

Wie ein Macho zum Machu Picchu führt

- Gedächtnistraining mit Humor bei „Dreierlei“
- Kreative Merktechniken gegen das Vergessen

VON KIRSTEN JOHANSON

Herdwangen-Schönach – Wenn das Zusammenspiel der rechten und linken Gehirnhälfte funktioniert, sich Eselsbrücken verankert haben und die grauen Zellen durch Wiederholung im Training bleiben, lässt sich einmal abgespeichertes Wissen problemlos abrufen. Zu dieser Erkenntnis gelangten die 270 Besucher der Veranstaltung „Dreierlei“ in der Bundschuhhalle. „Sie werden am Ende des Abends von sich begeistert sein“, hatte Markus Hofmann versprochen. Der Gedächtnistrainer aus München war als Referent eingeladen. „Mentale Fitness und ein gutes Gedächtnis sind für eine solide Fach- und Führungskompetenz unverzichtbar“, lautete seine Ansage. Oder verkürzt ausgedrückt: „Geist ist geil.“

Die Netzwerkgespräche „Dreierlei“ richteten sich an ein geladenes Publikum. Sie wurden 2010 von den drei Gemeinden und Gewerbevereinen aus Herdwangen-Schönach, Owingen und Hohenfels ins Leben gerufen, um untereinander Kontakte zu pflegen und Synergien zu nutzen. Im jährlichen Wechsel richtet seither eine Gemeinde mit dem jeweiligen Gewerbeverein die Veranstaltung aus. „Der gemeindeübergreifende Austausch ist eine gute Sache“, stellte Christof Braun von der Zimmerei Braun in Herdwangen fest. Auch Robert Streicher, Obst- und Gemüsehändler aus Egg, zeigte sich von der Initiative angetan: „Man erfährt, was um einen herum geschieht.“ Robert Herrmann aus Herdwangen-Schönach bezeichnete Dreierlei als sinnvolle Plattform, die Gewerbetreibenden der drei Gemeinden in zwangloser Atmosphäre an einen Ort zusammenzubringen.

In seiner spritzigen Präsentation verknüpfte Hofmann Information mit Entertainment und machte deutlich, wie man sich Vorsprung durch Wissen verschafft. Ob Vokabeln, Termine, Namen und Gesichter von Kunden oder Inhalte



Markus Hofmann (vorne) erklärte dem Publikum, wie es sich die Vornamen von Daniela, Silke, Anita, Susan, Christof, Wolfgang, Michael und Wilfried einfach merken kann. BILDER: JOHANSON



„Der Vortrag hat mich begeistert. Bei der Übung zum Namensgedächtnis konnte ich mir spontan alle acht Namen merken.“

Wolfgang Neuburger, Vorsitzender des Gewerbevereins Herdwangen



„Der Vortrag war sehr anschaulich, Markus Hofmann ist ein Top-Redner. Seine lebhaft, motivierte Art hat mir gefallen.“

Robert Herrmann, Gemeinderat, Herdwangen



„Der Vortrag war hochinteressant. Einen Teil der Strategien werde ich auf jeden Fall im Alltag ausprobieren.“

Helmut Brehm, EnBW-Kommunalberater

von Sitzungsunterlagen, alles lässt sich nach Aussage des Gedächtnisexperten in den „mentalen Briefkästen“ des Gehirns abspeichern. Entscheidend sei das Wiederfinden. „Das Wissen ist da, doch im entscheidenden Moment können wir nicht darauf zugreifen.“ Er gab Tipps, die das Memorieren erleichtern. Dass Kinder den Erwachsenen beim Memoryspiel um Längen voraus sind, habe einen einfachen Grund. Kindliches Denken sei nämlich weder albern noch kindisch, sondern sehr fanta-

sievoll. „Kinder bedienen sich kreativer Strategien, um sich Dinge zu merken.“ Der Abend geriet zu einem kurzweiligen Event, weil Hofmann das Publikum ständig aktiv einbezog. Den Vornamen von Herrn Rinas aus Aftholderberg vergisst wohl niemand mehr, der in der Bundschuhhalle dabei war. Denn beim Anblick seines weißen Haarschopfes wird von nun an jeder an „will Frieden“ denken und landet sofort bei Wilfried. Einkaufslisten lassen sich leichter merken, wenn man in Bildern denkt. „Stel-

len Sie sich vor, der Broccoli wächst Ihnen aus der Nase“, machte Hofmann deutlich. Mit Hilfe einer kuriosen Merktechnik lernten sie von jetzt auf gleich, die sieben Weltwunder der Neuzeit aufzusagen. Assoziationsketten, die für Außenstehende keinen Sinn machen – Oberschenkel, Dieter Bohlen, Macho, Machu Picchu – führten zum schnellen Erfolg. Außerdem gelang es den Gästen am Ende der Veranstaltung, die Namen aller Bundespräsidenten in chronologischer Reihenfolge zu nennen.

