

**AKTUELLE UMFRAGE**

## Was tun gegen den Weihnachtsspeck?

**Rosenheim** – Die Feiertage sind vorbei. Als kleine Erinnerung an die vielen Plätzchen, Süßigkeiten und Festessen bleiben oft ein paar unliebsame Kilos auf den Hüften zurück. Der berühmte Weihnachtsspeck gehört zum

Fest wie Christbäume, Krippen und Geschenke. Da hilft nur noch Sport oder eine Diät. Was sie gegen die überflüssigen Pfunde unternehmen, hat das Oberbayerische Volksblatt Passanten in der Innenstadt gefragt.



„Solange noch Winter ist, esse ich weiter wie bisher und kaschiere mit der Kleidung“, sagt **Christine**



**Michel Weiß** aus Rosenheim wird sich beim Essen nicht einschränken, aber dafür mehr Sport machen.

**Stöckl** aus Rosenheim. Erst im Frühling will die 38-jährige Friseurmeisterin gegen die Kilos kämpfen. „Ab 16 Uhr esse ich dann nichts mehr, das wirkt Wunder“, erklärt sie. Ansonsten will sie sich nicht einschränken.

Er spielt Fußball, radelt und steigt zum Thaiboxen in den Ring. „Am besten hilft aber die Arbeit auf dem Bau, da gehen die überflüssigen Pfunde ganz schnell wieder runter“, sagt der 25-jährige Maler und Lackierer.



**Ewald Schwing** aus Seebruck bekämpft den Weihnachtsspeck mit mehr Bewegung. Der 75-jährige



**Christina Schreckebauer** aus Rosenheim will mit Skifahren und Schlittschuhlaufen gegen die Pfunde

Rentner walkt, spielt Tennis und will wieder mit dem Joggen anfangen. „Außerdem werde ich bewusster essen – weniger Süßes, mehr Salat und Fisch und vielleicht auf die eine oder andere Schweinshaxe verzichten“, sagt er.

ankämpfen. „Ich habe zwar durch die Arbeit wenig Zeit, aber an den Wochenenden werde ich Sport machen“, sagt die 21-jährige Auszubildende zur Handelsfachwirtin. Außerdem will sie auf Süßes verzichten.

**FREIE WÄHLER / UP**

## „Probleme forciert gehen“

Schwerpunkthemen für Wahljahr festgelegt

**Rosenheim** – Bei ihrem Neujahrs-Pressegespräch im Restaurant „Zur historischen Weinlände“ blickten die Freien Wähler/UP auf ihre Arbeit und Erfolge zurück und stellten ihre parteipolitischen und programmatischen Schwerpunkthemen im Wahljahr 2013 vor.

Die Bahnvorplatzes sollten ebenso forciert angegangen werden wie das Nahversorgungszentrum Nord – laut Burkl die kommunalpolitischen Schwerpunkthemen für das bevorstehende Wahljahr.

