

Unabhängige Heimatzeitung mit Amtsnachrichten für Radeberg • Arnsdorf • Fischbach • Feldschlößchen • Großerkmannsdorf • Kleinröhrsdorf • Kleinwolmsdorf • Langebrück • Leppersdorf • Liegau-Augustusbad • Lomnitz • Rossendorf • Schönborn • Seifersdorf • Ullersdorf • Wachau • Wallroda • Weißg.

**Haushaltsauflösung**  
**Gartenpflege**  
**Objektbetreuung/-pflege**  
**und Hausmeister**

**S&D Träger**  
info@sd-traeber.de  
0174 20 85 185

## Die Nacht der Fledermäuse



Am Freitag, dem 25.08.2023, findet von 19.00 Uhr bis 22.00 Uhr die Nacht der Fledermäuse in der Naturschutzstation Ne-schwitz statt.

Ein Fledermausvortrag, eine Exkursion mit dem Fledermausdetektor sowie Beobachtungen mittels Wärmebildkamera sollen die Welt der kleinen Nachtschwärmer näherbringen. Für Kinder gibt es ein spannendes Quiz und ein Bastelangebot passend zum Thema. Der Eintritt ist frei.

Naturzentrale Bautzen

## OFFENE HÖFE IN FISCHBACH 27. AUGUST 2023 - AB 14 UHR

Wisst ihr, was auf den Höfen in Fischbach so los ist ??? - Dann kommt am 27. August ab 14 Uhr zum Tag der offenen Höfe nach Fischbach und lasst euch überraschen. Folgende Höfe laden zum Entdecken, Staunen, Schwatzen und Verweilen ein:



- 1. Verhöhrungskirche Fischbach, Amsteg 2 OFFENE KIRCHE FISCHBACH
- 2. Hr. Jurisch / Fr. Goldbach / Fam. Naumann, Amsteg 3 FELDZEUGSTELLUNG, FELDBERATUNG / HOFRÜCKELMARKT
- 3. Fam. Martin / Fam. Wache, Wilschauer Straße 4 BOMMIGESCH & STERNBACKEN / KUNSTWERK & MARIELADENLUST
- 4. Fam. Teich, Wilschauer Straße 23 FLEISCHERISCH & HANDWERK MIT DEN TRADITIONSGUTEN SCHUTZENBEREIN FISCHBACH E.V.
- 5. Fam. Frauenstein, Wilschauer Straße 27 120 JAHRE ALTE SCHNEIDE, ÖLBÄDER / ZEICHNUNGEN
- 6. Bauernhof Robert, Amsteg 15 HOPLAGEN & OFFENER BAUERNHOF
- 7. KunstAtelierEngel/Lindner, Amsteg 28 OFFENES ATTELIER & AUSSTELLUNG ÜBER DEN STALL

## Ärztlicher Bereitschaftsdienst

Kassenärztlicher Notfalldienst für die Bereiche Radeberg, Wachau, Arnsdorf, Wallroda, Kleinwolmsdorf und Fischbach sowie den Bereich Ottendorf-Okrilla

Notfalldienstzeiten:

112	Notruf Feuerwehr, Rettungsdienst, Notarzt, Telefon und Fax
116 117	Kassenärztlicher Bereitschaftsdienst
	Mo., Di., Do.: 19.00 Uhr bis zum nächsten Tag 7.00 Uhr
	Mi., Fr.: 14.00 Uhr bis zum nächsten Tag 7.00 Uhr
	Sa., So.: 24 Stunden
03571-19222	Anmeldung Krankentransport (für Ärzte, Krankenhäuser, Pflegeheime und Patienten)
03571-19296	Allgemeine Erreichbarkeit der Leitstelle / Feuerwehr

## Notdienst Zahnärzte Kamenz / Radeberg

19.08.	Praxis Dr. med. dent. Torsten Christoph Ziegenbalgstraße 5, 01896 Pulsnitz Tel. 035955 / 77 05 75
20.08.	Praxis Dr. Ulrike Dannenberg Topfmarkt 5, 01936 Königsbrück Tel. 035795 / 315 10

jeweils Sa. / So. 9.00 - 11.00 Uhr; Rufbereitschaft / Dienstwechsel 7.00 Uhr des Folgetages; Infos unter [www.zahnarzte-in-sachsen.de](http://www.zahnarzte-in-sachsen.de)

## Notdienstbereitschaft Apotheken

Dienstwechsel jeweils 8.00 Uhr	
19.08.	Apotheke im EKZ, Königsbrück Tel. 035795/286 64
20.08.	Löwen-Apotheke, Radeberg Tel. 03528/44 22 28
21.08.	Elefanten Apotheke, Altstadt Radeberg Tel. 03528/44 78 11
22.08.	Heide-Apotheke, Radeberg Tel. 03528/44 27 70
23.08.	Mohren-Apotheke, Radeberg Tel. 03528/44 58 35
24.08.	Marien-Apotheke, Elstra Tel. 035793/8 30
25.08.	Elefanten Apotheke, Großröhrsdorf Tel. 035952/589 15

## Tierärztlicher Bereitschaftsdienst

für die Bereiche Arnsdorf, Großröhrsdorf, Langebrück, Ottendorf-Okrilla, Radeberg, Schönfelder Hochland und Wachau  
werkt. 18.00-08.00 Uhr u. Sa., So. ganztägig, nur nach telef. Anmeldung  
18.08. - 25.08.23: Frau TÄ Junkert, Radeberg  
Tel. 0160 / 1 25 29 84

Notfallservice der Tagesklinik für Kleintiere Stolpen Tel. 035973 2830  
wochentags: 8.00 Uhr - 21.00 Uhr  
samstags: 8.00 Uhr - 17.00 Uhr (mit telefon. Anmeldung)

## Verkehrswende in kleinen & mittleren Städten Was ist aus der Idee des „Carsharing“ in Radeberg geworden?

Kurz und knapp kann man sagen, dass die Idee vom Carsharing, also dem Teilen eines Fahrzeuges, in Radeberg aktuell keine Früchte trägt. Nachdem es vor gut zwei Jahren rege Bemühungen gab, einen Interessenskreis aufzubauen und motivierte, engagierte Bürgerinnen und Bürger „an Bord“ zu holen, ist das Projekt in den Kinderschuhen vorerst steckengeblieben. Es gab nach einem ersten Austausch per Videokonferenz, einen Vor-ort-Termin mit Martin Schmidt vom Unternehmen „teilAuto“, welches sich gut vorstellen kann, in Radeberg einen kleinen Standort für Carsharing zu etablieren.

„Radeberg hat durchaus Potenzial, vor allem am Bahnhof und in der Innenstadt hätten sich schnell Stellflächen gefunden“, so Martin Schmidt. Doch es fehlten die Mitstreiter, um das Projekt vor Ort nach vorn zu bringen. Bei teilAuto ist man nach wie vor offen, das Konzept in Radeberg zu etablieren. Doch wie Martin Schmidt auch mitteilt, gibt es mittlerweile eine recht lange Warteliste, darunter auch viele kleine und mittelgroße Städte. Nach zwei Jahren hat sich nun zudem der Fahrzeugmarkt verändert. „Mittlerweile ist es fast unumgänglich Stellflächen bzw. Mietpunkte zu generieren, welche mit E-Ladesäulen ausgestattet sind, da wir oftmals E-Autos anbieten“, informiert Regionalleiter Schmidt.

„Aktuell gehen bei uns besonders viele Carsharing-Anfragen aus kleineren Städten ein. Einige neue Vielleicht-Standorte sind bereits

in der Pipeline. Aber Carsharing abseits der Großstädte ist ein ganz eigenes Ding“, berichtet teilAuto zudem auf seiner Homepage [www.teil-auto.net](http://www.teil-auto.net). Weiter heißt es: „Der Durchlauf. Sowohl die Anzahl der Nutzenden als auch die Auslastung der Fahrzeuge ist doch spürbar niedriger als in den Metropolen. Meist gibt es einen kleinen festen Kern an Carsharing-Kund\*innen. Aber wenn der mal drei Wochen kein Auto braucht, laufen für uns die Kosten dennoch

weiter. Anschaffung, Versicherung, technische Anbindung ans Buchungssystem, Reparaturen und Durchsichten müssen ja grundsätzlich gestemmt werden. Eine weitere Besonderheit ist der Umgang mit den Fahrzeugchecks. Wenn es nur drei Gemeinschaftsautos im Ort gibt, ist der Einsatz eines professionellen Servicemobils schwer umsetzbar. Deshalb geht es nicht ohne das Engagement der Leute vor Ort.“

Doch kleinere und mittlere Städte wie Zwickau, Borna, Meißen und Plauen zeigen jedoch, dass es umsetzbar ist. Vielleicht finden sich doch noch einige „Kümmerer (m/w/d)“, wie teilAuto die Menschen nennt, die die Fahrzeugchecks übernehmen oder das Auto umparken, wenn es mal eine Baustelle in Stationsnähe gibt. Zudem werden potentielle „Ankernutzer“ gebraucht, um für eine gewisse Grundauslastung und damit für die Stabilisierung des Angebotes zu sorgen. Das können Unternehmen, Privatpersonen, Institutionen oder die Stadtverwaltung sein. Letztere sollte das Projekt Carsharing natürlich auch unterstützen. Damit das Ganze dann gut funktioniert, braucht es eine Gruppe von Interessierten, die Carsharing nutzen und sich dafür auch engagieren wollen. Sie bilden die sogenannte „Ortsgruppe“, die ehrenamtlich hilft, das Angebot zu etablieren und bekannt zu machen.

