| ANZEIGEN

POSTAKTUELL – sämtliche Haushalte

marcus®

Saalfelder 37. Jazztage

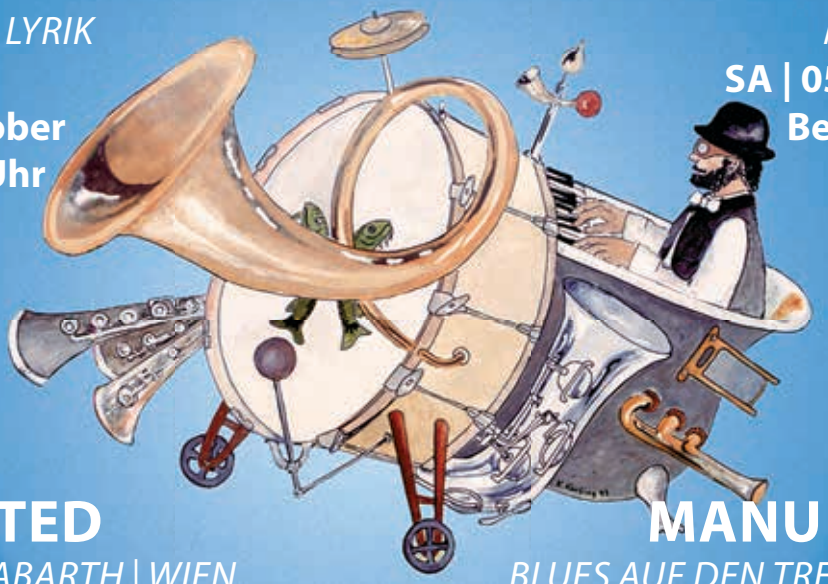
28.10. bis 11.11.22

BEZIEHUNGSWEISEN

PETER FRANK & STEFAN RAUSCHELBACH
WEIMAR
JAZZ X POP | LIEDERMACHER
VOLKSLIED & LYRIK
Schier Optik
FR | 28. Oktober
Beginn: 20 Uhr

RITA PAYÉS QUARTETT

JAZZ X BOSSA NOVA
LATIN & BRASS
SPANIEN
Meininger Hof
SA | 05. November
Beginn: 20 Uhr



DEDICATED

MARTIN LISTABARTH | WIEN
KLASSIK X JAZZ | KLAVIERKONZERT
Kleine Bühne Saalfeld
SA | 29. Oktober
Beginn: 20 Uhr

MANU LANVIN

BLUES AUF DEN TREPPENSTUFEN
FRANKREICH
Stadtmuseum
FR | 11. November
Beginn: 20 Uhr

Karten ab 20,-€ an allen bekannten Vorverkaufsstellen und auf www.saalfeld-kultur.de

Für MEHR Mobilität

Service | ŠKODA | auto-welz.de Der Service-Spezialist | ClassiC-welz.de

Autohaus Welz GmbH & Autohaus an der Bahnbrücke GmbH

www.thueringen-kliniken.de
Karriere » Bewerberportal

Jetzt bewerben!

NAH DRAN AN DER FAMILIE

Als Fachärzte in den Thüringen-Kliniken sind wir Teil einer großen Familie.

Für unsere eigenen Familien bleibt dank kurzem Arbeitsweg mehr Zeit.

THÜRINGEN-KLINIKEN
Georgius Agricola

| Anzeigenseite

IHRE KÜCHE IST UNSER HERZ
WIR SIND IMMER FÜR SIE DA!

Küche Kotnik

Pfortenstraße 76 | 07318 Saalfeld
03671 513914 | www.kueche-kotnik.de

Das Herz des Menschen ist sehr ähnlich wie das Meer, es hat seine Stürme, es hat seine Gezeiten und in seinen Tiefen hat es auch seine Perlen. Vincent Van Gogh

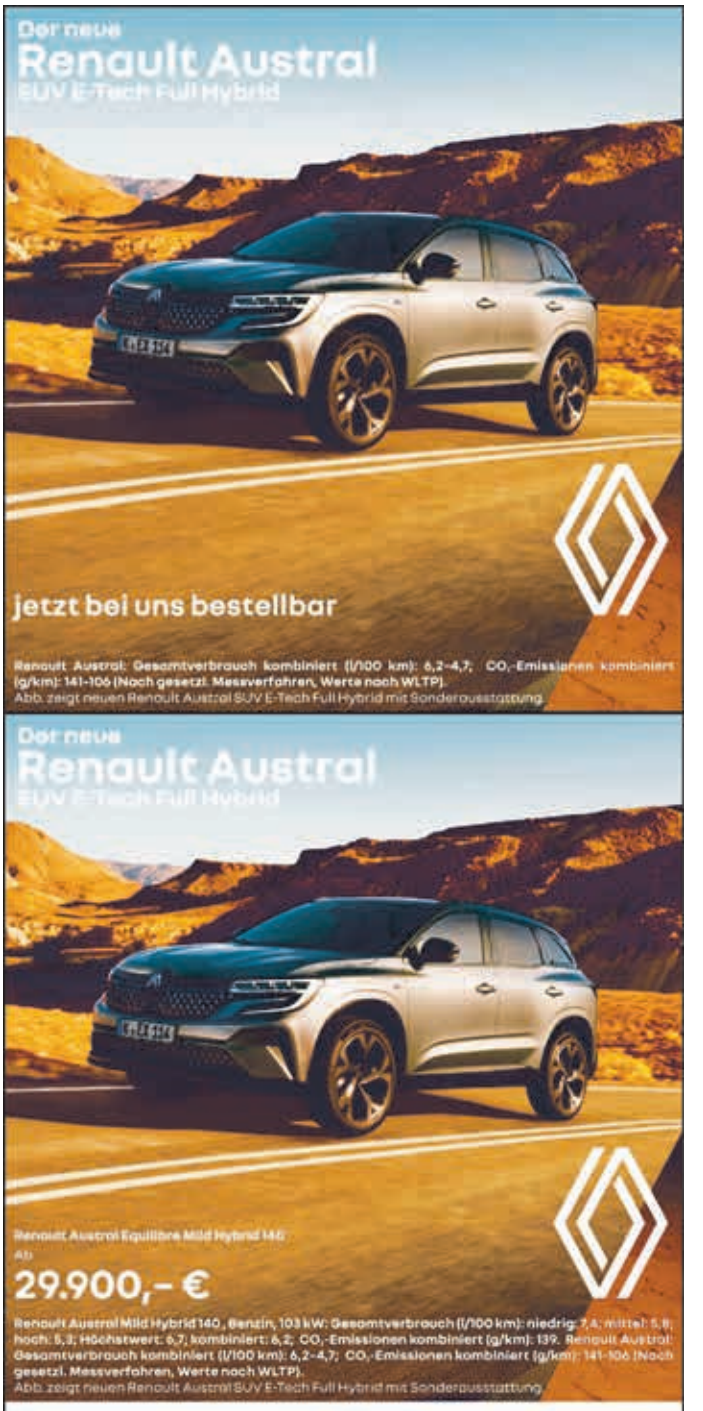
Liebe Leser,

wer mich kennt, weiß, dass ich sozusagen Ostsee-verliebt bin. Dabei spielt die Jahreszeit keine Rolle. Es ist für mich ein besonderer Ort, wo ich schnell zu mir finde und sich ein Gefühl von „alles ist gut" einstellt.

Vor einigen Tagen las ich an der See zu diesem Thema folgende Zeilen: „Es beruhigt uns das Meer, weil es ist. Weil es in Bewegung bleibt, unablässig. Weil es brüllen kann und doch immer schweigt. Und weil es nichts von uns erwartet. Es beginnt so, wie es endet, an jedem Strand. War lange da vor uns und wird es sein hernach. Und in seinem vollkommenen Sein, sind wir kaum mehr als die eine Welle, aber eben auch nicht weniger."
(Verfasser ist mir nicht bekannt)

In diesem Sinne, einen wunderschönen Herbst und bis in 14 Tagen –

Ihr Marco Kupfermann



AUTOHAUS
BOHR
www.auto-bohr.com
Dein Weg zum Autoglück!
AUTOHAUS BOHR GMBH & CO. KG
Renault Vertragspartner
07318 Saalfeld • Kulmstraße 31 • Telefon: 03671-51 11 00
07407 Kirchhasel • Alt Saale 32 • Telefon: 03672-41 11 71

GUTER SERVICE MACHT DEN UNTERSCHIED!

s-Finanzkolumne

Deutschland jetzt zweistellig

Markus Arper, Wertpapierspezialist

Die deutsche Inflation ist im September mit 10,0 % auf einen Rekordwert gestiegen. Grund dafür sind weiter steigende Energie- und Nahrungsmittelpreise, welche die Lebenshaltungskosten treiben. Die Ursache für die enorme und anhaltende Steigerung der Verbraucherpreise liegt jedoch nicht ausschließlich in den hohen Energiepreisen oder in Lieferkettenproblemen. Auch die lockere Geldpolitik der Notenbanken hat für den Treibstoff gesorgt. Diese hat in den vergangenen Jahren die Geldmenge immer mehr ausgeweitet. Die Geldmenge ist auch durch die enormen Transfers in Pandemiezeiten stark gestiegen. Der Inflationsmantel wurde damit – gemessen an der Geldmenge und im Verhältnis zum Bruttoinlandsprodukt – viel zu groß.
Die Situation ist vergleichbar mit einem alten Mantel von Reiner Calmund, dem legendären Manager von Bayer Leverkusen. Viele werden ihn mit riesigen Anzugjacken in Erinnerung haben. Vor einiger Zeit hat er dank einer Magen-OP sein Gewicht halbiert. Würde er mir einen seiner alten Mäntel schenken, wäre dieser viel zu groß. Entweder müsste ich also extrem zunehmen, oder – was wahrscheinlicher wäre – mir den Mantel passend schneidern lassen. Entsprechend lauten die Alternativen für die Notenbanken: Inflation rauf oder die Geldmenge verkleinern.

Kreissparkasse
Saalfeld-Rudolstadt

24 Jahre

Jubiläumsaktion 2022!

Dach & Fassade

ACHTUNG HAUSBESITZER!

Jetzt sanieren, mit dem Konjunkturpaket doppelt sparen!!!

Bis zu 1200 Euro mit der Steuererklärung vom
Finanzamt wiederholen!!!!

Einige Preisbeispiele auf 100 m²

Bei uns ist Ihr Dach in guten Händen

Dachumdeckung mit Betondachsteinen	**ab 12.500,- Euro**
Ultraleichtdach Alu-Dachpfanne nur 2 kg/m²	**ab 13.850,- Euro**
Dachfläche mit Bitumenschindeln schwarz/rot	**ab 7.960,- Euro**

Wir finanzieren Ihre Baumaßnahme schnell und günstig!
Nutzen Sie jetzt die Niedrigzinsphase,
um Ihr Bauvorhaben zu verwirklichen!

Wir verschönern Ihr Zuhause

Fassadenanstrich inkl. Grundierung	**ab 4.850,- Euro**
Fassadenputz inkl. Untergründe	**ab 7.250,- Euro**

Fassaden aus Holz/Metall, Fenster/Türen, Carports, Holzanstrich, Holzarbeiten aller Art

Dachdeckerbetrieb Mattern, Malermeister Ullrich,
Schreinermeister Koch, Metallbaumeister Eubling

Unsere Beratung und Angebot sind kostenlos und unverbindlich.

LB Umwelt- und Tiefbautechnik GmbH –
Das Handwerkerhaus
Am Vogelherd 97, 98693 Ilmenau
Tel.: 03677 - 20 77 36

MEINE SICHT

Du rettest mit Deinen Haaren das Meer.

Als leidenschaftliche Friseurmeisterin faszinierte mich dieser Satz und machte mich neugierig.
Mittlerweile darf ich Partnersalon der Organisation „Hair help the Oceans“ sein und sammle bei meiner Friseurtätigkeit täglich die Haare meiner lieben Kunden, bis diese abgeholt werden.
Haare sind aufgrund ihrer hohen Saugfähigkeit perfekt geeignet, um Rohöl oder Sonnenöl aus jeglichen Gewässern und dem Meer zu ziehen.
Ein Kilogramm Haare kann acht Kilo Öl aus dem Wasser aufsaugen.
In einer gemeinsamen Aktion des Teams „Hair help the Oceans“ und den beteiligten Friseuren werden in Kartons gelagerte Haare gesammelt, in alte Nylonstrümpfe integriert und dann positiv für unsere Umwelt eingesetzt.
Beeindruckend ist auch, dass diese „Haarfilter“ gewaschen und bis zu achtmal wiederverwendet werden können.
Es sind die Kleinigkeiten, die einiges in unserer Welt verändern dürfen.
Wenn es uns gelingt, uns im Alltag ein paar Minuten Ruhe zu schenken, dann können wir die vielen kleinen und schönen Dinge im Leben sehen. Und wir ziehen immer die Dinge an, die zu uns passen.
Ich bin sehr dankbar, dass „zufällig“ die Worte des „Haarfilters“ zu mir kamen und ich mit lieben Menschen einen kleinen Beitrag für eine großartige Idee leisten darf.
Und nun freue ich mich schon auf einen neuen Tag in meinem Salon.

Herzliche Grüße
Susanne Beck
Inhaberin Haarklang Friseur, Saalfeld

37. SAALFELDER JAZZTAGE

4 | Länder | Konzerte | Locations | Stile – 28.10. bis 11.11.22

„BEZIEHUNGSWEISEN“

Peter Frank & Stefan Rauschelbach I Weimar
Jazz x Pop, Liedermacher, Volkslied & Lyrik

Schier Optik I Saalstraße |
Fr. 28. Oktober | 20 Uhr

Peter Frank (Gesang) und Stefan Rauschelbach (Klavier) widmen sich in diesem Programm zwischenmenschlichen Beziehungen, aber auch der Beziehung zu Dingen, Orten und nicht zuletzt zu sich selbst. Genreübergreifend erwartet das Publikum jazzig und gefühlvoll interpretierte, alt bekannte und neu zu entdeckende „Weisen“ vom Volkslied über Liedermacher-Schätze und Pop-Songs bis hin zu Eigenkompositionen.

DEDICATED

Martin Listabarth I Wien
Klassik x Jazz I Klavierkonzert

Kleine Bühne Saalfeld I
Sa 29.10. I 20 Uhr

RITA PAYÉS QUARTETT

Jazz x Bossa Nova, Latin & Brass I Spanien

Kultur- und Tagungszentrum Meininger Hof I
Sa. 5. November | 20 Uhr

Wunderbare Stimme, großartiges Posaunenspiel und eine charismatische Bühnenpräsenz.

Rita Payés, 1999 geboren, wuchs in einer katalanischen Familie voller Musiker auf, trat 2017 der bekannten Sant Andreu Jazz Band bei und nahm seitdem mehrere Alben auf. Über die Grenzen Kataloniens hinaus wurde sie auf den wichtigsten Festivals in Spanien, Frankreich, der Schweiz, Italien, Marokko, Schweden, Griechenland und vielen anderen Ländern gefeiert.

MANU LANVIN

Blues auf den Treppenstufen! Frankreich

Festsaal im Franziskanerkloster I
Fr. 11. November | 20 Uhr

Manu Lanvin & The Devils Blues sind Frankreichs heißester Classic Rock/Blues-Rock-Export dieser Tage. Zielsicher spielt das Powertrio um Namensgeber Manu eine brodelnde Mischung aus erdigem Blues, treibendem Boogie und eindringlichen Rock- und Pop-Elementen. Ihre eternale Hymne „Blues, booze and Rock'n'Roll“ von 2016 ist wohl einer der besten klassischen Rocksongs der letzten Jahre.

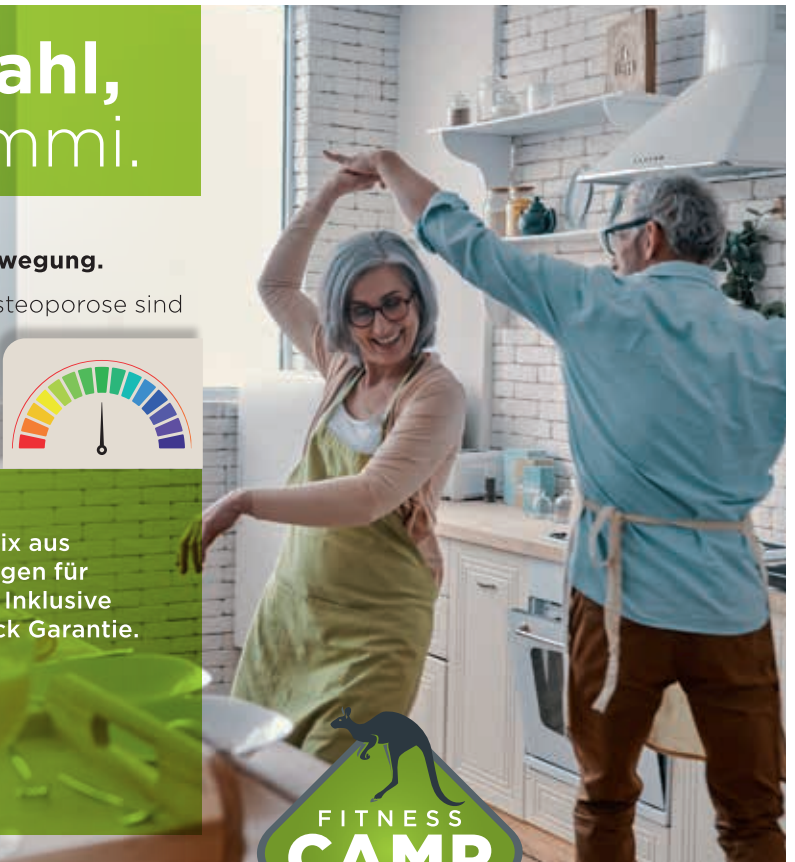
SAALFELD + KULTUR

Knochen aus Stahl, Gelenke wie Gummi.

Mehr Lebensfreude dank gesunder Gelenke – mit basischer Ernährung und der richtigen Bewegung.

Gelenkprobleme wie Arthritis, Arthrose oder Osteoporose sind oftmals die Folge einer zu sauren Ernährung und zu wenig (oder falscher) Bewegung.

Machen Sie jetzt den kostenlosen Säure-Basen-Test!



JETZT AKTIV WERDEN:

5 wöchiges Einsteiger-Programm mit einem Mix aus gelenkschonender Kräftigung, gezielten Übungen für mehr Beweglichkeit und basischer Ernährung, Inklusive Vorher-Nachher Erfolgs-Check und Geld zurück Garantie.

Sie haben nichts zu verlieren, außer Ihre Schmerzen und Gelenksteifigkeit.

Infos und Anmeldung unter
Rudolstadt: ✆ 03672/479990
Saalfeld: ✆ 03671/513942

FITNESS CAMP

So individuell wie Du.

Mittlerer Watzenbach 8a
07318 Saalfeld
✆ 03671/513942

Gartenstraße 16 (über k+b expert)
07407 Rudolstadt
✆ 03672/479990

Ein Unternehmen der Fitness Camp GmbH & Co.KG, Mittlerer Watzenbach 8a, 07318 Saalfeld, Inh. Jörg Schmidt

www.fitness-camp.de

SAALFELD. Geschenkidee für 2023

„Saalfeld/Saale 2023“: Der Kalender von Michael Wenk und Sohn Jonas ist in der Thalia, im School-Office-Shop in der Südstadtgalerie, im Na Prima beim Marktkauf, im Glücksbringer in der Saalstraße, im Gorndorfer Treff und auf www.wenki.net erhältlich. Mit Motiven wie dem Hohen Schwarm, Villa Bergfried oder Oberes Tor steht er in verschiedenen Größen (A3, A4, A5 oder Tischkalender) zur Verfügung.

SAALFELD. Ran an die Schaufeln

Im Quartier Beulwitzer Straße startete am 30. September der Bau des IBA-Projektes „Werkhaus“. In naher Zukunft entstehen hier ein Haus und Freiflächen zum gemeinsamen Arbeiten, Lernen und Begegnen. Die Stadt Saalfeld, der Landkreis Saalfeld-Rudolstadt, das Bildungszentrum Saalfeld und weitere Partner entwickelten das Projekt, um Potenziale und Mängel im Quartier zu reagieren.

RUDOLSTADT. „Handwerk, Handel & Gewerbe“

Der Freundeskreis Stadtführer Rudolstadt tauchte im gut gefüllten Löwensaal mit seinem Publikum ein in „Handwerk, Handel & Gewerbe in Rudolstadt“. Der 2. Teil des Vortrags ist für den 25.11. geplant: „Boulevard, Markt & Postplatz“. Die Stadtführer sammelten Geld für die Neuanfertigung des altbekannten Marktschildes „Mutti, ich muss mal“.

Foto: Verein

REMDA. Kartoffelfest im Kindergarten

Im Kindergarten „Wehlespatzen“ wurde fröhlich der Herbstanfang gefeiert. Dazu trugen nicht nur die Kinder mit herbstlichen Liedern, Fingerspielen und weiteren Programmpunkten bei, sondern auch der Elternbeirat mit gebackenen Waffeln, Suppe, Würstchen, Kaffee und Getränken sowie die Bäckerei mit gelieferten Brötchen. Der Kindergarten dankt herzlich allen, die das Erntefest ermöglicht haben.

Foto: Kindergarten

WEISSEN. Big Band auf der Weißenburg

Zu einem spätsommerlichen Konzert waren auf der Bühne der Weißenburg Akkordeon- und Keyboardschüler der Musikschule Fröhlich Saalfeld zu Gast – schon zum zweiten Mal dieses Jahr. Im zweiten Teil trat die Akkordeon-Big-Band unter der Leitung von Willi Sitte auf, der gemeinsam mit seinem Bandkumpan Joe auch als „Zwei gegen Willi“ aufspielte. Selbst plötzlicher Regen tat der Stimmung keinen Abbruch.

Wir bringen Ihr Erspartes ins Trockene!

Mit der richtigen Strategie erzielen Sie auch in unruhigen Zeiten planbare Erträge.

Viele Menschen legen Geld zur Seite – ob für die erste eigene Immobilie, den wohlverdienten Ruhestand oder für schlechte Zeiten. Um die Menschen für den Umgang mit Geld zu sensibilisieren, riefen im Oktober 1925 Delegierte aus 27 Ländern den Weltspartag ins Leben. Am 28. Oktober 2022 findet er schon zum 97. Mal statt. marcus® sprach mit Veiko Leib.

Veiko Leib
Leiter Privatkundengeschäft

Herr Leib, der Weltspartag steht vor der Tür. Für die Anlegerinnen und Anleger war das Jahr 2022 bisher nicht einfach. Wie bewerten Sie dieses?
Momentan sind viele Anleger sehr verunsichert. Es gibt derzeit eine außergewöhnliche Kombination von negativen Einflüssen. Corona, Ukraine-Krieg, Gaskrise und immer teurere Lebenshaltungskosten beunruhigen die Menschen. Die Inflation zehrt nicht nur an der Kaufkraft der Menschen, sondern auch an ihren Nerven. Viele fragen sich, ob es überhaupt noch lohnt zu sparen oder sein Erspartes anzulegen.

Sie sprechen die Inflation an. Die EZB hat auf die hohen Inflationsraten reagiert und die ersten Zinserhöhungen vorgenommen. Bedeutet das für die Anleger zurück zum Sparbuch?
Es ist schon mal eine gute Nachricht, dass es Zinserhöhungen gibt. Allerdings muss man genau so nüchtern feststellen: Das reicht noch nicht. Die Inflationsrate lag im September bei knapp 10 %. Was nützt da ein schmaler Zins? Alle Sparformen, die weniger als die Inflationsrate einbringen, schmälern über die Zeit hinweg den wirklichen Wert des Vermögens. Daher sollte das Vermögen nicht nur auf dem Sparbuch angelegt, sondern immer um Sachwerte ergänzt werden. Diese können zwar kurzfristig im Wert schwanken, wie gerade jetzt, erholen sich aber regelmäßig wieder und sind dadurch langfristig den niedrig verzinsten Sparformen überlegen, indem sie den wirklichen Wert des Vermögens wachsen lassen.

