

Schaufenster

ANZEIGE

ANZEIGE

Schmucke Lieblingsstücke selbst gestalten

Im Obergeschoss der Goldschmiede Schöllers in Zweibrücken finden regelmäßig Kurse für „Hobby-Goldschmiede“ statt, die sich in der Edelmetall-Bearbeitung versuchen wollen. Ob Ring oder Armband, Kette oder Brosche – in der Gestaltung ihres Schmuckstücks sind die Teilnehmer völlig frei; die Kursleiterin Marie-Luise Rothe-Khiar steht ihnen mit Rat und Tat bei Fragen zur Seite.

Zweibrücken. Schmuck ist einfach wunderbar. Er schmückt den Menschen, der ihn trägt, und verleiht ihm ein gutes Gefühl. Manchmal gibt er auch etwas über das Wesen des Trägers preis, unterstreicht seinen Geschmack. Um so faszinierender ist es aber, wenn man den Schmuck, den man trägt, nicht einfach nur gekauft, vielleicht auch geschenkt bekommen hat, sondern ihn selbst kreieren und fertigen konnte. So entstehen individuelle Einzelstücke, einfach Schmuckstücke der ganzen besonderen Art.

Das weiß auch Marie-Luise Rothe-Khiar, Diplom-Schmuckdesignerin, staatlich geprüfte Schmuckgestalterin, Goldschmiedemeisterin und Mitarbeiterin der Zweibrücker Goldschmiede. Ihre Arbeit mit den edelsten Materialien ist für sie weniger ein Beruf, als vielmehr eine Leidenschaft, die sie gerne an andere weitergibt. So bietet sie regelmäßig Goldschmiedekurse und Schmuckseminare an, nicht zuletzt auch in den Räumen der Zweibrücker Goldschmiede. Erst vergangenen Dienstag hat hier ein neuer Kurs begonnen. Ein Einstieg ist allerdings noch möglich. „Inhaltlich ist mein Kurs sowohl für Anfänger als auch Fortgeschrittene geeignet“, sagt Marie-Luise Rothe-Khiar, die die Teilnehmerzahl bewusst auf sieben Personen begrenzt hat. „Nur so kann ich individuell auf meine Kursteilnehmer eingehen“, betont sie. Zunächst weist sie die Teilnehmer in die Grundtechniken wie Sägen, Feilen und Lötten ein. „Wir

üben diese bei der Anfertigung eines ersten Schmuckstückes. So sind die Kursteilnehmer recht schnell in der Lage, nach eigenen Entwürfen ein individuelles Schmuckstück herzustellen“, verspricht die Schmuckdesignerin.

Dass ihre Kurse auf einem sehr hohen Niveau stattfinden, beweist allein die Tatsache, dass die Fachhochschule in Idar-Oberstein ihre Kurse als Vorpraktikum für angehende Studenten anerkennt. „Ein Kurs reicht da natürlich nicht aus. Doch Schüler, die zum Beispiel während der Oberstufe in meinen Kursen Erfahrungen sammeln, haben am Ende deutlich höhere Chancen auf einen Studienplatz“, fügt sie hinzu. „Meine Kurse richten sich übrigens an künstlerisch und handwerklich begabte Menschen, wobei es völlig egal ist, ob sie schon mal mit Metall oder Schmuck gearbeitet haben“, verrät Rothe-Khiar, die bereits als Jugendliche ein Faible für künstlerisches Arbeiten hatte. „Nach dem Abi absolvierte ich ein Praktikum bei einem Goldschmied. Damals entdeckte ich meine Liebe zum Schmuck“, erzählt sie. Ihre Kurse und Workshops für Erwachsene und Kinder bietet sie schon seit Jahren an, unter anderem bei der Sommerakademie in Blieskastel. Auf www.goldschmiedekurse.com erhalten Interessierte übrigens die neuesten Kursinfos, und in der Goldschmiede in Zweibrücken gibt es eigens für die Goldschmiedekurse sehr hübsche Gutscheine zum Verschenken. *elb*

◆ **Goldschmiede** Roland Schöllers, Hauptstraße 100, 66482 Zweibrücken, Telefon/Fax (0 63 32) 7 26 15. Weitere Informationen auch bei **Anmeldung** zu den Kursen bei Marie-Luise Rothe-Khiar, Telefon (0 68 25) 49 64 41, E-Mail an marie-luise@rothe-khiar.de

Mehr Informationen im Internet: www.rothe-khiar.de
www.goldschmiedekurse.com



In den Kursen von Marie-Luise Rothe-Khiar werden künstlerisch und handwerklich begabte Menschen schnell zu Designern. Foto: privat

Schritt für Schritt zu einem gesunden Fuß

Die Praxis für Physiotherapie Daniela Roos im Dorndorf Gewerbepark hat ihr bestehendes Angebot um die Anfertigung sogenannter propriozeptiver Schuheinlagen erweitert. Diese schulen die Eigenwahrnehmung des Körpers und liefern nach und nach die Information, die er zum Erlernen der richtigen Fußstellung benötigt.

