

„Hier ist man unter Gleichgesinnten“

Sportgruppe für Krebspatienten bietet wöchentliche Aquagym-Kurse an



Nicht nur für Patienten, sondern für alle, die sich durch Bewegung besser fühlen wollen, sind die Kurse interessant. (FOTO: CLAUDE PISCITELLI)

Oberkorn. „Selbst wenn nicht alle Studien sich immer einig sind, ob Sport die Rückkehr der Krankheit komplett verhindern kann, so trägt körperliche Tätigkeit doch dazu bei, dass der Körper wieder in Form kommt, und reduziert zumindest das Risiko, erneut an Krebs zu erkranken“, so Bea Ries, Vorstandsmitglied der „Association luxembourgeoise des groupes sportifs oncologiques“ – kurz Algso. Die Vereinigung bietet seit kurzem ihre Aquafitness-Gruppen auch im Aquasud an. Diese sind sowohl an Krebspatienten gerichtet, die sich momentan noch in medizinischer Behandlung befinden, als auch an die Patienten, die ihre Therapie bereits abgeschlossen haben und den Heilungsprozess fördern wollen.

Hauptinteresse gilt dem Sport

Die Aquagym-Kurse finden jeden Donnerstag statt und dauern ungefähr zwei Stunden. Wie in den Statuten des Vereins festgelegt, werden die Übungen von einer Physiotherapeutin geleitet. Besonders interessant ist Aquafitness für die Menschen, die sich

vorher allgemein weniger sportlich betätigt haben. Der Wasserwiderstand fordert zwar immer noch einen gewissen Kraftaufwand seitens der Teilnehmer, allerdings federt das Wasser die Bewegungen auch ab, und Muskeln und Gelenke werden geschont.

„In der Gruppe herrscht wirklich eine unheimlich gute Atmosphäre, und durch den Sport fühlt man sich einfach besser“, so Bea Ries weiter. „Oft hört man von Leuten, dass sie nicht sehr sportlich sind, oder sie glauben, es nicht zu schaffen. Aber es steht jedem frei, sich nur an den Übungen zu beteiligen, die man auch bewerk-

stelligen kann. Wenn es nicht klappt, kann man immer noch aufhören oder eine Pause einlegen.“

Der Krebs steht bei den Aktivitäten nicht im Mittelpunkt. „Manche Menschen sind abgeneigt, sich uns anzuschließen, weil sie nicht mehr über ihre Krankheit sprechen wollen“, bedauert Bea Ries, und fügt hinzu, dass das Hauptinteresse dem Sport gelte. „Hier ist man unter Gleichgesinnten. Wenn man mit jemandem reden will, gibt es immer Menschen, die einen verstehen. Das Zusammensein fördert auch den Zusammenhalt, aber wir reden nicht ständig über unsere Gesundheit.“ (CF)

Ein Sport nicht nur für Patienten

Oberkorn. Die Aquagym-Kurse im Aquasud finden jeden Donnerstag um 19 Uhr statt. Die „Association luxembourgeoise des groupes sportifs oncologiques“ besteht seit 2008 und bietet Krebspatienten während oder auch nach ihrer medizinischen Behandlung die Teilnahme an Krebs-Sportgruppen an. Die sportliche Betätigung soll die Genesung fördern und die Möglichkeit ei-

ner eventuellen Rückkehr der Krankheit vermindern. Seit September letzten Jahres werden zusätzlich zu dem Wassersport mittwochs in Mondorf, nun auch im Süden des Landes Aquagym-Kurse angeboten, an denen sowohl Mitglieder des Vereins als auch Nichtbetroffene teilnehmen können. (CF)

■ www.sportifsoncologiques.lu

Einblicke in ein Leben wie in Afrika

Niederkerschen. Übermorgen findet von 13.30 bis 18 Uhr im alten Turnsaal der Grundschule ein Aktionstag im Rahmen der Sensibilisierungswochen „Liewen an Afrika“ statt. Geboten werden Informations- und Verkaufsstände, sowie ein lokaler und regionaler Markt mit zahlreichen Teilnehmern. Um 15.30 Uhr wird der Film „Auf dem Weg zur Schule“ von Pascal Plisson gezeigt. Um 17 Uhr ist eine Diskussion mit Schwester Véronique Weis von „Eng open Hand fir Malawi“. (LW)

Fairtrade-Essen für den guten Zweck

Niederkerschen. Lydie Philippy und die Teilnehmer des Kochkurses zaubern am 29. April, ab 19 Uhr ein Fairtrade-Essen auf den Tisch. Der Preis beträgt 35 Euro pro Person und anmelden kann man sich bis zum 21. April. Tel.: 500 552 314. (LW)

Notizblock Süden

Belvaux. – Amicale des hauts-fourneaux A et B de ProfilArbed. – L'assemblée générale se tiendra demain à 19 heures à la Taverne Boulevard.

