

Jazz für einen guten Zweck

Zonta Club veranstaltet Benefizkonzert mit Rhythm- & Swing-Bigband

Unter dem Titel „Zonta meets Jazz“ veranstaltet der Zonta Club Trier zusammen mit dem Jazzclub Trier am Samstag, 20. Oktober, in der Tufa ein Konzert mit der Rhythm & Swing Bigband. Mit dem Erlös soll der Trierer Frauennotruf unterstützt werden.

Von unserer Mitarbeiterin Anke Emmerling

Trier. „Frau – Jazz – Mann“, das ist das Motto, unter dem die Benefizveranstaltung des Zonta Clubs Trier in Zusammenarbeit mit dem Jazzclub Trier steht. Das gilt zum einen musikalisch. Denn die seit den 1990ern in der Region fest etablierte Rhythm- & Swing-Bigband unter Leitung von Nils Thoma hat ein Programm zusammengestellt, das sich in Jazz-Arrangements von Titeln wie „Rolling in the Deep“ von Adele bis „The Lady is a Tramp“ unterschiedlichen Facetten der Mann-Frau-Beziehung widmet.

Aber auch ideell hat das Motto Gewicht. Zonta ist ein Zusammenschluss von Frauen in leitender oder selbstständiger Position, der sich für die rechtliche, berufliche, wirtschaftliche oder politische Situation von Frauen weltweit engagiert. Der Trierer Zonta Club fördert in diesem Sinne verschiedene lokale Projekte und ruft dafür immer wieder Initiativen und Aktionen ins Leben.

„Mit dem Konzert ‚Zonta meets Jazz‘ möchten wir den Trierer Frauennotruf finanziell unterstützen“, erklärt Barbara Dubus, die Trierer Zonta-Präsidentin. Speziell solle sein Erlös dem Präventionsprojekt „Jedes Mädchen kann sich wehren“ zugutekommen. „Das sind vier Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse für Mädchen und junge Frauen, die im kommenden Jahr wieder kostenlos angeboten werden sollen“, sagt Dubus.

Worum es dabei geht, hat Ingrid Gödde vom Frauennotruf im Rahmen der TV-Spendenaktion „Meine Hilfe zählt“ erklärt: „Die Kurse sollen den Teilnehmerinnen Selbstbewusstsein vermit-

teln, ihnen helfen, Gefahrensituationen zu erkennen, ihnen beibringen, dass und wie man sich wehren kann, körperlich und psychisch.“

Erlernit werde, wie man sich gegen sexuelle Übergriffe, aber auch Mobbing auf dem Schulhof schützen könne. Bedarf dafür gebe es besonders in der Altersgruppe der Zwölf- bis 15-Jährigen. Die Erfahrung habe gezeigt, dass Absolventinnen der Kurse sehr viel offensiver als bisher ihr Recht auf Selbstbestimmung wahrnehmen.

Würden die Kosten für diese Kurse über Teilnehmergebühr gedeckt, bestehe das Risiko, dass sie sich viele nicht leisten könnten. Um dem zu begegnen, wünschen sich Zonta- und der Jazzclub Trier viele Zuhörer beim Benefizkonzert.

• Das Konzert im großen Saal der Tufa Trier beginnt am Samstag, 20. Oktober, um 20 Uhr. Tickets sind erhältlich in den TV-Service-Centern in Trier, Bitburg und Wittlich oder können an der Abendkasse erworben werden.



Spielt für einen guten Zweck: Die Rhythm- & Swing-Bigband tritt am 20. Oktober zugunsten des Frauennotrufs auf. FOTO: PRIVAT

ICH FREUE MICH...

Lisa Jungandreas
TV-FOTO:
ROLAND MORGEN



„... auf den 24. Dezember, denn dann habe ich doppelten Grund zum Feiern: meinen 18. Geburtstag und Weihnachten.“

Lisa Jungandreas, Trier-Nord

Ortsbeirat diskutiert über Doppelhaushalt

Trier-Mariahof. Das Ortsbeiratsbudget sowie der Finanzhaushalt 2013 und 2014 stehen auf der Tagesordnung des Ortsbeirats Mariahof, heute, 17. Oktober, 19.30 Uhr, im Pfarrheim St. Michael. Zudem beraten die Mitglieder über das Aufstellen von Abfallkörben am Rundweg und am Bouleplatz.

