

 **Elefant is(s)t Salz**
Fluch oder Segen? Entdecken Sie
die heilende Kraft von Salz!

weitere Infos unter: www.apofant.de/aktuell

ELEFANTEN APOTHEKE

Altstadt Radeberg 

Filialapotheke der apofant e.K.
Elefanten Apotheke, Sitz in Großröhrsdorf
Apotheker Thomas Lappe

Röderstraße 1 · 01454 Radeberg
Telefon: 0800-1328 528 (kostenlos)
Fax: 0 35 28-44 78 09
E-Mail: eardb@apofant.de
www.apofant.de · shop.apofant.de

 [meine-apotheke-rdb.apofant.de](https://www.facebook.com/meine-apotheke-rdb.apofant.de)
 elefanten.apotheke.radeberg.de

Öffnungszeiten:
Mo - Fr: 8:00 – 19:00 Uhr
Sa: 8:00 – 13:00 Uhr

**Jetzt neu: 30 Minuten Kurzzeitparken
direkt gegenüber der Elefanten Apotheke!**

**Elefant hat neue
Parkplätze**

**SCAN
MICH**

Gutscheine,
aktuelle Aktionen
und Angebote unter:
apofant.de/aktuell



**15%
25%**

**30 min**

**P**

Neue Technik in der Ortsfeuerwehr Wallroda



Am 08.07.2025 durfte die Ortsfeuerwehr Wallroda ihren langersehnten Systemanhänger bei der „BTS Brandschutztechnik Stolpen GmbH“ in Empfang nehmen. Der neue Anhänger soll vorrangig für die Wasserrettung eingesetzt werden und zukünftig auch für Hochwasser- und Waldbrandlagen weiter ausgestattet werden. Aktuell ist er bestückt mit einem Schlauchboot, Rettungsringen, Rettungswesten sowie Rettungsleinen. Der Transport des Schlauchbootes, welches durch das ortsansässige Gewässer des Stausees Wallroda unverzichtbar ist, wird mit diesem Systemanhänger kombiniert. Durch die noch in diesem Jahr geplante Beschaffung von Rollcontainern kann der Anhänger zukünftig je nach Einsatzlage für das gesamte Gemeindegebiet Arnsdorf flexibel beladen und eingesetzt werden. Beispiel dafür könnte die Nutzung als Schlauchanhänger oder als Transport für Sandsäcke in Hochwasserlagen sowie für die Unterstützung der Jugendfeuerwehren sein. Für den Anhänger wurde durch die Firma „BTS Brandschutztechnik Stolpen GmbH“ ein spezielles Schienensystem entwickelt, damit das Schlauchboot sicher und unkompliziert auf dem Dach des Anhängers verstaut und auch entnommen werden kann. Die Feuerwehr Wallroda freut sich mit dieser Investition wieder ein Stück mehr durch moderne Ausrüstung die Sicherheit der Bürgerinnen und Bürger in der Gemeinde Arnsdorf zu stärken.



Quelle Fotos: BTS Brandschutztechnik Stolpen GmbH.

Frank Eisold, Bürgermeister

Gemeinde Arnsdorf

Öffentliche Bekanntmachung der Gemeinde Arnsdorf
In der 8. öffentlichen Sitzung des Technischen Ausschusses am 10.06.2025
der Gemeinde Arnsdorf wurden folgende Beschlüsse gefasst:

Beschluss-Nr. 35/08/TA/2025

Der Technische Ausschuss stimmt dem Antrag auf Umnutzung eines Teils des Garagenraumes mit Hobbynutzung in Gewerbefläche für Bierherstellung, Grundstück in 01477 Arnsdorf, Hauptstraße 14, Gemarkung Arnsdorf, Flurstück 105/2 aus planungsrechtlicher Sicht nach § 34 BauGB zu. Zum geplanten Vorhaben wird das gemeindliche Einvernehmen gemäß § 36 BauGB erteilt. Dieser Beschluss wurde einstimmig angenommen.

Beschluss-Nr. 36/08/TA/2025

Die Gemeinde Arnsdorf stimmt dem Vorentwurf des Bebauungsplanes „Seniorenwohnen Alte Gärtnerei“ der Gemeinde Großharthau und dem parallel erarbeiteten Vorentwurf der 7. Änderung des Flächennutzungsplanes der Verwaltungsgemeinschaft Großharthau / Frankenthal, jeweils in der Fassung vom 07.04.2025 zu. Dem Vorhaben stehen keine Belange der Gemeinde Arnsdorf entgegen. Es werden keine Einwände oder Bedenken erhoben. Dieser Beschluss wurde einstimmig angenommen.

Frank Eisold, Bürgermeister

Feuerwerke sind genehmigungspflichtig

Sehr geehrte Bürgerinnen und Bürger der Gemeinde Arnsdorf,

wir möchten Sie darauf hinweisen, dass das Abrennen von Feuerwerken durch die Ortpolizeibehörde genehmigt werden muss. Den Antrag finden Sie auf unserer Homepage www.gemeindearnsdorf.de unter der Rubrik Verwaltung, Formulare „Freistellungsantrag Feuerwerk“. **Des Weiteren sind im Zeitraum vom 15.02. bis 15.09. eines jeden Jahres Feuerwerke im**

Umkreis von 1.000 m zu Storchenhorsten durch die Naturschutzbehörde untersagt. Weißstörche zählen gemäß § 7 Abs. 2 Nr. 14c des Bundesnaturschutzgesetzes als streng geschützte Tierart. Nach diesem Gesetz ist es verboten, wildlebende Tiere der streng geschützten Art während der Fortpflanzung und Aufzucht erheblich zu stören.

