

Coronakrise ist gleich Paarkrise?

Ein kleiner Mutmacher in merkwürdigen Zeiten

Murnau / Landkreis – Seit über einem Jahr schon hat uns die Pandemie im Griff. Sorgen oder vielleicht auch Ängste, Home-schooling, Ausgangssperren und Lockdown, Wut und Verzweiflung nehmen Einfluss auf unser Leben, unser Wohlbefinden und damit auch auf unsere Partnerschaft. In diesen angespannten Zeiten eine gute innere Ausgeglichenheit und damit ein wohlwollendes Miteinander zu gestalten, ist sicher nicht ganz leicht.

Dann haben wir wirklich alles versucht

„In meiner Rolle als Paarberater habe ich bereits viele Krisen erleben und begleiten dürfen“, so Uli Bauer, Paarberater aus Murnau, „oft kommen Menschen zu mir mit dem festen Vorsatz, dann haben wir wirklich alles versucht!“ Häufig sind Paare zu diesem Zeitpunkt emotional be-



Zum Schluss als ernst gemeinter, falls überhaupt notwendiger Tipp unter Männern: Sich von einem Profi helfen zu lassen ist keine Schwäche: es ist definitiv eine Stärke! Oftmals braucht es nur kleine Schritte um wieder zu einer harmonischen Beziehung zu gelangen. Uli Bauer, systemisch-integrativer Paarberater, begleitet Paare und Einzelpersonen. Gerne auch in der Praxis, per Zoom oder in der freien Natur.

Foto: ar

reits entkräftet, mutlos und mit einem Bein aus dem gemeinsamen Heim. „Ich möchte diesen Paaren Mut machen und die Kraft wünschen, sich gerade jetzt um ihre Partnerschaft zu kümmern. Sich von mir als systemisch-integrativen Paarberater begleiten zu lassen, als jemand, der beiden gleichermaßen zuhört und mit Ihnen offen über ihre individuellen Bedürfnisse spricht.“

Paarberater Uli Bauer betont, dass schon in „guten“ Zeiten eine Beziehung „Pflege“ braucht und in schwierigen Zeiten noch mehr.

Wie können wir uns als Paar aus dem Druck des Alltags befreien? Wie erhalten wir trotz aller Turbulenzen die Lust auf Nähe und Sexualität? Über welche Stolpersteine fallen wir immer wieder aufs Neue? Wie kann ich meinen persönlichen Akku laden?

Ich liebe Dich – ich Dich eigentlich auch!

Corona hat nicht nur gesellschaftlich und politisch unerwünschte Dinge an die Oberfläche gebracht. Hierzu Uli Bauer: „Klienten erzählen mir, dass in dieser anstrengenden Phase längst spürbare Defizite zu schmerzhaften Auseinandersetzungen führen. Unerfüllte Bedürfnisse, alte Verletzungen und unerledigte Krisen kommen wieder auf den Tisch. Die Gespräche zwischen den Paaren sind geprägt von Spannung, Vorwürfen und Erschöpfung. Sich in diesen Momenten an die schönen Zeiten der Beziehung zu erinnern, fällt in den meisten Fällen schwer. Häufige Verhaltensmuster sind dann oft Schweigen, Rückzug und jeder macht sein Ding, die Wege gehen oft getrennte Richtungen.“

Und hier setzt das gemeinsame Gespräch mit Paarberater

Bauer an. Die Paare begegnen sich wieder, erkennen ihre Stolpersteine, erinnern sich an ihre Kraftquellen und spüren wieder die Lust aufeinander. Für viele Menschen ist der erste Schritt die größte Hürde – sich einlassen auf einen Weg mit dem Paarberater Uli Bauer, der einen aus der Sackgasse hilft, Lösungen aufzeigt und wieder gemeinsam mit neugewonnener Lebensfreude das Miteinander schätzen lernt.

Kontaktdaten:

Uli Bauer, Paartherapeut, Untermarkt 3, Murnau.

Mobil: 0172-8183041, Email: bauer@paarberatung-oberland.de.

Mehr Informationen auch unter: www.paarberatung-oberland.de.

Corona-Hilfen für Betriebe

Wirtschaftshilfen als eine Überbrückung in der Krise

München / Region – Seit Juli 2020 haben von der Corona-Krise betroffene Selbstständige, Betriebe und Einrichtungen in Bayern Zuschüsse in Höhe von insgesamt vier Milliarden Euro erhalten. Die Summe umfasst die bislang ausgezahlten Unterstützungsgelder der Programme Überbrückungshilfe I bis III, November-, Dezember- sowie der bayerischen Oktoberhilfe.

