METTNAU
BEWEGUNG IST LEBEN
CHRONIK DER METTNAU

Luftbild Titel: Petek© · Luftbild Rückseite: Mende

50 JAHRE METTNAU-KUR
1958 – 2008

SEE VITAL

Getreu diesem Motto entstand vor 50 Jahren an einem der schönsten Plätze am Bodensee, der Halbinsel Mettnau, die städtische Einrichtung „Mettnau-Kur". Hoch gelobt in Fachkreisen, eilt ihr allerorts ein hervorragender Ruf voraus, auch weit über die Landesgrenzen hinaus.
Die Mettnau-Kur ist Partner der Wirtschaft und Rückzugsort vor allem für Herz-Kreislauf-Patienten, die hier Regeneration und Motivation finden. Die Mettnau-Kur ist Sportkur und setzt ihren Ehrgeiz, zum Leben zu bewegen, in allen Kur-Programmen erfolgreich um.

Auch die Stadt Radolfzell greift mit ihrem Slogan „See vital" den Anspruch „Bewegung ist Leben" auf. Radolfzell profiliert sich als Gesundheitsstandort am Bodensee mit Kompetenz, hohem Freizeit- und Erholungswert. Die Menschen sind offen. Traditionsverbundenheit, Innovationsgeist und Spiritualität verbinden sich in einem aktiven Gemeinschaftsleben vor der Kulisse einer der reizvollsten Kulturlandschaften Europas.

Der Untersee zählt zu den Regionen in Baden-Württemberg mit hervorragenden Wirtschaftsprognosen. In Radolfzell wurden in jüngster Zeit Jahrhundertprojekte in Angriff genommen. Die Stadtentwicklung generiert positive Energien, Tagungskapazitäten in der City werden weiter ausgebaut.
In Reichweite der Schweizer Alpen, nahe der Kulturmetropolen Zürich, Bregenz und Basel, unweit der Inselstadt Lindau und in direkter Nachbarschaft des UNESCO Weltkulturerbes Klosterinsel Reichenau entwickelt Radolfzell mit seinem malerischen City einen Charme, in dem man sich leicht verfängt: beim Shoppen in den Altstadt-Boutiquen oder im seemaxx Factory Outlet Center, beim Radfahren, Wandern, Klettern, auf Exkursion durch die Seegastronomie oder auf einem der exklusiven Golfplätze der Umgebung.
Die Mettnau-Kur und die Bodenseestadt Radolfzell haben viele Vorzüge. Es ist der ideale Ort, um regenerative Kräfte für Körper und Geist zu mobilisieren.
Die Menschen kommen gerne wieder.
Daran hat sich in 50 Jahren nichts geändert.

Dr. Jörg Schmidt
Oberbürgermeister

GRUSSWORT
DES KURDIREKTORS

Die Geschichte der Mettnau-Kur ist eine Erfolgsgeschichte. Im Jahr 1958 wurden vom damaligen Bürgermeister Hermann-Albrecht mit großer Beharrlichkeit die Weichen in die richtige Richtung gestellt. Auf der zu Radolfzell gehörenden, wunderschön gelegenen Halbinsel Mettnau sollte eine Einrichtung entstehen, die eine Sportkur anbietet. Damals gab es so etwas einfach noch nicht. Prof. Weisbecker entwarf die Konzeption und mit Prof. Dr. Drews und Willi Stadel, dem vormaligen Olympiasieger, wurden kompetente Fachleute gefunden, die das Ganze in die Tat umsetzten. „Heilung durch Bewegung" sollte zum Markenzeichen werden.

Seit damals hat sich viel verändert und die medizinisch-therapeutischen Inhalte wurden und werden laufend weiter entwickelt. In den 1970'er Jahren kam ein neuer Begriff in die Kurlandschaft, und zwar die Anschlussheilbehandlung. Intensive Therapie und Schulungen in Gesundheitsfragen, entsprechend den jeweiligen Krankheitsbildern, wurden von den Rentenversicherungsträgern eingeführt. Nur die leistungsfähigsten Einrichtungen wurden von den Versicherungsträgern mit der Durchführung von Anschlussheilbehandlungen betraut. Auch die Mettnau-Kur schuf die notwendigen Voraussetzungen und so konnten mit der Bundesversicherungsanstalt (BfA) entsprechende Vereinbarungen abgeschlossen werden. Dies war für den Fortbestand des Unternehmens unabdingbar. Seither kamen und kommen jährlich viele Menschen auf die Mettnau, um hier wieder leistungsfähig zu werden. Sehr oft wurden dann aus ehemaligen Patienten in der Folge Stammgäste, die sich einen Aufenthalt auf der Mettnau selbst finanzieren, um sich etwas Gutes für ihre Gesundheit zu tun.

Die Prävention nimmt seit jeher einen breiten Raum auf der Mettnau ein. Seit einiger Zeit sind zunehmend Firmen daran interessiert, ihre Führungskräfte gesund und leistungsfähig zu erhalten. Entsprechende Programme, die von uns entwickelt wurden, machen dies möglich. In Fachkreisen der deutschen Tourismus- und Bäderwirtschaft spricht man mittlerweile davon, dass die METTNAU eine „Marke" ist, mit unverwechselbarem Profil.

50 Jahre sind eine lange Zeit und es hat sich viel ereignet in den zurückliegenden Jahren. Die Anforderungen stiegen und steigen laufend: sei es durch gesetzliche Vorgaben oder vor allem aber durch die Erfordernisse des Gesundheitsmarktes. Qualität in allen Bereichen ist auch in der Zukunft eine Maxime, der wir uns verpflichtet fühlen. Auf dem Fundament, das von Verantwortlichen damals gelegt wurde, haben die in all den Folge-

jahren gewählten Gremien und im Betrieb selbst tätigen Verantwortlichen an ihrem jeweiligen Platz das Beste zu erreichen versucht. Ein besonderes Merkmal, das auch von vielen Stammgästen geschätzt wird, ist die Betriebstreue der Mitarbeiter. Eine beachtliche Anzahl von ihnen ist schon seit mehr als 30 Jahre tätig. Sie und natürlich auch die später dazugekommen Mitarbeiter tragen das Unternehmen und sind für den Erfolg entscheidend. Ohne gute und einsatzbereite Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter kann ein Dienstleistungsunternehmen, wie wir es sind, nicht funktionieren. Sie sind das wichtigste Kapital.

Um die Zukunft gewinnen zu können, sind Investitionen unerlässlich. Planungen sind im Ansatz vorhanden und werden weitergebracht. Die Bedeutung, vor allem in wirtschaftlicher Hinsicht, die unser Unternehmen für die Stadt Radolfzell hat, rechtfertigt auch deren Einsatz für diesen erfolgreichen Betrieb.

An dieser Stelle darf ich eine angenehme Schuld abtragen, nämlich die, Dank zu sagen. Dank den vielen treuen Stammgästen, die seit Jahren zu uns kommen, den Versicherungsträgern, den verschiedenen Institutionen und Firmen, die uns das Vertrauen schenken und unsere Leistung schätzen. Dank auch den Krankenhäusern, die Patienten nach akuten Erkrankungen im Herz-Kreislaufbereich zur Rehabilitation schicken. Mein Dank gilt aber auch allen Gremien und Entscheidungsträgern, die unsere Arbeit unterstützen und voranbringen. In den umfassenden Dank schließe ich auch ganz besonders die Macher dieser Festschrift ein, die sich viel Mühe gegeben haben.

All das Geschaffene zu erhalten und vor allem aber auch weiter zu entwickeln, ist Ehrgeiz und Aufgabe aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unseres Unternehmens. Jede und jeder trägt an seinem Platz und mit seiner Arbeit zum Gelingen bei. Wir sind ein zukunftsorientiertes und hoch motiviertes Team. Unser Ziel ist, auch in den nächsten Jahrzehnten an der Spitze zu stehen und erfolgreich zu sein. Es ist schön, dabei an verantwortlicher Stelle tätig sein zu dürfen.

Klaus Gretzinger
Kurdirektor und Geschäftsführer

DANK UND ANERKENNUNG

50 Jahre Mettnau-Kur! Wenn das kein Grund zum Feiern ist. Die Kur wurde am 7. Juni 1958 gegründet. Der damalige Bürgermeister Hermann Albrecht hatte diese großartige Idee, die im damaligen Gemeinderat zu Recht Zustimmung fand. Die Sportkur mit dem prägenden Motto „Heilung durch Bewegung" wurde geboren und steuert seitdem auf Erfolgskurs!

Die Mettnau-Kur hat sich nicht nur am Bodensee ein hervorragendes Ansehen erworben; sie hat sich bundesweit einen hervorragenden, medizinischen Ruf erworben. Hohe Qualität, Kompetenz und ein ausgezeichneter Service – diese Schlüsselbegriffe werden in der Mettnau-Kur Tag für Tag mit Leben gefüllt.

Hinzu kommen ganzheitliche und individuelle Betreuung durch Menschlichkeit und fachliches Können. Dies ist der richtige Weg, wie hier mit kranken Menschen umgegangen wird, wie sie betreut und behandelt werden. Der Mensch möchte sich als Mensch behandelt fühlen und Menschen gegenüberstehen, die ihn verstehen. Man kann spüren, dass sich die Patientinnen und Patienten in der Mettnau-Kur wohlfühlen! Die Schwerpunkte der Mettnau-Kur liegen gleichermaßen in den Bereichen Prävention und Rehabilitation sowie der Anschlussbehandlung bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Insbesondere in der Prävention liegt eine große Chance für ein langes Leben in guter Gesundheit und Selbstständigkeit. Es geht aber nicht nur um die Lebensqualität des Einzelnen. Wenn es uns gelingt, die Entstehung chronischer Krankheiten zu verhindern oder sie zumindest frühzeitig zu erkennen, dann besteht die Chance, Kosten in der Behandlung und Rehabilitation zu reduzieren.
Es geht auch darum, eine Kultur der „Reparatur" und der Kompensation durch eine Kultur der vorausschauenden Problemvermeidung zu ersetzen.

Die Mettnau-Kur trägt mit ihrem ganzheitlichen Ansatz wesentlich dazu bei, den dringend notwendigen Bewusstseinswandel in der Bevölkerung zu vollziehen. Dafür gebühren den Verantwortlichen mein Dank und Anerkennung!

Zum 50sten Jubiläum darf ich meine besten Glückwünsche aussprechen und wünsche der Mettnau-Kur und den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern weiterhin viel Erfolg!

Frank Hämmerle
Landrat des Landkreises Konstanz

VOM FLOH IM OHR …

… oder wie der Gedanke an eine Sportkur nach einigen Viertele badischen Weines geboren wurde

(ig) Zugegeben – Bürgermeister Hermann Albrecht war es, der eine Sportkur auf der Mettnau gegen alle Widerstände ins Leben rief und aufbaute. Aber wer brachte ihn eigentlich auf den Gedanken? Darüber ist in der Chronik nichts zu finden. Licht ins Dunkel brachte ein Festvortrag, den der Kieler Professor Dr. L. Weisbecker anlässlich der 20-Jahrfeier der Kur hielt. Er enthüllte, wer wem und wann diesen Floh ins Ohr gesetzt hatte.

Es war an einem Septembertag 1956. An der Aach war Abfischen angesagt. Mehrere Petri-Jünger folgten dem Ruf, warfen die Angeln aus, diskutierten über den richtigen Köder und freuten sich über jeden Fang. Schließlich galt es, den Fischerkönig zu ermitteln. Als die Beute gewogen wurde stand fest: Der Professor aus dem hohen Norden hatte es geschafft. Er war Fischerkönig. Das musste natürlich gefeiert werden – mit einigen Viertele badischen Weines.

Abends in der „Krone" zu Steißlingen traf sich die fröhliche Runde. Dazu zählten Konrad Schwarzwälder nebst Gattin, seine Brüder, einige Fischereifreunde – und ein gewisser Herr Albrecht, der sich zu vorgerückter Stunde als Bürgermeister von Radolfzell entpuppte. Er klagte dem Professor aus Kiel sein Leid, aus dem Kneippkurort in Radolfzell werde nichts, alles ginge zu langsam voran, die Konkurrenz vor allem in Überlingen am See sei einfach zu groß.

Weisbecker hörte sich die Tirade geduldig an und setzte dann seinem Tischnachbar den Floh mit der Sportkur ins Ohr. So etwas gebe es in ganz Deutschland noch nicht und er – Albrecht – solle doch mit dem Pfund Mettnau und ihrer Landschaft wuchern. Weisbecker: „Ich skizzierte ihm kurz, wie ich mir eine solche Kur vorstellte und er biss auf den Köder an." Wie man weiß, hat sich Hermann Albrecht dann mächtig für eine solche sportliche Kur ins Zeug gelegt.

Er glaubte Weisbecker, der als Wissenschaftler und Sportler sehr genau die Entwicklung des modernen Sportes verfolgt hatte und um die Vorbeugung und Behandlung wusste.

Das Bild zeigt (von rechts) den Freiburger Professor Dr. L. Weisbecker, Stadtrat Konrad Dombrowski (von ihm stammt der Spruch „Alles von der Kur für die Kur") und Rosel Albrecht, die Frau des verstorbenen Bürgermeisters Hermann Albrecht. Das Bild stammt vom 13. April 1978.

Der Professor war es denn auch, der im Dezember des gleichen Jahres vor dem Gemeinderat in Radolfzell die Idee wissenschaftlich und praktisch verteidigen musste. Der Rat stimmte zu, nicht zuletzt auch deshalb, weil der damalige Wirtschaftsminister Dr. Veit finanzielle Hilfe versprach. Wie man heute weiß, ist aus dem „Floh" nach 50 Jahren eine gesunde Sportkur geworden, die inzwischen einige Nachahmer gefunden hat. Wenn man will, kann man also mit Fug und Recht sagen, Weisbecker hat 1957 zwar die größten Fische gefangen, Bürgermeister Hermann Albrecht ist aber der wahre Fischerkönig geworden.

DIE KUR HAT KARRIERE GEMACHT

Am 7. Juni 1958 wurde die „Mettnau-Kurstation“ eröffnet – Bürgermeister Hermann Albrecht und Prof. Dr. Ludwig Weisbecker hatte die Idee dazu – in alten Protokollen geblättert

Von Redakteur Wolfgang Eßig

Am 7. Juni 1958 war es geschafft: Die Mettnau-Kur konnte aus der Taufe gehoben werden. Für Radolfzell war es ein denkwürdiger Tag. Würde der Täufling gedeihen und für Radolfzell die gewünschten ach so wichtigen wirtschaftlichen und touristischen Impulse auch wirklich bringen? Eine Frage, welche die Gemüter bewegte und zu kontroversen Diskussionen führte. Schließlich wurde mit dieser neuen Art einer Sportkur absolutes Neuland betreten. Nun, heute nach 50 Jahren weiß man – aus dem zarten Täufling ist ein gesundes Unternehmen geworden, das Karriere gemacht hat und auf das Radolfzell mit Recht stolz sein kann.

Den Stein ins Rollen brachte der damalige Bürgermeister Hermann Albrecht. Er nahm die Idee von Prof. Dr. Ludwig Weisbecker aus Freiburg auf und machte die Kur zu seinem persönlichen Anliegen, das er mit Herzblut verteidigte und mit großer Überzeugungskraft vehement vertrat. Das war keine leichte Aufgabe für ihn, denn neben den Befürwortern gab es nicht wenige Skeptiker, die sich lautstark zu Wort meldeten. Heute sind sie verstummt. Die Mettnau-Kur ist mit den Jahren längst in den Köpfen der Radolfzeller zu „unserer Kur“ geworden.

In den alten Protokollen aus der Gründerzeit ist darüber nichts zu finden. Wer sie liest, muss sich mit eher trockenen Eintragungen zufrieden

Der Gang zum Festakt: Bürgermeister Hermann Albrecht (rechts) geleitet die Ehrengäste Wirtschaftsminister Dr. Veit mit Gattin die Treppe hinunter. Im Hintergrund Dr. Hoffmann, der erste Arzt der Mettnau-Kur.

geben. Aber die wichtigsten Fakten sind natürlich akribisch vermerkt. Nachdem die Idee einer Sportkur soweit gereift war, dass man damit an die Öffentlichkeit gehen konnte, wurden erste Beschlüsse gefasst. So sagte am 10. Januar 1957 der Gemeinderat „Ja" zu dem Vorschlag, den Olympiasieger (1936) Willi Stadel bei der Aufstellung der Pläne mit einzubeziehen.

Am 7. Februar 1957 gab der Gemeinderat grünes Licht: Bürgermeister Hermann Albrecht erhielt den Auftrag, weitere Schritte zur Verwirklichung des „Sportkurortes Radolfzell" zu unternehmen. Der damalige Arbeitsminister Erwin Hohlwegler empfahl dem Gemeinderat, möglichst rasch mit der Verwirklichung des Projektes zu beginnen. In diesen Ruf stimmten auch verschiedene Fachärzte ein. Am 17. Oktober 1957 bildete der Gemeinderat einen wissenschaftlichen Beirat. Ihm gehörten an: Professor Dr. Heilmeyer, Ärztlicher Direktor der Uni Freiburg, als Vorsitzender, Professor Dr. Ludwig Weisbecker als Stellvertreter, Professor Dr. Krainick und etwas später Prof. Dr. Reindell (alle von der Universität Freiburg) und schließlich als Stadtrat Dr. Krieg (Radolfzell).

Neben vielen Fragen wurde natürlich auch der Standort erörtert. Zunächst war er beim Stadion vorgesehen. Am 31. Oktober 1957 beschloss der Gemeinderat jedoch, ihn beim Strandhotel anzusiedeln. Jetzt wurden die Dinge konkret. In der ersten Planungsstufe waren vorgesehen: Der Bau einer Arztstation, der Ausbau des Obergeschoss des Strandcafés als Liegehalle und Verglasung der Terrasse, die Freilegung des Geländes südlich, nördlich und östlich der Stadtgärtnerei nach Maßgabe des vorgelegten Planes für Spiel-, Turn- und Sportplätzen, ferner die Verlegung des Weges zum Mettnau-Aussichtsturm entlang der Grenze zum Naturschutzgebiet und schließlich noch die Kultivierung des Wäldchens hinter der Stadtgärtnerei.

SokanndasKurgeländeaufderHalbinselMettnaueinmalaussehen:BürgermeisterHermannAlbrechterklärtinder GründerzeitineinerSitzungimBürgersaaldesRathausesdiePläneundlöstdamiteinebreiteundheftigeDiskussionaus.

Erster sportlicher Leiter der Kur war Willi Stadel, Olympiasieger von 1936.

DerersteRundgangdurchsTherapiegelände:MinisterDr.VeitundGattin;inderMitte BürgermeisterHermannAlbrecht.ImHintergrunddieGymnastikhalle,vordersichdie vielenGästeversammelthatten,diezurEröffnungderKuraufdieMettnaugekommen waren.

BürgermeisterHermannAlbrecht(rechtsamRednerpult)begrüßtedieFestgästeam 7.Juni1958,andemTag,andemdieSportkuroffiziellinBetriebgenommenwurde. DieFeierwarbewusstsehrschlichtgehalten.DasentsprachdemStilderrustikalen Gründerzeit.

EinermussdenBalldochanstoßen:BürgermeisterHermannAlbrechtgabsichrecht sportlich am Gründungstag der Mettnau-Kur. Da kam Beifall auf.

„Dann wollen wir mal“, sagte sich Minister Veit und stieg die Treppe empor, die auch nach 50 Jahren Kur immer noch eine Erfolgstreppe ist.

Schnappschüsser und um den Festakt bei der Eröffnung des Sportkurortes Radolfzell am 7. Juni 1958: Sie lauschten den Festrednern (obenrechts) Professor Dr. Weisbecker, Rosel Albrechts sowie Wirtschaftsminister Dr. Veit mit Gattin. – Das kalte Büfett konnte sich schon damals sehen lassen. – Ein kleiner Spaziergang im Therapiegelände (oben). – Ganz bei der Sache: Der Singener OB Theopont Diez sowie Oberregierungsrat Wöhrle mit Frau (links).

ANTIKE SCHÖNHEITEN DES SPORTKURORTES 1958

BILD-IMPRESSIONEN AUS DER GRÜNDERZEIT

Rustikal dürftet der treffende Ausdruck sein, betrachtet man diese Bilder aus der Gründerzeit der Kur. Oben die Arztstation (rechts) und die erste Gymnastikhalle auf der heutigen Liegewiese direkt am See. Unten links ein Blick aus eben dieser Halle hinaus auf den See und rechts daneben das bescheidene Badehaus. Geschwommen wurde im See, denn ein Hallenbad gab es noch nicht.

Am 27. Februar 1958 ermächtigte der Gemeinderat Bürgermeister Hermann Albrecht wegen der Besetzung der Kurarztstelle und zur Errichtung einer inneren Abteilung beim Krankenhaus mit Dr. Hoffmann von der Medizinischen Universitätsklinik Freiburg weitere Verhandlungen zu führen. Ferner wurde beschlossen, das Strandhotel in „Kurhaus Mettnau“ umzubenennen.

Ein weiterer wichtiger Schritt wurde am 13. April 1958 getan.
Mit Dr. Hoffmann wurde ein Vertrag über die Betreuung der Kurstation vom 2. Juni 1958 bis 31. Oktober 1958 abgeschlossen.
Am 28. Juli 1958 wurde der Pachtvertrag mit Pächter Alfons Altmann (Strandhotel) nicht verlängert. Am 29. September 1958 wollte der Gemeinderat eine GmbH gründen. Dazu wurde Bürgermeister Weißenberger aus Bad Dürrheim um Rat gefragt. Über die Diskussion dieser Frage wird im Protokoll nichts erwähnt. Fakt ist, dass es zu keiner GmbH kam und die Kur zunächst der Stiftungsverwaltung/ Krankenhaus zugeordnet wurde.

Wie sich die Kur in den letzten fünf Jahrzehnten entwickelt hat und welche Höhen und Tiefen dabei gemeistert werden mussten, darüber gibt die nachfolgende Chronik in Stichworten Auskunft:

1958 bezogen die ersten 59 Gäste der Kur das Strandhotel (rechts oben). Die Arztstation und die Gymnastikhalle (Bild Mitte) sowie das Badehaus (links davon) waren nach heutigen Ansprüchen doch sehr einfach. Das noch kein Hallenbad gab, musste die Gäste – wenn Wassersport angesagt war – zum Schwimmen in den Untersee. Wie auch immer: In mehreren Chronik-Unterlagen kann man nachlesen, dass es den Patienten dennoch sehr gefallen hat und man liest auch darüber etwas, welch guter Geist in der Gründerzeit geherrscht hat.

1957:
Der Gemeinderat der Stadt Radolfzell beschließt die Gründung der Mettnau-Kur. Der damalige Bürgermeister Hermann Albrecht nimmt von Professor Dr. Weisbecker aus Freiburg die Idee auf, eine Sportkur auf der Mettnau aufzubauen. Professor Dr. Weisbecker hat diese Idee dem Gemeinderat wissenschaftlich und praktisch dargelegt.
Zu Beginn der Mettnau-Kur stand Willi Stadel, Olympiasieger 1936, Bürgermeister Albrecht im Sportbereich zur Seite.

1958:
Feierliche Eröffnung der Mettnau-Kur am 7. Juni 1958.
Im ersten Jahr beziehen 59 Gäste das Strandhotel.
Ärztlicher Leiter wird Dr. med. G. Hoffmann aus Freiburg.

1959:
Das Strandhotel wird zum Kursanatorium und steht nur noch den Gästen der Mettnau-Kur zur Verfügung. Dr. Gerold Mauch wird zum Chefarzt ernannt und leitet in Personalunion auch die neu gegründete Innere Abteilung am Krankenhaus Radolfzell.

1965:
Die Mettnau-Kur wird medizinisch eigenständig, die Leitung als Chefarzt übernimmt Dr. Adolf Drews. Mit der Behandlung der ersten Herzpatienten beginnt die kardiologische Rehabilitation auf der Mettnau. Das noch heute gültige Therapiekonzept der Bewegungstherapie in verschiedenen Belastungsstufen wird eingerichtet.
Das Sanatorium Berger (heute Kurpark-Klinik) wird eröffnet, die BfA (heute Deutsche Rentenversicherung Bund) wird Hauptbelegträger.
Die Mettnau-Kur verfügt zu diesem Zeitpunkt über 215 Betten im Sanatorium Berger, dem Kursanatorium, Café Schmid und Privatquartieren. Die Belegungsverträge mit der BfA, verschiedenen Firmen, der Bundeswehr sowie der Polizei ermöglichen eine sichere Weiterentwicklung.

1966:
Radolfzell wird als Kneippkurort anerkannt und führt die Bezeichnung „Kneippkurort Radolfzell-Mettnau".
Die Zahl der Übernachtungen übersteigt 60.000.

1968:
Bürgermeister Hermann Albrecht, der Gründer der Mettnau-Kur, stirbt plötzlich im Alter von 53 Jahren.
Als sein Nachfolger wird Fritz Riester gewählt.

1969:
Mit Wirkung vom 1. Januar 1969 wird die Mettnau-Kur vom Spitalfonds getrennt und als städtischer Eigenbetrieb verselbständigt.
Die Grundsatzentscheidung für den Bau eines Kurmittelhauses fällt.
Josef Rapp, Leiter des Fremden- und Verkehrsamtes, wird als Kurdirektor eingesetzt.

1970:
Baubeginn für das Kurmittelhaus.

1972:
Das Kurmittelhaus wird in Betrieb genommen.
Sauna, Gymnastikhalle, Bewegungsbad und die dazu gehörigen Nebenräume stehen nun den Kurgästen zur Verfügung.

1973:
Die BfA will ihr Bettenkontingent durch eine neue Klinik ausbauen. Der Bau der Kurklinik Mettnau (heute Herz-Kreislauf-Klinik) kann mit städtischen Mitteln nicht finanziert werden. Fabrikant Werner Messmer finanziert 49 Prozent der Gesamtkosten. Die Restfinanzierung erfolgt über die Bakola.
Kauf Sanatorium Berger durch die Kur und Umbenennung in Kurpark-Sanatorium.

30. August 1966: Radolfzell erhält das Prädikat „Kneippkurort". Aus diesem Anlass wurde ein Staffellauf nach Bad Wörishofen arrangiert. Kurdirektor Josef Rapp (links) schickte die Läufer auf die Strecke. Im Vordergrund eine Gießkanne – mehr symbolisch gedacht: Kniegüsse wurden in diesem Moment nicht verabreicht. Wenn schon Kneippkurort, dann auch richtig kneippen, sagten sich diese Kurgäste im „modernen" Sportdress und drehten fleißig einige Runden im Kneippbecken (rechts). Das genaue Aufnahmedatum dieses Bildes ließ sich leider nicht mehr ermitteln. Mit Bewegung im Wasser hat es die Kur schon immer zu tun. Das Bild oben entstand 1972 bei der Wassergymnastik im neuen Kurmittelhaus.

Chefarzt Prof. Dr. Drews (mitte Einzelbild) wurde 1974 Ärztlicher Direktor der Mettnau-Kur.
Im gleichen Jahr ging Kurdirektor Josef Rapp wegen Erreichens der Altersgrenze in den Ruhestand.
Oberbürgermeister Fritz Riester überreichte ihm eine Kachel mit dem Mettnau-Männchen zum Abschied.

PD Dr. Ewald Lönne wurde 1979 Chefarzt der Herz-Kreislauf-Klinik und 1990 Ärztlicher Direktor der Mettnau-Kur.

1974:

Im September wird die neue Kurklinik eröffnet, es stehen jetzt insgesamt 450 Betten zur Verfügung. Gleichzeitig ist das Therapiegelände ausgebaut und diesem neuen Bedarf angepasst worden.
Chefarzt Dr. Adolf Drews wird Ärztlicher Direktor der Mettnau-Kur.
Am 31.10. scheidet Kurdirektor Rapp wegen Erreichens der Altersgrenze aus dem Kurbetrieb aus, Udo Haupt tritt seine Nachfolge an.

1975:

Die Zahl der Betten wird auf insgesamt 390 reduziert. Der Grund liegt in dem steigenden Bedarf an Einzelzimmern. Bisher waren fast alle Zimmer außerhalb der Kurklinik Doppelzimmer. Erstmals kommen über 4.000 Patienten mit über 100.000 Belegungstagen auf die Mettnau.
Dr. Rüdiger Reck wird zum Chefarzt der Kurklinik ernannt.

1976:

Rezession im Kurwesen. Vor allem die Kurklinik ist davon betroffen.
Oberbürgermeister Fritz Riester stirbt im Alter von 42 Jahren.
Die Bürger der Stadt Radolfzell wählen Günter Neurohr zum neuen Oberbürgermeister.

1977:

Willi Stadel wird mit dem Ehren-Ring der Stadt Radolfzell ausgezeichnet.
Von der BfA kommen die ersten Patienten zur Anschlussheilbehandlung nach Herzinfarkt und Herz-Operation in die Kurklinik.
Die Rezession des vergangenen Jahres ist überwunden.

1978:

Die Kurklinik wird angemietet, damit liegen wieder alle Kureinrichtungen in einer Hand.
Privatdozent Dr. Ewald Lönne aus Bad Krozingen wird zum Chefarzt der Kurklinik gewählt.
Das Kursanatorium erhält anlässlich des 20-jährigen Jubiläums den Namen seines Gründers: Hermann-Albrecht-Sanatorium.

1979:

Die Grundsatzentscheidung über eine Erweiterung des Kurmittelhauses fällt. Es werden eine Arztstation, eine Gymnastikhalle und ein Ergometer-Trainingsraum geplant.

BEWEGUNG IST LEBEN

VOM MORGENLAUF BIS ZUR RUDERPARTIE

Bewegung war seit jeher das Motto der Kur. Dazu gehörte der Morgenlauf (oben rechts) ebenso wie eine entspannende Ruderpartie in der Badebucht (unten links) nahe der Liebesinsel. Gymnastik in perfekter Haltung machte der Olympiasieger von 1936, Willi Stadel (oben links), gekonnt vor und unten rechts erklärte sich Kurdirektor Udo Haupt (rechts) mit den Kurgästen solidarisch. Die meisten dieser Bilder entstanden um 1978.

Kurdirektor Udo Haupt verließ 1980 auf eigenen Wunsch die Mettnau-Kur. Er übernahm eine neue Aufgabe in Friedrichshafen. Unser Bild zeigt ihn zusammen mit seiner Frau. Ganz links Frau Honsel, die Gattin seines Nachfolgers.

Das Kursanatorium (einst Strandhotel) auf der Mettnau erhielt den Namen „Hermann-Albrecht". Er war es, der als Bürgermeister die Idee zur Mettnau-Kur verwirklichte. Die Witwe Rosel Albrecht (links) nahm die Namensenthüllung vor. Oberbürgermeister Günter Neurohr überreichte ihr Blumen (10. April 1978).

Von 1981 bis zu seinem Tod im Jahre 1987 leitete Hermann Honsel (rechts) als Direktor die Mettnau-Kur. Hier sehen wir ihn im angeregten Gespräch mit Kreisarchivar Dr. Franz Götz anlässlich des Kurjubiläums 1983.

