

**TIERISCH**  
In Hoyerswerda gibt es eine  
Physiotherapie für Tiere:  
Seite 3

**WINDIG**  
Ärger in Lohsa  
um ein Windrad-Projekt:  
Seite 5

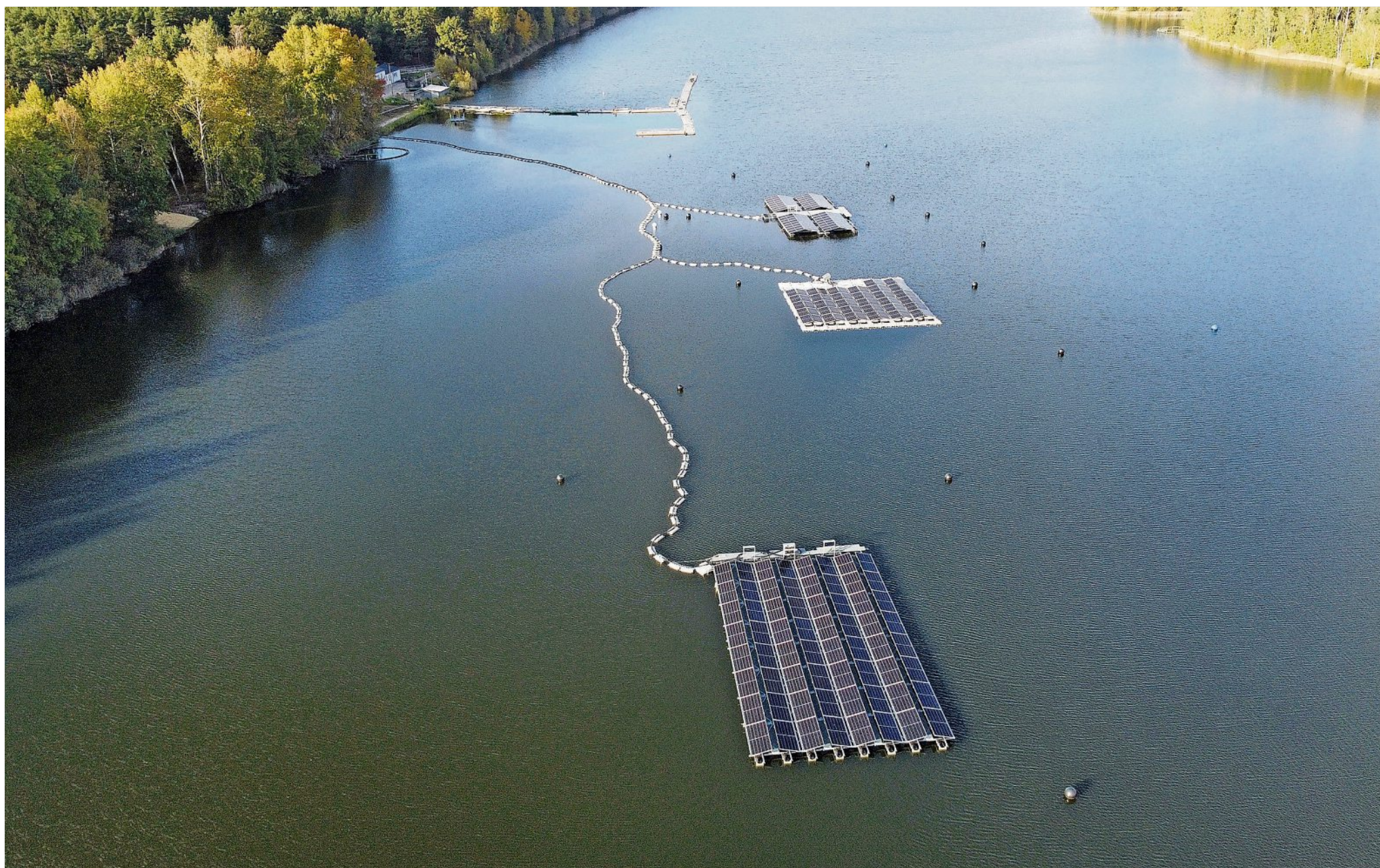
**ENTSPANNT**  
Selbsthypnose vorm  
Zahnarzt-Besuch:  
Seite 7

# HOYERSWERDAER WOCHENBLATT

Sonnabend, 23. November 2024

## Mortkaer See wird Ort für Forschung

Experten von Fraunhofer ISE, BTU Cottbus/Senftenberg und RWE arbeiten im Sperrgebiet. Das wollen sie herausfinden.



Der See nahe des Lohsaer Ortsteils Mortka von oben. Zu sehen ist: Die Forscher haben drei verschiedene Anlagen zu Wasser gelassen. Jetzt wird auch geprüft, welcher Unterbau sich am besten für den Einsatz auf dem Wasser eignet.

Foto: Ecotec Deutschland GmbH

VON SASCHA KLEIN

Wer im Lausitzer Seenland nach Freizeitspaß, Boot fahren oder Baden sucht, wird keinen Hinweis auf das Restloch Mortka finden. Es liegt direkt neben dem Silbersee, ist sogar mit dem touristisch genutzten See verbunden. Gemeinsam gelten sie laut sächsischer Landestalsperrenverwaltung als „Wasserspeicher Lohsa 1“. Der Mortkaer See liegt im Sperrgebiet von Bergbausanierer LMBV. Selbst der Zweckverband Lausitzer Seenland Sachsen nennt das Gewässer „respektive touristisch irrelevant.“ Für überhaupt nicht irrelevant halten Forscher von Fraunhofer ISE aus Freiburg, BTU Cottbus-Senftenberg und das Unternehmen RWE Renewables GmbH die einstige Braunkohlgrube zwischen Lohsa und dem Lohsaer Ortsteil Mortka. In den vergangenen Wochen haben sie – nahezu unbemerkt von der Öffentlichkeit – ein großes Forschungsprojekt auf dem See platziert. Es handelt sich um schwimmende Photovoltaikanlagen. Sie sind auf drei verschiedenen Modellen montiert. Zwei stammen von niederländischen

Herstellern, eine von einem deutschen Hersteller.

Was die Forscher unter anderem herausfinden wollen: Welche Auswirkungen haben diese schwimmenden Plattformen auf das Ökosystem im See? Eine andere Frage: Stimmt es, dass Solarmodule auf dem Wasser mehr Ertrag bringen,

weil sie durch das kühle Wasser darunter nicht mehr so heiß werden? Hintergrund: Je heißer Solarmodule werden, umso schlechter ist ihre Effizienz.

Diese mehr als 190 Solarmodule sollen für die nächsten drei Jahre auf dem Mortkaer See bleiben und den Forschenden

wichtige Daten liefern. Das Projekt heißt „PV Float“ und wird vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz gefördert. Projektleiter ist Stefan Wieland vom Fraunhofer-Institut für Solare Energiesysteme (ISE). Er hofft darauf, die Vorteile von PV-Anlagen auf dem Wasser (Floa-

ting PV) wissenschaftlich stärken herausstellen zu können. Wieso aber haben die Forscher die Gemeinde Lohsa für ihre Forschung ausgewählt? Vorgabe war, einen Bergbaufolgesee in Ostdeutschland auszuwählen, der nicht touristisch genutzt wird. Denn Stromerzeugung auf dem Wasser ist der-

zeit nur auf künstlich entstandenen Seen erlaubt.

Dr. Dieter Leßmann, Diplombiologe am Lehrstuhl Gewässerschutz bei der BTU Cottbus-Senftenberg, will während der drei Jahre zum Beispiel erforschen, welchen Einfluss Photovoltaikanlagen auf dem Wasser auf das Ökosystem haben – etwa auf Tiere, auf das Pflanzenwachstum und auf den Sauerstoffgehalt des Gewässers.

Darüber hinaus wollen die Projektpartner – so auch RWE Renewables – die Energieerzeugung per PV auf dem Wasser bekannter und interessanter machen. Wirklich interessant für die Industrie seien aber in erster Linie nachhaltige PV-Anlagen auf dem Wasser – genannt Floating PV – im Megawattbereich. Das wären riesige Flächen auf künstlichen Seen.

Für den Mortkaer See gibt es allerdings vorerst keine Photovoltaik-Zukunft auf dem Wasser. Da das gesamte Areal Sperrgebiet ist und dort irgendwann möglicherweise saniert wird, werden die Solarmodule nach den drei Jahren Forschung definitiv wieder zurückgebaut.



Diese Anlage schwimmt auf dem Mortkaer See. Eine weitere gleicher Bauart steht an Land. Die Frage der Forscher: Welche arbeitet effizienter?

Foto: Ecotec Deutschland GmbH



VON JENS  
FRITZSCHE



Erst mitmachen,  
dann meckern ...

Gemeckert ist schnell, könnte man sagen. Und gerade beim Thema Einkaufen hat ja auch jede(r) seine eigene, ganz individuelle Sicht. Der Treff 8 ist als Einkaufszentrum gerade für die Bewohner von WK VIII besonders wichtig, die Ortsteile haben sicher eine ganz eigene Sicht auf die großen Einkaufsmöglichkeiten am Hoyerswerdaer Stadtrand.

Und die Verwaltung hat ja bekanntlich die Unternehmen BBE Handelsberatung GmbH und Drees & Sommer SE beauftragt, ein neues und wirklich umfassendes Einzelhandels- und Zentrenkonzept zu entwickeln. Das soll natürlich neben dem Thema Städtebau – also bestehende und zukünftige Stadträume – auch den Handel selbst ins Blickfeld rücken. Auswirkungen durch die zunehmende Digitalisierung beispielsweise – den Internethandel – aber auch den Strukturwandel im Seenland. Es braucht, da sind sich die Experten einig, ganz neue Strategien in der sich rasant verändernden Region, um die Einzelhandelsstandorte und auch die Einkaufszentren zu sichern, sie weitgehend zu stärken und natürlich auch weiterzuentwickeln.

Aber natürlich braucht es eben auch die Kundinnen und Kunden dazu. Deshalb hat die Stadt eine Online-Umfrage gestartet. Die biegt gerade auf die Zielgerade. Jede(r) sollte unbedingt die Chance nutzen und gut 15 Minuten Zeit investieren – solange dauert es ungefähr, die Fragen zu beantworten.

Wie gesagt: Gemeckert ist schnell, aber jetzt gibt es die Chance, zumindest ein Stück dazu beizutragen, die künftige Entwicklung für alle in die richtigen Bahnen zu lenken.

Einloggen  
unter:  
mitmachen.  
hoyerswerda.de



Mitmachen, auf der Webseite der Stadt. Foto: HWB



Veranstaltungskalender der Woche (Auswahl)

Veranstaltungstipps der Woche

SA | 23.11.

- THEATER**  
Kurz & Nackig, Bautzen, Deutsch-Sorbisches Volkstheater, 19.30 Uhr
- TANZ/PARTY**  
Ü-50-Tanz, LebensRäume Hoyerswerda, 15 Uhr  
150. Schadzowanka, Bautzen, Stadthalle Krone, 19 Uhr
- JAZZ/ROCK/POP**  
Liederfest Hoyschrecke: der Wettbewerb, Kulturfabrik Hoyerswerda, 20 Uhr  
Vicente Patiz im Konzert-Adventures, Bautzen, Burgtheater, 19.30 Uhr
- FILM/KINO**  
Oper im Kino: Tosca, Cinemotion Hoyerswerda, 19 Uhr
- AUSSTELLUNGEN**  
Geplänkel auf dem orange Bänkel, Hoyerswerda, Altes Rathaus - Lichthof, ganztägig
- SONSTIGES**  
Kreativ-Brunch: „Sternenzauber - Lichterglanz“, Hoyerswerda, Café Rosali, 9.30 Uhr  
HOY active – Dein neues Feel Good-Event im Lausitzer Seenland, Hoyerswerda, Hoy Reha, 9 Uhr  
Zierfischbörse, Lausitzhalle Hoyerswerda, 10 bis 12 Uhr  
Handball: LHV - Germania Zwenkau, BSZ Hoyerswerda, 17.30 Uhr

Drasta Digital - Werkstatt zur Digitalisierung sorbischer Trachten, Hoyerswerda, ZCOM Zuse-Computer-Museum, 10 Uhr  
Ewigkeitssonntag im Mammutgarten, Elstra, Pflanzencenter und Kulturorangerie Kohout, 10 Uhr  
Heimspiel der Lausitzer Füchse, Eisarena Weißwasser, 17 Uhr

MO | 25.11.

- FILM/KINO**  
Kurzfilmabend im Ökumenischen Domladen, Bautzen, Ökumenischer Domladen, 19 Uhr
- SONSTIGES**  
Steuern und Rente mit Zusatzeinkommen, Bautzen, KVHS Forum, 15.45 Uhr

DI | 26.11.

