

Die Welt als Klang

Margarete Dünow setzt bei Entspannung und Stressabbau Stimmgabeln und Klangschalen ein

VON UNSEREM REDAKTIONSMITGLIED
UWE SPEISER

Schwaikheim.

Man möchte am liebsten gar nicht mehr aufstehen. Verweile doch, das ist so schön. Ginge vielleicht ja, wenigstens noch eine Weile. Das Blöde ist nur: Es ist morgens und der Arbeitstag erwartet einen noch. Aber erst mal lieber gar nicht dran denken. Und wie das hier gut riecht, ach was, duftet. Räucherstäbchen, „Gute Laune“-Spray, Orange, Zitrone, Grapefruit hängen in der Luft. Gedämpftes Licht. „Wir leben durch die Sinne.“ Wie wahr, wenigstens in diesem berausenden Stündchen. Ohne Worte, auch die Behandlung.

Margarete Dünow lässt ihre Stimmgabeln und Kristall-Klangschalen sprechen. Na ja, ganz ohne Erklärung, vor- und hinterher, was sie da als Klangtherapeutin treibt, geht's allerdings doch nicht, man will ja drüber schreiben, kann nicht nur einfach genießen, sich treiben lassen, leider. „Wir sind doch alle verhockt, von schief nach schräg“, so ihr drastischer, verallgemeinernder Befund vorab, dem aber wohl kaum eine(r) widersprechen kann, der/die den überwiegenden Teil seines Berufsalltags vor dem PC am Schreibtisch verbringt. Es geht um Verspannungen, ihren Abbau durch Tonfrequenzen, Schwingungen, nicht durch Massagegreifeinheiten, nicht durch chiropraktisches Einrenken oder gar zupackende Physiotherapie. Rosenquarz, Bergkristall und Amethyst sind die Verstärker, Aufsätze, die die Klangvibrationen unterstützen sollen.



Das, was sie da tue, sei ein Handwerk, sagt die Klangtherapeutin.

Fotos Palmizi

„I druck ned an Ihne rom“

„Am Rücken hängt ja alles“, sagt Margarete Dünow und fährt die „Energiekanäle“ rechts und links der Wirbelsäule rauf und runter, macht, wie sie sagt, die Zellen dort mobil, aktiviert die Selbstheilungskräfte. „Fühlen durch hören“, könnte man es beschreiben. Oder wie sie selbst sagt: „I druck ned an Ihne rom.“ Dafür versetzt sie einen in einen wohligen Schwebzustand. Ist sie

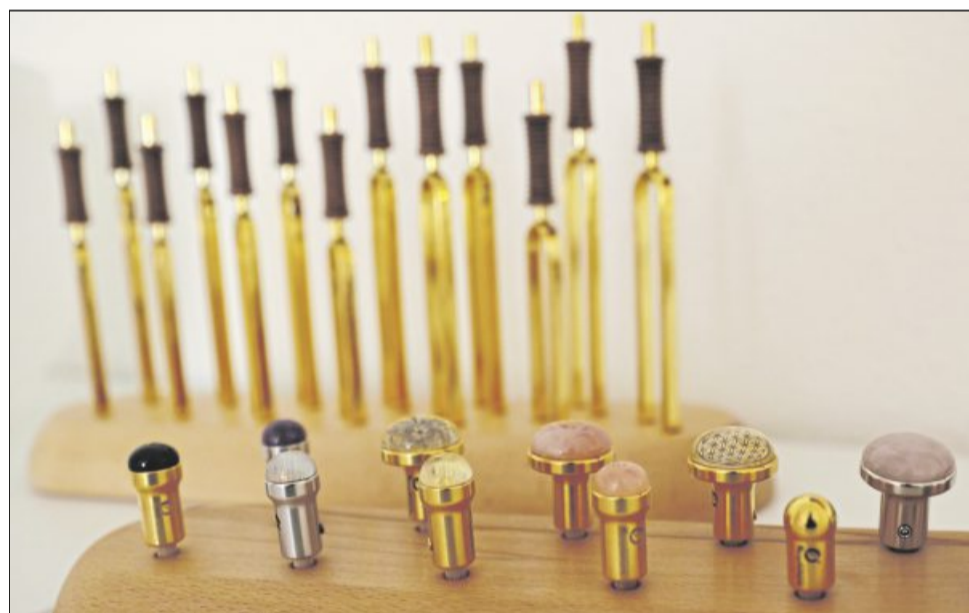
eine Schamanin? Sie lacht, schüttelt energisch den Kopf. „Nein, ich bin ja praktisch veranlagt.“ Ja, klar, es gebe Kunden, die dämmern zwischendrin weg. „Es ist unterschiedlich, wie die Leute reagieren, wie sie sich drauf einlassen können, sich entspannen, entspannen lassen.“ Sie hat auch schon erlebt, dass einer anfangs, mittendrin zu schnarchen, im Sitzen wohlgeremert. Ihre Palette ist breit, Feng-Shui-Bera-

