

SACHSEN SONNTAG

14. JG. | Auflage 35 500 | Nr. 21 | 23./24. Mai 2026

DÖBELN UND UMGEBUNG

kostenlos | www.sachsen-sonntag.de



Sonntagsfrühstück

Kümmert sich mit Leidenschaft um Orang-Utans in Not: Der Leipziger Tierpfleger Sebastian Schorr. **SEITE 4**



Voller Erfolg

Trotz wechselhaftem Wetter war die 13. Auflage der Döbeler Kulturnacht ein voller Erfolg. **SEITE 7**



Mehr Teilhabe

Der VfB Leisnig startet gemeinsam mit dem Landessportbund ein Demokratieprojekt. **SEITE 9**



Lauf mit Herz

Mittelsachsens größter Spendenlauf verzeichnete in Döbeln eine Rekordbeteiligung. **MEHR AUF SEITE 2**

Foto: Sven Bartsch

Sonnenland Park am 30. Mai 2026
Kindertagsparty mit tollen Aktionen und großem **FAMILIENKONZERT**
 20 Jahre
 mit **NISEN**
 www.sonnenlandpark.de

Demokratie braucht **RÜCKENWIND.**
ZOO & Co Döbeln
 Da geht's Tier gut
 AMADEU ANTONIO STIFTUNG

Vielfalt pur im Treibhaus-Verein

Mit sechs hauptamtlichen Projekten und vielfältigen Angeboten zeigt der **VEREIN IN DÖBELN** seine Relevanz.

DÖBELN. Der Döbeler Treibhausverein möchte sich in Zukunft noch breiter aufstellen und vor allem seine Öffentlichkeitsarbeit verstärken. Denn der

Verein ist ein großer Projektträger mit einem vielfältigen Angebot, in dem sich die unterschiedlichsten Menschen in der Stadtgesellschaft wiederfinden sollen. „Wir holen Mittel in die Stadt und setzen sie für die Stadtgesellschaft und die Menschen vor Ort in ganz unterschiedlichen Angeboten und Projekten ein“, sagt Clemens Albrecht, Geschäftsführer des Vereins.

All diese Angebote in Zukunft noch besser unter die Leute zu bringen und zu zeigen, dass der soziokulturelle Verein Treibhaus in der Mitte der Gesellschaft wirkt, das ist die Aufgabe von Alexandra Vögtle. Die 32-Jährige Team des Vereins künftig als Ansprechpartnerin für Öffentlichkeitsarbeit. Zudem soll sie die Spendenstrategie weiterentwickeln sowie Plakate, Flyer, Kulturbeutel den Social-Media-

Auftritt und in naher Zukunft auch die Homepage des Vereins überarbeiten.

Alexandra hatte sich in einer Ausschreibung für die Stelle durchgesetzt. Die Hallenserin hat einen Master in Kommunikationsdesign und Erfahrungen aus Agenturen und Öffentlichkeitsarbeit. Neben ihrer Arbeit für den Treibhausverein ist sie als Gastdozentin an der Kunsthochschule Halle Burg Giebichens-tein tätig. Zudem engagiert sie sich ehrenamtlich bei Verlage gegen Rechts, einem Aktionsbündnis für einen wachen, vielfältigen und respektvollen Literaturbetrieb. Ihr Interesse für Kultur, Ausstellungen, Theater und Musik verbunden mit dem vom Verein gesuchten Fachwissen führte sie nun nach Döbeln.

Der Verein sucht immer wieder studierte Fachkräfte, um seine Projekte und Angebote fachlich zu unterstützen. Die kom-

men, wie Alexandra Vögtle, zunehmend aus umliegenden Universitäts- und Hochschulstädten. Insgesamt betreibt der soziokulturelle Verein Treibhaus in Döbeln aktuell sechs hauptamtliche Projekte und beschäftigt 15 Angestellte, zumeist in Teilzeiteinstellen. 14.100 Nutzerinnen und Nutzer zählt der Treibhausverein allein im vergangenen Jahr bei all seinen Angeboten. Diese Nutzungen verteilen sich gleichmäßig auf alle Bereiche des Vereins.

Der Verein veranstaltet neben Kultur auch Bildungsangebote, etwa in Sachen Mediennutzung oder KI, und Workshops in der hauseigenen Siebdruckwerkstatt. Es gibt Kurse für Senioren zum Thema Mediennutzung am Handy oder Tablet. Und es gibt eine feste Kinder- und Jugendarbeit im Treibhaus. Dazu gehören Ferienprogramme für Kinder und Jugendliche, gestalterische,

musikalische und medienpädagogische Angebote sowie der offene Kinder- und Jugendtreff an jedem Donnerstagabend oder jeweils am Mittwochabend das Open Café im Café Courage des Treibhausvereins. Das feiert übrigens am 5. und 6. Juni sein 25-jähriges Bestehen mit einer Jam-Session und einem Quiz-Café.

Auch Sportangebote wie Muay Thai (Thaiboxen), Seniorengymnastik und Seniorrentanz bietet der Verein. Zu den wöchentlichen offenen Angeboten gehören die Selbsthilfefahrradwerkstatt im Hof und das Café Connect, wo jeden Mittwochnachmittag unterschiedlichste Menschen zusammenkommen. Angeboten wird zudem im Projekt Formularlotse Beratung und Hilfe bei unterschiedlichsten Problemen, etwa mit Verträgen, Formularen oder Behörden. **THOMAS SPARRER**

VERANSTALTUNGSTIPPS
 auf deinem Handy!
 Einfach QR Code scannen und den WhatsApp-Kanal folgen!
 SCAN MICH!
 Alles ist anonym – niemand sieht Ihre Daten.
 Lokal informiert. Immer dabei. **DÖBELN**

WENN WAS NICHT GEHT, DANN MERKE DIR: WÄHLE SCHNELL WALDHEIM 93614!

Reparatur von Elektronik- und Hausgeräten
 Wir verkaufen und reparieren für Sie:
 • Haushaltsgeräte • Radio
 • Fernseher • SAT-Anlagen
 • Computer u. v. m.

Ihr Service- und Dienstleistungs-Profi
Radio-Hellmuth
 Niederstadt 18 • seit 1925 in Waldheim
 euronics SERVICE-POINT

50 kg Briketts* ab 24,50 EUR
 Endpreis frei Keller *Ab 2 Tonnen für Sie 1 Sack Grillkohle gratis!

Festbrennstoffe, Kohle, Koks, Anthrazit und Holz
 Frei Keller

www.bsh-kohlenpeter.com
BRENNSTOFFHANDEL KOHLENPETER
0176 611 62295

- Kinderwagen in großer Auswahl und Qualität -
KINDERWAGEN MAXE
 Lagerverkauf
 Mi. bis Fr. 11 - 19 Uhr | Sa. 10 - 17 Uhr
 - Wir empfehlen eine Terminvereinbarung -
 Peniger Str. 1 - 3
 04643 Geithain
 Tel./WhatsApp: 034341 40580
 info@kinderwagenmaxe.de
 www.kinderwagenmaxe.de

s.Oliver
CECIL LERROS DENIM TOM TAILOR
EIGHT@NINE HAILYS Street One
TOM TAILOR
ZABAI&NE s.Oliver
TALLY WEIL s'questo YOUR INSPIRATION
STOOKER OPUS
HENWI
 Citykaufhaus Döbeln
 Henwi Kaufhaus GmbH • 04720 Döbeln • Bäckerstr. 3
 Mo - Fr 9:30 - 18 Uhr • Sa 9:30 - 14 Uhr

20% RABATT
 ... bis 03.06.2026
auf Oberbekleidung, Sportbekleidung, Bademoden, Wäsche, Schuhe und Strümpfe
 Abzug erfolgt direkt an der Kasse!
 *Ausgenommen bereits reduzierte Ware und Prospektware.
 Nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar.

Maureen Müller-Raubold und ihre Handpuppe Paula

HARTHA/LEISNIG. Was hat die Kirche jungen Menschen heute noch zu sagen? Für Maureen Müller-Raubold eine ganze Menge. Die 38-jährige Gemeinde- und Religionspädagogin begleitet Kinder und Jugendliche auf ihrem Weg ins Leben – mit Glaubensvermittlung, Gesprächen und manchmal auch mit einer Handpuppe.

Wer ihr begegnet, merkt schnell: Für ihren Beruf braucht es mehr als theologisches Wissen. Geduld, Offenheit und die Fähigkeit zuzuhören gehören ebenso dazu. Seit 15 Jahren arbeitet die 38-Jährige als Gemeinde- und Religionspädagogin. Seit fünf Jahren ist sie vor Ort in den Kirchgemeinden Hartha, Leisnig und Zschoppach tätig.

Ihr Schwerpunkt liegt auf der Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Familien. Dabei geht es längst nicht nur um Bibelgeschichten. „Es geht um Beziehungsarbeit“, sagt sie. „Kinder brauchen Orte, an denen sie Vertrauen fassen und ihre Fragen stellen können.“ Lange wusste Müller-Raubold selbst nicht, welchen

beruflichen Weg sie einschlagen wollte. Aufgewachsen ist sie in Döbeln bei Grimma. Eine prägende Rolle spielte für sie ein engagierter Jugendwart in ihrer Heimatgemeinde. „Er hat mir damals viel mitgegeben. Eigentlich genau das, was ich heute selbst versuche weiterzugeben.“ Schließlich entschied sie sich spontan für ein Studium der

Gemeinde- und Religionspädagogik in Moritzburg. „Ich hatte Zusagen und habe gedacht: Das probiere ich.“ Am Ende stand der Diplomabschluss. Das Studium war breit angelegt, erzählt sie. Neben Theologie gehörten Psychologie, Religionsunterricht und Kinderpädagogik ebenso dazu wie viele praktische Einsätze. Ein

Gemeindepraktikum führte sie an die Thomaskirche in Leipzig. „Das war eine wunderschöne Erfahrung“, erinnert sie sich. Besonders beeindruckt hat sie der Heiligabendgottesdienst mit dem weltberühmten Thomanerchor. „Das mitzuerleben, war etwas ganz Besonderes.“ Die Arbeit in einer Großstadt unterscheidet sich deutlich von der im ländlichen Raum. „In der Stadt sind die Wege kürzer und die Gruppen größer“, sagt sie. Gleichzeitig brauche man viel Flexibilität. Heute lebt sie mit ihrer Familie wieder ländlich – in Dorna bei Grimma. Dort haben sie ein kleines Haus gekauft und renoviert. „Der Job muss auch familiär passen“, sagt sie. Denn die Arbeitszeiten sind oft flexibel: feste Gruppen, Veranstaltungen, Projekte. „Wenn man diesen Beruf ergreifen will, sollte man sich bewusst sein, worauf man sich einlässt.“

Im Zentrum ihrer Arbeit stehen Kinder und Jugendliche bis etwa 13 Jahre und Familien. Neben der kirchlichen Kinderarbeit unterrichtet Müller-Raubold auch Religion an Schulen – unter anderem an der Oberschule in Böhlen sowie an einer Grundschule in Hohnstädt. „Je länger man mit den Kindern arbeitet, desto größer wird das Vertrauen“, erzählt sie.

Eine der nächsten großen Veranstaltungen steht bereits fest: Am Pfingstmontag, dem 25. Mai, findet an der Talsperre Kriebstein ein großer Open-Air-Gottesdienst statt. Von 11 bis 15 Uhr lädt die Kirche auf die Seebühne ein. Mehrere Gemeinden wirken dabei zusammen, Chöre singen, der Posaunenchor ist zu hören, es gibt ein Programm und verschiedene Stände sind aufgebaut. **ELKE WALTER-KOCH**



Maureen Müller-Raubold.
Foto: Elke Walter-Koch

beschreibt sie es. Themen wie Toleranz, Akzeptanz und Selbstliebe spielen dabei eine wichtige Rolle.

„Glaube bedeutet für mich Wissen und Hoffen zugleich“, sagt sie. Gleichzeitig gehe es darum, Menschen widerstandsfähiger zu machen. „Wie komme ich durchs Leben, ohne mich selbst und andere zu verlieren?“ Trotz mancher Herausforderungen liebt sie ihren Beruf. „Er hat viel Sinn und ist sehr nah an den Menschen.“ Besonders wichtig seien auch gemeinsame Freizeiten und Rüstzeiten mit Kindern und Jugendlichen. „Da entsteht Gemeinschaft – etwas, das heute im Alltag oft verloren geht.“

Die Fragen, die dann kommen, seien oft sehr persönlich: Was passiert nach dem Tod? Wie gehe ich mit Streit um? Was bedeutet Freundschaft? Oder auch Fragen zu Sexualität. „Viele Themen orientieren sich stark an dem, was Kinder gerade beschäftigt.“ Dabei greift sie immer wieder auf Geschichten aus der Bibel zurück und stellt die Verbindung zur Gegenwart her: „Was hat eine alte Geschichte mit unserem Leben heute zu tun?“

Ein besonderes Hilfsmittel ist dabei eine Handpuppe. Paula heißt sie und kommt fast überall mit hin. „Sie erzählt mit mir Geschichten.“ Durch diese symbolische Form des Erzählens bleiben viele Inhalte besser im Gedächtnis. So lassen sich Themen wie Nächstenliebe, Flucht oder Zusammenhalt anschaulich vermitteln.

In ihrer Arbeit erlebt sie immer wieder, wie viele Probleme Kinder bereits mit sich tragen. „Viele schleppen Rucksäcke mit, die wir von außen gar nicht sehen“, sagt sie. Manche stammen aus schwierigen familiären Situationen, andere übernehmen unreflektiert Formulierungen oder Einstellungen von Erwachsenen. Gerade deshalb sei es wichtig, Kindern Raum zu geben. „Sie sollen lernen, ihre eigene Meinung zu entwickeln.“ Dazu gehöre auch, andere Sichtweisen kennenzulernen. „Viele wachsen sehr dörflich auf. Aber die Welt ist groß und vielfältig – mit unterschiedlichen Religionen und Lebensweisen. Es ist soziale Arbeit mit kirchlichem Inhalt“,



den sich allerdings immer mal wieder Gelegenheiten, die auch mal zum versonnenen Nachdenken anregen: Am 29. Mai zum Beispiel wird zum bundesweiten „Tag der Nachbarschaft“ geladen – und zwar zum Kniffelturnier auf dem Neustädter Markt in Leipzig, zum Nachbarschaftsfest in Delitzsch oder zum Nachbarschaftstreffen in Dornreichenbach. Dabei sind Nachbarn schon eine spannende Sache: Sie werden einem von den zufallsgeprägten Launen des Lebens vor die Füße gespült – und sind dann eben da im Alltag. Manchmal nur für eine Handvoll Monate, manchmal für ein ganzes Leben. Warum also nicht mal den Blick über den Gartenzaun werfen oder ein freundliches Wort über den Balkonrand? Vielleicht sogar schon an diesem Wochenende? Sind ja auch alles Menschen! Dies nimmt sich auf jeden Fall vor ... **JENS WAGNER, CVD REDAKTION SACHSEN MEDIEN**

HALLO WOCHENENDE!

So ein Jahr hat viele Tage. 365 in der Regel, um mal ganz genau zu sein. Und weil der Mensch ein gleichermaßen nach Bedeutung suchendes wie kreatives Wesen ist, neigt er dazu, jedem einzelnen dieser Tage einen gewissen einzigartigen Attribut zu versehen. Was dann zu spannenden Dingen führt: Ja, so etwas wie der Tag der Arbeit ist hierzulande inzwischen fest verankert im öffentlichen Bewusstsein und gleich um die Ecke kündigt sich mit einem fröhlichen Lachen auch schon wieder der Kindertag an. Allerdings gibt es auch Bedeutungen, die der Bezeichnung „Special Interest“ – also in der Definition von „außergewöhnlich abgefahren“ – eine vollkommen neue Dimension verleihen: Da wird beispielsweise just am Pfingstsonntag (also dem 24. Mai) in den USA der „Tag der Weinbergsschnecke“ ebenso gefeiert wie in Großbritannien der „Spargel-Tag“. Zwischen diesen beiden Polen fin-

Über 20 000 Euro für krebskranke Kinder

TITELGESCHICHTE: So viele Läufer wie nach Corona noch nicht wieder sammelten bei Mittelsachsens größtem Spendenlauf in Döbeln Geld für den Dresdner Verein Sonnenstrahl. Auch die Spendensumme ist höher als im vergangenen Jahr.

DÖBELN. „Noch eine Minute, gebt noch einmal alles!“, tönt es durch den Stadionlautsprecher am Döbelner Bürgergarten. Die knapp 500 Läuferinnen und Läufer, die in diesem Jahr den Lauf mit Herz des Döbelner Lessing-Gymnasiums (LGD) bestreiten, lassen sich das nicht zweimal sagen.

Noch einmal wird das Tempo angezogen, um vielleicht doch noch eine Runde zu schaffen und damit noch mehr Geld bei Mittelsachsens größtem Spendenlauf zu sammeln.

Seit mehr als 20 Jahren ist das LGD einer der wichtigsten Spendenpartner des Dresdner Vereins Sonnenstrahl, der mit dem Spendengeld krebskranke Kinder und deren Familien unterstützt.

In diesem Jahr gingen 230 Teams an den Start – deutlich mehr als in den Jahren nach Corona, sagt Sylvia Risse, die gemeinsam mit Sabrina Greim die Organisation des Laufes in den Händen hat.

20.000 Euro Spendensumme standen dank der Festbeträge schon beim Startschuss fest. Das Spendengeld der 46 Teams, die sich für einen Rundenbetrag entschieden hatten, kam noch obendrauf.

M. ENGELMANN-BUNK



Über 20.000 Euro sammelten die Döbelner beim Lauf mit Herz des Lessing-Gymnasiums für krebskranke Kinder.

Foto: Fo Sven Bartsch

Anzeigenannahme

für Privat- und Zeilenanzeigen

SACHSEN SONNTAG

LVZ Verlagsgebäude,
Peterssteinweg 19,
04107 Leipzig

Weitere Geschäftsstellen:

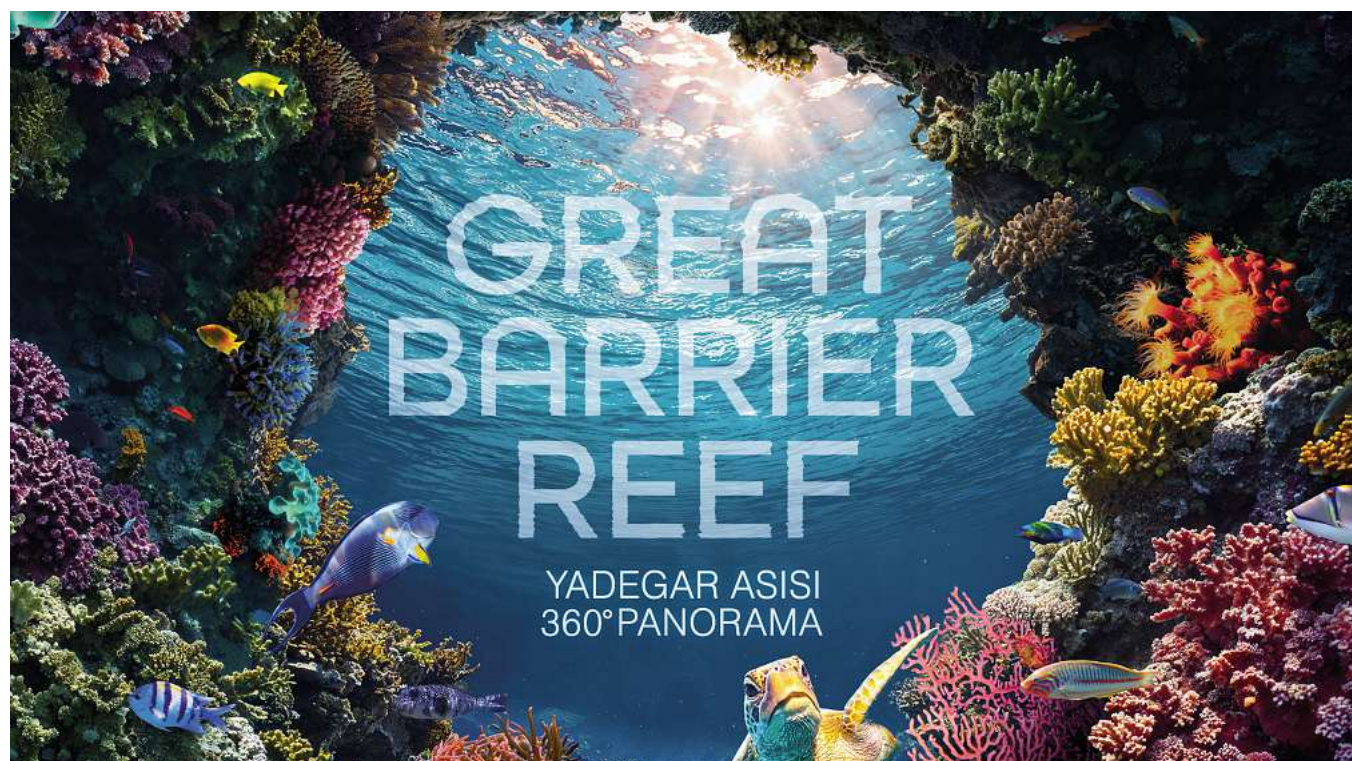
Borna/Geithain
Brauhausstraße 3,
04552 Borna

Döbeln
Obermarkt 8,
04520 Döbeln

Altenburg
Tourismusinformation,
Markt 10, 04600 Altenburg

Kostenlose Servicehotline:
0800/2 18 10 40

www.sachsen-sonntag.de



WUNDERWELT KORALLENRIFF

Abtauchen ohne
Tauchausrüstung

**PANOMETER
DRESDEN***

Panometer Dresden
Gasanstaltstr. 8b, 01237 Dresden
www.panometer-dresden.de
service@panometer-dresden.de

Impressum SachsenSonntag Döbeln und Umgebung

Döbelner Medien GmbH
Telefon: 0341 2181-2660
Telefax: 0341 2181-2695
Geschäftsführung:
Ernst Andreas Pflingsten, Werner Heyer

Kleinanzeigen: 0800 2181040
kleinanzeigen@sachsen-medien.de
Vertriebs-Service: 0341 2181-5425
zustellreklamation@sachsen-medien.de
Redaktionsleitung: Thomas Bothe

Lokalredaktion: Bert Endruszeit
Tel.: 0341 2181-2713
E-Mail: endruszeit.bert@sachsen-medien.de
Sportredaktion: Jens Wagner
Tel.: 0341 2181-2816
E-Mail: wagner.jens@sachsen-medien.de

Layout: Redaktion Sachsen Medien
Satz: Spierling/Computer:Satz GmbH Leipzig
Druck: MZ Druckerei GmbH
Fietze-Schulze-Str. 3 | 06116 Halle (Saale)
Tel.: 0341 2181-2816
E-Mail: wagner.jens@sachsen-medien.de

Anonyme Zuschriften werden nicht veröffentlicht. Jeder Leserbrief muss mit voller Adresse versehen und vom Einsender unterschrieben sein. Die Redaktion behält sich Kürzungen unter Berücksichtigung der presserechtlichen Verantwortung vor.