- THEATER**  
Ein Schaf fürs Leben, Bautzen, Burgtheater, 10 und 17 Uhr
- LITERATUR & LESUNGEN**  
Vorgestellt & Veröffentlicht: Enna Miau, Kulturfabrik Hoyerswerda, 19 Uhr
- VORTRÄGE**  
Alte Genome verbinden große Migrationswelle mit der Ausbreitung der Slawen, Bautzen, Haus der Sorben, 19 Uhr  
Das Schwesternhaus in Kleinwelka und seine Apotheke - ein Dorn im Auge der Bautzener Apothekerschaft, Bautzen, Stadtbibliothek, 19 Uhr
- FILM/KINO**  
BlowUp-Kino: Thelma, Kulturfabrik Hoyerswerda, 17 Uhr  
Element of Crime in Wenn es dunkel und kalt wird in Berlin, Hoyerswerda, Kulturfabrik Hoyerswerda, 20 Uhr
- SONSTIGES**  
Stadtratsklatsch bei Bier und Wein, Kulturfabrik Hoyerswerda, 17 Uhr  
Pimp your town reloaded, Hoyerswerda, Café Rosali, 17 Uhr

MI | 27.11.

- THEATER**  
Lysistrata, Lausitzhalle Hoyerswerda, 18 Uhr  
Ein Schaf fürs Leben, Bautzen, Burgtheater, 9 und 10.30 Uhr
- KLASSIK**  
Traditio et Innovatio - 2. Schatzkammerkonzert | Musik für Oboe und Streichtrio, Weißwasser, Ev. Kirche, 19 Uhr
- VORTRÄGE**  
Vortrag „Erste Schritte bei Trennung und Scheidung“, Bautzen, Frauenzentrum, 18 Uhr  
Ur- und Naturwälder in Deutschland, Königsbrück, Wildnisstation, 19 Uhr  
Failed States - Die islamische Welt im Umbruch, Weißwasser, VHS Dreiländereck, 18 Uhr
- FILM/KINO**  
Mitteldeutsche Kurzfilmnacht „KURZSUECHTIG“, Hoyerswerda, B.-Reimann-Stadtbibliothek, 18 Uhr
- SONSTIGES**  
Digitalcafé von Frauen für Frauen, Hoyerswerda, Zuse-Computer-Museum, 10 Uhr  
Lesecub, Kulturfabrik Hoyerswerda, 15 Uhr

DO | 28.11.

- THEATER**  
Tingel-Tangel – eine Friedrich Hollaender Revue, Senftenberg, Neue Bühne Senftenberg, 19.30 Uhr
- KINDER**  
Ida und der fliegende Wal, Bautzen, Burgtheater, 10 Uhr
- FILM/KINO**  
BlowUp-Kino: Die Witwe Clicquot, Kulturfabrik Hoyerswerda, 16 Uhr  
BlowUp-Kino: Thelma, Kulturfabrik Hoyerswerda, 19 Uhr
- SONSTIGES**  
Herbstmalkurs für Kinder, Volkshochschule Hoyerswerda - Raum 005, 16 Uhr  
Adventskranzwinden, Radibor, Bahnhof der Inklusion, 17 Uhr

FR | 29.11.

- THEATER**  
Musik-Revue: Die Eiskönigin, Lausitzhalle Hoyerswerda, 15 Uhr  
Nussknacker on Ice, Lausitzhalle Hoyerswerda, 19 Uhr  
Auf der Rückseite des Mondes, Bautzen, Deutsch-Sorbisches Volkstheater, 19.30 Uhr
- KINDER**  
Ida und der fliegende Wal, Bautzen, Burgtheater, 10 Uhr
- SONSTIGES**  
Frag den Oberbürgermeister, Hoyerswerda, B.-Reimann-Stadtbibliothek, 17 Uhr  
Kneipenquiz Numero 34, Kulturfabrik Hoyerswerda, 19 Uhr  
Weihnachtsbaumkugeln mit sorbischen Motiven, Volkshochschule Hoyerswerda - Raum 005, 16 Uhr  
Kreativwerkstatt: Adventskranz binden mit Naturmaterialien, Malschwitz, Haus der Tausend Teiche, 17 Uhr  
Heimspiel der Lausitzer Füchse, Eisarena Weißwasser, 19.30 Uhr

SA | 30.11.

- THEATER**  
War das jetzt schon Sex?, Bautzen, Burgtheater, 19.30 Uhr  
Die Wunderübung, Bautzen, Deutsch-Sorbisches Volkstheater, 19.30 Uhr  
Smy! - Bin ich?, Bautzen, Sorbisches National-Ensemble, 19.30 Uhr  
Warten auf'n Bus, Senftenberg, Neue Bühne, 19.30 Uhr
- JAZZ/ROCK/POP**  
Three for Silver, Kulturfabrik Hoyerswerda, 20 Uhr
- FÜHRUNGEN**  
Mit Isegrim durch die Jahreszeiten - Auszug aus dem Eltern-Territorium, Rietschen, Erlichthof - Wolfsscheune, 10 Uhr
- SONSTIGES**  
Sportakrobatik-Shows, Lausitzhalle Hoyerswerda, 15.30 und 18 Uhr

Heimspiel der 1. Mannschaft des Hoyerswerdaer FC, Hoyerswerda, Jahn-Stadion, 14 Uhr  
Münzen- und Sammlerbörse Lausitzhalle Hoyerswerda, 9 Uhr  
Lichterfest Kleinwelka, Bautzen, Kirchsaaal, 16 Uhr  
Adventsworkshop: Bookii und das sprechende Fotoalbum, Bautzen, Sorbische Kulturinformation, 10 Uhr

SO | 01.12.

- THEATER**  
Wiener Operetten Weihnacht, Bautzen, Stadthalle Krone, 15.30 Uhr
- KINDER**  
Die kleine Hexe, Bautzen, Deutsch-Sorbisches Volkstheater, 15 Uhr  
Nikolausfest, Bretinig, Hofepark, 13.30 Uhr
- JAZZ/ROCK/POP**  
Paul Potts und Freunde, Lausitzhalle Hoyerswerda, 16 Uhr
- KLASSIK**  
Adventskonzert: Posaunenchor Hoyerswerda und Vokalgruppe Kontrapunkt, Kulturkirche Laut, 16 Uhr  
Chorkonzert, Johanneskirche Hoyerswerda, 17 Uhr  
Adventskonzert, Bautzen, Sorbisches National-Ensemble, 17 Uhr
- FILM/KINO**  
BlowUp-Kino: Thelma, Kulturfabrik Hoyerswerda, 20 Uhr
- LITERATUR & LESUNGEN**  
Das literarische Frühstyxsei, Kulturfabrik Hoyerswerda, 10.30 Uhr
- SONSTIGES**  
Adventskrippen aus aller Welt - Eröffnung, Zejler-Smolter-Haus Lohsa, 14.30 Uhr  
Wichtelfest, Rietschen, Erlichthof, 10 Uhr

Viele weitere Veranstaltungstipps für die Oberlausitz und die Region Dresden finden Sie online unter [www.augusto-sachsen.de](http://www.augusto-sachsen.de)

Liederfest Hoyschrecke

Traditionell Ende November findet in der Kulturfabrik das Liederfest „Hoyschrecke“ statt. Dazu bewerben sich Liedermacher und Gruppen um den Publikums- und den Jurypreis. Freitag läuft die Hoyte-Show, Samstag das Cafe-Konzert (mit Andreas Albrecht & Co) und am Abend das Wettbewerbskonzert um die beiden „Hoyschrecken“.



Liederfest Hoyschrecke am 22./23.11. um 20 Uhr (jeweils Abendprogramm) in der Kulturfabrik Hoyerswerda

Oper im Kino: Tosca

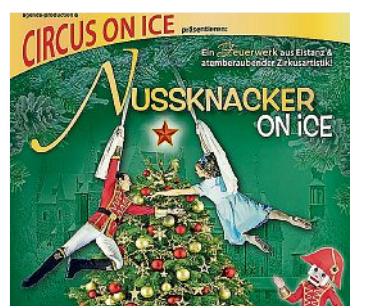
Die außergewöhnliche Sopranistin Lise Davidson brilliert als temperamentvolle Diva Floria Tosca zum ersten Mal an der Met. David McVicar's Inszenierung präsentiert auch den Tenor Freddie De Tommaso in seinem Debüt als Toscas Geliebten Cavaradossi sowie den kraftvollen Bariton Quinn Kelsey als sadistischen Polizeichef Scarpia.



Oper aus der New Yorker MET im Kino: Tosca am 23. November um 19 Uhr im Cinemotion Hoyerswerda.

Nussknacker auf dem Eis

Es wird ein Feuerwerk aus Eistanz und Zirkusartistik, wenn das Publikum mit dem „Nussknacker on Ice“ auf eine Reise ins Zauberreich geht. Marie bekommt einen Nussknacker, mit dem sie unter dem Weihnachtsbaum einschläft. Im Traum lässt Onkel Drosselmeier den Baum ins Unendliche wachsen, der Nussknacker wird lebendig...



Nussknacker on Ice am 29. November um 19 Uhr in der Lausitzhalle Hoyerswerda, Tickets ab 48,99 Euro

Sportakrobatische Show

Die Verschmelzung von spektakulären Hebefiguren und atemberaubenden Würfelementen mit Choreografien zu mitreißender Musik – das ist Sportakrobatik beim SC Hoyerswerda. 50 Jahre Sportakrobatik werden wieder in einer unvergleichbaren Show zu erleben sein, mit den kleinsten Nachwuchssportlern bis hin zu den WM-Teilnehmern.



Sportakrobatische Weihnachtsshow am 30.11. um 15.30 und 18 Uhr in der Lausitzhalle Hoyerswerda

SO | 24.11.

- THEATER**  
Le Villi, Bautzen, Deutsch-Sorb. Volkstheater, 15 Uhr  
Kinderszenen, Bautzen, Burgtheater, kl. Saal, 16 Uhr  
Arche Nora, Bautzen, Burgtheater, gr. Saal, 16 Uhr
- KINDER**  
Kinderflohmarkt, Kulturfabrik Hoyerswerda, 14 Uhr
- FILM/KINO**  
Bei uns heißt sie Hanka, Kulturfabrik Hoyerswerda, 19 Uhr
- SONSTIGES**  
HOY active Feel Good-Event, Hoyersw., Hoy Reha, 9 Uhr

Wir machen Ihre Veranstaltung bekannt! Einfach online eintragen: [www.augusto-sachsen.de/veranstaltungen](http://www.augusto-sachsen.de/veranstaltungen)

**Weihnachtsmarkt**  
30.11.2024 | 14-19 Uhr  
Dorfaue und Zeißighof

**TISCHLEREI KASPER**

TÜREN • FENSTER • TREPPEN • TORE • WINTERGÄRTEN  
ÜBERDACHUNGEN • ROLLLADEN • LAMINAT • INSEKTENSCHUTZ  
MARKISEN • RENOVIERUNG VON TÜREN, TREPPEN UND KÜCHEN

Zum Ende des Jahres danken wir unseren Kunden für ihr Vertrauen und wünschen allen frohe Weihnachten und ein gutes neues Jahr.

Bautzener Straße 16a | Hoyerswerda OT Zeißighof  
tischlerei-kasper@t-online.de  
Tel. 03571 976126 | Funk 0171 3581557

15.00 Uhr Auftritt Kindergarten  
17.30 Uhr Weihnachtsmann

Buden mit vielen verschiedenen Leckereien  
Lagerfeuer mit Stockbrot  
Händlerstände  
Filme im Kuhstall  
Plätzchen verzieren

Die Zeißiger Vereine laden herzlich ein.

**Die Kugeln**

WEIHNACHTS-KUGELN 4ER SET MIT HOYERSWERDAER MOTIVE

PROFESSIONELL MUNDGEBLASENE GLASKUGELN MIT GOLDENEN MOTIVEN AUS DER HEIMATSTADT. NICHT NUR FÜR DEN EIGENEN BAUM SONDERN AUCH ALS GESCHENK FÜR FAMILIE UND FREUNDE.

statt 19,90 Euro  
aktuell nur 9,95 Euro

Nur im SZ-Treffpunkt im Lausitz-Center  
Tel. 48705370 | Mo-Fr 9-13 / 14-18 Uhr

ZAUBERHAFTE

**Geschenke**

MAGISCHE MOMENTE

Buchbar im SZ-Treffpunkt im Lausitz-Center  
Tel. 03571 4870-5370 | Mo. bis Fr. 9-13 Uhr | 14-18 Uhr

eventim | etix | reservix | ticketmaster

**Beilagenhinweis**

Teile bzw. Gesamtausgabe der heutigen Ausgabe HOYERSWERDAER WOCHENBLATT enthalten folgende Beilagen:

- ALDI
- Wreesmann
- Toom
- Diska
- Netto
- Lidl
- Nah&Gut Wittichenau
- Roller Bautzen
- Hagebau
- Expert
- JYSK
- Repo
- Getränke Tamke

Wir bitten um Beachtung der Beilagen.