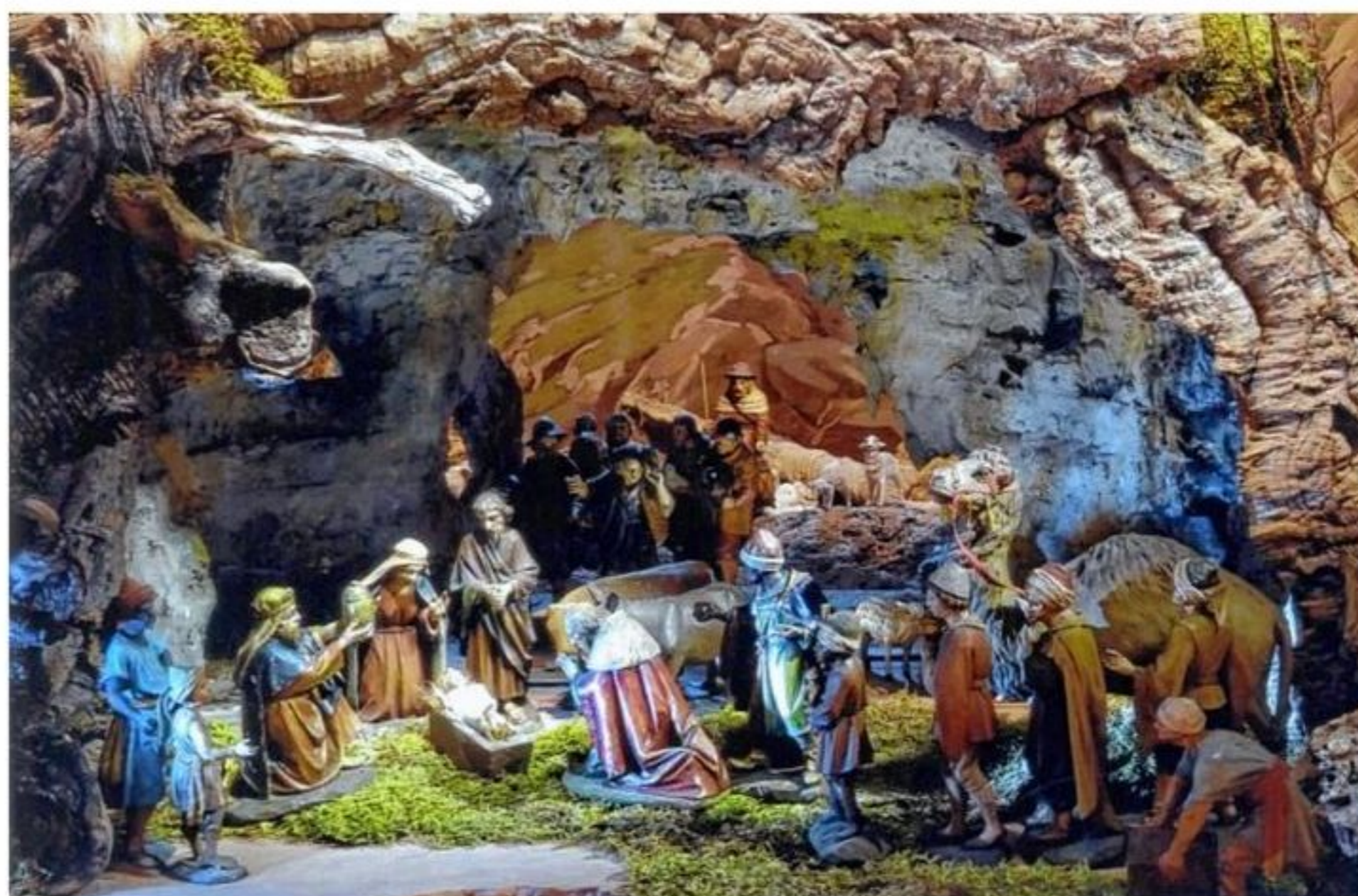
Nach einem Gedenken an ihr verstorbenes Mitglied, Stadtrat und Dritter Bürgermeister Professor Dr. Dr. Anton Kathrein, lobte der Rosenheimer FW/UP-Vorsitzender Robert Multrus die seiner Meinung nach großartige Leistung von Stadtrat und Verwaltung. Diese wollten zukünftig Investoren unter dem Blickwinkel aussuchen, was diese der Stadt brächten.

Noch etwas bescheiden artikuliert sich die neue FW/UP-Vertreterin im Stadtparlament, Christl Loferer. Jetzt sehe sie manche Dinge aus anderer Sicht und habe erkennen müssen, dass aufgrund gegebener Sachzwänge „nicht alle Blühtäume reifen können“. Doch genau mit dieser Erfahrung, so Vorsitzender Multrus, sei Loferer eine gute Verstärkung der Stadtratsfraktion.

Fraktionsvorsitzende Dr. Beate Burkl sieht im Projekt „Rosenheim 2025“ den richtigen Weg in Rosenheims Zukunft. Aber auch die laufenden und kurzfristig anstehenden Projekte wie das Bauobjekt Capitol, die mit der BayWa-Wiese verbundenen Probleme oder die Gestal-

Den täglichen Ärgernissen in Sachen Verkehr und den damit verbundenen Lärmbelastungen widmete sich Stadtrat Franz Baumann. Er mahnte, rechtzeitig ein tragbares Verkehrskonzept zu erarbeiten, um ein Verkehrschaos zu vermeiden, wenn der Abriss beziehungsweise Umbau der ...

Fortsetzung nächste Seite



### Dreikönig in der Christkönigkirche

In der Kirchenrippe in der Christkönigkirche sind jetzt die drei Könige bei der heiligen Familie eingetroffen. Maria, Josef und das Christkind begrüßen den hohen Besuch. Der älteste König – Kaspar – kniet verehrend vor ihnen und übergibt sein Geburts Geschenk „Gold“. Neben ihm kniet Melchior, der Weihrauch bringt, und als Letzter kommt der dunkelhäutige Balthasar mit Myrrhe, einem vielseitigen Medikament. Durch ein außerordentliches „Zusammentreffen“

mehrere Planeten mit ihrem ungewöhnlich hellen Glanz waren sie auf dieses Ereignis aufmerksam gemacht worden und diesem Stern gefolgt. Die Bibel spricht von „Magiern“ oder Sterndeutern; Zahl und Namen sind nicht überliefert. Der Volksmund hat das hinzugefügt. Das Dreikönigsfest oder Fest der „Erscheinung des Herrn“ hat mit den höchsten Rang im Kirchenjahr. Denn hier erscheint Jesus als Kind zum ersten Mal den Nichtjuden, den Heiden. FOTO BLIEMETSRIEDER

