

Ebersberger Zeitung

Redaktion: Tel. (0 80 92) 82 82-38 | redaktion@ebersberger-zeitung.de

Anzeigen & Zustellung: Tel. (0 80 92) 82 82-0 | service@ebersberger-zeitung.de

FREITAG, 9. SEPTEMBER 2022

AM RANDE

Kleine Geschenke im Leben

Sämtliche Branchen klagen über Personalmangel. Mittlerweile ist es schon fast egal, ob vom Fach oder ohne. Auf dem Einkaufsweg zu viert durch den Aldi mussten jetzt meine zwei Kinder mit. In diesem Fall fehlte es also aus Familiensicht nicht an Hilfskräften, die das Sortiment aus dem Discounter effizient abnehmen. Beim schnellen Durchlauf passierten wir ein Schild, auf dem ein Karriereweg im Aldi zur Disposition gestellt wurde. Meine Tochter konnte sich das natürlich gar nicht vorstellen. „Welche Karriere?“, wollte die Zehnjährige wissen. Aus pädagogischer Sicht musste eine gute Antwort her. Zum Beispiel, erklärte meine Frau, sei es schon eine Leistung, sich zum Filialleiter zu qualifizieren. Das überzeugte die Zehnjährige noch nicht so ganz. Deshalb fügte ihre Mutter den lehrreichen Satz hinzu: „Im Leben wird einem nichts geschenkt.“ Eine solche Erfahrung macht der Mensch allerdings für gewöhnlich erst später im Leben. Um selbst tätig zu werden, wollte meine Tochter im Anschluss den Einkaufswagen selbst anketten und fuhr ihn allein zur Station zurück. Und kam triumphierend zum Auto gelaufen. Mit einem Euro zu viel in der Hand. Den hatte ihr eine freundliche Dame auf ihrem Weg geschenkt. Das saß. Meine Frau musste sich für dieses Mal geschlagen geben. Und die neue Maxime lautet: Im Leben wird einem schon etwas geschenkt (neben den besonderen Anlässen), und zwar immer dann, wenn es der Zufall will.



Marc Schreiber wurde auch schon oft unerwartet beschenkt – mit Büchern von Autoren aus dem Landkreis.

VON MARIAN PRILL

Glonn – Hollywood hat nicht nur einen Kinofilm auf die Leinwand gebracht, in dem ein Buchautor die Hauptrolle spielt. In solchen Streifen erlebt das Publikum beispielsweise mit, wie der Filmheld am Schreibtisch Platz nimmt und bei Kerzenschein und Rotwein mit schmerzverzerrter Miene darum kämpft, seine Romanfiguren zum Leben zu erwecken.

Die Geschichte, um die es hier geht, spielt nicht in Amerika, sondern bei uns. Und es geht auch nicht um einen Roman. Trotzdem könnte die Story filmreif werden. Sie handelt vom Glonner Athletiktrainer und Buchautor Silvester Neidhardt, einem Mann, der schon optisch vom klassischen Autor abweicht. Und dessen Fantasie unlimitiert zu sein scheint.

Statt mit einem Designerschal um den Hals, fühlt sich der 55-Jährige im Sportdress am wohlsten. Und statt im Sitzen hat er sein Buch „Steh jetzt auf“ im Stehen geschrieben. Der Titel ist Programm. Denn wer sich in der Wohnung des selbst ernannten „Entrostungstrainers“ nach einer Sitzgelegenheit umschaut, kann lange suchen. Es gibt keine. Neidhardt verbringt sein Leben hauptsächlich stehend oder in Liegeposition, wenn er sich ausruht.

Der Mann aus Glonn setzt konsequent um, was er referiert. Das Ziel, das er aktuell verfolgt, scheint im ersten Moment abwegig und unerreichbar zu sein: Silvester Neidhardt wirbt dafür, politisch und gesellschaftlich die Sitzpflicht in den Schulen zu überdenken. Wenn es nach ihm ginge, sollten die Stühle dauerhaft in der Ecke stehen.

Damit, so lautet Neidhardts Plan, könnte es möglich werden, mit einem Schlag Millionen von Menschen ein Leben ohne Rückenschmerzen und körperliche Einschränkungen zu ermöglichen. Die Erklärung folgt auf dem Fuß:

Grüne: Homeoffice fürs Energiesparen

Fraktion verlangt Auskunft über Maßnahmen im Landkreis Ebersberg

Landkreis – Die Energiekrise treibt die Grünen um. Die Kreistagsfraktion fordert den Landkreis in einem Antrag an Landrat Robert Niedergesäß (CSU) auf, ein Energiesparprogramm auf den Weg zu bringen. Fraktionssprecherin Waltraud Gruber sagt: „Dass wir alle gut über den nächsten Winter kommen, bedarf einer großen Anstrengung. Angesichts der Energieknappheit sind alle gefragt: die Bürgerinnen und Bürger, die Betriebe, die öffentliche Hand und die Politik auf allen Ebenen.“ Ihr Fraktionskollege Niklas Fent, Mitglied des Umweltausschusses ergänzt: „Auch der Landkreis ist gefragt angesichts der Energiekrise entschieden zu handeln: Jedes Kilowatt zählt.“