Wie eingangs erwähnt, hat Radeberg durchaus Potential diesen Baustein der Verkehrswende zukünftig aufzunehmen. Die gute Anbindung durch den öffentlichen Personennahverkehr sowie die direkte Nachbarschaft zu Dresden sorgen für ein solides Netz an Verkehrsmitteln, für weitere Strecken, bei denen man ein Auto braucht, kann Carsharing eine sinnvolle Ergänzung sein.



Am 06.07.2021 schaute sich Martin Schmidt, Regionalleiter bei teilAuto, verschiedene Standorte für Stellflächen in Radeberg an und stand für Fragen und Anregungen zur Verfügung. Leider kamen bis auf wenige Nachfragen keine weiteren Impulse mehr aus Radeberg, sodass das Projekt sprichwörtlich „auf Eis liegt“.

Text: Red.;  
Foto: Rolf Daehne

## „Radeberg ist wachsend - die Infrastruktur am Limit“

### Ein Jahr im Amt des Oberbürgermeisters von Radeberg - im Gespräch mit Frank Höhme

Nach einem langen, spannenden Wahlkampf konnte Frank Höhme im vergangenen Jahr, genauer am 09.08.2022, die Arbeit als neuer Oberbürgermeister aufnehmen. Vieles galt es zu erfahren, zu erlernen, zu organisieren, neu zu gestalten und aufzuarbeiten. „Wie schnell dabei ein Jahr vergeht, man glaubt es wirklich nicht“, so Frank Höhme.



Schon bei den kleinsten Radebergerinnen und Radebergern kann Frank Höhme punkten. Doch die bestehende Infrastruktur der Kitas und Schulen bereitet dem Oberbürgermeister einige Sorgen.

„Dass Radeberg wächst, ist gut, bringt aber auch Probleme mit sich“, erzählt der Radeberger Oberbürgermeister im Gespräch. Aktuell zählt Radeberg 19.160 Einwohner. Zusätzlich haben 536 Menschen ihren Zweitwohnsitz in Radeberg gemeldet.

Frank Höhme sorgt sich vor allem um zwei Themen: „Die Infrastruktur und vor allem unsere Schulen und Kitas bereiten uns Sorgen. Die Grundschule Stadtmitte ist voll, hier geht einfach nichts mehr. Es reicht schon die Meldung, dass ein oder zwei Familien



Bildung ist ein wichtiger Bestandteil vom Krippenkind über die Vorschule bis hin zur Oberschule oder dem Gymnasium. Mit wachsendem Zuzug stößt Radebergs Infrastruktur an ihre Grenzen.

**Optik**  
Augenprüfung • Brillen • Kontaktlinsen • Berufs- und Sportoptik

**Augenoptik & Hörgeräteakustik ENGLERT**  
Inhaber Jan Helas

**Akustik**  
• Hörprüfung • Hörgeräte • Gehörschutz

Öffnungszeiten:  
Montag bis Freitag 9-18 Uhr  
Samstag 9-12 Uhr

Dresdener Str. 3 | 01454 Radeberg | Tel. (03528) 44 34 05 | [www.augenoptik-englert.de](http://www.augenoptik-englert.de)

zuziehen und Schulkinder mitbringen, das bringt die ganze Planung für das neue Schuljahr durcheinander.“

Radeberg entwickelt sich entgegengesetzt der überregionalen Prognosen. Das trifft vor allem die Schulinfrastruktur der Grund- und Oberschulen der Stadt. „Das Humboldt-Gymnasium ist in Trägerschaft des Landkreises Bautzen, deshalb liegt die Verantwortung beim Landratsamt.“ Aktuell wird eine Bedarfsanalyse für die nächsten 10 Jahre erstellt. Diese Zahlen sollen dann an das zuständige Ministerium weitergegeben werden, damit auch hier der reale Bedarf gesehen wird.

„Es muss vor allem der Istzustand der vorhandenen Gebäude betrachtet werden. Es gilt sich zu fragen, ob man in alte, denkmalgeschützte Häuser noch investiert, obwohl keine räumliche Erweiterung möglich ist, um die Kapazität zu steigern“, konkretisiert Frank Höhme die Problemstellung.

Der Radeberger Oberbürgermeister, aber auch seine Kollegen aus Arnsdorf, Wachau und Ottendorf-Okrilla sehen, wie die Landeshauptstadt wächst. Vor allem die Industriensiedlungen bringen neue Arbeitskräfte in die Region, welche im sogenannten Speckgürtel von Dresden Wohnraum suchen. „Dresden wächst und wird immer teurer, die Menschen zieht es ins Umland. Doch für diesen Zuzug fehlt hier die Infrastruktur und es ist kein Stillstand zu erkennen“, sorgt sich Frank Höhme.

Radeberg selbst würde Unternehmen ebenfalls gern Gewerbeflächen anbieten, um seine Steuereinnahmen zu erhöhen und somit über die nötigen Gelder zur Erweiterung der Infrastruktur zu verfügen. Doch eben diese Flächen fehlen der Stadt. Seit seinem Amtsantritt hatte Frank Höhme so viele Anfragen nach Gewerbeflächen, dass 1.500 bis 2.000 neue Arbeitsplätze hätten entstehen können. Hier soll die interkommunale Zusammenarbeit mit den Nachbargemeinden zukunftsorientierte Lösungen bringen.



Die Grundschule Stadtmitte stößt mittlerweile aufgrund hoher Schülerzahlen an ihre Kapazitätsgrenzen. Eine Erweiterung ist nicht möglich. Auch der Hort Regenbogenland bietet nicht genügend Platz für alle Kinder, sodass vor einigen Jahren eine Doppelnutzung im Schulgebäude notwendig wurde. Was mit einem Raum begann, erstreckt sich mittlerweile über zwei Etagen der Grundschule. Auch Klassenzimmer werden als Horträume genutzt.

**Elefant ist sauer**

Eine Aktion Ihrer Elefanten Apotheke Altstadt Radeberg

Gutscheine auf Seite 3

Text & Fotos: Red.

## Große Kreisstadt Radeberg

### Information aus dem Einwohnermeldeamt

Wegen einer Softwareumstellung bleibt das Einwohnermeldeamt der Großen Kreisstadt in der Woche vom **16.10.23 bis 20.10.23 geschlossen**.  
Bürgerinnen und Bürger werden gebeten, sich rechtzeitig vor den

einzelnen Anliegen zwecks Terminvereinbarungen zu melden. Hierfür steht ein Terminbuchungsportal zur Verfügung. Bitte nutzen Sie vorrangig diese Möglichkeit oder vereinbaren Sie über das Bürgerbüro (03528-450-0) telefonisch einen Termin.

Stadtverwaltung Radeberg

### Schülerlotsen gesucht!

Das neue Schuljahr beginnt in wenigen Tagen. Damit auch die Jüngsten früh morgens sicher zum Unterricht kommen, werden an der Grundschule Süd sowie an der Grundschule Stadtmitte erneut ehrenamtliche Schulweghelfer im Einsatz sein. Für die Grundschulen in Ullersdorf, Großerkmannsdorf und Liegau-Augustusbad suchen wir hingegen noch dringend Helfer, ebenso für zusätzliche Bereiche an der Grundschule Stadtmitte. Wer kann uns bei dieser Aufgabe unterstützen?  
Die Schulweghelfer erhalten vorab natürlich eine Einweisung durch die Polizei und auch die Ausstattung wird gestellt. Die Stadt Radeberg zahlt den Helfern zudem eine Aufwandsentschädigung.

Bei Interesse oder für eventuelle Fragen: [ordnungsamt@stadt-radeberg.de](mailto:ordnungsamt@stadt-radeberg.de)

Stadtverwaltung Radeberg



## Gemeinde Wachau

### Das Lomnitzer Volksheim jetzt mit barrierefreiem Zugang

Wenn das Volksheim Lomnitz bald seinen 95. Geburtstag feiert, dann kann es sich schon einmal über ein vorzeitiges Geschenk freuen. Auf Initiative des Lomnitzer Carnivals Clubs e.V. (LCC), der sich als Hauptnutzer auch außerhalb der närrischen Zeit um das Veranstaltungsgebäude kümmert, ist im Sommer als Gemeinschaftsprojekt mit der Gemeinde Wachau ein barrierefreier Zugang zum Gebäude entstanden. Dieser konnte, dank einer großzügigen Förderung durch das Investitionsprogramm Barrierefreies Bauen „Lieblingsplätze für Alle“, sogar ohne jegliche Eigenmittel der Gemeinde entstehen. Von den neu angelegten Behinderten-Parkplätzen kann man jetzt über eine befestigte Rampe barrierefrei auf den Großen Veranstaltungssaal gelangen. Somit können nun auch jene Besucher, die auf einen behindertengerechten Zugang angewiesen sind, die vielfältigen Events im Volksheim besuchen.



