

marcus®



Elektro Brozia & Kolberg

SMARTE Photovoltaikanlagen

Mehr dazu auf den Seiten 10 - 11

Elektroinstallationen

Industrieanlagen

Einfamilienhäuser

Automatisierung

Telefonanlagen

Photovoltaikanlagen



ELEKTRO BROZIA & KOLBERG
ZUVERLÄSSIG. SORGFÄLTIG. INDIVIDUELL



Elektro Brozia &
Kolberg GmbH & Co.KG
Barfußergasse 9
07318 Saalfeld

Telefon 03671 / 62 71 71
service@elektro-bk.com
www.elektro-bk.com

HOFFMANN
Einsteigen und Wohlfühlen!

IHR STARKER AUTOMOBIL-PARTNER in der Region Saalfeld und Pößneck.

www.hoffmann-mobile.de





Foto: 10. Getting Tough 2022

RUDOLSTADT. Jetzt anmelden zum Getting Tough!

Am 2.12.2023 steigt der härteste Hindernislauf Europas in seiner 11. Auflage! Vorausgesetzt, es melden sich jetzt schon genug Teilnehmer an. Die Lage ist ernst, sagen die Veranstalter Markus Ertelt und Michael Kalinowski – um die immens gestiegenen Kosten zu meistern, planen und in Hindernisse investieren zu können, muss sich das Gros der Teilnehmer schon im Februar angemeldet haben (www.runtix.com). Dabei vom Frühbucherrabatt profitieren!



BAD BLANKENBURG. Pflanzaktion zum Firmenjubiläum

2022 blickte die Jahn GmbH auf 100 Jahre Bestehen zurück und setzte aus diesem Anlass noch vor dem Jahreswechsel 100 von BIERBACH Garten- und Landschaftsbau geschenkte Bäume in die Erde: Im Bad Blankenburger Stadtwald nahe Böhltscheiben und vier Bäume, mit Hilfe der Klasse 4a der Grundschule, im Freibad. Außerdem veranlasste das Unternehmen weitere 100 Baumpflanzungen durch „Plant-for-the-Planet“.



SAALFELD. Wildhandel Kittelmann sagt Danke

Wir möchten uns ganz herzlich bei den Organisatoren und allen Besuchern des Saalfelder Weihnachtsmarktes bedanken. Es war uns eine Freude mit unserem Stand zum Gelingen beitragen zu können. Wir wünschen an dieser Stelle allen noch ein gutes Jahr und freuen uns auf ein Wiedersehen. Lesen Sie auch mehr auf den Seiten 4-5.



BAD BLANKENBURG. Neue Trikots für Grundschüler

Groß war die Freude am Nikolaustag in der Staatlichen Grundschule „Friedrich Fröbel“ in Bad Blankenburg. Gesponsert von Fielmann, erhielten sie an diesem Tag von Mitarbeiterin Frau Rödel 30 neue Schul-Trikots. Diese werden die Kinder zu Schulauftritten und sportlichen Wettkämpfen zukünftig gern tragen. Foto: Förderverein



RUDOLSTADT. Über 80 Weihnachtsbaumwerfer

Das Weihnachtsbaumweitwerfen, die sportlichste Alternative, sich im Januar des seinen Dienst getanen Baumes zu entledigen, hat im Bürgerpark Kopernikusweg wieder für einen unterhaltsamen Nachmittag gesorgt. 81 WerferInnen, von vier bis 70 Jahren, mit weitester Anreise aus Eisenach, beteiligten sich am 7. Januar daran und gewannen Preise zahlreicher Sponsoren. Die Rekordweite lag bei 6,60 Meter.



Willkommen in der CITROËN-Auto-Familie

Herzlichen Glückwunsch Firma Hussein Djwar zum neuen Citroën, wir wünschen allzeit gute Fahrt.

www.autohaus-zentral.de



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

**Küche
Kotnik**

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

Wer sich ärgert, büßt die Sünden anderer Menschen.
Konrad Adenauer

Liebe Leser,

wann haben Sie sich das letzte Mal über einen anderen Menschen geärgert? Zuhause, im Freundeskreis oder auf Arbeit? Es passiert eben. Wir sind alle voller Emotionen und haben eine eigene Geschichte. Jeder hat sein eigenes Thema und es gibt viele Gelegenheiten, dem Ruf des Ärgers unüberlegt zu folgen. Was wir in dem Moment oft vergessen, Worte verletzen manchmal mehr als die pure Tat der Verzweiflung. Klar, meistens geschieht es im Affekt und nicht jeder ist unser Freund, aber vielleicht ein wichtiger Lehrer? Nicht jeder ist bereit, sich auf Knopfdruck zu ändern, warum lassen wir ihn nicht sein eigenes Tempo gehen? Das Salz in der Suppe sind die eigenen Erwartungen und Vorstellungen. Mir hilft es, genau in solchen Momenten den Blickwinkel zu wechseln. Ruhig zu bleiben, tief zu atmen und, wenn keine Lösung in Sicht ist, darf es gern einen Folgetermin geben. Wichtig dabei ist nur, dass Sie es auch tun. Denn runterschlucken oder ignorieren wird Sie früher oder später ruinieren und der zwischenmenschliche Graben wird immer größer. Das ergibt keinen Sinn.

Es sind die kleinen Gesten der Zuneigung, der Empathie, einfach des Respektierens des Andersseins, die unseren Alltag bereichern und uns unser Dasein tiefer spüren lassen.



Ich wünsche Ihnen einen guten Start in den Februar und bis in 14 Tagen – Ihr
Marco Kupfermann



RUWOGA AKTUELL

Wir müssen die Tür schließen



... nicht ganz, nur die Eingangstür, damit endlich das Gartencenter im Ganzen entdeckt wird. So ist der richtige Rundgang durch die Baumschule in die Kalthalle und von da aus über die Warmhalle zur Kasse.

Erleben Sie schon jetzt den Frühling in der Kalthalle! Hier blühen alle bunten **Frühblüher**, es gibt große Auswahl an **frischem Saatgut/Zubehör, Sommer-Blumenzwiebeln** und hübsche Citruspflanzen und Kräuter. Wussten Sie schon, dass hier ganzjährig **Fütter und Nisthilfen** für viele Insekten, Vögel und Igel erhältlich sind?

In der Warmhalle empfängt Sie nun ein völlig **neu gestalteter Boutique-Bereich**. Unter dem Motto „Frühling lässt sein blaues Band wieder flattern“ dominieren hier violette und pinke Töne. Schönste Kissen, Blumen, Geschirr und Osterdeko erwarten Sie.

Ein anderer Bereich ist heimelig mit **viel Grün und Gold und Orchideen**. Er passt prima zur großen Zimmerpflanzenabteilung. Gerade im Winter ist Grün-

pflanzenzeit, denn sie sind wunderbar gegen Wintermief bei Augen und Nasen. Doch auch orange, rote und gelbe Dekoration kann bestaunt werden.

Alles gut für die Seele!!!! Ich wechsele zu Hause viermal pro Jahr die Sofakissen und Blumenarrangements und es ist so toll, wie man dadurch eine völlig neue Stimmung zaubern kann. Probieren Sie es aus!

Auf dem Weg zur Kasse streifen Sie unsere **Genußabteilung**, die nun wieder prall gefüllt wurde, um Ihnen Gaumenfreuden und Präsente zu liefern.

In unserer Schnittblumenwelt erleben Sie jetzt auch alle Frühlingsblüher und schönste Meisterwerke an Blumensträußen. Bald ist ja auch **Verliebtentag (14. Februar)** und hier versprechen wir Ihnen auch schönste Blumen und andere süße Präsente!

So ganz traue ich mich nicht, vorn zu schließen, aber gehen Sie bitte von selber jetzt immer hinten hinein in unser Paradies, um so alles wahrzunehmen.

Wir sind viel mehr als nur ein Blumenladen!



Von Kopf bis Fuß auf ... Lila eingestellt – präsentiert Inhaberin P. Gentsch die neue Boutique inklusive cooler Häsin

**Rudolstädter
WohnGarten**

ehem. Samen Zimmermann
Saalgasse 9, 07407 Rudolstadt
Tel. 03672/4806595 | offen: Mo-Sa 9-18 Uhr

Von Rehrücken bis Wildknacker

Wildhandel Ingo Kittelmann

■ Wenn wir an Wildspezialitäten für unseren Gaumen denken, ist es vielen Menschen ein Bedürfnis, dass dies nachhaltig und im Sinne der Natur von statten geht, wir uns zudem darauf verlassen können beste Qualität, Fachkompetenz sowie Erfahrungswerte zu Gunsten unsere Wildtiere und des Verbrauchers zu erhalten.

Als Jäger besitzt Ingo Kittelmann aus Lothra seit 30 Jahren einen hohen Grad an Wissen über die Jagd und im Umgang mit Wildfleisch. Hier stehen Kompetenz und Erfahrung an der Front.

Der Wildhandel-Betrieb von Ingo Kittelmann gründete sich 1998. Seit ungefähr 20 Jahren ist dieser zudem auf unseren regionalen Weihnachtsmärkten zuhause. 2010 erhielt der Wildhandel- und Zerlegungsbetrieb zudem die EU-Zulassung. Alle Tiere erhalten hierdurch eine amtliche Körperbeschau, somit ist gegeben qualitativ hochwertig zu produzieren. Nach einer kurzzeitigen Vermietung des Betriebs 2020 nahm der Wildhandel im Juli 2022 wieder den Betrieb und die Fortführung auf. Jedes Stück Wildfleisch durchläuft hier die Hände von Ingo Kittelmann persönlich um den



Kathrin und Ingo Kittelmann in ihrem Hofladen

Kunden höchste Qualität zu bieten. „In diesem Gewerk kann man nur erfolgreich sein, wenn man es selbst tut, fachspezifisch arbeitet und auch bereit ist, an Sonn- und Feiertagen tätig zu sein“. Büroarbeiten werden erledigt, wenn das Wildfleisch versorgt ist, weil frische und hohe Qualität an erster Stelle

stehen“, so Kittelmann. „Ohne den Rückhalt der Familie, das Verständnis und die Mitarbeit von meiner Frau Kathrin wäre vieles nicht so möglich gewesen“, betont Ingo außerdem. Ehefrau Kathrin Kittelmann übernimmt die Verkaufstätigkeiten im kleinen aber feinen Hofladen, auf den Märkten, wie

beispielsweise Zwiebel-, Herbst- und Weihnachtsmarkt, sorgt für Ordnung und Sauberkeit und tätigt die organisatorischen Abläufe.

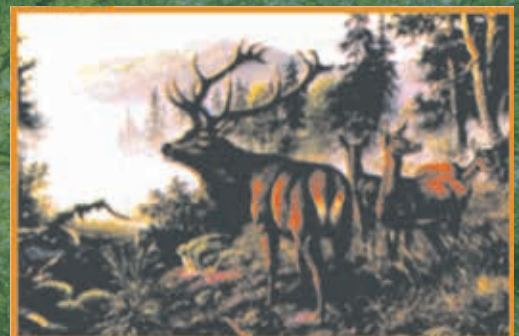
Im Betrieb hält sie ihrem Mann den Rücken frei und übernimmt zudem das Etikettieren und versenden der Ware von Online-Aufträgen.

Gutschein

Kaufe im Wert ab 60 €
und erhalte

10 €*

Wildhandel Ingo Kittelmann



* gültig bis 31.08.2023

WIR SIND DABEI!
Thüringen Ausstellung Erfurt
am 25.02-05.03. Halle 3
„Marktplatz Thüringen“.
Wir freuen uns auf Sie!

Das Wildfleisch von Ingo Kittelmann sowie Wildspezialitäten finden neben dem Endverbraucher auch Kundschaft in der regionalen und überregionalen Gastronomie, wie beispielsweise in Hotels, Gasthöfen und Restaurants der Spitzengastronomie in Jena, Mainz, Düsseldorf oder Leipzig.

Auch können Aufträge, wie Weihnachtspräsente für Firmen und Geschenkpakete für Freunde und Familie, vom Wild-



handel Kittelmann online erworben werden oder selbst ein Wildschwein am Spieß für Ihre nächste Party wird gern bei Ihnen vor Ort zubereitet.

„Ganz viel Freude macht uns der persönliche Marktverkauf an unsere Kunden“, so Ingo Kittel-

mann. „Mit unserem Stand besuchen wir den Zwiebelmarkt in Weimar und finden Zuspruch bei vielen kleineren und größeren Herbstmärkten in der Region“. Der Hofladen in Lothra lockt zudem immer mehr Kundschaft an. „Wir sind gerne auch am Wochenende und an Feiertagen für euch da, wir bitten dafür jedoch um kurze telefonische Rücksprache“, erklärt der Wildhandel. Das Warenangebot reicht von herzhaftem Wildschweinschinken über Hirschsalami bis würziger Wildknackn für den kleinen Hunger und selbstverständlich Wildfleisch in allen Variationen.

Ganz viel Zuspruch, verbunden mit großer Dankbarkeit erhielt der Wildhandel Kittelmann zum Saalfelder Weihnachtsmarkt. „Die Kundschaft war glücklich darüber, dass es uns wieder gibt und honorierte das mit einem sehr guten Abverkauf!“

Nach dem Weihnachtsgeschäft widmet sich der Wildhandel Kittelmann nun den letzten Jagden und bereitet zeitgleich den Auftritt auf der Thüringen Ausstellung in Erfurt vor.

Der Wildhandel Kittelmann freut sich schon sehr darauf, auch den ein oder anderen Kunden aus unserem schönen Landkreis auf der Thüringen Ausstellung begrüßen zu dürfen. Hier bekommt der Kunde eine ausführliche Beratung und anschließende Verkostung der herzhaften Wildspezialitäten.



Danke

Mit großer Verbundenheit bedankt sich der Wildhandel Kittelmann bei der AGRAR GmbH Dorfilm und der Landfleischerei Kamsdorf, sowie beim Thüringer Forstamt Saalfeld/Rudolstadt für ein wertschätzendes und gemeinschaftliches Miteinander.

SW I marcus®



Hofladen Dorfilm
 Dorfilm 20
 07338 Leutenberg
 Telefon 036734 32930

Filiale Leutenberg
 Friedrich-Müller-Str. 2
 07338 Leutenberg
 Telefon 036734 234980

Thüringer Wurst und Fleischwaren online bestellen: www.agrar-dorfilm.de

E-Mail: wh-kittelmann@t-online.de

Klavierbau auf den Punkt gebracht.

piano **PUNKT**

Pianopunkt.

Wenn Leidenschaft und Handwerk eins werden

„Je weniger Klaviere wir produzieren, desto mehr geht der Schatz an Wissen und die Kenntnisse über das handwerkliche Arbeiten mit Klavier- und Flügelinstrumenten verloren!“

(Michael Schulze)

Ein Klavier besitzt die Gabe, mit seinen zauberhaften Klängen die Welt etwas zu verändern. Mit „Klaviere“ bezeichnen wir heute als das moderne, weiterentwickelte Musikinstrument Hammerklavier, also ein Saitenklavier, bei dem auf Tastendruck über eine spezielle Mechanik Hämmerchen gegen Saiten geschlagen werden. Die melodischen Klänge geben uns die Möglichkeit, in eine tiefe Entspannung zu kommen und ein Stück zurückzutreten. Ob wir dies privat, bei einem Klavierkonzert oder als musikalische Hintergrundmusik nutzen möchten, liegt allein bei uns.

Doch bevor wir in den Genuss klangvoller Selbstfürsorge gelangen können, ist es gut zu wissen, was in der Klaviertech-

nik zu beachten ist. Der Klavierbauer und Diplomklavierlehrer Michael Schulze hat sich diesem Thema mit seinem kleinen Handwerksbetrieb Pianopunkt am Lindenplatz 3 in Saalfeld gewidmet und versteht es auf musikalische wie technische Art und Weise ein Klavier für diverse Variationen in der Musikbranche aufzuarbeiten, zu beraten und jedes Instrument individuell so vorzubereiten, dass es dem Klangpunkt seiner Selbst bestens entspricht.

Nach seinem Klavierstudium, von 1987 – 1993, gab er an der Rudolstädter Musikschule Klavierunterricht. Doch irgendwas fehlte, etwas Greifbares etwas, was ihn noch mehr in die Klavierkunst mitnahm. „Mir war es wichtig, am Ende des Tages ein greifbares, fertiges Produkt zu haben und so habe ich mich mit dem Klavierbau beschäftigt. Einen Flügel zu besaiten oder einen Satz Klavierhämmer eingeleimt zu haben, ist für mich nochmal eine ganz besondere andere Art beruflicher Bestätigung, die das ist, was mich erfüllt“.



Klavierwelt Bayreuth

Einzelhandel | Manufaktur | Museum | Kulturzentrum

- ✓ historisches Klavierhaus und traditionell arbeitende Manufaktur
- ✓ Auswahlräume und Übernachtungsmöglichkeit bei Steingraeber
- ✓ Klaviermuseum bei Steingraeber

Ihr Steingraeber-Ansprechpartner in Thüringen ist Pianopunkt, wo Sie eine exzellente Beratung im familiären Umfeld erfahren. Klavierbaumeister Michael Schulze begleitet Sie auch sehr gerne zum Besuch der Klavierwelt Bayreuth.



steingraeber.de



pianopunkt.de



Im Pianopunkt kümmert sich Michael Schulze seit Februar 2016 in erster Linie um Klavier- und Flügel sowie Digitalpianos, erfasst dessen Spielart und Klang. Die Idee eines Geschäftes mit Werkstattbetrieb entstand daraus, dass Michael nicht nur das Klavier- und Flügelstimmen im Außendienst betreiben wollte. Der gelernte Klavierbauer überholt im Werkstattbetrieb die verschiedenen Mechaniken eines Klaviers oder Flügels. Dies ist das Kerngebiet für Kunden, welche im Instrumentalbereich bei der Flügelmechanik höhere Ansprüche an Klang und Spielgefühl stellen. Zudem geht es Michael Schulze nicht um den Aspekt einer großen Auswahl an Instrumenten, sondern vielmehr darum eine kleine edle Vorauswahl an verschiedenen Klavieren und Flügeln anzubieten.

„Wenn Mechanik und Instrument zusammenkommen und dann die ersten Töne erklingen, beschreibt das für jeden Klavierbauer ein einzigartiges Gefühl der Freude“, erzählt Michael.

Damit wir ein Klavier so nutzen können wie wir es melodisch gewohnt sind, übernimmt Michael Schulze auch das Stimmen des Klaviers oder Flügels. Das ist wichtig, denn selbst wenn wir nicht täglich spielen unterliegt das Klavier jahreszeitlich bedingten Temperaturschwankungen. Doch das Ziel von Michael Schulze ist nicht allein das Stimmen, es gehört mehr dazu. Es ist wichtig das Instrument als Ganzes zu verstehen und auch die Spielart und den Klang zu erfassen.



Der Flügelbau selbst dauert tatsächlich mehrere Monate. Wenn die Oberfläche lackiert ist und der Flügel idealerweise schon besaitet, können die Saiten sich ausruhen um sich an die Spannung zu gewöhnen. Die Saiten brauchen lange bis sie stimmstabil ihre Tonhöhe halten. Das kann sogar mehrere Jahre dauern. Jedes neue Instrument ist vorerst nicht stabil in der Stimmhaltung. Erfahrungswerte und Gehör, Klangintensität und die Weichheit des Tons werden step by step abgestimmt. Bevor man vom Instrument selbst eine akustische Rückmeldung erhält, arbeitet der Klavierbauer zu meist viele Stunden darauf hin.





Rösel Orgelbau

Rösel Orgelbau Meisterbetrieb
Unterm Breiten Berg 15 | 07318 Saalfeld (Büro)
Mobil: (+49) 170 - 47 100 80
E-Mail: a.roesel@roesel-orgelbau.com

Autovermietung R&K

Kulmbacher Straße 91 • 07318 Saalfeld




Tel.: 03671 512516 ■ www.AutovermietungRuK.de

Herzlichen Glückwunsch zum Jubiläum!

Gute Stimmung und gutes Handwerk, das ist es was uns verbindet. Ob am Klavier oder in der digitalen Welt. Jetzt als Mediengestalter, Webentwickler oder Mediaberater bewerben unter jobs.brandmediale.de

 Brandmediale WERBEAGENTUR

WWW.PIANOPUNKT.DE



HARMONIE IN FORM UND KLANG

PEARL RIVER avec KORG



Um den Klavierbau auf den Punkt zu bringen, besteht neben dem Werkstattbetrieb im Piano-punkt auch eine anspruchsvolle Aufgabe in der Konzertbetreuung. Hier ist der Klavierbauer auf besonders schöne und vielfältige Art gefragt. Die Klaviere und Flügel welche zu Ausleihzwecken, wie beispielsweise einem Geburtstag oder musikalischen Anlässen, zu Verfügung stehen, werden vom Klavierbauer liebevoll, mit besonderem Feingefühl

und Gehör für Konzerthäuser oder Theater sorgfältig aufbereitet, damit wir im Anschluss daran in die wundervolle künstlerische Leistung des Pianisten gelangen können. „Den meisten Künstlern ist wichtig, dass ein hochwertiges, perfekt vorbereitetes Instrument zur Verfügung steht. Genau dafür ist meine Anwesenheit und das Wissen um meine Arbeit vor Ort wichtig, denn wenn der Künstler weiß, dass er sich über die Gegeben-

heiten des Klaviers keine Gedanken machen muss, dann ist dieser erst frei in seiner Kunst und nur so kann das Konzert dann auch ein großer Erfolg werden.“, so der Klavierbauer.

Ein Leihflügel steht beispielsweise gerade in der Villa Weidig und wird dort für ein ehrenamtliches Kultur-Projekt bereitgestellt um dort Musik zu erleben. Denn der Klavierverleih bezeichnet auch einen kleinen Beitrag

an Präsenz zur Kulturförderung, Somit garantiert der Klavierbauer und Diplomklavierlehrer in unserer Region und darüber hinaus, dass die Musik rund um das Instrument Klavier oder Flügel weiterlebt und wir wunder-volle Harmonien zu hören bekommen können.

SW | marcus®

 THEATER
RUDOLSTADT

Liebe hin, Liebe her

Eine Salonorchester-Revue

mit Markus Seidensticker, Katrin Strocka
und den Thüringer Symphonikern

Vorstellungen ab dem 17.02.2023, Theater im Stadthaus
Karten: (0 36 72) 450 10 00, www.theater-rudolstadt.de



GESCHENK
ZUM
VALENTINS-
TAG



Beim Kauf von 2 Karten für »Liebe hin, Liebe her« gibt's **gratis** ein passendes **Geschenk***! Erhältlich vom **1. bis 14. Februar 2023** in der Theaterkasse (KulTourDiele, Marktstraße 57).

*Nur solange der Vorrat reicht.



P & P

Prauka & Partner
Rechtsanwälte · Partnerschaft

Sonneberger Straße 1 | 07318 Saalfeld
Telefon (0 36 71) 57 39 10
Telefax (0 36 71) 57 39 22

Daniel Prauka
Arbeitsrecht
Handels- u.
Gesellschaftsrecht
Insolvenzrecht
Grundstücksrecht
Erbrecht

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

Christiana Eberhard
Straf- und
Ordnungswidrigkeitenrecht
Verkehrsunfallrecht
Familienrecht
Mietrecht
Vertragsrecht

**Wir kümmern
uns um Ihre
Versicherungs-
und Finanzfragen!**

Kompetente, individuelle
Beratung und
Versicherungsschutz für
Privat- und Gewerbekunden.

LVM-Versicherungsagentur
Jens Voigtländer

Schloßstraße 15
07318 Saalfeld/Saale
Telefon 03671 528460
agentur.lvm.de/voigtlaender

LVM
VERSICHERUNG

„WIR WÜNSCHEN WEITERHIN VIEL ERFOLG!“



SAALFELD. WSC macht sich stark für todkranke Kinder

Der Wasserskiclub (WSC) Saale e.V. macht sich stark für todkranke Kinder. Beim weihnachtlichen Detscherbacken auf dem Saalfelder Marktplatz ergab sich ein Spendensumme, welche der Verein um Michael Patschke (rechts im Bild) am 12. Januar dem Kinderhospiz in Nordhausen zukommen ließ. Zudem gestaltet der WSC jedes Jahr am Stausee eine Veranstaltung zu Gunsten benachteiligter Kinder.




Elektro Brozia & Kolberg GmbH & Co. KG
 Barfußbergasse 9
 07318 Saalfeld
www.elektro-bk.com
service@elektro-bk.com
 Tel.: 03671/627171

TOURIST-INFORMATION RUDOLSTADT
 Tickets, Souvenirs und alles rund um „Schillers heimliche Geliebte“
 Markt 8, 07407 Rudolstadt



RudolstadtCard Akzeptanzstelle
 Hier sammeln Sie clevere Vorteile!
2% Sofort-Rabatt auf Ihre Karte.

Images of the RudolstadtCard and BadBlankenburgCard are shown.

Noch keine Karte? www.rudolstadtcard.de



SCHWARZA. Spendenaktion für das Hospiz am Saalebogen

Die „Weiße Schule“ e.V. und die Freien Wähler e.V. haben in einer gemeinsamen Adventsveranstaltung in Schwarza eine Spendensumme i. H. v. 852,46 € für das „Hospiz am Saalebogen“ zusammengetragen, welche am 12. Januar an Fr. Mälzer (Hausleitung) und Hr. Lander (Geschäftsführer) übergeben wurde. Ein Dank geht auch an die zahlreichen Helfer und „Kuchenbackfrauen“, sowie die Unterstützer ERGO Versicherungsbüro Frank Meisel, Agrofarm eG Knau und Stadtmühlbäckerei Bielert GmbH Bad Blankenburg.



PÖSSNECK. Der „RUN“ ist gestartet

Der MSC Pößneck e.V. startete das Jahr 2023 mit einer Vorankündigung zu einem der beliebtesten Familien-Events in unserer Region, dem begehrten Abenteuer-Hindernislauf KidsRun am 26.08.. Anmelden könnt ihr euch offiziell noch bis 31.07.2023 oder bis das Teilnehmerlimit von 1.500 Startplätzen erreicht ist. www.kids-run.com



Willkommen in der CITROËN-Auto-Familie
 Herzlichen Glückwunsch Frau Rößler zu Ihrem neuen Citroën, wir wünschen allzeit gute Fahrt.
www.autohaus-zentral.de

Photovoltaik aus einer Hand

EBK zeigt Transparenz

■ **Wir alle verstehen mittlerweile was es bedeutet, Energie effizient einzusparen. Gemeinsam mit der EBK durchleuchten wir für euch die einzelnen Schritte vom Beratungsgespräch über die Ausführung bis hin zur fertigen Photovoltaikanlage auf eurem Haus oder Firmengrundstück.**

Mit einer effektiven Photovoltaikanlage auf dem hauseigenen Dach können wir nachhaltig unseren Stromverbrauch in die eigenen Hände nehmen. Für Einfamilienhäuser bis Industriehallen übernimmt die EBK die gesamte Planung bis hin zur Installation und Wartung von Photovoltaikanlagen. Bevor es allerdings in die Planung geht, gibt es einiges zu betrachten. Die EBK berät dazu ausführlich, zielgerichtet und kundenorientiert.

