

# Mitteilungsblatt der Region **Frohburg & Bad Lausick**

**meinOrt**  
by LINUS WITTICH



mit allen zugehörigen Ortsteilen  
1. April 2026 | Nr. 2



**Das komplette  
Programm zum  
Kohrener  
Töpfermarkt  
lesen Sie auf S.7**

Foto: K[d] Fotografie, Kristin Drechsel

**HEIMAT TO GO**



Jetzt kostenfrei in Deinem Store!  
[meinort.app/download](https://meinort.app/download)



# HEIMAT TO GO

Entdecke auch Deinen Ort!



Jetzt  
kostenfrei  
herunterladen  
und täglich total  
lokal informiert  
sein!



Jetzt kostenfrei in Deinem Store!

[meinort.app/download](https://meinort.app/download)



## Not- und Bereitschaftsdienste

### Apothekennotdienst für Bad Lausick

Egal, wann Sie unser Mitteilungsblatt zur Hand nehmen – der QR-Code führt Sie jederzeit zu den aktuellen Apotheken-Notdiensten in Ihrer Region. So haben Sie rund um die Uhr Zugriff auf wichtige Informationen, um dringend benötigte Medikamente auch außerhalb der üblichen Öffnungszeiten zu erhalten.



### Apothekennotdienst für Frohburg

Egal, wann Sie unser Mitteilungsblatt zur Hand nehmen – der QR-Code führt Sie jederzeit zu den aktuellen Apotheken-Notdiensten in Ihrer Region. So haben Sie rund um die Uhr Zugriff auf wichtige Informationen, um dringend benötigte Medikamente auch außerhalb der üblichen Öffnungszeiten zu erhalten.



### Zahnärztlicher Notdienst für Bad Lausick

Über den QR-Code gelangen Sie direkt zum Portal für den zahnärztlichen Notdienst. Dort können Sie Ihre Daten eingeben und schnell die passenden Notfall-Zahnärzte in Ihrer Nähe finden. So erhalten Sie auch an Wochenenden und Feiertagen die nötige Unterstützung bei akuten Zahnproblemen.



### Zahnärztlicher Notdienst für Frohburg

Über den QR-Code gelangen Sie direkt zum Portal für den zahnärztlichen Notdienst. Dort können Sie Ihre Daten eingeben und schnell die passenden Notfall-Zahnärzte in Ihrer Nähe finden. So erhalten Sie auch an Wochenenden und Feiertagen die nötige Unterstützung bei akuten Zahnproblemen.



### Tierärztlicher Notdienst

Wählen Sie die Notrufnummer und Sie werden automatisch mit der Ihnen nächstgelegenen diensthabenden Praxis verbunden.

**01805 84 37 36 (0,14 €/min)**  
(aus dem Festnetz und aus dem Mobilfunknetz)

### Was ist ein Notfall?

Atemnot  
Anhaltende Krampfanfälle  
Starke oder unstillbare Blutungen  
Unfähigkeit Kot oder Harn zu lassen  
Schwächeanfälle  
Anhaltender blutiger Durchfall, mehrfaches starkes Erbrechen  
Lähmungen der Gliedmaßen  
Augenverletzungen, auch tiefe Lidwunden  
Geburtsprobleme  
Madenbefall  
Autounfall oder Knochenbrüche  
Verschlucken von unbekanntem Dingen, Giften, Schokolade o.Ä.  
Verbrühungen, Verbrennungen, Hitzschlag, Unterkühlung

### Was muss ich mitnehmen?

Heimtierausweis oder Impfpass  
Unterlagen über mögliche Vorbehandlungen  
Notieren Sie vorab alle Fragen an den Tierarzt

### Wie hoch sind die Notdienstgebühren?

**Es fällt eine Pauschale von 59,50 € an. Darüber hinaus werden Leistungen (auch fernmündliche Beratungen) mit dem 2- bis 4-fachen Gebührensatz abgerechnet.**

### Wann fallen Notdienstgebühren an?

Die Notdienstgebühren fallen nachts zwischen 18:00 Uhr und 08:00 Uhr sowie an Wochenenden (Freitag 18:00 Uhr bis Montag 08:00 Uhr) und Feiertagen ganztägig (00:00 Uhr bis 24:00 Uhr) an.

### Wie erfolgt die Abrechnung der Gebühren?

Die Abrechnung erfolgt grundsätzlich sofort vor Ort per EC- oder Barzahlung. Eine Notfallbehandlung auf Rechnung ist unüblich.

### Warum fallen Notdienstgebühren an?

Die Bereitstellung eines Notdienstes außerhalb der üblichen Praxis-Zeiten ist mit erheblichen Mehrkosten für die Praxen verbunden. Daher liegen die Behandlungskosten um ein Mehrfaches über den normalen Kosten. Die tierärztlichen Gebühren werden über eine offizielle Gebührenordnung (GOT) geregelt, auf deren Grundlage Ihre Notfallbehandlung abgerechnet wird.

## Notrufnummern in Deutschland:

Dienst/Notfallbereich	Notrufnummer	Bemerkung
Polizei	110	Für polizeiliche Notfälle (z. B. Straftaten, Verkehrsunfälle, Gefahrensituationen).
Feuerwehr und Rettungsdienst	112	Für medizinische Notfälle, Brände und andere lebensbedrohliche Situationen.
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116 117	Für medizinische Hilfe außerhalb der regulären Praxiszeiten (nicht lebensbedrohlich).
Giftnotrufzentrale Sachsen	0361 730 730	Beratung bei Vergiftungen oder Verdacht auf Vergiftungen.
Telefonseelsorge	0800 111 0111 0800 111 0222	Kostenfrei und anonym – Unterstützung bei psychischen Notlagen. Alternative Nummer der Telefonseelsorge.
Kinder- u. Jugendtelefon	116 111	„Nummer gegen Kummer“ – Unterstützung für Kinder und Jugendliche.
Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“	08000 116 016	Kostenfreie und anonyme Beratung für von Gewalt betroffene Frauen.
Zentrale Sperrnummer (EC/Kreditkarten)	116 116	Zum Sperren von Zahlungskarten oder digitalen Diensten bei Diebstahl/Verlust.
Apotheken-Notdienst	0800 002 2833	Auskunft über die nächstgelegene Notdienst-Apotheke.

## Schulen

### Evangelische Schule für Sozialwesen „Luise Höpfner“

**Ausbildung in Bad Lausick:  
Freie Plätze für Erzieher und Sozialassistenten**

Wir suchen  
dich!

Alltagsheld\*in mit Herz  
Zukunftsgestalter\*in  
Mutmacher\*in und Traumfänger\*in  
Sorgenlöcher\*in  
Helfende Hände, starke Gemeinschaft



#### Lust auf eine Ausbildung als

- Staatl. geprüfte\*r Sozialassistent\*in
- Staatl. anerkannte\*r Erzieher\*in / Bachelor Professional in Sozialwesen - mit optionalem Zusatzbaustein zum Erwerb der Fachhochschulreife

**Wir haben noch freie Plätze**

- Ausbildungsbeginn 17.08.2026 -



Wohnheimplätze auf dem  
Schulgelände

Bewirb dich jetzt!

