

Unbekannte „Übeltäter“

Kay Bartrow veröffentlicht Ratgeber

Über den Beruf als Physiotherapeut wurde er Autor. Was ungewöhnlich klingt, ist Kay Bartrow so passiert. Der Balingener hat unlängst zwei Patientenratgeber bei Kiefergelenks- und Rückenbeschwerden geschrieben.

JASMIN ALBER

Balingen. Zur Schriftstellerei sei er wie die sprichwörtliche Jungfrau zum Kinde gekommen, erzählt Kay Bartrow. Der ausgebildete Physiotherapeut und Lehrbeauftragte hat durch seine Arbeit viele Skripte verfasst. Dann kam die Idee, ein Buch zu schreiben: „Ich wollte versuchen, dieses geballte Wissen zu nutzen“, sagt der 40-Jährige. Gesagt, getan: Seine Themenvorschläge reichte er bei Verlagen ein, die ersten beiden Veröffentlichungen waren Fachbücher. Die beiden jüngsten Bücher sind Ratgeber und richten sich an alle, die von Rücken- und Kiefergelenkleiden betroffen sind.

„Übeltäter Kiefergelenk“, erschienen 2012, sei das Produkt seines „beruflichen Hobbys“. Seit zehn Jahren behandelt er als Physiotherapeut schwerpunktmäßig Kiefergelenkpatienten – bis zu 15 Klienten pro Tag. Eines der kleinsten aber das am meisten genutzte Gelenk des Körpers verursacht vielen Probleme. „Das Kiefergelenk ist noch etwas unter dem Deckmantel“, weiß der Familienvater. „Viele Betroffene ertragen Schmerzen und Knacken stillschweigend.“ Denn viele wissen nicht, dass es Behandlungsmöglichkeiten gibt.

Das jüngst im Februar erschienene Buch, ebenfalls ein Ratgeber, befasst sich mit der Wirbelsäule. In „Schwachstelle Rücken“ werden Aufbau und Funktion der Wirbelsäule vorgestellt – garniert mit Erfahrungsberichten von Patienten. Diese schildern, wie sie in alltäglichen Situationen mit Rückenleiden konfrontiert wurden. Ein Selbsttest hilft bei der Erkennung der Bewegungsrichtung und gibt erste Rückschlüsse, welche Teile Probleme bereiten, erläutert der Physiotherapeut. Zu den verschiedenen Problemen, die von Gelenken, Muskeln oder den Bandscheiben resultieren können, gibt es entsprechende Übungen. „Diese haben sich in der Praxis erprobt und sollen nun einer breiten Masse zugänglich gemacht werden“, sagt er.

Bei klaren Auslösern – zum Beispiel Rückenschmerzen nach bestimmter Garten-/Hausarbeit – können die Beschwerden selbst behandelt werden. Alle anderen Rückenschmerzen sollten als Alarmsignal gesehen und ärztlich abgeklärt werden, rät Bartrow. Um Schmerzen vorzubeugen, lautet der Appell des begeisterten Hobbysportlers: Viel bewegen und zwar mit Spaß und nicht nur aus Pflichterfüllung.

Mit seinen Erstlingswerken hat Kay Bartrow „quasi blutgeleckt“, sagt er schmunzelnd. Außerdem lernt er beim Schreiben und der Recherche ebenfalls noch etwas dazu. Und weil ihm der Autorenberuf so viel Spaß macht, sind zwei neue Werke zu den Themen Blackroll und Nackenbeschwerden bereits in der Planung. Erhältlich sind die Ratgeber in sämtlichen Buchhandlungen.



Hilfe für Schmerzgeplagte: Kay Bartrow hat bereits zwei Ratgeber für Patienten mit Rücken- und Kiefergelenksbeschwerden geschrieben. Bei der Umsetzung legte der Physiotherapeut viel Wert auf verständliche Informationen. Foto: jas

Kampf dem Lärm und dem Gestank

Balingen bekommt wohl Luftreinhalteplan

Wird Balingen doch zur Umweltzone? Gänzlich ausgeschlossen ist das nicht, behauptet Gerd Ulrich von der Endinger B27-Bürgerinitiative nach einem Gespräch im Regierungspräsidium Tübingen.

KLAUS IRION

Balingen. Die Stickstoffdioxid-Grenzwerte werden entlang der Endinger Ortsdurchfahrt deutlich überschritten. Dies verkündete Balingens Oberbürgermeister Helmut Reitmann vergangene Sommer, nachdem erste Messergebnisse öffentlich gemacht worden waren.

