

Frühlingslieder gegen den Corona-Blues

Ostfildern: Der Arzt Wolfgang Bosch setzt auf die positive Wirkung des Singens – Stärkung des Immunsystems

Von Caroline Holowiecki

Der Arzt Wolfgang Bosch animiert Menschen zum Singen. Immer wieder mal tritt er in der Seniorenwohnanlage Gradmannhaus in Ruit auf. „Lauter!“, ruft eine Frau, und Wolfgang Bosch und Christoph Nowag tun, wie ihnen geheißen. Sie drehen noch mal ordentlich auf. „Kuckuck, Kuckuck ruft's aus dem Wald“ schmettern die beiden Männer, dazu begleiten sie sich mit Gitarren. „Kuckuck, Kuckuck“, ruft's auch von den Laubengängen.

Viele Türen der 18 Wohnungen in der Einrichtung stehen offen, die betagten Bewohner haben sich an Balustraden und im Hof versammelt und singen aus vollem Hals. „Wir singen heute gegen unseren Corona-Blues“, gab Wolfgang Bosch vor dem ersten Ton als Motto des Nachmittags aus. Spätestens bei „Der Mai ist gekommen“ ist von irgendeinem Blues gar nichts mehr zu spüren. Das Ganze macht Wolfgang Bosch



Wolfgang Bosch (links) und Christoph Nowag singen im Gradmannhaus in Ruit für die Senioren.

Foto: Caroline Holowiecki

— Anzeige —

EZ VERBINDET
Nachbarschaftshilfe
Die Plattform für Nachbarschaftshilfe.
www.ez-verbundet.de

nicht von ungefähr. Der Allgemeinmediziner betreibt in der Nachbarschaft eine Arztpraxis und ist ein Verfechter des Gesangs als Therapie. Seine These: „Singen erhöht die Endorphine, und damit gehen Schmerzen und Depression weg.“ Außerdem trage das Trällern – wie auch Sport oder ein anderes Hobby – zur Seelenhygiene bei. Wer in Balance sei, sei ausgeglichener. „Wenn es uns gut geht, funktioniert unser Immunsystem optimal, und wir werden weniger krank.“

Das predigt der Mediziner nicht nur, er praktiziert es auch. Als Hobbymusikant richtet er immer wieder mit Gleichgesinnten wie Christoph Nowag private Haus-

musik-Abende aus. Außerdem hat er schon mehrfach Mitsingkonzerte veranstaltet. Beim „Rudelsingen“ werden Texte von bekannten Schlagnern, Wirtshausliedern, Jodlern und Gassenhauern aus Pop und Rock an die Wand projiziert, dazu haut Wolfgang Bosch in die Saiten seiner Gitarre – und jeder im Saal macht mit.

Das nächste Mitsingkonzert ist auch schon anberaumt: am 7. November in der Waldheimhalle in Ruit zugunsten der Bürgerstiftung. Im Gradmannhaus sind Wolfgang Bosch und sein Begleiter Christoph

Nowag schon mehrfach aufgetreten. Rein ehrenamtlich. „Die Bewohner freuen sich riesig. Er ist ein Garant für ein volles Haus, die lieben das“, sagt Elisabeth Weise, die im Altenzentrum für den offenen Treff zuständig ist. Musik verbinde alle Menschen. Margarete Jübner (87), eine begeisterte Sängerin, bestätigt das. „Wenn der Doktor Bosch etwas macht, gehe ich immer hin“, sagt sie. Sie lacht. „Lebhaft geht es da zu, da will keiner heimgehen.“

Auch an diesem Nachmittag ist die Stimmung gelöst. Die ausgeteilten Lied-

blätter braucht eigentlich niemand. „Winter ade“, „Im Frühtau zu Berge“ oder „Die Vogelhochzeit“ können alle auswendig. Füße wippen, Köpfe nicken, Hände klatschen, Augen leuchten. Ein älterer Mann macht Erinnerungsfotos. Corona ist heute ganz weit weg.

► www.saitenreisser.com

Ein Video zur Aktion in dem Pflegeheim in Ostfildern sehen Sie unter: www.es-tv.de

► Ostfildern

Ausstellung „CityX – Ich Ostfildern“

Die städtische Galerie Ostfildern ist wieder geöffnet unter Einhaltung der Hygiene- und Abstandsvorschriften. Führungen sind aber noch nicht möglich. Aus aktuellem Anlass wird das Projekt „Ich, Quarantäne“ in Ergänzung des Beteiligungsprojekts „CityX – Ich Ostfildern“ präsentiert. Viele Bürger haben sich beteiligt und geben Einblicke: Wie erleben wir Quarantäne? Wie fühlen wir uns? Welche Ängste, Sorgen, Nöte treiben uns um? Vielleicht offenbart die Situation aber auch Chancen und Möglichkeiten. Diese Ausstellung zeigt Verbindendes, Originelles, Unerwartetes – und auch, dass niemand mit dem Thema alleine ist.