Infos auf [www.evs-bl.de](http://www.evs-bl.de)  
oder QR - Code scannen



gute ÖPNV / Anbindung

Evangelische Schule  
für Sozialwesen „Luise Höpfner“  
Staatlich anerkannte Ersatzschule  
Badstraße 26, 04651 Bad Lausick

☎ 034345/724-0  
✉ [info@evs-bl.de](mailto:info@evs-bl.de)



## Vereine

### Gemischter Chor Frohburg e. V.

**Gemischter Chor Frohburg sucht  
neuen Chorleiter für 30 aktive Sänger**

**Vierstimmiger Gemischter Chor Frohburg  
sucht engagierten Chorleiter!**



### Neuer Chorleiter gesucht!

**Wir sind ca. 30 aktive Mitglieder**

Haben ein breites Repertoire von traditionell bis modern  
Auftritte: Veranstaltungen des Chorverbandes,  
Frohburger Kirche, Familienfeiern  
Derzeit proben wir mittwochs im Bürgerhaus Frohburg

Ansprechpartnerin: Claudia Seidel, Tel.: 0171-3721377  
E-Mail: [gcfrohburg@aol.de](mailto:gcfrohburg@aol.de)

Honorar nach Vereinbarung

## Pro Frauendorf e.V.

### Osterfeuer



**Wir feiern unser traditionelles  
Osterfeuer am Gründonnerstag,  
den 02. April 2026, ab 17.30 Uhr**

**Wo? Natürlich am  
Vereinshaus in  
Frauendorf.**

Für die Kleinen gibt es eine  
Überraschung direkt von  
unseren beiden Osterhasen  
und für die Großen kühles  
Fassbier sowie leckeres  
vom Grill.



Wir wünschen allen eine schöne Osterzeit!  
Das Team von PRO FRAUENDORF e.V.



Kostenlose Bilder von pixabay

Anzeige(n)

## Dienstleistung

### Kaminholz- / Brennholzhandel

Baumfällarbeiten/Häckselarbeiten  
Stammholz 2 m/3 m oder 4 m  
Säge- & Spaltarbeiten  
Seilwindarbeiten  
Koppelpfähle aus Holz oder Kunststoff  
Sand-/Kies-Splitt- und Mineralgemische  
Pflasterarbeiten/Zaubau  
Wiesenschleppes  
Mähen von Wiesengras  
Rasenpflege/Rasenmulchen  
Entrümpelung/Transporte  
Rindenmulch/Pflanzerde



**Marek Petzold**  
Schönbacher Weg 5  
04651 Ballendorf

Tel.: 01 72/5 98 79 78  
Fax: 03 43 45/5 56 73  
E-Mail: [holzmicHEL24@t-online.de](mailto:holzmicHEL24@t-online.de)

## Förderverein Rokoko-Park Kohren-Sahlis e. V.

### Blütenzauber Im Rokoko-Park

Die entstandenen Werke werden Teil einer gemeinsamen Blüten-Installation im Park. Außerdem startet der neue Themen-Rundgang „Die Sprache der Bäume – Geheimnisse der Hainbuchen“ mit Mitmach-Stationen für Kinder und Familien.

Eine kleine Kinder-Rallye lädt junge Gäste zum Entdecken der „Hainbuchenzimmer“ ein. Unplugged-Musik im Park sowie ein kleiner Ausschank mit Kirschblüten-Secco und Ginsorgen für frühlingshafte Atmosphäre.

Der Eintritt in den Park ist frei.



© stock.adobe.com - emilio100

**BLÜTENZAUBER IM ROKOKO-PARK**  
Alle Generationen gestalten den Frühling

**Blütenbilder und Poesiebänder gestalten (Workshop-Anmeldung empfohlen)**

**Entdeckertage Wir sind dabei!**  
18. / 19. April 2026  
13-17 Uhr

Themenrundgang  
„Die Sprache der Bäume“

Mitmach-Stationen „Geheimnisse der Hainbuchenzimmer“

Unplugged-Musik im Park

Kirschblüten-Secco  
Kirschblüten-Gin

[www.Rokoko-Park.de](http://www.Rokoko-Park.de)

FÜR DICH

### Internationales Open-Air-Konzert im Rokoko-Park

Am Samstag, 09.05.2026, findet im historischen Rokoko-Park Kohren-Sahlis ein besonderes Kulturereignis statt:

Das internationale Künstlerensemble **MARTON** präsentiert sein audiovisuelles Konzertprojekt „**Die transiente Symphonie / The Transient Symphony**“ unter freiem Himmel. Die Aufführung verbindet klassische Instrumente, moderne Klangwelten und visuelle Projektionen zu einem eindrucksvollen Gesamterlebnis. Musik, Sprache und Bild verschmelzen dabei zu einer künstlerischen Reise über Vergänglichkeit, Wandel und menschliche Verbundenheit über kulturelle Grenzen hinweg. Das Konzert wird vollständig **zweisprachig (Deutsch / Englisch)** gestaltet.

Die Veranstaltung findet **im Anschluss an den Töpfermarkt im Kohrener Land** statt. **Einlass und Gastronomie beginnen ab 18:00 Uhr** auf der Kastanienallee am Rittergut. Der **Konzertbeginn ist gegen 21:30 Uhr**, die Aufführung dauert etwa 75 Minuten. Vor dem Konzert werden außerdem **Schlossführungen** angeboten. Für kulinarische Angebote sorgt das Restaurant **Ristorante Gajeta** im oberen Schlosshof.

Für den Konzertabend gibt es zwei Ticketkategorien:

- **VIP-Sitzplatz-Ticket (limitiert)**
- **Feel-Free-Parkticket mit freier Platzwahl im Park**

Mit dem Besuch der Veranstaltung unterstützen die Gäste zugleich die Pflege und Weiterentwicklung des Rokoko-Parks und das ehrenamtliche Engagement des **Förderverein Rokoko-Park Kohren-Sahlis e. V.**

Weitere Informationen und Tickets:  
[www.rokoko-park.de](http://www.rokoko-park.de)

**MARTON**

**die transiente Symphonie**

the transient symphony

**9. Mai 2026**

**ROKOKO-PARK**

**Kohren-Sahlis**

Deutsch · English

Immersive Open-Air Experience

Second German performance after Berlin

**R**

**G A J E T A**

**ROKOKO-PARK**

**GERMENS**

## Eulataler Linedancer

### 18. Open-Air-Country-Linedance-Fete in Frankenhain

**SAVE THE DATE – 20.06.2026!**

Am 20.06.2026 verwandelt sich wieder die Freilichtbühne in Frankenhain zu EULATOWN CITY.

Bei unserer 18. Open Air Country Linedance Fete erwartet euch ein Tag voller Country-Feeling, Linedance, Livemusik, Workshop, Whiskyverkostung und leckerem Essen.

Freut euch auf gute handgemachte Musik, überdachter Holzanzfläche und auf die EULATALER LINEDANCER.

**COME TO EULATOWN CITY**  
18. OPEN AIR COUNTRY - LINEDANCE FETE

★ **WORKSHOP mit TOMASZ & ANGELA**  
von den WINCHESTER 73

★ **LIVE MUSIK**

★ **WHISKYVERKOSTUNG**  
Mit 100 verschiedenen Whiskysorten

**EULATALER TAVERNE**  
COLD DRINKS & BARBECUE

QR Code: Scan mich!

««« Für JEDEN der einmal Westernluft schnuppern möchte «««

**Eulataler Linedancer**  
18. OPEN AIR COUNTRY LINEDANCE FETE

**20.06.2026**

In 04654 Frankenhain auf dem Sportplatz

★ ab 18 Uhr „Open-Line Dance“

★ ab 20 Uhr Livemusik mit „De Trottels“

★ Pausenmusik mit WINCHESTER 73 LINEDANCE COUNTRY

Eintritt 10 Euro

Wer seine Nacht und das Frühstück wieder mit den Eulatalern teilen möchte, sollte uns am Einlass Bescheid geben, damit wir wissen wie viele Hühner, Bäcker und Kaffeebohnen wir um Mithilfe bitten müssen.

