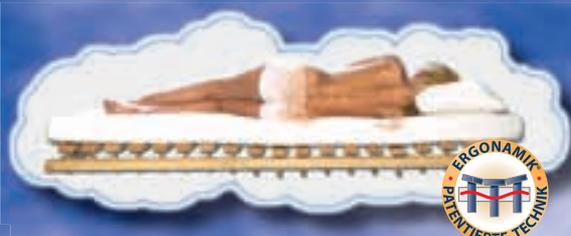
ERGO CONTOUR®
Körpergerecht Schlafen

Rückenschmerzen?

**Fühlen Sie sich morgens wie gerädert,
unausgeschlafen und haben Rückenbeschwerden?**

„Ein krankes Bett ist das sicherste Mittel, die Gesundheit zu ruinieren“ sagte schon Paracelsus.

Das **ErgoContour-Schlafsystem** setzt genial die Erkenntnisse der neuesten Schlafforschung um und verhilft Ihnen zu einem gesunden Schlaf. Das patentierte Ergonomik-Prinzip garantiert eine orthopädisch korrekte Schlafposition und wird so zu Ihrem Rückentherapie-Partner für die Nacht.



ErgoContour Schlafsysteme GmbH & Co. KG
Ziegeleistraße 5 – 9, 64560 Riedstadt
Tel: 06158 – 188 62 00
www.ergocontour.de

Gesund schlafen

Wem der Rücken schmerzt, der schläft schlecht. Deshalb hat die Firma ErgoContour in Riedstadt ein Schlafsystem entwickelt, das für Menschen mit Rückenschmerzen und daraus resultierenden Schlafproblemen eine optimale Hilfe anbietet. Während handelsübliche Lattenroste oder Matratzen meist nur einsinken können, passt sich der ErgoContour-Systemrahmen aufgrund seiner speziellen Mechanik automatisch dem Körper und der Lage des jeweiligen Nutzers an. Und dies unabhängig von Körpergewicht und -größe.

Die Wirbelsäule wird – auch in der Seitenlage – gestützt und damit optimal entlastet. Nur in dieser Position besteht bekanntlich beim Schlafen für die Bandscheiben die Möglichkeit, wieder die dringend

notwendige und am Tag verbrauchte Nährflüssigkeit aufzutanken zu können. Das Ergebnis ist ein tiefer und erholsamer Schlaf ohne die sonst zahllosen Unterbrechungen der Tiefschlafphasen.

Die Entwicklung des mittlerweile europaweit patentierten Systemrahmens hat dem Erfinder im Jahre 1999 den Innovationspreis des Landes Rheinland-Pfalz eingebracht.



Weitere Informationen finden Sie im Internet unter: www.ergocontour.de

Autorin: Astrid Kohl

Wellness und Gesundheit

Fit statt fett

Fitness Company bringt Anfänger und Fortgeschrittene in Schwung

Wie eine aktuelle internationale Studie zeigt, sind die Deutschen die dicksten Europäer. Deshalb will die Bundesregierung mit der Initiative „Fit statt fett“ die Bundesbürger zu mehr Bewegung und gesunder Ernährung animieren. Die Fitness Company unterstützt diese Aktion und möchte auch Sportanfänger helfen, mehr Bewegung und Gesundheit in ihr Leben zu integrieren.

„Get Fit“ für Fitnessneulinge

Damit der Einstieg so leicht wie möglich fällt, bietet die Fitnesskette das so genannte „Get Fit-Programm“ an. Im Laufe von fünf Einstiegsterminen werden Fitnessanfänger und -neulinge vom erfahrenen Trainerteam der Fitness Company beraten und ausführlich über sämtliche Trainingsinhalte

informiert. Innerhalb der ersten vier Wochen kann so jeder zusammen mit einem Trainer ein auf seine Bedürfnisse zugeschnittenes Training entwickeln sowie das Personal Training-Konzept und das umfangreiche Kursangebot kennen lernen.

„Start up“ bei der Fitness Company

Die „Start up-Kurse“ wurden für Mitglieder entwickelt, die die verschiedenen Kursprogramme der Fitness Company kennen lernen möchten. Bei „Start up“ werden sämtliche Kursinhalte erläutert: von der Einstellung des Indoor-Bikes über die Aerobic-/Step-Grundschritte bis hin zur richtigen Verwendung der Kleingeräte. Die „Start up-Moves“ liefern einen optimalen Einstieg speziell in die Kräftigungs- und Step-/Aerobic-Kurse. Hier lernen Teilnehmer die Grundschritte des Step & Aerobic und erfahren alles über die effektive Nutzung des Step und die korrekte Verwendung

der Kleingeräte. „Start up Cycling“ ist für diejenigen der richtige Kurs, die einen ersten Einblick in die Fitness Company Cycling-Kurse bekommen möchten. Von der richtigen Einstellung der Bikes bis hin zu den wichtigsten Fahrtechniken wird alles erklärt. In jedem Start up-Kurs erfährt zudem jeder, wie er seine Belastung richtig dosiert.

Fitness, Wellness und jede Menge Extras

Regelmäßiges Fitnesstraining ist nicht nur geeignet, um überschüssigen Pfunden gezielt zu Leibe zu rücken, es ist auch ein idealer Ausgleich zum Job. Denn wer fit ist, fühlt sich wohl in seinem Körper und ist motivierter, ausgeglichener und leistungsfähiger. Bei der Fitness Company kann jeder unabhängig von Zeit und Wetter trainieren, um sein persönliches Ziel zu erreichen. Lizenzierte Trainer und Personal Trainer stehen in jedem Club zur Verfügung. Ob Training an Kraft- und Car-



diogeräten, in den abwechslungsreichen Gruppenkursen oder bei den motivierenden Animationen auf der Trainingsfläche – bei der Fitness Company ist für jeden das passende dabei. Auch die Erholung kommt nicht zu kurz: Nach dem Workout laden im Wellnessbereich Saunen, Dampfbäder, Solarien und Ruheraum zum Relaxen ein, während der Fitness-Nachwuchs in der „Kids Company“ liebevoll betreut wird. Lust auf einen aktuellen Spielfilm? Im hauseigenen DVD-Verleih können Filme bis zu drei Tage kostenfrei ausgeliehen werden.

Autorin: Nina Wimmer

Anzeige



Das bin ich mir wert!

Gesund und fit bei Deutschlands Nr.1

Mehr Lebensqualität durch mehr Bewegung

Ihre Vorteile bei der Fitness Company:

- + flexible Vertragslaufzeiten
- + qualifizierte Betreuung
- + moderne Geräte
- + vielfältiges Kursprogramm
- + Cardiotheater: TV sehen & hören
- + komfortable Umkleiden
- + DVD-Verleih (3 Tage kostenfrei)
- + großzügiger Wellnessbereich mit Saunen (Damen separat), Dampfbad und Ruheraum sowie Solarien
- + Personal Training
- + Kids Company – liebevolle Kinderbetreuung

Vereinbaren Sie gleich Ihren persönlichen Beratungstermin!

www.fitcom.de

Tel. 0180 4 FITNESS 20 ct./Anruf
3 48 6 3 7 7

FITNESS
COMPANY



Fit & dynamisch mit Finnamic



Anzeige

**Finn
Comfort**
Made in Germany

Der *Fitness*-Schuh von FinnComfort.

- Schonend sanft auftreten und abrollen
- Sicher und entspannt gehen und stehen
- Kreislauf und Stoffwechsel anregen
- Weiches FinnComfort-Wohlfühlbett
- Geeignet für Maßeinlagen



Modell **PRETORIA**
erhältlich in den Farben chilli, stone und schwarz.

Fordern Sie jetzt unseren Katalog an!

Waldi Schuhfabrik GmbH • Postfach 1653 • D-97433 Haßfurt/Main • www.finncomfort.de

Wellness und Gesundheit

Wellness für die Füße

Schuhe zum Wohlfühlen

Unsere Füße sind die am stärksten beanspruchten Körperteile. Sie tragen unser gesamtes Körpergewicht und balancieren ständig unseren Körperschwerpunkt aus. In der heutigen Welt, mit oft fußfeindlichen Bodenbelägen, ist es wichtig, unsere Füße zu entlasten und sie gleichzeitig zu stärken.

Deshalb sollte ganz oben auf der Anforderungsskala bei der Wahl eines Schuhs der Wohlfühleffekt stehen. Ideal ist hier ein Schuh, der sich mit seinen Trageeigenschaften nach medizinisch-orthopädischen Gesichtspunkten wohltuend auf den gesamten Körper auswirkt.

Dynamisch durch den Tag

Der Abroll-Schuh ist hier die erste Wahl. Er ist der „Personal Trainer“ der Füße und macht sie fit für die Anforderungen des Alltags. Schritt für Schritt gewinnt man so an Ausdauer und Kraft. Zentrales Element ist die rollenartige, konvex ausgeformte Laufsohle. Sie sorgt für ein sanftes und erschütterungsfreies Aufsetzen des Fußes auf der Ferse und leitet den Bewegungsimpuls zum Abdruck hin sanft und dynamisch über Fußaußenrand und Ballen bis zu den Zehen. Für ein sicheres und entspanntes Stehen sorgt im Idealfall die breite und plane Standfläche im Bereich des Mittelfußes. Sie entlastet den Fuß beim Ausbalancieren der statischen Ausrichtung des Körpers und gibt optimalen Halt.

