

marcus®

POSTAKTUELL – sämtliche Haushalte



Jetzt
240€
CASHBACK
SICHERN*

MagentaMobil L
40 GB
Datenvolumen

- 5G INKLUSIVE
40 GB Internet Flat mit 5G/LTE Max
- Telefonie Flat in alle dt. Netze
- Top-Smartphone

nur **79,95 €¹** mtl.

Jetzt PlusKarten zubuchen und sparen!

Mit MagentaEINS Vorteil²:

- 5€ Preisvorteil
- Deutschlandweit unbegrenztes Datenvolumen – auch für Zusatzkarten

T Erleben, was verbindet.



Aktion!

Jetzt in Saalfeld

Saalemarkt/Marktkauf

iPhone 14 (128 GB)
1€

mit Neuvertrag im Tarif MagentaMobil L mit Top-Smartphone mit Laufzeit von 24 Monaten¹

Ihr Telekom Partner im Saalemarkt | Mittlerer Watzenbach 4 / Marktkauf | 07318 Saalfeld | Tel: 03671 5894444



Für MEHR Mobilität





Modernisieren zum Minizins!

Jetzt handeln und günstige Zinsen sichern.

Ein Traditionsprodukt wird wiederentdeckt! Mit dem LBS-Bausparvertrag stehen Sie mit Ihrer Immobilie immer auf der sicheren Seite und das zu Konditionen, die günstiger nicht sein können. In Zeiten steigender Zinsen ist der LBS-Bausparvertrag mit einem Sollzins ab 0,69 % (effektiver Jahreszins ab 1,51 %) besonders attraktiv. Ob Modernisierung Ihrer Immobilie, altersgerechter Umbau, notwendige Sanierungen etwa von Dach oder Fassade bis hin zu energetischer Sanierung, Solardach oder Umstellung auf Smart-Home: All das ist mit einem LBS-Bausparvertrag realisierbar. Besonders gefragt ist er übrigens derzeit bei Besitzern von älteren Ölheizungen. Für einige Heizungen, wenn sie beispielsweise älter als 30 Jahre sind, besteht ab 2026 eine Austauschpflicht. Ab dem Jahr dürfen auch generell keine neuen Ölheizungen mehr verbaut werden. Steht Ihnen ein Heizungstausch bevor – dann sprechen Sie mit uns. Mit unseren Bauspartarifen können Sie auch auf kurzfristige Sicht die finanziellen Mittel ansparen.



Expertentipp von Silvio Kirow, Leiter Geschäftsstelle Saalfeld:

Sparen Sie pro Monat und Quadratmeter Wohnfläche mindestens 1 Euro auf einem LBS-Bausparvertrag. Damit sind Sie für künftige Modernisierungsmaßnahmen bestens gerüstet.

Unser Niedrigzins-Tarif Comfort N- Ihre „Krankenversicherung fürs Haus“.

fester Sollzins*:

0,69 %

effektiver Jahreszins*:

1,51 %

für das Darlehen eines LBS-Bausparvertrages.

Sie wollen sofort loslegen?

Dann nutzen Sie den LBS-Modernisierungskredit: mit günstigen Zinskonditionen, Zinssicherheit und konstanter Rate über die gesamte Laufzeit. Bis zu 50.000 Euro ohne Grundbucheintrag möglich.

Ob Bausparvertrag oder Modernisierungskredit: Unsere Berater beantworten Ihnen alle Fragen, damit Sie Ihre Ideen für Ihr Zuhause verwirklichen können.

Vereinbaren Sie einfach einen Termin bei Ihrem Kundenberater.



*ab Zuteilung einer beispielhaften Bausparsumme von 25.000 Euro für das Bauspardarlehen eines LBS-Bausparvertrages im Tarif Xtra, Variante Comfort N; mtl. Zins- und Tilgungsbeitrag 200 Euro. Die Abschlussgebühr beträgt 1,6 % der Bausparsumme und wurde gesondert gezahlt. Agio 1,0 %. Fallen im Zusammenhang mit der Darlehensgewährung weitere Kosten an, die nicht im effektiven Jahreszins berücksichtigt worden sind, insbesondere die Grundbuchkosten für die Eintragung der Grundpfandrechtl. Sicherheit (falls notwendig), erhöht sich der effektive Jahreszins. Jahresentgelt von 12 Euro in der Sparphase des Bausparvertrages mtl. Rate in der Sparphase 100 Euro, Sparzins 0,01 %. Vertragsbeginn 01.02. eines Jahres. Sparzahlungen zum Monatsultimo.

Kreissparkasse Saalfeld-Rudolstadt

Markt 20

07318 Saalfeld

Telefon: 03671 888-0

Telefax: 03671 888-488

E-Mail: info@ksk-slf-ru.de

www.ksk-slf-ru.de

www.facebook.com/sparkasse.saalfeld



Kreissparkasse
Saalfeld-Rudolstadt



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

**Küche
Kotnik**

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

bis 4. März 2023

**BRILLEN SHOPPEN
ZUM BESTPREIS**

**EINSTÄRKEN-
BRILLE** **69,-***

in Ihrer Sehstärke

*Mit
Entspiegelung!*

**SCHIER
OPTIK**
OmbH

Saalfeld
Schier Optik GmbH · Saalstraße 6 · 07318 Saalfeld
Schier Optik GmbH · Obere Straße 16 · 07318 Saalfeld

Leutenberg
Schier Optik GmbH · Markt 7 · 07338 Leutenberg

...dahinter steckt Erfahrung

info@schier-optik.de · www.schier-optik.de
Schier Optik GmbH | Saalstraße 6 | D-07318 Saalfeld | Telefon 03671-2776 | Registergericht Jena HRB 200929

Verzicht nimmt nicht. Verzicht gibt. Er gibt die unerschöpfliche Kraft des Einfachen. (Martin Heidegger, deutscher Philosoph)

Liebe Leser,

nun sind wir im Februar angekommen und ich bereite mich auf meine Fastenzeit vor. Ehrlich gesagt freue ich mich auf diese Zeit der Entbehrung und der Zeitpunkt könnte nicht besser sein als jetzt. Beim Fasten geschehen wunderbare Dinge auf eindrucksvolle Weise. Es fühlt sich für mich an wie ein Krisenbewältigungsritual, denn es fördert Körper, Seele und Geist, eben genau das, was eine vermeintliche Krise von uns will: Eine Wendung nach innen, das bewusste Loslassen alles Überflüssigen und die Neubestimmung des eigenen Standortes. Ich werde in 14 Tagen berichten, wie es mir ergangen ist. Versprochen.

Bis dahin wünsche ich Ihnen eine gute Zeit, viel Glück und viel Freude mit Ihrem neuen marcus®.



Ihr Marco Kupfermann




Zweckverband Wasserversorgung und Abwasserbeseitigung für Städte und Gemeinden des Landkreises Saalfeld-Rudolstadt

Wir suchen
zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen

einen

Mitarbeiter Rohrnetz m/w/d

Bei Interesse finden Sie nähere Informationen zu den Stellenausschreibungen unter:

www.zwa-slf-ru.de





Jubiläumsaktion Dach / Fassade / Metallbau **ACHTUNG HAUSBESITZER!**



Jetzt handeln - und mit Dach und Fassadendämmungen
Energiekosten senken!! Seit 25 Jahren ist unser Team Ihr
zuverlässiger Partner bei Sanierungsfragen rund um Ihr Haus!!

Bei uns ist Ihr Dach in guten Händen - Preisbeispiele auf 100 m²

Dachumdeckung mit Betondachsteinen ab 12.900,- €
Dachfläche mit Unterdeckung und Schindeln ab 8.490,- €

Aufdach und Zwischensparrendämmung, Ausbau und Dämmung von
Dachstühlen, Schieferarbeiten, Ultraleichtdächer 2 kg p.m²; Flachdächer,
Dachfensteraustausch und Reparaturen, Holzarbeiten aller Art.

Achtung-Neu: Planung, Lieferung, Montage von Photovoltaik-Anlagen

Nur im Zusammenhang mit Dachneueindeckung! (Ausführung durch Partnerbetrieb)

Wir verschönern Ihr Zuhause

Fassadenanstrich inkl. Reinigung ab 5.450,- €
Fassadenputze inkl. Armierung/Grundierung ab 8.950,- €

Fassaden Vollwärmeschutzarbeiten, Holzanstriche, Fachwerkanstriche
und Sanierung, Fassadenverkleidung aus Kunststoff, Terrassen
mit WPC-Terrassendielen, Fenster und Türen aus Holz und Kunststoff,
Geländer/Balkonanlagen/Zäune und Tore

Dachdeckerbetrieb Bau Gut Bedacht, Malermeister Ullrich,
Schreinermeister Koch, Metallbaumeister Eubling

Finanzierung Ihrer Baumaßnahmen auf Anfrage möglich

Unsere Beratung und Angebot ist kostenlos und unverbindlich

LB Umwelt- und Tiefbautechnik GmbH –
Das Handwerkerhaus

Die Arbeitsgemeinschaft der Meister-Fachbetriebe
Am Vogelherd 97, 98693 Ilmenau

Telefon 03677 - 207736



MEINE SICHT

Hier ist man Mensch, hier darf man sein ...

Alles hat mit einer völlig spontanen Idee eines guten Freundes begonnen. Wir haben hier völlig mittellos mit Freunden und Familie ein Herzprojekt wieder zum Leben erwecken lassen. Gemeinsam schaffen wir mehr, das war schon immer unser Weg und genau deswegen haben wir die Bahnhofsgaststätte in Unterwellenborn gemeinschaftlich wieder hergerichtet und eröffnet.

