

JOACHIM ROLKE IMMOBILIEN GMBH
Wir suchen sachsenweit

- Ein-, Zweifamilienhäuser u. Wochenendgrundstücke
- Eigentumswohnungen
- Bauland
- Ackerflächen (auch verpachtet, mit und ohne Hofstelle)

Lutherstr. 2a, 04758 Oschatz • Tel. 03435/90210
oschatz@rolkeimmobilien.de • www.rolkeimmobilien.de

Mit Hilfsangeboten wieder Freude am Leben finden

TITELGESCHICHTE: Vor zehn Jahren hat Carmen Spindler die Selbsthilfegruppe „Lichtstrahl“ gegründet. Wer dort Halt findet und was sich die Gründerin wünscht.

ROBWEIN. Etwa 18 Millionen Menschen in Deutschland sind von einer psychischen Erkrankung betroffen. Besonders häufig kommen Angststörungen (ca. 15 Prozent), affektive Störungen wie Depressionen (ca. 10 Prozent) und Suchterkrankungen vor. Dabei sind Frauen häufiger betroffen als Männer. Carmen Spindler ist eine von ihnen. Die 68-Jährige leidet an einer posttraumatischen Belastungsstörung und hat schon mehrfach am Sinn ihres Lebens gezweifelt. Um ihren Weg zurück ins Leben zu finden, hat die Gleisbergerin vor zehn Jahren eine Selbsthilfegruppe in Roßwein gegründet.

Als der „Lichtblick“ seine Arbeit aufgenommen hat, war sie selbst schon acht Jahre lang in psychologischer Behandlung. Sie habe Glück gehabt damals, sagt sie, dass sie 2008 einen Therapieplatz bekommen hat. Heu-

te ist es noch viel schwieriger geworden, Hilfe zu erhalten, vor allem zeitnah. Das weiß sie durch den Austausch mit anderen depressiv Kranken in ihrer Gruppe, die auch in solchen Fällen eine Unterstützung sein kann.

Denn diese Hilfe ist für viele psychisch Kranke lebenswichtig, im wahrsten Wortsinn. Außerdem sind psychische Erkrankungen ein Hauptgrund für Arbeitsunfähigkeit. In Sachsen sind es etwa 40.000 Beschäftigte, die jährlich mindestens einmal in einer Depressionsdiagnose am Arbeitsplatz ausfallen. Carmen Spindler, die als Sachbearbeiterin in der Buchhaltung gearbeitet hat, hat selbst viele Aufenthalte in Kliniken hinter sich.

Die 68-Jährige spricht offen über ihre Erkrankung. Das hat sie gelernt. Und sie weiß: „Man bekommt eher Hilfe, wenn man offen darüber spricht.“ Sie wünscht sich genau das auch

von den Menschen um sich herum, Betroffenen wie Nichtbetroffenen. „Der Umgang mit dem Thema ist besser geworden“, stellt sie fest. Dennoch gäbe es immer noch zu viele Menschen, die nur hinter vorgehaltener Hand über Depressionen und andere psychische Erkrankungen sprechen – aus Angst vor dem Arbeitsplatzverlust oder aus Scham.

In ihrer Selbsthilfegruppe gibt es dieses Tabu nicht. Hier, im geschützten Raum, kann jeder seine Fragen stellen, und von seinen Erfahrungen berichten, ohne Angst haben zu müssen, beurteilt zu werden. Alle zwei Wochen treffen sich derzeit zehn Frauen und Männer, die an Depressionen, Angstzuständen, Panikattacken oder Zukunftsängsten leiden.

Nachdem Roßweins Bürgerhaus wegen seiner Schließung als Treffpunkt weggefallen ist,

hat der „Lichtblick“ im Bertalbörner-Pflegeheim ein neues Zuhause gefunden. Darüber ist Carmen Spindler froh. Organisiert hat sie den neuen Treffpunkt selbst, hätte sich da mehr Unterstützung von der Stadtverwaltung erhofft. Sie wünscht sich die Anerkennung ihrer Gruppe.

Carmen Spindler hat diese Gruppe vor zehn Jahren mit Unterstützung des Roßweiner Behindertenbeirates gegründet. Es gab damals kein Angebot, aber Menschen wie sie selbst, die sich eine solche Gruppe gewünscht haben. „Am Anfang waren wir zu viert.“ Carmen Spindler ist stolz darauf, dass die Gruppe inzwischen für mehr als doppelt so viele Betroffene ein wichtiger Anlaufpunkt ist.

Im „Lichtblick“ geben sich die 40- bis 80-jährigen Betroffenen gegenseitig Halt. „Wir tauschen uns aus, helfen einander.“ Auch

Ausflüge, bei denen man die Krankheit mal vergessen kann, stehen auf dem Programm. Es geht darum, wieder Freude am Leben zu finden. „Wir feiern auch unsere Geburtstage.“ Carmen Spindler ist außerdem immer auf der Suche nach Dialogpartnern, organisiert regelmäßig Vorträge, und lädt Ärzte, Apotheker, und Psychologen ein.

