

## VRM Lokal Hier schreiben Sie!

### Was ist los bei Ihrem Verein?

» Ihr Verein kämpft demnächst um die Meisterschaft? Es gilt, einen neuen Vorstand zu wählen? Es gibt neue Kurse im Angebot? Spannende Wettkämpfe mit vielen Mannschaften locken? In Ihrer Halle steigt eine große Party? Das sind nur einige Themen, die viele Leser interessieren. Wir geben Ihrem Verein ein Gesicht, egal ob Sport, Gesang, Kunst oder Kultur, Förderverein oder Genussinitiative.

Unsere Redaktion freut sich auf Ihre Beiträge. Jetzt einfach online einstellen unter [www.vrm-lokal.de](http://www.vrm-lokal.de)



Mit freundlicher Unterstützung von

SPORTBUND  
Rheinhessen

## „Es ist geschafft“

Bauwagen der Kita Sonnenstrahl renoviert



„Hurra, endlich sind wir fertig“, freuen sich die Kinder der Kita Sonnenstrahl in Oberdiebach. Foto: Katja Kunz

**OBERDIEBACH (red)** – Eltern, Kinder und Team haben gemeinsam den Bauwagen auf dem Kita-Gelände grunderneuert. Neben neuen Wänden und frischer Farbe, wurde der Innenraum mit unter anderem Pallettenmöbeln, Puppeneckenmobiliar und Spielsachen bestückt. Zum Schluss gab es noch eine stabile selbstgebaute Treppe mit Geländer. Die Freude der Kinder ist riesig. Täglich wird der Wagen für Rollenspiele, zum Malen und zum Frühstück genutzt. Damit alle mal dran kommen, muss sich jedes Kind eintragen. „So geht es dann gerecht zu“, sagt Kita-Leite-

rin Katja Kunz. Sie und ihr Team bedanken sich, so wörtlich „bei den großartigen Eltern, die mit Werkzeug und Tatkraft gearbeitet haben.“ Von den Eltern wurde sogar ein Bagger organisiert, mit dem das angrenzende Grundstück, neben dem Bach, zu einem Fußballplatz umfunktionierte wurde. Der Fußballplatz wird nach den Ferien von den Eltern fertiggestellt. Die Ortsgemeinden Oberdiebach und Manubach werden während der Ferien einen neuen Zaun stellen lassen. Dann ist das Außengelände der Kita perfekt für viele glückliche Spielstunden.

## Nicht abwerten und ausgrenzen

Hilfe bei Suchtkrankheit: Kreuzbund feiert sein 40-jähriges Bestehen

Von  
Hartmut Zielke

**BINGEN – Abhängigkeits-erkrankungen sind anerkannte und hilfebedürftige Krankheit, wie alle anderen Erkrankungen auch. Dies stellte das Bundessozialgericht am 18. Juni 1968 in einem Urteil fest.**

Aber das Image der Suchtkrankheiten ist nicht das Beste. Suchtkranke erleben in allen Lebensbereichen Abwertung und Ausgrenzung.

Das Stigma, das über dieser Krankheiten liegt, schadet den Betroffenen und verstärkt Suchtprobleme. Es isoliert Menschen, die Hilfe benötigen und entwertet jene, die Kraft und Selbstvertrauen benötigen, um gesundheitliche und psychische Probleme zu bewältigen.

Dabei durchziehen Suchtkrankheiten alle Bevölkerungsschichten, Berufe und Altersgruppen. Sie entstehen schleichend und oftmals zunächst unbemerkt. Jeder kann süchtig werden. Es bedarf recht wenig, um selbst betroffen zu sein.

Es ist deshalb absolut erforderlich, die Öffentlichkeit besser über die Suchtkrankheiten zu informieren. Nicht Abwertung, Ausgrenzung und Disziplinierung, sondern Wertschätzung und Befähigung müssen im Zentrum von Prävention, Behandlung sowie dem alltäglichen Umgang mit Abhängigen stehen.

Den angemessenen Umgang mit suchtgefährdeten und suchtabhängigen Menschen hat sich die Suchtselbsthilfe des Kreuzbundes in Mainz und Bingen bereits vor



Spielsucht ist ein großes Problem in der Gesellschaft.