Welche Anlagestrategie können Sie empfehlen?
Sprechen Sie zunächst mit Ihrer Kundenberaterin oder Ihrem Kundenberater in unserer Sparkasse. Die Berater sind sozusagen das Reisebüro für Ihre finanziellen Unternehmungen. Auch hier muss zunächst geklärt werden, wo Ihre Interessen liegen, was Sie von Ihrem Geld erwarten und was Sie im Leben vorhaben. Nach diesen Bedürfnissen wird der „Reiseplan für Ihr Vermögen“ erstellt.
Und dazu gehören in jedem Fall viele Stationen. Da sind Immobilien und Unternehmensbeteiligungen, wie auch Spareinlagen und Anleihen vertreten. Der Schlüssel für auskömmliche Erträge ist eine solide geplante und vor allem breite Aufstellung des Vermögens. Mit einer solchen Strategie erwarten wir langfristig eine Rendite von 3,3 % bis 4,2 % p. a. bei grundsätzlicher Verfügbarkeit der Geldanlagen. Handeln Sie jetzt. Unsere Kundenberater freuen sich auf Ihren Besuch.

Vereinbaren Sie jetzt Ihren persönlichen Beratungstermin im KundenServiceCenter 03671 888-0.

Kreissparkasse Saalfeld-Rudolstadt
Markt 20
07318 Saalfeld
Telefon: 03671 888-0
Telefax: 03671 888-488
E-Mail: info@ksk-slf-ru.de
www.ksk-slf-ru.de
www.facebook.com/sparkasse.saalfeld

Kreissparkasse Saalfeld-Rudolstadt

BAD BLANKENBURG. Mit 488 Startnummern …

… standen beim 4. Turnier am Saalebogen, erstmals an drei Tagen , die Zeichen auf graziler Bewegung. Da neben Können auch immer etwas Glück dazugehört, waren die Schornsteinfeger der Kreishandwerkerschaft vor Ort (hier beim Einzug der Senioren 3 Standard). Die Tanzgala mit dem Thüringer Folkloretanzensemble und der Showtanzgruppe des 1. SSV Saalfeld rundeten das Wochenende ab. Foto: Lutz Reuter

RUDOLSTADT. Schulplatzfest zur Interkulturellen Woche

Straßenfeste sind dafür da, seine Nachbarn besser kennenzulernen. Am 30.9. ging es am „Tag des Flüchtlings" vor der Bibliothek genau darum: Mit Aktionen von Airbrush-Tattoos bis Bücherflohmarkt, Live-Musik und Lesungen und natürlich bei internationalem Speis und Trank kamen alteingesessene und neue Rudolstädter ins Gespräch. Abschluss bildete das Theater „Weißes Kaninchen, rotes Kaninchen" in der Stadtkirche.

SAALFELD. Energiesparmesse mit vielen Tipps

Fenster kann man öffnen oder schließen – oder schlöffnen! Wie man damit Energie sparen kann, stellte die Tischlerei Hantschel am 7. Oktober im BZ Saalfeld vor. Auf der Messe dabei waren auch Schornsteinfeger, Verbraucherzentrale, Medimax, Saalfelder Holzzentrum, Kreissparkasse … Vorträge und eine Podiumsdiskussion mit Bürgermeister, WOBAG-Chefin und Stadtwerke-Geschäftsführer ergänzten das Messegeschehen.

Ihr Malermeister in Thüringen

Malerhof® Meisterbetrieb

Wir suchen ab sofort!

>MALER & Tapezierer<m/w/d

Bewerbungen an:
info@malerhof.de oder
Malerhof | Saalfelder Straße 8
07333 Unterwellenborn | OT Könitz

Tel. 03 67 32 / 232 55 info@malerhof.de • Fax: 232 66

RUDOLSTADT. Neues Kunstobjekt im Bürgerpark

Am 12.10. wurde das Kunstprojekt „Treffpunkt Karte – Treffpunkt Spiel", hervorgegangen aus einem Forschungsprojekt der Uni Göttingen, mit einem Fest im Bürgerpark Kopernikus eingeweiht. Neben Spielbrettern von zum Teil vergessenen Spielen ist auf dem neuen Objekt auch eine grafisch gestaltete Landkarte des Landkreises Saalfeld-Rudolstadt mit sozialen Treffpunkten aufgedruckt.

Trau Dich, besinn Dich und find Dich

Meditativer Spirit mit Handpan – eine Begegnung mit Bernd Brettschneider

Meditation ist eines der wertvollsten Werkzeuge unserer Zeit. Sie hilft uns Körper und Geist in Balance zu bringen, sich zu erden und zu heilen. Wir erfahren Meditation auf ganz unterschiedliche Art und Weise, im Sitzen, liegen, draußen in der Natur, mit Musik, in Stille oder auf wundersame Weise durch Handpan spielen.

Handpan können wir ganz leicht selbst spielen, oder wir fühlen die Musik dieses Instrumentes indem wir einfach nur zuhören, wenn Bernd spielt. Die therapeutische Wirkung der Handpan Musik kann uns in einen tranceähnlichen Zustand bringen. Bei dem ist es möglich, das Alltagsgeschehen einmal auszublenden, tief zu entspannen und ganz zurück ins Hier und Jetzt zu kommen.
Gerade, wenn wir gestresst sind und wieder zu uns finden möchten, ist das melodische Spiel mit der Handpan ein wahrer Segen. Denn beim Spielen mit der Hand erzeugen wir ganz unterschiedliche Melodien und Rhythmen, die unseren Körper in eine höhere Schwingung versetzen. Die Frequenzen, die dabei entstehen, hallen in jedem von uns unterschiedlich nach und sprechen unterbewusst unser Innerstes an. Die harmonischen Klänge können unseren Geist, unsere Seele und unser Herz heilen. Allein durch intuitives Spielen ist es möglich, bei sich anzukommen und im besten Fall die ein oder andere Blockade zu lösen. Bei Bedarf steht Bernd gern für die Aufarbeitung des Erlebten im Gespräch zur Seite.

SW I marcus®

Zur Handpan bin ich gekommen, weil ich mir erhofft hatte, dass dieses wohlklingende Musikinstrument meine zukünftige Arbeit als Yogalehrerin bereichern würde. Bernd hat mir gezeigt, dass es mein ganzes Leben bereichert. In meiner ersten Stunde hat er mir erklärt, dass das hier keine Musikschule ist und wir auch nicht üben, wir spielen einfach. Ich musste auch noch nie ein schlechtes Gewissen haben, weil ich zuhause mal wieder nicht zum Spielen gekommen bin oder weil es heute mal nicht so gut klappt. Bernd holt die Menschen genau da ab, wo sie gerade stehen. Jeder darf so sein, wie er ist und wenn mal ein Schüler eine persönliche Krise hat oder einen guten Rat braucht, dann hört Bernd nicht bloß zu, sondern er hat auch immer gute Impulse parat, die helfen, sich weiterzuentwickeln. Niemals würde ich behaupten, dass Bernd ein toller Musiklehrer ist, obwohl das natürlich stimmt. Aber ich weiß , dass er sich mit diesem Titel nicht wohlfühlen würde, denn das passt nicht zu seiner Lebensphilosophie. Er sieht sich nicht als Lehrer, der nur anderen etwas beibringt. Sondern er stellt sich mit seinen Schülern auf dieselbe Stufe und sagt, dass auch er in jeder Stunde etwas dazulernt. Für mich bedeutet Handpan spielen Lebensfreude, innere Ruhe und bei mir selbst ankommen. Gleichzeitig schenkt es mir Selbstvertrauen, wenn ich mal wieder eine neue Melodie gelernt habe. In meinen Yogastunden möchte ich die Handpan vor allem begleitend zur Meditation einsetzen, weil ihre fantasievollen Klänge so wunderbar die Seele streicheln, das Herz öffnen und neue Potentiale entfalten. Wer sich von dem Instrument angesprochen fühlt, der sollte es einfach selbst ausprobieren, vielleicht gemeinsam mit Bernd! *Andrea Knirsch*

Bei Bernd kann ich so sein, wie ich bin. Bei ihm fühle ich mich leicht, verstanden und akzeptiert. Er stellt keine Forderungen und auch das Gefühl, unter Druck zu stehen und unbedingt etwas lernen zu müssen, entsteht hier nicht. Jede Stunde, die wir bei ihm verbringen, ist ein Geschenk und eine kleine Auszeit nur für uns. Wenn Bernd Handpan spielt, bleibt für mich die Welt für einen kleinen Moment einfach stehen und alles fühlt sich richtig an. Der Klang der Schalen berührt mich zu tiefst und hilft mir dabei abzuschalten, Kraft zu tanken und offen für Neues zu sein. Du bist einfach wundervoll Bernd! Wir sind sehr dankbar, Dir begegnet zu sein. *Deine Schülerin Susi & Sohn Charly*

Ich habe Bernd vor einigen Wochen als meinen Musiklehrer kennengelernt. Besonders schätze ich seine ganz eigene Herangehensweise, mir das Handpan spielen beizubringen. Dabei kommt es mir so vor, als öffnet er einfach die mir schon bekannten Türen, welche ich vergessen hatte. Dabei lässt er mich und presst mich in keine Form. Die Stunde mit ihm ist immer ein wertvoller Moment, voller Harmonie und Verbundenheit.

Marco Kupfermann

Mensch Bernd | Bernd Brettschneider | 0172 70 68 703 | Saalfeld | www.berndbrettschneider.de

gesundleben Apotheke Saalfeld

Lust auf Gesundheit
GERTRUDEN APOTHEKE

Foto @Carolin Schreiber I LRA SLF-RU: Enrico Begerow (IWP-Management), Lars Hertwig (CNC Präzisionstechnik), Museumsdirektorin Sabrina Lüderitz und Landrat Marko Wolfram.

RUDOLSTADT. Heidecksburger Kunstwerke ziehen um

In dieses Industriegebäude in Bad Blankenburg werden in den nächsten Monaten insgesamt 550.000 museale Objekte, darunter Möbelstücke, Skulpturen, Mineralien, Keramik, Porzellan, aus der Heidecksburg eingeräumt werden. Das bisherige Depot, das Marstallgebäude auf der Heidecksburg, wird umfangreich saniert. Ein Stuhl von Fürstin Anna Luise aus Schloss Schwarzburg ist als erstes Stück umgezogen.

Foto@Verein: Garde und Showtanzgruppe des BBCC

BAD BLANKENBURG. BBCC richtete Meisterschaft aus

Die Thüringer Landesmeisterschaft im karnevalistischen Tanzsport zeigte in der Stadthalle, dass Faschingstanz ein Leistungssport ist! Der BBCC als ausrichtender Verein freute sich nicht nur über einen reibungslosen Ablauf, sondern auch über 3. Plätze der Garde sowie der Showtanzgruppe, Platz 7 von Tanzmariechen Sophie und die Plätze 11 und 12 der Tanzmariechen-Zwillinge Helene & Charlotte.

SAALFELD. Lust auf MitWIRkung

Mit Video und Plakataktion wollen die Partnerschaften für Demokratie gemeinsam mit dem SRB Bürgerradio jungen Leuten einen Impuls geben, selbst aktiv zu werden und sich einzubringen. Im Video gezeigt werden Jugendliche in Vereinen, Feuerwehr, politischen Gremien … in Aktion. Zu sehen ist es u. a. auf den SocialMedia-Kanälen der beiden Institutionen und des Jugendforums Saalfeld-Rudolstadt.

RUDOLSTADT. Rotarier-Treffen in Letterkenny

Ende September fuhr eine offizielle Delegation von Rudolstadt in die Partnerstadt Letterkenny, darunter auch Vertreter des Rotary Clubs. Beim Treffen mit dem Partnerclub in Letterkenny wurden aktuelle Projekte beider Clubs besprochen und beschlossen, die Partnerschaft zu vertiefen und damit den Gedanken von Europa zu bewahren – trotz und gerade wegen des Brexits.

In stillem Gedenken

TRAUERANZEIGEN, NACHRUFE UND DANKSAGUNGEN

In dieser schwierigen Situation unterstützen wir Sie bestmöglich beim Gestalten Ihrer Traueranzeige. Kontaktieren Sie uns unter 03671 4571-0

1 Seite	1/2 Seite	1/4 Seite
773,- EUR	476,- EUR	238,- EUR
90 x 100 mm	**90 x 70 mm**	**90 x 50 mm**
170,- EUR	119,- EUR	85,- EUR

Netto-Preise | inkl. Gestaltung und Beratung

www.marcus-verlag.de

Mitten aus dem Leben

Keine Worte können das wiedergeben, was uns in diesen Tagen berührt. Wir müssen Abschied nehmen von einem Mitarbeiter, Freund und Kollegen, der uns fast 30 Jahre begleitet und die Treue gehalten hat, immer vorwärts und neuen Dingen offen gegenüberstehend. Bodo war ein fleißiger, hilfsbereiter und freundlicher Mensch. In allen Mischanlagen war er herzlich willkommen.

Uns bleibt leider nur noch die Erinnerung.
Du fehlst!
Ruhe in Frieden, lieber Bodo.

Bodo Werner

* 25.04.1963 † 24.09.2022

Transporte Ina Saalfeld mit Kollegen Jörg, René, Ingolf und Martin

Firma Steffen Post mit Kollegen Carsten und Uwe, Michael, Thomas und Egbert

Zum Welthospiztag am 8. Oktober

„Meiner Prinzessin erfülle ich noch alle Wünsche“

Das sagte der Ehemann über seine schwer erkrankte Frau. Marlies Rothe, Hospizbegleiterin vom Ambulanten Hospizdienst „Hospiz am Saalebogen“, konnte diese Dame kurz begleiten.

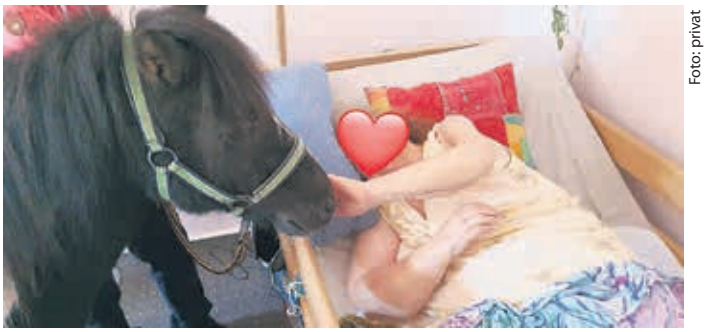


Foto: privat

Marlies berichtete mir von einem letzten Wunsch, den die sterbende Frau äußerte. Ein ungewöhnlicher Wunsch. Aber verständlich, wenn man die Dame und ihre Tierliebe gekannt hat. Jeden Tag, wenn die Schwester vom Pflegedienst Prolivo GmbH zum Hausbesuch erschien, verabschiedete sich die kranke Frau mit den Worten: „Denk an mein Pferd!“

Der Wunsch der sterbenden Frau war es, noch ein letztes Mal die warme, weiche Nase eines Pferdes zu streicheln.

Die Voraussetzungen, ein Pferd in eine Wohnung zu führen, waren hier ideal. Es gab eine Rollstuhl-Rampe.

Die Pflegeschwester nahm Kontakt zu der Besitzerin eines gutmütigen Ponys auf, die gleich von der Idee begeistert war. Schon tags darauf ging das Pony auf die Reise zu besagter Dame.

Für das Pony, sowie für alle Beteiligten, war diese Art der Sterbebegleitung das erste Mal. Die Frau lag in ihrem Pflegebett, als das Pony ihren Raum betrat. Erstaunt blickte die Frau auf, als das Pony an der Leine in das Zimmer geführt wurde. Und wie freute sie sich, als sie das Pony sah. Die Dame streckte ihre Hand aus und berührte das weiche Maul des schwarz-weißen Ponys. Der Moment war für alle Beteiligten erhebend.

Es war so berührend mitzuerleben, wie glücklich die Frau war. Ihre Worte, ihr Strahlen, ihre Dankbarkeit waren bewegend. Am Abend sagte sie ihrem Mann, dass sie nun gehen kann, da ihr letzter Wunsch in Erfüllung gegangen ist.

Am nächsten Morgen rief der Ehemann den Pflegedienst an. „Du brauchst heute nicht mehr zu kommen, meine Frau ist eingeschlafen.“

HOSPIZ AM SAALEBOGEN
www.hospiz-am-saalebogen.de

Hospiz am Saalebogen e. V., Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst
Saalfeld-Rudolstadt-Pößneck, Markt 15/16 | 07318 Saalfeld | Telefon 03671 - 8270347

Kleinanzeigen

Biete

Kombi-Kinderbett, 70 x 140 cm, umbaubar zum Juniorbett, höhenverstellbar, inkl. Matratze, Eiche-Nachbildung, 80 Euro, Tel. 0160 90371913

Suche

Rudolstadt: Nachmieterin für Praxisräume, 107 m², der Physiotherapie Krause/Dünkel, Schillerstr. 30, gesucht. Geeignet für mediz./therap. Berufstätigkeit, Tel. 03672 431352

Bahnrundreise + baden im Feb. 2023. Welche Frau möchte mich begleiten? Bin weibl., 74 J. Tel.: 0176 43609859

Voller Dachboden? Suche Antiquitäten/Trödel, auch ganze Nachlässe bis 1960, Antiquitätenhandel Schmidt, Saalfeld, Telefon 0173 6388143

VERSICHERUNG | FINANZIERUNG | KAPITALANLAGE

VMN
VERSICHERUNGSMAKLER NEUBAUER GMBH
Am Blankenburger Tor 1A | 07318 Saalfeld
Tel. 03671 - 458196 | www.vmn24.de
Versicherung

HSH
Capital Management GmbH
Am Blankenburger Tor 1A | 07318 Saalfeld
Tel. 03671 - 458197 | www.hsh24.info
Geschäftsführer: René Pick & Frank Neubauer // seit 01. April 2015
Geldanlage & Finanzierung

KOLL Touristik
Susanne Koll Touristik e.K.

MEHRTAGES- UND KURFAHRTEN 2022 MIT VORSCHAU

06.11.-13.11.	PL Ostsee SANDRA SPA, 7 x VP, 15 Anwend. EZ/DZ	749,- €
23.12.-26.12.	Weihnachten Hotel Schloss Schweinsburg, 4 x HP, etc.	ab 649,- €
29.12.22-03.01.23	Silvester in der Oberpfalz, 5 x HP, Gala etc.	ab 729,- €
10.03.-12.03.23	3 Tage Fahrt ins Blaue zum Frauentag	
03.05.-07.05.23	5 Tage Eilandhüpfen auf den Ostfriesischen Inseln	
12.06.-17.06.23	6 Tage Polen - Schweden & Dänemark	
20.06.-25.06.23	6 Tage Insel Rügen	
10.09.-17.09.23	8 Tage Masuren	

TAGESFAHRTEN 2022 UND VORSCHAU

24./31.10./14./21./28.11.	ThermeNatur Bad Rodach inkl. Eintritt	29,- €
01.11./06.12./17.01.	Zum Einkaufen nach Cheb/Eger (CZ)	ab 33,- €
15.11. /13.12./24.01.	Cheb/ Eger (CZ) und Sibyllenbad (D) Baden	ab 38,- €
24.11./20.12./19.01.	Therme Bad Steben inkl. Eintritt	ab 30,- €
19.11./10.12.	Einkaufen in Leknica/PL ohne Brücke	42,- €
23.11.	Märchenhafte Weihnacht inkl. Mittag, Kaffee und Kuchen etc.	79,- €
27.11.	Weihnachten bei uns Zuhaus, Mittag, Kaffee u. Kuchen etc.	79,- €
29.11.	Martinsgansessen im Vogtland, Mittag, Kaffee/Kuchen, Musik	74,- €
01.12./16.12.	Plößberger Krippenschau inkl. Einritt, Kaffee/Kuchen	54,- €
14.01.23	Musikparade der Nationen Messehalle EF PK1 14.30 Uhr	98,- €
28.01.23	Johann-Strauß-Konzert-Gala Gewandhaus Leipzig PK 1	119,- €
16.04.23	Holiday On Ice – A new Day, Messehalle Erfurt 13.00 Uhr	98,- €

Pößnecker Straße 4 | 07333 Unterwellenborn, OT Könitz
Telefon: 036732 2 30 33 | Funk 0173 5700607
Bürozeiten: montags bis freitags von 19 bis 21 Uhr
E-Mail: Koll-Touristik@t-online.de | www.kolltouristik.de

Partielle Sonnenfinsternis in der Sternwarte Gorndorf

Die partielle Sonnenfinsternis beginnt am Dienstag, den 25.10. gegen 11 Uhr bis ca. 13.30 Uhr. Zur Beobachtung ist die Sternwarte im Jugend- und Stadtteilzentrum Saalfeld/Gorndorf ab 10.30 Uhr geöffnet. Auch bei schlechtem Wetter gibt es Interessantes für die Besucher zu entdecken.

Saalfelder ENERGIENETZE

Information zur Zählerablesung 2022

Die Zählerstände der Strom- und Gaszähler in der Stadt Saalfeld und der Gaszähler in der Gemeinde Unterwellenborn werden in diesem Jahr erst im Monat **Januar 2023** abgelesen und auf den 31. Dezember 2022 abgegrenzt abgerechnet.

Eine Zählerablesung in den Monaten November bis Dezember 2022 findet in diesem Jahr nicht statt.

Für die Ablesung im Januar 2023 benötigen wir Ihre Hilfe und Unterstützung. Wir bitten alle Strom- und Gaskunden, unseren Zählerablesern den Zutritt zu den Messeinrichtungen zu gewähren. Die Zählerablesung erfolgt auf der Grundlage der Niederspannungsanschlussverordnung (NAV) und der Niederdruckanschlussverordnung (NDAV). Alle Ableser können sich durch einen Dienstausweis legitimieren. *Hinweis:* Die Zählerableser sind nicht berechtigt, Geld zu kassieren!

Gern nehmen wir auch per Internet Ihre Selbstablesung vom 31. Dezember 2022 entgegen. Scannen Sie dazu einfach und bequem folgenden QR-Code

oder rufen Sie unsere Internetseite unter www.saalfelder-energienetze.de/service/zaehlerstandmeldung/ auf und folgen Sie den Anweisungen.

Haben Sie Fragen zur Ablesung?
Dann erreichen Sie uns unter der Rufnummer 03671 590-340 oder service@saalfelder-energienetze.de.

www.saalfelder-energienetze.de

Immobilien

Biete

Verkaufe ab sofort einen Pachtgarten „Am Spitzbergen“ e. V. mit Strom und Wasser. Gartenlaube (22,80 m²) mit einem Wohnraum und kleiner Küchenecke, kleiner Nebenraum innen, Geräteschuppen (6,66 m²) und überdachter Veranda (16,20 m²). Größe des Gartens: 423 m², Preis: 3.900 €, Bei Fragen oder Interesse für eine Besichtigung gerne eine Nachricht oder Anruf unter: 015150038990

KORREKTUR:

Im Beitrag „Neuer Glanz für Rudolstadt“ im marcus® Nr. 20, Seite 7 heißt es, für die aufwendigen Steinmetzarbeiten stellte die Firma Hammerschmidt das Gerüst.
Richtig ist: für die aufwendigen Steinmetzarbeiten stellte die Firma Hirsch-Straubel Gerüstbau GmbH aus Saalfeld das Gerüst.

Wir bitten, den Fehler zu entschuldigen.

Stellplatz zu vermieten!

Ab sofort

Am Krankenhaus/Zum Eckardtsanger in Saalfeld

25,- €/Monat

Telefon 03671 550714

IMPRESSUM

MARCUS Verlag GmbH
Kulmstraße 33 b
Telefon
03671/45710
07318 Saalfeld
Fax 03671/457129

BÜRO
Montag – Freitag
8.00 – 15.00 Uhr

HERAUSGEBER
MARCUS Verlag GmbH
GESCHÄFTSFÜHRUNG: M. Kupfermann
VERLAGSLEITUNG: K. Kupfermann
LAYOUT
A. Eberhardt, A. Burkhardt, N. Volk
ANZEIGEN
S. Brandenburg, A. Richter
SERVICE/BUCHHALTUNG
C. Müller
REDAKTION
S. Beier-Camara, S. Wiltzsch
REDAKTIONSSCHLUSS: 11.10.2022

Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des Verlages. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nur die Meinung des Autors wieder, nicht die des Verlages. Anzeigen- und Redaktionsschluss ist der Dienstag vor Erscheinen der nächsten Ausgabe. Die Verteilung erfolgt kostenlos über die Deutsche Post in einer Auflage von 43.000 Exemplaren an die Haushalte im Landkreis Saalfeld-Rudolstadt. Bei Interesse können Einzelexemplare bei der MARCUS Verlag GmbH, Kulmstr. 33 b, 07318 Saalfeld, zum Einzelpreis von 2,50 EUR (incl. Porto u. Mehrwertsteuer) bezogen werden. Für die Richtigkeit und den Inhalt der abgedruckten Anzeigen übernimmt der Verlag keine Gewähr. Schadenersatzansprüche sind ausgeschlossen.