Fit von Kopf bis Fuß

Durch dieses speziell entwickelte Sohlenkonzept ist das ganztägige Tragen problemlos möglich, da sich Belastungs- und Entspannungs-



phasen ständig abwechseln. So kann man ohne großen Aufwand Ausdauer und Vitalität „bequem“ steigern.

Gesunde Füße sind die Voraussetzung für einen gesunden Körper. Durch den natürlichen Bewegungsablauf wird zusätzliche Muskelmasse von der Sohle bis zum Scheitel aufgebaut, Kreislauf und Stoffwechsel werden angeregt.

Überzeugende Details

Wichtig sind auch die Ausstattungsdetails: Eine stabile Fersenführung und eingebaute Dämpfungselemente sollten die Bänder und Gelenke schonen. Eine anatomisch exakt angepasste Passform aus weichen, anschmiegsamen Materialien, eine elastische Vorderkappe, ein gepolsterter Schaft und das superbequeme Fußbett sollten ein barfußiges Bewegungsgefühl simulieren.

Bei der Auswahl sollte man auf Qualitätsprodukte aus Deutschland achten. Produktion, hauptsächlich in Handarbeit, größtmöglicher Einsatz von Naturprodukten und -verfahren, vegetabil gegerbtes Innenleder, das heißt rein pflanzliche Gerbung, die besonders hautfreundlich ist und Laufsohlen, die nach neuesten Erkenntnissen der Orthopädie entwickelt sind, dürfen hier nicht außer Acht gelassen werden.

Mit einem Abrollschuh für effizientes Abrollen beim Gehen und angenehmes, sicheres Stehen trainiert man täglich sanft nebenbei die eigene Fitness und fördert so das allgemeine Wohlbefinden.

Autorin: Stefanie Mischitz-Wolf

Wellness und Gesundheit

Warum das Gehirn ständig Energie benötigt

Es macht zwar nur 2 % des Gewichtes aus, aber dafür verbraucht unser Gehirn 20 % aller erzeugten Energie. Sein Treibstoff: Glukose. Sein Hauptproblem: Es ist nicht in der Lage, für Notfälle genügend Betriebsstoff in Reserve zu halten. Und je mehr Leistung von ihm verlangt wird, desto mehr Glukose benötigt es. Zugegeben, darüber, dass das Gehirn ein enormer Energiefresser ist, macht man sich im Alltag wenig Gedanken. Dabei ist es mit seinen etwa 100 Milliarden Nervenzellen (Neuronen) und mehr als 60 Billionen Verknüpfungen (Synapsen) das wohl genialste und komplexeste System des Universums. Aber: „Es sind die nicht bewussten, alltäglichen Abläufe und Prozesse, die dem Gehirn die meiste Energie rauben“, so Dr. Siegfried Lehr, Diplom-Psychologe der Poliklinik und Klinik für Psychiatrie der Universität Erlangen/Nürnberg. Und diese Nebentätigkeiten laufen außerhalb der Neuronenschaltkreise ab, die für das Bewusstsein zuständig sind. So ist ein einfacher Spaziergang für unser Gehirn echte „Arbeit“: Gerüche, optische und akustische Informationen werden ausgewertet, das Gleichgewicht aufrecht erhalten, die Motorik funktioniert reibungslos und gleichzeitig laufen Stoffwechselprozesse, Atmung und Pulsregulation automatisch ab. Bis zu 90 % der Energie verbrauchen unsere grauen Zellen für diese unbewussten Abläufe. Da das Gehirn ökonomisch arbeitet, spart es bei Engpässen, wie zum Beispiel Hunger, an den bewussten Vorgängen wie Denken und Konzentration. In unserer heutigen Informationsgesellschaft ist jedoch mentale Fitness von enormer Bedeutung – Stichwort lebenslanges Lernen – soll das Gehirn optimal ausgelastet werden, braucht es vielfältige Stimulationen.

Das Problem: In den Mitochondrien, den Kraftwerken der Zellen, wird mit steigendem Alter weniger Energie gebildet. Um auch mit 50 plus die gleichen Aufgaben wie in jüngeren Jahren lösen zu können, benötigen Menschen ab 50 vor allem eines: Unterstützung für die grauen Zellen. Hier wird wertvoll: Ginkgo-Spezial-extrakt kann die Energieproduktion in den Zellkraftwerken deutlich verbessern. Der Extrakt schützt die Zellen nicht nur vor den Angriffen freier Radikale, sondern kann selbst bereits geschädigte Funktionen der Zellkraftwerke wiederherstellen. Hinzu kommt: Wichtige Inhaltsstoffe des Ginkgo-Extrakts gelangen direkt in die Hirnareale, die für Gedächtnis, Aufmerksamkeit und innere Ausgeglichenheit verantwortlich sind. So können die Wirkstoffe genau dort die Energieversorgung unterstützen, wo dies am dringendsten ist: Im Arbeitsspeicher, der alle wichtigen aktiven Denkprozesse steuert.



Länger geistig dran bleiben: mit der richtigen Körper- und Gehirnpflege – und mit Ginkgo.

Extra-Tipp:

Weitere Infos und Übungen finden Sie im Internet unter: www.mental-aktiv.de

Autorin: Christiane Schönemann

Anzeige

Wellness & Gesundheit



4 Sterne im Zeichen der Gesundheit
Wellness mit Medical Bonus

„Body & Soul“ 2 Tage HP ab € 299,00
„Aktiv Präventions Woche“ 7 Tage HP ab € 539,00

Aktiv Hotel Schweiger ****
Ländeweg 2
87629 Füssen · Bad Faulenbach
Tel. 0049 (0) 8362 9140-0
info@aktiv-schweiger.de
www.aktiv-schweiger.de

aktiv hotel
schweiger

Anzeige



wohl fühlen entspannen zu Hause sein

Leben Sie Ihren eigenen Stil und verlangen Sie dabei selbstbewusst mehr von uns: mehr Qualität, mehr Komfort, mehr Niveau, mehr Wohngesundheit, mehr Intelligenz – ein Wellness-Haus eben!

• Ihr Haus, eine wundervolle Wohnwelt:

Wir planen Ihren Lebensraum auch nach Harmoniekonzepten der asiatischen Feng-Shui-Philosophie.

• Ihr Bad, eine bezaubernde Wohlfühloase:

Edle Materialien und sinnliche Oberflächen machen Ihr Bad zu einem perfekt gestalteten Erlebnisraum mit wohltuender Wirkung.

• Ihre Küche, ein verführerischer Ort:

Ihre Küchenlandschaft, Hightechwerkstatt und sinnfroher Raum der Begegnung, ist ein Augen-schmaus bei Gaumenfreuden.

Qualität, die man spürt!



Gleich kostenlos anfordern!

Der aktuelle Wellness-Haus-Katalog von Wolf Haus mit Traumhausideen für Ihre individuelle Planung.

08 00/1 17 20 81




WOLFHAUS
Ein Leben lang.

Wolf Haus GmbH · Koppenmühle · 97705 Burkardroth-Gefäll
Telefon: 097 01/9 11 10 · Telefax: 097 01/91 11 20
Internet: www.wolf-haus.de · E-Mail: info@wolf-haus.de

Höxter im Herzen des Weserberglandes

Höxter, direkt an der Weser gelegen, ist eine attraktive Kleinstadt inmitten einer reizvollen Landschaft. Unweit vom berühmten Schloss Corvey und der Fürstenberger Porzellanmanufaktur liegt das Ringhotel Höxter. Es verwöhnt seine Gäste in verschiedenen

Restaurants sowie in der rustikalen Bier- und Weinbar. Entspannung pur bietet das Corbie-Wellness-Center. Hier befinden sich unterschiedliche Pool-Saunen, Massage-, Kosmetik- und Sportbereiche.

Autor: Frank Sievers

Anzeige



Ihr Wohlfühlhotel
im Herzen des Weserberglandes ★★★★★

- ★ **entspannen**
80 Komfort-Gästezimmer, Pauschalarrangements
- ★ **genießen**
4-Sterne-Hotellerie mit 2 Restaurants und 11 Veranstaltungsräume für bis zu 250 Personen
- ★ **relaxen**
„Corbie-Therme“ mit Pool (30°), Whirlpool, Sauna, Dampfbad, Sanarium, Garten, Beauty- und Wellness-Farm

SIEVERS HOTEL
Restaurant
NIEDERSACHSEN
★★★★★

www.HotelNiedersachsen.de
Fam. Sievers · Grubestr. 3-7 · 37671 Höxter · Tel. (05271) 68 80

Anzeige



Entdecken Sie Deutschlands Sonneninsel Nr. 1:
Fehmarn – das Ferienparadies!