Foto: Christos Georgiou/Fotolia

über 40 Jahren angenommen. Im Jahr 1978 schlossen sich erste bestehende, nicht organisierte Suchtselbsthilfegruppen der katholischen Suchtselbsthilfe-Organisation des Kreuzbundes an. Diese Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige agiert derzeit flächendeckend bundesweit in über 1300 Gruppen mit rund 24000 Mitgliedern.

Für den Kreuzbund in der Region war dies der Start einer einzigartigen Erfolgsgeschichte. Permanenter Wachstum zeichnet die Suchtselbsthilfegruppen in der Folge aus. Aus anfänglich je einer Gruppe sind zwischenzeitlich in Bin-

gen acht Selbsthilfegruppen und in Mainz sieben inklusive je einem Angehörigenesprächskreis mit insgesamt 152 Mitgliedern und mehr als 200 Gruppenbesuchern geworden.

Im Kreuzbund verfolgt man das Ziel, Suchtgefahren von Suchtgefährdeten und Suchtkranken abzuwehren und die Betroffenen zu unterstützen. Man informiert über die Abhängigkeitserkrankungen, deren Ursachen und Verläufe, motiviert zu einem suchtfreien Leben und zeigt Behandlungsmöglichkeiten auf. Oftmals sind es die Angehörigen, die den ersten Schritt tun und sich Rat und Hilfe im Umgang mit ihren

suchtkranken Partner oder Lebensgefährten einholen. Ihnen wird vermittelt, wie sie angemessen mit den Suchtproblemen eines Nahestehenden umgehen und gleichzeitig für sich selbst sorgen können.

Am Samstag, 21. Juli feiert der Kreuzbund im Kulturzentrum unter der Schirmherrschaft der rheinland-pfälzischen Sozialministerin Sabine Bätzing-Lichtenthaler und des Oberbürgermeisters Thomas Feser das 40-jährige Bestehen.

**INFO**  
Telefon 06743-6455  
[www.kreuzbund-bingen.de](http://www.kreuzbund-bingen.de)

## VRM Lokal Hier schreiben Sie!

### Service-Angebot

Sie haben technische Fragen zu VRM Lokal? Dann helfen wir Ihnen gerne. Schreiben Sie uns Ihr Anliegen per E-Mail an [vrm-lokal@vrm.de](mailto:vrm-lokal@vrm.de) und teilen Sie uns mit, wann Sie werktags zwischen 9 und 17 Uhr am besten erreichbar sind. Wir rufen Sie gerne zurück.

### Nachmittag für Senioren

**BÜDESHEIM (red)** – Für Donnerstag, 26. Juli, 14.30 Uhr, lädt die Evangelische Christuskirchengemeinde Büdesheim zum Seniorennachmittag ins Gemeindehaus, Dromersheimer Chaussee 1, ein. Für das leibliche Wohl wird gesorgt.

### Bacharach und seine Türme

**BACHARACH (red)** – Der Ort lebt in und mit seinen Türmen. Einst Zeichen einer wehrhaften Stadt, sind sie heutzutage belebte Zeugen einer wechselvollen Geschichte. Während der Turmrunde am Freitag, 20. Juli, 19 Uhr, erfahren die Teilnehmer Geschichten und Geschichtchen, die sich um die sieben der einstmaligen 16 Stadttürme ranken.

Treff und Anmeldung ist in der Rhein-Nahe Touristik, Oberstraße 10, Telefon 06743-919303 oder per E-Mail an [info@rhein-nahe-touristik.de](mailto:info@rhein-nahe-touristik.de). Die anderthalbstündige Führung kostet acht Euro.

## Die Feldwespe wird zu Unrecht gejagt

Nabu macht auf wesentliche Unterschiede zu den „lästigen“ Artgenossen aufmerksam

Von  
Christian Henkes

**ALBIG** – Auch in Rheinhessen erwarten die Naturschutzbehörden eine „Wespenplage“. Der Nabu ruft dazu auf, bei vorhandenen Wespenestern genau hinzuschauen. Denn es sind die Deutsche Wespe und die Gemeine Wespe, die sich über die Kaffeetafel hermachen und deren Nester mitunter als störend empfunden werden.