**Impressum**

Herausgeber + Verlag:  
MVD Medien Vertrieb Dresden GmbH,  
Ostra-Allee 20, 01067 Dresden,  
Telefon: 0351 4864 0  
Geschäftsführer:  
Nikolaus v. d. Hagen, Tobias Spitzhorn  
Anzeigen:  
Siegbert Matsch (verantwortl.),  
Susann Metasch, Telefon: 03571 48705383  
Druck:  
DDV Druck GmbH, Meinholdstraße 2,  
01129 Dresden  
Redaktion:  
Redaktionsagentur/DDV Sachsen GmbH  
Jens Fritzsche (verantwortl.), Annett Kschieschan,  
hoyerswerdaer-wochenblatt@  
ddv-mediengruppe.de  
Vertrieb:  
Kurier Directservice Dresden GmbH,  
Telefon: 0351 48644016

Es gilt Anzeigenpreisliste Nr. 01 / 2023 der DDV Mediengruppe. Nachdrucke verboten. Für unverlangt eingesandte Materialien sowie für die Richtigkeit der abgedruckten Anzeigen übernimmt der Verlag keine Gewähr. Namentlich gekennzeichnete Artikel stellen nicht unbedingt die Meinung der Redaktion des Herausgebers dar.



# Physiotherapie für Tiere ist gefragt

Der 29-jährige Paul Bartosch aus Hoyerswerda hat eine echte „Marktlücke“ gefunden. Das freut Tier und Mensch.

VON MIRKO KOLODZIEJ  
Percy ist ein Bolonka Zwetna, einer dieser kleinen Flauschhunde. Das Tier hat mehrere Bandscheibenvorfälle erlitten, schleift die Hinterbeine nach. Deswegen ist Percy derzeit öfter an der Liselotte-Herrmann-Straße in Hoyerswerdas WK I zu Gast. Er hat dort Krankengymnastik, Elektromyostimulation zur Muskelaktivierung. „Ich stelle ihn auch immer wieder zum Gleichgewichtstraining hin“, berichtet Paul Bartosch. Der 29-Jährige hat nach einer entsprechenden Ausbildung zu Jahresanfang im Gebäudekomplex der Artemis-Klinik seine Tierphysiotherapie eröffnet. Wie immer, wenn jemand etwas Neues anfängt, ist das Ergebnis offen. Paul Bartosch scheint aber eine Marktlücke gefunden zu haben. „Ich bin sehr zufrieden“, sagt er nach dem ersten knappen Jahr und erzählt, dass die allermeisten Patienten Hunde sind. Er hatte auch schon Katzen in Behandlung und sogar einen Hasen. Das sind aber eher Ausnahmen. Die Zahl potenzieller Patientinnen und Patienten ist nicht gerade klein. Laut Rathaus sind allein in Hoyerswerda 1.771 Hunde gemeldet, auf

18 Menschen kommt hier ein Hund. Solche Vierbeiner, sagt Bartosch, waren früher vielleicht vor allem Hof-Wächter. Heute dagegen seien sie eher Familienmitglieder.

## Sprechzeit nach Anruf

Der Hoyerswerdaer kann selbst leicht nachvollziehen, wie stark die emotionale Bindung ans Tier sein kann. Er hat einen Kater namens Lucky und eine Hündin namens Giutria. „Sie können eine unglaubliche Ruhe ausstrahlen, und das überträgt sich“, sagt Paul Bartosch. Es ist also eigentlich wenig überraschend, dass Herrchen oder Frauchen Hundchen nach Operationen ebenso viel Nachsorge angeheißen lassen wollen, wie das unter Menschen üblich ist beziehungsweise betagten Tieren deren Mobilität sichern möchten. „Mitunter sieht man nach einer Behandlung wesentliche Verbesserungen, in anderen Fällen erst nach Monaten“, erzählt Bartosch.

Er hat also gut zu tun. Da er noch in Anstellung als Physiotherapeut für Menschen tätig ist, kann er in seiner eigenen Praxis bisher lediglich eingeschränkt Sprechzeiten anbieten, Termine gibt es also nur



Paul Bartosch stößt mit seiner zu Jahresbeginn eröffneten Praxis auf einen beträchtlichen Bedarf.

Foto: privat

nach telefonischer Anmeldung. „Ich bin jetzt bei einem Monat Vorlauf“, berichtet der Jungunternehmer. Und so, wie es beim Menschen ist, sind auch seine tierischen Patienten von unterschiedlichem Temperament.

Ein Hund zum Beispiel war von der Anwesenheit seines Frauchens so stark abgelenkt, dass die Behandlung sich leichter gestaltete, als sie vor die Tür ging. Ein anderer Hundebesitzer legt seinem Vierbeiner von sich aus lieber

einen Maulkorb an, sicher ist sicher. „Ich passe mich den Tieren an“, beschreibt Paul Bartosch jedoch seine generelle Methode. Sei ein Hund nervös oder verkrampt, könne es zum Beispiel helfen, ihn vom Behandlungstisch auf ei-

ne am Boden liegende Matte umzusetzen, Und er kann auch allgemeine Vorurteile nicht bestätigen. Pudel sind giftig? „Also Bärbel, ein Königspudel, ist super erzogen, die ist top.“ Französische Bulldoggen und Bolonka

Zwetnas sind in der Tierphysiotherapie-Praxis häufiger anzutreffen, andere Hunderassen seltener. Aber auch ein Germanischer Bärenhund oder ein Shiba Inu namens Kisho zählen zu jenen Hunden, mit denen Paul Bartosch innerhalb der letzten Monate zu tun hatte. Aus dem Effeff kann er die Namen seiner felligen Patienten nennen. Lilli zum Beispiel ist ein Schäferhund, Nele ein Dackel. Ein Hund, der zufällig genauso heißt, wie Bartoschs Katze, ist der älteste bisher behandelte Vierbeiner. Lucky zählt stolze 18 Hundejahre, in Menschenjahren ist er also ungefähr 90.

Paul Bartosch hat über die letzten Monate immer wieder die Werbetrommel gerührt. Manchmal waren die Reaktionen skeptisch: „Das soll etwas bringen?“. Manchmal war das Interesse gleich recht groß: „Wusste ich gar nicht. Schön, dass es so etwas gibt.“ Aber immer sei das Echo freundlich gewesen, sagt Bartosch. Und er freut sich nicht nur über den Zuspruch, sondern auch über Erfolge. „Das Schönste ist, zu hören, dass ein Hund wieder auf die Couch springt oder dass die Gassi-Runden größer werden“, sagt Hoyerswerdas Physiotherapeut für Tiere.

## Sanierungs-Planungen für ein Vielleicht



Klagelieder zur Rosa-Luxemburg-Straße werden seit Jahren gesungen. Ein erster Anfang bis zum Haus mit der Nummer 2 wurde 2017/18 mit der Sanierung des Neumarktes (im Hintergrund) gemacht.

Foto: Mirko Kolodziej

### Hoyerswerda

Die Stadtverwaltung bereitet die Sanierung zweier maroder Straßen vor. Zumindest planerisch werden Erneuerungen in der Rosa-Luxemburg- (oben) sowie in der Erich-Weinert-Straße (un-

ten) in Angriff genommen. Der Verwaltungsausschuss des Stadtrates hat das nötige Geld freigegeben. Im Fall der Rosa-Luxemburgstraße ist auch schon ein Planungsbüro beauftragt. Die Lauter Niederlassung der GUP Dresden soll sich kümmern.

Der Bau ist jeweils finanziell nicht gesichert. Aber die Hoffnung der Hoyerswerdaer Stadtspitze ist, die jeweilige Projektierung sofort aus der Schublade ziehen zu können, sobald sich zum Bauen ein Förderprogramm auftun sollte. (red)



Foto: privat

## Welche Zukunft hat die Hoyerswerdaer Neustadt?

### Hoyerswerda

Die Zukunft der Hoyerswerdaer Neustadt noch einmal grundsätzlich zu überplanen, könnte Zielstellung eines städtebaulichen Wettbewerbs werden. Diese Idee wurde bei einer öffentlichen Planungsworkstatt, zu der die Stadtverwaltung ins Bürgerzentrum eingeladen hatte, ins Gespräch

gebracht. Das letzte Mal, dass für die Neustadt zu einem solchen Mittel gegriffen wurde, war 1997. „Von der Wohnsiedlung zur Stadt“, hieß die Aufgabenstellung des Wettbewerbs – allerdings bloß für den Wohnkomplex VIII. Von vielen Ideen blieb jedoch am Ende nicht mehr als jene drei Stadtvillen, die die Wohnungsgenossenschaft ab 2001 an der

Liselotte-Herrmann-Straße bauen lassen hat. Ist man in den vergangenen 30 Jahren immer davon ausgegangen, was man tun muss, um die Stadt der Schrumpfung anzupassen, soll der Grundgedanke nun umgedreht werden. Das Ziel ist nicht weniger, als Zuzug zu erzeugen, um das Resultat aus dem Sterbeüberschuss auszugleichen.

Hoyerswerdas Oberbürgermeister Torsten Ruban-Zeh (SPD) sagt, im Blick sei das Bestreben, 2040 rund 600 Einwohner mehr zu haben als heute, das wären etwas über 32.000. Die Planer sprechen davon, dass es besondere, außergewöhnliche Lebensbedingungen braucht, damit Menschen absichtlich herziehen. (red)

### Wo Ihnen geholfen wird

- Notrufe jederzeit gültig**
- Polizei ..... ☎ 110
- Feuerwehr / Rettungsdienst / Lebensbedrohlicher Notfall ... ☎ 112
- Lausitzer Seenland Klinikum Hoy. .... ☎ 03571 440
- Giftnotrufzentrale. ☎ 0361 730730
- Polizeirevier Hoyerswerda ..... ☎ 03571 4650
- Mobilitätszentrale VGH, Laus. Platz ..... ☎ 03571 469638
- VBH Hoyerswerda / Strom-, Gas-, Wärme-, Trinkwasser- und Abwasserleitungen ..... ☎ 03571 414241
- Wohnungsgesellschaft Hoyerswerda Havarieservice / Notfalltelefon ..... ☎ 03571 475113
- Lebensräume Hoyerswerda Bereitschaftsnotdienst ..... ☎ 0800 4072780
- Ewag Kamenz / Trink- und Abwasser

- 24-Stunden-Havariedienst ..... ☎ 03578 377377
- Kinder- und Jugendnotdienst ..... ☎ 0351 2754004
- Sonabend, 22. bis Freitag, 29.11.**
- Kassenärztliche Bereitschaft Sa/So/ Mi 24 Stunden; Mo/Di/Do 19-8 Uhr; Fr 14-8 Uhr ..... ☎ 116 117
- Krankentransport ..... ☎ 03571 19222
- Regionalleitstelle ..... ☎ 03571 19296
- Kinderarzt für Notfälle Klinikum ..... ☎ 03571 445554
- Kinderarzt-Bereitschaft Sa/So 9-13 Uhr, Seenland-Klinikum, Hoyerswerda, Haupteingang ..... ☎ 116 117
- Allg. Bereitschaftspr. Sa/So 9-13 Uhr / 15-19 Uhr, Seenland-Klinikum (Entlastung der Notaufnahme) Hoyerswerda, Haupteingang ..... ☎ 116 117
- Zahnarzt Sa/So: 10-11 Uhr, ZÄ Ch. Banaczak, Hoyerswerda Luxemburgstr. 1a ☎ 03571 416876

- Zahnarzt Mo-Fr: ZÄ K. Kaiser, Hoyerswerda Herrmannstr. 42 .. ☎ 03571 416041
- Tierarzt Sa/So: TÄ Schäfer, Bernsdorf Dresdener Str. 45 ..... ☎ 035723 29558
- Bereitschaft ab 6 Uhr ..... ☎ 0172 7964265
- Tierarzt Mo-Fr: TÄ Gellrich, Hähnichen OT Quolsdorf Kirchplatz 12 ..... ☎ 03571 405141
- Bereitschaft ab 6 Uhr ..... ☎ 03571 408010
- Augenarzt ..... ☎ 116 117
- Apothekenbereitschaft Sa/So: 8-8 Uhr, Apotheke am Klinikum, Hoyerswerda Maria-Grollmuß-Straße 10 ..... ☎ 03571 408010
- Apothekenbereitschaft Mo: 8-8 Uhr, Apotheke am Kirchplatz, Hoyerswerda Kirchplatz 12 ..... ☎ 03571 405141
- Apothekenbereitschaft Di: 8-8 Uhr, Diamant-Apotheke, Laubusch Hauptstr. 72 ..... ☎ 035722 97109