Zustellung: MPV Medien- und Prospektvertrieb GmbH
Anzeigenschluss: Donnerstag, 11 Uhr
Anzeigenpreisliste: 2026, gültig ab 1. Januar 2026
Erscheinungsweise: wöchentlich am Wochenende



Rittergut Ehrenberg: Blicke hinter die Kulissen



„Giacomo Casanova – Eine Dokumentation des CAMO e.V.“: Gezeigt werden großformatige Bilder-Collagen mit Fotos von Anita und Gernot Berndt sowie aus dem Archiv des CAMO e.V., welche den gesamten Entstehungsprozess des barrierefreien Theaterprojektes bis zur Aufführung dokumentieren. Foto: J. Neumann

EHRENBERG. Auch 2026 öffnet das Rittergut Ehrenberg wieder seine Tore für alle Besucher. Das Pfingstwochenende bietet den Besuchern die Möglichkeit hinter die Kulissen von Werkstätten, Atelier und Ausstellungsräume zu schauen. Geöffnet ist Sonntag, 24. Mai und Montag, 25. Mai jeweils von 13 bis 18 Uhr.

Es ist ein lebendiger Einblick in die vielseitigen Arbeiten des Vereins. Neben den Veranstaltungen kann das Außengelände mit seinen abwechslungsreichen und naturverbundenen Objekten und Klanginstallationen erforscht werden.

Eingebettet im Schlosspark, mit seiner romantischen Atmosphäre und seinen verwunschenen Winkeln, liegt eine kleine Bühne mit ihren schönen Sitzgelegenheiten auf denen man verweilen kann und die Natur genießen zu können. Auch das, nach historischen Vorlagen, gestaltete, Kräuteryrith lädt zum Verweilen und Genießen ein.

Das kleine Museum, in dem die Geschichte des Rittergutes und des Schlosses Ehrenberg dokumentiert ist, die Heimatstube, die viele Alltagsgegenstände aus vergangenen Tagen beherbergt, und die Galerie haben ihre Türen weit geöffnet. Bei Kaffee und Kuchen lässt es sich wunderbar auf der italienischen Flair ausstrahlenden Terrasse plaudern und entspannen.

Am Sonntag, 24. Mai um 15 Uhr wird im Freigelände die Ausstellung „Giacomo Casanova – Eine Dokumentation des CAMO e.V.“ im Freigelände des Kulturzentrums eröffnet. Gezeigt werden großformatige Bilder-Collagen

gen mit Fotos von Anita und Gernot Berndt sowie aus dem Archiv des CAMO e.V., welche den gesamten Entstehungsprozess des barrierefreien Theaterprojektes bis zur Aufführung dokumentieren, und einen seltenen Blick hinter die Kulissen der werkzeugreichen Stätten vermitteln. Sie definieren das gleichberechtigte und achtungsvolle Zusammenspiel von Menschen mit und ohne gesundheitliche Einschränkungen, verschiedener Generationen, differenter Lebensumfelder, vieler unterschiedlicher Nationalitäten und Kulturen. Sie sollen nicht nur bei den Akteuren, sondern auch beim Publikum zu einem Abbau von Barrieren führen. Am Montag, 25. Mai ab 15 Uhr im „Forum der Künste“ zu erleben: „Filmauftritt im Konzert-Ballhaus Tivoli“ – Filmaufzeichnung der Aufführungen des barrierefreien Theaterstückes „Giacomo Casanova“

Ende Februar, Anfang März fand das barrierefreie Theaterstück „Giacomo Casanova“ mit zwei Aufführungen im Konzert- und Ballhaus Tivoli Freiberg seinen erfolgreichen Abschluss. Auch ein Film wurde wieder gedreht, welcher in gekürzter Form zu einem späteren Zeitpunkt im Rahmen von Ausstellungen und Vorträgen dem Publikum gezeigt wird. Das Theaterstück verband Menschen aus unterschiedlichster sozialer, religiöser und kultureller Herkunft, mit und ohne gesundheitlichen Einschränkungen, aus Kriegs- und Krisengebieten ebenso wie professionelle Künstler, Professoren und Ärzte.

Den Wildkräutern auf der Spur

DÖBELN. Wildkräuter für eine wilde Hausapotheke kennenlernen – darum geht es bei einer Kräuterwanderung mit Wildkräuterschmaus und dem Workshop-Teil „Wilde Hausapotheke“ am Samstag, 30. Mai um 13 Uhr. Eine Kräuterwanderung ist mehr als nur ein Spaziergang durch die Natur. Sie eröffnet die Welt der essbaren und heilenden Wildpflanzen und bietet die

Möglichkeit, tief in die Welt der heimischen Pflanzen einzutauchen und dein Wissen über die heilenden Kräfte der Natur zu erweitern. Das Zschopautal beheimatet zahlreiche Wildkräuter und Heilpflanzen, die seit Jahrhunderten geschätzt werden.

➔ **Anmeldung über kontakt@wildgruen.org oder per Telefon 0178 5331323**



Seit 30 Jahren kompetenter Partner für DAF, Iveco und Schmitz Cargobull

SCHOBER GMBH
NUTZFahrzeuge

www.schober-oschatz.de, Ulanenweg 13, 04758 Oschatz
DAF Service Partner™ Iveco Vertragswerkstatt **IVECO DAF**

Der neue Spielplan steht

DAS MITTELSÄCHSISCHE THEATER bietet wieder ein abwechslungs- und kontrastreiches Programm an

MITTELSACHSEN. Das Mittelsächsische Theater hat seinen Spielplan für die Saison 2026/2027 vorgestellt. Auch in dieser Spielzeit bietet das Ensemble wieder ein abwechslungs- und kontrastreiches Programm an: Friedrich Schiller, Giuseppe Verdi, Gerhart Hauptmann und Franz Lehár – große Namen bestimmen zum einen den Spielplan der kommenden Saison des MIT. Zum anderen hält dieser aber auch so manche Überraschung bereit. In dem breiten Angebot zwischen klassischem Schauspiel, überdrehter Komödie, großer Oper, Sinfoniekonzerten, Musical und Operette sowie bei vielfältigen Angeboten für Familien, Kinder und Jugendliche lässt sich für jeden etwas finden.

Verschiedene, zwischen Menschen divergierende Lebensentwürfe und Familienstrukturen, die auseinanderbrechen drohen, stehen im Mittelpunkt des Schauspielplans in der kommenden Saison. Mit typisch britischem Humor macht sich in Bakerville – Ein Sherlock Holmes Krimi der wohl berühmteste Detektive der Literaturgeschichte auf die Suche nach der Wahrheit – wie immer diese auch aussehen mag. Gerhart Hauptmanns seltener zu sehendes Schauspiel Einsame Menschen erzählt von dem Gefühl des Alleinseins selbst in einer Beziehung und der Sehnsucht, aus seinem bisherigen Leben ausbrechen zu können, um etwas Neues zu beginnen. Während der Große Gatsby nach F. Scott Fitzgeralds gleichnamigem Roman in eine Welt der Schönen und der Reichen führt, die längst nur noch Fassade ist und am Ende implodiert, kämpfen in Friedrich Schillers Maria Stuart – in einer neuen Fassung, die auf drei Personen reduziert ist und damit den Kern des Dramas offen legt – zwei Frauen um ihre Selbstachtung.

Mit William Shakespeares Romeo und Julia, dem Musikdrama über July Garland End of the Rainbow, das in Freiberg als Premiere zu sehen sein wird, der Romanadaption Moby Dick nach Herman Melville und der Komödie Der nackte Wahnsinn von Michael Frayn bleiben weitere Produktionen der jetzt noch laufenden Saison im Repertoire des Schauspielensembles des MIT.

Ein besonderes Anliegen ist die Produktion Der alte König in seinem Exil nach dem Roman von Arnold Geiger, der sich mit dem in unserer Gesellschaft oft verschwiegenen, aber immer wichtiger werdenden Thema Demenz befasst. In diesem Monolog zeigt sich, wie gerade familiäre Erinnerungen ein Band im Moment des Vergessens sein können. Ergänzt wird diese spartenübergreifende Inszenierung durch den musikalischen Teil Musik für die Sinne, der in seiner Form und Sprache für an Demenz erkrankte Personen konzipiert ist und auch mobil von Einrichtungen gebucht werden kann.

Mit den beiden Opern Der Kaiser von Atlantis und Der zerbrochene Krug von Viktor Ullmann finden sich zwei Kompositionen aus der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts im Spielplan des Mittelsächsischen Theaters. Die



Das Mittelsächsische Theater stellte seinen Spielplan vor.

Foto: PM

beiden Opern über Willkür und Machtmissbrauch des jüdischen, von den Nationalsozialisten verfolgten und ermordeten Komponisten sind gleichzeitig auch der Beitrag des MIT zu der Veranstaltungsreihe Tacheles 2026 – Jüdische Kultur in Sachsen. Bonnie und Clyde werden ab Ende November in Frank Wildhorns gleichnamigen Musical die Theater in Freiberg und Döbeln unsicher machen. Ab Mitte März tanzt – hoffentlich zur Freude des Publikums – in Andrew Lipnter zu sehendes Musical Addams Family gemeinsam mit ihren Ahnen auf den Gräbern und bringt bei den Musicalfestspielen dieser Saison die Nikolaikirche zum Beben. Mit Verdis La Traviata kehrt im Frühjahr 2027 eine der populärsten Opern zurück in das Repertoire des Theaters. Eine besondere Herausforderung stellt die konzertante Aufführung von Richard Wagners Romantischer

Oper Der fliegende Holländer dar, die in drei Aufführungen im Innenhof des Freiburger Schlosses bei den Sommernächten zu sehen sein wird. Neben einem hochkarätigen Solistenensemble werden bei dieser Produktion auch mehrere Chöre aus der Region mitwirken.

MUSICAL „CABARET“ WIRD ZU SEHEN SEIN

Darüber hinaus wird das Musical Cabaret von John Kander und Fred Ebb ebenso wieder zu sehen sein wie der Doppeloperabend mit Giacomo Puccinis Gianni Schicchi und Ruggero Leoncavallos Der Bajazzo, der in Döbeln als Premiere zu erleben sein wird. Außerdem bleibt als Angebot für Schulen und Familien auch die Kurzfassung von Engelbert Humperdincks Märchenoper Hänsel und Gretel im Repertoire des MIT.

Spätromantische Musik etwa von Johannes Brahms, Anton Bruckner, Richard Strauss und Peter Tschaikowsky, ungewöhnliche Soloinstrumente wie Tuba und Bratsche sowie Werke von Komponistinnen wie Missy Mazzoli, Elsa Barraine und Fanny Hensel prägen den Konzertspielplan der kommenden Saison. Daneben wird die Mittelsächsische Philharmonie aber auch Werke der Klassiker Wolfgang Amadeus Mozart, Franz Schubert, Joseph Haydn und Ludwig van Beethoven interpretieren.

Der Spielplan unseres Jungen Theaters JuT! wird sich mit Themen wie Mut und Toleranz sowie der Stärke, die man aus couragiertem Verhalten gewinnen kann, auseinandersetzen. In unserem Winterstück etwa tritt mit Pippi Langstrumpf das stärkste Mädchen der Welt die Bühnen des MIT: Pippi plündert den Weihnachtsbaum nach dem

Kinderbuchklassiker von Astrid Lindgren verspricht ein turbulentes Abenteuer in der Vorweihnachtszeit zu werden. Das Jugendstück Astronauten von Milan Gether, das ab September mobil in Mittelsachsen unterwegs sein wird, setzt sich auf subtile Weise mit dem Thema Mobbing auseinander und beleuchtet dabei die Wirkung, die dieses Verhalten sowohl auf die Opfer als auch auf die Täter ausübt. An die Jüngsten richtet sich das ebenfalls mobile Kinderstück Irgendwie anders nach dem Bilderbuch von Kathryn Cave – eine wunderbare Geschichte über Freundschaft, Mut und die Bestätigung, dass es gut ist, irgendwie anders zu sein. Und natürlich wird neben den erfolgreichen Baby- und Kinderkonzerten auch der liebenswerte Anglerfisch Gunnar und sein Freund, die Krake Enrico, uns in Kai Panpens Kinderstück Flunkeln im Dunkeln in die neue Saison begleiten.

FAMILIENSTÜCK AUF DER SEEBÜHNE

Nach der positiven Erfahrung aus der Spielzeit 2024/2025 wird das MIT auch in der Saison 2026/2027 auf der Seebühne an der Talsperre Kriebstein neben unserer Neuinszenierung von Franz Lehárs Erfolgsoperette Das Land des Lächelns wieder ein Familienstück anbieten: In einem Musical von Marc Schubring und Wolfgang Adenberg nach Erich Kästners Kinderbuchklassiker Emil und die Detektive wird im Sommer der Titelheld auf der Seebühne auf Verbrecherjagd gehen.

Gretel überzeugt die Jury

Leipzig vertritt Sachsen beim Finale des **VORLESEWETTBEWERBS**

GRIMMA. Die diesjährige sächsische Landessiegerin im Vorlesen steht fest: Gretel Kopp, Schülerin des Gymnasiums der Robert-Schumann-Schule in Leipzig, setzte sich beim Landesentscheid in Grimma kürzlich gegen sechs Mitbewerberinnen und Mitbewerber durch. Mit einer souverän gelesenen Passage aus „Sally Jones – Mord ohne Leiche“ von Jakob Wegelius überzeugte Gretel die Landesjury und vertritt nun Sachsen beim Bundesfinale des 67. Vorlesewettbewerbs des Deutschen Buchhandels am 24. Juni.

Unter den sechs Schülerinnen und Schülern, die im Landesfinale Sachsen gegeneinander antraten, waren zwei Kinder aus dem Regierungsbezirk Leipzig: Annika aus Zwenkau und die Landessiegerin Gretel aus Leipzig. Konrad aus Glauchau, Marco aus Wilkau-Haßlau, Jonathan



Gretel Kopp setzte sich beim Landesentscheid in Grimma gegen sechs Mitbewerberinnen und Mitbewerber durch. Foto: Thomas Kube

aus Freital und Linda aus Dresden vervollständigten die Gruppe.

Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer zeigten hervorragende Lesefertigkeiten und machten es der Jury nicht leicht. In der ersten

Leserunde stellten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ein selbst gewähltes Buch vor und lasen drei Minuten daraus. In der zweiten, in der völlig unvorbereitet ein fremder Text gelesen wurde, stand das Buch

„Der Sommer, in dem mich der Blitz traf“ von Lauren Wolk im Mittelpunkt. Durch einen Punktegleichstand in Runde zwei musste sogar noch eine dritte Runde folgen. Dort lasen die Kinder – passend zum Jubiläumsjahr des Autors – eine Passage aus James Krüss’ „Timm Thaler“.

Für die 16 Landeswettbewerber hatten sich bundesweit 156 Schülerinnen und Schüler qualifiziert. An den vorangegangenen regionalen und schulischen Vorrunden nahmen am diesjährigen Vorlesewettbewerb insgesamt mehr als 560 000 Sechstklässlerinnen und Sechstklässler an rund 7200 Schulen teil.

➔ **Das abschließende Bundesfinale mit den 16 Landessiegerinnen und -siegern findet am 24. Juni, ab 11 Uhr statt. Die Veranstaltung wird live gestreamt.**

21. Handwerker- und Töpfermarkt

Am 30./31. Mai in Markkleeberg am Cospudener See / Pier 1

21. Handwerker- u. Töpfermarkt am 30./31. Mai in Markkleeberg am Cospudener See / Pier 1. Es kommen wieder 80 Töpfer und Kunsthandwerker aus ganz Deutschland, um ihre ausnahmslos selbst hergestellten Arbeiten zu verkaufen. Die Besucher finden bei den 70 Töpfern eine Riesenauswahl an Keramik, Gebrauchsgeschirr wie Tassen, Teller, Kannen – natürlich auf der Töpferscheibe gedreht, aber auch Gartenkeramik und künstlerische Einzelobjekte für Haus und Garten in allen Formen und Farben.

Verschiedene Brenntechniken machen das Töpferhandwerk aus, gebrannt im Elektroofen, Freibrand mit Holz oder RAKU, einer alten japanischen Brenntechnik. Unter den Kunsthandwerkern sind

Korbflechter, Schmied, Glasgestalter, Schmuck, Holzarbeiten und Textiles. Es gibt Handwerksvorführungen wie Drehen an der Töpferscheibe, Drechseln und Korbflechten. Hier finden Sie noch echtes Handwerk! Beide Tage von 10.00 - 18.00 Uhr geöffnet, Eintritt frei!



Veranstalter:

Töpferhaus Großpönsa,
Peggy Nothnagel,
Grimmaische Str.7,
04463 Großpönsa,
Tel.: 034297/146 940,
E-Mail: p.noethnagel@gmx.de,
www.toepferhaus-grosspoesna.de

SONNTAGSFRÜHSTÜCK

Vom Geburtshelfer zum lebenslangen Freund

SEBASTIAN SCHORR über seinen Weg in den Leipziger Zoo, seine Erlebnisse mit den Orang Utans und eine leidenschaftliche Herausforderung

LEIPZIG. Richtig, richtig spannend war es immer, wenn seine beiden Cousins von ihrer täglichen Arbeit als Tierpfleger erzählten – daran kann sich Sebastian Schorr noch ganz genau erinnern. „Das machte mir richtige Lust, mal in ihre Fußstapfen zu treten und ich bin heute noch von dem Entschluss beseelt“, erzählt der Leipziger. Also gesagt, getan: Nach der Schule startete er 1988 seine Lehre als Tierpfleger im Leipziger Zoo und landete beim Team der Orang Utans. Ein – nun ja – Zufall, der bis heute sein Leben bestimmt. Etwa als Vorsitzender des Vereins „Orang Utans in Not“



Da war er damals, ganz neu im Zoo, der junge Sebastian Schorr. Neugierig und gespannt, ständig mit offenen Augen und Ohren, damit er ja nichts verpasste. Gut so – denn so war er nach ein paar Monaten bei einem Ereignis dabei, das noch heute so lebendig in ihm steckt, „als sei es gestern gewesen“, wie er sagt. Er war dabei bei der Geburt einer Affenfame, die Pini genannt wurde: Da habe er sehr aufmerksam beobachtet, wie die Tierpfleger sie dabei unterstützten.

DER GEBURTSHELFER VON PADANA

Nach vielen Jahren sollte sich da ein Kreis schließen: Die noch junge Pini brachte unter komplizierten Bedingungen ein Mädchen zur Welt und diesmal war Sebastian Schorr ihr Geburtshelfer. Schon nach Tagen erlebte er, wie liebevoll sich die junge Mutter um ihre kleine Pa-

dana kümmerte. Ach ja – beide erfreuen sich mit ihren Artgenossen noch heute im Leipziger Zoo ihres Lebens.

Und so fügte sich eins zu anderen: Jahre nach seiner Lehre – die er mit Bravour absolvierte – delegierte ihn der Leipziger Zoo ein halbes Jahr zum Partnerzoo nach Vietnam. Und dies dann auch gleich dreimal. Da gab Sebastian Schorr seine Erfahrungen bei der Ernährung und Pflege weiter. Zeigte, wie kleine Affchen, die keine Mutter mehr hatten, mit der Hand aufgezogen werden können. Ach, diese vielen Erfahrungen! Von denen erzählte er natürlich seinen Leipziger Kolleginnen und Kollegen. Von der Freude und Dankbarkeit der vietnamesischen Kollegen. Natürlich auch davon, wie er auf eigene Faust seine Lieblinge – klar, die Orang Utans! – in Sumatra während eines Urlaubs besuchte. „Das war für mich so bezaubernd, die Orang Utans, die uns Menschen so erstaunlich ähneln, erstmals in freier Wildbahn zu erleben“, erinnert er sich.