Veit Künzelmann (Bürgermeister der Gemeinde Wachau, mitte), Robert Krause (Präsident des Lomnitzer Carnivals Club, links) und Dirk Richter (Vize-Präsident des Lomnitzer Carnivals Club, rechts) auf dem Pflaster des neu entstandenen barrierefreien Zugangs zum Volksheim Lomnitz.

„Dies ist ein erster wichtiger Schritt für die Instandhaltung und Modernisierung unseres Volksheims. Das Gebäude mit einem der letzten großen Veranstaltungssäle in der Region ist uns als Verein und den Lomnitzern sehr wichtig“, betont Robert Krause, Präsident des LCC. Ein Nutzungs-

konzept als Grundlage für weitere Modernisierungsmaßnahmen ist zudem in Planung. Neben dem Carnivalsclub lädt auch der Heimatverein Lomnitz e.V. regelmäßig zu Kulturveranstaltungen für Groß und Klein ein. Außerdem finden in dem über 300 Personen Platz bietenden Festsaal Schuleingänge, Einwohnerversammlungen und die Wahlen des Ortsteiles Lomnitz statt. Ein etwas kleinerer Saal steht auch privaten Nutzern zur Verfügung, die dabei auf die umfangreiche Gastro-Ausstattung des Hauses und der Vereine zurückgreifen können. Details findet man auf der Homepage [www.volksheimlomnitz.de](http://www.volksheimlomnitz.de) und alle Infos über zukünftige Veranstaltungen kann man auf den Seiten des Lomnitzer Carnivals Clubs ([www.trude-hau-rein.de](http://www.trude-hau-rein.de)) und des Lomnitzer Heimatvereins ([www.dielomnitzer.de](http://www.dielomnitzer.de)) nachlesen.

Foto & Text: Gemeinde Wachau

## Gemeinde Arnsdorf

### Veröffentlichung der Geburtstagsgrüße und Jubiläen durch die Gemeinde Arnsdorf

*Es kommt nicht darauf an, dem Leben mehr Jahre zu geben, sondern den Jahren mehr Leben zu geben. (Alexis Carrel)*

Allen Jubilaren, die in der Zeit vom **21.08. – 27.08.2023** ihren Geburtstag feiern, wünsche ich Gesundheit, Glück, persönliches Wohlergehen und Zufriedenheit.

Aus datenschutzrechtlichen Gründen ist die Veröffentlichung der Namen der Jubilare nur mit deren Zustimmung möglich.

Frank Eisold, Bürgermeister

## Information

### Igelnachwuchs im Garten – Was nun?

- Igel nutzen ihre Nester mitunter ein Leben lang.
- Wer ein Igelnest im Garten aus Versehen aufdeckt, sollte es schnell wieder bedecken und beobachten, ob die Jungtiere anschließend Hilfe brauchen.
- Behutsameres und rücksichtsvolles Gärtnern ist ein präventives Mittel.



In der Zeit von Juni bis in den Oktober hinein gebären Igelmutter ihre Jungtiere und ziehen sie groß. Dafür wählen sie vor Fressfeinden und extremer Witterung geschützte Orte, wie etwa unter einer Hecke, im Wurzelwerk oder einem Reißig- bzw. Laubhaufen. Dort bauen sie ihre Nester, die neben der Jungenaufzucht auch als Winterschlafquartier dienen können. Manche der Tiere nutzen ihr Nest sogar ein Leben lang. Im Rahmen der Gartenarbeit kann es zu dieser Jahreszeit vorkommen, dass beim Herausreißen der Hecke ein solches Igelnest aufgedeckt oder sogar beschädigt wird. Igel gehören, laut dem Bundesnaturschutzgesetz und der Bundesartenschutzverordnung, zu den besonders geschützten Tierarten. Daher sind das Nachstellen, Fangen, Verletzen oder Töten verboten. Entsprechend dürfen auch ihre Nester nicht mutwillig zerstört werden. Ist dies nun aus Versehen doch passiert, ist schnelles Handeln und Urteilsvermögen gefragt. Befinden sich Jungtiere im Nest und Sie haben es „lediglich“ aufgedeckt, bedecken Sie es einfach schnell wieder. Dabei stehen die Chancen gut, dass die Igelmutter sich beruhigt, es repariert und anschließend die Aufzucht fortsetzt. Es ist jedoch auch möglich, dass sie ihre Jungen an einen anderen, sichereren Ort umsiedelt. Beobachten Sie eine Weile aus der Ferne, was geschieht. Im schlimmsten Fall, gibt die Igelmutter das Nest auf und lässt ihre Jungen zurück. Als bald werden die Kleinen fiepend, hungrig und ihre Mutter suchend aus dem Nest gekrabbelt kommen – ein sicheres Anzeichen dafür, dass sie verlassen wurden. Nehmen Sie die Jungtiere am besten schnell mit ins Haus, da sie ansonsten unterkühlen. Legen Sie sie in eine Kiste mit einer

mit lauwarmem Wasser gefüllten Wärmflasche, welche Sie vorher mit einem Küchentuch abdecken. Anschließend bedecken Sie die Igel vorsichtig mit einem weiteren Küchentuch, um sie warmzuhalten. Ziehen Sie Fachpersonen, wie Igelexperten oder Tierärzte hinzu. Am besten ist es, wenn die Jungigel in einer Igelauflangstation aufgenommen werden können. Es gibt noch einen weiteren Fall: Sind Sie im Garten unterwegs und es begegnet Ihnen ein vollständig entwickelter, behaarter aber jedoch sehr kleiner Igel, brauchen Sie sich nicht zu sorgen. Igel sind mit bereits bis zu 200 Gramm und nach dreiwöchigem Säugen, sowie drei weiteren Wochen der Aufzucht, bereit, selbstständig ins Leben zu starten. Ein Eingreifen durch den Menschen ist nicht mehr erforderlich. Um aufgedeckte oder zerstörte Igelnester zu vermeiden, sind folgende Dinge bei der Gartenarbeit zu beachten: Laub- und Komposthaufen sollten nur vorsichtig gewendet werden. Wenn möglich, sollten Rasentraktor oder die elektrische Heckenschere gemieden werden. Beim Einsatz eines Balkenmähers oder einer einfachen Heckenschere kann schneller reagiert werden. Ist ein Igelnest im Garten bekannt, sind Haustiere davon fernzuhalten. Auch ist es möglich, geplante Arbeits- und Baumaßnahmen außerhalb der Aufzuchtzeit an entsprechenden Stellen durchzuführen. Stattdessen können Sie das Igelnest einfach beobachten und dabei spannende Entdeckungen machen.

Naturzentrale Bautzen  
Foto: pixabay / congerdesign

## Langebrücker Nachrichten



# Chortreffen bringt sage und schreibe 300 Sängerinnen und Sänger zusammen

Den Termin können sich alle bereits vormerken / Das Musikfest auf der Hofewiese verspricht einiges

VON SYLVIA GEBAUER

Das Singen in der Gemeinschaft hat positive Effekte, das Gemeinschaftsgefühl wird gestärkt, das Musikerlebnis ist intensiv und sogar gesund. Wie vielfältig und beeindruckend der Chorgesang sein kann, steht einmal mehr beim besonderen Treffen der Ensembles auf der Hofewiese im Fokus. Zum fünften Mal heißt es hier „Viva la Musica“. Und für diesen Anlass wird eine ganze Menge aufgeföhren.

Die musikalische Leitung obliegt einmal mehr Vitali Aleshkevich. Erstmals zeichnete er sich im Jahr 2018 für das Treffen verantwortlich. In Langebrück leitet er sowohl den Nicodé-Chor als auch die Nicodé Pop Vocals. Diese beiden Ensembles und neun weitere bereichern das Musikfest. Sage und schreibe 300 Sängerinnen und Sänger aus insgesamt elf Chören zelebrieren gemeinsam „Viva la Musica“ in der Dresdner Heide.

Den Termin können sich alle Interessierten schon einmal vormerken. Konzertieren werden sie am Sonnabend, 26. August. Zwischen 12.00 und 18.00 Uhr präsentieren sich unter anderem die Chöre aus Langebrück, Weixdorf, Boxberg, Rähnitz, Pulsnitz, Heidenau und Dresden. Der Eintritt ist wie immer frei.

