

Infos rund ums Thema Vorsorge

Service Wie man richtig vorsorgt, wird bei der Veranstaltung „Alles geregelt“ im Sparkassen-Forum erklärt.

Kreis Göppingen. Heute schon an später denken: Kompetente Partner für nicht ganz einfache Themen erklären am Mittwoch, 14. Februar von 15 bis 19 Uhr bei der „Alles geregelt“-Informationsveranstaltung im Sparkassen-Forum in Göppingen, wichtige Dinge rund um das Thema Vorsorge. An trockene Themen wie Finanzen und Versicherungen gehen viele Menschen ungern heran. Ganz besonders, wenn es mit dem Tod oder Krankheit zu tun hat. Doch vieles im Leben wird einfacher, wenn man es persönlich von jemandem erklärt bekommt. Genau das wollen die Experten tun, sagt Lisa Hartleb, Geschäftsbereichsleiterin der Agentur Staufen Plus, die die Veranstaltung organisiert.

Was passiert mit mir wenn ich einen schweren Unfall habe? Wer kümmert sich um meine minderjährigen Kinder, wenn mir etwas passiert? Und welche Versicherung ist eigentlich sinnvoll? All das sind Dinge, über die man sich frühzeitig Gedanken machen sollte, um für den Ernstfall möglichst gut vorbereitet zu sein. So wird bei der Infoveranstaltung erklärt, warum es Sinn macht, eine Pati-



Auch der Sinn einer Patientenverfügung wird von Experten erklärt. Foto: Ralf Kalytta - Fotolia

entenverfügung zu haben, auch wenn man gesund ist. Oder wann eine Bankvollmacht erforderlich ist und wo diese am besten aufbewahrt werden soll.

Bei der Informationsveranstaltung wird dabei ist das Bestattungshaus Nobis, das unter anderem zum Thema Grapppflege berät, aber auch Michael Fitz von „Schwabepflege_24“ steht für alle Fragen rund um Pflege zur Verfügung. Wichtige Informationen zum Schreiben und Aufbewahren von Patientenverfügungen und Vollmachten gibt es von den Anwälten Bischoff & Habla und das Deutsche Rote Kreuz stellt unter anderem seinen Hausnotruf vor. Die Kreissparkasse Göppingen hat einen Informationsstand, bei dem es um die Themen Versicherungen, Finanzen und Immobilien geht. Lisa Hartleb: „Es ist wichtig Hilfestellungen anzubieten und somit dazu beitragen zu können, eine schwere Aufgabe zu lösen.“

Info Die Informationsveranstaltung „Alles geregelt“ findet am 14. Februar von 15 bis 19 Uhr im Sparkassen-Forum der Kreissparkasse Göppingen statt. Der Eintritt ist frei.

„Wichtig ist der Blick auf sich selbst“

Interview „Wer etwas bewegen will, muss raus aus der Komfortzone“ weiß Jörg Löhr. Am Montag kommt der Erfolgs- und Persönlichkeitstrainer nach Göppingen und verrät sein Motivationskonzept. Von Harald Betz

Gerade hat Jörg Löhr ein neues Buch geschrieben, zugleich berät er viele Unternehmen, aber auch Trainer, die in der Fußball-Bundesliga die richtige Ansprache ihrer Profis mit dem Augsburger abstimmen. Schon 2007 gehörte der Ex-Handballnationalspieler mit seinem Motivationsprogramm zum Betreuersteam, das die deutschen Handballer zum Weltmeistertitel im eigenen Land führte. Am kommenden Montag um 19.30 Uhr gibt der Erfolgs- und Persönlichkeitstrainer in der Serie „Wissensimpulse“ im Sparkassen-Forum in Göppingen (Infos unter Tel. 02561/69565-170) seine Erkenntnisse weiter. Im Interview verrät Jörg Löhr die Bausteine seines Konzepts.

