

„Cello auf Abwegen“ zur Premiere

Mitwitz – Bald beginnen sie wieder: die beliebten „Mitwitzer Schlosskonzerte“ im romantischen Wasserschloss an der Steinach: Eröffnet wird die Jubiläumsklangesaison 2016 am Sonntag, 19. Juni, unter dem Motto „Cello auf Abwegen“, bei dem Walter Schreiber als Sprecher und Joanna Sachryn als virtuose Interpretin eine musikalische Weltreise unternehmen mit witzigen und unterhaltsamen Begebenheiten aus dem Leben berühmter Komponisten wie Bach, Duport, Reger, Kodaly oder Henze unterhalten, die für das wohl-tönenden Instrument ganz famose Werke geschrieben haben. Einen besonderen Aspekt legt das Duo auf die polnische Komponistin Grazyna Bacewicz, die auch aus dem Heimatland der Solistin stammt.



„Cello auf Abwegen“ mit Walter Schreiber und Joanna Sachryn.

Beim nächsten der Sonntagskonzerte am 17. Juli gibt es ein Wiedersehen mit der aus Kronach stammenden Pianistin Barbara Scherbel, geborene Zenk, die mit dem Trio Virtuoso München im Weißen Saal Klaviertrios von Mendelssohn Bartholdy, Schostakowitsch und Brahms zur Aufführung bringt. Das Abschlussglanzlicht wird am 14. August das Duo Daniel Ahlert (Mandoline) und Birgit Schwab (Gitarre) mit Blues und Tangos aus Nord – und Südamerika setzen.

Alle Konzerte beginnen um 18.30 Uhr. Karten sowie gedruckte Saisonübersichten sind beim Kreiskulturreferat im Landratsamt Kronach, Telefon 09261/678300 und 678327 sowie per E-Mail gisela.lang@lra-kc.bayern.de erhältlich. Vorreservierungen werden empfohlen, da der Weiße Saal nur 100 Personen Platz bietet.

Unfall auf der Sommerrodelbahn

Kronach – Am Mittwochnachmittag ist es auf der Sommerrodelbahn in Fröschbrunn zu einem Auffahrunfall gekommen. Zwei junge Mädchen aus Berlin, die sich derzeit in Kronach zu Besuch aufhalten, fuhr mit ihrem Schlitten im Auslaufbereich der Rodelbahn ungebremst auf den Schlitten eines vorausfahrenden 77-jährigen Mannes auf, da sie dachten, dass der Schlitten automatisch bremsen würde. Der Geschädigte zog sich hierbei vermutlich eine Nierenprellung zu und musste vorsorglich zusammen mit den beiden Mädchen ins Krankenhaus gebracht werden.

Antibiotika-Schulung über das Internet

Kronach – Ab sofort können Besucher auf der Website des Krankenhausbetreibers Helios an Online-schulungen zum richtigen Umgang mit Antibiotika teilnehmen. Das teilt die Frankwaldklinik mit. Es sei das Ziel, alle Mitarbeiter im korrekten und bewussten Umgang mit Antibiotika zu schulen. Nun stehen die bislang intern zugänglichen Online-seminare für nutzbar im Internet.

www.helios-kliniken.de/wissen/wissensziel-2016

Erfrischungsspray löst Feueralarm aus

Küps – In der Nacht zum Donnerstag hat die Feuerwehr Küps zu einem Brandmeldealarm in der Asylunterkunft ausrücken müssen. Wie sich herausstellte, hatte einer der Bewohner mit einem Raumerfrischungsspray gesprüht und vermutlich hierdurch einen Brandmelder ausgelöst.

Neue Energie aus der Natur

Ein Burnout war für Holger Schramm der Auslöser, sein Leben komplett umzukrempeln. Heute zeigt er anderen, wie man Körper, Geist und Seele mit Hilfe der Natur in Einklang bringt.

