FREITAG, 5. JUNI 2026

Trierischer Volksfreund

UNABHÄNGIG • ÜBERPARTEILICH • GEGRÜNDET 1875

ZEITUNG FÜR TRIER, SCHWEICH, TRIERER LAND

SEINE GROSSE CHANCE

Heute im Halbfinale von Paris: Jetzt gilt's für Alexander Zverev. Seite 16

INTERVIEW MIT DER BAUMINISTERIN

Verena Hubertz über geplante Einsparungen beim Wohngeld und die Heizkostenbeteiligung. Seite 8

Bleiben Sie immer und überall informiert!

Die Volksfreund News-App liefert Ihnen alle Inhalte unseres Nachrichtenportals – inklusive aller Volksfreund+ Artikel.

ÜBERBLICK

Bistum verschwieg Missbrauchsopfer

TRIER (red) Zwei Frauen, ein Täter: Ein Trierer Pfarrer missbrauchte über Jahre Kinder und Frauen. Wie jetzt bekannt wurde, wusste das Bistum Trier seit Januar 2022 von einem zweiten Opfer – und schwieg. Beide Frauen wurden von demselben Pfarrer missbraucht.
Seite 2

Mythen um Milch und Alternativen

BERLIN (red) Pflanzendrinks aus Hafer, Soja oder Mandel sind weder automatisch gesünder als Kuhmilch noch für alle Allergiker geeignet. Das zeigt ein Faktencheck der Nachrichtenagentur dpa. Beim Klimaschutz schneiden sie aber weitgehend besser ab als Kuhmilch.
Seite 27

ZITAT

„Die abschlagsfreie Frühverrentung ist ein teurer Irrweg, den sich unser Sozialstaat angesichts des demografischen Wandels nicht länger leisten sollte."

Steffen Kampeter
Der Hauptgeschäftsführer der Arbeitgebervereinigung BDA fordert eine Abschaffung der abschlagsfreien Frührente für besonders langjährig Versicherte.

WETTER

9° 19° Tiefstwerte der kommenden Nacht: 9°

Seite 28

RUBRIKEN

GELD UND MARKT	SEITE 6
FERNSEHEN	SEITE 25
HÄGAR	SEITE 24
SUDOKU	SEITE 24
SCHON WAS VOR	SEITE 21

KONTAKT

Anzeigen	0651/7199-999
Abo	0651/7199-998
Leserservice	0651/7199-0

kontakt@volksfreund.de
Internet: www.volksfreund.de
www.facebook.com/volksfreund
www.instagram.com/trierischervolksfreund

Produktion dieser Seite:
Heribert Waschbüsch

Einzelpreis 2,70 €, NR. 127

4 194971 102705 50123

ROCK AM RING

Geduld bei der Anreise gefragt

NÜRBURGRING (red) Wer am Mittwochfrüh zu Rock am Ring aufbrach, brauchte vor allem eines: Geduld. Volksfreund-Redakteur Christian Thome startete um 7.26 Uhr in Trier – und erreichte die Campingplatz-Einfahrt erst um 13.30 Uhr. Rund fünf Stunden für die Strecke. Für Abwechslung im Stau sorgte Gerry aus Pirmasens. Das Festivalprogramm startet heute, Freitag, 5. Juni, und geht bis Sonntag, 7. Juni.
Lokales

FOTO: CHRISTIAN THOME

Mehr als die Hälfte der Rheinland-Pfälzer ist übergewichtig

Im Land bringt mehr als jeder zweite Erwachsene zu viele Kilos auf die Waage. Das Trierer Adipositaszentrum erklärt, wie gefährlich das ist und was gegen Übergewicht hilft.

VON KATHARINA DE MOS

TRIER Mediziner sind in Sorge: Mehr als die Hälfte der Erwachsenen in Rheinland-Pfalz gilt nach neuen Zahlen des Statistischen Landesamts als übergewichtig. Demnach haben rund 54 Prozent einen sogenannten Body-Mass-Index (BMI) von 25 oder höher – die Weltgesundheitsorganisation spricht ab diesem Wert von Übergewicht. Männer sind dabei deutlich häufiger übergewichtig als Frauen. 63 Prozent sind im Verhältnis zu ihrer Körpergröße zu schwer, bei den Frauen liegt der Anteil bei nur 45 Prozent.

