Guten Morgen, liebe Leser!

Die Möglichkeiten der deutschen Grammatik können einen, wenn man sich darauf, was man ruhig, wenn man möchte, sollte, einlässt, überraschen. Eine Leserin schlug vor, ich solle über Grammatik schreiben. „Da tut man noch was lernen“, sagte sie und sah mich mit schelmischem Grinsen an. Dann tuten wir mal los, aber ich muss Sie warnen. Das ist alles total kompliziert. Präsens, Perfekt, Plusquamperfekt und Furor II: Wer soll das auseinanderhalten? Zumal es Sonderformen gibt. Der Satz „Der Bus war zu spät gekommen“ steht im Busquamperfekt. Es gibt auch ein Bärfekt: „Der Bär fraß die Oma.“ Kein schöner Satz, zumal aus Sicht der Oma. Aber grammatisch korrekt. Vertrackt ist die Unterscheidung von Singular und Plural. Wie lautet der Singular von Eltern? Von Leute? Von Finanzen? Ist ein Geschwist ein einzelnes Geschwisterkind? Oder ist das gar kein Singular, sondern Unsinngular? Ein Präfix ist eine Vorsilbe, abgeleitet vom lateinischen „praefixum = vorne angeheftet“ (wir kennen das Verb „fixieren“). Bei Asterix wäre Präfix der Sohn von Hinwienix, der immer der Erste sein will. Ein typisches Präfix steckt im „Vordereingang“. Der „Hintereingang“ ist aber noch lange keine Endsilbe, kein Suffix. Suffix ist ein Gallier, der nach Alkoholgenuss schnell betrunken ist und noch auf seinen Auftritt in den Asterix-Comics wartet. Ein Rätsel sind für viele Schülerinnen und Schüler die Versfüße in der Poesie: Jambus, Trochäus, Daktylus! Das klingt wie norwegische Zahntrolle: Karius und Daktylus sind im Anmarsch! Grammatikfehler unterlaufen auch Lehrern, zumal Mathe-Lehrern, wie diesem hier, der sich vor der Klasse ereifert: „Es gibt keine größere Hälfte! Aber wem erzähle ich das? Die größere Hälfte von euch versteht das ja doch nicht.“ jw

3 Dinge, die ich heute wissen muss:

1 Fotograf
Lars Denis Unger liest um 19 Uhr in der Kirche St. Michael in Rosbach aus seinem Buch „Frankfurt ungeschminkt“.

2 Liedermacher
Simon Eickhoff und Jan Traphan gastieren als Duo „Simon und Jan“ ab 20 Uhr in der Bad Nauheimer Trinkkuranlage.

3 BUND-Angebot
Von 20 bis 22 Uhr kann man sich im Alten Rathaus Bad Nauheim über lokale Naturschutzthemen austauschen.

DAS SCHAUFENSTER

Meinungstreff 31

Infothek/Sudoku 33

Ihr Draht zu uns
Redaktion 06032 942-531
E-Mail
redaktion@wetterauer-zeitung.de
www.wetterauer-zeitung.de

Auf dem Weg zum „UHU“

Der Vater Alkoholiker, die Mutter krank, und der übergewichtige Bub wird in der Schule gehänselt: Als Kind wollte sich Andy Klingenhöfer am liebsten unsichtbar machen. Jetzt steht er vor bis zu 70 Menschen und hält Vorträge über Adipositas. Wie es dazu kam, erzählt der 58-Jährige in seiner Biografie „Ein Friedberger Bub“ – eine berührende „Suche nach einem fehlenden Puzzleteil“.

VON JÜRGEN WAGNER



Andreas Klingenhöfer, Leiter der Adipositas-Gruppe Wetterau, hat seine Lebensgeschichte aufgeschrieben und will allen übergewichtigen Menschen Mut machen. NICI MERZ

Friedberg – Wenn es nur eine Botschaft sei, welche die Patienten nach einem seiner Vorträge mitnehmen, dann diese, sagt Andy Klingenhöfer: „Auch nach vielen Schwierigkeiten, Verlusten und Rückschlägen kann es gelingen, das eigene Leben zu verändern.“ Eine einfache Botschaft, die nicht zu viel verspricht. Bereits bei seinem zweiten Vortrag, den er mit seiner Frau Michaela bestritt, erkannte Klingenhöfer, wie man seine Zuhörer fesselt: nicht mit Theorie, sondern mit persönlichen Erfahrungen. „Damit kann man etwas auslösen, was reine Information nicht schafft.“ Das gilt in gleicher Weise für seine Biografie „Ein Friedberg Bub … auf der Suche nach dem fehlenden Puzzleteil“, die kürzlich erschien.

