

Wird diese Nachricht nicht richtig dargestellt, klicken Sie bitte [hier](#).

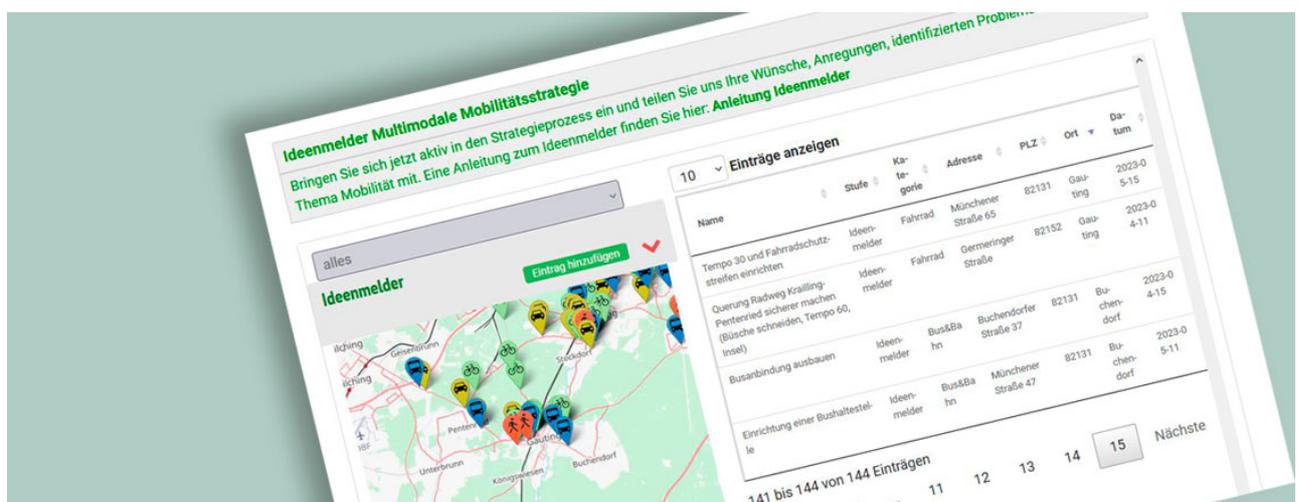
UNTERHALTSAM

Der Newsletter des StarnbergAmmersee Magazins

Herzlich willkommen zum sechsten Newsletter von SAM, dem *StarnbergAmmersee Magazin*. Schön, dass ihr unterhaltSAM abonniert habt! Viermal im Jahr versorgt euch unser Newsletter mit spannenden und manchmal auch kuriosen Infos zur Region. Schließlich soll die Wartezeit bis zum nächsten Magazin nicht allzu lang werden...

Die Köpfe hinter SAM und unterhaltSAM: Daniela Tewes, Regionalmanagerin bei der gwt Starnberg, Journalistin Angelika Dietrich und Grafikerin Gesine Dorschner.

DA KOMMT NOCH WAS...



Vorfahrt für gute Ideen

Bald ist sie da, die nächste Ausgabe von SAM. Ein großes Thema wird die Mobilität der Zukunft sein. Dafür haben wir mit Menschen gesprochen, die sich Gedanken über beispielsweise

Elektrofahrzeuge und kluge Verkehrs-Apps machen. Wir haben uns durch Webseiten geklickt und durch Broschüren geblättert – und sind dabei auf ein spannendes Projekt gestoßen: den Ideenmelder Multimodale Mobilitätsstrategie des Vereins *Regionalmanagement München Südwest*. Klingt zwar sperrig, ist aber ganz simpel und handfest: Hier können alle ihre ganz persönlichen Ideen in Sachen Verkehr für ganz konkrete Standorte eintragen. Es finden sich bereits Anregungen wie „Busanbindung ausbauen“, „Zebrastrreifen statt Ampel“ oder „Einrichtung einer Bushaltestelle“.

Für die StarnbergAmmersee-Region kann man Vorschläge für die Gemeinden **Gauting**, **Gräfelfing**, **Krailling**, **Neuried**, **Planegg** sowie die Städte **Germering** und **Starnberg** machen. Und schauen, welche Ideen andere haben. Verena Trautmann, Regionalmanagerin des Vereins *Regionalmanagement München Südwest e.V.* sagt: „Vom Ideenmelder erhoffen wir uns eine rege Bürgerbeteiligung. Wir wollen die Bürger:innen in unsere Mobilitätsstrategie-Planungen mit einbeziehen und ihre Wünsche und Anregungen hören und mit aufnehmen.“ Die Teilnahme ist anonym.

GUT ZU WISSEN



Musizieren hält fit

Mit dem Gehirn ist es ähnlich wie mit dem Körper: Wird es nicht trainiert und gefordert, schlafft es ab und erlahmt. Gerade im Alter. Dagegen hilft Musik. „Wer im Alter musiziert, bei dem läuft der Alterungsprozess im Gehirn langsamer ab“, sagt Professor Martin Loritz aus **Greifenberg**. Er lehrt an der Uni Augsburg Instrumental- und Gesangspädagogik und forscht viel zu diesem Thema. Er sagt: „Musizieren ist eine der komplexesten Tätigkeiten: Man muss die Noten erfassen, diese mit Lippen oder Fingern auf dem Instrument umsetzen, die Töne mit dem Gehör kontrollieren und zugleich die Melodien und Rhythmen erfassen. Man ist also visuell, motorisch, auditiv und kognitiv gefordert. Das alles stärkt im Gehirn die Vernetzung unterschiedlicher Zentren.“ Damit hat man zum Beispiel ein geringeres Risiko an Demenz zu erkranken. Die gute Nachricht: Es ist nie zu spät ein Instrument zu lernen. Loritz hat an seiner Klavierakademie spezielle Unterrichtsprogramme für Senioren entwickelt.

