

Die große Show der Parks

Konzerte, Führungen, Kunst, Theater und Pflanzenbörse bei den Tagen der Kasseler Gartenkultur

Von Ulrike Pflüger-Scherb und Thomas Siemon

KASSEL. Am Nachmittag gab es dann doch noch etwas Regen. Bis dahin zeigten sich Kassels Parks bei fröhlichen Temperaturen von ihrer besten Seite. Das lag auch an dem wunderbaren Programm mit Konzerten, Theater, Kunst und Führungen, das Kassel Marketing auf die Beine gestellt hatte. Willkommen waren zudem die vielen Schatten spendenden Bäumen in den außergewöhnlichen Grünanlagen zwischen Schloss Wilhelmshöhe und der Karlsaue.

Einer der Höhepunkte der Kasseler Gartenkultur war der Frühschoppen am Sonntagvormittag in Grimms Garten auf dem Weinberg. Hier mussten ständig weitere Stühle herbeigebracht werden, weil so viele Menschen das Konzert mit Dark Vatter und seinem nordhessischen Gaageschnudden-Rock erleben wollten. „Für uns war das ein tolles Auftaktwochenende“, sagt Babette Reinhold, die den Biergarten zusammen mit ihrem

Mann Johannes betreibt. Der wird vom Restaurant Falada in der Grimmwelt versorgt und soll den ganzen Sommer über geöffnet haben. Und zwar dienstags bis sonntags von zwölf bis 22 Uhr.

Auch die Goetheanlage war ein Standort der Gartenkultur unter dem Motto „Junge Kunst on Tour“. Auf der großen Bühne gab es ein Programm für Kinder und Jugendliche. Die Band Kamanko feierte am Samstag dort ihr allererstes Konzert, anschließend gab es Punkrock von „Sturdy“. Dass diese Konzerte alle kostenlos zu besuchen waren, kam gut an. Apropos kostenlos. An einem Stand der Städtischen Werke wurde Wasser an die Besucher verteilt.

Im Botanischen Garten übernahm diesen freundlichen Service am Sonntag Kassel-Wasser. Viele Menschen waren schon am Vormittag hierher gekommen, um sich mit Blumen bei der Pflanzenbörse einzudecken. 44 Aussteller boten Rosen, Kräuter, Wasserpflanzen und vieles mehr an. Studenten des Fachbereichs Architektur, Stadt- und Landschaftsplanung machten unter den Besuchern eine Umfrage zum Botanischen Garten. Soll etwas verändert werden oder soll alles bleiben, so wie es ist? Man darf auf das Ergebnis gespannt sein.

Andrea Berens (Kassel Marketing), die für die Organisation verantwortlich war, war mit dem Verlauf des Festes und den geschätzten 60 000 Besuchern sehr zufrieden. Das Wetter machte den Veranstaltern nur am Sonntagnachmittag einen Strich durch die Rechnung, als es zu regnen begann. Da musste die Papierkunst von Oksana Kyzymchuk im Murhardpark schnell in Sicherheit gebracht werden.



Er verkaufte Wasserpflanzen: Andreas Hüfner im Botanischen Garten.

Foto: Schachtschneider (2)



Park mit Aussicht: Vom Weinberg überblickt man die gesamte Südstadt. Zu den Veranstaltungen bei der Kasseler Gartenkultur gehörte auch der Auftritt von Dark Vatter in Grimms Garten. Hier gibt es bis September einen neuen Biergarten.

Foto: Pia Malmus



Im Blumenwagen unterwegs: (von links) Nia, Emil, Hanna und Dirk Förster waren bei der Pflanzenbörse.



Schattige Plätze gefragt: Unter den Bäumen auf dem Weinberg konnte man es gut aushalten.

Foto: Pia Malmus

Uni Kassel sucht Gastfamilien

KASSEL. Für Kurzzeitstudienprogramme, die sich an internationale Studierende wenden, sucht die Universität Kassel Familien, Paare oder Einzelpersonen, die für zwei bis vier Wochen einen oder auch mehrere Gäste bei sich aufnehmen möchten.

Die Termine sind:

- **23. Juni bis 21. Juli:** Internationale Sommeruniversität (ISU) mit englischsprachigen Teilnehmern aus USA, Australien, Russland, Kanada, Vietnam und Kolumbien.

- **4. August bis 2. September:** Internationale Sommerakademie (ISA) mit chinesischen Studierenden, die Deutsch als Fremdsprache studieren.

- **4. bis 19. August:** Venedig-Programm (ISA-Venedig), Deutsch-Intensivkurs für Studierende der Universität Ca' Foscari Venezia.