- Apothekenbereitschaft Mi: 8-8 Uhr, Apotheke am Jahnstadion, Hoyerswerda, Hoyerswerda, L.-Herrmann-Str. 13 ..... ☎ 03571 406789
- Apothekenbereitschaft Do: 8-8 Uhr, Storch-Apotheke, Lauta Mittelstr. 30 ..... ☎ 035722 91246
- Apothekenbereitschaft Fr: 8-8 Uhr, Altstadt-Apotheke, Hoyerswerda, H.-Heine-Str. 1 ..... ☎ 03571 609670
- Gut zu wissen**
- Telefon / Öffnungszeiten**
- Bürgeramt Stadt Hoyerswerda ..... ☎ 03571 456456
- Sprechzeiten nur mit vorheriger Anmeldung Mo, Fr 8.30-13 Uhr; Di, Do 8.30-12 Uhr / 14-18 Uhr Mittwoch keine Terminvergabe E-Mail: buergeramt@hoyerswerda-stadt.de

- Hoyerswerda**
- Touristinformation Bürgerzentrum, Braugasse 1 ..... ☎ 03571 2096170
- Kinder- und Jugendfarm ..... ☎ 03571 979164
- Jugendclubhaus „Ossi“ ..... ☎ 03571 979232
- Energiefabrik Knappenrode ..... ☎ 03571 607030
- KulturFabrik Hoyerswerda ..... ☎ 03571 2093330
- Lausitzbad ..... ☎ 03571 469580 (eingeschränkter Betrieb)
- Brigitte-Reimann-Stadtbibliothek ..... ☎ 03571 607753
- Zoo / geöffnet tgl. 10-17 Uhr ..... ☎ 03571 20937700 (Kassenschluss 16 Uhr) Am Haag 20, Besuchereingang, Teschenstraße Schloss und Stadtmuseum ..... ☎ 03571 20937500 geöffnet tgl. 11-17 Uhr

- CVJM Hoy. e.V., A.-Einstein-Str. 47 ..... ☎ 03571 401552
- RAA Hoyerswerda/Ostsachsen ..... ☎ 03571 416072
- Intern. Bund IB Freier Träger d. Jugend-, Sozial- u. Bildungsarbeit e.V. .... ☎ 03571 414154
- vbff „Lichtblick“, U.-v.-Hutten-Str. 31 ..... ☎ 03571 609886
- Verbraucherzentrale Sachsen ..... ☎ 03571 406492
- Volkshochschule Hoyerswerda ..... ☎ 03571 20937200
- Diakonie Haus Bethesda, Hoyerswerda, Schulstraße 5 ..... ☎ 03571 427181
- Vereinshaus der Paritäten, Hoyerswerda, Heinrich-Mann-Str. 37 ..... ☎ 03571 416652
- IG „Kinderferien“ e.V. .... ☎ 03571 601805
- Nachbarschaftshilfeverein e.V., Hoyerswerda/Hufeland-Str. 41 ..... ☎ 03571 6092422

- Fahrbare Filiale**
- Ostsächsische Sparkasse Dresden**
- Am **Dienstag**, dem 26. November, hält der Sparkassenbus wie folgt: 13.45-14.30 Uhr: Knappenrode (Karl-Marx-Str. 1)
- Am **Mittwoch**, dem 27. November, hält der Sparkassenbus wie folgt: 9-9.45 Uhr: Laubusch Tankstelle (Parkplatz Tankstelle); 10-11 Uhr: Laubusch Apotheke (Hauptstraße 74); 11.30-12 Uhr: Laubusch Kolonie (An der Schule); 13-13.30 Uhr: Torno (Parkplatz am Aldi); 14-14.30 Uhr: Schwarzkollm (Dorfmitte Hauptstraße)
- Am **Freitag**, dem 29. November, hält der Sparkassenbus wie folgt: 9-10 Uhr: Weißkollm (Geißlitzer Str. 15a); 11-12 Uhr: Groß Särchen (Kraabats Vorwerk)



# Pläne für Doppelhäuser in der Gartenstadt Erika

## Laubusch

Während sich die Wohnungsgenossenschaft Laubusch (WGL) noch darum bemüht, für mehrere Brachflächen in der Gartenstadt Erika, die nach dem Abriss von Gebäuden zurückgeblieben sind, wieder Baurecht zu erlangen, was man sich für das 1. Quartal des kommenden Jahres erhofft, gibt es dieses bereits für eine Baulücke an der Oststraße (im Bild). Darauf war im Sommer im Lau-

taer Stadtrat aufmerksam gemacht worden. Inzwischen hat ein Bauträger einen Bauantrag für dieses Areal gestellt. Er beabsichtigt die Errichtung von zwei Doppelhäusern in der Baulücke, wobei eine Doppelhaushälfte als Musterhaus hergerichtet werden soll. Das war von Annett Klappstein, der Vorstandsvorsitzenden der WGL, der dieses Grundstück gehört, zu erfahren. „Im Frühjahr“, so hofft sie, könnte auf der Fläche bereits Bautätigkeit

zu sehen sein.“ Im Idealfall würden die beiden Gebäude bis zum 31. Mai stehen. An diesem Tag soll das 30-jährige Bestehen der Wohnungsgenossenschaft Laubusch gefeiert werden. Dazu wolle man sich mit dem Verein der „Freunde des Kulturhaus Laubusch“ zusammen tun, der für diesen Termin wieder ein Kinderfest plant. Gemeinsam möchte man ein Bürgerfest veranstalten, blickt die Genossenschaftschefin voraus. (red)



Foto: Ralf Grunert

## Familienanzeigen

*Du hast viele Spuren hinterlassen.  
Die Erinnerung an all das Schöne mit dir werden wir nicht vergessen.  
Danke, dass es Dich gab.*



### Danksagung

## Wolfgang Herbrig

Ein leises Dankeschön, für eine Umarmung, für Blumen und Geldspenden. Überwältigt von so unzähligen Zeichen der Anteilnahme möchten wir uns auf diesem Weg bei allem bedanken. Besonderer Dank gilt Herrn Michaelsen für seine einfühlsamen und tröstenden Worte, dem Bestattungshaus Konieczny sowie der freundlichen Bedienung des Landgasthofes „Zur kleinen Einkehr“.

In stiller Trauer und Dankbarkeit  
Deine Ehefrau Beate mit Sohn Robert  
Im Namen aller Angehörigen



Unser Leben geht hin mit Verwandlung.

RAINER MARIA RILKE

*Wenn du an mich denkst, erinnere dich an die Stunde,  
in welcher du mich am liebsten hattest.*

- Rainer Maria Rilke -

Nach kurzer, schwerer Krankheit bedeutet der Tod eine Erlösung für

## Christina Fritzsche

geb. Matuschke

\* 03.08.1952 † 10.11.2024

In unserem Beisein konnte sie ruhig einschlafen.

In liebevoller Erinnerung

Ehemann Werner

Tochter Stefanie mit Daniel und Sonnenschein Leonie  
im Namen aller Angehörigen

Die Trauerfeier findet am Donnerstag, dem 12. Dezember 2024 um 10.30 Uhr, in der Trauerhalle auf dem Waldfriedhof in Hoyerswerda statt. Die Asche der Verstorbenen wird auf ihren Wunsch hin später auf See beigesetzt. Von liebevoll gemeinten Blumenspenden bitten wir höflichst Abstand zu nehmen.

Gedenkseite: [www.bonitz-pech.de/christina-fritzsche](http://www.bonitz-pech.de/christina-fritzsche)

Dem vergangenen Leben einen ehrenden Abschluss.

[WWW.BESTATTUNGSHAUS-SCHULZE.DE](http://WWW.BESTATTUNGSHAUS-SCHULZE.DE)

Bestattungsinstitut

Gerd Schulze  
Fachgeprüfter Bestatter

Inhaber Heiko Schulze  
Heinrich-Heine-Str. 2  
02977 Hoyerswerda  
Tel. 03571 403857 · Tel. 0173 7549611  
E-Mail: [schulze\\_heiko@gmx.net](mailto:schulze_heiko@gmx.net)

## Danksagung

*Wenn die Kraft versiegt und die Sonne nicht mehr wärmt,  
dann ist der ewige Frieden eine Erlösung.*

## Willi Berton

Wir möchten allen danken, die unserem lieben Entschlafenen das letzte Geleit gegeben haben und uns durch stillen Händedruck, Worte, Karten, Blumen- und Geldspenden ihre aufrichtige Anteilnahme bekundet haben. Herzlichen Dank an das Bestattungshaus Schulze, Herrn Pfarrer Koch, den Hausärzten Herrn Dr. Norbert Meyer und Frau Dr. Petra Rudtsch, der Tagespflege PSW in Lohsa, der Diakonie St. Martin Schleife sowie dem Team der Gaststätte Sorbenschneune.

Im Namen aller Angehörigen  
Ehefrau Ella  
Kinder Ramona und Torsten mit Familien

Für die herzliche Anteilnahme, die uns beim Heimgang unseren lieben Verstorbenen

## Ingrid Geisler

geb. Seifert

durch Wort und Blumenspenden entgegengebracht wurde und allen, die ihr das ehrende Geleit zur letzten Ruhestätte gaben, sagen wir unseren aufrichtigen Dank. Ein Dank gilt auch der Palliativstation des Seeland Klinikums, Rednerin Frau Borchert und dem Bestattungsinstitut Schulze.

In dankbarer Erinnerung  
im Namen aller Angehörigen  
Lebenspartner Eberhardt  
Kinder Sven, Katrin, Karsten, Dirk, Madlen und Mirko



*„Das Schönste, was ein Mensch hinterlassen kann,  
ist ein Lächeln im Gesicht derer, die an ihn denken.“*

In Liebe, Dankbarkeit und großer Trauer nehmen wir Abschied von unserem geliebten Vater, Schwiegervater, Opa und Uropa

## Werner Schulze

geb. am 20.10.1928 verst. am 10.11.2024

### In stiller Trauer

Deine Kinder  
Rita mit Christoph  
Gerald mit Monika  
Kerstin mit Steffen  
sowie Enkel und Urenkel

Die Trauerfeier findet auf Wunsch des Verstorbenen im engsten Familienkreis in Hoyerswerda statt.

Wir haben Abschied genommen von

## Klaus Heine

\* 14.07.1939 † 22.09.2024

Herzlichen Dank sagen wir allen, die sich in stiller Trauer mit uns verbunden fühlten und ihre Anteilnahme auf so vielfältige Weise zum Ausdruck brachten. Diese Wertschätzung hat uns tief berührt. Besonders danken wir den Nachbarn, Freunden und Kollegen, der Praxis Frau Dr. Eberth, dem ambulanten Pflegedienst der AWO und der Palliativstation des Klinikums Hoyerswerda.

Petra Heine  
Kerstin und Ulrich Lieder mit  
Franziska, André, Stefan und Leonie  
Birgit Heine mit Sebastian, Theresa und Barbara  
Uwe Heine



*Man lebt zweimal:  
Das erste Mal in der Wirklichkeit,  
das zweite Mal in der Erinnerung!*

## Helga Kühnelt

11.05.1937 09.11.2024

Du bist im Schlaf von uns gegangen. Trotz deiner Krankheiten hast du auch noch schöne Momente, Urlaube verbringen dürfen und warst für jeden Spaß zu haben. Du warst immer für uns da, eine liebevolle, herzensgute Mama, Oma und Uroma. Du hast deinen Frieden gefunden, und in unseren Herzen wird es immer einen Platz für dich geben.

In stiller Trauer deine Kinder:  
Elvira und Ralf mit Familie,  
Michael und Kerstin mit Familie,  
Uta und Conny

Nicht verloren, nur vorangegangen.

**K** BESTATTUNGSHAUS  
KONIECZNY  
Am Ende gut.

Tag & Nacht: 03571 / 40 68 78

In Liebe Abschied nehmen.  
Bei uns finden Sie Hilfe und Unterstützung.

Hoyerswerda: Erich-Weinert-Str. 14a | [www.bestattungshaus-konieczny.de](http://www.bestattungshaus-konieczny.de)  
Wir beraten Sie auch gern in Lauta und Wittichenau.

Der Tod ist der Grenzstein des Lebens, aber nicht der Liebe.

INDIVIDUELLE BESTATTUNGEN

WIR BERATEN SIE GERN!