Für den Nicodé-Chor Langebrück und für die Nicodé Pop Vocals ist es der erste große Auftritt nach der Sommerpause. Diese endet am Montag, 21. August. Der Nicodé-Chor probt dann von 18.45 bis 20.15 Uhr im Bürgerhaus Langebrück, im Anschluss folgen die Nicodé Pop Vocals, genauer von 20.30 bis 22.00 Uhr. Neue Mitglieder sind immer herzlich willkommen.



Wie bei ihrem Frühjahrskonzert präsentieren sich beide Langebrücker Ensembles, der Nicodé-Chor und die Nicodé Pop Vocals (Foto oben), beim Chortreffen auf der Hofewiese am 26. August.

FOTOS: Archiv Erhardt Möbius

### Aus den Vereinen

#### Zwei Kanarische Inseln im Fokus

Der Besuch am Montagmittag ist für viele Interessierte gesetzt, denn der Langebrücker Seniorentreff der Volkssolidarität lädt immer um 15.00 Uhr zu einem abwechslungsreichen Nachmittag ein. Am kommenden Montag, 21. August, geht es weiter. Dabei stehen zwei Kanarische Inseln im Fokus. Jürgen Schmelzer wird über Gran Canaria und Lanzarote berichten, das geht aus der Programmankündigung hervor. Zum Start werden Kaffee und Kuchen / Gebäck zum kleinen Preis angeboten. Wer mehr wissen will, braucht nur ins Café des Langebrücker Bürgerhauses zu kommen. Gäste sind herzlich willkommen. Der Eintritt ist frei. Bei Rückfragen stehen die Mitglieder des Organisationsteams Rede und Antwort. Diese sind wie folgt erreichbar: Inge Wächtler (Kordinatorin) – Telefon (035201) 70366; Ralf Gnauck (Skat und Rommé) – Telefon 0151-40255823 und Rainer Korf (Münzstamm-tisch) – Telefon (035201) 71693.

#### Start des Übungsbetriebes nach den Ferien im Kinder- und Jugendbereich

Der Übungsbetrieb nach den Sommerferien startet beim Turnverein Langebrück in den meisten Gruppen des Kinder- und Jugendbereiches sofort ab der 34. Kalenderwoche zu den gewohnten Zeiten. Ausnahmen gelten für folgende Gruppen: „Dancing Kids“ und „Jazzdance für Mädchen“ beginnen erst am Montag, 28. August sowie die „Vorschule“ am Mittwoch, 06. September.

### In Kürze

#### Familiengottesdienst zum Schuljahresbeginn

Im neuen Schuljahr beginnt für viele etwas Neues: Kinder kommen in die Schule, wechseln die Schule, Jugendliche beginnen eine Ausbildung oder ein Studium oder steigen in ihren Beruf ein. Wo könnte da ein Schatz sein? „Wir laden alle ein, sich gemeinsam mit uns auf die Suche zu machen. Zu Beginn des neuen Lebensabschnittes möchten wir allen Mut machen und Gottes Segen mit auf den Weg geben. Dazu ist jede und jeder ganz herzlich eingeladen“, heißt es dazu in der Einladung zum Gottesdienst. Dieser wird am Sonntag, 20. August, ab 11.00 Uhr in der Langebrücker Kirche gefeiert. Geleitet wird er von Pfarrer Christiane Rau.

# Schloss Seifersdorf erhält höchsten Fördermittelbescheid der Region

## Rund 5,7 Millionen Euro aus Investitionsgesetz Kohlregionen für Wachau

Das Schloss Seifersdorf wird seit geraumer Zeit touristisch erschlossen. Mühsam wurde und wird um Fördermittel und Spenden gerungen, um das Großprojekt umzusetzen. Allein die Sanierung des Daches verschlingt Millionen. Mit rund 5,7 Millionen Euro Förderung kommt die Baumaßnahme ein gutes Stück voran. Am Freitag, dem 11.08.2023 übergab Staatssekretärin Barbara Meyer den Fördermittelbescheid an den Wachauer Bürgermeister

Veit Künzelmann sowie den Förderverein Schloss Seifersdorf. Mit diesem Geld kann die Gemeinde notwendige Baumaßnahmen finanzieren, um das Schloss für Besucher und Touristen noch mehr zu öffnen. Es soll in den nächsten Jahren ein Besucherzentrum sowie ein multimediales Erlebnismuseum entstehen. Ein weiterer wichtiger Punkt auf der Liste ist die Barrierefreiheit im und an dem historischen Gebäude.

Das Seifersdorfer Schloss wird jetzt schon vielseitig genutzt. So können die Räumlichkeiten für Hochzeiten, Tagungen oder verschiedene Veranstaltungen gemietet werden. Für diesen Bereich werden ebenfalls Gelder aus dem Fördermittelbescheid bereitgestellt, um das Angebot noch attraktiver zu gestalten. Wie Barbara Meyer erklärt: „Wenn Tourismus und Wirtschaft angekur-



belt werden, wird die ganze Region dauerhaft davon profitieren.“ Bis Mitte 2026 soll das Vorhaben realisiert werden und unterstreicht damit gleichzeitig noch einmal die wichtige kulturgeschichtliche Bedeutung des Schlosses als Anziehungspunkt. Das Vorhaben im Wachauer Ortsteil Seifersdorf ist eines von 19 Projekten aus dem Bereich touristische Infrastruktur, die im Lausitzer Revier aus dem InvKG gefördert werden sollen. Für den Förderverein des Schlosses und die Gemeinde Wachau ist es wieder ein weiterer großer Meilenstein in der Schlossgeschichte.

Text & Fotos: Red.



**NEU**

**KUMPIR**

Original: 5,00 €  
Vegetarisch: 6,50 €  
Mit Fleisch: 7,50 €

(Gefüllte Ofenkartoffel mit verschiedenem Gemüse, natürlich auch mit Dönerfleisch)

**NEU - NEU - NEU**

⇓ **Döner Pommes: 7,00 €** ⇓  
⇓ **Dürüm Pommes: 8,00 €** ⇓

**Döner mit Kalbsfleisch: 6,00 €**

Niedergraben 16 | 01454 Radeberg | Tel. 03528 2294692  
Öffnungszeiten:  
Mo - Fr: 11 - 22 Uhr | Sa & So: 12 - 22 Uhr

Jahreswagen von Volkswagen

**Schöne Aussichten**  
Auch für Ihr Budget

**Jetzt Probefahrt vereinbaren**

**Der T-Roc: unser aktuelles Jahreswagen-Highlight**

**T-Roc Active 1.5 TSI DSG 110 kW (150 PS)**  
EZ 12/2021, 20.605 km, urspr. UVP des Herstellers: 41.585,00 €.  
Ende der Garantielaufzeit<sup>1</sup> für dieses Fahrzeug: 12/2026 oder 100.000 km (je nachdem, was zuerst eintritt).  
**Ausstattung:** Heckklappe mit elektrischer Öffnung und Schließung, Automatische Distanzregelung ACC, Navigationssystem "Discover Media" inkl. "Streaming & Internet", Multifunktionslenkrad in Leder mit Schaltwippen beheizbar, Rückfahrkamera "Rear View", Standheizung und -lüftung, Spurhalteassistent "Lane Assist", Klimaanlage "Air Care Climatronic" mit 2-Zonen-Temperaturregelung, Winter-Paket uvm.

Das Finanzierungsbeispiel basiert auf einer jährlichen Fahrleistung von 10.000 km.

Fahrzeugpreis:	28.970,00 €
Anzahlung:	2.806,56 €
Nettodarlehensbetrag:	27.499,95 €
Sollzinssatz (gebunden) p. a.:	3,92 %
Effektiver Jahreszins:	3,99 %
Laufzeit:	48 Monate
Schlussrate:	14.054,26 €
Gesamtbetrag:	30.806,26 €
<b>48 mtl. Finanzierungsrate à</b>	<b>349,00 €<sup>2</sup></b>

Ein Angebot der Volkswagen Bank GmbH, Gifhorn Str. 57, 38112 Braunschweig, für die wir als ungebundener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für die Finanzierung nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen.

Beispielhafte Fahrzeugabbildung zeigt Sonderausstattungen. Jahreswagen sind nur begrenzt verfügbar. Gültig bis zum 30.09.2023. Jahreswagen sind nur begrenzt verfügbar. Stand 08/2023. Änderungen und Irrtümer vorbehalten. <sup>1</sup> Für ausgewählte Jahreswagen aus dem Bestand der Volkswagen AG gilt die Garantie bis zum fünfzehnten Fahrzeugjahr für bis zu 36 Monate im Anschluss an die zweijährige Herstellergarantie und - je nach individuellem Fahrzeug - bis zu einer maximalen Gesamtfahrleistung von 100.000 km. Garantiegeber ist die Volkswagen AG, Berliner Ring 2, 38440 Wolfsburg. Weitere Voraussetzungen bzw. Beschränkungen der Garantie, insbesondere den Beginn der Garantielaufzeit, entnehmen Sie bitte den Garantiebedingungen unter volkswagen.de <sup>2</sup> Bonität vorausgesetzt. Vorstehende Angaben entsprechen zugleich dem repräsentativen Rechenbeispiel gemäß PAngV. Es besteht ein gesetzliches Widerrufsrecht für Verbraucher.