Step 1 – Erfahrungsberichte

Was für eine Photovoltaik-Anlage benötigt wird, ist immer Energiekosten-abhängig, was bedeutet, dass zu allererst der hauseigene Verbrauch anhand von Strom- und Gasabrechnung seitens der EBK ausgewertet wird. Dazu ist es nötig, dass der Hauseigentümer die Strom- und Gasabrechnung offenlegt. Mit den Rechnungsgrundlagen der EBK wird daraufhin die Energie im Haus gemessen und geschaut, wo und wie man eine geeignete Anlage gezielt einsetzen kann. Berücksichtigung finden hierbei auch die bedarfs-eigenen Grundlagen der späteren Nutzer. Zudem besteht seit dem 1. Januar 2023 eine staatliche Förderung bei einer neuen Photovoltaikanlage (mehr zur steuerlichen Betrachtung im Teil 2 der Serie Photovoltaik aus ei-

ner Hand - EBK ganz transparent in marcus®-Ausgabe 3).

Die EBK prüft in einem weiteren Schritt die Größe der Anlage und welche Speicherkapazität sinnvoll ist um effektiv zu wirtschaften. Hierbei spielt die Sektorenkopplung bei einer PV-Anlage für den Strom zum Heizen, Waschen, Kochen, für Elektromobilität, Licht und separat Kühlung eine ganz wesentliche Rolle. Wichtigstes Element da-

kann. Schlussendlich spielt natürlich auch die E-Mobilität mit hinein, wofür die EBK einen spezialisierten Rahmen einnimmt. Denn: „Hier bewegen wir uns im Smart-Home Bereich“, so die EBK. Das Smart-Home System der EBK ist frei programmierbar mit herstellerunabhängigen Dingen.

Die EBK bedient die Bereiche Heizung, Warmwasser, Beleuchtung, Beschattung, Klima-

die EBK einen Server oder ein Energiemanagement-System einzubauen / zu verbauen um gemeinsam zu agieren. Denn immer mal wieder kann es vorkommen, dass gewisse Brückenprobleme auftreten, denn wenige Hersteller können direkt alles bedienen. Deswegen nutzt die EBK herstellerunabhängige Produkte, wie Wallboxen, Wechselrichter, Batterie, Heizstäbe und wählt so aus einem eigenen Portfolio das bestmögliche Sys-



bei ist der Sektor Strom für die Beleuchtung und Geräte im Haus. Im Anschluss daran werden die Sektoren Warmwasser und Heizung unter die Lupe genommen. Bei der Heizungsanlage mit Puffer wird außerdem geprüft, ob ein Heizstab verbaut werden sollte und ob über den überschüssigen Strom die Heizung betrieben werden

lagen und Elektromobilität inklusive Wallboxen transparent und aus einer Hand. Der Vorteil dabei, sollte doch einmal etwas nicht ganz „rund“ laufen, ist die EBK mit fachlicher Kompetenz und Servicequalität zur Stelle.

Ein Beispiel: ab 2 Punkten, wie beispielsweise einem Heizstab und einer Wallbox empfiehlt

tem für den spezifischen Haushalt des Kunden aus. Somit ist gegeben, dass die Priorität jedes einzelnen Kunden Beachtung in der Beratung erhält.

Dafür erhält der Kunde dann eine spezielle App, welche er sich auf sein Smartphone laden kann, um so die verschiedenen Leistungen seiner PV-Anlage

effektiv und energieeffizient zu nutzen. Das Monitoring, also das komplett unabhängige Managementsystem (Luxon-Smarthome) wird seitens der EBK verbaut und in den ersten zwei Wochen Laufzeit der PV-Anlage regelmäßig durch die EBK gecheckt. Hier ist beispielsweise ersichtlich, was die Netz-bezogene und produzierte Energie der PV-Anlage leistet. Im System können Zählerstände und auf den Haushalt angepasste Komponenten, wie beispielsweise die Temperatur mit Abwesenheitserkennung und eine individuelle Aktivierung, verwaltet werden. Die EBK

berät dazu ausführlich und kundenorientiert. Auch ein Nachrüsten ist jederzeit möglich.

Step 2 – vor Ort

Die EBK prüft also den Energieverbrauch in Kilowattstunden für Haus, Warmwasser und on Top auch Heizung, Stromkostenabrechnung, Warmwasserhaushalt und Gasverbrauch.

Vor Ort schaut sich die EBK die Heizungsanlage beim Kunden an, um ein Bild davon zu erhalten was mit einer geeigneten PV-Anlage funktioniert und erörtert die Möglichkeiten für den optimalen Betrieb.

Step 3 – Erfahrungswert autark

Wann man autark ist und wann nicht, ist ebenfalls PV-abhängig. Hierzu besteht die Möglichkeit eines Backups seitens der EBK, wenn das Stromnetz mal kollabieren sollte. Natürlich lassen sich auch - unabhängig vom Speicher - Waschmaschine, Geschirrspüler und Co, so programmieren das beispielsweise die Mittagssonne als Energiebringer dafür genutzt werden kann. Auch dazu berät die EBK.

Um kundenorientiert im Nachgang zur Verfügung zu stehen

und fachlich handeln zu können, zeigt die EBK Transparenz und wählt zum Vorteil des Kunden aus eigener Hand.

Das Verbauen einer PV-Anlage dauert seine Zeit, die Geduld erfordert um ein optimales und leistungsstarkes Ergebnis zu erzielen. Die EBK holt ihre Kunden da ab, wo Hilfe nötig ist.

Alle geplanten Anlagen in 2022 konnten planmäßig vollständig gebaut werden.

SW I marcus®



Telefon 03671 / 62 71 71
www.elektro-bk.com
service@elektro-bk.com

EBK

sucht Nachwuchs!



Die EBK bildet im Bereich Elektrotechnik aus!

Gesucht werden Elektrotechniker (m/w/d) für Gebäudetechnik und Energietechnik.

Eigens ausgebildete Fachkräfte haben die Möglichkeit übernommen zu werden und weitere Förderungen wie Schulungen und Weiterbildungsmaßnahmen wahrzunehmen.

Kleinanzeigen

Biete

Verm. Tiefgaragenplatz in SLF (Jahnstr.), 50 € monatl. ab sofort
Tel.: 0160-2141212

Waschmaschinen und Kühlgeräte, ab 90 Euro mit Gar., Tel. 03647 417300, Hausgeräte Rittweger, Saalfelder Str. 76, PN

Gesundheit

Agnihotra für eine gesunde Umwelt – www.agnihotra-online.com

Mein Name ist Caro, 36 J., mit schlanker Figur & sexy Ausstrahlung. Suche nach Dir um Dich nach Herzenslaune zu verwöhnen. Ich liebe die Natur und suche meinen Mann mit allem was dazu gehört, wenn Du Dich angesprochen fühlst, melde Dich freue mich sehr.
Tel/sms 015776827776
ü.Marc-Aurel.eu

Warmherzige Steffi, 66 Jahre, mit weiblich schlanker Figur. Bin eine sehr fleißige, zuverlässige Witwe und fühle mich seit 3 J. sehr einsam. Ich bin mobil u. fahre sehr gerne mit meinem Auto an den See oder mache Besorgungen. Wünsche mir von Herzen gemeinsam den Frühling zu erleben und für einander dazu sein. Freue mich schon sehr auf deinen Anruf.
ü.Pv Tel/sms 015127186363

Freie LKW Stellplätze

freie Stellfläche und Büroräume zu vermieten!

Wo?

in Saalfeld - Rudolstädterstraße 11

Kontakt: 0151 23023666

Leidenschaftliche Franziska, 51 J., Physiotherapeutin. Fühle mich sehr einsam, suche einfach einen lieben Mann zum verwöhnen und Lieben. Bei Sympathie und beiderseitigem willen, bin ich auch umzugsbereit. Ich warte auf Dich, melde Dich. ü.Ag.VMA

Tel/sms 01607998576

Sympathischer Jürgen, Mitte 50, graumeliert mit männl. Figur. Bin sehr zuverlässig, großzügig und ich Reise gerne. Bin vielseitig interessiert ob Kultur, Gesundheit, Wohlbefinden oder Wissen ich lese sehr gerne u. Bilde mich weiter. Suche eine liebevolle Frau für eine glückliche, sichere Zukunft. Melde Dich. ü.Ag.VMA

Tel/sms 01704432364

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

Tel/sms 0173 6388143



SAALFELD: Das Sandmännchen im Stadtmuseum

Wer dem Sandmännchen und Co. gern einmal persönlich „Hallo“ sagen möchte, hat noch bis zum 10. April die Möglichkeit dazu. Die verlängerte DDR-Ausstellung im Stadtmuseum lockt täglich viele Besucher an. Unter dem Titel „Nach dem Sandmann ins Bett, von der Triola geweckt“ können Erinnerungen an längst vergangene Tage geweckt werden.

Wir Böllianer danken für die großzügigen Spenden und somit für die hilfreiche Mitarbeit an der weiteren Digitalisierung unserer Schule!

Heinrich-Böll-Gymnasium dankt

Digitalisierung ist das Gebot der Stunde in allen Schulen. Am Heinrich-Böll-Gymnasium konnte in dieser Hinsicht dank des Engagements vieler privater Unterstützer seit dem letzten Schuljahr viel passieren. So wurden sieben Räume so umgestaltet, dass SchülerInnen und LehrerInnen in ihnen digital arbeiten können. 29

Spender machten dies möglich. Der Schulförderverein des Heinrich-Böll-Gymnasiums dankt Ihnen allen im Namen der Schulleitung, der Lehrerschaft und natürlich der SchülerInnen herzlich und lud Sie mittels einer Dankesbotschaft explizit zum Weihnachtskonzert der Schule ein.

IMPRESSUM



MARCUS Verlag GmbH

Am Hofen Ufer 10
07318 Saalfeld

☎ 03671/45710

☎ 03671/457129

@ hallo@marcus-verlag.de

BÜRO

Montag – Freitag
8.00 – 15.00 Uhr

HERAUSGEBER

MARCUS Verlag GmbH

GESCHÄFTSFÜHRUNG: M. Kupfermann

VERLAGSLEITUNG: K. Kupfermann

LAYOUT

A. Eberhardt, A. Burkhardt, A. Rogge

ANZEIGEN

S. Brandenburg, A. Richter, S. Kunt

REDAKTION

S. Beier-Camara, S. Wiltzsch

REDAKTIONSSCHLUSS: 24.01.2023

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

Immobilien

Suche

Suche Nachfolger f. einen gepflegt. Pachtgarten m. Baumbestand in Kamsdorf nahe KGV Wutsche, ca. 1500m², teilw. Hanglage, schöne Aussicht, möbl. Bungalow m. Wohn- und Schlafräum u. überd. Terasse. VIE-Anschl. vorh., PKW-Stellpl. im Garten. Bei Int. bitte Anfragen u. Tel. 03671 643091.

Gesundheit

Eröffnungseminar Familienaufstellung, Sa 4. März 2023 (50 % Rabatt) Aufstellungsarbeit hilft in jedem Lebensbereich vor allem auch bei psychischen Problemen, Ort: Rudolstadt, Anmeldung/Fragen: elke.tupuschies@gmail.com oder 015233787855

Suche

Zuhause gesucht!



Bauland / Grundstück in Saalfeld und Umland gesucht

Wir sind eine junge Familie und suchen ein Grundstück im Umkreis von 10 km um Saalfeld. Bevorzugt in Einzellage oder etwas abseits, da wir gerne ein Blockhaus bauen möchten. Über einen Kontakt von Ihnen freuen wir uns sehr – unter 0151 50038990.

Orthopädisch-Chirurgisches-Zentrum Kronach



Filiale Ludwigsstadt

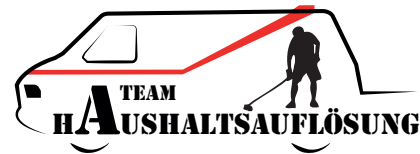
Tom Hoffmann | Dr. med. A. Hutschenreuter
FÄ f. Orthopädie/ Chirurgie/ Unfallchirurgie
Lauensteiner Str. 11 | 96337 Ludwigsstadt

Wir ziehen um!

Unsere Praxis **schließt zum 31. Januar 2023**. Nach vollendeten Baumaßnahmen Ende April starten wir wieder in den Räumlichkeiten der **Grundschule Ludwigsstadt, Kronacher Str. 34**.

Vielen Dank für Ihr Vertrauen! Es verbleibt Ihnen das Team um Tom Hoffmann und Dr. med. A. Hutschenreuter

A-Team Haushaltsauflösung



www.a-team-saalfeld.de | info@a-team-saalfeld.de

Kaulsdorfer Straße 3A | 07333 Unterwellenborn

Telefon: 03671 5895005

KLEINANZEIGEN
**KLEINER PREIS GROSSE
WIRKUNG**



FIT FOR JOB

DU TRAINIERST, DEIN CHEF ZAHLT?



Betriebliches Gesundheitsmanagement für Ihre Firma!

Mit dem Jahressteuergesetz 2009 (§3) hat Ihr Unternehmen die Möglichkeit, die Gesundheit und Motivation Ihrer Mitarbeiter zu fördern. Einfach – ohne bürokratischen Aufwand.

Wir erstellen Ihnen ein individuelles Konzept, flexibel an die Bedürfnisse Ihrer Firma angepasst, zu Ihrem Budget passend!



So individuell wie Du.

Mittlerer Watzenbach 8a
07318 Saalfeld
☎ 03671/513942

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

In stillem Gedenken



Nachruf

Wir nehmen Abschied von unserem Freund und Vereinsmitglied

Wir tragen dich ewig in unseren Herzen.

Georg Sigorski

* 22.11.1958 † 04.12.2022

Der Freundeskreis des Saalfelder
Ostereierbaumvereins e. V.

Saalfeld, im Januar 2023



NACHRUF

Es fällt uns schwer – aber wir müssen uns von unserem guten Freund Ralf Hohmann verabschieden.

Er hat in der Zeit, in der er mit vollem Herzen Saalfelder war, durch seine offene, warmherzige und zugewandte Art nicht nur uns als Freunde gewonnen, die gemeinsam mit ihm gelebt, gefeiert und sich für Saalfeld engagiert haben.

So wurde unsere Stadt durch kreative Bierschöpfungen, die er zusammen mit dem Brauhaus-Team entwickelte, in der Welt bekannter.

Die Zeit, die wir miteinander hatten, werden wir in dankbarer Erinnerung behalten. Dies um so mehr, da alles was Ralf – auch mit uns – noch vorhatte, nunmehr unerfüllt bleiben muss. Er war bis zum Ende voller Optimismus und neuer Pläne und wäre gerne noch unter uns – das Leben ist nicht immer gerecht.

Unser Mitgefühl gilt seiner Familie und allen Angehörigen.

Deine Stammtischfreunde

Nachruf

Wer im Gedächtnis seiner Lieben lebt ist nicht tot, der ist nur fern.

Wir tragen dich ewig in unseren Herzen.

Gerald Fischer

* 12.09.1952 † 26.12.2022

Wir nehmen Abschied von unserem lang-jährigen Wegbegleiter und guten Freund.

Im stillen Gedenken

**Petra und Hendrik
Iris Wolfram**

Saalfeld, im Januar 2023



Nachruf

Wir nehmen Abschied von

Helmut Kulawik

* 12.01.1953 † 05. Januar 2023

Helmut war einer der Vereinsgründer und jahrzehntelang Vorsitzender des Kulturverein Oberrnitz e.V.. Seit 1995 vertrat er mit Leib und Seele die Interessen des Vereins.

Wir danken Helmut für seine Kraft und Energie, die er in den vielen Jahren in den Verein investierte.

Unser tiefes Mitgefühl gilt seinen Familienangehörigen.



Kulturverein Oberrnitz e.V.



Bestattungsinstitut **Bischof** GmbH
Trauer braucht Vertrauen

Klostergasse 2b · 07318 Saalfeld
Tel. 03671 5788-0

Mandy Neumeister Bestattungsberaterin

Stellenmarkt

NOTARIATSVERWALTER ADRIAN ROOS
DES NOTARIATS ANNE WIEGLEB IN SAALFELD

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir ab sofort engagierte und qualifizierte Notariatsmitarbeiter (m/w/d).

Die Tätigkeit kann in Voll- oder auch Teilzeit ausgeübt werden.

Wir bieten:

- eine anspruchsvolle Tätigkeit (eigenverantwortliche Bearbeitung von Vorgängen aus allen notarrelevanten Fachgebieten mit Möglichkeit der Schwerpunktbildung)
- ein freundliches und hilfsbereites Team
- eine angenehme Arbeitsatmosphäre
- flexible Arbeitszeiten
- leistungsgerechte Bezahlung
- regelmäßige Fortbildungsmöglichkeiten

Wir erwarten:

- eine abgeschlossene Berufsausbildung als Notarfach- oder Rechtsanwaltsfachangestellte/r (m/w/d) bzw. einschlägige notarielle Berufserfahrung bzw. ein abgeschlossenes juristisches Hochschulstudium
- einen hohen Anspruch an die eigene Arbeitsleistung; Spaß am selbstständigen Arbeiten und am direkten Klientenkontakt; Teamfähigkeit
- einen sicheren Umgang mit MS-Office-Anwendungen und idealerweise Erfahrung im Umgang mit dem Notarprogramm TriNotar

Ihre Bewerbungsunterlagen (Anschreiben, Lebenslauf, Zeugnisse) übersenden Sie bitte per E-Mail (roos@notariatsverwalter-roos.de) oder per Post (Notariatsverwalter Adrian Roos, Blankenburger Str. 1-3, in 07318 Saalfeld). Vertraulichkeit ist für mich selbstverständlich.

SAALFELDER SCHUHHAUS SCHUHE & LEDERWAREN

ENGAGIERTE VERKÄUFERIN

mit Lust auf Kundenberatung im Verkauf von
Schuh- und Lederwaren in Saalfeld gesucht.



Bewerbung bei Frau Richter:
Tel. 0151 70121631

Blankenburger Straße 11 | 07318 Saalfeld

Gesucht in Voll- oder Teilzeit Empfangs- & Servicekraft (m/w/d)

Bewerbungen per E-Mail: d.neranzakis@bohlenblick.de
oder per Post an: Hotel Bohlenblick
Geschwister-Scholl-Straße 7, 07318 Saalfeld



Hotel Bohlenblick ****

Landkreis
Saalfeld-Rudolstadt



Für unser Landratsamt bieten wir zum **nächstmöglichen Zeitpunkt** eine **unbefristete Vollzeitstelle** (39 Wochenarbeitsstunden) als

Sachgebietsleiter/in (m/w/d) Technische Verwaltung

Ihre Aufgaben:

1. organisatorische, personalbezogene und fachliche Leitung des Sachgebiets Technische Verwaltung mit 3 Beschäftigten im Innendienst sowie ca. 50 Hausmeistern
 - Ziele, Grundsätze und Weisungen für die der Organisationseinheit zugewiesenen Aufgaben mitgestalten und einführen
 - Koordinierung der Aufgaben im Sachgebiet
 - ständige Optimierung der Aufbau- und Ablauforganisation
 - Wahrnehmung von Führungs- und Leitungsaufgaben
 - Vertretung des Sachgebiets innerhalb der Verwaltung und in Gremien
 - Erstellung von Kostenberechnungen und Überwachung der Haushaltsansätze
2. Wahrnehmung der Aufgaben des techn. Gebäudemanagements
 - eigenständige Planung und Überwachung von Prüfungs-, Wartungs- und Instandhaltungsarbeiten sämtlicher technischer Anlagen von 46 Gebäuden
 - Umsetzen von Instandsetzungs- und Modernisierungsmaßnahmen im Bereich der Gebäudeausrüstung
 - Wahrnehmung der Betreiberpflichten im Bereich der gebäudetechnischen Anlagen
 - Verantwortung des kommunalen Energiemanagements und Ableitung sowie Realisierung von Optimierungsmaßnahmen
 - Planung und Vorbereitung von Vergabeverfahren
 - Betreuung der beteiligten Planer und Fachfirmen

zwingende Einstellungs Voraussetzungen:

- einen Abschluss im Studiengang Facility Management, Versorgungstechnik, Gebäudetechnik, technische Gebäudeausrüstung oder Immobilienwirtschaft **oder**
- Laufbahnbefähigung für den gehobenen nichttechnischen Verwaltungsdienst **oder**
- einen Abschluss Diplom-Verwaltungswirt/in (FH), Verwaltungsfachwirt/in (Fortbildungslehrgang II) bzw. zum/zur Verwaltungsbetriebswirt/in (VWA) **oder**
- einen Abschluss im Studiengang Public Management, Verwaltungswissenschaften, Betriebswirtschaft oder Wirtschaftswissenschaften **oder**
- ein abgeschlossenes Hochschulstudium im technischen Bereich
- mehrjährige nachgewiesene Berufserfahrung im Bereich Gebäude- und Facility Management
- einjährige nachgewiesene Führungserfahrung
- Führerschein Klasse B
- ein eintragungsfreies Führungszeugnis (Vorlage im Falle des Stellenzuschlags erforderlich)

Vergütung:

- Die Stelle ist mit der Entgeltgruppe 11 TVöD ausgewiesen

Wir freuen uns über Ihre Bewerbung bis zum 22. Februar 2023!

Für weitere Auskünfte steht Ihnen das Personal- und Organisationsamt unter der Telefonnummer 03671 / 823-297 (Frau Großmann) oder der ePost-Adresse bewerbung@kreis-slf.de zur Verfügung.

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

Stellenmarkt



Die Stadt Saalfeld/Saale sucht Verstärkung:

*Stellvertretende/r
Amtsleiter/in Amt für Kiga/
Schule/Hort (m/w/d)*

*Mitarbeiter/in
Stadtmuseum (m/w/d)*

weitere Informationen
über den QR-Code
oder auf www.saalfeld.de

EVR

Energieversorgung
Rudolstadt GmbH



Als kommunaler Energieversorger haben wir zur Unterstützung unseres Teams folgende Positionen zu besetzen:

■ Teamleiter Kundenservice (m/w/d)

Sie übernehmen die Verantwortung innerhalb des Kundenservice-teams und gestalten die Prozesse und Arbeitsabläufe des Teams mit. Sie sind zentraler Ansprechpartner und stellen die fachliche und kommunikative Qualität des Kundenservices sicher.

■ Netzmonteur Gas (m/w/d)

Sie unterstützen beim Betrieb und der Installation von Verteilungsanlagen des Gasnetzes. Sie führen Montagearbeiten durch und sind verantwortlich für die Inspektion, Funktionsprüfung, Wartung, Entstörung und Instandsetzung im Gasleitungsnetz.

■ Schüler/Studentenjob (m/w/d)

Sie arbeiten in unserem Kundenservice und sind verantwortlich für administrative Aufgaben. Sie unterstützen das Team in ihren Arbeitsabläufen und sind verantwortlich für die Datenarchivierung.

Bitte senden Sie Ihre Bewerbung

mit Angabe Ihres frühestmöglichen Eintrittstermins an die

Energieversorgung Rudolstadt GmbH
Geschäftsführung
Oststraße 18, 07407 Rudolstadt
E-Mail: personal@ev-rudolstadt.de



Gern können Sie sich auch direkt auf unserer Onlineplattform bewerben. Dazu einfach QR-Code einscannen oder Link folgen.

www.ev-rudolstadt.de/unternehmen/karriere

GÖTZE
GRUPPE



Die Götze Gruppe - eine moderne und innovative Unternehmensgruppe im Bereich der Produktion von Kunststoffteilen und der Fertigung von Präzisionswerkzeugen.

Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams am Standort Gräfenthal:

- **Verfahrensmechaniker/Einrichter Kunststoffverarbeitung 3 Schicht (m/w/d)**
- **Schichtleiter Kunststoffverarbeitung 3 Schicht (m/w/d)**
- **Logistiker (m/w/d)**
- **Servicemitarbeiter Kunststoffverarbeitung 3 Schicht (m/w/d)**
- **Produktionshelfer Kunststoffverarbeitung 3 Schicht (m/w/d)**

Die vollständigen Stellenausschreibungen und weitere Unternehmensinformationen finden Sie unter

www.goetze-gruppe.de.

GKT Gräfenthaler Kunststofftechnik GmbH - Frau Sandra Götze - Coburger Str. 56-58 - 98743 Gräfenthal -
Tel.: 036703 - 85 0 - Mail: personal@goetze-gruppe.de - www.goetze-gruppe.de



SONDERBEAUFTRAGTE für innere und äußere Angelegenheiten.

Sie haben Lust auf Mitgestaltung und zeigen gerne Initiative? Veränderungen motivieren Sie? Ihr Instinkt treibt Sie an? Ihr Talent ist ihr Auftrag? Dann möchten wir Sie in einer dringlichen Angelegenheit in Vollzeit beauftragen!