In der Region finden sich leider immer weniger Möglichkeiten, wo Menschen zum gemütlichen Austausch zusammen kommen können. Die Bahnhofsgaststätte in Unterwellenborn bot uns die Gelegenheit, dafür etwas zu schaffen und der Gedanke und Wunsch ebnete sich somit immer mehr. Wir sind einfach, genau wie die meisten von uns. Also war es uns wichtig das Einfache, Unkomplizierte in dieses Herzprojekt mit einfließen zu lassen.

Menschen sollen hier bei uns wieder zueinander finden, genau wie es schon früher gang und gäbe war. Der Zusammenhalt war stabil. Es wurden zusammen gegessen, miteinander gelebt und sich gegenseitig geholfen. Wir wollen dazu beitragen diese Leichtigkeit wieder ein Stück weit zu tragen und bieten daher in unserem Gasthof diese Unbeschwertheit und Einfachheit an und diese in der Gemeinschaft wieder zu erleben. Zugleich war es uns ein Bedürfnis, dass sich die Menschen hier, in Unterwellenborn, wieder begegnen und zusammen kommen können.

Ohne unsere Freunde und den unbeschreiblich wertvollen Zusammenhalt in unserer Familie, wäre das alles nicht möglich gewesen. Das möchten wir nun mit nach außen nehmen. Wir wünschen und hoffen, dass die Menschen bei uns wieder zueinander finden, sich freundliche Gespräche ergeben und wir der Region ein Stück unbeschwerter Menschlichkeit zurückgeben können.

In verbundener Dankbarkeit gehen wir nun gemeinsam mit den Besuchern der Bahnhofsgaststätte unseren Weg und tragen die Erinnerungen an glückliche, zufriedene Gäste mit uns.

Grit & Silvio Jurkovic | Inhaber

Ihr Büro für Bus- & Gruppenreisen **EUROTOUR**
Ihr Büro für Bus- & Gruppenreisen
Inh. Anja Hetzer, Schwarzburger Chaussee 78
07407 Rudolstadt · © 03672 / 48 00 416

EUROTOUR
© 03672 / 48 00 416
www.eurotour-online.de

Kostenfreier Zustieg u.a. in SLF / KC / SON / CO.

Hallo Frühling!
Unsere Frühjahrsreisen 2023
Auch unter www.eurotour-online.de

Kurztrip mit Finnlines nach Helsinki in Finnland
3x ÜN / HP bzw. VP, Mi. 01.03. - So. 05.03.2023 **4 ½ Tage ab € 359,-**

Görlitz - Schlesien - Dresden - Frühlingsstart & Frauentagsball
2x ÜN / HP, 4 * Hotel Golebiewski,
Di. 07.03. - Do. 09.03.2023 **3 Tage ab € 239,-**

Sizilien zur Orangenblüte
7x ÜN / FR & 5x AE, Sa. 18.03. - Sa. 25.03.2023 **8 Tage ab € 799,-**

Kur-Woche Pommersche Bernsteinküste
7x ÜN / HP & Kur, Sa. 18.03. - Sa. 25.03.2023 **8 Tage ab € 489,-**

Saisoneröffnung in Rovinj im 4* Island Hotel Istra
7x ÜN / HP, 5x Wein, Bier, Wasser, Saft zum AE in Kroatien
Inkl. Istrien-Rundfahrt, Fr. 14.04. - Fr. 21.04.2023 **8 Tage ab € 569,-**

Ostern Salzburg mit Wolfgangsee
3x ÜN / HP, Fr. 07.04. - Mo. 10.04.2023 **4 Tage ab € 399,-**

Ostern Kaiserstadt Wien & liebeliche Wachau
4x ÜN / HP, Fr. 07.04. - Di. 11.04.2023 **5 Tage ab € 429,-**

Insel ISCHIA - die Thermalinsel bei Capri
9x ÜN / HP, Fr. 28.04. - So. 07.05.2023 **10 Tage ab € 699,-**

Badeurlaub Insel HVAR im sonnenverwöhnten Dalmatien
All Inklusiv im 3* Hotel Hvar in Jelsa, mit Zwischenübernachtungen
8x ÜN / AI bzw. HP, Sa. 27.05. - So. 04.06.2023 **9 Tage ab € 749,-**

Weinland MOSEL
4x ÜN / HP, Mi. 07.06. - So. 11.06.2023 **5 Tage ab € 489,-**

Bellaria - Sommermärchen an der Adria
7x ÜN / HP, So. 18.06. - So. 25.06.2023 **8 Tage ab € 599,-**

Hier können Sie den aktuellen Katalog anfordern:
© 03672 / 48 00 416 oder www.eurotour-online.de.

Lars & Anna
(Smartphone-Junkies):

„WIR SIND
VOLLZEIT-
SURFER!“



SONY Xperia 10 IV 128GB

• Android™ 12 • großartige Bilder mit lebendigen Farben dank OLED Display • Dreifach-Kamera mit Ultra-Weitwinkel- (16 mm), Weitwinkel- (27 mm) und Teleobjektiv (54 mm) • wasser- und staubgeschützt • High-Resolution Audio für erstklassigen Sound • 128 GB interner Speicher, erweiterbar um bis zu 1 TB per microSDXC-Karte

6" Diagonale 15,20 cm Touchscreen	TRIPLE 12 MEGA- PIXEL	6 GB RAM	5000 mAh Akkukapazität
--	-----------------------------	----------------	---------------------------

Einzelpreis
499.-

Nur in Verbindung mit
Vodafone Smart Entry 1)

1.-



Mit
GigaKombi
5 GB mehr
Datenvolumen
und 5 €
sparen²⁾

vodafone

SMART ENTRY 1)

- **Allnet-Flat**
in alle dt. Handynetze
und in das dt. Festnetz
- **SMS-Flat**
in alle dt. Handynetze
- **20 GB 4G** statt 10GB-4G
Highspeed-Surfen
- **EU Roaming** inklusive

Aktion: bis 28.02. doppeltes
Datenvolumen sichern! ³⁾

34.99 monatlich 1)



Sag „Hi“ zu Deinem GIGAZUHAUSE

Hol Dir GigaZuhause
100 DSL.
Das Internet,
das zu Dir passt.³⁾

mtl.
19.99
in den ersten
6 Monaten³⁾

FRITZ!

Box 7530 AX
• Art.-Nr.: 1305669

Nur in Verbindung mit
GigaZuhause 100 DSL³⁾

Together we can

1) Smart Entry: mtl. Paketpreis 34,99 €. Flat für Standardgespräche und SMS-Flat in alle deutschen Netze. Ausgenommen sind Konferenz-Verbindungen und Anrufe bzw. SMS/MMS zu Sondernummern. Fürs Flat Telefonieren gilt: Bei Verbrauch von mehr als 250 Std. in einem Abrechnungszeitraum behält sich Vodafone ein außerordentliches Kündigungsrecht vor. Du surfst bis zu einem Datenvolumen von 10 GB/ Mon. (20GB / Mon. bei Vertragsabschluss bis 28.02.2023) mit der jeweils größtmöglichen Bandbreite mit Vodafone 4G | LTE Max. Für alle Smart-Tarife gilt: Die Mindestlaufzeit beträgt 24 Monate. Du zahlst einmalig 39,99 € Anschlusspreis. Wir dürfen das Vertragsverhältnis außerordentlich kündigen, wenn Du mehr als 15.000 Minuten im Monat für Standard-Gespräche ins deutsche Vodafone-Netz verbrauchst. Abgerechnet wird minutengenau. Du darfst den Tarif nicht kommerzialisieren, z. B. kostenpflichtig an Dritte überlassen. Den Tarifpreis zahlst Du pro Monat immer im Voraus. Und auf Deiner 1. Rechnung zusätzlich den anteiligen Tarifpreis für den 1. Monat. Das gilt nicht, wenn Du Kund:in in einem Rahmenvertrag bist. Eventuelle Rabatte ziehen wir jeweils ab. Für alle Smart-Tarife gilt: Wir informieren Dich per SMS, wenn Du 80 % Deines Inklusiv-Datenvolumens im Monat verbrauchst hast. Bei 100 % schalten wir Dir weitere 250 MB frei. Maximal 3-mal in Folge innerhalb eines Rechnungsmonats für je 3 Euro. Du kannst immer per SMS ablehnen. Dann surfst Du langsamer, sobald Du 100 % Deines Datenvolumens verbrauchst hast – mit bis zu 32 kbit/s. 2) Aktion bis 28.02.2023: Wenn Du die GigaKombi in Verbindung mit einem aktuellen Smart Entry bis Smart XXL- oder einem berechtigten Internet & Phone-Tarif neu buchst, bekommst Du zusätzlich bis zu 35 GB Datenvolumen pro Monat fürs Surfen mit dem Smartphone und Dein monatlicher Paketpreis verringert sich um 5€. Du bekommst Dein zusätzliches Datenvolumen, wenn Deine GigaKombi aktiviert ist. Wir informieren Dich darüber per SMS. 3) GigaZuhause 100 DSL: In den ersten 6 Monaten 19,99 € pro Monat, danach 44,99 € pro Monat. Du erhältst einen Tarifbonus von einmal 120€. Tarifpreis gilt bei Nutzung Deines eigenen IP-fähigen DSL-Routers, der für die von Dir gewählte Bandbreite geeignet ist. Die Mindestvertragslaufzeit beträgt 24 Monate. Die Kündigungsfrist zum Ende der Mindestvertragslaufzeit beträgt 1 Monat. Erfolgt keine fristgerechte Kündigung in Textform zum Ende der Mindestlaufzeit, läuft der Vertrag auf unbestimmte Zeit weiter und ist jederzeit mit einer Frist von 1 Monat kündbar. Bereitstellungsentgelt entfällt. Standard-Gespräche ins dt. Festnetz und ins dt. Vodafone Mobilfunknetz inklusive. Weitere Kosten verbrauchsabhängig, z. B. 0,199 € pro Minute für nationale Standard-Gespräche in dt. Mobilfunk-Netze, Call-by-Call und Preselection ausgeschlossen. Angebot gilt bis 28.02.2023 und nur für Neukunden ohne Vodafone-Anschluss innerhalb der letzten 3 Monate. Bei Verfügbarkeit von Vodafone 100 VDSL liegt die Übertragungsgeschwindigkeit beim Download zwischen 54.000 und 100.000 kbit/s, beim Upload zwischen 20.000 und 40.000 kbit/s.

