

Glosse

Andenknoten oder Andenknoten?

Von Peter Rieger

Mein etwas verwirrt Kollege kehrte nach einem erholsamen Urlaub zurück zur Arbeitsstelle und hatte den Zugangscode zur Eingangstür vergessen – er hatte offensichtlich gut abschalten können. Als er dann an seinem Schreibtisch ankam, merkte er, dass sein Abreißkalender seit seinem letzten Arbeitstag nicht mehr abgerissen worden war. Da er die Blättchen nicht ungelesen wegwerfen wollte, saß er in der Mittagszeit da und kicherte, wenn er wieder eine lustige Anekdote auf der Rückseite gelesen hatte. Als ich ihn fragte, was es denn zu lachen gäbe, gab er mir das Blättchen und sagte, er liebe diese Andenknoten, oder wie das hieß. Ich korrigierte ihn und meinte, um ihn wegen seiner Zerstreutheit zu necken, das hieß Ansteckknäuel. Er schaute mich kurz über seine Halbbrille an und murmelte, es hieß vielleicht höchstens Andenknoten, oder so, weil das von dem Knoten im Taschentuch käme, den man da hineinmacht, wenn man etwas nicht vergessen will – und die netten Geschichten hießen so, damit man sie nicht vergisst, weil sie tatsächlich passiert seien. Ich musste schallend lachen, er war eben zerstreut wie immer und hatte vom Urlaub noch einen Knoten in der Leitung. Bis zu seinem nächsten Urlaub kriegen wir den wieder raus.

Tipp des Tages

Heute wird der WEL-Kreis gegründet

SALEM (sz) - Für das Künstler-Ehepaar Walter Eberhard Loch und Dora Loch-Roth wollen Gabriele und Volker Dutkowski einen Förderverein gründen. „WEL-Kreis-Salem“ soll er heißen und an das Paar, das 40 Jahre in Salem lebte und mit Kunst und Musik seine Spuren hinterließ, erinnern. Heute, Montag, ist die Gründungsversammlung um 19 Uhr in „Recks Hotel-Restaurant“ in Neufraach. Ziel des Vereins soll sein, die Erinnerung an das Paar durch Ausstellungen, Lesungen und Konzerte wach zu halten. Die Musikerin Dora Loch-Roth komponierte den Neufraacher Narrenmarsch.

Kurz berichtet

Angehörige besuchen Station

MARKDORF (sz) - Die Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige trifft sich am Dienstag, 10. Oktober, um 15 Uhr in den Räumen der Sozialstation Linzgau in Markdorf, Mühlöschle 2. Interessierte sind jederzeit herzlich willkommen. Die Gruppe will an diesem Nachmittag eine Tagespflegeeinrichtung besichtigen. Weitere Informationen gibt Cornelia Achilles unter Telefon 0 75 44 / 9 55 90.

Tourismusgemeinschaft



Äpfel bringen Bares für die Musikschule

„Wir sind für diese Anerkennung dankbar. Sie regt uns an, engagiert weiterzumachen. Es ist wichtig, dass unsere Arbeit öffentlich wahrgenommen wird.“ Konrad Oker, Vorsitzender des Musikschulvereins, freut sich über den 600-Euro-Scheck. Übergeben bekommt er ihn von Stefanie Heger, Leiterin der Tourist-Info, Maria Wirt, erste Vorsitzende der Tourismusgemeinschaft Gehrenberg-Bodensee und Christine Steidle vom Vorstand der Tourismusgemeinschaft (von links). Zum Abschluss der Apfelwochen hatten die Mitglieder der Tourismusgemeinschaft Kuchen gebacken, Waffeln serviert, Apfelsauce und frisch gepressten Apfelsaft angeboten. Beim Aktionstag am 30. September kam so die Spendensumme zusammen. neu/SZ-Foto: neu

Didgeridoo-Workshop

Das Holzrohr hilft gegen Schnarchen

MARKDORF - Didgeridoos, die traditionellen Instrumente der australischen Ureinwohner, machen nicht nur urige Musik, sondern sollen auch beim Schnarchen helfen. Thomas Macat hat in einem Workshop am vergangenen Samstag Interessierten das Didgeridoo spielen beigebracht. Dabei wird die Atemmuskulatur gestärkt.