MITARBEITER (M/W/D) VERTRIEBSINNENDIENST

Ihr Auftrag:

- Bearbeitung unserer Kundenanfragen/Aufträge
- Beratung und Verkauf unserer Produkte und Dienstleistungen, insbesondere von Betonstahl
- Preiskalkulationen, -vergleiche und -verhandlungen
- Koordination der Betonstahl-Anarbeitung
- Initiative und Verantwortung von Projekten
- Mitgestaltung von Kundenveranstaltungen und Messen
- Impulse und Umsetzungen für die Unternehmensstrategie

Ihre Besonderheit:

- kaufmännische/technische Ausbildung oder höhere Qualifikation, idealerweise als Maurer/Stahlbetonbauer/Polier o. ä.
- sicherer Umgang mit MS-Office
- kommunikatives Geschick und Verhandlungskompetenz
- selbständige und lösungsorientierte Arbeitsweise
- Team und Organisationsfähigkeit
- Bereitschaft zu Weiterbildungsmaßnahmen

Unsere Angelegenheit:

- sehr gut dotierte und leistungsgerechte Vergütung
- erfolgsabhängige Sonderzahlungen
- flexible Arbeitszeiten
- soziale Leistungen (E-Bike/Grilltage/Zuschuss Kindergarten...)
- unbefristetes Arbeitsverhältnis mit umfangreicher Einarbeitung
- familiäres Betriebsklima mit kurzen Entscheidungswegen

MITARBEITER (M/W/D) VERTRIEBSAUSSENDIENST

Ihr Auftrag:

- Betreuung unserer Kunden in Thüringen
- Beratung und Verkauf unserer Produkte und Dienstleistungen
- Kundenanalyse, Neukundenakquise und Kundenreakquise
- Verfassen von Besuchsberichten
- Marktbeobachtung und Wettbewerbsanalyse
- Mitgestaltung von Kundenveranstaltungen und Messen
- Impulse und Umsetzungen für die Unternehmensstrategie

Ihre Besonderheit:

- kaufmännische Ausbildung oder höhere Qualifikation
- Führerschein Klasse B
- sicherer Umgang mit MS-Office
- kommunikatives Geschick und Verhandlungskompetenz
- selbständige und lösungsorientierte Arbeitsweise
- Bereitschaft zu Weiterbildungsmaßnahmen

Unsere Angelegenheit:

- sehr gut dotierte und leistungsgerechte Vergütung
- erfolgsabhängige Sonderzahlungen
- flexible Arbeitszeiten
- soziale Leistungen (E-Bike/Grilltage/Zuschuss Kindergarten...)
- unbefristetes Arbeitsverhältnis mit umfangreicher Einarbeitung
- familiäres Betriebsklima mit kurzen Entscheidungswegen
- Firmenwagen auch zur privaten Nutzung

SIE SIND BEREIT DEN AUFTRAG ANZUNEHMEN?

Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbungsunterlagen mit Angabe Ihrer Gehaltsvorstellung und eines möglichen Eintrittstermins – gerne in elektronischer Form, vorzugsweise im PDF-Format.

A&G Stahl ist ein erfolgreiches Stahlhandelsunternehmen in Thüringen. Seit 20 Jahren setzt unser Unternehmen auf Zuverlässigkeit, Innovation und Expansion.

A&G Stahlverarbeitungs und -vertriebs GmbH

Karina Tiesel, Assistenz der Geschäftsführung · An der Heide 20
07318 Saalfeld · Tel. 03671 444-0 · personal@ag-stahl.com



Veranstaltungen

01.02. Mittwoch

Saalfeld

■ **Entspannung:** Geführte Phantasie Reisen, immer mittwochs 17.30 Uhr, Café Waage (Brudergasse)*

Rudolstadt

■ **Mittendrin:** Der Stadtteiltreff, mit Abverkauf Modelädchen, 14 – 20 Uhr, Begegnungsstätte Kopernikusweg*

■ **MMM – was bin ich?** Die beliebte Rateshow, 19.30 Uhr, Theater im Stadthaus

02.02. Donnerstag

Saalfeld

■ **Selbsthilfegruppe Alkoholabhängige & Angehörige:** neuer Treffpunkt!, Infos: 03671 6115873, 17.30 Uhr, DRK Lebenspunkt (Am Blankenburger Tor 18)*

Rudolstadt

■ **Schiller-Goethe-Balladen:** Der Zauberlehrling und sein Handschuh, 10 & 12 Uhr, Schminkkasten

■ **Filmcafé:** Einfach mal was Schönes, Kaffee & Kuchen: 15.30 Uhr, Filmstart: 16.30 Uhr, Cineplex

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

Unterköditz

■ **1988 - Wilde Jugend:** Lesung und Gespräch mit Nadja Klier, Anm. erf. Tel. 036738 42477, 19 Uhr, Albert-Schweitzer-Gemeindehaus

03.02. Freitag

Saalfeld

■ **Klangschalen-Entspannung:** Anm. erf. Tel. 03671 / 55040, 18

Uhr, Feengrotten

■ **Schwimmen ins Wochenende:** mit stimmungsvoller Musik und Beleuchtung, immer freitags, 19 – 22 Uhr, Schwimmhalle

Rudolstadt

■ **Komödie:** Die Kehrseite der Medaille, 19.30 Uhr, Theater im Stadthaus

■ **Kino: Crump,** 20 Uhr, saalgärten

04.02. Samstag

Saalfeld

■ **Aquafun-Spielenachmittag:** mit Parcours und Wasserspielgeräten für Kinder, immer samstags, 12 – 14 Uhr, Schwimmhalle

■ **Tanz- und Musikshow:** Pasión de Buena Vista, 20 Uhr, Meininger Hof

■ **Lesung mit Musik:** HOBALALA – Auf der Suche nach Joao Gilberto, 20 Uhr, Kleine Bühne in der Villa Weidig

Rudolstadt

■ **Komödie:** Der Tatortreinger, 19.30 Uhr, Theater im Stadthaus

05.02. Sonntag

Saalfeld

■ **Tag des offenen Heilstollens:** Kostenfreies Probeschnuppern und informieren über den Heilstollen, 10 – 16 Uhr (letzter Einlass), Feengrotten*

■ **Kaffeekonzert mit dem Salonorchester der Thüringer Symphoniker:** 15 Uhr, Meininger Hof

06.02. Montag

Saalfeld

■ **Montagsmarkt:** 9 – 17 Uhr, Marktplatz*

Rudolstadt

■ **Schiller-Goethe-Balladen:**

Der Zauberlehrling und sein Handschuh, 10 & 12 Uhr, Schminkkasten

■ **Blutspende und Verkehrsteilnehmerschulung:** 15.30 Uhr & 16 Uhr, AWO-Begegnungsstätte Kopernikusweg 2*

07.02. Dienstag

Saalfeld

■ **Vorhang zu:** Vorlesezeit für Kinder, Anm. erf. Tel. 03671 598451 oder bibliothek@stadt-saalfeld.de, 16 Uhr, Stadt- und Kreisbibliothek*

Rudolstadt

■ **Lustspiel:** Der zerbrochne Krug, 15 Uhr, Theater im Stadthaus

■ **Ohren gespitzt:** Geschichten für Kinder zum Zuhören (5+), mit Anne Kies, Anm. erf. kinderbibliothek@rudolstadt.de oder 03672/486421, 16 Uhr, Stadtbibliothek*

■ **Vortrag:** Spielen um 1800, Referentin: Manuela Müller vom Deutschen Spielzeugmuseum in Sonneberg, 18 Uhr, Schillerhaus

Bad Blankenburg

■ **Krabbelgruppe:** immer dienstags, 10.15 Uhr, Leseinsel Harfe*

■ **Schmökerecke in der Lese-ecke mit Buchempfehlungen:** 15.30 Uhr, Leseinsel Harfe*

08.02. Mittwoch

Rudolstadt

■ **Kino:** An einem schönen Morgen, 20 Uhr, saalgärten

Oberwellenborn

■ **Trauer-Café:** jeden 2. Mittwoch im Monat, Trost finden beim Reden oder Zuhören, Infos: 0171 5618970 oder 0170 8559473, 16 – 18 Uhr, Sonnenhof*

09.02. Donnerstag

Saalfeld

■ **Repaircafé:** alle 2 Wochen, 13 – 15 Uhr, Café Waage (Brudergasse)

■ **Selbsthilfegruppe Alkoholabhängige & Angehörige:** neuer Treffpunkt!, Infos: 03671 6115873, 17.30 Uhr, DRK Lebenspunkt (Am Blankenburger Tor 18)

Rudolstadt

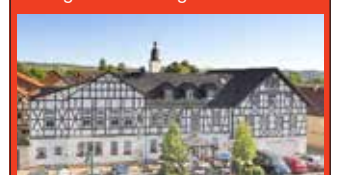
■ **Früchte:** Einblicke in die Naturhistorische Sammlung, Vorstellung ausgewählter Exemplare durch den wissenschaftlichen Mitarbeiter Björn Grübler, 17.30 Uhr, Heidecksburg

■ **Lesung und Austausch:** Ich war voller Fragen - Migrantische Erfahrungen auf dem Arbeitsmarkt, 17.30 Uhr, Stadtbibliothek*

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

Oberwellenborn

www.gasthaus-zur-gruenen-Linde.de



135 Jahre Familienbetrieb

Wir wünschen euch, unseren lieben Gästen, Bekannten, Freunden und Verwandten von ganzem Herzen für das frische neue Jahr Zufriedenheit, Glück und das Allerbeste.

Alle Wünsche werden klein gegen den, gesund zu sein.

Das Lindenteam

Kinderfasching am So., 19.2. ab 15.00 Uhr mit Programm

Kabarett Fettnäppchen am Fr., 17.3., ab 18.00 Uhr

Salatkirmes zu Pfingsten

Telefon 03671 645698
Navidresse 07333 · Lindenstraße 22

Könitz

■ **Vortrag:** Zur Geschichte des Treuen-Gewerken-Verbindlichkeits-Stollens im Kamsdorfer Revier, Referent: Hans-Georg Fröber, 18.30 Uhr, Bergbau- und Heimatmuseum

10.02. Freitag**Saalfeld**

■ **Schwimmen ins Wochenende:** mit stimmungsvoller Musik und Beleuchtung, immer freitags, 19 – 22 Uhr, Schwimmhalle

Rudolstadt

■ **Komödie:** Mein Freund Harvey, 19.30 Uhr, Theater im Stadthaus

■ **Kino:** Robin Bank, 20 Uhr, saalgärten

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

11.02. Samstag**Saalfeld**

■ **Aquafun-Spielenachmittag:** mit Parcours und Wasserspielgeräten für Kinder, immer sams-

tags, 12 – 14 Uhr, Schwimmhalle
■ **Après-Ski-Party mit The FAKE'Z Rock-Cooperation:** 19 Uhr, Champ (Südstadtgalerie)

■ **Faschingsgala des 1. SRCC e.V.:** 20.11 Uhr, Meininger Hof

Rudolstadt

■ **Workshop:** Digitale Spiele im Kinder- und Jugendzimmer, Anm. erf. Tel. 0 36 72 - 31 46 41 oder jufh@awo-rudolstadt.de, 10 – 13 Uhr, AWO-Jugend- und Familienhaus*

■ **Samstagscafé:** Chorkonzert mit dem Volkschor Bad Blankenburg, 14.30 – 17 Uhr, AWO-Begegnungsstätte Kopernikusweg 2*

■ **Lesung der Sächsischen Akademie der Künste:** In der Tinte – Schreiben über Krieg und Krise, 17 Uhr, Schminkkasten

■ **Theater:** Herrscht 07769, 19.30 Uhr, Theater im Stadthaus

■ **90er/2000er Party:** VVK tix-forgigs.com, 21.30 Uhr, saalgärten

Bad Blankenburg

■ **TSV Bad Blankenburg:** SV Stahl Unterwellenborn, 14 Uhr, Landessportschule

■ **Büttenabend - der Klassiker:** siehe S. 28-31, 20 Uhr, Stadthalle

Oberweißbach

■ **Nachtrodeln am Kirchberg:**

je nach Wetterlage, Fröbelturm

12.02. Sonntag**Saalfeld**

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

Rudolstadt

■ **Theater:** Herrscht07769, 15 Uhr, Theater im Stadthaus

Bad Blankenburg

■ **Büttennachmittag:** Familienkarneval, 14 Uhr, Stadthalle

13.02. Montag**Saalfeld**

■ **Spielenachmittag:** immer montags, 13 – 16 Uhr, Café Waage*

14.02. Dienstag**Saalfeld**

■ **Vortrag des Geschichts- und Museumsvereins Saalfeld e.V.:**

Ferdinand Liskow - Naturheilanstalt Bad Sommerstein, Referent: Dr. Ingo Lokies (Saalfeld), 19 Uhr, Stadtmuseum

Oberweißbach

■ **Großeltern-Enkel-Spieltag,** Anm. erf. Tel. 036705 62123 bis 5 Tage vorher, 13 Uhr, Fröbelhaus

15.02. Mittwoch**Saalfeld**

■ **Vortrag:** mit Phantasie & Kochkunst gegen die Auswirkungen der Inflation, 15 Uhr, Frauenzentrum Waage (Bruder-gasse)

■ **Royal Opera House 2022/23:** Der Barbier von Sevilla, 20 Uhr, Cineplex

Rudolstadt

■ **Mittendrין:** Der Stadtteiltreff: Vorsorgetag, 14 – 20 Uhr, Begegnungsstätte Kopernikusweg*

■ **Royal Opera House 2022/23:** Der Barbier von Sevilla, 20 Uhr, Cineplex

■ **Kino:** Meine Stunden mit Leo, 20 Uhr, saalgärten

VERLOSUNG!

3 x 2 Freikarten für Helge Schneider in Bad Blankenburg

Wann: Donnerstag, 9. März 2023

Wo: Stadthalle Bad Blankenburg, Beginn 19.30 Uhr

Mit seiner neuesten Show „DER LETZTE TORERO - BIG L.A. SHOW“ singt, tanzt, trommelt, trompetet, spielt Klavier, Saxophon, xylophoniert sich HELGE wieder in die Herzen vielen Menschen. Seine neueste Schallplatte, wird ebenfalls pünktlich zum Tourneestart im Februar 2023 erscheinen!

Einsendeschluss ist der 10. Feb-

ruar.

Bitte senden Sie eine E-Mail an gewinnspiel@marcus-verlag.de oder eine Postkarte an MARCUS Verlag GmbH, Am Hohen Ufer 10, 07318 Saalfeld.

Stichwort ist „Helge Schneider“. Bitte geben Sie zur Gewinnbenachrichtigung Ihre Telefonnummer an. Alle personenbezogenen Daten werden sofort nach Gewinnermittlung gelöscht und keinesfalls gespeichert oder weitergegeben.

Weitere Gewinnspielrichtlinien finden Sie auf www.marcus-verlag.de



Jugendausstellung in der Saale Galerie

In den vergangenen Sommerferien nutzten Jugendliche die Summerschool-Angebote „Actionpainting nach Jackson Pollock“ sowie „Beulwitz designt“ und legten dabei viel Kreativität an den Tag.

Die Ausstellung ist in Kooperation mit dem bz Saalfeld bis 19.2. in der Saale Galerie zu sehen.

Öffnungszeiten:

Di 10-17 Uhr, Mi 10-15 Uhr, Do 10-17 Uhr, Sa 10-13 Uhr.

**Saale
Galerie**

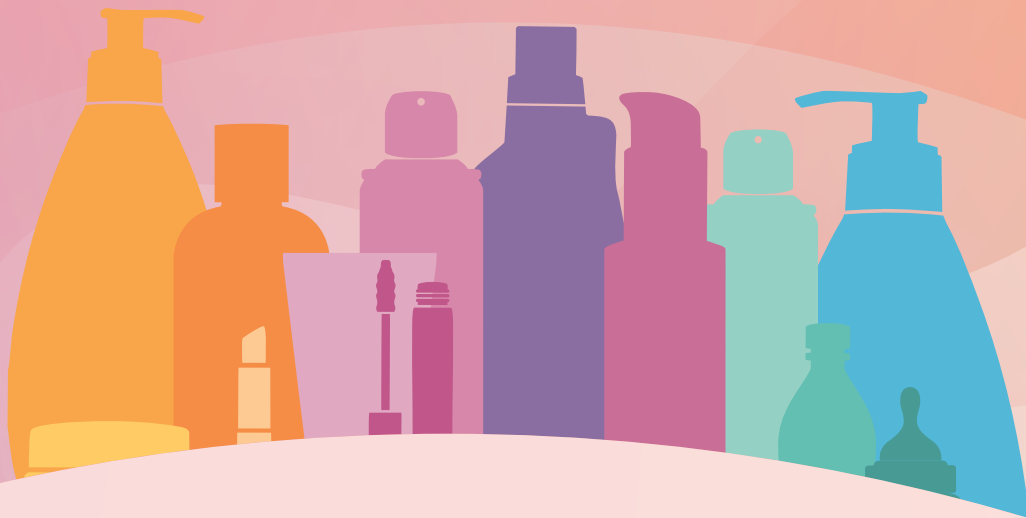
Dein dm-Markt zieht um

und schließt deshalb am
Samstag, den 4.2.2023,
um 18 Uhr

20%
Ausverkaufs-
Vorteil*

1.-4. Februar 2023

Dein dm-Markt in der **Oberen Straße 6-10 in Saalfeld/Saale** zieht um.
Unseren **neuen dm-Markt eröffnen** wir am **Donnerstag, den 16.2.2023,**
um 8 Uhr am **Mittleren Watzenbach 4/SaaleMarkt** in Saalfeld/Saale.
Komm vorher zum **großen Ausverkauf** noch einmal vorbei.



*Vom Preisvorteil ausgenommen sind Pfand-, Mobilfunk Guthaben, Geschenkkarten, iTunes, Erlebnisgeschenkkarten, Bücher, Zeitschriften und Säuglingsnahrung.
Falls der Ausverkauf vor dem hier angegebenen Datum abgeschlossen ist, betreten wir uns vor, früher zu schließen.



dm-drogerie markt
Obere Straße 6-10
07318 Saalfeld/Saale

Mo-Fr 7.30-19.30 Uhr,
Sa 7.30-18.00 Uhr
dm.de



P Kostenlose Parkplätze
vorhanden



HIER BIN ICH MENSCH
HIER KAUF ICH EIN

Leistungsstarke Partner

FENSTER & TÜREN

**Kaufen Sie jetzt!
So günstig wird es nie wieder.**

OLDENBURG®
Fenster · Türen & Design

Am Teichrasen 27
07381 Pössneck
oldenburg-fenster-tueren.de
oldenburg-poessneck@t-online.de
(0) 36 47 / 41 29 49

SCHMUCK

Der Goldschmied der immer da ist ...

**Goldschmiede
Schonk**
Tel. 03671 51 11 84

Anfertigung-Reparaturen
**Ankauf von
Altgold-Silber-Platin**

Blankenburger Str. 2, Saalfeld

Sie wollen eine
ANZEIGE schalten?
Wir **BERATEN**
Sie gern!

Tel.: 03671 4571-0

www.marcus-verlag.de

ZWEIRAD

Dein neues Lieblingsrad
jetzt bei uns.

(über 400 Räder zur Auswahl)

+ Zubehör & Outdoor-Bekleidung

zyc

ZWEIRADCENTER

ITALO Autohaus Rudolstadt GmbH
Telefon 03672 438944

BUSREISEN

KOLL Touristik
Seitene Koll Touristik e.K.

**Wir verreisen,
kommen Sie mit!**

Pößnecker Straße 4
07333 Unterwellenborn, OT Könitz
Telefon: 03 67 32 - 2 30 33
E-mail: Koll-Touristik@t-online.de

DACHDECKER

DACH DECKER KECK
Berit 1990 GmbH

DACHDECKERMEISTERBETRIEB

- Dach- und Wändeindeckung
- Dachklempnerarbeiten
- Flachdächer
- Wartung/Reparatur
- Krandienstleistung bis 30 m
- Solaranlagen

Tel. 03671 / 51 00 73
Felsenkellerstraße 2 · 07318 Saalfeld
www.dachdeckermeister-keck.de

KÜCHEN

Pfortenstraße 76 · Saalfeld
Tel.: 03671/513914 · Fax: 529966

**Küche
Kotnik**

info@kueche-kotnik.de
www.kueche-kotnik.de

MATTHÄS
KÜCHENSTUDIO SAALFELD

Tel.: 03671 53650
Garnsdorfer Str. 6 | 07318 Saalfeld
WWW.MATTHAES-KUECHEN.DE

Ankauf von Altgold und Münzen

**MÜNZEN
MÄMPEL**
MÜNZEN MÄMPEL KRAFFT WER ANBEHLET

Marktstr. 5
Rudolstadt
Telefon: 03672 8869884 | E-Mail: MuenzenMaempel@gmx.de

WIDDER
21.03.-20.04.

Liebe: Werden Sie aktiv, sonst bleibt Ihre Sehnsucht unerfüllt. Keine Scheu vor neuen Wegen: Ihr Partner folgt Ihnen verliebt!

Gesundheit: Ab Dienstag fallen Sie in ein Leistungstief. Aber Sie haben kein Problem, wieder rauszukommen. Etwas Sport hilft immer!



WAAGE
24.09.-23.10.

Liebe: Ein Geschenk des Schicksals sollten Sie intensiv genießen. Eine Herzensangelegenheit lässt geheime Träume Wirklichkeit werden.

Gesundheit: Nicht jeder wird vom Kosmos mit solchen Energien gesegnet. Schnelle Erfolge versetzen Sie in wahre Trainingslaune.



„DIE GRÖSSTEN MENSCHEN SIND JENE, DIE ANDEREN HOFFNUNG GEBEN KÖNNEN.“

Jean Jaurès

SKORPION
24.10.-22.11.

Liebe: Ein Tag ohne Liebe lohnt sich nicht. Da haben Sie das große Los gezogen! In diesen Tagen badet Ihr Herz in rosa Venusstrahlen.

Gesundheit: Weil Sie ausgeglichen sind, funktioniert Ihr Immunsystem geradezu perfekt. Ihre Seele ist nun der allerbeste Doktor.



STIER
21.04.-20.05.

Liebe: Die Pfeile Amors sind erneut in Richtung der Singles unterwegs. Nutzen Sie Ihr Gespür, dann werden Sie in gute Hände kommen.

Gesundheit: Sie können sich verausgaben, arbeiten, Sport treiben, viel unternehmen. Ihnen fällt das sich Aufraffen sehr leicht.



SCHÜTZE
23.11.-21.12.

Liebe: Sie sollten bereit sein, für Ihre Liebe zu kämpfen. Gegenüber dem Partner Stellung beziehen, nicht nur vor Bekannten!

Gesundheit: Anfangs arbeiten Sie wie ein Pferd. Achten Sie darauf, dass der Fleiß nicht in selbst gemachten Leistungsdruck umschlägt.



ZWILLINGE
21.05.- 21.06.

Liebe: In Ihrem Gefühlsleben herrscht Flaute. Versuchen Sie nicht emotional, Stürme zu entfesseln, indem Sie sich unfair verhalten.

Gesundheit: Geben Sie acht auf Ihr sensibles Nervensystem. Ein Erholungsurlaub würde Wunder wirken. Wichtig: positives Denken!



STEINBOCK
22.12.-20.01.

Liebe: Es werden Differenzen entstehen, weil es Ihnen schwerfällt, auf die Sensibilität des Partners einzugehen. Mehr Aufmerksamkeit!

Gesundheit: Hören Sie auf die Warnsignale Ihres Körpers. Schlafprobleme sind ein Zeichen, damit Sie einen Gang zurückschalten.



KREBS
22.06.-22.07.

Liebe: Sie haben eine kleine Abwechslung wie einen Flirt verdient. Sagen Sie zu, wenn jemand einen Abend mit Ihnen verbringen will.

Gesundheit: Ihr körperliches Wohlbefinden pendelt sich auf gutem Durchschnitt ein. Da können Sie sich ganz erfolgreich engagieren.



**KLEINANZEIGEN
KLEINER
PREIS
GROSSE
WIRKUNG**

LÖWE
23.07.-23.08.

Liebe: Es wird romantisch werden. Erfüllte Nächte und berauschte Tage zeigen Ihnen, wo Sie hingehören: in die Arme Ihres Schatzes!

Gesundheit: Ihr Lebensmut wird durch neue Impulse wieder angefacht. Die gesundheitliche Verfassung ist ganz zufrieden stellend.



WASSERMANN
21.01.-19.02.

Liebe: Es läuft gut! Mit Ihrer faszinierenden Ausstrahlung können Sie Montag und Dienstag so manchem den Kopf verdrehen.

Gesundheit: Nutzen Sie die ruhigen Zeiten, um sich weiterhin zu stabilisieren. Denken Sie besonders jetzt an regelmäßige Mahlzeiten.



JUNGFRAU
24.08.-23.09.

Liebe: Bleiben Sie cool! Eifersucht könnte viel von dem zerstören, was momentan noch im Wachsen begriffen und deshalb recht zart ist.

Gesundheit: Gestalten Sie das Wochenende sehr bequem und entspannend. Ein langer Spaziergang eignet sich gut als Sporteinlage.



FISCHE
20.02.-20.03.

Liebe: Kopf hoch und gelassen bleiben. Sie kommen voll auf Ihre Kosten, wenn Sie dem Gegenüber und sich selbst genug Zeit geben.

Gesundheit: Ihr Instinkt hilft Ihnen, die Quelle Ihres Unwohlseins aufzuspüren. Nehmen Sie mögliche Stresserzeuger unter Ihre Lupe.



Gesundheits-Service

Winterwonne Pomelo-Zeit

■ In Deutschland sind die Obsttheken der Supermärkte in den Wintermonaten neben Kiwis, Ananas, Zitronen, Orangen und Papayas seit einigen Jahren mit der Pomelo um eine exotische Frucht reicher.


Diese ist erst 1970 in Israel entstanden. Bei der Pomelo handelt es sich um eine Kreuzung aus Grapefruit und Pampelmuse, welche beide zur Gruppe der Zitrusfrüchte gehören. Die Pomelo ist eine gesundheitsförderliche Frucht, die viele Vitamine aber nur wenige Kalorien enthält. Sie haben eine birnenartige Form mit hellem Fruchtfleisch und wenn im Oktober die Pomelo-Saison beginnt, gibt es auch rosafarbene Früchte. Diese kommen zumeist aus Israel. Die Hauptanbaugelände der Pomelo befinden sich in Südafrika, Südostasien und China, wo zudem auch die hierzulande beliebte

„Honey Pomelo“ importiert wird. Die Schale der Pomelo ist hellgelb bis grünlich und sehr dick. Die exotische Frucht bringt zwischen einem halben und zwei Kilogramm auf die Waage. Ihr Durchmesser kann bis zu 25 Zentimeter betragen.

Kalorien und Inhaltsstoffe

Pomelos haben kaum Kalorien und eignen sich deshalb besonders für eine gesunde Zwischenmahlzeit. Je nach Reifegrad liegt der Kaloriengehalt zwischen 25 und 50 Kalorien pro 100 Gramm. Außerdem enthalten Pomelos, genau wie Pampelmusen und Grapefruits reichlich Vitamin C. Sie besitzen darüber hinaus aber auch wertvolle Mineralstoffe wie Kalium, Magnesium und Phosphor.