Ihr Volkswagen Partner

**Autohaus Franke GmbH & Co. KG Radeberg**  
An der Ziegelei 11, 01454 Radeberg  
Tel. +49 3528 48200, <http://www.volkswagen-franke.de>

## Für Radeberg und die Region Lionsclub Radeberg unterstützt lokal, aber auch weltweit Charity-Projekte

Mitte der 90er Jahre wurde begonnen, in Radeberg einen Club aufzubauen, welcher aus einer weltweit agierenden Gemeinschaft resultiert. Die erste Initiative dieser Art hat ihren Ursprung im Jahr 1917. In Illinois/USA gründete sich der erste Lionsclub und brachte somit den Stein der wohlthätigen Organisation ins Rollen. Wobei der Name Lions nicht zwingend etwas mit dem Löwen an sich zu tun hat. Vielmehr handelt es sich um die Abkürzung „Liberty Intelligence Our Nations Safety“. Das bedeutet übersetzt so viel wie „Freiheit des Geistes und der Person, Verständnis und Engagement sowie Bereitschaft zum Schutz und der Zukunft unserer Gesellschaft“.



beteiligen. Wichtig finde ich immer den Ton und den Respekt, den man sich gegenseitig entgegenbringt. Es ist wichtig eine Meinung zu haben und diese kundtun zu dürfen. Ich bin zudem der Meinung, dass Demokratie nur durch mitmachen gelingt.“

**Mitmachen war ein gutes Stichwort. In ihrem Motto geht es auch um das „Mitmachen“. Welche Gedanken haben Sie dazu?**

„Vielleicht gelingt es uns als Lionsclub das eine oder andere Thema aus Radeberg noch mitgestalten zu können. Wir beteiligen uns an Veranstaltungen (Stadtfest, Schlossnacht, Schwibbogen anlichten...). Jeder Einzelne kann ein Stück des Radeberger Lebens mitgestalten. Radeberg ist eine schöne Stadt, hat junge Wohngebiete und viel Potential.“

Im Lionsclub Radeberg lebt man diesen Grundsatz. Aktuell steht der Wechsel des Vorstandes und der Präsidentschaft im Fokus. Die Mitglieder wechseln sich jährlich ab, dieser Vorgang läuft nach festen Regeln bzw. einem Rotationssystem ab. Präsident im Zeitraum 2022/2023 war zuletzt Olaf Herold. Ihm folgt nun für das Jahr 2023/2024 Susann Fritzsche, die bisher Vizepräsidentin war.

Jeder aktuelle Lions-Präsident wählt ein Jahresmotto. Das Motto von Susann Fritzsche lautet: MITREDEN.MITGESTALTEN.MITHELFEN.

Was sie damit aussagen möchte? Wir haben nachgefragt.

**Frau Fritzsche, kurz und knapp - was bedeutet es genau für sie „mitzureden“?**

„Man darf sich an allen Diskussionen und öffentlichen Gesprächen

**Hat Radeberg auch das Potenzial „mitzuhelfen“?**

„Dieser Bestand liegt mir persönlich besonders am Herzen. Als ich vor 4 Jahren in den Lionsclub eingetreten bin, war meine größte Motivation meine Freizeit auch zu nutzen, um Gutes zu tun und anderen zu helfen. Dies ist in einer Gemeinschaft, wie dem Lionsclub hervorragend gegeben und ich fühle mich in diesem Club sehr wohl. Wir haben ein aktives Clubleben, machen gemeinsame Ausflüge und sammeln mit unseren Aktivitäten Geld, um gemeinnützige Projekte zu unterstützen. Meiner Familie und mir geht es gut und ich merke wie die Freude, die man anderen bringt, auch auf jedes einzelne Mitglied unseres Clubs - auch auf mich - zurückwirkt.“

Text: Red.  
Foto: Lionsclub Radeberg

## Radeberger Schlossnacht - 26.08.2023

Langjährig unter dem Namen „Jazz im Schloss“ bekannt, findet diese gemeinnützige Veranstaltung seit einigen Jahren unter dem Namen „Radeberger Schlossnacht“ wie gewohnt am Schloss Klippenstein statt. Bei sommerlichem Flair erwartet die Gäste wieder stimmungsvolle Livemusik zum Genießen und Tanzen.

**LIONS CLUB RADEBERG**  
präsentiert mit freundlicher Unterstützung von

**Radeberger Schlossnacht**  
Schloß Klippenstein

26. August 2023  
Einlass ab 18 Uhr  
Musik von 19 - 23 Uhr

Livemusik mit der Band **TEMPUS**  
Live-Rock und Pop  
[www.tempus-band.de](http://www.tempus-band.de)

Leckerer vom Grill und kühle Getränke im Schloßgarten  
Vorverkauf ab 01.08. - 5 €; Vorkaufkassette: Radeberger Liquorfabrik, Schloß Klippenstein und FREIQUENZ Radeberg, Abendkasse - 8 €

**Gemeinsam mit dem Lions Club Radeberg verlosen wir am 21.08.2023 Freikarten über unsere Social Media Plattform bei Facebook. 5 x 2 Tickets stehen zur Verfügung.**

## Unser Wochenangebot vom 21.08.2023 bis 26.08.2023

	Essen 1 5,90 € / Senior 4,10 €	Essen 2 4,50 € / Senior 3,80 €	Essen 3 4,50 € / Senior 3,80 €	Salate Jetzt wird's knackig!
<b>Mo. 21.08.</b>	Kasslerbraten mit Sauerkraut, Knödel und Bratensoße	Reisintopf mit Geflügelfleisch dazu einen Becher Joghurt	Quinoa-Erbsen-Frikadelle dazu Püree und Weißkrautsalat	Salat 1 - 5,10 € <b>Chefsalat</b> Eisbergsalat, Gurke, Tomate, Paprika, Ei, Hinterschinken, geriebener Käse und Joghurt dressing
<b>Di. 22.08.</b>	Hähnchenbrustspieß dazu Risi-Bisi-Reis mit Erbsen und mediterraner Tomatensoße	Scharfer Rindfleischtopf gemischt mit Gemüse und Reis dazu 2 Scheiben Brot	Gemüse-Nuggets und Püree dazu Rotkrautsalat	Salat 2 - 4,00 € <b>Thunfischsalat</b> Eisbergsalat, Gurke, Weißkraut, Bohnen, Thunfisch, Zwiebel, Ei und Joghurt dressing
<b>Mi. 23.08.</b>	Schälrippchen mit Sauerkraut, Kartoffeln und Bratensoße	Backfish auf Buttermöhren und Püree	Apfelmilchreis (Kalt) dazu Apfelstückchen-Kompott	Salat 3 - 5,10 € <b>Griechischer Salat</b> Eisbergsalat, Gurke, Tomate, Paprika, Ei, Fetawürfel und Joghurt dressing
<b>Do. 24.08.</b>	Tiegelwurst (gebratene Blutwurst) auf Sauerkraut und Püree	Fleischkäse gebacken mit Püree, Erbsen und Bratensoße	Gabelspaghetti mit vegetarischer Bulgunese (aus geschrotetem Bohnen)	Salat 4 - 5,80 € <b>Obstsalat</b> Früchte der Saison
<b>Fr. 25.08.</b>	Makkaroni mit Bolognese	Hähnchenfilet dazu Rahmchampignons und Spätzle	Senf-Eier dazu Püree und Senfsoße	
<b>Sa. 26.08.</b>	Kartoffelsalat mit Jagdwurststreifen dazu Bockwurst und Senf	<b>Dessert - 1,60 €</b> Süße Quarkspeise		
<b>Angebot 1</b>	6,35 € / Senior 4,10 €		<b>Angebot 2</b> 7,85 € / Senior 4,90 €	
Spaghetti mit Blattspinat dazu Feta und Tomatenwürfel		Rinderzunge dazu Buttererbsen Kartoffeln und Meerrettich-Sahnesoße		
Sie erreichen uns unter Tel. 035200/2 32 99 Fax 035200/2 86 88		Bestellschluss tägl. 8.00 Uhr <a href="http://www.flinke-pfanne.com">www.flinke-pfanne.com</a> flinke-pfanne@gmx.de		

Apotheker Thomas Lappe • Röderstraße 1 • 01454 Radeberg  
Tel (kostenlos): 0800-3528528 • Fax: 03528-447809  
elefant@apotheker.radeberg • eardb@apofant.de  
www.apofant.de • shop.apofant.de  
Mo bis Fr: 8-19 Uhr • Sa: 8-13 Uhr

**ELEFANTEN APOTHEKE**  
Altstadt Radeberg

**15% Rabatt-Gutschein\***  
Elefant Apotheke Altstadt Radeberg  
Filialapotheke der apofant e.K. Elefant Apotheke, Sitz in Großröhrsdorf

\*Auf ein Produkt Ihrer Wahl, außer Verschreibungspflichtiges, Zuzahlungen, Bücher, Aktionsartikel, Dauerniedrigpreisartikel, Rezepturen, Analysen. Keine Kombination mit anderen Rabatten, Konditionen und Aktionen. Nur auf Lagerware, keine Ausdrucke und Kopien. Pro Einkauf nur ein Rabatt-Gutschein bis max. 25,- Euro Rabatt einlösbar.

