

„Wer schön sein will, muss leiden“

BODNEGG (sz) - Die Theatergruppe des MGVB Bodnegg spielt ab Freitag, 2. März, in der Festhalle das Stück „Wer schön sein will, muss leiden“. Es handelt laut Pressemitteilung von einem Paar, das einen Landgasthof mit Stallungen führte, nun modernisiert hat und mit einer Schönheitsfarm voll im Trend ist. Die Chefin ist die treibende Kraft. Der alte Knecht, schrecklich geplagt von einem schweren Fall von Hämorrhoiden, ist von der Chefin zum „Chef-Portier“ befördert worden. Zwei etwas dubiose, aber sympathische Kerle kommen durch einen Zufall in die Rolle des Schönheitsgurus, der wegen einem Skiunfall verhindert ist. Der Guru-Doktor soll auf ganz natürliche Weise Verjüngung und Schönheit erzielen. Die beiden Halunken haben sehr kreative Ideen-Bewegung, Bewegung und Natur pur. Die „Patienten“ Chantalle, Silly und Carola erfahren ganz neue Behandlungsmethoden...

Gespielt wird am 2. März um 14 Uhr (Kinder- und Seniorenvorstellung) und um 20 Uhr, sowie am 3., 9., 10., 16. und 17. März jeweils um 20 Uhr. Karten gibt es (15 bis 19 Uhr) vor Ort im Feuerwehrhaus. Telefonische Reservierungen montags bis freitags von 17 bis 19 Uhr unter Telefon 01520/5603341.



Viele skurrile Charaktere werden auf der Bühne zu sehen sein.

FOTO: VERANSTALTER

Mehr Geld für Um- und Neubauten bei Schulen

BAIENFURT (sz) - Der CDU-Bundestagsabgeordnete Axel Müller wolle sich dafür einsetzen, dass Bundesmittel, die für Schulsanierungen zur Verfügung stehen, auch für Um- und Neubauten beantragt werden können. So geht es aus einer Pressemitteilung der CDU hervor.

Wie bereits berichtet soll die Baienfurter Achtschule in den nächsten Jahren kräftig um- und teilweise neugebaut werden. Der von der Gemeinde beauftragte Projektmanager beziffert das Investitionsvolumen mit 13,5 Millionen Euro. „Bisher gibt es die Mittel nur für Sanierungen. Das macht wenig Sinn. Schulen haben heute einen anderen Raumbedarf als früher. Wenn man sich schon daran macht, Geld in ein Schulgebäude zu investieren, darf man nicht auf dem halben Weg stehen bleiben“, so Axel Müller.

Einbruch in Spielothek

BAIENFURT (sz) - In eine Spielothek in der Gutenbergstraße in Baienfurt ist am Samstagmorgen gegen 3.30 Uhr eingebrochen worden. Wie die Polizei mitteilt, schlug der bislang unbekannte Täter mit einer Steinfliese die Scheibe ein. Im Innern hebelte er einen Spielautomaten auf und entnahm das Bargeld. Danach flüchtete er. Eine sofort eingeleitete Fahndung verlief nach Polizeiangaben ergebnislos.

Kurz berichtet

Bürgermeister Binder lädt zur Sprechstunde

BAIENFURT (sz) - Die nächste Einwohnerversprechstunde der Gemeinde Baienfurt ist am Donnerstag, 22. Februar, ein festlicher Abend am Gymnasium Wilhelmsdorf statt. Die Veranstaltung beginnt um 19 Uhr im Bürgersaal der Gemeinde Wilhelmsdorf. Referent ist Joachim Stempfle, Gründer und Geschäftsführer der atrain GmbH aus Bamberg. Er spricht zum Thema „Lernagilität, eine Schlüsselkompetenz der Zukunft“. Der festliche Abend wird eingeleitet von der Zirkusgruppe und dem Schulchor des Gymnasiums. Der Eintritt ist frei.

Experte hält Vortrag zum Thema Lernagilität

WILHELMSDORF (sz) - Zum 19. Mal in Folge findet am Donnerstag, 22. Februar, ein festlicher Abend am Gymnasium Wilhelmsdorf statt. Die Veranstaltung beginnt um 19 Uhr im Bürgersaal der Gemeinde Wilhelmsdorf. Referent ist Joachim Stempfle, Gründer und Geschäftsführer der atrain GmbH aus Bamberg. Er spricht zum Thema „Lernagilität, eine Schlüsselkompetenz der Zukunft“. Der festliche Abend wird eingeleitet von der Zirkusgruppe und dem Schulchor des Gymnasiums. Der Eintritt ist frei.

Kalenderblatt

Montag, 19. Februar



Tagesspruch: Ursachenforschung Ein wenig erforschtes Phänomen ist die Schrankfeuchte. Sie führt auf geheimnisvolle Weise dazu, dass Kleidungsstücke, die längere Zeit unbenutzt im Schrank hängen, plötzlich zu klein sind.