Stellenmarkt

Urologische Praxis in Rudolstadt
sucht
Schwester MFA (m/w/d) oder MTA (m/w/d)
oder Verwaltungskraft
in Voll- oder Teilzeit.

Bewerbungen an:

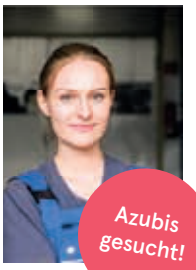
Urologische Praxis
Schwarzburger Chaussee 76 a | 07407 Rudolstadt

Jeder zehnte Erwerbstätige hat Schwierigkeiten beim Lesen und Schreiben

Knapp vier Millionen Beschäftigte in deutschen Unternehmen haben große Lücken beim Lesen und Schreiben, beim Rechnen und bei digitalen Kompetenzen. Wie kann ihre Qualifizierungs- und Beschäftigungsfähigkeit erhalten werden? Welche Vorteile haben Unternehmen, die ihre Beschäftigten weiterqualifizieren? Und wie können Grundbildungsangebote systematisch in der Personalentwicklung und beruflichen Weiterbildung verankert werden?

Mit diesen Fragen beschäftigten sich am 27./28. September rund 250 Expertinnen und Experten aus Bildung, Wirtschaft, Politik und Wissenschaft auf der Jahreskonferenz zur nationalen Dekade für Alphabetisierung und Grundbildung (2016-2026) in Nürnberg.

Transformation ist das, was uns antreibt.



Azubis gesucht!

Wir entwickeln intelligente und transformative Lösungen für Mehrweg-Transportverpackungen aus recyceltem Kunststoff. Um unsere Erfolgsgeschichte fortzuschreiben, bieten wir in Weira bei Pößneck die folgenden spannenden Karrierechancen:

- **Elektriker** (m/w/d)
- **Finanzbuchhalter / Bilanzbuchhalter** (m/w/d)
- **HR Manager / Personalleiter** (m/w/d)
- **Konstrukteur Sondermaschinenbau** (m/w/d)
- **Maschineneinrichter** (m/w/d)
- **Produktionsleiter Spritzguss** (m/w/d)
- **Produktionsmitarbeiter** (m/w/d)
- **Staplerfahrer** (m/w/d)
- **Controller** (m/w/d)
- **Zerspanungsmechaniker** (m/w/d) Sondermaschinenbau
- **Mechaniker Instandhaltung** (m/w/d)

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung über unser Karriereportal auf cabka.com, als PDF an jobs-weira@cabka.com oder an Cabka GmbH & Co. KG, Anne-Frank-Straße 1, 07806 Weira

Cabka Transformation Matters.

optimax®
Logistik + Spedition GmbH

Bürokaufmann m/w/d für unsere internationalen Ladungsverkehre ab sofort gesucht

Voraussetzung: abgeschl. Berufsausbildung im kaufmännischen Bereich, gute Englischkenntnisse, Organisationstalent und Einsatzbereitschaft.

Wir bieten. faire Arbeitsbedingungen, flexible Arbeitszeiten, gutes Betriebsklima, faire Entlohnung

optimax Logistik + Spedition GmbH, Kathleen Swora, Rudolstädter Str. 11, 07318 Saalfeld
oder per E-Mail an info@e-optimax.com.

Für unsere Brauerei suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n

Industriemechaniker m/w/d

Das sind Ihre Aufgaben
- Reparatur, Wartung und Instandhaltung unserer Produktionsanlagen
- Vorbereiten und Planen der vorbeugenden Instandhaltung sowie der zeitnahen Störungsbeseitigung
- Fertigung und Montage von Ersatzteilen sowie Umrüstung von Produktionsanlagen
- Mitarbeit in der Produktion

Das sollten Sie mitbringen
- eine abgeschlossene Ausbildung zum Industriemechaniker oder Mechatroniker
- erste Berufserfahrung und eine selbständige Arbeitsweise
- Teamgeist
- Schweißkenntnisse sind von Vorteil

Wir bieten eine abwechslungsreiche Tätigkeit, leistungsgerechte Entlohnung sowie Sonderzahlungen.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, senden Sie bitte Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen unter Angabe Ihres frühestmöglichen Eintrittstermins und Ihrer Gehaltsvorstellung an:

Bürgerliches Brauhaus Saalfeld GmbH
z. Hd. Frau Greiner-Stöffele
Pößnecker Straße 55
07318 Saalfeld
oder:
E-Mail: bh@brauhaus-saalfeld.de

Saalfelder Bier Bürgerliches Brauhaus Saalfeld

Häufig gelten Menschen, die Defizite in der Grundbildung haben, als zuverlässige und sorgfältige Arbeitskräfte. Jedoch haben sie Schwierigkeiten, selbst einfache E-Mails zu verfassen, schriftliche Arbeitsanweisungen zu verstehen oder an einer Weiterbildung teilzunehmen. In einer komplexen und zunehmend digitalisierten Arbeitswelt wird das mögliche Beschäftigungsfeld für sie immer kleiner, während gleichzeitig der Mangel an gut ausgebildeten Arbeitskräften Branchen wie Handwerk, Logistik, Pflege oder Gastronomie unter Druck setzt.
Gerade in diesen Branchen sind besonders viele Arbeitsplätze mit gering literalisierten Menschen besetzt.

Bei der diesjährigen Jahreskonferenz der AlphaDekade ging es insbesondere darum, wie sich Grundbildungsangebote in die berufliche Weiterbildung integrieren lassen. Denn das Bundesbildungsministerium fördert Projekte der arbeitsorientierten Alphabetisierung und Grundbildung. In Thüringen erhält der Thüringer Volkshochschulverband e. V. Mittel, um in jeder kreisfreien Stadt und jedem Landkreis Angebote zur Alphabetisierung und Grundbildung vorzuhalten. Neben den Volkshochschulen können seit 2016 auch anerkannte freie Träger der Erwachsenenbildung mit Landesmitteln geförderte Alphabetisierungskurse anbieten.

Alle anerkannten Einrichtungen der Erwachsenenbildung, die Alphabetisierungsmaßnahmen anbieten, stimmen sich regelmäßig, mindestens aber einmal jährlich, im Rahmen des Thüringer Bündnisses für Alphabetisierung und Grundbildung ab.

Thüringer Grundbildungshotline: Betroffene, die besser lesen, schreiben, rechnen können oder sicherer am Computer oder Smartphone werden möchten, erhalten eine kostenfreie telefonische Beratung zu Lernangeboten und Kursen in ganz Thüringen.

Telefon 0800 89 89 789 – immer Dienstag/Mittwoch/Donnerstag von 10 - 15 Uhr

IHRE ERFOLGSGESCHICHTE @AUTO-WELZ

Wachsen Sie mit ŠKODA über sich hinaus. Als eine der führenden Importmarken Deutschlands bietet ŠKODA innovative Fahrzeuge, die sich konsequent an den Kundenwünschen orientieren. Das führt zu großer Beliebtheit, stetigem Wachstum und eröffnet neue Perspektiven. Auch für Sie – denn wir brauchen Verstärkung!

Wir sind ein erfolgreiches Unternehmen und ŠKODA Partner aus Überzeugung. Unsere Mitarbeiter (m/w/d) schätzen das gute Betriebsklima, die abwechslungsreichen Aufgaben und die hervorragenden Entwicklungsmöglichkeiten, die wir zu bieten haben. Um unseren Wachstumskurs fortzusetzen, suchen wir zurzeit:

SERVICEBERATER - SERVICETECHNIKER
KAROSSERIEBAUER - SERVICEASSISTENT (m/w/d)

Ihre Aufgaben
> Kundenbetreuung in allen Phasen des Serviceprozesses – von der Dialogannahme bis zur Fahrzeugrückgabe
> Aktive Vermarktung von Service- und Reparaturleistungen
> Sicherstellung der Kundenzufriedenheit und professionelles Reklamationsmanagement
> Aktive Ermittlung der Kundenwünsche und des Reparaturbedarfs
> Auftrags- und Terminverfolgung inklusive Qualitätskontrolle
> Rechnungsstellung, Rechnungsprüfung und Erläuterung
> Sicherstellung der Kundenmobilität

Ihr Profil
> Kontaktfreude und Kundenorientierung
> Ausgeprägter Teamgeist einschließlich der Fähigkeit und Bereitschaft zur Vernetzung mit den anderen Unternehmensbereichen im Autohaus
> Engagement, Belastbarkeit sowie Lern- und Leistungsbereitschaft

Wir bieten
> Interessanten und abwechslungsreichen Aufgabenbereich
> Sicheres Arbeitsverhältnis mit langfristig ausgelegter Zusammenarbeit
> Individuelle Förderung mit vielfältigen Weiterbildungsmöglichkeiten
> Aufgeschlossenes und sympathisches Team
> Attraktive Vergütung mit Betrieblicher Altersvorsorge
> JOB-RAD, TANKGUTSCHEIN, 30 TAGE URLAUB (bei Vollzeit) und freien WOCHENENDEN sowie KEINE BEREITSCHAFTSDIENSTE
> In Teil- oder Vollzeit

Sie finden sich in unserem Profil wieder? Sie haben Lust, mit uns und ŠKODA zu wachsen? Dann freuen wir uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung per E-Mail mit Angabe Ihres frühestmöglichen Eintrittstermins und Ihres Gehaltswunschs.

AUTOHAUS AN DER BAHNBRÜCKE GMBH
Kulmstrasse 30 a, 07318 Saalfeld
T 03671-460060
www.auto-welz.de, info@auto-welz.de

Stellenmarkt

Heizung * Sanitär * Kundendienst

Sternkopf

Meisterbetrieb

Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams ab sofort:	- Kundendienstmonteur (m/w/d) - Facharbeiter im Heizungs- u. Sanitärbereich (m/w/d)
Wir bieten:	- 38-h-Woche - leistungsgerechte Bezahlung - Einsatz ausschließlich regional

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!
Heizung-Sanitär Jörg Sternkopf | Ortsstraße 64 | 07426 Allendorf
Handy: 0171 80 64 148 | Telefon: 03 67 30 305 63
E-Mail: info@sternkopf-allendorf.de

ZFA/ZMF/ZMP für ZAP Gabriele Hofmann in Rudolstadt gesucht

Wir sind eine familienfreundliche Zahnarztpraxis und suchen SIE zur Verstärkung unseres Teams – eine ***Zahnmedizinische Fachangestellte ZFA/ZMF/ZMP, gerne auch Quer- oder Wiedereinsteiger*** mit Interesse für Kinder- und Erwachsenenprophylaxe in Voll- oder Teilzeit.

Wir bieten Ihnen:
- die Möglichkeit zur Aus-und Weiterbildung, bei Interesse auch zur ZMP
- ein modern ausgestattetes Prophylaxezimmer
- angemessene Bezahlung
- betriebliche Altersversorgung
- 30 Tage Urlaub
- flexible Arbeitszeiten
- Tankgutschein bzw. Jobticket

Schauen Sie doch gern auf unserer Website vorbei:
www.zap-gabriele-hofmann.de

ZAHNARZTPRAXIS GABRIELE HOFMANN

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung per E-Mail: gabriele.hofmann@t-online.de oder tel. 0151 21571428 oder per Post: Caspar-Schulte-Str. 37, 07407 Rudolstadt

STADT SAALFELD SAALE

Ausbildung 2023
bei der Stadtverwaltung

Verwaltungsfachangestellte/r (m/w/d)
Fachrichtung Landes- und Kommunalverwaltung

Was DU brauchst:
guter Realschulabschluss oder Abitur, Team- und Kommunikationsfähigkeit

Starte DEINE Zukunft bei der Stadtverwaltung Saalfeld/Saale!

Bewirb DICH bis 31.10.22

Wir suchen für unsere stationäre Einrichtung der besonderen Wohnform nach SGB IX im Raum Rudolstadt ab sofort:

- **Pädagogische und pflegerische Fachkräfte (m/w/d)**

Wir bieten:

- Voll-/Teilzeit möglich
- Grundgehalt ***Vollzeit***

4.000 € monatl.

+

- 50 % Sonntags-/Feiertagszuschlag
- 25 % Nachtzuschlag

Bewerbungen bitte per E-Mail an: bewerbung@sozialwerk.de

Wir suchen Sie!

Landkreis Saalfeld-Rudolstadt

Das Landratsamt Saalfeld-Rudolstadt ist ein moderner Dienstleister für rund 102.000 Bürgerinnen und Bürger im Landkreis Saalfeld-Rudolstadt. Wir arbeiten mit hohem Engagement, konstruktiv und partnerschaftlich mit Bürgerinnen und Bürgern, Kommunen, Wirtschaft, Verbänden und anderen Behörden zusammen. Mit mehr als 630 Bediensteten stellt das Landratsamt einen der größten Arbeitgeber der Region dar.
Eingebettet in einer herrlichen Landschaft von Museen, Schlössern, Stauseen und dem Thüringer Wald bietet das Landratsamt einen sicheren Arbeitsplatz und beste Voraussetzungen für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Die vielfältigen Berufsfelder unserer Kommunalverwaltung spiegeln sich in unserer Personalzusammensetzung wider und bieten jedem Bediensteten vielschichtige Einsatzmöglichkeiten.
Werden Sie Teil unseres Teams und gestalten Sie die Zukunft der Region im Landratsamt aktiv mit!

- **Sachgebietsleiter/in (m/w/d) und Kinderarzt/ Kinderärztin (m/w/d)**
  Kennziffer 2022_030
- **Kinderarzt/Kinderärztin (m/w/d)**
  Kennziffer 2022_029
- **Facharzt/Fachärztin (m/w/d) für Psychiatrie**
  Kennziffer 2022_004
- **Bezirkssozialarbeiter/in (m/w/d)**
  Kennziffer 2022_097
- **Helfer (m/w/d) Afrikanische Schweinepest**
  Kennziffer 2022_022
- **Mitarbeiter/in (m/w/d) für die Besucherbetreuung im Rahmen einer geringfügigen Beschäftigung (450 Euro Basis)**
  Kennziffer 2022_059
- **Ausbildungsplätze 2023**
  Kennziffer 2022_001
  Bewerbungsfrist: 1. November 2022
- **Leiter/in (m/w/d) des Umwelt- und Bauordnungsamt**
  Kennziffer: 2022_104
  Bewerbungsfrist: 7. November 2022
- **Sachbearbeiter/in (m/w/d) Waffenrecht**
  Kennziffer 2022_105
- **Datenmanager/in (m/w/d)**
  Kennziffer: 2022_103
- **Systemadministrator/in (m/w/d)**
  Kennziffer: 2022_109
  Bewerbungsfrist: 15. November 2022
- **Amtlicher Fachassistent/in (m/w/d)**
  Kennziffer: 2022_084
  Bewerbungsfrist: 3. November 2022
- **Sachbearbeiter/in (m/w/d) Finanz- und Steuerverwaltung**
  Kennziffer: 2022_106
  Bewerbungsfrist: 17. November 2022

Die vollständigen Stellenausschreibungen finden Sie unter:
www.kreis-slf.de > Landratsamt > Stellenausschreibungen

Landkreis Saalfeld-Rudolstadt

Für unseren Fachbereich 2 - Öffentliche Ordnung, Sicherheit und Umwelt - bieten wir zum **nächstmöglichen Zeitpunkt** eine **unbefristete Vollzeitstelle** (39,5 Wochenarbeitsstunden) an. Wir suchen eine/n:

Leiter/in des Umwelt- und Bauordnungsamtes (m/w/d)

Ihre Aufgaben sind:

1. organisatorische, personelle und fachliche Leitung des Umwelt- und Bauordnungsamtes mit seinen vier Sachgebieten Abfallwirtschaft/Immissionsschutz/Chemikalienrecht, Wasserwirtschaft/ Bodenschutz, Naturschutz und Bauordnung
   - Wahrnehmung von Personalverantwortung
   - Koordinierung, Strukturierung und Leitung sowie die Weiterentwicklung des Amtes, der Organisation, der Prozesse und der Mitarbeiter
   - Mitwirkung und Anleitung bei fachlichen wie organisatorischen Aufgaben, insbesondere bei komplizierten Verwaltungs- und Widerspruchsverfahren
   - Vertretung des Amtes in Beratungen innerhalb der Verwaltung sowie gegenüber externen Gremien, Sitzungen oder Ausschüssen
2. Haushaltsplanung und deren Überwachung
3. Treffen von Vorgaben und Entscheidungen zu grundsätzlichen Fragen des Umwelt- und Bauordnungsamtes unter Beachtung von gesetzlichen und fachlichen Vorschriften
   - Überwachung und Effizienzkontrollen in Zusammenhang mit Fördermitteln
   - Abstimmung und Entscheidung von planerischen und vorsorgenden Aufgaben
   - Plausiblitätsprüfungen von Planungsunterlagen
4. Mitwirkung bei der Gremienarbeit und der Außenrepräsentation

zwingende Einstellungsvoraussetzungen:

- einen Abschluss im Studiengang Rechts-, Verwaltungs- oder Wirtschaftswissenschaften (Volljurist bzw. Master) **oder**
- einen Abschluss im Bereich der Naturwissenschaften oder der Raum-/Städte- bzw. Regionalplanung (Master)
  und
- mehrjährig nachgewiesene Berufserfahrung in leitender verwaltungsspezifischer Position
- ein eintragsfreies Führungszeugnis (Vorlage im Falle einer Einstellung erforderlich)
- Führerschein Klasse B

Vergütung:

- Besoldungsgruppe A 13hD ThürBeSG **oder**
- Entgeltgruppe 14 TVöD

Wir freuen uns über Ihre Bewerbung bis zum **7. November 2022**!

Für weitere Auskünfte steht Ihnen das Personal- und Organisationsamt unter der Telefonnummer 03671 / 823-258 (Frau Luge) oder der ePost-Adresse bewerbung@kreis-slf.de zur Verfügung.

Die vollständigen Stellenausschreibungen finden Sie unter:
www.kreis-slf.de > Landratsamt > Stellenausschreibungen

Leistungsstarke Partner

AUTOVERMIETUNG

FAHRSCHULE

DACHDECKER

SCHMUCK

Möchten auch Sie bei uns werben?

Die nächste Ausgabe erscheint am **2. November**

Kontaktieren Sie uns:
03671 4571-0
www.marcus-verlag.de

POLSTEREI

KÜCHEN

FENSTER | TÜREN

KUNSTGEWERBE

WIDDER
21.03.-20.04.

Liebe: Eine kleine Krise, die Sie aber mit Ihrem Partner zusammen durchstehen, baut beide mächtig auf. Gemeinsamkeiten verbinden!
Gesundheit: Egal wie Ihr Terminkalender aussieht, der Schlaf muss Ihnen heilig bleiben. Sie rauben sich sonst das nötige Fundament.

OHNE FREUNDE KÖNNEN WIR KEIN VOLLKOMMENES LEBEN FÜHREN.

Dante Alighieri

STIER
21.04.-20.05.

Liebe: Wenn Sie Flirten zu Ihrem Hobby machen, dürfen Sie sich in einem Ernstfall bloß nicht von den Äußerlichkeiten blenden lassen.
Gesundheit: Sie sollten Ihre Gesundheit etwas aufpolieren. Eine Kur wäre nicht das Schlechteste, ein Urlaub wirkt echte Wunder.

ZWILLINGE
21.05.- 21.06.

Liebe: Die köstliche Zweisamkeit wird hier und da von den unterschiedlichsten Tendenzen gestört. Kürzen Sie schnell Ihre Krallen.
Gesundheit: Stress? Schieben Sie dem einen Riegel vor. Entweder streichen Sie alles aus dem Kalender oder Sie stehen früher auf.

KREBS
22.06.-22.07.

Liebe: In der Liebe zahlen sich Ihre Bemühungen aus. Amor verwöhnt Sie gegenwärtig nach Kräften. Stimmen Sie einem Reisevorschlag zu.
Gesundheit: Sie stecken voller Tatendrang. Halten Sie sich ein bisschen fit und elastisch, beim Sport können Sie sich austoben.

LÖWE
23.07.-23.08.

Liebe: Sie geben Leuten oft ein Gefühl von starkem Desinteresse. Trainieren Sie Aufmerksamkeit – und Venus wird Sie reich belohnen.
Gesundheit: Ein kleines Durcheinander von Körper und Geist ist bald vorbei. Am Wochenanfang werden Sie die Balance wiederfinden.

JUNGFRAU
24.08.-23.09.

Liebe: Singles haben jetzt gute Chancen, dass sich ein vielversprechender Flirt vertieft. Es eröffnen sich neue, aufregende Perspektiven.
Gesundheit: Es empfiehlt sich, das Wochenende zum Entspannen zu nutzen. Tanken Sie neue Energie für eine schöne neue Woche.

WAAGE
24.09.-23.10.

Liebe: Geben Sie nach, anstatt einen Streit vom Zaun zu brechen. Um ein kleines Zugeständnis kommen Sie derzeit nicht herum.
Gesundheit: Besonders pfleglich gehen Sie nicht mit sich um. Dabei sind Sie so pflegeleicht: viel Schlaf, frische Luft, gute Speisen.

SKORPION
24.10.-22.11.

Liebe: Ihre Beziehung lässt zum Glück wenig Raum für Eifersucht. So können Sie jetzt dem Partner problemlos eine lange Leine lassen.
Gesundheit: Eine entspannte und lebensfrohe innere Haltung lässt Sie alles ganz klar sehen. Sie können Ihr Fehlverhalten ändern.

SCHÜTZE
23.11.-21.12.

Liebe: Kopf hoch und gelassen bleiben. Sie kommen voll auf Ihre Kosten, wenn Sie dem Gegenüber und sich selbst genug Zeit geben.
Gesundheit: In Ihnen ballen sich Energie und Tatendrang. Zu Ihrer großen Freude können Sie alle Aufgaben sehr erfolgreich erledigen.

STEINBOCK
22.12.-20.01.

Liebe: Versprechen Sie nicht zu viel, manch einer will Tatsachen sehen. Der spärliche Sternenschimmer ist Ihnen keine große Hilfe.
Gesundheit: Es kann sein, dass Sie physisch und psychisch etwas durchhängen. Private Zerstreuung wird Ihnen schnell heraushelfen!

WER SCHNELL JA SAGT, HÄLT SELTEN SEIN WORT.

Laotse

WASSERMANN
21.01.-19.02.

Liebe: Zu enge Fesseln? Es erwacht der Wunsch, den heiß geliebten Freiraum zu erweitern. Ein Solo-Trip bringt neue Impulse.
Gesundheit: Joggen, Walking, Rad fahren – auch bei schlechtem Wetter kein Problem und gesund, weil der Kreislauf besonders gefordert wird.

FISCHE
20.02.-20.03.

Liebe: Ziehen Sie Ihre Partnerschaft nicht fortwährend in Zweifel. Treue und Beständigkeit sollten bei Ihnen großgeschrieben werden.
Gesundheit: Sie sind zu verkrampft. Treiben Sie Sport, der Sie auflockert, zum Beispiel Stretching, Yoga oder sanfte Aerobic.