Und so war es auch ganz klar, dass Sebastian Schorr vor 19 Jahre Vereinsmitglied wurde – und zwar, als er von dem gemeinnützigen Verein „Orang Utans in Not“ erfuhr, der sich Ende 2007 in Leipzig gegründet hatte. Mit dem Ziel, sich um den Schutz und Erhalt der letzten freilebenden Orang Utans in Borneo und Sumatra mit zu kümmern. Auch so ein ganz wichtiger Schritt: Mit großer Hochachtung spricht er von der Vereinsvorsitzenden Dr. Julia Cissewski. Von ihrem fachlichem Wissen in der Primatenforschung, von ihrem Elan, mit



Unterwegs im Regenwald: Der Leipziger Tierpfleger und Orang-Utan-Freund Sebastian Schorr war vor Ort in der Lebenswelt der Menschenaffen unterwegs. Foto: privat

dem sie die an die 200 Mitglieder ansteckte, um Projekte vor Ort und bei uns die Umweltbildung zu unterstützen.

So entstand auf Sumatra ein weltweit einzigartiges Objekt, der so genannte Orangutan

Haven: Das ist ein umfangreiches Gehege, auf dem alte Tiere – blind oder schwerst behindert und damit nicht mehr für ein Leben in der Wildnis gerüstet – auf begrünten Inseln mit Bäumen, Seilen und Nest-Plattformen gehegt und gepflegt werden. Und dieser Haven – auf deutsch Oase – ist aber noch weit mehr, nämlich auch ein Bildungszentrum. Er sensibilisiert die Menschen für die Bedrohung des Regenwaldes, vermittelt Wissen zur Artenvielfalt und des Klimawandels, zeigt konkrete Handlungsoptionen auf. Die nachhaltige Architektur aus Bambus setzt Maßstäbe im ökologischen Bauen.

Es entstand auch eine Auffangstation in der Nähe von Medan (Sumatra), in denen Affen-Waisen, die bei Familien lebten, oder im Regenwald gefunden wurden, untergebracht und auf ein Auswilderung vorbereitet werden. Auch die 45 000 Bäume, mit denen Re-

genwald zum Beispiel im Lamandau River Wildlife Reserve auf Borneo aufgeforstet werden, gehören zu den Projekten des Vereins. Und in der Heimatstadt Leipzig veranstaltet man Projektstage und -wochen an

„Dr. Julia Cissewski hat so viel bewegt. Ich kann nur versuchen, in ihren übergroßen Fußstapfen zu bestehen.“

Sebastian Schorr
Vorsitzender des Vereins
„Orang Utans in Not“

Kindergärten und Schulen, bietet kostenloses Lehrmaterial, hält Vorträge, sammelt Spenden. Die beispielsweise im Jahre 2023 inklusive von Fördermitteln stattliche 525 000 Euro einbrachten, wie Projektmanager

Markus Menke erzählte. Und dann passierte Anfang Januar 2025 etwas Unglaubliches, geradezu Schockierendes: Dr. Julia Cissewski – die Vereinsvorsitzende und Wissenschaftlerin im Max Planck Institut, mitten im Leben stehend – starb ganz plötzlich. Alle im Verein „Orang Utans in Not“ waren einfach fassungslos. Sebastian Schorr erging es ebenso. „Ich habe es bis heute nicht verarbeitet. Weshalb ist die große Affenschützerin so zeitig von uns gegangen? Sie hat so viel bewegt, so viele Projekte zum Schutz der Orang Utans in Gang gebracht. Ich kann nur versuchen, in ihren übergroßen Fußstapfen zu bestehen.“

ZU BESUCH AUF SUMATRA: DER „FLIRT“ MIT DEN ORANG UTAN

Dies sagt Sebastian Schorr als jener Mensch, der nun im Verein das Sagen hat. Und zwar als der von allen Mitgliedern gewählte

Vorsitzende. Eine Herausforderung und eine Erfüllung zugleich: Vor Monaten besuchte er die vom Verein unterstützten Hilfsprojekte auf Sumatra, war im Regenwald, „flirtete“ mit Orang Utans, ging von Dorf zu Dorf und freute sich, wie die Kinder auf die Umwelt achten, die Farmer nachhaltiger wirtschaften, gegen die Waldrodung aufstehen.

Wer eine Reise macht, hat viel zu erzählen – auch so eine Aufgabe, die er richtig ernst nimmt: Deshalb er schon im März über diese Reise berichtet, vor den Freunden des Leipziger Zoo. Und ein nächster Termin steht auch schon fest (der zeigt, wie weit die Aktivitäten des Vereins über die Stadtgrenzen der Messestadt hinaus reichen): Am 19. August, zum Welttag der Humanitären Hilfe wird er im Rosentor Zoo über seine Erlebnisse berichten.

Manchmal kreisen seine Geschichten auch im eher kleineren Kreis. Im Gondwanaland zum Beispiel – denn seit Eröffnung der Tropenhalle im Leipziger Zoo ist der Tierpfleger unter dem markanten Dach mit großer Freude tätig. Und ab und an sagt er mal „Hallo“ bei Pini und Padana, den beiden Damen im Affenhaus. Denn die Beiden – Mutter und Tochter – seien ihm aus genannten guten Gründen richtig ans Herz gewachsen.

MANCHMAL MUSS ES EINFACH DIE KOCHSCHÜRZE SEIN

Das Schöne dabei: Auch die Lebensgefährtin Pauline kann Sebastian Schorr völlig verstehen kann. Denn sie arbeitet selbst im Leipziger Zoo. Und ist deshalb genauso drauf wie er. Diese Harmonie gibt es dann auch im Privaten: Wenn sich dann „ihr“ Sebastian gern mal die Kochschürze umbindet, um Vegetarisches oder eine Pizza zuzubereiten, ist das für sie immer eine echte Sternstunde. Und im Urlaub da gehts an die Ostsee oder nach Australien – zum Wandern und Klettern hat man die Natur in Leipzig beinahe vor der eigenen Haustür. Ebenso wie zum Fahrradfahren die Leipziger Seen. Immer mit dabei hat Sebastian Schorr dann seine Kamera: Eine spätere Erinnerung an Erlebtes, das hat schon was für sich.

Letzte Frage: Und was steht bei ihm zum Sonntagsfrühstück auf dem Tisch? „Ein gekochtes Ei, Brötchen und eine Tasse schwarzer Tee.“

TRAUDEL THALHEIM

Infos:
www.orang-utans-in-not.org

KRESS
MODEZENTRUM

Spare mit der App!

20%^{*}
RABATT

mit der KRESS APP
oder mit der KRESS TREUEKARTE

*Rabatt gilt auf nicht reduzierte Ware bei Vorzeigen der KRESS App oder Treuekarte sowie bei Neuregistrierung in der KRESS App im Aktionszeitraum. Ausgenommen sind klassische Herren-Hemden/-Anzüge sowie die Marke Apricot. Aktionen sind nicht kombinierbar.

KRESS Modezentrum Döbeln
Gewerbegebiet Ost

Mo - Fr 10.00 - 19.00 Sa 10.00 - 18.00 Uhr

KRESS
MODEZENTRUM
TREUEKARTE

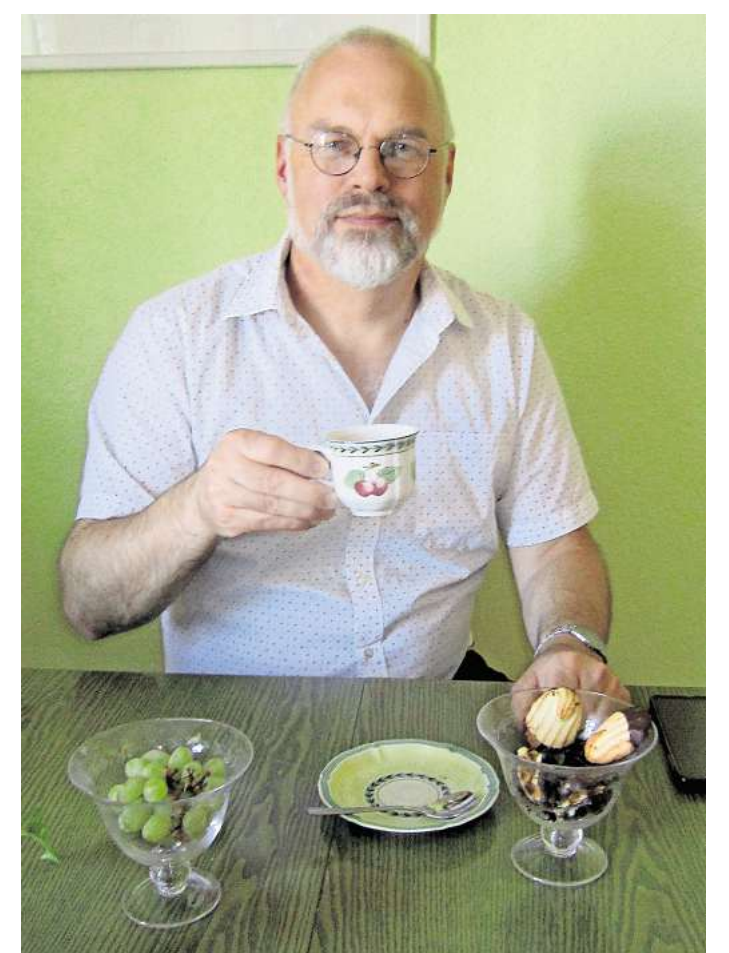
Mein KRESS.
Meine App.
Meine Vorteile.

P KRESS Kunden
parken kostenlos
direkt am Geschäft

www.kress-mode.de



Zu Hause in der Auffangstation auf Sumatra: „Brenda“ ist sieben Jahre als und der Paten-Orang-Utan des Leipziger Vereins um Sebastian Schorr. Foto: Orang Utans in Not



Und was gibt's zum Sonntagsfrühstück bei Sebastian Schorr? Natürlich schwarzen Tee! Foto: Traudel Thalheim

Mit Hochprozentigem werden Sie den Schimmel los

Entdeckt man ihn **IN ZIMMERECKEN ODER HEIZKÖRPERNISCHEN** ist der Schreck oft groß: Schimmel ist unansehnlich und kann auf Dauer der Gesundheit schaden. Doch manchmal hilft etwas ganz Einfaches.

Schimmel in der Wohnung? Wünscht sich niemand. Doch es gibt auch eine gute Nachricht: Kleinere Schimmelflächen unter einem halben Quadratmeter können Sie laut der Verbraucherzentrale Bremen gut selbst entfernen. Dafür braucht man vor allem eines: Alkohol – und zwar mindestens 70-prozentigen.

Wichtig außerdem: Schutzkleidung. Das Umweltbundesamt empfiehlt Schutzhandschuhe aus Kunststoff und Atemschutz, um die Schimmelpilzsporen nicht einzusatmen. Auch spezielle Staub-Schutzbrillen und gegebenenfalls ein Einwegschutzanzug, den man danach entsorgt, sind eine gute Idee.

Decken Sie schwer zu reinigende Gegenstände wie Sofas vor den Arbeiten ab oder tragen Sie sie aus dem Raum. Auch Lebensmittel oder Kinderspielzeug und Kleidung sollte man vorher wegräumen.

Alkohol ganz einfach aufpinseln

Kleinen Flecken auf porösen Oberflächen kann man dann mit einem Pinsel zu Leibe rücken – und damit den 70-prozentigen Ethylalkohol auftragen. Die DIY Academy in Köln rät, die mit Alko-



MIT 70-PROZENTIGEM ETHYLALKOHOL soll sich kleinflächiger Schimmelpilz in der Wohnung beseitigen lassen.

Foto: Andrea Warnecke

hol behandelten Stellen anschließend mit Wandfarbe zu überstreichen. Damit würden die abgetöteten Pilze so fixiert, dass sie sich auch nach dem Trocknen des Alkohols nicht mehr lösen.

Tapete zunächst anfeuchten

Hat sich der Schimmel auf Tapete gebildet, werden die belasteten Stellen zunächst mit Wasser angefeuchtet und dann abgezogen. Das Anfeuchten sorgt der DIY

Academy zufolge dafür, dass möglichst wenige Schimmelpilzbestandteile freigesetzt werden. Die feuchte Tapete am besten vor dem Entfernen noch mit Folie abkleben, so dass die Sporen sich nicht ver-

breiten können. Sie haben größere Flächen mit Schimmel in der Wohnung? Dann ist es besser, eine Fachfirma zu beauftragen. Finden lassen sich entsprechende Experten etwa über die Suchfunktion auf der Webseite

des Bundesverbands Schimmelpilzsanierung.

Temperatur und Luftfeuchtigkeit im Blick haben

Vorbeugen ist auch beim Schimmel besser als nachsorgen. Das tut man der Verbraucherzentrale Bremen zufolge, indem man die Lufttemperatur und die relative Luftfeuchtigkeit in

den Räumen im Blick behält –

und gegebenenfalls entsprechend lüftet und heizt.

Die Temperatur sollte 16 Grad nicht unterschreiten und die relative Luftfeuchtigkeit in Innenräumen bei maximal 55 bis 60 Prozent liegen. Ein Thermo-Hygrometer zeigt beide Werte an. **DPA**

STOP KUNSTSCHMIEDE

Stop-Kunstschmiede
Zäune aus Polen

INDIVIDUELL. MODERN. LANGLEBIG.

10% RABATT IM JUNI!
CODE: Zaun10

SCHMIEDE-ZÄUNE
Klassisch & zeitlos

DOPPELSTAB-MATTENZÄUNE
Stabil & zuverlässig

WPC-ZÄUNE
Pflegeleicht & langlebig

TORE & PFORTEN
Sicher & komfortabel

Individuell. Modern. Langlebig.

+49 174 7263005
+49 152 04568661

info@stop-kunstschmiede.de

www.stop-kunstschmiede.de

Planung, Bau und Wartung von vollbiologischen Kläranlagen

BERGZOG
KANALREINIGUNGS-GmbH

04749 Jahnatal · Gutsweg 2
www.kanalreinigung-bergzog.de

Kanal- und Rohrreinigung

TV-Kanalinspektion

Dichtheitsprüfung

Fett-/Ölabscheiderentsorgung

DRINGEND ROHRREINIGER UND LKW-FAHRER (M/W/D) GESUCHT

24-h-Notdienst ☎ 034324 22088

SOLANGE WIE MÖGLICH ZU HAUSE LEBEN

NEUE BARRIEREARME DUSCHE IN 2 TAGEN



DUSCHKING BAUT DAS BAD FÜRS LEBEN

Viele Menschen stellen im Alter fest, dass sie sich in ihrem eigenen Badezimmer nicht mehr wohlfühlen. Die tägliche Körperpflege wird erst zur Anstrengung, dann schließlich zu einer nicht zu unterschätzenden Gefahr, wenn Standfestigkeit und Gleichgewichtssinn weiter nachlassen.

Die mit diesem Gefühl verbundene Angst wird immer greifbarer:
Ich kann hier nicht mehr lange wohnen bleiben!

Doch diese Angst ist unbegründet.

Mit dem innovativen Duschking-Sanierungskonzept verwandeln wir Ihr altes Badezimmer in eine barrierearme und sichere Wohlfühl-Oase – und das innerhalb weniger Tage.

SCHAUTAG am 31. Mai 2026
von 10 bis 16 Uhr
Döbeln, Bahnhofstraße 23b

IN 4 SCHRITTEN ZUM BARRIERE- ARMEN BAD

1. **TERMINVEREINBARUNG:** Rufen Sie uns an, schreiben Sie uns eine E-Mail oder besuchen Sie uns in unserem Geschäft.
2. **BERATUNG UND ANGEBOTSERSTELLUNG:** Anhand mitgebrachter Bilder und Skizzen ihres Badezimmers erstellen wir einen ersten Entwurf und machen Ihnen ein Angebot.
3. **PRÜFUNG UND TERMINABSPRACHE:** Nach technischer Abstimmung vereinbaren wir den Montagetermin.
4. **MONTAGE:** Wir kommen zum vereinbarten Termin, sanieren Ihr Badezimmer und schaffen für Sie neue Lebensqualität.

ANGEPINNT

KNEPPER UMZÜGE

Umzüge
Beräumung
Lagerung
Küchenmontage

Querweg 4, 04749 Jahnatal
knepper-umzuege@t-online.de
www.knepper-umzuege.de

UNSERE ERFAHRUNG MACHT IHREN UMZUG LEICHTER!

KOSTENFREIE SERVICE-RUFNUMMER
0800 - 6644981



GEMEINDE ZU BÖRTEWITZ
Börztz e.V.
"Traditionen leben, Gemeinschaft stärken, Zusammenhalt fördern!"

3. Kinder- & Dorffest

06. - 07. Juni 2026
in Börtewitz

Samstag 06.06.26 ab 10 Uhr bis 17 Uhr

- Hüpfburgen
- Kinderschminken
- Flohmarkt
- Ponyreiten 13 Uhr bis 17 Uhr
- Softis & Zuckerwatte
- Kaffee & Kuchen
- Bier vom Fass
- Speisen vom Grill
- selbstgebackenes Brot
- verschiedene Aussteller
- u.v.w.

Vorverkauf bei Eventim / Abendkasse
ab 19 Uhr Einlass / 20 Uhr Beginn

Live-Act (Andreas Gabalier Double)
Gabalier Double Kevin
+ Support Rock'n'Roll Döbeln e.V.

Hier geht es zum Vorverkauf!
eventim

Sonntag 07.06.26 ab 10 Uhr
• Frühschoppen mit Blasmusik

Das Kinder- & Dorffest findet bei jedem Wetter statt!!!

boertz.e.v. Neue Straße 41 | 04703 Börtewitz boertz.e.v@gmx.de Börztz e.V.

PORTAS TREPPEN RENOVIERUNGEN

12 Jahre Herstellergarantie

Stufe-auf-Stufe-System
Infinity-Line

Joachim Herzog GmbH Renovierungsservice
Lindenstr. 9
04749 Jahnatal / OT Rittmütz
☎ 034324 - 212 49
✉ herzog.portas.de

PORTAS®
Aus Liebe zum Handwerk seit 1974

AUTOMOBILE REVERS

Reparaturen aller Art
PKW & Busse bis 3,5 t

AUTOWERKSTATT REVERS

Tel. 0172/7753738
und 0172/2472090
Hainichener Chaussee 9
04736 Waldheim/OT Heyda

Öffnungszeiten
Mo-Fr. 8.00-18.00 Uhr
Sa. nach Vereinbarung

FACHGERECHT - PROFESSIONELL - PREISWERT

25 Jahre Kinderhaus Sitten

Tag der offenen Tür

Dienstag, 23. Juni 2026
14:00 - 17:00 Uhr

Chronik-Ausstellung
Bilder und Dokumente aus 25 Jahren

Kaffee & Kuchen
in unserer Cafeteria

UNSERE NÄCHSTE PINNWAND ERSCHEINT AM 27. JUNI 2026

ENERGIE WECHSELN. FREIBAD GENIEßEN.

www.stadtwerke-döbeln.de

NEUKUNDEN ERHALTEN 10 FREIKARTEN FÜR DAS STADTBAD DÖBELN.

WECHSEL CODE SCANNEN

Stadtwerke Döbeln
☎ 03431 7215 - 300





Im Noschkowitzer Wald

80's & 90's Party & Schlager

Am Pfingstsonntag, den 24. Mai 2026
Ab 20.00 Uhr Eintritt 5,00€

Bad Habit e.V.

Viel los auf der Muldeninsel

Das war die **DÖBELNER KULTURNACHT 2026** / Termin fürs nächste Jahr steht bereits fest

DÖBELN. Am 13. Mai fand die dritte Döbeler Kulturnacht statt. Trotz wechselhaftem Wetter war das Event auf der Muldeninsel erneut ein voller Erfolg. An über 20 Orten wurde ein vielfältiges Angebot an Musik, Kunst, Theater, Tanz, Akrobatik und Workshops gezeigt.

„Trotz des Wetters war überall reger Andrang in der Stadt. Das Konzept mit vielen kleinen Indoor-Locations hat sich bewährt“, sagt Fabian Klaproth aus dem Organisationsteam. „Es ist schön zu sehen, dass sich das Format insgesamt so gut etabliert hat. Ein großer Dank gilt natürlich allen Mitwirkenden, sowohl Künstlern, Kulturschaffenden als auch den Vereinen für die Unterstützung und das Mitwirken.“

Der Termin für nächstes Jahr steht auch bereits fest. Am 28. Mai 2027 steigt die vierte Döbeler Kulturnacht.



Die Döbeler Kulturnacht Döbeln bot für jeden etwas.

Foto: Michele Scognamiglio

Jobmarkt: Bei Männern zeigt sich Saisoneffekt

MITTELSACHSEN. Die Arbeitslosigkeit im Landkreis Mittelsachsen ist im Monat April im Vergleich zum Vormonat März um 208 Personen gesunken. Damit sank die Arbeitslosenquote im April geringfügig um 0,1 Prozent. Sie beträgt jetzt 6,1 Prozent. Vor einem Jahr lag sie noch bei 5,7 Prozent, wie die Arbeitsagentur Freiberg informiert.

Im April waren 9400 Frauen und Männer in Mittelsachsen arbeitslos (Vormonat: 9608). Im Vergleich zum Vorjahr liegt die Arbeitslosigkeit um 7,2 Prozent beziehungsweise 631 Personen höher. Die Arbeitslosigkeit sank im Vergleich zum Vormonat in

allen Regionen des Agenturbezirks, am stärksten mit 2,8 Prozent in Döbeln, in Freiberg um 2,5 Prozent und in der Region Hainichen um 1,1 Prozent.

Die Arbeitslosenquoten sind unterschiedlich im Landkreis. Im Raum Hainichen (mit Mittweida) liegt sie bei 5,4 Prozent, in Freiberg bei 6,1 Prozent und in der Region Döbeln bei 6,9 Prozent.