In Spitzenzeiten wog er 125 Kilo

Klingenhöfer wuchs in der Friedberger Altstadt auf. Die Wohnung lag in der Judengasse – in der Schule wurde der Bub als „Juddegässer“ verspottet. Zu Hause war es nicht besser. Was der Vater in Krieg und Gefangenschaft erlebte, wurde in der Familie totgeschwiegen. Was der Krieg auslöste, zerrüttete die Familie. Der alkoholkranke Vater wurde gewalttätig. Später wurde er krank, musste jahrelang gepflegt werden. Danach pflegte Klingenhöfer seine Mutter. Nach deren Tod fiel er in ein Loch.

Die Konflikte in der Familie hinterließen früh Spuren. Klingenhöfer suchte sich „Seelentröster“ in Form von Süßigkeiten. Die Seele benötigt mitunter viel Trost, der Junge wurde dicker, die Ärzte diagnostizierten Adipositas.

So beginnt eine Geschichte, die zeigt, wie man trotz mancher Rückschläge nicht aufgibt. Klingenhöfer berichtet in unaufgeregtem Ton, ohne Emotionalisierung oder Dramatisierung, schreibt über das Elternhaus, über Rückschläge im Berufsleben, von der Kameradschaft bei der Freiwilligen Feuerwehr oder seiner Zeit als Party-DJ.

Nebenbei wurde er immer dicker. 125 Kilo wog er in Spitzenzeiten. Die Wende kam, als er seiner späteren Frau Michaela begegnete, eine Psychotherapie begann und dank Magenverkleinerung endlich zu den „UHUs“ gehörte: endlich unter hundert Kilo!

„Mein Leben kommt mir vor wie ein Puzzle“, sagt Klingenhöfer beim Gespräch im Café Kissler. „Es fehlen Teile, und das bleibt auch so. Meine Therapeutin riet mir, ich solle einen langen Brief an meinen Vater schreiben. Das konnte ich nicht. Aber ich habe viel zu erzählen.“ Also schrieb er seine Biografie, schrieb das Manuskript immer wieder um, 40 Versionen waren es am Ende. „Ich und ein Buch!“, sagt er und muss grinsen. Als Kind hätte er sich das nicht vorstellen können.

Heute lebt er mit seiner Frau in Butzbach. Er wiege 85 Kilo bei 1,70 Meter Körpergröße. „Das ist in Ordnung.“ Sie gingen viel spazieren. Sonst treibe er keinen Sport, habe aber seine Ernährung im Griff. Auch die Sache mit den „Seelentrös-tern“, die kein Tabu sind. „Eine Magen-OP heißt nicht, dass alles verboten ist. Ich versuche, zu genießen.“ Also keine ganze Tafel Schokolade auf einmal verschlingen, sondern „eine kleinere, qualitativ hochwertige Süßigkeit aus dem Schokoladenhaus, die du genüsslich auf der Zunge zergehen lässt“.

In der Psyche muss sich etwas ändern

„Bei der Magen-OP wird der Kopf nicht mitoperiert. Auch in der Psyche muss sich etwas ändern“, sagt Klingenhöfer. Wie das geht und dass es geht, wenn auch oft nur mit viel Mühe, zeigt die Adipositas-Selbsthilfegruppe Wetterau, die er 2023 zusammen mit seiner Frau Michaela gegründet hat. Viel Energie stecken die beiden in die Gruppe, die 30 Mitglieder zählt. Zu den Treffen kommen regelmäßig bis zu 15 Personen.

