

Drei Jonges kämpfen gegen ihre Kilos: Jetzt wird es ernst

Aschermittwoch startete die „Weightloss Challenge“. Die Fitness kommt vom Gesundheitsdezernenten.

Am Mittwoch wurde es ernst für die drei schweren Düsseldorf-Jonges Gerd Maubach, Christian Steinmetz und Gerd Büchsenschütz. Im Institut für Telemedizin und Gesundheitsförderung wurden sie mit dem technischen Gerät vertraut gemacht, mit dessen Hilfe in den nächsten zwölf Monaten die Kilos nur so purzeln sollen. Gesundheitsdezernent Andreas Mayer-Falcke hat für seine Schützlinge ein Aktionsprogramm ausgearbeitet, das sie beim Abnehmen unterstützen soll. Für ihn ist die Challenge ein beispielhaftes Bürgerprojekt.

Ausgerüstet wurden Maubach, Steinmetz und Büchsenschütz

mit einer Waage, einem Schrittzähler und einem Handy. Auf das Mobiltelefon werden die Daten automatisch übertragen. Manuell eingeben sollen die Drei täglich nur ihre Blutdruckwerte. Diät-Assistentin Gabi Arndt-Theling entwickelt individuell Ernährungsprogramme: „Dabei kommt es nicht auf eine Kalorie an.“ Auch ein Glas Wein ist abends nicht verboten, wenn dazu nicht gleichzeitig die Chipstüte aufgerissen wird. Für Jonges-Geschäftsführer Gerd Büchsenschütz kommt das nicht infrage: „Ich werde bis Ostern keinen Tropfen Alkohol trinken. Ich will noch ein paar Jährchen machen.“

Jeden Monat stehen besondere Herausforderungen auf dem Programm, die sich Andreas Mayer-Falcke ausgedacht hat. Zum Dreck-weg-Tag wird das Trio mit der Awista auf Tour gehen. Bei der Regatta „Rudern gegen Krebs“ im September wird der Gesundheitsdezernent sogar selbst mit ins Vierer-Boot steigen. Auch ein gemeinsames Training mit Fortunas Alten Herren ist geplant.

Entwickelt hat das Institut für Telemedizin die Methode für das Programm „100 Tage – 100 Chancen“, das ausschließlich für Diabetiker gedacht ist. Anmelden kann man sich dazu noch bis zum 31. März. *si*



V.li.: Nora Jesch, Gerd Maubach, Andreas Mayer-Falcke, Christian Steinmetz, Gabi Arendt-Theling, Gerd Büchsenschütz und Irina Witthake. Foto: si