### 300 000 EURO VON DER BERTELSMANN-STIFTUNG

# Kind fördern und stärken

Frühzeitig Stärken eines Kindes erkennen, auf Schwächen reagieren und die richtigen Weichen für die Schule stellen. Zwei Programme der Bertelsmann-Stiftung bieten dafür nicht nur wissenschaftliche, sondern auch finanzielle Unterstützung an. Rosenheim wird sich mit so vielen Kindertagesstätten wie möglich als Modellstadt bewerben.

mit den Eltern. Hilfreich können sie zudem sein, wenn es darum geht, Kinder auch nach dem Übertritt in die Grundschule hilfreich zu begleiten.

Aus Sicht von Sozialdezernent Michael Keneder sprechen nicht nur festgelegte Qualitätsstandards dafür, in den Kindertageseinrichtungen ein vereinheitlichtes Verfahren einzuführen. Auch der Austausch innerhalb und zwischen den Kindertagesstätten werde erleichtert.

Eines der Bertelsmann-Programme heißt „Kompetenzen und Interessen von Kindern“ (Kompik). Dabei wird die Entwicklung von dreieinhalb- bis sechsjährigen Kindern nach wissenschaftlichen Standards erfasst und dokumentiert.

**Ihr Opel Autohaus im Inntal**  
Tageszulassungen mit großem Preisvorteil  
Autohaus Fritz Kufsteiner Str. 78  
83064 Raubling Tel. 08035/1024

Die Bertelsmann-Stiftung hat dafür auf wissenschaftlicher Basis einheitliche Standards entwickeln lassen. Wird die Entwicklung eines Kindes gut dokumentiert, kann es entsprechend individuell gefördert werden. Darüber hinaus eignen sich diese Beobachtungsergebnisse als Grundlage für Gespräche

direkt am Computer ausgefüllt werden kann. Eine eigen entwickelte Software erlaubt es den Erzieherinnen und Erziehern, mit geringem Aufwand eine differenzierte Auswertung zur Entwicklung „ihrer“ Kinder zu erstellen.

Die EDV-Basis ermöglicht es darüber hinaus, die Ergebnisse in anonymisierter Form mit Daten zum Wohnumfeld der Kinder zu verbinden.

Damit kann der Frage nachgegangen werden, in welchem Umfeld die Kinder aufwachsen und inwieweit die Bildungs- und Entwicklungschancen durch dieses Umfeld beeinflusst werden. Die Bertelsmann Stiftung hat dafür ein spezielles Auswertungsinstrumentarium geschaffen.

Verknüpft wird dies mit dem Programm „Kommunale Entwicklung, Chancen für Kinder“ (Keck). Anhand der gewonnenen Daten lassen sich damit Aussagen zum Entwicklungsstand der Kinder treffen, zur sozialen Lage oder zum Gesundheitszustand.

Auf diese Weise sollen falsche Entwicklungen in einem Stadtteil frühzeitig erkannt werden, um darauf reagieren zu können.

Zeigt die Auswertung etwa, dass die motorische Entwicklung der Kinder nachhinkt, kann Kindertageseinrichtungen in diesem Quartier beispielsweise mehr Nutzungszeit in Sporthallen zur

Verfügung gestellt werden. Dies war der Fall in Heilbronn, wo das Modell schon läuft.

300000 Euro will die Bertelsmann-Stiftung im Laufe von zwei Jahren für Rosenheim zur Verfügung stellen.

**Ihr Fachmann für den gesunden Schlaf!**  
**BENEDORM**  
Förderer von SOS Kinderdörfer e.V. und Plan-Kinderhilfswerk e.V.  
Innstraße 29 - 83022 Rosenheim  
Tel. 0 80 31/38 05 45 - Fax 38 08 31

unter anderem auch für die Ausrüstung der Kindergärten mit Computern. Alle Leiterinnen der Rosenheimer Kindertagesstätten hätten in einem ersten Gespräch sehr positiv reagiert, sagt Michael Keneder. „Sie kennen den Kompik-Fragebogen und halten ihn für den besten.“

Bertelsmann hat die Stadt auch schon wissen lassen, dass man sich Rosenheim als Modellstadt in Bayern wünsche. Die endgültige Bewerbung will die Stadt aber noch von einem Gespräch mit den Trägern der Kindertagesstätten im Februar 2013 abhängig machen.