Von Sabine Raithel

Eila – Burnout ist keine „Manager-Erkrankung“. Es kann jeden treffen. Skispringer Sven Hannawald und Fernsehkoch Tim Mälzer zum Beispiel erlebten eine Phase der totalen Erschöpfung, mussten pausieren und wurden in den Medien als prominente Burnout-Betroffene bekannt. Das Gefühl, ausgebrannt zu sein, haben aber nicht nur Prominente. Da der Begriff des Burnout nicht klar definiert ist, gehen Schätzungen davon aus, dass etwa vier Millionen Menschen in Deutschland davon betroffen sind. Und obwohl die Fallzahlen steigen, ist das Erschöpfungssyndrom immer noch ein Tabu-Thema.

Holger Schramm ist Entspannungstrainer und Naturcoach. Er hilft Menschen, die der negative Stress krank gemacht hat. Sein engster Verbündeter im Kampf gegen Hektik, Ängste und Anspannung ist der Frankenwald. Den Schwerpunkt seiner Arbeit bilden Angebote in der Natur. „Mir geht das Herz auf, wenn ich Waldboden oder Moos unter meinen Füßen spüre, wenn ich an einem Fluss sitze und wahrnehme, wie der vor sich hin plätschert und alles, was belastet, davon trägt.“

Lebenslinien

Eine Serie der Neuen Presse

Das Programm, das der bodenständige Franke anbietet, ist individuell maßgeschneidert, angepasst an die Konstitution und die Bedürfnisse der Klienten. Vielen, die völlig den Bezug zu sich und wie es so schön heißt „zur eigenen Mitte“ verloren haben, tut eine Wanderung durch den Frankenwald mit leichtem Anstieg durchaus gut. „Wenn wir einen Berg relativ zügig hinaufgehen, kommen die Teilnehmer ins Schnaufen, ins tiefe Atmen“, erklärt Holger Schramm. „Oft spüren die Leute dann seit langer Zeit wieder ihre Füße. Und für gestresste Kopfmen-

schen ist es total wichtig, immer mal wieder die größtmögliche Distanz zum Kopf zu schaffen – also die Wahrnehmung, beispielsweise auf die Füße zu lenken. Sich dann hinzusetzen, die Natur in sich aufzunehmen, in die Weite des Horizonts zu blicken. Über dieses Wahrnehmen und das Spüren finden die Leute wieder zu sich.“

Doch das musste auch Holger Schramm erst lernen. Der 38-Jährige fand über das eigene Schicksal zu seiner heutigen Berufung. Mehr als zehn Jahre lang hat der ausgebildete Mediengestalter für einen Verlag gearbeitet. „Da hatte ich ein sehr geordnetes Leben. Aber irgendwann dachte ich, dass das nicht alles gewesen sein konnte. Ich wollte mehr bewirken, mehr bewegen, noch kreativer sein, die Fäden komplett selbst in der Hand halten. Also habe ich mich mit einem Büro für Grafikdesign selbstständig gemacht.“ Aus heutiger Sicht war das für

Holger Schramm der Schritt in die völlige Selbstaubeutung. Der Grund: „Mein Perfektionismus. Ich wollte immer noch besser sein, alles selbst machen. Die Maßstäbe, die ich an mich selbst gestellt habe, waren völlig überzogen. Pausen habe ich mir nicht gegönnt. Selbst wenn ich völlig erschöpft, völlig leer und alle war, habe ich weitergemacht. Irgendwann befand ich mich in einer ausweglosen Spirale. Und dann kam der Zusammenbruch. Der Burnout. Ich begriff: Ich musste dringend etwas ändern und meinem Leben eine Neuausrichtung geben.“

Schon als 20-Jähriger hatte Schramm sein erstes Buch über Buddhismus gelesen. Einige Jahre später begann er zu meditieren. Jetzt, in der Krise, besinnt er sich auf diese Dinge, von denen er schon früh geahnt hatte, dass sie

grundlegend wichtig und gut für ihn sind: die Natur und die Meditation. Lange Wanderungen durch den Frankenwald, am liebsten gemeinsam mit seiner Hündin, helfen ihm, wieder heil zu werden. Er absolviert eine Ausbildung zum Wanderführer, dann eine zum Entspannungstrainer. Er lernt dabei sich selbst und seine eigenen Bedürfnisse besser kennen. Schritt für Schritt krempelt er sein Leben um. Er besinnt sich auf die Dinge, die ihm wirklich wichtig sind, trennt sich von Ballast. Und dann zieht er mit seiner Frau und