Folgende Punkte möchten die Grünen vom Landkreis geklärt wissen: Gibt es Gebäudeteile, bei denen die Effizienz der Heizung weiter erhöht werden kann? Können Gebäude etwa durch Homeoffice vorübergehend aus der Bewirtschaftung genommen werden? Können Brückenta-



Silvester Neidhardt und Alexander Dalibor wollen vor laufender Kamera herausfinden, wie sich 12 Wochen Hausaufgaben erledigung und Freizeit im Stehen auf den Körper auswirken.



Dauerhaftes Sitzen führt zu Beschwerden: Silvester Neidhardt und Basti (12) zeigen in Übungsvideos, wie man die eigene Beweglichkeit testen und trainieren kann.



Silvester Neidhardt überprüft die Beweglichkeit von Ilja Kühn, einem von mehreren Kindern, die an einer Bewegungsstudie teilgenommen haben.

„Die monotonen Bewegungsabläufe der Schulkinder, die später tagtäglich auch im Büro arbeiten, sind ein gesundheitliches Hochrisiko für die Volkswirtschaft.“

Christian Kleiber unterstützt Neidhardts Vorhaben. Der 42-Jährige hat sich in Hohenbrunn und Umgebung einen Namen mit seinen progressiven Bildungsansätzen gemacht. Neben dem Wald-

hort „Outback“, den er aufgebaut hat und mit seinem Team leitet, arbeitet er an der Vision eines innovativen pädagogischen Zentrums, von dessen Idee er bereits den Bürgermeister überzeugen konnte. Und weil Bildung und Aufklärung so gut zusammenpassen, machen Kleiber und Neidhardt neuerdings gemeinsame Sache.

Jetzt wurde der Waldhort

so zur Drehkulisse. Vor Kamerafrau Julia Janssen zeigten Kinder und Jugendliche zwischen 7 und 14 Jahren, dass ihre Körper nach drei Monaten beweglicher sind als zuvor. Wie sie das geschafft haben? Indem sie in den letzten zwölf Wochen Hausaufgaben und Freizeitaktivitäten hauptsächlich im Stehen erledigten.

Überraschung und Bewun-

derung nicht nur von den Kindern selbst. Auch die Eltern können kaum glauben, was sie sehen: Einer der Buben bekommt in bauchliegender Lage das Kinn zehn Zentimeter höher über den Boden als noch vor zwölf Wochen.

„Das lässt sich noch viel weiter ausbauen“, erklärt Silvester Neidhardt stolz in einer Drehpause. Früher trai-

nierte er Olympioniken und Spitzensportler wie Markus Wasmeier und Rainer Schüttler und verhalf ihnen zu Weltruhm. Heute konzentriert sich der „Entrostungstrainer“ immer noch auf Spitzensportler, aber vor allem auch auf die körperliche Gesundheit der Allgemeinheit und sagt: „Von den körperlichen Einschränkungen sind nicht erst die 50-Jährigen betroffen.“

Mit der Grundsteinlegung der Beeinträchtigungen gehe es nämlich schon viel früher los: „Nach der Einschulung und mit zwei Jahrzehnten Schul- und Hochschulbildung hat sich bei jungen Erwachsenen der Bewegungsapparat verzogen wie die Autokarosserie nach einer Karambolage. 20 Jahre Sitzen lasten auf den Buckeln der Lernenden. Und das hinterlässt Spuren: Der Kopf sitzt viel zu weit vorne, die körperliche Haltung hat sich verändert, die Wirbelsäule passt sich der Dauersitzerei an, die Hüfte wird immer steifer, der Allwerteste immer platter und die Sprunggelenke sind so beweglich wie Ski-Schuhe.“

Wer in dieser Position beispielsweise mit dem Joggen beginnt, führe ungesunde und unrunde Bewegungen aus, warnt Silvester Neidhardt. Schon aus der Ferne kann der Bewegungsexperte „Sitzathleten“ identifizieren. Ein beschönigender Begriff für eine unschöne Sache.

Und nun? Wie geht es jetzt weiter? Das Videomaterial, das über vier Stunden produziert wurde, wird nun erst einmal nachbearbeitet. Am Dienstag, 4. Oktober, werden die Ergebnisse bei einer öffentlichen Veranstaltung im Waldhort sowohl den Eltern als auch den eingeladenen Interessenten präsentiert. Silvester Neidhardt plant außerdem, die Bewegungstests und auch die passenden Übungen zur Verbesserung der Beweglichkeit über ein Videoportal ganz Bayern kostenlos zur Verfügung zu stellen.