MEDIMAX Mehr Mensch Mehr Technik

MEDIMAX Electronic Unterwellenborn GmbH, EKZ neben Kaufland, Kronacher Straße 11, 07333 Unterwellenborn, Tel.: 03671/4466-0
 MEDIMAX Saalfeld A. Günther GmbH & Co. KG, Marktkauf Center, Mittlerer Watzenbach 2, 07318 Saalfeld, Tel.: 03671/535363
 MEDIMAX Electronic Arnstadt GmbH, Fachmarktzentrum i49, Ichtershäuser Str. 49b, 99310 Arnstadt, Tel.: 03628/581080



Willkommen in der CITROËN-Auto-Familie
Herzlichen Glückwunsch, Andreas Neumann, zu Ihrem neuen Citroën, wir wünschen allzeit gute Fahrt.

www.autohaus-zentral.de



RUDOLSTADT Spende für Förderverein der Stadtbibliothek

Am 20. Januar überreichte die Geschäftsstellenleiterin der Kreissparkasse Saalfeld-Rudolstadt, Gabriele Prause, dem Förderverein der Stadtbibliothek, vertreten durch Dr. Annelie Carslake (im Bild), einen Spendenbetrag in Höhe von 290 Euro. Diese Spende soll für die jährliche Erstellung von Flyern Verwendung finden, um so Lesungen, Theater und Musikveranstaltungen bekannt zu machen.



Foto: Michael Wirkner | Stadt Rudolstadt

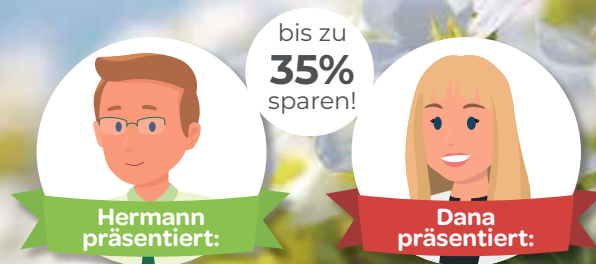
RUDOLSTADT Ein Klavier für die Bibliothek

Um der Stadtbibliothek Rudolstadt neues kulturelles Leben einzuhauchen, spendete der ehemalige Bürgermeister Dr. Hartmut Franz das nötige Geld für ein gebrauchtes, aber wohlklingendes Klavier aus der Werkstatt von Michael Schulze. Da es nun einen Ersatz für den verstimmten Vorgänger gibt, können die Lesungen musikalisch umrahmt werden und KlavierschülerInnen dürfen es zum Üben nutzen.

UNSERE AKTUELLEN
MONATSANGEBOTE



vom 25.02. bis 31.03.2023



gesundleben
Apotheke Saalfeld

Lust auf Gesundheit
GERTRUDEN **APOTHEKE**

**MOBILFUNK
INTERNET
WLAN
SMART HOME
UNTERHALTUNG**

SAAL TEL **T PARTNER**
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

WWW.SAALTEL.DE



Foto: NATHüringen

SAALFELD Tischlerei Hantschel im Nachhaltigkeitsnetzwerk

Bereits zum zweiten Mal erhielt das Saalfelder Familienunternehmen die Urkunde des Nachhaltigkeitsabkommen Thüringen (NAT) und ist damit bis 2025 Teil dieses Netzwerkes für nachhaltiges Wirtschaften. Als freiwillige Vereinbarung der Thüringer Landesregierung und der Thüringer Wirtschaft führt das NAT Politik, Verwaltung und Wirtschaft im Sinne von Klima- und Umweltschutz zusammen.



Die Jahresverbrauchsabrechnungen sind unterwegs

Das sollten EVR-Kunden wissen

■ Mit (An-)Spannung warten viele Verbraucher auf ihre Jahresverbrauchsabrechnung 2022 und wie sich die gestiegenen Energiekosten und gesetzlichen Entlastungsmaßnahmen für sie ganz konkret darstellen. Wir beantworten mögliche Fragen zur Rechnung vorab.

Wie wird die Dezember-Soforthilfe verrechnet?

Wie von der Bundesregierung im Erdgas-Wärme-Soforthilfegesetz (ESWG) beschlossen, wurde im Dezember der Abschlag für Kunden, die Erdgas oder Wärme beziehen, natürlich auch bei der EVR nicht erhoben.

Ausgewiesen wird die Dezember-Soforthilfe transparent auf der ersten Seite der Jahresverbrauchsabrechnung. Dabei ist wichtig zu wissen, dass es einen Unterschied gibt zwischen dem Erdgas-Abschlag, der im Dezember nicht eingezogen wurde (vorläufiger Entlastungsbetrag), und dem gutzuschreibenden Betrag (endgültiger Entlastungsbetrag). Der endgültige Entlastungsbetrag errechnet sich aus einer von der Bundesregierung vorgegebenen Formel. Sie basiert auf den am 01.12.2022 gültigen Erdgaspreisen (Arbeitspreis und Grundpreis) sowie auf der Jahresverbrauchsmenge des Kunden. Bei der Jahresverbrauchsmenge handelt es sich um eine Prognose mit Stand September 2022, die in der Regel dem Vorjahresverbrauch entspricht (bei Neukunden wird sie vom Netzbetreiber mitgeteilt). Der vorläufige Entlastungsbetrag und der endgültige Entlastungsbetrag wurden quergerechnet und das Ergebnis fließt in die Verbrauchskostenabrechnung ein. Wer den Dezember-Abschlag dennoch bezahlt

hat – etwa versehentlich über Dauerauftrag oder über eine Einzahlung bei der Kasse – erhält die Differenz zwischen geleistetem Abschlag und dem vorläufigen Entlastungsbeitrag in seiner Jahresverbrauchsabrechnung gutgeschrieben.

Es gilt: Die EVR kann nur für Kunden, die zum 1.12.2022 einen gültigen Erdgasvertrag mit der EVR abgeschlossen hatten, den Entlastungsbetrag verrechnen.

Wie wird die Umsatzsteuersenkung auf Erdgas von 19 % auf 7 % berücksichtigt?

Seit 1.10.2022 gilt für die Lieferung von Erdgas ein reduzierter Umsatzsteuersatz von 7 %. Als EVR-Kunde profitieren Sie für den gesamten Jahresverbrauch 2022 von dem gesenkten Steuersatz. Dies wird sich auf die Höhe der Jahresverbrauchsabrechnung auswirken. Ein guter Ausgleich für den gestiegenen Erdgas-Abschlag im Monat Februar. Doch auch was diesen und künftige Abschläge betrifft, ist mit Hilfe der Preisbremsen für Erdgas und für Strom ab März Erleichterung in Sicht.

Enthalten die vorgeschlagenen Abschläge auf der Rechnung schon die Preisbremsen?

Ausgehend von den Verbrauchsmengen für 2022 und den seit Januar 2023 gültigen Preisen schlägt die EVR in der Jahresverbrauchsabrechnung wie gewohnt für Strom und Erdgas die neuen monatlichen Abschläge vor. Darin sind die zum 1. März 2023 in Kraft tretenden Preisbremsen noch nicht berücksichtigt. Der erste Abschlag für Strom und/oder Erdgas ist der Februarabschlag 2023 und am

28.02.2023 in der angegebenen Höhe fällig.

Im Nachgang der Jahresverbrauchsabrechnung erhalten alle Kunden ein separates Schreiben mit Informationen zu den Abschlägen ab März 2023 unter Berücksichtigung der Preisbremsen. Im Abschlag für den Monat März werden rückwirkend auch die Preisbremsen für die Monate Januar und Februar 2023 einberechnet.



So funktionieren die Preisbremsen für Strom und Erdgas:

Wer zum 1. März 2023 oder später EVR-Kunde ist, bezahlt ab diesem Zeitpunkt für 80 Prozent seines prognostizierten Jahresverbrauchs einen Maximalpreis von 40 Cent/Kilowattstunde (Strom) bzw. 12 Cent/Kilowattstunde (Erdgas).*

* Mehr Informationen zu den Preisbremsen finden Sie auf der EVR-Website unter www.ev-rudolstadt.de/kundenservice/preisbremse-soforthilfe/

Wo erhalte ich Antworten auf weitere Fragen?