Gültig bis 26.08.2023

**Bernardo Nicolai Immobilien GmbH**  
UNABHÄNGIG - PERSÖNLICH - VOR ORT

Ihr Immobilienmakler (IHK)-  
Profitieren Sie von meiner professionellen Beratung, Marktpreisermittlung und Vermarktung Ihrer Immobilie. Gern stehe ich Ihnen zur Verfügung.

Zum Kirchberg 1 • 01900 Großröhrsdorf  
Tel.: + 49 35952 288099 • Mobil: + 49 170 556 1917  
Mail: post@nicolai-immobilien.de • Web: www.nicolai-immobilien.de

**meineimmobilie.net**  
Tel. 035205 689234  
Mobil 0177 8506475

info@meineimmobilie.net  
Schutterwälder Straße 1  
01458 Ottendorf-Okrilla

**VERKAUF / VERMIETUNG VON IMMOBILIEN**

seit über **25 Jahren** der **Immobilien spezialist** in Radeberg und Umgebung

Wir vermitteln Ihre Immobilien zu Bestpreisen und nehmen uns Zeit für all Ihre Fragen.

**Immobilien-Service Radeberg GmbH**  
Vermittlung • Planung • Verwaltung • Gutachten • Baubetreuung  
Hauptstraße 33 - 37 • 01454 Radeberg • Tel. 03528 / 48 36 - 0  
Fax 03528 / 48 36 - 36 • E-Mail info@is-radeberg.de  
[www.is-radeberg.de](http://www.is-radeberg.de)

**Trapezbleche 1. Wahl und Sonderposten, aus eigener Produktion**  
TOP Preise direkt vom Produzenten, -cm genauer Zuschnitt-  
in 01936 Laußnitz, Dresdner Str. 30 bundesweite Lieferung  
Tel.: 0351/889613-0 • 5% online Rabatt sichern [www.dachbleche24.de](http://www.dachbleche24.de)

**GARTEN**  
WASSER ♦ WÄRME ♦ SOLAR

**NEUER HEIZKESSEL?  
RUFEN SIE UNS AN!**

[www.garten-lichtenberg.de](http://www.garten-lichtenberg.de) © 035955/ 4 38 48  
Mittelbacher Str. 1 | 01896 Lichtenberg

**FLINKE PFANNE**  
LIEBES WOCHE- UND FREIZEITZEICHEN

Lieferhinweise: Bis 7 km frei Haus. 7 km - 15 km zzgl. 0,30 € / Anlieferung. Pauschale extra: 0,30 € / Essen an Sonn- & Feiertagen.

Hinweis: Zusatz- und inhaltsstoffe. Allergene bitte erfragen.



# Gesund & MUNTER

## SO GEHT'S

Foto: djid-k/TRB Chemedica/Getty Images/Azman Jaka



Am Strand relaxen, Bergwandern oder durch fremde Städte bummeln: Darauf freuen sich Urlauber meist schon lange vorher. Umso lästiger, wenn sie ausgerechnet dann von trockenen Augen geplagt werden. Doch gerade die Reisezeit birgt viele Risiken, denn Salz- und Chlorwasser, intensive UV-Strahlung am Meer oder in Höhenlagen sowie Zugluft aus Klimaanlagen im Flugzeug oder Auto destabilisieren oft den Tränenfilm und trocknen die Augenoberfläche aus. Brennen, Rötungen, Kratzen oder ein Fremdkörpergefühl sind die Folgen. Zur Linderung haben sich Hyaluronsäure-Augentropfen aus der Apotheke wie Vismed als besonders effektiv gezeigt. Außerdem sollte man viel trinken und eine gute Sonnen- beziehungsweise Schwimmbrille tragen: [www.hilfe-bei-trockenen-auge.de](http://www.hilfe-bei-trockenen-auge.de).

Foto: djid-k/Verband der Kali- und Salzindustrie/Getty Images/Halfpoint Images



Die Zahngesundheit der Deutschen hat sich in den letzten Jahrzehnten kontinuierlich verbessert. Dennoch sehen Experten Handlungsbedarf. Eine einfache Möglichkeit zur Kariesprophylaxe in allen Altersgruppen ist etwa das Verwenden von fluoridiertem Speisesalz. Bisher ist dieses auf die Nutzung in der heimischen Küche beschränkt. „Das ist zu wenig“, sagt der Zahnmediziner Professor Dr. Stefan Zimmer von der Universität Witten/Herdecke und fordert: „Wir brauchen die gesetzlichen Rahmenbedingungen, dass fluoridiertes Speisesalz in der Gemeinschaftsverpflegung und bei der Zubereitung von Lebensmitteln wie Brot, Wurst, Fleisch und Käse sowie bei Fertignahrung wie Pizza und Fastfood eingesetzt werden darf.“ Weitere Infos unter [www.vks-kalisalz.de](http://www.vks-kalisalz.de).

Foto: djid-k/Lebensmittelverband Deutschland/Getty Images/Hero Images



In den Wechseljahren stellt sich die Hormonproduktion im Frauenkörper um. Die Medizinerin Dr. Marie Ahluwalia rät zu einer abwechslungsreichen Ernährung, um den Körper zu unterstützen. Dabei ist unter anderem auf eine ausreichende Zufuhr von Calcium, Magnesium, Vitamin D und den B-Vitaminen zu achten. „Aber es ist im Tagesablauf gar nicht immer so einfach, das auch wirklich umzusetzen“, weiß die Ärztin. „Erhebungen in Deutschland zeigen auch immer wieder, dass wir Versorgungslücken haben. Dann kann es helfen, diese durch Nahrungsergänzungsmittel auszugleichen.“ Laut Lebensmittelverband Deutschland gilt das insbesondere auch für Vitamin D, wo nachweislich große Teile der Bevölkerung, nämlich 60 Prozent, nur unzureichend versorgt sind.

Ein Typ-2-Diabetes kann sich über Jahre unbemerkt entwickeln, da es oft sehr lange dauert, bis typische Symptome auftreten. Dazu gehören vermehrter Durst, häufiges Wasserlassen, Müdigkeit, Antriebslosigkeit und Schwindel bis hin zum Koma. „Immer mehr junge Menschen sind betroffen“, erklärt Martina Hartmann. Deshalb sei der routinemäßige Check-up ab dem 35. Lebensjahr, bei dem der Nüchternblutzucker und der Zuckergehalt im Urin bestimmt werden, so wichtig: „Diese Tests geben wertvolle Hinweise, ob ein Diabetes-Risiko vorliegt. Ein solcher Check ist auch schon zwischen 18 und 35 Jahren möglich.“ Je früher ein Diabetes erkannt wird, desto besser lässt er sich behandeln. Unter [www.roche.de/diabetes](http://www.roche.de/diabetes) beispielsweise gibt es viele weitere Informationen zur Diabetes-Prävention.



Foto: djid-k/Roche Diabetes Care/Getty Images/nd3000

Aus den Tiefen des Frankenwaldes sprudelt in der Bad Stebener Tempelquelle Radon empor. Dieses seltene, natürliche Edelgas wirkt entzündungshemmend, schmerzlindernd und entspannend. Der milde Strahlungseffekt regt die Zellen an, stimuliert das Immunsystem und aktiviert die Selbstheilungskräfte. In Mitteleuropa verfügen neben dem Bayerischen Staatsbad nur wenige Kurorte über Radon. In Bad Steben kommen sogar noch Kohlensäure und Naturmoor hinzu – dieser Dreiklang von natürlichen Heilmitteln ist in Westeuropa einzigartig. Die besondere Kombination lindert rheumatische Beschwerden, Erkrankungen der Gelenke und der Wirbelsäule, Herz- und Gefäßkrankheiten, Erschöpfungszustände und Frauenleiden. Unter [www.bad-steben.de](http://www.bad-steben.de) sind Informationen zu finden.



Foto: djid-k/Markt Bad Steben/Carolin Thoma

**20. vorsortierter**  
**BASAR rund ums KIND**  
 Große vorsortierte Auswahl auf 400m<sup>2</sup>  
 Kleidung, Babyausstattung, Spielzeug, Schuhe, Bücher...  
**Alte Turnhalle, 01477 Arnsdorf, Stolpener Str. 49**  
 (es kann zu Wartezeiten am Einlass kommen)  
**FR, 15.09.23, 16-19 Uhr**  
 (Einlass für Schwangere und Eltern mit Säuglingen ab 14 Uhr) mit Kuchen und Kinderschminken  
**SA, 16.09.23, 9-11 Uhr**  
**Hinweis für Verkäufer und Helfer:** Anmeldung am 21./22.08.23 NUR online unter: [www.arnsdorf-hilft.de](http://www.arnsdorf-hilft.de).  
 Weitere Infos per E-Mail: [basar@arnsdorf-hilft.de](mailto:basar@arnsdorf-hilft.de) oder [www.arnsdorf-hilft.de/basar-rund-ums-Kind](http://www.arnsdorf-hilft.de/basar-rund-ums-Kind).