Ordnungsamt der Gemeinde Arnsdorf

Einladung Gemeinderat Arnsdorf

Sehr geehrte Gemeinderätinnen und Gemeinderäte, sehr geehrte Bürgerinnen und Bürger,

hiermit lade ich Sie zu einer öffentlichen Sitzung ein:

11. Sitzung (Sondersitzung)

Gremium Gemeinderat Arnsdorf
Sitzungstermin Mittwoch, 30. Juli 2025, 19.00 Uhr
Ort 01477 Arnsdorf, Stolpener Str. 49
Raum Mensa

Tagesordnung

1. Eröffnung der Sitzung und Begrüßung durch den Bürgermeister
2. Feststellung der ordnungsgemäßen Einladung, der Anwesenheit und Beschlussfähigkeit
3. Bestimmung der Mitunterzeichner der Niederschrift
4. Kenntnisnahme des Protokolls der 10. öffentlichen Gemeinderatssitzung vom 25.06.2025
5. Fragen der Einwohner gemäß § 44 Abs. 3 SächsGemO

6. Beratung und Beschlussfassung über die Vereinbarung für die gemeinsame Vergabe und Bauausführung zur Erneuerung der Freianlagen im Schulkomplex (Flurstück Nr. 255/5), Stolpener Straße, 01477 Arnsdorf mit dem Landkreis Bautzen
7. Beratung und Beschlussfassung über die Bereitstellung einer Tauschfläche aus dem gemeindeeigenen Flurstück 255/5 der Gemarkung Arnsdorf
8. Beratung und Beschlussfassung über die Anhörung der Gemeinde zum Antrag vom 22.06.2025 auf Erteilung einer Genehmigung zur Erstaufforstung nach § 10 SächsWaldG, Gemarkung Fischbach, Flurstück 232/2
9. Informationen der Gemeindeverwaltung
10. Anfragen der Gemeinderäte

Oliver Müller
1. stellv. Bürgermeister

Für unsere Senioren

Seniorennachmittag in Liegau-Augustusbad

Der nächste Seniorentreff in Liegau findet am **Mittwoch, dem 30. Juli 2025, wie immer 15.00 Uhr** im Sportlerheim am Sportplatz statt. Wir feiern diesmal unser kleines Sommerfest mit Grillen und gemütlichem Beisammensein. Wir freuen uns auf Sie!

Martin Wallmann

Seniorenclub Lomnitz

Veranstaltungen August 2025

Dienstag, 12. August, 09.30 Uhr

Treff Obermühle - Ausflug nach Großröhrsdorf ins Museum der Bandweberei und anschl. Mittagessen, (Fahrt in Fahrgemeinschaften)
Bitte anmelden bis 08.08.25 bei Frau Reuter (Tel. 53831)
Montag den 18. August, 14.00 Uhr
Handarbeiten - wir wollen uns an Mosaikarbeiten wagen.
Schöne Stunden wünschen Ihre Betreuerinnen.

Langebrücker Nachrichten



Pflaster-Kurs vermittelt Kindern Hilfe und Handeln im Notfall

Förderverein Langebrücker Schulen ermöglicht Ferienkindern im AWO-Hort Langebrück dieses Angebot

In einem praxisnahen Erste-Hilfe-Kurs haben rund 40 Kinder im AWO-Hort Langebrück spielerisch gelernt, wie sie sich und anderen in Notfällen helfen können. Die in Dresden ansässigen „Helden von Morgen - Erste Hilfe für Kinder“ erklärten sich während der Sommerferien für eine Durchführung ihres rund zwei Stunden langen Pflasterkurses der Stufe „Silber“ bereit. Dabei stand das Versorgen von kleinen Verletzungen und die wichtigsten Grundlagen in Sachen Erste Hilfe im Mittelpunkt. Die Kinder lernten, wie man im Ernstfall den Notruf wählt und wie man mit der Notrufzentrale am anderen Ende der Leitung klar und ruhig kommuniziert. Schritt für Schritt ging die Kursleiterin mit den Kindern und ihrem Igel Maskottchen das Szenario durch und welche Informationen dabei eine wichtige Rolle spielen. Auch das Hilfeholen in Fällen ohne Telefon oder Handyempfang haben die Kinder schnell begriffen. Besonders Spaß hatten die Kinder beim Lernen der stabilen Seitenlage. Unter Anleitung

probierten sie die Positionen selbst an anderen Kindern aus. Das Anlegen von Verbänden und Pflastern wurde sowohl am eigenen Körper als auch an anderen Kindern durchgeführt. Sogar Kopfverbände, die sogar für manch Erwachsenen schwer anzulegen sind, haben die Kinder mit Bravour gemeistert. Der Pflasterkurs stärkte das Selbstbewusstsein aller Teilnehmenden im Umgang mit Notfallsituationen, welche im Alltag jederzeit auftreten können. Zum Abschluss bekamen die Kinder einen Pflaster-Pass und eine Plakette mit der Aufschrift: „Auch ich kann helfen!“ überreicht. Mit besonders herzlichen Dank richtet sich der Hort der Arbeiterwohlfahrt an den Förderverein Langebrücker Schulen e. V. für die großzügige Unterstützung, welche neben den regelmäßigen Waldbad-Ausflügen auch den Pflasterkurs für die Kinder im Rahmen des Sommerferienprogramms möglich machte, heißt es abschließend in der Mitteilung.



Schritt für Schritt ging die Kursleiterin mit den Kindern und ihrem Igel-Maskottchen das Szenario, und welche Informationen dabei eine wichtige Rolle spielen, durch.