Durch den hohen Gehalt des Bitterstoffes Limonin wird durch

- 
- 1 Durch den Inhaltsstoff Naringin kann der Verzehr von Pomelos den Blutdruck senken und stärkt unsere Gefäße.
 - 2 Vor dem Essen der Pomelo sollte die Haut, die das Fruchtfleisch umgibt, unbedingt entfernt werden – die Haut der Pomelo ist ungenießbar.
 - 3 Auf Grund des hohen Ballaststoffgehalts hilft die Pomelo gut bei Verdauungsbeschwerden.
 - 4 Pomelos sind gut für Sportler, denn durch den Gehalt an Kalium, Magnesium und Phosphor können Wadenkrämpfe vorgebeugt werden.
 - 5 Achtung: Pomelos enthalten Inhaltsstoffe, die Wechselwirkungen mit bestimmten Medikamenten hervorrufen können.

den Verzehr von Pomelos die Darmtätigkeit angeregt.

Rezept: Pomelo-Marmelade

Schäle eine große Pomelo und befreie das Fruchtfleisch von den weißen Rückständen. Schneide die Pomelo in kleine Stücke und geben das Fruchtfleisch (800 bis 900 Gramm) in einen Topf. Streue 500 Gramm

Gelierzucker (2:1) darüber und lass die Pomelo eine Stunde lang ruhen. Püriere anschließend das Fruchtfleisch und bringe die Masse zum Kochen. Mache nach fünf bis zehn Minuten die Gelierprobe und fülle die heiße Marmelade in geeignete Schraubgläser.

SW | marcus®

NOTDIENSTE

Apotheken



■ Dienstag, 31.01.

Aesculap-Apotheke
Bähringstraße 7 a
Bad Blankenburg

■ Mittwoch, 01.02.

Maximilian-Apotheke
Ernst-Thälmann-Straße 19
Unterwellenborn
Mohren-Apotheke
Klinghammerstraße 2
Rudolstadt

■ Donnerstag, 02.02.

Greif-Apotheke
Straße der Dt. Einheit 1 f
Bad Blankenburg

■ Freitag, 03.02.

Saale-Apotheke
Könitzer Straße 1 d
Kaulsdorf

Linden-Apotheke
Jenaische Straße 14
Rudolstadt

■ Samstag, 04.02.

Saale-Apotheke
Kulmbacher Straße 20
Saalfeld

Markt-Apotheke

Markt 10
Rudolstadt

■ Sonntag, 05.02.

Apotheke von Hirschhausen
Melanchthonstraße 34
Saalfeld

■ Montag, 06.02.

gesundleben Apotheke Saalfeld
Obere Straße 6-10
Saalfeld
Schiller-Apotheke
Schwarzburger Chaussee 76
Rudolstadt

■ Dienstag, 07.02.

Apotheke von Hirschhausen
Obere Straße 1a
Saalfeld
Sonnen-Apotheke
Neue Schulstraße 59 a
Rudolstadt

■ Mittwoch, 08.02.

Apotheke von Hirschhausen
Melanchthonstraße 34
Saalfeld
Stadt-Apotheke
Anton-Sommer-Straße 1
Rudolstadt

■ Donnerstag, 09.02.

Apotheke von Hirschhausen

Sonneberger Straße 8
Saalfeld

Trommsdorff-Apotheke

Trommsdorffstraße 2
Rudolstadt

■ Freitag, 10.02.

Apotheke in der Südstadt-Galerie
Reinhardtstraße 56
Saalfeld

Uhlen-Apotheke

Jenaische Straße 90 d
Uhlstädt

Apotheke Remda

Remdaer Markt 3
Remda

■ Samstag, 11.02.

Gertruden-Apotheke
Blankenburger Straße 1 - 3
Saalfeld

Apotheke Leutenberg

Hauptstraße 24
Leutenberg
Aesculap-Apotheke
Bähringstraße 7 a
Bad Blankenburg

■ Sonntag, 12.02.

Apotheke von Hirschhausen
Sonneberger Straße 8
Saalfeld
Glocken-Apotheke
Oststraße 3
Rudolstadt

■ Montag, 13.02.

Greif-Apotheke
Straße der Dt. Einheit 1 f
Bad Blankenburg

■ Dienstag, 14.02.

Glückauf-Apotheke
Lämmergasse 5a
Kamsdorf
Linden-Apotheke
Jenaische Straße 14
Rudolstadt

■ Mittwoch, 15.02.

Markt-Apotheke
Markt 21
Saalfeld
Markt-Apotheke
Markt 10
Rudolstadt
Anton-Sommer-Straße 1
Rudolstadt

NOTDIENSTSPRECHSTUNDE

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

KASSENÄRZTLICHER NOTDIENST

Telefon 116 117



Marla aus Schmiedefeld braucht dringend deine Hilfe!



Hallo, ich heiße Marla und bin 7 Jahre alt.

Kurz nach meiner Schuleinführung stellten die Ärzte eine seltene Form der Leukämie fest. Nach den ersten Chemos wurde ich in die Hochrisikogruppe eingestuft und brauche jetzt schnell einen passenden Spender, damit ich wieder gesund werde!

Je mehr Menschen mitmachen, desto größer ist die Chance für Marla einen geeigneten Spender finden. Lass dich registrieren und werde Stammzellspender, schenke Maria und anderen Patienten

eine zweite Chance auf leben! Eine Registrierung ist für alle gesunden Menschen von 18 bis 55 Jahren schnell und kostenlos möglich. Für Onlineregistrierung einfach OR-Code scannen.

Typisierung:

wann: Mi. 01. Februar 2023
von 13:00 - 17:00 Uhr

wo: „Goldene Lichte“
98744 Unterweißbach
Lichtetalstraße 38

Fragen: 036705 - 62005
Durchgeführt von:

Um Marla und ihrer Familie finanziell zu helfen (Fahrten ins Krankenhaus, Verdienstausschlag der Eltern etc.) haben der Ortsrat Schmiedefeld/ die Stadt

Saalfeld ein Spendenkonto eingerichtet:

Kontoinhaber: Stadt Saalfeld
IBAN: DE82 8305 0303 0000 0000 60
Cod. Zahlungsgrund:
4.3677.0001 „Marla“

Das Ausstellen einer Spendenquittung ist leider nicht möglich.

...denn Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen...



apotheke von hirschhausen **aesthetik**

shop.apotheke-vh.de

Apotheke von Hirschhausen
Obere Straße 1a | 07318 Saalfeld
Tel.: 03671 2163 | Fax: 03671 516025

Am Feldschlößchen
Melanchthonstraße 34 | 07318 Saalfeld
Tel.: 03671 5789-0 | Fax: 03671 5789-19

Im Ärztehaus
Sonneberger Straße 8 | 07318 Saalfeld
Tel.: 03671 455433 | Fax: 03671 455434

Gegen Abgabe dieses Coupons erhalten Sie:

15%

Rabatt auf einen Artikel Ihrer Wahl¹⁾

Gültig vom 01.02. - 15.02.2023

apotheke von hirschhausen

1) gegenüber unserem bisherigen Verkaufspreis. Nicht mit anderen Rabatten kombinierbar. Ausgenommen sind Zuzahlungen, verschreibungspflichtige Arzneimittel, Rezepturen und Angebotsartikel. Ein Gutschein pro Person und Einkauf einlösbar.

hirschhausen's Doppelpack

Schon gesehen?
– Unser neues Video ist online!

Am besten gleich anschauen

unter www.doppelpack-vh.de oder

einfach QR-Code scannen! ▼



Jana
Pharmazeutisch-
kaufmännische
Angestellte

Ivonne
Pharmazeutisch-
technische
Assistentin

Gegen Abgabe dieses Coupons erhalten Sie:

15%

Rabatt auf einen Artikel Ihrer Wahl¹⁾

Gültig vom 16.02. - 02.03.2023

apotheke von hirschhausen

1) gegenüber unserem bisherigen Verkaufspreis. Ausgenommen sind Zuzahlungen, verschreibungspflichtige Arzneimittel, Rezepturen und Angebotsartikel. Ein Gutschein pro Person und Einkauf einlösbar.

Gegen Abgabe dieses Coupons erhalten Sie:

15%

Rabatt auf einen Artikel Ihrer Wahl¹⁾

Gültig vom 03.03. - 14.03.2023

apotheke von hirschhausen

1) gegenüber unserem bisherigen Verkaufspreis. Nicht mit anderen Rabatten kombinierbar. Ausgenommen sind Zuzahlungen, verschreibungspflichtige Arzneimittel, Rezepturen und Angebotsartikel. Ein Gutschein pro Person und Einkauf einlösbar.



„Ja, ich will“, aber bitte nachhaltig

Green Wedding ist der Hochzeitstrend 2023

● Grüne Outdoorhochzeiten, wie eine Waldhochzeit, die Hochzeit im eigenen Garten oder die Festival Wedding auf einer wunderschönen Blumenwiese setzen sich immer mehr durch. Dabei ist der Nachhaltigkeits-Gedanke für viele Paare mittlerweile stark in den Fokus gerutscht.

Umweltschutz und Nachhaltigkeit wird für uns Menschen immer bedeutsamer und das auch bei der Hochzeitsplanung. Das sogenannte „Green Wedding“ zeichnet sich besonders durch saisonale Gerichte, dem Verzicht auf Plastikstrohhalm, Second-Hand-Hochzeitsdeko oder Selbstgemachtes, nachhaltige Hochzeitsoutfits, Vintage-Ehe-

ringe oder Eheringe aus recyceltem Gold aus. All diese Dinge tun etwas für das gute Gewissen und verleihen der Hochzeit zudem mehr individuellen Charme.

Die Location

Nachhaltig zu heiraten beginnt schon mit der Location-Suche! Dabei geht es tatsächlich weni-

ger darum, wie spezialisiert die Location auf Nachhaltigkeit ist, sondern hauptsächlich um die Anreise der Gäste. Wenn viele der Gäste eine weite Anreise vor sich haben, kommt das nicht unbedingt dem ökologischen Fußabdruck zugute. Vielleicht besteht die Möglichkeit eine Location zu wählen, die nah am Wohnort der meisten Gäste liegt. Der Kos-

Hochzeitstorten
klassisch – romantisch und immer wieder schön

Räthe seit 1928
Bäckerei · Konditorei

Kulmbacher Str. 74 | Tel.: 03671 520804 | 07318 Saalfeld



Die ideale Location für Ihre Hochzeit

Volkskantina
Breitscheidstraße 128a | Rudolstadt
www.volkskantina.de | 03672 4892228

Flora
Die Blume

Telefon 03671 455288

Brautsträuße
Florales für's Haar der Braut
Anstecker für Bräutigam und die Gäste
Kirchenschmuck
Tisch-, Auto- & Kutschenschmuck
Ringkissen, Streukörbchen u.v.m.

Antje Tröbs * Flora – Die Blume * Saalstraße 11 * Saalfeld

tenfaktor kann davon ebenfalls profitieren, denn ihr spart mit Sicherheit ein paar Unterbringungskosten für eure Gäste.

Der perfekte Zeitpunkt

Klar, einen perfekten Zeitpunkt für DIE Hochzeit haben die meisten von uns schon im Kopf parat. Betrachtet man das ganze allerdings aus ökologischer Sicht, darf man sich getrost auch gern mal auf eine Hochzeit im Frühjahr oder Herbst ausrichten. Im Sommer braucht ihr weniger Heizung und Licht als im Winter, das steht fest, dafür aber unter Umständen eine Klimaanlage.

Einladungen – der Umwelt zu liebe

Ein bewusster Umgang mit der Papeterie (z. B. Save-The-Date, Einladungen, Platz- und Menükarten usw.) trägt auf jeden Fall zu einer „grüneren“ Hochzeit bei. Braucht ihr wirklich Save-The-Date Karten oder reicht es, wenn ihr diese digital per Whats-App oder E-Mail verschickt und später nur die Einladungen in den Druck gehen?

Eine schöne Alternative für die Menükarten: Schreibt das Menü beispielsweise auf kleine Tafeln. Und statt eines gedruckten Sitzplans könnt ihr mit einem weißen Edding den Sitzplan von Hand auf einen alten Spiegel schreiben. Das wirkt sehr persön-

lich und ist zudem ein einzigartiges DIY-Element bei eurer Hochzeits-Deko.

Setzt bei der Papeterie, auf die ihr nicht verzichten möchtet, auf recyceltes Papier oder ökologische Drucke. Manche Hersteller nehmen auch an Programmen für CO²-Kompensationen teil und pflanzen Bäume für eine bestimmte Anzahl an Verkäufen oder Spendenerlösen.

Umweltfreundliche Gastgeschenke

Die Idee der kleinen Gastgeschenke ist mit den Jahren immer präsenter geworden, ja sogar ein echter Hype und auf vielen Hochzeiten nicht mehr wegzudenken. Wenn ihr beispielsweise Gastgeschenke und Namensschild miteinander kombiniert, entsteht eine tolle nachhaltige Alternative. Zudem reduziert das die Anzahl der benötigten Produkte.

Ein Beispiel: Mini-Topfpflanzen auf deren Töpfe ihr die Namen eurer Gäste schreibt oder bienenfreundliche Blütensamen-Bomben, welche nach der Hochzeit ganz im Sinne der Nachhaltigkeit eingepflanzt werden können.

Das Hochzeitskleid

Vor allem sind Perlen auch weiterhin ein großes Thema rund um Brautmode in 2023. Zudem

sind die Brautkleider vermehrt mit einem verführerischen Beinschlitz versehen.

Relevant bleibt auch ein zweites Brautkleid, Zweiteiler oder Hosenanzug für den Abend. Besonders schön und außergewöhnlich ist der Trend der abnehmbaren Ärmel. Diese sind der Hingucker und Trend schlechthin in 2023! Zudem gibt es auch kleine Änderungen in der Länge des Brautkleides. In ist: weg von der formellen Maxi-Länge und hin zu einer frischeren Midi-Länge.

Wundervolle Trends für eure Hochzeit

Floating Cakes – In den USA sind sie bereits ein absoluter Hit. Die in Deutschland eher noch weniger bekannten wunderschönen Floating Cakes sind Torten, die so gestaltet werden, dass es aussieht, als würden sie auf eine magische Art und Weise schweben. Das macht die Torte zu einem noch außergewöhnlicheren Highlight auf jeder Hochzeit. *Schaut selbst -> (QR – im Bild links)*

Greenery Look – Der Trend in Grün und Weiß beschreibt eine Dekoration mit besonders vielen grünen Pflanzen. Dabei geht es nicht um Blumen-Deko, sondern z. B. um Mietpflanzen aus einer Gärtnerei. Dieser Trend ist nicht

nur kostengünstig und zugleich nachhaltig, sondern lässt eure Location auch gleich luxuriöser wirken.

Brautjungfern Outfits & Accessoires – Der Look der Brautjungfern liegt ganz klar auf dem Motto: mismatched. Das bedeutet: anstatt dass alle das gleiche Kleid tragen, wird eher darauf gesetzt, in der gleichen Farbpalette zu bleiben. Hier sind verschiedene Muster und Farbnuancen frei wählbar. Chiffon wird ersetzt durch trendige Seide oder Satin. Nicht nur praktisch, sondern auch innovativ ist der Trend, dass die Brautjungfern anstelle von Blumenbouquets von der Braut Sonnenschirme bekommen, welche mit Blüten verziert sind.

Grounded Flowers statt Traubogen – Eine wunderschöne Alternative zum „altbewährten“ Traubogen sind Grounded Flowers. Besonders bei Outdoor Hochzeiten kommt dieser Trend schön zur Geltung. Darüber hinaus lassen Grounded Flowers das Brautpaar auf Fotos größer wirken und lenken die Aufmerksamkeit genau dahin, wo sie hingehört ... auf Euch als Brautpaar.

SW I marcus® ●

Im Trend: Motto-Hochzeiten

Für alle Paare, die ihrer Hochzeit von vornherein einen besonderen Akzent verpassen wollen, kommt eine Motto-Hochzeit in Frage. Natürlich stehen weiterhin das Brautpaar und ihre Vermählung im Mittelpunkt der Hochzeitsfeier. Doch schafft man mit einem Motto durchaus viele unterhaltsame Momente, die, wenn sie z.B. den

Dresscode betreffen, schon beim Eintreffen der Gäste für viel Spaß und Unterhaltung sorgen können. Mottos können z. B. Filme oder Lieder sein, Reisen oder Länder, Farben- und Tierwelten, bestimmte Zeitepochen ... Das kann sich dann, ganz wie es das Brautpaar wünscht, wie ein roter Faden durch Kulinarik, Namen der Tische, Spiele,

Tänze bis hin zum schon genannten Outfit der Hochzeitsgäste ziehen. Wer eine 80er-Jahre-Hochzeit plant, kann sogar bis zum Brautkleid gehen, denn wie zu dieser Zeit typisch liegen in diesem Jahr wieder romantische Kleider, gern mit Puffärmeln, im Trend ...



Atelier "la vie en rose"
Euer Brautstilist im Herzen von Jena.

Bachstraße 3, 07743 Jena, Tel.: 0176 16374680
info@atelier-lavieenrose.de | www.atelier-lavieenrose.de



Ihr Spezialist für Thüringer Wurst

07318 Saalfeld | Saalstraße 19
Tel. 03671 2706 | Fax 4609820

Obere Straße 3
Tel./Fax 03671 33106

07407 Rudolstadt | Markt 1
Tel. 03672 488180



kalte und warme Buffets • Partyservice

Liebe ist ...

... wenn jemand deine Welt auf den Kopf stellt und es sich zum ersten Mal richtig anfühlt

■ Der 14. Februar wird weltweit als Tag der Liebenden gefeiert, Gedenktag des Heiligen Valentin (Valentinstag). Doch, wer war der heilige Valentin überhaupt und gibt es noch andere Bräuche, welche in der Vergangenheit den Tag der Liebenden zelebrierte? Diesen Fragen werden wir hier einmal auf den Grund gehen ...

Laut der Überlieferung war Valentin ein armer Priester, der im dritten Jahrhundert in Rom lebte. Er begegnete den Menschen mit Wohlmut und Wärme und schenkte der Legende nach frisch verheirateten Paaren Blumen aus seinem Garten. Alle Ehen, welche der Priester Valentin selbst schloss, sollen zudem unter einem guten Stern gestanden haben. Nach christlichem Zeremoniell traute Valentin ebenso auch Soldaten, die wegen ihres kaiserlichen Befehles unverheiratet bleiben mussten. Einer Vermutung nach könnte dies der Anlass gewesen sein, dass Valentin daraufhin am 14. Februar für



bruar des Jahres 269 auf Befehl von Kaiser Claudius II. in Rom enthauptet. Bis heute gilt der heilige Valentin als Patron der Liebenden und Verlobten.



Der Valentinstag, welcher ganz im Zeichen der Verliebten und Liebenden steht, könnte aber auch einen weiteren Ursprung im nahenden Frühling gehabt haben. Denn Mitte Februar begann die Paarungszeit der Vögel. Auch war dieser Tag im römischen Reich ursprünglich der Göttin Juno, der Beschützerin von Ehe und Familie, gewidmet. Gewürdigt wurde der Göttin an diesem besonderen Tag mit

einer Opfergabe an Blumen, wobei andererseits auch den Frauen Blumen geschenkt wurden. Zudem pilgerten zu dieser Zeit viele junge Mädchen an diesem hohen Festtag in den Juno Tem-

die Stadt und manche sollen sich so ineinander verliebt haben. Auf diese Weise mischte sich das ältere römische Brauchtum mit der Geschichte des christlichen Märtyrers und floss

Im Februar geben wir
20 % Rabatt
auf unsere Trauringe



Goldschmiede W. Sieburg



Obere Straße 4
07318 Saalfeld
Telefon 03671 2868

in die spätere Gesellschaft ein. Einen wundervollen und zugleich magischen Moment erlebten die Menschen in England. Hier war es Brauch, sich an Valentinstag anonyme Liebesbriefe zu schicken. Die Tradition, den heiligen Valentin als Patron der Liebenden zu feiern, kam im damaligen Mittelalter erstmals in Frankreich, Belgien und eben England auf. Die sogenannten „Valentine greetings“ wurden erstmalig im 14. Jahrhundert nachgewiesen.

pel, um sich ein Liebesorakel für die richtige Partnerwahl zu holen.

Mit dem Festtermin entstand beispielsweise in Rom auch der Brauch, dass junge, unverheiratete Männer aus einer Anzahl von Zetteln einen ziehen konnten, auf dem der Name einer Unverheirateten verzeichnet war. Die durch das Los gezogenen Paare gingen gemeinsam durch

SW | marcus®

„Liebe ist eine Komposition,
bei der die Pausen genauso
wichtig sind wie die Musik.“
Santa Berger.

Wittmannsgereuther Str. | info@mellestollen.de | www.mellestollen.de
07318 Saalfeld | Telefon 03671 8200



Waldhotel Mellestollen



VALENTINSTAG

Lassen Sie sich verwöhnen mit einem 4-Gänge-Menü in festlichem Ambiente.
Wir bitten um Vorbestellung.



14. Februar 2023

Candle-Light-Dinner
am Valentinstag

Familie Pröschold & Flairteam
freut sich auf Ihren Besuch.

Goldschmiede E. Schenk
JUWELIER PLATINSCHMIEDE
RESTAURATOR
07318 SAALFELD

Sag Ja zum Valentinstag

Blankenburger Straße 2, 07318 Saalfeld
info@goldschmiede-schenk.de
Telefon: 03671 511184 | Fax: 03671 357202

Dieser Trend sollte (Baum-) Schule machen

Die Wohnungsgenossenschaft Saalfeld eG – Nachhaltigkeit ist die Vorausschau auf die Bedürfnisse nachfolgender Generationen



■ Zur Stärkung des Gemeinschaftsgefühls innerhalb eines Kollegenkreises bedarf es oftmals gar nicht vieler Zutaten. Ein paar Pflanzhacken, arbeitstaugliche Kleidung, eine ordentliche Anzahl junger Bäume und eine in den letzten, leider viel zu trockenen Sommern entstandene Lichtung mitten im heimischen Stadtwald.

Mit einer erfolgreich durchgeführten Baumpflanzaktion setzten die Mitarbeiter der Wohnungsgenossenschaft Saalfeld eG einen sehr nachhaltigen Trend in Sachen „Arbeitseinsatz für Gemeinschaft und Natur“ fort und leisteten mit ihrem Engagement einen Beitrag zu einer Wiedererstarkung des Waldes.

Anfang Dezember 2022 traf sich das Team der WG Saalfeld mit dem Förster der Stadt Saalfeld, Alexander Kriek, auf einer großen, kürzlich von Forstmaschinen gerodeten Freifläche oberhalb des Schwarmblicks. Nachdem das beachtliche Areal von herumliegenden Ästen und Zweigen beräumt worden war, konnten dort insgesamt 500 kleine Atlaszedern, Libanonzedern und Lärchen gepflanzt werden. So soll dem folgenreichen Erodieren des Waldbodens frühzeitig entgegengewirkt werden. Schon in anderen Regionen Deutschlands war das Anpflanzen dieser Baumarten im Rahmen von Studienprojekten von Erfolg gekrönt, da sich diese besonders gut für nieder-

schlagsarme Sommer eignen. Ausgedehnte Trockenperioden sind bedingt durch die immer spürbarer werdenden, klimatischen Veränderungen.

Diese Aktion war für die WG Saalfeld eine nachhaltige Bereicherung. Zum einen war das gemeinsame Tätigwerden an der frischen Luft ein stark teambildender Faktor und zum anderen schätzten es die 22 fleißigen Pflanzhelfer, langfristig für den Schutz der Natur angetreten zu sein.

Nicht nur der Erhalt der uns umgebenden Natur und der nachhaltig angelegten Kulturlandschaft liegt der WG Saalfeld sehr am Herzen. Auch der genossenschaftliche Gemeinschaftssinn, respektvolle Kommunikation und zuverlässige Beständigkeit liegen in vielen Belangen im Fokus des Unternehmens.

Gegründet wurde Saalfelds zweitgrößter Wohnungsanbieter vor fast 70 Jahren und verfügt aktuell über etwa 2350 Wohneinheiten. Die angebotenen Wohnräume werden mit Hilfe der Verwaltung und den Anregungen der Mitglieder dem stetigen Wandel der Zeit angepasst, sodass der Wohlgefühlcharakter über Generationen hinweg erhalten bleibt und den Bürgerinnen und Bürger der Stadt Saalfeld ein vertrauensvoller Wohnungsanbieter zur Verfügung steht. Nun heißt es nur noch: „Daumendrücken für das Gedeihen der 500 kleinen Waldneulinge!“

Sindy Krauß - WGS



WOHNUNGS
GENOSSENSCHAFT
SAALFELD EG



WWW.WG-SAALFELD.DE

Wohnungsgenossenschaft Saalfeld eG
Großestr. 13 | 07318 Saalfeld | Telefon: 03671 57 50-0

Kur-scha endlich wieder live!

Zwei närrische Wochenenden in Bad Blankenburg

■ Der Februar kommt und Fasching steht vor der Tür! Endlich, endlich darf wieder gemeinsam gefeiert werden und Masken werden nur da getragen, wo sie zum Kostüm gehören. In der Karnevalshochburg Bad Blankenburg kann der BBCC e.V. die Faschingshöhepunkte kaum erwarten. Mit gleich sechs hochkarätigen Veranstaltungen wartet der Verein mit seinen aktuell 345 Mitgliedern auf. Es ist die fünfte Jahreszeit!

