

## Blutspender dringend gesucht

**Ingolstadt (DK)** An folgenden Terminen finden im Juli Blutspendeaktionen des Bayerischen Roten Kreuzes statt: Dienstag, 8. Juli, 16 bis 20 Uhr Apian Gymnasium, Maximilianstraße 25. Dienstag, 15. Juli, 16 bis 20 Uhr, Hauptschule Auf der Schanz. Donnerstag, 17. Juli, 16 bis 20 Uhr Hauptschule Lessingstraße. Montag, 21. Juli, 17 bis 20 Uhr Irgertsheim Alte Schule, Lichtgutgasse. Dienstag, 22. Juli, 16 bis 20 Uhr Grund- und Teilhauptschule Gerolfing, Wolfsgartenstraße 2. Freitag, 25. Juli, 16 bis 20 Uhr, Grund- und Teilhauptschule Zuchering, Seeweg 7.

## Führungszeugnis künftig online

**Ingolstadt (DK)** Über das neue Einwohner-Portal (EWO) auf den städtischen Internetseiten können die Bürger einige Dienstleistungen online in Anspruch nehmen. So sind Anträge auf Lohnsteuerkarten, Lebensbescheinigungen und Führungszeugnisse, Meldebestätigungen oder Aufenthaltsbescheinigungen über Internet möglich. Der Service ist unter [www.ingolstadt.de/service](http://www.ingolstadt.de/service) unter dem Unterpunkt Online-Dienste erreichbar.

## Mittwochklassik: Junge Solisten

**Ingolstadt (DK)** Kultur ganz unkompliziert: Die Klavierklasse von Marina Tskhadaja gestaltet ein unterhaltsames Konzert im Rahmen der Mittwochklassik um halb Sieben am 9. Juli im Musikzentrum Kamerariat, Hohe-Schul-Straße 4. Auf dem abwechslungsreichen Programm stehen Werke vom Barock bis hin zur Moderne. Die jungen Solisten konzertieren auch im Ensemble. Beginn ist um 18.30 Uhr, der Eintritt ist wie immer frei.



**Stimmtrainerin Ingrid Amon** gestern Abend beim DK-Forum Wissen. Vor zahlreichen Zuhörern demonstrierte sie die Wirkung des Klangs der Stimme und gab viele nützliche Tipps für den Alltag. Foto: Herbert

# „Man muss sich selber zuhören“

### DK-Forum Wissen mit der Stimmtrainerin Ingrid Amon

Von Bernhard Pehl

**Ingolstadt (DK)** Die Macht der eigenen Stimme und ihre Wirkung auf andere Menschen demonstrierte die Stimmtrainerin Ingrid Amon beim jüngsten DK-Forum Wissen. Den zahlreichen Zuhörern gab sie wertvolle Tipps für die Praxis.

„Die Stimme ist ein Schlüsselinstrument, um anderen Menschen zu erreichen“, rief Ingrid Amon gestern Abend im DK-Veranstaltungsraum den interessierten Gästen zu. Sie muss es wissen, schließlich arbeitete sie mehr als 20 Jahre als Sprecherin und Moderatorin beim ORF. Als professionelle Stimmtrainerin ließ sie die Zu-

hörer gleich zu Anfang ihres humorvollen und informativen Vortrags das Geräusch eines Motorrads erzeugen. Das sollte aber nicht der einzige Laut bleiben, den die Besucher des DK-Forums gestern Abend über ihre Lippen brachten. Erwachsene Menschen stimmten mit Begeisterung ein Indianergeheul an, ließen Eisenbahnen fahren und demonstrierten den Effekt eines Megafons. Und das alles mit vollem Ernst, nur in der Absicht, die Wirkungsweise der eigenen und der anderen Stimmen am eigenen Leib zu erfahren.

Für Ingrid Amon verfügt die menschliche Stimme über vier Machtfaktoren: Sie übt einen Schlüsselreiz auf andere aus,

sie beeinflusst andere emotional als auch körperlich und sie transportiert Inhalte zusammen mit einer gewissen Gestimmtheit. „Unbequemem Stimmen hört man beispielsweise nur ungern zu“, erklärte Amon. Stimme, Körpersprache und Inhalt des Gesagten müssten übereinstimmen, um glaubhaft zu wirken.

Im zweiten Teil ging Amon mehr auf die Praxis ein. „Stimmübungen haben immer etwas Kindliches an sich“, räumte sie ein. Daher sollte man dabei zwar laut sprechen, aber nur zu Hause im stillen Kämmerlein. Amon warnte die Besucher des DK-Forums auch davor, Rhetorik mit Stimme zu verwechseln.

Anhand des Satzes „Schönen guten Abend, meine Damen und Herren“, verriet Amon ein paar Tipps, auch für das Sprechen vor einer Gruppe. „Die Luft reicht immer“, betonte sie und warnte davor, zu tief einzuatmen. Je mehr Klang man der Stimme gebe, umso länger reiche die Luft. Sprechern von bewusst rauchig gehaltenen Stimmen würde jedoch bald die Luft ausgehen. Amon riet ihren Zuhörern auch, das Zwerchfell zu trainieren. Das Entscheidende sei jedoch das eigene Gehirn. Um glaubwürdig und überzeugend zu wirken, dürfe man beim Sprechen gedanklich nicht abschweifen. „Man muss sich selber zuhören“, lautete ihr Rat.