Veranstaltungen

Stand: 07.10.2022
Alle Angaben ohne Gewähr
*Eintritt frei

19.10. Mittwoch

Saalfeld

■ **Momente der Entspannung:** immer mittwochs, 17.30 Uhr, Frauenzentrum Waage (Brudergasse)*
■ **Vortrag des Geschichts- und Museumsvereins Saalfeld:** Die Saalfelder Familie Hermann Meyer – Lebenserinnerungen, Referent: Michael Renner, 19 Uhr, Stadtmuseum

Rudolstadt

■ **Mittendrin – der Stadtteiltreff:** 14 – 20 Uhr, Begegnungsstätte Kopernikusweg*
■ **Ferienprogramm:** Rococo en miniature – Schlösserwelten im Kleinen entdecken, Entdeckertour und anschl. Figuren und Mini-Räume selber basteln, Anm. erf. Tel. 03672 429022, 15 Uhr, Heidecksburg
■ **Goethe-Gesellschaft:** Goethes späte Mondgedichte, Referentin: Dr. Heike Spies, 16 Uhr, Stadtbibliothek
■ **Einwohnerversammlungen mit dem Bürgermeister:** 19 Uhr, Gemeindehaus Eichfeld*
■ **MMM:** Was bin ich?, 19.30 Uhr, Theater im Stadthaus
■ **Singer/Songwriter–Abend:** mit Uta Gull, ab 19 Uhr, Black Phoenix (Breitscheidstraße 128)
■ **Kino:** Wie im echten Leben, 20 Uhr, saalgärten

20.10. Donnerstag

Saalfeld

■ **Taschenlampentour:** Anm. erf., Tel. 03671 55040, 17.30 Uhr, Feengrotten
■ **Selbsthilfegruppe „Alkoholabhängige und Angehörige“:** Infos, Tel. 03671 615873 oder 03671 530144, jeden Donnerstag 17.30 Uhr, Caritas (Darrtorstraße)*
■ **Royal Opera House:** La Bohème, 20.15 Uhr, Cineplex

Rudolstadt

■ **Erzählcafé für ukrainische Flüchtlinge:** immer donnerstags, 15 – 17 Uhr, Begegnungsstätte „Stiftung Herberge zur Heimat“ (Strumpfgasse 3)*
■ **Anonyme Alkoholiker:** Treffen nur Alkoholiker jeden Donnerstag, 19.30 Uhr, Breitscheidstr. 118 (DRK)*
■ **Royal Opera House:** La Bohème, 20.15 Uhr, Cineplex

21.10. Freitag

Saalfeld

■ **Anonyme Alkoholiker:** Treffen Alkoholiker, Angehörige, Freunde jeden Freitag, 19 Uhr, Caritas-Haus (Darrtorstr. 11)*

Rudolstadt

■ **60 Jahre James Bond:** Der Spion, der mich liebte, 19 Uhr, Cineplex
■ **Auftakt der Rudolstädter Orgeltage:** Veni Sancte Spiritus – Werke von Hildegard v. Bingen, Georg Böhm, Jehan Alain, Orgel: KMD Frank Bettenhausen, Sopran: Griseldis Klein (Hamburg), 19.30 Uhr, Stadtkirche*
■ **Theater:** Es war nicht die Fünfte, es war die Neunte, 20 Uhr, Schminkkasten
■ **Komödie:** Mein Freund Harvey, 19.30 Uhr, Theater im Stadthaus

22.10. Samstag

Saalfeld

■ **Wanderung:** Der Breiteberg, Feengrotten - Garnsdorf - Spitzberg - Wittmannsgereuther - Hinterer Breiteberg - Vorderer Breiteberg - Feengrotten, ca. 9 km, Anm. erf., Tel.: 036734 22268 oder 0172 6366001, 13.30 Uhr, Treff Feengrotten Stellplatz
■ **Foto-Tour durch die Schraubenfabrik:** Anm. erf. Tel. 03671 522181, 14 Uhr, alte Schraubenfabrik (Grabaer Straße 1)
■ **Cosí fan tutte:** Oper von W.A. Mozart, in Kooperation mit dem Theater Nordhausen, 19.30 Uhr, Meininger Hof
■ **Saalfelder Nachtschwärmerei:** Nächtlicher Stadtrundgang mit dem Ratsherrn, Anm. erf., Tel. 03671 55040, 20 Uhr, Treff TouristInfo

Rudolstadt

■ **SamstagsCafé:** 14.30 Uhr, eine musikal. Reise durch die Zeit, mit M. Meinhardt, Begegnungsstätte Kopernikusweg*
■ **Ein Page redet sich um Kopf und Kragen:** Führung durch die Festräume, 15 Uhr, Heidecksburg
■ **Komödie:** Die Studentin und Monsieur Henri, 19.30 Uhr, Theater im Stadthaus
■ **Tanzbar:** Mit RockCompany, 21 Uhr, No.8 - kultur & mehr (Freiligrathstraße)

Bad Blankenburg

■ **Lesung Frank Esche:** Thüringer Mord-Pitaval III, mit Kaffee und Kuchen, Anm. erf. Tel. 036741 41724 und Facebook: Kunstkreis Bad Blankenburg, 15 Uhr, Kunstkreis Apostelgasse 1

23.10. Sonntag

Saalfeld

■ **Führung Villa Bergfried:** Anm. erf. Tel. 03671 598271, 14 Uhr, Treff Schmuckhof vor der Villa

Rudolstadt

■ **Schön war die Zeit:** Kaffeekonzert mit den Thüringer Symphonikern (Salonorchester), 15 Uhr, Schminkkasten
■ **Gauner, Grausen und Gespenster:** Führung mit dem Buckelapotheker, 16 Uhr, Thüringer Bauernhäuser
■ **Rudolstädter Orgeltage:** Musikalischer Gottesdienst, Trompete: Evgeny Liatte, Orgel: KMD Frank Bettenhausen, 17 Uhr, Stadtkirche*
■ **Buchpremiere:** Worte ohne Verfallsdatum, Lesung aus dem Online-Tagebuch von Matthias Biskupek, 19 Uhr, Schminkkasten

Bad Blankenburg

■ **HSV Bad Blankenburg:** HC Aschersleben, 16 Uhr, Landessportschule (Guts-Muths-Halle)

Probstzella

■ **Orgelkonzert mit dem Kantor der Frauenkirche,** 14 Uhr, Kirche Probstzella

24.10. Montag

Saalfeld

■ **Lesung André Kudernatsch:** „Du wirst nicht alt im Thüringer Wald", zum Tag der Bibliotheken, 19 Uhr, Stadt- und Kreisbibliothek

Rudolstadt

■ **Kinderbuchlesung:** Thomas Leibe: „Kaffeemann & Naschmadame", zum Tag der Bibliotheken, ab 5 J., Anm. erf. kinderbibliothek@rudolstadt.de oder Tel. 03672 486421, 16 Uhr, Stadtbibliothek*

■ **Einwohnerversammlungen mit dem Bürgermeister:** 19 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Unterpreilipp*

25.10. Dienstag

Saalfeld

■ **Ferienwanderung mit dem Förster:** Anm. erf., Tel. 49 3671 55040, Taschenlampe mitnehmen, 14 Uhr, Treff Feengrotten – Brunnentempel

■ **Cosí fan tutte:** Oper von W.A. Mozart, in Kooperation mit dem Theater Nordhausen, 15 Uhr, Meininger Hof

■ **Partielle Sonnenfinsternis beobachten:** ab 10.30 Uhr, Ende Sonnenfinsternis ca. 13.30 Uhr, Sternwarte im Jugend- und Stadtteilzentrum Gorndorf

Rudolstadt

■ **Buchvorstellung:** Enteignet, entzogen, verkauft – Zur Aufarbeitung der Kulturgutverluste in SBZ und DDR, Anm. erf., Tel.: 03672 486470 oder schillerhaus@rudolstadt.de, 18 Uhr, Schillerhaus

26.10. Mittwoch

Rudolstadt

■ **Mittendrin – der Stadtteiltreff:** 14 - 20 Uhr, Begegnungsstätte Kopernikusweg*

■ **Ferienprogramm:** Rococo en miniature – Schlösserwelten im Kleinen entdecken, Entdeckertour und anschl. Figuren und Mini-Räume selber basteln, Anm. erf., Tel. 03672 429022, 15 Uhr, Heidecksburg

■ **Räuberlabor/Familiennachmittag wie zu Schillers Zeiten:** Fröbelsterne basteln, Anm. erf. Tel.: 03672 486 470 oder schillerhaus@rudolstadt.de, 16 Uhr, Schillerhaus

■ **Irish Music:** mit Tom Ziegenspeck, ab 19 Uhr, Black Phoenix (Breitscheidstr. 128a)

■ **Einwohnerversammlungen mit dem Bürgermeister:** 19 Uhr, Haus der Vereine Remda*

■ **Kino:** Fantastische Pilze, 20 Uhr, saalgärten

27.10. Donnerstag

Saalfeld

■ **Taschenlampentour:** Anm. erf. Tel. 03671 55040, 17.30 Uhr, Feengrotten

■ **Selbsthilfegruppe „Alkoholabhängige und Angehörige":** Infos Tel. 03671 615873 oder 03671 530144, jeden Donnerstag 17.30 Uhr, Caritas (Darrtorstraße)*

Rudolstadt

■ **Anonyme Alkoholiker:** Treffen nur Alkoholiker jeden Donnerstag, 19.30 Uhr, Breitscheidstr. 118 (DRK)*

28.10. Freitag

Saalfeld

■ **Saalfelder Jazztage:** Beziehungsweisen (siehe S. 5), 20 Uhr, Schier Optik

■ **Krimistadtführung:** Ein Fall für Schwarz, Anm. erf., Tel. 03671 522181, 20 Uhr, Treff TouristInfo

■ **Halloween-Party:** Black/Dancehall/RNB/Hip Hop, DJ Cig/Hannes Palmowski, 22 Uhr, Klubhaus

Rudolstadt

■ **Grusel-MINT:** Halloween am Schülerforschungszentrum, Deko basteln und Naturwissenschaften erfahren, ab Klasse 5, Anm. erf. sfz-rudolstadt@jungforscher-thueringen.de, 9 - 12 Uhr, Schülerforschungszentrum (Prof.-Hermann-Klare-Straße 6)

■ **60 Jahre James Bond:** Lizenz zum Töten, 19 Uhr, Cineplex

■ **Rudolstädter Orgeltage:** Orgelnacht mit Buffet/Wandelorgelkonzert, Orgelmusik zum 200. Geburtstag von César Franck an der historischen Steinmeyer-Orgel von 1906, anschließend Wanderung zur Stadtkirche und Buffet, danach Kompositionen und Improvisation von Naji Hakim, 19.30 Uhr Lutherkirche, 21 Uhr Stadtkirche

■ **Songdrama:** Ewig jung, 19.30 Uhr, Theater im Stadthaus

■ **Lesung:** Our Darkness – Gruftis und Waver in der DDR, mit Sascha Lange, 20 Uhr, saalgärten

■ **Liebe, Mord und Totschlag:** Wissenswertes, Erotisches und Schauriges aus drei Jahrhunderten Kriminalgeschichte, Stadtführung mit dem Rudolstädter Nachtwächter, Anm. erf., Tel.: 03672 486 440 oder E-Mail: info@rudolstadt.de, 21 Uhr, Treff Rathaus

Pößneck

■ **Mirja Boes:** „Heute hü und morgen auch", 20 Uhr, Schützenhaus

Paulinzella

■ **Geschichtsgespräch:** Halloween – Nur gruseliger Spaß?, 16 Uhr, Museum für Kloster-, Forst- und Jagdgeschichte Paulinzella

29.10. Samstag

Saalfeld

■ **Yogawanderung:** Bergfried bis Feengrotten mit anschl. Klangkonzert im Heilstollen, bequeme Kleidung tragen und Jacke für Heilstollen mitbringen, Treff 15.30 Uhr, Parkplatz Bergfried (unterer Eingang/Tiefer Weg)

■ **Taschenlampentour:** Anm. erf., Tel. 03671 55040, 17.30 Uhr, Feengrotten

■ **Saalfelder Jazztage:** Martin Listabarth – Dedicated, siehe S. 5, 20 Uhr, Kleine Bühne Villa Weidig

Rudolstadt

■ **Rudolstädter Orgeltage:** Orgelexkursion nach Weißenfels zur Vorführung der Ladegast-Orgel in der Marienkirche und

Orgelnacht zu den Rudolstädter Orgeltagen mit den französischen Titular-Organisten Marie-Bernadette Dufourcet und Naji Hakim am 28.10.

Stand: 07.10.2022
Alle Angaben ohne Gewähr

*Eintritt frei

Besichtigung des Ladegastmuseums, Anm. erf., Tel. 03672 480676, Abfahrt 9.30 Uhr, Busbahnhof

■ **SamstagsCafé:** 14 – 17 Uhr, Begegnungsstätte Kopernikusweg*

■ **Herr-der-Ringe-Trilogie:** extended Version, 726 min, 14 Uhr, Cineplex

■ **Gastspiel:** Der kleine Prinz unterwegs zu den Sternen, ab 10 J., 16 Uhr, Löwensaal

■ **Der Besuch der alten Dame:** Projekt der Gruppe „Nachbarwelten" des theater-spiel-ladens Rudolstadt, 19 Uhr, saalgärten

■ **Songdrama:** Ewig jung, 19.30 Uhr, Theater im Stadthaus

■ **Nachtmusik aus'm Tagebau:** Linda und die lauten Bräute – ein Gundermann-Backup, 20 Uhr, No.8 - kultur & mehr (Freiligrathstraße)

Lehesten

■ **Tag der offenen Tür:** 14 Uhr Kinderfest mit Technikschau, 20 Uhr Party/Disco, Feuerwehr*

30.10. Sonntag

Saalfeld

■ **Frühschoppen mit den jazzenden Lehrern:** 10 Uhr, Kleine Bühne Villa Weidig

■ **Cosí fan tutte:** Oper von W.A. Mozart, in Kooperation mit dem Theater Nordhausen, 15 Uhr, Meininger Hof

■ **Konzert zum Reformationstag:** Werke von Bach und Mendelssohn Bartholdy, Orgel: Andreas Marquardt, Sprecher: Axel Thielmann, 17 Uhr, Schlosskapelle

Rudolstadt

■ **Rudolstädter Orgeltage:** Festlicher Reformationsgottesdienst mit dem Oratorienchor Rudolstadt und KMD Frank Bettenhausen an der Orgel, 10 Uhr, Lutherkirche*

■ **Lust und Frust am Fürstenhof:** Führung mit der Kammerzofe, 15 Uhr, Heidecksburg

■ **Theater:** Es war nicht die Fünfte, es war die Neunte, 20 Uhr, Schminkkasten

■ **Halloween-Party:** HipHop- und Techno/Deephouse-Floor, 22 Uhr, saalgärten

Uhlstädt

■ **Wanderung:** Saalleiten und Töpfersdorf, Uhlstädt - Oberkrossen - Rückersdorf - Schafberg - Töpfersdorf - Saalleiten – Uhlstädt, ca. 9 km, Anm. erf. Tel.: 036734 22268 oder 0172 6366001, Treff 11 Uhr Uhlstädt-Kirchhasel - Am Saalewehr 2

Schmiedefeld

■ **Halloween:** siehe Seite 35

31.10. Montag

Rudolstadt

■ **Will alles wagen:** Ein Holger-Biege-Liederabend, 18 Uhr, Schminkkasten

Paulinzella

■ **Saisonabschluss:** ab 11 Uhr Wildpflanzenstube + Kreativraum, 11 Uhr Vortrag Geheimnisse der Pilzwelt, 12 Uhr Führung Klostergeheimnisse, 13 Uhr Manuskriptlesung zur jungen Paulina, Jagdschloss Paulinzella*

Lichtenhain

■ **Nostalgietag an der Bergbahn:** Uhrzeit etc.

Gräfenthal

■ **Halloweenparty:** ab 17 Uhr, Ringelteich

01.11. Dienstag

Saalfeld

■ **Mediensprechstunde für Senioren:** Fragen rund um's Smartphone, 10 – 12 Uhr, Frauenzentrum Waage (Brudergasse 11)*

■ **Vorlesezeit für Kinder:** „Wo komme ich her?" mit Yara Wehbi, Anm. erf., Tel. 03671 598451, 16 Uhr, Stadt- und Kreisbibliothek*

Rudolstadt

■ **Frau Killisch-Horn führt durch den Rudolstädter Friedwald,** Treffp. 10 Uhr, Parkplatz Friedwald

Gesundheits-Service

Der Kraftspender: Maronen – süß und nussig

Maronen machen im Herbst so richtig Spaß, besonders, wenn sie direkt geröstet aus dem Feuer kommen. Und noch dazu sind die kleinen edlen herzförmigen Esskastanien so richtig gesund, nahrhaft und kulinarisch vielfältig einsetzbar. Maroni bremsen den Heißhunger, stärken das Herz, bieten natürlichen Ballast und haben eine gute CO_2-Billanz. Außerdem besitzen sie einen guten Vitamin-C-Wert und schützen die Knochen. Maronen liefern weniger Fett als Nüsse und spenden neue Energie bei geistiger und körperlicher Erschöpfung.

Die herbstliche Spezialität, die zwischen September bis Ende Dezember Saison hat, war früher mehr in den südlichen Regionen, also rund um das Mittelmeer, bekannt. Die meisten einheimischen Bäume mit diesen nahrhaften Früchten wachsen dort, wo auch auf Grund des milden Klimas Wein angebaut wird. Heute sind die Maronen an kühlen Herbsttagen eine kaum mehr wegzudenkende kulinarische Spezialität, gerade wenn die frisch gerösteten Maronen noch heiß von der Hand in den Mund wandern.

Das nahrhafte Fruchtfleisch, welches sich unter der harten Schale verbirgt, besteht hauptsächlich aus Stärke und wirkt auf Grund des Nährwertes gut sättigend. In Italien und der italienischen Schweiz nutzt man die herzförmigen Edelkastanien gern, um daraus Kastanienmehl herzustellen. In den südlichen Alpenländern werden die Maronen traditionell in einer gelochten Pfanne mit Deckel über dem offenen Feuer zubereitet. Bei uns in den Städten ist es wohl eher der Maroni-Mann, der die köstlichen Nussfrüchte in einem speziellen Ofen röstet und heiß auf der Straße verkauft. Maronen schmecken angenehm süßnussig und leicht mehlig.

Großer Vorteil für Naschkatzen: Geröstet schmecken sie leicht süßlich und stillen zudem die Lust auf Süßes und das auf gesunde Weise. Sicher enthält die herzförmige Edelkastanie ein gutes Maß an Kohlenhydraten und Kalorien, doch schaut man auf den Fettgehalt, kann sich die Maroni wirklich sehen lassen und gehört mit nur knapp 3 Prozent zu den echt schlanken Knabbereien.

Das Fruchtfleisch der Maronen besitzt viele wertvolle Nährstoffe. Es ist reich an Vitamin B1, B2, B6 und Folsäure. Lobenswert ist vor allem der hohe Gehalt an Vitamin C, der sonst bei Nüssen und Kernen eher gering ausfällt. Neben einer gut sättigenden Wirkung durch den hohen Ballaststoffgehalt, nützt dieser auch dem Darm und der Verdauung. Übrigens: Mit 100 Gramm Maronen vernaschen wir schon mal locker ein Viertel der pro Tag empfohlenen Menge an Ballaststoffen. Maronen können vielfältig zubereitet werden. Gegart im offenen Feuer, Backofen oder der Mikrowelle und dann am besten pur oder mit etwas Butter und Salz genießen. Aber auch mit würzigem Käse, Salami, eventuell einem Salat, Apfelmost oder Rotwein sind diese einfach köstlich, ganz nach Alpenländer Art. Als klassische Beilage machen sich Maronen fantastisch zu Wildgerichten, als Füllung für die Weihnachtsgans oder als Süppchen. SW | marcus®

Christina Eberitsch
Der sichere Ort für Deine Freiheit

Systemische Beratung für Familien im Wandel

Gestalte endlich das Leben, das du führen möchtest.

Egal, ob harmonisch oder chaotisch, groß oder klein, aufbauend oder schwierig – wir alle gehören in ein System, das sich Familie nennt. Aus diesem System heraus kann es zu verschiedensten Konfliktsituation kommen, bei deren Lösung ich dich begleiten kann.

Ich freue mich darauf, dich kennenzulernen!

Hauptstraße 65
07333 Unterwellenborn
OT Langenschade

+49 178 81 88 417
gefuehlswege@gmail.com

Buche jetzt kostenlos dein 30-Min.-Kennenlerngespräch. ✓

NOTDIENSTE

Apotheken

- **Mittwoch, 19.10.**
  Glückauf-Apotheke
  Lämmergasse 6a
  Unterwellenborn OT Kamsdorf
  Glocken-Apotheke
  Oststraße 3
  Rudolstadt
- **Donnerstag, 20.10.**
  Schloßberg-Apotheke
  Friedrich-Ebert-Straße 15
  Unterwellenborn/OT Könitz
  easyApotheke Saalfeld
  Mittlerer Watzenbach 4
  Saalfeld
- **Freitag, 21.10.**
  Igel-Apotheke
  Obere Straße 18-20
  Saalfeld
  Linden-Apotheke
  Jenaische Straße 14
  Rudolstadt
- **Samstag, 22.10.**
  Apotheke Gorndorf
  Rathenaustraße 11
  Saalfeld
  Markt-Apotheke
  Markt 10
  Rudolstadt
- **Sonntag, 23.10.**
  Maximilian-Apotheke
  Ernst-Thälmann Straße 19
  Unterwellenborn
  Mohren-Apotheke
  Klinghammerstraße 2
  Rudolstadt
- **Montag, 24.10.**
  Greif-Apotheke
  Straße der Dt. Einheit 1f
  Bad Blankenburg
- **Dienstag, 25.10.**
  Maximilian-Apotheke
  Ernst-Thälmann Straße 19
  Unterwellenborn
  Schiller-Apotheke
  Schwarzburger Chausee 75
  Rudolstadt
- **Mittwoch, 26.10.**
  Apotheke Leutenberg
  Hauptstraße 24
  Leutenberg
  Saale-Apotheke
  Könitzer Straße 1d
  Kaulsdorf
  Sonnen-Apotheke
  Neue Schulstraße 59a
  Rudolstadt
- **Donnerstag, 27.10.**
  Saale-Apotheke
  Könitzer Straße 1d
  Kaulsdorf
  Stadt-Apotheke
  Anton-Sommer-Straße 1
  Rudolstadt
- **Freitag, 28.10.**
  gesundleben Apotheke
  Obere Straße 6-10
  Saalfeld
  Trommsdorff-Apotheke
  Thrommsdorffstraße 2
  Rudolstadt-Volkstedt/West
- **Samstag, 29.10.**
  Apotheke von Hirschhausen
  Obere Straße 1a
  Saalfeld
  Uhlen-Apotheke
  Jenaische Straße 90 d
  Uhlstädt
  Apotheke Remda
  Markt 3
  Remda
- **Sonntag, 30.10.**
  Aesculap-Apotheke
  Bähringstraße 7a
  Bad Blankenburg
  Saale-Apotheke
  Könitzer Straße 1d
  Kaulsdorf
- **Montag, 31.10.**
  Saale-Apotheke
  Könitzer Straße 1d
  Kaulsdorf
  Glocken-Apotheke
  Oststraße 3
  Rudolstadt
- **Dienstag, 01.11.**
  Apotheke von Hirschhausen am Feldschlößchen
  Melanchtonstaße 34
  Saalfeld
  Linden-Apotheke
  Jenaische Straße 14
  Rudolstadt
- **Mittwoch, 02.11.**
  Greif-Apotheke
  Straße der Dt. Einheit 1f
  Bad Blankenburg

NOTDIENSTSPRECHSTUNDE
Thüringen-Kliniken Saalfeld
Mi/Fr: 17 - 19 Uhr
Sa/So/Feiertage/
Brückentag:
08 - 12 Uhr , 17 - 19 Uhr

KASSENÄRZTLICHER NOTDIENST

Telefon 116 117

apotheke aesthetik
von hirschhausen

Ihre Apotheke mit 3 Standorten in Saalfeld

Inhaberin:
Apothekerin Elsa von Hirschhausen e.Kfr.

hirschhausen's doppelpack
stellt vor:

Jana
Pharmazeutisch-kaufmännische Angestellte

Ivonne
Pharmazeutisch-technische Assistentin

Geh gepflegt deinen Weg...

Mit der Dermasence Hyalusome Pflegeserie behält deine Haut das jugendliche Aussehen.

Die zellschützenden und regenerativen Wirkstoffe beugen Faltenbildung vor und erhalten die Elastizität deiner Haut.

Dermasence Hyalusome
Augenpflege + Feuchtigkeitscreme
zusammen für nur
€ 29,99*
statt **€ 38,90**
***Aktion gültig bis 15.11.2022**

Direkt zum Doppelpack ▶

◀ Scan mich!