Mit ihrer Jahresverbrauchsabrechnung erhalten EVR-Kunden ein übersichtliches Informationsblatt, das viele wichtige Fragen zur Dezember-Soforthilfe und zu den Abschlägen unter Berücksichtigung der Preisbremsen beantwortet. Umfangreiche Informationen dazu und zur Jahresverbrauchsabrechnung finden Sie auch auf der EVR-Website unter www.ev-rudolstadt.de/kundenservice/rechnungen-2022/ oder Sie scannen den QR-Code oben rechts ein. Gern beraten Sie auch die Kolleginnen aus dem EVR-Kundenzentrum und sind für Ihre persönlichen Fragen da. Allerdings bittet die EVR um Verständnis, wenn es aufgrund des erhöhten Informationsbedarfs zu Wartezeiten kommen kann. Wir finden immer eine Lösung!

Neu: Zum RudolstadtCard-Punktesammeln Aktionswochen nutzen!

Wie gewohnt erhalten EVR-Kunden mit einem gültigen Rudi-Strom und/oder Rudi-Erdgasvertrag bei Vorlage ihrer Jahresverbrauchsabrechnung 2022 im EVR-Kundenzentrum Punkte auf ihre RudolstadtCard. Dafür wurden in diesem Jahr zwei Aktionszeiträume eingerichtet. Nur in diesen Zeitraum kann gepunktet werden:

15. Februar bis 17. März
23. Oktober bis 24. November

Aus technischen Gründen ist außerhalb der Aktionswochen keine Bepunktung möglich.



Foto: M. Wirkner | Stadt Rudolstadt

RUDOLSTADT: Erinnerung zum Holocaust-Gedenktag

Am 27. Januar versammelten sich die Rudolstädter zum Gedenken auf dem Platz der Opfer des Faschismus. Bürgermeister Jörg Reichl und Pfarrer Johannes-Martin Weiss appellierten gegen das Vergessen des Elends im Nationalsozialismus. Eine Kranzniederlegung, der Posaunenchor Rudolstadt und die biblische Geschichte von Kain und Abel unterlegten die Botschaft.



Willkommen in der CITROËN-Auto-Familie

Herzlichen Glückwunsch, Herr Sängler, zu Ihrem neuen Peugeot, wir wünschen allzeit gute Fahrt.

www.autohaus-zentral.de



Elektro Brozia & Kolberg GmbH & Co. KG
Barfußergasse 9
07318 Saalfeld
www.elektro-bk.com
service@elektro-bk.com
Tel.: 03671 / 6271 71



RUDOLSTADT: Für neue Programmflyer

Die für das Schillerhaus typischen bunten Flyer und Plakate können auch zukünftig alle zwei Monate in ganz Rudolstadt verteilt werden. Wie im vergangenen Jahr unterstützt die Kreissparkasse den Förderverein des Schillerhauses mit 300 Euro für diese Werbemaßnahmen. Auch Vorträge im Schillerhaus hat die Kreissparkasse schon ermöglicht. Der Leiter des Hauses, Christian Hofmann, bedankt sich.



SAALFELD: Zwei Rettungswagen für die Ukraine

Am 30.1. übergab Marko Wolfram im Namen des Kreispartnerschaftsvereins zwei gebrauchte, vollständig aus Spenden finanzierte Rettungswagen an den Partnerlandkreis Kalusch in der Ukraine, wo sie dringend benötigt werden. Die Fahrzeuge waren vorher Reservefahrzeuge der Rettungsambulanz Gotha. Weitere Sachspenden, etwa von der Feuerwehr, gingen mit auf die Reise.



RUDOLSTADT: Programm fürs Altstadtfest steht

Das Rudolstädter Altstadtfest wartet vom 2.-4. Juni mit Unterhaltung und Konzerten, die dank Sponsoren wieder eintrittsfrei besucht werden können. LineUp: Die Dorfrocker aus Franken, Bosstime – die wohl gefragteste Bruce Springsteen Tribute Band Europas (Foto), Lokalmatadoren wie Didiplay, der Chor des Gymnasiums Fridericianum, das Thüringer Folklore Tanzensemble, Campfire Ensemble uvm.

510 Jahre Schützengesell- schaft Rudolstadt 1513 e.V.

Traditionsverein hat Fanclub über Rudolstadt hinaus

■ Noch liegt er leise da, der vereinseigene Schießstand in Rudolstadt Ortsausgang, Nähe ARAL. Das wird sich zum März ändern, wenn die Winterpause seit 1. Dezember endet. Dann ist wieder zweimal in der Woche Schießtraining mit Pistole und Kleinkaliber- bzw. Luftgewehr angesagt.

Dieses erfolgt immer unter der Aufsicht und Anleitung eines speziell ausgebildeten Schießleiters, für die aktuell zwei Mitglieder unter 18 sind eigens zwei Jugendtrainer verantwortlich. Geschossen werden darf ab 12 Jahren, zunächst nur mit dem Luftgewehr, mit Erlaubnis der Eltern ab 14 Jahren aber auch schon Kleinkaliber. Die erwachsenen Mitglieder sind zum Teil noch Mitstreiter der ersten Jahre und/oder ihre Partner, Söhne und Töchter (auch 12 Frauen sind im Verein), aber auch Zugezogene, die schon

früher Spaß am Schießsport hatten oder Interessierte ganz ohne Vorkenntnisse. Letztere



werden von Grund auf an den Vereinswaffen angeleitet und dürfen erst nach einem Jahr ihre Sachkundeprüfung ablegen. Ein Probeschießen vor Vereinsbeitritt ist möglich. An den insgesamt 20 Bahnen können die Sportler fast allen Disziplinen laut Sportordnung des TSB und des Deutschen Schützenbundes



Salutschießen bei runden Geburtstagen oder Feierlichkeiten

nachgehen. Dass ihre Leistungen gewürdigt werden, zeigen die in den Vereinsräumen angebrachten prächtigen Plaketten der Schützenkönige oder Tafeln für besonders verdiente Vereinsmitglieder, seit vielen Jahren liebevoll personalisiert von Gravur König.

Mit 92 Mitgliedern ist die Schützengesellschaft Rudolstadt 1513 e.V. der größte Schützenverein der Stadt, sein Schießstand wird auch vom Polizeischießsportverein (PSSV) genutzt. Über Rudolstadt hinaus bekannt und beliebt ist der Verein für sein Armbrustschießen auf dem Rudolstädter Vogelschießen. An 9 Tagen findet direkt neben dem Festzelt dieses Traditionsschießen statt. Es hat sogar einen eigenen Fanclub, der seit über einem Vierteljahrhundert besteht und für den jeweils im Frühjahr und Herbst zusätzliches Armbrustschießen auf dem Schießstand ausgerichtet wird. Ob vereinsinterne Wettkämpfe, Kreiswettkämpfe, Landeskönigsschießen (2012) und Bundesschießen (1997), das

jährliche Freundschaftsschießen mit dem Partnerverein Schützengilde Unteres Tor 1890 e.V. Bayreuth – die Liste der sportlichen Höhepunkte ist lang und an dieser Stelle nicht vollständig. Seinen Ursprung sieht die Schützengesellschaft schon vor über 500 Jahren: 1513 tauchten erstmals „Schützen“ in einer Rudolstädter Ratsrechnung auf. Denn als Teil einer wehrhaften Bürgerschaft wurden sie damals durchaus aus dem Stadtsäckel bedacht. Am 10. Februar 1990 gründete sich die Schützengesellschaft Rudolstadt 1513 e.V. neu. Die schon erwähnte Schützengilde aus Rudolstadts Partnerstadt Bayreuth leistete dabei viel Hilfe. Das Jubiläum 510 Jahre soll in diesem Jahr noch Würdigung finden.

Tag der Schützenvereine

Am 10. Juni auf dem Schießstand Kamsdorf, mit Armbrustschießen der SG 1513 und Schießzelt des Polizeischießsportvereins, Uhrzeiten werden noch bekanntgegeben.

SB | marcus®

Vereinsbedarf Messerschleiferei

Computergravur-König
Gravuren
Laser/CNC

www.gravuren-koenig.com

Elektro Haucke GmbH

+49 36743 3420
elehaucke@gmx.de

Elektro Haucke GmbH
Kuhfraß 12
07407 Uhlstädt-Kirchhasel

Bal
heiß, schnell, lecker!

Oststr.2
07407 Rudolstadt
Tel.: 03672/ 489816

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 Watzbach 8
Tel. 03671 531356

Montag - Freitag
9 - 17 Uhr
Samstag
geschlossen

Jagd & Freizeit
Center

In stillem Gedenken

„Der Tod ist nicht das Ende,
nicht die Vergänglichkeit,
der Tod ist nur die Wende,
Beginn der Ewigkeit.“

Ihr Kontakt:

- Traueranzeigen
- Danksagungen

03671 45710 | www.marcus-verlag.de

Nachruf

Im Dezember 2022 verstarb unser hochgeschätztes Mitglied

Herr Karl-Heinz Höhn

Herr Höhn war viele Jahre Vorsitzender unseres Seniorenverbandes OV Rudolstadt. Dabei hielt er über eine lange Zeit alle Fäden unserer Vereinsarbeit in seinen Händen.

Wie viele schöne Veranstaltungen haben wir in diesem Rahmen gemeinsam verbracht. Es sind unvergessliche, unauslöschliche Erlebnisse. Wir schätzten seine Freundlichkeit und Hilfsbereitschaft, seine ruhige Art, mit allen Dingen umzugehen.