re in diesem Beruf gearbeitet, „Porträts in allen Variationen“, bringt sie die Bandbreite dabei ironisch auf den Punkt. Aber dann, so als sie etwa 30 war, sei ihr klargeworden, dass sie das nicht bis zur Rente machen will, dass sie etwas anderes brauche. Sie sattelte um auf Anwaltsgehilfin und arbeitete später in einem Immobilienbüro, wodurch sie in Schwaikheim landete, denn da war eine Wohnung zu vermieten. Eine esoterische Veranlagung leugnet sie nicht, die habe sie schon von einem Kindheitserlebnis an immer begleitet. In ihren 40ern machte sie eine Feng-Shui-Ausbildung, sie ist überzeugt, dass auch das Ludwigsburger Barockschloss nach diesen Prinzipien gebaut wurde, das Wissen sei ja alt. Eine Zeit lang arbeitete sie ehrenamtlich im Hospiz, Sterbegleitung. Von einer Heilpraktikerin bekam sie bei einer Beratung eine Klangschale, es folgte 2015 im Fichtelgebirge eine Ausbildung zur Klangtherapeutin.

Die Meistergabel schwingt mit 128-Hertz-Frequenz

Es ist eine Wissenschaft für sich, wobei es ein „Megaunterschied“ sei, ob zum Beispiel eine Stimmgabel aus Edelstahl oder Alu und ob sie vergoldet ist oder nicht. Oder mit welchem Klöppel eine Klangschale angeschlagen wird. Aber sie betont auch: „Letztlich bin ich ein Handwerker. Man muss es ja tun, mit Instrumenten umgehen können. Es muss einem liegen“. Der Generaldtrieb in ihrer Werkzeugkiste ist die „Meistergabel“, 128 Hertz Frequenz, da sei der „Goldene Schnitt“ drin, man muss das nicht alles verstehen, aber eines stimmt auf jeden Fall: Es tut gut, ist intensiv und zugleich supersanft. Ob es auch wirklich wirkt, dauerhaft? Das ist wohl wie mit den Globuli oder der Akupunktur, ein Stück weit Glaubenssache, Gabeln und Schalen statt Nadeln und Kügelchen. Und es macht laut Margarete Dünow auch einen Unterschied, ob man sich ihr und ihren Behandlungswerkzeugen abends oder morgens aussetzt. Oder wo man die Klangschale aufsetzt oder in welcher Frequenz die Stimmgabel schwingt. „Denn je nachdem werden verschiedene Gehirnströme angesprochen.“ Die 62-Jährige ist in Metzingen aufgewachsen, hat nach der Schule eine Ausbildung zur Fotografin gemacht und viele Jah-

re in diesem Beruf gearbeitet, „Porträts in allen Variationen“, bringt sie die Bandbreite dabei ironisch auf den Punkt. Aber dann, so als sie etwa 30 war, sei ihr klargeworden, dass sie das nicht bis zur Rente machen will, dass sie etwas anderes brauche. Sie sattelte um auf Anwaltsgehilfin und arbeitete später in einem Immobilienbüro, wodurch sie in Schwaikheim landete, denn da war eine Wohnung zu vermieten. Eine esoterische Veranlagung leugnet sie nicht, die habe sie schon von einem Kindheitserlebnis an immer begleitet. In ihren 40ern machte sie eine Feng-Shui-Ausbildung, sie ist überzeugt, dass auch das Ludwigsburger Barockschloss nach diesen Prinzipien gebaut wurde, das Wissen sei ja alt. Eine Zeit lang arbeitete sie ehrenamtlich im Hospiz, Sterbegleitung. Von einer Heilpraktikerin bekam sie bei einer Beratung eine Klangschale, es folgte 2015 im Fichtelgebirge eine Ausbildung zur Klangtherapeutin. Noch mal zurück zur Paulinenpflege, den Menschen dort. Die bräuchten eben eine besondere Behandlung, Klangmeditation: „Menschen, die kaum oder nicht hören können, spüren die Vibrationen. Das hat eine verblüffende Wirkung beim Aggressionsabbau.“ Auch bei ihrer Mutter habe die Klangtherapie deren altersschwache Augen verbessert. „Aber man muss eben offen dafür sein, es lässt sich nicht erzwingen.“ Und sie selbst, sie kommt ja unheimlich ausgeglichen rüber? „Wenn ich ständig andere behandle, klar, dann wirkt das ja auch auf mich zurück.“ Eine Kundin von ihr habe einen durch Öl verbrannten Fuß. Die sage, wenn sie bei ihr gewesen sei, dann brauche sie kein Ibuprofen.