APOTHEKE VON HIRSCHHAUSEN: Obere Straße 1 a | 03671 2163
APOTHEKE AM FELDSCHLÖßCHEN: Melanchthonstraße 34 | 03671 5789-0
APOTHEKE IM ÄRZTEHAUS: Sonneberger Straße 8 | 03671 455433

BESUCHEN SIE AUCH UNSEREN ONLINE-SHOP
WWW.APOTHEKE-VH.DE

Reformationstag, Allerheiligen und Allerseelen

Stille Gedenktage in diesen Wochen

Was damals, am 31.10.1517 in Wittenberg geschah, wissen wir nicht wirklich. Allseits bekannt ist die Geschichte, dass Martin Luther einen Text mit 95 Thesen gegen den sogenannten Ablasshandel an die Tür der Wittenberger Schlosskirche genagelt hat.

Allerdings wurde die Erneuerungsbewegung nicht allein durch Martin Luther ausgelöst. Es gab auch in der Schweiz, Frankreich und anderen europäischen Ländern reformatorische Impulse. Luther kritisierte damals vor allem die Strategien der Kirche, sich dafür bezahlen zu lassen, die Folgen der Sünden zu tilgen.
Luther wollte Diskussionen anstoßen, denn nur wenige Monate später tauchten Kopien seiner 95 Thesen in deutscher Sprache auf, die dann auch von Leuten abseits des Klerus übernommen werden konnten. Die Frage, ob Luther die Spaltung der Kirche wollte, ist wohl klar zu verneinen. Ihm ging es darum, die Kirche zu ihren Ursprüngen zurückzuführen und eine Rückbesinnung auf die (alleinige) Gnade Gottes, den Glauben an Jesus Christus und die Heilige Schrift zu bewirken. Man kann wohl sagen, das auf die reformatorische Bewegung, zumindest im 16. Jh., eine notwendige Toleranz zwischen Katholiken und Protestanten erfolgte.
Zu würdigen sind auch positive Impulse für Kultur, Gesellschaft und Politik, die bis heute überall in der Welt nachhallen. Zum einen die Bibelübersetzung, mit seiner Übertragung des Neuen Testaments aus dem griechischen Urtext ins Deutsche.
Darüber hinaus legte er damit auch den Grundstein für die Entwicklung der Sprache hin zum heutigen Standarddeutsch. Das wir heute Gottesdienste und Messen auf Deutsch feiern, ist zu großen Teilen ebenfalls der Reformation zu verdanken.

Im Zeichen der Heiligen

Warum wir Allerheiligen feiern?

Der Allerheiligen (lat. »Festum Omnium Sanctorum«) ist ein Hochfest im römisch-katholischen Kirchenjahr zu Ehren aller Heiligen, welches durch die liturgische Farbe Weiß symbolisiert wird.
Die katholische Kirche gedenkt an diesem Tag allen Heiligen sowie auch all den Frauen und Männern, die ihren Glauben im Verborgenem gelebt, verteidigt und die christliche Botschaft

Bestattungsinstitut Bischof GmbH
Trauer braucht Vertrauen
Klostergasse 2b · 07318 Saalfeld
Tel. 03671 5788-0
www.bischof-bestattungen.de
Mandy Neumeister Bestattungsberaterin
25 Jahre 1995 - 2020 Bestattungshaus am Schießteich

PIETÄT STIELER & WADENSTORFER BESTATTUNGEN
Ihr Berater im Trauerfall und bei Vorsorgen · Seit 1990
Rudolstadt Saalgasse 7 43520
Saalfeld Alte Gehegstr. 83a 530086
Königsee Dr-Max-Näder-Pl. 3 4950
www.pietaet-rudolstadt.de

verkündet haben, aber nicht offiziell in den Kreis der Heiligen aufgenommen wurden.
Die katholischen Christen feiern Allerheiligen seit dem 9. Jh. am 1. November. Bei uns in Deutschland ist Allerheiligen ein wesentlicher Feiertag der römisch-katholischen Kirche und überwiegend in katholisch geprägten Bundesländern wie Baden-Württemberg, Bayern, Nordrhein-Westfalen, Rheinland-Pfalz und dem Saarland als arbeitsfreier und gesetzlicher Feiertag deklariert.
Er gehört zu den stillen Feiertagen, an denen Tanzveranstaltungen, Musik, Märkte und Volksfeste verboten sind. Im Verlauf der Geschichte wurde der Termin von Allerheiligen des Öfteren verlegt.
Im 8. Jahrhundert weihte Papst Gregor III. eine Kapelle im Petersdom allen Heiligen. Er erweiterte das Hochfest der Märtyrer und legte den Termin für die Stadt Rom auf den 1. November, so wie es seitdem offiziell im Kalender der Kirche Bestand hat. Mit den Jahren verbreitete sich der Gedenktag aller Heiligen in der gesamten Westkirche.

Die Verbindung von Allerheiligen und Allerseelen

Am 2. November, also ein Tag nach Allerheiligen, feiern die katholischen Christen den Allerseelen. Ein Gedenktag zum Gedächtnis aller verstorbenen Heiligen und auch allen anderen Menschen, die bereits das Zeitliche gesegnet haben.
In Deutschland ist dieser ein kirchlicher, aber kein gesetzlicher Feiertag. Allerheiligen und Allerseelen sind auf Grund ihrer charakteristischen Ähnlichkeit als Totengedenktage eng miteinander verbunden. Seit der Einführung im 10. Jh. bilden die beiden Feiertage ein Doppelfest mit zahlreichen Bräuchen.
Der Allerseelen steht im engen Zusammenhang mit der Lehre vom Fegefeuer. Durch Gebete, Fürbitten und Almosen können Angehörige Fürsprache für die Toten einlegen. Aus dem Aberglaube der Menschen früherer Zeiten entstehend glaubte man damals, dass die Seelen der Toten in der Nacht von Allerheiligen auf Allerseelen aus dem Fegefeuer aufsteigen und sich von ihren Qualen erholen dürfen.
Heute symbolisieren Grablichter die Gegenwart Gottes auf den Friedhöfen und das ewige Licht erinnert zudem an den geliebten Menschen. Das Seelenlicht wird meist am Nachmittag von Allerheiligen auf den Gräbern entzündet. Denn später glaubten viele Menschen daran, dass sich die Seelen in der Nacht an der Kerzenflamme wärmten und das Licht ihnen den Weg zu ihrer Ruhestätte wies.
Auch der Volkstrauertag (13.11.) und der Totensonntag (20.11.) stehen unter einem ähnlichen Licht und gehören zu den stillen Tagen im Jahr. Beide sind staatlich anerkannte Gedenktage. Zum Volkstrauertag erinnert eine Zeremonie im Deutschen Bundestag an die Opfer von Gewalt und Krieg in allen Nationen. Der Totensonntag hingegen ist in der evangelischen Kirche ein Gedenktag an die Verstorbenen und wird auch als Ewigkeitssonntag bezeichnet.

Anderswo wird gefeiert – Dia de los Muertos
Ein Fest zu Ehren der Toten

Beispielsweise in Mexiko feiert man in der Nacht vom 1. auf den 2. November ein Fest zum Gedenken an Verstorbene. Sich mit dem Sterben und dem Leben nach dem Tod auseinanderzusetzten, ist in diesen Kulturkreisen, zelebriert durch den Glauben der Menschen, der Anfang eines neuen Lebens nach dem Tod. Dieser Tag steht ganz im Sinne der Freude mit Musik und Tanz, statt Melancholie und Traurigkeit. Laut mexikanischer Tradition kehren die Toten am Dia de los Muertos aus dem Jenseits zurück, um die Verbliebenen zu besuchen und die Seelen mit den weltlichen Freuden zu verwöhnen.

Bestattungsinstitut
Gerald Lange
Inhaberin: Claudia Lange
seit 1990
Bad Blankenburg
Untere Mauergasse 43
- Am Markt -
Tel. 03 67 41 - 22 52
Rudolstadt
Brückengasse 4
Tel. 0 36 72 - 4 35 30

SEIT 1908
GRABMALE KECK
STEINMETZMEISTER
Clemens Keck
VON HAND GEZEICHNET
UND IN STEIN GEHAUEN ...
07318 Saalfeld
Friedhofstraße 7
Telefon 03671/2723
Steinmetzbetrieb-Keck.de

SW I marcus®

In schweren Stunden für Sie da
Ihr Bestattungsunternehmen
Werner
98744 Schwarzatal OT Oberweißbach
Sonneberger Str. 54
Tel. (03 67 05) 6 24 74
OT Meuselbach - Schwarzmühle
Neuer Weg 11
Tel. & Fax (03 67 05) 6 10 77
Erd-, Feuer-, See- & Friedwaldbestattungen
Überführung & Abholung bei Tag & Nacht
Bestattungsvorsorge
Erledigung aller Formalitäten
hilfreiche Unterstützung und Beratung
eigene Trauerhalle in Meuselbach und Sitzendorf
für Abschiednahme im kleinsten Kreis separater Trauerraum in Meuselbach

BESTATTUNG
Irrgang & Weber GbR
(gegenüber Hotel Tanne)
Unsere Toten sind nicht abwesend, sondern nur unsichtbar.
Sie schauen mit ihren Augen voller Licht in unsere Augen voller Trauer.
Ratenzahlungen bis 36 Monate für alle Bestattungen möglich!
Saalstraße 36 • Saalfeld • 24h Tel. 03671 - 4 55 92 92
www.bestatter-saalfeld.de • auf Wunsch kostenloser Hausbesuch

Langzeitkrank – und jetzt?

Arbeitsrechtliche Fragen rund um Kündigung und Wiedereingliederung

Entgegen landläufiger Vorstellungen ist eine Kündigung durch den Arbeitgeber in der Zeit, in der ein Arbeitnehmer krankgeschrieben ist, nicht grundsätzlich unwirksam. Allerdings müssen bestimmte Voraussetzungen erfüllt sein, damit eine Kündigung bei oder sogar wegen Krankheit zulässig ist.

Eine krankheitsbedingte Kündigung fällt unter die personenbedingte Kündigung. Sie ist dann wirksam, wenn die Krankheit des Arbeitnehmers/der Arbeitnehmerin dazu führen wird, dass er/sie ihre Tätigkeiten laut Arbeitsvertrag nicht mehr erfüllen kann. Noch genauer gesagt, müssen drei Kriterien erfüllt sein:

1. Krankheitsbedingtes Fehlen während sechs Wochen im Jahr oder länger. Dabei werden die Wochen zusammengezählt, die sechs Wochen müssen keine Fehlzeit am Stück sein. Die Rechtsprechung geht dabei aus, dass es bei einem so langen Zeitraum des Fehlens zu betrieblichen und wirtschaftlichen Beeinträchtigungen im Unternehmen kommen kann.

2. Zusätzlich muss sich herauskristallisieren, dass die Krankheit auf absehbare Zeit nicht abklingen wird. Sprich, wiederkehrende Infekte oder ein gebrochener Knöchel dürfen nicht zu einer Kündigung führen. Anders sieht es aus bei einem Bandscheibenvorfall eines Arbeitnehmers in einem Beruf mit körperlich schweren Arbeiten, wenn der Arzt keine positive Prognose stellt.

3. Weiterhin muss der Arbeitgeber immer zwischen seinen eigenen Interessen und denen des Arbeitnehmers abwägen. Zu berücksichtigen ist die Dauer der Krankheit, die Krankheitsursache, Fehlzeiten vergleichbarer Arbeitnehmer sowie das Alter des Mitarbeiters.

Bodo Pech
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Arbeitsrecht

Schillerstraße 1
07407 Rudolstadt
Fon: 03672 488 980
Fax: 03672 488 9811
info@gnprecht.de

Rechtsanwälte & Fachanwälte
Güldner Nestler Pech
Partnerschaftsgesellschaft

www.gnprecht.de

PANKONIN
RECHTSANWÄLTE

Ralf-Sven Pankonin
Nicole Apel – Fachanwältin für Familienrecht

Berthold-Rein-Straße 16
07407 Rudolstadt
Telefon 03672 4678-0 | Fax 03672 412837
Internet: www.kanzlei-pankonin.de • E-Mail: info@kanzlei-pankonin.de

All diese Aussagen gelten für Unternehmen und Einrichtungen, in denen das Kündigungsschutzgesetz gilt, sprich in denen mehr als 10 Vollzeitbeschäftigte (bei Teilzeitbeschäftigten werden die Stunden zusammengerechnet) angestellt sind.

Genauso wie in kleineren Unternehmen unter 10 Vollzeitbeschäftigten gelten gelockerte Kündigungsregeln, wenn ein Arbeitnehmer noch in der Probezeit ist. Denn dann greift auch in größeren Unternehmen der Kündigungsschutz noch nicht. In dieser Zeit ist eine Kündigung sogar ohne Angabe von Gründen und mit einer Frist von 14 Tagen möglich.

Lohnfortzahlung bei Kündigung während Krankheit?

Grundsätzlich sind Arbeitgeber verpflichtet, während der ersten sechs Wochen einer Arbeitsunfähigkeit dem Arbeitnehmer seinen Lohn weiterzuzahlen. Erst danach übernimmt die Krankenkasse mit dem Krankengeld, das allerdings niedriger als der Lohn ausfällt. Wird ein Arbeitnehmer in dieser Zeit gekündigt, bleibt die Lohnfortzahlung davon unberührt. Zum Beispiel: Ein Arbeitnehmer wird in Woche drei seiner Arbeitsunfähigkeit gekündigt, dann erhält er noch die Zeit bis zum Ablauf der sechs Wochen sein Gehalt weiter. Lediglich in den ersten vier Wochen ab Beginn des Arbeitsverhältnisses haben Mitarbeiter keinen Anspruch auf Lohnfortzahlung. Doch auch in diesem Fall stehen sie nicht mit leeren Händen da, denn die Krankenkasse zahlt dann Krankengeld.

Anspruch auf berufliche Wiedereingliederung?

Wer nach langer Krankheit wieder an seine Arbeitsstelle zurückkehrt, absolviert in der Regel eine berufliche Wiedereingliederung. Denn von 0 auf 100, das geht bei vielen Krankheitsbildern und in vielen Berufen nicht gut. Arbeitgeber, auch Kleinunternehmen, sind daher seit 2004 dazu verpflichtet, Beschäftigten nach einer Krankheit für den Wiedereinstieg in den Beruf ein sogenanntes Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM) anzubieten – wenn sie innerhalb eines Jahres sechs Wochen ununterbrochen oder wiederholt arbeitsunfähig waren. Für die Erkrankten ist die Teilnahme allerdings freiwillig. Stimmt der betroffene Arbeitnehmer zu, besteht das BEM darin, dass sich Arbeitnehmer und Führungskräfte darüber verständigen, wie die Wiedereingliederung erfolgreich gestaltet werden kann. Es geht darum zu identifizieren, was der Beschäftigte braucht, um wieder in seine ursprüngliche Tätigkeit zurückzufinden: Etwa die Umgestaltung seines Arbeitsplatzes, eine Änderung organisatorischer Abläufe, vielleicht aber auch ein Tätigkeitswechsel. Auch eine medizinische Rehabilitation kann im Zuge der BEM initiiert werden. Je nach Bedarf können weitere Stellen hinzugezogen werden, z. B. der Betriebsarzt, Personalrat, Schwerbehindertenvertretung, Integrationsamt …

Ein weiteres Instrument ist die stufenweise Wiedereingliederung nach dem Hamburger Modell. Dabei arbeiten Vollzeitkräfte bei der Rückkehr in ihren Job mindestens zwei Stunden pro Arbeitstag und steigern ihre Arbeitszeit nach einigen Wochen stundenweise, Teilzeitkräfte entsprechend weniger. Ein Wiedereingliederungsplan hält die Vereinbarungen und Arbeitszeiten schriftlich fest. Den Antrag auf die stufenweise Wiedereingliederung stellt der behandelnde Arzt. Es muss allerdings zu diesem Zeitpunkt absehbar sein, dass der Arbeitnehmer bald wieder in altem Umfang in seinem Beruf arbeiten kann. Während der beruflichen Wiedereingliederung ist es legitim, dass dem Arbeitnehmer eine andere Position/ein anderer Arbeitsplatz im Unternehmen zugewiesen wird. Da der Gesetzgeber davon ausgeht, dass dem Arbeitgeber in dieser Zeit nicht die volle Arbeitsleistung des Arbeitnehmers zur Verfügung steht, muss ersterer auch kein Gehalt zahlen.

Daher bezieht man während der Maßnahme Krankengeld der gesetzlichen Krankenkassen oder Übergangsgeld der gesetzlichen Rentenversicherung.

SB I marcus®

marcus® informiert:

Fällt der Arbeitsplatz während Ihrer Erkrankung weg, ist generell auch eine betriebsbedingte Kündigung möglich. Sollten Sie anderweitig weiterbeschäftigt oder an einen anderen Arbeitsort versetzt werden können, ist aber eine betriebsbedingte Kündigung unwirksam.

Frank Jaquemoth
Rechtsanwalt
Sonneberger Str. 24
07318 Saalfeld
Tel.: 03671 57740 • Fax: 03671 577440
RAe.Jaquemoth@t-online.de
www.anwaltskanzlei-saalfeld.de

P&P
Prauka & Partner
Rechtsanwälte · Partnerschaft
Sonneberger Straße 1 | 07318 Saalfeld
Telefon (0 36 71) 57 39 10
Telefax (0 36 71) 57 39 22

Daniel Prauka
Arbeitsrecht
Handels- u. Gesellschaftsrecht
Insolvenzrecht
Grundstücksrecht
Erbrecht

Christiana Eberhard
Straf- und Ordnungswidrigkeitenrecht
Verkehrsunfallrecht
Familienrecht
Mietrecht
Vertragsrecht

anwalt@prauka-partner.de | www.prauka-partner.de

Die meisten Einbrüche geschehen im Winter

Jetzt das Zuhause gegen Einbruch schützen

Foto: djd/LISTENER Schönheitssysteme GmbH / Shutterstock

Dass Diebe auf den Schutz der Dunkelheit warten, ist eine Annahme, die sich statistisch nicht halten lässt. Denn wie eine Auswertung von Statista zeigt, ereignen sich 61,5 Prozent aller Einbrüche in Deutschland tagsüber, und zwar zwischen 8 und 18 Uhr. Tatsächlich aber besonders oft in der dunklen Jahreszeit und da besonders im Monat Dezember.

Die gute Nachricht ist: Weil Einbrecher oft mit dem immer gleichen Muster operieren, lässt sich ihr Verhalten gut vorhersagen. Somit sind auch die Schutzmaßnahmen gut zu identifizieren. Die meisten Täter sind darauf bedacht, sich schnell und unauffällig Zutritt zum Haus zu verschaffen. Sobald sie Gefahr laufen, auf frischer Tat ertappt zu werden, suchen sie erfahrungsgemäß sofort das Weite. Daher besteht der Einbruchschutz meist aus drei Säulen: Zu erkennen, dass sich jemand Unbefugtes dem Haus nähert (Kameras), den Einbruch erschweren (durch entsprechend geschützte Türen und Fenster) und Alarm, der Eindringlinge in die Flucht schlägt. Entsprechende Technik kann übrigens problemlos nachgerüstet werden. Als Faustregel für einbruchssichere Türen und Fenster gilt: Alle, die leicht zu erreichen sind, sollten ausgerüstet werden. Das gilt auch für Terrassen- und Kellertüren sowie für die Balkontür und -fenster, wenn der Balkon etwa über Garagendach oder Feuerleiter zu erklettern ist.

Vorsorglich Wertgegenstände-Liste anlegen!

Ob für den Fall eines Einbruchs oder eines Brands: Damit Sie im Schadensfall nicht ohne Nachweise für Polizei und Versicherung dastehen, ist das Anlegen einer Liste mit Wertgegenständen, die sich im Zuhause befinden, sinnvoll. Zu jedem Gegenstand sollte aufgeführt werden: Name bzw. Bezeichnung, kurze Beschreibung, Hersteller/Marke, Register- bzw. Individualnummer, individuelle Merkmale, Händler/Kaufdatum/Ort, Neuwert (Vorlagen gibt es im Internet). Zusätzlich sollten von allen Gegenständen Fotos vorliegen, z. B. auf Stick oder als Papierfoto an einem sicheren Ort. Kauf- und Garantiebelege sollten ebenfalls zuordnungsbar vorliegen, um nachzuweisen, dass Sie wirklich der Eigentümer sind. Wertvoller Schmuck, schwer wiederzubeschaffende Urkunden oder besondere Erinnerungsstücke sind in einem Tresor gut aufgehoben. Die Polizei empfiehlt optisch unauffällige oder versteckte Tresore, denn: „Ein Safe weckt immer Begehrlichkeiten."
Keinesfalls sollte ein Tresor vom Fenster aus erkennbar sein, sonst könnte sich ein Täter entsprechendes Werkzeug dafür beschaffen. Der Safe sollte am besten im Mauerwerk verankert werden, denn viele Einbrecher nehmen den Tresor auch einfach mit. Ein elektronisches Zahlenschloss ist einer Variante mit Schlüssel oder Passwort auf Zettel (kann vom Täter gefunden werden) vorzuziehen.

SB I marcus®

Einbruchschutz mit Zertifikat
ZINN
VEKA
FENSTER + TÜREN
SONNENSCHUTZ
KEINBRUCH
zinn-fenster.de | Tel. 036730 3410
07429 Rohrbach | Unterm Dorfe 1

HANTSCHEL
DIE TISCHLEREI
Wir leben Holz.
Einbruchssichere Fenster und Türen bekommen Sie von uns – als Neubau und auf Wunsch auch nachgerüstet.
KEINBRUCH
SICHERN SIE IHR ZUHAUSE
WWW.K-EINBRUCH.DE
Unser Betrieb ist im Adressennachweis von Errichterunternehmen für mechanische Sicherungseinrichtungen der Landespolizeidirektion Thüringen aufgenommen.

Tischlerei Hantschel GmbH | Am Cröstener Weg 5, 07318 Saalfeld | Telefon 03671 / 57 41 - 0 | www.tischlerei-hantschel.de

Auf Nummer sicher!

Wintercheck fürs Auto

Zugegeben, wir schreiben jetzt von Schnee und Eis, obwohl der goldene Herbst erst Einzug hält. Und dennoch geht es manchmal schneller als es uns lieb ist. Da kann ein Auto-Check nicht schaden, oder?

Ein Wintercheck hilft uns dabei, dass wir mit dem Auto später sicher durch Schnee und Eis kommen. In einer kurzen Winter-Inspektion in der Werkstatt Ihrer Wahl ist es das Ziel, zu prüfen, ob das Auto den Witterungsbedingungen im Winter standhält. So wird garantiert, dass vorhersehbare Ausfälle des Autos, wie Startprobleme oder Pannen während der Fahrt unter kalten Temperaturen und Schneesturm, vermieden werden. Außerdem steigern wir so die aktive Sicherheit unseres Fahrzeuges unter anderem in Bezug auf die Straßenlage, die Aktivität der Bremsen und die optimale Sicherheit des Fahrzeuges gegenüber anderen Verkehrsteilnehmern.

Durch den Check in der Werkstatt können auch häufig kostenintensive Folgeschäden vermieden werden.

Was wir selbst beachten können:

➔ Wischwasser / Scheibenklar: Frostschutzmittel prüfen und ggf. Auffüllen
➔ *Kühlwasser:* Gefriertemperatur prüfen und ggf. Konzentrat nachfüllen
➔ *Beleuchtung:* Funktion und korrekte Ausrichtung (Lichttest) prüfen, ggf. defekte Lampen ersetzen
➔ *Motoröl:* Füllstand prüfen und ggf. Nachfüllen
➔ *Bremsflüssigkeit:* Füllstand prüfen und ggf. Nachfüllen
➔ Winterreifen: Reifen hinsichtlich Tragbild, Profiltiefe und Druck prüfen
➔ *Frontscheibe:* Scheibe hinsichtlich Kratzern, Rissen und Steinschlägen überprüfen
➔ *Scheibenwischer:* Zustand überprüfen, ggf. Wischerblätter ersetzen

SW I marcus®

ASL Inh. Enrico Graetz KfZ-Meister
AUTO-SERVICE LEUTENBERG
Am Flauer 19 · 07338 Leutenberg
Telefon: 03 67 34 - 23 75 75
Telefax: 03 67 34 - 23 75 74
Mobil: 0179 - 440 51 39
E-Mail: info@auto-service-leutenberg.de
Internet: auto-service-leutenberg.de

Jetzt Wintercheck machen!
TÜV AU
Kfz-Service WICKLEIN
Meisterwerkstatt
Rudolstädter Straße 129 - 98744 Schwarzatal
E-Mail: info@kfz-service-wicklein.de | Tel.: 036705/62142

Wir suchen für unsere stationäre Pflegeeinrichtung im Raum Rudolstadt ab sofort:
• Pflegefachkräfte (m/w/d)
Wir bieten:
• Voll- /Teilzeit möglich
• Vollzeit
4.000 € monatl. incl. der Zulagen
Bewerbungen bitte per E-Mail an: bewerbung@sozialwerk.de

Gute-Laune-Herbst

Wie wir fit durch den Herbst kommen

Langsam bringen schmuddelige, nasse und kürzere Tage unseren Gemütszustand so manches mal aus der Bahn, doch das muss nicht sein!
Wenn der Herbst vor der Tür steht, ist es manchmal unumgänglich, seinen Alltag etwas umzustellen, um gut gelaunt und vor allem gesund durch die kältere Jahreszeit zu kommen.