Befragt danach, was es in dieser Saison Neues gibt, schmunzelt Vereinssprecherin Lydia Ketturkat: „Es ist für uns gerade fast alles wieder neu!“ Nach zwei ausgefallenen Saisons gilt es vieles wiederzuentdecken oder neu zu organisieren. Das geschieht mit großer Vorfreude. „Ich bin stolz darauf, dass wir kaum Mitgliederabgänge zu verzeichnen hatten und dass sich viele Vereinsmitglieder sogar noch mehr engagieren als es vorher der Fall war. Da herrscht eine große Lust, etwas zu bewegen. Wir wollen als Verein endlich wieder das Publikum begeistern und Events bieten, von denen es noch lange spricht.“

Auf geht's in die Narhalla, die Stadthalle Bad Blankenburg:

11.02. | 20 Uhr | Büttenabend – der Klassiker

Zum Start gibt es gleich das große Highlight der Karnevalssaison. Hier kommen wirklich alle aGruppen des BBCC auf die Bühne und haben ihren großen Auftritt, von den Tanzflößen, den kleinsten Karnevalisten, bis hin zum Männerballett. Gesangseinlagen und natürlich die Büttenreden sorgen für jede Menge Gelächter. Dazu spielen Zwei gegen Willi live. Die Veranstaltung dürfte bei Erscheinen dieses marcus® schon fast ausverkauft sein. Vor Corona veranstaltete der BBCC aufgrund der hohen Nachfrage immer einen zweiten Büttenabend. In diesem Jahr hat sich der Vorstand dafür eine kleine Änderung einfallen lassen:

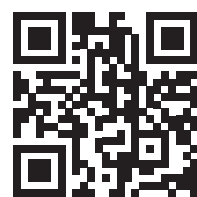
12.02. | 14.30 Uhr | neues Format: Büttennachmittag +++ unter Vorbehalt

„FKK – FamilienKarnevalsnachmittag mit Kuchen“ betitelt der BBCC seine neue Idee! Dahinter steckt, das gleiche Programm wie zum Büttenabend noch einmal zu zeigen, aber zu einer Zeit,

in der die ganze Familie von den Großeltern bis zu den Enkeln es gemeinsam und bis zu Ende anschauen kann. Keine Sorge, das Programm ist kindertauglich... Genießen kann man all das bei Kaffee + Kuchen. ACHTUNG: Bei Redaktionsschluss stand die Entscheidung für oder gegen die Veranstaltung anhand der Anzahl der verkauften Karten noch aus. Auf der facebook-Seite des BBCC e.V. und unter <https://kurscha.de/> wird der aktuelle Stand angezeigt.

16.02. | 20 Uhr | Weiberfastnacht

Seit 1998 organisieren die „Obstler“ als Weiber-Elferrat traditionell ihre Weiberfastnacht. Männer werden hier nur als Helfer geduldet – und natürlich im Männerballett. Wie es so ist, wenn jede Menge Frauen zusammenkommen, muss die Optik stimmen, und so erscheinen viele Freundinnen in Mottogruppen, lassen sich die weibliche Gäste besonders ausgefallene Kostüme einfallen und sorgen allein dadurch schon für Stimmung. Dazu kommen Gesang, Sketche, natürlich Tanz, eine Playbackshow und in der Kombination eine Ausgelassenheit, die zum Slogan der „Obst-



ler“ führt: Rätätä, Rätätä, morgen ham mer Schädelweh...

18.02. | 20 Uhr | Karneval der Masken

Jetzt dürfen Männer und Frau-



Die Garde in der Stadthalle Saalfeld



QUALITÄT MIT TRADITION

Maßarbeit nach Ihrem Wunsch mit unserer Erfahrung

- Generalunternehmerleistungen
- Gastronomieeinrichtungen
- Hotel- & Büroeinrichtungen
- Fertigung & Montage von Innenausbauerelementen
- Brandschutz & Trockenbau



JAHN GmbH | Hermann-Petersilge-Str. 13 | 07422 Bad Blankenburg
Tel. 03 67 41 / 35 50 | Mail: info@jahn-bb.de | www.jahn-bb.gmbh



Fotos: Verein | Weiberfasching mit den Obstlern

en wieder zusammen feiern! Beim Karneval der Masken geht es ums Tanzen und Feiern. Wie zu allen Veranstaltungen bietet auch hier der BBCC ein tolles Programm, das aber kürzer ist als etwa zum Büttenabend, damit die Gäste auch genug Zeit auf der Tanzfläche verbringen können. Der Karneval der Masken ist auch ein beliebter Treffpunkt für Freundeskreise oder Kollegen. Dem trägt der Verein mit dem Sonderangebot „10 Karten kaufen – die 11. ist gratis“ Rechnung. Damit auch die Jugend ausgiebig Karneval feiern kann, ist wie zu den anderen Abendveranstaltungen auch

der Einlass ab 16 Jahren, Mutti-zettel mitbringen!

19.02. | 14 Uhr | Kinderkarneval
Jetzt übernehmen die Jüngsten das Ruder in der Stadthalle! Zum Kinderkarneval warten viele Spiele und Mitmachaktionen, gemeinsamer Tanz, Polonaise und viele Überraschungen auf die kostümierten Kids. Das Bühnenprogramm gestalten die Kindertanzgruppen des BBCC, unterstützt von erwachsenen Tänzern.

20.02. | 20 Uhr | Festsitzung zum Rosenmontag

Die letzte Abendveranstaltung des BBCC gilt vielen als Geheim-

tipp, denn dann ist die größte Anspannung vorbei, alles geht ein wenig lockerer zu, die Tänzer mischen sich unters Publikum. Dennoch gibt es ein hochkarätiges Bühnenprogramm.

Ticketvorverkauf

Die Eintrittskarten können unkompliziert über den Ticketshop auf kurscha.de reserviert und per Bankeinzug bezahlt werden. Abholung erfolgt dann entweder an der Abendkasse oder im Vereinshaus, wo Dienstag und Freitag vor den Karnevalsveranstaltungen je 15 – 19 Uhr auch Karten verkauft werden.

Wer macht alles mit?

Fast der gesamte Verein sorgt dafür, dass die Veranstaltungen reibungslos laufen und für alles

gesorgt ist, was zum ausgelassenen Feiern nötig ist! „Bei uns kommt alles aus einer Hand“, erklärt Lydia Ketturkat. In der Vorbereitung und Planung erfüllt der Elferrat wichtige Funktionen. Schon die ganze Woche vor dem Büttenabend baut das Technikteam auf, das Dekoteam ist im Einsatz. Neben der Bar der Stadthalle unterhält der BBCC auch eine eigene, die ständig besetzt und versorgt sein möchte, und kümmert sich um das Catering. Seit spätestens November steigt die Aufregung bei denjenigen, die am sichtbarsten sind: Den Akteuren auf der Bühne. Mit Extra-Proben, Kostüme nähen und Strumpfhosen bestellen ging die Zeit vom Faschingsauftakt (der dazugehörige Umzug und der



Rechtsanwaltskanzlei Mike Hausdörfer

Seit 24 Jahren in Bad Blankenburg

Rechtsanwalt auch Fachanwalt für Familienrecht

Telefon 036741 47400

FENSTERBAU - GLASEREI
KRAUSE



Meisterbetrieb seit 1922
Fenster • Türen
Wintergärten • Rollladenbau
www.fensterbaukrause.de

Neue Straße 3 • 07422 Bad Blankenburg
Telefon: 03 67 41 / 24 39 • Fax 4 26 84
E-Mail: info@fensterbaukrause.de

Lust-ge, lust-ge Faschnachtszeit!
Heute jubeln alle Leit, heute sind wir
alle toll, alle bunter Scherze voll.

KERL TROCKEN- & AKUSTIKBAU
Thomas Kerl

KERL
Der komplette Innenausbau
Trocken- & Akustikbau Kerl

Tel.: 036741 2840
Fax: 036741 43058
Funk: 0172 3643618
E-Mail: info@trockenbau-kerl.de • Internet: www.trockenbau-kerl.de

Königseer Straße 52
07422 Bad Blankenburg

Torsten SPINDLER
Fliesen, Ausbau & mehr ...

Bahnhofstraße 27 | 07422 Bad Blankenburg
Telefon: 036741 574131 | fliesen-spindler@t-online.de

Hausfasching im Vereinshaus stiegen in Bad Blankenburg am 12.11.2022) rasend schnell vorbei.

Toi toi toi unter anderem den: Tanzgruppen

Einige von den Tanzflöhen zwischen 3 und 7 Jahren stehen in diesem Februar zum allerersten Mal auf der Bühne, genauso wie manche Sternschnuppe im Grundschulalter. Wenn sie auftreten, schlägt nicht nur das Herz ihrer Eltern höher. Beide Tanzgruppen sind übrigens voll, wer mittanzen möchte setzt sich auf die Warteliste. Jugendliche bis 17 Jahre tanzen in Bad Blankenburg bei den Kurschania-Junioren. Daneben können

es die Garde, die Tanzmariechen und die Showtanzgruppe kaum erwarten, ihre neuen Nummern vorzuführen. Sie alle trainieren das ganze Jahr über. Für ihren Einsatz erhielten TrainerInnen und TänzerInnen 2022 tolle Preise bei der Thüringer Landesmeisterschaft im karnevalistischen Tanzsport. Den richtete der BBCC nicht nur reibungslos aus, sondern er verzeichnete auch 3. Plätze der Garde sowie der Showtanzgruppe, Platz 7 für Tanzmariechen Sophie und die Plätze 11 und 12 der Tanzmariechen-Zwillinge Helene & Charlotte.

Das Männerballett findet sich im Vorfeld der Weiberfastnacht

zusammen und wird in diesem Jahr mit Tanzwilligen aus Engersda und Teichröda verstärkt.

Musikern

Neben vielen Solisten seien hier die Trommler genannt, die zuverlässig für Stimmung sorgen. Das Chaos-Ensemble hat sich in diesem Jahr übrigens ein besonderes Schmankerl einfallen lassen und einen Kölner Karnevalshit als neue Hymne auf Bad Blankenburg umgedichtet. Diese wurde sogar im Tonstudio aufgenommen.

Prinzenpaar und Kinderprinzenpaar

Nach Corona-bedingter ungewöhnlich langer Amtszeit

von drei Jahren übergab zum Faschingsauftakt im November das bisherige Prinzenpaar Susi I. und Marcel I. das Zepter an Mario I. und Tanja II. Ihnen obliegen nun der Einzug mit der Garde, die Verleihung der Orden oder auch die Eröffnung der Tanzfläche und der Kussfreiheit. Auf ein Jahr amtiert auch das Kinderprinzenpaar Elena und Richard.

SB | marcus®



Das aktuelle Prinzenpaar Mario I. und Tanja II.

Überall nur
buntes Treiben,
Muffel sich die
Augen reiben.
Gute Stimmung
weit und breit -
Danke, „Fünfte
Jahreszeit!“



Schmied Krämer

- Schmiede
- Stahlbau
- Schlosserei
- Schlüsseldienst

Friedrich-Ebert-Straße 12
07422 Bad Blankenburg

Tel. 036741/2532
Fax 036741/41047
Funk 0172/7920407



seit 1859

PRAXIS für
ERGOTHERAPIE
Susanne Voigt

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



www.ergotherapie-voigt.de

Hand
in
Hand



Kinderprinzenpaar Elena und Richard



Showtanzgruppe mit Tanzmariechen

Der BBCC e.V. lädt ein **2023**

für jung und alt! **Tanz mit ZGW**

- 11.02. Büttensabend - der Klassiker**
- 12.02. Büttennachmittag - NEU! FKK beim BBCC Familien-Karneval mit Kuchen**
- 16.02. Weiberfastnacht**
- 18.02. Karneval der Masken**
- 19.02. Kinderkarneval**
- 20.02. Festsitzung zum Rosenmontag**
- 01.05. Tag der offenen Tür (Vereinshaus)**
- 10.11. Narrenbaumsetzen (Vereinshaus)**
- 11.11. Umzug und Schlüsselübergabe auf dem Markt sowie am Abend: Hausfasching (Vereinshaus)**

Beginn: 20 Uhr | Ausnahmen: FKK: 14:30 Uhr | 1. Mai: 10 Uhr | Kinderkarneval: 14 Uhr | Narrenbaumsetzen: 18 Uhr | Umzug: 10 Uhr | Schlüsselübergabe: 11:11 Uhr | Einlass eine Stunde zuvor | Abendveranstaltungen ab 18 Jahren (ab 16 Jahren mit Muttizettel)

Allianz

Allianz Hauptvertretung
Tino Koch
Bahnhofstraße 14 a
Bad Blankenburg
Tel. 0176 24419802

Bestattungsinstitut Gerald Lange
Inhaberin: Claudia Lange
seit 1990

Bad Blankenburg
Untere Mauergasse 43
- Am Markt -
Tel. 03 67 41 - 22 52

Rudolstadt
Brückengasse 4
Tel. 0 36 72 - 4 35 30

CELNY **TRANSPORT & SCHÜTTGUTHANDEL**

Andreas Celny
Kleingölitz 9
Bad Blankenburg
Telefon 036741 2360
Mobil 0157 78011640

ZWEIRAD MÜLLER
Die Radprofis

- **Fahrräder**
- **Motorräder**
- **Oldtimerrestauration**
- **Radspannerei**

Uwe Müller
Gartenstraße 1 • Bad Blankenburg
Telefon 036741 40429



Heizen mit weniger Energie

So optimieren Sie Ihre Heizungsanlage

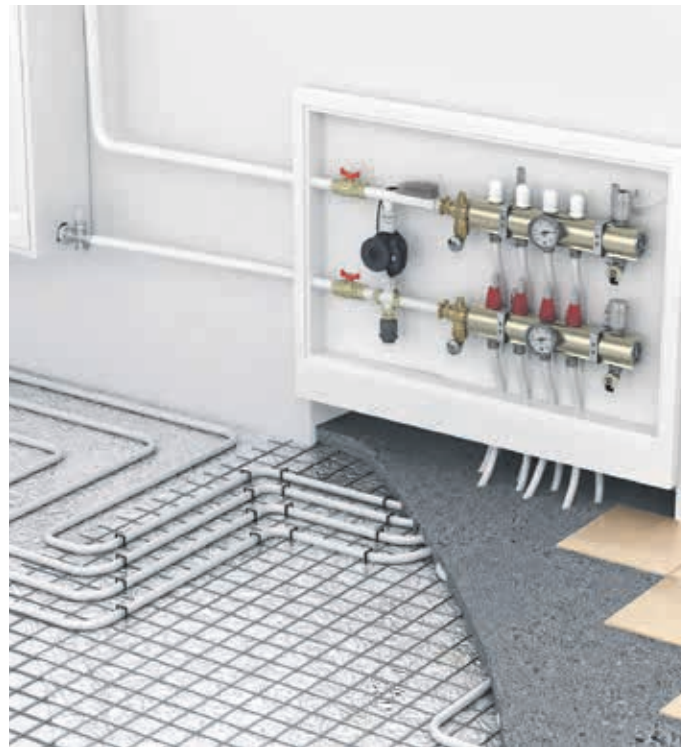
■ **Energiesparen ist weiterhin das Gebot der Stunde. In puncto Heizen ist es sinnvoll, die Wärmeverteilung im gesamten Haus zu betrachten und daraus Optimierungen abzuleiten.**

Diese reichen vom Dreh am Thermostat über die Dämmung der Rohrleitungen bis hin zum Umrüsten der Heizpumpe.

Mit jedem Grad weniger können Sie ungefähr 6 % Heizenergie einsparen. Somit sind Thermostate an Heizkörpern echte Energiesparhelfer, die Klima und Konto schonen. Denn ein Thermostatventil lässt nur soviel heißes Wasser in den Heizkörper fließen, wie benötigt. Temperaturen zwischen 18° Celsius im Schlafzimmer und 21° Celsius im Wohnzimmer reichen meistens aus. In ungeheizten Räumen sollte die Temperatur nicht unter 16° Celsius fallen – sonst droht Feuchtigkeit an den Wänden und Schimmel. Zur Orientierung: Bei einem Standard-Thermostat entspricht Stufe 2 etwa 16 Grad, Stufe 3 etwa 20 Grad und Stufe 4 etwa 24 Grad Celsius.

Moderne Regler mit Zeitschaltuhr ermöglichen, die Temperatur der Heizungen noch bedarfsgenauer einzustellen. So können zum Beispiel über Nacht Nachtabsenkung (Kessel und Pumpe laufen mit niedriger Temperatur weiter) oder Nachtabschaltung (Kessel und Pumpe sind ganz aus) eingestellt werden und niedrige Temperaturen

dann, wenn man nicht zu Hause ist. Unter 16 Grad sollte allerdings nicht eingestellt werden, da sonst die Räume zu sehr auskühlen und zu viel Energie fürs Aufwärmen benötigt wird. Sinnvoll ist auch ein Temperatur-



sensor an der Außenwand des Gebäudes, über den die Vorlauftemperatur der Heizungsanlage an die Umgebungstemperatur angepasst wird.

Optimalerweise sollten die Vorlauftemperaturen von einem Fachbetrieb so niedrig wie möglich eingestellt werden, dass die Räume bei voll geöffneten Ther-

mostatventilen – meist Stufe 5 – noch warm genug sind. Neueste Systeme sind selbstlernend und/oder über Apps zu regeln.

Viel erreicht werden kann auch durch das Dämmen von Hei-

warm werden. Dann wird, da die einzelnen Bestandteile der Heizungsanlage nicht optimal aufeinander abgestimmt sind, eine zu große Wassermenge durch manche Heizkörper und zu wenig durch andere transportiert. Das treibt auch den Stromverbrauch der Umwälzpumpe in die Höhe. Mit einem hydraulischen Abgleich können ca. 5 % der Heizkosten im Jahr gespart werden. Besonders zu empfehlen ist der hydraulische Abgleich bei Wärmepumpen und Brennkesseln.

Große Einsparungen können erreicht werden, wenn die Heizungsanlage als Herz der Heizung ausgetauscht wird. Moderne Hocheffizienzpumpen arbeiten mittlerweile mit 15 Watt oder noch weniger, da sie ihre Drehzahl an den tatsächlichen Bedarf anpassen, während alte Pumpen immer mit der gleichen Leistung laufen. Daher verbrauchen neue Heizpumpen bis zu 90 % weniger Strom.

Die Investitionskosten sind somit schnell wieder hereingeholt. Eine Förderung durch das BAFA (Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle) ist möglich, etwa wenn der Austausch im Rahmen eines hydraulischen Abgleichs erfolgt.

SB | marcus®



**Heizung · Sanitär
Wartungs-
Service**

- | Wärmepumpen
- | Bäder im Alt und Neubau
- | Gasheizungen, Ölheizungen
- | Pelletanlagen
- | Scheitholzanlagen
- | Solarthermieanlage

Stefan Hühn
Inhaber
www.heizung-sanitaer-wartung.de
mobil 0171 7860924

KLEINANZEIGEN
**KLEINER
PREIS
GROSSE
WIRKUNG**

Town & Country HAUS Happy Haus Bau GmbH
Town & Country Lizenz-Partner

**Freitag
03.02.23
17:30**



**Einladung zum
Infoabend**

**News zu Photovoltaikanlagen
News zu Hausfinanzierungen**

Anmelden-01702990728
Musterhaus
Reinhardtstr. 1
07318 Saalfeld



SICHERHEIT
Gewissenlos
Bau-Qualität
Bau-Service
Bau-Finanzierung

Haus für Sie!




www.TC.de


Blitzschnell surfen mit MagentaZuhause

Holt es euch jetzt!

Zusätzlich
70 €¹
Router-Gutschrift
sichern!




 **Surfen:** mit bis zu **250 MBit/s** im Download und bis zu **40 MBit/s** im Upload

 **Telefonieren:** flat ins deutsche Festnetz

MagentaZuhause XL

nur **19,95 €¹** mtl.,
ab dem 4. Monat **54,95 €¹** mtl.

 Erleben,
was verbindet.

SAAL TEL
KOMMUNIKATIONSSYSTEME



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

1) Aktion gilt bis 31.03.2023 für Breitband-Neukunden, die in den letzten 3 Monaten keinen Breitbandanschluss bei der Telekom hatten. MagentaZuhause XL kostet in den ersten 3 Monaten 19,95 €/Monat, danach 54,95 €/Monat. Bei Miete eines Routers im Endgeräte-Service-Paket (ab 6,95 €/Monat) erfolgt eine Router-Gutschrift i. H. v. 70 €. Hardware zzgl. 6,95 € Versandkosten. Einmaliger Bereitstellungspreis für neuen Telefonanschluss 69,95 €. Mindestvertragslaufzeit für MagentaZuhause 24 Monate, für den Router 12 Monate. MagentaZuhause XL ist in vielen Anschlussbereichen verfügbar. 2) connect Breitband- und Festnetztest, Heft 08/2022, Testsieger „Festnetztest bundesweite Anbieter“. MagentaZuhause war nicht Gegenstand des Netztests.

Zukünftige AZUBIS aufgepasst!

Wichtig ist, was Du willst – Kriterien bei der Berufswahl

■ Manchmal ist eine Vielzahl von Einflussfaktoren entscheidend für die Berufswahl. Diese reichen vom Freundeskreis bis zu den Fußstapfen der Eltern und spielen eine wesentliche Rolle bei der Berufswahl. Wir wählen meist, was wir kennen. Das sollte so aber nicht sein!

Der Beruf sollte etwas sein, was der eigenen Persönlichkeit entspricht, was glücklich macht und im besten Fall etwas, wofür man morgens gerne aufsteht. Meist liegen uns gewisse Berufsfelder ziemlich nah, dennoch lohnt es sich, mutig über den Teller rand hinaus zu schauen. Es muss

nicht unbedingt das sein, was das Umfeld macht. Viel wichtiger ist es, das es das Richtige für Dich ist. Die Entscheidung für unseren zukünftigen Beruf nimmt uns keiner ab, also ist es wertvoll sich selbst zu vertrauen und genau abzustecken, was einem Freude bereiten könnte. Zugegeben, das ist auf Grund unseres Bildungssystems nicht immer einfach, schließlich verbringen wir den Großteil unseres Lebens im Job. Manche Menschen wissen schon relativ früh wo sie beruflich hinwollen, andere wiederum brauchen länger, um eine gute Wahl für sich zu treffen – das ist völlig okay. Die Eingebung, welcher wohl der richtige sein könnte, kommt nicht von heute auf morgen. Es gibt kein passendes Rezept für die richtige Berufswahl, denn es erfordert Erfahrungen und Zeit,

um für sich festzustellen, wo man im Leben hin will.

Die Berufswahl ist nie endgültig denn auch innerhalb einer Firma besteht meist die Möglichkeit, sich umzuorientieren. Vielleicht passt ein anderes Berufsfeld innerhalb der Firma besser. Dann kann es eine gute Alternative sein, Augen und Ohren offen zu halten, oder gegebenenfalls selbst die Initiative zu ergreifen. Am Ende eines Arbeitstages möchte man sein Potenzial voll ausgeschöpft haben, glücklich und erfüllt nach Hause kommen.

Die folgenden Fragen können helfen, dich zu orientieren.

- Was macht dir Spaß?
- Wofür stehst du morgens gerne auf?
- Wofür interessierst du dich?



Komm zu uns ins Team: Dachdecker (m/w/d)

www.jakusa-dach.de

Schieferdächer
Flachdachbau
Ziegeldächer
Spenglerei
Fassaden
Holzbau
Solaranlagen

JAKUSA
BEDACHUNGEN GmbH

Langenschader Straße 71 • 07318 Saalfeld
Tel. 03671 64 32 28 • info@jakusa-dach.de

Baugeschäft Reiner Eisoldt

E-Mail: eisoldt.bau@t-online.de

Fleißige und ideenreiche junge Menschen gesucht – als Azubi im Baugewerbe.

Eisoldt Bau- und Projektmanagement GmbH

Am Zimmersberg 54 • 07338 Kaulsdorf
036733 32410 • 0163 6039655 • E-Mail: eisoldt.bau.gmbh@t-online.de

Cooler Typen Mechatroniker/in für Kältetechnik gesucht.



Kälte-Schramm SEIT 1970
Planung • Montage • Vertrieb • Service

Mühlenstraße 3 • OT Teichröda
07407 Rudolstadt
036743 3 44 0
info@kaelte-schramm.de
www.kaelte-schramm.de

WIR BILDEN AUS

DACHDECKER m / w / d

Deine Bewerbung sendest du bitte per Post oder online an:

info@dachdecker-scheidig.de



SCHEIDIG DACH GmbH
Am Eichelteich 5 | Saalfeld | 03671 2924
www.dachdecker-scheidig.de

Willst du mit uns die Zukunft des Gesund- heitswesens gestalten?

siemens-healthineers.de/ausbildung



Wir sind ein Team aus 66.000 hoch engagierten Mitarbeiter*innen weltweit. Wir verschieben die Grenzen des Möglichen im Gesundheitswesen, um das Leben von Menschen auf der ganzen Welt zu verbessern.

Traumjob Oberflächenbeschichter*in?

Wenn du handwerkliches Geschick und Interesse an Chemie hast, ist die Ausbildung Oberflächenbeschichter*in genau das Richtige für dich! Dein Tätigkeitsbereich ist die Galvanik innerhalb der Produktion – mit vielseitigen Aufgaben. Du veränderst und verbesserst die chemischen und physikalischen Eigenschaften von Bauteilen, die später in Röntgenröhren eingesetzt werden.



Wir haben noch freie Ausbildungsplätze für den Start im September 2023!

Werde Teil unseres Teams und starte eine technische Ausbildung in Rudolstadt

- Glasapparatebauer (w/m/d)
- Industriemechaniker (w/m/d)
- Mechatroniker (w/m/d)
- Oberflächenbeschichter (w/m/d)

Was wir dir bieten



Hervorragende Aus-
und Weiterbildung



Work-Life-Balance



Attraktive Vergütung



Weitere Informationen und Online-Bewerbung

siemens-healthineers.de/ausbildung



Siemens Healthineers
Siemens Healthineers GmbH
Röntgenstr. 2
07407 Rudolstadt
siemens-healthineers.de

Ausbildungswege

Welche Ausbildungswege gibt es überhaupt?

■ Wege gibt es viele. Doch manchmal sieht man vor lauter Bäumen den Wald nicht mehr.

Dual oder schulisch?

Bei einer *dualen* oder auch *betrieblichen* Ausbildung teilt sich die Lehrzeit in 2 Bereiche. Der praktische Teil wird dabei im Betrieb absolviert, der theoretische in einer Berufsschule vermittelt. Die Bewerbung für einen solchen Ausbildungsplatz erfolgt über den Betrieb. Die Ausbildung dauert dann in der Regel zwischen 2 bis 3,5 Jahre. Zusätzlich zahlt der Arbeitgeber eine Ausbildungsvergütung, also Lohn. Eine duale Ausbildung ist beispielsweise in Industrie und Handel, Handwerk, der Landwirtschaft, im öffentlichen Dienst, bei Ärzten, Apothekern, Rechtsanwälten oder Steuerberatern möglich. Eine Auflistung staatlich anerkannter Ausbildungsberufe findet man unter: <http://www.azubis.de/Ausbildungsberufe.html>

Eine *schulische* Ausbildung bekommt man an einer Berufs-

schule, kurz BFS. Die Bewerbung wird dann direkt bei der gewünschten Schule eingereicht. Es ist von Vorteil sich vorher bei der jeweiligen Schule zu informieren, ob an dieser auch der Abschluss absolviert werden kann, damit man staatlich anerkannt ist. Sonst kann es passieren, das man am Ende der Ausbildung keinen vollwertigen Berufsabschluss in den Händen hält, um sich anschließend für eine entsprechende Arbeitsstelle zu bewerben.