Von unserer Mitarbeiterin Sarah Brudler

„Am Anfang ist es einfach wichtig, Erfolg und Spaß zu haben und einen kräftigen Ton zu erzeugen“, erklärt Thomas Macat am Anfang seines Didgeridoo-Workshops im Bildungszentrum in Markdorf. Elf Interessierte jeden Alters sind gekommen, teils mit eigenem Instrument. Diese sind zum Teil so schwer spielbar, dass ein Anfänger schnell den Mut verliert. Doch Macat hat Erfahrung mit Workshops und hat Leihinstrumente mitgebracht. Und so stellt sich schon bei den ersten Versuchen der gewünschte Erfolg ein: Mehr oder weniger kräftige, satte Grundtöne werden den Hölzern entlockt.

Auf die Atmung kommt es an

„Die richtige Zungentechnik oder Zirkularatmung sind beim ersten Probieren noch nicht wichtig. Auch ob das Instrument 30 oder 300 Euro gekostet hat, ist nicht unbedingt entscheidend“, sagt Macat. Vielmehr müsse man sich auf die richtige Bauchatmung und den Aufbau eines Drucks im Instrument konzentrieren. Wenn der Grundton über längere Zeit gehalten werden kann, kommt die Stimme zum Einsatz. „Man kann das Instrument zum Singen bringen“, so Macat. Bei regelmäßigem Spielen wird die Atemmuskulatur gestärkt. Außer-



Richtig Atmen: Didgeridoo-Spielen soll die Muskulatur schulen und eine wirkungsvolle Therapie gegen Schnarchen sein. Das erfahren die Teilnehmer des Didgeridoo-Workshops im Bildungszentrum. Foto: Sarah Brudler

dem wirken der monotone Klang und die kontrollierte Atmung entspannend. Diese Faktoren führen zu einer Reduktion oder dem völligen Verschwinden von störendem Schnarchen, sagt der Kursleiter. Die Kursteilnehmer erfahren, wie das Didgeridoo entstanden ist. Schon seit mehr als 2000 Jahren spielen die australischen Ureinwohner auf Bambusrohren und von Termiten ausgehöhlten Hölzern. „Mittlerweile gibt es

hier aber auch deutsche Instrumente und mehr Didgeridoospieler als in Australien“, sagt Macat lachend. Er selbst spielt bevorzugt auf einem maßgefertigten Instrument, das in Deutschland hergestellt worden ist. „Das ist wirklich ein tolles Didgeridoo“, sagt Workshopteilnehmer Janz Balder, der es ausprobiert hat. Er hat zwar ein eigenes Instrument und hat zu Hause schon gespielt, jetzt will er unter Anleitung die richtige Technik lernen –

und vielleicht ein neues Didgeridoo kaufen. Schon seit fünf Jahren ist der Dozent fasziniert von diesem Instrument. „Zuerst habe ich versucht, mir das Spielen selber beizubringen, was mich schnell frustriert hat“, erzählt Macat. Dann hatte er Unterricht bei einem Aborigine. Doch ohne Üben wird auch hier niemand Meister. Macat übt täglich eine Stunde – mit dem Schnarchen dürfte er keine Probleme haben.

Pfarrgemeinderat



So sehen die neuen Gewänder für die Kommunionkinder aus: Margit Stützel (von links), Katrin Becker und Maria Stump präsentieren das neue Kleidungsstück dem Pfarrgemeinderat. Foto: Brigitte Walters

Kutte entlastet die Eltern

MARKDORF (bw) - Im kommenden Jahr werden die Kommunionkinder der Sankt Nikolaus Pfarrgemeinde erstmals in einheitlichen weißen Kutten zum Tisch des Herrn gehen. Dies beschloss der Pfarrgemeinderat mit großer Mehrheit. Die Kutten werden den Eltern der Kommunionkinder in den Treffen Anfang November vorgestellt.

