



Allgemein-Medizinerin Frohmutter Jakob aus Villingen zu Gast in Brigachtal. BILD: DORER

## Über Burnout und Depressionen

**Brigachtal** (kd) Zu einem Vortrag mit dem Thema Burnout und Depressionen hatte das Bildungswerk die Allgemein-Medizinerin Frohmutter Jakob aus Villingen zu Gast in Brigachtal. Burnout, was so viel bedeutet wie „ausgebrannt sein“ und Depressionen sei in Deutschland die neue Volkskrankheit Nummer 1, berichtet Jakob. Immer mehr Menschen erkrankten daran und haben die Todesursachen bei Herz/Kreislauf längst den Rang abgetauscht. Insgesamt 11 000 Selbstmorde wurden im vergangenen Jahr bundesweit gezählt. Am häufigsten betroffenen seien die 20- bis 30-jährigen sowie Menschen ab dem 50. Lebensjahr, weiß Jakob. Die Gründe seien vielschichtig, wie aus dem Referat der Familien-Therapeutin hervorgeht: „Die heutige Gesellschaft ist eine Leistungsgesellschaft. Viele Menschen wollen daher nicht nur den üblichen Erwartungen entsprechen, sondern möglichst perfekt sein und in jeder Hinsicht mehr als die volle Leistung erbringen“, so Jakob. Meist werden erste Anzeichen nicht so ernst genommen. Es sei jedoch wichtig, regelmäßig in sich rein zuhören und eventuelle Vorzeichen auch zu erkennen.

Frauen sind deutlich häufiger davon betroffen, als Männer, die sich einen Burnout oder eine Depression äußerst ungerne eingestehen wollen. Die Dunkelziffer sei hoch, so Jakob. „Was ist denn der Unterschied zwischen Burnout und einer Depression?“, wollte eine Zuhörerinnen wissen. Burnout ginge so gut wie immer mit einer beruflichen Ausnahmeleistung einher, berichtete Jakob. Auch Mobbing und Überforderung am Arbeitsplatz oder Misserfolge im Beruf seien Ursachen für diese Erkrankung, sagte die Lebensberaterin. Bei Depressionen stecken meist noch andere Faktoren dahinter. Oft sei zunehmende Vereinsamung ursächlich. Vielfach leiden betroffene Menschen auch unter Ängsten. Merkmale einer Depression sind Suizidgedanken, Schuldgefühle oder Wertlosigkeit. Anzeichen einer Depression können auch Gewichtsverlust, Herzrasen, Schweißausbrüche oder Schlaf- und Konzentrationsstörungen sein.

Bei der Diagnostik gelte es, körperliche Ursachen auszuschließen. Denn auch Tumore oder Virusinfektionen können hierfür Gründe sein. Oft sind Depressionen auch genetisch bedingt. Untersuchungen bei eineiigen Zwillingen haben ergeben, dass in 42 Prozent der Fälle beide Teile erkrankten. Im Schnitt dauert eine Depression, an der jeder fünfte Bundesbürger mindestens einmal erkrankt, zirka ein halbes Jahr. Oft helfe nur eine Psychotherapie oder eine entsprechende Medikation.

# Der Hammellauf fällt ins Wasser

- Wetter macht Musikverein Strich durch Rechnung
- Kilbigfest gibt es seit mehr als 100 Jahren

VON RÜDIGER FEIN

**Brigachtal** – Seit mehr als 100 Jahren, genauer gesagt seit dem Jahre 1909, richtet der Musikverein Brigachtal bereits das jährliche Kilbigfest aus und in jedem Jahr ist damit auch der traditionelle Hammellauf verbunden. In diesem Jahr machte das Wetter den Veranstalter aber einen Strich durch die Rechnung, denn der Hammellauf findet naturgemäß im Freien statt. Aber diesmal regnete es und die Temperaturen die herrschten waren auch nicht geeignet, die Gäste nach draußen zu locken. Also beschloss man seitens des veranstaltenden Musikverein kurzerhand, den Hammellauf in diesem Jahr durch eine Verlosung zu ersetzen.