Wir verlieren einen liebenswerten und mitfühlenden Freund. Ihm gebührt unser Dank und unsere Hochachtung.

BRH Ortsverband Rudolstadt

Selig sind, die reinen Herzens sind, denn sie werden Gott schauen. Matthäus 5, Vers 8

In Liebe nehmen wir Abschied von

Lothar Daum

* 07.10.1938 † 06.02.2023

In tiefer Trauer,
Dein Schwesterherz Edelgard Beier &
Schwager Günter Beier, deine Nichten und
Neffen Michael Beier, Evelyn Beier, Carola
Zipser, Sieglinde Beier-Camara, Roswitha
Reichel, Astrid Wruck, Colin & Aubrey Barnett
mit Familien.

Die Trauerfeier findet im engsten Familienkreis statt.

In stillem Gedenken

Erika Berg

*10.03.1954 † 17.01.2023

Du hast viele Spuren der Liebe und Fürsorge hinterlassen, und die Erinnerung an all das Schöne mit dir wird stets in uns lebendig sein.

Im Namen der Geschäftsleitung und der Belegschaft des
Diakonischen Altenhilfezentrum
Saalfeld-Rudolstadt gGmbH

Niemals wirst Du ganz gehen. In unseren Herzen wirst Du immer einen Platz haben und dadurch weiterleben.

Wir haben Abschied genommen von meiner geliebten Mami, unserer herzensguten Omi, Uroma, Ururoma, Schwester und Tante.

Helga Unbehaun

geb. Wolfram

* 12.11.1928 † 22.01.2023

In Liebe und Dankbarkeit – Deine Familie
Saalfeld, im Januar 2023

Herzlichen Dank an alle, die sich mit uns verbunden fühlten und ihre Anteilnahme auf vielfältige Weise zum Ausdruck brachten.

Ein besonderer Dank gilt Dr. med. W. Bernhardt, dem Pflegedienst ASB, der Bestattung Essebie & Buczko sowie Frau Perschel für ihre einfühlsamen Worte.

Bestattungsinstitut **Bischof** GmbH
Trauer braucht Vertrauen

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

Mandy Neumeister Bestattungsberaterin

25 Jahre Bestattungshaus
1995 - 2020 am Schießteich

Stellenmarkt




Lohnsteuerhilfe IDL
Interessengemeinschaft der Lohnsteuerzahler e.V. – Lohnsteuerhilfeverein

Wir sind ein überregional tätiger Lohnsteuerhilfeverein und suchen für unsere Filiale in Bad Blankenburg einen zuverlässigen

**Steuerfachangestellten oder
Lohnsteuerfachberater (m/w/d)**

Wir bieten
einen sicheren, modernen Arbeitsplatz, laufende Fortbildungsmaßnahmen, Festanstellung in Vollzeit, 30 Tage Urlaub, Urlaubs- und Weihnachtsgeld.

Ihre Aufgaben sind
erstellen von Einkommensteuererklärungen für unsere Mitglieder, Prüfung der Steuerbescheide, Erheben von Einsprüchen, Fristenkontrolle, Korrespondenz mit Finanzämtern und unseren Mitgliedern.

Wir erwarten eine
Ausbildung zum Steuerfachangestellten (m/w/d) oder Bilanzbuchhalter (m/w/d); eine strukturierte und zuverlässige Arbeitsweise; ein sicheres, freundliches und überzeugendes Auftreten gegenüber unseren Mitgliedern; Flexibilität und Einsatzbereitschaft.

Senden Sie Ihre aussagekräftige Bewerbung bitte per E-Mail an: k.rabold@bhl-idl.de oder an unsere Postanschrift:

Lohnsteuerhilfe IDL e.V.
Johannisgasse 16
07422 Bad Blankenburg

NOCH AUF DER SUCHE
NACH IHRER BERUFUNG?
WIR SUCHEN VERSTÄRKUNG IN
UNSEREM TEAM ALS
MITARBEITER/IN IM
BESTATTUNGSGEWERBE
IN TEIL- ODER VOLLZEIT

WIR BIETEN EINE ABWECHSLUNGSREICHE
TÄTIGKEIT MIT ÜBERDURCHSCHNITTLICHER
BEZAHLUNG IN EINEM FAMILIÄREN UMFELD
QUEREINSTEIGER? - WIR LERNEN SIE AN

SIE SIND CHARAKTERFEST, ZUVERLÄSSIG
UND VERFÜGEN ÜBER EIN HOHES
MASS AN EINSATZBEREITSCHAFT?
WIR FREUEN UNS AUF IHRE BEWERBUNG!
INFO@BESTATTUNGSHAUSHOFMANN.DE
BESTATTUNGSHAUS MARCEL HOFMANN
SAALSTRASSE 27
07318 SAALFELD

Wir suchen Sie!

Landkreis
Saalfeld-Rudolstadt



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

- **Sachgebietsleiter/in (m/w/d) und Kinderarzt/
Kinderärztin (m/w/d)**
Kennziffer 2022_030
- **Kinderarzt/Kinderärztin (m/w/d)**
Kennziffer 2022_029
- **Facharzt/Fachärztin (m/w/d) für Psychiatrie**
Kennziffer 2022_004
- **Helfer (m/w/d) Afrikanische Schweinepest**
Kennziffer 2022_022
- **Mitarbeiter/in (m/w/d) für die Besucher-
betreuung im Rahmen einer geringfügigen
Beschäftigung**
Kennziffer 2022_059
- **Sachbearbeiter/in (m/w/d) Waffenrecht**
Kennziffer 2022_105
- **Sachbearbeiter/in (m/w/d) in der Verwaltung
des Umweltamtes**
Kennziffer 2022_124
- **Sachbearbeiter/in (m/w/d) Sozialleistungen**
Kennziffer 2023_004
- **Ingenieur/in (m/w/d) für Immissionsschutz mit
Fachkräftezulage**
Kennziffer 2022_096
- **Systemadministrator/in (m/w/d)**
Kennziffer 2023_015
- **Sachgebietsleiter/in (m/w/d) Technische
Verwaltung**
Kennziffer 2023_005
Bewerbungsfrist: 22. Februar 2023
- **Sachbearbeiter/in (m/w/d) Auskunft Altlasten**
Kennziffer 2023_008
Bewerbungsfrist: 23. Februar 2023
- **Sachbearbeiter/in (m/w/d) Eingriffsregelung**
Kennziffer 2023_011
Bewerbungsfrist: 23. Februar 2023
- **Sachbearbeiter/in (m/w/d) in der Verwaltung
des Veterinäramtes**
Kennziffer 2023_020
Bewerbungsfrist: 28. Februar 2023
- **Sachbearbeiter/in (m/w/d) Zulassung**
Kennziffer 2023_016
Bewerbungsfrist: 6. März 2023
- **Bundesfreiwillige (m/w/d) im Rahmen des
Bundesfreiwilligendienstes**
- **Mitarbeiter/in (m/w/d) Bürgerempfang**
Kennziffer 2022_110
Bewerbungsfrist: 2. März 2023

Kleinanzeigen

Suche

44-jährige Rollstuhlfahrerin sucht eine rüstige, zuverlässige Rentnerin als Behindertenassistenz auf Minijob-Basis in Wickersdorf, PKW erforderlich, Tel.: 03673 6234999



Mehrgenerationenwohnen
Wir sind absolute Familienmenschen und suchen Einfamilienhaus mit Einliegerwohnung in ruhiger Lage in Saalfeld und Umland von 10 km. Wir freuen uns auf Ihren Anruf unter **0171-7084320**

Gesundheit

5G – was kommt auf uns zu?
www.aerzte-und-mobilfunk.eu

Gasverbrauch:

Wie rechne ich Kubikmeter in Kilowattstunden um?

Viele Gaskunden fragen sich: Der Zähler zeigt m^3 an, wie kommt mein Energieversorger auf die in der Rechnung ausgewiesenen Kilowattstunden? Hierfür gibt es eine Formel: $m^3 \times \text{Brennwert} \times \text{Zustandszahl}$. Der Brennwert steht für die Wärmemenge, die bei der Verbrennung freigesetzt wird und

Liebevolle Kerstin 45 mit schöner vollbusiger Figur, langem Haar möchte Dich verzaubern. Bin nicht ortsgebunden habe eine kl. Wohnung. Gerne möchte ich Dich verwöhnen und mit dir gemeinsam unsere Zukunft erleben. Bitte melde Dich freue mich schon sehr. **Tel/sms 015127186363 ü.Marc-Aurel.eu**

Claudia 55 / 168 vollbusige Figur, sehr kuschelbedürftig. Beruflich bin ich Altenpflegerin in leitender Position. Bin schon sehr verzweifelt. Habe diese Anzeige schon mal aufgegeben keiner hat sich gemeldet. **Bitte melde Dich! Tel/SMS 015776827776 ü.Marc-Aurel.eu**

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

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



SUSAN BRANDENBURG
Telefon: 03671 4571-19



SOPHIA KUNT
Telefon: 03671 4571-20



ANDREA RICHTER
Telefon: 03671 4571-18

MARCUS Verlag GmbH
Am Hohen Ufer 10
07318 Saalfeld
03671 4571 - 0
hallo@marcus-verlag.de