Stimmgabeln in allen Frequenzen und Aufsätze, die als Verstärker wirken.

Jugendliche wollen BMX-Bahn

Was sich junge Korber laut einer Umfrage wünschen / Unzufrieden mit „Chillplatz“-Angebot

Korb (kez).

Die Corona-Pandemie hat Jugendliche in die eigenen vier Wände verbannt. Kein Fußballtraining, kein gleichzeitiges Treffen mit mehreren Freunden und keine Partys. Fast alles spielt sich in virtuellen Räumen ab. Die Sozialarbeiterin Michelle Voineci und Micha Schuler von der Offenen und Mobilen Jugendarbeit Korb haben in einer Online-Ortsjugendkonferenz die Auswertung ihrer Jugendbefragung präsentiert. An der Konferenz in der Alten Kelter haben neben den beiden Sozialarbeitern Bürgermeister Jochen Müller und Leonie Kemmler, Sachgebietsleitung Kindergärten, Schulen und Jugend, teilgenommen.

Die Sozialarbeiter hatten Fragebögen an die Klassenstufen fünf bis zehnte der Gemeinschaftsschule verteilt. Insgesamt kamen 250 davon zurück und wurden von den beiden ausgewertet. „Im Allgemeinen fühlen sich die Jugendlichen in Korb wohl“, sagt Michelle Voineci.

„Nichtsdestotrotz haben sie natürlich Verbesserungsvorschläge und Wünsche.“ Es gebe Jugendliche, die sich wünschen, dass Korb noch sicherer wird, sagt sie. Sie

bemängelten fehlende Ampeln oder Zebrastrifen. „Allgemein wünschen sich die Jugendlichen, dass mehr Raum für Fußgänger ist in Korb.“ Noch wohler würden sich die Teenager fühlen, wenn es eine BMX-Bahn geben würde, so Michelle Voineci.

Mit den bestehenden Spiel- und „Chillplätzen“ sind die Teenies eher unzufrieden. „Bei der Auswertung schlägt der Minusbalken aus“, sagt sie. „Es gibt um die 60 Jugendliche, die tatsächlich unzufrieden sind, die sich mehr Plätze wünschen.“ Zum einen gebe es den Wunsch nach mehr zentralen Orten, also nicht der Seeplatz, wo sich Jugendliche treffen und Zeit verbringen können. Zum anderen wünschten sich die Jugendlichen eine bessere Ausstattung der bestehenden Chill- und Spielplätze.

Dazu zähle auch der Wunsch nach überdachten Orten. „Nicht zuletzt haben die Jugendlichen gesagt, sie wünschen sich mehr altersspezifische Angebote“, sagt Michelle Voineci. Auch wenn die meisten mit den Freizeitangeboten in Korb des Jugendtreffs, der Vereine oder der Musikschule größtenteils zufrieden sind, gebe es den Wunsch nach einem Skate- oder BMX-Park

- wie es in Kernen einen gibt. „Also die Jugendlichen zieht es offensichtlich nach draußen, die wollen skaten, die wollen BMXen und in Sicherheit spazieren gehen“, sagt Voineci.

„Zum Thema BMX-Bahn/Skaterpark gab es auch mal eine Diskussion im Gemeinderat. Wir hatten auch Ideen, wo man so etwas machen könnte“, sagt Bürgermeister Müller. „Wir haben es dann aus vielerlei Gründen nicht weiter vorangebracht, aber offensichtlich scheint das Thema nach wie vor aktuell zu sein.“ Er finde es spannend, die Anliegen der jungen Korber zu erfahren. Solche Anregungen und Hinweise seien ein gutes Signal. Insbesondere in der Jugendarbeit sei es wichtig, immer dranzubleiben, findet er.