Neu beziehungsweise erneut arbeitslos meldeten sich im April im Landkreis 1720 Personen. Davon wurden 555 nach vorheriger Erwerbstätigkeit und 402 nach einer Ausbildung oder einer Maßnahme arbeitslos. Demgegenüber standen 1927

Personen, die ihre Arbeitslosigkeit beendeten. 708 von ihnen nahmen eine Beschäftigung auf, 501 eine Ausbildung oder Maßnahme.

„Insbesondere bei den Männern zeigt sich der Saisoneffekt. Durch die leichte Frühjahrsbelebung auf dem regionalen Arbeitsmarkt haben sich zahlreiche Menschen aus der Arbeitslosigkeit abgemeldet, die nun wieder in der Baubranche, in der Land- und Gartenwirtschaft oder im Verkehrs- und Logistikbereich arbeiten“, erklärt Kathrin Groschwald, Vorsitzende der Geschäftsführung der Agentur für Arbeit Freiberg, den leichten

Rückgang der Arbeitslosenzahlen. Das sei ein ermutigendes Signal und zeige, dass die Beschäftigungschancen für erfahrene Fachkräfte gut sind, weil sie gebraucht werden. „Gleichzeitig mahnt der Stellenrückgang im Vergleich zum Vormonat zur Vorsicht“, so Groschwald. Die Nachfrage nach Arbeitskräften schwankte, was auf die zunehmende Zurückhaltung der Unternehmen hindeutete. Die Unternehmen würden angesichts wirtschaftlicher Unsicherheiten deutlich vorsichtiger agieren, Stellen abbauen oder nur noch passgenaue Arbeitnehmer suchen. **OBÜ**

OPHIRUMDeutschlands größter FilialistGOLDFUXX

REKORDSTÄNDE IM GOLDPREIS! JETZT IHR ALTGOLD VERKAUFEN!

WIR SIND FÜR SIE VOR ORT IN

LEIPZIG
RICHARD-WAGNER-STR. 10

OPHIRUM
ERFURT
Thomasstr. 84
99084 Erfurt

OPHIRUM
DRESDEN
Königstr. 3
01097 Dresden

GOLDFUXX
COTTBUS
Strasse der Jugend 114
03046 Cottbus

WIR STELLEN EIN!
JETZT BEWERBEN:

www.ophirum.de

Gesundheit

ANZEIGE



Schmerzen?

Schmerzen entstehen dort, wo es uns weh tut. Allerdings sorgt erst unser Gehirn dafür, dass wir den Schmerz auch wahrnehmen. Zur schnellen Schmerzbekämpfung sollte man daher lokal und zentral ansetzen. Genau deshalb haben Wissenschaftler der Marke Spalt vor vielen Jahren die Spalt Schmerztabletten entwickelt: eine einzigartige Kombination aus 300 mg ASS und 300 mg Paracetamol. Der bewährte Wirkstoff ASS (Acetylsalicylsäure) setzt lokal am Ort des Schmerzgeschehens an, während Paracetamol dem Schmerz zentral im Gehirn entgegenwirkt. Die schmerzstillende Wirkung ist stärker als nach Einnahme der Einzelsubstanzen und die Nebenwirkungen sind geringer als bei vergleichbar dosierten Monopräparaten mit ASS.

Nicht umsonst vertrauen Schmerzgeplagte seit über 88 Jahren auf Spalt: **Spalt schaltet den Schmerz ab – schnell!**

Für Ihre Apotheke:
Spalt Schmerztabletten
(PZN 08689834)



www.spalt-online.de

SPALT SCHMERZTABLETTEN. Für Erwachsene bei: akuten leichten bis mäßig starken Schmerzen. Schmerzmittel sollen längere Zeit oder in höheren Dosen nicht ohne Befragen des Arztes angewendet werden. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! www.spalt-online.de
• Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

NEU

Stress – Cortisol – Magnesiummangel: ein biochemischer Teufelskreis

Was Stress mit dem Cortisolspiegel zu tun hat und welche Rolle Magnesium dabei spielt

Stress löst im Körper eine Kettenreaktion aus: Der Cortisolspiegel steigt, die Muskeln spannen sich an, der Magnesiumverbrauch kann steigen. In stressigen Phasen kann es deshalb sinnvoll sein, Muskeln, Nerven und Psyche mit Magnesium zu unterstützen.

Voller Terminkalender, familiäre Verpflichtungen, Alltagsorgen: Stress ist für viele zum Dauerbegleiter geworden. Häufige Folgen sind Probleme beim Einschlafen, Verspannungen oder Erschöpfung. Dass dies zum Teil auch Symptome eines Magnesiummangels sein können, ist kein Zufall.

Magnesium für Nerven, Psyche und Muskeln

Das wertvolle Mineral unterstützt eine normale Funktion des Nervensystems, eine normale Muskel- und psychische Funktion. Anhaltender Stress jedoch kann den Magnesiumhaushalt auf zwei Wegen gleichzeitig belasten:

1. Erhöhter Verbrauch
Studien zeigen einen Zusammenhang zwischen Stress und



erhöhtem Magnesiumbedarf.¹ Magnesium trägt dazu bei, die Erregbarkeit von Nervenzellen zu regulieren, sodass nicht jeder Reiz sofort als Stresssignal ans Gehirn weitergeleitet wird.

2. Vermehrte Ausscheidung
Unter normalen Bedingungen werden mehr als 95 Prozent des in der Niere filtrierten Magnesiums wieder vom Körper aufgenommen. Stress kann dazu führen, dass bis zu

30 Prozent mehr Magnesium ausgeschieden werden.²

Ein Teufelskreis: Stress kann sowohl den Magnesiumverbrauch als auch dessen Ausscheidung erhöhen. Ma-

gnesiummangel kann anfälliger für Stress machen.¹

Neu von der Expertenmarke Baldriparan
Um diesen Teufelskreis zu durchbrechen, kann eine geziel-

te Unterstützung sinnvoll sein. Mit jahrzehntelanger pharmazeutischer Expertise hat Baldriparan einen Premium-Magnesium-Komplex entwickelt. Baldriparan Magnesium PLUS enthält eine durchdachte Kombination aus Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid.

Der Clou: Das Plus an Melatonin trägt nachweislich zur Verkürzung der Einschlafzeit bei – eine wertvolle Unterstützung, wenn Stress zu Schwierigkeiten beim Einschlafen führt.

Für Ihre Apotheke:
Baldriparan Magnesium PLUS
(PZN 19927389)

www.baldriparan.de



Ihr Fernsehprogramm für Sonntag, den 24. Mai 2026

TVextra
14 TAGE TV-PROGRAMM

...wünscht Ihnen viel Spaß beim Fernsehprogramm dieses Sonntags www.tv-extra.de

TV-Tipp am Sonntag

20.15 Uhr, Pro 7

The Fall Guy

Nach einem Stuntnfall zieht sich Colt Seavers (Ryan Gosling) aus der Filmbranche zurück und kehrt auch Kamerafrau Jody den Rücken, mit der er erst kürzlich angebandelt hat. 18 Monate später erhält er die Chance auf ein Comeback – ausgerechnet bei Jodys Regiedebüt. Doch als der Hauptdarsteller Tom Ryder verschwindet und das gesamte Projekt in Gefahr bringt, begibt sich Colt auf die Suche nach ihm und gerät dabei in ein perfides Netz aus Mord und Manipulation. **160 Min.**

ARD	ZDF	SAT.1	RTL	PRO 7	VOX	MDR
<p>5.30 Frühprogramm</p> <p>8.25 Der Geist im Glas <input type="checkbox"/> Märchenfilm, D 2021</p> <p>9.25 Mit der Maus Magazin</p> <p>9.55 Tagesschau</p> <p>10.00 Ev. Gottesdienst</p> <p>11.00 Benefizkonzert des Bundespräsidenten</p> <p>12.30 Tagesschau</p> <p>12.45 Kurhotel Alpenglück Heimattfilm, D 2006</p> <p>14.15 Holy Days</p> <p>14.45 Pferdesport: CHIO Aachen</p> <p>16.00 Daheim in den Bergen <input type="checkbox"/> Dramaserie</p> <p>17.30 Tagesschau</p> <p>17.44 Dt. Fernsehlotterie</p> <p>17.45 Die Kanzlei <input type="checkbox"/></p> <p>19.15 Sportschau</p> <p>20.00 Tagesschau</p> <p>20.15 Tatort: Königinnen <input type="checkbox"/> Krimireihe, D 2022 Mit Miroslav Nemec</p> <p>21.45 Brokenwood – Mord in Neuseeland Der Todesengel Krimireihe, NZ 2022</p> <p>23.15 Tagesthemen</p> <p>23.35 Der Fuchs Historienfilm, D/A 2022</p> <p>1.33 Tagesschau</p>	<p>5.15 Frühprogramm <input type="checkbox"/></p> <p>9.30 Kath. Gottesdienst <input type="checkbox"/></p> <p>10.30 Bares für Rares <input type="checkbox"/></p> <p>11.55 heute Xpress <input type="checkbox"/></p> <p>12.00 ZDF-Fernsehgarten <input type="checkbox"/></p> <p>14.00 Waldis Welt <input type="checkbox"/></p> <p>14.45 Duell der Gartenprofis <input type="checkbox"/> Show</p> <p>15.25 heute Xpress <input type="checkbox"/></p> <p>15.30 Hidden Champions <input type="checkbox"/></p> <p>16.15 Die Rosenheim-Cops heute <input type="checkbox"/> Nachrichten</p> <p>17.00 Brauchen wir Glauben? <input type="checkbox"/> Reportage</p> <p>18.00 Der Alte <input type="checkbox"/> Krimiserie</p> <p>18.55 Aktion Mensch <input type="checkbox"/> heute <input type="checkbox"/> Nachrichten</p> <p>19.00 Pilgerglück in der Toskana <input type="checkbox"/> Doku</p> <p>19.30 La Palma <input type="checkbox"/> Doku</p> <p>20.15 Inga Lindström: Jemand liebt dich <input type="checkbox"/> Liebesdrama, D/S 2022. Mit Birthe Wolter</p> <p>21.45 heute journal <input type="checkbox"/></p> <p>22.00 Kommissar Beck <input type="checkbox"/> Der unsichtbare Mann. Krimireihe, S 2025. Mit Peter Haber</p> <p>23.30 100 Jahre Marilyn Monroe <input type="checkbox"/> Doku</p> <p>0.15 heute Xpress <input type="checkbox"/></p>	<p>5.10 Auf Streife <input type="checkbox"/></p> <p>6.00 Goodbye Christopher Robin <input type="checkbox"/> Biografie, GB/USA 2017</p> <p>8.10 So gesehen <input type="checkbox"/></p> <p>8.30 Monsters vs. Aliens <input type="checkbox"/> Animationsfilm, USA/GB 2009</p> <p>10.15 Kung Fu Panda 3 <input type="checkbox"/> Animationsfilm, USA/CHN 2016</p> <p>12.00 Die Monster Uni <input type="checkbox"/> Animationsfilm, USA/J 2013</p> <p>14.05 Wall-E – Der Letzte räumt die Erde auf <input type="checkbox"/> Animationsfilm, USA 2008</p> <p>15.55 Ratatouille <input type="checkbox"/> Animationsfilm, USA 2007</p> <p>18.05 Alles steht Kopf <input type="checkbox"/> Animationsfilm, USA 2015</p> <p>19.55 SAT.1: newstime <input type="checkbox"/></p> <p>20.15 Alles steht Kopf 2 <input type="checkbox"/> Animationsfilm, USA 2024</p> <p>22.05 Secret Headquarters <input type="checkbox"/> Actionfilm, USA 2022. Mit Owen Wilson</p> <p>0.15 Atomic Blonde <input type="checkbox"/> Actionthriller, USA '17</p>	<p>5.00 Der Blaulicht-Report</p> <p>5.45 Trolls World Tour Animationsfilm, USA/J '20</p> <p>7.05 Mädchen Mädchen! Komödie, D 2001</p> <p>8.35 Mädchen Mädchen 2 – Loft oder Liebe Komödie, D 2004</p> <p>10.20 Sweet Home Alabama – Liebe auf Umwegen Liebesfilm, USA 2002</p> <p>12.15 Kung Fu Panda 2 – Doppelt bärenstark Animationsfilm, USA/CDN 2011</p> <p>13.45 Madagascar 3: Flucht durch Europa Animationsfilm, USA/IND 2012</p> <p>15.20 Asterix im Land der Götter Animationsfilm, F/B 2014</p> <p>17.00 Hotel Transsilvanien Animationsfilm, USA 2012</p> <p>18.45 RTL Aktuell</p> <p>19.03 Das Wetter</p> <p>19.05 Die Versicherungs-detektive Dokusoap</p> <p>20.15 Wer wird Millionär? Actionkomödie, USA 2017</p>	<p>5.05 Galileo 360° <input type="checkbox"/></p> <p>12.55 Porsche Carrera Cup Deutschland</p> <p>13.00 Tourenwagen: DTM</p> <p>14.55 Die Simpsons <input type="checkbox"/></p> <p>15.50 Die Simpsons <input type="checkbox"/></p> <p>16.20 Die Simpsons <input type="checkbox"/></p> <p>16.45 Die Simpsons <input type="checkbox"/></p> <p>17.10 ProSieben: newstime</p> <p>17.20 Unglaublich! Spektakuläre Momente vor laufender Kamera <input type="checkbox"/> Dokusoap. Superhelden des Alltags</p> <p>19.15 Unglaublich! Spektakuläre Momente vor laufender Kamera <input type="checkbox"/> Flirt mit dem Tod</p> <p>20.15 The Fall Guy <input type="checkbox"/> Actionfilm, USA 2024 Mit Ryan Gosling</p> <p>22.55 The Equalizer 2 <input type="checkbox"/> Krimi, USA 2018. Mit Pedro Pascal</p> <p>1.20 Ride Along: Next Level Miami <input type="checkbox"/> Actionkomödie, USA 2016. Mit Ice Cube</p>	<p>5.00 Medical Detectives</p> <p>5.25 CSI: NY Krimiserie</p> <p>6.05 Criminal Intent</p> <p>7.00 Criminal Intent</p> <p>7.55 Criminal Intent</p> <p>8.50 Criminal Intent Krimiserie. Außer Atem</p> <p>9.45 Criminal Intent Krimiserie. Hochoxpliv</p> <p>10.35 Criminal Intent Krimiserie. Sein letzter Trip</p> <p>11.30 Criminal Intent Krimiserie. Auf der Couch</p> <p>12.25 Criminal Intent Krimiserie. Der Heilige</p> <p>13.20 Criminal Intent Krimiserie. Koma</p> <p>14.10 Criminal Intent Das Trojanische Pferd</p> <p>15.05 Criminal Intent Krimiserie. Mafiosi</p> <p>16.00 Die Tuning-Profis</p> <p>17.00 auto mobil Magazin</p> <p>18.10 Die Autodoktoren</p> <p>19.10 Ab ins Beet! Die Garten-Soap Dokusoap</p> <p>20.15 Kitchen Impossible Show. Roland Trettl vs. Hans Neuner</p> <p>23.40 Hot oder Schrott – Die Alletester</p> <p>0.45 Medical Detectives</p>	<p>5.00 Frühprogramm <input type="checkbox"/></p> <p>13.58 MDR aktuell <input type="checkbox"/></p> <p>14.00 Rapunzel oder Der Zauber der Tränen Märchen, DDR 1988</p> <p>15.25 Wie man Prinzessinnen weckt Märchenfilm, CS/DDR 1977</p> <p>16.45 MDR aktuell <input type="checkbox"/></p> <p>16.50 Die wahnsinnig traurige Prinzessin Märchenfilm, CS 1968</p> <p>18.00 MDR aktuell <input type="checkbox"/></p> <p>18.05 Die Leiternmacher aus dem Holzland – Sprosse um Sprosse Wetter für 3 <input type="checkbox"/></p> <p>18.52 Unser Sandmännchen</p> <p>19.00 MDR um 7 <input type="checkbox"/></p> <p>19.30 MDR aktuell <input type="checkbox"/></p> <p>19.50 Kripo live <input type="checkbox"/> Magazin</p> <p>20.15 Damals war's <input type="checkbox"/></p> <p>21.45 MDR aktuell <input type="checkbox"/></p> <p>22.00 Klappfix, Hering, Luftmatratze – Campen in der DDR <input type="checkbox"/> Doku</p> <p>22.45 Früher war der Urlaub sonniger – Eine Reise durch die Jahrzehnte <input type="checkbox"/> Doku, D 2022</p> <p>0.15 Schneller als die Angst <input type="checkbox"/> Krimiserie</p>

RTL ZWEI	KABEL 1	SUPER RTL	S. RTL	rbb	RBB	NDR	NDR	arte	ARTE	3 sat	3SAT	SPORT1	KI.KA
<p>14.20 Von Hecke zu Hecke – Bunte Beetgeschichten <input type="checkbox"/></p> <p>15.15 Die Schnäppchenhäuser – Der Traum vom Eigenheim <input type="checkbox"/></p> <p>16.15 Die Schnäppchenhäuser – Jeder Cent zählt</p> <p>17.15 Die Schnäppchenhäuser – Jeder Cent zählt</p> <p>18.15 GRIP – Das Motormagazin <input type="checkbox"/></p> <p>20.15 The Da Vinci Code – Sakrileg <input type="checkbox"/> Mysterythriller, USA/MLT/F 2006</p> <p>23.10 Men in Black 3 <input type="checkbox"/> Sci-Fi-Film, USA 2012</p> <p>1.10 Surrogates – Mein zweites Ich <input type="checkbox"/> Sci-Fi-Film, USA 2009</p>	<p>12.25 Klick <input type="checkbox"/> Komödie, USA 2006 Mit Adam Sandler</p> <p>14.25 Natürlich blond! <input type="checkbox"/> Komödie, USA 2001. Mit Selma Blair</p> <p>16.20 Kabel Eins: newstime</p> <p>16.30 Natürlich blond 2 <input type="checkbox"/> Komödie, USA 2003. Mit Sally Field</p> <p>18.20 Richie Rich <input type="checkbox"/> Komödie, USA 1994 Mit Macaulay Culkin</p> <p>20.15 Rain Man <input type="checkbox"/> Tragikomödie, USA 1988 Mit Dustin Hoffman</p> <p>23.05 Die Firma <input type="checkbox"/> Thriller, USA 1993 Mit Tom Cruise</p> <p>2.00 Die Tom Cruise Story</p>	<p>17.15 Voll zu spät! Trickserie</p> <p>17.25 Voll zu spät! Trickserie</p> <p>17.35 Voll zu spät! Trickserie</p> <p>17.55 Voll zu spät! Trickserie</p> <p>18.05 Voll zu spät! Trickserie</p> <p>18.15 Voll zu spät! Trickserie</p> <p>18.25 Voll zu spät! Trickserie</p> <p>18.45 ALVINNN!!! Animation</p> <p>18.55 ALVINNN!!! Animation</p> <p>19.05 ALVINNN!!! Animation</p> <p>19.15 ALVINNN!!! Animation</p> <p>19.35 ALVINNN!!! Animation</p> <p>19.45 ALVINNN!!! Animation</p> <p>19.55 ALVINNN!!! Animation</p> <p>20.15 Lucifer Krimiserie</p> <p>22.30 Lucifer Krimiserie</p> <p>23.30 Lucifer Krimiserie</p> <p>0.45 Law & Order: Special Victims Unit Krimiserie</p>	<p>17.53 Unser Sandmännchen</p> <p>18.00 rbb24 <input type="checkbox"/> Nachrichten</p> <p>18.10 rbb Gartenzeit</p> <p>18.40 So schmecken Berlin & Brandenburg <input type="checkbox"/></p> <p>19.30 rbb24 Abendschau <input type="checkbox"/></p> <p>20.00 Tagesschau <input type="checkbox"/></p> <p>20.15 30 Ausflüge auf Seen, Flüssen und Kanälen <input type="checkbox"/> Dokufilm, D 2024</p> <p>21.45 rbb24 <input type="checkbox"/> Nachrichten</p> <p>22.00 Früher war der Urlaub sonniger – Eine Reise durch die Jahrzehnte <input type="checkbox"/> Dokufilm, D 2022</p> <p>23.30 Der radio3 Atelier Talk Gespräch</p> <p>0.30 Karneval der Kulturen 2026 – Social Live aus Berlin Show</p>	<p>14.00 Eine Liebe später <input type="checkbox"/> Drama, D 2021</p> <p>15.30 Abenteuer Ernte <input type="checkbox"/></p> <p>16.30 Iss besser! <input type="checkbox"/> Reihe</p> <p>17.00 Bingo! <input type="checkbox"/> Nachrichten</p> <p>18.00 Nordseereport Spezial <input type="checkbox"/> Dokureihe</p> <p>19.00 Nordseereport Spezial <input type="checkbox"/> Dokureihe</p> <p>20.00 Tagesschau <input type="checkbox"/></p> <p>20.15 die nordstory spezial</p> <p>21.45 extra 3 <input type="checkbox"/> Magazin</p> <p>22.30 Gags – Comedy Deluxe <input type="checkbox"/> Tatort-Chaos und Dänemarkurlaube</p> <p>22.50 Gags – Comedy Deluxe <input type="checkbox"/> Show</p> <p>23.10 Reisen mit Muddi <input type="checkbox"/></p> <p>23.35 Reisen mit Muddi <input type="checkbox"/></p> <p>0.00 Reisen mit Muddi <input type="checkbox"/></p>	<p>17.35 John Eliot Gardiner dirigiert Monteverdi</p> <p>18.25 Karambolage <input type="checkbox"/></p> <p>18.35 Zu Tisch ... <input type="checkbox"/></p> <p>19.10 Arte Journal <input type="checkbox"/></p> <p>19.30 Sufis – Glaube Liebe Tanz: Lebenswelten am Nil <input type="checkbox"/> Doku</p> <p>20.15 Mississippi Burning – Die Wurzel des Hasses <input type="checkbox"/> Drama, USA 1988. Mit Willem Dafoe</p> <p>22.15 Sidney Poitier – Der Mann, der Hollywood veränderte <input type="checkbox"/> Doku</p> <p>23.10 Famous Orchestras – Die besten Orchester der Welt <input type="checkbox"/> Doku</p> <p>0.10 Klaus Mäkelä – der Flamme entgegen <input type="checkbox"/></p>	<p>15.40 Die Schatzinsel Die Entscheidung. Abenteuerfilm, D/F 1966</p> <p>17.05 Der Schatz der Azteken <input type="checkbox"/> Abenteuerfilm, D/I/F 1965</p> <p>18.40 Die Pyramide des Sonnengottes <input type="checkbox"/> Abenteuerfilm, D/F/I 1965. Mit Lex Barker</p> <p>20.15 Robin Hood – König der Diebe <input type="checkbox"/> Abenteuerfilm, USA 1991</p> <p>22.40 Der Schatz der Azteken <input type="checkbox"/> Abenteuerfilm, D/I/F 1965</p> <p>0.20 Die Pyramide des Sonnengottes <input type="checkbox"/> Abenteuerfilm, D/F/I 1965. Mit Lex Barker</p>	<p>9.00 Fußball: DFB-Pokal pur Saison 2025/2026 Doppelpass</p> <p>13.30 Fußball: DFB-Pokal pur Saison 2025/2026</p> <p>15.00 Motorsport: ADAC GT Masters 2. Rennen</p> <p>16.45 Die PS-Profis – Mehr Power aus dem Pott Dokusoap</p> <p>17.00 Survivor Dokusoap</p> <p>19.15 Bitte Lächeln! Show</p> <p>20.15 Stromberg Serie</p> <p>20.50 Stromberg Sally</p> <p>21.20 Stromberg Gernot</p> <p>21.55 Stromberg Serie</p> <p>22.25 Stromberg Serie</p> <p>23.00 Bitte Lächeln! Show</p> <p>0.05 Die PS-Profis – Im Einsatz Dokusoap</p>	<p>12.00 Dornröschen <input type="checkbox"/> Märchenfilm, A/D 2008</p> <p>13.20 Fließend Ben <input type="checkbox"/> Animationsfilm, NL/LUX 2024. Regie: Sarah Sutter, Patrick Raats</p> <p>14.30 Törtel <input type="checkbox"/> Serie</p> <p>15.15 Mumintal <input type="checkbox"/></p> <p>16.00 Dino Mates <input type="checkbox"/></p> <p>16.35 Anna und die wilden Tiere <input type="checkbox"/> Dokureihe</p> <p>17.00 1, 2 oder 3 <input type="checkbox"/> Show</p> <p>17.25 Pettersson und Findus <input type="checkbox"/> Trickserie</p> <p>17.50 Shaun das Schaf <input type="checkbox"/></p> <p>18.10 Super Wings <input type="checkbox"/></p> <p>18.35 Meine Freundin Conni</p> <p>18.47 Baumhaus <input type="checkbox"/> Magazin</p> <p>18.50 Unser Sandmännchen</p> <p>19.00 Lassie <input type="checkbox"/> Trickserie</p>					