FOTO: AWO

Aus den Vereinen

Waldbäder im Dresdner Norden im Fokus

Traditionell lädt der Langebrücker Seniorentreff der Volkssolidarität am Montagnachmittag ein. Nunmehr steht wieder ein spannender Vortrag im Mittelpunkt der Zusammenkunft. Am Montag, 28. Juli, ist Birgit Claus zu Gast. Sie erzählt Wissenswertes über die „Waldbäder im Dresdner Norden – Geschichte und Geschichten aus dem Klotzscher,

Langebrücker und Weixdorfer Waldbad“. Dabei sind eigene Beiträge oder Fotos an diesem Tag gern gesehen, darauf wird in der Ankündigung noch einmal entsprechend hingewiesen. Interesse geweckt? Einfach vorbei kommen und dabei sein. Los geht es 15.00 Uhr im Café des Langebrücker Bürgerhauses. Der Eintritt ist frei.

Aus den Vereinen

Zahlreiche Fundsachen in der Vereinsturnhalle

Beim Aufräumen in der Vereinsturnhalle sind den Verantwortlichen des Turnvereins Langebrück wieder zahlreiche Fundsachen in die Hände gefallen. In diesem Schuljahr sind neben verschiedenen Bekleidungsstücken auch zahlreiche Trinkflaschen vergessen worden. „Wir würden uns wünschen, wenn insbesondere die Bekleidungsstücke und

die Trinkflasche mit dem Namen Ihres Kindes versehen sind. Das erleichtert uns die Zuordnung“, heißt es dazu. Der Verein hebt die gefundenen Gegenstände ein halbes Jahr auf. Nach dieser gesetzlich vorgeschriebenen Aufbewahrungsfrist werden diese Dinge entweder einem wohltätigen Zweck gespendet oder fachgerecht entsorgt.

Oberbürgermeister wird bevollmächtigt:
Stadt Radeberg möchte Grundstück auf Großerkmannsdorfer Flur kaufen

In der jüngsten Sitzung des Radeberger Stadtrats wurde einstimmig beschlossen, eine Geldabfindung in Höhe von 65.597 Euro an die Eigentümer der Flurstücke 520, 525/9 und 526 in Großerkmannsdorf zu zahlen. Die Entscheidung betrifft Flächen im Rahmen des Verfahrens der Ländlichen Neuordnung. Der Oberbürgermeister Frank Höhme wurde bevollmächtigt, während der sitzungsfreien Zeit eine entsprechende Erklärung zum Verzicht auf Landabfindung abzuschließen und die Zahlung zu tätigen. Die Finanzierung erfolgt aus der Liquiditätsreserve der Stadt.



Hintergrund ist, dass die Flurstücke insgesamt eine Fläche von rund 65.597 Quadratmetern umfassen und zu einem Preis von 1,00 €/m² verhandelt wurden – leicht über dem aktuellen Bodenrichtwert von 0,91 €/m² für Ackerflächen im Landkreis Bautzen. Die Eigentümer haben ihre Zustimmung zur Veräußerung gegeben, was es der Stadt ermöglicht, die Flächen als landwirtschaftliche Tauschflächen oder für zukünftige Projekte zu nutzen.

In der Debatte äußerten sich die Ratsmitglieder unterschiedlich: Uwe Kirschner (AfD) fragte nach dem Zweck des Kaufs, woraufhin Oberbürgermeister Höhme erklärte, dass es sich um eine Investition handelt, um stadteigene Flächen aufzubauen – beispielsweise als Tauschflächen oder für Renaturierungsmaßnahmen. Roland Schmidt (Freie Wähler) begrüßte das Vorgehen ausdrücklich und betonte die Bedeutung solcher Flächen für den Ausbau von Radwegen und anderen städtischen Infrastrukturprojekten.

Der Beschluss wurde schließlich einstimmig gefasst und gilt als Schritt zur strategischen Aufstockung stadteigener Grundstücke – ein wichtiger Baustein für zukünftige Entwicklungs- und Infrastrukturvorhaben in Radeberg.

Text: Red.
Foto: Stadtverwaltung Radeberg

Sanierung des Kinderhauses Gaby Schommer in Ullersdorf
Kosten steigen um rund 224.000 Euro

Der Radeberger Stadtrat hat in seiner jüngsten Sitzung eine überplanmäßige Aufwendung in Höhe von 223.949,07 Euro für die Sanierung der Außenwände und des Geländes des Kinderhauses Gaby Schommer in Ullersdorf beschlossen. Damit sollen die erheblichen Mängel behoben werden, die bei den bisherigen Sanierungsarbeiten entdeckt wurden.

Hintergrund und Gründe für die Kostensteigerung

Bereits seit Jahren kämpft das Kinderhaus mit Wasserschäden und Baumängeln, die immer wieder zu Schäden führten. Nach einer ersten Sanierung im Jahr 2010 wurden erneut Probleme festgestellt, insbesondere im Bereich des Sportraumes. Untersuchungen ergaben, dass Regenwasser- und Drainageleitungen nicht fachgerecht installiert waren: sie wurden teilweise zerstört, nicht verbunden oder ohne Abdichtung eingebaut. Zudem war der Außenzugang zum Sportraum nicht ausreichend abgedichtet, was bei höherem Grundwasserspiegel Wasser eindringen ließ. Im Zuge der aktuellen Sanierungsmaßnahmen wurde deutlich, dass das Gebäude grundsätzlich freigelegt werden muss, um alle Schäden zu beheben. Die Arbeiten umfassen das Abschachten eines Teils der Außenwand (etwa 30 %), das Herstellen einer druckwasserdichten Abdichtung, den Austausch der Leitungen sowie den



Umbau des Außenzugangs. Während dieser Maßnahmen wurden weitere Baumängel entdeckt, was zu einer erheblichen Kostenerhöhung führte.