Endlose Naturstrände, malerische Binnenseen und wildromantische Steilküsten wechseln sich auf 78 Kilometer Küstenstreifen ab. Im Landesinneren laden Felder und Wiesen zu ausgiebigen Spaziergängen oder Radtouren ein. Mitte/Ende Mai verwandelt die Blütenpracht der Rapsfelder die Insel in ein leuchtend-gelbes Farbenmeer. Fehmarn ist Deutschlands sonnenreichste Region und äußerst beliebt bei Familien: Dank flach abfallender Ufersäume und weiter Strände können sich die Kleinen nach Herzenslust austoben. Für ihre Herzlichkeit und individuelle Betreuung wurden die Fehmaraner sogar schon mehrfach ausgezeichnet. Kein Wunder, dass sich die Gäste rundum wohl fühlen und gern wiederkommen!

Einfach mal Fehmarn!
Den Schnupperurlaub gibt es bei 2 ÜN für 2 Erwachsene + 2 Kinder schon ab 99,- €

Infos: Tourismus-Service Fehmarn · Burgtiefe, Südstrandpromenade 1 · 23769 Fehmarn
Tel.: 04371/86 86 86, Fax: 04371/506 316 · www.fehmarn-info.de

Deutschlands Sonneninsel Nr. 1

Zirka 2.200 Sonnenstunden pro Jahr auf Fehmarn

Endlose Naturstrände, malerische Binnenseen und wildromantische Steilküsten wechseln sich auf 78 km Küstenstreifen ab. Im Landesinneren laden Felder, Wiesen und Wälder zu ausgiebigen Spaziergängen oder Radtouren ein. Mitte/Ende Mai verwandelt die Blütenpracht der Rapsfelder die Insel in ein leuchtend-gelbes Farbenmeer. Ein wahres Naturschauspiel ist die Beobachtung des Sonnenaufgangs im Osten der Insel bis zum Sonnenuntergang im Westen. Und nirgendwo sonst zeigt sich der Sternenhimmel heller am Firmament. Willkommen auf Fehmarn – der sanften Schönen unter Deutschlands Ferieninseln!

Für einen Erholungsurlaub sind die Bedingungen auf dem rund 185 qkm großen Eiland wie geschaffen. Dank der bevorzugten Lage der Insel mitten in der Ostsee können Besucher sich das ganze Jahr über mit gesundem, mildem Reizklima und mehr als 2.200 Sonnenstunden verwöhnen lassen. Fehmarn ist Deutschlands sonnenreichste Region – da kommt sogar „Südsee-Feeling“ auf. Nicht umsonst wird die norddeutsche Insel von ihren Bewohnern liebevoll „Hawaii des Nordens“ genannt. Wer neue Energien schöpfen und sich richtig regenerieren möchte, der bucht einen Fitness- oder Kuraufenthalt. Äußerst beliebt ist Fehmarn auch bei Familien. Dank flach abfallender Ufersäume und weiter Strände können sich die Kleinen nach Herzenslust austoben. Familiengerechte Unterkünfte gibt es für jeden Geldbeutel und jeden Bedarf. Vom naturnahen Urlaub auf dem Bauernhof über die familiäre Pension bis zum eleganten Hotel steht

ein breites Angebot zur Wahl. Auch die vom ADAC prämierten Campingplätze sind für einen Aufenthalt unbedingt zu empfehlen. Überall auf der Insel heißt man Gäste freundlich willkommen. Für ihre Herzlichkeit und individuelle Betreuung wurden die Fehmaraner sogar schon mehrfach ausgezeichnet. Kein Wunder, dass sich die Gäste rundum wohl fühlen und gern wiederkommen!

Für Unterhaltung und Abwechslung genügt ein Blick in den Veranstaltungskalender. Das ganze Jahr über ist auf Fehmarn etwas los. Zu einem Bummel lädt die malerische „Inselhauptstadt“ Burg, anerkanntes Ostseeheilbad, mit ihren roten Backsteinbauten und rustikalen Fachwerkhäusern ein. In den vielen gemütlichen Cafés, Bars und Restaurants lässt es sich herrlich verweilen und die köstliche regionale Küche verspeisen. Romantisch-maritime Stimmung kommt bei den Bootstouren oder Yachtfahrten auf. Fun & Action wird bei den Trend-Sport-Events geboten. Mit der jährlich stattfindenden Kite Surf Trophy hat sich Fehmarn dank optimaler Surfbedingungen in der internationalen Szene längst einen Namen gemacht. Auch zum Segeln, Tauchen, Reiten, Golfen oder Angeln gibt es auf der Insel reichlich Gelegenheit. Wer noch mehr entdecken möchte, der begibt sich auf die berühmte „Vogelfluglinie“ und macht einen Tagesausflug mit der Fähre von Puttgarden ins dänische Rødby.

Weitere Informationen unter:
www.fehmarn-info.de

Quelle: Tourismus-Service Fehmarn

Wellness und Gesundheit

Badekuren in Bayreuth

Lohengrin Therme als Heilquellenkurbetrieb qualifiziert

Badekuren am Roten Main? Die sind nun möglich, denn die Lohengrin Therme Bayreuth hat sich zum staatlich anerkannten Heilquellenkurbetrieb qualifiziert. Die Kuren werden in Zusammenarbeit mit der Physiotherapie im Hause, dem In Balance Team und den Bayreuther Kurärzten durchgeführt.



Badekuren in der Lohengrin Therme eignen sich für die Prävention, Behandlung und

Rehabilitation von Erkrankungen der Wirbelsäule. Sowohl gesetzlich als auch privat Versicherte, die eine Badekur machen möchten, besprechen das Vorgehen mit ihrem Arzt.

Alle drei Jahre

Grundsätzlich kann eine Badekur alle drei Jahre, bei medizinischer Notwendigkeit auch öfter, beantragt werden. Der Antrag sollte mindestens zwei Monate vor der geplanten Kur gestellt werden. In der Lohengrin Therme sind zunächst offene (ambulante) Badekuren möglich.

Weitere Informationen über die Angebote der Lohengrin Therme finden Sie im Internet unter: www.lohengrin-therme.de

Autorin: Siynet Spangenberg

Die Kraft der Thermalquellen nutzen

Wellness hat auf Ischia eine jahrhundertelange Tradition. Schon die alten Römer wussten die Segnungen der Natur auf der größten Insel im Golf von Neapel zu schätzen.

Mehr und mehr entwickelt sich Ischia zu einer Insel der Wellness. Mit ihren 39 km Umfang und 47 qkm Fläche ist Ischia die größte Insel im Golf von Neapel. Berühmt wurde dieses herrliche Eiland durch seine vielen sprudelnden Thermalquellen und seine bezaubernde Landschaft. Wasser ist eine Quelle des Lebens.

Die Lage im Tyrrhenischen Meer sowie die warmen Quellen in ihrem Untergrund tragen zu einem ausgeglichenen milden Klima bei, das eine reiche mediterrane Vegetation hervorbringt. Über 200 Quellen und

zahlreiche Dampfquellen (Fumarolen) sprudeln und zischen aus dem vulkanischen Innern der Inseln hervor. Die heilende Wärme kann in den bekannten Thermalgärten genossen werden oder einfach am Strand im Süden der Insel, die ein Paradies für Gelenk- und Rheumakranke ist.

Klassische Kuren, Wellness-, Fitness- und Beauty-Kurzreisen oder -Wochenendtrips – Ischia ist immer ein hochkarätiges Wohlfühlziel. Auch im Oktober liegen die Lufttemperatur am Tag und die Wassertemperatur bei milden 20 Grad.

Weitere Informationen über Angebote zu Wellness auf Ischia finden Sie im Internet unter: www.stehning.de

Autorin: Nicole Tröster

Anzeige

Seele baumeln lassen!

Wellnessreisen zu Wohlfühlpreisen



Ischia

Grandhotel Terme di Augusto 4,5* in Lacco Ameno, Doppelzimmer mit HP, Flüge ab/bis Düsseldorf im Oktober, Preis pro Person ab

€ 737,-

Karlsbad

Kurhotel Imperial 4,5*, Doppelzimmer mit HP, Eigenanreise, verschiedene Termine im Oktober, Preis pro Person ab

€ 483,-

Kommen Sie vorbei. Wir beraten Sie gern.

FIRST REISEBÜRO
Stehning

Marktstr. 7 - 48431 Rheine - Tel.: 05971/9222-0
Internet: www.stehning.de

Anzeige

Erholung mal drei in Bayreuth

► THERMENWELT ► SAUNALANDSCHAFT ► WELLNESSOASE



LOHENGRIN THERME BAYREUTH

Staatlich anerkannte Heilquelle Heilquellenkurbetrieb

Kurpromenade 5
95448 Bayreuth
Tel. (09 21) 79 24 0-0
www.lohengrin-therme.de

Thermenwelt:
tägl. von 9 – 22 Uhr
Sauna/Wellness:
tägl. von 10 – 22 Uhr

Golf und Meer

In eine herrliche Landschaft eingebettet liegt direkt an der Ostsee, zwischen den traditionsreichen Orten Heiligendamm und Kühlungsborn, das Ostsee Golf Resort Wittenbeck.