© TVextra Verlag, Hamburg, Internet: www.TV-extra.de Programmänderungen möglich Dolby Surround schwarzweiß Untertitel für Hörgeschädigte Breitbild ANZEIGE

Thema: Rheumatische Schmerzen

Gelenkschmerzen gezielt behandeln

Dieses natürliche Schmerzgel begeistert Anwender

Bei Gelenkschmerzen greifen viele zu klassischen Schmerzmitteln oder -salben. Dabei sehen immer mehr Anwender von chemischen Produkten ab und suchen Hilfe aus der Natur. Was bereits zahlreiche Verwender begeistert: das natürliche Schmerzgel der Qualitätsmarke Rubaxx (Rubaxx Schmerzgel, Apotheke)!

„Das Gel hat mir sehr gut geholfen. Schmerzlindernd und gut verträglich“, freut sich Eva K. über „die schnelle Hilfe“ bei ihren Gelenkschmerzen. Auch andere Verwender sind von der natürlichen Wirkkraft des Rubaxx Schmerzgels begeistert. So berichtet Heinz K.: „Ich habe Knieprobleme und nach längeren Wanderungen ist das Schmerzgel ein Muss. Es wirkt schmerzstillend und ist sehr zu empfehlen.“ Das Geheimnis hinter dem Gel? Der darin enthaltene natürliche Wirkstoff Rhus toxicodendron!

Stark bei Schmerzen

Rhus toxicodendron wirkt schmerzlindernd bei rheumatischen Schmerzen. Auch bei Fol-



gen von Verletzungen und Überanstrengungen verschafft der Wirkstoff Linderung. Rubaxx Schmerzgel bietet wirksame und gut verträgliche Hilfe aus der Natur. Es lässt sich gezielt auf den zu behandelnden Stellen auftragen und ist dank der guten Verträglichkeit auch zur Anwendung bei chronischen Schmerzen geeignet.

Überzeugen auch Sie sich von dem natürlichen Rubaxx

Schmerzgel – rezeptfrei in jeder Apotheke erhältlich.

Für Ihre Apotheke:

Rubaxx Schmerzgel
(PZN 18709526)

Rubaxx

Neuer Schwung für Ihr Sexleben!

Rezeptfreies Arzneimittel begeistert bei sexueller Schwäche

Fühlen Sie sich häufig durch Ihren Arbeits- und Familienalltag gestresst? An Zweisamkeit mit Ihrer Partnerin oder Ihrem Partner ist kaum zu denken? Oder hat Ihnen der Alltag im Bett die Lust und Leidenschaft geraubt? Das muss nicht sein! Ein rezeptfreies Arzneimittel namens Deseo hilft Ihnen, sexuelle Schwäche zu bekämpfen und Ihr Sexleben wieder genießen zu können.

Stress, Alltagstrott und Erfolgsdruck wirken sich oft auf das sexuelle Verlangen aus. Negative Folgen: Das Sexualleben bleibt häufig auf der Strecke und die Beziehung leidet. Dabei müssen Sie sexuelle Unlust nicht in Kauf nehmen. Denn: Mit Deseo (rezeptfrei) gibt es Hilfe aus der Apotheke!

Neuer Schwung für das Sexleben Um die Leidenschaft und das sexuelle Verlangen zu steigern, enthält Deseo den natürlichen Wirkstoff Turnera diffusa, der seit Langem als Aphrodisiakum verwendet wird. Laut Arzneimittelbild setzt dieser im Urogenitalsystem an und wird hauptsächlich bei sexueller Schwäche angewendet.

Sich wieder spontan der Lust hingeben

Da die Tropfen regelmäßig und unabhängig vom Geschlechtsakt eingenommen werden, kann die so wichtige Spontanität und Leidenschaft erhalten bleiben. Nebenwirkungen oder Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln sind nicht bekannt. Weiterer

Vorteil: Zudem sind die Arzneitropfen Deseo rezeptfrei in jeder Apotheke oder online erhältlich. Der unangenehme Arztbesuch kann dadurch erspart bleiben.

Bringen Sie mit Deseo wieder neuen Schwung in Ihr Liebesleben und steigern Sie Ihr sexuelles Verlangen!



Für Ihre Apotheke:

Deseo
(PZN 04884881)

DESEO – BEI SEXUELLER SCHWÄCHE

- ✓ Fördert die sexuelle Lust
- ✓ Wirksam und gut verträglich
- ✓ Wirkt unabhängig vom Einnahmezeitpunkt

www.deseo.net

Abbildung Betroffenen nachempfunden, Namen geändert. RUBAXX SCHMERZGEL. Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dil. DE. Homöopathisches Arzneimittel bei Besserung rheumatischer Schmerzen und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing. DESEO. Wirkstoff: Turnera diffusa Dil. D4. DESEO wird angewendet entsprechend dem homöopathischen Arzneimittelbild. Dazu gehört: Sexuelle Schwäche. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing • Die Einnahme von Arzneimitteln über längere Zeit sollte nach ärztlichem Rat erfolgen.

NAH DRAN

NACHRICHTEN AUS MITTELSACHSEN

Ein Modellprojekt für mehr Teilhabe

VfB Leisnig startet **DEMOKRATIEPROJEKT** – Torschützenkönig Rico Perkuhn übernimmt eine Schlüsselrolle.

LEISNIG. Ein Zeitungsartikel war der Auslöser. Rico Perkuhn, 35 Jahre alt, Fahrzeuglackiermeister, Fußballer der ersten Leisniger Männermannschaft und Kreisliga-Torschützenkönig des vergangenen Jahres, stieß eher zufällig auf die Ausschreibung für ein Modellprojekt des Landessportbundes. Der VfB Leisnig stellte kurzfristig einen Antrag – mit Erfolg. Seit April ist Perkuhn Projektverantwortlicher im Leisniger Verein.

Der VfB zählt aktuell 368 Mitglieder, Tendenz steigend. „Wir sind eine feste Größe in der Stadt“, sagt Vereinspräsident Jörg Lippert. Doch mit der Größe wächst die Herausforderung: Wie erreicht man alle Mitglieder? Wie gelingt es, möglichst viele einzubinden – nicht nur auf dem Spielfeld? Genau hier setzt das Modellprojekt „Im Sport verein(t) –

Teilhabe erleben“ an. Projektkoordinatorin Caterina Just vom Landessportbund beschreibt das Ziel so: „Es geht darum, Strukturen zu schaffen, die echte Beteiligung ermöglichen – und die auch langfristig funktionieren.“

Rico Perkuhn übernimmt dabei eine Schlüsselrolle. Als Sportler und Projektverantwortlicher wird er zum Bindeglied zwischen Vereinsführung und Mitgliedern – ein Sprachrohr, das Themen aufnimmt, bündelt und zurück in den Verein trägt. „Sportvereine sind demokratische Organisationen“, sagt Lippert. „Aber wie funktioniert diese Teilhabe im Kleinen wirklich?“

Rico Perkuhn bringe dafür beste Voraussetzungen mit. Er hat als Jugendliebling in Döbeln gespielt, war in mehreren Vereinen der Region aktiv und ist schließlich nach Leisnig zurück-

gekehrt. „Dass er diese Aufgabe übernimmt, ist für uns eine besondere Chance“, betont Lippert.

Das Projekt ist auf 20 Monate angelegt und wird aus Mitteln des Landessportbundes, vom Freistaat und Bund gefördert. Für die Umsetzung ist beim VfB eigens eine Minijob-Stelle geschaffen worden – ein ungewöhnlicher Schritt im überwiegend ehrenamtlich organisierten Vereinsleben.

Derzeit läuft die Bedarfsanalyse: Welche Themen bewegen die Mitglieder? Wo gibt es Lücken? Neben bestehenden Kanälen wie Instagram und Facebook sollen künftig Befragungen, Workshops und neue Teilnehmungsformate stärker eingebunden werden. Ein besonderer Fokus liegt auf der Jugend. „Ich erfahre oft zu wenig darüber, was unsere Kinder und Jugendlichen wirklich beschäftigt“, sagt Lippert. Denkbar sei daher ein eigenes Beteiligungsgremium für junge Mitglieder.

Der VfB Leisnig ist im Landkreis Mittelsachsen der einzige Verein, der sich an dem Projekt beteiligt. Sachsenweit ist nur noch der Radeberger SV dabei. Der Austausch zwischen beiden Vereinen soll helfen, voneinan-

der zu lernen, sich zu inspirieren. Gegenseitige Besuche und Gespräche sind geplant. „Im besten Fall entstehen Lösungen, die über das Projekt hinaus

Bestand haben“, sagt Caterina Just.

Die konkreten Maßnahmen sollen bis Mitte kommenden Jahres umgesetzt werden. An-

schließend folgt die Auswertung: Was hat funktioniert? Wo besteht weiterer Bedarf? Den Abschluss bildet eine gemeinsame Veranstaltung. Für Rico

Perkuhn ist das Projekt mehr als eine Aufgabe neben dem Beruf: „Es ist die Chance, den Verein aktiv weiterzuentwickeln.“

ELKE WALTER-KOCH

ANZEIGE

Zwei Jahrzehnte voller Abenteuer

Der **SONNENLANDPARK LICHTENAU** wird 20 Jahre und feiert eine große Kindertagsparty mit Familienkonzert am 30. Mai

LICHTENAU. Am 30. Mai steigt im Sonnenlandpark eine große Kindertagsparty mit einem besonderen Highlight zum 20. Parkgeburtstag: einem exklusiven Familienkonzert mit Kinderstar NILSEN. Der Sänger und Live-Performer begeistert mit Hits wie „Gefühlslie“, „Das tanzende Alpaka“ oder „Piraten“ Kinder und Erwachsene gleichermaßen. Mitsingen und Mittanzen sind ausdrücklich erwünscht. Das Konzert beginnt um 16 Uhr auf der Festwiese, die Teilnahme ist im Parkeintritt inklusive. Das sollten Sie nicht verpassen.

Von 10 bis 18 Uhr warten die zahlreichen Park-Attraktionen auf die Besucher: Wellenflieger, Riesenrad, Riesenrutschurm,



Im Sonnenlandpark Lichtenau gibt es am 30. Mai eine große Kindertagsparty. Foto: PM

Schlauchrutschparadies, Parkbahn Anton, Wildpark, Indoor-Spielwelt und vieles mehr. Zusätzlich gibt's für Familien ein buntes Programm mit Kinderdisco, Spielen, Kinderschminken und weiteren Aktionen. Ab 14 Uhr lädt EinsEnergy mit Glücksrad und Aktionen ein. Um 15 Uhr gibt es ein Meet & Greet mit Maskottchen Schorsch, bevor um 15.45 Uhr das Warm-up zum Konzert startet. Auch die neue Mega-Attraktion – der Skywalk zwischen Erlebnis-Pyramide und Riesenrutschurm – kann direkt mit entdeckt werden.

Am besten direkt Tickets vorab online sichern unter www.sonnenlandpark.de



Freuen sich darüber, dass es dem VfB Leisnig gelungen ist, Partner und Nutznießer im Modellprojekt zu sein: Rico Perkuhn (v.l.), Projektverantwortlicher im VfB, Caterina Just, Projektkoordinatorin des Landessportbundes, und Jörg Lippert, Präsident des VfB Leisnig. Foto: Elke Walter-Koch

AUS FORCHNERS FEDER



IMMER WISSEN WAS LOS IST
SACHSEN SONNTAG
Ihr Anzeigenblatt für Leipzig und Umgebung

Vorankündigung Flohmarkt
Sonntag Döbeln
31.5. Festplatz Steigerhausplatz
lampert-markte.de • 03445 7387985

Tanzschule 'LA VIVA'

...Tanzen neu erleben!

Neue Tanzkurse 2026 - direkt hier in Döbeln

im Saal gegenüber der Gaststätte & Pension "Black Horse", St.-Georgen-Straße 16, 04720 Döbeln.

Diskofoxtanzkurs Spezialtanzkurs

Anfängerkurs für Erwachsene

Montag, 24.08.2026
um 17:30 Uhr

Tanzkursbezeichnung:
MO DL DF AE BW

Diskofox - Spezialtanzkurs.
Der Tanzkurs findet
im 14-tgl. Rhythmus statt.

**(72,00 € p. Person
für 5 Unterrichtseinheiten
à 60 min., ohne Pause).**

Gesellschaftstanzkurs

Anfängerkurs für Erwachsene

Sonntag, 30.08.2026
um 14:00 Uhr

Tanzkursbezeichnung:
SO DL GS AE BW

Standard- & Lateinamerikanische
Gesellschaftstänze und Diskofox.
Der Tanzkurs findet
im 14-tgl. Rhythmus statt.

**(115,00 € p. Person
für 8 Unterrichtseinheiten
à 90 min., inkl. Pause).**

2026 Yoga-Spezial

Das "andere" Yoga!



mit
Martin Zamorski

Samstag, 30.05.2026

Kursbezeichnung: YG2605

Samstag, 20.06.2026

Kursbezeichnung: YG2606

jeweils 10:30 Uhr - 12:00 Uhr
Anmeldung ist erforderlich!

Yoga ist die philosophische Lehre,
die eine Reihe geistiger und körperlicher
Übungen umfasst Anspannen und
Entspannen des Körpers
- Einswerden mit dem Bewusstsein-
(17,-€ pro Person für einmalig 90 min.).

Wir bieten für alle Tanzkurse
erweiterte Fortschrittkurse und
Hobbystufen an.

Fragen Sie bei uns nach Ihrem
Tanzkurswunsch!



Alle Kurse
sind 14-tgl.
oder
wöchentlich
möglich.



Nutzen Sie die 1. Tanzstunde
kostenlos
zum Ausprobieren!

Anmeldung erforderlich!

Jetzt auch einen Gutschein
verschenken.
Kommen Sie gern auf uns zu.

Anmeldung erforderlich, per E-Mail: info@tanzschulelaviva.de oder im Internet unter: www.tanzschule-laviva.de Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Staugefahr zu Pfingsten: Engpässe auf Sachsens Autobahnen

CHEMNITZ/DRESDEN. Vor Pfingsten wird es eng auf Sachsens Autobahnen. Der große Belastungstest wird am Freitag nachmittag erwartet, wenn der Berufsverkehr auf die einsetzende Reisewelle trifft, wie Julia Grotjahn von der Autobahn GmbH des Bundes auf dpa-Anfrage erklärt.

„Auch am Samstagvormittag (23. Mai) bleibt das Verkehrsaufkommen hoch.“ Pfingsten sei eines der staureichsten Wochenenden im Jahr, heißt es vom Autoclub ADAC.

Der Grund: Viele Menschen nutzen das Pfingstweekende

für Ausflüge und Kurzreisen. Anders als in Sachsen gibt es in Bayern, Baden-Württemberg und Sachsen-Anhalt zude

Die aktuelle Staurisikokarte der Autobahn GmbH färbt in Sachsen die komplette A4, die Abschnitte der A13 (Dresden-Berlin) und A17 (Dresden-Prag)

sowie die A72 Chemnitz-Hof orange wegen dichten Verkehrs. Vor allem westlich und südwestlich von Chemnitz machen größere Baustellen die Fahrt auf A4 und A72 stauanfällig.

„Baustellentechnisch wird es im Westen Sachsens einmal zwi-

schen Rödertal und Oberlausitz.“ Die Autobahn GmbH empfiehlt Autofahrern, sich vorab über Baustellen und Sperrungen auf ihrer Route zu informieren - etwa mit Hilfe der Autobahn-App. «Starten Sie ausgehend in die Reise, sorgen Sie für ausreichend Getränke und Essen an Bord», erklärt Grotjahn.

«Planen Sie ausreichend lange Pausen ein und wechseln Sie sich - wenn möglich - in kurzen Zeitabständen beim Fahren ab.» Kommt es zu Staus oder starkem Verkehr, dann muss eine Rettungsgasse freigehalten werden. Vorsicht sei bei Umfahrungen geboten, wie sie von Navigations-Apps angezeigt werden.

Sie führten häufig zu einer Überlastung des Straßennetzes, so Grotjahn. „Der Stau ist dann häufig wesentlich umfangreicher. Eine Vollsperrung und anschließende Ableitung erfolgt in aller Regel durch die Polizei, beispielsweise für Rettungsarbeiten.“

Während am Pfingstsonntag mit einer Beruhigung der Verkehrslage gerechnet wird, erwarten die Experten am Montag eine Rückreisewelle. Am Dienstag kommt dann der übliche Lkw- und Pendlerverkehr hinzu.

So sei 2023 der Dienstag nach Pfingsten sogar der staureichste Tag des Jahres in Sachsen gewesen, erklärt ADAC-Sprecher Wagner.

Auch der ADAC rät, bei Stau oder zähem Verkehr auf der Route zu bleiben. „Ganz schnell füllt sich auch das Nebennetz und der Stau verlagert sich.“ Damit die Fahrt in den Urlaub nicht im Stau steckenbleibt, rät der Verband zu guter Vorausplanung und antizyklischem Fahren. „Wir raten dabei, so früh oder so spät wie möglich am Tag loszufahren, um die Pendlerzeiten zu vermeiden“, erläutert Wagner. Dabei sollte für weitere Strecken auch der Pendlerverkehr am Zielort bedacht werden.

Während am Pfingstsonntag mit einer Beruhigung der Verkehrslage gerechnet wird, erwarten die Experten am Montag eine Rückreisewelle. Am Dienstag kommt dann der übliche Lkw- und Pendlerverkehr hinzu. So sei 2023 der Dienstag nach Pfingsten sogar der staureichste Tag des Jahres in Sachsen gewesen, erklärt ADAC-Sprecher Wagner.

Tierische Wanderwege

Intensive Naturerlebnisse zwischen **HARZ, WESERBERGLAND UND EMSLAND**

Ob heimische Wildkatzen, geübte Schlittenhunde oder schillernde Libellen: Im Kontakt mit Tieren erlebt der Mensch die Natur mit allen Sinnen. Auch Kinder lassen sich oft fürs Wandern begeistern, wenn sie dabei Tieren nah kommen. Zwischen Harz, Weserbergland und Emsland führen abwechslungsreiche Routen mitten hinein in die Lebensräume heimischer und außergewöhnlicher Tierarten.