Wann erscheint die nächste Ausgabe? Scan mich!

**Mitteilungsblatt**  
Frohburg / Bad Lausick

**HEIMAT TO GO**  
Entdecke auch Deinen Ort!

**BSV EINHEIT FROHBURG**

**G-JUNIOREN**  
**BAMBINI**

LUST AUF FUSSBALL?

komm zum **SCHNUPPERTRAINING**

WIR SIND **AB 4 JAHRE**  
MÄDCHEN & JUNGEN

**0174 8317508**  
TRAINER SVEN MÖBIUS

DIENTAGS **16:30-18:00**  
FREITAGS **16:30-18:00**  
**STADION FROHBURG**

WERNER-SEELENBINDER-STADION | 04654 FROHBURG | ERLIGTWEG 4

#### Impressum

Mitteilungsblatt der Region Frohburg & Bad Lausick  
Erscheint alle 2 Monate und für alle Haushalte kostenlos.



#### Herausgeber + Medien- und Druckhaus:

LINUS WITTICH Medien KG,  
vertreten durch den Geschäftsführer: ppa. Herrn Andreas Barschtipan,  
An den Steinenden 10, 04916 Herzberg (Elster),  
Telefon: 03535 489-0, info@wittich-herzberg.de, www.wittich.de

Verantwortlich für den redaktionellen Textteil und  
Anzeigenteil: ppa. Andreas Barschtipan

Wahlwerbung und/oder Anzeigen mit politischem Inhalt ist ausschließlich die jeweilige Partei/politische oder um Stimmen werbende Gruppierung/der Auftraggeber verantwortlich.

# Kohrener Töpfermarkt e. V.

## Programm Töpfermarkt 2026

### Samstag, 9. Mai 2026

- 10:00 Uhr traditionelle Eröffnung des Töpfermarktes vor dem Töpferbrunnen durch den Bürgermeister sowie die ortsansässigen Töpfermeisterinnen Gundula Müller und Karina Werner
- 11:00 Uhr Programm durch die Vorschulkinder der Kita „Turmspatzen“
- 13:00 Uhr Auftritt der Kindertanzgruppe unter der Leitung von Franziska Mascheck
- 13:00 Uhr traditionelle Stadtführung durch die „Kohrener Geschichtsfreunde“ (Treffpunkt: Töpferbrunnen)
- 15:00 Uhr Konzert im Rokokopark im Gut Sahlis
- 16:00 Uhr mittelalterliche Stadtführung mit dem Nachtwächter zu Kohren-Sahlis Johann Helbig (Treffpunkt: Töpferbrunnen)

- 11:00 Uhr klassischer Frühschoppen mit der Feuerwehrkapelle Frohburg
- 13:00 Uhr traditionelle Stadtführung durch die „Kohrener Geschichtsfreunde“ (Treffpunkt: Töpferbrunnen)
- 13:30 Uhr Verleihung Töpfermarkt-Brunnen-Preis zum diesjährigen Motto „Tradition neu interpretiert“ (Ausstellungstücke im Töpfermuseum)
- 15:00 Uhr Auftritt der Tanzgarden der Kohrener Kulturfreunde e.V.
- 15:00 Uhr mittelalterliche Stadtführung mit dem Nachtwächter zu Kohren-Sahlis Johann Helbig (Treffpunkt: Töpferbrunnen)

### Sonntag, 10. Mai 2026

- 10:00 Uhr traditionelle Eröffnung des Töpfermarktes vor dem Töpferbrunnen durch den Bürgermeister sowie die ortsansässigen Töpfermeisterinnen Gundula Müller und Karina Werner mit anschließender Andacht



Kohrener  
Töpfermarkt e. V.

Ganztägig erwarten unsere kleinen Marktbesucher tolle Mitmachaktionen des Hort Kohren-Sahlis, kreative Spielangebote, kleine Überraschungen und eine Tombola mit attraktiven Gewinnen. Begleitet wird das bunte Markttreiben durch das DJ-Team „Hurricane“.



Fotos: K[d] Fotografie, Kristin Drechsel

Mehr Bilder finden  
Sie in der  
meinOrt-App:



## Wandergruppe Bad Lausick im Verein Leipziger Wanderer e. V.

### Wanderung „Rund ums Herrmannsquell“

Organisiert von der Wandergruppe „Leipziger Dienstagswanderer“ und in Vertretung geführt von Doris Petrahn, nahmen 34 Teilnehmer an der Wanderung auf einer Teilstrecke des „Bad Lausicker Wanderschmetterling“ teil. Unterstützung gaben 4 Wanderfreunde der Wandergruppe Bad Lausick mit Anekdoten und vielen historischen Fakten und Geschichten.

Seit Amtsrichter Georg Friedrich Herrmann ein kleines Brunnenhäuschen auf die 1820 entdeckte Eisensulfat-Quelle setzen ließ, ging es mit Lausick richtig voran. Weitere Brunnen folgten und aus dem mausgrauen Städtchen Lausick wurde die weltbekannte Kurstadt Bad Lausick im Jahr 1913. Folgerichtig führte deshalb unsere Wandertour in weitem Bogen um die legendäre Herrmann-Quelle.

Der Start am Bahnhofspark mit öffentlicher Toilette und einem Trinkbrunnen ist ein guter Startort für Wanderungen. Los ging es, vorbei an der ehemaligen Gärtnerei und der Kleingartenanlage in Richtung Steingrundtal (die Bad Lausicker sagen meist Schamoniental). Im Tal fließt der Steingrundbach und wir durchschreiten den Viadukt in diesem lieblichen Tal, wo sich bis 1952 noch zwei Bahnstrecken querten. Kurz verweilt am Gedenkstein des ehemaligen „Verschönerungsvereines“ 1903 für seine Gönner, Herr und Frau Grosse, und einem Abstecher zum neu aufgebauten Eingangsportale des Stadtparkes, erreichen wir den „Froschbrunnen“.

Hier erfahren die Teilnehmer viele Details zum „Bad Lausicker Wanderschmetterling“, den Kurterrainwegen und zum Rundgang

mit „Eleonore“, den Murmelbahnen und dem neuen Stempelheft, welches in der Touris-Information zu erwerben ist.

Auf dem Kurterrainweg, Baugebiet „Badspitzen“, und entlang des Baches wandern wir vorbei an Etzoldshain durch den Bahndamm, bis hoch auf den Geldberg. Ski und Rodel gut, so lautete bis Ende der Sechzigerjahre, als diese „Bergspitze“ noch als Wintersportzentrum galt, mit Rodelbahn, Sprungschanze, „Idi-odenwiese“ und kleinen Abfahrtstrecken. Ja, heute ist es ruhig geworden um diesen „Flachlandgipfel“, den Geldberg.

Eine kurze Rast bei den roten Bänken und dem Stempelkasten, direkt am Bahndamm, deren frühere Trasse zum Wanderweg gestaltet wurde, zeigt, was für Kur und Freizeit möglich ist.