Öffnungszeiten:
Montag - Freitag
8.00 - 15.00 Uhr
Mittagspause
12.00 - 12.30 Uhr



www.marcus-verlag.de

 **das KAMINHAUS**
Bramburger GmbH & Co. KG

Ofen- & Schornsteinbau alles aus einer Hand



www.das-kaminhaus.com

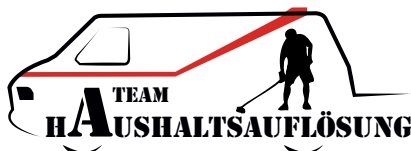
07318 Saalfeld · Darrtorstraße 8
Tel. 03671.5278203

07356 Bad Lobenstein · Zum Tännig 4
Tel. 036651.33148

**Specksteinöfen
Kaminöfen
Kachelöfen
Pelletöfen
Kamine
Fliesen**

 **Gold-Ankauf**
Silber, Platin, Palladium, Rhodium, Iridium
Obere Straße 24 / 07318 Saalfeld
Telefon: 01522 1989502

A-Team Haushaltsauflösung



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

Kaulsdorfer Straße 3A | 07333 Unterwellenborn
Telefon: 03671 5895005

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. Fischer

ANZEIGEN

S. Brandenburg, A. Richter, S. Kunt

REDAKTION

S. Beier-Camara, S. Wiltzsch

REDAKTIONSSCHLUSS: 07.02.2023

Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des Verlages. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nur die Meinung des Autors wieder, nicht die des Verlages. Anzeigen- und Redaktionsschluss ist der Dienstag vor Erscheinen der nächsten Ausgabe. Die Verteilung erfolgt kostenlos über die Deutsche Post in einer Auflage von 43.000 Exemplaren an die Haushalte im Landkreis Saalfeld-Rudolstadt. Bei Interesse können Einzel Exemplare bei der MARCUS Verlag GmbH, Am Hohen Ufer 10, 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

Biete

2-R.-Whg. in Eyba zu verm., ab 1.12., 42 m², KM 230 EUR, NK 80 EUR, Gartennutzung mögl., Tel. 0178 1441836, ab 18 Uhr

Wohnhaushälfte in Unterwirschbach, Gemeinschaftshof ohne Garten, 120 m² Wohnfläche teil saniert, neue Heizanlage, neues Dachfenster eingebaut. Im Obergeschoss eine neue Treppe und Fußboden eingebaut. Nähere Angaben bei der Besichtigung. Preis Neunzigtausend VB. E-Mail: de5hdb@web.de, Tel 01520-1931857 (ab ca. 18:00 Uhr)

Suche



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.

HAUSBAU-TIPP

Energiesparen: Aktuelle Anforderungen

Das Gebäudeenergiegesetz (GEG) stellt klare Anforderungen an die energetische Qualität von Neubauten und bestehenden Gebäuden. Um den Energieverbrauch zu senken und den Einsatz erneuerbarer Energien zu erhöhen, sieht es verschiedene Nachrüstpflichten im Bestand vor. Dazu zählen etwa die Dämmung des Daches sowie zugänglicher Leitungen für Heizung und Warmwasser. Für Neubauten ist der Standard Effizienzhaus 55 seit 2023 verpflichtend. Um ihn zu erreichen, bedarf es verschiedener bau- und haustechnischer Maßnahmen wie die normgerechte Wärmedämmung und die Verwendung erneuerbarer Energien beim Heizen. Dies kann durch den Einbau einer Wärmepumpe oder eine Solaranlage zur Warmwasseraufbereitung erreicht werden. Dabei wird auch gebäudenah erzeugter Strom mittels Photovoltaikanlage auf den Energiebedarf angerechnet. Eine zweite GEG-Novelle ist für 2025 angedacht.



Sandra Herrmann,
Eigenheimexpertin

Mehr Tipps: www.happy-haus-bau.de/energiesparen

HAPPY HAUS BAU GmbH
Town & Country Lizenzpartner
Musterhaus Saalfeld
Reinhardtstraße 1
07318 Saalfeld
Tel.: 0170 2990728

**KLEINANZEIGEN
KLEINER
PREIS
GROSSE
WIRKUNG**



Immobilien

Wir finden den passenden Käufer für Ihre Immobilie.

Tel.: 03671 - 888 290
immobilien@ksk-slf-ru.de

VERSICHERUNG | FINANZIERUNG | KAPITALANLAGE



Geschäftsführer: Frank Neubauer



Am Blankenburger Tor 1A | 07318 Saalfeld
Tel. 03671 - 458196 | www.vmn24.de



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



MATTHÄS
KÜCHENSTUDIO

Garnsdorfer Straße 6
07318 Saalfeld/Saale

Telefon (03671) 5 36 50
matthaes-kuechen.de

musterhaus
küchen

FACHGESCHÄFT

10 JAHRE
FUNKTIONSGARANTIE
xeno

Erfüllen Sie sich Ihren Küchentraum mit einem günstigen
Finanzierungsangebot unserer Hausbank zu Topkonditionen.

Veranstaltungen

15.02. Mittwoch

Saalfeld

- **Vortrag:** mit Fantasie & Kochkunst gegen die Auswirkungen der Inflation, 15 Uhr, Frauenzentrum Waage (Brudergasse)
- **Royal Opera House 2022/23:** Der Barbier von Sevilla, 20 Uhr, Cineplex

Rudolstadt

- **Mittendrin:** Der Stadtteiltreff: Vorsorgetag, 14 – 20 Uhr, Begegnungsstätte Kopernikusweg*
- **Informationsveranstaltung BUND zu Batterierecyclinganlage in Schwarza:** 19 Uhr, Stadtbibliothek
- **Royal Opera House 2022/23:** Der Barbier von Sevilla, 20 Uhr, Cineplex
- **Kino:** Meine Stunden mit Leo, 20 Uhr, saalgärten

16.02. Donnerstag

Saalfeld

- **Selbsthilfegruppe Alkoholabhängige & Angehörige:** neuer Treffpunkt!, Infos: 03671 615873 & 03671 530144, 17.30 Uhr, DRK Lebenspunkt (Am Blankenburger Tor 18)*
- **Sternenguckerabend:** immer am 3. Donnerstag im Monat, ab 18 Uhr, Sternwarte im Jugend- und Stadtteilzentrum Gorndorf

Rudolstadt

- **Tüftlerzeit für Kinder:** Anm. erf., kinderbibliothek@rudolstadt.de oder 03672 486420, 15 Uhr, Stadtbibliothek
- **Ferienprogramm:** Maskenball, für Kinder von 6-12 Jahren, gern im Kostüm erscheinen, Kinderführung und Maskengestalten in der museumspädagogischen Werkstatt, Anm. erf. Tel. 03672 429022, 15 Uhr, Heidecksburg
- **Lesung und Gespräch:** Wie das Erdgas aus Sibirien nach Westeuropa kam, mit Frank Michael Wagner, Anm. erf. stadt-

bibliothek@rudolstadt.de oder Tel. 03672 486424, 19 Uhr, Stadtbibliothek

Kamsdorf

- **Alpaka-Wanderung Wutschschenbach:** Anm. erf. Tel. 0151/ 41239669 oder info@alpaka-vom-roten-berg.de, 10 Uhr, Ziegenberg 8

17.02. Freitag

Saalfeld

- **Alpaka-Wanderung auf dem Walderlebnispfad:** Anm. erf. Tel. 0151/ 41239669 oder info@alpaka-vom-roten-berg.de, 10 & 13 Uhr, Feengrotten – Eingang Walderlebnispfad
- **Schwimmen ins Wochenende:** mit stimmungsvoller Musik und Beleuchtung, immer freitags, 19 – 22 Uhr, Schwimmhalle

Rudolstadt

- **Vortrag:** Wasserwelten – Vogelwelten, 19 Uhr, Weltladen am Schulplatz
- **Liebe hin, Liebe her:** Eine Salonorchester-Revue mit den



17.02. | Afterwork - Klangschalenentspannung, 19.30 - 20.30 Uhr

18.02. | Guten Morgen - Meditation, 09.00 - 10.00 Uhr

25.02. | Mala Ketten & Edelsteinarmbänder basteln, 14.00 - 17.00 Uhr

25.02. & 26.02.23 | Feng Shui | Onlineworkshop

- ☎ + 0152 25854523
- ✉ info@lotuslicht.de
- 🌐 www.lotuslicht.de
- 📍 Mittlerer Watzzenbach 12, SLF

Thüringer Symphonikern, 19.30 Uhr, Theater im Stadthaus

- **Kino:** Servus, Papa, See You In Hell, 20 Uhr, saalgärten

18.02. Samstag

Saalfeld

- **Aquafun-Spielenachmittag:** mit Parcours und Wasserspielgeräten für Kinder, immer samstags, 12 – 14 Uhr, Schwimmhalle
- **Konzert:** Steffi Charles – Herzensangelegenheit, 20 Uhr, Kleine Bühne in der Villa Weidig
- **Wanderung:** Der 30-jährige Krieg und Saalfeld, Bergfried Klinik - Friedenshöhe - Köditz - Schwedenschanze - Bohlenwand - Bergfried Klinik, Anm. erf. Tel. 036734 22268 oder 0172 6366001, Treff 10 Uhr, Bergfried Klinik – Rezeption

Rudolstadt

- **Samstags Café:** Faschingsfeier mit Udo und Klaus, 14.30 Uhr, AWO-Begegnungsstätte Kopernikusweg 2*

Bad Blankenburg

- **Lesung mit Frank Esche:** Thüringer Mord-Pitaval, Anm. erf. Tel. 036761/41724 oder Facebookseite des Kunstkreis Bad Blankenburg, 14.30 Uhr, Kunstkreis - Apostelgasse 1