An einigen Schulen ist zudem ein Vorpraktikum oder eine Zugangsvoraussetzung nötig. Schulische Ausbildungen finden in den Bereichen Gesundheitswesen, im kaufmännischen- und Fremdsprachenbereich, der Informationstechnologie, technischen und sozialpflegerischen Berufen ihre Berechtigung. Zudem vermitteln staatliche Berufsfachschulen nicht nur eine berufliche Grundausbildung, sondern, dort können auch schulische Abschlüsse, wie den mittleren Bildungsabschluss oder die Fachhochschulreife, ablegen werden. Eine Auflistung

staatlicher Berufsfachschulen findet sich unter: <http://www.planet-beruf.de>

Nur Mut – auch mit einem Hauptschulabschluss ist viel möglich!

Und was machst Du jetzt mit dem Hauptschulabschluss? Diese Frage ist sicher berechtigt, dennoch raubt sie vielen Schulabgängern manchmal auch die Lust, weiterzumachen oder äußern sich gar im Rückzug in der eigenen Persönlichkeit. Das muss und sollte nicht sein, denn auch mit einem Hauptschulabschluss ist viel möglich ... nur Mut!

Gerade Betriebe sind auf der Suche nach Nachwuchs. Dabei spielt es meist keine Rolle, welchen Abschluss man hat, sondern welche menschlichen Qualitäten man mitbringt. Es gibt viele Ausbildungen, die man anstreben kann, denn bei sehr vielen Ausbildungsberufen gibt es beim Schulabschluss keine rechtlichen Voraussetzungen! Natürlich steht in den meisten Stellenausschreibungen,

dass ein Realschulabschluss erwünscht ist, allerdings gibt es rein rechtlich gesehen keine Einwände die Ausbildung auch mit einem Hauptschulabschluss zu beginnen. Gerade in der Mechanik, in der Gastronomie, in der Produktion, im Handwerk und im Baugewerbe finden sich viele Ausbildungsberufe, bei denen man sich bewerben kann.

Kurzum, gibt es in vielen Branchen Ausbildungen für Hauptschüler. Und auch mit einem Hauptschulabschluss lässt sich später mal gutes Geld verdienen.

Natürlich sollte man da noch zwischen der Ausbildungsvergütung und dem späteren Gehalt unterscheiden. Aber Fakt ist, dass das spätere Gehalt von vielen Faktoren abhängt. Vor allem liegt es an einem selbst wieviel man mal verdienen wird! Mit Fort- und Weiterbildungen hat man nämlich die Chance, sich zusätzlich für verschiedene Aufgaben zu qualifizieren und Verantwortung zu übernehmen. Übrigens! Wusstest Du, dass der Beruf des Maurers laut Statistik,



**ICH BIN
METALLRAUER**
*Warum?
Weil ich es kann!*

**SCHLOSSEREI &
METALLBAU**

WAGNER



**Oststraße 30
07407 Rudolstadt
Tel. (03672) 42 98-0
Fax 42 98 99
info@sm-wagner.de
www.sm-wagner.de**

**Wir bilden aus
Komm in unser Team**

Zimmerei Kutt
GmbH



Grenzweg 12 | 07381 Pößneck
Telefon: 03647 459567 | Mobil: 0171 6242990
E-Mail: Zimmerei-Uwe-Kutt@gmx.de
www.zimmerei-kutt.de

STARTE DEINE AUSBILDUNG BEI UNS ZUM: (m/w/d)

Industriemechaniker

ALLE INFOS ZUR AUSBILDUNG UND DEINER BEWERBUNG



www.mks-kroeckel.de/ausbildung









KRÖCKEL GmbH & Co. KG
Blechbearbeitung - Allgemeiner Metallbau



einer der bestbezahltesten Ausbildungsberufe ist?

Schulbank drücken und die Mittlere Reife nachholen ...

... auch das geht! Dafür gibt es verschiedene Wege. An einer Volkshochschule oder Abend- schule lassen sich dazu Kurse belegen oder man kann einfach weiter zur Schule gehen. Eventuell steht dafür ein Schulwechsel an. Das kommt aber meist auf das Bundesland an, in dem man wohnt.

In Thüringen gilt: die mittlere Reife kann nicht nur an allgemeinbildenden Schulen erworben werden, sondern auch an der Volkshochschule. Voraussetzung ist natürlich der Hauptschulabschluss. Alternativ bieten sich auch berufsbildende Schulen an. Auch kann man



nach dem Hauptschulabschluss eine Ausbildung machen und mit diesem Abschluss gleichzeitig einen mittleren Schulabschluss erwerben. Hierbei gelten meist bestimmten Voraussetzungen oder ein

bestimmter Notendurchschnitt im Abschlusszeugnis.

Erkundigen kann man sich hierzu über die Berufsschule, denn auch hier hat jedes Bundesland seine eigenen Regeln.



Mach mit uns die Welle!

Bewirb Dich jetzt!

www.gewes.de







GEWES sucht Dich:

Du besitzt handwerkliches Geschick und ein gutes räumliches Vorstellungsvermögen? Zudem besitzt Du Interesse an Technik und am Werkstoff Metall? Du arbeitest gut im Team aber auch selbstständig in Eigenverantwortung?

Dann werde Teil unseres Teams und mache eine Ausbildung in einem unserer vielseitigen und zukunftssicheren Berufe.

Unsere Ausbildungsberufe:

Zerspanungsmechaniker (m/w/d)

Fertigungsmechaniker (m/w/d)

Duales Studium Fachrichtung Wirtschaftsingenieurwesen/Technischer Vertrieb

Schicke Deine Bewerbung an: bewerbung@gewes.de

Gelenkwellenwerk Stadtilm GmbH • Gelenkwellenstraße 1 • 99326 Stadtilm •

Ausbildung gesucht?



Lust auf einen systemrelevanten Beruf?
 Dann bewirb Dich jetzt zur 3-jährigen generalistischen Ausbildung als

Pflegefachkraft (m/w/d)



Wir gestalten Deine Ausbildung fundiert & abwechslungsreich. Wir legen Wert auf eine gute Arbeitsatmosphäre und sind immer für Dich da!

www.awo-rudolstadt.de



Kontakt: AWO Soziale Dienste Rudolstadt gGmbH | Caspar-Schulte-Straße 1 | 07407 Rudolstadt | bewerbung@awo-rudolstadt.de



Berufsorientierungsjahr (BOJ/ BVJ) und Berufsbildungsjahr (BGJ)

Manchmal stellt sich nach dem Schulabschluss die Frage: Wohin soll's jetzt gehen? Dafür gibt es berufsvorbereitende Maßnahmen. Zum einen das Berufsorientierungsjahr (auch Berufsvorbereitungsjahr genannt), zum anderen das Berufsbildungsjahr. Beim BOJ/ BVJ kann, unter bestimmten Voraussetzungen, sogar gleichzeitig der Hauptschulabschluss erworben werden. Beide Varianten sind staatlich anerkannte berufsvorbereitende Angebote. Das Ziel liegt darin, junge Erwachsene für eine Ausbildung und das damit verbundene Berufsleben gut vorzubereiten. In einigen Bundesländern besteht für unter 17-jährige die Pflicht ein BVJ zu absolvieren, zumindest so lange keine Ausbildungsstelle in Sicht ist. Das BGJ richtet sich an unter 18-jährige, setzt aber einen Hauptschulabschluss und die Vollzeitschulpflicht voraus. Die

berufsvorbereitenden Maßnahmen richten sich an junge Menschen unter 18 Jahren.

Vollzeit-, Dual- oder Schnupperstudium

In einem Vollzeitstudium organisiert man seine Stunden weitgehend selbst. Zudem wenn man sehr tief in ein bestimmtes Thema einsteigt. Der Abschluss auf den man hinarbeitet, ist in diesem Fall meist der Bachelor. Die Dauer beträgt mindestens 3 – 4 Jahre. Nach dem Bachelor ist es sogar möglich, den Master anzuschließen.

Einer Ausbildung deutlich näher kommt das duale Studium. Einen Teil der Zeit lernt man praktisch im Unternehmen, bei dem man auch fest angestellt ist, den anderen Teil der Zeit verbringt man an der Universität / Hochschule.

Immer mehr Hochschulen und Universitäten bieten verschiedene Arten des „Nullten-Semesters“ an. Beim *Schnupperstudium* geht es darum erste Eindrücke zu sammeln und ein Semester



probeweise zu studieren. Universitäten und Hochschulen bezeichnen das auch gern als „Null-Semester“.

So bietet sich vielen die Chance das sagenumwobene Studentenleben auszuprobieren um dann den Weg entweder fortzusetzen oder in eine andere Richtung zu schauen. Denn als Probestudent besucht man zwar

die regulären Veranstaltungen, allerdings dient dies nur dazu erste intensive Erfahrungen zu machen. Das Schnupperstudium ist kein vorgezogenes Studium, es können keine Leistungsnachweise erbracht werden. Es dient lediglich der Orientierung bei der Studienwahl. Prüfungen können erst im richtigen Semester geschrieben werden. ■



Ferienjobs...

...viel mehr als Geld verdienen!

Sicher ist der finanzielle Aspekt für viele eine echte Motivation sich einen Ferienjob zu suchen, doch der Ferienjob kann mehr als nur das!

Der Ferienjob ist eine perfekte Alternative für die Berufsorientierung. Anders als beim Pflichtpraktikum kann hier frei gewählt werden wo man arbeiten möchte. Man entscheidet mehr zu Gunsten der eigenen Interessen. So lässt sich leichter feststellen, ob die Vorstellungen zu Berufen mit den eigenen Fähigkeiten und Fertigkeiten überein passen und ob der Beruf sich stimmig anfühlt. Dabei kann man prima verschiedene Anforderungen kennenlernen, erste Eindrücke zum Unternehmen gewinnen und schauen, wie sich eine eventuelle Zusammenarbeit mit den (vielleicht) zukünftigen Kollegen gestaltet. Das stärkt nicht nur das Selbstbewusstsein, sondern auch die Selbstständigkeit. Zudem füllt es sich doch richtig klasse an, neue Freundschaften und berufliche Kontakte zu knüpfen, was sich mit Sicherheit auch

positiv auf das Sozialverhalten auswirkt. Es kann später sehr hilfreich sein schon jetzt einen guten Grundbaustein für das eigene persönliche Netzwerk zu legen. Das Reinschnuppern in die Berufswelt eröffnet wichtige Erkenntnisse das, beispielsweise Pünktlichkeit, Respekt, Engagement und Lernbereitschaft einfach zum Leben dazu gehören.

Wichtig zu wissen! Schüler gelten während eines Ferienjobs, unter den Voraussetzungen des Jugendschutzgesetzes, als Arbeitnehmer. Gefährliche Arbeiten oder solche die die Leistungsfähigkeit überschreiten, sind untersagt. Fragen zu Arbeitszeiten, Verdienst, Lohnsteuer, Kranken- und Unfallversicherung sollten vor Arbeitsbeginn mit dem zuständigen Ansprechpartner des Unternehmens geklärt werden.



WIR BILDEN AUS METALLBAUER
m/w/d
FACHRICHTUNG
KONSTRUKTIONSTECHNIK

weitere Stellenangebote
direkt unter
www.mms-rudolstadt.de
@mmsstahlbau

Bewirb dich direkt über:
www.mms-jobs.de
oder sende deine Bewerbung an:
bewerbung@mms-rudolstadt.de

MMS BAUT WELTWEIT.
DEUTSCHLANDWEIT.
GAR NICHT WEIT:
MMS-RUDOLSTADT.de

MMS Stahl- und Anlagenbau GmbH
Prof.-Hermann-Klare-Str. 8
07407 Rudolstadt

MMS
STAHL- UND ANLAGENBAU GMBH

Wir haben viel zu bieten. Nicht nur (auf dem) Papier.

Ausbildungsberufe

Im Bereich Elektrotechnik:

- Elektroniker*in für Betriebstechnik
- Elektroniker*in für Automatisierungstechnik
- Industrieelektriker*in
- Mechatroniker*in

Im Bereich Mechanik:

- Industriemechaniker*in
- Mechatroniker*in

Im Bereich Logistik:

- Fachkraft für Lagerlogistik
- Fachlagerist*in

Im Bereich Produktion:

- Papiertechnologe*in
- Papiertechnologe*in mit Fachabitur
- Maschinen- und Anlagenführer*in

Im kaufmännischen Bereich:

- Industriekaufmann*frau
- Kaufmann*frau für Spedition- und Logistikdienstleistungen
- Kaufmann*frau für Büromanagement
- Fachinformatiker*in Systemintegration

Duale Studiengänge

- Bachelor of Arts – Betriebswirtschaft (m/w/d) (Vertiefung z.B. in Vertrieb, Logistik, Personal)
- Bachelor of Engineering – Elektrotechnik/Automatisierungstechnik (m/w/d)
- Bachelor of Engineering – Papiertechnik (m/w/d)
- Bachelor of Science – Wirtschaftsinformatik (m/w/d)

Jetzt bewerben!

Du fühlst dich angesprochen?

Werde auch Du Auszubildender (m/w/d) oder dualer Student (m/w/d) unserer Wachstumsbranche mit besten Zukunftsaussichten.

Papierfabrik Adolf Jass
Schwarza GmbH
Breitscheidstraße 143
07407 Rudolstadt
karriere@jass-schwarza.de



fibre



paper



board

Du hast noch Fragen?

Elisa Majewski beantwortet diese gern unter Telefon 03672 477 143.

www.jass.com

Ausbildungsstart

Check Dich selbst

■ Die Berufsausbildung steht in den Startlöchern. Das ist ein großer Schritt und mit Sicherheit wahnsinnig aufregend. Neues Umfeld, neue Kollegen, neuer Arbeitsplatz und neue Aufgaben begleiten ab diesem Zeitpunkt den neuen Lebensabschnitt. Vorfreude und Nervosität inklusive!

Damit zum Start alles „glatt“ läuft und man gut vorbereitet in den neuen Alltag übergehen kann, hier ein paar Tipps:

Girokonto

Ein Girokonto zu eröffnen, ergibt natürlich Sinn. Idealerweise sollte vor Beginn der Ausbildung eines vorhanden sein, damit der Arbeitgeber auch weiß, wohin er die Ausbildungsvergütung überweisen darf. Die Eröffnung eines Kontos kann manchmal auch einige Wochen dauern, deshalb ist es gut, das zeitnah in Angriff zu nehmen. Noch nicht volljährig? Kein Problem, dann ist zur Eröffnung des Kontos die Unterschrift der El-

tern nötig. Manche Banken bieten aber auch Azubi-Konten an. Der Unterschied zum normalen Konto besteht darin, dass beim Azubi-Konto meist die Kontoführungsgebühren entfallen.

Krankenversicherung

Meist ist man bis zu Beginn der Ausbildung über die Eltern krankenversichert. Doch sobald die Ausbildung startet, und man eigenes Geld verdient, wird man versicherungspflichtig. Der Ausbildungsbetrieb fordert dann auch einen Nachweis darüber, dass man Mitglied einer Krankenkasse ist.

Ist man bei einer Krankenkasse gemeldet, bekommt man den Nachweis ausgehändigt. Auch dieser sollte möglichst vor Beginn der Ausbildung vorhanden sein.

Haftpflicht

In den meisten Fällen läuft die Haftpflicht mit Ausbildungsbeginn noch über die Eltern. Wichtig zu wissen ist allerdings, ob dem auch so ist. Wenn nicht, ist es ratsam, selbst eine Haftpflichtversicherung abzuschließen. Denn als Arbeitnehmer haftet man für selbst verursachte Schäden im Betrieb.

Steueridentifikationsnummer

Bevor der Lohn aufs Konto kommt, werden Dinge wie Unfall-, Pflege-, Arbeitslosen-, Renten- und natürlich die Kran-

kenversicherung abgezogen. Damit das funktioniert, benötigt man vor Beginn der Ausbildung einen Sozialversicherungsausweis. Dieser wird schriftlich über die Krankenkasse beantragt. Sobald das Dokument vorhanden ist, wird dies dem Ausbildungsbetrieb übergeben.

Ärztliche Untersuchung

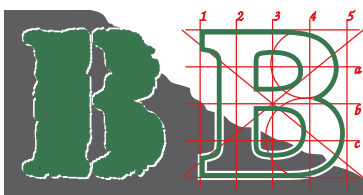
Laut Jugendschutzgesetz müssen sich Minderjährige zu Ausbildungsbeginn einer ärztlichen Untersuchung unterziehen. Die vorgeschriebene ärztliche Untersuchungsbescheinigung wird dann dem Ausbildungsbetrieb eingereicht. Die Bescheinigung ist 14 Monate ab Ausstellung gültig. Die Kosten für die Untersuchung trägt das Bundesland in dem man arbeitet. Nach einem Jahr erfolgt dann die Nachuntersuchung, auch diese ist Pflicht.

Vermögenswirksame Leistungen

Ob vermögenswirksame Leistungen gezahlt werden, kann beim Ausbildungsbetrieb erfragt werden. Vermögenswirksame Leistungen sind staatliche Sparzulagen, welche viele Arbeitnehmer, beispielsweise gemäß eines zugrundeliegenden Tarifvertrages, zahlen. Dies kann z. B. als Bausparer oder in andere Sparverträge angelegt werden.

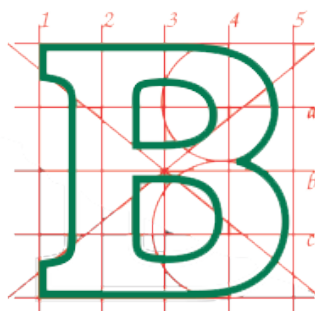


SW | marcus®



ERZEUGNISSE AUS BETON

BB Beton und Bauwaren - Werk Kaulsdorf
Könitzer Straße 57, 07338 Kaulsdorf
bewerbung@bbbeton.de
Tel: (0367 33) 337-0
www.bbbeton.de



... wir gestalten Lebensräume!



Ein Reset für den Körper – mit Heilfasten Körper und Seele entlasten



Die traditionellste Weise zu fasten geht auf den Arzt Otto Buchinger zurück. Heilfasten beschreibt den Verzicht auf feste Nahrung über einen bestimmten Zeitraum hinweg. Es ist die älteste Methode des Fastens und es gibt einige Abwandlungen dieser traditionellen Fastenmethode, wie zum Beispiel das Tee-Saft-Fasten, das Suppen-, Molke- oder das Wasserfasten.

Hauptaugenmerk des Heilfastens liegt nicht etwa auf der schnellen Gewichtsabnahme! Es ist als eine körperliche und seelische Reinigung zu sehen.

Der Körper beginnt beim Heilfasten aufzuräumen. Begriffe wie **entschlacken**, **entgiften** und **heilen** sind in diesem Zusammenhang oft bekannt.

Durch die wenige Zufuhr an Kalorien hat der Körper Zeit aufzuräumen. Das fördert die Autophagie, also die Selbstreinigung der Zelle.

Gesunde Zelle = Gesunder Körper!

Entschleunigen gehört dazu. Nehmen Sie sich Zeit, sollten Sie sich zum Fasten entscheiden! Über welchen Zeitraum gefastet wird, kann jeder selbst entscheiden. Üblich sind 5-7 Tage, jedoch nie länger als 14 Tage.

Jeder gesunde Mensch darf Heilfasten, aber auch mit Vorerkrankungen ist es erlaubt. Empfohlen wird hier eine Begleitung durch einen Therapeuten oder auch Arzt.

So kann eine Fastenwoche aussehen:

- Beginnen Sie bereits eine Woche vor dem Fasten damit, auf Genussmittel zu verzichten.
- Ernähren Sie sich weitgehend mit leicht verdaulichen Lebensmitteln.
- Es ist wichtig, zwei Entlastungstage zu haben. Hier beginnt der Körper schon, sich auf die verringerte Kalorienzufuhr einzustellen.
- Am ersten eigentlichen Fastentag wird der Darm entleert. Nun schaltet der Körper von Energiezufuhr auf Reserve um. Der Abbauprozess kommt in Gang.
- Während der gesamten Zeit des Fastens sollten Sie sich viel an der frischen Luft bewegen. Sport hilft auch, dem Muskelabbau entgegen zu wirken.
- Tee, Wasser, Saft oder Gemüsebrühe sowie Darmspülungen gehören nun zum Fastenalltag.

Das **Fastenbrechen** ist dann wieder die Umstellung auf die Zufuhr von Lebensmitteln.

Wichtig ist, den Körper nach dem Fasten nicht sofort in gewohnter Mahlzeitengröße und mit Lebensmitteln zu überfordern. Ernähren Sie sich weiterhin reduziert. Kauen Sie gut und essen Sie bewusster. Nach dem Fasten schmeckt es uns sowieso besonders gut.



Gemeinsam
Fasten mit

**hirschhausen's
doppelpack**

- Geführte Fastengruppe -

- eine Woche begleitetes Fasten
- inkl. Vitalwertemessung nach Bedarf in der Apotheke (Blutzucker, Blutdruck)
- Treffen zum Erfahrungsaustausch
- Schwierigkeiten gemeinsam bewältigen
- Gemeinsam das Fastenbrechen zelebrieren

JETZT ANMELDEN! ☎ 03671 / 2163

Die Einführungsveranstaltung in unsere Fastenwoche ist am 23.02.2023 um 17 Uhr in der Oberen Str. 1 a, 07318 Saalfeld.

Dazu jetzt gleich bei uns sichern:

All-inclusive-Paket zum Tee-Saft-Fasten

- 3 Flaschen Rabenhorst Basen Balance Saft 700 ml
- H&S BIO Fastentee 20 Btl.
- H&S Säure-Basentee 20 Btl.
- Glaubersalz 100 g
- 1 Woche im Life Fitness-Studio Gorndorf, alle Kurse inkl. Trainingsfläche nutzbar
- inkl. geführte Nordic Walking Gruppe mit Doppelpack Jana & Ivonne

Bis einschließlich 18.02.2023
zum Frühbucherpreis für nur **59,00 €**
(danach 65 €)



Landurlaub in Thüringen

Kurztrip in den Winterferien

■ **Ferien auf dem Land sind eine tolle Alternative zu langen Reisen und versprühen zudem einen ganz besonderen Charme.**

In der ländlichen Umgebung Thüringens könnt ihr eintauchen in eine ausgleichende Ruhe, verbunden mit Beständigkeit. Und das funktioniert auch wunderbar in der kälteren Jahreszeit, denn es kommt nur darauf an, was ihr daraus macht! Dem Alltagsstress zu entfliehen, gemeinsam mit der Familie etwas Wundervolles zu erleben und das ganz ohne Hektik und Lärm – auf dem Land ist einiges möglich! Mal zu sehen, wie dort gearbeitet wird, vielleicht auch selbst aktiv zu werden und sich trotzdem von den Gastgebern verwöhnen zu lassen, sind wertvolle Erfahrungen ganz im Zeichen von Nachhaltigkeit,

innerer Ausgeglichenheit und Freude an dem was die Natur uns schenkt. Selbst in der nahen Umgebung gibt es niedliche kleinere Ferien- und Bauernhöfe, auf denen man dem Trubel der Stadt ganz einfach mal ... bis bald! ... sagen kann.

Gemeinsam in der Natur unterwegs zu sein, verschiedene kleine aktive und spannende Entdeckungen zu machen, bindet Ruhe und Entspannung mit ein. Langweilig wird es sicherlich nicht! Schon allein die Vorstellung daran, was die lieben Kleinen alles entdecken und erleben könnten: Tiere streicheln und füttern, reiten, Traktor fahren, die Umgebung beim Wandern, Rad- oder Skifahren erkunden, mit dem Förster auf Pirsch gehen, gemeinsam Basteln, Backen oder Kochen. Zudem könnt ihr die frische Landluft einatmen

Die Saalfelder Bäder GmbH sucht zur Verstärkung:

- **Saisonkraft Freibad (m/w/d)**

Weitere Informationen unter www.saalfelder-baeder.de



und vielleicht auch einfach mal nichts tun.

Wenn wir frühmorgens mal vom Krähen der Hähne und nicht vom Klingeln des Weckers geweckt werden, ausgiebig frühstücken mit frischen Eiern vom Hof, selbst gemachter Marmelade oder leckerer Thüringer Wurst, ist der Tag doch schon gewonnen, oder?

Auch kann man Burgen und Berge wunderbar erobern und die vielen interessanten Se-

henswürdigkeiten Thüringens erkunden. Auch der soziale Umgang mit Menschen und Tieren schafft bleibende Erinnerungen. Zudem gibt es im regionalen Raum einfache, preiswerte aber auch komfortable Unterkünfte mit vielen Extras. Da ist bestimmt für jeden Geschmack und Geldbeutel etwas dabei. Probiert es aus, ab auf's Land und die kleinen Freuden im Leben genießen.

SW I marcus®

Unser Nautiland in Sonneberg öffnet wieder zu den Winterferien.

In unserem Nautiland warten neben tropischen Fischen und Korallen, Haien, Raubmuränen und 21 Reptilien-Arten auch exotische Säugetiere. Der Urwald- und Piraten-Indoor-Spielbereich auf 2 Etagen mit insgesamt 95qm Fläche lädt kleine Abenteurer zum Verweilen ein. In unserer Savanne im Obergeschoss lebt eine Erdmännchen-Familie mit unseren Riesenschildkröten. In unserem Dunkelbereich sind unsere nachtaktiven Tiere zu sehen.

Die Anzahl unserer Besucher lässt sich bei uns auf 900 qm und 3 Etagen verteilen. Das ist gut für den Sicherheitsabstand.

Viel Spaß auf Entdeckerkurs.



UNBEDINGT REINSCHAUEN!

www.meeressaquarium-nautiland.de Marktplatz 2 in 96515 Sonneberg, Euer Nautiland-Team



Kulmberghaus 1 · Telefon 03671 35156
07333 Unterwellenborn/OT Dorfkulm
www.kulmberghaus.de | E-Mail: info@kulmberghaus.de

KULM
BERG
HAUS

Öffnungszeiten Panoramarestaurant:

Montag	17.00 - 22.00 Uhr
Di & Mi	geschlossen
Donnerstag	17.00 - 22.00 Uhr
Freitag	17.00 - 22.00 Uhr
Samstag	11.00 - 22.00 Uhr
Sonntag	11.00 - 22.00 Uhr

Der Biergarten hat Winterpause.



Gestern, heute und morgen

Das Kulmberghaus.