Sie seien ja diejenigen, die den Fragebogen einsetzen müssen. Und tatsächlich sei mit der Analyse der Fragebögen auch ein gewisser Mehraufwand verbunden.

## Internationale Gebetswoche

„Unterwegs mit Gott“ lautet das Motto der internationalen Gebetswoche der Evangelischen Allianz, die auch in Rosenheim vom Montag, 14., bis Freitag, 18. Januar, stattfindet. Wer in dieser Woche mitbetet, begibt sich meistens auf den Weg zu anders geprägten Christen. Das Gemeinsame ist der Evangelischen Allianz wichtiger als die Unterschiede. Gebetet wird miteinander über die Grenzen der Traditionen hinweg. Die Gebetsabende sind an jedem Tag in einer anderen Gemeinde Rosenheims, jeweils um 19.30 Uhr, als Gelegenheit, Christen aus anderen Gemeinden kennenzulernen. Der erste Abend mit dem Thema „Unterwegs mit Gott – weil er ruft“ findet in der „Brothausgemeinde“ in der Grubholzer Straße 16-18 statt. Die weiteren Abende werden in unserer Rubrik „Kurz notiert“ angekündigt.

## Infoabend für werdende Eltern

Die Abteilung für Geburtshilfe und die Kinderklinik im Klinikum veranstalten für werdende Eltern ab der 28. Schwangerschaftswoche am Donnerstag, 10. Januar, um 19 Uhr im Bildungszentrum St. Nikolaus in der Pettenkoflerstraße 5 wieder einen Informationsabend. Mit Bildpräsentationen wird die familienorientierte Geburtshilfe im Klinikum dargestellt. In einem Rundtischgespräch beantwortet das geburtshilfliche Team – bestehend aus Frauenärzten, Hebammen, Kinderärzten, Narkoseärzten, Kinderchirurgen und Schwestern der Wochenbettpflege – ausführlich Fragen. In der Diskussion wird zu den Themen Geburtsverlauf, Überwachungsmöglichkeiten des Kindes während der Geburt und Versorgung von Mutter und Neugeborenen vom geburtshilflichen Team Rede und Antwort gestanden. Eine staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen ist mit einem Informationsstand vertreten. Im Anschluss an den Vortrag steht eine Beraterin zum persönlichen Gespräch zur Verfügung.

**KNEIPP-VEREIN**

## Bachblüten und Tanzen

Die von Dr. Edward Bach erforschten Blüten wirken ausgehend auf das seelische Empfinden. Verbunden mit harmonischen Kreistänzen, möchte das Seminar „Bachblüten und Tanzen“ zu mehr Leichtigkeit im Alltag beitragen. Der Kneipp-Verein veranstaltet, offen für alle Interessierten, das Seminar am Starnberger See von Montag, 11., bis Mittwoch, 13. Februar. Die Anfahrt kann als Fahrgemeinschaft oder mit dem Bayerticket erfolgen; Anmeldung unter der Telefonnummer 677 05.

**Grassinger**  
Cafe & Restaurant

Winterzeit ist Wohlfühlzeit im Grassinger

Dafür sorgen eine außergewöhnliche Architektur und unser offener Kamin.

Egal ob Sie...  
unser reichhaltiges Frühstücksangebot, unsere schnelle Mittagsküche, unsere nachmittägliche Kaffeehaus-Stimmung, oder unser stimmungsvolles Abendangebot genießen...

Wir wünschen Ihnen einen wunderschönen Aufenthalt im Grassinger...

Grassingerstr. 8,  
83043 Bad Aibling

Telefon: +49 (0) 8061-349 8700  
Telefax: +49 (0) 8061-349 8701  
Web: www.grassinger-cafe.de

Öffnungszeiten  
Dienstag - Freitag: 08.00 - 23.00 Uhr  
Samstag: 09.00 - 23.00 Uhr  
Sonntag & Feiertag: 09.00 - 18.00 Uhr  
Montag Ruhetag

**GMP**  
Wir haben ihn! ...den GastroManagementPass

Das bayerische Staatsministerium und der Deutsche Hotel- und Gaststättenverband haben dem Grassinger Cafe & Restaurant den GastroManagementPass feierlich verliehen. Dieser steht für Vorzeigebetriebe in den Bereichen Hygiene, Service Qualität, Unternehmensführung, Recht und IHK. Wir sind einer von erst 86 qualifizierten Betrieben in ganz Oberbayern!

**HOFBRÄU MÜNCHEN**  
ist stolz auf seine ausgezeichneten Partner...