(Peter Hohl, *1941, deutscher Journalist und Aphoristiker)

Außerdem & sowieso: Eine Frau sollte vier Tiere im Haus haben: Einen Nerz im Schrank; einen Jaguar in der Garage, einen Tiger im Bett und einen Esel, der das alles bezahlt. (Unbekannt)

Aus der Bibel: Verkauft jemand ein Wohnhaus in einer ummauerten Stadt, so besteht das Rückkaufrecht bis zum Ablauf des Jahres, das dem Verkauf folgt; sein Rückkaufrecht ist zeitlich beschränkt. (Lev 25,29)

Namenstage: Irmgard, Hedwig Heute vor 199 Jahren: 1819: Der vom Kurs abgekommene britische Seefahrer William Smith entdeckte die in der Westantarktis gelegene Livingston-Insel. Da dies in seiner Heimat angezweifelt wird, kehrt er im Oktober in die Region zurück und wird vollends Entdecker der subarktischen Südlichen Shetlandinseln.

Weniger kann mehr sein

Waldburger Business Coach: „Wir pflegen unseren Körper, aber was ist mit der Seele?“

Von Philipp Richter

WALDBURG - Immer mehr Menschen leiden unter psychischen Erkrankungen. Laut Angaben des Dachverbandes der Betriebskrankenkassen in Deutschland ist die Zahl der Fehltage wegen psychischer Erkrankungen in den vergangenen elf Jahren um mehr als 97 Prozent angestiegen. Auch wenn die Krankenstände insgesamt rückläufig sind, wächst der Anteil psychischer Erkrankungen. Diese Zahlen lassen einen enormen Schaden für Unternehmen und die Volkswirtschaft fordern. Dieses Phänomen ist aber auch in Oberschwaben nicht neu, wie Céline von Knobelsdorff aus weiß.

Céline von Knobelsdorff ist Personal Business Coach aus Waldburg und kennt aus ihrer Arbeit die Probleme, die häufig durch immer größeren Leistungsdruck im Arbeitsleben entstehen. Sie veröffentlichte vor Kurzem ihr Buch „Intuition für Rationalisten“. In den Unternehmen wird gespurt und die Last auf den Schultern von einzelnen wird immer größer. Und dazu kommt eine weitere wichtige Komponente: „Wir sind es gewohnt, unseren Körper zu pflegen, aber was ist mit unserer Seele?“, denn die bleibe oft auf der Strecke, sagt Céline von Knobelsdorff. Der Druck wächst und gleichzeitig vergessen viele mit dem steigenden Druck den Ausgleich. Und

das könne in einer Welt, in der Gefühle und die innere Stimme nicht mehr gehört werden, problematisch werden.

Nicht abschalten können

Sie macht ein Beispiel: Wenn jemand die ganze Zeit gefordert ist, Hochleistung zu bringen und nicht mehr abschalten kann, kann er das oft auch im Urlaub nicht mehr. „Statt eines Erholungsurlaubs geht man dann zwei Wochen auf eine Mountainbiketour, weil man gar nicht mehr anders kann“, sagt sie. Die Gefahr, krank zu werden und auszubrengen, steigt. Man schiebt Dinge und Themen weg. Sie geht auch einen Schritt weiter und überträgt das Private in die Arbeitswelt: Nur eine persönlich stabile Lebensführung ermöglicht eine dauerhaft erfolgreiche Unternehmensführung. Oft seien es einfache Dinge, die einen Menschen glücklicher und erfolgreicher machen.

„Wir leben in einer Gesellschaft, in der die Menschen ihre Gefühle verleugnen“, sagte kürzlich auch der Psychotherapeut und Bestsellerautor Christian Dogs aus Nonnenhorn der „Schwäbischen Zeitung“ („Der Rebell“, 4. Januar). Schon als Kinder würden wir darauf trainiert zu funktionieren. Es sei nicht wichtig, was wir wollen, es sei nur wichtig, was wir müssen. Worunter die Seele schließlich leide. „Wir müssen Gefühle leben können, damit die Psyche gesund bleibt“, so Dogs. Der erste



Stress am Arbeitsplatz macht viele Menschen krank. FOTO: OLIVER BERG/DPA

schrift zu einem besseren Leben sei es, die Gefühle zuzulassen – egal ob Angst oder Aggression, Wut oder Trauer, ob Euphorie oder Zweifel.

Jemand, der die Erfahrung mit einem rastlosen Leben gemacht hat, ist Andreas Reiser, der als selbstständiger Vermögensberater in Ravensburg arbeitet. Schleichend ist immer mehr dazu gekommen. Er macht ein Beispiel: „Früher hat man einen Brief bekommen, heute habe ich 30 bis 40 Mails am Tag, plus WhatsApp-Nachrichten.“ Privat lief es nicht zum Besten und beruflich wurde der Stress immer größer. Und vieles vom Beruf übertrug sich aufs Privatleben – ein

Teufelskreis begann. „An einem bestimmten Punkt wusste ich, dass sich etwas ändern muss. Mir wurde klar, dass mir Wachstum nichts bringt, wenn ich es nicht erleben kann“, berichtet er. Darüber reden, zu wissen, was einem wirklich wichtig ist, das sei essenziell in solchen Situationen, sagt Céline von Knobelsdorff. Und tatsächlich fällt es vielen schwer, sich Hilfe zu holen und über die Dinge zu sprechen. Dabei spielten auch Instinkt und Intuition eine wichtige Rolle.