1980:
Kurdirektor Udo Haupt verlässt auf eigenen Wunsch die Mettnau-Kur. Die Kurklinik wird in Herz-Kreislauf-Klinik umbenannt.

1981:
Hermann Honsel wird zum Kurdirektor bestellt.

1983:
Die Mettnau-Kur feiert den 25. Geburtstag.
Der Anbau am Kurmittelhaus ist fertig gestellt.
Die Herz-Kreislauf-Klinik wird gekauft.
Chefarzt Dr. Ewald Lönne wird Professor.

1984:
Richard Geitner löst Willi Stadel als sportlicher Leiter der Mettnau-Kur ab.

1986:
Chefarzt Dr. Adolf Drews, Ärztlicher Direktor der Mettnau-Kur, wird zum Professor ernannt.

1987:
Kurdirektor Hermann Honsel verstirbt nach längerer Krankheit. Die Amtsgeschäfte werden von Heinz-Peter Schmal kommissarisch geführt.

1988:
Willi Stadel scheidet aus dem Dienst der Städtischen Kurbetriebe aus. Heinz-Peter Schmal wird vom Gemeinderat offiziell zum Kurdirektor bestellt. In dieser Zeit laufen vielfältige Modernisierungsmaßnahmen. Das Haus Sernatinger wird angemietet und von der Mettnau-Kur als Gästehaus umgebaut. Der Gemeinderat beschließt den Anbau eines Diagnostiktraktes an die Herz-Kreislauf-Klinik.

Architekt Hans Frei (links) überreichten nach Fertigstellung des Diagnostik-Traktes und Erweiterung des Speisesaals der Herz-Kreislauf-Klinik an Kurdirektor Heinz-Peter Schmal (rechts) ein Bild.

1989:

Der Diagnostiktrakt an der Herz-Kreislauf-Klinik wird eingeweiht.
Die bisherigen Diagnostikzimmer werden zu Patientenzimmern umgebaut. Es entsteht auch eine Intensiv- und Überwachungsstation. Der Speisesaal der Herz-Kreislauf-Klinik wird erweitert.
Der Gemeinderat beschließt den Bau von zwei Bettenhäusern im Therapiegelände neben dem Hermann-Albrecht-Sanatorium.

1990:

Chefarzt Prof. Dr. Lönne wird zum Ärztlichen Direktor der Mettnau-Kur ernannt.

1988 wurde Heinz-Peter Schmal (links) zum Kurdirektor bestellt. Unser Bild zeigt ihn zusammen mit Architekt Wäschle bei der Schlüsselübergabe der neuen Bettenhäuser und Erweiterung des Speisesaals der Hermann-Albrecht-Klinik.

Baudirektor Ralf Nüsse entwarf das dritte Bewegungsbad für das Kurmittelhaus.

Die Kurpark-Klinik erhält eine Gymnastikhalle. 1993 fiel der Beschluss dazu im Gemeinderat. Noch im gleichen Jahr war erster Spatenstich.

1991:

Die beiden Bettenhäuser vom Hermann-Albrecht-Sanatorium können ihrer Bestimmung übergeben werden und die Planung eines dritten Bewegungsbades ist im vollen Gange. Die Planung eines dritten Bettenhauses mit Küche und Speisesaal wird beschlossen.
Über 5.000 Patienten verbringen mehr als 130.000 Tage auf der Mettnau.
Professor Dr. Adolf Drews geht nach über 26jähriger erfolgreicher Arbeit bei der Mettnau-Kur in den wohlverdienten Ruhestand.
Ohne Frage hat er die Kur entscheidend geprägt. Seine wissenschaftlichen Publikationen waren nicht nur Beleg für den Erfolg des von ihm weiterentwickelten Mettnau-Konzepts in der Prävention und kardiologischen Rehabilitation, sondern auch gleichzeitig Grundlage für die Akzeptanz bei den Kostenträgern. Seine zahlreichen Vorträge haben die Mettnau-Kur auch überregional bekannt gemacht.
Das ärztliche Wirken des Professors erfuhr von vielen Seiten höchste Anerkennung. Der Name Adolf Drews bleibt unauslöschlich mit der Kur verbunden.
Sein Sohn Dr. Stefan Drews tritt als Leitender Arzt im Sanatoriumsbereich Anfang Juli seine Nachfolge an.

1992:

Oberarzt Dr. med. Michael Otto wird zum Leitenden Arzt in der Herz-Kreislauf-Klinik bestellt. Zum 80. Geburtstag von Willi Stadel erfolgt die Umbenennung der großen Sporthalle in Willi-Stadel-Halle.
Im Monat Oktober erfolgt der erste Spatenstich für das dritte Bettenhaus des Hermann-Albrecht-Sanatoriums mit Küche und Speisesaal.

1993:

Im Mai stimmt der Kurausschuss dem Bau einer Gymnastikhalle beim Kurpark-Sanatorium zu. Im November erfolgt der erste Spatenstich.
Im September 1993 wird das 3. Bewegungsbad seiner Bestimmung übergeben. Der Teilabriss des früheren Hermann-Albrecht-Sanatoriums wird beschlossen. In den verbleibenden Räumen wird die Verwaltung untergebracht.

1994:

Einweihung des dritten Bettenhauses mit Speisesaal im Hermann-Albrecht-Sanatorium sowie Inbetriebnahme des Gymnastikpavillons am Kurpark-Sanatorium.

Dr.MichaelOtto,ÄrztlicherDirektorderMettnau-Kur.

1995:

Beschluss des Gemeinderates, dass der städtische Kurbetrieb das Strandcafé zu renovieren hat. Umbau des alten Kiosks in eine Selbstbedienungs-Seeterrasse, Umbau des bestehenden Strandcafés und Umbau des rückwärtigen Wohntrakts in Patientenzimmer (17 Zimmer mit 21 Betten) durch die Kur. Eröffnung der Seeterrasse und des Strandcafés.

Im Dezember 1995 wird durch die Beihilfeverordnung Baden-Württemberg festgelegt, das Wort Sanatorium nicht mehr in der Beihilfeverordnung zu verwenden

Dadurch erhält die Mettnau-Kur den Namen „Medizinische Rehabilitationseinrichtungen der Stadt Radolfzell".

Die beiden Sanatorien werden in Hermann-Albrecht-Klinik und Kurpark-Klinik umbenannt.

1996:

Baubeginn einer Gymnastikhalle bei der Herz-Kreislauf-Klinik.

Im Juli Inbetriebnahme Bettenhaus E der Hermann-Albrecht-Klinik. Ende des Jahres Beginn der Sanierung der Nasszellen in den Zimmern der Herz-Kreislauf-Klinik.

1997:

Kündigung von 85 Vertragsbetten durch die BfA. Durch die 3. Stufe der Gesundheitsreform kommt es zu einem Belegungseinbruch, der durch die Einführung von Pauschalprogrammen abgemildert werden kann. Einweihung der Gymnastikhalle Herz-Kreislauf-Klinik und Abschluss der Sanierung der Zimmer und Nasszellen in der Herz-Kreislauf-Klinik und der Kurpark-Klinik. Einbau einer Sauna im Untergeschoss der Kurpark-Klinik.

Die Uferrenaturierung im Badebereich der Kur ist abgeschlossen. Die störenden Kaimauern sind gefallen. Der Strand geht nun flach von der Wiese her ins Wasser über. Im Mai 2008 wurde der „steinige Einstieg" überbrückt.

Denkwürdiger Augenblick: Architekt Wäschle überreicht an OB Dr. Jörg Schmidt den Schlüssel für die Klinik Seehalde.

Dankbare Gäste hat die Kur oft. Ein gab gar ein tonnenschweres Geschenk: Dr. Rolf Mohr. Er spendierte acht Findlinge aus seiner Kiesgrube für die Parkanlage der Kur.

1998:

Im Oktober feiert die Mettnau-Kur ihr 40jähriges Bestehen.
Ärztlicher Direktor Prof. Dr. Ewald Lönne tritt in den Ruhestand und erhält für seine Verdienste den Ehren-Ring der Stadt Radolfzell. Die von ihm betriebene Weiterentwicklung der kardiologischen Rehabilitation und Anschlussheilbehandlung hat entscheidend zum hohen Ansehen der Herz-Kreislauf-Klinik beigetragen.
Dr. Michael Otto wird zu seinem Nachfolger als Chefarzt der Herz-Kreislauf-Klinik und Ärztlicher Direktor ernannt.
Hermann-Albrecht-Klinik und Kurpark-Klinik werden von den Chefärzten Dr. Stefan Drews und Dr. Detlef Großkurth (bisher Oberarzt) geleitet.
Im Dezember wird der Kauf der Scheffelvilla „Seehalde" besiegelt und mit den Umbaumaßnahmen begonnen.

1999:

Im März verstirbt im Alter von 87 Jahren Willi Stadel.
Im April erfolgt der Bezug der neuen Zimmer in der umgebauten Villa Seehalde. Im Mai/Juni kommt es zum Jahrhundert-Hochwasser auf der Mettnau.

2000:

Die Uferrenaturierung wird abgeschlossen. Beschluss über den Bau einer Klinik mit Therapiehaus auf dem Gelände der Seehalde. Einweihung des Kutscherhauses mit fünf 1- und 2-Zimmer-Apartments.
Die ersten Radolfzeller Qigong-Tage werden unter Leitung von Richard Geitner durchgeführt.
Josef Rapp, der erste Kurdirektor, verstirbt im November.
Die Dach- und Außensanierung des Scheffelschlösschens wird abgeschlossen.

2001:

Die Kur erhält ein tonnenschweres Geschenk. Dr. Rolf Mohr spendet acht Findlinge aus dem Kieswerk bei Steißlingen als Schmuck für die Grünanlagen beim Kurmittelhaus.
OB Jörg Schmidt vollzieht zusammen mit Kurdirektor Heinz-Peter Schmal und Architekt Herbert Wäschle den ersten Spatenstich für die neue Klinik Seehalde.
Das Hotel Café Schmid gegenüber der Herz-Kreislauf-Klinik wird von der Kur gekauft.

2002:

Die Massageräume und die Sauna im Kurmittelhaus werden umgebaut. Außerdem erhält das Kurmittelhaus ein neues Dach.
Die Bürgermeisterwochen kommen in die Jahre: Sie werden zum 25. Mal auf der Mettnau durchgeführt.
Ein Solarboot als „Schwimmende Brücke" nimmt den Pendelverkehr zwischen Hafen und Strandcafé auf.
Die Stelle des neuen Kurdirektors wird ausgeschrieben.

2003:

Unter 48 Bewerbern wird Klaus Gretzinger in das Amt des Kurdirektors berufen. Er galt von Anfang an als Top-Mann. Gretzinger kommt aus Bad Waldsee, wo er ebenfalls als Kurdirektor tätig war. Auf der Mettnau tritt er sein Amt am 1. Mai an.

2003 wurde Klaus Gretzinger in das Amt des Kurdirektors berufen.

Anfang April wird ein besonderes Kapitel Mettnau-Kur geschrieben: Die neue Klinik Seehalde nimmt den Betrieb auf. Sie gilt als das wohl bedeutendste Bauwerk, das in der Amtszeit des (Bau-)Kurdirektors Schmal geschaffen wurde. Am 30. September scheidet Heinz-Peter Schmal als Kurdirektor aus. In Anerkennung seiner Verdienste wird er mit der Bürgermedaille der Stadt geehrt.

2004:

In aller Stille wird hinter dem Scheffelschlösschen ein kleiner Weinberg mit 135 Rebstöcken angelegt.
Die neue Klinik Seehalde erweist sich als Renner. Unter der Prominenz, die dort logiert, befinden sich auch Bundesverteidigungsminister Peter Struck und Bundesminister a. D. Professor Egon Bahr.
Die Zahl der Gäste und Patienten steigt auf über 7.000 pro Jahr.
Die Klinik Seehalde ist jetzt ganzjährig geöffnet. Über den Jahreswechsel findet das Winterhighlight „Kur und Kultur" statt.

2005:

Der langjährige (18 Jahre) und sehr verdiente Verwaltungsleiter der Kur, Klaus Buck, nimmt seinen Abschied. An seine Stelle tritt 2006 Andreas Hennch. Zuvor war er Personalleiter am Krankenhaus in Haar (München).

2006:

Die Kur nimmt erfolgreich an der EMAS-Prüfung teil und wird zertifiziert. Sie ist damit auch im Umweltschutz führend.
Das Kaminzimmer im Scheffelschlösschen wird zum Trauzimmer „umfunktioniert".
Die Zimmer im Haus A der Hermann-Albrecht-Klinik werden neu möbliert. Die Herz-Kreislauf-Klinik erhält einen modernen Brandschutz.
„Kochen ohne Reue", das neue Kochbuch wird von Küchenchef Werner Schönmetzler und seinem Team vorgestellt.

2007:

Professor Dr. Ewald Lönne verstirbt im Alter von 72 Jahren. Fachliches Können und menschliche Wärme zeichneten den langjährigen Ärztlichen Direktor der Kur aus.
Nach langem Leiden stirbt einen Tag vor seinem 64. Geburtstag Udo Haupt. Er war Kurdirektor von 1974 bis 1980.
Der Einbau des Brandschutzes in der Herz-Kreislauf-Klinik ist das Jahr über in vollem Gange. Die neuen Sport-DVDs „In Bewegung bringen und in Bewegung bleiben" werden präsentiert, eine Koproduktion von Sportlehrerteam, Chefarzt Dr. Drews und Sportregisseur Norbert Geis.

2008:

Die Mettnau-Kur feiert ihr 50. Jubiläum. Mittlerweile sind über 200.000 Menschen auf die Mettnau gekommen, die über 5 Mio. Tage hier verbracht haben.
Dr. Stefan Drews tritt die Nachfolge von Dr. Michael Otto als Ärztlicher Direktor an. Er wird dieses Amt im 3-jährigen Wechsel mit Chefarzt Dr. Detlef Großkurth und dem neuen Chefarzt der Herz-Kreislauf-Klinik ausüben.

Diese Festschrift erscheint zum
50. Jubiläum der Mettnau-Kur.
Alte Protokolle bildeten die Grundlage
der Chronik.

Mit vielen weiteren Beiträgen
wurde das Angebot der Kur
transparent gemacht.

Allen Autoren ein herzliches Dankeschön.

Dem Leser wünschen wir
viel Spaß bei der Lektüre.

Die Redaktion

DIE KURDIREKTOREN DER METTNAU-KUR

Josef Rapp (1969 – 1974)

Udo Haupt (1974 – 1980)

Hermann Honsel (1981 – 1987)

Heinz-Peter Schmal (1988 – 2003)

Klaus Gretzinger (2003 –)

DIE ÄRZTLICHE LEITUNG

BEREICH HERMANN-ALBRECHT-KLINIK, KLINIK SEEHALDE, KURPARK-KLINIK

Dr. G. Hoffmann, Leitender Arzt, 1958

Dr. Gerold Mauch, Chefarzt, 1959 – 1965

Professor Dr. Adolf Drews, Chefarzt, 1965 – 1991
Ärztlicher Direktor 1974 – 1989

Dr. Stefan Drews, Leitender Arzt 1991 – 1998,
seit 1998 Chefarzt

Dr. Detlef Großkurth, seit 1998 Chefarzt

DIE ÄRZTLICHE LEITUNG
BEREICH HERZ-KREISLAUF-KLINIK

Dr. Rüdiger Reck, Chefarzt, 1975 – 1978

Professor Dr. Ewald Lönne, Chefarzt, 1979 – 1998,
Ärztlicher Direktor, 1990 – 1998

Dr. Michael Otto, Leitender Arzt 1992 – 1998,
Chefarzt und Ärztlicher Direktor, 1998 – 2008

REHABILITATION: BISHERIGE UND KÜNFTIGE ENTWICKLUNG

Der medizinische Erfolg hat Priorität

Dr. med. Michael Otto

Jubiläen – so auch das 50jährige Bestehen der Mettnau-Kur – sind immer Anlass zu einem Rückblick auf die Anfangsjahre und auch Ausblick auf künftige Anforderungen im Gesundheitswesen. Ich möchte dies unter zwei Schwerpunkten tun: wie konnte in der gesundheitspolitischen Situation und der medizinischen Lehrmeinung des Jahres 1958 ein derart erfolgreiches medizinisches Konzept entstehen, das in den Anfangsjahren eher Außenseiterstatus hatte und: wie kann ein inzwischen medizinisch etabliertes Konzept auch unter den sich ändernden Bedingungen im Gesundheitswesen weiterhin erfolgreich sein.

Die Anfangsjahre der Mettnau-Kur sind in verschiedenen Chroniken und zu unterschiedlichen Jubiläumsjahren mehrfach beschrieben und gewürdigt worden. (Einzelheiten finden Sie an anderer Stelle in dieser Festschrift, die Redaktion)

Im Gemeinderat aber auch im Heilbäderverband gab es Krach und viele Einwände von allen Seiten. Prof. Dr. Weisbecker musste den Gemeinderat mit einem Referat „Leibesübungen als Präventivmedizin" überzeugen, unterstützt durch Turn-Olympiasieger Willi Stadel (dem ersten sportlichen Leiter der Mettnau-Kur), der unterstrich, dass „Leibeserziehung gesund erhalte und die Leistungskraft steigere".

Die Stadt Radolfzell hatte anschließend Widerstände gegenüber dem Bäderverband und dem Kneipp-Bund zu überwinden. Den vorgeschlagenen Begriff „Sportkur" gab es nicht, damit drohte der Ausschluss aus dem (wichtigen) Bäderverband und nur durch die Etablierung der Kneipp-Therapie auf der Mettnau war ein „Kompromiss" für die Anerkennung zu erreichen.

So war es ein letztendlich glückliches Zusammentreffen von organisatorischer und wirtschaftlicher Bereitschaft der Stadt Radolfzell, auf der Mettnau ein neuartiges (und damit zunächst konkurrenzloses) Gesundheitskonzept zu etablieren und den damaligen Erkenntnissen in der Freiburger Medizinischen Klinik und Sportmedizin, dass Sport (und

Ernährung) nicht nur eine wichtige vorbeugende Funktion hat bezüglich des Auftretens von Herzkreislauf-Erkrankungen (Prävention), sondern auch den weiteren Verlauf einer (chronischen) Gefäßerkrankung günstig beeinflussen bzw. therapieren kann (Sekundärprävention). Dieser „Impact" von medizinischer Erkenntnis und der Faszination eines bequemen Lebensstils mit Bewegungsmangel und überproportionaler Ernährung hätte durchaus ins Leere laufen können, wenn da nicht die (anfangs) kleine Schar der Sportbegeisterten gewesen wäre, die nach diesen Möglichkeiten geradezu gesucht hatte.

Das Konzept der Prävention war von Anfang an medizinisch überzeugend, obwohl das aus Sicht der Teilnehmer nicht messbar und nicht sichtbar war. Wie sollte man einen vermiedenen Herzinfarkt „beweisen"? Die Teilnehmer freuten sich in erster Linie über verbesserte körperliche (und in aller Regel auch berufliche) Leistungsfähigkeit, die dazu noch in einer Gruppe von Gleichgesinnten erworben wurde, was Freude machte und Freundschaften schuf.

In der Rehabilitation (Sekundärprävention) hat es Jahre gedauert, bis die Schulmedizin die Erfahrung der Prävention akzeptiert hat. Bis vor 25 Jahren wurden die Ergebnisse der Reha z. T. auch von den Universitäten eher als Folge der Kur- und Bäderlobby angesehen. Man war überwiegend der Ansicht, dass chronische Gefäßerkrankungen wie Herzinfarkt und Schlaganfall annähernd schicksalhaft verlaufen. Das lag vorrangig daran, dass es keine Langzeitstudien gab und vor allem: körperliche Bewegung (und Ernährung) wurden nicht auf Dauer beibehalten, es wurde eher empfohlen, das erkrankte Gefäßsystem zu „schonen".

Heute wissen wir, man ist dem Schicksal einer Gefäßerkrankung im wahrsten Sinne des Wortes nicht tatenlos ausgeliefert. Doch einen Lebensstil konsequent und auf Dauer zu ändern, der auf Genuss und Bequemlichkeit ausgerichtet war, bedeutete Einschränkung von vermeintlicher Lebensqualität und Lebensfreude. (Schon Goethe wusste: Dass von der Welt Besitz er nehme, erfand der Teufel das Bequeme).

Während die Anfangsjahre der Mettnau-Kur also dadurch geprägt waren, das Konzept als wirksam zu etablieren, bestand inzwischen die Aufgabe, diese Wirksamkeit auch „flächendeckend" medizinisch umzusetzen, ergänzend entstanden Gesundheitsschulungsprogramme und ambulante Herzgruppen. Vor etwa 20 Jahren bestand eine „Dreiteilung" der medizinischen Aufgaben: Die Krankenhäuser erledigten die Akut-Medizin, die Rehabilitationskliniken übernahmen die Verlaufs-Diagnostik und die Therapie-Ergänzung für Alltags- und Berufsbedingungen (Anschlussheilbehandlung) und versuchten, durch systematische und überwachte körperliche Betätigung und Gesundheitsschulung dem Patienten die nötige Sicherheit in der Bewältigung einer chronischen Gefäßerkrankung zu geben, die ja auch nicht ohne gewisses vitales Risiko war. Der Hausarzt behielt die weitere Betreuung in seiner Hand unterstützt von ambulanten Herzgruppen, in denen zur Beibehaltung von Bewegung und Ernährung motiviert wurde.

Allerdings war von Nachteil, dass damals die beteiligten Ärzte „eigenverantwortlich" z. T. sehr unterschiedliche Empfehlungen bezüglich gesundheitlicher Verhaltensweise (darf ich fliegen, darf ich schwimmen) und Medikation (welche Medikamente brauche ich wirklich) gaben, was die Patienten eher verunsicherte. Eine deutlich verbesserte Zusammenarbeit und Kommunikation der beteiligten Ärzte und Koordination über ihre Fachverbände unter Einbeziehung der Krankenkassen und Sozialversicherer hat diesen Missstand beendet. Die Standardisierung der Behandlung hat die Langzeit-Ergebnisse dieser Konzeption weiter verbessert und so durch Akzeptanz den Bedarf an Rehabilitations-Plätzen steigen lassen – nicht zuletzt auch durch demographische Entwicklung – doch die allgegenwärtige Kostenbremse hat auch hier dazu geführt, nach der optimalen Kosten-Nutzen-Relation zu suchen.

Während das medizinische Konzept der Reha stand, wurde und wird auch weiterhin versucht, im Rahmen integrierter Versorgung in der Akutklinik, der Reha-Klinik und der Nachsorge beim Hausarzt und ambulanten Herzgruppen die Effektivität und Langzeiterfolge zu steigern und die Kosten zu senken. Die Dauer des Rehabilitationsaufenthaltes wurde verkürzt und flexibilisiert, zudem eine ambulante Rehabilitation am Heimatort eingeführt. Doch ist oft ein Patient, der kurz zuvor eine vital bedrohende Krankheit durchlebt hat und noch unter körperlichen Beschwerden und Schmerzen leidet, überfordert, in noch kürzerer Zeit zusätzlich zur medizinischen Behandlung komprimiert Schulungen und ein körperliches Mobilisationsprogramm zu absolvieren. Zudem: Ist es besser, in Entfernung vom Heimatort eine Rehabilitation mit Versorgung rund um die Uhr zu wählen oder bleibt man eher wohnortnah mit der Möglichkeit zur Rehabilitation von zu Hause im gewohnten sozialen Umfeld?

Dies kann der Patient erfahrungsgemäß nicht selbst einschätzen, sondern er ist auf individuelle Empfehlungen der Krankenhausärzte und Sozialdienste angewiesen, die aufgrund medizinischer Befunde und Risiken und in Kenntnis der Person sicherlich wesentliche Ratschläge geben können. Die enge fachliche und persönliche Zusammenarbeit

von Ärzten und Sozialarbeitern, von Krankenhaus und Reha-Klinik ist für einen möglichst optimalen und anhaltenden Rehabilitationserfolg für den Patienten ausschlaggebend. Insofern ist die Rehabilitation eine zunehmend anspruchsvolle Aufgabe für die Langzeitergebnisse und der Patient muss am Ende der Reha wissen, dass seine Lebensstiländerung nicht nur sinnvoll ist, sondern auch Spaß macht und dass es sich um keine Reduktion sondern eher Optimierung der Lebensgewohnheiten handelt, die einer insgesamt verbesserten Lebensqualität und Prognose zugute kommt.

Während weitgehende Einigkeit über Ziele und Konzepte der kardiologischen Rehabilitation besteht, erfährt die Durchführung immer neue Ergänzungen oder Änderungen, wobei die Kosten-Nutzen-Relation die entscheidende Rolle spielt in stationärer wie ambulanter Rehabilitation in allen Hauptindikationen koronare Herzkrankheit, Klappenerkrankung und Herzschwäche (Insuffizienz). So vorteilhaft und angenehm auch Lage und „Ambiente" einer Klinik für den Patienten ist, der medizinische Erfolg hat Priorität, auch im Vergleich stationäre und ambulante Reha. Stationäre Rehabilitation wird weiterhin vorteilhaft sein für operierte und ältere Patienten bzw. komplexe Krankheitsbilder, die eine kontinuierliche Behandlung brauchen. Jüngere Patienten, die einen komplikationsarmen Verlauf haben und in Ballungsgebieten wohnen, werden in ambulanten Rehabilitationszentren in Großstädten vergleichbar profitieren.

Überlegt wird auch, die stationäre Rehabilitationsdauer weiter zu verkürzen und Schulung und Bewegungsprogramm an den Heimatort zu delegieren. Insbesondere Patienten mit Herzinsuffizienz, für die eine längerfristige, engmaschige Kontrolle besonders wichtig ist, könnten dann weiter in entsprechenden Schwerpunktpraxen (im Sinne eines Desease-Management-Programms) betreut werden. Erste Erfahrungen mit Tele-Medizin sind aus Sicht der beteiligten Patienten, Ärzte und Kostenträger durchaus positiv. Dabei werden in einer kurzen stationären Rehabilitation die Patienten mit der Durchführung und den Geräten einer telemetrischen Überwachung für zu Hause vertraut gemacht, anschließend finden regelmäßige telefonische Kontakte statt. Technisches Verständnis von Seiten der Patienten ist dabei Voraussetzung, im Lauf der Jahre wird dies jedoch weiter wachsen und möglicherweise wird die so jederzeit mögliche Überwachung und Konsultation ein wesentlicher Behandlungsvorteil.

Derzeit ist aus Sicht der Patienten jedoch die kontinuierliche medizinische und persönliche Betreuung durch Ärzte und Schwestern unabdingbar, ergänzt durch die Arbeit der Sporttherapeuten mit erfahrener und motivierender Beaufsichtigung ihrer körperlichen Aktivitäten. Beides haben die Patienten der Mettnau-Kur in den zurückliegenden Jahrzehnten als sehr wohltuend empfunden und erklärt auch den bekanntermaßen hohen Anteil von Patienten, die in regelmäßigen Abständen wieder auf die Mettnau kommen. Die große Erfahrung in Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauf-Erkrankungen auf der Mettnau in Medizin, Bewegungstherapie und Ernährung und engagiertes Personal wirkt sehr motivierend auf die Patienten, auch psychosoziale Effekte (social support) spielen eine nicht unerhebliche Rolle. (Eine Patientin formulierte so: Heilung durch Begegnung). Krankenhäuser wären dafür fehlbelegt und Praxen haben dafür keine entsprechende Kapazitäten. Alles dies sind trotz weiterer Veränderungen im Gesundheitssystem beste Voraussetzungen für die Patienten und die Mettnau-Kur, auch in der Zukunft erfolgreich zu sein im Sinne der Gesundheit.

Dr. Michael Otto, Ärztlicher Direktor

DER SCHLÜSSEL ZUM ERFOLG IST DIE FREUDE AN DER KÖRPERLICHEN AKTIVITÄT

Prävention auf der Mettnau und im Wandel der Gesundheitspolitik

Dr. med. Stefan Drews

Gesundheit, bei jedem Geburtstag und Jahreswechsel oder bei Ehrungen von Jubilaren steht sie an erster Stelle der guten Wünsche. Gesund, aktiv und vital den dritten Lebensabschnitt zu verbringen ist heute eine selbstverständliche Zielvorstellung. Aber es wächst auch das Bewusstsein, dass Gesundheit kein Selbstläufer ist. Auf dieser Grundlage sind neue, prosperierende Wirtschaftszweige entstanden. Unter „Wellness" und „Anti-Aging" sind im Internet Millionen von Einträgen zu finden. Seriöse und leider all zu häufig auch unseriöse Angebote an die 50-, 60- und 70-plus-Generation, die durch den in den Medien propagierten Jugendwahn zusätzliche Nahrung erhalten.

Was gefährdet heute unsere Gesundheit? Das Spektrum der Krankheiten hat sich in den vergangenen hundert Jahren erheblich gewandelt. Mit der steigenden Lebenserwartung sind Krankheiten in den Vordergrund getreten, die in der Regel längere Zeit für ihre Entwicklung brauchen und mit zunehmendem Alter häufiger in Erscheinung treten. Dies gilt insbesondere für die arteriosklerosebedingten Erkrankungen wie Herzinfarkt und Schlaganfall. Es hat sich gezeigt, dass neben nicht beeinflussbaren Faktoren wie Alter und genetischer Veranlagung vor allem der Lebensstil für die Entstehung und das Fortschreiten der Arteriosklerose verantwortlich ist.
In den letzten 60 Jahren hat sich in unserer Konsum- und Genussgesellschaft ein Lebensstil entwickelt, der durch Fehl- und Überernährung, Alltagsdrogen als auch zunehmenden Bewegungsmangel und chronische Stressbelastungen gekennzeichnet ist. Mittlerweile sind in

Deutschland bereits mehr als 50% der Erwachsenen übergewichtig und – was noch alarmierender ist – auch über 15% der Kinder und Jugendlichen. Damit verbunden sind wesentliche Schrittmacher für die Arteriosklerose häufiger geworden: Zuckerkrankheit, Bluthochdruck und Cholesterinerhöhung.

Auch weitere Folgen unseres Lebensstils sind von großer ökonomischer Bedeutung. Rückenschmerzen, begünstigt durch Bewegungsmangel und Übergewicht, sind die häufigste Ursache von Arbeitsunfähigkeit und vorzeitiger Berentung. Stressbedingte Erschöpfungszustände bis zum „Burnout" haben enorm zugenommen. Selbst einige Tumorerkrankungen treten bei Übergewichtigen häufiger auf.

Nicht zuletzt unter dem Aspekt der Stabilisierung der sozialen Sicherungssysteme ist die Prävention und Gesundheitsförderung in den letzten Jahren in den Fokus des gesundheitspolitischen Interesses gerückt. Die demographische Entwicklung mit Anstieg des Altenquotienten, die Erhöhung des Renteneintrittsalters bei zunehmender Arbeitsunfähigkeit im 5. Lebensjahrzehnt und die soziale Ungleichheit von Gesundheitschancen lassen Public-Health-Strategien notwendig werden.