Über alle Programme hinweg wurden bislang mehr als 230.000 Anträge eingereicht, von denen über 90 Prozent bereits abgearbeitet sind. Im Freistaat ist die IHK für München und Oberbayern im Auftrag der Bayerischen Staatsregierung für die Abwicklung der Wirtschaftshilfen zuständig. Fast die Hälfte der bereits ausgezahlten vier Milliarden Euro floss an Unternehmen und Selbstständige in Oberbayern (47 Prozent), gefolgt von Schwaben mit einem Anteil von 13 Prozent und Mittelfranken mit 12 Prozent.

Mehr als 50 Prozent der seit Start der Wirtschaftshilfen im

Juli vergangenen Jahres bewilligten und ausgezahlten Gelder erhielten Antragsteller aus dem Gastgewerbe, das entspricht einer Zuschusssumme von bislang mehr als zwei Milliarden Euro. Mit einem Anteil von fast 12 Prozent (472 Millionen Euro) folgt der Wirtschaftszweig „Kunst, Unterhaltung und Erholung“, zu dem unter anderem Kinos, Museen, Theater, Konzertveranstalter, Freizeitparks und Fitnessstudios gehören.

Rund zehn Prozent der Corona-Hilfen (383 Millionen Euro) ging an Betriebe aus dem Wirtschaftszweig „Handel, Instandhaltung und Reparatur von Kraftfahrzeugen“. Zu diesen Branchen gehören neben dem klassischen Einzelhandel auch der Großhandel sowie Autohäuser und Kfz-Werkstätten.

Hilfen ersetzen niemals die eigenen Umsätze

„Vier Milliarden Euro, die bislang bei den notleidenden Unternehmen und Selbstständigen in Bayern angekommen sind, ist

eine wuchtige Summe“, erklärt Eberhard Sasse, Präsident der IHK für München und Oberbayern.

Trotzdem sei das Überschreiten der vier Milliarden Euro-Marke kein Grund zur Freude.

„Die aktuelle Zwischenbilanz zeigt schmerzhaft, dass die finanzielle Lage im Gastgewerbe, der Reisebranche, in der Veranstaltungsbranche, in der Kunst- und Kulturszene, bei den Fitnessstudios oder im stationären Einzelhandel außerhalb der lebensnotwendigen Güter großteils verheerend ist. Die staatlichen Hilfgelder sind eine Überbrückung in der aktuellen Krise, sie ersetzen aber niemals selbst erwirtschaftete Umsätze. Unternehmerinnen und Unternehmer wollen nicht am Tropf des Staates hängen. Sie wollen eine Öffnungsperspektive, wollen Leistung bringen, ihre Tore öffnen, ihre Läden aufsperrn, für ihre Kunden da sein und endlich wieder selbst für ihren Lebensunterhalt sorgen.“ kb



Dankurkunden für die Bundeswehr

Landkreis – Landrat Anton Speer überreichte den Kommandeuren des IT-Bataillons 293 aus Murnau am Staffelsee und des Gebirgsjägerbataillons 233 aus Mittenwald in einer kleinen Feierstunde, unter Einhaltung der Corona-Schutzmaßnahmen, Urkunden als Dank für die Unterstützung bei der Bekämpfung der Corona-Pandemie. Die Corona-Pandemie brachte neue, zeitaufwändige Aufgaben mit sich, die den Landkreis vor große Herausforderungen stellte. Bis zum 28. Februar 2021 unterstützten zehn Soldaten aus Mittenwald das Gesundheitsamt Garmisch-Partenkirchen bei der Kontaktverfolgung. Außerdem waren acht Soldaten aus Mittenwald sowie vier Soldaten aus Murnau bis Ende März in verschiedenen Altenheimen im Landkreis zur Durchführung von Testungen eingesetzt. Landrat Anton Speer bedankte sich im Namen des Landkreises bei Oberstleutnant Jakob Klötzner und Oberstleutnant Marc Richter für den großartigen Einsatz ihrer Soldaten und überreichte ihnen als Zeichen der Anerkennung die Urkunden des Landkreises. Er betonte, dass die Aufgaben des Landratsamts ohne Unterstützung nicht hätten bewältigt werden können und der Landkreis den Soldaten und allen anderen Helfern deshalb zu großem Dank verpflichtet sei. Im Bild (von links): Oberstleutnant Marc Richter (ITBtl 293), Landrat Anton Speer, Oberstleutnant Jakob Klötzner (GebjgBtl 233) und Franz Mangold, Leiter des Sachgebiets 51 am Landratsamt.

Foto: LRA

Bereit für die Radlsaison

Die Aktionen »Mit dem Rad zur Arbeit« & »Stadtradeln« kooperieren in diesem Jahr

Region – Sie haben ein gemeinsames Ziel, die AOK Direktion Garmisch-Partenkirchen, die Zugspitz Region GmbH und der Unternehmerverein im Landkreis Garmisch-Partenkirchen: Mehr Menschen im Alltag, immer öfter „aufs Rad zu bringen“.