Da wir in dieser Zeit seltener im Freien anzutreffen sind, ist unser Stimmungsbarometer oft durch den Mangel an Vitamin D stark schwankend und bringt an so manchen Tagen echt miese Laune mit. Doch der Herbst hat auch viele Vorteile, denen wir positiv entgegenblicken können. So ist es beispielsweise endlich Zeit für kuschelig warme Kleidung, gemütliche Abende mit der Familie oder Zeit für Saisonales in der Küche. Gestalten wir uns unseren Gute-Laune-Herbst mit wertvollen Dingen, die Natur und Umfeld uns bieten.

Gesunde Ernährung ist wichtig für uns und gerade in der kalten Jahreszeit lassen sich mit den saisonalen Obst- und Gemüsesorten wundervolle Dinge in der kuschlig warmen Küche kreieren. Empfehlenswert sind natürlich, Lebensmittel zu kaufen, die in der aktuellen Zeit geerntet werden. Hier kommen Kürbis, Grünkohl, Kohlrabi, Brokkoli, Kartoffeln und Steckrüben auf den Speiseplan, die zugleich zuverlässige Vitamin-C-Lieferanten sind. Aber auch vitaminreiches Obst wie Weintrauben, Birnen, Bananen und Äpfeln können mit klassischem Herbstgemüse gekocht werden. Die gesunde Ernährung im Herbst fördert nicht nur unsere Gesundheit, sondern sorgt auch für allgemeines Wohlbefinden.

Um außerdem nicht in ein Loch der Antriebslosigkeit zu fallen, ist es zudem sehr wichtig, auf ausreichend Flüssigkeit zu achten. Gerade jetzt sind Ingwer- und Kräutertee eine wertvolle Stütze für unser Immunsystem. Verbringen wir zudem auch bei Schmuddel-Wetter Zeit in der Natur, stärkt das langfristig gesehen unsere Abwehr und bringt auch noch den Kreislauf in Schwung. Ausgiebige Spaziergänge im Wald spenden wertvolles Vitamin D und heben die Stimmung. Bewegung an der frischen Luft tut der Gesundheit gut. Auch Ausdauersportarten wie Joggen oder Radfahren sind jetzt fantastische Alternativen und halten uns im Herbst fit. Alles nur eine Frage der „richtigen" Kleidung!

Positiv beeinflussen lässt sich auch die Luft in unseren vier Wänden. Gerade wenn an kalten Tagen die Heizung 24/7 auf Hochtouren läuft, wird oft vergessen, wie wichtig frische Sauerstoffzufuhr ist, damit wir gesund bleiben. Künstlich erzeugte Wärme schafft einen guten Nährboden für Viren und Bakterien. Empfehlenswert ist es, am Morgen und am Abend der Heizung mal eine Pause zu gönnen und richtig durchzulüften. Wer nicht unbedingt zur „Frier-Katze" neigt, kann auch weitgehend auf das Heizen verzichten und stattdessen Kuschelsocken, Wollpulli und Co. als Wärmespender nutzen und viel warmen Tee trinken.

Zugegeben, es ist im Herbst nicht immer einfach, positiv zu denken und dennoch bringt es nichts, sich schlecht gelaunt unter der Kuscheldecke zu verkrümeln und auf den nächsten Sommer zu warten! Wir fördern unsere Gesundheit, wenn wir unsere Eigenmotivation steigern und uns mit den schönen Dingen, die der Herbst uns bietet beschäftigen.

SW I marcus®

„Komm raus aus deiner Komfortzone!

dennis rodriguez
PERSONAL COACH

Deine Coaching-Anfrage an:
*gern auch per WhatsApp

Tel. 0160 90 23 81 85* oder
hallo@dennis-rodriguez.de
Ich freue mich auf dich!

Dennis Rodriguez | Halbe Gasse 15 | 07318 Saalfeld/Saale
www.dennis-rodriguez.de

HEALTH CHANGER GESUCHT!

MIT DEM 50-TAGE-PROGRAMM VON INJOY IN EINE GESUNDE UND FITTE ZUKUNFT.

Arthrose, Bluthochdruck, Übergewicht, Schmerzen und Verspannungen, ein schwaches Immunsystem, Sarkopenie (Muskelschwund), Osteoporose und hohe Cholesterinwerte. Früher oder später leidet der Großteil der deutschen Bevölkerung an mindestens einer dieser Erkrankungen. Die Ursache für die Entwicklung dieser Krankheiten liegt entgegen der Vermutung jedoch meist nicht am fortschreitenden Alter. Stattdessen gelten ein jahrelanger ungesunder Lebensstil, Stress, Bewegungsmangel und eine falsche Ernährung als Hauptursachen für diese Krankheiten. Zum Glück lassen sich diese Faktoren mit ein paar Änderungen und Anpassungen schnell enorm verbessern!

Aus diesem Grund hat INJOY das 50-tägige Health-Changer-Programm auf die Beine gestellt, bei dem alle Teilnehmer ihre Gesundheit maßgeblich verbessern und mit einem Lebensstil-Wandel ihren Alltag endlich wieder genießen können!

Zu Beginn des Programms erfolgt zunächst ein ausführlicher Fitness- und Gesundheits-Check, um individuelle Stärken und Schwächen sowie das eigene Gesundheits- und Fitnesslevel herauszufinden. Basierend auf diesem Check erhält jeder Teilnehmer einen individuellen Trainingsplan für die gesamten 50 Tage und wird von einem Trainer persönlich in das Programm eingewiesen. Das Erfolgsrezept des 50-Tage-Programms? Ein hocheffektiver Mix aus Training nach neusten wissenschaftlichen Erkenntnissen, kompetenter und individueller Betreuung durch erfahrene Coaches sowie wertvolle Tipps für Ernährung und Motivation! Zum Abschluss erfolgt ein erneuter Check, um die Fortschritte festzustellen und weitere mögliche Ziele zu definieren.

Stefan (kurz „Steff") hat das 50-Tage-Programm bereits erfolgreich absolviert. *„Nach jahrelangen Einschränkungen im Alltag und beim Sport durch mein Übergewicht und mein künstliches Knie ist es mir dank INJOY endlich gelungen, meine Gesundheit wieder auf Vordermann zu bringen. Und das sogar noch mit einer Menge Spaß!"*, sagt der 51-Jährige. Seine persönliche Story und weitere Informationen zum Programm sind auf der offiziellen Seite **www.health-changer.com** zu finden.

Dr. med. Kurt Mosetter, wissenschaftlicher Beirat INJOY, beglückwünscht den „Health Changer" Stefan Schimmel.

Werden Sie auch zum Health Changer! Sie können sich ab sofort bei uns im INJOY Rudolstadt für das Programm „Health Changer" anmelden.

Nutzen Sie Ihre Chance und beginnen Sie noch heute mit Ihrem individuellen 50-Tage-Programm – für nur 79 € statt 129 € bei Anmeldung bis 30.11.2022.

DEUTSCHES INSTITUT FÜR SERVICE-QUALITÄT GmbH & Co. KG
1. PLATZ
INJOY
Testsieger
Fitness-Studios
Service und Angebot
TEST Jan. 2022
10 überregionale
Fitness-Studio-Anbieter
Testsieger seit 2010
www.disq.de
Privatwirtschaftliches Institut
ntv

INJOY Rudolstadt
Hugo-Trinckler-Straße 9 | 07407 Rudolstadt | hwww.injoy-rudolstadt.de
Jetzt Angebot sichern: 03672 422832

wqm® WISSENSCHAFTLICH QUALIFIZIERTES MUSKELTRAINING

Fühl Dich NEU
INJOY INTERNATIONAL SPORTS- & WELLNESSCLUBS

Mit einem guten Buch …

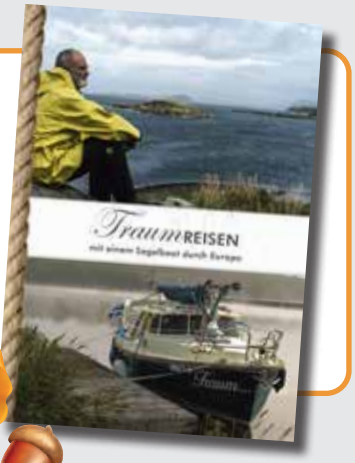
… durch lange Herbst- & Winterabende

Mit einer Decke auf die Couch gekuschelt, bei manchen prasselt der Kamin, bei anderen tönt leise Musik, ein Heißgetränk vor sich und dann ein spannendes Buch aufgeschlagen: So lassen sich ein grauer Novembernachmittag oder lange dunkle Abendstunden in Wohlfühlmomente verwandeln. Mit den Büchern aus dem MARCUS Verlag wird es Ihnen bestimmt nicht langweilig – sei es beim selber lesen oder Vorlesen (dann kommt ja vielleicht noch der Kuschelfaktor dazu …). Weihnachten steht übrigens praktisch auch schon vor der Tür – vielleicht ist eines unserer Bücher ja eine schöne Geschenkidee für einen Ihrer Lieben? Bequem zu bestellen über www.marcus-verlag.de, info@marcus-verlag.de oder über Tel. 03671/4571-0

Traumreisen – mit einem Segelboot durch Europa

JOCHEN BRÜMMER

Von Thüringen aus aufs Meer! Geht das überhaupt? Jochen Brümmer, Jahrgang 1943, beweist es mit seiner Frau Annemarie seit über 40 Jahren. Zuerst im aktiven Regattasport, danach – die Grenzöffnung machte es möglich – ließ er einige lang ersehnte Träume wahr werden. Humoristisch schildert er Touren kreuz und quer durch Europa, erinnert an vergangene Zeiten, frischt Vergessenes wieder auf. Bis zum Schwarzen Meer, über Ost- und Nordsee führen ihn die Segeltouren mit seiner kleinen Haber-Yacht „Traum".



9,95 €
ISBN: 978-3943259452

Ein B-Turm stand in der Nacht … meine Armeemärchen und andere Grenzerfahrungen

FRITZ MÜNZE

Fritz Münzes Märchen: Der Ur-Bad-Blankenburger macht sein Leben zu Erzählungen und zwar in Märchenmanier. Dabei geht es um „Grenzerfahrungen" seiner Zeit bei der NVA, aber auch im Bad Blankenburger Handball, um humorvolle erotische Abenteuer bis hin zu Grenz-Wahrnehmungen durch Feuerläufe und Atemtherapie.

20,80 €
ISBN 978-3-00-057069

Die Welt ist ein Buch

SARAH LIEGMANN, LARS WEITZDÖRFER, JULIA HAMMERSCHMIDT UND LISA BARTHELS

Nach der Schule – ab ins Ausland! 4 Jugendliche – 4 Kontinente – 4 ganz unterschiedliche Auslandserfahrungen.: Au pair in New York, Englischlehrerin in Nepal, Work and Traveller in Kanada oder freiwilliger Helfer in Kamerun. Wann bewahrheitet sich das Sprichwort „Andere Länder, andere Sitten" – und wann nicht? Wie verbringen nepalesische Kinder ihre Schultage? Wie hart ist die Arbeit auf einer kanadischen Farm? Und wie ernst meinen die Kameruner die Frage „Wie geht es dir?

9,95 €
ISBN: 978-3943259001

Ein Schwanz, ein Huf, zwei Hörnchen

ANNE GALLINAT

Die kleine Emma lebt bei ihrer Mutti und da sie keinen Papa hat, wünscht sie sich ein Haustier. Dafür, so sagt die Mutti, ist die Wohnung aber zu klein. Da Emmas Wunsch immer größer wird, ist es sehr praktisch, dass es Hans Hasenbein und seine Tierhandlung gibt. Emma macht einen heimlichen Ausflug dorthin und Herr Hasenbein hat tatsächlich etwas für sie …

16,80 €
ISBN: 978-3-943259-04-9

Hygge-Zeit ist Wohlfühlzeit

Dänische Lebensphilosophie für einen hyggeliges und glückliches sein im Herbst

Der Herbst steht vor der Tür und zunehmend wird es wieder kühler. Die perfekte Hygge-Zeit mit viel Platz für erfüllende Momente. Die Zeit für innere Ausgeglichenheit und spürbare Energie ist genau jetzt. Halten wir die Augenblicke voller Leben und Glück einfach fest und gönnen wir uns jeden erdenklichen Moment der uns guttut.

Hygge ist alles was gemütlich, angenehm ist oder guttut und beschreibt in diesem Zusammenhang ein Glücksgefühl das durch kleine Dinge und schöne Momente hervorgerufen wird. Kein Wunder, dass die Dänen zu den glücklichsten Menschen der Welt zählen. Der dänische Hygge-Lifestyle hat seinen Ursprung im skandinavischen Land und ist auch bei uns in Deutschland sehr beliebt. Das hyggelige Lebensgefühl ist mehr als Achtsamkeit und Entschleunigung. Viel mehr steht es für das bewusste Erleben von Entspannung, Geborgenheit sowie Gemütlichkeit und lässt sich auf viele Lebensbereiche, von Wohnen über Essen bis hin zu Familie und Wellness übertragen.

Das Hygge-Wohlfühlglück

Was gibt es schöneres, als es sich an einem stürmischen Herbstabend mal so richtig gemütlich zu machen. Die langen dunklen Abende sind doch perfekt zum Einkuscheln und Wohlfühlen. Dick eingemummelt in die Lieblingskuscheldecke, Kerzenschein, Buch und Schoki mit Sahne. Gemütlichkeitsfaktor an und rein ins Hygge-Wohlgefühl …

Heiße Getränke schenken Dir innerliche Wärme und wenn dicke Regentropfen ans Fenster trommeln, so ist es doch mit der geliebten Schoki, Tee oder golden Milk eine Wonne, nach draußen zu schauen und einfach zu genießen.

Auch Kerzen und wohltuende ätherische Öle sind Pflichtprogramm für einen gelungenen Hygge-Abend. Kerzenschein ist eine Wohltat für die Seele, wärmende ätherische Duftöle, wie beispielsweise Lavendel, Salbei, Orange oder Kiefernnadel oder persönliche Lieblinge, die in der Nase ein wohliges Gefühl auslösen, sind ebenfalls herzlich willkommen und fördern den Gemütlichkeitsfaktor.

Natürliche Farben in angesagten Tönen wie Creme, Beige und Braun schaffen eine besonders wohltuende Atmosphäre und steigern das Wohlbefinden. Und auch natürliche Materialien wie Herbst- oder Trockenblumen, Kürbisse, Holzscheite für den Kamin, Moos und Makramee eignen sich hervorragend, um ein kleines Stück Natur in die huscheligen 4 Wände zu holen. Die Natur ist seit Menschengedenken etwas, was uns zur Ruhe kommen lässt und alles, was uns hyggelig guttut, ist erlaubt.

Hyggelig Saunieren gegen Herbstblues

Kennen Sie den Herbstblues? Niedergeschlagen, müde und antriebslos? Das Stimmungstief ist zu dieser Jahreszeit nicht ungewöhnlich. Durch die kürzeren Tage und den entstehenden Lichtmangel wird das Glückshormon Serotonin weniger produziert. Serotonin wirkt im Körper antriebssteigernd und stimmungsaufhellend.
Aber auch die Botenstoffe Dopamin und Noradrenalin sind in ihrer Produktion zurückgefahren. Die Wirkung? Wir fühlen uns müde und niedergeschlagen. Gönnen wir uns also ganz nach Hygge-Lifstyle ein paar Streicheleinheiten und schenken unserem seelischen Wohlbefinden wieder neue Kraft.

Überall auf der Welt finden sich Ausprägungen in der Sauna-Kultur, die einen starken Anklang im Zeichen von Wellness und Erholung in unserem manchmal hitzigen Alltag finden. Das Saunieren im Herbst wirkt gegen den ungeliebten Herbst-Blues und hilft uns, wieder Kraft zu schöpfen. Das regelmäßige Schwitzen in den Schwitzstübchen stärkt zudem das Immunsystem. Stimmungsaufhellend wirkt das Saunieren in der sogenannten Farblicht-Sauna. Wählen wir in diesem Zusammenhang beispielsweise eine Sauna mit gelbem Licht, wirken schon 15 Minuten in der wohligen Wärme aufhellend auf unsere Stimmung.
Also, Zurücklehnen und die hyggelig-wohlige Wärme genießen … eine Wohltat für die Seele im Herbst.

SW I marcus®

Lotus Licht MEDITATION

21.10. Herzöffnung mit Yin, Klang & Kakao Ritual mit Andrea | 19.30 - 20.30 Uhr
22.10. Mala & Edelstein-armbänder knüpfen mit Andrea | 14.00 - 17.00 Uhr
28.10. Aktive Meditation mit Vanessa | 19.00 - 20.15 Uhr
01.11. Ernährung kommt von Nähren – Winter Workshop (ONLINE) mit Nadine | 20.00 - 21.00 Uhr
11.11. Unternehmertreff mit Andrea | 09.00 - 11.00 Uhr
11.11. Schamanischer Abend mit Kakaoritual, mit Lena | 20.00 - 22.00 Uhr

+ 0152 25854523
info@lotuslicht.de
www.lotuslicht.de
Mittlerer Watzenbach 12, SLF

Wohlfühltag im Hotel Bohlenblick

Candle-Light-Dinner:
4-Gang-Menü, p. P. 39,- €

Entspannung in der Sauna
– nur zu zweit – incl.: Obst & Getränke
p. P. 38,- €, (Massagen nach Absprache)

Übernachtung im Themenzimmer
inkl. Frühstücks-buffet, pro Person: 49,- €

• täglich durchgehend warme Küche & Lieferservice
• direkt am Saaleradweg
• ein idealer Ort für Feierlichkeiten

Mo - Sa: 12-21.30 Uhr
So: 11.30 - 20 Uhr
Hotel Bohlenblick
Geschwister-Scholl-Str. 7 | Saalfeld | ☎ 03671 670267 | www.bohlenblick.de

PHYSIOTHERAPIE
JANETTE RICHTER

gelenkspiel

- Manuelle Lymphdrainage
- Kiefergelenktherapie
- Manuelle Therapie
- Krankengymnastik nach Bobath (KG-ZNS) u.v.m.

Sonneberger Str. 1 | 07318 Saalfeld
Tel. 03671 62 97 860 | www.gelenkspiel.de

Der Mensch im Mittelpunkt

Welttag der Ergotherapie zeigt Vielfalt der Hilfestellungen

Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten leisten das ganze Jahr über Dienst am Menschen. Am 27. Oktober ist ihr Tag: Dann bietet international der Welttag der Ergotherapie Aufklärung zu der noch immer häufig gestellten Frage, was Ergotherapie überhaupt ist. Antwort: Vor allem menschlich – bei allen verschiedenen Facetten des Berufsbildes.

Der gemeinsame Nenner, welcher die Anwendungen der Ergotherapie miteinander vereint, lautet: Ergotherapie will Menschen befähigen, (wieder) eigenständig ihren Alltag zu meistern. Dafür begleiten Ergotherapeuten Menschen jeden Alters, die durch Krankheit, Behinderung oder Alter Schwierigkeiten bei alltäglichen Aufgaben haben. Mit ihren Methoden wollen sie die Selbständigkeit der betroffenen Menschen erhöhen, sodass sie ihren Alltag in Beruf, Schule und Familie so unabhängig wie möglich bewältigen können.

Die Krankheitsbilder, bei denen Ergotherapie zum Einsatz kommt, sind dementsprechend äußerst divers. Die meisten Menschen verbinden Ergotherapie zum Beispiel mit Schlaganfall, weil die Spezialisten nach einem solchen motorische und geistige Fähigkeiten wieder verbessern können. Viele Eltern kennen Ergotherapie auch im Kontext von Konzentrationsschwierigkeiten von Kindern oder zum Training motorischer Fähigkeiten, die in der Schule wichtig sind. Mit diesen beiden Beispielen wird schon belegt, dass Ergotherapie prinzipiell für alle Altersklassen zur Anwendung kommt. Ergotherapie ist aber noch in vielen weiteren Fällen wirksam. Zum Beispiel bei Rheuma-Erkrankungen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Einschränkungen des Bewegungsapparates bis hin zu Sehstörungen. Wenn ein Patient z. B. eines seiner Gliedmaßen nicht mehr benutzen kann oder verloren hat, übt der Ergotherapeut mit ihm die Aktivitäten des Alltags unterstützt von Hilfsmitteln und Prothesen zu meistern und ungünstigen Entwicklungen wie Überbelastung anderer Körperteile vorzubeugen. Ergotherapie kümmert sich aber nicht nur um körperliche Einschränkungen, sondern auch um den Geist. Mit Demenzerkrankten arbeiten Ergotherapeuten daran, die vorhandenen Fähigkeiten so lange wie möglich zu erhalten, das Nachlassen des Gedächtnisses herauszuzögern und Strategien zu erarbeiten, wie man damit umgeht, wenn es so weit ist. Dazu gehört oft auch eine Anpassung der Umgebung zu Hause. Auch im Bereich der psychischen Erkrankungen sind Ergotherapeuten tätig, etwa über Wahrnehmungsübungen bis hin zur Strukturierung des Alltags. Ergotherapeuten leisten darüber auch einen wichtigen Beitrag, Erkrankte wieder ins Berufsleben zu integrieren. Da die Bandbreite so groß ist, kommen je nach Krankheitsbild ganz unterschiedliche Therapien und Hilfsmittel zum Einsatz. Bei aller Vielfalt der Behandlung ist aber die aktive Rolle des Patienten immer vonnöten.

Selbst in der Palliativmedizin kommen Ergotherapeuten zum Einsatz. Das Ziel der Begleitung unheilbar kranker Menschen ist dabei immer, ihnen Lebensqualität zu schenken – etwa, indem Tätigkeiten identifiziert werden, die dem Menschen am Herzen liegen, und diesen, womöglich abgewandelt, nachgegangen wird. In dieser Weise kommen Ergotherapeuten sogar in die Rolle, letzte Wünsche zu erfüllen.

Auch aktuellen und brennenden Themen verschließt sich die Ergotherapie nicht, darauf verweist der Deutsche Verband Ergotherapie. Auf seinem letzten Kongress behandelte er als beeindruckende Beispiele dafür unter anderem Therapie von Long-Covid-Patienten, Engagement für Klimaschutz sowie für traumatisierte Flüchtlinge aus Kriegsregionen.

SB | marcus®

Profitieren Sie von 28 Jahren Erfahrung

Unsere medizinischen Fachbereiche:

- ✓ Neurologie
- ✓ Pädiatrie
- ✓ Chirurgie/Orthopädie
- ✓ Handtherapie
- ✓ Psychiatrie/Psychosomatik
- ✓ Onkologie
- ✓ Rheumatologie

Für Ihr Wohlbefinden bieten wir Ihnen zusätzlich verschiedene Gesundheitsleistungen und Sportkurse an.

Mehr Infos auf www.ergotherapie-saalfeld.de

Zentrum für Ergotherapie
Jeannette Rabold
Reinhardtstraße 58 • Saalfeld • Tel.: 03671 / 516888

Handtherapie
Chirurgie
Orthopädie
Schmerztherapie
Pädiatrie
Neurologie
Geriatrie
Psychiatrie

Pößneck / Kaulsdorf
GEMEINSCHAFTSPRAXIS FÜR ERGOTHERAPIE
Melanie Matthäs & Nancy Pietsch
www.ergotherapie-poessneck.de

KAULSDORF
Am Sportplatz 3
07338 Kaulsdorf
Telefon: 036733 139393
kontakt@ergotherapie-kaulsdorf.de

PÖSSNECK
Bahnhofsstraße 7
07381 Pößneck
Telefon: 03647 4596266
kontakt@ergotherapie-poessneck.de

www.ergotherapie-poessneck.de

PRAXIS für ERGOTHERAPIE Susanne Voigt

- ergotherapeutische Behandlung von Kindern und Erwachsenen
- Bio-/Neurofeedback
- Handtherapie
- Hausbesuche
- Linkshänderberatung

www.ergotherapie-voigt.de

Markt 19 | 07426 Königsee | Tel. 036738/65 49 0
Straße der Deutschen Einheit 1e | Bad Blankenburg | Tel. 036741/570555
Mobil: 0171/6565203 | E-Mail: praxis@ergotherapie-koenigsee.de

Hand in Hand

Kinder-Gruselspaß & Hexenwerk

Die Geschichte von Jack O'Lantern – eine Geschichte zu Halloween

Am 31. Oktober ist wieder Gruselzeit. Inzwischen ist der Kult um den Kürbis ein festes Highlight im Jahreskalender.