Am Sportplatz hat uns die Kurstadt wieder und nun geht es in Richtung Kurpark, vorbei an der Bläserphilharmonie zum Schmetterling und dem Herrmannbrunnen, welcher ja unserer Runde den Namen gab. Über den Weinberg und das Kneipp-Becken, jeweils mit Stempelkasten, ging es zum Riff und zurück zum Bahnhof. Am ehemaligen Bahnhofgebäude, heute Gaststätte „Poseidon“, schließt sich diese interessante Runde, wenn auch noch die Bahn pünktlich fahren würde. Ein perfekter Tag. Wir werden wiederkommen.

Leider wurden schon einige Hauptwegweiser am Bahnhof zerstört. Wer macht so etwas?

*Text und Fotos: Werner Gelhaar  
Verein Leipziger Wanderer*



*Durch die Kleingärten in Richtung Steingrundtal*



*Ein gesponserter Stempelkasten am Waldfrieden wurde rege genutzt*



*Die Wanderfreunde unter dem spektakulärem „Schmetterling“*



*Die Bahnbrücke mit dem Widerlager der früheren Kohlebahn*

# Überregional

## Sana Kliniken Leipziger Land

### Rückenschmerzen: Fünf Gründe, die einer erfolgreichen Behandlung oft im Weg stehen

Rückenschmerzen gehören in Deutschland zu den Volkskrankheiten. Mehr als ein Drittel der Erwachsenen und ein Fünftel der Kinder und Jugendlichen sind betroffen. Das führt zu Beunruhigung und Sorgen. Trotz zahlreicher neuer Erkenntnisse aus der Wissenschaft erfahren Betroffene häufig nicht die korrekte Behandlung. Dies sind die häufigsten Gründe dafür.

#### 1. Einfache Erklärungen für komplexe Gemengelagen

Es gibt nicht die eine Erklärung für die Entstehung von Rückenschmerzen. Die häufigsten Ursachen von Rückenschmerzen sind nicht struktureller Natur - kein Bandscheibenvorfall, keine Nervenquetschungen, keine Instabilität. Viele Menschen setzen Schmerzen mit Schaden gleich und suchen die Ursache dort, wo es wehtut. Aus der Schmerzforschung ist jedoch längst bekannt, dass diese vermeintlich nachvollziehbare und einfache Erklärung nicht stimmt.

Rückenschmerzen entstehen im Normalfall nicht isoliert an der Wirbelsäule, sondern sind oftmals die Folge eines ungesunden und belastenden Lebensstils mit Stress, wenig Belastung und ungesunder Ernährung.

Hinzu kommt, dass Befunde auf einem MRT-Bild häufig als sehr einfache Erklärung für langjährige Schmerzen dienen. Doch dies ist in vielen Fällen ein Irrtum. Auf einem MRT-Bild lassen sich auch bei beschwerdefreien Menschen Bandscheibenwölbungen, Bandscheibenvorfälle oder Abnutzungserscheinungen finden.

#### 2. Hartnäckige Gesundheitsmythen sorgen für falsches Sicherheitsgefühl

Es gibt keine "falsche Haltung". Auch Sitzen und Heben sind nicht per se schädlich. Es gibt kein ultimatives Übungsprogramm, das in allen Fällen hilft. Viele der Mythen, die sich seit Jahren hartnäckig halten, vermitteln jedoch genau diese Botschaften und damit ein falsches Gefühl von Sicherheit:

- "Wenn ich meinen Rücken immer gerade halte, bleibe ich schmerzfrei."
- "Ich brauche nur eine Spritze, dann sind meine Schmerzen weg."
- "Wenn ich mich operieren lasse, ist meine Bandscheibe wieder gesund."

Der Fokus auf solche einfachen Erklärungen mit logischer Lösung und sicherem Effekt ist jedoch irreführend. Er lenkt ab von der Tatsache, dass es sich bei Rückenschmerzen um ein multifaktorielles Problem handelt, das sich mit der Zeit und in Abhängigkeit von vielen Faktoren stetig verändert.

#### 3. Alltagserfahrungen können täuschen

Ein interessantes Phänomen ist auch die eindimensionale Wahrnehmung von Situationen im Alltag:

- "Sitzen ist schlecht für meinen Rücken. Das merke ich doch jeden Tag im Büro."
- "Ich darf nicht schwer Heben, das spüre ich sofort im Kreuz."

In diesen Fällen sind Mythen in Kombination mit einseitig interpretierten Alltagserfahrungen irreführend.

Richtig ist, dass einseitige Haltung und Belastung, vor allem in Kombination mit Inaktivität, Unbeweglichkeit und Kraftdefiziten, zu muskulären Verspannungen und in der Folge auch zu Rückenschmerzen führen können. Falsch ist die Annahme, dass Rückenschmerzen durch eine bestimmte Sitzhaltung oder "falsches Heben" entstehen.

Die Ursachen sind in der Regel vielschichtig und vor allem individuell unterschiedlich:

- Bei einigen Menschen hat beispielsweise die Psyche einen großen Einfluss auf die Entstehung und Aufrechterhaltung von Rückenschmerzen.
- Andere haben aufgrund ihres Lebensstils eine Fehlregulation des Stoffwechsels mit Auswirkungen auf Schmerzsymptome.
- Bei Frauen in den Wechseljahren können sich Rückenschmerzen aufgrund von hormonellen Veränderungen verstärken.
- Auch die mit einer Schwangerschaft verbundenen Veränderungen und Belastungen können zu Rückenbeschwerden führen.
- Und bei manchen Patienten kommen viele verschiedene Ursachen zusammen.

#### 4. Neue Erkenntnisse haben es schwer

Es dauert erstaunlich lange, bis neue wissenschaftliche Erkenntnisse in die Wahrnehmung der breiten Öffentlichkeit gelangen. Der Zusammenhang zwischen Hüftbeweglichkeit und Beschwerden in der Lendenwirbelsäule zum Beispiel ist wissenschaftlich bereits gut untersucht. In der breiten Öffentlichkeit sind diese Erkenntnisse aber noch lange nicht richtig angekommen. Die Kraftverteilung zwischen Hüfte und Rücken beeinflusst die Belastung des Rückens beim Heben und Tragen. Eine verminderte Beweglichkeit in der Hüfte wirkt sich also direkt auf die Kompensationsmuster in der Wirbelsäule aus. Auch die Kraft der hüftumgebenden Muskulatur und der Rückenstrecker beeinflussen die Funktion der Wirbelsäule.

Damit gibt es weitere positive Hebel für die Vermeidung und Reduzierung von Rückenschmerzen, die bislang wenig bekannt sind:

- Eine kräftige Hüftmuskulatur führt zu weniger Ausweichbewegungen in der Lendenwirbelsäule.
- Ein starker Rückenstrecker in Kombination mit guter Bauch- und Flankenmuskulatur ermöglicht bessere Bewegungskontrolle und weniger strukturelle Belastung auf die Wirbelsäule im Alltag.
- Ein koordiniertes Zusammenspiel zwischen Hüfte und Rücken ermöglicht effiziente und ökonomische Bewegungsabläufe.

Aber auch hier gilt: Voraussetzung für eine effektive Behandlung ist die individuelle Untersuchung und ein auf die Befunde abgestimmtes Therapiekonzept. Das Verhältnis zwischen Belastung und Belastbarkeit ist letztendlich entscheidend.

#### 5. Verantwortung für sich selbst zu übernehmen ist unbequem

Die umfassende Untersuchung mit konservativer Therapie und Umstellung eines ungesunden Lebensstils kostet Zeit und Energie. Viele Patienten scheuen diese Eigenverantwortung und verlassen sich lieber auf Konzepte oder operative Eingriffe, die eine einfache und schnelle Lösung versprechen, ohne eine Veränderung der Lebensgewohnheiten zu fordern.