Am 11. August 2007 wurde im Zusammenhang mit einem großen Turnier der neue 18-Loch-Meisterschaftsplatz Eikhof in Betrieb genommen. Die Turnierteilnehmer waren sich in einem einig: Der Meisterschaftsplatz ist in Gestaltung und Spielwitz ein einmaliges Erlebnis.

Offizielle Eröffnung

Prominenz, Wirtschaft und Fachpresse waren zahlreich erschienen, um die einzigartige Golfanlage kennen zu lernen. Der Ministerpräsident des Landes Mecklenburg-Vorpommern, Dr. Harald Ringstorff, sowie der Verkehrsminister Dr. Otto Ebnert, eröffneten die neue Anlage mit einem Put am Loch 18, der Präsident des Ostsee Golf Club Wittenbeck, Werner Gallas, schlug am Abschlag 1 den symbolischen ersten, den goldenen Ball ab.

Golfen auf höchstem Niveau – wenige Meter über dem Meeresspiegel

Auf sportlich hohem Niveau finden nun Golfer eine außergewöhnliche Herausfor-

derung. Spitzensportler ebenso wie der Golfer im Handicapbereich zwischen 20 und 36 haben auf dem neuen Meisterschaftsplatz Eikhof eine faire Chance.

Waldkulissen am Rand des Golfgeländes oder ästhetisch in die Landschaft integrierte Wasserfälle hinterlassen einen auch optisch überwältigenden Eindruck.

Aufgrund der Naturhindernisse ist an vielen Stellen intelligentes und beherztes Spiel erforderlich. Selbst das kürzeste Par 3 des Platzes mit 135 m (Champion Herren) sorgt vor der Ausführung des Abschlages garantiert für einen erhöhten Adrenalinspiegel.

Das individuelle Bahndesign mit vielen außergewöhnlichen unverwechselbaren Eindrücken verleiht der Anlage einen einmaligen Charakter. Diese Anlage ist einmalig an der gesamten Ostsee und eine Reise wert!

Autor: Werner Gallas



Anzeige



OSTSEE GOLF RESORT
WITTENBECK

Golf und Meer.

Golfen auf höchstem Niveau – wenige Meter über dem Meeresspiegel.

Auf dem neu eröffneten 18-Loch-Meisterschaftsplatz EIKHOF und dem 9-Loch-Kompaktplatz HÖSTINGEN erwarten Sie in spektakulärer Topografie raffiniert eingebettete Wasserläufe und atemberaubende Ausblicke auf die Ostsee.

Tel.: +49 (0)38203 / 4100 | www.golf-resort-wittenbeck.de



Wellness und Gesundheit

Anti-Aging im Allgäu

Das Aktiv-Hotel Schweiger positioniert sich neu –
Anti-Aging und Prävention mit dem Dr.-Schweiger-Aktiv-Konzept

Ankommen, abschalten und pure Lebensenergie tanken – so lautet die Philosophie des Aktiv-Hotel Schweiger in Füssen-Bad Faulenbach. Das Vier-Sterne-Haus positioniert sich ab sofort als Gesundheits- und Medical-Wellness-Hotel. Das gesamte Angebot basiert dabei auf den drei Säulen Ernährung, Bewegung und Entspannung. Dazu entwickelte der Hausherr Dr. Martin Schweiger ein ganzheitliches Programm, das Dr.-Schweiger-Aktiv-Konzept, zur Gesunderhaltung und Rückgewinnung neuer Lebenskraft mit wirkungsvollen Maßnahmen zur Vorbeugung von gesundheitlichen Problemen und zur Steigerung des Wohlbefindens. Umbau- und Modernisierungsmaßnahmen im Hotel sowie ein Marken-Relaunch unterstützen die Neupositionierung.

Idyllisch in der reizvollen Landschaft des Naturparks Bad Faulenbacher Tal, dem „Tal der Sinne“, und gleichzeitig nur wenige Gehminuten von der historischen

Altstadt Füssens entfernt gelegen, ist das Aktiv-Hotel Schweiger das ideale Domizil, um abwechslungsreiche Urlaubstage zu verbringen und gleichzeitig etwas für die Gesundheit zu tun. Seit 45 Jahren führt die Familie Schweiger das im modernen Landhausstil eingerichtete Vier-Sterne-Hotel und kümmert sich dabei persönlich um das Wohl ihrer Gäste. Mit der Arztpraxis im Haus und der individuellen Betreuung durch Dr. Schweiger wird Medical Wellness auf hohem Niveau geboten.

Während seiner langjährigen Erfahrung als Internist und Sportmediziner hat Dr. Martin Schweiger das „Dr.-Schweiger-Aktiv-Konzept“ entwickelt – ein ganzheitliches Programm für Gesundheit und Wohlbefinden. Die individuelle Beratung beginnt mit der Analyse des Ist-Zustandes mit Hilfe eines gründlichen medizinischen Check-ups in der haus-eigenen Praxis.

Unter Berücksichtigung dieser Ergebnisse und der genetischen Gegebenheiten folgt eine Lifestyle-Beratung mit Festlegung von gesundheitswissenschaftlich fundierten Maßnahmen zur nachhaltigen Verbesserung der Lebensqualität. Fachvorträge zu Stressbewältigung, Zeitmanagement und Seminare zur „Life Balance“ motivieren darüber hinaus zu einem gesundheitsbewussten Lebensstil und eigenverantwortlicher Gesundheitsförderung über den Aufenthalt im Aktiv-Hotel Schweiger hinaus.

„Die medizinische Kompetenz meines Mannes, unsere erfahrenen Therapeuten sowie die persönliche Betreuung unserer Gäste und der aufmerksame Service im Hotel waren schon immer unsere Stärken“, erklärt Carola Schweiger, Geschäftsführerin des Aktiv-Hotel Schweiger. „Allerdings war die Gesundheitsreform der Auslöser für uns, unser Angebot zu erweitern und das Haus zukunftsorientiert mit Ausrichtung im Medical-Wellness-Bereich aufzustellen.“

Autorin: Carola Schweiger
Geschäftsführerin Aktiv-Hotel Schweiger

ANZEIGE

Konzentrierter. Belastbarer. Ausgeglichener.

Aktivieren Sie Ihre Kraftwerke der Konzentration. Konzentration ist Ihre Eintrittskarte zu geistiger Fitness – und die können Sie stärken und zur Höchstform bringen. Ihr Gehirn hat das Potenzial, ein Leben lang konzentriert und geistig aktiv zu sein. Die Energie dazu liefern Ihnen Ihre 100 Milliarden Gehirnzellen. Aktivieren Sie Ihre Gehirnzellen – mit Tebonin®.



Tebonin®

Mehr Energie für das Gehirn.
Bei nachlassender mentaler Leistungsfähigkeit.

Tebonin® intens 120 mg Wirkstoff: Ginkgo-biloba-Blätter-Trockenextrakt **Anwendungsgebiete:** Zur Behandlung von Beschwerden bei hirnorganisch bedingten mentalen Leistungsstörungen im Rahmen eines therapeutischen Gesamtkonzeptes bei Abnahme erworbener mentaler Fähigkeit (dementielles Syndrom) mit den Hauptbeschwerden: Rückgang der Gedächtnisleistung, Merkfähigkeit, Konzentration und emotionalen Ausgeglichenheit, Schwindelgefühle, Ohrensausen. **Hinweise:** Bevor die Behandlung mit Ginkgo-Extrakt begonnen wird, sollte geklärt werden, ob die Krankheitsbeschwerden nicht auf einer spezifisch zu behandelnden Grunderkrankung beruhen. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. **Dr. Willmar Schwabe Arzneimittel, Karlsruhe.** Stand: Juli 2007 T/07/07/1

Stärkt Gedächtnisleistung und Konzentration.

Ginkgo-Spezialextrakt
EGb 761®

- Pflanzlicher Wirkstoff
- Gut verträglich



Mit der Natur.
Für die Menschen.