PRODUKTION DIESER SEITE:
MECHTHILD SCHNEIDERS

ANZEIGEN-SONDERSEITE

TIERISCH GUT



Tierarztpraxis Kasel & Heidemann
Ulmenstraße 25 · 54597 Ormont
Tel.: 065 57-9019794

Öffnungszeiten:
Mo. + Mi.: 16.00–18.00 Uhr
Di.: 10.00–12.00 Uhr
Fr.: 15.00–17.00 Uhr

4 kleine Katzen
(geimpft, gechippt, entwurmt)
in liebevolle Hände abzugeben
(50 € Schutzgebühr)

Tierarztpraxis Dr. Stefanie Müller Dr. Sonja Rohmer
Maarstr. 2 · 54662 Speicher
Tel.: (06562) 930081

Wir haben folgende Sprechzeiten:
Mo.–Fr. 8.30 – 12.00 Uhr
Mo., Di., Do., Fr.: 16.00 – 18.00 Uhr
Bitte vereinbaren Sie telefonisch einen Termin.
Wir sind 24 Stunden in Notfallbereitschaft

Kleintierpraxis Dr. med. vet. H. Kreuder
– Spezialgebiet Augenheilkunde –
Telefon 0651/66553

Sprechstunde:
Mo.–Sa. 10–12 Uhr · Mo.–Fr. 17–19 Uhr
Ehranger Straße 220 · 54293 Trier

Tierarztpraxis DR. T. MATTERN
Ringstraße 33
54647 Dudeldorf

Sprechstunde:
Mo., Die. und Do., Fr.: 17.00 – 19.00 Uhr
Mi.: 17.00 – 18.00 Uhr
Sa. und vormittags 11.30–12.30 Uhr
nach tel. Vereinbarung
Telefon: 0 65 65 / 9 30 53

Diät für Moppel auf vier Pfoten

Übergewicht ist für Mensch und Hund gleichermaßen gefährlich. Wenn die Taille auf einmal einige Zentimeter mehr misst als im Vormonat, sollten Sie einen gesunden Hund auf Diät setzen und für mehr Bewegung sorgen.

Schlankes Vierbeiner leben länger

Schönheit liegt im Auge des Betrachters. Wenn es nur um Schönheitsideale ginge, müssten sich Hundehalter keine Gedanken über die Figur ihrer Schützlinge machen. Doch leider schadet Übergewicht der Gesundheit des Hundes. Die überflüssigen Pfunde können Gelenkschäden, Diabetes mellitus und Herz-Kreislauf-Erkrankungen auslösen. Außerdem besteht der Verdacht, dass Moppelchen auf vier Pfoten eher zu Hautkrankheiten neigen und anfälliger für Infektionen sind. Insgesamt soll Übergewicht die Lebenserwartung von Hunden stark senken. Einige Wissenschaftler schätzen, dass ein dicker Hund etwa zwei Jahre kürzer lebt als ein Artgenosse mit Traumfigur.

Auch Muskeln haben Gewicht

Doch wann ist ein Hund eigentlich zu dick? Das absolute Gewicht sagt darüber wenig aus. Denn ein muskelbepackter Rottweiler-Rüde kann ohne Übergewicht 15 Kilo mehr wiegen als eine zart gebaute Hündin der gleichen Rasse. Zur Feststellung der individuellen Körperkondition und des Ernährungszustandes eignet sich daher das so genannte Body Condition Scoring (BCS) besser. Bei diesem Verfahren wird die Figur des Hundes anhand festgelegter Körpermerkmale beurteilt. Die Skala des BCS reicht von Punkt eins „abgemagert bis auf Haut und Knochen“ bis zu Punkt neun „Fettsucht“. Hunde mit einer Idealfigur liegen auf Punkt vier

oder fünf der Skala und weisen folgende Merkmale auf: Bei der Betrachtung des Hundes von der Seite, verläuft die Bauchlinie vom Brustkorb zum Becken aufsteigend. Bei der Betrachtung von oben ist der Bereich hinter den Rippen schlanker als der des Brustkorbes – eine „Taille“ ist erkennbar. Streicht man mit der Handfläche über den Brustkorb, sind die Rippen unter einer dünnen Fettschicht gut fühlbar.