Kosten und Finanzierung

Ursprünglich waren die Sanierungskosten auf eine bestimmte Summe kalkuliert worden. Aufgrund der zusätzlichen Maßnahmen erhöht sich der Aufwand nun um rund 224.000 Euro – etwa 60 % mehr als ursprünglich geplant. Zur Deckung dieser Mehrkosten beschloss der Stadtrat, eine überplanmäßige Ausgabe im Haushalt 2025 zu genehmigen. Die Finanzierung erfolgt rückwirkend durch Rückstellungen aus nicht verbrauchten Zuschüssen aus dem Jahr 2023.

Debatte im Stadtrat

In der Sitzung wurde die Problematik ausführlich diskutiert. Oberbürgermeister Frank Höhme betonte die Dringlichkeit der Maßnahmen: „Es sind erhebliche Baumängel aufgetreten, die in den letzten Jahren immer wieder zu Schäden geführt haben.“ Er verwies auf bereits investierte rund 1,5 Millionen Euro in den vergangenen Jahren sowie auf zusätzliche Kosten für brandschutztechnische Maßnahmen.

Ein Mitglied der Fraktion „Wir für Radeberg“ kritisierte die hohen Kosten und sprach von einem „Fass mit nicht ganz dichtem Boden“, das bei solchen Ausgaben auch ein Neubau hätte sein können. Der Oberbürgermeister erwiderte jedoch, dass ein Ersatzneubau derzeit keine realistische Option sei und man zunächst versuchen müsse, das bestehende Gebäude zu sanieren. Letztlich stimmte der Stadtrat mit großer Mehrheit (24 Ja-Stimmen bei einer Enthaltung) für die beantragte Kostensteigerung und damit für die Fortsetzung der umfangreichen Sanierungsarbeiten.

Zukunftsperspektiven für das Kinderhaus

Trotz der erheblichen Mehrkosten bleibt das Ziel bestehen: Das Gebäude soll langfristig vor Wasserschäden geschützt werden und wieder den Anforderungen an eine moderne Kindertageseinrichtung entsprechen. Abschließend erklärte Oberbürgermeister Frank Höhme: „So einfach ist es leider nicht mit einem Neubau. Der damalige Architekt hat sich hier verwirklicht; es kommt eins aufs andere, wir sollten noch einmal mit dem Ortschaftsrat ins Gespräch kommen und über die Perspektiven und die Zukunft der Einrichtung diskutieren.“

Text & Archivfoto: Red.

Ferienlager für Klein und Groß: von 0 bis 71 Jahren

Ja, es gibt noch Ferienlager, so wie im Wunder Land e. V. Wachau, und das seit jetzt 25 Jahren, jeweils 8 bis 10 Tage, genannt „Traktour“. Die Mitreisenden sind die „Traktouristen“, weil die Basis des Ganzen ein großer, ca. 60 Jahre alter Zirkushänger ist, gezogen von einem Traktor der Marke „Belarus“. Darin befinden sich die Zelte, Schlaf- und Rucksäcke, Tische, Bänke, die Kücheneinrichtung, die meisten Lebensmittel und Getränke sowie einige Fahrräder. So ging es dieses Jahr zunächst für 5 Tage an den Großteich nach Deutschbaselitz und danach für 3 Tage an das Bad in Bischheim, gleich neben der Kulturmühle.

Die meisten von uns waren mit dem Fahrrad unterwegs; selbst kleine Kinder ab 5 Jahren haben die Strecke mit Bravour gemeistert. Dazu kamen 3 Reiter mit Pferden sowie 3 Ziegen, welche allerdings gefahren wurden. So verbrachten ca. 45 Leute



in 3 Generationen – mit zeitweiligen Gästen sogar 70 – eine sehr schöne, erlebnisreiche und heiße Woche mit viel Baden, Volleyball und Karten spielen sowie abendlicher Livemusik mit Onkel Tom, Maja und zeitweise auch Huck (Ronny Hermann). Bildungshöhepunkt waren die Besuche der beiden wunderbaren Museen in Bischheim-Häsllich: des Vierseithofmuseums und des Museums der Granitindustrie, die von zwei unterschiedlichen Vereinen mit viel Herzblut betrieben werden und die extra für uns ihre Tore öffneten zu kurzweiligen, spannenden Führungen.

Die Traktour 2025 hat wieder einmal bewiesen, dass es beim Urlaub vor der Haustür – selbst im eigenen Landkreis – immer viel zu entdecken gibt und dass auch mit 45 Leuten Urlaub viel Spaß machen kann.

Text & Fotos:
Steffen Jakob, Vereinsvorsitzender

Schon ans neue Schuljahr gedacht?

In unserem umfangreichen Schreibwarensortiment erhalten Sie alles, was für das neue Schuljahr benötigt wird.

➔ Große Auswahl an Lamy-Produkten

Natürlich bieten wir Ihnen auch wieder unseren bewährten Bucheinschlag-Service an.