Biergem. – Theater. „Déi aner Halschent“ gëtt muer an iwermuer um 20 Auer an de 27. Abrëll um 17.30 Auer „beim Nësstert“ opgefouert. www.kaleidoskop.lu.

Capellen. – Fréijoersmaart. D'Ligue HMC invitéiert op hire Fréijoersmaart mat Konscht-handwierk aus den Ateliers vun der Ligue HMC virun der Villa iwermuer vun 10 bis 18 Auer.

Differdange. – «Fir Éffentlech Bibliothéiken» L'assemblée générale aura lieu demain à 18.30 heures au «Aalt Stadhaus».

Eilereng. – Floumaart. Mat Kanner Secondhand-Gezei a Spillsaachen iwermuer vun 13 bis 17 Auer am Kulturschapp. Org.: Eilerenger Feldmais.

Esch/Alzette. – Fütterung im Tierpark. Unter dem Motto „Esch's tierischen Park erleben“ gibt die Führung einen Einblick in die Tierwelt des Parks auf dem Gaalgebierg. Nicht nur für Kinder, übermorgen von 10 bis 12 Uhr. www.mywort.lu/esch-sur-alzette.

Esch/Alzette. – Porte ouverte. Le Lycée technique invite à ses journées portes ouvertes après-demain de 9 à 12 heures, le mardi 19 avril de 16 à 18.30 heures et le samedi 7 mai de 9 à 12 heures.

Esch/Alzette. – Ausstellung. „Gestapo-Terror in Luxemburg“ zeigt, wie der Unterdrückungs- und Bespitzelungsapparat der Nazis in Luxemburg funktionierte. Täglich, außer montags, von 14 bis 18 Uhr bis zum 8. Mai im Nationalen Resistenzmuseum.

Kayl. – Centre d'intervention et de secours Kayl-Tétange. L'assemblée générale se tiendra après-demain à 17 heures au centre d'intervention «An der Millen».

Kockelscheuer. – Dégustation de vins bio. Demain de 17.30 à 22 heures au «Haus von der Natur». www.mywort.lu/roeser.

Koplescht. – Porte ouverte. Den 21. Abrëll, am Wiertspech vu 14.30 Auer un. Et ginn och zwou Vakanze virgestallt. Informations iwuer Tel. 30 60 29 (Baudot).

Monnerech. – Konferenz. Dëse Sonndeg ëm 15 Auer, schwätzt d'Notaire Christine Doerner iwuer Viersuerge- a Betreivungsvollmacht am Veräinssall „An der Bëschgässel“. Org.: CTF-Sektioun Monnerech.

Wohnungen statt Handel

Ehemalige Rollladenfabrik ist verschwunden



Differdingen. Die ehemalige Adresse eines Differdinger Traditionsbetriebes an der N31 in Richtung Niederkorn ist kaum wiederzuerkennen. Die alten Hallen der 1930 von Albert Wagner-Koepges gegründeten Rollladenfabrik sind abgerissen. Sie werden durch ein Wohngebäude ersetzt. Der Neubau wird, neben Wohnungen, auch Geschäfts- und Büroflächen beherbergen. Vor einiger Zeit war das Unternehmen in die Industriezone „Haneboesch“ umgezogen. (TEXT/FOTO: LUC EWEN)

Gemeinde greift durch

Fahrbahnschwellen als Reaktion auf Temposünder



Tetingen. Seit geraumer Zeit ist das gesamte kommunale Wegenetz der Gemeinde Kayl-Tetingen – wie hier die Rue de l'Industrie – als Tempo-30-Zonen ausgewiesen. Da Autofahrer sich öfters mit der Geschwindigkeitsbegrenzung schwertun, hat die Gemeindeverwaltung nun sogenannte Geschwindigkeitshügel in die Fahrbahnen eingebaut. Wer also vergisst auf die Temponadel zu blicken, wird an der Fahrbahnschwelle durch einen unsanften Hüpfen daran erinnert. (TEXT/FOTO: LUCIEN WOLFF)

Murmeltiertag im Tierpark

Die Erdhörnchen sind zum ersten Mal aufgewacht



Esch/Alzette. Am Sonntag sind die Murmeltiere vom Tierpark auf dem „Gaalgebierg“ aus ihrem Winterschlaf erwacht. Gegen neun Uhr sind die Tiere, die seit vergangenem Jahr im frei zugänglichen Wildtierpark leben, zum ersten Mal aus ihrer Höhle gekrochen. Die Nachricht hat sich unter Tierfreunden schnell herumgesprochen, sodass vorgestern und gestern eine Reihe Schaulustiger mit ihrer Kamera in den Morgenstunden vor Ort waren. (L.E.) (FOTO: ESCHER DÉIREPARK)