Die deutschen Handballer sind bei der gerade zu Ende gegangenen Europameisterschaft als Titelverteidiger kläglich gescheitert und auf Platz neun gelandet. Haben Sie eine Erklärung dafür?

Jörg Löhr: Ich kann es nur aus der Distanz beurteilen, aber für mich hatte die Mannschaft nicht mehr diese Unbekümmertheit vom Titelgewinn 2016. Man hat gespürt, dass ein großer Druck auf den Spielern lastet, dem sie nicht standgehalten haben. Das Verhältnis von Bundestrainer Prokop zur Mannschaft soll ja angespannt gewesen sein, jedenfalls war das Team unter Prokops Vorgänger Sigurdsson in einem besseren Zustand. Diesmal haben wichtige Spieler nicht ihre Leistung abgerufen, die sie in der Bundesliga zeigen.

Jetzt steht Bundestrainer Christian Prokop am Pranger, zurecht?

Wir leben in einer Leistungsgesellschaft, die Nationalmannschaft eingeschlossen. Hier wird man, das gilt auch für Jogi Löw, in exponierten Positionen am Erfolg gemessen. Wenn man Titelverteidiger ist, ist das nicht einfach. Wenn sich der Verband für eine weitere Zusammenarbeit mit dem Trainer entscheidet, muss er ihm Rückendeckung geben, damit er sein Team auf die WM vorbereiten kann.

Aber die Führungsetage des Deutschen Handball-Bundes hebt offensichtlich selbst Zweifel, will wochenlang alles aufarbeiten. Wird Prokop dadurch nicht stark beschädigt?

Natürlich wird er beschädigt, schon während der EM und nun mit den weiteren Diskussionen. Es ist sehr unglücklich, dies öffentlich auszutragen. Dass darü-

Gefragter Referent mit vielen Auszeichnungen

Jörg Löhr, Jahrgang 1961 und als gefragter Referent in Europa mehrfach ausgezeichnet, gründete 1995 sein Unternehmen, das Seminare in den Bereichen Erfolg, Motivation, Persönlichkeit anbietet und mit vielen Top-Firmen zusammenarbeitet. Als Handballer absolvierte er 94 Länderspiele, war deutscher Meister und Pokalsieger und gewann den Europacup.



Als erfolgreicher Persönlichkeitstrainer coacht der ehemalige Handball-Nationalspieler Jörg Löhr heute mit großer Resonanz Unternehmen oder berät Trainer in der Fußball-Bundesliga. Foto: JL

ber diskutiert wird, ist aber klar, das wäre auch in der Wirtschaft so, aber es muss der Sache dienlich sein. Es sollte also um den Handball gehen. Wenn dann intern die Entscheidung für Prokop fällt, dann muss man sich im Auftritt nach außen klar hinter ihn stellen.

Was würden Sie denn Christian Prokop raten?

Er soll weiterkämpfen. Ich kenne viele Beispiele, wo nicht alles von Anfang an reibungslos läuft. Prokop betrat Neuland, auch er braucht einen Erfahrungsschatz und besitzt einen langfristigen Vertrag. Wenn allerdings das nächste Großereignis auch in die Hose geht, muss der DHB über eine frühzeitige Beendigung des Vertrags nachdenken. Dass dies die Heim-WM 2019 sein wird, ist ein großer Vorteil. Ich habe das selbst erlebt, als ich 2007 die Handballer auf die erfolgreiche WM mental vorbereitet habe. Das gab einen enormen Rückenwind für das Team, wie beim Sommermärchen der Fußballer 2006.

Vom internationalen aufs nationale Parkett. Bei Frisch Auf Göppingen fungiert Rolf Brack als Trainer und hat gerade seinen Vertrag verlängert. Ist er am richtigen Platz?

Rolf Brack ist ein toller Trainer und befindet sich am richtigen Platz. Er arbeitet mit wahnsinnig viel Herzblut und gibt alles, um Frisch Auf nach vorne zu bringen.