BESTATTUNGEN  
TANNENHAUER  
FAMILIENBETRIEB SEIT 1899

FICHTENWEG 19 | 02977 HOYERSWERDA | TEL. 03571 42380  
KARL-MARX-STR. 84 | 03130 SPREMBERG | TEL. 03563 344565



# Schätzen, was wir im Moment haben

## Hoyerswerda

Bei einem Projekttag mit dem Titel „35 Jahre Fall der Mauer“ im Léon-Foucault-Gymnasium wurden mehrere Facetten des Lebens in der DDR behandelt sowie der Übergang zur Deutschen Einheit nach der Friedlichen Revolution. Der vom Leistungskurs Geschichte der Klassenstufe 12 vorbereitete Projekttag richtete sich an die zehnten Klassen und damit an etwa hundert Schülerinnen und Schüler. Bei einem Zeitzeugengespräch kamen Gilbert Furian (im Bild) und Michael Schlosser zu Wort, die beide vordergründig über ihre Hafterfahrungen zu DDR-Zeiten sprachen. Den heute 79-jährigen Gilbert Furian brachte die Verbreitung von Interviews mit Punks aus Ost-Berlin in Richtung Westen ins Gefängnis. Mi-

chael Schlosser (\*1944) hingegen wollte im Jahr 1983 mit einem selbstgebauten Leichtflugzeug aus der DDR in die Bundesrepublik Deutschland flüchten. Aufgrund dieses Vorhabens wurde er inhaftiert und später von der Bundesrepublik freigekauft – wie auch Gilbert Furian. Die authentischen Biografien haben Eindruck hinterlassen: Zwölfklässler Luis findet den Fokus auf die jüngere Geschichte wichtig und hat nun ein Gefühl für die DDR-Zeit bekommen. Florentin weiß jetzt besser zu schätzen, wie es ist, in einer Demokratie zu leben. „Wir haben es heute leichter“, sagt der Zehntklässler. Lea ist vor allem bewusst geworden, was für ein steiniger Weg es zur Wiedervereinigung der beiden deutschen Staaten war. „Das müssen wir beschützen“, appelliert sie. (red)



Gilbert Furian war als Zeitzeuge im Léon-Foucault-Gymnasium zu Gast. Der 79-Jährige erlebte zu DDR-Zeiten Untersuchungshaft und Freiheitsentzug, heute lebt er in Fürstentum und ist seit dreißig Jahren an der Gedenkstätte Berlin-Hohenschönhausen tätig. Foto: JUM



Lohsaer Bürger und Gemeinderäte machen Front gegen Windräder. Foto: stock.adobe.com

# Ärger in Lohsa um ein Windrad-Projekt

## Lohsa

Der Gemeinderat Lohsa nimmt den am 24. Oktober 2023 gefassten Grundsatz-Beschluss für ein Windkraft-Projekt zurück. Er lehnt die Errichtung von fünf Anlagen zwischen Weißkollm und Knappenrode durch die Firma Sabowind Freiberg ab. In der jüngsten Ratssitzung stimmten 16 Abgeordnete für die Rücknahme. Drei Räte vo-

tierten für die Beibehaltung. Hohe Windräder gehörten nicht in den Wald, sie passten nicht in die Landschaft. Dies widerspräche zugleich dem Anliegen der Gemeinde Lohsa, touristische Gebiete zu entwickeln, argumentierte Gemeinderatsmitglied Udo Steglich (Linke). Bürgermeister Thomas Leberecht (CDU) legt jetzt Widerspruch ein. Er folgt damit Paragraf 52 der Sächsischen Gemeindeord-

nung. „Der Bürgermeister muss Beschlüssen des Gemeinderats widersprechen, wenn er der Auffassung ist, dass sie rechtswidrig sind; er kann ihnen widersprechen, wenn er der Auffassung ist, dass sie für die Gemeinde nachteilig sind“, heißt es darin. Im Dezember zur nächsten Ratssitzung steht die Aufhebung des Grundsatz-Beschlusses erneut auf der Tagesordnung. (red)

# Der Industriepark wächst nach Osten

## Spreetal

Die Gemeinde treibt die Einbeziehung von 25 Hektar neben dem Zaun des Industrieparks Schwarze Pumpe in dessen Territorium voran. Einstimmig hat der Gemeinderat jetzt der entsprechenden Änderung des Flächennutzungsplans zugestimmt. Aus Wald- und Sonderbauflächen am südöstlichen Ende des Industrieparks werden damit gewerbliche Bauflächen eingeschlossen. Eingeschlossen sind unter anderem Areale der ehemaligen Gaskombinats-Kläranlage und der sogenannten Schö-

nungsteiche, wo zu DDR-Zeiten mit Kohlestaub versetzte Industrieabwässer aus dem Gaswerk entsorgt wurden. Parallel zur entsprechenden Bebauungsplanung hat die Gemeinde seit Anfang 2022 an der notwendigen Änderung des Flächennutzungsplans gearbeitet. Diese liegt nun beim Landratsamt Bautzen zur endgültigen Genehmigung. Planerisch ist die Rede von einem Lückenschluss bis zur Südstraße beziehungsweise zwischen den Sotterparken in Richtung Spreewitz und dem südlichen Teil des Industrieparks. (red)



Foto: Mirko Kolodziej

# Feuerwehr: Wer Hilfe in Anspruch nimmt, der zahlt

## Elsterheide/Hoyerswerda

Die hiesigen Feuerwehren unterstützen sich auf Grundlage einer Löschhilfvereinbarung seit vielen Jahren gegenseitig bei der Brandbekämpfung und Gefahrenabwehr. Ein Beispiel für geleistete Löschhilfe war der Brand einer Schrauber-Garage im Oktober 2018 im Industrie- und Gewerbegebiet Lauta, bei dem die Berufsfeuerwehr Hoyerswerda mit ihrer Drehleiter (im Bild) zum Einsatz kam. In besagter Löschhilfvereinbarung war bislang unter anderem der wechselseitige Kostenverzicht geregelt. Die Stadt Hoyerswerda, deren Berufsfeuerwehr im Einsatzge-

ist, kann das aber nicht mehr leisten. Daher macht derzeit eine neue Löschhilfvereinbarung die Runde durch die Entscheidungsgremien der beteiligten Städte Hoyerswerda, Bernsdorf, Lauta und Wittenau sowie der Gemeinden Lohsa, Spreetal, Osbling und Elsterheide. Quintessenz der neuen Vereinbarung: Es zahlt, wer anfordert. So ist jetzt unter anderem geregelt, dass die Kommune, die Hilfe in Anspruch nimmt, die Kosten von eingesetzten Betriebsmitteln trägt. Gleiches gilt für die Stadt Hoyerswerda, deren Aufwandsentschädigung und zum Beispiel auch Verpfle-



Foto: Archiv/Rocci Klein

# Kaum Wärme zum Heizen verbraucht – Abmahnung

## Laubusch

Familie Wustmann ist in einer 70-Quadratmeter-Wohnung in der Laubuscher Ortslage Kolonie zu Hause. Nachdem für ihre Wohnung schon das zweite Jahr hintereinander ein Wärmeverbrauch bei der Heizung registriert worden ist, der weit

unter dem Durchschnitt vergleichbarer Wohnungen im Ort liegt, reagierte die Wohnungsgenossenschaft Laubusch mit einer „Abmahnung wegen nicht ordnungsgemäßen Heizverhaltens“. Laut Nutzungsvertrag für die Wohnung sind Wustmanns dazu verpflichtet, in den von ihnen genutzten

Räumen für eine ausreichende Beheizung zu sorgen. Eine Nichtbeachtung dieser Pflicht kann zu Feuchtigkeitsschäden, Schimmelbildung und Schäden an der Gebäudesubstanz führen. Allerdings gibt es weder Schimmel in der Wohnung, auch kein Schwitzwasser an

den Fenstern, sagt die betroffene Familie. Sie sieht keinen Anlass, etwas an ihrem Heizverhalten zu ändern. Nicht mal Stufe 3, sondern zwischen Stufe 1 und 2 reicht offenbar aus, um die Temperatur in der Wohnung von Familie Wustmann auf mehr als die von der Wohnungsgenossenschaft geforder-

ten 20 Grad zu halten. Auf eine Überprüfung vor Ort hat die Wohnungsgenossenschaft bisher verzichtet, da vermutet wird, dass ein Zählerdefekt die Ursache für die unterdurchschnittlichen Messerwerte sein könnte. Eine Überprüfung wurde beauftragt. Das Ergebnis steht noch aus. (red)

Dem vergangenen Leben einen ehrenden Abschluss.  
Bestattungshaus Schulze

# VORSORGE FÜR DEN LETZTEN WEG

... bevor man sich sorgt oder andere sich sorgen: Vorsorgen! In unserer hektischen Welt ist es nicht einfach, sich mit dem Gedanken an den eigenen Tod auseinanderzusetzen. Dennoch ist die rechtzeitige Vorsorge für die eigene Bestattung ein bedeutender Schritt, um die eigene Würde zu wahren und den Hinterbliebenen in einer schweren Zeit Orientierung zu bieten. Die Bestattungsvorsorge ermöglicht es Ihnen, bereits zu Lebzeiten Ihre persönlichen Vorstellungen für den Ablauf des letzten Weges festzuhalten. Dies ist von entscheidender Bedeutung, da alles gemäß Ihren Wünschen umgesetzt werden kann und es gleichzeitig sicherstellt, dass die Hinterbliebenen finanziell entlastet werden.

Es gibt verschiedene Arten vorzusorgen:

- ✓ **Bestattungsvorsorgevertrag**  
Hierbei legen Sie gemeinsam mit dem Bestatter Ihrer Wahl fest, wie Ihre Beisetzung gestaltet werden soll. Sie können die Wünsche hinsichtlich Ihrer Trauerfeier, der Musik und anderer Details bestimmen. Zusätzlich wird die Finanzierung abgesichert.

### ✓ Sterbegeldversicherung

Diese Versicherung zahlt im Todesfall eine vorab festgelegte Summe an die im Versicherungsvertrag genannte Personen. Dies kann auch das Bestattungsunternehmen sein.

### ✓ Bestattungsverfügung

Hier können Sie schriftlich festhalten, wie Ihre Bestattung organisiert werden soll. Dies kann beispielsweise die Wahl der Bestattungsart, des Friedhofs und anderer Details umfassen.

Es ist wichtig, die Bestattungsvorsorge an einem Ort zu hinterlegen, an dem sie im Sterbefall schnell gefunden werden kann. Das offene Gespräch mit der Familie oder Freunden ist zudem empfehlenswert.

### Persönliche Beratung im Bestattungshaus Schulze

Beim Hoyerswerdaer Bestattungshaus Schulze finden Sie professionelle Unterstützung. Das Team legt großen Wert darauf Ihnen zuzuhören, steht Ihnen mit Mitgefühl zur Seite, um Ihre persönlichen Vorstellungen zu verstehen und mit Ihnen gemeinsam eine maßgeschneiderte Bestattungsvorsorge zu beraten und zu entwickeln.

[www.bestattungshaus-schulze.de](http://www.bestattungshaus-schulze.de)

Inhaber Heiko Schulze | H.-Heine-Str. 2 | 02977 Hoyerswerda  
Tel. 03571 403857 | [schulze\\_heiko@gmx.net](mailto:schulze_heiko@gmx.net)



# Wir gehen an die frische Luft

Fünf gute Gründe, erst Recht bei Herbstwetter draußen zu spielen.

VON SILKE RÖDEL

Der Herbst kann ungemütlich sein. Er bringt Orkanböen mit sich, peitschenden Regen und nasse Kälte, die einen durchschüttelt. Warum es sich trotzdem lohnt, auch bei ein paar Tropfen und leichtem Wind für einige Zeit draußen zu spielen:

## Sanfte Abhärtung

Herbstzeit ist Erkältungszeit. Da ist es noch wichtiger als sonst, sein Immunsystem auf Trab zu bringen. Über Pfützen springen oder den Blättern hinterherjagen: Regelmäßige Bewegung im Freien stärkt die Abwehrkräfte. Das Tageslicht hilft zudem dabei, Vitamin D zu bilden, was wichtig für zahlreiche Stoffwechselprozesse im Körper und guten Schlaf ist.

## Fit im Kopf

Die frische Luft regt außerdem die Durchblutung an, das Gehirn wird besser mit Sauerstoff versorgt, Konzentration und Leistungsfähigkeit steigen.

## Stress abbauen

Wer sich viel in der Natur auf-



Draußen toben ist gesund.

Foto: MNStudio - stock.adobe.com

hält, produziert mehr Serotonin, das sogenannte Glückshormon. Der Stresslevel sinkt, Körper und Geist können entspannen. Auch, wenn sich der Himmel nach dem Herbstspaziergang noch nicht aufhellt,

nungsanreiz auch ein heißer Kakao nach zurückgelegter Ansonsten hilft als Belohnung

## Motorik und Muskeln

Fangen spielen, auf Bäume klettern, Ball spielen, über Mauern balancieren: Beim Toben werden wichtige motorische Fähigkeiten gestärkt. Es fördert außerdem Kondition, Koordination und Beweglichkeit. Regelmäßige Bewegung kann Haltungsschäden und Übergewicht vorbeugen. Für kräftige Beinmuskeln und einen frischen Teint sorgt beispielsweise eine kleine Radtour bei Gegenwind. Vielen Kindern macht es auch Spaß, sich dabei mit dem Papa zu messen.

## Forscherdrang und Kreativität

Nach einem kleinen Regenschauer zeigt sich die Natur von einer ganz neuen Seite als bei strahlender Sonne. Es gibt viel zu entdecken. Regenwürmer kriechen aus der Erde, die Luft riecht anders, und die Welt spiegelt sich in den Pfützen. Und mit feuchtem Sand lassen sich auch viel besser Sandburgen bauen. Aus gesammelten Schätzen wie Blättern, Kastanien und Zapfen entstehen dann zu Hause die schönsten Kunstwerke.