**Häusliche Kranken- und Altenpflege**  
**Schwester U. Böhm**  
 Inh. Peggy Böhm/Yvette Püschel GbR  
**Hauptstr. 57 01454 Radeberg**  
 Was tun Sie, wenn sich Ihre Lebenssituation verändert und Sie auf Pflege angewiesen sind?  
 Da ist es gut zu wissen, dass es Menschen gibt, die mit ihrer Erfahrung und Professionalität helfen, diese veränderte Lebenssituation zu meistern und das in Ihrer gewohnten heimischen Umgebung.  
**Grund- und Schwerstpflege**  
**Beratung und Beratungsbesuche**  
**Behandlungspflege**  
**Vermittlung von:**  
**Hauswirtschaftlicher Versorgung**  
**Essen auf Rädern**  
**Wäscheservice**  
**Hausnotruf**  
**Med. Fußpflege und Friseur**

Sind Sie interessiert?  
 Dann rufen Sie uns doch einfach an.  
**Tel. 03528/ 41 17 05** TAG und NACHT erreichbar

**Wir suchen: Pflegehelfer, Pflegefachkraft, Hauswirtschaftler (m/w/d)**  
 520,- € oder Vollzeit  
 Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

# „BioAge - Leben im jüngeren Körper“

Wir nehmen das mit Ihrer Gesundheit und Ihrer Lebensqualität sehr ernst! Daher begeben wir uns auf eine „Mission“, wir wollen die Region jünger machen. Wäre es nicht total cool, einfach in einem jüngeren Körper zu leben?

Wer kennt den Satz? „Man ist so alt, wie man sich fühlt.“ Wann haben Sie diesen Satz das letzte Mal gehört oder gedacht? Lebenszyklen von der Geburt bis zum Tod bestimmt die körperliche Leistungsfähigkeit, die Verfügbarkeit von Muskulatur bestimmt unsere Lebensqualität.

### Aber was fühlen wir eigentlich?

- Energie im Alltag: Sind wir müde und schlapp oder fit und aktiv?
- Ausgeschlafen: Wie stehen wir morgens auf und starten in den Tag?

- Konzentration: Sind wir „bei der Sache“ oder geht nachmittags und abends nicht mehr viel?
- Erholung: Wie schnell sind wir nach der Gartenarbeit oder Fahrradtour wieder fit?
- Treppen steigen: Kein Problem oder dankbar für den Lift?
- Kisten schleppen: Meistern wir die Herausforderungen des Alltags ohne Problem oder benötigen wir Hilfe?
- Trittsicherheit: Ein wichtiges Thema im Alter!
- Sitzen & Stehen: Schmerzt der Rücken beim Sitzen und die Beine beim Stehen oder bekommen wir das locker hin?
- Figur & Gewicht: Wer schleppt schon gerne unnötigen Ballast durchs Leben?

Was viele Menschen unter dem „Älterwerden“ spüren, ist der altersbedingte Verlust der Muskulatur. In der Medizin nennt man das Sarkopenie. Fakt ist, bis zum 25. Lebensjahr prägen wir unsere Muskulatur aus, danach müssten wir sie jeden Tag intensiv benutzen, um sie zu behalten. Das Ergebnis unserer Lebensweise mit zu wenig Bewegung und zu viel Sitzen ist der Verlust der Muskulatur, nämlich rund 1% pro Lebensjahr. Wir verlieren aber nicht nur Muskulatur, sondern auch all das, wofür die Muskulatur in unserem Körper verantwortlich ist:

- Gelenkstabilität!
- Stoffwechselaktivität!
- Indirekt sogar Knochendichte, weil der starke Muskel über Sehnen und Bänder am Knochen zieht!
- Ausschüttung der Myokine, die wiederum die Organtätigkeit anregen - oder auch nicht.
- Lymphsystem - Ausscheidung von Schadstoffen wird schlechter.

Um besser zu werden, muss man herausfinden, wo man steht. Was ist das BioAge? Eine Kennzahl, die Ihren körperlichen Status ins Verhältnis zu den „gesunden“ Vorgaben der Weltgesundheitsorganisation setzt. Das BioAge ist der Spiegel Ihres derzeitigen Lebensstils.

Lebensstil bedeutet für uns Ganzheitlichkeit: Training! Ernährung! Regeneration! Motivation!  
 Für alle, die jetzt aktiv werden wollen, bieten wir für diese 4 Bereiche ein Programm, was schon vielen Menschen geholfen hat ihr Körperalter zu reduzieren und damit mit mehr Lebensqualität alt zu werden. Denn alt werden wir alle, die Frage ist nur, wieviel Spaß haben wir in unserem eigenen Körper dabei?

Sie haben Interesse an der BioAge-Studie teilzunehmen?  
 Dann schreiben Sie eine E-Mail an [office@herrlich-sports.de](mailto:office@herrlich-sports.de) oder rufen an unter 0174 / 219 15 08

Herrlich Sports / STUDIO RADEBERG  
 Pulsnitzer Straße 41  
 01454 Radeberg

Wir, eine lustige Line-Dance-Gruppe suchen Verstärkung. Vorkenntnisse erforderlich. Bei Interesse bitte melden unter 0173 / 359 70 80

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen Tel. 03944-36160, [www.wm-aw.de](http://www.wm-aw.de) Fa.

Stecker Solaranlage, komplette Befestigungssets mit Deutschen Modulen - Beratung und Verkauf in Arnsdorf. Tel: 0160/1235532, [www.heimpower.de](http://www.heimpower.de)

**Orthopädie- und Reha-technik Dresden**

**Herausforderung gesucht?**

Unsere Sanitätshäuser in Dresden-Klotzsche und Radeberg suchen Verstärkung.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung an:  
 Orthopädie- und Reha-technik Dresden GmbH  
 Personalabteilung  
 Fetscherstraße 70,  
 01307 Dresden  
**oder per E-Mail:**  
[bewerbung@ord.de](mailto:bewerbung@ord.de)  
[www.ord.de/jobs](http://www.ord.de/jobs)

**Gemeinsam statt einsam**

**Professionelle Pflege zuhause, sowie liebevolle Tagesbetreuung**

**ASB Arbeiter-Samariter-Bund**

**ASB-Tagespflege Radeberg**  
 ASB Dresden & Kamenz gGmbH  
 Robert-Blum-Weg 6 | 01454 Radeberg  
 Telefon: 03528 487 40 80  
 Mobil: 0170 569 83 43  
[tp-radeberg@asb-dresden-kamenz.de](mailto:tp-radeberg@asb-dresden-kamenz.de)

**Sozialstation Radeberg**  
 ASB Dresden & Kamenz gGmbH  
 Robert-Blum-Weg 6 | 01454 Radeberg  
 Telefon: 03528 442 82 7  
 Mobil: 0151 422 128 56  
[soz-radeberg@asb-dresden-kamenz.de](mailto:soz-radeberg@asb-dresden-kamenz.de)

[asb-dresden-kamenz.de](http://asb-dresden-kamenz.de)

**Zweithaarstudio HAARSTUDIO CUT, COLOR & MORE**  
 UG(haftungsbeschränkt)  
 Zweithaar und Perücken in neuen Räumlichkeiten auf der Hauptstraße 27 in Radeberg. Ausführliche und diskrete Beratung. Große Perückenauswahl in verschiedenen Qualitäten, Formen und Farben. Tücher, Mützen und Turbane als alternative Kopfbedeckung. Abrechnung mit ihrer Krankenkasse gegen Vorlage einer ärztlichen Verordnung (Rezept). Haus- und Klinikbesuche nach telefonischer Absprache.  
**Terminvereinbarungen im Salon Haarstudio Cut, Color & More UG Hauptstraße 31 in Radeberg.**  
 Oder unter 03528/416616  
 sowie E-Mail: [sylvia\\_greth@t-online.de](mailto:sylvia_greth@t-online.de)



Service ganz in Ihrer Nähe

**Kopier- & Druckservice**  
 Schreibwaren - Werbung  
 01454 Radeberg · Hauptstr. 16  
 Telefon: 0 35 28 - 22 99 514  
 E-mail: extraprint@online.de  
 Mo-Fr 10-13 Uhr und 14-17 Uhr

**PC-Service und Werkstatt**  
 Professionelle Datensicherung mit  
 Soft- und Hardwarelösungen  
 Telefon: 03528 - 452 807  
**Klaus Lehmann Bahnhofstr. 1 Radeberg**

01454 Radeberg, Oststraße 1e  
**Tel. 03528/ 44 14 04**  
**Zumpe**  
 Entsorgung- & Verwertungs-GmbH  
 ▶ Entsorgung von Bauschutt, Sperrmüll, Industrieabfällen und Grünchnitt  
 ▶ Lieferung von Sand, Kies und Splitt  
 ▶ Ankauf von Buntmetall Schrott und Papier usw.