„Die Maßstäbe, die ich an mich selbst gestellt habe, waren völlig überzogen. Pausen habe ich mir nicht gegönnt.“
Holger Schramm

dem wenige Monate alten Sohn Michel auf einen alten Bauernhof in Eila bei Pressig, von dem aus man einen wundervollen Rundum-Blick in die weitläufige Natur hat. Hier hat er einen kleinen Meditationsraum eingerichtet, in dem unter anderem Einzelcoachings stattfinden und in der Umgebung unternimmt er seine Outdoor-Veranstaltungen. Den Stift nimmt er vor allem zum Zeichnen von Mandalas, auf ein Zentrum ausgerichtete und geometrisch angeordnete Meditationsbilder, in die Hand – ansonsten möchte er sich nach und nach von Grafik und Mediendesign zurückziehen. „Die Kunst hat immer eine wichtige Rolle in meinem Leben gespielt. Jetzt ist es für mich wichtiger, die Kunst des Lebens zu erlernen und mein Wissen an andere weiterzugeben.“



Holger Schramm ist wieder mit sich im Reinen. Doch bis zu dieser Ausgeglichenheit war es ein weiter Weg.

Foto: Sabine Raithel

Dorferneuerung in Birnbaum schreitet voran

Der Gemeinderat macht sich vor Ort ein Bild. Auch in den übrigen Ortsteilen sieht man sich genau um.

Steinwiesen – Die Steinwiesener Gemeinderäte haben kürzlich im Rahmen einer Sitzung das gesamte Gemeindegebiet besichtigt. Schwerpunkte waren dabei die gemeindlichen Wohnhäuser sowie die Feuerwehrgerätehäuser in Steinwiesen, Nurn, Neufang und Birnbaum. In Steinwiesen wurde zusätzlich das Erlebnisbad Steinwiesen unter die Lupe genommen.

Im Gemeindeteil Nurn wurden größere Bäume am Ortseingang in Augenschein genommen. Es wurde vereinbart, dass die Standsicherheit von Fachleuten überprüft werden soll. Ein weiterer Schwerpunkt war die Erschließungsstraße im Baugebiet „Gänshügel“. Im dortigen Bereich seien bereits Teilerschließungsbeträge von den Anliegern verlangt worden. Die Fertigstellung der Erschließungsstraße mit Entwässerung und Asphaltbau wurde bisher nicht vorgenommen. Da die Bau-

maßnahme über die Erschließungskostenbeitragsatzung abgerechnet wird, wolle man dies mit den Anliegern in einer Informationsveranstaltung besprechen. Das alte Schulhaus in Nurn steht leer. Die Marktgemeinderäte konnten sich mit dem Vorschlag von Bürgermeister Gerhard Wunder, eine Prüfung zum Umbau von Wohnungen, anfreunden.

Im Gemeindeteil Birnbaum stand die Großbaumaßnahme im Rahmen der Dorferneuerung „Ausbau der Langen Seite“ im Mittelpunkt der Be-

sichtigungstour. Die Marktgemeinderäte konnten sich vom Bauverlauf überzeugen und sprachen sich lobend über die gelungene Gestaltung aus. Man war sich einig, dass aufgrund des Rundangerdorfes in Birnbaum die Gestaltung der Straßen und Freiflächen sehr wichtig sei. Bei der dortigen Besichtigung bedankte sich das Gremium bei Wegewart Heinz Kolb, welcher täglich auf der Baustelle nach dem Rechten sieht.

Im Gemeindeteil Neufang wurde der Anbau des Festtoldls sowie das

alte Schulhaus besichtigt. Für das alte Schulhaus laufen bereits die Vorbereitungen für dessen Abriss. Die restlichen Flächen stehen zum Verkauf. Ein Großteil der Fläche wird an die Kirchenstiftung Neufang verkauft, wobei das Buswartehäuschen ersetzt werden soll. Über den Verkauf weiterer Flächen wird der Marktgemeinderat entscheiden. Über die Nutzung des Anwesens neben dem Feuerwehrgerätehaus wird der Markt Steinwiesen zusammen mit der Feuerwehr entscheiden.