## Basteln mit Blättern

### Bilder und ein Herb(st)arium

Aus bunten Herbstblättern und anderen herbstlichen Sammelobjekten wie Kastanien und ihren Schalen, Eicheln, Hagebutten und noch vielem mehr lassen sich kreative Herbstbilder zaubern. Dafür braucht man neben der „Ausbeute“ eines Spaziergangs nur Papier, Farbe und Leim. Die Blätter sollten gut getrocknet sein. Dafür legt man sie einfach für einige Tage auf Pappe oder Zeitungspapier. Dann ist Fantasie gefragt beim Gestalten. Entstehen zauberhafte Fabelwesen oder „echte“ Tiere wie Igel, Uhu oder Eichhörnchen? Auch ein Herbarium kann man sich anlegen, in dieser Jahreszeit könnte man es auch Herb(st)arium nennen: Dazu werden besonders schön gefärbte Blätter, wie zum Beispiel von Ahornbäumen, Kastanien, Birken oder Buchen, gesammelt. Jedes einzelne Blatt wird zwischen zwei Küchenpapiertüchern oder Zeitungspapier gelegt und dann mit Hilfe von schweren Büchern gepresst. Nach etwa zwei Tagen sind sie getrocknet und können vorsichtig auf Papier, in ein Heft oder auch in schon gestaltete Vorlagen eingeklebt werden. Jedes Blatt sollte natürlich korrekt beschriftet werden, dazu am besten noch notieren, wann und wo es gefunden bzw. eingesammelt wurde. (iw)

Sonderseiten am 24.12. in der SZ

## Geschichten gesucht

Zwar verwöhnt der Herbst die Region zurzeit noch mit mildem Wetter, doch die kurzen Tage kündigen schon das Ende des Jahres an. Besonders im Advent besinnen sich viele Familien auf die schöne Tradition des Erzählens. Lassen Sie, liebe Leser, andere an Ihren Geschichten teilhaben und schicken Sie uns Ihre persönlichen Erinnerungen an besonders lustige oder bewegende Momente vergangener Feste oder Ihre selbstverfassten Märchen. Wenn irgend möglich, mailen Sie uns die Texte bitte in Form von Word-Dateien. Der Umfang sollte eine A4-Seite in Zwölfpunktschrift nicht überschreiten. Die Redaktion behält sich vor, die Manuskripte leicht zu bearbeiten und ggf. zu kürzen.

■ Einsendeschluss ist der 25. November. Bitte richten Sie Ihre Einsendungen an: sz.sonder@ddv-mediengruppe.de oder DDV Sachsen GmbH, Redaktionsagentur, Ostra-Allee 20, 01067 Dresden

## Geschichten und Musik

Sie regen die Fantasie an, laden zum Tanzen ein und helfen beim Entspannen und Einschlafen. Hörbücher und Musik sind ein schöner Zeitvertreib für Kinder.

VON SILKE RÖDEL

Wenn der Tag kürzer und das Wetter schlechter wird, dürfen die Nachmittage ab und zu auch mal drinnen verbracht werden. Nach einem anstrengenden Schultag genießen es manche Kinder, sich mit einem Hörbuch gemütlich aufs Sofa zu kuscheln. Dabei sollten die Geschichten zum einen nach dem Geschmack und den Vorlieben des Kindes ausgesucht werden. Zum anderen müssen sie aber auch altersgerecht sein. Auf [www.ohrenspitzer.de](http://www.ohrenspitzer.de) gibt es jeden Monat einen neuen Hörstipp und eine Datenbank, in der nach Altersgruppe gesucht werden kann. „Auf keinen Fall sollten diese Medien zur dauerhaften Geräuschkulisse im Kinderzimmer werden“, heißt es auf [Kindergesundheit-info.de](http://Kindergesundheit-info.de), einem Informationsangebot der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Dort wird beispielsweise für Kinder zwisch-



Musik und Hörbücher sorgen für gute Laune.

Foto: Lightfield Studios - stock.adobe.com

schon sechs und zehn Jahren empfohlen, Hörmedien höchstens eine Stunde täglich zu nutzen. Fällt Eltern auf, dass ihre Kinder die Geschichten kaum noch ausstellen oder die Kopfhörer ablegen, sollten sie das Gespräch suchen. „Kinder nutzen Hörmedien auch, um Probleme zu verarbeiten, fehlende Freizeitangebote zu überspielen“, so die Experten. Vielleicht kann gemeinsam eine andere Lösung gefunden werden. Hörgeschichten und Musik müssen nicht immer neu gekauft werden. Die meisten Bibliotheken verfügen über eine große Audiothek. Auch die öffentlichen Radiosender bieten Hörspiele zum kostenfreien Download an, beispielsweise die ARD-Audiothek, der WDR-Kinderradiokanal Ki-RaKa und der SWR. Eine andere bekannte Website ist [www.vorleser.net](http://www.vorleser.net).

## Zwiebelprinzip ist gefragt

Mit der richtigen Kleidung können Kinder auch bei spätherbstlichem Matschwetter im Freien spielen.

VON BIRGIT HILBIG

Regen, Wind und Pfützen: Besonders im späteren Herbst herrscht häufig regelrechtes Matschwetter. Doch das muss noch lange kein Grund sein, im Haus zu bleiben. Ein wetterfestes Outfit für die Kleinen muss dabei weder kompliziert noch teuer sein. „Gummistiefel, Matschhose und gummierte Regenjacke mit Kapuze oder Regenhut reichen als Oberschicht völlig aus“, weiß Kinderärztin Elke Langheim aus Erfahrung. „Darunter eignen sich in der kühlen Jahreszeit Fleecejacke und Leggings.“ Das viel gerühmte Zwiebelprinzip gilt im Herbst ganz besonders: lieber mehrere dünne Schichten als eine dicke. Dann kann man etwas ausziehen, wenn die Sonne doch noch mal hervor kommt. Natürlich gibt es heutzutage auch für den Nachwuchs atmungsaktive Outdoorklei-

dung aus Goretex oder ähnlichen hochwertigen Materialien zu kaufen. „Doch das können sich die meisten Eltern nicht leisten“, so die Erzieherin. „Die Kinder wachsen viel zu schnell heraus.“ Und fürs Pfützen-hüpfen und Schlamm buddeln sind solche Kleidungsstücke einfach zu schade. Sie lohnen sich nur, wenn die Familie viel Sport im Freien treibt und vielleicht kleinere Geschwister die Sachen weiternutzen können. Wer seinem Nachwuchs Gutes tun möchte, sollte nach Ansicht der Erzieherin lieber zwei Matschhosen anschaffen: eine, die in der Kita bleiben kann, und eine für zu Hause. Denn selbst, wenn es schon eine ganze Weile nicht geregnet hat, trocknen der Sand im Buddelkasten und die Erde im Garten im Herbst nur noch langsam. Die Überhose schützt vor einem nassen Po und sorgt dafür, dass die Kleidung darunter halbwegs sauber bleibt.

## Wetterfeste Schuhe

Noch wichtiger sind jedoch die Schuhe: Damit steht und fällt nicht nur im Herbst das gesamte Wohlbefinden. Immer wieder müssen Elke Langheim und ihre Kolleginnen feststellen, dass Eltern unpraktische oder unpassende Modelle wählen. „Wir hatten tatsächlich mal ein Mädchen, das glaubte, Schuhe müssten generell drücken. Denn sie trug nur harte Lackballerinas mit Schnallen und Riemchen.“ Fürs Bewegen im Freien sollten die Schuhe aber fußgerecht und wetterfest sein – und vor allem niemals ohne die Kinder oder gar „auf Vorrat“ gekauft werden. „Am besten beim Anprobieren vom Fachverkäufer beraten lassen, denn die Kleinen können die richtige Größe noch nicht so einschätzen wie Erwachsene.“ Dies gelte auch und insbesondere für Gummistiefel. Zu knappe Exemplare geben nicht nach, aus zu reichlichen „schlapp“ das Kind heraus.

## Wo es im Winter wimmelt

Nicht alle Insekten überwintern in wärmeren Gefilden. Manche Arten haben Strategien entwickelt, um der Kälte zu trotzen.

VON VIKTOR DALLMANN

Still und starr ruht der See, weihnachtlich glänzt der Wald – das winterliche Wunderland kommt dem Spaziergänger vor, als wäre es von lebloser Schönheit. Doch weit gefehlt, im Erdreich und in versteckten Nischen verbergen sich Larven, Puppen und adulte Insekten. Zwar überleben viele Vertreter der artenreichsten Tierklasse der Welt den Wintereinbruch nicht, einige Arten haben aber spezielle Strategien entwickelt. Eine be-

steht darin, in den Süden abzuwandern. Flugtüchtige Wanderfalter, wie etwa Admiral und Taubenschwänzchen, orientieren sich am Magnetfeld der Erde, am Stand der Sonne und Landmarken wie Bergen und Küsten, um ihr Winterdomizil zu erreichen – den Norden Afrikas. Die Insektenarten, die in unseren Breitengraden überwintern, tun das auf zwei verschiedene Weisen: entweder als Imago (adultes Vollinsekt) oder als Puppe bzw. Larve. Zu Vertretern ersterer Methode gehören Zitronenfalter, Tagpfauenauge, Marienkäfer und Hummel. Sie überwintern versteckt an Gras- oder Schilfhalm, in Höhlen oder in Gebäuden – zum Beispiel an Fensterläden. Genau wie andere Tiere auch müssen diese Insekten vor und nach der Winterruhe reichlich Nährstoffe aufnehmen. Für die ersten Schmetterlinge und Hummeln, denen man dann zeitig im Frühjahr begegnet, sind Frühblüher wie Krokus und Märzenbecher äußerst willkommene Nahrungsquellen. Ameisen hingegen, bekannt als

soziale Insekten, verbringen die Wintermonate als kompletter Staat in Winterstarre. Das Nest befindet sich, vor der größten Kälte geschützt, einige Meter unter der Erde. Eine interessante Spezies ist zudem die Wintermücke, die man an sonnigen Wintertagen in Schwärmen herumschwirrend beobachten kann. Von den Stechmücken des Som-



Manche Insekten überwintern als Larve, andere verkriechen sich ins „Warme“.

Fotos: Adobe Stock

ähnliche Substanz in ihrem Blut gewissermaßen als Frostschutzmittel.

Neben den adulten Insekten überwintern auch Raupen und Larven. Manche von ihnen krabbeln selbst im Winter auf der Suche nach Nahrung über Äste und Halme. Außerdem wimmelt es unter der Erdoberfläche vielerorts von Insekten. In Erdhöhlen vergraben überwintern beispielsweise Engerlinge, die Larven der Maikäfer – und das mehrere Winter in Folge, denn ihr Larvenstadium dauert bis zu vier Jahre. In zugefrorenen Seen – mögen sie auch still und starr zu ruhen scheinen – verbringen neben anderen Arten zum Beispiel Libellenlarven den Winter. Sie ernähren sich von kleinen Wasserorganismen und fallen in Kältestarre, sobald das Wasser ganz gefriert.



# Entspannter beim Zahnarzt

Warum Selbsthypnose ein zu unrecht belächelter Weg ist, um zum Beispiel Angst vor Schmerzempfindlichkeit zu überwinden.

VON JENS FRITZSCHE

Begriffe wie „Selbsthypnose“ sind zwar ein zunehmend häufiger diskutiertes, aber eben oft auch belächeltes Thema. „Natürlich ist Selbsthypnose kein Zaubermittel zur Klärung aller persönlichen Probleme“, sagt die Dresdner Therapeutin und Selbsthypnose-Trainerin Renate Winkelmann dazu. „Aber aus meiner Erfahrung – auch als Anwenderin – heraus, kann ich klar sagen: Eist eine wundervolle Möglichkeit zur Selbstregulierung in Stress-Situationen oder bei Schlaflosigkeit.“ Und nicht zuletzt auch zur Reduzierung von Schmerzen und dem Schmerzempfinden zum Beispiel beim Zahnarzt, fügt die Dresdner Expertin an. Wobei Selbstregulierung hier für die Möglich-

keit steht, eigene Gedanken und Gefühle an bestimmte Situation anzupassen. Wie eben an die Angst, beim Zahnarzt Schmerzen empfinden zu können ...

## Wie funktioniert Selbsthypnose?

Doch was ist Selbsthypnose eigentlich? „Es ist eine Technik, bei der man sich selbst über eine körperliche und geistige Entspannung in eine Hypnose versetzt und dabei positive Suggestionen verwendet, um das Unterbewusstsein zu beeinflussen“, beschreibt Renate Winkelmann.

Selbsthypnose wirkt dabei zweifach, macht die Dresdnerin deutlich: Einmal, durch die tiefe gedankliche und muskuläre Entspannung. So werden beispielsweise Schmerzempfinden gedämpft; was wieder



Der Zahnarztbesuch ist für die meisten der Angst vor Schmerzen verbunden; hier kann Selbsthypnose helfen, sind Therapeuten überzeugt.

Foto: pixabay.com

Renate Winkelmann ist Therapeutin und Selbsthypnose-Trainerin in Dresden.