➔ Jeder Buchumschlag ab 0,99 €

Preisparadies

Schreibwaren - Dekoartikel - Bastelbedarf
Hauptstraße 18 - 01454 Radeberg



Unser Wochenangebot vom 28.07. bis 02.08.2025

	Essen 1 6,05 € / Senior 4,25 €	Essen 2 4,65 € / Senior 3,95 €	Essen 3 4,65 € / Senior 3,95 €	Salate Jetzt wird's knackig!
Mo. 28.07.	Rinderbraten dazu Kartoffeln, Apfelrotkraut und Bratensoße	Reiseintopf mit Geflügelfleisch dazu einen Becher Joghurt	Kichererbsen-Brokkoli-Pfanne dazu 2 Scheiben Brot	Salat 1 - 5,40 € Chefsalat Eisbergsalat, Gurke, Tomate, Paprika, Ei, Hinterschinken, geriebener Käse und Joghurtdressing
Di. 29.07.	Wirsingkohlroulade dazu Kartoffeln und deftige Bratensoße	Hühnerfrikassee dazu Reis	Käse-Spätzlepfanne mit Gemüse und Kräutersoße	Salat 2 - 4,40 € Thunfischsalat Eisbergsalat, Gurke, Weißkraut, Bohnen, Thunfisch, Zwiebel, Ei und Joghurtdressing
Mi. 30.07.	Spirellis dazu Tomatensoße und geriebener Käse	Schweinekammsteak dazu Püree und Letscho-Soße	Kartoffelpuffer mit Apfelmus	Salat 3 - 5,40 € Griechischer Salat Eisbergsalat, Gurke, Tomate, Paprika, Ei, Fetawürfel und Joghurtdressing
Do. 31.07.	Schollenfilet paniert auf Mischgemüse dazu Püree	Szegediner Gulasch mit Sauerkraut dazu Knödel	Quarkauflauf mit Apfel und Rosinen	Salat 4 - 6,10 € Frischer Obstsalat mit Früchten der Saison
Fr. 01.08.	Putenschnitzel mit Erbsen, Kartoffeln und Geflügelsoße	Feines Ragout mit Rinderherz dazu Püree und Rote Beete	Eier in Senf-Dillsoße (kalt) dazu Gurkensalat und Kartoffeln	
Sa. 02.08.	Gemüse-Rindfleischgulasch dazu Knödel	Dessert - 1,80 € Pflaumen-Kompott		

Angebot 1 6,50 € / Senior 4,30 €

Rinderzunge dazu Kartoffeln, Erbsen und Meerrettich-Sahnesoße

Sie erreichen uns unter
Tel. 035200 / 2 32 99
Fax 035200 / 2 86 88

Bestellschluss tägl. 8.00 Uhr
www.flinke-pfanne.com
flinke-pfanne@gmx.de

Hinweis: Zusatz- und Inhaltsstoffe, Allergene bitte erfragen.

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



Spätes Essen ungünstig für den Blutzucker – auch bei „Nachteulen“

Unser Körper verarbeitet Nahrung je nach Tageszeit unterschiedlich und viele Stoffwechselprozesse sind morgens aktiver als abends. Deshalb hängt spätes Essen bekanntlich mit einem erhöhten Risiko für Übergewicht und Herz-Kreislauf-Erkrankungen zusammen. Das gilt auch für Nachtmenschen.



(dgk) Das zirkadiane System ist ein Zeitsteuerungssystem im Gehirn und in den Organen, das Verhalten und Stoffwechsel reguliert. So verarbeitet unser Körper dieselbe Nahrung abhängig von der Tageszeit unterschiedlich, was zum Beispiel den Blutzuckerstoffwechsel oder die Hormonausschüttung betrifft. Auch die Nahrungsaufnahme selbst ist ein Zeitgeber, der die inneren Uhren synchronisiert. Deshalb kann nächtliches Essen zur Störung der inneren Uhr und des Stoffwechsels führen. Vor diesem Hintergrund haben Prof. Dr. Olga Ramich

vom Deutschen Institut für Ernährungsforschung Potsdam-Rehbrücke (Dife) und ihr Team untersucht, wie der Zeitpunkt des Essens im Tagesverlauf mit dem Blutzuckerstoffwechsel und der Insulinempfindlichkeit zusammenhängt. Dafür nutzten sie Daten aus einer früheren Studie, an der 46 ein- und zweieiige Zwillingspaare ohne Diabetes teilgenommen hatten (NUGAT-Studie). „Menschen, die ihre Hauptkalorien früher im Tagesverlauf zu sich nahmen, hatten eine bessere Insulinempfindlichkeit“, erklärt Ramich, Die Hauptkalorien erst spät am Tag zu essen, geht demnach mit einer schlechteren Insulinempfindlichkeit und einem höheren Risiko für Typ-2-Diabetes einher. Darüber hinaus hatten diese Teilnehmer/-innen einen höheren Body-Mass-Index und einen größeren Taillenumfang. Eine Verlagerung der Hauptkalorienaufnahme auf frühere zirkadiane Zeiten könnte den Glukosestoffwechsel verbessern sowie vor Typ-2-Diabetes und Übergewicht schützen.

Die Zwillingsstudie half abzuschätzen, wie stark der Zeitpunkt des Essens auf Gene, gemeinsame Umwelt oder individuelle Erfahrungen zurückzuführen ist. Demnach werden die Muster der täglichen Essenszeiten bis zu 60 Prozent genetisch beeinflusst. „Da die Essenszeiten teils erblich bedingt sind, dürfte es einigen Menschen schwerfallen, ihre Gewohnheiten zu ändern“, gibt Ramich deshalb zu bedenken.