Rat genehmigt widerwillig weiteren Kiesabbau

Firma Leander Reichle setzt Antrag im zweiten Anlauf durch, Landratsamt sieht Grundwasser nicht gefährdet



Der Kiesabbau in Neubrunn kann fortgesetzt werden. BILD: VOLK

Illmensee (slo) Mit offensichtlichem „Bauchweh“ hat der Illmenseer Gemeinderat im zweiten Anlauf in seiner jüngsten Sitzung dem Antrag der Firma Leander Reichle stattgegeben, in der Kiesgrube Neubrunn weiteren Kiesabbau betreiben zu dürfen. Dazu soll die Abbausohle tiefergelegt werden, was unter Einhaltung bestimmter Auflagen und weiteren Nebenbestimmungen vom Landratsamt Sigmaringen als Untere Wasserbehörde befürwortet wurde. Ursprünglich hatte der Illmenseer Gemeinderat – damals vor der Kommunalwahl noch in anderer Besetzung – den Antrag abgelehnt. Begrün-

det hatte das Gremium dies mit der aus seiner Sicht gefährlichen Nähe des Grundwasserbrunnens. „Der alte Gemeinderat war sich einig, dass der Grundwasserschutz wichtig und kein Spaß ist“, erläuterte Gemeinderat Wolfgang Tress, der für die Freien Wähler im alten und neuen Gremium aktiv ist. Die

Ablehnung durch den Gemeinderat wurde vom Landratsamt als Untere Wasserbehörde überprüft. Aufgrund der Lage der Abbaustätte in der Zone IIIA des Wasserschutzgebiets sei eine besonders strenge Prüfung des Vorhabens der Firma Leander Reichle durch die Behörde erfolgt, so Bürgermeister Jürgen Hoffmann. Dabei sei man zu dem Schluss gekommen, dass die Tieferlegung der Abbausohle unter Einhaltung bestimmter Auflagen vertretbar sei. „Durch diese Auflagen kann bei planmäßiger Ausführung des Abbaus und der Rekultivierung eine Beeinträchtigung des Grundwassers auch bei tiefergelegter Sohle aus Sicht des Landratsamtes ausgeschlossen werden“, heißt es in der Sitzungsvorlage.

Jürgen Hoffmann legte dar, dass aufgrund dieser Beurteilung wenig Chancen bestünden, dem weiteren Kiesab-

bau erneut das Einvernehmen zu versagen, denn die rechtliche Grundlage für einen Widerspruch, ein Verstoß gegen das Wasserrecht, sei nach dieser Expertise der Behörde nicht mehr gegeben. Ohne rechtlichen Grund dürfe die Gemeinde ihr Einvernehmen nicht versagen, sonst sei dies rechtswidrig.

Gemeinderat Anton Langer (Freie Wähler) ärgerte sich darüber, wie wenig Spielraum dem Gemeinderat gelassen wird: „Ich habe immer Bauchweh, wenn etwas so erpresserisch dargestellt wird“, betonte er angesichts dessen, „dass dem Gremium nun eigentlich gar keine andere Möglichkeit mehr blieb, als dem erneuten Kiesabbau zuzustimmen.“ Weitere Gemeinderäte äußerten ein ähnliches Unbehagen. Am Ende wurde der Antrag bei neun Ja-Stimmen, einer Gegenstimme und einer Enthaltung genehmigt.

Senioren- und Altenwerk feiert 40-jähriges Bestehen

Viele Gründungsmitglieder bei Gottesdienst und Feier im Pfarrheim



Rose Wagner und Irmgard Selbherr (von links) leiten das Ostracher Senioren- und Altenwerk. Ewald Reichle war Gründungsleiter und ihm folgten Elisabeth Baier und Klara Rundel. BILD: UNGER

Ostrach (ugr) „Lebendig bleiben beim älter werden“, lautet der Kernspruch des Senioren- und Altenwerkes Ostrach und unter diesem Motto stand auch das 40-jährige Jubiläum, das mit einem Dankgottesdienst in der Pfarrkirche Sankt Pankratius und einem festlichen Akt im Pfarrheim gefeiert wurde. „Wir wollen einen Beitrag leisten zur Lebensfreude und Lebensqualität älterer Menschen“, sagte Irmgard Selbherr, die mit Rose Wagner Unternehmungen und Erlebnisse mit religiösen, kulturellen und gesellschaftlichen Themen plant und durchführt. Im Dankgottesdienst mit Pfarrer Rudolf Dehne gaben

die Fürbitten und Gebete den verstorbenen Mitmenschen und Gruppenleitern, aber auch der nachwachsenden Generation, die in eine ungewisse Zukunft hinein wächst.