Im Juli 2002 wurde auf Initiative der Gesundheitsministerin das Deutsche Forum Prävention und Gesundheitsförderung ins Leben gerufen, in dem mittlerweile über 60 Verbände und Institutionen vertreten sind. Ein Präventionsgesetz ist in Vorbereitung und von den Spitzenverbänden der Krankenkassen wurde bereits ein Leitfaden für Prävention erarbeitet. Neben der individuellen soll auch die betriebliche Gesundheitsförderung verstärkt werden.

Prävention (von praevenire = zuvorkommen) bezeichnet in unterschiedlichen Handlungsfeldern die Verhütung unerwünschter künftiger Ereignisse und Entwicklungen. Der Begriff wurde in den 1950er Jahren in die Medizin eingeführt und umfasst die Vermeidung von Krankheiten (primäre Prävention), die Früherkennung z. B. im Rahmen der Krebsvorsorge (sekundäre Prävention) als auch die Verhinderung von Spät- und Folgeschäden vorhandener Erkrankungen, die zu Behinderung und Teilhabeverlust führen (tertiäre Prävention).

Dass Prävention medizinisch und ökonomisch erfolgreich sein kann, ist belegt. Ein nationales Präventionsprogramm hat in Finnland die Sterblichkeit an Herz- und Gefäßkrankheiten in 25 Jahren um 65% gesenkt. In unserem Land konnten Arbeitsunfähigkeit und vorzeitige Berentung durch gezielte Rückenprogramme vermindert werden. Dennoch hatte und hat die Primärprävention hierzulande viele Hürden zu nehmen. So war in der Vergangenheit nicht die Vorsorge, sondern die Therapie von Krankheiten der primäre Auftrag der Krankenversicherungen.

Auch in der medizinischen Ausbildung führte die Prävention lange ein Schattendasein. Und letztlich sind Barrieren seitens des einzelnen Menschen zu überwinden. Risikofaktoren machen lange Zeit keine Beschwerden. Ohne Leidensdruck wird kein Handlungsbedarf verspürt. Unterstützung findet diese Einstellung durch den immensen Fortschritt der kurativen Medizin, der zu einer Reparaturphilosophie geführt hat. Und die subjektiven Wertevorstellungen von Lebensqualität decken sich durchaus nicht immer mit einem gesunden Lebensstil. Gut essen und trinken ist nicht nur ein wichtiger Teil unserer Kultur. Als Belohnung für das geleistete Tagewerk hat es für viele einen deutlich höheren Stellenwert als körperliche Aktivität, zumal wenn man sich durch die alltäglichen Belastungen zunehmend erschöpft fühlt. Das steigende Übergewicht erweist sich dabei als zusätzlicher Motivationskiller.

Doch ohne die Eigenverantwortung des Einzelnen lässt sich effektive Prävention nicht umsetzen. Die dazu notwendigen Informationen werden zunehmend auch über die Medien verbreitet. Viele ziehen sich dennoch in eine passive Konsumentenrolle zurück. Es ist ja auch einfacher, sich einige „Anti-Aging-Pillen" einzuwerfen, als den Trainingsanzug anzuziehen und das Trägheitsgesetz des eigenen Körpers außer Kraft zu setzen. Es müsste eigentlich „Pro-Aging" heißen. Was kann ich für mein Alter tun, um mein Leben auch weiterhin in vollen Zügen genießen zu können? Wie investiere ich sinnvoll in meine gesundheitliche Zukunft?

Was heute unter dem Kostendruck zentrales Thema der Gesundheitspolitik ist, wurde bereits in den vergangenen Jahrzehnten auf der Mettnau etabliert. Aus der Idee entstand schon in den 1960er Jahren ein medizinisches Konzept, das unter Einbeziehung neuer Erkenntnisse kontinuierlich weiter entwickelt wurde. Prävention ist neben der Rehabilitation seit langem fester Bestandteil und tragende Säule unseres Unternehmens. Bewegung – Ernährung – Entspannung – In-

formation sind die Elemente auf dem Weg zu einem neuen, positiven Körpergefühl und neu gewonnener Leistungsfähigkeit. Das Ambiente der herrlichen Bodenseelandschaft bietet den optimalen Rahmen, den Alltag hinter sich zu lassen, Kraft zu tanken und sich neu zu orientieren.

Das Gründungsmotto „Heilung durch Bewegung" ist ergänzt worden: „Bewegung ist Leben", Lebensqualität auch für den Gesunden. Der Schlüssel zum Erfolg ist die Freude an der körperlichen Aktivität, die entscheidende Grundlage für Motivation auch im Alltag. Unser Programmangebot ist im Laufe der Zeit durch zahlreiche neue Facetten immer reichhaltiger und damit attraktiver geworden, dank der Kreativität und des Ideenreichtums unseres Teams. Für jedes Alter, jede Leistungsfähigkeit und jede Neigung gibt es eine Vielzahl an Möglichkeiten, den eigenen Körper zu fordern und fördern. Beratung des Arztes ist hier genauso gefragt wie das Einfühlungsvermögen des Therapeuten.

Auf der Basis einer sorgfältigen medizinischen Diagnostik lassen sich Leistungsfähigkeit und potentielle Probleme gut einschätzen, Grundlage für eine angemessene Belastungsintensität. Das Risiko für eine Herz-Kreislauf-Erkrankung lässt sich dank moderner Computerprogramme besser bestimmen, Strategien für gezielte Interventionen können präzisiert werden. Stressbelastung ist durch neue Auswertesysteme messbar geworden. Nicht immer stimmen Befinden und Befund überein, Gefahrenpotentiale äußern sich häufig nicht in Beschwerden. Alterstypische Defizite wie Koordinationsstörungen machen sich oft erst bei den unterschiedlichen, zum Teil ungewohnten körperlichen Aktivitäten bemerkbar.

Dabei ist dosiertes Training und nicht sinnloses Powern angesagt. In unserer leistungsorientierten Gesellschaft fällt es vielen nicht leicht, die individuellen Grenzen zu akzeptieren. Das eigene Leistungsvermögen wird oft überschätzt. Motivation durch die Sportlehrer und Gruppendynamik helfen vor allem zu Beginn, Trägheit zu überwin-

den. Ebenso die ersten Erfolgserlebnisse, wenn die vielleicht zunächst engen Grenzen schrittweise erweitert werden. Mit hoher Kompetenz und großem Engagement werden nicht nur geeignete Bewegungsformen, sondern vor allem auch der Spaß daran vermittelt. Jeder Sportlehrer und Physiotherapeut hat seine Fangemeinde unter den „Wiederholern", Ausdruck des Danks und der Anerkennung unserer Gäste.

Mit der zunehmenden Leistungsfähigkeit schwinden Unsicherheiten und Ängste. Aus dem neuen Körpergefühl wird Selbstvertrauen geschöpft, die Alltagsbelastungen besser zu meistern. Damit ist Bewegung auch ein wesentlicher Aspekt, um innere Ruhe und Ausgeglichenheit wieder zu erlangen. Und schon allein die landschaftliche Umgebung ist ein unvergleichlicher Stimulus für die seelische Balance. Unterschiedliche Massageanwendungen und Entspannungstechniken können unterstützend eingesetzt werden. Psychologische Hilfestellung wird angesichts der Belastungen in unserer Arbeitswelt noch an Bedeutung zunehmen. Im Rahmen des ganzheitlichen Ansatzes der Mettnau-Kur kommt als alternative Behandlungsmethode auch die Traditionelle Chinesische Medizin zum Einsatz.

Das Thema Ernährung wird von vielen als Dilemma zwischen Lust und Frust empfunden. Gesundes Essen und Genuss sind dabei kein Widerspruch, wie manches Vorurteil Glauben machen möchte. Die Zahl der heute auf dem Markt angepriesenen Diäten ist unüberschaubar geworden. Wir machen keine spezielle Philosophie aus diesem Thema, denn ein Patentrezept für alle gibt es nicht. Für den Einzelnen gilt nicht, all seine Eßgewohnheiten über Bord zu werfen – es wäre eine unrealistische Vorgabe. Keine Crash-Diät, sondern gezielt an einigen Punkten das Ernährungsverhalten ändern, bewusst essen und genießen ohne Zwang und schlechtes Gewissen. Qualifizierte Beratung individuell oder in der Gruppe als Teil des Gesundheitsschulungsprogramms dient vor allem dem Aspekt der Nachhaltigkeit.

Lebensstiländerungen sind abseits von den Alltagsbedingungen oft einfacher auf den Weg zu bringen, ohne Ablenkung durch berufliche und private Beanspruchungen. Voraussetzung ist eine entsprechende Umgebung, eine Wohlfühlatmosphäre. Insofern war und ist auch künftig die infrastrukturelle Weiterentwicklung unserer Kliniken ein wichtiger Erfolgsfaktor, nicht nur für das Unternehmen, sondern auch für den Aufenthalt jedes einzelnen Gastes. Entscheidend wird das Ambiente durch die Mitarbeiter geprägt, denen an dieser Stelle großes Lob und Dank gebührt. Neben der fachlichen Kompetenz wird von unseren Gästen bei spontanen Kommentaren an erster Stelle die außerordentliche Freundlichkeit in allen Arbeitsbereichen herausgestrichen.

Die Mettnau-Kur hat in den vergangenen 50 Jahren mit der Prävention einen Weg beschritten, der durch die aktuelle gesundheitspolitische Entwicklung bestätigt wurde und neue, positive Impulse für die Zukunft erhalten hat. So werden bei uns im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung bereits seit 1999 Firmenprogramme durchgeführt. Angebote in Zusammenarbeit mit Krankenkassen entsprechend dem Präventionsleitfaden sind hinzu gekommen. Der reiche Erfahrungsschatz ist eine hervorragende Basis und sollte Verpflichtung und Ansporn zugleich sein, auch in Zukunft die Entwicklung mit einem motivierten Team voran zu treiben.

TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN (TCM)

Mit Hilfe der „TCM" lassen sich Störungen der inneren Harmonie erkennen – die Mettnau-Kur bietet spezielle TCM-Wochen an

Von Dr. Achim Witzel

Seit der Behandlung der ersten Patientin im Mai 2002, der damals die auf der Mettnau neue Behandlungsmethode der Akupunktur angeboten werden konnte, hat sich die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) auf der Halbinsel fest etabliert. 578 Patienten und Gäste – viele davon Wiederholer, die sich auch bei erneuten Aufenthalten behandeln ließen – wurden in den letzten 5 Jahren komplementär zur Schulmedizin therapiert, ergänzt durch ca. 45 Patienten, denen im Rahmen der mehrwöchigen kombinierten Trauma- und Schmerz-Therapie die TCM als integrierte Behandlungsart helfen konnte; letzteres „KPTS"-Programm findet in Zusammenarbeit mit der nahen psychologischen Praxis am See (Fr. Dr. A. Schrodt et.al.) statt.

In ca. 40% der Fälle liegt der Behandlung führend eine psychovegetative Erschöpfung oder auch ein „Burnout-Syndrom" zugrunde, häufig geht es dabei um Schlafstörungen. Die überwiegende Zahl der übrigen Behandlungen beziehen sich auf akute oder chronische Schmerzsyndrome, z. B. bei Halswirbel- oder Lendenwirbelsäulen-Beschwerden, Tennisellenbogen oder Schulter-Arm-Problemen. Weiterhin werden u. a. Migräneleiden, Nasennebenhöhlenbeschwerden sowie Tinnitus therapiert oder ein Nikotinentzug begleitet. In einigen Fällen geht es auch „nur" um die Anamneseerhebung mit Zungen- und Pulsdiagnostik, um als Standortbestimmung Aufschluss über die persönliche „innere Harmonie" zu erhalten oder eine Beratung bezüglich der therapeutischen Möglichkeiten der TCM – viele Patienten haben jahrelange schulmedizinische Therapien hinter sich, ohne einen zufriedenstellenden Erfolg zu verspüren.

Neben praktischen Empfehlungen zur Lebensführung und z. T. auch nur einer ersten Anleitung zur gebotenen Ernährung (Diätetik) für das spezielle Bild beim Patienten konnten und können bei gewünschter Therapie nach TCM-Kriterien etwa 80% der Gäste und Patienten akupunktiert werden; bei 10% kommen Kombinationstherapien aus Akupunktur und Kräutertherapie zur Anwendung, 10% werden vorwiegend oder ausschließlich mit Kräutern behandelt.

Das Interesse seitens der Gäste und Patienten ist erfreulicherweise ungebrochen hoch und in den letzten Jahren sogar eher steigend, und so konnte 2007 zum dritten Mal eine ausgebuchte spezielle „TCM-Woche" für Interessierte angeboten werden. In dieser ist es möglich, neben Kennenlernen und regelmäßigem Absolvieren von Taijiquan/Qigong sowie chinesischer Massagetechniken in Form von Vorträgen Einsicht in die Denk- und Funktionsweise der TCM zu geben; zugrunde liegt der TCM-Woche das auf vielen Ebenen angreifende Bewegungsprogramm der Mettnau – auch in der TCM wird der Therapiemöglichkeit „Bewegung" sehr viel Raum gegeben, mit eigenen Schwerpunkten. Dem Thema Taijiquan/Qigong wird in dieser Festschrift noch an anderer Stelle Raum gegeben (vgl. den Beitrag des leitenden Sportlehrerers der Mettnaukur, Richard Geitner).

Die Erfolge lassen sich sehen und entsprechen mindestens denen der in verschiedenen zur klinischen Wirksamkeit der Akupunktur durchgeführten Studien – auch deutschen – nachgewiesenen. Ca. 80% der Gäste und Patienten konnten eine klinische Verbesserung verzeichnen, z. T. bis hin zur Beschwerdefreiheit (ca. 30%), bei zwei Patienten kam es zu einer Erstverschlimmerung, bei 20% der Behandelten trat während des dreiwöchigen Behandlungsverlaufs im Rahmen des Aufenthaltes keine Veränderung ein. Generell konnten Adressen an die Hand gegeben werden, um eine Erst- oder Folgetherapie heimatnah zu vermitteln; hierzu wird prinzipiell eine Dokumentation eventuell genutzter Akupunkturpunkte bzw. der verordneten Kräuterrezeptur mitgegeben.

Langfristig erscheint uns die TCM vielfältig ausbaufähig. So wird, um nur einen ureigenen Mettnau-Aspekt herauszugreifen, u. a. dem Thema Prävention in der Schulmedizin zunehmend auch seitens der Gesundheitspolitik Rechnung getragen, und gerade hier kann die TCM einen großen Beitrag leisten: in der Früherkennung von Störungen der inneren Harmonie, zum Teil Monate und Jahre, bevor sich manifeste Erkrankungen entwickeln; in der Anwendung diätetischer Erkenntnisse nach TCM, als Grundlage eines gesunden Lebens; im Praktizieren einer „sanften Behandlung" in Krankheitsvorstufen, noch ohne Medikamente, möglicherweise diese weitere Stufe damit langfristig hinausschiebend oder vermeiden könnend.

THERAPEUTISCHE MÖGLICHKEITEN

Behandelbare Erkrankungen und unterschiedliche Heilmethoden

In der Chinesischen Medizin wird der Mensch als Einheit von Körper, Geist und Seele betrachtet; sie beruht auf einer Jahrtausende alten Volksmedizin, der eine zutiefst philosophische Sicht des Lebens zugrunde liegt. Grundlage für die Gesundheit ist nach diesem Verständnis ein harmonischer Gleichgewichtszustand zwischen den gegensätzlichen Kräften Yin und Yang. Sie stehen z. B. für Gegensätze wie kalt und warm, feucht und trocken, leer und voll, passiv und aktiv, und bilden nur gemeinsam ein vollkommenes Ganzes. Von ihnen auch wird die Lebensenergie, das Qi, hervorgebracht, das beim gesunden Menschen frei und ungehindert zu fließen vermag und sich mithilfe bestimmter Leitbahnen, der Meridiane, im ganzen Körper verteilt.

Die Meridiane, auf denen die Akupunkturpunkte liegen, ziehen zum einen durch die äußeren Körperschichten und die Muskulatur, sind jedoch im Weiteren auch bestimmten Organsystemen zugeordnet, worin sich die Verbindung zwischen dem Außen und Innen findet.

Sind Yin und Yang im Gleichgewicht, so fließt die Lebensenergie gleichmäßig und harmonisch: Der Mensch ist gesund an Körper, Geist und Seele. Kommt es zu einem Ungleichgewicht, einer Schwächung oder Blockade von Yin und Yang oder des Qi, z. B. durch äußere oder innere dysharmonierende Kräfte, auch emotionaler Natur, oder durch Eindringen äußerer krankmachender Faktoren, wie Krankheitserreger, so kann das Qi nicht mehr frei fließen: Der Mensch fühlt sich nicht mehr im Gleichgewicht. Es entsteht ein Unwohlsein und letztlich Krankheit. Die Traditionelle Chinesische Medizin und die aus ihr abgeleiteten verschiedenen Therapiemöglichkeiten haben alle gemeinsam zum Ziel, Yin und Yang wieder in ihr Gleichgewicht bzw. das Qi zum freien Fließen zu bringen.

Während die schulmedizinische Diagnostik sich zum großen Teil technischer Hilfsmethoden bedient, wie Laboranalysen, Ultraschall oder Röntgenbilder, so steht vor einer TCM-Behandlung die fundierte Diagnostik in Form einer ausführlichen Anamnese und des Nutzens der fünf Sinne, vor allem des Betrachtens, z. B. der Zunge, und Tastens, z. B. des Pulses, um die uns innewohnenden Kräfte und deren Ungleichgewicht zu erkennen.

Bei seiner Untersuchung wird jeder ausgebildete TCM-Arzt zunächst ernsthafte Erkrankungen ausschließen, die möglicherweise schulmedizinisch behandelt werden sollten. Die TCM ist, ebenso wie die Schulmedizin, nicht allmächtig, sondern sollte als komplementäre Medizinlehre betrachtet werden; sie eignet sich ganz allgemein besonders für chronische Erkrankungen. Generell sind die Indikationen für eine Anwendung der TCM vielfältig.

Die wichtigsten und gängigsten Krankheitsbilder:

- Schmerzzustände aller Art
- Allergien und Hauterkrankungen
- Asthma und andere Lungenerkrankungen
- Herzerkrankungen und Herz-Kreislauf-Beschwerden
- Grippale Infekte oder chronische Infektanfälligkeit
- Magen- und Darmerkrankungen
- Frauen- und Wechseljahresbeschwerden
- Blasenentzündungen
- Schlafstörungen
- Chronische Müdigkeits- und Erschöpfungssyndrome
- Depressive Verstimmungen
- Funktionelle Störungen

Dazu kennt die TCM, je nach Schwerpunkt des Therapeuten, im Wesentlichen fünf unterschiedliche Heilmethoden (u. a.),

Akupunktur: Ohr- und Körperakupunktur, verschiedene Nadeltechniken, auch mit Moxibustion, dem Erwärmen von Akupunkturpunkten durch Abbrennen von Beifußkraut.

Phytotherapie: Behandlung mit chinesischen Heilkräutern, vornehmlich als Abkochungen – Hier konnte in den letzten Jahren eine vorbildliche Zusammenarbeit mit der Ratoldus-Apotheke in Radolfzell etabliert werden. Zu beachten sind bei dieser Form der Therapie z. T. fehlende Qualitätsstandards chinesischer Kräuter, hinsichtlich Toxizität (Giftigkeit – u. a. Schadstoffbelastung) und Wirkstoffmenge. Natürlich werden bei uns nur qualitativ sehr hochwertige Phytotherapeutika verwendet und von der Apotheke kunstfertig zubereitet.

Tuina-Massage: Reizen von Akupunkturpunkten und Meridianen durch Massagetechniken.

Qigong: Atem-, Bewegungs- und Meditationsübungen als „Arbeit mit dem Qi" (hier sei auf die seit acht Jahren in Folge stattfindenden Radolfzeller Qigong-Tage und deren Erfolg verwiesen, auf der Mettnau vertreten durch den sportlichen Leiter der Mettnau-Kur, Richard Geitner).

Diätetik: Ernährungstherapie; eine der Konstitution des Körpers nicht angemessene Art der Ernährung ist nach Sicht der TCM eine der Mitursachen eines energetischen Ungleichgewichts und von Krankheiten. Andererseits bedient sich die TCM eines ganzheitlichen Ernährungssystems zur Therapie von Erkrankungen, in dem Nahrungsmittel nach sehr differenzierten Kriterien eingeteilt und als Grundlage der meisten anderen Therapien eingesetzt werden.

Dr. med. Achim Witzel

geboren 1965; Internistischer Facharzt 1999, Zusatzbezeichnung „Kardiologie" und „Diabetologie (DDG)". Studiengang „Traditionelle Chinesische Medizin und Akupunktur" an der Universität Witten-Herdecke, 1996 – 1999; Ausbildung am „Institute of Acupuncture and Moxibustion, China Academy of TCM" – WHO-Collaborating Centre for TCM in Peking (China), Phytotherapie-Ausbildung bei der Arbeitsgemeinschaft für klassische Akupunktur und TCM; Mitglied der Deutschen Wissenschaftlichen Gesellschaft für TCM, Mitglied der Arbeitgemeinschaft für Klassische Akupunktur und TCM.

IN GANZ DEUTSCHLAND BEKANNT: DIE „RADOLFZELLER QIGONG-TAGE“

Chinesische Heilgymnastik und Bewegungsmeditation als fester Bestandteil der zahlreichen Mettnau-Aktivitäten

Von Richard Geitner

Anfangs belächelt und als auf die westliche Kultur nicht übertragbar angesehen, mussten auch die hartnäckigsten Skeptiker ihre Meinung revidieren und die mehrere tausend Jahre alte chinesische Heilmethode anerkennen. Ja und dann – erst einmal „reingeschnuppert“ – wurden viele zu treuen Verfechtern und Anhängern dieser methodischen Arbeit mit der Lebensenergie „Qi“. Auf der Suche nach geeigneten Konzepten bin ich in den 90iger Jahren auf diesen traditionellen chinesischen Zugang der Gesunderhaltung gestoßen. Seither war es mein Bestreben, neue (alte) Aktivitäten allen Altersgruppen nahe zu bringen, sowohl den organisch gesunden, als auch schwer kranken Menschen.

1994 bis 1995 hatte ich während meiner Ausbildung zum Taiji-Lehrer eine Vielzahl von Anregungen erhalten, um neue Formen ins Bewegungsprogramm der Mettnau-Kur aufzunehmen. Seit 1996 wird zweimal in der Woche dem Gast für jeweils 1 Stunde Qigong und Taijiquan angeboten. Dabei geht es in erster Linie darum, Interesse zu wecken für die vielfältigen Formen und Möglichkeiten, die in dieser chinesischen Heilgymnastik stecken.
Langsame, ruhige, runde und fließende Bewegungen ohne Kraftanstrengung, gut dosier- und kontrollierbare Einheiten waren die Maxime für die Integration in das Mettnau-Konzept „Heilung durch Bewegung“ – „Bewegung ist Leben“. Kleine, schnell erlernbare und in sich abgeschlossene Bewegungen stehen im Mittelpunkt, einzelne Bilder aus der „Kampfkunst“ Taijiquan ergänzen den Unterricht und so ganz nebenbei werden Grundzüge bzw. Grundbegriffe und theoretisches Hintergrundwissen aus der TCM vermittelt. Qigong reguliert Atmung, Vorstellungskraft und Bewegung und stellt somit eine ganzheitliche Methode dar, den Menschen umfassend zu aktivieren.

Richard Geitner, sportlicher Leiter der Mettnau-Kur – Qigong- und Taiji-Lehrer

Im Herbst 1996 kam es glücklicheweise zu einer zufälligen Begegnung mit Prof. Ding Hongyu – einem chinesischen Qigong- und Taiji-Lehrer aus Nanjing in Zentralchina – der während eines Deutschlandaufenthaltes geeignete Institutionen suchte, um seinen Qigongunterricht einem interessierten Publikum vorzustellen. Prof. Ding war über 40 Jahre als Qigong- und Taiji-Professor an der Universität Nanjing tätig, hatte viele Lehrkräfte der Universität Oldenburg bei sich als Schüler und konnte durch sein anmutiges „Wildgans Qigong", das in einer ZDF-Sendereihe vorgestellt wurde, eine große Öffentlichkeit für die traditionelle chinesische Kultur überzeugen. Schon im ersten Jahr wurden Qigong-Seminare für Mettnau-Gäste und Öffentlichkeit organisiert. Mit Prof. Ding hatte ich natürlich auch einen Lehrer ersten Ranges, der mich in meinem Streben nach – für den Mettnau-Gast geeigneten – Qigong-Formen tatkräftig unterstützte. Medizinisches Qigong des modernen China, aber auch alte traditionelle Formen des Qigong und Taijiquan wurden auf der Mettnau etabliert und fanden viele Anhänger und Freunde. Das „Herz-Qigong", das ich mit Prof. Ding Hongyu auch als Video/heute DVD aufnehmen durfte, war und ist immer noch ein Riesenerfolg.

Prof. Ding und Richard Geitner (von links) haben Qigong in Radolfzell „salonfähig" gemacht. Die Radolfzeller Qigong-Tage sind inzwischen ganz Deutschland bekannt. Die abendlichen Übungen im Park (ganz oben) haben eine richtige Fangemeinde.

Seit dem Jahr 2000 präsentieren die Mettnau-Kur und Prof. Ding Hongyu die inzwischen in ganz Deutschland bekannten „Radolfzeller Qigong-Tage".
Mehrere tausend Gäste, ehemalige Mettnau-Gäste, deren Freunde und die interessierte Öffentlichkeit im Großraum Radolfzell nahmen bei den bisher mehr als 100 Seminaren teil. Ziel der regelmäßigen wöchentlichen Veranstaltungen und der Seminare im Sommer ist es, die

geistige Kraft zu mobilisieren, die Atmung zu regulieren, die inneren Abwehrkräfte zu wecken und natürliche Bewegungsprinzipien dem gestressten und gehetzten Menschen von heute wieder nahe zu bringen. Ohne die Unterstützung der Kurdirektion und der Medizinischen Abteilung wäre die Vielfalt unserer Bewegungstherapie um einiges ärmer.

Mit der Einstellung von Dr. Achim Witzel, als Kardiologe, Diabetologe und Spezialist für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM), wurde auf der Mettnau endgültig eine Brücke zwischen westlicher Schulmedizin und fernöstlicher traditioneller Medizin geschlagen.
Auch meine berufliche Entwicklung ging mit der Ausbildung zum Qigong-Lehrer weiter und rundete meinen Werdegang zunächst ab, wobei jährlich weitere Fortbildungen geplant und dazu angetan sind, unsere Mettnau-Gäste weiter zu informieren und abwechslungsreich und fundiert zu unterrichten.
Seit 2005 wird eine Gesundheitswoche „TCM" angeboten, bei welcher der Gast intensiv Theorie (Dr. Achim Witzel, Sonja Thomen) und Praxis (Richard Geitner) der verschiedenen Säulen der TCM neben den Highlights der traditionellen Mettnau-Kur-Schwerpunkten kennen lernen kann. Im Jubiläumsjahr 2008 werden die 9. Radolfzeller Qigong-Tage zum ersten Mal ohne Prof. Ding Hongyu (75 Jahre) stattfinden und es ist mir eine Ehre und Verpflichtung zugleich, diese Tage der Begegnung verschiedener Kulturen organisieren und durchführen zu dürfen.

Links: Jede Menge „Zaungäste": Das Interesse an Qigong ist ausgeprägt und wächst weiter.
Da staunt selbst Scheffels Büste: Qigong vor dem Schlösschen (oben). Prof. Ding (rechts) macht es vor. Seine kritischen Zuschauer sind Richard Geitner und Dr. Achim Witzel (von links).
Präsentieren das Programm der Presse: Richard Geitner und Prof. Ding im Kaminzimmer des Scheffelschlösschens.

PULLT AN …

Rudern vor traumhafter See-Kulisse – Drei Gigs stehen bereit

(ig) Rudern ist ein Ausdauersport, der in nahezu allen Altersstufen erlernbar ist. Er erfordert neben Ausdauer auch Kraft, Ruhe, Gleichgewicht, Teamgeist und Konzentration. Dies sind Eigenschaften, die in der Sportkur gefördert werden. „Warum also nicht auch Rudern in das Sport-Programm aufnehmen?", sagten sich einige Ärzte und Sportlehrer auf der Mettnau. Gesagt, getan!

Drei Gigs (ein Zweier mit Steuermann und zwei Vierer mit Steuermann) wurden angeschafft und Ende 2004 auf die Namen der Radolfzeller Hausherren Theopont, Senesius und Zeno getauft. Gigs werden vornehmlich als Wanderruderboote oder als Lern- und Übungsboote eingesetzt. Die Anschaffung war ein voller Erfolg. Immer mehr Gäste der Mettnau nehmen vor allem in den Sommermonaten dieses Angebot an und belegen einen der Kurse.

Diese bauen auf einem durchdachten Schema auf. Zunächst werden die Teilnehmer mit den Booten vertraut gemacht. Dann ist das Üben der Balance angesagt („nur nicht gleich ins Wasser fallen") und schließlich das „vorwärts Rudern" (auch das will gelernt sein) und die Bootsmanöver. Das richtige Steuern kommt noch hinzu. Untergebracht sind die Boote in der Halle des Ruderclubs „Undine", dessen Gebäude ja zugleich auch eine Dependance der Kur ist.

Seit 2005 gibt es nun dieses neue Sportangebot. Von den Ärzten war von Anfang an begrüßt worden, dass das Aktivprogramm damit auch auf der Therapiefläche „Wasser" stattfindet und dies noch dazu vor traumhafter See-Kulisse. Welche Kurstadt kann das schon bieten? Auch Kurdirektor Klaus Gretzinger stimmte in diesen Tenor mit ein.

„Am Riemen reißen" ist angesagt, wenn sich ein Kurgast in eines der drei Gigs setzt. Ohne Muskelkater – zumindest am Anfang – keine Ausfahrt (oben). Natürlich müssen die Gäste die Boote auch selbst ins Wasser lassen und hinterher wieder topfit in die Halle bringen.

„Wir machen schon vieles im Wasser, aber noch nicht auf dem Wasser", gab er zu verstehen und betonte, dass die Kur mit diesem Schritt einmal mehr vorne liege.

Die Kurse dauern in der Regel drei Tage. Alle Sportlehrer nehmen Anmeldungen entgegen. In den Kosten eingeschlossen sind ein Ruderlehrbuch und Skripte. Neben guten Schwimm-Kenntnissen muss der Teilnehmer auch eine Genehmigung des Arztes vorlegen. Ein Kurs kann maximal acht Teilnehmer aufnehmen; mindestens vier Teilnehmer sollten es sein.