Dr. Willmar Schwabe Arzneimittel

www.tebonin.de

Venenzentren

Venen-PraxisKlinik Lübeck

St.-Jürgen-Ring 66

Anmeldung über: Gemeinschaftspraxis Dr. Gaber / Dr. Matthießen
Kronsforder Allee 44-46, 23560 Lübeck, Telefon: 04 51 / 5 12 77
Fax: 04 51 / 5 82 24 58, info@venen-luebeck.de, www.venen-luebeck.de



Klinik im Park Venenzentrum Nordrhein-Westfalen

Hagelkreuzstraße 37, 40721 Hilden, Telefon: 0 21 03 / 8 96-0
Fax: 0 21 03 / 2 14 31, info@klinik-im-park.de, www.klinik-im-park.de



Mosel-Eifel-Klinik Fachklinik für Venenerkrankungen

Kurfürstenstraße 40, 56864 Bad Bertrich, Telefon: 0 26 74 / 9 40-0
Fax: 0 26 74 / 9 40-3 11, info@mosel-eifel-klinik.de, www.venen.de



Hofgartenklinik Gefäßchirurgie und Phlebologie Schwerpunkt Venenerkrankungen

Hofgartenstraße 6, 63739 Aschaffenburg, Telefon: 0 60 21 / 30 30
Fax: 0 60 21 / 30 31 84, info@hofgartenklinik.de, www.hofgartenklinik.de



Schloßklinik Abtsee Venenzentrum Oberbayern

Abtsee 31, 83410 Laufen, Telefon: 0 86 82 / 91 71 56
Fax: 0 86 82 / 91 71 20, info@schlossklinik-abtsee.de, www.schlossklinik-abtsee.de



Bei Krampfadern in die Venenfachklinik

Die Entstehung von Krampfadern beruht in den meisten Fällen auf einer genetisch bedingten Bindegewebschwäche, kann jedoch durch die Lebensweise – zum Beispiel stehende Berufe und Übergewicht – begünstigt werden. Erste Hinweise auf ein Krampfaderleiden sind meist geschlängelte Blutadern im Bereich der Unterschenkel und bläuliche Hautveränderungen auf der Innen- oder Außenseite der Fußknöchel, die mit Schmerzen und Schwellungen einhergehen können.

Krampfadern erhalten in der Medizin sehr viel weniger Aufmerksamkeit, als man aufgrund ihrer Häufigkeit annehmen sollte. Denn sie sind kein rein ästhetisches Problem. Es können sich Komplikationen mit schwerwiegenden Folgeschäden entwickeln. Diese reichen von Venenentzündungen über Blutungen aus Krampfadern bis hin zu offenen Beinen. Unbehandelte Venenentzündungen bergen das Risiko von Thrombosen der tiefen Beinvenen, die ihrerseits eine Lungenembolie hervorrufen können.

Das geringe Interesse an Krampfaderleiden spiegelt sich auch in den Anforderungen, die an die Qualifikationen des Operateurs gestellt werden, wider. So kann im Prinzip jeder Chirurg, unabhängig von seiner Erfahrung, Krampfadern operieren. Je seltener er aber solche

Eingriffe vornimmt, desto eher kann es zu Rückfällen und technischen Fehlern kommen.

Auch gelten solche Eingriffe vielerorts als ideales Übungsfeld für Anfänger. Denn zum einen ist die Gefahr schwerer Komplikationen gering, zum anderen machen sich Fehlschläge in der Regel erst nach Jahren bemerkbar. Wenig verwunderlich erscheint es vor diesem Hintergrund, dass Rückfälle nach Krampfaderoperationen vergleichsweise häufig auf handwerkliche Fehler des Chirurgen beruhen. Auch Beobachtungen Bochumer Wissenschaftler deuten darauf hin, dass in der Tat bei der großen Mehrheit der Rezidive handwerkliche Mängel vorliegen, denn über 64% der Rückfälle beruhen auf einer unvollständigen Entfernung der Stammvene (Bochumer Studie aus 2003). Es ist für den Patienten also ganz entscheidend, sich umfassend beraten zu lassen und eine Fachklinik aufzusuchen. Nach neuesten Erkenntnissen weisen Venenfachkliniken eine Rezidivquote von nur 3% auf – im internationalen Vergleich ein absoluter Spitzenwert.

Weitere Informationen
finden Sie unter:
www.venenliga.de oder
gebührenfrei
Tel. 0800 – 444 333 5

Autorin: Susanne Kuczera
(Deutsche Venen-Liga e.V.)



Wellness und Gesundheit

Zeit für Gesundheit und Entspannung

Langsam geht der Sommer vorbei und man hat wieder Zeit für ein ausgiebiges Verwöhnprogramm. Am wirkungsvollsten ist dies, wenn auch Körper, Geist und Seele von einem kompletten Wohlfühlarrangement in luxuriösem Ambiente profitieren können.

Gesundheit im Urlaub

Viele Hotels bieten Wellnessaufenthalte für jeden Geschmack an. Wer mit dem Urlaub auch etwas für seine Gesundheit bewirken möchte, wählt ein Paket mit präventivmedizinischem Ansatz und ärztlicher Betreuung.

Ein besonders fundiertes Angebot offerieren die drei A-ROSA-Resorts an der Ostsee, in der Nähe von Berlin und in den Alpen. Jedes Haus verfügt über einen großzügigen Spa-Bereich auf mehreren Ebenen mit verschiedenen Themensäumen, Innen- und Außenpools, Fitness- und Geräteraum sowie einer Medical-Wellness-Abteilung.

Besonderes Merkmal der A-ROSA-Resorts ist, das hier die ältesten fernöstlichen Heilkulturen mit Erkenntnissen der modernen Medizin unter ärztlicher Leitung zusammengeführt wurden. Dabei ist jedes Resort auf einen eigenen Kompetenzschwerpunkt spezialisiert, zu dem Gesundheitsreisen oder Verwöhnarrangements gebucht werden können.

Thalasso in Travemünde

Das direkt am Meer gelegene A-ROSA Travemünde im denkmalgeschützten Kurhaushotel beherbergt ein modernes Original-Thalasso-Zentrum. Neben klassischen einwöchigen Thalasso-Therapien können auch gesundheitsfördernde Thalasso-Kurzprogramme gebucht werden. Das spezielle Klima an der nahen Ostsee unterstützt beim Nordic Walking oder Strandaufenthalt die wohltuende Wirkung.

Ayurveda in der Mark Brandenburg

Das A-ROSA Scharmützelsee in Bad Saarow, 70 km südöstlich von Berlin, verfügt über eine eigene Ayurveda-Etage und einen separaten Bereich für Sportdiagnostik- und Herzkreislauftherapie. Mit der angrenzenden Golfanlage, Tennis-

zentrum und Segelschule ist das 2005 zum besten Spa-Resort ausgezeichnete Haus das wohl vielfältigste Urlaubsresort seiner Art in Deutschland.

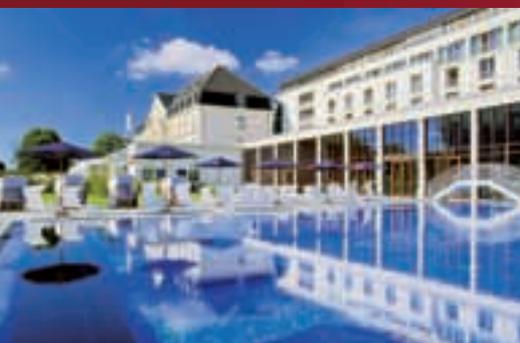
Panoramablick im A-ROSA Kitzbühel

Das neue Resort im Stil eines Tiroler Schlosses bietet einen herrlichen Ausblick auf das Alpenpanorama. Der Spa-Bereich steht unter dem Zeichen Ganzheitlichkeit und Asien. Den Gast erwarten exotische Spa-Anwendungen aus der ganzen Welt und medizinisches Gesundheitscoaching unter ärztlicher Leitung. Ganz neu sind die Angebote der Traditionellen Chinesischen Medizin im 3.000 qm großen Spa.

Da Genuss und Gesundheit bei A-ROSA Hand in Hand gehen, kommen auch die kulinarischen Freuden nicht zu kurz. Jedes Resort verfügt über drei verschiedene Restaurants und, auf Wunsch, Beratung durch ausgebildete Ernährungswissenschaftler.

Information und Buchung:
www.a-rosa.de

Autorin: Julia Pengel
Anzeige



Drei Resorts, ein Ziel: unendlich viel erleben!

Grand SPA Resort A-ROSA Kitzbühel, Tel. +43 (0) 53 56-65 660-980

- Das Highlight in den Alpen, mit 3.000 m² SPA-Bereich
- Moderne Schlossatmosphäre auf der Sonnenseite Kitzbühels

Sport & SPA Resort A-ROSA Scharmützelsee, Tel. 03 36 31-6 26 70

- Nah bei Berlin & weit weg vom Stress, mit 4.200 m² SPA-Bereich
- Vier eigene Golfplätze mit 2 Driving-Ranges, Tenniszentrum und Yachtakademie

Grand SPA Resort A-ROSA Travemünde, Tel. 045 02-30 70-620

- Einzigartige Atmosphäre & Lifestyle, mit 4.500 m² SPA-Bereich
- Exklusivstes Original-Thalasso-Zentrum Deutschlands

Grand SPA Resort
aROSA  Kitzbühel

Sport & SPA Resort
aROSA  Scharmützelsee

Grand SPA Resort
aROSA  Travemünde

Gesunde Wasserkraft

Whirlpools – idealer Badespaß für draußen

Für Entspannung und Erholung sind Spaß und Thermen sehr geschätzt – längst haben die gesunden Frischmacher auch private Haushalte erobert. Mit Wasser, Wärme und vitalisierender Massage bieten sie ihren Benutzern aktive Wellness und pure Entspannung. Das funktioniert jederzeit und nach Wunsch sogar draußen im Garten.