Für eine Operation an der Wirbelsäule gibt es klare Indikationen, dazu gehören schwerwiegende neurologische Symptome wie Lähmungserscheinungen oder Blasenstörungen. In allen anderen Fällen sollte eine intensive konservative Therapie inklusive Schmerzmedikamenten, Physiotherapie, Training sowie das Erlernen von Schmerzbewältigungsstrategien an erster Stelle stehen. Wenn sich dadurch keine Linderung erzielen lässt und relevante Kompressionen von Rückenmark und Nerven oder Instabilitäten vorliegen, ist die erneute Prüfung einer OP-Indikation sinnvoll.

## Welt-Delir-Tag: Speziell geschulte Delir-Begleiterin unterstützt Patientenversorgung

Bereits seit 2018 arbeitet eine interdisziplinäre Arbeitsgruppe an den Sana Kliniken Borna und Zwenkau an der strukturierten Verbesserung der demenz- und delirsensiblen Patientenversorgung. Seit Februar dieses Jahres unterstützt eine Demenz-/Delir-Begleiterin betroffene Patienten ganz unmittelbar.

Jedes Jahr am zweiten Mittwoch im März lenkt der Welt-Delir-Tag die Aufmerksamkeit auf das Delir - ein im Klinikalltag oft unterschätztes Risiko. Der Tag steht im Zeichen der Aufklärung, Prävention sowie der Sensibilität für eine frühzeitige Diagnostik und Behandlung. „Bei einem Delir handelt es sich um eine plötzlich eintretende Veränderung des Zustandes imponierend

oft als Verwirrtheit“, erklärt Dr. Franziska Struckmann, Chefärztin der Kliniken für Akutgeriatrie und Frührehabilitation in Borna und Wurzen. „Die Betroffenen sind desorientiert, vermischen Gegenwart mit Vergangenheit, wirken apathisch und/oder verhalten sich aggressiv.“ Auslöser können Operationen, Infektionen, Flüssigkeitsmangel, verschiedene Medikamente, vorbestehende kognitive Einschränkungen oder akute Belastungssituationen wie ein plötzlicher Krankenhausaufenthalt sein. Auch wenn ein Delir oft ein vorübergehender Zustand ist, kann er unbehandelt zu dauerhaften Einschränkungen führen. Auftreten kann ein Delir prinzipiell in jedem Lebensalter, allerdings sind ältere Menschen besonders gefährdet.

### Arbeitsgruppe entwickelt Konzepte, Instrumente und Fortbildungen

Wie lassen sich Risikofaktoren für ein Delir frühzeitig identifizieren, wie kann man dem Delir vorbeugen und wie lässt es sich im Fall der Fälle wirksam behandeln? Mit diesen Fragen beschäftigt sich die interdisziplinäre Arbeitsgruppe „Demenz- und delirsensibles Krankenhaus“. In der Arbeitsgruppe arbeiten Ärztinnen



Lee-Ann Danielczik unterstützt die nicht-medikamentöse Delir-Behandlung am Klinikum Borna

und Ärzte aus verschiedenen Fachrichtungen, Pflegekräfte, GeriNurses | Demenz-/Delirbeauftragte, Physio- und Ergotherapeuten, Psychologinnen, der Sozialdienst, das Qualitätsmanagement und das Medizincontrolling zusammen. Die Arbeitsgruppe prüft beispielsweise validierte Delir-Screenings, entwickelt demenz-/delirsensible Versorgungsansätze, Mitarbeiterschulungen sowie Materialien zur Unterstützung der Arbeit in der zentralen Notaufnahme und der Stationsarbeit wie etwa eine praktische Delir-Pocketcard, die den Behandlerinnen und Behandlern die wichtigsten Informationen auf einen Blick mitgibt.

### Neu: Demenz-/Delir-Begleiterin unterstützt betroffene Patienten direkt

Seit Anfang Februar dieses Jahres unterstützt die erste Demenz-/Delir-Begleiterin der Klinik, Lee-Ann Danielczik, die Patientenversorgung ganz direkt. Die ausgebildete Pflegefachkraft ist im 3-Schicht-System eingesetzt und kann von den einzelnen Stationen des Klinikums bei Bedarf angefordert werden. „Der Schwerpunkt meiner Arbeit liegt auf der Prävention und der Unterstützung der nicht-medikamentösen Behandlung eines Delirs“, erzählt die 21-Jährige. Dabei agiert sie in einem interdisziplinären Team. Ihre Aufgaben sind vielfältig und zielen darauf ab, den Realitätsbezug und die Tagesstruktur zu stärken, die Betroffenen zu mobilisieren und mithilfe einer gezielten Beschäftigung kognitive Fähigkeiten zu aktivieren. Darüber hinaus ist die persönliche Nähe einer 1:1-Betreuung, das beruhigende und orientierende Gespräch und die Hilfe beim Trinken, um eine Dehydrierung zu verhindern, ein wichtiger Teil der Delir-Behandlung. „Wir wissen, dass nicht-medikamentöse Maßnahmen wie diese am wirksamsten sind“, ergänzt Frau Dr. Struckmann. „Und je schneller die Symptome erkannt und gezielt behandelt werden, umso besser ist die Prognose.“

Die nächste Ausgabe erscheint am:  
Mittwoch, 10. Juni 2026

Annahmeschluss für  
redaktionelle Beiträge ist:  
Mittwoch, der 27. Mai 2026, 12.00 Uhr

Annahmeschluss für Anzeigen ist:  
Montag, den 1. Juni 2026, 9 Uhr

Anzeige(n)

# WOHNEN IN IHRER REGION

suchen  
und  
finden



## Vertrauen, Sicherheit & Erfahrung – an Ihrer Seite

KOMPETENZ ZAHLT SICH AUS:

- ✓ Regional in Leipzig & ganz Sachsen
- ✓ Sichere Wertermittlung
- ✓ Komplette Entlastung
- ✓ 34 Jahre Erfahrung

KOSTENFREIE ERSTBERATUNG  
& WERTERMITTLUNG



PERSÖNLICH ERREICHBAR  
☎ 0341 – 60 22 918

✉ info@prill-immobilien.de

## Den richtigen Baupartner finden

Anzeige

Für viele Menschen ist der Bau eines Eigenheims die größte Einzelinvestition, die sie in ihrem Leben tätigen. Bauherren möchten daher die Sicherheit, dass sie ihr Geld einem verlässlichen Bauunternehmen anvertrauen und auch die Leistung bekommen, die sie sich wünschen. Die Verbraucherschützer des Bauherren-Schutzbund e. V. (BSB) raten daher, vor einer Vertragsunterzeichnung Bewertungen und Referenzen zu sichten, umfassende Informationen über das Unternehmen und seine Solvenz einzuholen und die Erfahrungen ehemaliger Bauherren abzufragen. Unabhängiger Rat von Sachverständigen hilft dabei, verschiedene Angebote zu vergleichen und zu bewerten. Unter [www.bsb-ev.de](http://www.bsb-ev.de) gibt es viele weitere Informationen rund ums Bauen und zu Beratungsangeboten für Bauherren und Modernisierer.

did/71807

## Sana Klinikum Wurzen stärkt Frauenheilkunde und Geburtshilfe

- Ausbau der spezialisierten Betreuung für Frauen und werdende Familien
- Weiterentwicklung ambulanter und stationärer Angebote
- Neue ambulante Sprechstunde startet im Mai

Das Sana Klinikum Wurzen baut sein medizinisches Angebot im Bereich Frauenheilkunde und Geburtshilfe weiter aus. Seit Februar verstärkt Dr. Ralf Robel als Leitender Arzt für Organisation das Team. Mit seiner langjährigen Erfahrung setzt das Klinikum gezielt auf Qualität, Spezialisierung und eine starke wohnortnahe Versorgung für Frauen in der Region.