Zu Unrecht wird aber auch die Feldwespe als Unruhestifter abgestempelt. Obwohl sie menschliche Nahrung nicht anrührt,

sondern Insekten jagt, wird sie aufgrund ihres Aussehens mit den „lästigen“ Verwandten in einen Topf geworfen. Feldwespen sind gut am schlanken Körperbau und vor allem den im Flug herunterhängenden langen Hinterbeinen zu erkennen.

Der Feldwespe wird zum Verhängnis, dass das Nest nicht so gut verborgen ist wie das ihrer Verwandten. Dabei unterscheidet es sich deutlich: Es hängt oft frei und nicht im Dunkeln. Es besteht aus einer offenen Wabe, deren Zellen klar erkennbar sind. Dort sitzen häufig mehrere Feldwespen, die das Nest mit intensi-



Gut zu sehen: die offenen Waben im Nest der Feldwespen. Foto: Rainer Michalski

vem Flügelschwirren kühlen. Der Feldwespenstaat, der meist nur 30 Arbeiterinnen umfasst, ist selbst im unmittelbaren Nestbereich nicht aggressiv. Zwar empfiehlt sich auch hier ein Sicherheitsabstand, der Nabu ruft aber dazu auf, Feldwespenester nicht zu entfernen, da dies fast immer überflüssig ist.

Wer mehr über Wespen, Bienen und Hornissen erfahren möchte, kann die Broschüre „Kein Grund zur Panik“ gegen Einsendung von vier Briefmarken à 70 Cent bei der Nabu Regionalstelle Rheinhessen-Nahe, Langgasse 91, 55234 Albig bestellen.

### Eltern-Kind-Frühstück

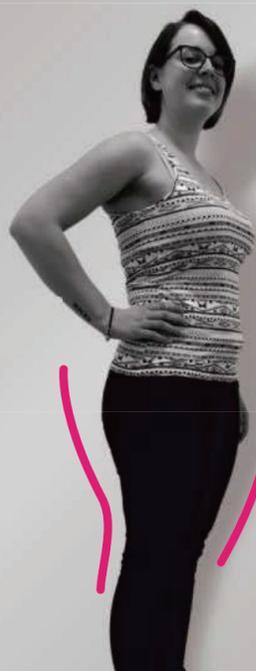
**BINGEN (red)** – Am Dienstag, 31. Juli, findet das nächste Eltern-Kind Frühstück statt. Alle Schwangeren, Mütter und Väter mit Babys oder Kleinkindern sind eingeladen von 10 bis 11.30 Uhr ins Caritaszentrum St. Elisabeth, Rochusstraße 8, zu kommen. Eine Pädagogin und eine Kinderkrankenschwester begleiten den Treff, bei dem über Themen rund um Kind gesprochen werden kann. Für die Kinder werden Spielmöglichkeiten angeboten. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, die Teilnahme ist kostenlos. Das Eltern-Kind Frühstück findet immer am letzten Dienstag des Monats statt.

# Erfolgreich abnehmen!

## Schlank werden – schlank bleiben

### Die Vorteile der easylife-Methode:

- professionelle Figuranalyse
- kein Kalorienzählen
- keine Hungerqualen
- keine Ersatznahrung
- mit Lebensmitteln aus dem Supermarkt
- schnelle sichtbare Erfolge
- individuelle Beratung und Betreuung



14 Kilo in 9 Wochen

„Mit easylife habe ich bereits 11 Kilo abgenommen und schon bald habe ich mein Wunschgewicht erreicht!“

Desirée  
Brilmayer  
55435 Gau-  
Algesheim



Vereinbaren Sie jetzt Ihr kostenloses Beratungsgespräch

easylife Mainz

06131-249 01 20

Haifa-Allee 20, 55128 Mainz

[www.easylife.de/mainz](http://www.easylife.de/mainz)

**easylife**  
Abnehmen ist Teamwork.

Nicht bei krankhafter Fettsucht. Für eine langfristige Gewichtsreduzierung bedarf es der dauerhaften Einhaltung der im Programm vermittelten Ernährungsregeln.