Natürlich kann ein Whirlpool auch im Haus stehen; muss er aber nicht. Viel attraktiver gestaltet sich die Variante auf der Terrasse oder in einer Gartenecke ein sprudelndes Massagebad einzurichten. Die Idee solcher Outdoor geeigneten Whirlpools, die ganzjährig im Freien genossen werden können, kommen ursprünglich aus den USA; in Deutschland findet die weltweit führende Marke HotSpring bereits seit 20 Jahren begeisterte Kunden.



Zum Aufstellen braucht man nur ein wenig Platz, einen Stromanschluss und einen Wasserschlauch. HotSpring setzt auf variable Jetsysteme, hygienische Wasseraufbereitung und individuelle Accessoires wie Farblicht oder Soundanlagen nach Wunsch – fertig ist die private Wellness-Oase.

Relax – just do it!

Ab sofort hat damit Vitalität ganzjährig Saison. Der Whirlpool ist auf Stand-by und garantiert jederzeit angenehmes Relaxen ohne Vorheizen – die hochwertige Isolierung erlaubt dieses Vergnügen selbst bei Eis und Schnee. (Kosten: unter 1,00 Euro/Tag) So ein winterliches Bad im warmen Wasser ist auch ein sinnliches Erlebnis, bei dem kein Hotel-Whirlpool mithalten kann.

„Wer immer die Wirkungen des Wassers versteht und in seiner überaus mannigfaltigen Art anzuwenden weiß, besitzt



ein Heilmittel, welches von keinem anderen Mittel übertroffen werden kann. Keines ist mannigfaltiger in der Wirkung“, wusste schon Pfarrer Sebastian Kneipp.

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter: www.hotspring.de

Probabad:
Tel. (08 00) 4 68 77 74
(gebührenfrei)

Autorin: Daniela Reitmayer

Anzeige



Fragen Sie nach unseren besonderen Jubiläumsangeboten!

Wellness zu Hause

und gesund relaxen im eigenen Whirlpool

Innovation, dauerhafte Qualität, höchste Energie-Effizienz (schon für weniger als 1 € am Tag) und komfortable Ausstattungen zeichnen HotSpring Spas aus – weltweit seit 30 Jahren, seit 20 Jahren in Deutschland. Vertrauen Sie dem Marktführer.

Für Infos oder Termine zum Probabaden rufen Sie bitte an:

0 800/46 87 774* oder informieren Sie sich

im Internet: www.hotspring.de (*gebührenfrei)

HotSpring
Whirlpools

...weltweit die Nummer 1

WHIRLPOOL Import GmbH · Buxtehude · Dortmund · Frankfurt · München · Nürnberg · Nürtingen · www.hotspring.de

Wellness und Gesundheit

Wenn die Stimme wegbleibt

Natürliche Hilfsmittel

Für viele Menschen ist die Stimme ihr wichtigstes Kapital: Sänger, Redner oder auch Berufstätige, die in ihrem Job viele Vorträge halten und Diskussionen führen müssen, sind Tag für Tag auf ihre Stimme angewiesen. Da ist es schlecht, wenn diese schlapp macht.

Die Stimme wird häufig vernachlässigt

Die Ursachen für das langsame Versagen der Stimme sind unterschiedlich. So führt etwa eine Entzündung der Schleimhäute, wie es bei einer Erkältung häufig der Fall ist, oder aber eine simple Überlastung der Stimmbänder zu Heiserkeit oder leichten Halsschmerzen. Die Stimme hat Tag für Tag enorme Anforderungen zu erfüllen, was einer ständigen Pflege bedarf. Doch das vernachlässigen viele.

Tipps zur Stimmpflege in der kalten Jahreszeit

Besonders im Herbst und Winter wird die Raumluft durch Heizen sehr trocken. Dadurch können auch die Schleimhäute auf unseren Stimmbändern stark austrocknen, was sie für Viren, Bakterien und somit für Erkrankungen anfälliger macht.



Was also tun, wenn es im Hals kratzt?

- Schonen Sie Ihre Stimmbänder und sprechen Sie möglichst wenig.
- Gurgeln Sie morgens und abends mit Kamillen- oder Salbei-Tee.
- Sorgen Sie in Ihrer Umgebung für möglichst hohe Luftfeuchtigkeit, denn trockene Luft reizt zusätzlich die Atemwege.
- Vermeiden Sie belastende Gifte (zum Beispiel Rauchen, Alkohol).

Stimmfreundlich: Natürliches Emser Salz

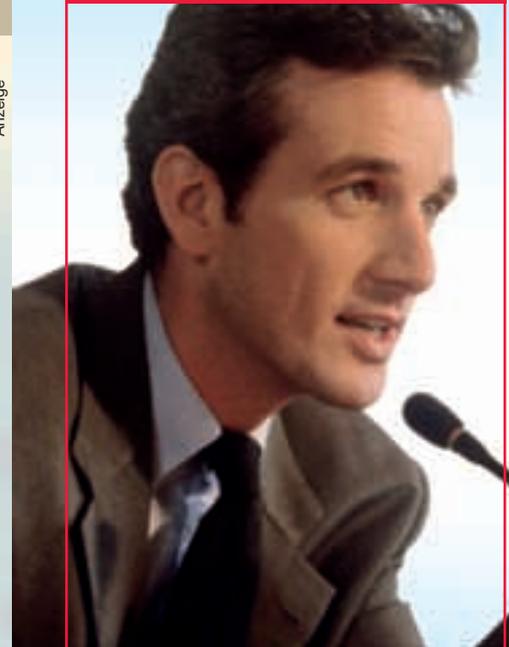
Damit die Stimme gar nicht erst verschwindet oder aber schnell wiederkehrt, gibt es bewährte Helfer aus der Natur. Pastillen auf Basis von Natürlichem Emser Salz (zum Beispiel Emser Pastillen, Apotheke) befeuchten und beruhigen die gereizte Schleimhaut in Mund und Rachen, so dass sich die Stimme erholen kann.

Weitere Informationen unter:
Telefon: (02 21) 13 05 60 60
Ansprechpartnerin: Angela Steere

Autorin: Angela Steere

Anzeige

Stimmerberuf?



Emser Pastillen® – Profi-Schutz für Ihre Stimme.

Emser Pastillen® ohne Menthol

- befreien und beruhigen die gereizte Mund- und Rachenschleimhaut
- bei Stimmstörungen, die durch Mund- und Halstrockenheit verursacht werden
- lindern schnell Halsschmerzen und Hustenreiz



Emser Pastillen®
ohne Menthol:
frei von
ätherischen
Ölen – daher
für Sprecher
besonders
geeignet.
In Ihrer
Apotheke!



www.emser.de

Wellness im Herbst

Zeit für Bewegung, Entspannung und gesunde Ernährung

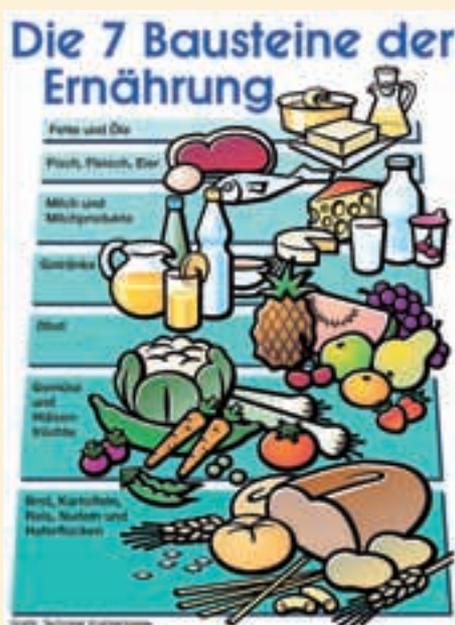
Im Sommer zu entspannen ist einfach. Ein Freibadbesuch, in der Sonne dösen oder eine Radtour zur Eisdielen, hilft Stress abzubauen. Nun werden die Tage kürzer: Nebel, Niesel und Dunkelheit drücken aufs Gemüt. Gegen Regen und frühe Dämmerung können wir nichts tun. Aber auch im Herbst kann man es sich richtig gut gehen lassen, um neue Kräfte zu sammeln. Wellness tut jetzt besonders gut.

Wie jeder Einzelne dies erreicht, dafür gibt es kein Patentrezept. Dem einen genügt der tägliche Spaziergang, dem anderen der wöchentliche Saunagang, um mal so richtig abzuschalten. Die Techniker Krankenkasse (TK) gibt folgende Wohlfühl Tipps für den Herbst:

- Die Herbstmonate schlucken nicht nur Licht, sondern bei vielen auch die gute Stimmung. Licht weg – Laune weg, wie kommt das? Unsere Augen sind wesentliche Pforten zu guter Stimmung. Trifft nun nur noch wenig Licht auf die Netzhaut, bildet die erbsengroße Zirbeldrüse im Gehirn aus dem stimmungsaufhellenden Nervenbotenstoff Serotonin das Schlafhormon Melatonin. Und das macht müde und schlapp.

