

Ein Fachmann für seine eigene Stimme sein

STEIN AM RHEIN Letzte Woche konnte Hans Waldmann von der Volkshochschule Stein am Rhein (VHS) gut 20 Interessierte begrüßen und ihnen Logopädin Monja Schulz vorstellen, welche die Vortragsreihe der VHS und der Spitäler Schaffhausen mit Tipps für eine gesunde und leistungsfähige Stimme fortsetzte. Monja Schulz bedankte sich bei Hans Waldmann und den Besuchern, empfahl sodann: «Jeder sollte Fachmann für seine eigene Stimme sein.» Die Stimme sei ja Ausdruck der Person und ihrer augenblicklichen Befindlichkeit oder gesundheitlichen Einschränkung. Auf Grossleinwand gebeamte Bilder klärten über die Anatomie der stimmbildenden Organe auf; das Zusammenspiel der Stimmlippen im Kehlkopf mit den Stimmbändern im Luftstrom des Atems beim Singen wurde in einem Video deutlich erkennbar.

Pflegen der Stimmfunktion

Abgesehen von einer ganzen Palette nicht oder kaum beeinflussbarer Faktoren wie Alter, Allergien und Krankheiten hat jede und jeder die Möglichkeit, durch richtiges Verhalten und Üben seiner Stimme deren Kraft und Klarheit zu entwickeln und zu erhalten. Grundsatz: Nicht schnell sprechen! Gut, nicht affektiert artikulieren und betonen, Pausen machen! Kopfhaltung so, als ob man von einer Bühne in die Besuchermenge blicke und spreche. Tief durchatmen, bis das Zwerchfell sich bewegt. Ständig für gut befeuchtete Schleimhäute im ge-

samten Mund- und Rachenbereich sorgen. Räuspern, Flüstern, hartes Husten vermeiden.

Zu vermeiden sind vor längeren Reden Rauchen, Alkohol, scharf gewürzte Speisen; Halswirbel, Schultergürtel und Brustkorb sind mit kleinen Übungen zu lockern, das Einschnüren des Bauchraumes ist zu vermeiden, Feuchtigkeitsspende wie Emser-Pastillen einsetzen, Süßigkeiten meiden, sich selbst etwas vorsprechen und hören, wie es klingt, ob die Luft glatt durch die Kehle fliesst und nichts Klebriges die Artikulation behindert.

Monja Schulz unterbrach ihren Vortrag mehrmals, um Fragen der Besucher zu diskutieren, Einzelheiten von Massnahmen und Beobachtungen zu vertiefen, auf ärztliche Hilfsmöglichkeiten aufmerksam zu machen und Sorgsamkeit der eigenen Stimme gegenüber anzumahnen. Dann dankten Hans Waldmann und freundlicher Beifall der Besucher für den hilfreichen Vortrag. **Hans-Jürgen Weber**

Der nächste Vortrag der Volkshochschule Stein am Rhein findet am Mittwoch, 22. Februar statt.



Monja Schulz im Gespräch mit einem Besucher. Bild H. J. Weber

Infoveranstaltung zur Umsetzung der USR III

STEIN AM RHEIN Dass das Unternehmenssteuerrecht wegen des nicht mehr haltbaren Holdingprivilegs revidiert werden muss, ist unbestritten. Dass das Parlament jedoch – nebst der massiven Senkung des Steuersatzes – zudem anstelle der alten einfach zahlreiche neue Steuerschlupflöcher geschaffen hat, widerspricht allerdings deutlich den Grundsätzen einer ausgewogenen Lastenverteilung in unserem Gemeinwesen. Selbst der Bundesrat hat die «Steuersenkungsturbos» erfolglos davor gewarnt, «das Fuder zu überladen».