■ Das Kulmberghaus war für die Region schon immer ein beliebtes Ausflugsziel. Über viele Jahre hinweg wurde der Kulm für kleine und große Wanderausflüge genutzt. Er stellt bis heute eines der beliebtesten und imposantesten Ausflugsziele des Städtedreiecks Saalfeld-Rudolstadt-Bad Blankenburg dar.

Allerdings kam dieser wundervolle Ort, mit seinem einzigartigen Ausblick über die Region, mit der Zeit in die Jahre. In der letzten Zeit vor der Sanierung wurde das Restaurant weitestgehend nur noch am Wochen-

ende betrieben und verwöhnte seine Gäste mit typischen „Thüringer Kloß Gerichten“.

Bereits in den 50er und 60er Jahren wurde das bis dato schon existente kleine Kulmberghaus zur Ausflugsstätte mit Hotelübernachtung erbaut bzw. erweitert. Eine grundlegende Instandsetzung mit Neubau erfolgte bis zum Jahr 1967. Vor circa 30 Jahren, nach der Wende, wurde das Kulmberghaus von privaten Betreibern übernommen. Nachdem Frau Langheirich und Frau Koch das Kulmberghaus in unserer Region jahrzehntelang geleitet hatten,

planten sie ihren wohlverdienten Ruhestand. Somit stand der Betrieb des so beliebten Ausflugszieles auf der Kippe.

Mit der Idee, das Kulmberghaus als Ausflugsziel zu erhalten, entwickelte ein langjähriger Kulmberg-Besucher aus der Region die Vision, dieses Haus neu zu gestalten und plante umfangreiche Sanierungen.

Da es sich um einen der schönsten Plätze in der Region handelt, begeisterte er neue Weggefährten und Freunde für dieses Projekt. Gemeinsam entstanden

neue Ideen und Konzepte für das Kulmberghaus. Die entstandenen Visionen sollen wieder frische und einzigartige Anreize schaffen, welche für Jung und Alt, aber vor allem für die Region und ihre Menschen eine attraktive und aktive Freizeitgestaltung ermöglichen.

Nun kümmern sich ein Architekt, regionale Gewerke und zudem auch Stefan Marx, der aus dem Bereich der Gastronomie hinzukam, um den Erhalt und die Umsetzung der Visionen des „neuen“ Kulmberghauses.



Wir wünschen dem gesamten Team
einen erfolgreichen Start



NEUMANN GmbH
Glas & Gebäudereinigung

Neumann GmbH · Bohlenstraße 6 · 07318 Saalfeld
Telefon 03671-641026 · E-Mail: info@reinigung-neumann.de

SCHREINEREI
HÖFNER
HOLZ · GLAS · STEIN · EDELSTAHL
www.schreinerei-hoefner.de

Höfner GmbH
Oberbachweg 14b
D-07768 Kahla

*hochwertiger Innenausbau
von Meisterhand*

Tel.: +49 36424 56553
Fax: +49 36424 56554

@: info@schreinerei-hoefner.de
web: www.schreinerei-hoefner.de



0151/24059621

Wir gestalten Lebensräume!

Schupmann

Erdbau · Abbruch · Baggerarbeiten

07318 Saalfeld 0173 3559412
info@erdbau-schupmann.com





Kulmberghaus bei Nacht



Restaurant – aus alt wird neu



Das gastronomische Wissen von S. Marx war zudem eine Bereicherung für das neu gestaltete Konzept im Restaurantbetrieb. Der Stein kam ins Rollen. Es wurden Pläne ausgearbeitet

und Ideen entwickelt, um für die Gäste ein Höchstmaß an Wohlfühloptionen und Gaumenschmaus zu gewährleisten. In naher Zukunft soll der Gast- und Hotelbetrieb weiterentwi-

kelt werden. Zusätzlich werden Freizeitangebote und Rückzugsmöglichkeiten geschaffen um den Gästen auf fast 500 m Höhe die Möglichkeit zu geben Ruhe zu finden, Kraft zu tanken und die Natur zu genießen.

Das Restaurant wurde am 22.12.2022 für die Besucher des Kulmberges offiziell eröffnet. Auch befinden sich die beiden Hoteletagen, mit 33 Betten in 11 Zimmern in ihrer Endausbaustufe. Darin enthalten sind zwei außergewöhnlich großzügige und geschmackvoll hergerichtete Suiten im Nature-Look mit Ost- und Südbalkonen, welche einen einmaligen und wunderschönen Blick über die Saaleregion bieten werden.

Wenn die Schönwetterzeit (März/April) beginnt, kann auch die fertiggestellte Dachterrasse ihre volle Wirkung entfalten. Diese ist zusätzlich entstanden. Der Umbau des Hauses erfolgte ansonsten hauptsächlich im Kubus der inneren Räumlichkeiten des ursprünglichen Kulmberghauses. Auf der Dachterrasse gibt es die Möglichkeit in einem verglasten Wintergarten die Aussicht über die schöne Region in vollen Zügen zu genießen. Zudem ist sie so konzipiert, dass sie auch bei schlechtem Wetter

genutzt werden kann. Natürlich gibt es auch Plätze außerhalb der Verglasung. Vorteilhaft ist hierbei, dass die Überdachung, sowie auch die kompletten Seitenwände geöffnet werden können, sodass auch unter freiem Himmel, bei fantastischer Rundumschau gespeist werden kann.

Dieses besondere Flair unterstreicht die konzeptionelle Grunderneuerung des Kulmberghauses.

Trotz der großen Herausforderungen, sich im Bestand des Objektes zu bewegen, ist es den überwiegend ortsansässigen Gewerken gelungen das Objekt von innen komplett zu entkernen und funktionell neu zu ordnen.

Es entstand ein neuer Biergarten. Dieser bot nahtlos zur umbaubedingten Schließung des Restaurants den Gästen zum Beispiel nach einer wunderschönen Wanderung oder Radtour die Möglichkeit zur Erholung und Einkehr. Durch den Biergarten wurde weiter gewährleistet, dass die Besucher des Kulmberghauses bei Kaffee und Kuchen den Blick über Saalfeld schweifen lassen konnten. Parallel dazu ist, Mitte des Jahres 2022, ein fantastischer Abenteuer-

KERL	TROCKEN- & AKUSTIKBAU	KERL
	Thomas Kerl	
	Tel.: 036741 2840 Fax: 036741 43058 Funk: 0172 3643618 E-Mail: info@trockenbau-kerl.de • Internet: www.trockenbau-kerl.de	Der komplette Innenausbau Trocken- & Akustikbau Kerl
		Königseer Straße 52 07422 Bad Blankenburg

	Remmler
	Stahl- u. Edelstahlbearbeitung
	Raniser Straße 15c
	07333 Unterwellenborn - OT Könitz Telefon 036732 22404

4	PLANUNGSBÜRO ENGELHARDT
D	An der Alten Ziegelhütte 14 · D-90518 Altdorf post@4d-planungsbuero.de · 0176 39099990

Gerüstbau
☎ 03671 635740
www.hammerschmidt-gmbh.com
HAMMERSCHMIDT GmbH

	Kälte-Schramm GmbH Planung · Montage · Vertrieb · Service
Mühlenstraße 3 OT Teichröda 07407 Rudolstadt Telefon: (03 67 43) 3 44 0 E-Mail: info@kaelte-schramm.de	
www.kaelte-schramm.de	



Die Dachterrasse – ein besonderes Flair auf dem Kulm

erspielplatz für Kinder entstanden. Dieser schließt sich direkt an den Biergarten an.

Derzeit wird die Hoteleröffnung für den Monat Mai geplant. Damit sind die besten Voraussetzungen geschaffen, um bald wieder ein touristisches Erlebnis auf dem Kulmberg über Saalfeld genießen zu können.

Parallel dazu wird aktuell im Rahmen eines zweiten Bauabschnittes eine Planungs idee für einen Erweiterungsbau am Kulmberghaus entwickelt, weil die Kapazitäten, welche das Restaurant aktuell bietet, nicht ausreichen um alle Anfragen bedienen zu können. Die Erfahrungswerte zeigten, dass abgeschlossene Räume für Feierlichkeiten und Tagungsveranstaltungen, wie beispielsweise Firmenjubiläen, Hochzeiten oder Konfirmationen, erforderlich sind, um den Restaurantbetrieb für die Besucher und Hotelgäste zu gewährleisten. Allerdings steht diese Planung noch unter dem Genehmigungsvorbehalt durch die Bauaufsicht. Ein Wellnessbereich, weitere Gästezimmer, Tagungsräume und ein Pool auf dem Dach des Anbaus sollen die Angebote des Kulmberghauses ergänzen.

Die Investoren und Mitwirkende berücksichtigen bei den

Sanierungsmaßnahmen regionale Materialien, wie Schiefer, Eiche, Naturstein und Glas. Die Arbeiten erfolgen mit regionalen Firmen und Partnern, eben ganz authentisch, damit sich der Glanz der Region hier auf dem Kulm wiederfindet.

Außerdem dürfen Gäste und Besucher eine Weiterentwicklung des gastronomischen Erlebnisses auf dem Kulm erwarten. Hier steht die Gastronomie in den Startlöchern und verfolgt das Ziel, die Thüringer Küche so zu interpretieren, wie man sie nur auf dem Kulmberghaus bekommen wird. Dafür ist die Gastronomie des Kulms aktuell auf der Suche nach regionalen Partnern, welche die entsprechenden Rohstoffe und Produkte aus der Region liefern, um diese für die Gäste erlebbar zu machen. Auch die Rollstuhl- und behindertengerechte Konzeption in Bezug auf Toiletten, Fahrstuhl, barrierefreie Übergänge zu Restaurant, Dachterrasse etc. sind berücksichtigt und finden nach und nach ihre Umsetzung. Auch ein Zimmer des Hotels ist so gestaltet, dass Menschen mit Einschränkungen ein barrierefreies Erlebnis auf dem Kulm erfahren dürfen.

SW I marcus®

Ihre Mitarbeiter sind Ihr größter Schatz!
Schützen Sie sie!

- Fachkraft für Arbeitssicherheit
- Brandschutzbeauftragter
- SiGeKo auf Baustellen
- Arbeitsunfall-Vermeidung
- Gefährdungsbeurteilungen
- Sicherheitsbegehungen
- Gefahrstoffdokumentation
- Unterstützung bei der Unterweisung
- Arbeitsschutz-Management-Systeme
- SCC-Begleitung

Ing.-Büro für Arbeitssicherheit Mäder GmbH

Fritz-Reuter-Straße 21, 07407 Rudolstadt
Telefon: 03672 318 708 | E-Mail: info@arbeitssicherheit-maeder.de
Internet: www.arbeitssicherheit-maeder.de

www.jakusa-dach.de

Schieferdächer
Flachdachbau
Ziegeldächer
Spenglerei
Fassaden
Holzbau
Solaranlagen

Langenschader Straße 71 • 07318 Saalfeld
Tel. 03671 64 32 28 • info@jakusa-dach.de

bau freund

Bau Freund GmbH
Weidenäckerstraße 4a
07381 Pößneck

Tel.: 03647 46130
Fax: 03647 461322
www.baufreund.de

Planung Schlüsselfertiger Industrie- und Wohnungsbau

Wir wünschen viel Erfolg.

Brandhorst GmbH
FLIESEN Tel. 03671 55220

Beratung
Planung
Verkauf

www.fliesen-brandhorst.de

BERATUNG • PLANUNG • VERKAUF • AUSFÜHRUNG

FICHTER • GARTEN- UND LANDSCHAFTSBAU GMBH

- Komplette Außenanlagen
- Kanalbau
- Wegebau
- Bepflanzungen
- Dachbegrünungen

E-Mail: office@fichter-galabau.de • www.fichter-galabau.de
Auf dem Gartenberge 1 • 99441 Magdala • Tel. 036454 / 548 - 0 • Fax 548 - 20

> Parkplatz am Kulmberghaus

Winterschnitt macht Bäume fit

Warum das für unsere Obstbäume so wichtig ist ...

■ **Mit einem Winterschnitt im heimischen Garten können wir das Wachstum unserer Obstbäume fördern, sodass diese im Sommer reichlich Früchte tragen können. Je präziser dieser ist, desto größer der Ertrag der zu erntenden Früchte.**

Ein frostiger Tag am Ende des Spätwinters ist ein passender Zeitpunkt, um Obstbäume mit einem guten Schnitt zu verjüngen. Das lohnt sich auch bei jungen Bäumen um gezielt das Wachstum der Bäume und die Fruchtbildung zu unterstützen. Beim Winterschnitt werden die einzelnen Triebe „ausgelichtet“. Der optimale Zeitpunkt dafür sind die Monate Januar und Februar. In dieser Zeit befinden sich die Obstbäume in der sogenannten Winterruhe und tragen zudem kein Laub mehr. Da sich Obstbäume zu dieser Zeit in einem Zustand der Erneuerung befinden, bietet dies großes Potenzial beste Resultate zu erzielen.

Wichtig dabei: Es sollte nicht zu kalt sein. Bei Temperaturen unter -5 °C besteht die Gefahr, dass der Baum an den offenen Stellen Schaden nimmt. Laut Aussagen aus diversen Fachzeitschriften liegt die Temperatur für einen optimalen Schnitt bei ungefähr plus 5 °C.

Steinobst wie Äpfel, Birne oder Quitte und auch Beerenobst sollte etwa in der Zeit zwischen Januar und März geschnitten werden. Ein zu später Schnitt kann dazu führen, dass der Baum im Frühjahr nicht optimal austreibt und somit auch der Ertrag der Früchte geringer ausfällt. Achtung: Bei Steinobst wie Aprikose und Süßkirsche sollte der Rückschnitt erst im Sommer, im Idealfall nach der Ernte, erfolgen!

Die Schnitttechnik

Um Fäulnis zu vermeiden und damit offene Wunden am Baum schnell wieder zuwachsen können, ist die richtige Schnitttechnik sehr wichtig. Sollten ganze Äste entfernt werden, diese eng am Stamm „auf Astring“ beziehungsweise knapp über einer Verzweigung schneiden. Achtet darauf, dass keine Astgabeln entstehen, da diese durch angesammeltes Wasser schnell Fäulnis bilden können.

Wunden werden übrigens nicht mehr mit Verschlussmitteln bestrichen, da Feuchtigkeit unter der Schicht Pilzwachstum fördert und so beispielsweise Obstbaumkrebs entstehen kann. Dies gilt allerdings nicht für Wunden mit einem Durchmesser von mehr als 10 Zentimetern. Hier kann der äußere

Rand mit Wundverschlussmittel behandelt werden.

Obstbäume richtig schneiden

Obstbäume schneidet man in Form einer Pyramide: oben schmal und nach unten hin breiter. So gelangt ausreichend Licht an die unteren Teile des Baumes.

- direkt über (ca. fünf Millimeter) einer nach außen wachsenden Knospe abschneiden
- nach innen wachsende Äste, die andere Äste stören, da diese kaum Blüten bilden
- deutlich nach unten hängende Äste
- sich überkreuzende Äste
- steil nach oben wachsende Äste
- Äste, die schon viele Jahre Früchte getragen haben
- Teile der Baumkrone, um Raum für Luft und Sonne zu schaffen
- Totholz

Tipp: Es kann hilfreich sein, vor dem Schneiden die Zweige, die am Baum verbleiben sollen, beispielsweise mit Bändern zu markieren. Leitäste, die etwa auf gleicher Höhe am Stamm entspringen, immer so schneiden, dass sie etwa die gleiche Höhe haben. So bleibt die Versorgung des Baums im Gleichgewicht, was der Entwicklung der Früchte zugutekommt.

Junge Obstbäume schneiden

Junge Obstbäume sollten nicht zu verzweigt wachsen und nur wenige Triebe haben. Idealerweise besitzt der Baum einen geraden Mitteltrieb und drei bis vier weitere Leittriebe. Überflüssige Triebe bis zum Astring abschneiden. Die Leittriebe soll-



ten nach außen weisen und sich um den Mitteltrieb gliedern. Die Leittriebe kürzen, in etwa alle auf gleiche Länge. Den Mitteltrieb ebenfalls kürzen, etwa 15 Zentimeter länger als die Leittriebe.

Schutz vor Schädlingen

Außerdem ist es empfehlenswert, den Obstbaum rechtzeitig durch einen Lehmring gegen Schädlinge wie Ameisen, Blattläuse oder den Frostspanner zu schützen. Laub von Obstbäumen, die im vergangenen Jahr einen Pilzbefall hatten, rechtzeitig bis zum Frühjahr entsorgen, damit durch die Sporen nicht ein erneuter Befall der Bäume entsteht. Und: Das Gießen nicht vergessen, wenn über längere Zeit Dauerfrost geherrscht hat. Gerade junge Bäume benötigen dann eine Extraration Wasser.

Nachhaltigkeits-Tipp

Wohin mit dem Baumschnitt?

Den Baumschnitt kann man prima und vielfältig im Garten einsetzen: Längere Äste können als Rankhilfen oder Stützen dienen. In einer Benjeshecke kann Baumschnitt gut kompostiert, zum Befüllen eines Hochbeets verwendet oder als natürliche Beet-einfassung genutzt werden.

SW I marcus®

Firma Weise

Gärtnerische Dienstleistungen

Humboldtstr. 10
07407 Rudolstadt

E-Mail:
gunnarfritzsche@googlemail.com

Garten- und Landschaftsbau FRANKE

Gestaltung von Außenanlagen Baggerarbeiten
Pflasterarbeiten Natursteinmauern Zaunbau
Terrassenbau Baumfällung Zisterneneinbau
Transporte Anschluss Regen- & Abwasserleitungen

Mobil: 0162/6172590 E-Mail: info@galabauf فرانke.de
www.galabauf فرانke.de

GARTEN- & LANDSCHAFTSSERVICE

SCHAUBITZER

GEBÄUDESERVICE

Florian Schaubitzer

Remdaer Hauptstraße 6 | 07407 Rudolstadt
Mobil: 0162 3208664 | E-Mail: Schaubitzer.gala@gmail.com

Gemeinsam gegen Krebs

Zum Weltkrebstag am 4. Februar 2023

■ „Je mehr wir über Krebs wissen, desto mehr Leben können wir retten“ ... so deklariert die UICC ihr Anliegen bezüglich der Unwissenheit über dieses Thema. „Der Zugang zu Informationen und Wissen über Krebs kann uns alle stärken“.

Am 4. Februar 2023 findet der mittlerweile 23. Weltkrebstag statt. Unter dem Motto: „Versorgungslücken schließen“, möchte die internationale Vereinigung gegen Krebs (UICC) dazu aufrufen, dass Betroffene bundesweit den gleichen Zugang zu einer optimalen onkologischen Versorgung erhalten. Anlässlich dessen zeigt die Deutsche Krebshilfe aktuelle Versorgungslücken auf und was man tun kann.

Mehr als die Hälfte unserer Weltbevölkerung hat keinen Zugang zu den grundlegenden Gesundheitsdiensten, wenn es um Krebs geht. Hier kommt auch erschwerend hinzu, dass vielen die Grundversorgung verweigert wird, obwohl wir in einer Zeit beeindruckender Fortschritte in der Krebsprävention, -diagnose und -behandlung leben. Und das kann Menschenleben kosten!

Es gibt viele Barrieren, wenn Betroffene Krebsbehandlungen suchen. Das liegt beispielsweise am Einkommen, der Bildung, geografischen Lage und der Diskriminierung aufgrund von ethnischer Zugehörigkeit, Rasse, Geschlecht, sexueller Orien-

terung, Alter, Behinderung und Lebensstil, um nur einige zu nennen: Diese Faktoren können sich negativ auf die Versorgung auswirken. Meist sind diese am stärksten benachteiligten Gruppen auch häufiger einer Vielzahl anderer Risikofaktoren ausgesetzt, wie Tabak, ungesunde Ernährung oder Umweltgefahren. Dabei muss uns das Thema vielleicht nicht einmal persönlich ansprechen, doch unser Mitgefühl darf beispielsweise auch den Menschen in anderen Ländern mit geringerem Einkommen gelten. Aber auch gut ausgestattete Länder weisen Unterschiede auf. Es ist verwunderlich, dass die Lücke uns oder Menschen in unserer Gemeinde betreffen kann. Die Realität heute ist, dass wer du bist und wo du lebst, den Unterschied zwischen Leben und Tod bedeuten könnte. Das ist nicht fair und genau aus diesem Grund möchte die internationale Vereinigung gegen Krebs etwas bewirken. Im Gesundheitswesen bezieht sich Ungleichheit auf die ungleiche Verteilung von Ressourcen. Das mag vielleicht etwas subtil erscheinen. Allerdings geht es bei der Krebsversorgungslücke auch nicht wirklich darum, allen die gleichen Ressourcen zur Verfügung zu stellen.

Auf Grund unserer individuellen Ressourcenverfügbarkeit kann eine Größe nicht für alle passen, und jede Herausforderung erfordert eine andere Lösung. Aber wenn wir im Sinne der Gleich-

berechtigung Denken und Handeln, geht es doch in erster Linie darum, jedem das zu geben, was er braucht, um jedem die Chance zu geben, ähnliche Ergebnisse zu erzielen.

Wenn wir Menschen also zusammenkommen, Gemeinschaften auch den Schwachen helfen oder einzelne Personen innovativ sind und über Grenzen hinausgehen, gibt es Hoffnung.

Fortschritt kennt viele Wege, wir müssen sie nur gehen. Viele Gerechtigkeitslücken und Ungerechtigkeiten werden wohl weiter Bestand haben und dennoch können wir mit innovativen Ideen und Maßnahmen Lösungen finden, wenn wir zusammenarbeiten.

SW I marcus®

Hämatologisch-onkologische Schwerpunktpraxis
Praxis für Gerinnungsstörungen | Prof. Dr. med. Klaus Fenchel

Ambulantes Krebszentrum



Schon seit 2003 müssen Patienten aus Saalfeld, Rudolstadt und Pößneck nicht mehr nach Jena fahren, wenn sie eine hämatologisch-onkologische Behandlung benötigen, sondern können diese in unserer Obhut auf qualitativ höchstem Niveau hier vor Ort erlangen, was die Lebensqualität schon allein durch Wegfall der leidigen Fahrtzeiten erhöht.



Bahnhofstraße 12 | 07318 Saalfeld | Telefon 03671 5270110
www.krebstherapie-saalfeld.de

Sternwarte regelmäßig geöffnet

Seit Ende Januar lädt das Jugend- und Stadtteilzentrum Saalfeld-Gorndorf jeden dritten Donnerstag im Monat in seine Sternwarte ein.

Das Sternwarten-Team, Wolfgang Letsch und Manfred Fehn, geben zu diesen Termi-

nen jeweils eine Einführung zum aktuellen Sternenhimmel geben.

Beginn ist jeweils 18 Uhr

Adresse: Albert-Schweitzer-Straße 144, 07318 Saalfeld.

Wieder Warmbadetage ...

Gute Nachrichten für alle Schwimmer, die es gern ein bisschen wärmer haben.

Im Saalfelder Hallenbad sind seit Ende Januar die beliebten Warmbadetage wieder eingeführt. Dann wird von Freitag bis Sonntag sowie während der Thüringer Fe-

rien das Wasser auf die Wohlfühltemperatur von 30° C erwärmt.

Auch die an allen anderen Tagen reduzierten Temperaturen wurden bereits wieder auf die ursprünglichen Werte angehoben.

Völkischer Wasserglotzer nehmen Fahrt auf

... ab 11. Februar im No.8 - kultur und mehr



■ Im Landkreis Saalfeld-Rudolstadt sind sie einzigartig mit der Zelebrierung ihrer Auffassung von Karneval: Jährlich wird ein illustrierter Mix aus lustigem Showtanz, Büttenspielen, Turnakrobatik, Gesang und Sketchen geboten. Das Besondere daran – traditionsgemäß wird das gesamte Programm nur von Männern dargeboten.

Dank der guten Vernetzung des Vereins auch während der Corona-Zeit und dem eisernen Willen, die Tradition der Völkischer Wasserglotzer fort zu setzen, konnte der Verein für die 53. Hauptsaison programmtechnisch schnell flottgemacht werden und die Eröffnungsveranstaltung im gut besuchten No.8-kultur und mehr war ein

voller Erfolg. Nun trennen uns nur noch wenige Tage von der sogenannten Hauptsaison der Völkischer.

Es ist klar, dass die Spannung im Verein von jetzt an zunehmend steigt und jeder bemüht ist, letzte Korrekturen der Choreographie oder organisatorische Notwendigkeiten in den Griff zu bekommen.

wie vergriffen. Für das „Special“ zum Weiberfasching (16.2.) sind noch Karten verfügbar.

Wer darüber hinaus das Programm des VKK erleben möchte, sollte sich Sonntag, den 19.02., ab 14.30 Uhr (Seniorenfasching) – notieren.

Die wahren Karnevalfans feiern natürlich über das Wochenende hinaus und lassen es mit dem VKK am Rosenmontag noch mal so richtig krachen.

Am 11. Februar 2023 ist es dann soweit. Pünktlich um 20.11 Uhr geht es dann in der Freiligrath-Straße im No.8-kultur und mehr los. Für die beiden Samstagsveranstaltungen (11.02. und 18.02.) ist das Karten-Kontingent so gut

Also, zu den Wasserglotzern kommen, das Programm ist neu, darauf ein „Wasserglotzerhoi“.

Text: VKK, SB I marcus®

MÖRSDORFER MfF LANDHOF-FLUORCHEREI

Komm in unser Team!

Ab sofort in Bad Blankenburg
**VERKÄUFER/IN
KOCH/KÖCHIN
QUEREINSTEIGER
GESUCHT!**

unbefristet, Voll- und Teilzeit
BEWIRB DICH JETZT!
info@catering-mff.de
oder 036741/72000

Infos & Termine unter:
<https://www.wasserglotzerhoi.de>

Bravo, Conrad's Orangen!

Seit 25 Jahren Import saftiger, unbehandelter Südfrüchte aus Sizilien

■ Im November 1997 fing alles an, und zwar damit, dass meine Tochter die Früchte aus dem Supermarkt nicht mehr essen konnte, da sie Bläschen an den Lippen und der Zunge bekam. Mein Freund sagte mir, es läge an dem Gift, mit dem die Früchte gewachst werden. Er brachte mir von Sizilien unbehandelte Früchte mit, die sie wieder essen konnte. Der Geschmack der Orangen überzeugte mich sofort – und nicht nur mich, sondern auch Freunde, so dass sich in diesem Winter eine rege Nachfrage nach Orangen aus Sizilien entwickelte.