Weniger kann mehr sein

Andreas Reiser sagt, er habe an kleinen Stellschrauben gedreht und

dann gemerkt, dass es ihm gut tut, weniger zu arbeiten und mehr Freizeit zu haben, erzählt er. Er habe beschlossen, dass er Freitagabend nicht mehr arbeitet und sich freinimmt. „Das war nicht einfach, weil ich immer gedacht habe, 20 Prozent weniger arbeiten bedeutet 20 Prozent weniger verdienen. Aber so war es nicht. Man muss sich einfach anders organisieren und vieles umstellen. Manchmal reicht eine einfache Prozessänderung“, berichtet er. „Es kann besser werden, wenn man sich zurücknimmt.“

Es sei wichtig, sich ab und an mit diesen Themen beziehungsweise dem eigenen Leben zu beschäftigen, bevor es zu spät ist, sagt von Knobelsdorff. Vielleicht könne man mal Gewohnheiten umstellen und eventuell so Druck rausnehmen. „Die wichtigste Botschaft ist: Alles ist änderbar, aber ich muss es im Geist zulassen“, sagt sie. Und das sei nicht nur Selbstständigen möglich, sondern auch für Angestellte. „Die Frage ist, definiere ich mich übers Sein oder übers Haben“, sagt Céline von Knobelsdorff. Oft stehe das Konsumdenken im Mittelpunkt. Sie kenne Menschen von dauerarbeitslos bis zum GmbH-Geschäftsführer und es sei nicht unüblich, dass diejenigen mit weniger glücklicher sind. Das Wichtigste, was die Waldburgerin aber transportieren will: Gefühle sind menschlich und wichtig.

Kurz berichtet

Infoveranstaltung zur neuen Düngeverordnung

KREIS RAVENSBURG (sz) - Der im Juni in Kraft tretenden neuen Güllerverordnung gewidmet ist eine Infoveranstaltung des Landwirtschaftsamtes Ravensburg am Mittwoch, 21. Februar, um 20 Uhr im Gasthaus „Ochsen“ in Pfärrich beziehungsweise am Donnerstag, 1. März, um 20 Uhr im Gasthaus „Frohsinn“ in Horgenzell-Wolketsweiler. Neben den neuen rechtlichen Vorgaben stehen vor allem die Düngebedarfsermittlung und die Anwendungsvorschriften im Mittelpunkt des Vortrages, schreibt das Landratsamt in einer Mitteilung. Ein weiterer Schwerpunkt der Veranstaltung werden die Vorgaben zur Stoffstrombilanz sein. Alle Interessierten sind dazu eingeladen, teilt das Landratsamt mit. Der Eintritt ist frei, eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Landwirtschaftsamt informiert über „Fiona“

KREIS RAVENSBURG (sz) - Das Landwirtschaftsamt informiert am Donnerstag, 22. Februar, über das gemeinsame Antragsverfahren und das Antragsprogramm „Fiona“. Besonderes Augenmerk wird dabei auf die sogenannte „graphische Antragstellung“ gelegt, die seit 2016 die Grundlage für die Beantragung der Nutzflächen bildet, teilt das Landratsamt mit. Direktzahlungen, Zahlungsansprüche, Greening, FAKT, Landschaftspflegerichtlinie und Steillagen im Dauergrünland sind weitere Schwerpunkte der Veranstaltungen. Außerdem steht ein Vortrag zum Thema „Aus Fehlern lernen: Erfahrungen aus vorhergehenden Antragsjahren“ auf dem Programm. Die Veranstaltung beginnt um 20 Uhr im Gasthaus „Goldenes Kreuz“ in Pfrungen.



3400 Euro für die Ärzteversorgung in Wilhelmsdorf

WILHELMSDORF (sz) - Der Gewerbeverein Wilhelmsdorf und einzelne Gewerbebetriebe unterstützen solidarisch die Bemühungen der Gemeinde, die Ärzteversorgung am Ort zu sichern. Diese würden sie als einen wichtigen Baustein für die Wohn-, Arbeits- und Lebensqualität sehen, geht aus der Pressemitteilung hervor. Der Gewerbevereins-Vorsitzende Domenico

Geraci überreichte mit den Spendern der Bürgermeisterin Sandra Flucht einen Scheck in Höhe von 3400 Euro. Das örtliche Gewerbe sehe sich mit all seinen Dienstleistungen auch als Garant für das Wohlbefinden in der Gemeinde, heißt es. Es wolle zeigen, dass sich das stationäre Gewerbe mit dem Ort identifiziert.

FOTO: K. PUCK