„Was ich auch gelernt habe: Jugendliche haben wenig Verständnis für lange Entscheidungsprozesse oder lange Planungsprozesse. Man stellt sich natürlich manches einfach vor und sagt, das könnte man doch jetzt machen.“ Bezüglich der Spiel- und Chillplätze finde er es auch spannend, zu erfahren, was genau die jungen Korber unter diesem Begriff verstehen. Das sei ein



Ein Bikepark wie in Kernen? Archivfoto: Palmizi

sehr breiter Begriff, und schließlich definiere den Begriff jeder anders. „Auf unserem alten Friedhof scheint sich schon wieder so ein kleiner Chillplatz zu etablieren“, sagt Müller. Das sei ja auch bis 21 Uhr alles okay, findet er.

Kompakt

Stadt legt Konzept für Parkleitplanung vor

Winnenden. Das Parkleitsystem Innenstadt und die Sanierung der Turnhalle der Kastenschule sowie ein Bericht der Polizei über die Sicherheitslage in der Stadt stehen am Dienstag, 27. April, auf der Tagesordnung des Gemeinderats (Beginn der Sitzung im Rathaus um 18 Uhr, eingangs Bürgerfragestunde). Weitere Themen sind eine neue Urnenstelen-Anlage und ein Urnengrabfeld für den Stadtfriedhof, ein Container für die Kinderbetreuung an der Hungerbergschule sowie die Baulandentwicklung bei den Gebieten „Bildstraße II“, „Gereut“, „Birkmannsweiler Straße/Talaua“, „Steinweg“ und „Brühl“ in Winnenden; „Kirchhofacker“ in Hertmannsweiler.

Online-Sprachkurs: Japanisch

Winnenden. Ein Kurs für alle, die sich für Japan und dessen Sprache interessieren, beginnt am Dienstag, 4. Mai, um 18 Uhr an der Volkshochschule. Mit Ryoko Onozuka-Lindner lernen die Teilnehmenden an acht Terminen, einige einfache Gespräche zu führen und bekommen einen Einblick in die japanischen Schriftsysteme. Themen sind: Begrüßung, sich vorstellen, Nationalität und Zahlen. Weitere Infos und Anmeldung unter ☎ 0 71 95/10 70-0 oder im Internet (www.vhs-winnenden.de).

Was · Wann · Wo

Aufgrund der aktuellen Situation: Alle Angaben ohne Gewähr!

Corona-Schnelltests

Rems-Murr-Kreis: Termine unter www.rems-murr-kreis.de/schnelltest
Winnenden: Termine unter www.winnenden.de (Alte Kelter) und www.schnell-coronatest.de (Marktplatz).
Leutenbach: Termine unter www.schnell-coronatest.de oder spontan ohne Termin, 10 bis 13.30 Uhr und 14.30 bis 18 Uhr, (Testzentrum Minessa Medical GmbH, Löwenplatz)

Ausstellungen

Virtuelle Ausstellung des Stadtmuseums Winnenden: rund um die Uhr unter www.virtuelles-stadtmuseum-winnenden.de.
Kunst in der Unterführung am Kronenplatz: Kunstsalon Winnenden.

Büchereien

Stadtbücherei Winnenden: 10 bis 12 und 13.30 bis 18.30 Uhr, nur mit vorheriger Terminbuchung.
Ortsbücherei Leutenbach: 15 bis 18 Uhr, nur mit vorheriger Terminbuchung.

Deponie

Mülldeponie Eichholz: 8 bis 12 Uhr und 13 bis 16.30 Uhr.

Notdienste

Bahnhof Apotheke Dr. Riethmüller, Bahnhofstraße 25, Waiblingen, 0 71 51/5 50 27.
Ärztlicher Notdienst 18 bis 7 Uhr: Notfallpraxis Winnenden, im Rems-Murr-Klinikum, ☎ 116 117.

Soziale Dienste

Awo-Sozialstation Rems-Murr: Kranken- und Seniorenpflege, Familienpflege, Betreuungsgruppen für Demenzerkrankte, Marktstraße 81, Winnenden, 0 71 95/58 72 63.
Diakoniestation Winnenden: häusliche Kranken- und Altenpflege, Nachbarschaftshilfe und hauswirtschaftliche Versorgung, Demenzbetreuung, Gesprächskreis für pflegende Angehörige; Schorndorfer Straße 3, 0 71 95/ 9 06 81 20.
Mobile Dienste Haus im Schelmenholz Winnenden: 0 71 95/9 77 37 70.
Tagelsternverein Winnenden und Umgebung: telefonische Sprechstunde 18 bis 19 Uhr in der Mühltorstraße 25, „Haus der Jugend“, Winnenden, 0 71 95/97 93 79 oder 97 93 78.
Wellcome Winnenden: Unterstützung für Eltern nach der Geburt, 0 71 81/88 77 04.
Sozialstation Leutenbach: 0 71 95/94 73 94.
Sozialstation Schwaikheim: 0 71 95/95 08 99.
Nachbarschaftshilfe Berglen: 0 71 95/7 21 77 oder 0 71 83 / 68 88.
Krankenpflegeverein Höblinswart: 0 71 95/7 22 59.