Wer zum ersten Mal einem ausgewachsenen Luchs gegenübersteht, staunt über seine Größe: Die Wildkatzen reichen Erwachsenen bis zur Hüfte. Im Luchsgehege im Nationalpark Harz trennt nur ein Drahtzaun Mensch und Tier. Hier lassen sich die scheuen Pinselohren häufig beobachten, besonders gut bei einer Fütterung. Das frei zugängliche Auswilderungsgehege ist der Höhepunkt der Luchstour, die in einer großen Runde von Bad Harzburg auf die Rabenklippe führt. Mit der Burgberg-Seilbahn lässt sich der fünfstündige Premiumwanderweg abkürzen. Auf dem Weg vom



Das Dalum-Wietmarscher-Moor ist ein Teil des Internationalen Naturparks Bourtanger Moor im Grenzgebiet von Niedersachsen und den Niederlanden.

Foto: DJD/TourismusMarketing Niedersachsen/NaturparkMoor

Burgberg-Plateau zum Luchsgehege stehen Holzliegen an Aussichtsplätzen, der Abstieg führt durchs Eckertal an der ehemaligen deutsch-deutschen Grenze entlang, und unterwegs laden Waldgaststätten zu Harzer Spezialitäten ein. Unter www.reiseland-niedersachsen.de ist ein

interaktiver Tourenplaner zu finden.

Ganz anders, aber nicht weniger eindrucksvoll sind tierische Erlebnisse im Weserbergland. Die Wildnisfarm in Silberborn ermöglicht Begegnungen mit skandinavischen Tieren. Beim Huskytrekking wird jeder Teil-

nehmer per Bauchgurt und Flexileine mit dem Geschirr eines Huskys verbunden, der mit leichtem Zug beim Gehen durch den Naturpark Solling-Vogler unterstützt. Die geführten Touren sind unterschiedlich lang, beginnen mit dem Kennenlernen der Hunde und enden mit einer Kusche-

leinkehr samt Abschiedsfoto. Bei ganztägigen Ausflügen kommen Picknickpausen und ein Lagerfeuer dazu. Wenn im Winter genug Schnee liegt, sind auch rasante Schlittentouren möglich: Dann verwandelt sich der wilde Hochsolling zum kleinen Schweden mitten in Deutschland.

Noch ruhiger geht es in den Moorlandschaften des weitläufigen Emslands zu, nahe der niederländischen Grenze. Die stillen Gebiete sind wichtige Rückzugsorte für heimische Libellen. Von April bis Oktober umschwirren sie die Wanderer im ehemals größten Moorgebiet Westeuropas. Sechs neue Aktivpfade führen durch den Naturpark Bourtanger Moor: Auf den familienfreundlichen Rundwegen verteilen sich Mitmachstationen, Rätsel und Spiele. Am Libellenpfad erläutern Schautafeln das Leben der Flugakrobaten. Libellen können bis zu 50 Stundenkilometer schnell fliegen, aber auch in der Luft stehen, Loopings und sogar rückwärts fliegen.

DJD



Eine Baustelle ist auf der Autobahn 4 nahe dem Kreuz Chemnitz eingerichtet. Foto: Hendrik Schmidt

REISEMARKT DEUTSCHLAND

OSTSEE

URLAUB im Ostseebad Warnemünde
FERIENWOHNUNGEN * FERIENHÄUSER
2-6 Pers., tlw. mit herrlichem Meerblick
Einfach kostenfreien Katalog anfordern!
www.die-warnemuender.de * Tel. 0381-492 57 30
ferien@die-warnemuender.de

Hotel Kiebitz an d. Ostsee zw. Heiligendamm u. Warnemünde, Parkplatz, WLAN, super Preis - direkt bei UNS auf www.hotel-kiebitz.de o. 038203/8600 buchen - Immer Last-Minute-Angebote!

HANSE SAIL Urlaub Warnemünde! Zi. mit Terrasse direkt am Strand, Blick auf Meer & Leuchtturm ☎ 0172-7957991

RÜGEN

Urlaub auf Rügen! strandn. Bungalows mit Komfort, fam.-freundlich, ☎ 0151-41209329, www.ferienpark-sanddorn-ruegen.de

FERIENPARK Röhrsdorf Dranske Bakenberg, Bungalows bis 4 Personen, DU/WC, 100 m zum Strand ☎ 0152-58943387

TOP preiswerter Bungalow für 2 Pers. PPL., gr. Grundstück, ruh. Lage, Preis auf Anfrage, Inh. Ramona Reile, info@ferienhaus-reile.de

Juliusruh-kl. Hotel mit Restaurant am Kurpark, ca. 60 m zum Ostseestrand, 030-5679770, www.hotel-svantevit.de

USEDOM

Forsthaus Bansin - Angebot ab 28.6. - 29.8.26: 7 Ü/HP p.P. im DZ 600€, 5 Ü/HP p.P. im DZ 500€. ☎ 038378-29447 www.forsthaus-bansin.de, Forsthaus Bansin GmbH, GF: Holger Böhnstedt, Ahlbecker Chaussee 12, 17429 Bansin

IN DREI MINUTEN AM MEER! Seebad Heringsdorf, Tel.: 0174-6264824 www.baeder-appartements-usedom.de/haus/haus-hedwig.html

SPREEWALD

HOTEL WALDHÜTTE
Nähe Spreewald & Lausitzer Seenland, an Talsperre Spremberg, idyllische Lage
7 x Ü/HP ab 371 € pro Pers. im DZ
Wellnessbereich mit Schwimmbad
☎ 035608/40033 • www.hotel-waldhuette.de
Sebastian Löbelt-Friedrich, Alte Poststr. 1, 03058 Klein Döbbern

MECKLENBURGISCHE SEENPLÄTZE

URLAUB am See! Finnhütten und FeWo's, rollstuhlfreundlich, teilweise Haustier erlaubt, Angelmöglichkeiten ☎ 038757-596900 oder 0172-5409860, www.ferienanlage-buchholz.m-vp.de

MOSEL

FERIENWEINGUT in Mitten der Weingärten! ****FEWO's, 2-6 P., ab 58 €/Tag, Bk., Moselblick, WLAN/SAT, Nä. Trier, schöne Rad-/Wanderwege ☎ 06507-4866, www.weingut-winnebeck.de

ERZGEBIRGE

Schnupperangebot, 1 Kind bis 12 J. frei im 4*Berghotel "Zum Bären" 4 Tg., 3 Nä. Ü/HP ab 249€ o. ALL-IN ab 285€ p. P. im DZ inkl. Schwimmbad, Sauna, Parkpl., tw. Bk., Inh. Khalifa Doghmani, Talblick 6, 01773 Altenberg, Tel.: 035052/610, www.hotelzumbären.com

Erholen im schönen Erzgebirge! Günt. Pauschalangebote Hotel "Zur Edlen Krone", Neuhausen ☎ 037361-45608, www.edle-krone-erzgebirge.de

ZITTAUER GEBIRGE

02797 Kurort Oybin, Hotel Nensch mit hist. Wirtshaus, idyll. zw. Felsen, zentr. ruh. Lg., bietet u.a. Aktionswochen: 7 Ü/F ab 320€ p.P., Kinderabatt bis 50%, Abendsessen im Haus mögl., ☎ 035844 70418, www.hotel-nensch.de, Inh. Britta Iselt-Nensch, Friedrich-Engels-Str. 45

THÜRINGER WALD

6x Ü/HP 239,- €, Komf.-Zi. mit Balkon, Hotel Zur Traube, Inh. Susann Petter, 07426 Bechstedt Nr.15, 036730/22303

ALLGÄU

Urlaub in den Bergen, Oberstdorf im Allgäu, schöne DZ, DU/WC, Balk. mit Bergblick, FeWo's, Sat-TV, WLAN, Sauna u. Infrarot, 7xÜ/HP, 448,-€ p.P., ☎ 08322/5404, www.am-fellhorn.de

BAYERISCHER WALD

Sommer im Bayerischen Wald! Hotel "Ferien - vom - Ich", 94362 Neukirchen, Biergarten, Hallenbad, Sauna, ☎ 09961-9500, www.hfvi.de, info@hfvi.de

Urlaubspension mit Genuss! Bayerischer Wald, Nähe Passau. Natürlich, kulinarisch, behaglich. ÜF oder HP. ☎ 08593-381, www.ebenstein.de

BERLIN

Urlaub in 16348 Wandlitz 4xÜ/HP 228€ pro Pers., wald-/seeneich, gute Küche, Renate Rosché-Mochmann, Oranienburger Chaussee 35, ☎ 033397/21515

ullmann reisen

Alle Reisen mit **Haustürtransfer!**
Buchungshotline
Mo. - Fr. 8:00 - 18:00 Uhr, Sa. 9:00 - 19:00 Uhr
Tel. 0800 44 50 600
weitere Infos unter:
www.ullmann-reisen.de

NEU
IHR KREUZFAHRT-SPEZIALIST
DIE APP ZUR REISE

IHR REISEVERANSTALTER FÜR BESONDERE ERLEBNISSE

MANDARINENERNTE AN DER ADRIAKÜSTE
SÜSSE MANDARINEN UND HISTORISCHE STÄDTE IM GOLDENEN HERBST KROATIENS

7 Tage
ab 949 € pro Person

12. - 18.10.2026

Exklusiver Abholservice (Haustürabholung in Sachsen, weitere Orte nach Absprache), Busrundreise im komfortablen Reisebus, 2 Übernachtungen im Komforthotel in Slowenien inkl. Halbpension, 4 Übernachtungen im Komforthotel in Kroatien (Hotel Horizont, 4****) inkl. Halbpension, Ullmann-Reisebegleitung, örtliche, deutsch sprechende Reiseleitung, Stadtführung in Dubrovnik, Split und Trogir, Mandarinernte auf einer Plantage im Neretva Delta, inkl. Bootsfahrt im traditionellen Neretva Boot und 3-Gang Grillmorgensessen im Restaurant sowie 3 kg Mandarinen pro Person zum Mitnehmen

VIETNAM & KAMBODSCHA
UNVERGESSLICHE MOMENTE ZWISCHEN HALONG UND ANGKOR

16 Tage
ab 3.499 € pro Person

07.11. - 22.11.2026

Exklusiver Abholservice in Sachsen (weitere Orte nach Absprache), Flug- und Abreise, Flug von Hanoi nach Hue/von Danang nach Saigon/von Saigon nach Siem Reap, Flughafentransfer, 12 Übernachtungen in Komforthotels inkl. Halbpension, 1 Übernachtung auf einer Dschunke mit Bad in der Halongbucht, lokale deutschsprachige Reiseleitung, Stadtbisichtigung Hanoi: Ho-Chi-Minh-Mausoleum, Spaziergang durch die Altstadt „36 Gassen“, Besichtigung der kaiserlichen Zitadelle und „Verbotenen Stadt“ in Hue, Besuch der Ziegelbrennerei Phong Nam und Workshop zur Kokosnussschalenverarbeitung, Bootsfahrt auf dem Chet Say-Kanal im Mekong-Delta, Besichtigung der Tempelanlagen von Angkor, Ausflug zu den Tempeln von Bang Mealea, Bootsfahrt auf dem Tonle-Sap-See inkl. Besuch eines schwimmenden Dorfes, u. v. m.

SLOWENIEN LAND UND LEUTE
GRANDIOSE ARCHITEKTUR UND UNBERÜHRTE NATUR ERLEBEN!

7 Tage
ab 899 € pro Person

18.08. - 24.08.2026
29.09. - 05.10.2026

Exklusiver Abholservice (Haustürabholung in Sachsen, weitere Orte nach Absprache), Fahrt im komfortablen Reisebus, 6 Übernachtungen im Premiumhotel Rimske Terme (Zdravilski Dvor) inkl. Halbpension, Nutzung des Thermal-Schwimmbadens, 1x Saunabesuch, Leibbademantel & Hausschuhe, Morgengymnastik, Ullmann-Reisebegleitung, ganztägige Ausflüge Rogaska; Ljubljana; Maribor und Konjice mit Weinprobe; nach Podčetrtek und Kozjanski Park mit Weinverkostung und Jause

JAHRESWECHSEL AN POLENS OSTSEKÜSTE
MIT MEERESRAUSCHEN INS NEUE JAHR STARTEN

5 Tage
ab 969 € pro Person

29.12.2026 - 02.01.2027

Exklusiver Abholservice (Haustürabholung in Sachsen, weitere Orte nach Absprache), Rundreise im komfortablen Reisebus, 4 Übernachtungen im Hotel Porta Mare Active & Spa Resort inkl. Halbpension, Silvesterfeier mit Abendbuffet, Musik & Tanz mit DJ, Sekt um Mitternacht, Open Bar Getränke (Bier, Wein und Softgetränke), Neujahrsbrunch, Ullmann-Reisebegleitung, Ausflug nach Kolberg inkl. Dombesichtigung, Wollin-Rundfahrt

INDIAN SUMMER MIT MEIN SCHIFF 1
NEW YORK, INDIAN SUMMER & NIAGARAFÄLLE

17 Tage
ab 4.599 € pro Person

01. - 17.10.2026

Exklusiver Abholservice (Haustürabholung in Sachsen, weitere Orte nach Absprache), Flug- und Abreise ab/bis Frankfurt (Änderungen vorbehalten), Inlandsflug von New York nach Montreal, Flughafentransfer, 1 Hotelübernachtung im zentral gelegenen Hotel in New York inkl. Frühstück, 10 Nächte Kreuzfahrt an Bord der Mein Schiff 1 im gebuchten Kabinentyp, Verpflegung während der Kreuzfahrt: Premium-Alles-Inklusive, 4 Nächte in Komforthotels in Kanada inkl. Frühstück, Verpflegung lt. Ausschreibung, Ullmann-Reisebegleitung (ab 20 Reiseteilnehmern), örtliche, deutsch sprechende Reiseleitung (Vor- und Nachprogramm), Stadtrundfahrt Manhattan, Bootsfahrt durch das Areal des Nationalparks 1.000 Inseln, Besuch Niagara-Fälle, Stadtrundfahrt Ottawa & Toronto, u.v.m.

BEST OF MITTELAMERIKA MIT MEIN SCHIFF 1
MEER, SONNE & UNVERGESSLICHE ERLEBNISSE

16 Tage
ab 3.189 € pro Person

20.11. - 05.12.2026
15.01. - 30.01.2027

Exklusiver Abholservice (Haustürabholung in Sachsen, weitere Orte nach Absprache), Flug- und Abreise ab/bis Frankfurt (Änderungen vorbehalten), Flughafentransfer, 14 Nächte Kreuzfahrt an Bord der Mein Schiff 1 im gebuchten Kabinentyp, Verpflegung während der Kreuzfahrt: Premium-Alles-Inklusive, Bordreiseleitung, Einzelkabine auf Anfrage, Landausflüge (mehrsprachig) über Mein Schiff buchbar

WANDERTRÄUME AM COMER SEE
MEDITERRANES FLAIR & LEICHTE WANDERUNGEN ZWISCHEN BERGEN UND WASSER

6 Tage
ab 999 € pro Person

04. - 09.10.2026

Exklusiver Abholservice (Haustürabholung in Sachsen, weitere Orte nach Absprache), Fahrt im komfortablen Reisebus, 5 Übernachtungen im Hotel der guten Mittelklasse inkl. Halbpension, örtlicher, deutsch sprechender Wanderführer, Rundwanderung Lago del Piano, Wanderung Greenway (Colonna - Tremezzo), Wanderung Antica Strada Regina (Nobiallo - Rezzonico), Schifffahrt auf dem Comer See (Tremezzo - Bellagio - Tremezzo), 1x Weinprobe inkl. Imbiss

PANAMA & COSTA RICA
ABENTEUER ZWISCHEN ZWEI WELTEN

16 Tage
ab 4.499 € pro Person

27.02. - 14.03.2027

Exklusiver Abholservice (Haustürabholung in Sachsen, weitere Orte nach Absprache), Flug- und Abreise, Inlandsflug Bocas del Toro, Flughafentransfer, 14 Übernachtungen in Hotels/Lodges der guten Mittelklasse, Verpflegung lt. Ausschreibung, Ullmann-Reisebegleitung (ab 20 Reiseteilnehmern), örtliche, deutsch sprechende Reiseleitung, Besuch des Nationalpark Chagres, Regenwaldabenteuer in Gamboa, Besuch einer Ananasplantage, Inselrundfahrt in Bocas del Toro, Besuch des Tortuguero-Nationalpark, u. v. m.

sonnenklar.tv
Borna
Reichsstraße 1
Tel.03433/2481850

sonnenklar.tv
Grimma
Lange Straße 51
Tel.03437/9998883

sonnenklar.tv
Döbeln
Richard-Köberlin-Straße 2
Tel.03431/6081616

TUI ReiseCenter
Wurzen
Wenceslaigasse 6
Tel.03425/924444
Ullmann Reisen GmbH,
Bahnhofstraße 11, 08340 Schwarzenberg

Ullmann Reisebüroeteiligungs GmbH, Bahnhofstraße 11, 08340 Schwarzenberg

Ich will's genau wissen. Immer und überall.

Jetzt 4 Wochen kostenlos LVZ DIGITAL testen!



Lokales



Verkehr



Wirtschaft



Events



LVZ DIGITAL

**4 Wochen
kostenlos**

- Die LVZ im E-Paper bereits am Vorabend ab 21 Uhr lesen
- Themenmonitor mit Benachrichtigungsfunktion zu individuellen Stichworten
- Inkl. Heimatreportage, Lokalsport, Landespolitik, ausfüllbarem Rätsel

Jetzt LVZ DIGITAL für 4 Wochen
testen unter: lvz.de/testen

LEIPZIGER VOLKSZEITUNG

Wenn der Beruf die Psyche fordert: Was beim Abschalten hilft

Grübeln, Schlafprobleme, innere Leere: Wie Sie erkennen, dass **EMOTIONALE BELASTUNG** im Job gefährlich wird – und was dagegen hilft.

Eine Pflegekraft hält die Hand eines Sterbenden. Eine Polizistin wird bei einem Einsatz angespuckt. Ein Rettungssanitäter kann ein Kind nicht retten. Manche Berufe fordern mehr als Fachwissen – sie fordern die Psyche. Das Erlebte gedanklich mit nach Hause zu nehmen, kann aber ernsthafte Folgen für die Gesundheit haben. Wie lässt sich das verhindern? Antworten auf wichtige Fragen.

Welche Berufe gelten als emotional belastend?

„Es sind Berufe, in denen man sehr viel Kontakt mit anderen Menschen hat – aber nicht als Kollegen, sondern als Dienstleistende“, sagt Johannes Wendsche, Diplom-Psychologe bei der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (Baua). Das betrifft Jobs etwa in der Pflege, im Rettungsdienst oder bei Polizei und Justiz, aber auch Tätigkeiten im Kundenservice.

Die emotionale Belastung entsteht laut Wendsche, wenn Arbeitnehmende mit dem Leid anderer konfrontiert sind – etwa nach einem Unfall oder im Umgang mit kranken und hilfebedürftigen Menschen. Stark belastend kann es aber auch sein, wenn Polizistinnen und Polizisten oder Feuerwehrleute Belästigung erfahren – etwa

durch Anspucken. Oder Gewalt in Form von Tritten und Schlägen.

Was erhöht den Druck zusätzlich?

Herausfordernde Bedingungen wie Unterbesetzung und Überstunden können den Druck verstärken. „Die teils enorme Anspannung entsteht, wenn Beschäftigte den Eindruck haben, dass sie angesichts der schwierigen Rahmenbedingungen die Qualität ihrer Arbeit nicht gewährleisten können“, sagt Sabine Gregersen, Diplom-Psychologin und wissenschaftliche Mitarbeiterin bei der Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW).

„Es kann aber auch emotional sehr belastend sein, wenn Beschäftigte im Job ihre Gefühle unterdrücken müssen“, so Wendsche. Ein Kontrolleur in der Bahn müsse immer freundlich und gelassen bleiben, obgleich er innerlich vor Wut kocht über einen Fahrgast, der ihn grob beschimpft und beleidigt hat.

Woran erkennt man, dass es zu viel wird?

„Typisch sind Grübeln, Schlafprobleme“, sagt Wendsche. Die Gedanken drehen sich um Erlebnisse bei der Arbeit, kehren immer wieder. Ein weiteres Signal können Schlafprobleme sein. Betroffene

hätten Probleme, ein- oder durchzuschlafen. Andere reagieren dauerhaft gereizt oder ziehen sich im privaten Umfeld zurück.

„Manche vernachlässigen auch Hobbys, haben Stimmungsschwankungen oder fühlen sich innerlich leer“, zählt Gregersen weitere mögliche Signale für Überlastung im Beruf auf. Darauf könnten auch Konzentrationsstörungen oder eine verminderte Leistungsfähigkeit hindeuten. „Solche Warnsignale sollten Betroffene ernst nehmen“, sagt Wendsche.

Warum ist Abgrenzung so wichtig?

„Natürlich ist es in emotional belasteten Berufen häufig wichtig, Empathie zu zeigen, also mit anderen mitzufühlen“, sagt Gregersen. Ebenso wichtig sei aber, sich abzugrenzen – also nicht mitzuliefern. Denn das ziehe einen mental nach unten. Die Folgen können etwa Erschöpfung, Lustlosigkeit oder Burn-out sein.

Um das zu verhindern, müssen Beschäftigte auch lernen, zu erkennen, wo die eigene Verantwortung endet und die des anderen beginnt. „Die Abgrenzung ist zentral, damit Erholung stattfinden kann“, sagt Wendsche. Nur so könnten Beschäftigte den nächsten Arbeitstag mit neuer Energie angehen.