Wann man isst, hängt auch mit dem eigenen Chronotyp zusammen. Der Chronotyp beschreibt, ob jemand eher Frühaufsteher (Lerche) oder Nachtmensch (Eule) ist. Kohlenhydratreiches Essen am Abend ist für alle Chronotypen ungünstig. Aber – abhängig von der eigenen „inneren Uhr“ – kann es morgens auch zu früh für eine Mahlzeit sein. Wenn „Eulen“ früh zur Schule, Uni oder Arbeit müssen und vorher noch kohlenhydratreich frühstücken, geht das gegen ihre innere Uhr. Sie essen, obwohl sie sich noch in ihrer biologischen Schlafphase befinden. Eine Studie der Universität Paderborn zeigte, dass das bei „Eulen“ zu einem ungünstigen Glukosestoffwechsel führt. Deshalb, so Studienleiterin Prof. Dr. Anette Buyken, „sollten Eulen lieber später frühstücken, indem sie zum Beispiel ihr Frühstück mit in die Universität nehmen“.

Quellen: siehe dgk.de/fileadmin/user_upload/Pressearchive/pdf/Pressedienste_2025/dgk-Pressedienst_2_Quartal_2025.pdf

Text: Deutsches Grünes Kreuz e. V.
Foto: Life-Of-Pix (pixabay)

Lebendige Gemeindepartnerschaft Nachwuchs des SV Liegau-Augustusbad zu Gast in der Partnergemeinde Aschheim



Zu Besuch in Aschheim und Teilnahme beim Turnier des FC Aschheim In diesem Jahr fuhren neun Kinder des SV Liegau-Augustusbad mit den Trainern und teilweise auch mit ihren Eltern und Geschwistern zum alljährlichen Jugend-Fußballturnier des Fußballclubs unserer Partnergemeinde Aschheim. Der Besuch fand vom 11. bis 13. Juli 2025 statt.

Bei bestem Wetter hatten unsere Jungs die Gelegenheit, gegen Mannschaften aus und um München zu spielen. Mit einer gemischten Mannschaft aus F- und E-Jugendspielern belegten wir beim 1. PORR-Cup den sechsten Platz. Bei dem Festival wurden wir herzlich aufgenommen und rundherum versorgt. Nachdem die Kinder selbst gespielt hatten, konnten wir die

Heimspielstätte des FC Bayern bewundern. Wer denkt, nun sei das Tagespensum an Fußball erreicht, kennt unsere Kinder nicht. Kaum wieder im neuen Partnerschaftshaus angekommen, überbrückten sie die Zeit bis zum Grillen auf dem Bolzplatz. Abends saßen wir in gemütlicher Runde und bei langen Gesprächen mit unseren Gastgebern im Garten dieses Kleinodes unserer Partnergemeinde.

Das waren wunderschöne Tage. Uns fehlte es an Nichts, auch gerade durch Alex vom Komitee Liegau-Augustusbad, der immer wieder an unserer Seite war. Vielen herzlichen Dank!

Text & Foto: SV Liegau-Augustusbad

LIFTTECHNIK ELBIN

Treppenlifte - Rollstuhllifte

Beratung - Einbau - Service

Alles aus einer Hand!

Telefon: 0351 / 216 36 701

An der Prießnitzauze 19 • 01328 DD-Weißig • lifttechnik-elbin@t-online.de

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: Hauswirtschaftler (m/w/d)

556,- € oder Vollzeit

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

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.

Order unter 03528/416616

sowie E-Mail: sylvia_greth@t-online.de



ASB-Tagespflege Radeberg

Gut umsorgt durch den Tag

In der ASB-Tagespflege Radeberg gestalten wir jeden Tag mit Herz, Struktur und Nähe.

Unser Team betreut Seniorinnen und Senioren von Montag bis Freitag – mit einem liebevoll geplanten Tagesprogramm, das auf individuelle Bedürfnisse eingeht.

✓ strukturierter Tagesablauf mit Abwechslung und Gemeinschaft

✓ Hol- und Bring-Service für eine sichere An- und Abreise

✓ persönlich, professionell für Sie in Radeberg

Robert-Blum-Weg 6

03528 487 40 80

www.asb-dresden-kamenz.de/asb-tagespflege-radeberg

Schnuppern Sie gern jederzeit bei uns rein!



Über die Teufelskicker
Die Geschichten über „Die Teufelskicker“ Moritz, Niko, Mehmet, Catrina und ihre Mannschaftskamerad:innen von „Blau-Gelb“ drehen sich nicht nur rund ums Tore schießen und Gewinnen. Wie bei allen Kindern in diesem Alter geht es auch im Leben der Teufelskicker, um Themen wie Freundschaft, Abenteuer und allem, was Kids in dem Alter so beschäftigt. Die Hörspiele bieten den Hörern großes Identifikations-Potential und gleichzeitig spannende Fußball-Action. Die Teufelskicker-Fußball-Community trifft sich auf www.teufelskicker.de.

Gewinnt ein tolles Fan-Paket oder eine von zwei Hörspiel-CDs der Teufelskicker mit ihrer neuen Folge!

Schickt einfach eine Nachricht mit dem Stichwort „Teufelskicker“ bis zum 03.08.2025 an zeitung@die-radeberger.de oder per Post an „die Radeberger“ Heimatzeitung, Oberstraße 16a, 01454 Radeberg. Unter allen Einsendungen verlosen wir das Fan-Paket sowie zwei Hörspiel-CDs „Ganz oben!“ Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnehmerinnen und Teilnehmer!

Mit der Teilnahme am Gewinnspiel erklären Sie sich mit unseren Datenschutzbestimmungen, welche unter www.die-radeberger.de zu finden sind, einverstanden. Die Mitarbeiter des Verlages sind nicht zur Teilnahme berechtigt. Die Auszahlung des Gewinns ist ausgeschlossen. Veranstalter der Verlosung ist „die Radeberger“ Heimatzeitung Verlags-GmbH. Es werden von uns keine persönlichen Daten der Teilnehmer gespeichert.