… UND SCHUSS

Bogenschießen als neue Sportart kommt bei den Gästen sehr gut an

(ig) Neben dem Rudern wurde 2005 auch das Bogenschießen als neue Sportart in das Programm aufgenommen. Die Teilnehmerlisten sind stets voll. „Mit diesem erfreulichen Erfolg haben wir selbst kaum gerechnet“, meinte unlängst ein Sportlehrer. Inzwischen wird selbst Tagungsgästen, die nur ein oder zwei Tage bleiben, ein „Schnupperkurs“ im Bogenschießen angeboten. „Es macht einfach Spaß“, so die Kommentare dazu.

Sie machen vor, wie es richtig gemacht wird: Richard Geitner, sportlicher Leiter der Mettnau-Kur, und Sportlehrer Michael Jugert (oben von links) unterweisen Gäste in der Kunst des Bogenschießens. – Getroffen: Freude kommt auf, wenn man die Scheibe trifft. Aber auch hier gilt: Das Mitmachen ist wichtig.

„Life-Balance“ heißt der Schlüssel. Damit bietet die Mettnau-Kur ein Programm, bei dem Körper, Geist und Seele im Vordergrund stehen. Lebensqualität und Gesundheit werden durch Meditation und sportliche Aktivitäten (wie eben das intuitive Bogenschießen) gesteigert. Fernöstliche Heilmethoden kommen dazu.

Intuitives Bogenschießen wird auch als 3-teiliger Kurs in der kleinen Halle des Kurmittelhauses angeboten.
Die Trainer sind Richard Geitner und Michael Jugert. Beide sind speziell geschult und treffsicher. Aber darauf kommt es beim Bogenschießen nicht alleine an. Mitmachen ist auch hier alles. Die Bögen, Pfeile, Köcher, Arm- und Brustschutz sowie die Tabs werden von der Mettnau-Kur gestellt.

Kaum zu glauben, wie viele Muskeln beim Bogenschießen gestärkt werden. Das gilt für die Nacken- und Schultermuskeln ebenso, wie für die Wirbelsäule und den Rumpf. Konzentration und das Wechselspiel zwischen dem Spannen und dem Lösen der Sehne dienen der Harmonisierung von Körper, Geist und Seele.
Kurzum: Ein idealer Ausgleich zum oft stressigen Alltag, der hilft, neue Energie und Harmonie zu entwickeln.

Während das Sportbogen-Schießen auf technische Hilfsgeräte zurückgreift, kommt in der Mettnau-Kur das intuitive Bogenschießen zum Tragen. Es kommt ohne Hilfen wie Stabilisatoren und anderer technischer Hilfsmittel aus. Es ist die traditionelle Art, Bogen zu schießen. Gezielt wird mit beiden Augen ohne ein Visier.

DER „SANFTE MARSCH“ ZUR GESUNDHEIT

Nordic Walking ist weiter im Kommen – Natürlich auch ein Highlight auf der Mettnau

Nordic Walking mit Dagmar Ableitner (links). In der Gruppe und unter fachmännischer Anleitung macht es noch einmal so viel Spaß.

(ig) Nordic Walking ist kein Modesport. Dieser „sanfte Marsch“ zur Gesundheit hat eine breite Bevölkerungsschicht erfasst. Nordic Walking ist auf der Mettnau sehr beliebt geworden. Schließlich handelt es sich um eine Sportart für alle Altersschichten.

Das schnelle, sportliche Gehen macht einfach Spaß. 90 Prozent der Muskeln werden trainiert, so manches Wehwehchen verschwindet im Handumdrehen. Aber wie immer gilt auch hier: Es muss richtig, und dosiert gemacht werden.

Die Mettnau bietet einen 3-teiligen Kurs an, der unter anderem von der Diplom-Sportpädagogin Dagmar Ableitner geleitet wird. In der Gruppe geht es nicht nur in die herrliche Bodenseelandschaft hinaus, auch „graue Theorie“ wird vermittelt. Welcher Stock passt zu mir? Welche Schuhe sind richtig? Auf alle Fragen gibt es eine Antwort und einen fachmännischen Rat.

Wohl jeder weiß, dass Laufen gesund ist, gesund für Herz und Kreislauf. Muskulatur und Atemsystem werden trainiert und so ganz nebenbei auch der Stress „gekillt“.

Mindestens zweimal die Woche sollte man den inneren Schweinehund überwinden, zu den Stöcken greifen und „hinaus-gehen“. Aber man sollte sich dabei nicht zu viel zumuten. „Es muss Spaß machen“, rät Dagmar Ableitner ihren Schützlingen.
Und Spaß macht es vor allem mit Gleichgesinnten.
Natürlich gehört auch bei diesem Kurs als Voraussetzung für die Teilnahmen eine ärztliche Untersuchung mit dazu.
Es ist immer gut zu wissen, was man sich zumuten kann und was man bleiben lassen sollte.

Das Team vor der Kamera: Therapeuten und Sportlehrer In nen der Mettnau (oben). – Sie zeigen Übungen, die sehr gut auch zu Hause nachgeturnt werden können (links unten).

DAS SPORTPROGRAMM ALS „HEIMKINO“

Die neuen DVDs sind bei den Gästen sehr gefragt – Sportlehrer als „Darsteller“

(ig) Sport macht Spaß – nicht nur auf der Mettnau, sondern auch daheim. Nun kann sich „Otto Normal-Verbraucher“ natürlich keinen privaten Sportlehrer leisten. Auch ist es nicht jedermanns Sache, in einen Sportverein einzutreten. Was also tun? Auf der Mettnau gibt es eine Antwort. Dort erleben die Gäste, wie richtige Bewegung die Lebensgeister wecken kann. Sie erfahren aber auch, dass es mit einem Aufenthalt nicht getan ist und jeder selbst zu Hause dafür sorgen sollte, besagte Lebensgeister nicht wieder einrosten zu lassen.

Die Mettnau hat deshalb ihr Sportprogramm als „Heimkino“ produziert. Die Idee dazu hatten Chefarzt Dr. Stefan Drews und der erfahrene Sportregisseur Norbert Geis. Er drehte nicht mit Profis, sondern mit einer motivierten Crew von Therapeuten und Sportlehrerinnen der Mettnau als Darsteller, die sich akribisch auf die Dreharbeiten vorbereiteten. Mit viel Verve entstanden so 2007 zwei neue DVDs, die in keinem Koffer abreisender Gäste fehlen sollten (und oft auch drin sind).

Chefarzt Dr. Stefan Drews (rechts) und Regisseur Norbert Geis hatten die Idee.

Gezeigt und vorgeführt werden eine ganze Reihe von Übungen, die im eigenen Garten oder auch im Wohnzimmer und natürlich auf Reisen leicht nachgeturnt werden können und dafür sorgen, dass man auch „daheim in Bewegung bleiben“ kann – so lautet auch der Titel. Die Filmaufnahmen wurden bei der Klinik Seehalde gedreht. Fünf verschiedene Programme wie Aufwärmen, Stretching, Wirbelsäulengymnastik, Kraftübungen und Konditionsgymnastik wurden aufgenommen, so dass sich jeder daheim das für ihn passende heraussuchen kann. Ergänzt werden die Streifen mit Aufnahmen von den Kliniken sowie der Bewegungstherapie in Sporthallen und in Bädern. Natürlich wurde dabei auch die Schönheit der Landschaft am Untersee eingefangen.

WARUM KRAFTTRAINING AUF DER METTNAU?

Medizinische Trainingstherapie (MTT) in einer Herz-Kreislaufklinik

Von Dagmar Ableitner, Diplom-Sportpädagogin

Heute geht der Mensch pro Tag weniger als 1.000 Meter, dadurch wird das Herz-Kreislaufsystem immer schwächer. Fehlen Herz-Kreislauf-Belastungen, sinkt die Leistungsfähigkeit: Die Mettnau ist seit 50 Jahren bundesweit bekannt für die erfolgreiche Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Im Alltag sind Kraftbeanspruchungen selten anzutreffen – Aufzug statt Treppen, Zentralheizung anstelle von Holz hacken, Kaffee oder Nüsse mahlen die Maschinen. Durch zunehmendes Alter und die geringe Kraftbeanspruchung baut die Muskulatur ab: bereits vom 30. Lebensjahr an um etwa ein halbes bis ein Prozent pro Jahr – es gibt immer mehr Ältere mit Sarkopenie: Muskelschwund, durch Bewegungsmangel und Alter entstanden. Präventiv wird daher gesunden Menschen empfohlen, die Muskeln – im Sinne einer Kräftigung – zu pflegen: kein Bodybuilding, aber gesundheitsorientiertes Krafttraining. Aufgrund von Sarkopenie kann es vorkommen, dass Anfängern im Ausdauerbereich vor Beginn des eigentlichen Herz-Kreislauf-Trainings ein Krafttraining empfohlen wird.

Viele der Gäste, die regelmäßig auf die Mettnau kommen, betreiben zu Hause Krafttraining und möchten dies hier ebenfalls tun.
In allen guten Hotels ist dies heutzutage Standard.
Die Mettnau-Kur möchte den Anspruch dieser Gäste erfüllen.

Für diejenigen, die Krafttraining noch nicht kennen, besteht auf der Mettnau die Möglichkeit, Krafttraining erstmals auszuprobieren. Hier hat der Einsteiger die nötige Zeit, sich mit seinen vertrauten Therapeuten auf neues Terrain zu begeben. Somit erweitert die Mettnau-Kur ihren präventiven Gesundheitsauftrag um das Gebiet Krafttraining und bleibt dadurch für alle aktuell, interessant, auf dem neuesten Stand.

Die Kraftgeräte, die Fortgeschrittene wie Anfänger in der Hermann-Albrecht-Klinik nutzen, sind von der neuesten Generation: biomechanisch, physiologisch ausgereift und computerunterstützt.
Die Geräte geben über einen kleinen Bildschirm Bewegungsamplitude und -geschwindigkeit vor. Damit werden sehr häufig auftretende Fehlerquellen ausgeschaltet.
Mit diesen Geräten sind weiterhin Maximalkraftmessungen möglich: Die Trainierenden erhalten eine Antwort darauf, wie stark ihre Bauch- oder Rückenmuskulatur im Verhältnis zu einer Referenzgruppe ist

und, ob sie eher den Bauch oder doch den Rücken kräftigen müssen. Die Gäste können an den Dispositionen 6er- oder 10er-Karten kaufen und während ihres Aufenthalts abtrainieren.

Als Folge der beschriebenen Bewegungsarmut verfügt der Mensch über immer weniger Mager- dafür aber mehr Fettmasse. Der Gesunde wird zum Patient: durch Sarkopenie, einseitige Belastungen oder Unfälle entstehen Rückenbeschwerden, der Stoffwechsel schwächelt, die Verdauung verschlechtert sich oder die Knochendichte sinkt. Das Körpergefühl leidet. Mit zunehmendem Alter erhöht sich die Sturzgefahr.

Beim orthopädisch betroffenen Patienten ist Medizinische Trainingstherapie (MTT), d. h. – ein ganz speziell am individuellen „Krankheitsbild" ausgerichteter rehabilitativer Trainingsplan, in betreuten Kleinstgruppen eine der besten Möglichkeiten, die Schmerzen zu lindern. Die Patienten können damit den Alltag schmerzfrei gestalten. Dies gilt seit langem bei Rückenbeschwerden, aber auch bei Knie- oder Schulterproblemen. Die Mettnau-Kur bietet MTT im neuen Kraftraum der Hermann-Albrecht-Klinik an.
Dort wurde der Kraftraum für MTT und für selbständig Trainierende eingerichtet; in der Kurpark-Klinik wurden im Februar 2008 die Gerätschaften deutlich aufgestockt, dort kann der Erfahrene trainieren.

In der Herz-Kreislauf-Klinik besteht das Krafttraining für Herzpatienten seit beinahe zwei Jahren. Kardiale Zwischenfälle treten dabei viel seltener als im Ausdauertraining auf. Es ist wissenschaftlich belegt, dass eine kräftige Skelettmuskulatur die Herzbelastung bei Kraftbeanspruchungen im Alltag verringert. Die Leistungsfähigkeit der Herzpatienten nimmt durch Krafttraining gerade für die täglichen Aktivitäten deutlich zu. Kraft(ausdauer)training gehört inzwischen zum Standard der Therapie bei koronarer Herzkrankheit.

Krafttraining ist bei Gesunden in der heutigen Zeit äußerst sinnvoll, bei Herzkranken oder orthopädisch Erkrankten noch viel wichtiger.

Sportpädagogin Dagmar Ableitner

In den meisten Kureinrichtungen gehört Krafttraining heutzutage zum Standardangebot. Die Reha-Einrichtung der Stadt Radolfzell kann ihren Gästen in allen Häusern Krafttraining an Geräten anbieten, die auf dem absolut neuesten Stand sind.

BÜRGERMEISTER RÜHMEN DAS FEEDBACK

Seit 1978 kommen sie regelmäßig zur Fortbildung zur Mettnau-Kur

(ig) Der Name „Mettnau" ist flächendeckend in so gut wie allen Gemeinden und Städten von Baden-Württemberg bekannt.
Seit 1978 kommen Bürgermeister, Oberbürgermeister und Landräte regelmäßig an den Untersee: Zum einen, um sich in Seminaren fortzubilden, zum anderen, um etwas für ihre Gesundheit zu tun.

Die sogenannten „Bürgermeister-Wochen" sind in Radolfzell seit drei Jahrzehnten ein Begriff. Aber-Hunderte von Kommunalpolitikern sind in diesen 30 Jahren auf die Mettnau gekommen. Sie folgen jeweils einer Einladung der Verwaltungsschule Karlsruhe, die an verschiedenen Standorten des Landes spezielle Lehrgänge für Bürgermeister anbietet. Dass Radolfzell in der Gunst der Teilnehmer zum Renner wurde, ist längst kein Geheimnis mehr. Hier stimmt einfach alles: Das spezielle Schulungsprogramm, gepaart mit der Unterbringung und dem Gesundheits-Check-up ebenso, wie auch die kameradschaftliche Atmosphäre unter Gleichgesinnten.

Als sich der inzwischen pensionierte Oberbürgermeister Günter Neurohr nach seiner ersten Wahl im Jahre 1976 auf einen solch speziellen Lehrgang begab, fand er alles gut und prächtig. Aber eines vermisste er:

Ein Fortbildungsseminar auf der Mettnau hilft den Bürgermeistern im wahrsten Wortsinn „auf die Sprünge". Die Verwaltungsschule Karlsruhe macht sie mit neuen Vorschriften vertraut, der medizinische Check-up sagt ihnen etwas über ihre Gesundheit.

„Wir waren in verschiedenen Häusern untergebracht. Dadurch litt der Kontakt untereinander. Ein freundschaftliches Miteinander kam nicht zustande. Wir waren keine homogene Gruppe. Der Erfahrungsaustausch blieb auf der Strecke." Neurohr machte den Karlsruhern ein Angebot: „Kommen Sie doch mit den Lehrgängen zu uns nach Radolfzell, auf die Mettnau!" Das Angebot wurde angenommen. Herbert Balzereit, Direktor der Verwaltungsschule, ist heute so etwas wie ein Fan der Mettnau geworden. Zum 25. Jubiläum der Bürgermeisterwochen bekannte er: „Die Idee, Fortbildung, Gesundheits-Check und Schnupper-Kur zu verbinden, hat sich als regelrechter Renner im Angebot der Verwaltungsschule erwiesen." Wie sehr sich diese Verbundenheit inzwischen gefestigt hat, beweisen alljährlich die altgedienten und pensionierten Bürgermeister. Sie kommen nach wie vor auf die Mettnau, schon der Kameradschaft wegen und weil sie überzeugt sind, dass ihnen ein Aufenthalt hier gut tut.

Mit 20 Bürgermeistern fing 1978 alles an. Die Teilnehmerzahl ist stetig gestiegen. Einen Monat lang kommen jetzt regelmäßig jeweils 55 Teilnehmer auf die Mettnau.

„Auch der informelle und kollegiale Erfahrungsaustausch ist ein Element der Bürgermeisterwochen."
Herbert Balzereit, Direktor der Verwaltungsschule.

„Kommen Sie doch mit den Lehrgängen zu uns nach Radolfzell, auf die Mettnau."
Günter Neurohr, Oberbürgermeister im Ruhestand.

„Dieses positive Feedback ist nicht nur erhalten geblieben, es wurde weiter verbessert."
Bruno Gärtner, Bürgermeister a.D. Dielheim.

Kurdirektor Udo Haupt begrüßte die ersten Teilnehmer. Sein Nachfolger Hermann Honsel baute die Bürgermeisterwochen aus und unter der Ära von Kurdirektor Heinz-Peter Schmal blühten die Wochen weiter auf. Zusammen gerechnet dürften es in diesen 30 Jahren rund gerechnet an die 5.000 Bürgermeister gewesen sein, die den Weg auf die Mettnau fanden (darunter natürlich viele mehrmals). Denn nicht wenige Teilnehmer sind heute zu Wiederholern geworden. Und was auf gar keinen Fall unterschätzt werden sollte: Die Bürgermeister und ihre Begeisterung für die Mettnau sind gute Werbeträger für die Kur.

Einer, der von Anfang an dabei war, ist Bruno Gärtner. Der ehemalige Bürgermeister von Dielheim leitet heute die Wochen der Ruheständler. Er spricht vom positiven Feedback, das in vielen Bereichen noch weiter verbessert wurde. Sein Urteil „Radolfzell und die Mettnau sind auf dem richtigen Weg" kann zugleich als Kompliment gewertet werden, dem sich schon viele seiner Kollegen angeschlossen haben. Einmal Mettnau – immer Mettnau, könnte man – so Gärtner – meinen, wenn man die vielen Wiederholer trifft, die entweder im Februar an den Bürgermeisterwochen teilnehmen, oder sich im Laufe des Jahres bei einem privaten Aufenthalt wieder dort treffen. Kein Wunder, denn das Ambiente stimmt, das Personal ist freundlich und zuvorkommend und die Umgebung tut ihr übriges dazu. Und bei der Umgebung kommt Gärtner ins Schwärmen: Die Halbinsel kann man zu jeder Jahreszeit erleben – mal mit einer kristallklar schimmernden Schneedecke versehen, während der turbulenten Fasnetzeit, im bunt blühenden Frühling, oder im Sommer, wenn der See zum Baden einlädt – immer ist was los.

Auch in diesem, dem Jubiläumsjahr, waren wieder viele Bürgermeister auf der Mettnau. Sie stellten einmal mehr fest, was Direktor Herbert Balzereit schon 2003 beim 25. Jubiläum der Bürgermeisterwochen auf der Mettnau so formulierte: „Der informelle und kollegiale Erfahrungsaustausch ist ein wesentliches Element der Bürgermeisterwochen." Eines ist heute sicher: Die Bürgermeister werden immer gern gesehene Gäste der Mettnau-Kur sein.

Lockerungsübung auf dem Landungssteg Mettnau: Auch das ist die sportliche Seite der Bürgermeister.

KUR UND KULTUR HARMONIEREN GUT ZUSAMMEN

Programm für Körper und Geist

(ig) „Kur und Kultur" ist zu einem Klassiker im Programm der Mettnau geworden. Körper und Geist sind gleichermaßen gefragt. Während vormittags das Sportprogramm greift, sind nachmittags Exkursionen angesagt. Dann geht es unter fachkundiger Leitung zu kulturellen Sehenswürdigkeiten im Bodenseeraum. Die Historiker Dr. Franz Hofmann, Werner Trapp und Ralf Seuffert öffnen so manche Tür, die dem neugierigen Betrachter sonst verschlossen bliebe.

Sie begleiten die Touren, halten Lesungen und Vorträge und beantworten viele Fragen: Die drei Historiker Dr. Franz Hofmann, Dr. Werner Trapp und Ralf Seuffert (v.l.n.r.).

See(h)wege am Bodensee! Werner Trapp hatte diese Vision. Der Konstanzer Autor klopfte bei der Mettnau-Kur in Radolfzell an. Dort war man von der Idee angetan. „Kur und Kultur" war geboren. Die erste Gruppe fand sich 1999 auf der Mettnau ein. Seitdem kommen Kunst- und Kur-Liebhaber jedes Jahr nach Radolfzell. Inzwischen ist schon ein richtiger Fan-Club entstanden.

„Diese Kur hilft dem Geist auf die Sprünge", titelte einmal die Mettnau Kurzeitung, als sie das Programm vorstellte. Es wird immer zum Jahreswechsel angeboten – und zwar in der Klinik Seehalde, in der Hermann-Albrecht-Klinik und im kommenden Winter auch wieder in der Herz-Kreislauf-Klinik. Neben Besichtigungen gibt es auch Lesungen bei einem Glas Wein. Städten wie Meersburg, Überlingen, Stein am Rhein und Konstanz wird ein Besuch abgestattet, die Insel Reichenau durchstreift und vieles mehr. Kulturelle und historische Ereignisse werden hinterfragt. Kurzum, eine Fülle an Informationen und Antworten erwartet die Teilnehmer. Sie sind durchweg begeistert und bringen dies immer wieder zum Ausdruck.

Kur und Kultur ist inzwischen so gefragt, dass eine rechtzeitige Buchung in jedem Fall empfehlenswert ist. Auskünfte über die Exkursionen, Zusatztage, Partnerkonditionen oder das Festtags-Begleitprogramm gibt der Programmflyer. Der medizinische Check-up steht ebenso am Anfang wie die Begrüßung und Einführung. Zusammen ein rundes, ein ausgewogenes Kulturprogramm, dessen Fortbestand nicht in Frage gestellt ist.

Dr. Hofmann eröffnet den Kur und Kultur-Teilnehmern eine wunderschöne Aussicht auf Stein am Rhein, Schweiz.

DER GENUSS DARF NICHT AUF DER STRECKE BLEIBEN

Die Ernährungsberatung gewinnt zunehmend an Bedeutung – mit Renate Mühr fing alles an

Die Geburtsstunde der Ernährungs- und Diätberatung war am 1. November 1976 mit der Einstellung von Renate Mühr als Diätassistentin. Die Stelle war damals aufgrund struktureller Unterschiede innerhalb der Kliniken bzw. Sanatorien noch gesplittet: 50% entfielen auf die Herz-Kreislauf-Klinik (damals noch eine GmbH & Co KG) und 50% auf das Kurpark-Sanatorium sowie das Hermann-Albrecht-Sanatorium, die beide zum Eigenbetrieb der Stadt Radolfzell gehörten. Mit dieser Aufteilung einher ging ein Rotieren in der Form, dass Renate Mühr eine Woche im Hermann-Albrecht-Sanatorium tätig war, danach folgte eine Woche in der Herz-Kreislauf-Klinik, dem schloss sich ein einwöchiges Gastspiel im Kurpark-Sanatorium an und den Abschluss bildete eine weitere Woche in der Herz-Kreislauf-Klinik.

Als erste Diätassistentin innerhalb des Kurbetriebes musste Renate Mühr einiges an Pionierarbeit leisten: Mit den Ärzten wurden die einzelnen Kostformen mit unterschiedlichen Energie-Gehaltsstufen festgelegt und charakterisiert. Noch heute bestehen diese Energiestufen in 900, 1400 und 2050 kcal pro Tag, die wiederum an sonstige Kostformerfordernisse angepasst werden (z. B. zusätzlicher Diabetes mellitus, purinarme Kost usw.). Nach Fixierung der Tagesenergiestufen erfolgte die Berechnung der Speisepläne – nicht etwa mit praktikablen Nährwertberechnungs-Programmen, wie sie heutzutage jede Ernährungsfachkraft kennt und schätzt, sondern per Taschenrechner. Die Konsequenz war schnell klar: es musste sich in der praktischen Umsetzung in der Küche umgehend etwas ändern.

Beharrlich und sicherlich mit viel Gegenwind boxte Renate Mühr die fettbewusste Zubereitung in der Küche durch. Für die meisten Leserinnen und Leser dürfte es nachvollziehbar sein, dass ein Koch vom Verzicht auf Sahne und dem Geizen mit Öl nicht begeistert war. Stattdessen erfand Renate Mühr die heute noch viel gelobte Joghurt-Buttermilch-Salatsoße, die mit ihren 2g Fett pro Schöpfkelle geschmacklich wirklich auftrumpfen kann! Einen ebenfalls wichtigen Meilenstein in punkto Praxis setzte die Diätassistentin 1983 mit der Etablierung der Kochvorführungen für Gäste, die damals in der Kurpark-Klinik durchgeführt wurden. Zusammen mit dem Küchenchef Werner Schönmetzler wurden zehn bis zwölf Personen direkt an den Herd gebeten, um dem Küchenchef in den Topf bzw. der Diätassis-

tentin in die Pfanne zu schauen. Es wurden leckere Gerichte, die direkt dem Speiseplan der Zentralküche entnommen wurden, vorgekocht und Tipps für die fettarme Zubereitung gegeben.

Hauptsächlich war Renate Mühr für die Durchführung von Ernährungsvorträgen und Einzel-Ernährungsberatungen angestellt worden. Um die Anleitung der fettarmen Zubereitung beispielhaft zu veranschaulichen und die entsprechende Durchführung seitens der Köche zu gewährleisten, verlagerte sich der Tätigkeitsschwerpunkt der Diätassistentin – zumindest vormittags – immer mehr in die Küche.
Nachmittags fanden Ernährungsvorträge zu diversen Stoffwechselerkrankungen (erhöhte Blutfettwerte, erhöhte Harnsäurewerte, Diabetes mellitus, Bluthochdruck, Übergewicht) statt. Des Weiteren erfolgten Einzelberatungen nach Bedarf und in Absprache mit den Patienten.
Zu diversen Krankheitsbildern erstellte Renate Mühr Informationsmaterial, das zu Beginn noch mühsam kopiert wurde.

Faszinierend war auch das rastlose „Wandern", dem sich Renate Mühr mit ihren „Diätberatungskoffern" unterziehen musste.
Zu Zeiten, in denen sie noch von Klinik zu Klinik zog, hatte sie in jeder einen zeitlich begrenzt reservierten Raum: in der Hermann-Albrecht-Klinik stellte diesen z. B. das Kaminzimmer im Scheffelschlösschen dar, in der Herz-Kreislauf-Klinik dagegen der Konferenzraum der Ärzte. Bei jedem Klinikwechsel hieß es: Flipchart, Blätter, Stifte und weiteres Anschauungsmaterial unter den Arm klemmen und weiter ziehen. Nach Zusammenlegung der Kliniken zu den Medizinischen Reha-Einrichtungen der Stadt Radolfzell wurde die Ernährungsberatung zentral in die Herz-Kreislauf-Klinik gelegt.

Renate Mühr war bei den Medizinischen Reha-Einrichtungen der Stadt Radolfzell bis im Jahr 2000 als Diätassistentin beschäftigt und in ihrem Engagement und ihrer Zielstrebigkeit sicherlich beispielhaft.
Zu Zeiten, in denen sie schon reichlich Erfahrung als Diätassistentin gesammelt hatte, absolvierte ich (Monika Sattler) meine Ausbildung zur Diätassistentin am Katharinenhospital Stuttgart.
Am 1. November 2001 nahm ich meine Tätigkeit bei den Medizinischen Reha-Einrichtungen der Stadt Radolfzell auf und war sehr gespannt, was sich mir als Berufsanfängerin im Kontakt mit Kollegen und Patienten wohl so alles bieten würde. Mein Einsatz gestaltete sich anhand der Rahmenbedingungen, die durch die Tätigkeit von Renate Mühr gesetzt waren. Im Bereich der Küche erstreckten sich die Tätigkeiten von Monika Joseph (meiner Kollegin) und mir primär auf den Posten der kalten Küche und der Salatküche, wobei die Nährwertberechnungen, die Mitwirkung bei der Speiseplangestaltung und die Zusammenstellung der Sonderkostformen mit inbegriffen waren. Diese Tätigkeiten wurden am Vormittag erledigt, um am

Nachmittag im Bereich der Ernährungsberatung diverse Vorträge zu ernährungsbedingten Erkrankungen, z. B. Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen, Diabetes mellitus, erhöhten Harnsäurewerten und Übergewicht, für die Gäste und Patienten anbieten zu können.

Inspiriert von vielen Eindrücken, die mir innerhalb der Ausbildung vermittelt wurden, erfolgte noch im 1. Quartal meiner Tätigkeit eine optische Neugestaltung der Vortragsfolien via Powerpoint – auch wenn diese letztlich ausgedruckt und per Overheadprojektor an die Wand der ehemaligen Gymnastikhalle projiziert wurden.

2004/2005 vollzog sich ein erneuter Raumwechsel in den Seminarraum, in dem bereits alle Vorträge innerhalb des Gesundheitsschulungsprogramms stattfanden. Innerhalb dieser Zeit absolvierte ich eine Fortbildung bei der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) in Bonn, durch die ich noch differenziertere Kenntnisse in der Ernährungsberatung erwerben konnte. Durch die Fortbildung zur „Ernährungsberaterin/DGE" wurden die Grundsteine aus der Ausbildung in den Bereichen Konzeption von Curricula für Patientenschulungen, die Durchführung von Einzelberatungen, Psychologie, Pädagogik, sowie Rhetorik erweitert und gefestigt.
Die neu erworbenen Fähigkeiten konnte ich im Rahmen der Neugestaltung der Ernährungsschulungen sofort unter Beweis stellen. Diese wurden von mir in Zusammenarbeit mit Oberarzt Dr. Klaus Krbek neu konzipiert und behandelten die Aspekte einer gesunden und dennoch genussvollen Kost sehr intensiv.

Die vollwertige Ernährung deckte die Grundaspekte für viele Stoffwechselerkrankungen zu einem großen Teil ab, da die diätetischen Maßnahmen bei Bluthochdruck, erhöhten Blutfettwerten und anderen Erkrankungen wenig divergieren. Somit erschien eine Vortragsreihe, die nach Erkrankungen kategorisiert war, nicht mehr dem Zeitgeist entsprechend. Lediglich die besonderen Erfordernisse bei Diabetes mellitus wurden in einer separaten Schulung berücksichtigt, die von Beginn an Monika Joseph durchführte.

Im Zuge eines nötigen Raumwechsels hatte Chefarzt Dr. Michael Otto die Idee, den ehemaligen Röntgenraum, der seinerzeit nicht genutzt wurde, für die Ernährungsberatung zu nutzen. Dies erfolgte sehr schnell und schon innerhalb weniger Wochen konnte der Raum dank einiger kleinerer Umbaumaßnahmen seiner künftigen Bestimmung übergeben werden.

Die Nachfrage nach Einzel- und Gruppenberatung erhöhte sich innerhalb der letzten Jahre merklich. Es wurde – auch bedingt durch meine Fortbildung – beschlossen, der wachsenden Nachfrage auch ein entsprechendes Angebot entgegenzusetzen. In erster Linie fanden Vorgespräche mit den Oberärzten Dr. Klaus Krbek, Dr. Achim Witzel und der Küchenleitung Werner Schönmetzler statt. In diese waren Überlegungen eingebettet, wie die Umstrukturierung der bisher doch sehr praxislastigen Stelle der Diätassistentin dem Bedarf an Ernährungsberatung gerecht werden kann. Die mögliche Vorgehensweise wurde der Verwaltungs- und auch Geschäftsleitung vorgestellt, die dieses Vorhaben sehr unterstützte. Das Resultat war eine Umstrukturierung meines Tätigkeitsfeldes, durch die ich nun hauptsächlich im Bereich der Ernährungsberatung tätig bin.