Ihr selbst hat der „Lichtblick“ dabei geholfen, wieder Freude am Leben zu finden. Eine Garantie für Dauerhaftigkeit gibt es nicht. Nach einem Rückschlag ist sie jetzt besonders froh, dass sie die Gruppe hat. Sie möchte anderen Betroffenen ein Signal geben: „Hier gibt es jemanden, der sich um euch kümmert.“

Der Roßweiner „Lichtblick“ ist eine offene Gruppe. Wer Interesse hat, meldet sich bei Carmen Spindler (0171 8460314).
M. ENGELMANN-BUNK

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

Kostenlos Regional Aktuell Sachsen Sonntag
SACHSEN SONNTAG

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

Sachsen Medien

VERSCHIEDENES

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

Lokale Anzeigen

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 9590950

WACHS BAU

Ihr Dach sieht aus, als bräuchte es eine Schönheitskur?
Kein Problem!

Unser Familien-Bauunternehmen sorgt dafür, dass es wieder in Topform ist. Machen Sie Schluss mit undichten Stellen und planen Sie rechtzeitig – wir verleihen Ihrem Heim einen neuen Look.

Kontaktieren Sie uns unter **034322/5140** oder **info@wachsbaude.de**

Das Jawort auf der Burg Kriebstein geben

Burg und Talsperre Kriebstein sind **LOHNENDE AUSFLUGSZIELE**. Was sie mit dem Saisonstart zu bieten haben und wie jüngere Zielgruppen angesprochen werden.

KRIEBSTEIN. Zwischen dicken Mauern, knarrenden Holzbalken und digitalen Erlebniswelten startet die Burg Kriebstein in eine neue Saison. Der Veranstaltungskalender ist gut gefüllt, die Besucherzahlen stabil, berichtet Museumschefin Susanne Tiesler. Rund 45.000 bis 50.000 Gäste kommen jährlich

– trotz gestiegener Kosten und veränderter Freizeitgewohnheiten.

Neu sind die Selbstbedienungsmatratzen in der Burgschänke. Kaffee, Tee, Snacks und Eis – unter anderem mit besonderen Sorten von Ziegen- bis Schafmilch – gehören zum Angebot. Im Marketing geht die Burg ebenfalls neue Wege: Mit eigenen Instagram-Auftritten sollen gezielt jüngere Zielgruppen angesprochen werden. Der Fokus liegt besonders auf Gästen aus Sachsen und den angrenzenden Bundesländern. Bauliche Investitionen betreffen den Wohnturm. Dort werden tragende Balken saniert und teilweise ersetzt. Führungen auf den Dachboden müssen deshalb zum Tag des offenen Denkmals ausfallen.

Ein erster Höhepunkt ist das Mittelalterspektakel zu Himmelfahrt vom 14. bis 17. Mai. Im Mittelpunkt steht der erlebnisorientierte Ansatz für Familien. Im Sommer folgt am 11. und 12. Juli die „Burg der Märchen“ gemeinsam mit dem Mittelsächsischen Kultursommer, und im Oktober wird es einen Familientag geben. Große Resonanz finden zudem

Formate wie „Yoga meets Piano“ im Festsaal – bereits ausgebucht – sowie die beliebten Ritteressen bis November. Neben klassischen Führungen setzt die Burg verstärkt auf interaktive Angebote. Ein Escape-Game führt Besucher per Tablet auf Spurensuche durch die Anlage. Gruppen wie die Goggle Gilde sorgen mit Rollenspielen für zusätzliche Belebung.

Auch als Veranstaltungsort ist die Burg nach wie vor gefragt: Hochzeiten, Feiern und Tagungen finden statt. In Zusammenarbeit mit dem Standesamt Hainichen sind Trauungen möglich, erklärt Tiesler. Offene Kamine und echtes Kerzenlicht – eine Seltenheit heutzutage – schaffen dabei die passende Atmosphäre in den Räumen.

Ein ganz besonderes Jubiläum gibt es in diesem Zusammenhang am 6. Juni: An diesem Tag nimmt das Standesamt Hainichen die 1000. Trauung auf der Burg Kriebstein vor. „Seit dem Jahr 2000 gehört die Burg zum Standesamtsbezirk Hainichen. Rekordjahr war 2007 – damals trauten unsere Standesbeamtinnen insgesamt

70 Ehepaare in den historischen Gemäuern“, informiert Dieter Greysinger, Oberbürgermeister von Hainichen. Das Brautpaar am 6. Juni wird übrigens aus Döbeln sein.