Ralf Robel ist in der Region kein Unbekannter. Im Sana Klinikum Borna war er viele Jahre als Chefarzt tätig und baute hier das Perinatalzentrum Level II mit auf. Entsprechend bringt er eine umfassende Expertise in der Betreuung von Schwangerschaften mit – insbesondere dann, wenn diese intensivere medizinische Begleitung erfordern. Dazu zählen unter anderem Mehrlingsschwangerschaften, Schwangerschaftsdiabetes oder besondere gesundheitliche Fragestellungen bei Mutter oder Kind. Ein weiterer Schwerpunkt ist die moderne Pränataldiagnostik, bei der mögliche Auffälligkeiten des Schwangerschaftsverlaufs frühzeitig erkannt und individuell besprochen werden können.

Auch im Bereich gynäkologischer Erkrankungen erweitert sich das Angebot. Frauen mit Myomen, Endometriose oder anderen gutartigen Veränderungen erhalten eine fundierte Diagnostik, persönliche Beratung und Behandlung. Darüber hinaus stärkt der Frauenarzt den Bereich der Diagnostik und Behandlung von Beckenboden- und Blasenerkrankungen – ein Thema, das viele Frauen betrifft und für das zunehmend schonende Therapieverfahren zur Verfügung stehen.

Die ambulante Sprechstunde startet am 01.05.2026 im Medizinischen Versorgungszentrum Wurzen. Termine können bereits jetzt unter der Telefonnummer: 03437 93781711 vereinbart werden.



*Dr. Ralf Robel, Leitender Arzt für Organisation Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe Wurzen*

*Foto: Ingo Herrmann*

### Geburtshilfe: persönlich, familienorientiert, sicher

Neben der ambulanten Tätigkeit liegt ein besonderer Fokus auf der Weiterentwicklung der Geburtshilfe am Standort. Gemeinsam mit einem stetig wachsenden Team soll die familienorientierte Geburtshilfe weiter ausgebaut werden, die sich konsequent an den individuellen Bedürfnissen der werdenden Eltern ausrichtet. Für zusätzliche Sicherheit sorgt die enge Zusammenarbeit mit der angeschlossenen Kinderklinik, die im Bedarfsfall unmittelbar eingebunden werden kann.

Dr. Ralf Robel betont: „Ich freue mich sehr, meine Erfahrung hier einzubringen und die Gynäkologie und Geburtshilfe gemeinsam mit einem starken Team zukunftssicher auszubauen. Mir ist wichtig, Frauen kompetent, persönlich und auf Augenhöhe zu begleiten – vom ersten Beratungsgespräch bis zur Geburt und darüber hinaus.“

### Strategische Stärkung der regionalen Versorgung

Mit der personellen Verstärkung setzt das Sana Klinikum Wurzen ein klares Signal für die Zukunft des Standortes. Gerade im Bereich der Geburtshilfe und spezialisierten Schwangerschaftsbetreuung sowie der Diagnostik und Behandlung gynäkologischer Erkrankungen ist eine verlässliche, qualitätsgesicherte Versorgung in Wohnortnähe von großer Bedeutung.

Dr. Roland Bantle, Regionalgeschäftsführer der Sana Kliniken Landkreis Leipzig, ordnet den Neuzugang ein: „Mit Dr. Robel gewinnen wir einen sehr erfahrenen Kollegen, der unsere medizinische Qualität weiter stärkt. Unser Ziel ist es, Frauen und Familien in der Region eine moderne, sichere und persönliche Betreuung anbieten zu können – von der Vorsorge über die Schwangerschaft bis zur Geburt. Damit investieren wir bewusst in die Zukunftsfähigkeit unseres Standortes in Wurzen.“

Mit dem Ausbau der Spezialisierung und dem klaren Fokus auf individuelle Begleitung unterstreicht das Klinikum seinen Anspruch, Frauenmedizin und Geburtshilfe als starken, zukunftsorientierten Schwerpunkt in der Region weiterzuentwickeln.

# HEIMAT TO GO

## Entdecke auch Deinen Ort!



Jetzt  
kostenfrei  
herunterladen  
und täglich total  
lokal informiert  
sein!



Jetzt kostenfrei in Deinem Store!  
[meinort.app/download](https://meinort.app/download)



## Geschichtenhof Wyhra

### Gemeinschaft bewahren, Zukunft gestalten: Der Förderverein des Geschichtenhofs Wyhra!

Der Geschichtenhof Wyhra, der am 5. April mit dem Osterspektakel in die neue Saison startet, ist ein lebendiger Ort voller Erinnerungen, Begegnungen und Erlebnisse.

Hier wird Geschichte nicht nur erzählt, sondern gemeinsam gelebt. Dass dieser besondere, von der Stadt Borna betriebene Vierseithof heute mit so viel Herz, Kreativität und Engagement erstrahlt, ist auch den Menschen zu verdanken, die sich im Jahr 2020 zum gleichnamigen Förderverein zusammengeschlossen haben. Und genau hier brauchen wir Sie!

Das Jahr 2025 zeigte eindrucksvoll, was freiwilliges Engagement bewegen kann: Ob bei über 1.000 Gästen in der Dauerausstellung, bei beliebten Familienangeboten wie dem Osterspektakel, dem Picknickkonzert, dem Sommer- und Herbstferienprogramm, dem Erntedankfest oder der stimmungsvollen Hofweihnacht – unsere ehrenamtlichen Mitglieder waren überall mit im Einsatz. Sie backen im historischen Holzofen, betreuen Kinderaktionen, helfen beim Auf- und Abbau von Veranstaltungen, unterstützen Bildungsangebote, pflegen die Schäferwagen für Übernachtungsgäste und sorgen sonntags im Hofcafé für gemütliche Stunden. Doch auch hinter den Kulissen wirkt der Verein: Wir helfen

Wanderkinoabende zu organisieren und beteiligen uns an der Pflege des denkmalgeschützten Ensembles. Mit Projekten wie dem Bücher- und Spieletauschhaus oder der Fahrradreparaturstation schaffen wir Angebote, die den Hof für die ganze Region bereichern.

All das gelingt nur, weil Menschen bereit sind, ihre Zeit, ihre Ideen oder ihren Beitrag zu geben. Jede Mitgliedschaft – aktiv oder fördernd – stärkt den Hof, sichert kulturelle Vielfalt in der Region und unterstützt einen Ort, an dem Geschichte, Natur und Gemeinschaft zusammenfinden. Und das Schöne ist: Die gemeinsame Arbeit macht nicht nur unglaublich viel Spaß, sondern tut auch richtig gut, weil man spürt, wie aus vielen kleinen Beiträgen etwas Großes entsteht. In dieser lebendigen Gemeinschaft erlebt man Freude, Zusammenhalt und das Gefühl, wirklich etwas zu bewirken.

Werden Sie Teil unserer Hofgemeinschaft. Gemeinsam erhalten wir Vergangenes und schaffen Neues. Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Weg zu uns: foerderverein@geschichtenhof.de, www.geschichtenhof.de



(c) Stadt Borna



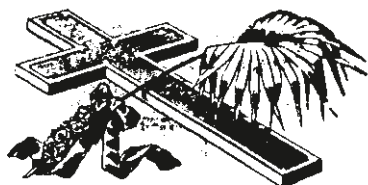
(c) Stadt Borna

— Anzeige(n) —



## Hilfe in schweren Stunden

[trauer-regional.de](https://trauer-regional.de)  
by LINUS WITTICH



Machen Sie bitte von Ihrem Recht des Preisvergleichs Gebrauch!