Text: Kühl PR / Red.
Bild: Kühl PR / Europa

Unterschrift:

In ehrendem Gedenken

Einschlafen dürfen,
wenn man das Leben nicht mehr selbst gestalten kann,
ist der Weg zur Freiheit und Trost für alle.
Hermann Hesse

In Liebe und Dankbarkeit
nehmen wir Abschied von meiner lieben Schwester,
Tante und Cousine Frau

Hannelore Simon

* 01.07.1937 † 21.07.2025

In stiller Trauer
**Dein Bruder Lothar
im Namen der Angehörigen**

Die Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung
findet am Dienstag, dem 29. Juli 2025, 9.30 Uhr
in Radeberg statt.

2. Jahresgedächtnis

Du bist nicht wirklich weit weg,
du bist in unseren Herzen.

Carsten „Bolte“ Wittwer

* 28.02.1959 † 24.07.2023

In liebevoller Erinnerung
deine Familie, Angehörige und Freunde

**Alle Familien- und Traueranzeigen
finden Sie kostenlos in der aktuellen
Online-Ausgabe und in unserem
Archiv unter www.die-radeberger.de**

Geliebt und unvergessen

Danksagung

André Volkens

* 28.06.1970 † 11.06.2025

Herzlichen Dank sagen wir allen Verwandten,
Bekannten, Freunden, Nachbarn und Kollegen,
die sich in stiller Trauer mit uns verbunden fühlten
und ihre Anteilnahme auf so vielfältige
und liebevolle Weise zum Ausdruck brachten.
Dank gilt auch dem Bestattungsinstitut Schuster
Inh. M. Klöber sowie der Rednerin Frau Sommer.

In liebevoller Erinnerung

Deine Sabine und Deine Kinder
Deine Eltern
Dein Bruder mit Familie



Seeligstadt, im Juli 2025

Wir müssen lernen, ohne Dich zu leben,
aber durch die schönen Erinnerungen
lebst Du in unseren Herzen weiter.

Christa Ehrlich

* 11.04.1935 † 15.07.2025

Verabschiedet mich so, wie ihr mich in Erinnerung habt.

In Liebe und tiefer Trauer
Deine Kinder mit Familien
im Namen aller Angehörigen

Von der Erde gegangen, im Herzen geblieben.

Wir nehmen Abschied von unserer
lieben Mutti, Oma, Schwester, Schwägerin und Tante

Sabine Nix

geb. Prenzel
* 21.03.1952 † 11.07.2025

In liebevoller Erinnerung
Deine Söhne Thomas, Michael
und Andreas mit Lisa und Toni
Schwester Monika mit Familie



Die Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung
findet am Freitag, dem 01.08.2025, 11.00 Uhr
auf dem Friedhof in Langebrück statt.

Danksagung

Tief bewegt von den vielen Beweisen aufrichtiger
Anteilnahme, die uns durch Wort, Schrift,
stillen Händedruck, liebevolle Umarmungen,
Blumen und Geldzuwendungen sowie
ehrendes Geleit in der Stunde des Abschieds
von meinem Ehemann und Bruder, Herrn

Claus Zumpe

entgegengebracht wurden, möchten wir uns
auf diesem Weg bei allen Verwandten,
Freunden, Schulkameraden, Nachbarn,
und Bekannten auf das Herzlichste bedanken.

In stiller Trauer und Dankbarkeit

Deine Sylvia
Deine Schwester Gerlinde mit Familie
sowie alle Angehörigen, Freunde und Bekannten



*Wenn ein Licht erlischt, kommt die Trauer.
Wenn die Trauer erlischt, kommt die Erinnerung.*

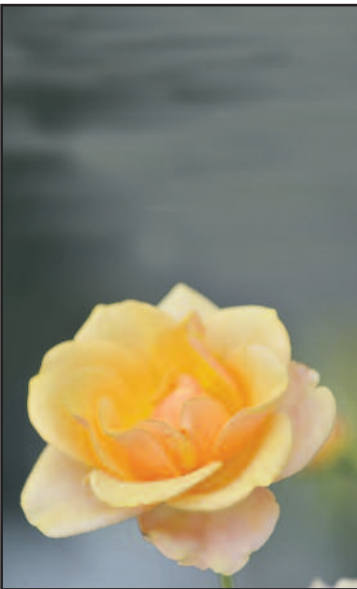
Luise Laske

geb. Degen
* 18.07.1933 † 10.07.2025

Danke für die vielen schönen Erinnerungen mit Dir.

Tochter Carmen mit Dieter
Enkel Mike mit Corina
Enkelin Daniela mit Bertrand
Urenkel Miriam, Melina, Clara und Emil
sowie alle Verwandten und Freunde

Die Trauerfeier findet am Freitag, dem 29.08.2025,
10.30 Uhr auf dem Friedhof in Radeberg statt.



Und plötzlich zerteilt ein einziger Tag das Leben
in ein Davor und Danach.
Und plötzlich ist alles grau und still,
Erinnerungen kommen und ein trauriges Gefühl.
Und plötzlich merkt man,
dass es nichts Schwierigeres gibt,
als den Menschen loszulassen, den man liebt.

