

Wie lebendig ist das Nachtleben?

Mensch Mannheim: Der Nachtbürgermeister im Podcast

Von Karsten Kammholz

Es gibt wenige Amtsbezeichnungen, die so faszinierend und geheimnisvoll klingen wie „Nachtbürgermeister“. Übernimmt er in den dunklen Stunden das Rathaus? Und warum braucht Mannheim überhaupt einen sogenannten Night Mayor? All das beantwortet Robert Gaa, der dieser ganz besonderen Aufgabe seit drei Jahren nachgeht, im Podcast „Mensch Mannheim“.

Der 33-Jährige ist staatlich geprüfter Maschinenbautechniker, arbeitete einige Jahre als Servicetechniker für die BASF, aber das war nichts für ihn. Er wollte raus aus der Industrie und etwas für die Stadt und ihre Menschen tun. Er arbeitete aktiv im Verein Peer23 mit, kuratierte dort Veranstaltungen. „Ich habe einfach gemerkt, das Nachtleben gibt mir unglücklich viel zurück.“

Er bewarb sich, als das Amt des Nachtbürgermeisters 2020 frei wurde, wurde ausgewählt und trat die Stelle während der Coronabeschränkungen an, kein leichter Start.



Im Podcaststudio: Nachtbürgermeister Robert Gaa. BILD: KARSTEN KAMMHOLZ



In Kooperation mit KAHL

Heute sieht Gaa sich als Vermittler zwischen Stadt und Nachtkultur-Verantwortlichen. „Die Stadt gibt die Regeln vor, die Betreiber müssen sie anwenden.“ Doch so einfach ist die Welt nicht. Dass Regeln eingehalten werden und die Nachtkultur trotzdem lebendig attraktiv sein kann, das versucht er im Alltag zu ermöglichen. Mit seiner ersten Bilanz ist er zufrieden. „Ich habe das Gefühl, dass das Nachtleben wieder aktiver geworden ist.“ Vieles finde inzwischen nicht mehr im Untergrund statt. Mehr junge Menschen würden wieder aktiv am Nachtleben teilnehmen wollen, stellt er fest.

Doch wie arbeitet Gaa? Jedenfalls mehr tagsüber als nachts. Und doch: Alles was nach 18 Uhr offen ist, nimmt er mit in seinen Verantwortungsbereich. „Innenstadt, Jungbusch, Neckarstadt-West“ – dort hat Gaa am meisten zu tun. Mal sind es Moderations- und Mediationsverfahren, mal singuläre Beschwerden wegen Lärm. Zugleich ist er Repräsentant des nächtlichen Mannheims und will dessen Bedeutung und Förderungswürdigkeit auch in der Politik verankern. Die von ihm mitorganisierte Nacht-Ökonomie-Konferenz (NÖK) am 5. Oktober in Mannheim ist dabei ein Baustein. Die Konferenz im Musikpark Mannheim richtet sich laut Gaa an ein ganz breites Publikum: von interessierten Bürgern über Entscheidungsträger der Stadtverwaltung und Politik bis hin zu Vertretern der Nachtkultur.



Alle Folgen des Podcasts „Mensch Mannheim“ gibt's auf Spotify, Deezer und Apple-Podcast

Grönemeyer wirbt für Naturheilkunde

Buga: Wenn die Erkältungssaison naht, hilft Thymian, die Lieblingspflanze des Arztes. Ihr widmet er seine Vortragsreihe bei Fahrten in der Seilbahn

Von Daniela Hoffmann

Für Dietrich Grönemeyer ist Mannheim die Stadt der besonderen Auftritte. 2009 hatte der bekannte Arzt, Buch-Autor und Bruder des Musikers Herbert Grönemeyer, in der SAP-Arena die „größte Schulklasse der Welt“ unterrichtet. Damit sicherte er sich einen Platz im Guinness-Buch der Rekorde. 10 000 Kinder lernten damals, wie sie gesund und fit bleiben.