„Adipositas ist in den letzten 20 Jahren extrem auf dem Vormarsch. Das ist eine Volkskrankheit", sagt Dr. Alicia Mukrowsky, Leiterin des Adipositaszentrums am Klinikum Mutterhaus. Und das sei ein Riesen-Problem. Für die Betroffenen. Und für die Gesellschaft. Führt Adipositas der Oberärztin zufolge doch fast immer zu Nebenerkrankungen wie Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, zu Bluthochdruck, Amputationen oder Herzinfarkten. Körperfett verursache leider oft auch chronische Entzündungen. „Dadurch haben Übergewichtige ein deutlich erhöhtes Risiko für Infektionen und Krebserkrankungen", sagt Mukrowsky. Die direkten Kosten für Therapien und die indirekten Kosten durch Reha-Maßnahmen und Arbeitsausfall summieren sich der Ärztin zufolge in Deutschland auf 63 Milliarden Euro pro Jahr. Viele Adipositas-Patienten seien jahrelang krankgeschrieben oder säßen schon so jung im Rollstuhl, dass sie noch nie gearbeitet hätten. Große Sorge bereitet der Expertin auch, dass immer mehr Kinder und Jugendliche krankhaft fettleibig sind.

Aber was sind die Ursachen dafür, dass Adipositas so um sich greift? Natürlich gibt es Patienten, die krankheitsbedingt dick sind. Bei vielen liege es aber tatsächlich daran, dass sie zu viel und das Falsche essen und sich zu wenig bewegen. „Früher haben Kinder sich auf dem Sportplatz getroffen, heute sitzen sie vorm Computer. Es geht aber gar nicht mal um Sport, sondern einfach um Bewegung", sagt Mukrowsky. „Und viele kochen nicht mehr frisch und wissen gar nicht, wie man sich gesund ernährt."

Wege, den Betroffenen zu helfen, gibt es viele: Ernährungsberatung, Bewegungstherapie, Verhaltenstherapie, Medikamente und Operationen wie Magenverkleinerungen. „Es hängt auch davon ab, was der Patient möchte." In der Regel gelinge es mit Abnehmspritzen, 20 bis 30 Prozent des Übergewichts abzubauen. „Das ist gut für Leute, die leicht übergewichtig sind, aber nicht das Passende für diejenigen, die 300 Kilo wiegen", sagt die Oberärztin. Nachteil der Spritzen: Betroffene müssen diese selbst zahlen und mit 80 bis 300 Euro pro Monat sei das ganz schön teuer.

Mit operativen Methoden schafften es viele Patienten, 80 Prozent des Übergewichts loszuwerden. Sie seien dann zwar nicht ganz schlank, aber die riskanten Neben-Erkrankungen verschwänden. Gleichzeitig sinke die Sterberate um fast 90 Prozent. Abwägen müsse man natürlich, dass es bei Operationen zu Komplikationen kommen könne. Insgesamt koste so eine OP das Gesundheitssystem mit den begleitenden Therapien um die 15.000 Euro. Im Vergleich zu den hohen Folgekosten sei das eine gute Maßnahme, um die Kosten für den Staat zu senken.

Um zu verhindern, dass immer mehr Kinder und Jugendliche erkranken, plädiert die Leiterin des Adipositaszentrums dafür, schon ab der Grundschule Ernährungslehre zu unterrichten und Kochkurse anzubieten. „Jugendlichen ist oft gar nicht bewusst, was sie falsch machen." Sei es doch heute nicht mehr selbstverständlich, dass die Eltern ihren Kindern beibringen, was gesunde Ernährung ist.

Betroffenen rät sie dazu, sich Hilfe zu suchen und keineswegs aus Scham abzuwarten. Zu groß sei das Risiko schwerer Erkrankungen.

Der Body-Mass-Index ist eine Formel zur groben Einschätzung des Körpergewichts im Verhältnis zur Körpergröße. Berechnet wird er, indem man das Körpergewicht in Kilogramm durch das Quadrat der Körpergröße in Metern teilt. Ein Wert zwischen 18,5 und 24,9 gilt dabei als Normalgewicht.

Internetnutzung in Deutschland sinkt spürbar

Die Menschen in Deutschland ziehen den Stecker – zumindest manchmal. Die Internetnutzung geht deutlich zurück.

BONN (dpa) Die Internetnutzung der Menschen in Deutschland ist im Vergleich zum Vorjahr spürbar zurückgegangen. Wie die aktuelle und repräsentative „Postbank Digitalstudie 2026" zeigt, verbringt die Bevölkerung im Schnitt noch 67,4 Stunden pro Woche im Netz. Das entspricht einem Rückgang von rund fünf Stunden gegenüber 2025. Maßgeblich für diese Entwicklung ist vor allem das veränderte Nutzungsverhalten der unter 40-Jährigen, die ihre Online-Aktivitäten, insbesondere am Smartphone, gezielt reduzieren.