Zweibrücken. Gesunde Füße sind nicht immer nur eine Frage guter Veranlagung – im Gegenteil. Jeder kann bewusst etwas tun – sofern er diszipliniert handelt. In Deutschland leidet beinahe jeder Zweite an einer Fehlstellung seiner Füße, die entweder angeboren ist oder im Laufe der Zeit erworben wurde. Die Ursachen sind vielfältig – doch meist sind falsches Schuhwerk, zu wenig Barfußlaufen und Ähnliches dafür verantwortlich. „Das Problem ist einfach, dass wir die Wahrnehmung für unsere Füße verloren haben – nicht zuletzt wegen der viel zu harten Schuhe, die wir tragen, und der meist zu glatten Böden, auf denen wir laufen“, weiß Daniela Roos aus ihrer langjährigen Erfahrung als Physiotherapeutin zu berichten. „Und wenn die Füße ihre Stabilität verlieren, dann verliert auch der gesamte Körper seinen Halt“, fügt die 33-jährige hinzu.

Dieses Phänomen sei vergleichbar mit der Statik eines Hauses. Stimme die Statik im Keller nicht, entstünden Risse im Dach. „Fast immer treten bei Fehlstellungen des Fußes vielfältige Beschwerden am ganzen Körper auf, zum Beispiel Verspannungen und Kopfschmerzen“, erklärt die Therapeutin, die sich in ihrer Praxis im Dorndorf Gewerbepark vor allem auf die Ursachenforschung spezialisiert hat. „Mein Ziel ist es, den Patienten auf lange Sicht zu heilen und seine Schmerzen zu lindern. Das geht nur, wenn ich die Ursachen bekämpfe. Wer nur Symptome behandelt, der kann keinen Erfolg erzielen“, ist die Therapeutin überzeugt. „Das funktioniert natürlich nur, wenn der Patient mitarbeitet und diszipliniert ist.“

So arbeitet Daniela Roos ab sofort mit dem revolutionären Einlegesystem „Schuh'n lay“, basierend auf der Prinzip der Propriozeption. „Unter Propriozeption versteht man die Eigenwahrnehmung des Körpers, häufig auch Tiefenwahrnehmung genannt. Der Fuß bekommt



Seit Sommer 2006 führt Daniela Roos ihre Praxis für Physiotherapie im Dorndorf Gewerbepark. Fotos: Elisabeth Beduhn

durch die Spezialeinlage die Information, die er zum „Erlernen“ der richtigen Fußstellung benötigt“, erklärt die Expertin. „Wer kann sich schon zwingen, bei jedem Schritt von der Ferse über den Kleinzeh zum Großzeh abzurollen. Das ist unmöglich. Also muss man eine Anlage bauen, die dafür sorgt, dass man korrekt läuft und so seine Körperhaltung nachhaltig verbessert“, erklärt Daniela Roos. „Dafür wird ein so genannter „Stein“ in die Sohle eingebaut, darüber hinaus noch weitere Elemente, die der Fußstellung individuell angepasst sind“, beschreibt die Physiotherapeutin das Prinzip. Insgesamt müsse der Betreffende die Einlage einhalb Jahre tragen, die ersten sechs Wochen praktisch ununterbrochen. „Nur so kann sich das Fußgewölbe wieder bilden, Disziplin ist hier also unerlässlich“, gibt die Therapeutin zu bedenken und beschreibt die Vorteile dieser Einlage im Vergleich zu festen, schalenförmigen Einlagen.

„Die Anpassung ist einfach und individuell. Die Einlage kann ohne größeren Aufwand an die sich eventuell veränderten Bedürfnisse des Patienten angepasst und jederzeit nachträglich korrigiert werden“, sagt sie. Die Einlage kostet 100 Euro und wird von den Privaten Krankenkassen übernommen. Die gesetzlichen Kassen zahlen in der

Regeln einen Teil dazu.

Darüber hinaus bietet die Praxis auch Krankengymnastik, Fango, Heiße Rolle, Heißluft, Massage, Lymphdrainage, Rückenschule, Nordic Walking, Ernährungsberatung, Integrale Physikalische Medizin und Craniosakrale Therapie. Als ausgebildete „ErgoPhysConsult“ arbeitet Daniela Roos in der betrieblichen Gesundheitsförderung. Ab November wird sie in diesem Bereich von einer neuen Kollegin unterstützt. Physiotherapeuten mit der Zusatzqualifikation „ErgoPhysConsult“ – die Ausbildung dauert zwei Jahre – besitzen das Fachwis-

sen, Arbeitgeber in puncto Sicherheit und Gesundheitsschutz von Arbeitnehmern bei der Arbeit umfangreich zu beraten. Ihre Betrachtung garantiert die strukturierte Ursachenforschung und Problemlösung unter physiotherapeutischen Gesichtspunkten. Ziel ist die Verbesserung der muskuloskeletalen Beanspruchungssituation an Arbeitsplätzen. *elb*

◆ **Praxis für Physiotherapie, Betriebliche Gesundheitsförderung,** Daniela Roos, Pirmasenser Straße 97, 66482 Zweibrücken, Telefon (0 63 32) 47 93 86.