GEMEINSAM



Macht Mut

Fast ein Drittel der erwachsenen Deutschen ist jedes Jahr von einer psychischen Erkrankung betroffen – oft völlig unsichtbar und daher schwer zu erkennen. Der Verein *Mutmachleute e.V.* aus **Starnberg** hat das Ziel, damit offener umzugehen und den Erkrankten so zu zeigen, dass sie nicht allein sind. Auf der Webseite erzählen deshalb über 350 Menschen mit

Erkrankungen wie Depression, Angst- und Zwangsstörungen, ADHS oder Borderline-Persönlichkeitsstörung aus ihrem Leben, von Alltag und Herausforderungen. Zusätzlich gibt es ein Online-Forum, in dem sich Betroffene untereinander austauschen und Hilfe bekommen können.

Maximilian Laufer, Mitgründer des Vereins, sagt: „Wir wollen, dass psychische Erkrankungen noch mehr ins Bewusstsein rücken. Je mehr wir darüber sprechen, desto mehr Menschen trauen sich zu outen.“ Auslöser für die Gründung war die Erkrankung einer ehemaligen Kollegin, die für ein Buchprojekt andere Betroffene suchte. Gerade ist ein Projekt speziell für Jugendliche in Planung.

ECHT JETZT?



Stadt, Land, See

Wem gehört der Starnberger See? Wenn bald die Badesaison beginnt, strömen die Münchner:innen wieder in Scharen an die Seeufer – gerne auch ins Erholungsgebiet **Possenhofen**, genannt „Paradies“. Vielen Einheimischen behagt das gar nicht, sie fühlen sich überrannt von den Ausflüglern aus der Stadt und wünschen sich mehr Ruhe. Fairerweise muss man aber sagen, dass das gut 200 Fußballfelder große Areal zwischen **Niederpöcking** und **Feldafing** mit dem 1,4 Kilometer langen Badestrand im Besitz der Landeshauptstadt ist. Für 3 Millionen DM erwarb München 1962 die 146 Hektar, ursprünglich Teil der Parkanlage von Schloss **Possenhofen**. Das Ziel: gestressten Stadtbewohner:innen ein erholsames Refugium am See bieten. Im Grunde baden dort also die Einheimischen auf dem Grundstück der Münchner:innen.

UND SONST SO?



Abgehoben

Wer mal kurz mit der Apollo-Mission auf den Mond fliegen oder den Mars-Rover durch den Sand steuern möchte, kann ab dem 24. Mai 2024 im Radom **Raisting** vorbeischaun. Dann startet in dem 1963 gebauten Industriedenkmal die Ausstellung „Virtuelle Welten“, ursprünglich konzipiert für das *Deutsche Museum* in München. Mittels zwei Meter großer Bildschirme und HighTech-VR-Brillen kann man praktisch überall hinreisen – nicht nur ins All: auch ein Bummel durch die Märchenschlösser von Ludwig II. ist möglich, ein Flug mit der legendären Hindenburg und man ist sogar dabei, als der Zeppelin Feuer fängt und abstürzt. Technikentwicklung, Raumfahrt und Architektur stehen im Mittelpunkt der

Ausstellung und sollen vor allem junge Menschen für Naturwissenschaft begeistern.

Funfact: Vom Radom in **Raisting** wurden übrigens 1969 live die Fernsehbilder der ersten Mondlandung übertragen.

BLICK AUS DEM FENSTER



„Wenn wir aus unserem Fenster blicken, schauen wir momentan auf 28 qm Graffiti, die bei unserem Event „Kunst an der Quelle“ live gesprayed worden sind. Wir haben also nicht nur Kunst drinnen, sondern auch draußen vor der Tür.“

DKADE - Die Künstler aus dem Einbauschrank e.V.

Noch bis 18. Mai gibt's in den Räumen der ehemaligen „Getränkequelle Schwarz“ in der Madeleine-Ruoff-Str. 1 in **Herrsching** Kunst, Kultur und Live-Musik.

Das Künstlerkollektiv *Die Künstler aus dem Einbauschrank - DKADE* ist seit 2012 in der Region bekannt dafür, leerstehende Gebäude in temporäre Galerien zu verwandeln.

Unsere Serie *Blick aus dem Fenster* im SAM-Magazin, dem Newsletter und auf Facebook zeigt neue Perspektiven.



JEDEN **SAMSTAG** GIBT ES EINEN FACEBOOKPOST

Sie erhalten diesen Newsletter aufgrund Ihrer Anmeldung unter

www.starnbergammersee.de/entdecken-erleben/sam

Wenn Sie diesen Newsletter nicht mehr empfangen möchten, kann er hier per E-Mail abbestellt werden:

[Abbestellen](#)

gwt Starnberg GmbH – Regionalmanagement
Kirchplatz 3 – 82319 Starnberg – sam@starnbergammersee.de

Bildnachweise:

Ideenmelder: Regionalmanagement München Südwest

Musizieren: Martin Loritz

Mutmachleute: Mutmachleute

Stadt, Land, See: Newman Pictures

Virtuelle Welten: Radom Raisting

Fensterblick: Gesine Dorschner

gefördert durch

Bayerisches Staatsministerium für
Wirtschaft, Landesentwicklung und Energie



Wird diese Nachricht nicht richtig dargestellt, klicken Sie bitte **hier**.

gwt Starnberg
Daniela Tewes
Kirchplatz 1
82319 Starnberg
Deutschland

08151 90 60 84
tewes@starnbergammersee.de