Gestern nun trafen sich Reitmann, Balingens Tiefbauamtsleiter Eduard Köhler sowie der Endinger BI-Vorsitzende Gerd Ulrich zu einem Informationsgespräch mit Vertretern des Regierungspräsidiums Tübingen. Zum einen ging es dabei um den Lärm- und Luftreinhalteplan, mit dem leidgeplagte B 27-Anwohner besser

vor dem Bundesstraßenlärm geschützt werden sollen. Im Gemeinderat war dies bereits vor geraumer Zeit diskutiert worden.

Das zweite Thema waren die Schadstoff-Grenzwertüberschreitungen entlang der Endinger Ortsdurchfahrt. Ergebnis: Das Regierungspräsidium wird einen Luftreinhalteplan für Balingen in Gang setzen, sobald die endgültigen Daten der Grenzwertüberschreitungen vorliegen. Dies könne laut Ulrich wegen der vorgeschriebenen Öffentlichkeitsbeteiligung über ein Jahr in Anspruch nehmen.

„Wir wären im Regierungsbezirk Tübingen erst die vierte Stadt, in der solch ein Luftreinhalteplan umgesetzt würde“, so Ulrich. Bislang hat das Land dies in Tübingen, Reutlingen und Ulm veranlasst. Wann die offiziellen Messergebnisse bekannt gegeben werden, war gestern nicht zu erfahren. „Sobald dies der Fall ist, gehen sie an das RP Tübingen als Grundlage für eine Luftreinhalteplanung“, bestätigte Rathaussprecher Jürgen Luppold Ulrichs Ausführungen.

Jazzklang im Schloss

Dizzy Krisch und His Tübinger Allstars spielen

Am Samstag, 12. April, präsentiert der Jazzclub Balingen Dizzy Krisch und His Tübinger Allstars. Los geht es um 20 Uhr im Balingener Zollernschloss.

Balingen. Am Samstag wird wieder gejaxzt. Das frühere deutsche Jazzwunderkind Dizzy Krisch wird im Zollernschloss auf dem Vibraphon spielen. Im Jahr 1963 stand der neunjährige Bub aus dem Schwarzwald auf den Bühnen der Festivals, eroberte im Sturm die Herzen der Fans und räumte mit seinen Brüdern im Krisch Quartett reihenweise Preise auf internationalen Wettbewerben ab. Im Selbststudium brachte sich Dizzy Krisch das Vibraphonspiel bei, tief

beindruckt vom Bluesfeeling der schwarzen Jazzmusiker und ganz besonders des großen Virtuosen Milt Jackson. Ihm hat er auch eines seiner musikalischen Projekte gewidmet, die vom Swing mit Charly Antolini bis hin zum New Jazz in Claus Stötters „Nevertheless“ reichen. Stilistische Vielfalt, technische Brillanz und improvisatorische Meisterschaft weisen ihn heute als einen der großen Vibraphonisten der europäischen Jazzszene aus.

Zudem werden Claus Stötter (Trompete), Rainer Tempel (Piano), Axel Kühn (Bass) und Dieter Schumacher (Drums) spielen. Sie sind alle erfahrene Musiker aus der Tübinger Gegend. Karten gibt es nur an der Abendkasse.

Hilfe bei Demenz und Depression

Balingen. Die Selbsthilfegruppe Schnarchen-Schlafapnoe Balingen trifft sich zum Informationstreffen am Donnerstag, 10. April, um 18 Uhr in den Konferenzräumen der Stadthalle Balingen. Re-

ferent ist Dr. Raphael Niebler von der Universität Tübingen. Sein Thema: Demenz und Depressionen. Interessenten sind willkommen. Informationen unter Telefon 0 74 71/93 34 90.



Provisorische Fußgängerbrücke und Kanalarbeiten in Frommerns Beethovenstraße

Balingen. Die eigentlichen Bauarbeiten beginnen erst kommenden Dienstag. Die Vorarbeiten aber wurden gestern bereits gestartet. Mit dem Errichten einer provisorischen Fußgängerbrücke über die Bahngleise wurde der

Weg frei gemacht für den Bau des neuen Kreisverkehrs im Bereich Beethovenstraße/Hurdnagelstraße. Wie mehrfach berichtet wird dieser Kreisverkehr ein ganz besonderes Bauwerk, führen die Bahngleise doch mit-



ten hindurch. Außerdem wird es keine Kreisrunde, sondern eine ovale Kreuzung mit insgesamt sechs Zu- beziehungsweise Ausfahrten. Dass die Bauarbeiten etwas später als ursprünglich geplant vorstatten gehen, kommt den

Bauarbeitern zugute, die nur einen Steinwurf entfernt in einem anderen Bereich der dort gesperrten Beethovenstraße noch mit Kanalarbeiten beschäftigt sind.