Dank ihrer geringen Materialstärke können diese Einlagen praktisch in allen geschlossenen Schuhen getragen werden.

Jede Menge Spaß am Laufen bei Wind und Wetter

Was braucht man, wenn es draußen nicht so freundlich ist, man aber trotzdem Spaß am Laufen haben möchte? In einer exklusiven Testaktion bei Sport Franck am 5. November können sich Interessierte nicht nur informieren, sie dürfen darüber hinaus innovatives Equipment aus dem Schuh- und Modebereich auch gleich ausprobieren.

Zweibrücken. Fernab der Straße läuft es sich anders, erst recht zu dieser Jahreszeit, wenn Regen, Wind und Kälte das Wetter dominieren. Damit trotz schlechter Witterungsbedingungen der Spaß beim Laufen oder Walken garantiert bleibt, ist eine besondere Ausrüstung im Schuh- und Textilbereich unerlässlich. Schließlich gibt es kein schlechtes Wetter, es gibt nur schlechte Klamotten. Experte auf diesem Gebiet in Zweibrücken ist Sport- und Mode Franck. Um seinen Kunden ein Gefühl dafür zu geben, wie sich eine optimale Lauf-Ausrüstung auf der Haut anfühlt, veran-

staltet das Fachgeschäft am Mittwoch, 5. November, eine Test-Aktion der besonderen Art. Unter dem Motto „alle Wetter, alle Tage“ erhalten maximal 30 Teilnehmer exklusiv die Möglichkeit, neues innovatives Equipment im Schuh- und Bekleidungsbereich des renommierten Sportartikel-Herstellers Asics zu testen.

Zur Auswahl stehen Lauf- und Walkingschuhe, die dank einer Gore-Tex-Membran sowie besonderen Materialien dauerhaft wasserdicht sowie extrem atmungsaktiv sind. Sie halten die Füße trocken und angenehm temperiert, selbst beim Lauf durch Schlamm und Pfützen – bei jedem Wetter und in jedem Gelände. Im Textilbereich können die Teilnehmer ein Laufshirt und eine leichte Laufweste testen. Dank einer hochmodernen Windstopper-Membran gelangt die Feuchtigkeit schneller nach außen, lässt aber keinerlei Wind und Kälte von außen hindurch. Außerdem trocknet das Material schneller als herkömmliche

Bekleidung. In Verbindung mit der richtigen Sportunterwäsche ist der Läufer oder Walker optimal geschützt, eine Erkältungsgefahr besteht nicht mehr.

Die Veranstaltung beginnt um 18 Uhr mit einem Informations-Vortrag. Dafür haben Birgit und Bernd Neuhardt zwei Experten aus dem Hause Asics und Gore-Tex eingeladen. Im Anschluss können die Teilnehmer während eines 45-minütigen Laufs durch die Allee die Ausrüstung auf Herz und Nieren testen. Darüber hinaus gibt es für alle ein Überraschungspäckchen. *elb*

◆ **Um eine optimale Betreuung zu gewährleisten,** ist die Teilnehmerzahl auf 30 Personen beschränkt. Anmeldungen sind ab sofort bei Sport- und Mode Franck, Hauptstraße 25 bis 29, 66482 Zweibrücken, oder unter Telefon (0 63 32) 9 25 60 möglich.

Mehr Informationen im Internet: www.intersport-franck.de



Diëba Butt, Fachverkäuferin für funktionale Sportbekleidung, zeigt eine Auswahl der wetterfesten Modelle für den wetterunabhängigen Laufspaß. Foto: elb

Gütesiegel für Wellness-Betriebe

St. Augustin. Ein neues Gütesiegel soll Verbrauchern Auskunft über die Qualität von Wellness-Angeboten geben. Betriebe, die das Zertifikat nutzen wollen, müssen besondere Anforderungen – unter anderem an das Fachpersonal, die Kundeninformation und die Sicherheit – erfüllen, erläutert das RAL, Deutsches Institut für Gütesicherung und Kennzeichnung, in St. Augustin bei Bonn. Entscheidend für die Vergabe des RAL-Gütesiegels Wellness seien zum Beispiel die strenge Einhaltung von Hygiene und Sauberkeit, hervorragend qualifiziertes Personal sowie eine kinderfreundliche Ausstattung und ein behindertengerechter Zugang. *dpa*

Mehr Informationen im Internet: www.ral.de

Produktion dieser Seite: Elisabeth Beduhn (CMS) Jörg Heinze (CMS)