Bestattungsunternehmen  
**DIETRICH**

Straße der Freundschaft 27 · 04654 Frohburg

 (03 43 48) 5 14 92

**Fu 01 72/8 71 56 20**

[www.Bestattung-Dietrich.de](http://www.Bestattung-Dietrich.de)

*Wir sind für Sie Tag und Nacht erreichbar!*



© stock.adobe.com - rudiernst



## Höchste Zeit, den Osterausflug zu planen

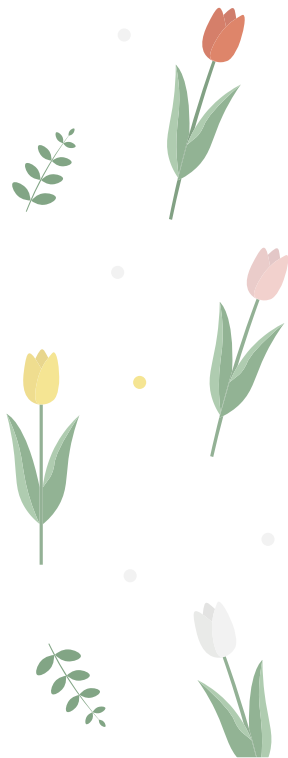
Anzeige

Es grünt und blüht überall und in der Luft liegt ein Hauch von Frühling. Die Natur kleidet sich in bunte Farben und schon bald ist Ostern. Der Start in die Freiluftsaison hat schon begonnen und sonniges Wetter und milde Luft mit ihrem besonderen Duft laden zum Familienausflug ins Grüne ein.

Besonders beliebt zu Ostern sind gemeinsame Ausflüge mit Freunden und Verwandten zu Lokalen und Restaurants in der näheren und auch weiteren Umgebung. Wer einen Osterausflug mit Einkehr in einem Speiselokal oder Gasthaus zum chilligen Brunchen oder zum gemeinsamen Mittagsbuffet plant, der muss sich sputen und am besten schnell reservieren. Denn gerade an Feiertagen wie Ostern sind viele Gastronomiebetriebe bereits Wochen vorher ausgebucht.



© stock.adobe.com - Smart Future



© stock.adobe.com - Mariia




# FROHE OSTERN

Wir wünschen ein frohes Osterfest und eine wunderschöne Frühlingszeit.

**Ihr AZURIT Seniorenzentrum Borna**

**AZURIT Seniorenzentrum Borna**  
 Röthaer Straße 22-24  
 04552 Borna  
 T 03433 777933-0  
 szborna@azurit-gruppe.de  
[www.azurit-gruppe.de](http://www.azurit-gruppe.de)

## FROHE OSTERN

und erholsame Feiertage im Kreise Ihrer Liebsten

Das Team der LINUS WITTICH Medien KG

Ihre Medienberatung vor Ort:

**Ingolf Otto**

0175 2605303  
ingolf.otto@wittich-herzberg.de

**Antje Wiemer**

0151 52206381  
antje.wiemer@wittich-herzberg.de



©stock.adobe.com  
Formiximage





## Frühlingsboten für draußen

Anzeige

Wenn die Temperaturen steigen und sich die ersten warmen Sonnenstrahlen durch die Wolken bahnen, naht zweifelsohne der Frühling. Womit lässt sich die fröhliche Jahreszeit besser begrüßen als mit einer bunten Blütenpracht auf Balkon und Terrasse? Frühblüher wie Primeln, Stiefmütterchen und Maßliebchen eröffnen die Draußen-Saison. Das blühende Trio gibt spätestens im März sein Frühlingsdebüt. Mit nur wenigen Handgriffen sind die vorgetriebenen, kälteunempfindlichen Pflanzen eingetopft und haben ihren großen Auftritt. Dabei darf es gerne etwas farbenfroher werden: Die schimmernden Blüten von Primeln und Stiefmütterchen zeigen sich in intensiven Farbtönen, während das Maßliebchen mit seinen zarten rosafarbenen oder weißen Blüten Basis für verschiedenste Kombinationsmöglichkeiten ist. Ein beliebter Klassiker unter den Frühlingspflanzen ist das Stiefmütterchen, welches mit seinen leuchtenden Blüten über mehrere Wochen hinweg begeistert. Das Stiefmütterchen begrüßt gern auch andere Frühlingblüher in seinem Topf, ein willkommener Partner mit ähnlichen Pflegeansprüchen ist das Maßliebchen. Eine gelungene Ergänzung ist die Dritte im Bunde: die Primel. Diese setzt zuweilen schon im Februar die ersten Lichtpunkte im Außenbereich.

spp-o

*Wir wünschen  
allen Kunden, Freunden  
und Bekannten  
fröhliche Ostern & erholsame Tage.*



**Maurermeister  
Daniel Böhl**

Arbeiten rund um's Haus

Obere Dorfstraße 10  
04651 Bad Lausick / OT Buchheim  
Tel.: 0162 / 70 60 350

E-Mail: mauermeister-daniel-boehl@web.de



Foto: Pflanzenfreude.de/spp-o

**Sonnige Ostertage**

Wir wünschen Ihnen und Ihren Familien ein frohes Osterfest und wunderschöne erholsame Feiertage.

**Herzlichst Familie Werrmann und das Team vom  
Küchenfachmarkt Werrmann's Küche Aktiv  
in Frohburg und Markkleeberg**

[www.kuecheaktiv.de](http://www.kuecheaktiv.de)



## Zu Ostern gemeinsam mit Kindern kochen

Anzeige

An Ostern stehen Eltern oft in der Küche. Kinder können dabei gleich mithelfen. Sie kochen und essen beispielsweise schwarze Urkarottensuppe und Frühlingsalat mit pochiertem Ei sehr gerne.

### Rezept für Karottensuppe mit Salat

Für vier Personen schwitzt man zunächst eine mittelgroße rote Zwiebel an und gibt 500 Gramm violette Urkarotte, 30 Gramm Ingwer, ein bis zwei Esslöffel Honig und etwas Salz hinzu. Dann löscht er alles mit einem Liter Gemüsefond ab und kocht die Karotten weich. Nach etwa 35 Minuten inklusive Vorbereitungszeit püriert man die Suppe.

Der Clou: Die Karottensuppe ist fast schwarz.

### Frühlingsalat mit pochiertem Ei

Für den Frühlingsalat mit pochiertem Ei nimmt man 250 Gramm Wildkräutersalat mit Blüten. Dazu bereitet man ein Zwiebel-Senf-Dressing aus einer roten Zwiebel, einem Esslöffel Senf, fünf bis sechs Esslöffeln Rotweinessig, anderthalb Esslöffel Zucker, einem Achtelliter Öl und etwas Salz und Pfeffer zu. Dann gibt man je ein Ei in einzelne gebutterte Muffin-Förmchen. Die Muffin-Eier stellt man in einen Topf mit daumenhohem Wasser und setzt den Deckel auf. Auf kleiner Flamme garen die Eier etwa 12 bis 18 Minuten. Schließlich stürzt man die Eier aus der Form und serviert sie zum Salat.