Medizinisches Wissen alltags-tauglich zu machen, das bleibt dem Professor ein wichtiges Anliegen. Deshalb ist er am Donnerstagnachmittag zur Bundesgartenschau gekommen, um über die Heilkraft des Thymians aufzuklären – eine Pflanze, die jeder und jede im Garten, auf dem Balkon oder der Fensterbank wachsen lassen kann.



„Thymian ist meine Lieblingspflanze“, gesteht Dietrich Grönemeyer den Buga-Gästen, die gerade zu ihm in die Gondel gestiegen sind. Diesmal hat er den Vortragsraum kleiner gewählt als die Arena vor 14 Jahren. Dafür geht es jetzt in luftige Höhen.

Bei der Seilbahnfahrt vom Luisenpark zum Spinelli-Gelände erklärt der Wissenschaftler, wie das Kraut beim Anflug einer Erkältung wirken kann. „Einfach frische Blätter zu einem Tee aufbrühen: Das hilft im ersten Schritt schon mal.“

Grönemeyer ist es wichtig zu betonen, dass Naturheilkunde und Schulmedizin für ihn keine Gegen-

sätze sind. Er erinnert die Mitfahrenden in der Gondel daran, dass sie zu meist selbst wüssten, was ihnen gut tut. „In jedem von uns steckt doch ein kleiner Medicus“, meint Grönemeyer lachend. „Deshalb braucht es bei einer leichten Erkältung nicht gleich ein Hammermedikament, das der Arzt verschreibt.“ Die um ihn Sitzenden nicken.

Bei heftiger Erkrankung müsste es dennoch auch mal ein Antibiotikum sein, macht der Fachmann deutlich, der „kein Öko-Apostel“ sein will. Allerdings wirkten Antibiotika bei Atemwegsinfektionen häufig nicht, da meist ein viraler Infekt zugrunde liege. „Außerdem verursachen sie Nebenwirkungen und leisten der Entwicklung von Resistenzen Vorschub“, sagt Grönemeyer.

Ein pflanzliches Mittel sei bei Erkältungskrankheiten eine sinnvolle Alternative, findet er. Thymian-Extrakt könne beispielsweise bei Bronchitis eingesetzt werden, bei Schleimhautentzündungen der oberen Atemwege, bei unterstützender Behandlung von Keuchhusten sowie bei der Therapie von Entzündungen der Mundschleimhaut.

Ist der Husten erstmal da, kann das ätherische Öl aus den Blättern der Thymianpflanze schleimlösend, antibiotisch und entkrampfend wirken – vor allem auf die Bronchien, erläutert Grönemeyer und empfiehlt Inhalieren – aber auch Hustentropfen oder -saft aus der Apotheke, die auf einem hochkonzentrierten Thymian-Auszug basieren.

„Das Wuschel-Grün benutzen Menschen übrigens schon seit 4000 Jahren“, verrät der Professor, während er über die kleine Staude streicht, die er in einem Blumentopf



Dietrich Grönemeyer macht sich mit zwei Thymian-Töpfchen bereit zur Abfahrt mit der Seilbahn auf dem Buga-Gelände. BILD: HERMES ARZNEIMITTEL

zur Gondelfahrt mitgenommen hat. Die alten Ägypter etwa nutzten das Thymian-Öl beim Einbalsamieren der Mumien. Die griechischen Kämpfer sollen ein Thymian-Bad genommen haben, bevor sie in einen Krieg zogen. „Nicht umsonst bedeutet ‚thymos‘ so viel wie Lebenskraft oder Mut“, so der Experte.

Im Mittelalter haben Hildegard von Bingen und heilkundige Mönche Thymian in Klostersgärten ange-

baut. „Und auch heute sollten wir nutzen, was die Natur uns bietet“, betont Grönemeyer und fordert „konsequent mehr wissenschaftliche Studien in diesem Bereich“.