TextFotos: Karl-Otto Müller/Klaus Irion

NOTIZEN

Vorstellung neuer Verein

Balingen. Es gibt einen neu gegründeten Verein Generationen-Netz Balingen, kurz „GeNeBa“ in Balingen. Die Vorsitzenden Peter Schwaibold und Helga Huber stellen GeNeBa am Donnerstag, 10. April, um 15 Uhr im Bürgerkontakt Balingen, Filserstraße 9, vor. Das Café im Bürgerkontakt hat bereits ab 14 Uhr geöffnet.

Ortschaftsratsrat tagt

Engstlatt. Die nächste Sitzung des Ortschaftsrates Engstlatt findet am Donnerstag, 10. April, statt. Beginn der öffentlichen Sitzung ist um 19.30 Uhr im Sitzungsraum des Rathauses. Auf der Tagesordnung stehen unter anderem Verkehrsrechtliche Anordnungen und Baugesuche. Eine nichtöffentliche Sitzung schließt sich an. Alle Bürgerinnen und Bürger sind eingeladen.

Feriencamp

Balingen. Die TSG Balingen veranstaltet am Montag, 14. und Dienstag, 15. April (jeweils von 9.30 bis 16 Uhr) auf dem Kunstrasen beim A-Stadion erneut ein Feriencamp für den Fußballnachwuchs. Anmeldungen und weitere Informationen gibt es per Email an bufdi@tsg-fussball.de.

Altpapiersammlung

Heselwangen. Der Posaunenchor Heselwangen sammelt am Samstag, 12. April, ab 8.30 Uhr Altpapier in Heselwangen sowie auf dem Heimlichen Wasen im Gebiet der Schramberger Straße und der Biberacher Straße. Es wird gebeten, das Altpapier gebündelt bereit zu stellen. Der Erlös der Sammlung dient zur Unterstützung der Arbeit des Posaunenchores Heselwangen.

KURZ BERICHTET

Jahrgang 1927 Balingen trifft sich heute um 15 Uhr im Gasthof Lang.

Jahrgang 1935/1936 Weilstetten trifft sich am Donnerstag, 10. April, um 14 Uhr beim Lochenbad. Gegen 15.30 Uhr Einkehr im Naturfreundehaus in Balingen.

Jahrgang 1943 Balingen mit Stadtteilen. Stammtisch am Donnerstag, 10. April, ab 18.30 Uhr im Naturfreundehaus Stadtmühle Balingen. Wanderlustige kommen um 17.30 Uhr zum Parkplatz bei der Shell-Tankstelle. Sofortige Anmeldung zum Ausflug am 28. Juni ist unbedingt erforderlich.

Ehemalige Frauenarbeitsschülerinnen Balingen treffen sich am Donnerstag, 10. April, um 14.30 Uhr im Gasthaus Lang in Balingen.

Eltern-Kind-Turnen Weilstetten. Heute, 15.15 Uhr, Turnhalle.

Baby-Musikgarten für Kinder ab 3 Monate, 10.30 bis 11 Uhr; Musikgarten für Kinder ab 18 Monate, 9.20 bis 10 Uhr, Bregweg 4, Balingen.

Die Senioren des SV Heselwangen treffen sich zum Stammtisch am Freitag, 11. April, ab 15 Uhr in der „Krone“ in Heselwangen.

Schwäbischer Albverein Ostdorf-Seniorengruppe. Seniorenausfahrt am Donnerstag, 10. April nach Oberschwaben. Besuch des Krippenmuseum Oberstadion. Es sind noch ein paar Plätze frei. Anmeldung bei Wanderführer Hans Heid unter Telefon 71 37. Abfahrt beim Rathaus um 13 Uhr.

Radfahrerverein „Wanderlust“ Ostdorf. Einradfahren für Erwachsene, heute ab 20 Uhr; Freizeitgruppe Radfahren, heute ab 18 Uhr, Rathaus.

Die Frauenselbsthilfegruppe nach Krebs, Gruppe Balingen, trifft sich am Donnerstag, 10. April, um 14.30 Uhr im Johann-Tobias-Beck-Haus in Balingen. Heute wird gebastelt. Bitte mitbringen: einen Perlonstrumpf, Klebstoff, Farbe, Schale, Bänder und ein Handtuch. Um 17 Uhr ist Gesprächskreis. Informationen unter Telefon 0 74 33/57 87.

Schwäbischer Albverein Weilstetten Seniorenwandergruppe „No gschität“ wandert am Donnerstag, 10. April, vom Jungbrunnen bei Zepfenhan nach Gölldorf. Dort Einkehr im Gasthof Sonne. Treffpunkt um 14 Uhr bei der Kirche.