Die Kleinen ziehen um die Häuser, um Süßes zu sammeln, aber auch wir Erwachsenen werden auf einmal wieder zu Hexen, Vampiren oder Mumien. Eine gute Hexenmischung aus Spiel, Spaß und Grusel für die ganze Familie findet sich auch in unserer Region.

Apropos Grusel ...

… kennt ihr Jack O´Lantern, die aus einem Kürbis geschnitzte Laterne mit Fratze?

Der Kürbis, den wir als Symbolfigur mit Halloween verbinden, ist im Englischen „Jack O´Lantern" was übersetzt „Jack mit seiner Laterne" heißt.
Der Begriff geht auf eine alte irische Legende zurück.

Die Legende von Jack O´Lantern

An einem grauen Tag im Oktober traf der Gauner Jack O´Lantern den Teufel, der seine Seele haben wollte.

Um den Teufel zu täuschen, überlegte sich Jack einen Trick. Er bat um einen Apfel als letzte Henkersmahlzeit, welchen ihm der Teufel persönlich von einem Apfelbaum pflücken sollte.

Der Teufel erfüllte Jack seinen letzten Wunsch und kletterte auf einen Apfelbaum, um den Apfel zu pflücken. In dieser Zeit zog Jack ein Messer und ritzte ein Kreuz in die Rinde des Baumstammes.

Der Teufel war auf dem Baum gefangen, denn er fürchtete sich vor dem Kreuz.

Also handelte er mit Jack einen Pakt aus.

So geschah es, dass der Teufel Jacks Seele bis auf alle Ewigkeiten in Ruhe ließ.

Als Jack später starb, stand er vor den Himmelstoren, wo man ihn aber nicht aufnehmen wollte, denn er hatte in seinem Leben nicht viel Gutes getan.

Da er aber auch mit dem Teufel eine Abmachung hatte, dass dieser für immer seine Seele in Ruhe ließ, schickte man ihn in ein Land zwischen Himmel und Hölle.

Das Niemandsland

Dort war es finster und kalt. Deshalb gab man ihm aus der Hölle ein glühendes Stück Kohle mit.

Diese steckte Jack in einen ausgehöhlten Kürbis, den er sich als Wegzehrung mitgenommen hatte. Seitdem streift Jack mit seiner Kürbislaterne über die dunklen Pfade des Niemandslandes!

SW I marcus®

Dach-Check

Jetzt schon an morgen denken

Die kalten Monate sind für so manches Dach ein echter Härtetest. Stürmische Winde oder plötzlicher Wintereinbruch mit nassem Schnee können die Dichte und Festigkeit unseres Dachs beeinflussen, deshalb ist es gut, wenn wir jetzt im Frühherbst unser Dach mal checken lassen.

Erfahrungsgemäß kann man ab Anfang November schon mal mit einem Wintereinbruch rechnen. Deshalb ist es empfehlenswert, das Dach und seine Bestandteile rechtzeitig vor dem ersten Kälteeinbruch einer Inspektion zu unterziehen. Wichtig vor allem dabei ist, die gründliche Prüfung des Dachs inklusive Dämmung und Dachstuhl. Risikobereiche für eintretende Nässe wie An- und Abschlüsse von Lüftung, Fenster und Kaminen sollten sorgfältig kontrolliert werden. Denn auch kleinere Schäden können teure Folgen haben.

Die Prüfung des Daches vor dem Winter sollten wir einem Fachmann, also einem Dachdecker überlassen. Denn diese wissen genau, welche Komponenten des Daches kontrolliert werden müssen. Der Dachdecker prüft, ob gegebenenfalls einzelne Dachpfannen locker oder beschädigt sind. Da lose Eindeckungsteile, durch Wind-, Schnee- oder Eiseinwirkung herunterfallen und erhebliche Schäden anrichten können. Zudem wird das Dach auf undichte Stellen untersucht. Denn Feuchtigkeit im Dach, auch wenn diese nur durch geringfügige Stellen eindringt, gefährdet die Dämmung und das Mauerwerk und das ist dann nur mit viel Aufwand in den Griff zu bekommen und zu beseitigen. Auch wird geprüft, ob die Dachrinne frei und nicht etwa durch Herbstlaub und Moos blockiert ist. Denn, läuft eine Dachrinne über, hinterlässt das meist unschöne Streifen an der Fassade und auch die Bildung von Eiszapfen hat leichtes Spiel.
Auch für die allgemeine Verkehrssicherheit ist der Dachdecker für Hausbesitzer eine wertvolle Investition, denn die Verkehrsordnung gibt vor, das vom Eigenheim oder der Immobilie keine Gefahr für Dritte ausgehen darf. Auf „Nummer sicher" geht man am besten mit einer jährlichen Inspektion durch den Dachdecker des Vertrauens.
Wie bei so vielen Dingen im Leben ist die Langlebigkeit des Daches abhängig von einer guten Pflege, denn es lohnt sich, einen guten Zustand des Daches aufrechtzuerhalten.
Im Groben kann man sagen, das Dächer dankbare Bauelemente mit geringfügigem Pflegebedarf sind. Dennoch ist es wichtig, Deckung und Dämmung ab und an durch einen Fachmann prüfen zu lassen. Noch dazu können wir darauf achten, dass die Dachfenster in Schuss bleiben und für ungehinderte Entwässerung sorgen.

Muss ich mein Dach nach einem Unwetter prüfen?

Wer sich unsicher ist sollte nach einem schweren Unwetter sein Dach auf lose bzw. möglicherweise durch „Taubenei-Hagelschlag" angebrochene Ziegel untersuchen lassen. Auf mögliche Lecks im Dach weisen zusätzliche Pfützen auf dem Dachboden und Verfärbungen an den Wänden hin.

Muss ich bei Moos die Ziegel tauschen?

Grüner oder auch bräunlicher Belag auf dem Dach sind meist unbedenklich und kein Grund dafür, dass eine zeitnahe Verrottung des Dachmaterials im Gange ist. Die „Begrünung" der Dächer beispielsweise durch Moose ist ein klimafreundliches umweltgeschuldetes Szenario. Denn, früher häufig fallender saurer Regen bedingte, dass das Wachstum von Algen und Moos begrenzt wurde, deshalb fällt es uns heute eben umso mehr auf, wenn sich der natürliche Dachbewuchs ausbreitet. Wen der Bio-Befall stört – jeder Dachdecker weiß, wie man ihn schnell vom Dach bekommt.

Dach selbst reparieren? Ja oder Nein?

Ganz klar … nein! Natürlich ist das jedem selbst überlassen. Aber auch wenn wir handwerklich mit guter Kenntnis und Geschick ausgestattet sind, heißt das noch lange nicht, dass wir so eben mal alles von selbst lösen können. Natürlich finden sich im Internet zahlreiche, nahezu perfekte Anleitungen für das Do it yourself-Projekt und auch im Baumarkt finden sich Alternativen. Doch das lässt sich mit einem simplen Sachverhalt klären: Wie hoch ist Ihr Haus? Das ist die mögliche Fallstrecke!

Der Profi nutzt zum Betreten, zum Beispiel eines Schrägdachs, eine Sicherheitsausrüstung und

MITARBEITER GESUCHT!
SCHEIDIG DACH
Dachdeckermeisterbetrieb
Geschäftsführer: Jan Freitag - Dachdeckermeister
Jan Freitag Geschäftsführer
Am Eichelteich 5
D-07318 Saalfeld
Tel. 03671 2924
Fax 03671 520429
info@dachdecker-scheidig.de
www.dachdecker-scheidig.de

www.jakusa-dach.de
Schieferdächer
Flachdachbau
Ziegeldächer
Spenglerei
Fassaden
Holzbau
Solar-anlagen
JAKUSA BEDACHUNGEN GmbH
Langenschader Straße 71 • 07318 Saalfeld
Tel. 03671 643228 • info@jakusa-dach.de

Schuhe mit besonders gripstarken Spezialsohlen … haben Sie die? Dachdecker verfügen außerdem über ein gutes Maß an Routine, denn auch das einfache Reinigen einer Dachrinne, bedarf manchmal größter Vorsicht.

Zu viel Schnee auf dem Dach!

In manchen Regionen kam es in den vergangenen Jahren immer mal wieder zu katastrophenähnlichen Zuständen in Folge extremer Wintereinbrüche. Die Last auf Dächer und Dachfenster war teilweise einfach viel zu Hoch. Wenn durch solch hohe Beanspruchung Schäden entstehen, greift nicht immer sofort die Gebäudeversicherung, wie viele vermuten. In diesem Fall ist es wertvoll, eine zusätzliche Elementarschadenversicherung abgeschlossen zu haben. Denn diese schützt vor den Folgen solcher Naturgewalten.

SW I marcus®

Zimmerei Kutt GmbH
● Dachkonstruktionen ● Fachwerk
● Dacheindeckungen ● Abriss- u. Maurerarbeiten
● Baurekonstruktion
Grenzweg 12 - 07381 Pößneck
Tel.: 03647 / 45 95 67 Fax: 03647 / 45 88 08
www.zimmerei-kutt.de Mobil: 0171 / 62 42 990 E-Mail: Zimmerei-Uwe-Kutt@gmx.de

LADIES NIGHT am 19.11.2022 im K*Star Saalfeld

Haben Sie Lust auf einen heißen Abend? Manchmal müssen es einfach schöne Männer sein! Nach 2019 ist es dem MARCUS Verlag gelungen, ein weiteres Mal die angesagtesten Stripper Berlins zu buchen! Ihr Name: Die Juicy Boys!

Ihr Versprechen: Eine Ladies Night der Extraklasse! Natürlich werden die Besucherinnen mit einbezogen und in den Pausen und nach der Show dürfen sie auf der Tanzfläche selbst ihre Hüften kreisen lassen. Dazu legt DJ Sinus aus Erfurt auf.

Einlass: 20.00 Uhr Vorverkauf: 49 € | Abendkasse: 59 € Tickets unter: www.marcus-verlag.de | 03671/4571-0

„Alte Nähmaschine“ Saalfeld

Ein Gewerbe- und Wohnkomplex mit Geschichte

Unweit der Eisenbahnlinie und der Umgehungsstraße, in unmittelbarer Nähe zu weiteren historischen Industrieanlagen wie der „Alten Waschmaschine“ oder der Samag (früher WEMA), ragt die „Alte Nähmaschine“ als imposanter Komplex zwischen Autohäusern und Wohnhäusern hervor. Hier, in der Kulmstraße 33, 33a und 33b, ist in guter Nachbarschaft ein interessanter Firmen- und Dienstleistungsmix angesiedelt.

Neben dem „Saalfelder Auktionshaus Alte Nähmaschine“ ist das Bildungswerk der Thüringer Wirtschaft e.V. ältester Mieter, seit 2012 in den Gebäudekomplex wieder Leben eingezogen ist, dicht gefolgt vom MARCUS Verlag (und seit einigen Jahren der zum Verlag gehörigen FEUERZEICHEN – Agentur für Design und Kommunikation). Schon lange ansässig ist außerdem die WBS Training GmbH, die Weiterbildungen bis hin zu Umschulungen in verschiedensten Bereichen im virtuellen Klassenzimmer anbietet. DIAS Infrared System als Fertiger von Infrarot-Messtechnik und -Systemlösungen hat sich hier genauso angesiedelt wie die Steuerberaterin Marion Gill, die Physiotherapie-Praxis von Markus Wirsing und die Software-Firma Sycorax, die sich auf das Gesundheitswesen spezialisiert hat. Als neuester Mieter ist die Firma pro electric\ing.-gmbh zu nennen. Sie ist in dem Bereich der Ingenieursdienstleistungen für elektrotechnische Gebäudetechnik tätig. Ein Schwerpunkt ist hier die Planung von Photovoltaik-Anlagen und optimale Energienutzung. Die Kulmstr. 33b ist zudem Firmensitz für die Fugen Company als Baudienstleister sowie der hiesigen Zweigstelle der Serval Gebäudemanagement und Industrietechnik GmbH. Wer auf den Hof fährt, begegnet übrigens nicht selten Rettungswagen des Deutschen Roten Kreuzes, denn auf dem Gelände haben auch die DRK-Rettungswache und die Räumlichkeiten und Fahrzeuge des DRK-Katastrophenschutzes ihr Zuhause gefunden. Weitere Einrichtungen und Firmen nutzen die großzügigen Lagermöglichkeiten. Zudem gehört ein Wohnhaus zum Komplex der „Alten Nähmaschine“.

Warum trägt dieser eigentlich seinen Namen? Tatsächlich steckt hinter der „Alten Nähmaschine“ viel interessante Stadtgeschichte. Die Nähmaschinenproduktion als wichtiger Saalfelder Wirtschaftszweig ist eng mit den Namen der Brüder Richard und Adolf Knoch verbunden. Während Adolf Knoch 1860 eine erste Werkstatt für die Produktion von Nähmaschinen in der Oberen Straße gründete (die dann an den Markt – Könitzsches Haus – und ans Obere Tor – heute Knochstraße – umzog), legte Richard Knoch 1863 nach. Seine erste Nähmaschinenproduktion war an der Viehtreibe (heute Promenadenweg) angesiedelt und zog in den Folgejahren in die Blankenburger Straße. Nach einem Brand 1911 entschied man sich für einen Neubau, und zwar in der Kulmstraße auf dem Gelände des heutigen Komplexes. Gustav Knoch, Sohn des zwischenzeitlich verstorbenen Richard Knochs, eröffnete hier 1912 die

SAALFELDER AUKTIONSHAUS
Alte Nähmaschine
Suche ALLES
mit Rädern
& Motor
vor Bj. 75
KOSTENLOSE
BEWERTUNG UND ABHOLUNG
Tel. 03671 - 5272150

SYCORAX
Sycorax Systemhaus GmbH
Saalfeld, Kulmstraße 33b
Saalfeld
Kontakt: 491785097816

Victoria Nähmaschine zwischen 1938 und 1944 @Auktionshaus Alte Nähmaschine

Nähmaschinenproduktion neu. Diese trug ab 1919 den Namen „Victoria Nähmaschinen Fabrik GmbH Richard Knoch“ (die Markteinführung „Victoria“ war allerdings schon in den 1860er Jahren erfolgt). Während im 2. Weltkrieg die Produktion ruhte, wurde nach seinem Ende 1945 der Betrieb mit der Produktion von Halbfabrikaturen und mit Reparaturen wieder aufgenommen. Ab 14. September 1945 wurde das Unternehmen treuhänderisch verwaltet und im April 1947 entschädigungslos enteignet. Die Neueröffnung des Werkes erfolgte am 1. Juli 1948 als VEB Nähmaschinenfabrik Textima.

Im Zuge der von der Partei- und Staatsführung der DDR propagierten sozialistischen Großproduktion und der dabei praktizierten Zusammenfassung von Einzelbetrieben in Kombinate wurde diese am 1. Januar 1969 geschlossen und die Räumlichkeiten dem VEB Carl Zeiss Jena, Betrieb Saalfeld, angegliedert, der dort Fotoobjektive, Komponenten für die Bandspeicher und Elektronik herstellte.
Seit der Wende leerstehend, erwarb der Unternehmer Christian Faber den Gebäudekomplex, sanierte es umfangreich und eröffnete hier 2011 das „Auktionshaus Alte Nähmaschine“. Über Auktionen im großen Saal fand hier Altes und Kostbares neue Besitzer.
Der Saal wurde in den Folgejahren auch Ort für Tanzveranstaltungen, Feiern, Messen oder Vorträge, selbst Joey Kelly war schon hier. Dann entstanden im 2. Obergeschoss weitere Gewerbeflächen.
Das „Auktionshaus Alte Nähmaschine“ ist nichtsdestotrotz weiter Ansprechpartner für Sammler und Liebhaber.

Die Mieter schätzen die verkehrsgünstige Lage, die kostenlosen Parkplätze und die großzügigen Lagermöglichkeiten sowie die gute Nachbarschaft. Für diese und für die allzeit unkomplizierte Zusammenarbeit mit Vermieter Christian Faber wollen wir uns als MARCUS Verlag ausdrücklich bedanken, bevor wir im Dezember mit einem lachenden und einem weinenden Auge die Hausgemeinschaft verlassen und dann, mit kurzen Wegen zur Innenstadt, am Hohen Ufer 10 anzutreffen sein werden.

SB I marcus®

IHR PARTNER FÜR ELASTISCHE VERFUGUNG
FUGEN COMPANY
Henry Junkereit 0170 3148600
Frank Marker 0170 3216492
Björn Gleichmann 0160 94624128
Neuverfugung | Fugensanierung | PU Verfugung
bjoern.gleichmann@gmx.de

Wir sind vor Ort!
Deutsches Rotes Kreuz
• DRK Bereitschaft Saalfeld
• Katastrophenschutzstützpunkt
• Rettungswache Saalfeld

DIAS Infrared Systems
Ihr kompetenter und freundlicher Partner aus der Alten Nähmaschine in Saalfeld
Seit 30 Jahren entwickeln, fertigen und vertreiben wir unsere Produkte rund um die Infrarot-Temperaturmesstechnik.
Sie wollen Teil unseres Teams werden? Bewerben Sie sich in ein familiäres und angenehmes Arbeitsumfeld.
Mehr Informationen:
https://www.dias-infrared.de/unternehmen/stellenangebote

marcus®
IHR REGIONALES Magazin
www.marcus-verlag.de

*„Here weg o again – Das Beste der letzten 168 Stunden" heißt es seit Anfang Oktober jeden Freitag von 13:05 – 14:00 Uhr. Die FKJ'ler*innen und Praktikant*innen im SRB produzieren ihren eigenen Wochenrückblick. (v.l.: Theresa Loch, Lilly Regel, Paula Fischer)*

105,2 MHz – Gut verbunden

SRB FM 105,2

SRB – Das Bürgerradio im Städtedreieck

Wer schon immer einmal eine eigene Radiosendung machen wollte, ist hier genau richtig: SRB – das Bürgerradio ermöglicht allen Interessierten eine Mitteilung als RedakteurIn, ModeratorIn oder ehrenamtliche MitarbeiterIn im Hintergrund. Beim SRB wird Demokratie gelebt! Der Radiosender ist die Plattform für konstruktiven Austausch zu bewegenden Themen in der Welt. Die unterschiedliche und vielseitige Musikauswahl, die breite Themenpalette und unterschiedliche Formate machen SRB – das Bürgerradio zur kommunikativen Medienplattform in unserer Region.

Auf der UKW-Frequenz 105,2 kann das Städteradio empfangen werden und wartet dabei vor allem mit Beiträgen zum regionalen Geschehen im Landkreis auf. 24 Stunden am Tag bedient das Bürgerradio vielfältigste Themen das ganze Jahr. Alle Sendungen und Beiträge lassen sich auch im Livestream im Internet verfolgen und in der Mediathek nachhören.

Ganz klar im Mittelpunkt - der Mensch. Alle diejenigen, die etwas zu sagen haben, Vereine, Interessengruppen und Künstler aber auch Schulen und Bildungseinrichtungen, schenkt das Bürgerradio eine wertvolle Plattform für Austausch und Kommunikation. Willkommen ist jeder, der sich mit der Welle an Ideen und Werten identifizieren kann, welche SRB – das Bürgerradio als Leitbild und Qualitätspolitik lebt. Bereits seit 2009 engagieren sich hier über 350 aktive RadiomacherInnen ehrenamtlich mit ihren eigenen Themen, Sende-, Musik und Veranstaltungsformaten. Letztere sind u.a. moderierte Podiumsdiskussionen, Sondersendungen zu aktuellen Themen oder Beispielsweise die After-Work-Partys.

Besonders stolz ist der der Sender auf eine eigene Jugendredaktion, in der seit nunmehr bereits 10 Jahren junge Menschen Themen – vor allem im Bereich Umwelt, Politik, Gesellschaft und Schule – von Jugendlichen selbst aufbereitet werden.

Selbstbetrachtend, als Teil der Gemeinschaft, fördert das Bürgerradio zudem Toleranz und Offenheit im Umgang miteinander. Meinungen und Standpunkte sind wichtig, regen zu Diskussionen an und beleben den demokratischen Wandel der Zeit. Für Projekte, Projektpartner und Initiativen stellt das Bürgerradio gern die nötigen Ressourcen. Außerdem engagiert sich das Team für die gelebte Integration.

Die Vielfalt an Gesprächsstoff und Themen sind nahezu frei und grenzenlos und bestimmt durch die Individualität der Bürger im Landkreis.

Wir Menschen können mit unseren konstruktiven Beiträgen ganz aktiv das Programm der Sendung mitgestalten. SRB – das Bürgerradio steht für ein kommunikatives, wertschätzendes und respektvolles Miteinander in unserer Region und ist unabhängig von kommerziellen, politischen und religiösen Interessen.

SW I marcus®

Heizglück Wärmepumpe?

Effektives Heizen im Winter

Laue Herbsttage werden mit Hinblick auf die bevorstehenden Wintermonate zunehmend seltener. Da freut man sich doch auf ein wohlig warmes Zuhause. Doch wie effektiv sind Wärmepumpen im Winter?

Umgebungsluft, Erdreich und Grundwasser liefern selbst an sehr kalten Tagen ausreichend Wärme, auch wenn das für uns nicht gleich ersichtlich ist. Dass gerade sogenannte Luft-Wärmepumpen bei hohen Minustemperaturen nicht ausreichend heizen könnten, ist schlichtweg ein Irrtum. Wichtig ist jedoch, die Leistung der Wärmepumpe auf die Heizlast des Hauses abzustimmen. Abhängig von der Wärmequelle gibt es verschiedene Auslegungsarten:

Bei der Wärmequelle Außenluft erfolgt die Auslegung ***monovalent,*** d. h. die Wärmepumpe deckt den Wärmebedarf zu 100 % eigenständig ab. Die Auslegung einer Luft-Wasser-Wärmepumpe erfolgt, meist aus wirtschaftlichen Gründen, üblicherweise ***monoenergetisch***. Luftwärmepumpen nutzen ein Kältemittel, das auch noch im zweistelligen Minusgradbereich einen gasförmigen Aggregatzustand annimmt. Daraufhin wird der Kältemitteldampf im Kompressor verdichtet. Das hebt die Temperatur auf das zum Heizen nötige Niveau an. Bei Luft-Wasser-Wärmepumpen, die außerhalb des Hauses aufgestellt sind, sorgt eine automatische Abtaufunktion dafür, dass der Wärmeüberträger bei feuchtkalter Luft nicht vereist. Ist die Umgebungsluft doch mal so kalt, das die Wärmepumpe allein die gewünschte Heiztemperatur nicht erreicht, schaltet sich automatisch ein integrierter Heizstab zu. Die Heizkosten steigen dadurch allerdings nicht ins Unermessliche, denn so extrem kalte Tage sind in Deutschland eher seltener.

Das Fraunhofer Institut für Solare Energiesysteme (ISE) hat im Rahmen eines Langzeit-Monitorings ermittelt, dass im Durchschnitt weniger als 5 % der verbrauchten Antriebsenergie auf den Heizstab entfällt. Im Alt- wie auch Neubau, sollten trotzdem gewisse effiziente Punkte Beachtung finden, damit die Wärmepumpe ihr Potenzial voll ausschöpfen kann. Dazu gehören beispielsweise eine gute Wärme- und Warmwasserdämmung und niedrige Vorlauftemperaturen.

Erneuerbare Energien machen wohl zukünftig gesehen den Löwenanteil der Energieversorgung aus. Wenn wir in diesem Fall auf eine effiziente Wärmepumpentechnik setzen und ein paar Kleinigkeiten beachten, verbessern wir nicht nur die CO2-Bilanz für unser zuhause, sondern stellen auch sicher, dass wir zukünftig nachhaltig mit Heizwärme, Warmwasser und Frischluft versorgt sind.