Schmerzempfinden gedämpft; was wieder

ausgeschaltet und das Schmerzempfinden gedämpft; was wieder

für das Thema Zahnarztbesuch wichtig ist. „Zum Zweiten beruhigen kann, das Selbstvertrauen“, sagt die Expertin.

Das Gute daran: Selbsthypnose ist erlernbar. Ähnlich dem Autogenen Training ist das Einüben der Selbsthypnose aber in jedem Fall mit Hypnosetherapeuten hilfreich und sinnvoll, ist sie überzeugt. In diesem Lernprozess geht es beispielsweise darum, eine individuelle Routine für den Stress-Fall zu entwickeln.

## Codewort für Start der Selbsthypnose

Auch für diese Routine gibt es verschiedene Wege. „Empfehlenswert ist es unter anderem diese Routine zum Beispiel über ein Codewort oder ein Symbol zu erreichen und so in Selbsthypnose zu gehen“, nennt die Dresdnerin einige der Möglichkeiten. In jedem Fall müsse das regelmäßig trainiert werden. Dann klappt es auch mit der Überwindung der Angst oder der Schmerzempfindlichkeit beim Zahnarztbesuch ...

## Gesundheits-Tipp

### Schlafmittel von der Wiese

Das Alphabet der besten Schlafhilfen aus der Natur fängt beim Buchstaben B an. B, wie Baldrian. Die Baldrian-Wurzel gehört dabei zu bekanntesten und auch nachweislich erfolgreichsten „Einschlaf-Pflanzen“. Grund sind vor allem die in der Wurzel enthaltenen Alkaloide und ätherischen Öle – vor allem die Sesquiterpene, ein beruhigendes Öl. Das ist übrigens auch in Kamille enthalten, die ja bekanntlich zum Beispiel bei Magenproblemen beruhigend wirkt. Nicht nur deshalb gehört auch die Kamille zu den Pflanzen, die beim besseren Einschlafen helfen können. Nicht grundlos kennt der Volksmund den Spruch, man solle einen Kamillentee zur Beruhigung trinken. Gleiches gilt zudem für Melisse. Auch Melisse fördert als Aufguss einen erholsamen Schlaf.

Nicht allein als Tee, sondern auch als beruhigender Badezusatz, kann sich auch Lavendel in die Reihe stellen. Der Dampf des ätherischen Lavendelöls beruhigt – und sorgt auch für körperliche Entspannung. Was ja ebenfalls wichtiger Begleiter eines guten Schlafes ist.

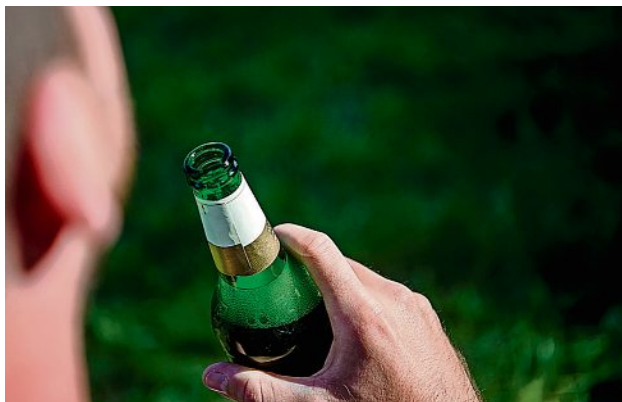
Ein natürlicher Helfer, der nicht ohne ärztliche Rücksprache zum Einsatz kommen sollte, ist dabei Johanniskraut. Das kann gegen leichte Depressionen helfen, aber auch bei Schlafproblemen. Es kann aber zu einigen Nebenwirkungen kommen; Lichtempfindlichkeit der Haut und Augen zum Beispiel. JENS FRITZSCHE

## Alkohol hilft nicht bei Stress

Der Griff zum Bierchen nach Feierabend ist weit verbreitet. Aber nicht sinnvoll, um Stress zu bekämpfen, warnen Mediziner. Und sie nennen andere Wege.

VON JENS FRITZSCHE

Nach einem stressigen Tag auf Arbeit, nach der Angst, nicht alles schaffen zu können, ein Bierchen oder einen Wein zur Beruhigung am Abend? Finger weg, warnen beispielsweise die Mediziner der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Denn Anspannung, Unruhe oder Stress seien zwar sehr häufige Gründe für den Griff zum Alkohol. Aber dennoch keine wirklich gute Idee. Alkohol, so die Experten, wirkt zwar wie ein Betäubungsmittel und dämpfe die Erregbarkeit bestimmter Nervenzellen, wodurch tatsächlich ein gefühlter Entspannungseffekt eintreten kann. Allerdings gibt es zwei nicht zu unterschätzende Folgen: Zum einen beeinträchtigt Alkohol die Leistungsfähigkeit; körperlich und vor allem geistig. Zum anderen tritt ein zunehmender Gewöhnungseffekt ein. Das wiederum sorge dafür, beschreiben die



Alkohol ist jedenfalls keine gute Idee bei Stress ...

Foto: pixabay.com

Mediziner, dass es Betroffenen nach und nach immer schwerer fällt, schwierige Situationen zu meistern. Der Griff zur Flasche werde dadurch häufiger – und die Gefahr einer Abhängigkeit steht dann immer drohender im Raum. Auch die Anfälligkeit für Depressionen werde verstärkt.

Besser als Alkohol, so die Experten, wirken folgende drei Schritte: Entspannungsbun-

gen erlernen, sich deutlich mehr an frischer Luft bewegen und vor allem Wege finden, besser und ausgiebiger zu schlafen.

■ Mehr Informationen gibt es zum Beispiel unter nebenstehendem QR-Code oder auf der Webseite [www.kenn-dein-limit.de](http://www.kenn-dein-limit.de)



## Vorm Fernseher entspannen?

Mediziner warnen vor zu vielem Fernsehen. Suchtpotenzial und chronische Begleiterkrankungen am Rücken können die Folge sein. Aber es gibt auch positive Aspekte!

VON JENS FRITZSCHE

Fernsehen hat einen schlechten Ruf. Es nervt irgendwie und viele verweisen auf den mitunter nicht sehr hohen Anspruch, den das Gesehene ans Denken stellt ... Und doch ist Fernsehen auch ein beliebtes Mittel zur Entspannung nach einem langen Tag. Aber kann das Sitzen vorm flimmernden Bildschirm wirklich als entspannen? Die Antwort scheint schwierig.

Für viele bietet Fernsehen eine willkommene Ablenkung, sich vom Druck des Alltags zu lösen. Es ermöglicht, in fesselnde Geschichten einzutauchen, der Realität zu entfliehen und sich auch mal in eine andere Welt zu versetzen. Das kann zweifellos ein Gefühl der Entspannung vermitteln, wissen auch Mediziner. Auf der anderen Seite kann übermäßiges Fernsehen aber eben auch die bekannten negativen Auswirkungen haben. Das stundenlange Fernse-

hen kann lethargisch machen. Zudem können das ständige Flimmern und die Vielzahl an Informationen letztlich sogar zu Stress und Überlastung führen, warnen Experten deshalb nicht grundlos.

Auch die Art des Fernsehens spielt eine Rolle. Anspruchsvolle Dokumentationen oder beruhigende Naturfilme können durchaus entspannend sein. Hingen lösen Krimis oder spannungsreiche Filme Adrenalin aus. Und das bewirkt genau das Gegenteil: Aufregung statt Beruhigung.

Es kommt also darauf an, wie und was wir uns ansehen. Eine bewusste Auswahl von Inhalten, die uns entspannen und beruhigen, kann Fernsehen durchaus helfen, zur Ruhe zu kommen. Dennoch raten Mediziner dringend, einen gesunden Umgang mit dem Fernsehen – mit Medien insgesamt – zu erlernen und beispielsweise unbedingt darauf zu achten, dass es nicht zur einzigen Form der

Entspannung wird. Das kann über längere Zeit durchaus Suchtpotenzial entwickeln, warnt auch das sächsische Gesundheitsministerium. Mediensucht kann im Hirn einen Prozess auslösen, der zur Produktion von Endorphinen führt. Das Flimmern des Bildschirms löst bei den Betroffenen Glücksgefühle aus, die immer wieder wiederholt werden müssen. Begleiterscheinungen sind dann nicht selten chronische Krankheiten, etwa durch stundenlanges Sitzen wie Adipositas oder chronische Rücken- und Kopfschmerzen.

Letztendlich ist die Antwort auf die Frage, ob Fernsehen entspannen kann, eine sehr individuelle. Einige genießen das Fernsehen als Teil ihres Abendrituals, während andere lieber beim Sport oder mit einem Buch entspannen. Wie bei allem im Leben ist es auch beim Thema Fernsehkonsum wichtig, ein Gleichgewicht zu finden.

## Kleines Hausmittel-ABC

### Entspannendes Johanniskraut

Dass bestimmte Tees und Kräuteraufgüsse beruhigend auf angespannte Nerven wirken können, ist kein wirkliches Geheimnis mehr. Dass aber zum Beispiel Johanniskraut schon im Altertum als nervenberuhigende Heilpflanze genutzt wurde, wissen vielleicht viele noch nicht. Bei Kopfschmerzen durch Stress und Schlafproblemen hilft der Aufguss meist immer. Grund sind entzündungshemmende Inhaltsstoffe, die angegriffene Nerven beruhigen. Sogenannte Flavonoide zum Beispiel, die antioxidativ wirken, aber auch ätherische Öle. (JF)

## Wie die Wohnung zur Wellness-Oase wird

Um dem Stress des Alltags zu entfliehen, muss man nicht unbedingt auch aus den eigenen vier Wänden flüchten. Es gibt viele einfache Möglichkeiten.

VON JENS FRITZSCHE

Dass es in unserer hektischen Welt unfassbar wichtig ist, Momente der Ruhe und Entspannung zu finden, um dem Stress des Alltags entgegenzuwirken, ist längst kein Geheimnis mehr. Doch wer sagt, dass man dafür das Haus verlassen muss? Mit ein paar einfachen Tipps kann eine „Oase der Gelassenheit“ direkt in den eigenen vier Wänden geschaffen

werden, wissen Psychologen. Hier sind einige Möglichkeiten, um zu Hause zu entspannen:

**Wohlfühlatmosphäre schaffen:** Die richtige Atmosphäre kann einen großen Unterschied machen. Eine Duftkerze mit beruhigendem Lavendel, sanfter Musik im Hintergrund – schon durch diese kleinen Veränderungen zieht Entspannung ein.

**Buch lesen und Musik hören:** Nehmen wir uns endlich mal wieder Zeit, um in ein gutes Buch einzutauchen oder unsere Lieblingsmusik zu hören. Das Lesen kann nicht nur unterhaltsam sein, sondern auch stressabbauend wirken, weil es vom Alltag ablenkt. Auch Musik kann beruhigend sein – und positive Erinnerungen an schöne Erlebnisse wecken, die wir mit den Liedern verbinden.



Endlich mal wieder entspannt Musik hören und den Stress ein Stück vergessen.

Foto: AdobeStock

## Gesichtsmaske und Maniküre:

Nach einem entspannenden Bad mit ätherischen Ölen tut beispielsweise ein Gesichtsmaske gut. Ausgiebige Maniküre und Pediküre kann ebenfalls beruhigend sein und – das ist enorm wichtig fürs Wohlfühlen – steigert das Selbstwertgefühl.

**Yoga und Stretching:** Sport ist ein wichtiger Wohlfühl- und Entspannungsfaktor! In den heimischen vier Wänden sind vor allem Yoga und Stretching perfekte Möglichkeiten, um Körper und Geist zu entspannen. So werden auch körperliche Verspannungen gelöst, die oft mit seelischen Belastungen zu haben – und mithilfe von gezielten Atemübungen kann der Körper spürbar „runterkommen“.



# Innovation trifft Handwerk

Der Wettbewerb „freiGEDREHT“ zeigt, wie sich das erzgebirgische Kunsthandwerk ein bisschen neu erfindet.

Bald ist Weihnachten. Die Zeit der handgearbeiteten Pyramiden, der Holzfiguren, der filigranen Engel und rustikalen Räuchermänner. Für all das ist das Erzgebirge bekannt. Dabei kann es noch vielmehr, vor allem kann es nicht nur traditionell, sondern auch modern. Das zeigte zuletzt der Wettbewerb „freiGEDREHT“ des erzgebirgischen Kunsthandwerks. „Alles muss sich weiterentwickeln, nichts bleibt stehen. Neue Bedingungen sind und waren stets Wegbegleiter“, so Rico Anton, Landrat im Erzgebirgskreis, anlässlich der Preisverleihung.

## Jung und kreativ

Und die Gewinnerprojekte können sich sehen lassen. Der Hauptpreis ging an die „Verdrehten Köpfe“ von Holzgestaltung-Student Nick Bechinger. Er hatte seinen Wettbewerbsbeitrag in Anlehnung an das traditionelle Reifendrehen im Erzgebirge entwickelt.