HEUTE

BALINGEN Stadtbücherei: Geöffnet von 11 bis 18 Uhr.

Jugendhaus Insel: 17 bis 22 Uhr. Bürgerkontakt: Cafétreff, Bridge und Bücherkiste von 14 bis 18 Uhr, Filserstraße 9; Boule, 15 Uhr, Parkdeck Wilhelmstraße.

DRK Kleiderladen: Geöffnet von 10 bis 13 Uhr.

DRK: Seniorennachmittag, 14.30 Uhr, DRK-Forum.

Energieagentur Zollernalb: Sprechzeit 8 bis 12 Uhr, nach Voranmeldung, Rathaus.

Naturschutzbüro Zollernalb: Geöffnet von 18 bis 19 Uhr.

Pflegestützpunkt Zollernalbkreis: Geöffnet von 9 bis 12 Uhr.

Stadthalle: SWR3 Live Lyrix - neue Tour 2014, 20 Uhr.

Bali-Kino-Palast: „A Long Way Down“, 16.45 Uhr; „The Return of the First Avenger 3D“, 19.45 Uhr; „Der Hundertjährige, der aus dem Fenster stieg und verschwand“, 20 Uhr; „Die Bestimmung- Divergent“, 20 Uhr; „Grand Budapest Hotel“, 20 Uhr; „Need for Speed“, 16.45 Uhr; „Noah 3D“, 19.45 Uhr; „Non-Stop“, 16.45 Uhr; „Pettersson & Findus - Kleiner Quälgeist, große Freundschaft“, 16.45 Uhr; „Rio 2 - Dschungelfieber 3D“, 16.45 + 20 Uhr; „Rio 2 - Dschungelfieber“, 16.45 Uhr; „Sneak Preview“, 20 Uhr; „Vaterfreuden“, 16.45 Uhr.

ENDINGEN

Jugendtreff: 17 bis 20 Uhr; Tee- und Time, 15 bis 17 Uhr.

ENGSTLATT

Jugendtreff: 16 bis 21 Uhr.

FROMMERN

Gemeindebücherei: Geöffnet von 8 bis 11.30 Uhr.

Jugendtreff: 15 bis 19 Uhr.

WEILSTETTEN

Wochenmarkt: 8 bis 13 Uhr, Festgelände.

Ortsbücherei: Geöffnet von 11 bis 13.30 Uhr.

GALERIE, MUSEUM, BÄDER

Öffnungszeiten: Eyachbad Balingen: 7.30 bis 21.30 Uhr.

Rathausgalerie: Paso, 8 bis 18 Uhr.

Zollernschloss: Museum für Waage und Gewicht, 14 bis 17 Uhr.

Zehntscheuer: Märklin Spur 1. Spielzeugeisenbahnen 1891-1936, 14 bis 17 Uhr.

GEBURTSTAGE

Balingen. Georg Sautter, Schumannstraße 6, 84 Jahre; Gretel Förster, Neue Straße 12, 71 Jahre.

Erzingen. Hilde Schmoltinger, Heerstraße 9, 77 Jahre.

Frommern. Giuseppe Arosio, Theodor-Heuss-Straße 2, 79 Jahre; Elsa Schramm, Jahnstraße 22, 76 Jahre.

Weilstetten. Irmentraud Schmidt, Lochstraße 4, 72 Jahre.

POLIZEINOTIZEN

Automat beschädigt

Balingen. Am Montag um 21.30 Uhr schlug ein unbekannter Täter das Monitorglas eines Fahrkartenautomaten am Balingener Südbahnhof ein. Es entstand Sachschaden von etwa 500 Euro. Nun ermittelt die Polizei Balingen wegen Sachbeschädigung gegen den unbekannteren Täter und bittet um Zeugenhinweise unter der Telefonnummer 07433/264-0.

Musikverein gibt Kirchenkonzert

Ostdorf. Am Sonntag, 13. April, um 18 Uhr veranstaltet der Musikverein Ostdorf sein Frühjahrskonzert in der Kirche. Es wird mit konzertanten Symphonien, folkloristischen sowie erzählenden Stücken und bekannten Film-melodien unterhalten. Dirigent Jürgen Lontschar suchte die Stücke aus und probte sie mit dem Orchester ein. Am Sonntagabend soll die wunderbare Musik, in Verbindung mit der besonderen Akustik, die die Kirche bietet, die Zuhörer berühren. Der Eintritt ist frei. Nach dem Konzert lädt der Musikverein Ostdorf noch zu einem kleinen Umtrunk in das Probelokal ein.