*-Aus schön macht Schöner.-*  
**Karsten Eckert**  
 Ihr Malermeister  
 Jagdweg 33 • 01454 Großserkmannsdorf  
 Tel. 0172 - 4585377  
 info@malermeister-karsten-eckert.de

**PARKETT FRISCH**  
 Galileiweg 13  
 01454 Radeberg  
 Tel.: 03528 / 45 29 19  
 Fax: 03528 / 45 29 20  
 Handy: 0170 / 866 13 39  
 Parkettverlegung, schleifen und versiegeln

**SCHMIDT GRUPPE**  
 Alte Hauptstraße 23 - 01454 Großserkmannsdorf  
 Schmidt Erdbau GmbH  
 Schmidt-Ziegel-Haus  
 RBM  
 Tel. 03528 / 48 12 0  
 Tel. 0351 / 40 43 816  
 Tel. 03528 / 41 72 47  
 www.schmidt-erdbau.de  
 www.schmidt-ziegelhaus.de

**ANDRÉ SCHNEIDER**  
 Dachdeckermeister  
 Teichstraße 47 • 01454 Wachau  
 info@ddm-as.de • www.ddm-as.de  
 Dachdeckungen • Dachklempner  
 Abdichtungen • Gründach  
 Schornstein • VELUX-Experte  
 STEICO umweltfreundliche Bauprodukte  
 Tel. 03528 / 418 65 34  
 Fax 03528 / 418 65 35  
 Mobil 0173 / 388 25 77

## Mit 57 für Dynamo

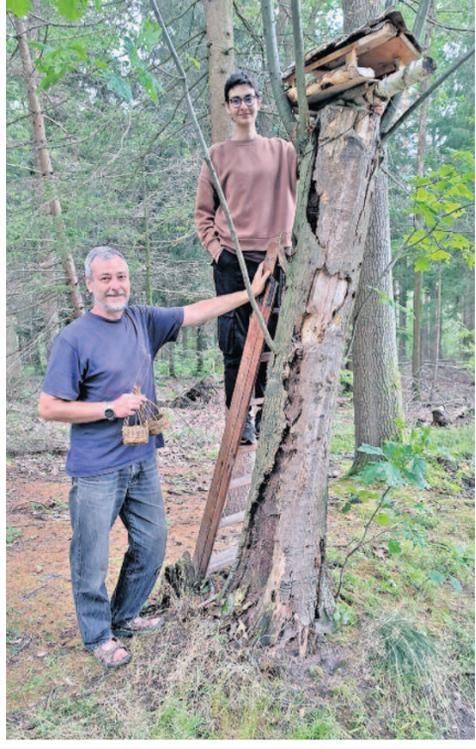
Es ist schon ein wenig verrückt zu sagen, mit 57 Jahren das 1. Mal im Trikot für Dynamo Dresden zu spielen.  
 Am ersten Augustwochenende fand in Gelsenkirchen das 2. Internationale Walking Footballturnier statt.  
 Eingeladen waren unter anderem Twente Enschede, VfL Bochum, Arminia Bielefeld, 1. FC Nürnberg, Eintracht Frankfurt, Schalke 04, Mannschaften aus der Region sowie der englische Meister, Bolton Wanderers, eine Damenmannschaft.  
 Und Dynamo Dresden. Die SGD hatte uns Walking Footballer des SV Liegau Augustusbad gebeten und angefragt mit Spielern auszuhefen. Dynamo und SV Liegau pflegen hier einen super Kontakt. So starteten 3 Footballer vom SV Liegau zum Turnier. Es wurde ein aufregendes, unterhaltsames und sportliches Ereignis. 20 Teams, aufgeteilt in 4 Gruppen, spielten den Sieger aus. Wir, also Dynamo und die 3 Liegauer, schlugen uns achtbar. Am Ende sprang ein 11. Platz heraus. Das Finale musste im Penalty entschieden werden, leider hielt das Wetter final nicht durch. Fußball konnte so nicht mehr gespielt werden.



Der Stimmung gab dies keinen Abbruch. Arminia Bielefeld heißt der Turniersieger. Es wurde gefeiert und Erfahrungen ausgetauscht, Kontakte geknüpft. Alles in allem ein voller Erfolg.  
 Beim nächsten Montagabendtraining der Walking Footballer des SV Liegau hatten wir viel zu erzählen.  
**Sport frei.**  
 Thomas Specht, SV Liegau-Augustusbad

## Die Natur unterstützen

**Tolles Engagement einer Familie**  
 Schon seit langem erfreuen wir uns an einer Futterstation, die gegenüber einer Ruhebänk mit Krone am Langebrücker Saugarten eingerichtet worden war.  
 In respektabler Höhe, mit Bedacht, Sorgfalt und Geschick angelegt.  
 Wer mag die wohl eingerichtet haben und betreiben? Wer investiert hier Arbeit, Kraft, Material und Zeit?  
 Heute treffen wir sie bei der Arbeit an - ein Vater mit seiner Tochter.  
 Freundlich und aufgeschlossen erklären sie uns ihr Vorhaben, jetzt wird auf die nächste Saison vorbereitet.  
 Leider vergessen wir als Laien, sie nach Namen und Adresse zu fragen. Aber sie gestatten uns, ein Foto zu machen.  
 Im Bewusstsein, dass viele Natur- und Heimatfreunde dieses Projekt großartig finden und zu schätzen wissen, möchten wir den beiden an dieser Stelle mit Namen aller ein großes Dankeschön sagen.



Familie Eckhold, Langebrück

Förderverein Seifersdorfer Schloss e.V.  
**2. Seifersdorfer Schloss- und Parksommer**  
**Openair Kino**  
**Freitag, 18.08.23**  
**um 19 Uhr**  
**Picknick mit Bären**  
 mit Robert Redford,  
 Nick Nolte und Emma Thompson  
**im Schlosspark am Teehaus**  
 Um eine Spende wird gebeten

**90 Jahre**  
**Feuerwehr Kleinröhrsdorf**  
**vom 26.08 - 27.08.2023**

**Samstag, 26.08.2023**  
 ab 17.00 Uhr im Anschluss Empfang der Wehren Programm der KITA „Erfinderkinder“  
 ab 19.00 Uhr Tanz im Festzelt mit Maxdome.Discothek und Showeinlage

**Sonntag, 27.08.2023**  
 ab 11.00 Uhr Fröhschoppen mit dem Spielmannszug Kleinröhrsdorf  
 ab 12.00 Uhr Mittagessen  
 ab 14.30 Uhr Kuchenbasar der Jugendfeuerwehr  
 15.30 Uhr Kindertanzgruppe der GS Arnsdorf

**Samstag und Sonntag:**  
 Cocktailbar am „Röderbeach“ | Hüpfburg

**Sonntag:**  
 Technikausstellung, Feuerwehrrundfahrten, Kinderkarussell

Für das leibliche Wohl ist an allen Tagen gesorgt.  
 Alle Veranstaltungen finden auf der Wiese gegenüber dem Gerätehaus der Freiwilligen Feuerwehr Kleinröhrsdorf statt.  
 P Parkmöglichkeiten: Festplatz und Parkplatz am Stausee



Brich mit dem neuen **CROSSCAMP** zu neuen, unentdeckten Orten auf. Folge Deiner Sehnsucht, erlebe Dein eigenes Abenteuer und schreibe Deine ganz persönliche Geschichte.  
 Denn am Ende bleibt nur das, was Du mit anderen teilst.  
 Für alle Outdoor-Enthusiasten, die es nicht abwarten können...

...JETZT BEI UNS  
**PROBE FAHREN**  
**CROSSCAMP**  
 AUF BASIS OPEL ZAFIRA LIFE

Jetzt den **CROSSCAMP** bei uns günstig **MIETEN**  
 Alle Informationen unter



Autohaus Dresden GmbH  
**AUTOHAUS DRESDEN**  
 Friedrichstadt • Klotzsche • Kaitz • Kaditz

- Unternehmenssitz:  
**Bremer Str. 18A** 01067 Dresden Tel. 0351 / 863030  
**Zur Wetterwarte 40** 01109 Dresden Tel. 0351 / 88552-0  
**Kötzschenbroder Str. 141** 01139 Dresden Tel. 0351 / 83930-0  
**Possendorfer Str. 38-40** 01217 Dresden Tel. 0351 / 404010



FÜR CITY UND...  
**COUNTRY**



FÜR COOK UND...  
**CARRY**



FÜR CHILLEN UND...  
**CANYONING**