Voraussetzungen zur Aufnahme sind ein eigenes Zimmer mit WLAN-Zugang sowie Verpflegung (Frühstück, nach Absprache Lunchpaket und Abendessen). Die Studierenden nehmen an den Wochentagen an Veranstaltungen der Uni teil und treffen erst gegen Abend in der Unterkunft ein. Aufwandsentschädigung für die Unterbringung: 20 Euro pro Gast und Nacht. (bar)

Informationen unter ww.uni-kassel.de/isu
Kontakt: Agnes Cison / Mira Bickert, Email gastfamilien@uni-kassel.de, Tel. 05 61 / 8 04 33 02 (Mo.-Fr. 10 bis 12 Uhr).

„Wer sich bewegt, senkt das Risiko“

Montagsinterview mit dem Kardiologen und Hausarzt Dr. Samir Ragab zum Kasseler Herztag

Von Thomas Siemon

KASSEL. Mehr als 1200 Interessierte waren am Wochenende beim Kasseler Herztag in der Kundenhalle der Sparkasse. Das Thema hat nicht zuletzt durch den plötzlichen Tod des Baunataler Bürgermeisters Manfred Schaub (60) große Aktualität. Mit dem Kardiologen und Mitinitiator der Veranstaltung Dr. Samir Ragab haben wir darüber gesprochen, worauf man im Alltag achten sollte.

Bewegungsmangel, falsche Ernährung, zu viel Stress: Eigentlich sind die Ursachen für viele Herzerkrankungen doch bekannt. Was kann ein Herztag daran ändern?

SAMIR RAGAB: Wir wollen darüber aufklären, dass schon vermeintlich kleine Schritte einiges bewirken können. Wer sich jeden Tag wenigstens zehn bis 15 Minuten bewegt, senkt sein Herzinfarkt-Risiko bereits erheblich.

Was ist mit Bewegung gemeint? Soll man täglich joggen oder in ein Fitnessstudio gehen?

RAGAB: Gemeint ist, dass man zu Fuß geht, Treppen steigt und nicht den Lift nutzt. Also nicht nur aus der Wohnung gehen, ins Auto steigen, zur Arbeit fahren und sich vor den Bildschirm setzen. Das ist definitiv zu wenig.

Und wenn man sich viel-



Kontrolle ist wichtig: Dilan Budak (links) hat beim Herztag in der Kundenhalle der Sparkasse Franz Böckenholt den Blutdruck gemessen.

Foto: Dieter Schachtschneider

leicht doch zu mehr Sport aufrufen will. Worauf sollte man da achten?

RAGAB: Nach einer längeren Pause sollte man bei einer ärztlichen Untersuchung klären, ob es Risikofaktoren gibt. Ist das nicht der Fall, kann es losgehen. Allerdings sollte man es nicht übertreiben und die Belastung langsam steigern.

Beim Herztag informieren sie auch über moderne Therapieformen. Was hat sich geän-

dert?

RAGAB: In erster Linie wollen wir dazu beitragen, Ängste abzubauen. Das gilt sowohl für Untersuchungen als auch für eventuell notwendige Operationen. Prävention ist wichtig. Aber auch, wenn das Herz geschädigt ist, kann man mit modernen Operationstechniken und Hilfsmitteln wie Defibrillatoren vieles erreichen. Wichtig sind auch regelmäßige Untersuchungen.

In welchen Intervallen sollte

man das Herz untersuchen lassen?

RAGAB: Ab dem 35. Lebensjahr zahlen die Krankenkassen alle zwei Jahre eine Vorsorgeuntersuchung. Bei Auffälligkeiten gibt es weitere Untersuchungen. Wer die Vorsorge ernst nimmt, sich vernünftig ernährt und auf ausreichend Bewegung achtet, senkt sein Herzinfarkt-Risiko deutlich.

Und trotzdem bleibt ein Risiko?

RAGAB: Das ist richtig. Etwa 30

Prozent aller Herzinfarkte kündigen sich vorher nicht an. Deshalb ist es auch so wichtig, sich auf einen Notfall vorzubereiten. Auch darüber haben wir in Zusammenarbeit mit der Deutschen Herzstiftung informiert.

Vielleicht noch einmal in Kurzform. Worauf sollte man achten?

RAGAB: Bei Verdacht auf einen Herzinfarkt – Schmerzen in der Brust, in Armen, starkes Engegefühl – sollte sofort ein Rettungswagen gerufen werden. Wer Wiederbelebungstechniken beherrscht, kann wertvolle Hilfe leisten. Außerdem gibt es an vielen öffentlichen Orten, in Firmen und Sporthallen Defibrillatoren. Deren Einsatz kann Leben retten.

Zur Person

DR. SAMIR RAGAB (48) ist Kardiologe und hat eine Hausarztpraxis in Vellmar. Er ist verheiratet und hat zwei Kinder. Zusammen mit Dr. Frank Jäger, Dr. Daniela Berger, Dr. Ali Asghar Peivandi, Prof. Rainer Gradaus, Prof. Kuno Hottenrott, Johannes Neebe und Michael Höckel gehörte er zu den Referenten beim Kasseler Herztag.



Samir Ragab

Foto: Privat/nh