Seit 1. Mai können Berufstätige wieder mit der Gesundheitsaktion der AOK und des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Clubs (ADFC) in einen aktiven Sommer starten. Ziel ist es, in der Zeit von Mai bis Ende August, an mindestens 20 Arbeitstagen in die Firma oder vom Home-Office aus zu radeln. „Corona beeinflusst auch in diesem Jahr unsere Aktion, so dass auch Arbeitnehmern im Home-Office die Teilnahme möglich ist“, erklärt AOK-Direktor Stefan Schackmann.

Wer keine Wegstrecke zur Arbeitsstelle zurücklegt, kann die geradelten Kilometer rund um sein Home-Office in den Online-Radkalender eintragen. „Pendler können sich ebenfalls an der Aktion beteiligen, da das Radeln bis zum Bahnhof oder Pendlerparkplatz ebenso gewertet wird“, so Stefan Schackmann.

Vom 19. Juni bis zum 9. Juli findet die Aktion STADTRADELN im Landkreis Garmisch-Partenkirchen statt. Sebastian Kramer, Geschäftsführer der Zugspitz Region GmbH und Wirtschaftsförderer im Landkreis, lädt hierzu alle Bürgerinnen und Bürger ein, die im Landkreis Garmisch-Partenkirchen wohnen, arbeiten, einem Verein angehören oder eine Schule besuchen, beim STADTRADELN



AOK-Direktor Stefan Schackmann (AOK-Direktor), Sebastian Kramer (Geschäftsführer der Zugspitzregion GmbH), Martin Hilleprandt (Vorsitzender des Unternehmervereins im Landkreis Garmisch-Partenkirchen) freuen auf erfolgreiche Radaktionen.

Foto: kb

mitzumachen. Dann haben alle Radler wieder drei Wochen Zeit, möglichst viele klimafreundliche Radkilometer zu sammeln. Ein wichtiger Beitrag für ein gutes Klima sowie zur Verkehrsentlastung.

In diesem Jahr werden beide Aktionen erstmals auch durch

den Unternehmerverein im Landkreis Garmisch-Partenkirchen ideell unterstützt. „Das sind gute Aktionen, um unter anderem dem Bewegungsmanangel entgegenzuwirken oder den Teamgeist während des Lockdowns zu stärken.“ so der Vorsitzende Martin Hilleprandt.

Anmeldung auf beiden Online-Portalen

Die Anmeldung ist möglich unter www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de und bei STADTRADELN - Landkreis Garmisch-Partenkirchen

Auf beiden Onlineportalen können die Teilnehmer verschiedene Informationen und persönliche Leistungen abrufen. Wie viele Kilometer bin ich oder mein Team, an wie vielen Tagen bisher geradelt und wie viele Kalorien habe ich dadurch verbraucht oder wie viel CO2 wurde dadurch vermieden. Wer seinen Aktionskalender pflegt, hat die Chance auf einen der vielen gesponserten Gewinne namhafter Aktionspartner. Bei der AOK-Aktion „mit dem Rad zur Arbeit“ gibt's tolle Preise, wie bspw. E-Bikes oder praktisches Zubehör fürs Fahrrad. Die Gewinne werden von Unternehmen gestiftet und sind nicht aus Beiträgen finanziert. Der DGB Bayern und die vbw – Vereinigung der Bayerischen Wirtschaft e.V., sowie der Unternehmerverein im Landkreis Garmisch-Partenkirchen und die Zugspitz Region GmbH unterstützen die gemeinsame Initiative von ADFC und AOK im Freistaat. Die vbw fördert die Initiative finanziell. kb



Girls' Day bei Kern Microtechnik

Nach dem Corona-bedingten Ausfall des Mädchen-Zukunftstags „Girls' Day“ 2020, war es in diesem Jahr wieder möglich, diesen bei Kern Microtechnik im Werk Maschinenbau in Eschenlohe corona-konform durchzuführen. Insgesamt 7 Schülerinnen im Alter von 13 bis 16 Jahren nahmen mit einem negativen Schnelltest daran teil und entdeckten, dass die Auszubildenden Industrie-mechaniker*in und Mechatroniker*in auch für Mädchen attraktiv sind. Das Team um Ausbildungskoordinator Anton Rohrmoser begleitete die Gruppe durch den abwechslungsreichen Tag. In der Lehrwerkstatt wurde gebohrt, gesägt, gefeilt und gelötet. Am Ende des Tages konnten die Teilnehmerinnen einen selbst gefertigten Schlüsselanhänger in Form eines Fisches mit einem funkelnden Swarovski-Stein als Auge mit nach Hause nehmen. Auf einer CNC-Maschine in der Maschinenhalle wurde sogar noch der jeweilige Name als persönliche Gravur angebracht. Bei der Verabschiedung waren sich alle einig: der gemeinsame Tag war für alle Beteiligten ein tolles Erlebnis. Der nächste Girls' Day ist geplant für April 2022, Anmeldungen sind ca. 6 Wochen vorher über die Girls' Day Website möglich. Foto: Kern Microtechnik