## Bräuche rund um Ostern

Anzeige

Viele Osterbräuche haben sich im Laufe der Jahrhunderte entwickelt. Viele davon erfreuen sich nach wie vor großer Beliebtheit. So wurden bereits im 12. Jahrhundert Eier geweiht, die erste Erwähnung bemalter Ostereier datiert aus dem 13. Jahrhundert. In vielen Regionen Deutschlands werden auch heutzutage noch Osterfeuer entfacht. Diese werden in der Regel mit der Osterkerze entzündet. Die Geschichte der Osterfeuer reicht bis in die vorchristliche Zeit zurück.

Drei besondere Osterbräuche haben sich in Sachsen und Brandenburg erhalten. Hier führt die sorbische Minderheit, die in diesen beiden Bundesländern beheimatet ist, das Osterreiten durch. Sorbische Männer in Frack und Zylinder reiten auf geschmückten Pferden am Morgen des Ostersonntags von einer Kirche zur nächsten und verkünden auf ihren Wegstrecken die Auferstehung Christi. Zu den Osterbräuchen gehören auch die sorbischen Ostereier, die schon Wochen im Voraus mit Wachs verziert werden und wunderschöne Gravuren erhalten.

In der Oberlausitz gehen die Kinder zu Ostern, genauer gesagt am Gründonnerstag, betteln. Die Kinder machen auf dem Weg zur Schule und zum Kindergarten an jedem Haus Station, singen eines ihrer Lieder und erbetteln sich so Süßigkeiten und andere Gaben. Ein weiterer Osterbrauch ist das Osterwasser. Dieses musste am Ostersonntag zwischen Mitternacht und dem Sonnenaufgang von schweigenden Mädchen aus einem Bach entnommen werden.

*Frohe Ostern und stets eine „pannenfreie“ Fahrt*

wünscht Ihnen das Team der Firma



**REIFEN-MÄDING  
GREIFENHAIN**  
Reifen- & Autoservice  
Am Wiesenweg 4  
04654 Frohburg OT Greifenhain  
Tel. 03 43 48 / 5 14 77  
[www.reifen-maeding-greifenhain.de](http://www.reifen-maeding-greifenhain.de)  
Öffnungszeiten: Mo - Fr 7.00 - 18.00 Uhr  
Sa nach Vereinbarung

Foto: Ki-generated

*Frohe Ostern*

ZU VERKAUFEN

**0925** Ihr neues Zuhause:

<b>Charmante Doppelhaushälfte in Elbisbach bei Bad Lausick/Frohburg</b>	Preis:	69.000 €
	Wohnfläche ca.:	74 m <sup>2</sup>
	Grundstück ca.:	481 m <sup>2</sup>
	Haustyp:	Doppelhaushälfte
	Provision:	3,0% des Kaufpreises zzgl. MwSt.
04654 Frohburg Stadtteil: Elbisbach	Käuferprovision, Provisionspflichtig:	ja

wünscht

**G Immobilien**  
Katrin Gutzer Ihre Partheland-Maklerin



**Katrin Gutzer Immobilien**  
Buchenweg 3, 04463 Großpösna  
Tel. 034297 992895  
Mobil: 0177 2137943  
[www.gutzer-immobilien.de](http://www.gutzer-immobilien.de)

**HEIMAT TO GO**

Entdecke auch Deinen Ort!

Jetzt kostenfrei in Deinem Store!  
meinort.app/download

Laden im App Store | **JETZT MIT** Google Play | Web-App unter [meinort.app](http://meinort.app)

**„Von Mensch zu Mensch“** [www.lstv.de](http://www.lstv.de)

# Steuern sparen!

Wir helfen Arbeitnehmern, Beamten, Rentnern, Pensionären, Arbeitslosen und Unterhaltsempfängern im Rahmen einer Mitgliedschaft bei der

## Einkommensteuererklärung

auch bei Miet-, Kapital- und sonstigen Einkünften, sofern diese Einnahmen zusammen 13.000 € bei Alleinstehenden bzw. 26.000 € bei Ehepaaren nicht übersteigen und keine gewinn- oder umsatzsteuerpflichtigen Einkünfte vorliegen, es sei denn, die den Einkünften zugrunde liegenden Einnahmen sind nach § 3 Nr. 12 oder 26 des Einkommensteuergesetzes in voller Höhe steuerfrei. Durch unsere langjährige praktische Erfahrung haben wir auch folgende Interessenschwerpunkte:

**Denkmalschutz, steuerliche Förderung von denkmalgeschützten Gebäuden und Arbeitslohn/Renten aus dem Ausland**

® **Lohnsteuerhilfe**

Beratungsstelle Benndorf  
Bubendorfer Str. 2 · 04654 Frohburg OT Benndorf  
Tel. 03 43 48/5 16 77  
E-Mail: [Lohnsteuerhilfe-Benndorf@web.de](mailto:Lohnsteuerhilfe-Benndorf@web.de)

**AMAND Umwelttechnik**  
Rochlitz GmbH & Co. KG  
Entsorgungsfachbetrieb

**UMWELT UND ENTSORGUNG**

**Annahme und Verwertung von**

- Bauabfällen, Sperrmüll, Altglas
- Bauschutt, Beton, Bodenaushub
- Straßenaufbruch, Asphalt, Schornsteinbauschutt

**Lieferung bzw. Selbstabholung von**

- Sand und Kies
- Bodensubstrate
- Recyclingbaustoffe
- **Achtung NEU: Frostschutzmaterial und Splitte**

Kiesgrube Stöbnig · Hauptstraße · 09306 Rochlitz-Stöbnig  
Telefon: 0 37 37- 4 23 42 · Fax: 0 37 37- 4 23 41 · [www.amand.de](http://www.amand.de)

Spenden Sie unter [www.dkhw.de](http://www.dkhw.de)

**Mit Ihrer Hilfe finden Kinder Platz zum Spielen.**

Deutsches Kinderhilfswerk

**Fliesen Fritzsche**

Thomas Fritzsche  
Fliesenlegermeister  
Dorfring 19  
OT Pähnitz/04603 Windischleuba  
Telefon 03447/891762  
Mobil: 0173/5753623  
[www.fliesenfritzsche.de](http://www.fliesenfritzsche.de)  
[fliesen-fritzsche@t-online.de](mailto:fliesen-fritzsche@t-online.de)

**Wir können auch XXL**

- \*Beratung
- \*Verlegung
- \*Verkauf
- \*Trockenbau
- \*3D-Badplanung
- \*Verlegung von Großformatfliesen
- \*Bad-Komplettsanierung

Wir beraten Sie gern

# Ein wunderbarer Start in Frohburg

Wir sind überwältigt von der herzlichen Resonanz zur Eröffnung unserer neuen Filiale. Danke für so viele liebe Besucher und bereits zahlreiche vereinbarte Termine. Frohburg hat uns mit offenen Armen empfangen.

**Unsere Empfehlung:**  
Da ein Hörverlust oft schleichend und unbemerkt entsteht, empfehlen wir besonders ab 50 Jahren einmal jährlich einen Hörtest. Wir nehmen uns Zeit für Sie.  
**Ihr Hörtest bei uns ist selbstverständlich kostenlos.**  
Ihr Team von Hörakustik Kufs

**Hören mit Herz**  
**Kufs**  
HÖRAKUSTIK

Straße der Freundschaft 12

ERÄTE VO HÖRGERÄTE VON HÖRAKUSTIK KUF KUF

Telefon 034348 / 60 37 70 [www.hoerakustik-kufs.de](http://www.hoerakustik-kufs.de)