

# Gesundheitstage setzen auf gute Ernährung

Internationale Rezepte, Suppenküche und jede Menge Kostproben: Das Thema Ernährung steht im Mittelpunkt der 7. Fürstenfelder Gesundheitstage.

VON INGRID MÜLLER

**Fürstenfeldbruck –** Organisationsleiterin Maria Leitenstern-Gulden will an diesem Wochenende nicht nur Bio-Küche in den Brucker Kindertagesstätten und Schulen etablieren, sondern den Menschen auch aufzeigen, wie sie sich gesund ernähren können.

„Gesundes Essen aus aller Welt“ heißt es deshalb am

Samstag ab 12 Uhr im Arkadengang. Frauen aus sieben Nationen kochen in einer Kooperation von Volkshochschule und Sozialer Stadt ihre landeseigenen Spezialitäten. Beim Suppenfest im Stadtsaalhof können die Besucher lernen, dass eine Terrine

mehr ist, als nur eine Vorspeise und dabei das Projekt Operative unterstützen – ebenso mit einer Kostprobe der Anti-Stress-Praline.

Das Landwirtschaftsamt stellt das Pilotprojekt „Netzwerk Junge Eltern und Familien: Bewegung und Ernährung“ vor. Unter dem Motto „Am besten schmeckt Mama, aber was dann?“ lernen junge Eltern, wie sie den Weg von der Beikost zum Essen ge-

sund und schmackhaft gestalten können. Für Kinder stellt eine Bewegungspädagogin leichte Übungen mit Rody-Pferdchen und Pezzi-Bällen

für Wohnzimmer, Garten und Strand vor. Beim Wettbewerb auf der Ampelwiese können Kindergartenkinder beweisen, wie fit

## Weltrekordversuch

Sieben Anfänger lernen in 700 Sekunden das Jonglieren – mit dieser Aktion will es Stephan Ehlers bei den Gesundheitstagen ins Guinnessbuch der Rekorde schaffen. Elf Minuten und 40 Sekunden hat er dafür Zeit. Mit seinen Massen-Jonglierkursen hat er das Kunststück schon mehrfach geschafft. Die aktuelle Bestmarke: 264 Anfänger lernen in 30 Minuten das Kunststück mit den drei Bällen. Mitmachen kann jeder, der noch keine Vorkenntnisse besitzt und über zehn Jahre alt ist. Infos gibt es am Samstag, 12. Juni, um 12 und 14 Uhr auf der Waaghäuslwiese. Der Wettbewerb beginnt um 16 Uhr. Auch Helfer werden gesucht. Infos unter Telefon (089) 17 11 70.



sie sind. Am Sonntag startet um 10 Uhr der Brucker Stadtlauf auf der Waaghäuslwiese. Die Startgebühr beträgt zwei Euro für Kinder und drei für Erwachsene, anmelden kann man sich von 9 bis 10 Uhr oder vorab per E-Mail an [info@physio vital.org](mailto:info@physio vital.org).

Zudem stehen viele Vorträge rund um das Thema Gesundheit auf dem Programm. Die Ärzte des Brucker Klinikums informieren über ihre Arbeit und interessante Themen. Vom Diabetes-Check über Vorsorge und Entspannungsgübungen ist alles dabei. Das Gesundheitsforum widmet sich am Samstag um 14 Uhr in einer Podiumsdiskussion dem Thema „Älter werden – gesund bleiben“.

Auch das Landratsamt bietet an seinem Stand Infos zu vielen Lebenslagen, Vorsorgevollmacht und mehr. Das Agenda-21-Büro gibt Tipps zum „Klimaschutz mit Messer und Gabel“ und der Fachbereich Gesundheit hat einen Sinnensparcour aufgebaut.

Erstmal werden die Gesundheitstage auch zur Jobbörse: Beim Speeddating der Bildungsagentur Fürstenfeld können sich Jugendliche für Praktika und Ausbildungsplätze vorstellen. Viele Unternehmen aus dem Gesundheitssektor sind vertreten.

**Die Gesundheitstage** sind am 12. und 13. Juni jeweils von 10 bis 18 Uhr geöffnet. Der Eintritt ist frei.