IN BERUFEN, IN DENEN BESCHÄFTIGTE VIEL KONTAKT MIT MENSCHEN HABEN, ist die emotionale Belastung oft besonders hoch. Zum Beispiel bei der Polizei. Foto: Andreas Arnold/dpa/dpa-tmn

Was hilft beim Abgrenzen und Abschalten?

Beschäftigte in einem emotional belastenden Beruf sollten nach der Arbeit möglichst einen klaren Schlussstrich unter den Joballtag ziehen. „Manchen hilft es schon, die Dienstkleidung abzulegen und Alltagskleidung anzuziehen“, sagt Gregersen. Andere Optionen: Nach der Arbeit Spazierengehen und bewusst die Natur erleben. Oder Sport treiben: Körperliche Aktivität hilft dabei, Stresshormone abzubauen.

Auch mentale Techniken können helfen. Zum Beispiel, indem man im Bus oder in der Bahn belastende Gedanken aufschreibt und sie in einem Tagebuch mit Verschluss

quasi „einschließt“, wie Wendsche vorschlägt.

Wie viel Austausch nach der Arbeit tut gut?

„Gespräche nach der Arbeit über Erlebtes im Job können Betroffene enorm entlasten“,

so Wendsche. Oft Sorge Rede dafür, dass sich angestaute Emotionen lösen und Gedanken sich ordnen. Wichtig seien Gesprächspartner, die gut zuhören und Anteilnahme zeigen, ohne zu bewerten. „Ideal ist es, wenn der Austausch einem guttut und Unterstützung bietet“, so Wendsche. Wer sich nach solchen Gesprächen energielos fühlt, sollte besser auf andere Strategien setzen. Und: Auch wer zur Verschwiegenheit verpflichtet ist, kann sich austauschen. „In aller Regel ist es möglich, ein Erlebnis anonymisiert zu erzählen, ohne dass die Gegenseite Rückschlüsse auf eine bestimmte Person ziehen kann“, so der Psychologe.

Was können Team und Arbeitgeber tun?

„Wichtig ist eine offene Gesprächskultur“, sagt Gregersen. Im Team müsse es möglich sein, Belastungen offen anzusprechen, ohne sich Sätze anhören zu müssen wie „Das gehört zum Job dazu“ oder „Ach, du bist eine Memme“. „Es ist weder eine Schwäche noch Unprofessionalität, wenn jemand sagt, dass er zu stark belastet mit der Arbeit ist und damit nicht klarkommt, sondern eine normale Reaktion“, so Gregersen. Führungskräfte müssten für klare Grenzen sorgen und etwa Überstunden begrenzen. Ist ein Team unterbesetzt, sollte die Leitungsebene gemeinsam mit dem Team eine Prioritätenliste erstellen, welche Aufgaben in jedem Fall zu erledigen sind. Zudem sollten Führungskräfte mit jedem Teammitglied regelmäßig im Austausch bleiben – idealerweise vierteljährlich. So lassen sich Stressfaktoren identifizieren sowie Arbeitsabläufe optimieren. **DPA**

STELLENANGEBOTE

WEITERE BERUFSFELDER

Escort-Agentur sucht Damen jeden Alters bei freier Zeiteinteilung und gutem Verdienst. ☎ 0176 / 22152212

Deutsche Umwelthilfe
50 Jahre Wir setzen Umweltschutz durch
Mach mit. Als Fördermitglied. Für uns alle!
www.duh.de/50jahre
DZI Spenden-Siegel

Zeit für ne Care-Wende im Leben

heimerer
Gemeinsam Zukunft bilden

Dein Start bei Heimerer

Wähle eine unserer zukunftssicheren Ausbildungen in der Pflege, der Therapie oder im Sozialwesen:

- Heilerziehungspfleger/-in
- Krankenpflegehelfer/-in
- Pflegefachmann/-frau
- Physiotherapeut/-in
- Podologe/-in
- Sozialassistent/-in

Heimerer Schulen
Döbeln | doebeln@heimerer.de | 03431 6636-0
Oschatz | oschatz@heimerer.de | 03435 9024-0
www.heimerer.de #heimerer



Zusteller (m/w/d) für die Gebiete:
04703 Leisnig
04703 Großpölsen
04720 Bennwitz
04720 Zaschwitz

Für die MPV Medien- und Prospektvertrieb GmbH suchen wir
Zusteller (m/w/d) für den SachsenSonntag
Sie sind Azubi, Student, Rentner, arbeitssuchend oder interessiert an einem Zuverdienst neben Ihrem Job? Dann haben wir genau das Richtige für Sie.

Sie sind:
• mindestens 16 Jahre alt
• zuverlässig und pünktlich

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung!

• www.lokalboten.de
• sofort.bewerben@lokalboten.de
• oder telefonisch unter 0341 2181 3270

MPV Medien- und Prospektvertrieb GmbH
Druckereistr. 1, 04159 Leipzig

MPV
Medien- und Prospektvertrieb GmbH

GESCHÄFTLICHE EMPFEHLUNGEN

Ticket Galerie
LIVE ERLEBEN.
ticketgalerie.de

Hautnah
Erleben Sie Ihr Lieblingsevent!

Wir haben die Tickets!

im LVZ Foyer | Leipzig, Peterssteinweg 19
im Barthels Hof | Leipzig, Hainstraße 1
und in allen Shops der Ticketgalerie

0800 2181050*
ticketgalerie.de

Alle Stars. Alle Tickets. Deutschlandweit.

*Gebührenfrei e Tickethotline: Mo. bis Fr. 8.00 bis 20.00 Uhr, Sa. 9.00 bis 15.00 Uhr



Sie sucht ihn

Jana, bin Ende 30, hübsch, leider etwas schüchtern. Ich habe keine Kinder und bin seit dem Tod meiner Eltern ganz allein und sehne mich nach jemandem, der mir nah ist. Du brauchst nicht schön sein, viel wichtiger ist ein wahrhafter Freund mit Herz und ehrlichen Absichten. Ich warte auf dich! **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

Kati, 44 Jahre, eine hübsche Angestellte, eine Augenweide, fröhlich und unkompliziert. Habe Sehnsucht nach Gemeinsamkeit, bin naturverbunden, häuslich, gehe gern mal aus und möchte mit einem ehrlichen Mann, gern auch vom Land oder etwas älter, Liebe und Harmonie genießen. **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

Eva, bin 49 Jahre, leider nur eine einfache Verkäuferin aber dafür sehr hübsch, schlank, liebevoll und ordentlich. Ich bin eine moderne Frau, unternehmungslustig, reiselustig, häuslich und treu. Nach einer riesigen Enttäuschung habe ich noch keinen lieben Partner gefunden. Beruf und Aussehen sind für mich nicht von Interesse, nur das Herz zählt. Ich bin sehr einsam und würde mich über einen Anruf von einem netten Mann freuen. Da ich nicht ortsbunden und flexibel bin, könnte ich auch zu Dir ziehen, gern auch aufs Land. Bitte melde Dich über **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

Auch von der Liebe nur geträumt? Peggy, 53/160/53, eine sehr sympathische Arzthelferin, bildhübsch, schlank und natürlich, zärtlich und sehr einsam, sucht keinen Traumprinzen, sondern einen Mann zum Lieben und Anfasen, der sich nach der Arbeit noch auf was Schönes freuen möchte, ob Spazieren, Kino, ein romantisches Essen, Sauna, kuscheln und mit ihr nicht nur diesen Winter verbringt, sondern auch den Rest des Lebens. **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

Lokale Anzeigen



Lust auf neue Fliesen für Ihre Böden und Wände?
Unser in die Handwerksrolle eingetragenes Team steht bereit, Ihr Zuhause mit **professionellen Fliesenlegearbeiten** zu verschönern. **Wir haben noch freie Kapazitäten.** Egal, ob Küche, Bad oder Wohnzimmer – wir setzen Akzente, die begeistern! Kontaktieren Sie uns unter **Tel. 034322/5140 oder per Mail an: info@wachsbaude.de** – Wir freuen uns darauf, Ihr Heim zu einem echten Hingucker zu machen!

MÜNZHANDEL

Münzen, Gold, Silber, Orden, DDR, DM, Göde, DR-Kaiserreich, MON, Rubel, EURO, Besteck, Silberwaren, Medaillen auch unvollst. Sammlungen.
Öffnungszeiten: Di., Mi., Do. 10-16 Uhr
Hausbesuche ab 16 Uhr
Münzhandel A. Günther Halle/S.
Merseburger Str. 422 • ☎ 0345 95990950

MARKTPLATZ

MÖBEL/HAUSRAT

Kaufe alles Alte und Schöne, alte Möbel, Porz., Kristall, Nähm., Uhren, Münzen auch DDR/DM, Briefmarken, Schmuck, Tischwäsche, hist. Militärgenstd. (Stahlhelme, Orden, Fotos) Gemälde, Bücher, Eisenbahn, Modellautos, Bestecke auch ganze Nachlässe u. Sammlungen Tel. 01624 902622

Suche von Privat: Pelzjacke o. Mantel, Bekleidung, Lederwaren, Porzellan, Kristall, Zinn, Uhren, Münzen, Bilder, Bücher, LPs, Puppen, Schnell u. Serios, bei M. Thoma. ☎ 0179-1518874

Kaufe Kristall, Besteck, Porzellan, Sammelstassen, Schreibmaschinen, Modeschmuck u.a. ☎ 0163/2485808

Suche und Kaufe von privat: Möbel aller Art, Bücher von A-Z, Porzellan & Kristall. Tel.: 0163/4833355

Trödelmann kauft Bücher u. Schallplatten an. 017632810398 Ernst

KUNST- UND SAMMLERMARKT

Suche Antikmöbel aller Art, Teppiche und Nähmaschinen, Schallplatten und Silberbesteck, Kaffeeservice und Kristallgläser, elektrische Rollstühle und Rollatoren, Pelzmäntel und Lederjacken, Krawatten und Modeschmuck, Bernstein und Zinn, Silbermünzen und Briefmarken. Faire Preise. Sofortige Abholung. Barzahlung möglich.
Tanja Strzelec ☎ 034487530971

Antik Fa. Rupf kauft Möbel, Hausrat, Bilder, Schmuck, Münzen, Postkarten, Spielzeuge, Erzgebirge, alles aus dem 1./2. Weltkrieg, auch Fotos u. sämtl. antiken Kleinkram. Übernahme kompl. Haushaltsauflösung. ☎ 0341/4258847

Ich hole kostenlos Ihre Bücher ab. Tel. 01577/6369110

Anrufen und Verlieben!

Ich bin die Birgit, 66 Jahre, habe bis zur Rente als Kinderkrankenschwester gearbeitet, habe eine schöne weibliche Figur, sehe jünger aus, bin dunkelblond, leider verwitwet, ansonsten ein fröhlicher, herzlicher Typ und einem Mann, bis 72 Jahre, den Haushalt zu versorgen, wäre für mich ein Vergnügen. Lässt du dich gerne umarmen, dich gut bekochen und verwöhnen, dann bist du sicher der Richtige für mich. Bin mit Auto flexibel und eine sichere Fahrerin. Melde Dich! **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

Simone, 59 Jahre, liebevolle, zierlich schlanke Witwe, junggeblieben, vollbusig, liebt Sauna, Haus- und Gartenarbeit, Motorradfahren, v. Beruf Spediteurin, geht in 4 Monaten in Altersteilzeit, ist sexuell aufgeschlossen, aber völlig alleinstehend, nicht ortsbunden, sehr einsam und sucht deshalb einen lieben, gern auch älteren Mann, den sie umarmen möchte. Ein eig. Pkw ist vorhanden. Bitte rufen Sie an. **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

Bettina, 68 Jahre, bin eine sehr gutmütige und liebevolle Witwe und sehr allein. Suche ein Zuhause für mein Herz, bin eine fürsorgliche, bescheidene Frau, gebildet, praktisch veranlagt, mit Interesse für Gartenarbeit, Kochen und Backen, möchte noch viel Wärme und Hilfe an einen liebeswerten Herrn, möglichst für den Rest des Lebens, verschicken. Ich habe ein Auto und könnte Dich besuchen, jetzt trau Dich! **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

An einen älteren Herrn! Brigitte, 81/158, ehemalige Buchhalterin, viele denken, die meinen früheren Beruf hören, ich bin eine eingebilte, feine Dame. Ganz im Gegenteil, ich bin immer bodenständig geblieben und komme aus einfachen Verhältnissen. Ich liebe Autofahren, nur keine weiten Strecken mehr, koche und rüste gern, mag Musik, hin und wieder Ausflüge oder spazieren in der Natur. Wenn Sie gern Sport schauen, würde ich auch das mit Ihnen tun, ich will nur nicht mehr allein sein. Mir ist es egal, ob sie schlank oder kräftig sind, auch eine Behinderung wäre nicht schlimm, nur sollten sie es wirklich ehrlich meinen. Habe eine schöne Figur und würde auf Wunsch auch zu Ihnen ziehen, egal ob in die Stadt oder aufs Land. Wir könnten aber auch unsere Wohnungen behalten und trotzdem zusammenleben, das wird sich ergeben. Bitte rufen Sie an! **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

Fliessenlegerarbeiten, Zaubrau, Entrümpelungen, kostenlose Vorortbesichtigung, Fa. DLS 0177/2171273

VERSCHIEDENES

Achtung! Kaufe alles von A bis Z, zahle bar. ☎ 0177/6954698

KRAFTFAHRZEUGMARKT

Zahle f. jeden alten Stahlhelm 100,- €, jede Pickelhaube 150,- €, jedes Bajonett 50,- €, Sabel 100,- € u. Luftgewehre Tel. 0176 76701395

KFZ ANGEBOTE

SKODA

4 x Skoda Fabia Limos. Bj 24, 13.500 €, Auto Gärtner, Waldheim/Reinsdorf, ☎ 0172/7001311

MOTORRÄDER/ZWEIRÄDER

Verkaufe Motorrad Yamaha XJ900S 59000km Modeljahr 1996 Tourer. für 950 Euro VB. ☎ 0152/03496525

WOHNMOBILE/-WAGEN

Wohnwagen LMC Style 530 E, 1800 kg, 2 Einzelbetten, Mover, ATC, Bj. 2021, TÜV u. Gas b. 03/2027, Tierfrei, Nichtraucher, Elektr. Hz., gr. Kühlschrank, SOG, 100% trocken, 21000 € VS. Tel. 0170 3592059.

HOBBY UND FREIZEIT

Verk. neuw. He-Tourenfahrrad, Preis VB und Alu-Poolleiter für Rundpool o ca. 4m, neu, VB 40€. ☎ 0341/2518803

DIENSTLEISTUNGEN

Zäune & Tore aus Polen- feuerverzinkt & pulverbeschichtet. Schmiedeeisen, Doppelstabmattenzäune, E-Antriebe u.v.m. Günstige Preise. Kostenlose Beratung & Vermessung vor Ort. Firma Goldhammer, Tel. 01525 / 1522210 www.goldhammer-zaune.eu

Blitzentrümpel.+Allroundhandwerker f. Haus- u. Gartenarb., Kleintransp.+ Renovierg.,Grünschnittabhol., Zaubrau, Laub, Hecke, Baum. ☎0176-22616786

Kostenlos !! Haushaltsauflösungen Kostenlos ! Wohnungsauflösung, Keller-Garagenber. - bei Ankauf von verwertbaren Gegenständen. ☎ 0172/3635865

Dacharbeiten von Laube bis EFH, kostentl. Angebot. Schnell, freundlich, preiswert. ☎ 0176 - 94 34 54 29

Rekord-Brikett Sommerpreise, bis Keller geliefert. BH Enzel, ☎0341-8620285 brennstoffhandel-enzel.de

Renoviere Ihre 4 Wände, Fussboden, Decke und vieles mehr! Kostenlose Vorort-Besichtigung Tel.: 0177/ 2171273

Hecke und Bäume verschneiden und entsorgen, Rasen mähen. Kostenlose Vorort-Besichtigung 0177/2171273.

Habe ich, Heike, 63 Jahre, noch eine Chance? Ich habe schon so viel versucht, dass ich kaum noch Hoffnung habe. Ich bin eine ganz liebe Frau, gutaussehend, schlank und bin als Verwaltungsfachwirt tätig. Leider hat das Schicksal es nicht gut mit mir gemeint und ich bin viel zu früh verwitwet. Ich würde so gerne mit einem ehrlichen, treuen Mann ein neues Leben beginnen. Da ich in meinem Beruf flexibel bin, würde ich auch gerne zu Dir ziehen (Auto ist vorhanden). Bitte sei so lieb u. rufe an. **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

Er sucht Sie

Einfach mal treffen, vielleicht mögen wir uns! Konrad, 76 Jahre, NR, wohlhabender, ehemaliger Unternehmer, Dipl.-Ing. mit modernem EFH, hat die Firma an den Sohn weitergegeben. Ich habe meine Frau gepflegt bis Sie eingeschlafen ist und möchte nun meine Trauerzeit beenden, auch wenn es innerlich noch schmerzt. Nur so kann es nicht weitergehen. Bin anpassungsfähig, ehrlich, mit gepflegten Manieren, charmant und aufgeschlossen. Bin es leid niemanden zu haben, mit dem ich mich austauschen kann. Allein durchs Leben zu gehen ist traurig. Zu zweit ist alles viel schöner. Eine Frau, gern auch älter, zu verwöhnen, mit ihr zu lachen, gemeinsam verreisen oder auch nur einfach miteinander reden, das ist mein Wunsch, dabei sollte jeder seine Wohnung behalten. Es wäre schön, wenn wir bald etwas gemeinsam unternehmen könnten, denn für die Seele ist so eine Freundschaft sehr gut. Gern hole ich Sie zu einem ersten Ausflug mit meinem Auto ab. Haben Sie Mut und rufen Sie an über **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

Jürgen, 81 Jahre, sicherer Autofahrer, bin ein ehrlicher, verträglicher, aufgeschlossener und unternehmungslustiger Mann, der gerne mal verreist, sich mit regelmäßigen Gesundheitssport fit hält, gern im Garten arbeitet, gepflegt, zuverlässig und ehrlich ist. Welche unternehmungslustige und ehrliche Dame möchte mich kennenlernen. **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

„Irgendwie laufen wir uns wohl immer wieder vorbei.“ Tom, 37 Jahre, 190 cm groß, Elektroniker, ist ein sympathischer, sportlicher und ausgeglichener Mann. Er liebt es, aktiv zu sein, ist gern unterwegs, genießt aber genauso entspannte Stunden zu Hause. Ob ein spontaner Ausflug, ein gemütlicher Abend oder einfach gemeinsam lachen, für ihn zählt das Miteinander. Er ist kinderlieb, zuverlässig und aufmerksam, jemand, auf den man sich verlassen kann, anfangs vielleicht ein wenig schüchtern. Tom wünscht sich eine freundliche, ehrliche und treue Frau – mit oder ohne Anhang –, die sich ebenfalls nach einer liebevollen, vertrauensvollen Beziehung sehnt. „Vielleicht haben wir uns bisher einfach nur verpasst und genau jetzt ist der richtige Moment, sich kennenzulernen?“ **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENKAUFGESUCHE

HÄUSER

Häuser, Grd. und Acker gesucht, einschl. Wertermittlung & Energiepass. Büro St. Weisz ☎ 035 241/58 793

ANDERE IMMOBILIENGESUCHE

Familie sucht Eigenheim (EFH, DHH, RH) in Döbeln und Umgebung. Finanzierung gesichert! Wüstenrot Immobilien, Tel. 0171/3263677

GEWERBLICHE IMMOBILIENANGEBOTE

WOHN- UND GESCHÄFTSHÄUSER

Wir vermieten in der Gemeinde Großwetzschchen 2-Raum, 3-Raum, 4-Raum Wohnung, mit und ohne Balkon, Taglichtbad mit Wanne, KM 5,20 €/m² + NK (EnEV 125,2 kWh/m²a), GasZH
Tel. 03431/7293880
Mail: info@groebner-landwirt.de

MIETANGEBOTE

2 ZIMMER

Döbeln, 2 RW, 1A Wohnlage, Garten, 49m², 270€ zzgl. NK ☎ 0157/33877010

3 ZIMMER

Rackwitz OT Lemsel: 3-Zi.-Whg., 56, 86 m²; Bad m. Du./Wanne u. Fenster, Balkon, Kfz-Stellpl., 390 € KM + 175 € NK+MS. ☎ 0157-72580872

WOHNEN FÜR SENIOREN

DRK - Betreutes Wohnen EIB, Ostbahnhofstr. 20A 1-2 R-Whg mit Betreuung, 01776889854, info@mietschloss.de

BEKANNTSCHAFT

SIE SUCHT IHN

Wo bist du? Ich, 67 suche einen humorvollen, ausgeglichene Mann für gemeinsame Freizeitaktivitäten. SMG, Peterssteinweg 19, 04107 Leipzig ☎ XZ 3083827

Sonja, 76 einsame, hübsche, liebe Witwe, fahre Auto u. suche einen Mann bis 85, würde auch umziehen u. gerne für ein schönes, sauberes Zuhause sorgen. 0152 - 32716830 Sdek.