Schliesslich ist eine völlig unübersichtliche fiskalische Löcher-siebvorlage herausgekommen, mit teilweise geradezu absurden Steuer-Vermeidungsvehikeln, wie zum Beispiel dem Modell, wo unter dem Titel «Zinsbereinigte Gewinnsteuer» auf Eigenkapital fiktive Schuldzinsen abgezogen werden dürfen (d. h. Zinsen, die gar nie bezahlt worden sind). Fakten und Fiktion werden bei dieser Vorlage munter durcheinandergemischt, der lockere Umgang mit der Realität breitet sich offenbar

nicht nur jenseits des Atlantiks aus. Steuereinsparungen von mindestens drei Milliarden Franken – vielleicht auch erheblich mehr – würden Bund, Kantone und Gemeinden bei Gutheissung dieser Vorlage belasten. In Stein am Rhein würde die USR III gemäss Prognose im Finanzplan 2017–2021 zu einem jährlichen Steuerausfall von 300 000 bis 400 000 Franken führen. Solche Steuerausfälle bewirken einerseits einen Abbau der öffentlichen Dienste und müssen andererseits vom ohnehin stark geforderten Mittelstand mit zusätzlichen Steuerbelastungen kompensiert werden.

Wer daran interessiert ist, sich von den Auswirkungen der USR III ein anschauliches und verlässliches Bild zu machen, ist herzlich eingeladen zur Informationsveranstaltung mit *Martina Munz, Nationalrätin, Hallau*, und *Dr. Ueli Böhni, Stein am Rhein*, welche am Mittwoch, 25. Januar, um 20 Uhr im Windler-Saal stattfindet. (Eing.)

(Siehe auch Inserat, weitere Informationen unter www.sp-resso.ch.)

Akademisch oder autodidaktisch?

SCHAFFHAUSEN Im Rahmen der aktuellen Ausstellung «Zwischen Halt und Neubeginn» von Velimir Ilišević (bis 12. Februar) im Museum zu Allerheiligen findet am Sonntag, 29. Januar, 12.30 Uhr, die Podiumsdiskussion «Akademisch oder autodidaktisch?» statt. Dabei diskutieren Erich Brändle (Schaffhausen), Clau-

dia Kübler (Zürich, Luzern, Paris) und Velimir Ilišević (Stein am Rhein) über die Künstlerausbildung in den 1960ern, 1990ern und heute.

Der Eintritt ist frei. Im Anschluss findet ab 14 Uhr die Finissage der «Ernte 16» im Beisein von Künstlerinnen und Künstlern statt. (r.)

Hilfe für Opfer staatlicher Zwangsmassnahmen

Die Fachstelle für Gewaltbetroffene Schaffhausen macht auf ihre Dienste aufmerksam. Nutzniesser sind unter anderem Verdingkinder und Fahrende, denen vom Staat in der Vergangenheit ein Unrecht angetan wurde.

Im September 2016 ist das Bundesgesetz zur Aufarbeitung der fürsorgerischen Zwangsmassnahmen und Fremdplatzierungen vor 1981 in den eidgenössischen Räten mit überwältigender Mehrheit gutgeheissen worden. Es sieht vor, dass alle Personen, die als Opfer im Sinne des Gesetzes gelten, auf Gesuch einen Solidaritätsbeitrag in Höhe

von mehreren Tausend Franken erhalten sollen. Zu den Betroffenen zählen etwa Heimkinder, Verdingkinder, Fahrende, administrativ Versorgte, Personen, deren Reproduktionsrechte verletzt worden sind, und Zwangsadoptierte.

Auf der Grundlage dieses Gesetzes anerkennt der Bund ausdrücklich, dass den Betroffenen ein

Unrecht zugefügt worden ist, das sich auf ihr ganzes Leben ausgewirkt hat. Im Kanton Schaffhausen werden die Opfer durch die Fachstelle Gewaltbetroffene Schaffhausen bei der Aufarbeitung der Vergangenheit beraten und betreut.

Tiefe Spuren hinterlassen

Sie erhalten Unterstützung bei der Aktensuche und der Gesuchseinreichung. Das düstere Kapitel soll im Rahmen des laufenden Verfahrens durch den Bund auch wissenschaftlich aufgearbeitet werden. Erfahrungsgemäss sind viele der

Opfer traumatisiert und leiden heute noch unter den gravierenden Erlebnissen. Die gesundheitlichen Probleme haben tiefe Spuren in ihrem Leben hinterlassen. Sie haben deshalb auch Anspruch auf Soforthilfe und längerfristige Hilfe auf der Grundlage des geltenden Opferhilfegesetzes. Betroffene können sich bei der Fachstelle für Gewaltbetroffene in Schaffhausen melden.

Markus Plüss

Fachstelle für Gewaltbetroffene Schaffhausen

Weitere Infos unter www.fsgb-sh.ch