In seinem Buch beschreibt der ehemalige Mitarbeiter von Sicherheitsdiensten auch, wie er sich nach seiner Magen-OP beruflich neu orientierte. Beim Bildungswerk der Hessischen Wirtschaft in Wetzlar absolvierte er eine Qualifizierung, machte Praktika und sammelte Erfahrungen in Einrichtungen und Verwaltungen. Parallel dazu entwickelte er seine Tätigkeit als Referent weiter. Heute hält Klingenhöfer regelmäßig Vorträge über Adipositas und die Arbeit von Selbsthilfegruppen, etwa in der Salus-Klinik Bad Nauheim. Diese Aufgabe bereitet ihm große Freude. Sein Ziel ist es, seine Referententätigkeit auszubauen und langfristig zum Beruf zu machen.



Bücher und Selbsthilfegruppe

Das Buch „Ein Friedberger Bub“ von Andy Klingenhöfer umfasst 180 Seiten, kostet 19,99 Euro und kann als Taschenbuch bei Amazon bestellt werden. Er sei stolz auf sein erstes Buch, sagt Klingenhöfer, und präsentiert auf die Frage, ob er schon neue Pläne habe, sein zweites Buch: „Adipositas. Offen gesprochen“. Ursprünglich wollte der Autor einen Podcast über Adipositas herausgeben, entschied sich dann aber für die Buchform. Das Buch verknüpft persönliche Erfahrungen mit der Krankheit mit Informationen über Behandlung, Nachsorge, Vorurteile und die Bedeutung der Selbsthilfe.
Die Adipositas-Selbsthilfegruppe Wetterau trifft sich jeden zweiten Freitag im Monat von 18 bis 19.30 Uhr im „Zukunftsraum“ (Kaiserstraße 81) in Friedberg. Neue Mitglieder sind willkommen. Es wird um Voranmeldung gebeten per E-Mail an kontakt@andreas-klingenhoefer.com. jw

Musik und Begegnungen

Jugendblasorchester lädt zu Konzert-Workshop ein

Bad Nauheim – Zwei Tage gemeinsam musizieren, neue Stücke kennenlernen und Spaß haben: Das Jugendblasorchester (JBO) Bad Nauheim lädt für Samstag, 31. Oktober, und Sonntag, 1. November, zu einem „Soundcheck“-Workshop im Übungsraum der Freiwilligen Feuerwehr Nieder-Mörlen (Fußgasse 46a) ein. Unter der Leitung von Dirigent Sebastian Witzel erwartet die Teilnehmer ein abwechslungsreiches Wochenende, das in einem Abschlusskonzert am Sonntagnachmittag seinen Höhepunkt findet.

Der Konzert-Workshop richtet sich an junge Musikerinnen und Musiker ab zehn Jahren, die bereits ein Blasinstrument oder Schlagwerk spielen und Lust haben, gemeinsam mit anderen in einem Orchester zu musizieren. Dabei sind sowohl erfahrene Ensemblemitglieder als auch alle willkommen, die das Jugendblasorchester erst einmal kennenlernen möchten. Vorkenntnisse im Orchesterspiel sind hilfreich, im Vordergrund stehen jedoch die Freude an der Musik und das Erlebnis. Das Programm umfasst Melodien aus Film und Musical ebenso wie Hits der Pop-Geschichte.

Neben der musikalischen Arbeit geht es vor allem darum, Kontakte zu knüpfen, etwas auf die Beine zu stellen und junge Menschen für das Orchesterspiel zu begeistern. Wer Gefallen am JBO findet, hat möglicherweise Gelegenheit, Teil der Gemeinschaft zu werden – etwa beim Probenwochenende im März.

Der Workshop findet am Samstag von 10 bis voraussichtlich 15 Uhr und am Sonntag von 12 bis 15 Uhr statt. Danach präsentieren die jungen Musikerinnen und Musiker die Ergebnisse ihrer Arbeit. Dazu sind Familie, Freunde und alle weiteren Musikinteressierten eingeladen. Im Anschluss kann man bei Kuchen und Getränken das Wochenende ausklingen lassen.

Um Anmeldung unter www.jbo-bad-nauheim.de wird gebeten. Man kann auch spontan dazukommen. pm

ANZEIGE

