

Erneut Unfall auf Friesacher Straße

ALTHOFEN. Auf der B 317 Friesacher Straße kam es in der Nacht von Freitag auf Samstag erneut zu einem schweren Unfall. Ein 23-jähriger Klagenfurter fuhr Richtung Friesach und verlor auf Höhe Althofen die Kontrolle über sein Auto. Er prallte links gegen die Böschung, wurde dabei unbestimmten Grades verletzt und mit der Rettung ins Klinikum Klagenfurt gebracht. Andere Personen oder Fahrzeuge waren in den Unfall nicht involviert. Am Auto des 23-Jährigen entstand Totalschaden. Die Feuerwehren Althofen und Meiselding borgen den kaputten PKW.



Feuerwehren borgen das beschädigte Auto

KK

SO WERDEN SIE REGIONAUT



Zeigen Sie das Beste aus Ihrem Bezirk, gedruckt und online. Und so geht's:

1. Registrieren Sie sich kostenlos auf meinbezirk.at
2. Veröffentlichen Sie Bilder und Berichte und werden Teil der Community!
3. Laden Sie Ihre Freunde und Verwandten ein mitzumachen.

Sie fotografieren oder schreiben gerne und möchten Ihre Fotos und Geschichten teilen? Sie sind in einem Verein oder viel im Bezirk unterwegs und haben etwas zu erzählen? Dann registrieren Sie sich kostenlos auf: www.meinbezirk.at

Emotional oder stark: Das Mann-Sein heute!

Immer mehr Männer stellen die Frage, wer sie eigentlich sind. Männerberater können helfen.

KÄRNTEN (kh). Das traditionelle Rollenbild von Mann und Frau ist in unserer Gesellschaft kaum noch anzutreffen und jeder muss seinen eigenen Platz finden. Mit dem Männer-Kongress haben Helmut Ranalter, Franz Bergmann, Robert Plüchl und ihr Team eine Plattform geschaffen, die Männer dazu inspirieren und anregen soll, etwas für ihre Persönlichkeitsentwicklung zu tun.

Emotional oder stark sein

Viele Männer müssen heute einen Spagat zwischen ihrer emotionalen und ihrer starken Seite schaffen. Als liebe- und verständnisvolle Partner stehen sie ihren Frauen zur Seite. In schwierigen Situationen wird aber auch ihre starke Seite gefordert. Dabei haben sie oft keine Möglichkeit, sich selbst zu finden und verlieren sich in den an sie gestellten Anforderungen von Beziehung, Job und Alltag.

Mann und Beziehung

Laut den Männerberatern ist es wichtig, dass Männer zuerst erkennen, in welcher Beziehung sie zu sich selbst stehen. Denn nur wer sich selbst kennt, kann sich bewusst zeigen und weiß, was er will. Eine gute Beziehung zu sich selbst ist also essentiell für eine gute Beziehung zu anderen. Nur so können sie sich auf andere einlassen und besser verstehen.

Kommunikation ist wichtig

Laut den Männerberatern reden über 60-jährige Männer kaum oder nie über ihre Gefühle, weil sie es nie gelernt haben. Männer mittleren Alters



Helpen Männern auf dem Weg zu sich selbst: Franz Bergmann, Helmut Ranalter und Robert Plüchl (von links)

WOCHE

hingegen befassen sich mit sich selbst. Die heutige Jugend wiederum kommuniziert sehr offen und viel, jedoch meist über das Smartphone.

Dabei wäre vor allem direkte Kommunikation sehr wichtig, so Ranalter. Wie bei so vielen Dingen im Leben ist gute Kommunikation der Schlüssel zum Erfolg. Wer sich selbst gut kennt, weiß, was er will, und wer zu seinen Fehlern steht, kann sich besser mitteilen. Das wirkt sich auch positiv auf die Beziehung zu anderen aus.

Tipps für den Urlaub

- Planen Sie im Urlaub und auch zu Hause fixe Zeiten ein, um sich auszutauschen und miteinander zu reden. Verplanen Sie nicht alles und nehmen Sie sich nicht zu viel vor, sonst kann der Urlaub schnell stressig werden. Grundsätzlich gilt: Machen Sie lieber wenige Dinge bewusst gemeinsam, anstatt viele Sachen nur zusammen.

- Miteinander reden bedeutet auch, dem Partner wirklich zuzuhören und ihn ausreden zu lassen. Manchmal möchte man einfach vom Tag erzählen. Zwischenfragen und ständige Lösungsansätze sind in so einem Fall eher hinderlich.

- Planen Sie den Urlaub gemeinsam und gehen Sie dabei aufeinander ein. Zusätzlich zu gemeinsamen Aktivitäten sollte man auch Zeit für sich selbst einplanen. Zeitangaben, wie lange man zum Abschalten braucht, können zudem dabei helfen, Streitigkeiten zu vermeiden. Wichtig ist, dass man sich diese „Ruhezeiten“ auch im Alltag gegenseitig zugesteht.

- Aktivitäten und Zeit gemeinsam, die vielleicht unter dem Jahr zu kurz kommen, sollte man nicht auf den Urlaub fokussieren. Besser wäre es, sich wöchentliche Fixtermine auszumachen, in denen man sich bewusst Zeit nimmt.

MÄNNER-KONGRESS

11. und 12. Oktober im Casineum Velden

Informationen und Karten sind unter www.mannsein.biz oder bei allen Ö-Ticket-Vorverkaufsstellen erhältlich.

Die Referenten sind Michael Weger, Keita Moussa, Helmut Ranalter, Oliver Hänel, Barbara Thönnessen und Veit Lindau. **Das Abendprogramm** am Freitag gestaltet Christian Hölbling.