Für „CityX – Ich Ostfildern“ hatten die Künstlerin Doris Graf, das Galerie-Team und der Bürgerverein Schapanssen dazu eingeladen, sich ein Bild des Wohn-, Arbeits- oder Freizeitortes zu machen (die EZ berichtete). Leitfragen waren: Was gefällt, was wird kritisiert, was ist typisch, wünschenswert, was wird angestrebt? Wo erfolgt Identifikation, wo gibt es Handlungsbedarf? (red)

► Die Öffnungszeiten sind Freitag, Samstag und Sonntag, von 15 bis 18 Uhr sowie nach Vereinbarung.

► Kreis Esslingen

Sprechstunde von Matthias Gastel

Der Bundestagsabgeordnete Matthias Gastel (Grüne) bietet am Mittwoch, 3. Juni, ab 17.30 Uhr eine telefonische Bürgersprechstunde an. Gerne beantwortet Gastel Fragen zu aktuellen oder allgemeinen politischen Themen. Auch hat er ein offenes Ohr für Kritik und Anregungen. Eine Anmeldung ist erforderlich unter E-Mail: matthias.gastel.ma08@bundestag.de oder Telefon 0711/99726140. (red)

WELCOME BACK

Nach Wochen des Stillstands und der Schließung aufgrund der Corona-Krise, können seit dem 18. Mai auch Speisewirtschaften ihren Betrieb im Innen- wie Außenbereich wieder aufnehmen. Dazu gehören zum Beispiel auch Cafés und Eisdielen. Reine Schankwirtschaften, Shisha-Bars, Bars, Clubs und Diskotheken bleiben zunächst geschlossen.

Eine Reservierungspflicht ist nicht vorgesehen. Um Infektionsketten nachvollziehen zu können, müssen die Gäste ihren Namen, die Adresse und die Dauer des Besuchs angeben. Wer seine Daten nicht angibt, darf die Speisegaststätte nicht besuchen. Die Daten müssen nach vier Wochen gelöscht werden.

Der Besuch einer Speisewirtschaft ist nur alleine, mit den Angehörigen des eigenen Haushalts und den Angehörigen eines weiteren Haushalts möglich. Ansonsten gilt der Mindestabstand von 1,5 Meter. Eine Atemschutzmaske ist aber nicht vorgeschrieben.

Trotz der Vorgaben heißt es statt leerer Mägen und leerer Gaststuben nun endlich wieder „Guten Appetit“ und „Zum Wohlsein“. Diese Seite soll dabei helfen, einen Überblick zu erhalten. Hier teilen unsere Gastronomen mit: „Welcome back“.



SAMSTAG, 30. MAI 2020
WWW.ESSLINGER-ZEITUNG.DE

Wir sind zurück!

KITCHEN
GOOD FOOD - GOOD MOOD

Montag bis Sonntag
17.00 - 22.00 Uhr
Neckarstr. 7 73728 Esslingen
Tel. 0711-24862021

Jetzt neu! Kitchen DAHOIM Abhol- und Lieferservice www.kitchen-es.de

Gasthaus
Waldhorn
73773 Aichwald (Lobenrot) · Bergstraße 11

wieder geöffnet
Essen zur Abholung
auf Vorbestellung!

Auf Ihren Besuch freut sich
Familie Kritzner
Telefon (07 11) 36 12 00

NEUERÖFFNUNG

LASSEN SIE SICH KULINARISCH VERWÖHNEN UND FREUEN SIE SICH AUF IHREN BESUCH IN UNSEREM NEUEN, SCHWÄBISCHEN RATSCELLER!

Wir haben Dienstags bis Samstags von 12:00 – 22:00 Uhr geöffnet!

Gerne nehmen wir Ihre Reservierung telefonisch unter 0711/57747208 entgegen.

Ratskeller Esslingen
Hafenmarkt 1 - 73728 Esslingen
ratskeller-esslingen@gmx.de
www.ratskeller-esslingen.eatbu.com

RESTAURANT
RATSKELLER
ESSLINGEN

SCHWÄBISCH MIT HERZ