19.02. Sonntag

Rudolstadt

- **Faires Spendenfrühstück:** 10.30 Uhr, Weltladen am Schulplatz
- **Liebe hin, Liebe her:** Eine Salonorchester-Revue mit den Thüringer Symphonikern, 18 Uhr, Theater im Stadthaus

Bad Blankenburg

- **TSV Bad Blankenburg:** SG SV Empor Walschleben, 14 Uhr, Landessportschule
- **HSV Bad Blankenburg:** HG

85 Köthen, 16 Uhr, Landessportschule - Guts-Muths-Halle

21.02. Dienstag

Rudolstadt

- **Ballett:** Winterreise, 15 Uhr, Theater im Stadthaus
- **Bücher Bühne:** Krabat, ab 13 J., Anm. erf. kinderbibliothek@rudolstadt.de oder 03672 486421, 16 Uhr, Stadtbibliothek*

Bad Blankenburg

- **Krabbelgruppe:** 10.15 Uhr, Leseinsel Harfe*
- **Schmökerstunde in der Lesecke mit Buchempfehlungen:** 15.30 Uhr, Leseinsel Harfe*

22.02. Mittwoch

Saalfeld

- **Entspannung:** Geführte Phantasie Reisen, immer mittwochs 17.30 Uhr, Frauenzentrum Waage (Brudergasse)

Rudolstadt

- **Mittendrin:** Der Stadtteiltreff, 14 – 20 Uhr, Begegnungsstätte Kopernikusweg*
- **Familiennachmittag:** „Gänsepiel“ auf historischen Spielbrettern, 16 Uhr, Schillerhaus*
- **Goethe-Gesellschaft:** Mut zum Chaos, Referentin: Dr. Francesca Müller-Fabbri, 16 Uhr, Stadtbibliothek
- **Vernissage:** Junge Kunst im Quartier, Arbeiten von SchülerInnen der Friedrich-Adolf-Richter Schule, Ausstellung bis 14.4., 17 Uhr, AWO-Begegnungsstätte Kopernikusweg 2*
- **Die Verteidigung der Gummibären:** Ein Gerhard-Polt-Satire-Abend, 19 Uhr, Schminkkasten
- **Kino:** Rebellinnen – Fotografie, über die drei DDR-Künstlerinnen Tina Bara, Cornelia Schleime und Gabriele Stötzer, 20 Uhr, saalgärten

Bad Blankenburg

- **Lesetreff für Bücherfreunde:** Anm. erf. Tel. 036741 2370, 15.30 Uhr, Leseinsel Harfe*
- **TSV Bad Blankenburg:** FC Saalfeld, 18.30 Uhr, Landessportschule

23.02. Donnerstag**Saalfeld**

- **Repaircafé:** alle 2 Wochen, 13 – 15 Uhr, Café Waage (Brudergasse)
- **Selbsthilfegruppe „ungevolllt kinderlos“:** 17.30 Uhr, Café Waage (Brudergasse)*
- **Selbsthilfegruppe Alkoholabhängige & Angehörige:** neuer Treffpunkt!, Infos: 03671 615873 & 03671 530144, 17.30 Uhr, DRK Lebenspunkt (Am Blankenburger Tor 18)*

24.02. Freitag**Saalfeld**

- **Klangschalen-Entspannung in den Feengrotten:** Anm. erf. Tel. 03671 55040, 18 Uhr, Naturheilstollen Feengrotten
- **Schwimmen ins Wochenende:** mit stimmungsvoller Musik und Beleuchtung, immer freitags, 19 – 22 Uhr, Schwimmhalle
- **Sinfoniekonzert:** Wachen und wachsen, Werke von Rautavaara, Czerny und van Beethoven sowie Uraufführung Ergebnisse BeatLab-Workshop, Pianisten: Gisele und Fabio Witkowski, 19.30 Uhr, Meininger Hof

Rudolstadt

- **Jugendtheater:** Krabat, ab 13 J., 11 & 19.30 Uhr, Theater im Stadthaus
- **Frauentreff des Seniorenver-**

bands BRH: 14 Uhr, AWO Begegnungsstätte am Markt*

- **Kino:** Mehr denn je, 20 Uhr, saalgärten
- **Himmel über Charkiw:** Schauspielers des Theaters Rudolstadt lesen Texte über den Krieg in der Ukraine, 20 Uhr, Schminkkasten*

25.02. Samstag**Saalfeld**

- **Frühling mit Genuss:** Wildkräuter erklärt bekommen und probieren, mit Verkostung von Kräuterbrot bei Picknick im Grünen, Anm. erf. Tel. 036703 70499, 0172 6338025 oder <http://www.thieme-design.de>, Treff 10 Uhr, Feengrotten – Parkplatz
- **Drum'n'Bass:** Bassguerilla Radio Club Night, Big B (Beat Eat) & Bassguerilla Crew, 21 Uhr, Klubhaus

- **Aquafun-Spielenachmittag:** mit Parcours und Wasserspielgeräten für Kinder, immer samstags, 12 – 14 Uhr, Schwimmhalle
- **Eröffnung der Sonderausstellung:** „Jugend in der Krise – ein Ausstellungsprojekt Saalfelder Jugendlischer“, 16 Uhr, Stadtmuseum
- **Sinfoniekonzert:** Wachen und wachsen, Werke von Rautavaara, Czerny und van Beethoven sowie Uraufführung Ergebnisse BeatLab-Workshop, Pianisten: Gisele und Fabio Witkowski, 19.30 Uhr, Meininger Hof
- **Vernissage Saale Galerie:** Rudolf Will, „Befreiung der Seele“, 17 Uhr
- **Panoramawanderung:** Lohmturm und Schmittenberg, Bahnhof - Schmittenberg - Lohmwand - Lohmturm – Bahnhof, Anm. erf. Tel. 036734.22268 oder 0172 6366001, Treff 10 Uhr Bahnhof

· Anzeige

Loipen, Pisten, Rodelhänge – wo geht was? SchneeApp Thüringer Wald informiert täglich aktuell

Suhl (20.1.2023) – Die SchneeApp Thüringer Wald liefert seit 2013 jeden Winter kostenfrei die aktuellen Informationen zu den Schneehöhen und Wintersportbedingungen im Thüringer Wald. An guten Wintertagen weist die App regelmäßig mehr als 3.000 Nutzerinnen und Nutzer auf. Dabei wird die App kontinuierlich weiterentwickelt. Im Januar 2023 wird ein weiteres Update zahlreiche Webcams an Skihängen, Loipen und Wintersportorten integrieren sowie Funktionen verbessern und Fehler beheben.

Unterteilt in die Kategorien „Skiorte“, „Sportarten“ und „Schneehöhen“ lässt sich mit der SchneeApp auf einfache Art und Weise herausfinden, was Sie in welchem Wintersportort des Thüringer Waldes unternehmen können. Über zahlreiche Filterfunktionen, z. B. „Schwierigkeit“ (leicht, mittel, schwer) sowie „Technik“ (Klassisch, Skating) bei den Langlaufstrecken, lassen sich diese einfach sortieren. Zu den Doppel-Weltmeisterschaften im Rennrodeln und Biathlon in Oberhof von Ende Januar bis Mitte Februar wird die SchneeApp über die Einschränkungen rings um Oberhof und vor allem über die möglichen Alternativen für Wintersportler informieren und so die Besucherlenkung unterstützen.

Eines kann die SchneeApp noch nicht: navigieren. Aber auch dafür gibt es für alle Strecken

im Thüringer Wald eine Lösung – die Thüringer Wald App. Sie steht seit Mai 2022 kostenfrei zum Download in allen Stores bereit. Sommer wie Winter können hier alle Informationen rund um Strecken und Aktivitäten im Thüringer Wald abgerufen werden. Wer auf Loipen und Winterwanderwegen navigieren möchte, lädt sie sich also zusätzlich zur SchneeApp aufs Handy.

Die SchneeApp und Thüringer Wald App sind kosten- und werbefrei im Apple App Store und bei Google Play erhältlich. Wer die Apps bereits nutzt, bekommt Updates automatisch auf sein Smartphone oder kann sie über den jeweiligen Store manuell aktualisieren.

Alle Informationen rund um den Winter sind auch unter winter.thueringer-wald.com und am kostenfreien Schneetelefon 0800 / 72 36 488 verfügbar.