Also nichts wie raus – und zwar auch bei trübem Wetter. Mindestens jeden Tag eine Viertelstunde nach draußen gehen, um Tageslicht und frische Luft zu tanken. Selbst an bewölkten Tagen ist das Licht draußen noch drei- bis viermal stärker als die Zimmerbeleuchtung. Neben der Psyche erfreut das auch die Knochen. Tageslicht regt die Vitamin-D-Produktion in der Haut an. Vitamin D braucht der Körper, um Kalzium in Zähne und Knochen einlagern zu können. Dadurch werden sie hart und belastbar.

- Niedrigere Temperaturen, überheizte Räume und Triefnasen schwächen das Immunsystem. Doch die lange Dunkelphase ist nicht nur für den Körper eine große Herausforderung, sondern schlägt vielen Menschen auch aufs Gemüt. Mit der richtigen Ernährung lassen sich nicht nur die Abwehrkräfte stärken, sondern auch die Stimmung heben.



Im Herbst gelten Vielfalt und Ausgewogenheit als Garanten für eine gesunde Ernährung. Als Faustregel gilt: Fünf Mal pro Tag frisches Obst und Gemüse. Außerdem ausreichend Vollkornprodukte wie Brot, Nudeln und Reis sowie fettarme Milchprodukte essen, Fleisch und Süßigkeiten in Maßen. Besonders wichtig für unser Wohlbefinden ist der Mineralstoff Magnesium. Gute Nahrungsmittelquellen für Magnesium sind zum Beispiel Bananen, Linsen, Nüsse und Trockenfrüchte. Der Glücksbotenstoff Serotonin ist beispielsweise in kohlenhydratreichen Lebensmitteln wie Nudeln und Kartoffeln enthalten. Fettsäuren aus Seefischen wie Hering und Makrele oder pflanzliche Öle wie Raps- und Sojaöl heben die Laune.

Süße Stimmungsaufheller sind ab und an erlaubt: Mal eine Tasse heiße Schokolade trinken oder in eine Tafel mit hohem Kakaogehalt zu beißen, macht glücklich. Mehr als vier Stückchen täglich sollte man allerdings nicht verzehren. Auch wenn im Herbst das Durstgefühl fehlt, mindestens zwei Liter pro Tag trinken. Am besten Wasser, ungesüßte Fruchtsaftchorlen oder Früchtetee.

- Wenn es draußen ungemütlich wird, sinkt meist die Lust, sich sportlich zu betätigen. Doch gerade Bewegung bringt den Kreislauf in Gang und stärkt die Abwehrkräfte. Außerdem steigert Sport das psychische Wohlbefinden, da währenddessen körpereigene Glückshormone, so genannte Endorphine, ausgeschüttet werden.

Ideal sind zum Beispiel Ausdauersportarten wie Radfahren, Jogging, Skilanglauf oder Walking. Wichtig ist dabei ein regelmäßiges, moderates Training, etwa drei- bis fünfmal wöchentlich jeweils 30 bis 60 Minuten. Outdoor-Sportler sollten sich im Herbst nach dem Zwiebel-Prinzip anziehen, also mehrere dünne Schichten Kleidung übereinander. Damit es nicht zum Wärmestau kommt, Textilien aus atmungsaktiven Materialien tragen. Auch Handschuhe und Kopfbedeckung nicht vergessen, denn sie schützen vor Auskühlung.

- Zum gewünschten Wohlfühlereffekt können Entspannungsmethoden beitragen. Übungen zur Stressbewältigung wie Tai Chi, Qi Gong, Yoga, Progressive Muskelentspannung oder Autogenes Training sorgen für Ruhe und Ausgeglichenheit. Um diese Techniken zu erlernen, kann man zum Beispiel einen der TK-Entspannungskurse besuchen. Einen Überblick findet man unter www.tk-online.de in der Rubrik „Fit & Well“/Stichwort „TK-Gesundheitskurse“.

Als Ausgleich zu einem anstrengenden Tag hilft ausreichend Schlaf. Früher dachte man, der Schlaf sei lediglich eine Unterbrechung des Tagesablaufes. Heute weiß man: Schlaf ist lebensnotwendig für Körper und Psyche. Um sich zu entspannen und das Immunsystem zu stärken, empfehlen sich auch regelmäßige Saunagänge und Wechselduschen.

Weitere Informationen enthalten die Broschüren „Ernährung“, „Bewegung“ und „Der Stress“, die unter www.tk-online.de als Download zur Verfügung stehen. Mehr zum Thema „Wellness und Entspannung“ gibt es online in der Rubrik „Fit & Well“.

Autorin: Aurelia Nehr



Es tut so gut, sich für das Beste zu entscheiden.

Mehr als 1.800 Menschen entscheiden sich pro Tag für die TK.

Der größte deutsche Krankenkassenvergleich beweist es: die TK ist Deutschlands beste Krankenkasse. Durchgeführt wurde der Test von FOCUS-MONEY und dem deutschen Institut für Servicequalität. Bewertet wurden Beitragssatz, Leistungen, Beratung und Erreichbarkeit. Zudem gaben auch Ärzte ihr Votum ab.



Wechseln auch Sie zum Testsieger – mit Sicherheit die richtige Entscheidung.

Hier erfahren Sie mehr:

www.tk-online.de oder

Tel. 0800 - 422 55 85

Montag bis Freitag von 7 bis 22 Uhr
(gebührenfrei innerhalb Deutschlands)



NEUE MITGLIEDER



Wir begrüßen bei Lions oder in neuen Lions Clubs im MD 111-Deutschland

LC Bad Dürkheim
Marko Gajewski

LC Bad Wörishofen-Mindelheim
Axel Michael Milhard

LC Beckum-Ahlen
Günther Winkler

LC Berlin-Intercontinental
Martin Krüger

LC Bielefeld/Sennestadt
Johannes F. Peitz

LC Bremen-Lesmona
Hans-Gerd Thormeier

LC Coburg
Manfred Ptok

LC Dresden Agenda 21
Jan Tangermann

LC Düsseldorf-Karlstadt
Andreas Götz

LC Frankfurt-Cosmopolitan
Nami Ejiri

LC Haldensleben
Jens Bender

LC Kassel-Wilhelmshöhe
Gerd Walter

LC Leer-Evenburg
Jurine Abeln

LC Lübecker Bucht
Christoph Lehnert

LC München
Sönke Utermark

LC München-Geiselgasteig
Prof. Dr. Lars Fend
Achim Matschiner

LC München-Herzogpark
Sebastian Dietrich

LC Nürnberg-Franken
Ismail Baloglu
Manfred Hürlimann

LC Osnabrücker Land
Wilhelm Ingenpass

LC Rahden-Espelkamp
Manfred Surmeier

LC Remchingen-Pfintzal
Mike Schimke
Annett-Katrin Tischer

LC Rottweil
Michael Hafner

LC Schleusingen
Simone Münch

LC Stutensee Hardt
Thomas Backenstos
Dietmar Israel

LC Stuttgart-Rosenstein
Armin Jochum

LC Westerwald
Volker Puderbach

VERSTORBENE MITGLIEDER



In memoriam

Dr. Dieter Barich
LC Siegen

Vlatko Markulin
LC Bad Füssing

Karl-Heinz Schreyer
LC Bremervörde

Gustav-Hermann Beyer
LC Bad Gandersheim-Seesen

Hans-Georg Müller
LC Peine

Wolfgang Ulmer
LC Aalen

Volker Kulzer
LC Höxter-Weserbergland

Werner Schneider
LC Hamburg-Uhlenhorst

Rudolf Vogt
LC Regensburg

Dr. Gunther Kessen

Der Lions Club Oberhausen trauert um sein langjähriges Mitglied Dr. rer. nat. Gunther Kessen. Er verstarb am 9. März 2007, kurz nach Vollendung des 77. Lebensjahres. Seit seinem Eintritt in den LC Oberhausen im Jahr 1985 bestimmte Dr. Gunther Kessen die Entwicklung des Clubs mit hoher Sachkenntnis und großem Verantwortungsbewusstsein als Sekretär (1986–89 und 1995/96), 2. Vize (1989/90), 1. Vize (1990/91) und Präsident (1991/92). Viel Freude machte ihm die

Arbeit für die Clubzeitschrift DER Lion. Darüber hinaus setzte er sich erfolgreich für die freundschaftlichen Beziehungen der Lions Clubs auf internationaler Ebene ein. Während der letzten zehn Jahre engagierte er sich als Schatzmeister des Lions-Hilfswerks e. V.

Wir verlieren mit Gunther Kessen eine überragende, von großer menschlicher Ausstrahlung gekennzeichnete Persönlichkeit. Sein unvergleichlicher Humor wirkte ansteckend. Wir alle haben einen geschätzten Lions-Freund verloren, darüber hinaus viele von uns einen lieben Freund. Er wird uns fehlen.