Ortstermin in Birnbaum: Die Mitglieder des Gemeinderats äußerten sich sehr positiv zum Baufortschritt an der „Langen Seite“.

Foto: privat

Wer nimmt mich?

Benjis lange Leidenszeit soll enden

Kronach – Der blaugraue Kater Benji ist zur Zeit eines der größten Sorgenkinder im Tierheim. Schon seit Anfang Januar lebt er in unserem Katzenzimmer – und bisher hat sich niemand für ihn interessiert. Wahrscheinlich liegt es daran, dass man Benji mit seinem trüben rechten Auge und der meist heraushängenden Zungenspitze nicht gerade als Schönheit bezeichnen kann.

Benji stammt von einem Bauernhof, wo er mehr oder weniger in Freiheit und ohne viel Kontakt zu Menschen geboren und aufgewachsen ist. Da bei frei lebenden Katzenpopulationen oftmals die verschiedensten Krankheiten grassieren, hatte Benji schon sein ganzes Leben mit Katzenschnupfen zu kämpfen. Als er schließlich auch noch lauter kahle Stellen im Fell bekam, brachte man ihn ins Tierheim.

Zwar stellten sich die kahlen Stellen als harmlos heraus und waren bald wieder zugewachsen, aber die Behandlung des Katzenschnupfens ist immer sehr langwierig. Antibiotika und wochenlange Gabe von Augensalbe musste der tapfere Benji über sich ergehen lassen. Zudem wurde eine Kieferentzündung behandelt und es mussten ihm insgesamt sieben Zähne gezogen werden.

All dies hat Benji tapfer und geduldig ertragen. Auch wenn er nicht begeistert davon war, ließ er sich die Augensalbe verabreichen und so langsam besserte sich sein Gesundheitszustand. Leider ist sein rechtes Auge durch den lange unbehandelten Katzenschnupfen so in Mitleidenschaft gezogen worden, dass es trüb bleiben wird. Der Katzenschnupfen ist größtenteils gebannt, nur von Zeit zu Zeit läuft das Näschen ein bisschen. Nun wäre es wichtig, Benjis Immunsystem zu stärken, denn so kann er sich am besten selbst dagegen wehren. Doch dazu bräuchte er ein liebevolles Zuhause. Kleine Kinder sollten in Benjis neuem Zuhause nicht leben. Andere Katzen sind dagegen kein Problem, denn Benji ist verträglich und das Zusammenleben mit Artgenossen von klein auf gewöhnt. Da Benji immer draußen gelebt hat, muss er auch im neuen Zuhause unbedingt wieder Freigang haben dürfen – allerdings nicht sofort, sondern erst nach einer mehrere Wochen dauernden Eingewöhnungszeit.



Benji

Kontakt: Tierheim Kronach
Telefon 09261/20111
www.tierheim-kronach.de

Termine

Gleichstellung im Kino

Kronach – Am Dienstag, 31. Mai, zeigt die Kronacher Arbeitsgemeinschaft „Mehr-Film“ den Spielfilm „Suffragette“ in der Filmburg. Er erzählt von den Anfängen der Frauenbewegung auf dem Weg zum Frauenwahlrecht und Gleichstellung zwischen Frau und Mann. Anhand der Geschichte von Maud Watts, die durch die Begegnung mit der militanten Bewegung dieser Zeit ihren Job, ihre Familie und ihr eigenes Leben aufs Spiel setzt, wird diese Zeit noch einmal lebendig. Die Vorstellung beginnt um 20 Uhr. Der Eintritt beträgt fünf Euro.

Walter Lieb lässt Kronach leuchten

Kronach – „Kronach leuchtet“ erneut – und zwar am Mittwoch, 1. Juni, um 14 Uhr im Pfarrzentrum. Der Seniorenkreis St. Johannes Kronach lässt mit Walter Lieb und seinen Bildern diese schönen Abende nochmals vorüberziehen. Gerade Menschen mit Einschränkungen können jetzt Einblicke in Beleuchtungen an Orten bekommen, die für Sie nicht zu begehen waren.