Zahlreiche Gäste und Patienten haben seit dem Start im Februar 2006 das vermehrte Angebot an Einzelberatungen genutzt; von einigen Patienten und Gästen erfolgten schon erfreuliche Rückmeldungen bzgl. deren Erfolge bei der angestrebten Gewichtsreduktion. Die detaillierte Ernährungsanamnese, die Besprechung der speziellen Alltagserfordernisse und die sehr individuellen Vorlieben beim Essen und Trinken machen jede Einzelberatung zu einer nachhaltigen Erfahrung. Ganz wichtig ist den Gästen und mir, dass der Genuss nicht zu kurz kommt. Es macht keinen Sinn, einen mit theoretischen Empfehlungen stimmigen Tagesplan zusammen mit dem Gast zu erstellen, wenn sie/er sich dabei fühlt, als mache sie/er „Diät". Langfristig viel erfolgreicher ist eine mäßige, aber dauerhafte Veränderung bestimmter Verhaltensweisen, die der Gast definiert.

Die aktuellste Weiterentwicklung im Bereich Ernährungsberatung der Mettnau-Kur ist mein berufsbegleitendes Studium an der Donau-Universität Krems, das mit dem Master of Science in „Angewandter Nutritiver Medizin" abschließt. Es soll mir detaillierte, wissenschaftliche Hintergründe zu wichtigen Aspekten der Ernährungsmedizin und Biochemie liefern und auch die Lücke, die Rolf-Jürgen Bingel mit seinem Ausscheiden im letzten Jahr hinterließ, zumindest teilweise schließen.

Diese Gelegenheit möchte ich gleichzeitig dazu nutzen, meinen Kolleginnen und Kollegen für die Unterstützung zu danken:

1. Dabei möchte ich die KollegInnen in der Küche erwähnen, die immer gerne „Zucchinipuffer ohne Fett" oder Sonderkosten für spezielle Diäten zubereiten und damit ein gutes Arbeitsklima ermöglichen.

2. Ebenso ein herzliches Dankeschön an die ärztlichen KollegInnen, die dank zahlreicher Beratungs-Verordnungen für einen äußerst guten Start der Ernährungsberatung in der aktuell existenten Form ermöglicht haben. Gerade die Kommunikation zwischen Ernährungsberatung und Medizin wurde in den letzten Jahren erfreulicherweise intensiviert und funktioniert – auch z. B. durch gemeinsame hausinterne Fortbildungen und das zu etablierende Qualitätsmanagementsystem – sehr gut.

3. Zuletzt bleibe nicht unerwähnt, dass Kurdirektor Klaus Gretzinger mich zu jeder Zeit unterstützt hat, wenn ich mir ein neues berufliches Ziel gesetzt habe, das meist mit einer Fortbildung und Weiterqualifizierung verbunden war. Dafür ein ganz herzliches Dankeschön.

Diesen Artikel verfasste Monika Sattler, in Zusammenarbeit mit Renate Mühr.

LECKER AUCH OHNE HUMMER UND KAVIAR

„Kochen ohne Reue“ ein Leitfaden zur gesunden Ernährung

(ig) Im Fernsehen schwappt die Kochwelle über. Spitzenköche kreieren via Mattscheibe immer exotischere Speisen. Die Zutaten sind für Otto-Normalverbraucher oft nicht mehr erschwinglich. Dass es auch ohne Hummer und Kaviar geht, das Essen dennoch mundet und vor allem bekömmlich ist, das haben Werner Schönmetzler und Renate Mühr bewiesen. Der Küchenchef und die Diätköchin der Kur brachten nach langen „Geburtswehen“ ein Kochbuch heraus, das sofort zum Renner wurde und heute bereits in zweiter Auflage in vielen Regalen steht.

Lecker finden viele Gäste das Essen und sind neugierig, wie es zubereitet wird. Einige buchen deshalb einen „Kochkurs“ in der Mettnau-Kur, andere fragen den Köchen Löcher in den Bauch. Sie alle wissen, der Therapieerfolg kann nur dann von Dauer sein, wenn auch daheim viel Bewegung und richtiges Essen von Bestand sind.

„Wir haben ein Kochbuch ohne kulinarische Donnerschläge geschrieben“, beurteilte Autor Schönmetzler bei der ersten Buchtaufe selbst das Werk. Es trägt den Titel „Kochen ohne Reue – gesund geniessen“. Fast 200 Rezepte stehen darin. Dabei hatten die Autoren mit der Schwierigkeit zu kämpfen, die Zutaten „herunter zu rechnen“. Schließlich werden in der Kur täglich etwa 500 Portionen gekocht. Das sind natürlich andere Mengen, als sie zu Hause auf den Tisch kommen.

Richtige Ernährung steht in der Kur ebenso auf dem Therapieplan, wie die Bewegung. Die Mehrzahl der Gäste ist auf Reduktionskost gesetzt – sprich auf Diät. Auch die schmeckt! Auf der Mettnau wird tagein tagaus bewiesen, dass Diät nicht mit „fad“ gleichzusetzten ist. Neben den Rezepten enthält das Kochbuch viel Wissenswertes. Das reicht von den zehn Regeln „So essen Sie richtig!“ bis hin zur ersten

Die beiden Autoren des Mettnau-Kochbuches sind Küchenchef Werner Schönmetzler und die ehemalige Diätassistentin Renate Mühr

Hilfe beim Kochen, oder wie man den Käse-Code knackt. Daneben gibt es warenkundliche Informationen und einiges mehr …

Die erste Auflage war schnell vergriffen. Quasi als „Dessert“ gab es vor einigen Monaten die Zweite. Man muss kein Prophet sein, um vorauszusagen, dass eines Tages wohl auch noch eine dritte Auflage erscheinen wird, den schließlich gilt: Jeden Tag ein bisschen Mettnau – gesund genießen!

BLUMEN-BUKETT AUS GEMÜSE

Koch Helmut Stiegler unterrichtet Kurgäste in der Kunst der Tischdekoration

(ig) Wie verwandelt man eine Tomate in eine rote Rose, eine Karotte in eine Blume und einen weißen Rettich in einen Kakadu? Ganz einfach: man greift zu einem kleinen scharfen Küchenmesser und schnitzt sie aus dem Gemüse. Heraus kommt eine Tischdekoration, die Gefallen findet. Aber was hat die Mettnau-Kur mit einem Blumen-Bukett aus Gemüse zu tun?

Nach dem Motto „Das Auge isst mit" wird in der Kur großen Wert auf die Präsentation der Speisen gelegt. Und hier kommt Helmut Stiegler ins Spiel. Der diätetisch geschulte Koch hatte sich früher der christlichen Seefahrt verschrieben und in seiner Freizeit in der Kombüse dem Smutje über die Schulter geblickt, wenn dieser für das Kapitäns-Diner aus Gemüse die Tischdekoration schnitzte. Natürlich blieb es nicht beim Zusehen. Stiegler versuchte es selbst und siehe da – es gelang. Sein Können gibt er heute an Kurgäste und auch an die Bevölkerung weiter. Mit großem Erfolg: seine Kurse sind ausgebucht.

Nun ist bekanntlich noch kein Meister vom Himmel gefallen, aber wer einen dieser Kurse belegt hat, kann zumindest eine kalte Platte schön dekorieren. Das Lob der Gäste ist dann oft Ansporn, weiter zu machen. Helmut Stiegler selbst ist der lebende Beweis dafür. Inzwischen hat er diese Kunst so perfektioniert, dass er als Kürbisschnitzer einen gewissen Bekanntheitsgrad besitzt. Beim alljährlich stattfinden Kürbismarkt in Radolfzell verkauft er für einen guten Zweck seine „Kunstwerke".

Durch die von ihm angebotenen Kurse auf der Mettnau wurde eine Art neue Therapie ins Leben gerufen, bei der man zwar keinen Muskelkater bekommt, die aber unheimlich Spaß macht und kreative Geister weckt.

LICHTERGLANZ

Schmuck selbst gebastelt

(ig) Wie kreativ einige MitarbeiterInnen der Mettnau sind, zeigt sich in der Adventszeit. Kurz vor den Feiertagen können sich die Gäste entweder an Lichterfesten, Weihnachtsmärkten oder an Kunstausstellungen erfreuen. Sie werden in der Regel in der Herz-Kreislauf-Klinik durchgeführt, wurden aber auch schon im Kunsthäusle gezeigt. Die Events sind nicht fest im Jahresprogramm verankert. Sie werden eher spontan arrangiert. Viel Schmuck wird selbst gefertigt, Kunsthandwerker werden eingeladen. Adventsgestecke, filigrane Glasarbeiten, kunstvolle Karten, Duftkerzen und vieles mehr erfreuen dann die Besucher. Alles ist mit viel Herz gemacht, urteilte einmal ein Gast. Er traf genau den Punkt. Unsere kleine Bildauswahl auf dieser Seite zeigt, was alles schon einmal geboten wurde.

MALEN ALS THERAPIE

Ein Mittel für die Heilungsphase

Kunsttherapie in einer kardiologischen Rehabilitationsklinik, man fragt sich, wie das zusammenpasst. Zumal man weiß, dass die naturwissenschaftlich ausgerichtete Schulmedizin, und insbesondere die moderne Kardiologie, Phänomenen, die nicht mess- und zahlenmäßig erfassbar sind, eher skeptisch gegenübersteht. Im Gegensatz zu einem fest definierten Cholesterin- oder Blutdruckwert, mit denen man eindeutige statistische Berechnungen durchführen kann, lässt sich mit Begriffen wie Emotion, Seele und Psyche und dergleichen rechnerisch nur schwer umgehen.

Dennoch hat sich in den letzten Jahren auch in der Kardiologie die Erkenntnis durchgesetzt, dass seelische Befindlichkeiten das Auftreten und den Verlauf von Herz-Kreislauferkrankungen maßgeblich beeinflussen können. Vor wenigen Jahren veröffentlichte der renommierte amerikanische Kardiologe und Nobelpreisträger Bernhard Lown das Buch „Die verlorene Kunst des Heilens". Hierin setzt er sich kritisch mit der zunehmenden technologisch ausgerichteten modernen Medizin auseinander und fordert die Rückbesinnung auf die ärztliche Heilkunst, die eine individuelle Hinwendung zum Patienten mit all seinen psychischen und sozialen Problemen fordert.

Um Missverständnissen vorzubeugen, sei gesagt, dass die Errungenschaften der modernen Medizin selbstverständlich ihren unbestreitbaren Stellenwert besitzen. Einen akuten Herzinfarkt mit Kunsttherapie behandeln zu wollen, wäre schlichtweg absurd. Wenn aber die akute Phase der Erkrankung überstanden ist, die Feuerwehr den Brand gelöscht hat, dann folgt die Arbeit der Gärtner, der Wiederaufbau, die längerfristige Heilungsphase.

In dieser Phase gilt es, ein vernünftiges therapeutisches Gleichgewicht zwischen moderner technologischer Medizin mit ihren anerkannten Möglichkeiten und dem Eingehen auf die individuelle seelische und psychosoziale Konstellation des Patienten zu gewährleisten. Nur so können alle für die Gesundung notwendigen Ressourcen optimal genutzt werden. Diese ganzheitlich ausgerichtete Therapie ist in der kardiologischen Rehabilitation nichts Neues! In den meisten Rehabilitationskliniken, so auch auf der Mettnau, wird dieser Ansatz seit vielen Jahren konsequent verfolgt und psychologische Verfahren wie themenzentrierte Gruppengespräche, Einzelgespräche, Entspannungstechniken sowie Stressmanagement-Seminare haben ihren festen Platz im therapeutischen Gesamtkonzept.

Die Kunsttherapie, wie sie von Dagmar Holynsky als Zusatzkurs bereits seit dem Jahr 2003 für Patienten angeboten wird, ergänzt sinnvoll das o. g. Konzept. Für interessierte Patienten soll es möglich sein, sich auf kreativem Weg ihrer Krankheit und deren Verarbeitung zu nähern oder sich ganz einfach zu entspannen und durch die Beschäftigung mit Farben und Material für kurze Zeit Abstand von den alltäglichen Sorgen zu gewinnen.

Dr. Klaus Krbek

AUCH DAS AUGE WILL GEPRÜFT SEIN

Regelmäßige Seh- und Reaktionstests gehören zum Service der Mettnau-Kur

(ig) Was hat ein Seh- und Reaktionstest mit der Mettnau-Kur zu tun? Eigentlich nichts, möchte man spontan darauf antworten. Aber das würde der Sache nicht gerecht. Der Test ist ein zusätzlicher Service für die Kurgäste. Es gibt ihn schon seit dem 1. Dezember 1981. Tausende von Probanden (so werden die Testpersonen im „Amtsdeutsch" genannt) haben sich ihm inzwischen unterzogen. Darunter so bekannte Namen wie Dieter Kronzucker, Franz Steinkühler und Hans Apel. Regelmäßig kommt die Verkehrswacht Konstanz in die Herz-Kreislauf-Klinik, baut dort ihre Geräte auf und weiß: „Hier haben wir ein großes und auch dankbares Klientel."

Beim Seh- und Reaktionstest in der Herz-Kreislauf-Klinik: Das Ergebnis wird sofort ausgewertet und dem Probanden mitgegeben.

Zwei Gründe sprechen für diese Testreihe, die vom damaligen Kurdirektor Hermann Honsel und von Professor Dr. Lönne mit initiiert wurde: Zum Einen schätzen die Gäste die Anonymität und zum Anderen haben sie einfach Zeit dafür. Und da ist auch noch ein weiterer Grundgedanke: Die Tests sind zwar keine rein medizinische Untersuchung, sie dienen gleichwohl im weiteren Sinne der Gesundheit des Menschen. Wenn man bedenkt, dass rund 90 Prozent aller für den Straßenverkehr wichtigen Informationen über die Augen wahrgenommen werden, dann ist klar, dass regelmäßige Überprüfungen der „Sehfunktion" in jedem Alter von großer Wichtigkeit sind. Das belegt auch die Statistik, die in der Kur geführt wird: Zwölf Prozent der zum Test erschienenen Personen hatten einen noch nicht erkannten Sehfehler, bei zehn Prozent wurde eine Farbstörung (Farbenblind) „diagnostiziert".

In diesen Fällen sprechen die Experten der Verkehrswacht mit den Probanden und beraten sie auch. Natürlich wird niemand zu etwas gezwungen, aber so die Erfahrung der Spezialisten: „Wir wissen, die betreffenden Personen tun in der Regel auch etwas und gehen zum Augenarzt. Sie wissen, es geht um ihre eigene Sicherheit." 30 bis 40 Gäste kommen meist vormittags in die Test-Stunden. Das ist überdurchschnittlich. Die Verkehrswacht wäre froh, wenn sie bei all ihren Terminen – sie sind übrigens kostenlos – auf solch eine Resonanz stoßen würde.

Bis zu 1.200 Probanden unterziehen sich jährlich auf der Mettnau diesem freiwilligen Test. „Die Arbeit macht hier wirklich Spaß", bekannte einmal Karl Kuchelmeister gegenüber der Mettnau Kurzeitung.
Wie sein Kollege Ladislaus Scheller spricht er gerne mit den Testpersonen, die nicht nur zur reinen Untersuchung kommen, sondern oft ein ganzes Bündel an Fragen haben. Denn: Man hat ja Zeit in der Kur und es bleibt alles anonym. So ist es auch nicht verwunderlich, dass viele Wiederholer der Kur, auch Wiederholer beim Seh- und Reaktionstest sind. Dies auch in dem Wissen, dass der einmalige Sehtest bei der Führerscheinprüfung nicht für ein ganzes Leben ausreichen kann.

OHNE TECHNIK LÄUFT GAR NICHTS

Schwimmbäder sind Energiefresser – erste Solarzellen installiert

(ig) Hell, warm, gemütlich! Drei Worte – drei Begriffe. Alle sind wichtig für die Mettnau und ihre Gäste. Hell soll es in allen Räumen und Hallen sein. Warm im ganzen Haus und in den Bewegungsbädern. Und gemütlich? Ja, gemütlich überall. Aber wer sorgt dafür? Das sind die „Heinzelmännchen" in den „Katakomben": die Techniker.

Ohne Technik läuft auf der Mettnau gar nichts. Das wissen Bernd Steinhäusler, der Chef, und sein Vize Franz Fürst. Mit 14 Mitarbeitern sorgen sie dafür, dass das komplizierte Räderwerk immer wie geschmiert läuft und die benötigte Energie stets vorhanden ist. Nur schwer ist es für den Laien, sich im Gewirr von Rohren, Kabeln, Schächten, Pumpen, Filteranlagen, Boilern und Schaltzentralen zurecht zu finden, sie gar zu verstehen. Das ist eine Wissenschaft für sich.

Greifen wir nur mal die Bewegungsbäder heraus. Vier gibt es in den Kliniken und im Kurmittelhaus. „Das sind unsere Energiefresser", meint Bernd Steinhäusler dazu. Auf 28 Grad wird das Wasser geheizt. Die Qualität wird ständig überprüft. Nach einem komplizierten Schlüssel wird je nach Anzahl der Badegäste immer wieder Frischwasser zugefügt. Neue Filteranlagen sorgen für absolute Sauberkeit. „Dieses Badewasser kann man trinken", schmunzelt der Technikchef. Das stimmt. Schließlich kontrolliert auch das Gesundheitsamt ständig die Qualität – unangemeldet versteht sich.

Bei steigenden Energiekosten (die Kur gibt für Wasser, Energie und Brennstoffe rund eine Million Euro im Jahr aus) wird natürlich auch sehr auf Einsparungen geachtet. So werden die gesamten Heizungsanlagen witterungsabhängig (Außentemperatur) gesteuert, die Gasbrenner funktionieren mehrstufig, bei der Beleuchtung sind Energiesparlampen und Bewegungsmelder im Einsatz und auch die ersten Solarzellen (in der Klinik Seehalde) sind schon installiert.

„Auf diesem Sektor wird sich in den nächsten Jahren noch vieles tun", hier ist sich Bernd Steinhäusler sicher.

Und er nennt gleich ein Beispiel aus jüngster Zeit:
Das Kurmittelhaus hat eine neue Warmwasser-Versorgung. Die alten Boiler mit einem Fassungsvermögen von 8.000 Litern wurden ausgebaut. Drei neue Boiler mit jeweils nur noch 700 Litern sind in Betrieb. Die neue Anlage ist mit Motormischventilen ausgestattet.
Sie kann nun besser gesteuert werden und heizt nur die verbrauchten Mengen wieder auf. Eine neue Lüftungszentrale mit Wärmerückgewinnung wurde ebenfalls eingebaut. Die Folge: Energie-Einsparung. Im Zuge dieser Installation wurde auch der Verteilerraum „neu geordnet". Von dieser Schaltzentrale aus ist jede Gruppe steuerbar, als da sind: Warmwasser, Schwimmbad, Massage und Sauna, sowie die Lüftung der Sporthalle.

Viele Arbeiten werden von der Technik-Mannschaft selbst ausgeführt. Dafür gab es schon manches Lob. Zuletzt bei den Umbauten in der Herz-Kreislauf-Klinik, als der neue Gästeservice-Bereich in Betrieb genommen wurde. „Unsere hauseigene Technik hat viel eingebracht. Dafür ein ganz großer Dank", so Kurdirektor Klaus Gretzinger. Darüber freuten sich die „Heinzelmänner". Schließlich sind sie die Crew auf der Mettnau, die von den Gästen am wenigsten wahrgenommen wird, denn ihr Arbeitsplatz ist oft in den Kellern und unter den Schwimmbädern.

EIN WINZLING ALS MARKENZEICHEN

(ig) Er ist zwölf Millimeter hoch und fünfzehn Millimeter breit. Ein Winzling also. Aber was für einer. Man kann ihn sich ans Revers heften, oder ihn als Ohrstecker tragen. Wie auch immer: Man ist stolz, wenn man ihn tragen kann. Denn schließlich bekommt ihn nicht jeder. Die Rede ist von einem Button, einem Anstecker. Seit 2004 gibt es ihn – zur Identifikation, wie sich Kurdirektor Klaus Gretzinger bei der Vorstellung ausdrückte. Der kleine Stecker hat das bekannte Kurzeichen als Motiv: Die grüne Halbinsel mit den drei Kurmännchen, die das Motto „Heilung durch Bewegung" symbolisieren. Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Mettnau-Kur haben ihn bekommen. Der Button ist also auch ein sichtbares Zeichen für die große Familie „Mettnau", die seit 50 Jahren existiert und somit in diesem Jahr die „Goldene Hochzeit" feiern kann.

KERNIGER ALLROUNDER: PLATZWART WERNER HAFNER

(ig) Er zählt zu den Männern der ersten Stunde: Der einstige Platzwart Werner Hafner. Prof. Dr. Ewald Lönne nannte ihn einmal einen kernigen Allrounder. Er hat mit Muskelkraft und Einfallsreichtum das heutige Therapiegelände und den Bootshafen gestaltet. Eigenhändig baute er aus Fiberglas eine kleine Bootsflotte, die so manche Generation überdauerte. Daneben hat er für Sauberkeit im Freigelände gesorgt, die Uferbefestigung mit gebaut (sie ist heute durch die Renaturierung verschwunden) und er hat neue Wege angelegt. Unter seiner Obhut standen auch die Liegestühle, die Matten usw. Aber damit nicht genug: Für die Kurgäste räucherte er auch leckere, frische Aale. Da ging es dann lustig her am eigens gebauten Grillplatz für gemeinsame Feste. So mancher laue Sommerabend wurde so in geselliger Runde verbracht. Von früh bis spät kümmerte sich Werner Hafner mit einem Lächeln im Gesicht um jeden einzelnen Kurgast. An seine Stelle ist heute „Dr. Moscht" mit der Schraubstockbar getreten. Aber darüber berichten wir an anderer Stelle dieser Festschrift.

Werner Hafner bei seiner Verabschiedung mit Bernd Steinhäusler. Bernd Steinhäusler verliest die Laudatio.

„DR. MOSCHT“ UND DIE SCHRAUBSTOCKBAR

Helmut Karlein produziert mit seiner Therapie „strahlende Gesichter“

(ig) „Dr. Moscht“ und die „Schraubstockbar“ – seit vielen Kurgast-Generationen fügen sich diese beiden Begriffe zu einer Institution zusammen. Fröhlichkeit, menschliche Wärme, Geselligkeit, Geborgenheit und Kameradschaft ranken sich um diese Einrichtung.

Helmut Karlein (Dr. Moscht) inmitten seiner Fan-Gemeinde bei einem fröhlichen Fest in der legendären Schraubstockbar.

Sie ist heute aus dem Kuralltag nicht mehr wegzudenken. Schon viele stressgeplagte Gäste haben hier ihr Herz ausgeschüttet und in Helmut Karlein einen aufmerksamen Zuhörer gefunden. Er ist es, der sich hinter dem Namen „Dr. Moscht“ verbirgt. Den hat er von dankbaren Gästen bekommen, die in der „Schraubstockbar“ so etwas wie eine zweite Heimat gefunden haben.
Einst war die Schraubstockbar ein Geräteschuppen im Therapiegelände, in dem alle möglichen Dinge gelagert waren und in dem auch kleinere Reparaturen durchgeführt wurden. Als er nicht mehr benötigt wurde, blieb nur ein Schraubstock, fest an einem Tisch verankert, zurück – daher der Name „Schraubstockbar“.

Helmut Karlein selbst zählt zu den „eisernen Mettnauern“.
Im Mai 1979 kam er auf die Halbinsel. Er betreute die Wetterstation, kümmerte sich um die Boote, gab Matten für die Liegen aus und verlieh Fahrräder. Als 1992 die alte Gymnastikhalle aus der Gründerzeit der Kur abgerissen wurde, richtete Helmut Karlein in dem Schuppen die Schraubstockbar ein. Seither ist sie Anlaufstelle für alle, die Kontakte schließen oder einfach nur reden wollen.
Letzteres macht bekanntlich durstig und so schenkt Helmut ein besonderes Elixier, einen guten Tropfen Most aus, dem er seinen Spitznamen zu verdanken hat.
Viele Eigenschaften zeichnen Helmut Karlein aus. Eine davon ist: Er kann gut zuhören. Im Laufe der Jahre ist er in eine Rolle hineingewachsen, die in der Kurzeitung einmal mit „Seele der Kur“ umschrieben wurde. Seine Fan-Gemeinde schwärmt von ihm und seiner Therapie.

Wie viele Feste in der Schraubstockbar schon gefeiert wurden, lässt sich nicht mehr ergründen. Fest steht: Helmut und die Mettnau-Kur gehören einfach zusammen, wie Kurdirektor Klaus Gretzinger es einmal treffend formulierte. Er nannte Helmut Karlein „einen zuverlässigen Mitarbeiter, der erfolgreich strahlende Gesichter produziert“. Damit lag er genau richtig.
Ein Geheimrezept von Helmut sind seine innere Fröhlichkeit und seine Offenheit. Er bindet die Gäste mit ihr ein und verschreibt diese als rezeptfreie Medizin.
Und diese danken es ihm immer und immer wieder …

SIE ERHOLEN SICH . . .

Werbung im Wandel der Zeit

(ig) Auch die Werbung für die Kur bekam im Wandel der Zeit ein neues Gesicht: Von bieder bis pfiffig, die Skala ist breit gestreut. Die ersten Prospekte (heute würde man sie Flyer nennen) warben für den Kur- und Kneippkurort Radolfzell („Sie erholen sich"). In einem Neubauflügel des Krankenhauses war eine physikalisch-hydrotherapeutische Einrichtung untergebracht. Fachlich bestgeschultes Badepersonal sichert dort, betont der Prospekt, unter ärztlicher Überwachung, eine einwandfreie Bedienung und Kuranwendung. Das war zu einer Zeit, als ein Fichtelnadelbad noch 1,75 Mark kostete und Wechselgüsse 50 Pfennige. 1960 tauchten dann die ersten Prospekte für die „Stadt der Mettnaukur", für Heilung durch Bewegung auf. Das war zu Zeiten von Chefarzt Dr. Gerold Mauch, sowie von Sportlehrer Willi Stadel. Der Vollpensions-Preis für das Kursanatorium Mettnau lag zwischen 15,50 und 18,20 DM und wer privat in einem Hotel abstieg, zahlte 15 DM („Schiff") bzw. 12 DM (Krone). In der Kur wurden Heilgymnastik, Atem- und Lockerungsübungen, Kneipp-Anwendungen, Ball- und Bewegungsspiele, Schwimmen, Rudern und Liegekuren angeboten. Die Halbinsel wurde als ideale Voraussetzung für Freiluftbehandlungen angepriesen. Und dann stand da noch in einer Werbeschrift der Satz: „In fast allen Fällen ist bei den hier behandelnden Störungen und Erkrankungen eine völlige Rehabilitation möglich." Na, also . . .

METTNAU MACHT MANAGER MOBIL

Ein Fernsehfilm über die Sportkur – von Autor und Filmemacher Rudolf Werner

Mein Erstaunen war groß. Da hatte ich bei Programmsitzungen immer wieder erlebt, wie sich Redakteure mit dem Kompliment begrüßten „Sie sehen blendend aus, Herr Kollege" – und in der Regel als Antwort das Zauberwort vernommen „ich war auf der Mettnau". Vom Filmemachen gestresst und ausgepowert, beschloss also auch ich eines Tages, diese Insel der Glückseligkeit am Bodensee zu besuchen. Und war fortan gepackt vom Mettnau-Virus. Zurück im heimischen Sender in Stuttgart, erkundigte ich mich, ob denn schon ein Film über die Sportkur produziert worden sei. Allgemeines Verneinen – obwohl es auch in der Schwaben-Metropole einige Mettnau-Fans unter den Kollegen gab. Auch die Suche in den Filmarchiven der anderen ARD-Anstalten blieb erfolglos. Mein Erstaunen wuchs. Und ich beschloss, diese Lücke im Programm zu schließen.

1995 setzte ich mit einem Team des damaligen Süddeutschen Rundfunks – er fusionierte drei Jahre später mit dem Südwestfunk zum Südwestrundfunk – die Erkenntnisse meiner ersten Mettnauaufenthalte in Bilder und Töne um. Mit der Dokumentation „Mettnau macht Manager mobil". Schaute in verzerrte und glückliche Gesichter, nahm angestrengte und strahlende Kurgäste auf, fing Stöhnen und Lachen ein. Der zweifelnde Blick des Kameramannes und seine verständnislose Frage „Und das tust Du Dir jedes Jahr freiwillig an?" beim Drehen der Stretching-Übungen ist mir noch gut in Erinnerung.

Wir befragten Ärzte, Sportlehrer und Kurgäste und fanden viele vor, für die der Mettnau-Aufenthalt seit Jahren sportliches Ritual ist: „Wir werden mit den Ärzten alt". Wir blätterten in Archiven, waren bei der Frühgymnastik am See ebenso dabei wie bei Wanderungen und abendlichen Viertele-Runden in den Gaststätten von Radolfzell. Wir forschten nach den Beweggründen, warum man auf die Mettnau kommt – schlichte Erkenntnis eines schwäbischen Architekten „zu viel g´soffe, zu wenig g´loffe" – und zeigten mit Bildern aus der Herz-Kreislauf-Klinik, dass in Radolfzell nicht nur gesunde Menschen „Heilung durch Bewegung" suchen.

Rudolf Werner, geb. 1941 in Elbing (Ostpreußen), war zunächst Redakteur beim Pfälzer Tagblatt und beim Mannheimer Morgen. Von 1966 bis 2006 arbeitete er als Filmemacher für die ARD. Für sein filmisches Schaffen erhielt er mehrere Auszeichnungen.

Die Sportkur entwickelte sich schnell zu einer Erfolgsgeschichte. Und auch mein Film wurde inzwischen mehrmals gesendet, bringt der Mettnau vielleicht bei jeder Wiederholung neue Gäste. Ich treffe mich seit Jahren mit einem festen Freundeskreis auf der Mettnau, für uns haben diese Tage Klassentreffen-Charakter. Und ich freue mich, wenn ich dann auch immer wieder Interview-Partner von damals antreffe. Bis hin zu jener Marktfrau, der ich bei einer Umfrage unter Radolfzeller Bürgern die Frage stellte, wer denn ihrer Meinung nach die Mettnau besuche. Und die prompt und mit fester Überzeugung kund tat: „Lauter Bessere!"

Viele Berichte wurden seitdem über die Kur produziert, zahlreiche Artikel geschrieben. Immer wieder taucht bei mir während der Tage am Untersee dieser Gedanke auf: eine Doku-Soap über die Mettnau – das wär´s! Leid und Lust, Schmerz und Freude, Euphorie und Enttäuschung, Laster und Lästern – die Mettnau biete wahrlich reichlich Filmstoff inmitten einer traumhaften Kulisse...