„Rolf Brack ist mit wahnsinnig viel Herzblut dabei.“

Seine Mannschaft dümpelt allerdings als Europapokalsieger im Bundesliga-Mittelfeld herum. Können Sie Gründe für diese Entwicklung ausmachen?

Zunächst ist die Bundesliga unglaublich stark besetzt. Die Qualität der Mannschaften hängt von den finanziellen Mitteln ab. Wie viel Geld habe ich zur Verfügung, um die Einkäufe für einen starken Kader zu tätigen. Somit lassen sich einerseits herausragende Siege wie der EHF-Cup realisieren, aber für die Dauer einer Saison brauche ich enorme Klasse im Kader, sonst wird es schwer und jede Niederlage nagt an den Nerven. Aber die Spieler benötigen Erfolgserlebnisse für ihr Selbstbewusstsein.

Sie arbeiten aktuell mit Trainern in der Fußball-Bundesliga, können Sie aus dem Nähkästchen plaudern?

Ich kann nicht ins Detail gehen, aber diese Trainer benötigen einen Sparringspartner im mentalen Bereich, wollen Hinweise, um ihre Spieler zu mobilisieren. Die Anrufe kommen im übrigen von Vizemeistern und Pokalsiegern genauso wie von Klubs, die gegen den Abstieg spielen. In der Regel aber klingelt mein Telefon, wenn es knapp wird. In der vergangenen Saison riefen in den letzten Wochen so viele Trainer an, dass ich gar nicht mit allen arbeiten konnte. Unter anderem benötigte der FC Augsburg aus den letzten vier Spielen sechs Punkte, die Gegner hießen Dortmund, Hoffenheim, Gladbach und Hamburg. Da kannst Du keine Trainingsimpulse mehr setzen, aber die Spieler mental anders einstimmen. Augsburg hat in den vier Spielen nicht mehr verloren.

Die Olympischen Winterspiele in Pyeongchang beginnen, welche Typen mit was für Voraussetzungen haben die größten Erfolgsaussichten?

Das ist ein Puzzle aus Teilchen, die zusammenpassen müssen, um bei regulären Wettbewerben an der Spitze zu stehen. Talent ist ein entscheidender Faktor, dazu ein physisch exzellenter Zustand, die Psyche spielt eine Rolle und Selbstbewusstsein, dann hat der

Athlet eine Chance, am Ende die Nase vorn zu haben. Die Skispringerin Carina Vogt etwa hat bei ihren Erfolgen gezeigt, dass sie diese Fähigkeiten vereint und das Selbstbewusstsein besitzt. Schließlich lastet ein enormer Druck auf den Sportlern. Alles, was man über Jahre erarbeitet hat, entscheidet sich in Sekunden. In diesen muss der Athlet alles abrufen können, das verlangt mentale Stärke.

Lassen sich diese Erkenntnisse auch auf den Alltag, in den Beruf oder ins Privatleben, übertragen?

Sicherlich kann viel vom Sport auf den Alltag projiziert werden, auch die Stärken für jeden, der jeden Morgen aufsteht und seinen Job macht. Für mich sind vier Bausteine entscheidend: Talent, Wissen, Können, das Training meiner Fähigkeiten, und Wollen, also die Leistungsbereitschaft. Man muss bereit sein, seine Komfortzone für Ziele zu verlassen.

„Meine Aufgabe ist es, Potenziale zu entwickeln und Menschen ins Handeln zu bringen.“

Dafür braucht es dann Motivation, oder nicht?

Motivation kommt vom lateinischen Wort *movere*, heißt übersetzt bewegen. Wenn ich also etwas bewegen will, muss ich raus aus der Komfortzone, das gilt beruflich wie privat. Dabei wirken anspruchsvolle Ziele befeuernd. Auch für eine intakte Beziehung muss ich etwas tun, um besondere Momente genießen zu können. In der Berufswelt haben wir eine große Zeit der Transformation, hier haben wir als einzige Konstante die Veränderung.