Dietmar Tittel

* 25.12.1936 † 13.07.2025

In lieber Erinnerung
Ehefrau Edith
Sohn Maik mit Anke
Tochter Heike
Enkel Linda mit Stefan, Lisa,
Patrick mit Stefanie
Urenkel Theo, Tilda, Luisa und Hedi
im Namen aller Angehörigen

Die Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung
findet am Freitag, dem 01. August 2025, 14.00 Uhr
auf dem Äußeren Friedhof Großröhrsdorf statt.



Danksagung

*Du hattest es nicht immer leicht –
und doch warst du da, wenn man dich brauchte.
Wenn die Tage gut waren,
warst du voller Wärme, Humor und Herz.
Wir erinnern uns an das Gute,
und danken dir für all die Momente,
in denen du uns nahe warst.*

Steffen Kallenbach

02.01.1968 – 20.06.2025

Wir danken von Herzen allen Verwandten,
Freunden, Bekannten und Nachbarn,
die sich in stiller Trauer mit uns verbunden
fühlten und ihre Anteilnahme auf so
liebevolle Weise durch Wort, Schrift und
Geldzuwendungen zum Ausdruck brachten.
Ein besonderer Dank gilt
Hausarzt Dr. med. Schumann sowie
dem Diakonissenkrankenhaus Dresden für die
liebevolle Betreuung, Herrn Meyen für seine
einfühlsamen und tröstenden Worte
sowie dem Bestattungshaus Winkler für die
würdevolle Begleitung auf dem letzten Weg.

In liebevoller Erinnerung
Monika Kallenbach
Robert und Stefan mit Familien
Simone, Jens und Familien
Anna mit Katharina und Leon

Radeberg, im Juli 2025



Nachruf

Am 29.06.2025 verstarb

Herr Günter Zeiger

Er war viele Jahre Teil des SV Einheit Radeberg e. V.
Günter Zeiger war nicht nur Anhänger, sondern ein sehr aktives Mitglied.
Mit der Organisation der jährlichen Fußballmeisterschaft im Kleinfeldfußball
schuf er einen Höhepunkt im Radeberger Sportgeschehen.
2020 erhielt Günter Zeiger für seine 30-jährige Organisationsarbeit
eine Ehrenurkunde der Stadt Radeberg. Jahrzehntelang organisierte
er außerdem Training und Spiele der Volkssportmannschaft.

Darüber hinaus betätigte sich Günter Zeiger kommunalpolitisch
und gehörte von 2014 bis 2019 dem Radeberger Stadtrat an.
Nicht zuletzt war er von 2014 bis 2024 Vorsitzender
des Mehrgenerationenzentrum e. V.
In dieser Funktion hat sich Günter Zeiger mit großer Hingabe
für die Themenrunde am Mittwoch engagiert
und auch in der Vereinsadministration wertvolle Arbeit geleistet.

Unsere Anteilnahme und unser Mitgefühl gelten seiner Familie
und seinen Angehörigen. Wir werden ihm ein ehrendes Andenken
bewahren und verneigen uns voller Achtung in stiller Trauer.

**Für die Stadt Radeberg
und den Stadtrat**

**Frank Höhme
Oberbürgermeister**

**Leitung und Mitglieder
des SV Einheit
Radeberg e. V.**

**Vorstand und Mitglieder
des Mehrgenerationen-
zentrum e. V.**

Radeberg im Juli 2025

Bestattungsinstitut Uwe Schuster

Inh.: M. Klöber

Tag & Nacht: (035952) 31 76 6

Meisterbetrieb
Rathausstraße 4 / 01900 Großröhrsdorf
www.bestattungsinstitut-schuster.de

Filiale 01896 Pulsnitz
Robert-Koch-Str. 6a
Tel. 035955 / 72 59 8

Filiale 01477 Arnsdorf
Hauptstr. 11
Tel. 035200 / 24 67 4

WINKLER
Bestattungshaus
GmbH



Tag und Nacht ☎ 03528/44 20 21

Friedhofstraße 2 • 01454 Radeberg

Fax 03528/41 71 15 • www.bestattungshauswinkler.de



Bestattermeister
im Familienunternehmen

Bestattungsregelung zu Lebzeiten

**Sämtliche Beratungsgespräche werden
auf Wunsch in Ihrem Haus geführt**

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

26.07. + Zahnärzte Stille MVZ GmbH
27.07. Dresdner Str. 25, 01458 Ottendorf-Okrilla
Tel. 035205 / 541 34

jeweils Sa. / So. 9.00 - 11.00 Uhr; Rufbereitschaft / Dienstwechsel
7.00 Uhr des Folgetages; Infos unter www.zahnaerzte-in-sachsen.de

Notdienstbereitschaft Apotheken

Dienstwechsel jeweils 8.00 Uhr

26.07.	Mohren-Apotheke, Radeberg	Tel. 03528 / 44 58 35
27.07.	Marien-Apotheke, Elstra	Tel. 035793 / 8 30
28.07.	Elefanten Apotheke, Großröhrsdorf	Tel. 035952 / 589 15
29.07.	Ost-Apotheke, Kamenz	Tel. 03578 / 30 12 66
30.07.	Linden-Apotheke, Langebrück	Tel. 035201 / 700 11
31.07.	Stadt-Apotheke, Großröhrsdorf	Tel. 035952 / 330 31
01.08.	Hirsch-Apotheke, Ottendorf-Okrilla	Tel. 035205 / 542 36

Notfalldienst Klein- und Heimtiere

Tel. 01805 / 84 37 36

Augenärztlicher Notfalldienst - KH Dresden Friedrichstadt

Mo + Di + Do: 19.00 - 22.00 Uhr / Mi + Fr: 16.00 - 22.00 Uhr /
Sa + So + Feiertag: 8.00 - 22.00 Uhr