

Wir packen mit an!

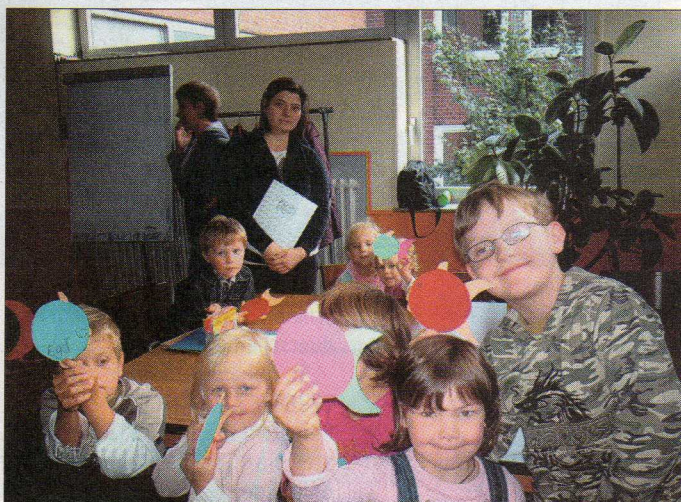
- Die Gemeinde Kürten ist um einen Verein reicher geworden!

Seit über einem Jahr existiert in unserer Gemeinde unter dem Namen „Adler“ ein junger Sport- und Kulturverein. Er wurde von Deutschen aus der ehemaligen Sowjetunion gegründet, die sich für Menschen aller Herkunft, Kultur und Glaubensrichtungen einsetzen möchten. Eine besondere Aufmerksamkeit dabei schenken wir unseren Kindern und Jugendlichen. Mit Spielgruppen für die Kleinen und einem Volleyballtraining für die etwas älteren versuchen wir sie von der Straße zu holen, da-

durch, dass wir ihnen Perspektiven anbieten! Also unser Verein will eine sehr wichtige öffentliche Aufgabe in unserer Gesellschaft übernehmen. Denn hier geht es um unsere Jugend und damit nicht zuletzt um unsere gemeinsame Zukunft, deren Geschicke wir lenken können und müssen. Jugendarbeit geht uns alle an! In Moment haben wir zwei Projekte laufen. In Bergisch-Gladbach auf der Robert-Koch-Straße unter der Obhut von Jugendmigrationsdienst Rhein-Berg befindet sich eine An-

laufstelle für Jugendliche. In dieser Einrichtung versammeln sich Kinder von 2-7 Jahren um im Kreis zu singen, basteln, Geschichten und Spiele zu erkunden. Eine der wichtigsten Aufgaben ist es jedoch den Kinder aus den Einwanderfamilien die deutsche Sprache zu vermitteln. Für diese nicht einfache Aufgabe hat sich Dipl.-Soz. Pädagogin Natalia Weimer stark gemacht. In der Kürtener Mehrzweckhalle treffen sich einmal die Woche zwei Volleyballmannschaften, die Rolle des Coachs und Organisers übernimmt Waldemar

Weiz. Dank seiner Hingabe hat vor kurzem ein Waldemar Weimer- Gedächtnis -Turnier statt gefunden. Drei Vereine aus Kürten (Montania Kürten, Verein Kürtener Kinderdorf, „Die gute Hand“ aus Biesfeld und Sport- und Kulturverein „Adler“) haben an dem Turnier teilgenommen. Über neue Zugänge freuen wir uns sehr, wobei alle Altersgruppen herzlich Willkommen sind. Also was soziales Engagement, Courage und „das Miteinander“ angeht, da packen wir mit an und glauben an den Erfolg!



Anzeige

Metabolic balance®

(k)eine Diät

Es ist sprichwörtlich in aller Munde: Wir essen uns krank und die Zahl der Fettleibigen und Diabetesgeplagten steht der in den USA inzwischen in nichts mehr nach. Vor allem unsere Kinder sind übergewichtig, fehl- und mangelernährt. Über sie generiert sich die Zahl der chronisch Kranken der Zukunft. Doch wenn wir wüssten, was wir essen können und sollen - wären wir in der Lage gesund zu schlemmen, dabei etwas für unsere Gesundheit zu tun und gleichzeitig unser Gewicht dauerhaft zu regulieren.

Klingt utopisch und realistisch?? Ist es aber nicht - denn der Internist und Ernährungsmediziner Dr.med.Wolf Funfack hat als Begründer des metabolic balance® Programms mit seiner Idee des individuellen, persönlichen Ernährungsplans eine revolutionäre Idee entwickelt. Es

Schluss mit Hungerkuren!

Der individuelle Weg zum gesunden Wunschgewicht heißt: metabolic balance®

Informieren Sie sich bei einem der kostenlosen Vorträge über die dauerhaften Abnehmerfolge und die Besonderheiten dieser außergewöhnlichen Methode.

Rufen Sie an bei Ihrer metabolic balance® Betreuerin:

Gloria Unkel Heilpraktikerin
Ringstr. 12a · 51491 Overath
Telefon 02204 / 75257

www.metabolic-balance.de

kommt eben nicht darauf an, wie viel man isst sondern was man isst. Diese Erkenntnis ist nicht so neu. Gänzlich anders und innovativ ist jedoch die Verbindung aus individueller Körperchemie eines Menschen mit der dazu passenden Nahrungsmittelchemie. Ge-

treu dem Motto: Der Mensch ist, was er isst - erstellt das metabolic balance® Institut den persönlichen Ernährungsplan, der - via eines eigens dafür entwickelten Computerprogramms - die individuellen Blutlaborwerte des Teilnehmers mit den dazu passenden

Nahrungsmitteln abgleicht. In vier Phasen gegliedert erhält der Teilnehmer seinen persönlichen Mahlzeiten Fahrplan und balanciert so seinen Stoffwechsel wieder ein(metabolic balance). Begleitet wird er dabei von einem eigens dafür ausgebildeten metabolic balance® Betreuer, dessen Aufgabe es ist, den Teilnehmer sicher um die etwaigen Anfangshürden zu navigieren und bei diesem etwas anderen Essverhalten sachlich und persönlich zu unterstützen. Täglich drei Mahlzeiten, die satt machen, natürliche und gesunde Nahrungsmittel - und die Pfünde purzeln. Das Ergebnis ist ein gesundes Wunschgewicht, Energie und Vitalität.

Mehr Informationen im Internet unter www.naturheilpraxisunkel.de oder www.metabolicbalance.de