

www.freundin.de

# freundin DONNA

Meine  
Zeit ist  
JETZT!

8/2012  
Deutschland € 3,30  
Österreich € 3,80  
Schweiz SFR 6,60

## BEAUTY

Wie der richtige  
Blond-Ton um zehn  
Jahre jünger macht

## MEDIZIN

Wenn sich  
plötzlich  
alles dreht

Burnout, Bluthochdruck,  
Migräne ... Was hinter  
Schwindelanfällen steckt

## LEBENSINIEN

Sonja Kirchberger  
im großen  
DONNA-Gespräch

„Mama, du bist  
so peinlich!“

Leben mit einer  
Teenie-Tochter

## HAUSBESUCH

Zu Gast bei Kult-Autor  
Henning Mankell

Wieso bin  
ich nicht  
gegangen?

Er schlägt zu, sie  
bleibt – das Protokoll  
einer Ehe-Hölle

# Wir werden immer besser!

Schöner, zufriedener, erfolgreicher und sinnlicher als früher:  
Frauen 40+ genießen das Leben wie nie zuvor





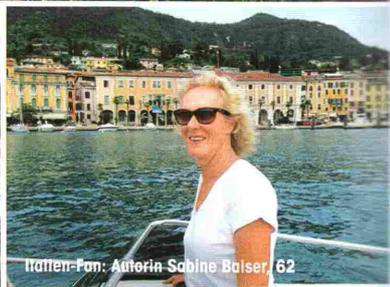
Grandiose Lage:  
Malcesine mit seiner  
Burg am Ostufer des  
Gardasees



Sprach-Trainerin Aurora Floridia (re.)



Lockere Konversation im Kreis



Matratzen-Fan: Aurora Sabine Balsler, 62

## ***Vokabeln pauken vor Traumkulisse***

Es ist verblüffend: Eine Woche Sprachreise bringt oft mehr als ein Jahr  
Abendkurs – und verbindet das Lernen mit entspanntem Urlaub.  
Sieben außergewöhnliche Empfehlungen von Italienisch bis Schwedisch

## MALCESINE AM GARDASEE, ITALIEN

### Die Melodie der Sprache erleben

Keine Tische, keine Lehrbücher – als ich den Unterrichtsraum der „Villa Gelmi“ in Malcesine betrete, bin ich erst mal verduzt. Der Italienischkurs nach der PDL-Methode (von „Psychodramaturgie Linguistique“), den mir eine Bekannte empfohlen hat, scheint irgendwie anders zu sein. Und ob! Los geht's mit Entspannung: Wir, sechs Schüler zwischen 30 und 60, liegen auf dem weichen Teppichboden, und unsere Trainerin Aurora Florida weist uns klangvoll in die Sprache ein. Das soll die Aufmerksamkeit und Aufnahmefähigkeit stärken – angenehm ist es schon mal auf jeden Fall. Dann sitzen wir im Kreis auf dem Boden, jeder erzählt kurz von sich: auf Italienisch. Und, Überraschung: Es funktioniert bei allen! Wenn ein Wort fehlt, gibt Aurora kleine Hilfestellungen, umschreibt oder wiederholt Wendungen korrekt. Fünf Stunden täglich geht der Unterricht in der eindrucksvollen Villa, einer der ältesten in der Umgebung. In den Pausen stehen wir mit einem Cappuccino auf der Terrasse und gucken auf den See oder sitzen im Garten zwischen Oleander und Olivenbäumen. Jeder von uns hat schon einen, manche sogar bis zu fünf Volkshochschulkurse hinter sich. Wortschatz, Grammatik, alles da, theoretisch – denn richtig sprechen, einfach drauflos, das kann keiner. Oder besser, das traut sich keiner, die Hemmungen sind oft groß. Aber hier herrscht von Beginn an eine lockere Atmosphäre, schnell sind Scheu und Verlegenheit verfliegen. Wir schmunzeln häufig, etwa wenn Frank, ein ehemaliger Fluglotse, mit seinem unglaublichen Vokabular Geschichten erzählt. Aber: Niemand wird ausgelacht, es geht nicht um besser oder schlechter. Jeder darf seinen Rhythmus haben, wird vom PDL-Trainer da abgeholt, wo er steht. „Wer sein eigenes Lerntempo respektiert, lernt schneller“, sagt Aurora.

Das ist für uns alle die schönste Erkenntnis: dass man eine Sprache auch anders vermittelt bekommen kann, als wir es aus der Schule kennen – mit Leichtigkeit und Kreativität. Dass Sprache so viel mehr ist als das Aneinanderreihen von Wörtern. Zuhören, Beobachten, Interagieren – viel lebendiger eben! Wir erzählen, teils gestikulierend (aber hey, wir lernen ja auch Italienisch!), was wir in unseren Berufen – als Architekt, Physiotherapeutin, Ingenieur, OP-Schwester – erleben, machen Rollenspiele. Bekommen Gruppenaufgaben von Aurora gestellt. Zum Beispiel: aus fünf

Wörtern eine Geschichte stricken. Oder unbekannte Menschen auf Fotos zum Leben erwecken.

14 Uhr: Unterrichtsschluss! Zeit, die wunderschöne Gegend rund um den Gardasee zu entdecken. Malcesine selbst mit seiner stolzen Burg, die hübschen Nachbarorte, wo jeden Tag irgendwo ein Markt stattfindet, oder eine Tour ans Westufer. Selbst Verona ist nur eine Dreiviertelstunde entfernt. Wer will, zieht allein los, andere tun sich zusammen – gestern lag ich mit Silvie faul am Seeufer, für heute habe ich mir eine Wanderung auf den Monte Baldo vorgenommen.

Ein paar Wochen später. Ich treffe italienische Freunde, wir quatschen. „Was ist passiert? Dein Italienisch ist plötzlich so viel besser geworden!“ „Es hat endlich klick gemacht“, sage ich.

▣ Sabine Balsler

*Info: Italienischkurse in Malcesine, 5 Kurstage (PDL) ab 490 Euro (inkl. Getränke/Snacks). Im August/September werden auch Kurse in Toscolano-Maderno am Westufer des Gardasees angeboten. Mehr unter [acontatto.com](http://acontatto.com)*