DIE „METTNAU“ IMMER EIN MESSESCHLAGER

Stand dicht umlagert – Neuheiten vorgestellt – Werbung ein Schwerpunkt

(ig) Wie viele Fans die Mettnau heute hat, zeigt sich meist bei Messen. Dort herrscht am Stand oft dichter Andrang. Die Besucher wollen Neuigkeiten erfahren, verlangen nach Prospekten und lassen sich gerne auf Gespräche ein. Dabei stellt sich immer wieder heraus, dass die Marke „Mettnau“ für die meisten ein Begriff ist. Nicht wenige Besucher outen sich allerdings auch als echte Mettnau-Fans, die schon einmal oder auch mehrfach in Radolfzell auf der Mettnau waren.

So erst unlängst wieder bei der CMT in Stuttgart. Von 1.000 Postkarten mit alten Mettnau-Motiven waren nach vier Messe-Tagen gerade mal noch eine handvoll übrig. Sie gingen weg wie die sprichwörtlich „warmen Semmeln“ und sie sagten gleichzeitig etwas aus über den guten Besuch am Stand. Seit Jahren hat es sich eben herumgesprochen, dass die Mettnau mit ihren vier Kliniken das wichtigste und traditionsreichste Zentrum für Bewegungstherapie in Deutschland ist. Immer mit der Zeit gegangen, immer auf dem neuesten Stand ist die Mettnau heute ein Spitzenreiter in der Behandlung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und deren Begleiterscheinungen. Da läuft den Radolfzellern keiner so schnell den Rang ab.

Mehrfach im Jahr präsentiert sich die Mettnau-Kur auf Messen – sei es bei der St. Galler Ferienmesse, im Herz-Zentrum Konstanz, in Stuttgart oder anderswo. Ohne Marketing läuft eben heute gar nichts. Auch die Mettnau-Kur investiert in die Werbung, sei es in Prospekte mit neuen Gesundheitsprogrammen, in DVDs mit Sportübungen oder in Videos über die Mettnau-Kur. Besonderer Schwerpunkt wird dabei aber immer und überall auf das persönliche Gespräch mit dem Gast gelegt, der dieses auch sucht und zu schätzen weiß. Es ist nicht übertrieben, wenn festgestellt wird: Die Mettnau ist und bleibt ein Messeschlager. Immerhin deckt sie heute ein Klientel ab, das von der hohen Politik über namhafte Unternehmen bis hin zum Kassenpatient reicht. Auf der Mettnau wird da kein Unterschied gemacht. Die Standardkleidung ist der Trainingsanzug. Die Titel und Namen bleiben im Spind. Auch das ist etwas, was die Mettnau so liebenswert und auf einer Ausstellung eben zum Messeschlager macht.

Auf der CMT in Stuttgart: Kurdirektor Klaus Gretzinger (links) und Chefarzt Dr. Detlef Großkurth (Mitte) begrüßen die Standbesucher – darunter viele bekannte Gesichter: Menschen, die schon einmal auf der Mettnau in Radolfzell waren und gerne auch wieder kommen werden.

„LAND UNTER“ AUF DER METTNAU

1999: Marke 5,65 – Ein Steg wird gebaut

(ig) 1999 war ein schwarzes Jahr für die Mettnau. Nein, nein – das ist nicht finanziell gemeint. Vielmehr machte in diesem Jahr ein Hochwasser der Kur und den Gästen zu schaffen. Der Bodensee erreichte den Pegel von 5,65 m. „Land unter auf der Mettnau“ war angesagt. Dass rückblickend alles dennoch glimpflich ablief, ist dem Einsatz aller Mitarbeiter und vieler Helfer zu verdanken.

Aber der Reihe nach: Anfang Mai 1999 hatte der See noch einen Stand von 3,50 m, als starke Regenfälle einsetzten. Am 21. Mai kam von Konstanz die Nachricht: Ein Pegel von 5,11 m. Eine Marke, die man ernst nehmen musste. An diesem Tag gab es einen nicht enden wollenden Dauerregen. Die Folge: Der See stieg plötzlich rapide – um 31 cm. Da staunten selbst die Experten, die dies nicht für möglich gehalten haben. Das war der Moment, an dem in der Strandbadstraße die ersten Keller ausgepumpt wurden. Das Wasser drückte die Kanaldeckel hoch. Ein See entstand zwischen dem Strandbad und der Herz-Kreislauf-Klinik.
Und dann kam Pfingsten: Am Sonntag, 23. Mai 1999 und am darauffolgenden Montag erreichte der See den Höchststand von 5,65 m. Jetzt war die Strandbadstraße ab der Herz-Kreislauf-Klinik restlos überschwemmt. In aller Eile wurde ein Rößlebus mobilisiert und ein Fahrraddienst mit Mitarbeitern der Kur zwischen der Herz-Kreislauf-Klinik und dem Kurmittelhaus eingerichtet. Tiefgarage und Parkplatz der Herz-Kreislauf-Klinik mussten geräumt werden. Der komplette hintere Teil der Mettnau war von der Kernstadt abgeschnitten.

Um den Betrieb in der Mettnau-Kur aufrecht zu erhalten, wurden weitere Maßnahmen getroffen: ein Geländewagen wurde der Mettnau-Kur kostenlos zur Verfügung gestellt. Die Autos der Gäste wurden mit Traktoren und Tiefladern „aufs Trockene“ gebracht, ein Fahrzeug des Arbeitersamariterbundes stand mit Fahrer zur Verfügung und schließ-

Entlang der Strandbadstraße wurde ein Steg errichtet, damit die Fußgänger und Radfahrer zum Kurmittelhaus kamen.

lich kam noch ein Bus der SBG (mit erhöhtem Einstieg) zum Einsatz. Das reichte immer noch nicht. So wurde schließlich ein endlos langer Steg errichtet; zuerst einspurig und später mit Ausweichboxen. Er nahm den gesamten Fußgänger- und Radverkehr auf. Und um das Bild abzurunden: Das Strandcafé blieb eine Woche geschlossen.

Nach Pfingsten ging das Hochwasser dann langsam zurück. Aber zum Jubel gab es dennoch keinen Anlass: Ein schweres Gewitter bahnte sich an. Der Untersee kam noch glimpflich davon. Schwere Schäden gab es im östlichen Seeteil und vor allem in Lindau. Aber dort wie hier das gleiche Bild: Der See stieg erneut. In der Herz-Kreislauf-Klinik wurde eine Hebeanlage eingebaut und die Transformatorenstation hochgehoben. Die Wassermassen waren kaum zu bewältigen. Schächte mussten hochgemauert und um die Herz-Kreislauf-Klinik ein Sandsackwall errichtet werden.

Am Samstag, 12. Juni 1999 wurde der Jahrhundert-Höchstwasserstand von 5,65 m erneut erreicht. So überraschend wie dieses Hochwasser gekommen war, nahm die Gefahr auch wieder ab. Der See „ging" – wie die Radolfzeller sagen. Der Pegel sank innerhalb von vier Tagen um sage und schreibe 30 cm. Ab dem 28. Juni 1999 konnte die Strandbadstraße wieder mit Autos befahren werden. Die Gefahr war gebannt. Durch das Hochwasser entstanden der Mettnau-Kur keine finanziellen Einbußen.

Die Strandbadstraße (oben) war total überschwemmt. Da gab es kein Durchkommen mehr. Am Strandcafé (rechts Mitte) schlugen die Wellen bis unter die Terrasse. Das Restaurant wurde geschlossen. Froh war, wer noch eine trockene Bank ergattern konnte, wenngleich die Ruhepause dort unweigerlich mit einem Fußbad verbunden war (unten). Der Traktor (links Mitte) schiebt keinen Schnee vor sich her, sondern eine Bugwelle. Er zieht gerade ein Auto aus den Fluten. Sein Besitzer war vom Hochwasser überrascht worden und kam nicht mehr rechtzeitig von der Bodenseehalbinsel herunter.

GÄSTEBUCH

Von Verseschmieden und Karikaturisten

(ig) Zufriedene Gäste lassen sich gern zu einem Lob in schriftlicher Form inspirieren. Ein Blick in diverse Gästebücher bestätigt dies. Dort ist vieles in Prosa festgehalten, aber so mancher Gast betätigt sich auch als Verseschmied. Andere wiederum versuchten sich als Karikaturisten. Allen gemeinsam ist der Ausdruck der Zufriedenheit, des körperlichen Wohlbefindens und des Dankes für eine gelungene Kur, die schon vielen die Gesundheit zurückgegeben hat und dies auch künftig tun wird.

Wir haben in den Gästebüchern geblättert und sind dabei auf eine wahre Fundgrube von Beiträgen gestoßen, die mit spitzer Feder gezeichnet oder niedergeschrieben wurden. Hier eine kleine Auswahl:

Erkenntnis: „Auf jeden Fall – ganz unbenommen – freu ich mich auf das Wiederkommen."
„Des Morgenmuffels Müdigkeit, vertrieb Frau Auers Fröhlichkeit."
„Es war eine wunderschöne Zeit,für Körper, Seele und auch Geist."

Zur Erinnerung: mit Frau Auer ist Renate Kroll, die langjährige Wirtschaftsleiterin gemeint.

„Übrigens: Ich empfehle die Mettnau nur netten Menschen, damit die anderen zu Hause bleiben. Auch dieses Jahr wieder ein voller Erfolg, Blutwerte fantastisch, 3 kg weg, gesportelt wie ein Weltmeister, mehr Lachfalten im Gesicht und wieder traurig Abschied genommen – bis zum nächsten Mal."

„Für einen Menschen, der immer was zu Meckern haben muss, ist die Mettnau sehr, sehr langweilig. Warum? Weil es nichts zu Meckern gibt! Ich habe 4 Wochen erfolglos gesucht."

„Mal wieder ein Aufenthalt zu Ende. Ein neuer Doktor hat die Szene angenehm belebt. Die Mettnau hat in den letzten zehn Jahren mein Leben begleitet. Sie ist eindeutig ein Instrument zur Verbesserung der Lebensqualität."

In Halle und Wasser gab´s täglich Gymnastik,
die sorgte für bisher fehlende Elastik.
Was letztlich manchmal dazu führte,
dass man plötzlich Muskeln spürte,
von deren Vorhandensein man mal gelesen,
die bis dato aber bei mir nicht aktiv gewesen.

Nochmals Danke, alles Gute,
ob Sonne oder Graupel,
Ihr zufriedener Kurgast Wolfgang Vaupel

Diese Art des Früh- und Abendsports ist heute nicht mehr so ausgeprägt wie noch vor zehn oder zwanzig Jahren – zumindest was den Abendangeht. Aber der Besuch im „Scharfen Eck" ist immer noch ein Muss.

„ZU ANFANG WAREN WIR NUR ZWEIMAL VIER“

Wie aus Kurgästen verschworene Gemeinschaften werden – am Beispiel Schmidchen-Club

(ig) Fast jeder hat diese Situation schon einmal selbst erlebt: Man reist an, packt die Koffer aus und … Tja, da steht man plötzlich da und weiß nicht so recht, wie es jetzt weitergeht. Auf der Mettnau dauert dieser Zustand – wenn überhaupt – höchstens einige Stunden. Anschluss ist schnell gefunden und manchmal wird daraus so etwas wie eine verschworene Gemeinschaft. Beispiele gibt es da viele. Hier sind nur zwei herausgegriffen. Da sind die Mettnau-Jünger. 1967 trafen sie sich auf der Mettnau. Seitdem kommen sie einmal im Jahr immer an einem anderen Ort zusammen, um die alte Freundschaft wieder aufleben zu lassen. Und da ist zum zweiten der Schmidchen-Club – ein besonders geselliger und mit Humor durchtränkter „Haufen“. Es gibt ihn seit 1976. Auf ihn wollen wir hier etwas näher eingehen.

„Am 17. März 1976 kamen wir nach Radolfzell und lebten uns ein dort recht schnell.“ So dokumentierten Horst und Winfried in Versform den Beginn. Und weiter: „Bei Schmid´chen war unser gutes Quartier, zu Anfang waren wir nur zweimal vier.“ Damit ist klar, die Neuankömmlinge waren im Hotel Schmid untergebracht und fühlten sich dort offensichtlich recht wohl. Man traf sich regelmäßig, durchlebte gemeinsam alle „Qualen“ wie auch Freuden einer Kur und war sich bald einig: „Wir bleiben irgendwie zusammen.“ Also wurde ein Club gegründet – der Schmidchen-Club. Wer ihm angehört, hat eine originelle Urkunde, die den Aufenthalt in Radolfzell mit Siegel und Stempel „amtlich“ bescheinigt.

Zur Kunde

Hiermit wird amtlich kundgetan, dass
Herr/Frau/Frl. Dr. Reiner Stäglin
in der Zeit v. 17.3.-14.4.76 als Kurgast in Radolfzell der Stadt des grossen genialen Viktor v. Scheffel weilte.
Er/Sie hat sich stets an die Richtlinien, die zum Kurerfolg wichtig sind, gehalten und wurde daher bereits am 17.3.1976 Mitglied im Schmidchen Club.
Diese Ehre wurde selbst einem Viktor v. Scheffel nicht zu teil.
Der Rat von Radolfzell
Radolfzell, anno 1976

„Lieber Reiner (mit ei!), Du bist ein „wunderbarer“ Mann. Das einzige, was bei dir klappt, sind die Türen.
Herzliche Grüße Horst und Winfried
Pointierter Brief zweier Clubmitglieder an Professor Dr. Reiner Stäglin (Bild oben)

Zu den stolzen Besitzern zählt auch Reiner Stäglin. Der Professor aus Berlin ist inzwischen zu einem glühenden Verfechter der Kur geworden. Er ist Vorsitzender der Deutschen Statistischen Gesellschaft und drückt in seiner Sprache sein Fan-Gefühl so aus: „Ich bin so etwas wie ein Multiplikator für die Mettnau geworden.“ Offen bekennt er, mächtig die Werbetrommel für die Mettnau zu schlagen. „Ich sage allen Bekannten und Kollegen immer wieder, diese Kur ist nicht mit den sonst üblichen Heilbädern zu vergleichen. Sie ist viel mehr. Probiert sie doch einfach einmal aus.“

Besonders gern erinnert sich Dr. Reiner Stäglin an seinen ersten Aufenthalt auf der Mettnau (inzwischen sind es weit über zehn). Da sei noch manches rustikaler gewesen. Und schmunzelnd zitiert er die handliche Gäste-Info von anno dazumal: Aufwachen: Frohgemut; Aufstehen: zeitig; Mittagsruhe: Das Bett eignet sich gut zur Entspannung; Nachtruhe: Die Häuser werden um 22.30 Uhr geschlossen. Punktum!

Wie gesagt, es haben sich schon viele Gemeinschaften auf der Mettnau gebildet, aber es wurden noch mehr Freundschaften geschlossen. Sie halten meist über Jahre hinweg und künden so von einer schönen Zeit auf der Mettnau, an die sich jeder gerne zurückerinnert.

IN DER KUR KANN MAN RICHTIG „AUFTANKEN“

Vier prominente Gäste äußerten sich hochzufrieden über ihren Aufenthalt

Rezzo Schlauch

„Was ich während der Kur an Gewicht verlor, das habe ich an Motivation und Antrieb gewonnen!“ Ein nettes Kompliment, gerichtet von Rezzo Schlauch an die Kur. Der Grüne-Politiker war schon einige Male hier. Den Schwaben zieht es halt immer wieder „in Deutschlands letztes Zipfele“. Sein Urteil beim letzten Besuch: „Es war alles von höchster Qualität, alles aus einem Guss; einfach eine rundum tolle Betreuung.“ Rezzo Schlauch war viel unterwegs. Bei einer Radtour wollte er auch über den Schienerberg. In Öhningen fragte er eine Frau nach dem Weg. Diese mustere ihn von Kopf bis Fuß und meinte: „Da wollet se nuff? Da bruchet´se aber Luft!“ Schlauch lachend: „Ich hatte die Luft.“

Gottfried Haas

Die erste Kur seines Lebens genoss Dr. Gottfried Haas auf der Mettnau. Er ist Diplomat und zur Zeit Botschafter in Marokko. Zuvor war er in dieser Eigenschaft in Irland, Großbritannien und Signapur. Ein aufregendes Leben also. Die Erholung hier hat er richtig genossen. „Unter dem Begriff Kur war hier vieles, um nicht zu sagen alles anders als ich mir das vorgestellt hatte“, bekannte Gottfried Haas. Aus seinen Worten sprach aufrichtige Begeisterung. Und was ihm hier neben der guten Betreuung am meisten gefallen hat? „Ich konnte hier wieder auftanken, ohne erkannt zu werden.“ Er fühle sich wie neu geboren, fügte der Diplomat an und: „Ich habe viele positive Erfahrungen gewonnen.“

Peter Struck

Auch die cleversten Journalisten bissen sich die Zähne aus. Zu diesem Kurgast drang keiner vor. „Der Gast möchte seine Ruhe haben!“ So hieß es lapidar. Der Gast? Nun, damit war Peter Struck gemeint. Der frühere Bundesverteidigungsminister erholte sich nach einem Schlaganfall auf der Mettnau. Zusammen mit seiner Frau wohnte er in der Klinik „Seehalde“. Von der Betreuung war er sehr angetan, wie überhaupt er sich in Radolfzell sehr wohl fühlte. Mehrfach sah man ihn durch die Altstadt bummeln und auch einkehren. Drei Wochen war er hier. Nach eigenem Bekunden genoss er vor allem die Ruhe und Abgeschirmtheit auf der Mettnau. Und das Schönste: Er hat sich gut erholt.

Ursula Seiler-Albring

„Ich konnte hier die Seele baumeln lassen!“ Ursula Seiler-Albring, bis 2006 Botschafterin der Bundesrepublik Deutschland in Ungarn, geriet förmlich ins Schwärmen, als sie über ihren Kur-Aufenthalt auf der Mettnau sprach. Ausruhen, viel Lesen, kein Klingeln des Telefons – das alles genoss sie. Ursula Seiler-Albring ist seit Jahren im diplomatischen Dienst, war viel in Südosteuropa tätig. Bei ihrer Abreise verteilte die Botschafterin viel Lob. Es ging an die Ärzteschaft ebenso wie an die Therapeuten und Masseure. „Auch das übrige Personal war sehr aufmerksam und hat sich um mich als Patientin gekümmert.“ Vor allem habe ihr die Krankengymnastik sehr gut getan. Beim Abschied meinte sie noch: „Ich fahre mit vielen guten Eindrücken und genau so vielen guten Vorsätzen zurück.“

NACH WELTRAUM-SPAZIERGANG AB IN KUR

Der Astronaut Thomas Reiter trainierte auf der Mettnau seine Muskeln

(ig) 1995 startete Thomas Reiter zur Raumstation „Mir" in den Weltraum. Nach seiner geglückten Rückkehr aus dem All entschloss sich der Astronaut mit seiner Frau und Sohn Daniel zu einem Aufenthalt auf der Mettnau. Das war vor seinem zweiten Raumabendteuer, das ihn zur „ISS" brachte. Die Reiters stiegen im Hotel Schmid für zwei Wochen ab. Das sehr sympathische Ehepaar genoss die Landschaft und die Abendstimmungen am Untersee. Begeistert erzählte Thomas Reiter von seinem Weltraumspaziergang, seiner Arbeit in der Raumstation und von dem Blick auf die Erde. Hier in Radolfzell trainierte der Astronaut nach der Schwerelosigkeit im All seine Muskeln, während Sohn Daniel von der Quartiergeberin ins Herz geschlossen wurde. Unser Bild zeigt das Ehepaar Reiter mit dem kleinen Daniel, der von Quartiergeberin Martha Schmid gerade eine Rose geschenkt bekommen hat.

Walter Riester gehört zu den treuen Mettnau-Fans. Der frühere Bundesarbeitsminister (Riester-Rente) war 1986/87 zum ersten Mal hier. Beim letzten Mal logierte er in der „Seehalde". Die Klinik und ihre direkte Lage am See haben ihn begeistert. „Es ist schon toll, wenn man im Bad schwimmt und dabei den See direkt vor Augen hat." Ein dickes Lob zollt er allen guten und hilfsbereiten „Geistern" im Haus.

Wolfgang Asmus ist ein exzellenter Scheffelkenner. Der Präsident des Landgerichts in Kaiserslautern erhielt als Abiturient den Scheffelpreis. Des Dichters Wege führten ihn nach Radolfzell und hier speziell in die Kur. Begeistert zeigte er sich von dieser Einrichtung und – vom Radwegenetz. „Da können wir zu Hause nur von träumen. Ich bin ringsum zufrieden und war gerne hier!"

Fritz Pleitgen ist als Journalist und langjähriger WDR-Intendant vielen Menschen bekannt. Auf der Mettnau „taucht" er unter, um frische Kräfte zu tanken. In der Kur macht Pleitgen – er war schon öfter hier – vor allem die Gymnastik mit und setzt sich oft und gerne ins Ruderboot. Sein Quartier hat er in der ARTVILLA auf der Halbinsel, deren Ambiente er besonders schätzt.

Claus Kleber ist Leiter und Moderator des ZDF „Heute Journals". Der Vollblut-Journalist und einstige Studioleiter in Washington DC zählt heute zu den bekanntesten Deutschen Fernseh-Sprechern. Der promovierte Jurist ist ein Freund der Mettnau. Er war schon mehrfach hier zur Kur und spricht nur begeistert von ihr. Die Mettnau selbst bezeichnet er als den schönsten Fleck am See. Hier könne man sich zu jeder Jahreszeit erholen.

SCHARFE BÄLLE – FLOTTE SPRÜCHE

Beim Tennisturnier für Kurgäste ist neben dem Sport viel Fröhlichkeit angesagt

(ig) Scharfe Bälle – flotte Sprüche! Beim Tennisturnier für Kurgäste gibt es beides. Denn neben der sportlichen Seite ist viel Fröhlichkeit angesagt. Durchgeführt wird das Turnier jedes Jahr in Folge. Das erste Match wurde 1998 auf den Plätzen des TC Radolfzell ausgetragen. Die Idee dazu hatte Hans Freudigmann vom Tennisclub. Aus gesundheitlichen Gründen absolvierte er selbst einmal eine Kur auf der Mettnau, lernte dabei viele Tennisspieler kennen und sagte sich: „Warum veranstalten wir eigentlich nicht ein eigenes Turnier?"

Beim damaligen Kurdirektor Heinz-Peter Schmal fand er ein offenes Ohr.
Beide hoben das Turnier aus der Taufe.
Die Resonanz war von Anfang an erfreulich, die Besetzung bei jedem Turnier bestens. Heute reisen nicht wenige Spieler eigens an, sei es, um einen Titel zu verteidigen, oder auch nur, um in fröhlicher Runde wieder einmal unter Gleichgesinnten zu sein.
Den Wanderpokal hat bislang noch niemand in Besitz bekommen. Dazu wären drei erste Plätze in Folge nötig. Das hat noch keiner geschafft. Aber das kann ja noch kommen. Fair geht es immer zu. „Bei uns ist noch niemand mit Ärger im Bauch vom Platz gegangen", drückte es einmal Bertram Dorer aus, der zusammen mit Helmut Gürtler das Turnier betreut und ausrichtet. Eingebettet ist es in die Gastfreundschaft des Tennisclubs. Sie ist überaus herzlich und mit ein Garant für den Fortbestand des Kurgast-Tennisturniers, das inzwischen einen festen Platz im Jahreskalender der Mettnau eingenommen hat.

SPRÜCHEKLOPFER

„Nehmen Sie sich vor jenen Profis in acht, die schon „Aus" rufen, wenn der Ball noch in der Luft ist!"
Eine Floskel von Kurdirektor Heinz-Peter Schmal

„Die Partnerin war nicht schlecht,
aber ich treffe immer auf stärkere Gegner."
Auch so kann man eine Niederlage vollmundig begründen.

„Der rechnet so lange, bis der Bertram Pokalsieger ist."
Finstere Verdacht, als die Punkteauszählung etwas (zu) lange ging.

Strahlende Sieger (oben) gibt es nach jedem Turnier. Begehrt ist der Wanderpokal, aber auch alle übrigen Preise (rechts)

DIE WICHTIGSTE KLEIDUNG IST DER JOGGING-ANZUG

Die Mettnau im Spiegel der Presse – Gesund und fit durch Bewegung

(ig) Als die Mettnau 1958 aus der Taufe gehoben wurde, nahm nur die örtliche Presse davon Notiz. Das änderte sich bald. Die Erfolge dieser neuartigen und bislang noch nicht bekannten Sportkur sprachen sich bei Ärzten und Krankenkassen rasch herum und gelangten so auch in den Deutschen Blätterwald. Dadurch wurde die Öffentlichkeit aufmerksam, zumal immer mehr Politiker und bekannte Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens auf der Mettnau Ruhe und Entspannung suchten und natürlich darüber auch geschrieben wurde. Unzählige Artikel sind es inzwischen, in denen die Kur in den höchsten Tönen gelobt und weiterempfohlen wird.

Darüber herrscht natürlich Freude auf der Mettnau. Dort wurden die Berichte fleißig gesammelt und archiviert. Fein säuberlich geordnet ruhen sie heute auf dem Speicher des Scheffelschlösschens, wo die Redaktion dieser Festschrift diese fand und auswertete. In der Folge bringen wir hier Ausschnitte aus Zeitungen und Publikationen wie „Die Zeit", „Süddeutsche Zeitung" oder dem „Handelsblatt". Dies kann natürlich nur eine kleine Auswahl sein. Auch ist sie eher zufällig, sagt aber doch viel über den Stellenwert der Mettnau aus. Was symptomatisch scheint: Es gab nur positive Stimmen.

DIE ZEIT Im Banne der Turbomaus; Präventivkur am Bodensee – ruhen und rackern nach Plan. Ach, wie mir die schrillen Schreie fehlen. Es hatte schon was, wenn sie ihr Organ anwarf, die Turbomaus. So heißt sie seit Patientengedenken. Lustvoll beugten wir uns unter ihr gellendes Joch. Das heißt, wir bewegten uns ja, und wie. Denn auf der Mettnau heißt Kur nicht Bett und Bad, sondern Bewegung, sind die Patienten nicht eigentlich krank, sondern eher kregel. Auf der schmalen Landzunge bei Radolfzell am Bodensee steht das Kreislauftraining im Vordergrund … Für die Gruppen fünf und sechs hielt das Patientenkollektiv Spott bereit. Die Übungen für die Fünfer, hieß es, bestünden darin, die Schwäne zu füttern. Und für die Sechser: im Zusehen beim Schwänefüttern. (1993)

stern Kampf dem Wabbel-Look; Für Menschen mit Stress-Jobs gilt die Mettnau als erste Adresse zur physischen Regeneration. Hier wird man nicht in irgendwelche Schlammpackungen gesteckt, es werden keine Heilwässerchen serviert oder Pillen-Therapien durchgezogen, und man entspannt sich auch nicht beim Kur-Konzert. Aktiv sein, immer auf Trab, heißt das Moto der Mettnauer. ... Manfred Wörners Bodyguards verfluchen den Arzt, der das Schutzobjekt W. in die sportliche Elitegruppe eingeteilt hat. Denn die Sicherheitsbeamten des Nato-Generalsekretärs müssen immer mit. ... Und da sitzt er, der Norbert Blüm. Gemütlich nach dem Abendessen, die Teller stehen noch auf dem Tisch, und unser Minister für Arbeit und Sozialordnung strahlt nach sechs Schöpflöffeln Erbensuppe mit pfälzischer Fleischwurst übers ganze Gesicht. Schließlich ist es seine Leibspeise. Aber eigentlich mag er alles, was richtig deutsch deftig ist. . . . Als er ganz schnell etwas gegen sein Wabbel-Lookgut unternehmen wollte, holte er sich Rat bei seinem Parteifreund Manfred Wörner. Dieser, kaum noch Haare auf dem Kopf, ist fit wie ein Turnschuh. (1991)

Süddeutsche Zeitung „Zuviel g´soffe, zuwenig g´loffe". In Mettnau werden bei der Kur bis dahin unbekannte Muskelpartien schmerzhaft bewusst. Die Mettnau ist für viele ein Zauberwort, ein Geheimtipp nicht nur für Manager, die hier die sogenannten Zivilisationskrankheiten wie Herzerkrankungen, Fehl- oder Überernährung sowie nervliche Überlastung und Stress bekämpfen. Arbeits- und Sozialminister Norbert Blüm schwärmt von der Mettnau, NATO-Generalsekretär Manfred Wörner kam mehr als zehnmal und lernte auf der Mettnau – zunächst als „Kurschatten" – seine spätere Frau kennen. Abgeschlaffte Führungskräfte sind ebenso Patienten wie genervte Sekretärinnen, Banker und Ministerialbeamte, Wirtschaftskapitäne und Jetpiloten, Journalisten und Lehrer, Hausfrauen und Angestellte … Man spricht mehr von wiederentdeckten Muskelpartien als von Kalorientabellen und Krankheiten. Die abendlichen Viertele-Runden gehören für viele zur Therapie. „Kurschatten-Börsen" freilich sind diese Treffs nicht. Erstens sind die Damen weit in der Unterzahl, zweitens ist so manch einer durch den Sport-Stress viel zu kaputt, um auf dumme Gedanken zu kommen. (1994)

DER TAGESSPIEGEL Von Rückgang keine Spur; Kuren auf der Mettnau am Bodensee nach dem Motto „Heilung durch Bewegung". Ob schlecht geschlafen, von Schmerzen geplagt oder (noch) den Alltagsstress in den Knochen: Wenn Sporttherapeutin Eva Mündklein um halb neun Uhr in der meist überfüllten Gymnastikhalle mit „guten Morgen" das Stretching beginnt, machen alle – wie umgewandelt – begeistert mit. Am Ende eilen sie mit fröhlichen Gesichtern zur nächsten sportlichen Betätigung. Auf der Halbinsel Mettnau erholen sich Frauen und Männer zwischen 18 und 80 Jahren fast ausschließlich mit Sport und Gymnastik … Abends trifft man sich im Jogging-Anzug. Darin sehen bekanntlich Chef und Mitarbeiter gleich aus, was den Gemeinschaftsgeist ebenfalls fördert. (1996)

Handelsblatt DIE WIRTSCHAFTS- UND FINANZZEITUNG Wo Manager die Muskeln mehren. Die Mettnau-Sportkuren setzen auf die unausgeschöpften Reserven des eigenen Körpers. Der Trainingsanzug schraubt sie alle auf gleiches Niveau: Politiker, Kapitäne der Wirtschaft und der Luft, Führungskräfte aus der Beletage namhafter Unternehmen, deutsche Botschafter aus aller Welt. Auf der Bodensee-Halbinsel Mettnau kommen alle wieder „auf Trab". Schauspielerin Iris Berben tauscht Schminke und Schwamm gegen Schwielen und Schweiß, TV-Größen wie Fritz Pleitgen und Dieter Kronzucker genießen beim Segeln ihre Medienmachermuße, Astronaut Reiter findet auf der schmalen Landzunge im Untersee wieder sein Gleichgewicht und Egon Bahr „fühlt sich frei in dieser unglaublichen Umgebung". (1997)