Seit einigen Jahren wird die Anschaffung von Kutten im Pfarrgemeinderat diskutiert. Immer wieder gab es Wünsche der Eltern, die Kinder einheitlich zur Kommunionfeier einzukleiden. Nun wird die Pfarrgemeinde Sankt Nikolaus dem Beispiel etlicher Nachbargemeinden folgen und 80 Alben für die Kommunionkinder anschaffen. Diese können von den Eltern gegen eine Kautionsausleihe werden, die

bei der Rückgabe wieder erstattet wird. Finanziell werden die Eltern nur mit der Reinigungsgebühr von 20 Euro belastet, die einmaligen Anschaffungskosten übernimmt die Pfarrgemeinde. Die weiße Albe sei eine Erinnerung an das Taufkleid, schließlich werde bei der Kommunionfeier das Taufversprechen erneuert, waren sich die Pfarrgemeinderatsmitglieder einig. Die Kutte sei ein äußeres Zeichen der Reinheit und ein Zeichen des Beginns eines neuen Lebensabschnitts.

Zudem bedeute die Kutte die Abwendung von materiellen Dingen – ein Hinweis darauf, dass Jesus wichtig sei und nicht Äußerlichkeiten wie Kleider. Durch diese Initiative werden die Eltern der Kommunionkinder finanziell entlastet: Kommunionkleider müssen nicht mehr gekauft werden.

Gemeindefest Leimbach

Verkauf dient einem guten Zweck

LEIMBACH (hbe) - „Das Leben feiern – in Gottes Schöpfung Neues schaffen“, hat das Motto gestern beim Gemeindefest der Evangelischen Kirche in der Mehrzweckhalle in Leimbach gelaute. Dass sie Feiern sollen, ließen sich die Markdorfer nicht zwei Mal sagen: Sie taten es im Gottesdienst und bei einem bunten Programm.

Zum ersten Mal stand das Gemeindefest, das in jedem Jahr in einem anderen Markdorfer Ortsteil gefeiert wird, unter einem Motto. Und so wurde das Thema „Das Leben feiern – in Gottes Schöpfung Neues schaffen“ auch im morgendlichen Gottesdienst aufgegriffen. Um es anschaulich darzustellen, wirkte ein Clown mit, durch den die Besucher erfahren, dass jeder Mensch durch die Schöpfung eine eigene Begabung empfangen hat, welche er nutzen sollte und durch welche er das Leben feiern könne. Den Tag genossen die Gäste mit einem bunten Programm aus Verkaufsständen wie dem Eine-Welt-Stand, dem Stand des Bastelkreises der Gemeinde oder dem Informationsstand des BUND. Auch Renate Ernet und Christel Pantow waren wieder mit ihrer Tombola dabei und verkauften 500 Lose zu Gunsten von Projekten der Gemeinde. Für das leibliche Wohl war ebenfalls ausreichend gesorgt: Neben

Frühschoppen und Mittagessen mit Begleitmusik durch den Musikverein Riedheim gab es am Nachmittag rund 25 selbst gebackene Kuchen von den Gemeindefrauen. Den Erlös spenden die Frauen ebenfalls für die Gemeindearbeit.

Auch für die Kleinen Besucher des Gemeindefestes kam keine Langeweile auf. Neben vielen Spielangeboten wie einem Quiz rund um das Wasser gab es für sie Popcorn, Stockbrot und ein Lagerfeuer. Die Pfarrfrauen Iris Roland und Christiane Quincke nutzten das Gemeindefest zudem dafür, um den Markdorfer Kalender für 2007 vorzustellen (die SZ wird noch ausführlich berichten). Er ist für 12 Euro im Pfarramt zu haben.



Cocktails: Die Leiter der Konfirmandengruppen der evangelischen Kirche, Marcel Alber (von links), Valerie Wentzky und Johannes Oswalt verkaufen beim Gemeindefest Gesundes für einen guten Zweck. Foto: hbe

vhs

Entspannung im Kurs lernen

MARKDORF (sz) - Viele Menschen suchen mehr Ruhe und Gelassenheit in ihrem hektischen Alltag. Die Volkshochschule Bodenseekreis veranstaltet dazu in Markdorf, Bermatingen und Klüftern Seminare, die Elemente aus mehreren Methoden nutzen. Autogenes Training, Muskelentspannung, Atemübungen oder kleine Massagen haben jeweils einen eigenen Zugang zum Phänomen der Stressbewältigung. Da jeder Mensch seinen individuellen Weg des Entspannens finden muss, bietet die vhs Bodenseekreis Beratungen zu einzelnen Methoden und auch Kurse, in denen verschiedene Methoden erlebt werden können. Information, Beratung und Anmeldung bei Michael Schreck, Telefon 0 75 41 / 20 45 47 2.