Wir gratulieren

Winnenden-Schelmenholz: Gerlinde Eisenmann zum 75. Geburtstag.

Impressum

Winnender Zeitung
Marktstraße 58, 71364 Winnenden, Tel. 07195 6906-39, Fax 07195 6906-30 (Geschäftsstelle) und Tel. 6906-49, Fax 6906-40 (Redaktion), www.winnender-zeitung.de
Verlag: Zeitungsverlag GmbH & Co Waiblingen KG
Druck: Im Druckhaus Waiblingen, Albrecht-Villingen Str. 10, 71332 Waiblingen. Wir verwenden Recycling-Papier.
Redaktion allgemeiner Teil:
Dr. Christoph Reisinger, Stuttgarter Nachrichten, Pfläninger Straße 150, 70567 Stuttgart (Möhringen), Telefon 0711 72050

ZVW-Redaktion

Chefredaktion: Frank Nipkau (nip), Stellvertreter: Jutta Pöschko-Kopp (jup), Mitglied der Chefredaktion: Peter Schwarz (pes).
Sekretariat/Service: Cornelia Reinhardt, Lisa Stegmaier.
Lokalredaktion Winnenden: Leitung: Martin Schmitzer (tz), Redakteure: Regina Munder (gin), Diana Feuerstein (di), Uwe Speiser (usp), Tobias Klecker (tk).
Rems-Murr-Rundschau: Leitung: Martin Winterling (wtg); Blattmacher: Andreas Denner; Reporter: Dr. Pia Eckstein (pia), Nils Graefe (ngr), Peter Schwarz (pes), Andrea Wüstholz (awus).
Rems-Murr-Sport: Leitung: Gisbert Niederführ (gni); Redakteure: Mathias Schwartz (sch), Thomas Wagner (tw).
Online: Leitung: Ramona Adolf (rad), verantwortliche Redakteurin:

Anne-Katrin Walz (aks), Redakteure: Danny Galm (dag), Alexander Roth (alro), Laura Edenberger (led), Volontäre: Gülay Alparslan (alp), Simeon Kramer (sik), Videoschnitt: Joachim Mogck.
Bildredaktion: Leitung: Benjamin Büttner, Redakteure: Gabriel Habermann, Gaby Schneider, Hardy Züm, Alexandra Palmizi.
E-Mail-Adressen der Redaktion: Lokalredaktion: winnenden@zvw.de Rems-Murr-Rundschau: kreis@zvw.de Rems-Murr-Sport: sport@zvw.de Fotoredaktion: foto@zvw.de Online-Redaktion: online@zvw.de Service: service@zvw.de

Vertrieb

ZVW Zeitungsvertrieb Rems-Murr GmbH, Albrecht-Villingen-Str. 10, 71332 Waiblingen. Der monatliche Bezugspreis, inkl. Beilage prima, beträgt durch Zusteller 45,90 €. Postbezug 51,40 €, inkl. gesetzlicher MwSt. Bei Bezugsunterbrechung wird das Bezugs-geld ab dem 8. Erscheinungstag (Sonntage ausgenommen) erstattet. Abbestellungen müssen bis zum 5. eines Monats zum Monatsende erfolgen. Bei Nichtbelieferung im Fall höherer Gewalt, Störungen des Betriebsfriedens, Arbeitskampf (Streik, Aussperrung) bestehen keine Entschädigungsansprüche gegen den Verlag. Urlaubsnachsendung: Zzgl. Porto in Dtlid. 1,60 € (Europa 3,80 €). Bei Nachsendungen kann der Verlag keine Gewähr für eine pünktliche Zustellung übernehmen.

Aboservice

Telefon 07151 566-444, Fax 07151 566-403, E-Mail: aboservice@zvw.de
Anzeigen
Verantwortlich: Udo Kretschmer. Es gilt die Preisliste Nr. 54 vom 1. 1. 2021. Beilagentexte und PR: Stephanie Wolf (verantwortlich), Telefon 07151 566-411, Fax 07151 566-400
E-Mail-Anzeigen: anzeigen@zvw.de
Beilagen
Beratung und Disposition: Anja Schwegler, Telefon 07151 566-301