Ärztliche Zeitung: Während manche der rund dreihundert deutschen Kurbetriebe aufgrund des gesundheitspolitischen Sparkurses bereits um ihre Existenz ringen, herrscht auf der idyllischen Halbinsel Mettnau auch 1998 noch Zuversicht. Nach nunmehr 40 Jahren erweist sich das damals mutige Motto „Heilung durch Bewegung“ weiterhin als attraktiv und erfolgreich. Dabei könnte es noch durch den Zusatz „und gute Laune“ durchaus ergänzt werden. Denn das Konzept der Ärzte, Psychologen und Sportlehrer samt dem ganzen Mettnau-Team basiert auf der klaren Erkenntnis, dass wiedergewonnener Optimismus und ansteckende Heiterkeit ihre ganz eigene Heilkraft haben. (1998)

Handwerk Magazin: Wieder fit durch Bewegung! Wer Kurkonzertatmosphäre schätzt, ist hier sicher fehl am Platz. Die wichtigste Kleidung ist der Jogging-Anzug. So manch neuer Kurgast beginnt seine Mettnau-Zeit mit Muskelkater und stöhnt, das sei kein Kurort, sondern ein Trainingslager. Die meisten haben sich jedoch schon nach einigen Tagen integriert. Dass es trotz Muskelkater und sportlicher Forderung nur wenige unzufriedene Mettnau-Gäste gibt, beweist die Statistik: Rund fünfzig Prozent der Patienten gelten als Wiederholer. (1991)

Haubentaucher: Information des Gäste-Clubs Untersee. Der Erfolg der Kur resultiert aus dem Zusammenwirken von körperlicher Aktivität, gesunder Ernährung, Entspannungstherapie und Gymnastik – eine sogenannte Ganzheitstherapie. Und die Erfahrung hat gezeigt, zum Kurerfolg tragen vor allem auch das milde Klima und die schöne Landschaft am See bei. ... Dass die Einrichtung in den letzten Jahren zum wichtigsten Wirtschaftsfaktor der 27.000 Einwohner-Stadt herangewachsen ist, beweisen einige Zahlen aus den Rechnungsbüchern: 1992 wurden 5.300 Gäste und 140.114 Übernachtungen registriert, gerade 7.000 weniger, als die Hotels und Pensionen in der Stadt und ihren Ortsteilen an Feriengäste vermieteten. (1994)

dpa Auf der Mettnau werden auch träge Menschen zu Bewegungsfans. „Diese auf jeden Einzelfall zugeschnittene Sporttherapie unter ärztlicher Überwachung überzeugt uns durch ihre Rehabilitationserfolge“, sagt Ursula Mootz, Dezernentin für Rehabilitationsmaßnahmen bei der BfA in Berlin. Auch die Sprecher der gesetzlichen Krankenkassen teilen diese Ansicht … Nicht nur Kranke suchen hier Heilung durch Bewegung, sondern es reisen auch viele Sportler an, die ihre Leistungen durch das medizinische Ausdauertraining steigern möchten. Stadtoberhäupter, Bundes- und Landesminister sowie Manager beugen durch regelmäßige Kuren auf der Mettnau Herzkrankheiten vor. (2000)

Eßlinger Zeitung Südländisches Flair am „Schwäbischen Meer“. Wo der Untersee am verwunschensten ist, rankt sich rund um das gotische Münster „Unserer Lieben Frau“ die schmucke Altstadt von Radolfzell – autofrei und bis auf wenige Gassen saniert. Die „Bundeshauptstadt für Natur- und Umweltschutz“ ist stolz auf ihre 700 Hektar große Naturschutzfläche, die sich zum Teil auf der angrenzenden Halbinsel Mettnau, wo „Heilung durch Bewegung“ angesagt ist, befindet. Abends kommen sich Einheimische, Urlauber und Kurgäste bei einem Schoppen im „Weinhaus Baum“ näher, im „Alt-Baden“ oder „Kronenkeller“. (1996)

Frankfurter Allgemeine Die Angst läuft immer mit. Das zweite Leben nach dem Herzinfarkt – ein Plädoyer für die Kur. Wer eine Klinik für Anschlussheilbehandlungen nach Herzinfarkten besucht, ist ziemlich erstaunt, dort einen Patienten rauchen zu sehen. Der Patient, ein nicht mehr ganz so straffer Mitfünfziger, entschuldigte sich: „Man hat mir gesagt, ich dürfe alles tun, was mir Spaß macht und Rauchen macht mir nun mal Spaß." Ein solches Detail zeigt beispielhaft die Probleme, die sich bei der Rehabilitation nach Herzinfarkt stellen: Einerseits soll der Patient wieder Lebensfreude, Selbstvertrauen und den Anschluss an seine normale Umgebung finden und seine alles überschattende Herzangst verlieren, mit seiner Krankheit leben lernen – andererseits muss er seinen gesamten Lebensstil ändern, wenn der nächste Infarkt nicht schon vorprogrammiert sein soll. Das begreift nicht jeder von heute auf morgen. Deshalb auch wird über den Wert von Rehabilitationsmaßnahmen nach Herzinfarkten immer noch kontrovers und emotional diskutiert, laufen alle Argumente, Erfahrungen, Untersuchungen und Beweise letztlich auf die eine Frage hinaus: Lohnt sich der ganze Aufwand überhaupt? (1986)

Das goldene Blatt: Radolfzell – sanfte Heilung durch Bewegung und Wasser. Wir sitzen zu viel, bewegen uns zu wenig, legen selbst kleine Entfernungen mit dem Auto zurück – kein Wunder also, dass das Kreuz schmerzt, Herz und Kreislauf nicht mehr richtig funktionieren. Bewegung und Ausgleichssport sind daher besonders wichtig. In Radolfzell kommen Sie wieder richtig in Trab. Die aktive Therapie unter ärztlicher Leitung ist in verschiedene Sportprogramme eingeteilt, die je nach individuellem Leistungsvermögen durchgeführt werden. Den besten Kurerfolg haben Sie bei einem stationären Kur-Aufenthalt, der nicht unter drei Wochen liegen sollte. Natürlich können auch kürzere ambulante Badekuren durchgeführt werden – und schon allein die Landschaft ist ein Kurz-Trip wert. (1994)

SÜDKURIER Muskelkater war ständiger Begleiter. Mit den Augen des Gastes gesehen. Sie kennen diesen Zustand: Gebirge auf dem Schreibtisch, über deren Gipfel man nie mehr schaut. Termine, Telefonate, die am Nervenkostüm zerren. Den Schlaf rauben Programm-Entwicklungen, Gespräche, unerledigte Briefe. Alle Partner wollen alles auf einmal. Auch mich erreichte der „Ich-kann-einfach-nicht-mehr-Zustand". Die Kreislaufmaschinerie versetzt einen in lähmende Müdigkeit. Das vegetative Nervenkostüm ist angekratzt wie eine alte Schallplatte. Die Gedanken stolpern. Wenn es dafür ein Rezept gibt, oder ein gutes Konzept, wieder in kurzer Zeit entspannt, fit und fröhlich zu sein, dann ist es die Mettnau auf dem Halbinselparadies gleichen Namens bei Radolfzell am Bodensee. Ich fuhr dorthin … Wie man sich fühlt nach einer Mettnau? Um vieles jünger, schlanker, unternehmenslustiger und gesünder. (1974)

Wochenblatt Die ganze Stadt profitiert von der Kur. Die Mettnau hilft den Menschen, die als Kurgäste auf der Radolfzeller Halbinsel anreisen, wieder auf die Sprünge. Aber die Kur macht nicht nur andere gesund oder erhält ihre Gesundheit, ihr selbst geht es schon seit vielen Jahren recht gut. Und von ihr und ihrem guten Ruf profitieren die Stadt Radolfzell insgesamt und selbstverständlich der Einzelhandel samt Gastronomie. Wer einmal hier war, der nickt anerkennend, wenn er das Stichwort „Scharfes Eck" hört. Mit dem Programm „Heilung durch Bewegung" verfügte die Mettnau von Anfang an über ein Konzept, das richtig war und sich als immer treffender erwies. Mit der Folge, dass andere Kurorte nachzogen. Da die Mettnau eine sehr große Erfahrung besitzt, kann sie sich dennoch von anderen abheben. Die Hälfte aller Kurgäste, die jährlich anreisen, sind „Wiederholungstäter". (1994)

Bodensee-Hefte: Topfit am Bodensee. Mit einer Kur im althergebrachten Sinn hat die Rehabilitationseinrichtung auf der Mettnau-Halbinsel in Radolfzell nur wenig zu tun. Hier können Sie joggen, turnen, segeln, schwimmen, rudern oder Tennis spielen – ganz nach Lust und Laune. Klare Luft und viel Sonne verwöhnen den Gast zu jeder Jahreszeit. Der behagliche und ruhige Charakter eignet sich für jeden, einige Wochen vom Alltags- und Berufsstress auszuspannen. An Möglichkeiten zur aktiven Gestaltung lässt die Mettnau keine Wünsche offen. Einmal etwas richtig für die Gesundheit tun, den Alltag hinter sich lassen, viel frische Luft und neue Kräfte tanken, einfach das tun, was man schon immer wollte, die Mettnau ist der ideale Platz dafür. (1997)

Soweit also die Presse-Stimmen. Eines fällt bei deren Durchsicht immer wieder ins Auge: Nicht wenige Autoren singen entzückt ein hohes Lied auf die Landschaft und den See – kurz auf die Natur. Dazu nur ein Beispiel aus der Reisebeilage des „Mannheimer Morgen" (1978):

MANNHEIMER MORGEN

Von Segelbooten wie von weißen Faltern umgaukelt, löst sich die Landmasse der Mettnau leicht und gleichsam schwebend im Untersee auf. Der Pappelweg, die alten Bäume der Uferpromenade und der geheimnisvolle Dschungel aus Schilf, alles ist von suggestiver Sanftmut und so diskret, dass die Bezeichnung „Naturschutzgebiet" allein nicht ausreicht, um das innere Gleichgewicht der Landschaft zu erklären. Na, wer sagt´s denn? Da kommt man doch buchstäblich selbst ins Schwärmen... (1978)

DAS STRANDHOTEL – HEUTE HERMANN-ALBRECHT-KLINIK

Vom Kursanatorium Mettnau zum modernen Klinik-Bau

(ig) Die ersten Gäste der Mettnau-Kur zogen 1958 in das Strandhotel, draußen bei der Stadtgärtnerei, ein. Es wurde bald in „Kursanatorium Mettnau" umbenannt. Das Hotel mit seinem anheimelnden Ambiente war zuvor ein beliebter Treffpunkt für die Radolfzeller. Es entsprach später nicht mehr den modernen Anforderungen für eine Kur und wurde 1993/94 teilweise abgerissen. 1991 wurden die ersten beiden Bettenhäuser des Hermann-Albrecht-Sanatoriums in Betrieb genommen. 1994 kam ein dritteshinzu. Für die Zukunft ist eine Verbindung von der Hermann-Albrecht-Klinik zum Kurmittelhaus geplant.

Unsere Bilder: Das Strandhotel mit Scheffelschlösschen bei der Stadtgärtnerei (Luftbild unten links). Eine Ansicht des Hotels (unten rechts). Der Trakt links steht heute noch. Dort sind Büros und ein Tagungsraum untergebracht. Gemütlich war es im „Scheffelstübchen" des früheren Hotels (oben). Der Raum existiert noch, aber nicht mehr in dieser Ausstattung. Schließlich die neue Hermann-Albrecht-Klinik (links mit Blumen). Die Klinik trägt seit 1978 den Namen des Gründers der Kur.

Blick von Scheffels Arbeitszimmer im Haus „Seehalde“ auf die Stadt Radolfzell und die Hegaulandschaft. Aus „Scheffels – Herr der Mettnau“

WIE DIE „SEEHALDE“ ZUR METTNAU-KUR KAM

Ein Kapitel aus der langen Geschichte dieses Seegrundstückes – sensibles Baugebiet

Joseph Victor von Scheffel hat zur Mettnau durch seinen Verleger Adolf Bonz gefunden. Auf Vermittlung des Radolfzeller Hauptlehrers Johann Schönenberger kaufte er im Dezember 1871 vom Spitalfonds Radolfzell auf der Mettnau das sogenannte „Mietingersche Seegrundstück“ mit Garten und Rebland. In den Jahren 1872 und 1873 ließ Victor von Scheffel nach den Plänen des Karlsruher Baumeisters Durm die Villa Seehalde im italienischen Stil erbauen. Der Bau der Seehalde bereitete dem Bauherren einige Ungelegenheiten. So wurde zum Beispiel in der Nacht vor dem Richtfest durch einen Sturm das ganze Dach abgedeckt. Außerdem war während der Bauzeit abzusehen, dass die Baukosten überschritten werden. Dieser Ärger legte sich jedoch, als der Bauherr das gelungene Werk sah.

1875 erwarb Victor von Scheffel das Weingut „Mettnau“, um seinen Besitz am Bodensee für seinen Sohn zu vergrößern. Auch wollte er für die Jagd und Fischerei einen eigenen Grund und Boden haben. Ein vorhandenes Pächterhaus (heutiges Scheffelschlösschen) sollte umgebaut werden. Dieses Refugium wurde zu einem noch abgeschlosseneren und dem Touristenverkehr noch mehr entzogeneren Wohnsitz eingerichtet. Die Seehalde konnte dies nicht bieten.

Das Besitztum Seehalde wurde von Rittmeister Max Victor von Scheffel 1903 für 58.000 Mark dem Badischen Staat (Großherzogische Domänendirektion Karlsruhe) verkauft. In die Villa Seehalde zog das Forstamt ein. Die damaligen Stadtväter glaubten, dass die Seehalde von dem Badischen Finanzministerium für die Einrichtung eines Scheffelmuseums kauf- oder mietweise der Stadt überlassen würde. Dies wurde am 13. Oktober 1923 vom Finanzministerium abgelehnt.

Es dauerte bis zum Jahre 1998, bis das Land Baden-Württemberg die Villa Seehalde mit dem herrlichen Seegrundstück der Stadt Radolfzell zum Kauf anbot. Diese war aber zu diesem Zeitpunkt nicht in der Lage, die Geldmittel aufzubringen und so wurde das Grundstück mit Villa und Kutscherhaus auf dem freien Markt gehandelt. Es gab genügend Investoren, die an einem Kauf interessiert waren. Ja, es gab bereits Vorentwürfe, wie das Grundstück überbaut werden sollte.

Als damaliger Kurdirektor und Radolfzeller war ich über diese Entwicklung, nämlich was mit dem schönen Grundstück geschehen soll, nicht glücklich und überlegte mir, ob nicht die Mettnau-Kur dieses Grundstück für eine spätere Nutzung kaufen sollte. Die Zeit zum Überlegen war kurz, da bereits Mitte Dezember war und die Entscheidung bis zum 31.12.1997 getroffen werden musste. In einem Gespräch mit Verwaltungsleiter Klaus Buck und dem Kontroller Andreas Linke haben wir einen Finanzierungs- und Nutzungsvorschlag erarbeitet, den ich dem damaligen Oberbürgermeister Günter Neurohr vortrug.

Die Villa „Seehalde" von Joseph Viktor von Scheffel.
Abgedruckt aus dem Arch. Skizzenbuch Jahrgang 1879/Heft IV

Dieser war von der Idee, wonach die Mettnau-Kur das Anwesen kauft und es somit im Besitz der Stadt Radolfzell bleibt, begeistert. Noch kurz vor Weihnachten lud er wegen der Dringlichkeit den Ältestenrat zu einer Besprechung ein. Zu dieser waren alle Fraktionen anwesend. Sie alle waren einstimmig damit einverstanden, dass die Kur das Grundstück mit Gebäude kaufen soll. OB Günter Neurohr wurde beauftragt, dem Landesliegenschaftsamt mitzuteilen, dass die Stadt Radolfzell (die Mettnau-Kur) das Anwesen kauft. Im Januar 1998 stimmte der Gemeinderat – einstimmig – dann ebenfalls dem Kauf zu.

Wer nun glaubte, der Kauf sei damit unter Dach gewesen, der täuschte sich. Damit die Mettnau-Kur das Anwesen auch wirklich kaufen durfte, musste noch die Genehmigung beim Regierungspräsidium und vom Finanzamt (die Kur ist gemeinnützig) eingeholt werden. Das Regierungspräsidium überprüfte die haushaltrechtliche Seite der Kur und erteilte seine Zustimmung. In einem Gespräch beim Finanzamt Singen, wo uns der Kämmerer der Stadt, Wolfgang Peters, unterstützte, wurde uns mitgeteilt, dass – um nicht die Gemeinnützigkeit zu verlieren – die Kur das Anwesen selbst nutzen müsse, was auch so angedacht war.

Als erstes wurden die Büros des Forstamtes in der Villa als Gästezimmer mit Frühstücksraum umgebaut. Hier zeigten sich der Amtsleiter,

Oberamtsrat Kuntz, und seine Mitarbeiter sehr kooperativ, so dass Architekt Herbert Wäschle, der mit dem Umbau beauftragt wurde, jederzeit die Räume betreten konnte. Somit war die Planung und Ausschreibung bis zum Auszug des Forstamtes gesichert. Zum Abschied erhielt die Mettnau-Kur von den Mitarbeitern des Forstamtes eine Eiche geschenkt, die vor der Villa Seehalde gepflanzt wurde. Es entstanden drei Einzel- und sechs Doppelzimmer, sowie Frühstücksküche mit Aufenthaltsraum. Die Zimmer konnten bereits im Jahr 2000 bezogen werden. Als zweiter Bauabschnitt wurde der Umbau des Kutscherhauses vorgenommen. Es entstanden drei Zweizimmer-, sowie zwei Einzimmerapartments. Zum Ende des Jahres 2000 erhielt Architekt Herbert Wäschle vom Gemeinderat den Auftrag, ein Gäste- und Therapiehaus zu planen. Es handelte sich um einen sehr sensiblen Auftrag. So war der eng gesteckte Rahmen des Bebauungsplans voll auszunutzen, um das Raumprogramm für die Klinik unterzubringen. Es mussten auch die Forderungen des Denkmalamtes und des Umweltamtes berücksichtigt werden. Der Bebauungsplan sah für das Therapiehaus eine zweigeschossige Bauweise vor. Das Denkmalamt lehnte aber diese Bauweise ab und bestand darauf, dass auf keinen Fall der freie Blick zur Villa versperrt wird. Durch die Unterstützung von OB Neurohr wurde dann bei einer Ortsbesichtigung die heutige Lösung gefunden.

Kurdirektor H. P. Schmal nimmt den ersten Spatenstich mit einer Raupe vor.
Streng nach Vorschrift trägt er dabei einen Schutzhelm.

Architekt Wäschle (im Vordergrund) auf der Baustelle Seehalde.
Täglich überwachte er den Fortschritt der Bauarbeiten und sprach mit den Handwerkern.

Das Forstamt spendete beim Auszug aus der Villa den neuen Besitzern der Seehalde einen Baum. Die Eiche wurde an Architekt Wäschle und Kurdirektor H. P. Schmal (von links) übergeben.

zimmer, eingerichtet. Es versteht sich von selbst, dass alle Zimmer Seesicht haben. Das Therapiehaus hat ein 8 x 10 m großes Therapiebecken mit freier Sicht zum See, eine Sauna, eine Gymnastikhalle mit ca. 100 qm und verschiedene Funktionsräume.

Insgesamt stehen der Mettnau-Kur 55 Betten in 40 Zimmern zur Verfügung. Die Warmwasserversorgung wird weitgehendst über Sonnenkollektoren und Wärmerückgewinnung abgedeckt. Die Bauarbeiten wurden am 1. Oktober 2001 begonnen. Einweihung war am 28. März 2003. Der Kostenvoranschlag von 5,5 Mio. Euro wurde um 500.000 € unterschritten, im Gegensatz zum Bau der Villa Seehalde im Jahre 1873, was die Verantwortlichen der Mettnau-Kur erfreute.

Die Klinik Seehalde besteht aus vier Geschossen, wobei das Hauptgeschoss mit vier Metern Höhe von der Scheffelstraße aus nicht sichtbar ist und sich nur in Richtung See öffnet. Im Untergeschoss befinden sich sämtliche Funktionsräume (z. B. Küche, Restaurant, Ärztezimmer, Technik u. a.). Von hier aus gelangt man über den unterirdischen Gang in das Therapiehaus, beziehungsweise über den verglasten Gang zur Villa Seehalde. Außerdem befindet sich im Untergeschoss ein rollstuhlgerechtes Gästezimmer. Im Erdgeschoss mit Haupteingang und Rezeption sind noch sieben Gästezimmer, davon zwei Doppelzimmer und ein Funktionsraum. Im Obergeschoss sind neun Gästezimmer, davon wiederum zwei Doppelzimmer und ein Funktionsraum, untergebracht. Im Dachgeschoss schließlich wurden ein Arztzimmer sowie neun Gästezimmer, davon wieder zwei Doppel-

Sollte einmal die Möglichkeit bestehen, dass auf dem Gelände Seehalde eine Erweiterung möglich ist, muss versucht werden nebst Funktionsräumen weitere Patientenzimmer zu bauen. Nur dadurch kann die Wirtschaftlichkeit der Klinik Seehalde erhöht werden.

Heute ist die Seehalde eine Klinik, die hauptsächlich von Privatgästen gebucht wird, nicht zuletzt wegen der attraktiven Lage, der Ausstattung der Zimmer und der Bäder, sowie des Ambientes. Was von den Gästen sehr geschätzt wird, ist die Tatsache, dass die Therapieeinrichtungen alle unter einem Dach sind.

Heinz-Peter Schmal

Literatur: Aus „Herr der Mettnau“ (Achim Fenner) und „Die Mettnau bei Radolfzell“ (Professor Josef Stöckle)

ORIGINALURKUNDE IM BESITZ DER METTNAU-KUR

Von Max Victor von Scheffel unterschrieben

Es war 1903, genauer gesagt am 20. März, als Max Victor von Scheffel die Villa an die Badische Domänendirektion Karlsruhe verkaufte. Dies zum Preis von 58.000 Mark. Der Sohn des Dichters Joseph Victor von Scheffel trennte sich damit von einem Grundstück, das sein Vater 1871 nach einem ersten Aufenthalt in Radolfzell als Badegrundstück erworben hatte.

1872/73 entstand dann nach den Plänen des Karlsruher Baumeisters Joseph Durm auf dem 100 Ar großen Grundstück die Villa „Seehalde" im italienischen Stil. Scheffel starb 1886 in Karlsruhe. Jahre später veräußerte sein Sohn das Grundstück. Es gehört heute zu den Sahnestücken auf der Mettnau.

Der Original-Kaufvertrag von 1903 befindet sich im Besitz der Mettnau-Kur. Er soll jedoch dem Stadtarchiv bzw. dem Museum übergeben werden. Nach dem Verkauf zog das Großherzogliche Badische Forstamt in die Seehalde ein.
Dies dokumentiert das hier abgebildete Siegel.

Kaufvertrag.

Zwischen
dem Großh. Domänenärar,
vertreten durch
einerseits
und
in
anderseits
kam heute folgender
Kaufvertrag
zu Stande.

§ 1.

verkauft an das Großh. Domänenärar das nachstehend in Spalten 1 bis 6 bezeichnete Grundstück
der Gemarkung im Grundbuchbezirk

1.	2.	3.	4.	5.			6.			7.		8.
O.-Z.	Lagerbuch Nummer	Gewann	Art und Nebenlieger	Größe			Grundbuch			Preis		Bemerkungen
				ha	a	qm	Band	Heft	laufende Nummer (L.-B.-N.)	ℳ	₰	

Vorstehender Vertrag wurde fach ausgefertigt und jedem Teile eine Fertigung zugestellt.
Die Fertigung ist für das Grundbuchamt bestimmt.
So geschehen den 30ten März 1903
Urkundlich der Unterschriften:
Des Käufers für das Großh. Domänenärar: Des Verkäufers
Victor von Scheffel
Nr. 15229.

Heute befindet sich die „Seehalde" im Besitz der Kurbetriebe und damit der Stadt. 1998 haben die Med. Reha-Einrichtungen die Villa Seehalde samt dem Seegrundstück zum Preis von 7,9 Mio. DM erworben.

DAS SCHEFFELSCHLÖSSCHEN

Dichtersitz und Radolfzeller Heimatmuseum

(ig) Clemens Schäfle hat ein Hobby. Seit Jahren sammelt er alte Postkarten und Stadtansichten. Inzwischen sind es unzählige Ordner voll. Ein wahrer Schatz. Hier wird Zeitgeschichte lebendig. Natürlich hat der gebürtige Radolfzeller auch vieles über die Mettnau zusammengetragen. Sie interessiert ihn ganz besonders. Schließlich befindet sich auf der Halbinsel sein Arbeitsplatz. Er ist Koch auf der Mettnau. Für diese Festschrift ließ uns Clemens Schäfle einen Blick in sein Archiv werfen. Dabei förderten wir eine Vielzahl von Ansichten rund um das Scheffelschlösschen zu Tage.

Einst war es Dichtersitz (Victor von Scheffel) und auch Heimatmuseum. Die Postkarte oben zeigt das frühere Scheffel´sche Landhaus. Sie trägt den Poststempel 16. Dezember 1907. Links ein Blick ins Dichterheim. Hier hat Scheffel einst gearbeitet. Das Scheffelstübchen im früheren Museum rechts unten ist zum Teil auch heute noch erhalten. Es dient als Lesetube. Schließlich noch ein Blick in einen Museumsraum Mitte rechts. Die dort zu sehenden Exponate sind heute weit verstreut und sicher nicht mehr alle aufzufinden.

„TRAU DICH“

Heiraten und Tagen auf der Mettnau

(ig) „Trau dich“ – im Scheffelschlösschen! Auch das ist auf der Mettnau möglich. Wo einst der Dichter Joseph Victor von Scheffel mit seinen Gästen und Jagdgefährten in fröhlicher Runde am Kamin saß, um bei einem guten Glas Wein über Gott und die Welt zu diskutieren, können romantisch gestimmte Paare sich heute das Ja-Wort geben. Das Standesamt im Rathaus wird dann eben mal kurz auf die Mettnau verlegt.

„Traudich“ imScheffelschlösschenaufderMettnau:NichtnurdasBrautpaar,auchdie TrauzeugenunddieHochzeitsgäste–sieallestrahlen.DasAmbienteimheimeligen Kaminzimmerhatesallenangetan.AuchdieStandesbeamtinnenwaltengeradehier gerne ihres Amtes.

Trauungen werden in der Regel im Rathaus in der Altstadt durchgeführt. Der Bürgersaal dort ist mit seinen großen Wandgemälden zwar recht stimmungsvoll, aber oft zu groß für kleine Gesellschaften; das Zimmer 13 als Ausweichquartier eher zu nüchtern. Das Ambiente im Kaminzimmer des Scheffelschlösschens ist für kleinere Hochzeiten dagegen bestens geeignet. Es strahlt Stille und Geborgenheit aus.
Das Scheffelschlösschen ist heute auch der Sitz der Kurdirektion.

Vorteilhaft ist hier auch die Nähe zum Strandcafé, wo auf Wunsch die Hochzeitsfeier durchgeführt werden kann, oder ein Sektempfang auf der Wiese vor dem Schlösschen bereitet wird. Wer es ganz romantisch will, kann (zumindest im Sommer) mit dem Rösslebus oder dem Solarboot auf die Mettnau fahren. Natürlich stehen auch genügend Parkplätze für PKWs zur Verfügung.

Ein Flyer informiert das Brautpaar darüber, wo man sich in Radolfzell „trauen kann“. Das Scheffelschlösschen wird immer mehr bevorzugt.

Mehrere Trauungen sind dort inzwischen abgehalten worden und vor allem die Mundpropaganda sorgt dafür, dass es noch mehr werden. Auch die Standesbeamtinnen Sonja Rimmele, Evelyn Hinz und Ingeborg Deckel, die jährlich in Radolfzell etwa 150 Trauungen durchführen, freuen sich immer, wenn eine Trauung im Schlösschen vorgenommen werden kann.

Das Kaminzimmer kann auch für kleinere Tagungen gebucht werden, die Mettnau empfiehlt sich gerne als Tagungsort und gewinnt zunehmend an Bedeutung.

RESTAURANTSTRANDCAFÉ: EINST UND HEUTE

„Villa Strandbad" wurde das Strandcafé in der Gründerzeit genannt. Dort tummelte sich im Sommerhalb Radolfzell. Wenn im Winter der See zufror, zogen die Spaziergänger und Schlittschuhläufer hinaus zum „Logenplatz am Bodensee".

DER LOGENPLATZ AM BODENSEE

Das Strandcafé ist eine gediegene Adresse – 1995 von der Kur als selbständiger Betrieb übernommen

(ig) Das Strandcafé auf der Mettnau hat eine lange Tradition. Sie reicht zurück bis ins Jahr 1928. Schon damals war das Restaurant ein Aushängeschild für die ortsansässige Gastronomie. Zusammen mit dem Strandhotel zählte es zu den gediegenen Adressen, an dem das Herz vieler Radolfzeller hing.
1928 wurde das Strandcafé erbaut. Noch heute trauern viele Alt-Radolfzeller um dieses direkt am See erstellte Gebäude, das 1966 durch einen kompletten Neubau ersetzt wurde. Auf Wunsch der Stadt übernahm 1995 die Mettnau-Kur das Restaurant als selbständigen Betrieb, renovierte mit Geschick das Restaurant, baute Zimmer für die Gäste ein und eröffnete 1996 „den Logenplatz am Bodensee".

2006 wurde das Strandcafé „modernisiert". Es hat nun eine Tanzfläche, so dass wieder regelmäßig Tanzabende veranstaltet werden können. Für den „eiligen" Gast gibt es eine kleine Steh-Bar. Ein Behinderten-WC wurde eingebaut. Lichtdurchflutet ist das „Stüble" (Nebenzimmer).

Als Wandschmuck wurden alte Bilder gewählt. Sie zeigen das „erste Strandcafé" wie auch Impressionen von der Seegfrörne, die noch heute als ein Jahrhundertereignis gilt. Vor allem im Sommer schätzen die Gäste den Freisitz rund um das Restaurant und den Garten. Dieser wird im Jubiläumsjahr der Mettnau-Kur neu gestaltet. Von dort aus hat man einen freien Blick auf den Zeller See mit Bodanrück und Höri, sowie hinüber auf die nahe Schweiz. Das Restaurant hat genügend Sitzplätze, auch für größere Veranstaltungen.

Viele prominente Gäste speisten schon im Strandcafé. Nicht wenige von ihnen hielten sich auf der Mettnau als Kurgast auf. Einige trugen sich in das Gästebuch ein. So auch Ministerin Gerdi Staiblin. Sie zeigte sich begeistert und dankte mit diesem Eintrag, der stellvertretend für viele steht: „Essen und Trinkern ist die rechte Form von Lebensqualität. Ach, wenn´s nur mehr Mettnau-Strandcafés geb! O´ Bodensee wie bist du schön, o´ Mettnau auf Wiedersehen."