Im April 1998 erlebten meine Tochter und ich vor Ort, wie tausende saftige süße Orangen vernichtet wurden, um die Preise oben zu halten. Wut schlug in Zielstrebigkeit um: Conrads-orangen war geboren und im kommenden Winter erzählte ich allen meinen Freunden,

Arbeitskollegen, Nachbarn und Bekannten von dem Erlebten und wie gut die reifen Früchte schmecken.

Es entwickelte sich rasch ein Zustrom an Kunden, die nur über Mundpropaganda zu mir fanden. Die Garage wurde zum Lagern zu klein und ich suchte nach Räumlichkeiten.

Nun sind wir seit ein paar Jahren bei Umweltservice Wachsmuth eingemietet. Sicher haben unsere Kunden bemerkt, dass inzwischen Regale aufgestellt wurden und sich das Angebot von Selbstgemachten und Produkten des täglichen Lebens erweitert hat.

Mein Anliegen als ärztlich geprüfte Gesundheitsberaterin ist es, gesunde Nahrung ohne Gift, Konservierungsstoffe, Farbstoffe oder irgendwelche anderen Zusätze anzubieten. Darunter Vollwertnudeln, die ich aus unpoliertem und nicht geschältem Getreide mit Keim herstelle, so

dass alle Inhaltsstoffe erhalten bleiben.

Meinen Nachfolger lernte ich beim Helfen bei der Flutkatastrophe im Ahrtal kennen. David kam mit uns nach Sizilien und lernte Olivenernte und Ölpresung kennen. Als gelernter Koch war er von der Qualität der Früchte und des Angebotes begeistert. Nun verkaufen wir inzwischen jede Woche von Mittwoch bis Samstag, wir arbeiten nach wie vor mit 14-tägiger Vorbestellung.

Ich selbst lebe in Italien und halte mich auch dort viel auf, um die Wareneinkäufe zu tätigen. Gemäß meines Lebensmottos: „Der Mensch muss gebraucht werden“ und „Wenn du liebst was du tust, musst du nie wieder in deinem Leben arbeiten“, werde ich das Unternehmen weiter begleiten.

Ich freue mich, einen würdigen Nachfolger für mein Unternehmen gefunden zu haben und wünsche David Stahlberg viel Freude und Erfolg in seinem Tun.

Karin Conrad

Conrad's Orangen
www.conradsorangen.de

Sie finden uns im Gebäude Umweltservice Wachsmuth, Humboldtstraße 16, 07407 Rudolstadt/Schwarza, direkt neben der Rumpelkammer.

Eröffnung 4. Februar

Workshops mit mehreren Großmeistern
 10 Uhr | MMA/Grapping/Brazilian Jiu Jitsu
 13 Uhr | Selbstverteidigung
 18 Uhr | festliche Eröffnung



KCR Saalfeld
 Andreas Rübesam
 Kulmbacher Straße 27
 Tel. 0176/22504931 oder
 03671/5279159

www.kcr-saalfeld.de

Experte in Selbstverteidigung und Gewaltprävention

... mit neuem Standort in Saalfeld

■ Ein großes Banner an der Bahnhofskreuzung weist darauf hin: Demnächst, genauer gesagt ab 4. Februar, geht es im alten Postgebäude ums Wehren, Abwehren, sich schützen, werfen, fallen, fit und gesund bleiben. Was sehr körperlich klingt, hat durchaus viel mit dem Kopf, dem Geist und der Psyche zu tun, doch dazu später mehr.

Hinter dem neuen KCR steht ein Mann, der in der Welt der Selbstverteidigung einen Namen hat. Andreas Rübesam, in Pößneck geboren, blickt auf eine 40-jährige Kampfkunstlaufbahn zurück, die ihre Wurzeln in der ehemali-

gen DDR und dem Judo hat. Er hat über 60 deutsche Meister ausgebildet, viele Jahre lang das deutsche Jugendteam geführt und zahlreiche Mannschaftserfolge erzielt.

Nach seinem privaten Neustart in Krölpa im Jahr 2021 eröffnet er nun in Saalfeld mit der neuen Kampfsportschule für die ganze Familie seinen zweiten Standort in der Region. Selbst ist er Großmeister im Jiu Jitsu mit eigenem Stil und Ausbilder im Krav Maga und Brazilian Jiu Jitsu.

Diese drei Ausrichtungen sind auch die Schwerpunkte seines Trainings in Saalfeld.

Neben dem traditionellen japanischen Jiu Jitsu ist er von der

brasilianischen Variante besonders überzeugt, da sie sehr actiongeladen ist und angelehnt an das Leben auf der Straße: „Selbst wer am Boden liegt, kann noch gewinnen!“ Kaum ein Trainingszentrum in Thüringen bietet diesen Sport an. Jiu Jitsu und Brazilian Jiu Jitsu eignen sich für Männer und Frauen. Wer Selbstverteidigung praktizieren will, ohne unbedingt auf Gürtel aus zu sein, ist beim Krav Maga richtig. Diese Art der Selbstverteidigung kommt aus Israel, arbeitet mit wenigen, effizienten Techniken und liegt stark im Trend. Neben der Selbstverteidigung stehen Spaß, Fitness und freundschaftliche Atmosphäre immer im Mittelpunkt des Trainings.

Bei den Kindern, die er in mindestens drei Altersklassen trainiert, unterscheidet Andreas Rübesam nicht nach diesen drei Richtungen. Das Lernen von Fall- und Wurftechniken ist im Training auch schon mal vom Judo oder Karate beeinflusst. Dabei können Kinder ab 5 Jahren bei ihm einsteigen und auf Wunsch bis auf Wettkampfniveau trainieren. Wer das nicht möchte, ist genauso willkommen. Wichtig ist dem Trainer, dass Kinder nicht „verheizt“ werden: Sie müssen nicht jedes Wochenende zum Wettkampf und dürfen auch lernen, zu verlieren. Neben dem Körperlichen

geht es in Gesprächen auch um Gefahren im Alltag, Umgang mit Fremden und Verantwortung übernehmen.

Umgebaute, in warmen Farben renovierte Räume unterstützen eine Atmosphäre, in der sich die Trainierenden öffnen. Ein Stück weit gehört das zur Selbstverteidigung dazu, weiß der IHK-geprüfte Sicherheitstrainer und Gewaltpräventionslehrer. Selbstschutz hat viel mit Selbstwahrnehmung zu tun: „Oft merken wir zu spät, dass wir in einer Gefahrensituation sind. Wer entspannt ist, nimmt mehr wahr.“ Gefahren erkennen und vermeiden sind daher neben den körperlichen Techniken wichtige Elemente seiner Schulungen, die sich an Firmen, Taxiunternehmen, Feuerwehren, Sicherheitsdienste, Mitarbeitern von Ämtern (z.B. Jobcenter oder Ordnungsamt), medizinisches Personal bis hin an Frauenhäuser richtet. Für Präventionstrainings an Schulen hat er sich ein eigenes Konzept zertifizieren lassen.

Lust bekommen auf Selbstverteidigung oder Selbstschutz? Dann bis zum 4. Februar anmelden und das Eröffnungsangebot nutzen! Mehr Infos, Zeiten und Kontakt ab sofort auf www.kcr-saalfeld.de.



Damit nichts passieren kann

Ausbildungscheck: Fachkräfte für Schutz und Sicherheit

■ Ob Objekte geschützt werden müssen oder Personen, Veranstaltungen zu sichern sind oder Werttransporte zu fahren: Wenn es um die Sicherheit geht, sind besser Profis am Werk, damit nichts passiert. Deshalb gibt es die Ausbildung zur Fachkraft für Schutz und Sicherheit.

Nach der Ausbildung winkt eine Anstellung in einer Sicherheitsfirma, in Unternehmen für Sicherheitsberatung und Sicherheitsschulung oder auch direkt bei Veranstaltungsunternehmen oder Messen. Doch zunächst gilt es die dreijährige Ausbildung zu absolvieren. Sie findet in der Berufsschule und für praktische Erfahrungen im Ausbildungsbetrieb statt. In der Berufsschule werden Schutz- und Sicherheitsvorschriften vermittelt und die Auszubildenden lernen, Rechtsverstöße und Delikte zu erkennen und zu bewerten. Zum Beispiel muss man, wenn man Veranstaltungen sichert, genau alle Sicherheitsvorschriften kennen und Sicherheitsvorkehrungen prüfen (z.B. ob es genug Notausgänge gibt und Fluchtwege gekennzeichnet sind).

Außerdem stehen verschiedene Sicherheitsmaßnahmen und



ihre Anwendung auf dem Lehrplan. Fachkräfte für Schutz und Sicherheit erlernen nicht nur Nahkampftechniken, Erste-Hilfe-Maßnahmen und Fähigkeiten zum Lösen von Konflikten. Sie müssen sich auch auf technische Zusammenhänge verstehen, da sie durchaus auch im Bereich Sicherung technischer Anlagen eingesetzt werden können. Das heißt Experte werden für Bewegungsmelder, Alarmanlagen

Videoüberwachung & Co. Nicht nur auf die Bedienung, auch auf ihre Installation und Reparatur versteht sich dann der Fachmann oder die Fachfrau. In puncto Arbeitszeiten sollten Interessierte wissen, dass die Arbeit oft am Wochenende oder nachts stattfindet (Veranstaltungen/Objektschutz). Schichtarbeit und Bereitschaftsdienste sind üblich. Dafür warten spannende Aufgaben, sei es auf Bahnhöfen, Flughäfen, in Industrieanlagen oder privaten Haushalten oder auch bei Streifgängen in der Stadt, wenn die Ausbildung absolviert worden ist.

SB I marcus®

Check – bin ich für dieses Berufsbild geeignet?

- Technisch versiert – ich interessiere mich für Geräte und ihren Betrieb
- Teamfähig: Gerade auf Veranstaltungen oder auf Kontrollgängen arbeiten oft viele Kollegen zusammen, verständigen sich per Funk und planen vorher gemeinsam Abläufe
- Gute Menschenkenntnis und beherrztes Handeln: Im Notfall darf es kein Zögern geben, z. B. beim Leisten von Erster Hilfe oder der Zusammenarbeit mit Polizei oder Rettungsdiensten. Außerdem ist ein gewisses psychologisches Geschick hilfreich, etwa um Konflikte zu schlichten.

Peter Hinreiner
- Schließtechnik -

Obere Grabenstraße 1 • 07381 Pößneck
Telefon: 03647 / 412549 | Mobil: 0170 / 8933464
Fax: 03647 / 428392

E-Mail: hinreiner.schliesstechnik@t-online.de • www.Hinreiner-Schliesstechnik.de

www.dvs-event-SECURITY.de
Detektiv- und Veranstaltungsservice • Inh. Uwe Mämpel
Tel.: 036741/579 707
Neue Straße 1 | 07422 Bad Blankenburg

Security Solutions for your Buisness

- Security
- Service
- Human Resource
- Barricades
- Logistik
- Inspections

Jens Rudolf
Inhaber
Vor der Heide 64
07333 Unterwellenborn
Mobil: 0151 - 40004404
Tel.: 03671 - 52 70 91
Fax: 03671 - 52 70 92
jens.rudolf@rudolf-sicherheit.de

RS RUDOLF Sicherheit
Schutz - Dienstleistungen - Sperren - Logistik

- Security
- Logistik
- Service
- Absperntechnik
- Kontrollen

rudolf-sicherheit.de
info@rudolf-sicherheit.de

Keine Gewalt gegen Einsatzkräfte

Wer hilft, verdient Respekt!

Die schockierenden Ereignisse der Silvesternacht, als Feuerwehrleute und Rettungskräfte sich bei ihrer Arbeit körperlicher Gewalt ausgesetzt sahen, sind uns noch immer vor Augen.

Trotz vieler Erklärungsansätze ist es schier und einfach nicht nachvollziehbar, warum Menschen diejenigen angreifen, die helfen, manchmal sogar unter Gefahr für das eigene Leben. Leider ist das Problem nicht auf diese einzelne Nacht beschränkt und Beleidigungen, Streit und Wut als Reaktionen auf Feuerwehr und Rettungseinsätze auch in unserem Landkreis bekannt.

Stellvertretend äußert sich Matthias Schmidt, Vorstandsvorsitzender des DRK Kreisverband Saalfeld-Rudolstadt, so: „Das Berufsbild Notfallsanitäter beim DRK KV Saalfeld-Rudolstadt e. V. lautet verletzte Menschen versorgen, Angehörige beruhigen und auch in Stresssituationen einen kühlen Kopf bewahren. So ist der Beruf des Notfallsanitäters genauso verantwortungsvoll wie fordernd.“

Bei medizinischen Notfällen erfasst er die Situation rasch, leistet Erste Hilfe und führt notfalls



Bild: DRK Kreisverband Saalfeld-Rudolstadt

lebensrettende Maßnahmen durch. Medizinisches Fachwissen, Stressresistenz und Gewissenhaftigkeit machen einen Notfallsanitäter aus. Sie sind 365 Tage, rund um die Uhr FÜR UNS im Einsatz! Ihr Auftrag ist uns zu schützen und uns zu helfen!

Doch wer schützt eigentlich unsere Rettungskräfte? Die Ereignisse der Silvesternacht haben wieder mehr als einmal auf erschreckende Weise gezeigt,

was sie alles aushalten müssen. Es ist wichtig, dass Einsatzkräfte während ihrer Arbeit geschützt werden und keiner Gewalt ausgesetzt sind. Sie tragen eine wichtige Verantwortung in unserer Gesellschaft, indem sie Menschen in Not helfen und rund um die Uhr dafür im Einsatz sind. Keine Gewalt gegen Einsatzkräfte – so selbstverständlich das klingt, so oft sind wir als DRK Kreisverband Saal-

feld-Rudolstadt e. V. sprachlos über die Meldungen von Angriffen auf Rettungskräfte. Jegliche Art von Gewalt gegen unsere Mitarbeitenden im Rettungsdienst ist inakzeptabel!

Wer anderen im Notfall zur Hilfe kommt, muss mit Respekt behandelt werden und darf nicht attackiert werden.“

SB | marcus®

Rund um die Uhr für Sie da!



Deutsches
Rotes
Kreuz

Kreisverband
Saalfeld-Rudolstadt e.V.

Telefon: 03672/43 23 11 • Fax: 03672/ 43 23 43
www.drk-saalfeld-rudolstadt.de



Arbeiter-Samariter-Bund

»Wir helfen hier und jetzt«
Verstärken Sie unser Team!
Wir bieten 4 Einsatzstellen für
den Bundesfreiwilligendienst

ASB-SOZIALSTATION

Sie erreichen uns täglich 24 h rund um die Uhr unter:
Telefon: 0 36 71/ 62 58 950 · E-Mail: soz-asb-slf@t-online.de
Ansprechpartner: Diana Koch
Stauffenbergstraße 5 · 07318 Saalfeld-Gorndorf

Kompositionsworkshop in den Ferien

Pop oder Klassik, Bach oder Billie Eilish – einer der wichtigsten Bausteine der Musik ist der Rhythmus. In einem Kompositionsworkshop während der Winterferien können Jugendliche

nun praktisch erfahren, wie er in der beliebten Minimal Music funktioniert. Das Ergebnis wird am Theater Rudolstadt im 5. Sinfoniekonzert zu hören sein. Der kostenfreie Workshop des Thea-

ters Rudolstadt richtet sich an Jugendliche zwischen 14 und 17 Jahren, die keine musikalischen Vorkenntnisse mitbringen müssen. Er findet vom 13. bis 17. Februar, jeweils von 9.30 bis 15.30

Uhr in den Saalgärten in Rudolstadt statt. Aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl ist eine Anmeldung bis zum 6. Februar unter konzertr dramaturg@theater-rudolstadt.de erforderlich.



Fasching am Ballermann

Narren im Leutenberger Rathausaal vom 11. - 19. Februar

■ „Zieht euch alle lustig an, wir fahren an den Ballermann“ – unter diesem Motto startet der Faschingsclub Leutenberg (FCL) am 11. Februar in seine 53. Saison.

Nach virtuellen Faschingsdarbietungen der letzten beiden Jahre kann sich das Publikum in diesem Jahr endlich wieder auf ein fröhliches, buntes Programm in dem Rathausaal freuen. Ob nun Mallorca oder ein anderes Urlaubsziel, die Mitwirkenden des FCL können von jedem Feri-

enerlebnis berichten. Abwechslungsreich versprechen auch die Ballettauftritte zu werden, sowohl das feurige Girlsballett, das legendäre Männerballett als auch die quirligen Kinderballetts proben schon seit Wochen für die heißen Tage.

Wer selbst das Tanzbein schwingen möchte, kann sich auf Live-Musik von „GTK“ oder „Zwei gegen Willi“ freuen, die dafür sorgen, dass die Tanzfläche auch zwischen den Darbietungen gut gefüllt sein wird.

Gespannt sein kann das närrische Publikum auch auf weitere Highlights der Saison. Am 16. Februar findet einmal mehr der schon zur Tradition gewordene Weiberfasching mit einem speziellen Programm für das weibliche Publikum statt. Am Sonntag,


Termine:

- 11. und 18. Februar | buntes Faschingsprogramm mit der Band „GTK“
- 17. und 20. Februar | buntes Faschingsprogramm mit „Zwei gegen Willi“
- 16. Februar | Weiberfasching mit DJ Toni
- 19. Februar | Faschingsumzug ab 13:30 Uhr mit anschließendem Kinderfasching

den 19. Februar kann sich Groß und Klein auf den Faschingsumzug durch die Straßen der Stadt mit schillernden Wagen und fröhlichem Fußvolk freuen, gefolgt vom bunten Programm zum Kinderfasching im Rathausaal.

Karten gibt es telefonisch oder per Whatsapp im Vorverkauf bei Anika Übelacker unter 0173 873283.

Text: Verein I SB I marcus ■



Tiefbau Wöckel GmbH

Michael Wöckel

Tiefbau Wöckel GmbH
Landsendorf 32
07338 Leutenberg

Telefon: 03 67 34 2 31 50
Telefax: 03 67 34 2 33 93
E-Mail: info@tiefbauwoeckel.de



Alles sauber & Alles sicher

Schornsteinfegermeister - Dienstleistungen
Andreas Schmidt

Markt 6 | 07338 Leutenberg
Telefon 036734 / 22235
E-Mail: a.schmidt-bsm@gmx.de

Wir unterstützen den Faschingsclub Leutenberg.




IHR KABELKONFEKTIONÄR

WIR SUCHEN VERSTÄRKUNG FÜR UNSER TEAM!

Wurzbacher Straße 47
07388 Leutenberg
Tel.: 03 67 34 / 2 22 32
Fax: 03 67 34 / 2 81 81
info@elmo-leutenberg.de

Wir suchen für unsere Praxis in Leutenberg einen **Physiotherapeuten (m/w/d) oder Masseur/medizinischer Bademeister (m/w/d)**



Sie sind motiviert, zuverlässig und möchten sich in unser Team einbringen? Dann senden Sie uns Ihre aussagekräftige Bewerbung bitte per Post an:

Michaela Werner Physiotherapie
Hauptstraße 24
07338 Leutenberg
Telefon 036734 22322

oder per E-Mail unter: michaela_adler@web.de




Allianz Versicherung Andre Hopfe

Markt 6
07338 Leutenberg
0172 7935543

Innere Ruhe für Kinder Lotus Licht sponsert Affirmationskartenset

„Das Gute in die Welt zu tragen - das ist unser Herzenswunsch und die Vision von Lotus Licht“

Gründerin Lena Sontheimer

*Ich fühle mich leicht und frei.
Ich bin voller Freude.
Ich bin wertvoll.*

Das sind Sätze, die nicht nur schön klingen, sondern für mehr Selbstbewusstsein, innere Stärke und gute Laune sorgen. Besonders bei Kindern und Jugendlichen. Das Kartenset ist in Zusammenarbeit mit Kindern, Pädagogen und zwei regionalen Unternehmen entstanden. Auf der Vorderseite der 50 Karten sind liebevoll gezeichnete Krafttiere und Affirmationen,



auf der Rückseite verschiedene Übungen dazu. So hilft das Kartenset dabei, das Selbstvertrauen zu stärken, Ängste zu überwinden und im stressigen Alltag kurz inne zu halten. Einrichtungen, wie Schulen, Kindergärten, Tagesmütter und Kinderheime, aber auch

Menschen in der Region, die mit Kindern und Jugendlichen zusammenarbeiten und ein solches Set erhalten möchten, können sich per Mail bis 15.02. unter: info@lotuslicht.de an das Entspannung- und Meditationsstudio wenden.

Lotus Licht – Entspannungs- und
Meditationszentrum

Lesung Frank Michael Wagner:

Wie das Erdgas aus Sibirien nach Westeuropa kam

In Kooperation mit der Landeszentrale für politische Bildung, Eintritt frei!

Voranmeldung:

stadtbibliothek@rudolstadt.de
oder 03672/486424

16. Februar, 19 Uhr
Stadtbibliothek Rudolstadt

Seit 29 Jahren

Jagd • Outdoor • Mode

WSV Räumungsverkauf

Es erwarten Sie

bis zu 70 % Rabatt

auf **Damen- und Herren
WINTER-MODE**

Saalfeld

direkt neben Marktkauf
Mittlerer Watzzenbach 8
Tel. 03671 531356

Montag - Freitag
9 - 17 Uhr
Samstag
geschlossen

Jagd & Freizeit
Center



**Fühl Dich
NEU**

... und werde ein **Health Changer!**

Angebot: 4 Wochen für 49,- EUR testen

- Zufriedenheitsgarantie
- Monatlich kündbar oder
- 4 Wochen zusätzlich gratis, bei Abschluss einer Trainingsvereinbarung von mindestens 6 Monaten

Fühl Dich NEU

INJOY
INTERNATIONAL SPORTS- & WELLNESSCLUBS

INJOY Rudolstadt | Hugo-Trinkler-Str. 9 | 07407 Rudolstadt | Telefon 03672/422832 | www.Injoy-rudolstadt.de

Kinder erfrischen das Leben und erfreuen das Herz.
(Friedrich Schleiermacher)

Hallo Baby

Neugeborene der Thüringen Kliniken Saalfeld.



Heinrich Nikolaus Hofmann
🕒 08.01.2023, 17:06 Uhr
📏 3470 g 📏 52 cm



Taja Gottschall
🕒 10.01.2023, 13:53 Uhr
📏 3010 g 📏 50 cm



Matteo Kühnholdt
🕒 25.12.2022, 06:25 Uhr
📏 3170 g 📏 54 cm



Joris Katterwe
🕒 27.11.2022, 09:45 Uhr
📏 1982 g 📏 44 cm



Leela Baierlein
🕒 11.01.2023, 15:12 Uhr
📏 3330 g 📏 52 cm



Maila Ritter
🕒 14.01.2023, 04:51 Uhr
📏 3102 g 📏 50 cm



Carlo Caspari
🕒 14.01.2023, 08:34 Uhr
📏 3970 g 📏 51 cm



Paulina Hofmann
🕒 12.01.2023, 09:50 Uhr
📏 3450 g 📏 51 cm



Liese Köhler
🕒 05.01.2023, 17:28 Uhr
📏 3716 g 📏 53 cm



Amira Gnauck
🕒 17.01.2023, 00:10 Uhr
📏 3230 g 📏 52 cm



Edda Walter
🕒 13.01.2023, 12:24 Uhr
📏 2780 g 📏 48 cm



Djamilo Klotz
🕒 15.01.2022, 01:33 Uhr
📏 3535 g 📏 52 cm



Nigel Meister
🕒 13.01.2023, 10:40 Uhr
📏 3460 g 📏 53 cm

Wir suchen Verstärkung für unsere Einrichtungen und Diensten

- Dipl.-Sozialpädagogen/Bachelor/Master w/m/d
- staatl. anerkannte Heilerziehungspfleger w/m/d
- staatl. anerkannte Heilpädagogen w/m/d
- staatl. anerkannte Erzieher w/m/d
- exam. Gesundheits- und Krankenpfleger / Altenpfleger w/m/d
- Physiotherapeuten/Ergotherapeuten/Logopäden w/m/d
- Mitarbeiter im Freiwilligen Sozialen Jahr (FSJ), im Bundesfreiwilligendienst (BFD) oder im Ehrenamt w/m/d

Ihre aussagekräftige Bewerbung senden Sie bitte an:

Lebenshilfe Saalfeld-Rudolstadt e.V.

Am Bernhardsgraben 1

07318 Saalfeld

vorstand@lebenshilfe-saru.de





Jetzt teilnehmen
und bis zu
500€
Preisvorteil*
sichern

Sie können helfen und profitieren: Die regionale Hörstudie 2023

Wie gut hört die Region?

Nehmen Sie an der Hörstudie 2023 für die Region Thüringen, Oberfranken und Osthessen teil und helfen Sie, das hiesige Hörvermögen und die Hör-Bedürfnisse zu erforschen. Testen und genießen Sie dazu das neue Hörsystem Phonak Lumity kostenlos, unverbindlich und ganz bequem zuhause. HÖRGERÄTE MÖCKEL ermöglicht Ihnen gerne die Teilnahme und unterstützt Sie dabei.

Mit freundlichen Grüßen

Peter Möckel
Geschäftsführer
HÖRGERÄTE MÖCKEL GmbH



Jetzt mitmachen: Ihre Unterstützung lohnt sich!

1. Kostenlose und professionelle Höranalyse
2. Testen Sie unverbindlich das neue Phonak Lumity aller Zeiten
3. Ganz einfach in einer unserer Filialen in Ihrer Nähe oder mit mobilem Service bei Ihnen zuhause
4. Überprüfung der Unterstützung Ihrer Krankenkasse
5. Sie erhalten einen exklusiven Preisvorteil von bis zu 500€, falls Sie sich im Nachgang für das Phonak Lumity entscheiden

Vereinbaren Sie gleich telefonisch einen persönlichen Termin in unserem nächsten Fachgeschäft oder Online unter: www.hoergeraete-moeckel.de/termin



07407 RUDOLSTADT
Oststraße 1
T: 03672 / 4887548

98724 NEUHAUS
Sonneberger Straße 150
T: 03679 / 723266

96515 SONNEBERG
Bahnhofstraße 51
T: 03675 / 8184990

HÖRGERÄTE
MÖCKEL

Audiologie und Hörakustik

*Der Preisvorteil gilt bei einer Anmeldung zur Hörstudie bis zum 28.02.2023 bei einer Versorgung mit Phonak Lumity; Preisvorteil auf den privaten Eigenanteil je nach Technikstufe (beidohrig): 200€ Technikstufe 30, 300€ Technikstufe 50, 400€ Technikstufe 70, 500€ Technikstufe 90.