Dem Erfolg steht gegenüber, dass viele Menschen mit dem täglichen Druck nicht klar kommen. Gibt es dafür eine Hilfestellung?

Ich glaube schon. Jeder Mensch sollte für sich definieren, was er unter Erfolg versteht, was seine persönlichen Ziele sind. Dabei sollte man nicht immer den Vergleich mit anderen herstellen, sondern nur sich selbst sehen. Der eine ist beispielsweise im Familienleben mit anderen Dingen zufrieden als sein Nachbar. Am Ende zählt, was für mich persönlich wichtig ist, und nicht immer der Ehrgeiz, besser zu sein als die anderen.

Wie groß ist Ihr Einfluss als Erfolgs- und Persönlichkeitstrainer bei solchen Prozessen?

Wenn ich mit Firmen arbeite, muss ich zunächst wissen, wo steht das Unternehmen, wo will es hin in diesen Zeiten von Globalisierung, Digitalisierung und wechselnden politischen Strukturen. Dann gilt es, eine Basis zu schaffen für das Erreichen dieser Ziele. Meine Aufgabe ist es, Initialzündungen zu setzen, Potenziale zu entwickeln und Menschen ins Handeln zu bringen.

Unfallflucht Lastwagen rammt Firmengebäude

Uhingen. Zwischen 15 Uhr am Dienstag und 7 Uhr am Mittwoch beschädigte ein unbekannter Lastwagen-Fahrer beim Wenden die Aussenwand eines Firmengebäudes in der Bleichereistraße. Der Verursacher fuhr danach einfach davon. Der entstandene Sachschaden wird von der Polizei auf ungefähr 30 000 Euro geschätzt. Die Polizei wertet derzeit vorhandene Spuren aus und sucht Zeugen zu der Unfallflucht. Hinweise an das Polizeirevier Uhingen unter Tel. 07161/93810.

Rotarier ehren Berufsschüler für besondere Leistungen

Kreis Göppingen. An der Justus-von-Liebig-Schule Göppingen gab es eine besondere Ehrung für Schüler, die sich neben ihren starken schulischen Leistungen auch im sozialen Bereich überdurchschnittlich engagierten. Dieses Jahr gingen die Auszeichnungen an drei Schüler der gewerblichen Schule: Marc-Daniel Lewandowski, Hauke Groszmuk und Jan Pfister wurden von den Mitgliedern des Rotary-Clubs für ihre Leistungen geehrt. Jan Pfister bringt seine Freizeit in großem Maße damit, als Jugendleiter die Schwimmfertigkeiten von Jugendlichen zu erweitern. Hauke

Groszmuk nutzt sein Talent zum Organisieren, um seinem Judoverein bei der Durchführung und Planung von Turnieren zu unterstützen. Marc-Daniel Lewandowski unterstützt die Nachwuchsturner von 6 bis 15 Jahren in seinem Turnverein als Übungsleiter. Sowohl Oberstudiendirektorin Annette Kull von der Justus-von-Liebig-Schule als auch Siegfried Pietrass vom Rotary-Club Göppingen war vor allem der besondere Bezug zur dualen Ausbildung sehr wichtig. Die Drei erhielten einen Geldpreis und eine Einladung zu einem Seminar über die Arbeitswelt.



Im Mittelpunkt der Preisverleihung standen drei auch in der Freizeit besonders engagierte Schüler der gewerblichen Schule. Foto: Schule

Spende Kinderklinik erhält 1000 Euro

Göppingen. Das Ehepaar Christel und Gernot Bizer überreichte der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin der Alb-Kliniken 1000 Euro. Gernot Bizer hatte seine Werke um den Altbroll Kubi im Süßener Rathaus ausgestellt, und auch einige der rund 60 Ölbilder verkauft. „Mir ist es wichtig, dass der Erlös einem guten Zweck zugutekommt“, sagt Gernot Bizer. Fünf Bilder, die sie der Kinderklinik bereits im vergangenen Jahr überlassen hatten, haben mittlerweile einen Platz gefunden.