Eine andere Krankheit als Ursache?

Doch nicht alle Hunde, deren Figur von diesem Ideal abweicht, sind übergewichtig. In seltenen Fällen kann die Zunahme des Körperumfangs auch von einer Krankheit wie zum Beispiel Morbus Cushing, herrühren. Daher sollte man vor Diätbeginn den Hund von einem Tierarzt untersuchen lassen. Mit dem Tierarzt gemeinsam kann man dann auch gleich einen Diät- und Trainingsplan erarbeiten.

Keine Nulldiäten!

Auf keinen Fall sollte man den Vierbeiner auf eine Nulldiät setzen. Solche Radikalkuren bringen meist nur kurzfristig Erfolg und sind zudem gesundheitsschädlich. Denn dabei werden nicht nur die Fettreserven, sondern auch die



Muskulatur abgebaut. Als Faustregel gilt, dass der Hund in der Woche zirka zwei Prozent seines Körpergewichts verlieren sollte, also um die 400 Gramm bei einem 20 Kilo schweren Hund. Dazu reduziert man die Kalorienzufuhr auf etwa 60 Prozent des Bedarfs, den der Hund mit seinem Idealgewicht hätte.

Ein Beispiel: Das Idealgewicht des vierbeinigen Diätkandidaten liegt bei 25 Kilo. Ein 25 Kilo schwerer Hund hat einen durchschnittlichen Energiebedarf von 1130 Kilokalorien. Zur Gewichtsreduktion sollte das Tier also täglich nur um 680 Kalorien erhalten. Tatsächlich dienen diese Werte nur der Orientierung, denn je nach Haltung, Bewegung oder Körperkondition benötigt der Hund eventuell etwas mehr oder weniger Kalorien. Am besten wiegt man den Hund einmal wöchentlich und passt die Energiemenge dem Diätfortschritt an.

Diätfutter macht schneller satt

Grundsätzlich kann man die Menge der gewohnten Nahrung reduzieren oder eine spezielle Diätkost füttern. Ernährungsexperten empfehlen heutzutage eine Diät mit einem kalorienreduzierten Spezialfutter. Denn es gewährleistet, dass der Hund mit allen Nährstoffen, Vitaminen und Mineralien versorgt wird, die

er braucht. Zudem sättigt ein Diätfutter besser als die Normalkost.

Schluss mit den zusätzlichen Leckerlis

Doch die Diät kann noch so gut und ausgewogen sein, sie bringt nichts, wenn der Hund immer wieder eine Kleinigkeit nebenbei bekommt. Statt eines Leckerlis für eine gut gelöste Aufgabe spielen Sie doch lieber zur Belohnung mit Ihrem Hund – Sie schlagen damit zwei Fliegen mit einer Klappe: Sie sparen überflüssige Kalorien und verschaffen Ihrem Hund Bewegung. Falls es nicht ohne kulinarische Bestechung geht, ziehen Sie die Kalorien, die der Belohnungshappen enthält, von der Tagesration ab.

Dr. A. Kohl
Praxis für Kleintiere
54568 Gerolstein
Kasselburger Weg 9 • Tel. 0 65 91/98 40 66

SPRECHZEITEN:
Mo. und Do. von 9.00 Uhr bis 11.00 Uhr
Mo., Di., Do. und Fr. von 15.00 Uhr bis 18.00 Uhr
und nach Vereinbarung.
www.tierarztpraxis-kohl.de

Aufräumen befreit!
Der große Räumungsmarkt in Ihrem Volksfreund alle 14 Tage dienstags.
Jetzt online buchen auf
www.volksfreund.de/raeumungsmarkt

„Ruhe sanft, mein kleiner Freund“
Konzert Tierbestattung
Verkauf von Tiersärgen,
Erdbestattungen u.
Einäscherungen
Abschied in Würde
Tel.: 06501/4901 Handy: 01 60/9221 9676
www.konzert-tierbestattung.de

Tierarztpraxis Kohl
Industriestraße 3
54655 Kyllburg
Tel. (065 63) 22 28

Öffnungszeiten:
Mo., Di., Do., Fr. 9.00 bis 11.00 Uhr
und 17.00 bis 19.00 Uhr
Sa. 9.00 bis 11.00 Uhr
und nach Vereinbarung
www.tierarztpraxis-kohl.de