SW I marcus®

Einfache und gut umsetzbare Tipps für richtiges Heizen

effizient und energiesparend.

- Thermostatventil nicht voll aufdrehen
- Heizkörper nicht zustellen
- Wärmeverluste vermeiden
- Eingestellte Temperatur konstant halten
- Heizung regelmäßig checken lassen
- Räume nicht stark auskühlen lassen
- Heizung nachts runter
- Stoßlüften statt Dauerlüften
- Heizung modernisieren

Obernitzer HEIZUNGSBAU
An der Kirche 8, 07318 Saalfeld
www.obernitzer-heizungsbau.de

HEIZUNG SANITÄR LÜFTUNG KLIMA KUNDENDIENST
DÖRR
DÖRR GMBH
Am Läusebach 4
07318 Saalfeld
Tel.: 03671 5519-0
Fax: 03671 5519-99
KUNDENDIENST 0171/2882749
BERATUNG PLANUNG VERKAUF INSTALLATION

| Wärmepumpen
| Bäder Alt und Neubau
| Gasheizungen, Ölheizungen
| Pelletanlagen
| Scheitholzanlagen
| Solarthermieanlage
Stefan Hühn
Inhaber
07407 Rudolstadt | Ortsstraße 10
Tel.: 03672 312955
Fax: 03672 312956
www.heizung-sanitaer-wartung.de
mobil 0171 7860924

SAMSUNG
Galaxy S21 FE 5G
128 GB
statt ~~329,95 €~~[1]
für **49,95 €**[1]
nur gültig mit 24-Monats-Neuvertrag
im Tarif MagentaMobil S mit Smartphone

MagentaMobil S
10 GB
Datenvolumen

5G INKLUSIVE
10 GB Internet Flat
mit 5G/LTE Max

Telefonie Flat in alle dt. Netze

Smartphone

nur **49,95 €**[1] **mtl.**

Jetzt PlusKarten zubuchen
und sparen!

Mit MagentaEINS Vorteil[2]:
- **5 €** Preisvorteil
- Doppeltes Datenvolumen: **20 GB** – auch für Zusatzkarten

**Erleben,
was verbindet.**

UNWIDERSTEHLICHES HERBSTANGEBOT

SAALTEL
KOMMUNIKATIONSSYSTEME

PARTNER

Fleischgasse 13, Saalfeld	Tel.: 03671 529595	saaltel@saaltel.de
Steinweg 7, Pößneck	Tel.: 03647 428422	poessneck@saaltel.de
Karlstraße 4, Sonneberg	Tel.: 03675 801691	sonneberg@saaltel.de

1) Monatlicher Grundpreis beträgt 39,95 € (ohne Smartphone), 49,95 € (mit Smartphone), 59,95 € (mit Top-Smartphone), 69,95 € (mit Premium-Smartphone) und 79,95 € (mit Premium-Plus-Smartphone). Bereitstellungspreis 39,95 €. Mindestlaufzeit 24 Monate. Ab einem Datenvolumen von 10 GB wird die Bandbreite im jeweiligen Monat auf max. 64 KBit/s (Download) und 16 KBit/s (Upload) beschränkt. 2) Voraussetzung ist das gleichzeitige Bestehen eines IP-Breitband-Vertrags, abgeschlossen ab dem 01.06.2015, mit einem monatlichen Grundpreis ab 29,95 €, z. B. MagentaZuhause S für 34,95 €/Monat. Mindestlaufzeit 24 Monate, Bereitstellungspreis 69,95 €. Die Festnetz zu Mobilfunk Flat ist ab MagentaZuhause XL bereits inkludiert. Wenn Sie eine MagentaMobil PlusKarte gebucht haben, erhalten Sie automatisch das doppelte Datenvolumen des Mobilfunk-Hauptvertrags. Endet die Berechtigung für MagentaEINS durch Beendigung des Festnetz- oder Mobilfunk-Vertrags, entfällt der Rabatt und alle Vorteilsoptionen an Haupt- und Zusatzkarten werden gelöscht. Ein Angebot von: Telekom Deutschland GmbH, Landgrabenweg 151, 53227 Bonn.

Edle Tropfen

Herbstzeit ist Wein-Zeit

Mit Freunden und Familie aufs schöne Leben anzustoßen und die letzten warmen Sonnenstrahlen im Herbst genießen – einfach wunderbar! Die edlen Tropfen haben im Herbst wieder Hochsaison. Doch, einen guten Rotwein richtig genießen, ist gar nicht so einfach.

Vom Öffnen über Atmen lassen bis genussvoll trinken

Das Öffnen der Flasche – Rotwein sollte immer etwas kühler als Zimmertemperatur sein. Meist perfekt ist er, wenn dieser aus einem kühlen Keller kommt. Mit einem kleinen Kellnermesser entfernt man das Plastik vom Flaschenhals. Im Anschluss daran wird der Korkenzieher bis etwa zur Hälfte des Korkens eingedreht. Dreht man zu weit, kann das den Korken beschädigen und es gibt eine krümelige Angelegenheit in der Flasche. Ist der Korken aus der Flasche, folgt eine Geruchsprobe am Korken, was die Qualität des Weins testet. Riecht der Korken säuerlich, ist die Qualität des Weins beschädigt.

Der Wein muss atmen – Meist wird dieser Schritt übersprungen, obwohl er wirklich nützlich ist und zu einer guten Aromen-Entfaltung beiträgt. Beim Karaffieren wird der gute Tropfen in eine spezielle Karaffe gegeben. Karaffen haben einen besonders breiten Boden. Dem Wein wird so Sauerstoff zugeführt und der Bodensatz wird abgetrennt, denn gute Weine werden häufig unfiltriert abgefüllt, dadurch können sie Trübstoffe enthalten, welche man wohl lieber nicht im Glas haben möchte. Allerdings ist es nicht nötig, jeden Wein zu karaffieren. Einem jungen Wein tut das Atmen gut, ein alter, gut abgelagerter Wein hingegen, könnte durch die großflächige Oxidation an Aroma verlieren. Hier genügt es, die Flasche vor dem Genuss einige Stunden vorher zu öffnen und in Schräglage zu bringen, z. B. mit einem Dekantierkorb.

Das richtige Glas – am wohlsten fühlt sich Rotwein in einem bauchigen Glas, so wird dem Wein weiter Sauerstoff zugeführt und die Aromen können sich noch besser entfalten. Übrigens, beim Wein gilt nicht, der Gast bekommt zuerst! Denn zunächst sollte sich der Gastgeber selbst einen Schluck einschenken und den Wein auf Aussehen, Geruch und Geschmack testen. Das Glas wird nie zu voll eingeschenkt, sondern höchstens zu einem Drittel gefüllt. Außerdem hält man ein Weinglas immer am Stil, sonst würde der Wein von den Händen erwärmt werden, was eher unerwünscht ist.

Den Wein genießen – natürlich schluckt man das feine Tröpfchen nicht einfach so hinunter. Halten Sie doch einmal das Glas ins Licht und bewundern die Farbe des Weins. Auch wird der Wein geschwenkt, um die Bewegung im Inneren des Glases zu beobachten. Bevor man das erste kleine Schlückchen zu sich nimmt, wird am Glas gerochen. Behalten Sie ein wenig im Mund, um die Explosion der verschiedenen Aromen auf der Zunge zu genießen.

Auf guten Genuss!

SW I marcus®

Tipp:

Nach dem Öffnen kann Rotwein für einige wenige Tage im Kühlschrank aufbewahrt und für diesen Zweck wieder mit dem Korken verschlossen werden. So wird er nicht schlecht.

WEINHOF RUDOLSTADT
INHABER: ARND KARPINSKY
THOMAS-MÜNTZER-STR. 2
RUDOLSTADT-SCHWARZA
☎ 03672 - 347124 ✆ 0174 - 3322003
E-MAIL: INFO@WEINHOF-RUDOLSTADT.DE
WWW.WEINHOF-RUDOLSTADT.DE

Sie wollen eine **ANZEIGE** schalten?
Wir **BERATEN** Sie gern!
Telefon: 03671 45710
www.marcus-verlag.de

Magisch und hypnotisch

Marco Miele aus Stuttgart verzauberte mit Partnerin Julie die Saalfelder

„Ihre Augen werden schwer … ich zähle jetzt bis drei …", so oder ähnlich stellt man sich landläufig Hypnose vor. Ganz anders bei Marco Miele. Als Zauberer, Mentalist und Hypnotiseur ist er deutschlandweit unterwegs, wurde Halbfinalist bei „Das Supertalent" 2021, überzeugte schon ein Jahr vorher bei der italienischen Variante der Castingshow und ist Preisträger des Merlin Award.

Das Publikum, das der Einladung des MARCUS Verlages am 8. Oktober gefolgt war, wusste nicht, was es erwartete. Nach den ersten Elementen wurde klar: Es geht um Geisteskraft, um eine Verbindung des Künstlers mit seinem Medium Julie und mit dem Publikum bzw. einem Menschen, der aus dem Publikum auf die Bühne eingeladen wurde.

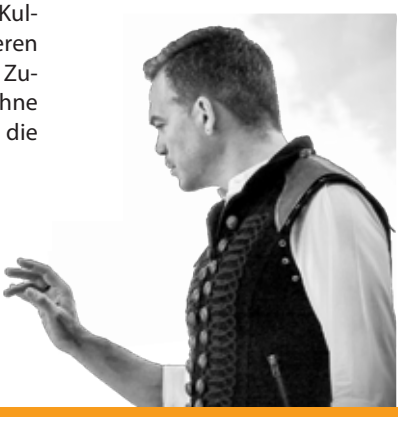
Kein großer Hokuspokus, keine aufdringlichen Aufforderungen, stattdessen: Witz, Charme, Konzentration, Einfühlungsvermögen. War es wirklich Gedankenübertragung, rätselte das Publikum an vielen Stellen.

Aber auch Karten-Illusionen bis hin zu einem schwebenden Tisch sorgten für Staunen.

Der MARCUS Verlag als Veranstalter bedankt sich bei den beiden Künstlern Marco und Julie und ihrem Team für den zauberhaften Abend! Genauso beim Team von Saalfeld+Kultur, allen Sponsoren, unseren Helfern und natürlich den Zuschauern, die auf der Bühne mitgemacht oder einfach die Show genossen haben!

P.S: Am 19.11. ist der nächste marcus®-Abend – dann wird es heiß mit den Juicy Boys aus Berlin (siehe S. 37).

SB I marcus®



Sponsoren

Küche Kotnik

feuerzeichen® DESIGN & KOMMUNIKATION

autohaus BOHR www.auto-bohr.com

Zarentochter WEDDINGS & EVENTS

EBK Elektro Brozia & Kolberg

Welttag des Stotterns

„Ich sag's auf meine Weise"

…, mit dieser Aussage ist die Website der Bundesvereinigung Stottern und Selbsthilfe übertitelt. Und genau das ist es, was sich Betroffene wünschen: So angenommen zu werden, wie sie sind. Ohne dass jemand ihre Sätze für sie vervollständigt oder ungeduldig wird, wenn sie für eine Passage länger brauchen als andere. Auch zu begreifen, dass Stottern nichts mit mangelnder Intelligenz oder Kompetenz zu tun hat. Dafür zu sensibilisieren, hat sich der seit 1998 bestehende „Welttag des Stotterns" am 22. Oktober auf die Fahnen geschrieben.

Schließlich haben rund 800.000 Menschen in Deutschland damit zu tun, dass sie ungewollt auf Buchstaben verharren, Vokale dehnen, mehrere Anläufe für ein Wort brauchen oder Wörter wiederholen – alles Erscheinungen, die unter „Stottern" zusammengefasst werden. Meistens tritt das Stottern in Stresssituationen auf. Betroffen sind oft Kinder, bei denen das Stottern zu 80 Prozent auch wieder verschwindet. Für die verbleibenden 20 Prozent, die damit leben müssen, hilft eine Stottertherapie, um das Stottern zumindest einzudämmen. Auch im Erwachsenenalter lohnt es sich noch, damit anzufangen. Die Therapeuten konzentrieren sich auf das Üben des flüssigen Sprechens ganzer Sätze und/oder auf den Moment, in dem das Stocken eintritt. Bei Kindern sollte man frühzeitig handeln und einen Logopäden aufsuchen, wenn Anzeichen von Stottern auftreten.

Interessanterweise ist in der Kommunikation von Betroffenen mit Vertrauten und in entspannter Atmosphäre das Stottern meistens weniger ausgeprägt. Auch wenn sie mit Babys, Kleinkindern, Hunden oder Katzen reden, sprechen sie oft flüssig. Und: Auch das Singen funktioniert ohne Unterbrechungen. Dies kann damit begründet werden, dass dafür andere Hirnareale aktiviert sind als beim Sprechen. Vieles ist beim Stottern noch unerforscht. Wahrscheinlich ist eine Schwächung der Faserbahnen in der linken Gehirnhälfte, die die sprechrelevanten Zellen verbindet, für das Stottern zumindest mitverantwortlich. Grund dafür sind zu 80 Prozent die Gene. Welche Ursachen es noch geben könnte, ist hingegen noch unklar. Warum mehr Jungen und Männer als Mädchen und Frauen stottern, ist ebenfalls wissenschaftlich noch nicht begründbar.

Das sagen Prominente:

YouTuber Rezo: Sein Trick gegen Stottern: Ein anderes Wort verwenden als das, worüber er stolpert, oder Satz umstellen.

Sänger Ed Sheeran: Ihm half Rappen, das Stottern loszuwerden.

Rowan Atkinson: Er wurde jahrelang in der Schule für sein Stottern gemobbt. In der Rolle von „Mr. Bean" sprach er fast gar nicht, in anderen (z. B. Kommissar Maigret oder Johnny English) sehr wohl.

Marilyn Monroe: Als Teil ihres Stotter-Trainings begann sie, Worte zu hauchen, was später ihr Markenzeichen wurde.

King George IV. und US-Präsident Joe Biden: Beide absolvierten eine jahrelange Stottertherapie. Über die Anstrengungen des Königs in dieser Hinsicht wurde der eindrucksvolle Film „The King's Speech" gedreht.

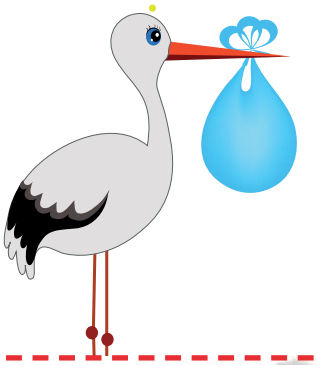
SB I marcus®

GUTEKUNST GMBH
THERAPIEN | SEMINARE
ALLE HEILMITTEL UNTER EINEM DACH!
Logopädie
Stimmtherapie
Sprechtherapie
Sprachtherapie
Schlucktherapie
Autismustherapie
Physiotherapie
Manuelle Therapie, Bobath
Lymphdrainage, Massage
Spiraldynamik
Kieferbehandlung
TUINA / TCM
Ergotherapie
Pädiatrie
Neurologie
Handtherapie
Orthopädie
Psychiatrie
www.gutekunst-ts.de
03672 3184000

Aus dem Bauch mitten ins Herz.
(Verfasser unbekannt)

Hallo Baby

Neugeborene der Thüringen Kliniken Saalfeld.



Lia Groß
13.08.2022, 03:37 Uhr
2.668 g 48 cm

Emilia-Rosé Hirschel
27.09.2022, 08:43 Uhr
3.500 g 51 cm

Marie Schmidt
26.09.2022, 08:30 Uhr
2.705 g 49 cm

Hailey-Malou Schwarz
22.09.2022, 08:16 Uhr
3.075 g 49 cm

Jannick Spath
30.09.2022, 01:14 Uhr
3.050 g 51 cm

Mit diesem Gutschein erhalten Sie 20 % Rabatt* für Ihr beginnendes Familienglück.

* Auf einen Artikel Ihrer Wahl! Nicht mit anderen Rabatten kombinierbar. Ausgenommen sind Zuzahlungen, verschreibungspflichtige Arzneimittel, Rezepturen und Angebotsartikel.

Wir verleihen Milchpumpen und Babywaagen!

apotheke aesthetik von hirschhausen

Service Hotline 0800216300

Apotheke von Hirschhausen: Obere Straße 1 a | 03671 2163 Inhaberin: Apothekerin Elsa von Hirschhausen e. Kfr.

DIREKTER LINK ZUM KREISSSAALTEAM DER THÜRINGEN-KLINIKEN

Nilo Finn
07.10.2022, 19:44 Uhr
2.968 g 51 cm

Elina Lou Mettke
05.10.2022, 12:36 Uhr
3.370 g 50 cm

Melina Hahn
07.10.2022, 09:39 Uhr
4.290 g 55 cm

Leo Breternitz
05.10.2022, 05:03 Uhr
3.290 g 51 cm

Viktoria Lola Schrumpf
06.10.2022, 12:41 Uhr
3.150 g 51 cm

Ylvi Wagner
29.09.2022, 12:07 Uhr
3.100 g 50 cm

Dario Roland Bachmann
05.10.2022, 13:57 Uhr
2.980 g 50 cm

Palina Großmann
02.10.2022, 02:53 Uhr
2.825 g 48 cm

Rudi Meinhardt
29.09.2022, 13:44 Uhr
3.250 g 50 cm

Johanna Kubin
04.10.2022, 19:04 Uhr
3.632 g 54 cm

Hardy Valentin Weber
11.08.2022
3.660 g 52 cm

Bleiben Sie der Boss

Gesundheitstipp vom INJOY Rudolstadt

Karsten Leypold
Dipl.-Sportlehrer / IHK-Fitnesscoach
Geschäftsführer INJOY Rudolstadt

Der Mensch hat die Fähigkeit zu denken und gleichzeitig wahrzunehmen, dass er denkt. Wir können also unsere Gedanken beobachten. Wir merken, dass bestimmte Gedanken uns Angst machen (z. B. Zukunftsgedanken) und andere Gedanken uns glücklich stimmen. Gedanken an Dinge die wir mögen (z. B. über Menschen, die wir lieben oder schöne Erinnerungen) tun uns gut und entspannen uns. Gedanken, die mit Emotionen verbunden sind, lösen immer auch körperliche Reaktionen aus, auch wenn keine Handlung erfolgt. Sind unsere Gedanken voll Wut oder Angst, werden Stresshormone ausgestoßen, die unseren Stoffwechsel und das Herz-Kreislaufsystem in den Alarmmodus versetzen. Kommt das sehr oft vor, werden wir auf Grund dieser Reaktion krank.

Achten Sie deshalb auf Ihre Gedanken und trainieren Sie sie zu Ihrem gesundheitlichen Vorteil. Ihre Gedanken werden Ihnen wahrscheinlich auch oft sagen, warum ein Training nicht möglich ist (keine Zeit, keine Lust ...). Ihr Verstand weiß aber, dass es für Ihre Gesundheit gut ist. Ähnlich verhält es sich mit dem Essen. Obwohl wir wissen, dass uns bestimmte Nahrungsmittel krank oder dick machen, essen wir sie. Bleiben Sie deshalb der Boss über Ihre Gedanken, damit Sie die Kontrolle über Ihren Körper behalten. So ist z. B. jede Entscheidung für eine aktive körperliche Betätigung, gegen die Ausreden der Gedanken, gleichzeitig ein Training für Ihren Geist. Deshalb kann man Gedanken mit einem Hund vergleichen. Gut trainiert ist er ein Freund, ohne Erziehung kann er gefährlich werden.

Planen Sie jetzt Ihre Jahresabschlussfeier mit dem Bergfried!

An unserem Feuertisch - hergestellt durch die Saalfelder Firma OUTKING Living - können nicht nur die Raucher einen leckeren Glühwein genießen.

Alle Jahre wieder steht sie an: Die Weihnachtsfeier im Betrieb, mit der Abteilung oder dem Verein. Damit Sie zum Erfolg wird, sollte man auch in Coron-Zeiten rechtzeitig planen.
Mit unserem Hygienekonzept können Sie in unseren Räumlichkeiten mit bis zu 45 Personen feiern und sich von unserem Team verwöhnen lassen. Gern unterstützen wir Sie mit der Organisation eines Rahmen-Programms oder verschiedener kultureller Höhepunkte.
Sollten Sie auch in diesem Jahr aus Corona-Gründen auf eine Jahresabschlussfeier verzichten wollen, würden wir uns freuen, wenn Sie Ihren Mitarbeitern einen Gutschein unseres Hauses schenken würden. Damit unterstützen Sie nicht nur die lokale Gastronomie, sondern auch unsere Mitarbeiter, Lieferanten und Hersteller.

Wir hoffen, Sie neugierig gemacht zu haben und freuen uns auf Ihre Anfragen.

Ihre Familie Michel und das gesamte Bergfried-Team

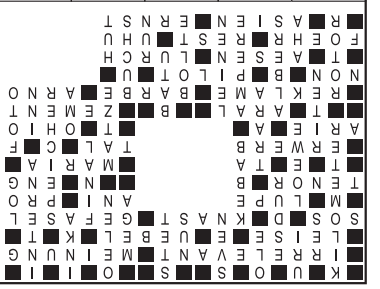
Hotel & Restaurant Bergfried

Hotel-Restaurant-Bergfried
Zum Fuchsturm 5 | 07318 Saalfeld
03671/55440 | info@hotel-restaurant-bergfried
www.hotel-restaurant-bergfried.de

Längenmaß		lateinisch: Sache		Kanton der Schweiz / Tonart		spanischer Ausruf		Männername	denkende Seele (Plato)		beständig	Fremdwortteil: groß		einfetten		Dynastie im alten Peru		innere Angelegenheiten
belanglos	→										Auffassung, Ansicht	→						
fast geräuschlos	→					orientalisches Fleischgericht		unangenehm	→					abschließend		Dachboden		Schiffstachometer
→			Großkatze		ugs.: Gefängnis	→					dummes Gerede	→						
internationales Notrufzeichen		Vergrößerungsglas	→									→			dafür, für	→		
→					Lärm um nichts							südamerikanischer Kuckuck	Passahbrot der Juden		knapp, schmal	→		
hohe Männersingstimme		Kulthandlungen		französisch: deine (Einzahl)	→							schott. Königin (... Stuart)	→					Ablichtung
Anschaffung	→											→			Kosewort für Großmutter		Fluss durch Kufstein (Tirol)	
→				dt. Schauspieler † (Hans)		Maß der Stromstärke						Gebirgssenke		US-Bundesstaat	→			
Sologesangsstück in der Oper	Teil des Hubschraubers		großer kasachischer See	→				Flachsgarngewebe	Figur bei Wilhelm Busch (Witwe)		mongol. Heerführer † 1256	Baustoff / Zierstrauch						
Werbung	→							Karpfenfisch	→			→		Fluss durch Florenz	→			
→			Ausruf des Erstaunens		Flugzeugführer	→					panischer Ansturm		Teil des Pilzes					
Fremdwortteil: nicht		fressen (Rotwild)	→					eine Amphibie	→									
→					übrig Bleibendes	→				große Eule	→							
deutsche Nordsee-Insel		größter Erdteil	→					streng, nicht heiter	→									

Ihr Partner für technische Anlagen ...
FABER
WARTUNG & SERVICE
Wärme • Lüftung • Kältetechnik
Service- und Havariedienst
Planung und Optimierung
Wartung und Instandhaltung
Montage und Ausführung
24h Tel. 03671/530 987
www.faberwartung.de

Heine_204



Jetzt Frühbucher-Prämie sichern!
Entscheiden Sie sich schon jetzt für einen Wechsel Ihrer Pkw-Versicherung zur LVM. Weitere Informationen zur Frühbucher-Prämie erhalten Sie in Ihrer LVM-Versicherungsagentur vor Ort.

LVM-Versicherungsagenturen

Jens Voigtländer
Schloßstraße 15
07318 Saalfeld/Saale
Telefon 03671 528460
info@voigtlaender.lvm.de

Günter Matuschek
Lichtetalstraße 84
98744 Unterweißbach
Telefon 036730 28123
info@matuschek.lvm.de

Ralf Alex
Dr.-Wilhelm-Külz-Straße 2
07407 Rudolstadt
Telefon 03672 412560
info@alex.lvm.de

LVM VERSICHERUNG