In aller Eile wurden Lose vorbereitet, und anders als sonst hatten dadurch auch Erwachsene die Chance, einen der drei Preise zu gewinnen. Dafür kostete ein Los nur einen Euro, wogegen die Teilnahme am Hammellauf, die sonst den Kindern vorbehalten war, für 2,50 Euro zu haben war. Neben dem Hauptpreis ein lebendiger Hammel, gewinnt der Zweitplatzierte immer eine riesengroße Wurst und der Dritte erhält einen Wecker. Das sei Tradition, erklärt Udo Fünfschilling, Vorsitzender des Musikvereins. In früheren Zeiten waren die drei Preise, die heute eher symbolischen Wert haben, immer etwas ganz Besonderes.

Seit den siebziger Jahren findet das jährliche Kilbigfest im damals neugebauten Gemeindezentrum statt, wogegen früher erst das Gasthaus Sternen und dann das Gasthaus Kreuz zur Verfügung standen. Weitere Festort waren die Sporthalle in Klengen oder auch die kleine Festwiese im Maute-Garten.

Am Vormittag um 11 Uhr hatte der Musikverein mit dem Frühschoppen begonnen und immer wieder sorgten die 14 Musiker der Brigachtaler Dorfmusikanten, einer Abordnung des



Das Jugendorchester des Brigachtaler Musikvereins, das sonst den Hammellauf im Freien musikalisch begleitet, spielt wegen des schlechten Wetters auf der Bühne im Gemeindezentrum. BILDER: FEIN

## Musiker willkommen

Das Jugendorchester sei immer offen für interessierte Kinder, die ab etwa neun Jahren ein Instrument erlernen können, wirbt Udo Fünfschilling, Jugendleiterin Corinna Stebinger nehme immer gerne Anmeldungen entgegen, so der Vorsitzende des Musikvereins Brigachtal. Oder man kommt einfach mal zum Schnuppern in die Musikprobe. Immer willkommen seien auch Quereinsteiger ins Orchester, so Fünfschilling, jeder der musizieren will sei willkommen. (in)



Lisa Eichkorn (links) und Carmen Schultis-Mauer bereiten die Lose vor. Weil der Hammellauf nicht stattfindet, werden die Gewinner ausgelost.

Hauptorchesters, für die musikalische Unterhaltung, Am Nachmittag spielten zwischen durch auch die Jungmusiker des Jugendorchesters Brigachtal-Tannheim.

# Probe hält Feuerwehrleute mächtig auf Trab

Die Wehren Brigachtal, Tuningen und Bad Dürrenheim proben Ernstfall am Heimatmuseum

**Brigachtal** (kd) Mit lautem Tattitata brausten am Wochenende mehrere Löschfahrzeuge in Richtung Überauchen, um beim dortigen Heimatmuseum ihre Herbsthauptprobe abzuhalten. Auch die Feuerwehren aus Tuningen und Bad Dürrenheim waren beteiligt. Zahlreiche Schaulustige beobachteten das Geschehen aus sicherer Entfernung.

Um Punkt 14.30 Uhr wurde der Alarm freigesetzt. Simuliert wurde ein Brand bei Bastelarbeiten, der in den Kellerräumen des Museums ausgebrochen war. Temperaturbedingung waren dort einige Feuerstellen in Betrieb. Angenommen wurde in der Folge ein Brand, der durch ein überhitztes Ofenrohr verursacht



Über 30 Feuerwehrleute der Wehren aus Brigachtal, Tuningen und Bad Dürrenheim nahmen an der Herbsthauptprobe in Überauchen teil. Beim dortigen Heimatmuseum ist ein Brand angenommen worden. BILD: DORER

worden war. Das Dekorationsmaterial hatte schnell Feuer gefangen und der Brand breitete sich im Kellerbereich rasch aus. Dichter Qualm drang bereits aus den Schachtfenstern. Einige Personen konnten das Gebäude noch unverseht verlassen. Andere eingeschlossene, brandgeschädigte Personen muss-