Die achtmütige Gondelfahrt vergeht den interessierten Zuhörerinnen und Zuhörern viel zu schnell. Einige davon finden sich später im Apotheker-Garten auf Spinelli ein. Nachdem der Professor über Stunden hinweg seinen kompakten Vor-

Buch zum Thema

■ Dietrich Grönemeyer hat zusammen mit seiner Tochter, der Heilpraktikerin Friederike Grönemeyer, auch ein Buch geschrieben, wie man Heilkräuter zu Hause selbst richtig einsetzen kann.

■ Es heißt „Selbst heilen mit Kräutern – Pflanzenheilkunde für zu Hause“ (Verlag Becker-Joest-Volk, 384 Seiten, ISBN-10: 3954531631). off

trag – von Seilbahnstation zu Seilbahnstation – immer wieder gehalten hat, wirbt er auch am Abend noch für die Kraft der Kräuter.

In dem Buga-Bereich, der sich dem Thema ebenfalls verschrieben hat, wachsen in überdimensionierten Teetassen etwa neben Thymian unter anderem Ringelblumen, Schwarzer Holunder, Salbei und Malve, die in der nahenden Erkältungssaison helfen sollen. Eine andere Tasse mit Seifenkraut, Römischer Kamille, Schafgarbe und Johanniskraut widmet sich der Hautgesundheit, eine weitere mit Melisse, Lavendel und Hopfen dem Schlaf und der Beruhigung.

„Und bei Arthritis hilft Kurkuma“, beantwortet Dietrich Grönemeyer die Frage einer Besucherin und erinnert daran, dass auch selbst gekochtes Essen mit frischen Zutaten und leckeren Gewürzen zur Gesunderhaltung beiträgt. Und zu was greift der Arzt und begeisterte Hobbykoch, wenn er selbst am Herd steht? Natürlich zu seiner Lieblingspflanze – dem Thymian.

Zwei Millionen sind erreicht

Bundesgartenschau: Frau aus Bad Schönborn geehrt

„Huch“, reagierte sie erst erschrocken und völlig überrascht, aber dann jubelte sie begeistert „Heyyyy!“, als Buga-Geschäftsführer Michael Schnellbach sie ansprach. Er begrüßte Andrea Seitz auf dem Spinelli-Gelände als zweimillionste Besucherin der Bundesgartenschau. Die 57-jährige aus Bad Schönborn hatte „endlich mal einen freien Tag als Krankenschwester“, wie sie sagte. Christa Löffler, Freundin seit Jahrzehnten und Inhaberin einer Dauerkarte der Buga, animierte sie dann, mit ihr nach Mannheim zu fahren, um endlich auch mal die Bundesgartenschau zu sehen. Sie seien zusammen mit dem Auto und vom Großparkplatz per Bus auf das Spinelli-Areal gekommen, „alles ganz problemlos“, so Seitz. Nun bekam sie von Schnellbach einen Blumenstrauß sowie einen Buga-Liegestuhl. „Toll – ein Erlebnis, das ich noch nie hatte“, freute sich Seitz über die besondere Begrüßung und die Geschenke. Am meisten aber freue sie sich jetzt, Blumen zu sehen, „wobei ich die Farben vom Herbst ganz besonders mag“, wie sie sagte.

Buga-Geschäftsführer Michael Schnellbach äußerte sich „sehr stolz“, dass die Bundesgartenschau schon zehn Tage vor Ende die Grenze von zwei Millionen Besuchern „geknaht hat“, wie er sagte. Das Ziel seien 2,1 Millionen. pwr



Michael Schnellbach (v.l.), Andrea Seitz und Christa Löffler. BILD: MICHAEL RUFFLER

ANZEIGE

dm

Ein Job ist ein Job ist ein Job

Bis Du einen findest, der Dich mit Sinn erfüllt

Entdecke viele gute Gründe für Deine Zukunft bei dm und mach gemeinsam mit uns den Unterschied – in einem unserer dm-Märkte, Logistikzentren, unserem Unternehmenssitz, dem dm-dialogicum, oder bei unserer IT-Tochter dmTECH.

Werde Teil unserer Arbeitsgemeinschaft im Raum Karlsruhe:
dm-jobs.de/MeineZukunft