Das Smartphone bleibt aber mit großem Abstand das wichtigste Tor zur digitalen Welt – 86 Prozent der Bevölkerung nutzen es für den Internetzugang. Dennoch ist die Bildschirmzeit rückläufig: Die wöchentliche mobile Nutzung sank von 25,7 auf 23,9 Stunden.

Besonders drastisch zeigt sich die digitale Erschöpfung bei den unter 40-Jährigen, jener Generation, die oft als „always-on" gilt. Zwar bilden sie mit über 80 Stunden wöchentlicher Internetzeit noch immer die Spitze der Intensivnutzer, doch gerade bei ihnen fiel die reine Smartphone-Zeit im Vorjahresvergleich um drei Stunden auf 31 Stunden pro Woche.

Fast jeder dritte unter 40-Jährige (31 Prozent) plant, seine private Internetnutzung in den kommenden zwölf Monaten weiter einzuschränken. Über alle Altersgruppen hinweg verspüren 17 Prozent den Wunsch, offline kürzerzutreten. David Dommel, Leiter des digitalen Performance-Marketings der Postbank, erklärt diese Entwicklung: „Mobil ins Internet zu gehen, gehört fest zum Tagesablauf der Deutschen. Doch vor allem junge Menschen wollen auch mal offline sein. Das gilt besonders fürs Handy, weil es überall verfügbar ist."

Doch wofür wollen die Menschen ihre gewonnene Zeit nutzen? Die Antworten zeigen eine tiefe Sehnsucht nach dem Analogen. 41 Prozent derjenigen, die ihre Online-Zeit reduzieren wollen, möchten schlichtweg mehr Zeit für andere Dinge wie Familie, Freunde oder Hobbys haben. Für 38 Prozent steht der Wunsch im Vordergrund, sich im Alltag weniger ablenken zu lassen. Auch negative gesundheitliche Auswirkungen (36 Prozent) und der Wunsch nach mehr Konzentration (33 Prozent) sind zentrale Motive für den digitalen Rückzug.

„Die Menschen in Deutschland unterscheiden bewusster zwischen notwendigen und überflüssigen Online-Aktivitäten", sagte Dommel. Während nützliche Alltagshelfer wie Online-Banking mit über 50 Prozent Nutzung stabil bleiben, verlieren Zeitfresser an Reiz. So fiel die regelmäßige Nutzung von Social-Media-Kanälen wie Instagram oder TikTok deutlich von 71 Prozent im Vorjahr auf nun 64 Prozent.

Nach UN-Desaster: Merz und Wadephul unter Druck

NEW YORK/BERLIN (dpa) Nach dem Scheitern Deutschlands bei der Kandidatur für einen Sitz im mächtigen Sicherheitsrat der Vereinten Nationen werden in Berlin Forderungen nach Konsequenzen laut. Kanzler Friedrich Merz und Außenminister Johann Wadephul versicherten zwar sofort, Deutschland werde seine Verantwortung bei den UN weiter unverändert wahrnehmen. Doch auch aus den Reihen des Koalitionspartners SPD kommen Rufe, die Bundesregierung solle beispielsweise Völkerrechtsbrüche endlich stärker kritisieren.
Themen des Tages Seite 5

Irans Drohne auf Kuwait erschüttert die Golfregion

TEHERAN (red) Eine iranische Drohne hat ein Passagier-Terminal am Internationalen Flughafen von Kuwait getroffen, einen Menschen getötet und mehr als 60 weitere verletzt. Der Angriff scheint nicht nur Vergeltung für US-Angriffe auf die iranische Insel Keschm zu sein, sondern auch ein Signal an arabische Staaten, die US-Stützpunkte auf ihrem Territorium dulden.
Themen des Tages Seite 5

So sehen die Recyling-Pläne des Bundes aus

BERLIN (dpa) Um unabhängiger von Rohstoffimporten zu werden und die Umwelt zu schützen, will die Bundesregierung die Kreislaufwirtschaft stärken. Dabei geht es um den Erhalt, die Reparatur und das Recycling von Produkten. Das Bundeskabinett in Berlin verabschiedete dazu ein knapp 20-seitiges Aktionsprogramm. Es soll die bisherige Kreislaufwirtschaftsstrategie von 2024 konkretisieren.
Wirtschaft Seite 7