LSM

Johanniter geben Erste-Hilfe-Kurs

MARKDORF (sz) - Die Johanniter bieten einen Kurs in „Lebensrettenden Sofortmaßnahmen“ (LSM) an. Der Kurs ist Voraussetzung für die Fahrerlaubnis der Klassen A, A1, B, BE, L, M, S und T. Die Teilnehmer lernen unter anderem Schockbekämpfung, Seitenlage, Herz-Lungen-Wiederbelebung und Helmabnahme. Das Angebot richtet sich auch an diejenigen, die ihre Kenntnisse auffrischen möchten, was alle zwei Jahre empfohlen wird. Der nächste Kurs findet am Samstag, 21. Oktober, von 11 bis 17 Uhr in den Räumen der Fahrschule Fahr Fit, Parcel-sustr. 33, in Markdorf, statt. Die Kursgebühr beträgt 18 Euro. Die Teilnahmebescheinigung wird sofort ausgestellt. Der Personalausweis sollte mitgebracht werden. Anmeldung unter Telefon 0 75 41 / 38 310 oder unter der kostenlosen Servicenummer 08 00 / 16 77 311.

Vortrag

Richtige Schuhe sind wichtig für Diabetiker

MARKDORF (sz) - „Immer gut zu Fuß – mit den richtigen Schuhen“, lautet der Titel einer Informationsveranstaltung morgen, Dienstag, um 19.30 Uhr im Denkraum des Bischofsschlosses in Markdorf. Sie ist speziell auf Kriterien, die bei Menschen mit Typ2 Diabetes wichtig sind. Orthopädienschuhmachermeister Thomas Ehrle vom Haus der Fußgesundheits. Die Veranstaltung ist für Clubmitglieder frei. Für Gäste kostet sie zwei Euro. Informationen gibt Harald Schleicher unter der Telefonnummer 0 75 44 / 93 44 55.

Totentafel

Markdorf
Erich Berthold Benzing starb im Alter von 64 Jahren. Das Seelenamt ist heute, Montag, um 8.30 Uhr in der Kapelle Möggendorf. Die Beerdigung ist ebenfalls heute um 14 Uhr auf dem Friedhof in Markdorf.
Sipplingen
Ernst Höfler starb im Alter von 67 Jahren. Das Seelenamt mit anschließender Beerdigung ist heute um 12.30 Uhr.

Schwäbische Zeitung
MARKDORF
Redaktion
Leiter der Regionalredaktion Bodensee: Andreas Mühl (Friedrichshafen). Stellvertreter: Martin Hennings.
Lokales: Michael Hescheler (verantwortlich), Ingeborg Wagner, 88677 Markdorf, Ravensburger Straße 26, Telefon: 0 75 44/95 65-0, Telefax: 95 65-40; E-Mail: markdorfred@schwaebische-zeitung.de.
Verlag
Schwäbische Zeitung Markdorf GmbH & Co. KG
Geschäftsführung: Markus Fürtig, Anzeigen- und Vertriebsleitung: Andreas Querbach, 88677 Markdorf, Ravensburger Straße 26, Telefon: 0 75 44/95 65-0, Telefax: 95 65-41.
Anzeigen: 88677 Markdorf, Ravensburger Straße 26, Telefon: 0 75 44/95 65-0, Telefax: 95 65-41.
Abonnenten-Service: Telefon: 0180-2 008 001, Telefax: 0180-2 008 002, E-Mail: aboservice@schwaebische-zeitung.de
Monatsbezugspreis: Trägerzustellung Euro 16,50, Postzustellung Euro 21,50, jeweils einschließlich 7% MwSt.
Das Abonnement kann nur schriftlich mit einer Frist von einem Monat gekündigt werden. Die schriftliche Kündigung muss spätestens am 1. des Vormonats vorliegen.
www.sz-on.de