ten befreit und gerettet werden. Diese konnten schließlich den drei Sanitätern, die im Straßenbereich eine provisorische Rettungsstation errichtet hatten, übergeben werden. Fraglich war zunächst, ob sich auch Personen im ersten Obergeschoss befinden. Und tatsächlich, am Fenster, im bereits völlig

verrauchten Obergeschoss, machten sich die ersten Eingeschlossenen bemerkbar. Das Treppenhaus bereits in Flammen stand und der Flur ebenfalls mit gefährlichem Giftgas angereichert war, konnte ein Junge Mann nicht mehr über das Treppenhaus flüchten. Umgehend wurde eine Rettung über die herbeigeeilte Feuerwehr aus Bad Dürrenheim mit drei Mann eingeleitet. Im Handumdrehen war die Drehleiter in Richtung Fenster gerichtet. Auch ein kurzer Löschangriff auf den brennenden Ofen verlief später erfolgreich.

Die gut 45-minütige Übung war ein voller Erfolg. Eine positive Manöverkritik kam dann auch vom Kommandant Sascha Eichkorn. Auf einer Outdoor-Leinwand konnten die zahlreichen Besucher das Geschehen im Innern des Gebäudes mitverfolgen - den Einsatz kommentierte Eichkorn ansprechend über's Mikro.



Begleitet von Karl Werf auf dem Akkordeon geht die Fleglergruppe beim Kilwefest in Unterkirnach ihrer Arbeit nach. BILD: FEIN

# Fleglergruppe erfolgreich am Werk

Tino Kratt gewinnt Hammellauf vor Tochter Saskia. Kiesstockzunft mit Verlauf des Kilwefestes zufrieden

**Unterkirnach** (in) Die Kiesstockzunft konnte sich freuen. Das Kilwefest war ein Erfolg und die etwa 50 Helfer, die im Wechsel hinter den Theken und für die Bewirtung eingespannt waren, zeigten sich zufrieden. Zufrieden natürlich auch der erste Vorsitzende Uwe Kreuzpointner und sein Vize Andreas Weißer, denn an Publikum mangelte es der Veranstaltung nicht.

Kein Wunder, für das leibliche Wohl war bestens gesorgt. Man hatte eine reichhaltige Schlachtplatte ebenso auf der Speisekarte stehen wie auch spezielle Maultaschen für vegetarische Le-

ckermäuler. Außerdem gab es Kilweküchle und dazu leckeren Apfelsaft, der erst am Freitag vor dem Fest frisch gepresst worden war. Auch für musikalische Unterhaltung hatte man gesorgt. Mit Alleinunterhalter Manfred Aberle stand ein Musiker auf der Bühne, den man bereits seit vielen Jahren immer wieder gerne sieht in Unterkirnach.

Zu den Höhepunkten gehörte neben dem traditionellen Hammellauf auch wieder das musikalische Dreschen der Fleglergruppe. Begleitet wurden die Flegler auf dem Akkordeon von Karl Werf, der für die jungen Männer den Takt vorgab. Die Fleglergruppe, die eine Zeitlang darunter litt, dass die Mitglieder immer älter wurden und kein Nachwuchs dazu kam, können Dank der Initiative von Roland Duffner wieder auf eine gute Stammmannschaft zählen.

Der Hammellauf lief dann nach altbewährtem Muster ab. Am Ende, als der Wecker klingelte und damit das Ende des Rundlaufs markierte, hatte Tino Kratt das Fähnlein in der Hand. Den zweiten und dritten Platz belegten seine Tochter Saskia und Lukas Jaccada, denen der Sieger jeweils 10 Euro zahlen musste. Der Hammel, der die Veranstaltung unbeschadet überstanden hat, wird wohl wieder zu seinem Besitzer auf dem Sternhof in Oberkirnach zurückgebracht. Jedenfalls möchte der Sieger Tino Kratt lieber den Gegenwert in Euro, wie er betonte.

Jetzt freut man sich bei der Zunft erst einmal auf die kommende Fastnacht und auf das im April nächsten Jahres stattfindende Powwow, bei dem man wieder für die Bewirtung zuständig sein wird.