Deutsche Ausgabe

Chefredakteurin: **Anne Katrin Peters**

Manuskripte an Redaktion DER Lion:

Anne Katrin Peters, Horscheltstraße 3, 80796 München
Tel.: (0 89) 55 26 73 06, Fax: (0 89) 55 26 73 07,
E-Mail: akp@annekatrin-peters.de

Stellv. Chefredakteur:

Wulf Mämpel, Weg zur Platte 102, 45133 Essen
Tel.: (02 01) 2 46 39 35, Fax: (02 01) 3 84 47 70,
E-Mail: w.maempel@web.de

Druck: **Schürmann + Klagges**
Druckerei, Verlag, Agentur, Industriestraße 34, 44894 Bochum

Herstellungs-Leitung: **Hans-Joachim Keikut**

Grafik: **Arno Krämer (Ltg.)**, **Michael Haverkamp**, **Sandra Körber**,
Karen Otto, **Andreas Schubert**

Anzeigenleitung: **Monika Droege**

Anzeigenberaterin: **Vera Ender**

Tel.: (02 34) 92 14-141, Fax: (02 34) 92 14-102.

Redaktionsschluss: **1. des Vormonats.**

Anzeigenschluss: **10. des Vormonats.**

Herausgeber der deutschsprachigen Lizenzausgabe: **MD 111**

Erscheinungsweise: elfmal im Jahr

Druckauflage: 46 000/2. Quartal 2007

Druck: **Schürmann + Klagges**

Druckerei, Verlag, Agentur, Industriestraße 34,
44894 Bochum,

Internet: <http://www.skala.de>, E-Mail: sk@skala.de

Herstellungs-Leitung: **Hans-Joachim Keikut**

Tel.: (02 34) 92 14-151, Fax: (02 34) 92 14-100

Anzeigenverwaltung: **Schürmann + Klagges**,

Druckerei, Verlag, Agentur,

Postfach 10 23 70, 44723 Bochum,

Internet: <http://www.skala.de>, E-Mail: sk@skala.de

Anzeigenleitung: **Monika Droege**

Tel.: (02 34) 92 14-111, Fax: (02 34) 92 14-102.

Zurzeit ist Anzeigenpreisliste Nr. 35 gültig.

Mitglieder der Lions Clubs im MD 111 erhalten das Heft, der Bezugspreis wird in der jährlichen Mitgliedsrechnung geführt. Abonnementspreis: Inland € 28,40 (inkl. Porto und Verpackung), Ausland: € 30,10 (inkl. Porto und Verpackung), Einzelheft € 2,00 (zuzüglich Porto und Verpackung). Die Zeitschrift „DER Lion“ ist ein Forum der Meinungsbildung. Die Beiträge stellen die persönlichen Ansichten der Verfasser dar und müssen sich nicht mit der Auffassung der Redaktion decken.



To create and foster a spirit of understanding among all people for humanitarian needs by providing voluntary services through community involvement and international cooperation.



We Serve

President:

Mahendra Amarasuriya

No. 70, Fife Road, Colombo 5, Republic of Sri Lanka.

Immediate Past President:

Jimmy M. Ross

P.O. Box 368,

Quitaque,

Texas 79255,

USA.

First Vice President:

Albert F. Brandel

14 Herrels Circle,

Melville,

New York 11747-4247,

USA.

Second Vice President:

Eberhard J. Wirfs

Am Münsterer Wald 11,

65779 Kelkheim,

Deutschland.

Directors:

Jan Ake Akerlund	Höllviken, Schweden
Malik Khuda Baksh	Karachi, Pakistan
Dana Biggs	Fresno, Californien, USA
Ermanno Bocchini	Neapel, Italien
Pei-Jen Chen	Taipeh, Taiwan
Sung-Gyun Choi	Seoul, Korea
Wayne E. Davis	Stephens City, Virginia, USA
Joseph F. Gaffigan	Silver Spring, Maryland, USA
Ryuichi Goto	Kashiwa, Japan
William C. Hansen	Rochester Hills, Michigan, USA
Dr. Patricia Hill	Edmonton, Alberta, Kanada
Larry Johnson	Vienna, West Virginia, USA
Maurice M. Kahawaii	Kailua-Kona, Hawaii, USA
Vinod Khanna	Neu-Delhi, Indien
Leland R. Kolkmeier	Wellington, Missouri, USA
Ed Lecius	Merrimack, New Hampshire, USA
K.G. Ramakrishna Murthy	Coimbatore, Indien
Georgios J. Nicolaides	Nicosia, Zypern
Francisco Fabricio de Oliveira Neto	Catolê do Rocha, Brasilien
Pedro A. Bortello Ortiz	Monterrey, Mexiko
Dr. Harold R. Ott	Boalsburg, Pennsylvania, USA
Georges Placet	Ludes, Frankreich
Tapani Rahko	Jarvenpaa, Finnland
Russell Sarver	Durrand, Illinois, USA
Kenneth C. Schwols	Loveland, Colorado, USA
Steven D. Sherer	New Philadelphia, Ohio, USA
Yoshitsugo Shigematsu	Osaka, Japan
Djoko Setiono Soeroso	Jakarta, Indonesien
Davi E. Stoufer	Washington, Iowa, USA
Toru Tanino	Shimonoseki, Japan
Dr. Nelson Vidal	Lima, Peru
Vince Vinella	Sparks, Nevada, USA
William B. Watkins, Sr.	Loudon, Tennessee, USA

Lions International der Hauptsitz

The International Association of Lions Clubs,
300 22nd Street, Oak Brook, Illinois 60521-8842, USA.

Zentrale der Hauptverwaltung in Oak Brook
(001 [630] 5 71-54 66).

Die Durchwahlen der einzelnen
Abteilungen der Hauptverwaltung:

Fragen zum M & A-Report:	312	Alles über Sichterhaltung und Hilfe für Gehörlose, Anlaufstelle für SF-Beauftragte etc.:	318, 320
Rechtsabteilung:	298		
Versicherungs-Probleme:	202		
Deutscher Übersetzer			
LCIF-Abteilung:		Mitgliedschaft:	
Allgemeine Informationen:	383	Charter und Clubaufbau:	305, 306
Entwicklung des Programms:	395, 396	Mitgliedschaftsprogramme:	322
Grants:	292, 580, 507	Namensänderungen:	306
Melvin Jones		Neue Clubs (und Proteste):	305
Fellowships:	293, 517	Marketing und Unterlagen für Clubgründungen:	307
Programme und PR:	386, 508	Marketing-Unterlagen:	520, 522
Leadership-Abteilung:		Formulare für neue Mitglieder und Transfer:	322
Allgemeine Informationen:	367	Mitglieder-Auszeichnungen:	339, 340, 341
Institute:	387	Fragen zum Budget, DG-Spesen:	220, 221
Seminare und Workshops:	544	Club-Bedarf:	
Programm-Entwicklung:	578	Allgemeine Informationen:	252, 253, 261
Weltkongresse:		Bestellungen:	262
Allgemeine Informationen:	281	Versand:	276
Unterbringung:	284, 390	Friedensplakat-Wettbewerb:	358
Internationale Aktivitäten:		PR- und Produktionsabteilung:	358, 360, 363
Jumelagen, Clubabzeichen für outstanding Clubs:	315, 316		
Lions-Tag bei den Vereinten Nationen:	500		
Youth Outreach-Program:	330		
Jugendlager, Jugendaustausch und Leo-Programm:	323		

Exclusive Häuser

elegant · stilvoll · modern

ARS Vivendi

made by KAMPA-Haus



Bungalow entwickelt für
KAMPA 50PLUS
EXCLUSIVE HÄUSER



Das neue Wohnerlebnis auf einer Ebene.

■ Wenn sich höchste Gestaltungskunst und moderne Technik vereinen, entsteht etwas Besonderes. Wie bei ArsVivendi von KAMPA. Gemeinsam mit unseren Partnern haben wir Ideen entwickelt, die das Wohnen schöner und komfortabler machen.

Erleben Sie innovative Haustechnik, intelligentes Raumtemperaturmanagement, effektiven Sonnenschutz und vieles mehr. Dieser 50plus-Bungalow bietet Ihnen mit exklusivem Design und höchster Funktionalität ein Wohnambiente der Extra-klasse. Die geradlinige Raumplanung ermöglicht Ihnen einen bequemen Zugang zu allen Bereichen. So können Sie auch in der zweiten Lebenshälfte die Kunst zu leben in vollen Zügen genießen.

Erfahren Sie mehr über unsere Häuser in einem unserer vielen Musterhaus- oder Kompetenz-Zentren in ganz Deutschland. Gerne senden wir Ihnen auf Anfrage kostenloses Informationsmaterial.

KAMPA
EXCLUSIVE HÄUSER

KAMPA-Haus GmbH · Uphouser Weg 78 · D-32429 Minden

Tel. +49 (0)571 9557 250 · Fax +49 (0)571 9557 400 www.kampa-haus.de · e-mail: info@kampa.de

KAMPA AG. DA SIND SIE SICHER