Ebersberg

Werdende Eltern: Hier gibt's Tipps

Das Team der Geburtshilfe an der Kreisklinik Ebersberg informiert am kommenden Donnerstag, 15. September, bei einem Info-Abend, wie es Familien vor, während und nach der Geburt unterstützen kann. Die Veranstaltung beginnt um 19 Uhr im Speisesaal der Kreisklinik. Für die Teilnahme ist eine Anmeldung bis zum Tag der Veranstaltung, 15.30 Uhr, per E-Mail frauen@klinik-ebe.de erforderlich. Es gilt FFP2-Maskenpflicht. Zudem gilt die 3G-Regel.

ZITAT DES TAGES

„Die monotonen Bewegungsabläufe der Schulkinder, die später tagtäglich auch im Büro arbeiten, sind ein gesundheitliches Hochrisiko für die Volkswirtschaft.“

Silvester Neidhardt, Athletiktrainer und Buchautor aus Glonn.



Das Landratsamt in Ebersberg beschäftigt viele Menschen. Die Grünen denken an Homeoffice fürs Energiesparen. F. SRO

ge zur Energieeinsparung genutzt werden? Kann bei Lüftungsanlagen Wärmerückgewinnung nachgerüstet werden? Kann ganzjährig anfallende Abwärme von Kühllanlagen, beispielsweise aus Serverräumen, genutzt werden? Wo kann die Beleuchtung auf ein notwendiges Minimum reduziert oder optimiert wer-

den? Können kurzfristige Optimierungsmöglichkeiten bei Heizungen umgesetzt werden, wie zum Beispiel: hydraulischer Abgleich, Verzicht auf Zirkulationspumpen, optimierte Einstellung der Brennwertkessel, Verbesserung der Dämmung von Heizungsleitungen, Überprüfung von Heizungseinstellun-

gen sowie Nutzungszeiten, regelmäßige Durchführung energetischer Inspektionen beziehungsweise Wartung von Heizung-, Lüftungs- und Klimaanlage.

Die Grünen verlangen Auskunft darüber, ob und wie die bereits gesetzlich verordneten Einsparprogramme umgesetzt werden und was darüber hinaus geht. Die bayerische Staatsregierung hat am 2. August ein Energiesparprogramm präsentiert. Das beschlossene Programm soll für öffentliche Gebäude gelten und ab September gestartet werden. Ziel ist es, den Energieverbrauch um 15 Prozent zu reduzieren. In Sanitärbereichen soll es z.B. nur noch kaltes Wasser geben. Zudem ist geplant, Dienststreifen entweder zu vermeiden oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln durchzuführen. An staatlichen Gebäuden soll nach Möglichkeit die Außenbeleuchtung abgeschaltet werden. Die Staatsregierung hat den Kommunen die Übernahme der Energiesparmaßnahmen empfohlen.

Straße wird gesperrt

Arbeiten zwischen Glonn und Hohenthann

Glonn – Wer zwischen Glonn und Hohenthann unterwegs ist, kann sich selbst ein Bild davon machen: Die Staatsstraße 2079 muss saniert werden. Von Montag, 19. September, bis voraussichtlich Freitag, 28. Oktober, lässt das Staatliche Bauamt Rosenheim die Fahrbahn der Staatsstraße zwischen Glonn (Einmündung Wolfgang-Koller-Straße/Rotter Straße beim EDEKA) und Hohenthann (Einmündung in die 2089) erneuern. Auf einer Länge von insgesamt 6,8 Kilometern werden die bestehenden Asphaltdecken, je nach Schaden und Schadenstiefe, herausgefräst und erneuert. Dort, wo es nötig ist, wird zusätzlich die Stärke des Asphaltbaus erhöht, um die Tragfähigkeit zu steigern. Das teilt das Bauamt am Donnerstag mit.

Um die Maßnahme so zügig wie möglich abzuschließen, wird der Bereich ab Montag, 19. September, bis zur Fertigstellung der Maßnahme komplett gesperrt. Während der Zeit der Voll-

sperrung wird der Verkehr großräumig umgeleitet. Die Umleitungsstrecke „Nord“ verläuft Richtung Osten, ab Glonn über die EBE 13 nach Grafing und anschließend über die St 2089 nach Hohenthann. In der Gegenrichtung verläuft die Umleitungsstrecke entsprechend.

Die Umleitungsstrecke „Süd“ verläuft Richtung Osten, ab Glonn über die EBE 13 nach Unterlaus und anschließend über die RO 3 und EBE 15 nach Antholing beziehungsweise über die RO 2 nach Feldkirchen und weiter über St 2078 nach Bad Aibling. In der Gegenrichtung verläuft die Umleitungsstrecke entsprechend.

Um die Einschränkungen bei der Zufahrt zu den Grundstücken, die nur von der Staatsstraße aus zu erreichen sind, vor allem im Bereich Glonn bis Wetterling, so gering wie möglich zu halten, erfolgt der Einbau der Binderbeziehungsweise der Deckschicht auch in den Abend- und Nachtstunden, so die Behörde.