DAS CAFÉ SCHMID – EIN HERZSTÜCK DER KURANLAGE

Mit modernen Zimmern und Apartments

(ig) In den letzten 50 Jahren wurden in der Mettnau-Kur viele weitreichende Entscheidungen getroffen. Der Ankauf des Café Schmid gehört dazu. Es steht gegenüber der Herz-Kreislauf-Klinik und ist dieser angegliedert. Das Anwesen zählt zum Herzstück der Kuranlage auf der mittleren Mettnau.

Erbaut wurde das Café Schmid von den Eheleuten Ernst und Martha Schmid. Sie führten es eine Generation lang. Ihnen ist der gute Ruf des Betriebes, der auch in der Radolfzeller Bevölkerung tief verwurzelt ist, zu verdanken. Schon immer beherbergte das Café/Hotel auch Gäste, die sich damals wie heute dort sehr wohl fühlen. Als das Ehepaar 2001 in den Ruhestand trat, stellte sich die Frage der Nachfolge. Da beide Söhne verzichteten, kaufte die Kur unter der Ära von Kurdirektor Heinz-Peter Schmal das Anwesen, das inmitten einer großzügigen Gartenlandschaft liegt. Der begonnene Ausbau wurde fortgesetzt. Apartments kamen hinzu. Sie sind ebenso komfortabel und modern, wie alle Zimmer es schon immer waren. Über 30 Gäste kann das Haus heute beherbergen. Während das Hotel ausschließlich den Gästen vorbehalten ist, kann das Café nach wie vor auch von der Bevölkerung genutzt werden. Davon wird gerne Gebrauch gemacht. Im Sommer kann man dort gemütlich auf der Terrasse sitzen.
Zum Café Schmid gehörte einst auch die „Bück-Dich-Bar". Sie genoss einen geradezu legendären Ruf. Gäste und Einheimische trafen sich dort zum Feierabend-Hock. Heute gibt es die Bar nicht mehr, was von vielen bedauert wird.
Schon bald stellte sich heraus, dass der Ankauf für die Kur von großem Vorteil war. Es konnten damit nicht nur neue Zimmer geschaffen, sondern auch die Weichen für eine später vielleicht notwendige Erweiterung der Kuranlagen gestellt werden. Das Café Schmid liegt genau zwischen der Herz-Kreislauf-Klinik und der Kurpark-Klinik. Da auch das nicht bebaute Gelände hinter dem Cafe an der Straße zum „Häuslegarten" im Besitz der Kur ist, steht diesbezüglichen Plänen einmal nichts im Wege.

MIT DER HERZ-KREISLAUF-KLINIK IST DER NAME „WERNER MESSMER“ ENG VERBUNDEN

Ehrenbürger der Stadt trug wesentlich zur Finanzierung bei – seit 1974 in Betrieb

(ig) Die Kur ist vielen Radolfzellern ans Herz gewachsen. Einem Mann besonders: Werner Messmer. Der Radolfzeller Ehrenbürger hat sich große Verdienste um die Mettnau erworben. Und das schon zu einem sehr frühen Zeitpunkt, als die Schar der Mettnau-Fans noch im Wachsen war. Es war Anfang der 70er Jahre, als die Kur vor der schweren Entscheidung stand, eine Klinik zu bauen. Sie wurde von den Belegträgern, allen voran die BfA, verlangt. Ohne die Klinik gibt es keine Patienten mehr. So tönte es aus Richtung Berlin.

Festakt im Foyer: Viele Gäste kamen zur Eröffnung der Herz-Kreislauf-Klinik. In der Bildmitte, erste Reihe: Werner Messmer, neben ihm der damalige Landrat Dr. Robert Maus, schräg hinter ihm MdB Hermann Biechele (CDU). Rechts: Werner Messmer, Ehrenbürger der Stadt Radolfzell und Gründer der Werner-Messmer-Stiftung.

Das war ernst gemeint. Ohne diese Klinik wäre die Kur vermutlich in ernste Schwierigkeiten geraten. Die Frage war: Wer soll diesen Bau finanzieren? Die Kur selbst konnte zu dem Zeitpunkt die nötigen Mittel nicht aufbringen. Die Stadt auch nicht. Auf der Suche nach einem Investor klopfte der damalige Bürgermeister Fritz Riester mehrfach an die Tür des Radolfzeller Fabrikanten Werner Messmer. Die beiden kannten sich vom Verwaltungsrat der Sparkasse her. Schließlich willigte Messmer ein. Zusammen mit der BaKoLa Mannheim und der Südwestfinanz wurde ein Finanzierungsplan über 14 Millionen DM erstellt.

Dann ging alles rasch. 1973 war der erste Spatenstich. Ein Jahr später, am 5. September 1974, war die Klinik fertig. Unermüdlich sah man während dieser Zeit Werner Messmer auf der Baustelle agieren. Er drängte nicht nur darauf, dass möglichst nur am Ort ansässige Bauunternehmen zum Zuge kamen, sondern er kümmerte sich auch um Details wie den Platz zum Aufstellen der Baubaracken usw.

Schließlich sprach er noch ein Wort bei der Einstellung des Personals mit. Von Anfang an stand fest, dass die Klinik – sie wurde zunächst als eigenständiger Betrieb geführt – nach spätestens zehn Jahren der Stadt und damit der Kur übergeben wird. Das geschah schon vor dieser festgesetzten Zeit. Der inzwischen verstorbene Kurdirektor Hermann Honsel hatte daran einen wesentlichen Anteil. Heute sagt Werner Messmer, der selbst einmal im Jahr als Patient in die Klinik geht: „Das Haus ist in gute Hände gegangen!“ Ihm ist es ans Herz gewachsen, so wie die ganze Stadt Radolfzell, die er durch die Werner-Messmer-Stiftung jahraus jahrein großzügig unterstützt. Zahlreiche Vereine kamen durch diese Stiftung schon in den Genuss einer Spende.

WEM DIE STUNDE SCHLÄGT …

… mit einer Sonnenuhr – Geschenk an die Stadt Radolfzell

(ig) Kurgäste, die in den frühen Morgenstunden im Therapiegelände im Dauerlauf ihre Runden drehen, kommen an einer Station vorbei, an der ihnen im Wortsinn „die Stunde schlägt". Gemeint ist die Sonnenuhr hinter der Hermann-Albrecht-Klinik und nahe der Schraubstockbar. In Stein gemeißelt trägt sie den Namen „Keller". Gestiftet wurde sie anlässlich einer Landestagung des Steinmetzhandwerkes im Jahre 1990 der Stadt Radolfzell und hergestellt wurde sie im Betrieb von Max Keller im Radolfzeller Stadtteil Böhringen.

Zur Landestagung waren Betriebe aus ganz Baden-Württemberg gekommen. Vor dem Scheffelschlösschen stellten sie Proben ihres Könnens auf: Grabsteine, Figuren, Brunnen und – Sonnenuhren.
Eine davon blieb vor Ort – sprich wurde im Therapiegelände aufgestellt. Und dort wurde sie noch während der Tagung zum Mittelpunkt.
Das kam so: Zur Tagung war auch Professor Heinz Schumacher aus Freiburg gekommen. Er ist ein großer Freund von Sonnenuhren und erhielt für seine Leistungen um das Steinmetz- und Bildhauerhandwerk das Bundesverdienstkreuz verliehen. Bei der Übergabe der Sonnenuhr an die Stadt und die Mettnau-Kur hatte er einen großen Auftritt.
Er nahm einen Stock und erklärte den „Laien", wie der Stab anzubringen sei, um die richtige Zeit ablesen zu können.
Soll nämlich die Sonnenuhr richtig „gehen", muss der Zeiger parallel zur Erdachse sein. Das bedeutet, dass diese Zeiger je nach Standort der Sonnenuhr mehr oder weniger steil aus dem Ziffernblatt herausragt. Soll neben der ungefähren Zeit auch das Datum abgelesen werden, ist die Länge des Schattens als Hilfsmittel maßgeblich. Dazu wird die Sonnenuhr an den Tagen der Tag- und Nachtgleiche geeicht. Ziffernblatt, Zeiger und Schatten des Zeigers bilden dann ein rechtwinkliges Dreieck, wobei der rechte Winkel an der Spitze des Zeigers liegt. Dort, wo diese Linie aufs Zifferblatt stößt, kann der 21. März oder der 21. September markiert werden. Die Schatten der Sommer- und Wintersonnenwende weichen von dieser Linie um jeweils 23,5 Grad ab.
Übrigens: Die Sonnenuhr im Kurgelände ist mit Standort und einigen Einzelheiten registriert. Die organisierten Freunde von Sonnenuhren nehmen so etwas ganz genau.

Oben: Kurdirektor Heinz-Peter Schmal (links) freut sich über die Sonnenuhr. Obermeister Max Keller und der damalige Oberbürgermeister Günter Neurohr (rechts und links) begutachtenden Standort. Im Hintergrund Franz Höhl, ein Kollege.
Unten: Prof. Heinz Schumacher erklärt die Funktion der Sonnenuhr und hat interessierte Zuhörer.

KUNST IM WASCHHAUS

Die Mettnau-Kur schuf neuen Raum für Ausstellungen

(ig) Das „Kunsthäusle“ auf der Mettnau ist längst zu einem Begriff über Radolfzell hinaus geworden. Das Jahr über finden dort verschiedene Ausstellungen statt, die viele Besucher anlocken. Sie kommen nicht nur über Land, sondern auch vom See her. Nicht wenige sind Schweizer. Das Kunsthäusle direkt am Landungssteg Mettnau ist eben zu einer feinen Adresse geworden.

Ausstellungen hat es in der Kur schon immer gegeben. Meist fanden sie (und finden noch) im Kurmittelhaus statt. In der Klinik „Seehalde“ sind Werke von Fritz Mengele zu bewundern. Das eigentliche Kunst-Zentrum ist jedoch das Kunsthäusle. Es hat früher einmal sehr profanen Zwecken gedient: Dort wurde Wäsche gewaschen.
Das kleine Gebäude, das sich zwischen Büschen und Bäumen duckt, wird 1877 im Scheffelbuch als des „Dichters Waschhaus“ erwähnt.

Viele Künstler und Kunstschaffende haben es inzwischen entdeckt und kommen gerne hierher; einige jedes Jahr. Im Jahr 2000 suchte die Mettnau-Kur einen geeigneten Standort für ihren Weihnachtsmarkt. So kam man auf das kleine Häuschen. Der Besuchererfolg von damals ließ den Gedanken reifen, dort dauerhaft Ausstellungen zu veranstalten. Gewiss, es gab Skeptiker. Aber die sind inzwischen verstummt.

Das „Kunsthäusle“ (Bild) war früher einmal das Waschhaus des bekannten Dichters Victor von Scheffel (1877 erwähnt). Heute ist es für viele Künstler zu einem beliebten Ausstellungsort geworden.

Das Kunsthäusle hat sich schnell gemausert und ist heute gefragt. Es sind nicht nur Gäste, die dorthin kommen. Inzwischen wird es von vielen angenommen. Schließlich sind da ja auch noch die schöne Landschaft und der Untersee mit dem Schienerberg gleich gegenüber und der nahen Schweiz, die neben der Kunst einen Besuch lohnen.

Zu den Ausstellern, die jedes Jahr kommen, zählt Ruth Rapp. Ihre Ölbilder kommen bei den Besuchern an. „Föhnstimmung am See“ nennt die Kunstmalerin dieses Bild.

VOM FISCHER ZUM BAUERN

Das Steinzeit-Freilichtmuseum auf der Mettnau – Anfänge des Tourismus

Vor den Kurgästen kamen schon die Touristen auf die Mettnau. Ihr Ziel war u .a. ein Steinzeit-Museum, das am 10. Juni 1939 eingeweiht und im Winter 1953/54 (nach einem Brand 1952) abgerissen wurde. Heute erinnert nichts mehr an diese Attraktion, in der zahlreiche Funde ausgestellt waren.

1929 entdeckte man östlich des Scheffelschlösschens Spuren einer von sechs steinzeitlichen Siedlungen auf Radolfzeller Gemarkung. Zu größeren Ausgrabungen kam es jedoch nicht, obwohl man rund 300 Feuersteingeräte, Abfälle und Knollen entdeckt hatte. Dreieckige und trapezförmige Harpunenzähne, längliche Pfeilspitzen, glatte, zum Teil unbehauene Klingen (3 bis 5 Zentimeter), Schaber, Stichel und Bohrer vervollständigten das Fundmaterial. Reste von Wohnbauten fanden sich jedoch aufgrund des kiesigen Untergrundes keine.

Motiviert wohl durch die Entwicklung in Unteruhldingen (Pfahlbauten) regte Bürgermeister Josef Jöhle, der nur mit Hilfe der Nationalsozialisten an die Macht gekommen war und somit den legitim gewählten Bürgermeister Otto Blesch vertrieben hatte, den Aufbau eines Steinzeitdorfes auf der Mettnau an. Durch die Vermittlung von Oberlehrer Zimmermann nahm er Kontakt mit Professor Hans Reinerth auf. Mit Unterstützung der Stadtverwaltung erstellte der Archäologe nach neuesten „Erkenntnissen" seiner Grabungen am Federsee bei Bad Buchau ein rekonstruiertes Dorf mit 14 Hütten der Mittleren Steinzeit (8000 v. Chr.), dazu kam noch ein Bauernhof der Bronzezeit (jüngere Steinzeit) aus Holz.

Binnen weniger Monate entwarf Reinerth die Konzeption für ein mesolithisches (mittelsteinzeitliches) Dorf und einen Bauernhof der Jungsteinzeit und ließ diese Anlage dann durch die eigens von ihm gegründete „Modellwerkstatt des Reichsbundes für deutsche Vorgeschichte" unter der Leitung von Ch. Murath erstellen. Die Kosten schätzte man im Frühjahr 1937 auf rund 28.000 Mark und sie beliefen sich nach Fertigstellung auf rund 34.000 Mark.

Aus heutiger Sicht sind einige große Fragezeichen zu setzen. So sind die „gesicherten" Befunde des rekonstruierten Mittelsteinzeit-Dorfes nach Ansichten eines der führenden Archäologen unserer Zeit, des Leiters der Hemmenhofener Abteilung des Landesdenkmalamtes Dr. Helmut Schlichtherle, wohl eher der Jungsteinzeit zuzuordnen. Und die als Rundhütten interpretierten und so auch rekonstruierten Spuren, entpuppten sich bei neueren Untersuchungen als Baumwürfe. Eher zutreffend erwies sich der Bauernhof der Jungsteinzeit mit einem Speicher und Stallung, samt Brunnen, Feldern und Garten. Bauart und Einrichtung bis hin zu kleineren Details entsprachen den damaligen Befunden und wurden nachgebaut.

Reproausder„NeuenIllustrierten"(1949):DasBildzeigt dieTochterderFamilieWenger(siewurdewährendder WohnungsnotineinesderPfahlbauhäusereingewiesen) anderNähmaschinezwischenprähistorischemWerkzeug.

RekonstruierterHofderJungsteinzeit/Bronzezeit:DasBild zeigteinSpeichergebäude.ZusehenwarenimFreilicht-museumaucheinStallundeinWohnhaus,dazwischen die typische Hauswiese.

Zur Einweihung am 10. Juli 1939 besuchte Gauleiter und Reichsstatthalter Robert Wagner die ideologische Ausstellung. Eine gezielte Pressekampagne brachte deutschlandweite Beachtung.
Ziel war es, die Entwicklung vom Fischer zum Bauern zu dokumentieren und mit dem vierten Freilichtmuseum des Reichsbundes ein vorzeigbares Objekt nationalsozialistischer Weltanschauung zu liefern. Die Erfolge blieben bei der entsprechenden Werbung nicht aus. 1938: 12.183 und 1939: 18.612 Besucher, danach gingen die Zahlen infolge des Krieges zurück.

Angesichts der Wohnungsnot nach dem Zweiten Weltkrieg quartierte man eine Flüchtlingsfamilie in einem der Häuser ein. Die Bilder einer Illustrierten entbehren in jener Zeit nicht der Ironie: ein Sechs-Röhrenradio neben einem steinzeitlichen Lehmofen oder eine Nähmaschine neben prähistorischem Werkzeug. Durch einen Brand 1952 wurde die Siedlung in Mitleidenschaft gezogen und so verwunderte es kaum, dass 1953 die Stadt die Beseitigung der teils verfallenen und abgebrannten Siedlung mitteilte.

Christof Stadler/ig

TOURISMUS-ANSTÖSSE

Mit beachtenswertem Tempo

Die zweite Hälfte der 20er-Jahre brachte für Radolfzell einen touristischen Aufschwung. Spätestens mit dem Bau der Seehalde 1872 durch den Juristen und Dichter Joseph Victor von Scheffel hatte man die Mettnau zunehmend als attraktiven Erholungsort schätzen gelernt. Durch den wagemutigen Entschluss von Bürgermeister Blesch, der in einer „Nacht- und Nebelaktion" 1926 die östliche Hälfte der Mettnau aus den Händen der Nachfolge-Besitzer Scheffels erwarb, wurde durch diesen seinen Weitblick indirekt der Grundstock auch für die später so erfolgreiche Mettnau-Kur gelegt.

Erst als Radolfzell über das wertvolle Territorium verfügte, konnte man sich an die Planung wagen und das Tempo war beachtenswert. Binnen zwei Jahren entwarf und realisierte Stadtbaumeister Zimmermann das im italienischen Stil errichtete zweistöckige Strandcafé (abgebrochen) und die großzügigen Anlagen des Strandbades. Weitere Anziehungspunkte folgten: Einrichtung eines Scheffelmuseums und einer vogelkundlichen Sammlung im Scheffel-Schlösschen, Umbau des Mettnau-Gutes zu einem Gästehaus und Erholungsheim (Mütter- und Kindererholungsheim, 1928 bis 1936).

Ein wichtiger Schritt war die Unterschutzstellung eines Großteils der östlichen Mettnau als Naturschutzgebiet (1930/38). Zu den letzten Aktionen vor dem Krieg gehörten der Bau des Ludwig-Finckh-Turmes (1961 erneuert, heutiger Mettnauturm) und des Freilichtmuseums 1938. In jenen Jahren erreichte die Stadt nicht zuletzt durch die KDF-Fahrten („Kraft durch Freude") einen Besucheransturm: 1937 zählte man 36.000 Besucher (24 Züge, rund 220 Sonderbusse 177 Schiffssonderfahrten).

EIN KLEINES KAPITEL STADTGESCHICHTE

Im 6. Jahrhundert eine alemannische Niederlassung – heute ist Radolfzell eine bekannte Kurstadt

Von Achim Fenner

Die Geschichte der Stadt Radolfzell reicht weit zurück. Einzelne Funde von Steinwerkzeugen am Seeufer und auf der Halbinsel Mettnau deuten auf Wohnplätze der Mittleren Steinzeit. Spätestens im 6. Jahrhundert nach Christus dürfte an der sogenannten „Seehalde", wo heute die gleichnamige Klinik der Mettnau steht, eine alemannische Niederlassung entstanden sein.

Um 826 gestattete der Reichenauer Abt Erlebald dem aus alemannischem Geschlecht stammenden Veroneser Bischof Radolf, am Ufer des Untersees auf altbesiedeltem und seit dem 8. Jahrhundert dem Inselkloster gehörenden Boden eine Kirche und Klerikerwohnstätte zu erbauen. In dieser nach ihm benannten „Cella Ratoldi" verbrachte ihr Gründer nach dem Verzicht auf das Bistum Verona (840) seinen Lebensabend.

Neben der „Radolfs-Zelle" und einem reichenauischen Herrenhof entstand, begünstigt durch die Wallfahrten zu den Radolfzeller „Hausherren" (Stadtpatronen) und durch die Marktrechtsverleihung im Jahr 1100, ein wichtiger Handelsplatz. 1267 wurden dem zu wirtschaftlicher Blüte gelangten und wohlbefestigten Marktflecken von Abt Albrecht von Ramstein städtische Freiheiten verliehen.

Der Konstanzer Bischof Heinrich von Klingenberg verkaufte als Gubernator (Steuermann/Stadthalter) der verschuldeten Abtei Reichenau 1298 mit einigen anderen Orten auch die Vogtei über Radolfzell an das Haus Habsburg. Radolfzell blieb nun, abgesehen von einer kurzen Periode der Reichsunmittelbarkeit zwischen 1415 und 1455, bis Ende 1805 unter österreichischer Herrschaft.

Im 6. Jahrhundert entstand an der „Seehalde", wo heute die gleichnamige Klinik der Mettnau steht (Bild), eine alemannische Niederlassung.

In die reichsstädtische Zeit fallen der Bau des ersten Rathauses und die Grundsteinlegung des heutigen Münsters. 1421 brachte die Bürgerschaft, die aus dem ehemaligen Reichenauer Kehlhof entstandene Burg und das Ammannamt pfandweise, 1538 endgültig in ihren Besitz. Auch nach dem Ende der Reichsfreiheit erwarben die Bürger zu dem bisherigen Vorrechten neue Privilegien, insbesondere die Vogtei und die damit verbundene hohe Gerichtsbarkeit über die Stadt und eine Reihe von Dörfern der Umgebung (1462). 1506 gab König Maximilian I der Stadt Radolfzell als zweiter im Reich eine eigene Halsgerichtsordnung. Im Bauernkrieg (1524/25) war Radolfzell wichtiger Verhandlungsort, Zufluchtsstätte für den hegauischen Adel und unüberwindliches Widerstandszentrum gegen die Aufständischen. Die Stadt hielt einer zehnwöchigen Belagerung stand und wurde durch ein Ersatzheer des Schwäbischen Bundes befreit. Im 16. Jahrhundert vergrößerte Radolfzell, auf dem Höhepunkt seines Wohlstandes, durch Zukauf mehrerer Dörfer seine nicht unbeträchtliche Grundherrschaft.

Radolfzell ist eine pulsierende Stadt geworden. Das milde Schonklima im Sommer lockt die Menschen ins Freie. Die Cafés – wie hier auf dem Marktplatz – sind dann gefüllt. Man trifft sich zum Plausch. Gäste, die zur Kur in der Stadt weilen oder sich als Urlauber hier am Untersee aufhalten, sind herzlich willkommen.

Von November 1576 bis zum Mai 1577 verlegte man wegen einer pestartigen Krankheit die Universität Freiburg /Br. nach Radolfzell. Der Dreißigjährige Krieg leitete auch in Radolfzell den wirtschaftlichen Niedergang ein. Noch um die Mitte des 19. Jahrhunderts war die Großherzogliche Badische Amtsstadt (1810-72) mit rund 1.400 Einwohnern kaum über den mittelalterlichen Mauerring hinausgewachsen, der eine bebaute Fläche von 6,5 ha begrenzte. Erst als Radolfzell 1863 an das Eisenbahnnetz angeschlossen war und nachdem am Rande der Stadt größere Industrieanlagen emporwuchsen

(Trikotagenfabrik Schiesser seit 1875, Pumpenfabrik Allweiler seit 1876 u. a.) begann ein allmählicher Übergang vom landwirtschaftlich und handwerklich orientierten Marktflecken zu einem durch Industrie, Fremdenverkehr und Schulen bestimmten Zentralort. 1958 wurde auf der Radolfzell vorgelagerten Halbinsel Mettnau ein Zentrum für aktive Bewegungstherapie eröffnet und in den folgenden Jahren durch den Bau von Kliniken, Sanatorien und Kurheimen zu einer Einrichtung mit ganzjährigem Kurbetrieb erweitert (lesen Sie dazu auch die Chronik der Mettnau an anderer Stelle dieser Festschrift).

Als Folge der Gemeindereform in Baden-Württemberg vergrößerte sich Radolfzell durch die Eingliederung der Dörfer Böhringen (1975), Güttingen (1975), Liggeringen (1974), Markelfingen (1974), Möggingen (1974) und Stahringen (1974) erheblich und erhielt mit Wirkung vom 1. Januar 1975 den Status einer „Großen Kreisstadt". Seit 1974 ist Radolfzell mit der südfranzösischen Stadt Istres durch eine Städtepartnerschaft verbunden. Mit Amriswil in der Schweiz wurde 1999 ebenfalls offiziell eine Städtepartnerschaft beurkundet. Freundschaftliche Beziehungen bestanden schon seit 1945.

Die Gemarkungsfläche Radolfzell umfasst 5.857 ha (davon 1.899 ha Wald und 2.365 ha landwirtschaftlich genutzt), die sich über eine Höhenlage von 395 m bis auf 675 m erstreckt. Radolfzell hat heute über 30.000 Einwohner. Ein Standbein der Wirtschaftskraft von Radolfzell ist der Fremdenverkehr und hier speziell die in ihrer Art einmalige Mettnau, die sehr zum Bekanntheitsgrad der Großen Kreisstadt beigetragen hat und heute im 50. Jubiläumsjahr weiter beiträgt.

Das Österreichische Schlösschen am Marktplatz in der Altstadt ist seit jeher ein Blickfang, der vor allem von Gästen mit der Kamera als Erinnerung „eingefangen" wird… Radolfzell stand viele Jahre (bis 1805) unter österreichischer Herrschaft.

Radolfzell hat eine lange Seepromenade (links die Hafenmole). Wer will, kann von hier aus eine Fahrt per Schiff nach Schaffhausen oder hinüber zur Reichenau unternehmen. Immer mehr verkehren auf dem See auch Solarboote, die wegen ihrer Lautlosigkeit geschätzt sind.

DIE KUR STELLT ENTSCHEIDENDE WEICHEN

Ein nicht mehr wegzudenkender Wirtschaftsfaktor für die Stadt und das Umland

Vor fünf Jahrzehnten wurden für die wirtschaftliche Entwicklung von Radolfzell mit der Gründung der Mettnau-Kur entscheidende Weichen gestellt. Heute ist die Mettnau-Kur in mehrfacher Hinsicht ein nicht mehr weg zu denkender Wirtschaftsfaktor für Radolfzell und sein Umland.

Mit ihren jährlich mehr als 7.000 Kurgästen bringt die Mettnau-Kur ca. 3 bis 4 Millionen Euro Umsatz in den Einzelhandel, die Gastronomie und in das sonstige Dienstleistungsgewerbe. Das lebendige, herzliche Radolfzell hat ein großes Stück seiner Entwicklung der Mettnau-Kur zu verdanken. Die Kurgäste, die vielfach aus den Großstädten nach Radolfzell kommen, schätzen das Flair, die Atmosphäre und unseren kleinflächigen Einzelhandel in der Altstadt, bei dem die persönliche Beratung und der Servicegedanke im Vordergrund stehen. Ergänzt um das Factory Outlet Center „Seemaxx" hat sich Radolfzell zu einer viel gelobten Einkaufsstadt entwickelt, die auch von den Kurgästen sehr geschätzt wird.
Die Kurgäste betätigen sich sportlich, geniessen unsere Gastronomie und nehmen sehr gerne regional typische Geschenke mit nach Hause. Sie nutzen ihre Freizeit um nach Herzenslust zu Bummeln, Einzukaufen und zu Geniessen.

Die Aktionsgemeinschaft Radolfzell, der Zusammenschluss der Radolfzeller Einzelhändler, bemüht sich sehr um das Wohl der Kurgäste. Bei den zahlreichen Veranstaltungen wie den drei verkaufsoffenen Sonntagen „See(h)reise", „Tag des Rades" und „Musik uff de Gass", dem Christkindlemarkt, dem Altstadtfest oder der Bluesnight fühlen sich die Kurgäste sehr wohl und lernen die Einwohner von Radolfzell, aber auch das Angebot kennen und schätzen. Man hat sich über 50 Jahre nicht nur an einander gewöhnt, sondern man hat sich schätzen und lieben gelernt.

Die Aktionsgemeinschaft stellt der Mettnau-Kur eine Kurmappe und den Radolfzeller Einkaufsführer zur Verfügung. Hierin finden die Gäste die notwendigen Informationen über den Radolfzeller Einzelhandel, die Gastronomie und das Dienstleistungsgewerbe. Die vielfältigen Informationen erleichtern den Gästen den Aufenthalt in unserer schönen Stadt.
Die Mettnau-Kur ist aber auch mit ihren über 250 Bediensteten einer der großen Arbeitgeber in Radolfzell. Handel, Handwerk und Dienstleister profitieren von der Kaufkraft der Mitarbeiter und stärken somit unsere herzliche Einkaufsstadt Radolfzell.

Die Aktionsgemeinschaft gratuliert der Mettnau-Kur recht herzlich zu Ihrem Jubiläum und wünscht Ihr eine erfolgreiche Zukunft. Wir freuen uns auf eine weitere gemeinsame Zusammenarbeit zum Wohle unserer Kurgäste und für unser herzliches Radolfzell.

Helmut Villinger
1. Vorsitzender der Aktionsgemeinschaft Radolfzell

IMPRESSUM

Herausgeber

METTNAU
Med. Reha-Einrichtungen der Stadt Radolfzell
Strandbadstraße 106 · 78315 Radolfzell am Bodensee
Telefon +49 (0) 7732 151-0
Fax +49 (0) 7732 151-871
Reservierungsanfragen +49 (0) 7732 151-810
www.mettnau.com

Redaktion

Wolfgang Eßig
Reichenaustraße 32, 78315 Radolfzell (Telefon 07732 / 10760)
mit Unterstützung von Heinz-Peter Schmal

Gestaltung & Druck

Druckerei Peter Zabel e. K
Walter-Schellenbeg-Straße 1,
78315 Radolfzell am Bodensee
www.zabeldruck.de

Bilder

Wolfgang und Ute Eßig, METTNAU, Foto Liedl, Foto Huber,
Clemens Schäfle, Norbert Geis, Presseamt der Stadt, Stadtarchiv, SÜDKURIER

Texte

Wolfgang Eßig (ig), Dr. Michael Otto, Dr. Stefan Drews,
Dr. Achim Witzel, Dr. Klaus Krbek,Richard Geitner, Heinz-Peter Schmal,
Helmut Villinger, Rudolf Werner, Monika Sattler, Dagmar Ableitner,
Achim Fenner, Christof Stadler

Sparkassen-Finanzgruppe

Unsere Kulturförderung:
Gut für Hegau und Untersee.

bodenseeland
UNITEDINNOVATIONS

Sparkasse
Singen-Radolfzell

Wir engagieren uns seit Jahren neben unseren geschäftlichen Aufgaben auch für das Wohl der Bürgerinnen und Bürger vor Ort. Die Förderleistung der Sparkasse liefert dafür viele positive Beispiele. Insgesamt wurden im Jahre 2007 über 830.000 Euro an unterschiedliche Begünstigte verteilt. Die regionale Kultur ist ein ganz besonderer Spiegel der Menschen. Damit die Förderung von Kunst und Kultur in der Region vielfältig bleibt, konzentrieren wir uns nicht nur auf große Ereignisse, sondern auch auf kleine Aktivitäten. Wir sind Partner der Kultur.

Sparkasse Singen-Radolfzell. Gut für Hegau und Untersee.