Im Pfarrheim waren die Kaffeetische herblich geschmückt und es herrschte Feststimmung, als Irmgard Selbherr neben der großen Schar Senioren auch Pfarrer Rudolf Dehne, der sich gerade

von einem Sturz vom Fahrrad erholt hatte, sowie den Gründungsvorsitzenden Ewald Reichle mit Frau und die zwischenzeitlichen Nachfolgerinnen Elisabeth Baier und Klara Rundel ein herzliches Gruß Gott entbot. Pfarrerin Angelika Hofmann ließ sich wegen eines Termins entschuldigen. Den „Neuen“ stellte sie das 1974 nach dem Muster von Prälat Dr. Stiefvater in Freiburg und

in der Amtszeit von Pfarrer Otto Ernst unter dem damaligen Motto „Alter hat Zukunft – Mitwirken statt zuschauen“ gegründete Altenwerk vor. Ewald Reichle habe damals in Zusammenarbeit mit Fanny Lehleiter und Dr. Maria Mussotter die Leitung übernommen. Die Pionierleistung bezeichnete sie als gemeinsames Werk der katholischen Pfarrgemeinderates und des evangelischen Kirchengemeinderates. Bereits ein Jahr später konnte über zehn Veranstaltungen mit Tagesausflügen und Seniorennachmittagen berichtet werden. Irmgard Selbherr erwähnte auch die Katholische Jugend, die zehn Jahre zuvor den Altennachmittag einführte, der heute von der politischen Gemeinde regelmäßig am dritten Adventssonntag in der Buchbühlhalle veranstaltet wird.

Dann ließ Irmgard Selbherr die 40 Jahre Altenwerk Revue passieren. Ihr Vortrag war fast ausnahmslos mit Lichtbildern begleitet, auf denen viele „Ehemalige“ in Erinnerung gerufen wurden, die in der Zwischenzeit auf dem Friedhof ruhen. Sie erinnerte an die verstorbenen ehemaligen Leiter Alois Sing, Lore Ader und Maria Rehfeldt, die Turngruppe unter der Leitung von Ellen Herrmannsdorfer und Maria Locher, an die von Hilde Löw und später von Maria Bertow geführte Gruppe der Strickerfrauen, die heute von Maria Aigner und Lore Scham geleitet wird. Am Ende der Geburtstagsfeier dankten Irmgard Selbherr und Rose Wagner allen, die auf irgendeine Weise zu dessen Gelingen beigetragen haben, besonders Karl Sommer und Ferdinand Keller für die Digitalisierung der Fotos.

NACHRICHTEN

MICHAEL GRUBE

Violinkonzert in Pfarrkirche St. Bernhard

Wald (sah) Michael Grube spielt am Sonntag, 2. November, um 18.30 Uhr ein Konzert in St. Bernhard. Der aus Überlingen am Bodensee stammende, und in der ecuadorianischen Hauptstadt Quito ansässige Violinsolist Grube präsentiert „Juwelen der Violin-Literatur“ Werke aus Barock, Klassik, Romantik, Impressionismus, u.a. von R. Strauß, N. Paganini, Gerhard Track und J. S. Bach. Vor einigen Jahren wirkte er als Jury-Vorsitzender beim 8. Internationalen Mozart Festival-Wettbewerb (U.S.A.) und wurde zum „Internationalen Musiker des Jahres“ in England gewählt. Der Eintritt ist frei, eine Spende willkommen.

SELBSTHILFEGRUPPE

Oberarzt informiert über Umgang mit Diabetes

Pfullendorf – „Der neugierige Diabetologe“ lautet ein Vortrag von Oberarzt Dr. Simon Fahrner, Internist und Diabetologe, am Krankenhaus Pfullendorf, am Mittwoch, 5. November, um 19 Uhr in der Cafeteria des Krankenhauses. Dr. Fahrner klärt auf, warum Untersuchungsbefunde, der Medikamentenplan oder das Blutzuckermessgerät für den behandelnden Arzt wichtig sind und erst dann eine gute Blutzuckereinstellung erreicht werden kann, heißt es in der Pressemitteilung der Diabetiker-Selbsthilfegruppe Sigmaringen, die diesen Vortrag veranstaltet. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Nicht nur Mitglieder, sondern auch interessierte Gäste sind willkommen. Bei Fragen steht Gruppenleitung, Martina Geng unter Tel. 0 75 52/25 22 36 zur Verfügung.

NOTIZEN

PFULLENDORF

Gesangverein Pfullendorf: Die Frauenchorprobe am heutigen Montag und die Männerchorprobe am kommenden Mittwoch, 29. Oktober, entfallen. **Die Kramer-Rentner** treffen sich am morgigen Dienstag, 28. Oktober, 14 Uhr, im Zinsmaierstüble in Frickingen-Altheim zum Beisammensein. „Neu-Rentner“ sind willkommen.

WALD

Die Bauernkapelle Mindersdorf feiert am kommenden Sonntag, 2. November, ab 11 Uhr in der Zehn-Dörfer-Halle in Wald ihren Saisonabschluss. Neben den bekannten Stücken gibt es auch Einblicke in die neue CD der Kapelle. Reservierungen sind unter Tel. 0 77 74/14 80 bei Walter und Olga Eger möglich.