Mann in den besten Jahren sucht dich! Roy, 54 Jahre, ist ein ruhiger, bodenständiger und zuverlässiger Mann, der mit beiden Beinen im Leben steht. Er ist naturverbunden, tierlieb und offen für Neues. Seine Freizeit verbringt er gern in der Natur oder in angenehmer Zweisamkeit – die einfachen, schönen Dinge bedeuten ihm viel. Er ist ein eher häuslicher Typ, ordentlich, fleißig, natürlich und unkompliziert. Er stellt keine hohen Ansprüche, wünscht sich aber eine harmonische, ehrliche Beziehung, geprägt von Vertrauen und gegenseitigem Respekt. Er sucht eine liebevolle Frau, die ebenfalls das Einfache schätzt, keine großen Allüren braucht und mit beiden Beinen im Leben steht. Interesse an Natur, Garten oder einem ruhigeren Leben wäre schön, ist aber keine Voraussetzung. Wenn du dir eine ehrliche, ruhige und herzliche Partnerschaft wünschst, dann könnte Roy genau der Richtige für dich sein. **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

Heute lacht für uns das Glück – Zweifel sind ausgeschlossen! „Großer Junge“, sehr interessanter Beruf, 43 Jahre, sportlich und stark, aber auch verschmust, dunkle Haare, heller Kopf, fast immer gut gelaunt, sehnt sich nach einer harmonischen Beziehung. Ich möchte mal wieder Rosen und Konzertkarten verschenken. **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

Gemeinsam ist das Leben einfach schöner... Patrick, 50/186, bin als Handwerker berufstätig und ein gepflegter, humorvoller und bodenständiger Mann mit schönem EFH und Garten. Ehrlichkeit, Pünktlichkeit und Verlässlichkeit sind für mich selbstverständlich. Bin junggeblieben, ordentlich und jemand, der Dinge offen anspricht und kompromissbereit ist. Ich liebe Urlaub an der Ostsee, bin aber auch offen für andere Unternehmungen. Was mir fehlt, ist eine liebevolle, ehrliche und herzliche Partnerin an meiner Seite. Zweisamkeit, Nähe, Vertrauen und auch eine erfüllte körperliche Beziehung gehören für mich zu einer echten Partnerschaft dazu. Wenn auch Du Sehnsucht nach Liebe und einem echten Miteinander hast, freue ich mich sehr auf ein Kennenlernen. **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

Gibt es noch einen lieben Menschen auf der Welt für mich, Gabi 75 J. sucht Dich für Freizeitgestaltung, bin ein Familienmensch. Dann melde Dich. ☎ 0172/7950513

Sie 75 sucht einen Mann (ab 70) mit Humor für gemeinsame Unternehmungen und einen harm. Umgang, gern mit Auto ☎ 0170/4991998

Sie, 67, su. aktiven Partner, der sie auch mal auf dem Motorrad mitnimmt. Mehr ü.T. : 03425/852282.MPV.

ER SUCHT SIE

Siegfried 75, Witwer mit Pkw, bin NT, NR, körperl. u. geistig topfit u. suche "Sie" für schöne Unternehmungen, ohne Sex u. WG. 0152-32716830 Sdek.

Nur aus Lpz! Klein, vollschl., vollbus. Dame, 70+, zum Lieben und Lachen ges., kl. Behinderung mögl., kein Reiseonkel, NR, NT ☎ 0177/3748636

Die Uhr des Lebens läuft viel zu schnell, wenn man allein ist... Erwin, 64/184 groß und im öffentlichen Dienst bei der Stadt tätig, musste leider viel zu früh Abschied von seiner Frau nehmen. Er ist ein humorvoller, aufmerksamer und gepflegter Mann, der den schönen Seiten des Lebens offen gegenübersteht und doch die Wärme und Nähe einer liebevollen Partnerin sehr vermisst. Er wünscht sich eine Frau, die ihn versteht, mit der er lachen und füreinander da sein kann. Gemeinsame Unternehmungen, schöne Gespräche, kleine Ausflüge oder auch Reisen – besonders ans Wasser – machen für ihn das Leben erst richtig lebenswert. Fühlt du dich angesprochen und möchtest den nächsten Lebensabschnitt nicht allein verbringen, sondern wieder Nähe und Zweisamkeit genießen? Dann könnte ein Kennenlernen ein schöner Anfang sein. **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

Mit 71 ist vieles wertvoller geworden. Die Sehnsucht nach erfüllter Zweisamkeit und alltäglichen Freuden wird größer. Fühlst du ähnlich? Ich wünsche mir eine interessante, gleichfalls suchende Frau, die das Leben liebt und das Glück teilen will. Ich suche keine Sportkanone oder TV Expertin. Ich genieße kleine Spaziergänge in der Natur, regionale Veranstaltungen und höre gern Musik. Das Leben hat uns noch viel zu geben. Ich bin Horst, handwerklich, hilfsbereit, liebevoll und im Herzen junggeblieben. **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

Eigentlich wollte ich das nicht mehr machen, weil es kommt sowieso nix dabei heraus, aber naja....Humorvoller, zuverlässiger Mann 57, 1,78m groß, NR, aus dem Rm. DZ sucht Dich. Neugierig auf mehr ? Dann melde Dich. ☎ 0160 / 1298211

Er 68 J., 188 cm, NR/NT, ortsbunden, suche Liebe, treue, ehrliche Frau passenden Alters für eine feste Beziehung. Kultur und Reisen. SMG, Peterssteinweg 19, 04107 Leipzig ☎ XZ 3091378

Ich bin 71 J. u. habe eine christliche Einstellung, außerdem liebe u. spiele ich Musik, gehe in Konzerte, Kino, Theater u.a. kulturelle Veranstaltungen. Wandern u. Reisen zählen ebenfalls zu meinen Interessen, ich bin sehr naturverbunden u. unternehmungslustig. Ich suche eine gute Frau, gerne auch jünger, für einen gemeinsamen Lebensweg. SMG, Peterssteinweg 19, 04107 Leipzig ☎ XZ 3088443

Dein Mut anzurufen entscheidet, ob wir uns kennenlernen! Mein Name ist Jens, bin 57 Jahre, viel zu früh verwitwet, suche eine aufgeschlossene Partnerin (passenden Alters) für einen neuen gemeinsamen Lebensabschnitt, mit allem was dazu gehört. Ich mag Motorradfahren, Kurzurlaube, gemeinsame Stadtbummel oder Konzerte, gern mal schön essen gehen oder zusammen kochen - eben einfach nicht alleine sein. Mehr verrate ich auf keinen Fall, damit das erste Treffen oder Gespräch interessant bleibt. Melde Dich! **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

Johannes, 74/185, treuer, netter Witwer, bescheiden, familiär, anpassungsfähig, lustig und unterhaltsam, mit dem Herzen auf dem rechten Fleck. Er unternimmt gern Ausflüge mit seinem Auto, ist handwerklich geschickt, fährt gern Rad, liebt Blas- und Volksmusik, tanzt gut, ist humor- und liebevoll. Ich suche eine liebe und einfache Frau, bis Mitte 70 aus der hiesigen Gegend. Wenn Sie auch sehr allein sind, würde ich mich freuen, wenn Sie anrufen, damit wir eine gute freundschaftliche Beziehung aufbauen können. **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

Sehr attraktiver, junger Mann Michael, 46 Jahre, mit wunderschönem EFH, suche Dich. Bin NR, mobil, offen, familientauglich, gepflegt, ehrlich und suche eine natürliche, liebe Frau für das Leben. Trau Dich! **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

Thorsten, Anfang 60/193, ist völlig verzweifelt, da sich auf seine Anzeige bisher niemand gemeldet hat. Durch einen Unfall ist er leider EU-Rentner geworden, hat aber dadurch eine sichere Rente und einiges auf der „hohen Kante“. Er ist groß, sehr familiär eingestellt, reist gern mit seinem Pkw, ist handwerklich außerordentlich begabt. Eine Frau, Alter, Aussehen zweitrangig, die seine leichte Behinderung akzeptiert, wird ihn als einen liebevollen und charakterstarken Mann zu schätzen wissen. Bitte nur etwas Mut, lernen Sie ihn kennen! **Ag. Marie, Tel. (03727) 5639381 auch am Wochenende.**

Freizeit/Freundschaft

FREIZEIT/FREUNDSCHAFT

FREIZEIT-/REISEPARTNER

Er 67J., topfit, jünger aussehend, angenehmes Äußeres, zärtlich, sucht (Ehe)Frau, gern mollig, mit großer Oberweite, für erotische Treffen, 100%ig Diskret, Kfl., Tel. 015161007877 auch WhatsApp

KONTAKTBÖRSE/EROTIK

! Attraktive Sachsenmädels! jeden Alters, mit Stil und Niveau. NEU, z.B. Kati und Sarah. ☎ 0176-22152212

Massagestudio Katrin - in Wurzen. Top Service. Festpreise.015751669376, m. WhatsApp. massagestudio-katrin.de

Deutsche Umwelthilfe

50 Jahre Wir setzen Umweltschutz durch

Plastikfreie Meere?

SCHAFFEN WIR.

www.duh.de/50jahre

Mach mit. Als Fördermitglied. Für uns alle!

www.duh.de/50jahre

Sachsen Medien

Wir setzen Sie und Ihre Angebote optimal in Szene!

www.sachsen-medien.de

So ahnungslos bist du von uns gegangen, zum Abschied nehmen war keine Zeit, doch ist es schwer zu verstehen, dass wir uns niemals wiedersehen.

Wir müssen Abschied nehmen von

Günther Thiele

geb. 28. Dezember 1944 gest. 12. Mai 2026

In Liebe und Dankbarkeit

**Seine Tochter Annett mit Michael
Sein Sohn Steffen mit Katrin
Sein Sohn Lutz mit Kathrin
Seine Enkel Anna mit Nico, Elsa, Georg,
Emma, Bruno und Edgar
Seine Urenkel Egon und Alfred
Sein Bruder Richard mit Martina und Familie**

Die Trauerfeier findet am Montag, dem 1. Juni 2026, um 14:00 Uhr auf dem Friedhof in Roßwein statt. Von lieb gemeinten großen Blumenzuwendungen bitten wir abzusehen, da die Urnenbeisetzung zu einem späteren Zeitpunkt im Kreise der Familie erfolgt.

Graichen - Bestattungen

Ich wollte so gern noch bleiben und lass Euch doch allein. Lasst mich in stillen Stunden noch oftmals bei Euch sein. Was ich getan in meinem Leben, ich tat es nur für Euch. Was ich gekonnt, hab ich gegeben, als Dank bleibt einig unter Euch.

In Liebe und Dankbarkeit nehmen wir Abschied von meiner lieben Ehefrau, unserer lieben Mutti, Schwiegermutter, Oma und Schwester

Sybille Müller

geb. 8. Juni 1964 gest. 29. April 2026

In stiller Trauer

**Ihr Ehemann Uwe
Ihre Tochter Doreen mit Mario
Ihre Tochter Susi mit Maik
Ihre Enkel Melina, Max, Mason & Lewin
im Namen aller Angehörigen**

Die Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung findet am Freitag, dem 5. Juni 2026, um 11:00 Uhr auf dem Friedhof in Waldheim statt. Von großen lieb gemeinten Blumenzuwendungen bitten wir höflichst Abstand zu nehmen.

Graichen - Bestattungen

Was man tief in seinem Herzen besitzt, kann man nicht durch den Tod verlieren.

In dankbarer Erinnerung an meine liebe Schwiegermutter, Omi und Uromi, Frau

Käte Müller

möchten wir uns bei allen Verwandten, Bekannten, Freunden und Nachbarn für die vielen Zeichen der Liebe, Wertschätzung und Verbundenheit, für tröstende Worte und Umarmungen sowie für das ehrende Geleit auf ihrem letzten Weg bedanken.

Unser besonderer Dank gilt dem Pflegeheim *Haus Brigitte* für die liebevolle Betreuung, der Pfarrerin Frau Heyroth sowie dem Bestattungshaus Mike Graichen für die würdevolle Trauerbegleitung.

In Liebe und Dankbarkeit

**Ihre Schwiegertochter Heidrun
Ihr Enkel Veit mit Mandy
Ihre Urenkelin Linda**

Wendishain, im Mai 2026

Graichen - Bestattungen

DANKSAGUNG

So wie ein Blatt vom Baume fällt, so geht ein Leben aus der Welt.

Für die vielen, liebevollen Beileidsbekundungen, die uns beim Abschied nehmen von unserem Vater, Schwiegervater, Opa, Uropa, Bruder und Onkel, Herrn

Henry Ostermeier

geb. am 16.04.1943 verst. am 01.05.2026

in jeglicher Form entgegengebracht wurden, sagen wir auf diesem Wege allen unseren herzlichen Dank.

In stiller Trauer
Tochter Solveig und Sohn Sirko mit ihren Familien

Schreibitz, im Mai 2026

Bestattungshaus Katscher

DANKSAGUNG

Und immer sind da Spuren deines Lebens ...

Nachdem wir in Liebe und Dankbarkeit Abschied genommen haben von

Woldemar Bartsch

möchten wir uns auf diesem Weg bei allen Verwandten, Bekannten, Freunden, Nachbarn und ehemaligen Arbeitskollegen für die große Anteilnahme recht herzlich bedanken.

Besonderer Dank gilt der Häuslichen Krankenpflege Nietzeldt und dem Taxiunternehmen Oly aus Nossen, dem Friedhof Leisnig, der Rednerin Frau Anje Heinz für ihre tröstenden Worte sowie dem Bestattungshaus Illgen, besonders Herrn Almstedt für die würdevolle Trauerbegleitung.

In liebevoller Erinnerung

Gabriele Bartsch im Namen aller Angehörigen

Minkwitz und Deutschenbora im Mai 2026



Traurig dich zu verlieren, erleichtert, dich erlöst zu wissen und dankbar, dich gehabt zu haben.

In liebevollem Gedenken nehmen wir Abschied von meiner liebevollen Frau, unserer Mutter, Oma und Uroma

Irene Hanschmann

geb. Thum
* 3. Februar 1947 † 6. Mai 2026

Wir werden dich für immer in unseren Herzen behalten.
Dein Ehemann Heinz
Deine Töchter Annette mit Peter, Ines mit Heiko und Katja
Dein Enkel Daniel mit Nadine, Hannes, Jonas und Richard mit Vanessa
Deine Urenkel Clara und Esther

Die Trauerfeier findet am 6. Juni 2026 um 10.00 Uhr in der Feierhalle des Bestattungshauses Illgen in Döbeln statt. Von lieb gemeinten Blumen Spenden bitten wir abzusehen.

ILLGEN®
BESTATTUNGSHAUS

Trauer braucht Raum

Jeder Sonnenstrahl ist eine Erinnerung an Dich.

Tree Of Life - Baum des Lebens

Hauptstandort & Feierhalle Döbeln | Thielestraße 14
Zentralruf 03431 - 60 88 50
www.bestattungshaus-illgen.de

Leisnig Rosa-Luxemburg-Str. 1	Hartha Leisniger Str. 1	Roßwein Markt 9
Waldheim Niedermarkt 14	Ostrau Rosa-Luxemburg Platz 2	

Da, wenn es still wird. Seit über 35 Jahren!

Bestattung

CARMEN KUNZE

Individuelle Vorsorgen & Bestattungen

Roßwein | Hainichen | Frankenberg | Flöha | Chemnitz/Rabenstein

24 h Telefon: 034322 / 43601
0173 / 6719579

www.bestattung-carmen-kunze.de

Wir trauern um

Dr. Lutz Goepel

1942 - 2026

Wir trauern um unseren langjährigen mittelsächsischen Europaabgeordneten Dr. Lutz Goepel. Sein jahrzehntelanges Engagement - von der ersten frei gewählten Volkskammer bis zum Europäischen Parlament - verdient höchsten Respekt und bleibt uns Auftrag und Verpflichtung. Mit großer Leidenschaft vertrat er die Interessen der ostdeutschen Landwirtschaft und des ländlichen Raumes und war unserer Region stets eng verbunden. In Dankbarkeit bewahren wir ihm ein ehrendes Andenken. Unser Mitgefühl gilt seiner Familie, seinen Freunden und Weggefährten.

Susan Leithoff MdL CDU Mittelsachsen **CDU** Dr. Peter Jahr MdEP a. D.

STEIN SCHMIEDE

RESTAURIERUNG | STEINTECHNIK

GRABMALE

Besuchen Sie unsere Ausstellung

Mastener Str. 12, 04720 Döbeln
Telefon: 0 34 31 / 67 97 88
www.steinschmiede-sachsen.de

„Ich will meine Kinder nicht belasten.“
Bei einer Bestattungsvorsorge haben Sie alles in der Hand.

PIETÄT BRACHT seit 1992

Döbeln (03431) 70 43 55, Niedermarkt 18
Leipzig (0341) 4 22 04 73

www.pietat-bracht.de

BARRIEREFREIES BAD – WIE WIR UNSER BADEZIMMER UMGESTALTET HABEN

Wir wohnen nun schon seit fast 18 Jahren in unserer schönen Dreizimmerwohnung bei der Wohnungsgenossenschaft „Fortschritt“ in Döbeln. Mit der Zeit merkten wir jedoch, dass unser Badezimmer nicht mehr unseren Bedürfnissen entsprach.

Ein Badezimmer ist für uns einer der persönlichsten Orte in der Wohnung – gleichzeitig kann es aber auch der frustrierendste sein. Unser altes Bad war noch ein typischer Kompromiss aus den 1990er-Jahren: eine große Badewanne, die viel Platz einnahm, aber von uns kaum noch zum Entspannen genutzt wurde. Vor allem der Einstieg in die Wanne wurde mit den Jahren immer beschwerlicher. Außerdem wirkte das Badezimmer durch die wuchtige Blechwanne kleiner und dunkler, als es eigentlich ist.

Wir wollten nicht warten, bis es irgendwann nicht mehr möglich ist, in die Wanne zu steigen. Deshalb haben wir – mit Zustimmung unseres Vermieters, der Wohnungsgenossenschaft „Fortschritt“ Döbeln eG – entschieden, unser Bad barrierefrei umzubauen. Unser Ziel war schnell klar: **„Wanne raus, Dusche rein!“**

Dabei war uns nicht nur die Barrierefreiheit wichtig, sondern auch eine moderne Gestaltung, die den Raum optisch aufwertet.

Der Umbau wurde sorgfältig geplant, damit Schmutz und Ausfallzeiten möglichst gering bleiben. Glücklicherweise konnten wir den Badumbau mit der Strangleitungssanierung kombinieren, die von der WGF schon länger

für unser Haus geplant war. Gemeinsam mit der Installationsfirma Wolke sowie der Firma Thimm aus Döbeln, die den Umbau der Dusche übernahm, wurde alles gut aufeinander abgestimmt.

Zuerst wurde unsere alte Badewanne fachgerecht entfernt. Dabei kam eine kleine Überraschung zum Vorschein: Hinter der Verkleidung befanden sich noch alte Leitungen, die im Zuge des Umbaus gleich mit erneuert wurden.

Anstelle der Wanne mit dem hohen Rand wurde eine flache, nahezu bodengleiche Duschwanne eingebaut. Dadurch haben wir heute nicht nur mehr Bewegungsfreiheit im Bad – der Raum wirkt auch deutlich größer und heller.

Um ein komplettes Neuverfliesen zu vermeiden, haben wir uns im Duschbereich für moderne Wandpaneele in Steinoptik entschieden. Diese wurden direkt auf den bestehenden Fliesenspiegel montiert und sind zudem fugenlos und pflegeleicht. Eine maßgefertigte Glasduschwand und eine hochwertige Rainshower-Armatur haben die ehemalige Wannennische schließlich in eine kleine Wellnessoase verwandelt.

Mit dem Umbau unseres Badezimmers verbinden wir vor allem einen Wunsch: dass wir noch viele Jahre – auch im höheren Alter – in unserer schönen Wohnung bleiben und unser neues Bad bei unserem Vermieter, der Wohnungsgenossenschaft „Fortschritt“, genießen können.



Wohnungsgenossenschaft „Fortschritt“ Döbeln eG

Blumenstraße 51a
04720 Döbeln

Telefon 03431 / 71 92 – 0, Fax: 03431 / 71 92 – 60
E-Mail: infoservice@wgf-doebeln.de

www.wgf-doebeln.de

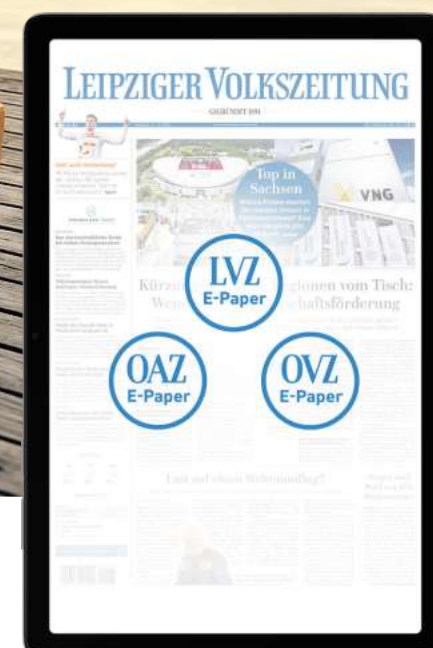


Galaxy Tab A11+ für nur 1 € sichern!

Mit LVZ Digital verlässlich informiert bleiben.

Tablet
für 1 €
statt 199 €

+100 €
geschenkt



Mehr Informationen auf
abo.lvz.de/jetztstarten
telefonisch unter 0341/ 86092300
oder besuchen Sie uns im Media Store
Leipzig (Peterssteinweg 19), Borna (Brauhausstr. 3)

Wissen, was **Leipzig, die Region**
und **die Welt bewegt.**

LEIPZIGER VOLKSZEITUNG

OSCHATZER ALLGEMEINE

OSTERLÄNDER VOLKSZEITUNG