Geöffnet ist die Burg von Dienstag bis Sonntag, werktags von 10 bis 17 Uhr, an Wochenenden bis 18 Uhr. Aktuell zeigt zudem eine Sonderausstellung Werke des Malers Uwe Gerschler mit Motiven aus Sachsen, Thüringen und Sachsen-Anhalt. Eine kleine Galerie ergänzt das Angebot.

Dass die Burg Kriebstein und die benachbarte Talsperre sich gegenseitig beleben, wird an vielen Stellen sichtbar. Der Winter hat zwar Spuren hinterlassen. Frostschäden an den Schiffen müssen behoben werden. Besonders die Fähre in Höfgen bereitet Probleme. Der Antrieb fiel aus und Ersatzteile, insbesondere für die Fähre, sind schwer zu beschaffen, erklärt Geschäftsführer André Singer. Der Motor konnte aber inzwischen instandgesetzt werden. Die Schifffahrt und der Fährverkehr laufen – am ersten Mai-Wochenende, zu Himmelfahrt und über Pfingsten natürlich auf Hochtouren.

Zentrales Projekt bleibt das neue Mehrzweckgebäude oberhalb der Seebühne. Wegen des strengen Winters verzögerte sich der Bau etwas, die Eröffnung ist für Juni geplant. Begleitet werden soll diese von einem Fest. Aktuell werden die Außenanlagen gestaltet, Wege gepflastert, Zäune gebaut sowie eine Stahlterrasse montiert. Innen laufen Arbeiten an Böden, Sanitär und Ausstattung.

Geplant ist außerdem ein neuer Spielplatz neben dem Kassengebäude. Das Konzept greift das Thema Burg auf – mit einer sogenannten „Hafenrutsche“, über die Kinder symbolisch in den Hafen rutschen können, kündigt der Geschäftsführer an. Über den Zuschlag für eine der regionalen Firmen wird dieser Tage entschieden.

Der seit verganginem Jahr bestehende Kajakomat am Wasser, ein neues, automatisiertes Bootsverleihsystem, wurde ebenfalls gut angenommen, erzählt Singer. Für den weiteren Betrieb stehe jedoch noch die Verlängerung der Genehmigung aus.

ELKE WALTER-KOCH

Haushaltshilfe mit Herz

Unterstützung im Alltag durch das **TÖPELWINKELTEAM**

REGION. Das Natur- und Freizeitzentrum Töpelwinkel erweitert sein Angebot und bietet seit letztem Jahr zusätzlich eine zuverlässige und engagierte Haushaltshilfe an. Neben unseren bekannten Angeboten wie Forellenessen, Ferienlagern, Angelcamps sowie den Leistungen unserer Jugendherberge möchten wir damit einen weiteren wichtigen Beitrag für Menschen in unserer Region leisten.

Viele Menschen sind im Alltag auf Unterstützung angewiesen – sei es aufgrund des Alters, gesundheitlicher Einschränkungen oder weil die täglichen Aufgaben allein nur schwer zu bewältigen sind. Genau hier möchten wir helfen. Unsere Haushaltshilfe unterstützt individuell und zuverlässig bei alltäglichen Arbeiten und sorgt dafür, dass sich unsere Klienten in ihrem Zuhause weiterhin wohl und gut versorgt fühlen können.

Dabei legen wir großen Wert auf Vertrauen, Menschlichkeit und eine fachlich engagierte Betreuung. Unsere Mitarbeitenden arbeiten mit Herz, Verständnis und Verantwortungsbewusstsein. Für uns steht der Mensch im Mittelpunkt – denn oftmals bedeutet Hilfe im Haushalt weit mehr als nur Unterstützung bei alltäglichen Aufgaben. Sie

schenkt Entlastung, Sicherheit und ein Stück Lebensqualität.

Um unser Natur- und Freizeitzentrum langfristig zu erhalten und weiterhin vielseitig für die Menschen da sein zu können, möchten und müssen wir uns breit aufstellen. Mit dem neuen Bereich der Haushaltshilfe schaffen wir ein zusätzliches Angebot, das sinnvoll unterstützt und gleichzeitig unsere Verbundenheit zur Region stärkt.

Wir freuen uns über jeden neuen Klienten, den wir in seinem Alltag begleiten und unterstützen dürfen, und bedanken uns herzlich für Ihr Interesse und Ihr Vertrauen.



Herzblüte – Hilfe im Alltag mit Herz
Foto: PM

HANDBALLPOST
Frühjahr 2026: Das Magazin für Fans und Vereine aus Sachsen

Ab jetzt im Handel 2,95 €

WOCHENWAHRHEIT
DER LIGA-ALLTAG DER SÄCHSISCHEN TEAMS BEWEIST SICH ZWISCHEN AUFSTIEGSHOFFNUNG UND ABSTIEGSKAMPF.

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: Sperling Computer Satz GmbH Leipzig
Druck: MZ Druckerei GmbH
Fietze-Schulze-Str. 3 | 06116 Halle (Saale)

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