„Die entstandene Serie von knapp acht Hörnertieren wie Hirsch, Gazelle, Widder und Stier muten an wie moderne Jagdtrophäen“, heißt es in der Begründung der Preisvergabe. Ebenfalls ein Hauptpreis geht an das „Orakel-Ufo“ der Designerin Emma Brix. Sie schuf ein unterhaltsames Spielzeug



Kunsthandwerk hat viel mit Tradition zu tun, kann aber auch ganz modern sein. Ein Wettbewerb im Erzgebirge zeigt das deutlich.

Foto: Adobestock

und Accessoire. Anerkennungspreise erhielten Michael Ramm für „seinen Swing-Bow“ und André Teichmann für den „Weihnachts-Wärmesponder“. Auch Schüler beteiligten sich an dem Wettstreit. Benjamin Schenk wurde dabei für seinen „Sehwebbogen“ ausgezeichnet, Karl-Gustav

Hobler für sein Gesellenstück „Bärchen auf dem Bergpanorama“. „Wir wollen mit unserem Innovationswettbewerb junge Menschen für unser Handwerk begeistern. Die Einreichungen überzeugen auch in diesem Jahr durch innovative Konzepte. Es freut uns, dass junge Kreative damit neue

Denkweisen in unser traditionelles Kunsthandwerk hineinbringen“, so Frederic Günther, Geschäftsführer des Verbands Erzgebirgischer Kunsthandwerker und Spielzeughersteller. Der Verband wurde nach der politischen Wende 1990 von Herstellern Erzgebirgischer Holzkunst als freiwillige

Dachorganisation gegründet. Ihm gehören rund 50 Mitglieder vom kleinen Familienbetrieb bis hin zum mittelständischen Unternehmen mit etwa 200 Beschäftigten an. Gemeinsam wollen sie nicht nur die Philosophie hinter der erzgebirgischen Handwerkskunst weiter in die Welt tragen, sondern

auch den Nachwuchs für ihr traditionelles Handwerk interessieren. Der jüngste Wettbewerb hat gezeigt, dass das funktionieren kann. Die Kunsthandwerker von morgen jedenfalls begeistern schon heute, auch als Botschafter der Wirtschaftsregion Erzgebirge. (red)

## Wirtschaft

### Preise für Transfer-Projekte



Wie kommen wissenschaftliche Erkenntnisse in der Wirtschaft an? Ein Transferpreis soll gute Beispiele aus Sachsen zeigen.

Foto: Adobestock

Im Studium eine Idee entwickeln und am Ende sogar ein Start-up drumherum bauen – das kann gut funktionieren. Vor allem dann, wenn Wissenschaft und Wirtschaft schon früh zusammenkommen. Unter der Bezeichnung Wissens- und Technologietransfer werden solche Kooperationen mit einem eigenen Preis ausgezeichnet. Die fünfte Auflage des Wettbewerbs hat gerade begonnen. Der Preis ist mit bis zu insgesamt 50.000 Euro dotiert, der Wettstreit wird von Innovationsplattform future-SAX GmbH im Auftrag des Wirtschaftsministeriums organisiert.

Im Fokus stehe nicht nur das Endprodukt, „sondern die Gestaltung sowie die Effektivität des Transferprozesses“, heißt es aus dem Ministerium. Bewerben können sich Teams, Einzelpersonen, Unternehmen und Forschungseinrichtungen aus allen Branchen. Bedingung ist neben dem Sitz in Sachsen, dass der Transferprozess nach dem 1. Januar 2019 begonnen hat. „Jeder Transferprozess von der Idee zum Produkt erfordert Zeit, Geld, Know-how und Marktpotenzial. Dabei gibt es viele kreative Wege“, so Wirtschaftsminister Martin Dulig. Die Teilnahme an dem Wettbewerb bringt neben dem Preisgeld vor allem auch die Möglichkeit, neue Netzwerke zu knüpfen und eventuelle Kapitalgeber auf sich aufmerksam zu machen. Verlieren wird der Preis bei Sächsischen Innovationskonferenz 2025. Im vergangenen Jahr ging der Transferpreis an den Nuklearmedizin-Experten Dr. Johannes Notni von der Trimt GmbH aus Radeberg, der Biomarker zur Erkennung und Behandlung von Bauchspeicheldrüsenkrebs erforscht und entwickelt. (red)

web Bewerbungen können bis zum 10. März 2025 online unter [www.future-SAX.de/transferpreis](http://www.future-SAX.de/transferpreis) eingereicht werden

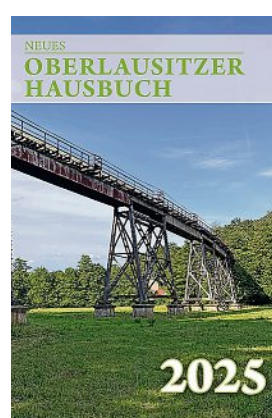
## Blick in die Heimat

Das Oberlausitzer Hausbuch 2025 ist erschienen.

Das Eisenbahnviadukt in Königsbrück ist nicht nur optisch ein Blickfang, es hat auch jede Menge heimatgeschichtliches Potenzial. Das Bauwerk ist 15 Meter hoch und 214,5 Meter lang. Darüber führte einst die Bahnstrecke Dresden-Klotzsche – Königsbrück – Bernsdorf, doch diese ist seit Jahren stillgelegt. Ende 2023 hat die Stadt Königsbrück das Viadukt gekauft, das nun auch Thema im Neuen Oberlausitzer Hausbuch ist. Die Publikation ist jetzt im Via Regia Verlag erschienen und verspricht Lesegenuss für lange Winterabende.

Lars-Arne Dannenberg und Matthias Donath haben damit ein weiteres spannendes Werk zur hiesigen Geschichte auf den Weg gebracht. Wie immer sind verschiedene Autoren mit im Boot. Diesmal sind das unter anderem Dr. Marius Win-

zeler mit einem Beitrag über den Altar von Andreas Dreßler in der Königsbrücker Hospitalkirche, die Oberlausitzer Autorin Annelies Schulz mit ihren Erinnerungen an ihr Sonntagskleid und die sorbische Kulturwissenschaftlerin



Das ist das Cover des neuen Oberlausitzer Hausbuches für das Jahr 2025. Foto: Via Regia Verlag

Trudla Malinkowa mit einem Text zum Gasthof „Zum weißen Schwan“ in Neukuppritz. Dr. Frank Schmidt schreibt unter dem Titel „Durch Feuer vernichtet. Die Barockkirche in Großröhrsdorf“ über einen der dramatischsten Großbrände der vergangenen Jahre.

Die den einzelnen Monaten vorangestellten Kalenderblätter präsentieren in diesem Jahr Beiträge von Friederike Koch-Heinrichs und Dr. Thomas Westphalen zu Burgwällen. Torsten Richter-Zippack aus Tätzschwitz erklärt, warum Crostwitz das sorbischste Dorf der Lausitz ist, und Dr. Volker Dudeck informiert zur Geschichte der Zittauer Straßenbahn. Vielfalt und Lesespaß sind versprochen. (red)

Das Neue Oberlausitzer Hausbuch 2025 zum Preis von 9,90 Euro ist in Buchhandlungen der Region erhältlich.

## Viel Lob für die Besten

62 junge Sachsen wurden für ihre herausragenden Ausbildungsabschlüsse geehrt.

Der Mangel an Fachkräften ist überall Thema. Es gibt zu wenige von ihnen, aber – es gibt sie! Die 62 besten Berufseinsteiger aus den IHK-Bezirken Dresden, Chemnitz und Leipzig wurden jetzt für ihre herausragenden Lehrausbildungen ausgezeichnet. Sie alle haben ihre Ausbildung mit „sehr gut“ beendet und bei den Abschlussprüfungen mindestens 91,5 von 100 möglichen Punkten erreicht. Kristian Kirpal, Präsident der Leipziger IHK, bezeichnete die Landesbesten deshalb nicht von ungefähr als „die Leistungselite der beruflichen Ausbildung“. Bessere Botschafterinnen und Botschafter für die duale Ausbildung könne er sich nicht vorstellen. Aber nicht nur die jungen Leute selbst standen im Fokus. Auch die Unternehmen, die auch in wirtschaftlich

schwierigen Zeiten auf den Nachwuchs setzen und hier investieren, die Ausbilder und Lehrer an den Berufsschulen haben großen Anteil am Erfolg der Berufseinsteiger.

### Nachwuchs gesucht

Letzteren stehen nun viele Wege offen. Über einen ganz besonderen Erfolg mit jeweils über 98 Punkten konnten sich die Verkäuferin Linda Schleider von der Netto Marken-Discount Stiftung & Co. KG in Thiendorf und Samuel Hesse, Verfahrensmechaniker für Kunststoff- und Kautschuktechnik bei der B. Braun Avitum Saxonia GmbH in Radeberg freuen. Insgesamt sechs der jungen Sachsen gehören auch bundesweit zu den Top-Absolventen ihrer Berufe. Sie haben noch einen wichtigen

Termin im Kalender: Sie werden am 9. Dezember bei der IHK in Berlin für ihre Leistungen ausgezeichnet. Zu ihnen gehört unter anderem Nils Elia Thomas aus dem IHK-Kammerbezirk Leipzig. Der frisch gebackene Rohrleitungsbauer bei der Arlt Bauunternehmen GmbH in Frohburg fühlt sich gut auf seinen beruflichen Weg vorbereitet. „Durch die Ausbildung habe ich ein Grundlevel erreicht und gelernt, was es heißt, eigenständig im Leben zu stehen“, sagte er bei der Auszeichnungsveranstaltung. Engagierten Nachwuchs braucht Sachsen in nahezu allen Branchen. Dementsprechend suchen viele Unternehmen bereits jetzt Azubis für das kommende Ausbildungsjahr. Die Auswahl an Lehrstellen, nicht nur in den IHK-Bezirken, ist groß. (red)

## Flic Flac kommt nach Dresden

ANZEIGE

Erleben Sie Akrobatik, Stunts und Nervenkitzel für die ganze Familie. Jetzt Tickets sichern mit unserem 20% Black Week Deal.

Dresden kann sich auf ein außergewöhnliches Erlebnis freuen: Flic Flac kommt in die Stadt! Vom 19. Juni bis zum 13. Juli 2025 verwandelt sich die Festwiese Rinne im Ostragehege in eine Bühne für atemberaubende Akrobatik und pure Action. Neben den langjährigen Standorten in Nürnberg, Duisburg, Kassel, Dortmund, Bielefeld und Erfurt wird Flic Flac im Sommer 2025 erstmals die

Zelte in der Landeshauptstadt aufschlagen. Deutschlands renommiertester Veranstalter für spektakuläre Zirkusshows setzt seine Erfolgstour fort und bringt seine einzigartigen Darbietungen damit zum ersten Mal nach Dresden. Über vier Wochen hinweg erwartet die Zuschauer ein Spektakel der Extraklasse. Mit seiner 32-jährigen Erfolgsgeschichte steht Flic Flac für

Nervenkitzel, Adrenalin und Shows auf höchstem Niveau. Die Künstler setzen auf eine Mischung aus akrobatischen Meisterleistungen, halbschwebenden Stunts und einer beeindruckenden Inszenierung. Ob in luftiger Höhe oder am Boden – die Darbietungen überschreiten die Grenzen des Möglichen und lassen den Atem stocken. Legendar ist auch die berühmte Todeskugel: Motorräder, die in



Im Sommer 2025 wird es spektakulär in der Rinne im Dresdner Ostragehege: atemberaubende Akrobatik und Stunts!

Die spektakuläre Zirkusshow Flic Flac ist im Sommer 2025 erstmals in Dresden zu Gast. Foto: PR

einer Stahlkugel mit unglaublicher Geschwindigkeit kreisen. Diese und viele weitere Acts garantieren unvergessliche Momente.

Doch nicht nur die Darbietungen sind atemberaubend, die gesamte Inszenierung verspricht ein Erlebnis, das alle Sinne anspricht. Mit modernster Tech-

nik, spektakulären Lichteffekten und einer einmaligen Atmosphäre wird die Festwiese Rinne zu einem Schauplatz, der Dresden im Sommer 2025 um eine

spektakuläre Attraktion bereichert. Auch in den Folgejahren soll Flic Flac ein fester Bestandteil des Dresdner Veranstaltungskalenders bleiben. Wer sich dieses Highlight nicht entgehen lassen möchte, sollte sich jetzt die begehrten Tickets sichern. Für alle Schnellentschlossenen gibt es ein unschlagbares Angebot: Pünktlich zum Start der Black Week sind Tickets der ersten Kategorie mit 20 % Rabatt erhältlich.

Seien Sie dabei, wenn Flic Flac Dresden Premiere feiert – sichern Sie sich jetzt Ihr Ticket und erleben Sie ein Zirkusspektakel, das Sie so schnell nicht vergessen werden!

Tickets gibt es ab sofort: [www.flicflac-dresden.de](http://www.flicflac-dresden.de)