SchneeApp Thüringer Wald

- » aktuelle Schneehöhen & Langlaufbedingungen
- » Wintersportparkplätze & Flutlichtangebote
- » geöffnete Lifanlagen & Rodelhänge
- » Webcams & Veranstaltungshinweise
- » Infos unter www.schnee.app

Thüringen entdecken.de

Rudolstadt

- **Führung:** Porzellangeschichten „Commedia dell'arte“, mit der wissenschaftlichen Mitarbeiterin Jeanette Lauterbach, 14 Uhr, Heidecksburg
- **SamstagsCafé:** 14 – 17 Uhr, Begegnungsstätte Kopernikusweg*
- **Theater:** Der Besuch der alten Dame, Inszenierung des theater-spiel-ladens, 19 Uhr, saalgärten
- **Konzert mit Thomas Rühmann:** Lebenslieder, 19.30 Uhr, Theater im Stadthaus

Bad Blankenburg

- **TSV Bad Blankenburg:** FSV Ilmtal Zottelstedt, 13.30 Uhr, Landessportschule
- **Eck is back:** kleines Restkontingent an der Abendkasse ab 23 Uhr, Start Party 21 Uhr, Diskothek Dittersdorfer Weg („Seele“)

26.02. Sonntag

Saalfeld

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

Rudolstadt

- **Mitmachttheater 3käsehoch:** Bühne frei für Kinder - „Die Bremer Stadtmusikanten“, 11 Uhr, Schminkkasten
- **Sonderführung:** Die letzte Fürstin - Anna Luise von Schwarzburg-Rudolstadt, 15 Uhr, Heidecksburg
- **Tanztee:** 15 Uhr, Löwensaal
- **Komödie:** Fehler im System, 18 Uhr, Schminkkasten
- **Komödie:** Der Tatortreiniger, 18 Uhr, Theater im Stadthaus

27.02. Montag

Rudolstadt

- **Lesung Landolf Scherzer:** Leben im Schatten der Stürme, über seine Reise 2019 auf die Krim, 19 Uhr, Stadtbibliothek

01.03. Mittwoch

Rudolstadt

- **Erkundung:** Holz, mit dem wissenschaftlichen Mitarbeiter Björn Grübler, 17.30 Uhr, Naturhistorisches Museum auf Schloss Heidecksburg
- **Mittendrin:** Der Stadtteiltreff, 14 – 20 Uhr, Begegnungsstätte Kopernikusweg*

Faschingsfeiern auf S. 28-29



Stand: 03.02.2023, Alle Angaben ohne Gewähr

*Eintritt frei

**WIR VERTEILEN Ihre
BEILAGE mit dem marcus®
für 85 €/1.000 Stück!**

Telefon: 03671 45 71 0

Zustellung mit der Deutschen Post AG
und bei einer Vollbelegung.

www.marcus-verlag.de



MEHRTAGES- UND KURFAHRTEN 2023

10.03.-12.03. 3 Tage Fahrt ins Blaue zum Frauentag 2 x Ü/HP ab	299,- €
19.03.-26.03. 8 Tage Kuren poln. Ostseeküste Pogorzelica 7xÜ/VP	789,- €
07.04.-10.04. 4 Tage Ostern im Salzkammergut 3xÜ/HP, Ausflüge	599,- €
18.04.-23.04. 6 Tage Gesundheitswoche Bad Rodach 5xÜ/HP	ab 690,- €
03.05.-07.05. 5 Tage Eilandhüpfen Ostfriesische Inseln 4xÜ/HP	ab 779,- €
07.06.-08.06. 2 Tage Berlin und Komödie „Mord im Orientexpress“ mit Katharina Thalbach und RF mit dem Schiff 1 x Ü/F	ab 245,- €
12.06.-17.06. 6 Tage Polen - Schweden & Dänemark 5xÜ/HP	ab 779,- €
31.07.-04.08. 5 Tage Tatort: Münsterland 4 x Ü/HP, RF etc.	ab 695,- €
20.08.-03.09. 15 Tage Kuren Franzensbad, 2 K-häuser, Anwend.	ab 1298,- €
20.08.-27.08. / 27.08.-03.09. je 8 Tage Kuren Franzensbad w. oben	ab 699,- €
10.09.-17.09. 8 Tage Masuren 7xÜ/HP, Schiffsfahrt, Ausflüge etc.	ab 869,- €

TAGESFAHRTEN 2023

20./27.02./06./13./20.03. ThermeNatur Bad Rodach inkl. Eintritt	32,- €
23.02./16.03./27.04. Therme Bad Steben inkl. Eintritt	33,- €
28.02. Eine musikalische Reise mit Gitte & Klaus, inkl. Mittag, K&K	79,- €
07.03. Fahrt ins Blaue zum Frauentag inkl. Mittag, K & K, Musik	89,- €
14.03./04.04./02.05. zum Einkaufen nach Cheb/Eger (CZ)	35,- €
28.03./11.04./16.05. Cheb/ Eger (CZ) und Sibyllenbad (D) Baden	40,- €
01.04./29.04. Einkaufen in Legnica / Bad Muskau ohne Brücke	45,- €
16.04.23 Holiday On Ice - A new Day, Messehalle Erfurt 13.00 Uhr	98,- €
14.05. Muttertag in Apfelstädt inkl. Mittag, Kaffee & Kuchen, Musik	89,- €
19.05. Landpartie vom Osterland zum Geiseltalsee, Mittag, Express	79,- €

Pöbnecker Straße 4 | 07333 Unterwellenborn, OT Könitz

Telefon: 036732 2 30 33 | Funk 0173 5700607

Bürozeiten: montags bis freitags von 19 bis 21 Uhr

E-Mail: Koll-Touristik@t-online.de | www.kolltouristik.de

03.03.2023
20:00 Uhr



**Irish Folk mit
CAT HENSCHELMANN**

Schützenhaus Pöbneck

Leistungsstarke Partner

DACHDECKER

DACH DECKE KECK
GmbH
DACHDECKERMEISTERBETRIEB

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

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

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-poesneck@t-online.de
(0) 36 47 / 41 29 49

KÜCHEN

Pfortenstraße 76 · Saalfeld
Tel.: 03671/513914 · Fax: 52996

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

AUTOVERMIETUNG

**Für jeden Einsatzzweck
das passende Fahrzeug!**

PKW,
Wohnmobil,
Transporter,
Kleinbus ...

AUTOVERMIETUNG

ITALO Autohaus Rudolstadt GmbH
Telefon 03672 438934

FAHRSCHULE

**Mit uns kommst Du
schneller an Dein Ziel.**

Ausbildung
aller Klassen
& Berufskraft-
fahrer

FAHRSCHULE

ITALO Autohaus Rudolstadt GmbH
Telefon 03672 438934

**Möchten auch Sie bei
uns werben?**
Die nächste Ausgabe er-
scheint am 28. Februar
Kontaktieren Sie uns:
03671 4571-0

www.marcus-verlag.de

SCHMUCK

Der Goldschmied der immer da ist ...

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

Anfertigung-Reparaturen
Ankauf von
Altgold-Silber-Platin
Blankenburger Str. 2, Saalfeld

IHR PARTNER FÜR ELASTISCHE VERFUGUNG

FUGEN COMPANY

Henry Junkereit 0170 3148600
Frank Marker 0170 3216492
Björn Gleichmann 0160 94624128

Neuverfugung | Fugensanierung | PU Verfugung
bjoern.gleichmann@gmx.de

WIDDER
21.03.-20.04.

Liebe: Öffnen Sie Ihr Herz, anstatt sich abzukapseln. Suchen Sie die ehrliche, klare Aussprache, dann finden Sie die gesuchte Nähe.
Gesundheit: Mit tatkräftiger Marsunterstützung haben Sie das Gefühl, als könnten Sie Bäume ausreißen, aber übertreiben Sie nicht.

WAAGE
24.09.-23.10.

Liebe: Beziehungen sind stets in Bewegung. Bremsen Sie bloß nicht. Sie haben jetzt die Chance, eine äußerst positive Wende zu machen.
Gesundheit: Es geht Ihnen uneingeschränkt gut. Selbst große Strapazen schütteln Sie schnell ab. Krafttate sind kein Problem.

*Liebst du das Leben?
Dann vergeude keine
Zeit, denn daraus
besteht das Leben.*

(Benjamin Franklin)

SKORPION
24.10.-22.11.

Liebe: Das Leben scheint in leuchtenden Farben, denn die Liebe hat Sie voll erwischt. Auf Wolken schwebend, fällt Ihnen alles leicht.
Gesundheit: Nervlich sind Sie belastbar, Ihre körperliche Verfassung ist sehr gut. Anstrengende Arbeiten bis Montag erledigen.

STIER
21.04.-20.05.

Liebe: Sie sind auf dem Weg ins Glück. Trotzdem werden Sie derzeit Widerständen begegnen. Sie werden einige Zeit standhalten müssen.
Gesundheit: Stress? Schieben Sie dem einen Riegel vor. Entweder streichen Sie alles aus dem Kalender oder Sie stehen früher auf.

SCHÜTZE
23.11.-21.12.

Liebe: Träume und Wirklichkeit harmonisieren fast nur in Ausnahmesituationen miteinander. Die Restzeit kann man aber auch genießen.
Gesundheit: Bringen Sie Rhythmus in den Alltag, mit festen Zeiten für Ruhen und Essen. So werden Sie immer den roten Faden behalten.

ZWILLINGE
21.05.- 21.06.

Liebe: Viel Neues erwartet Sie, das ist sehr verführerisch. Wenn Sie sich einfach überraschen lassen, gibt es keine Qual der Wahl!
Gesundheit: Mit dem kosmischen Energieschub werden Sie nun auch schwere, schleppende Angelegenheiten powervoll abwickeln können.

STEINBOCK
22.12.-20.01.

Liebe: Sie sind in der Stimmung, die ganze Welt zu umarmen. Das kann in Beziehungen, die zu viel Eifersucht neigen, Probleme geben.
Gesundheit: Es empfiehlt sich, das Wochenende zum Entspannen zu nutzen. Tanken Sie neue Energie für eine schöne neue Woche.

KREBS
22.06.-22.07.

Liebe: Venus setzt zur listigen Großoffensive an. Selbst wenn Sie wollten, gegen erotische Übermächte könnten Sie sich kaum wappnen.
Gesundheit: Zwei Gänge runterschalten! Bis Ende nächster Woche sollten Sie sich schonen. Danach können Sie das Tempo steigern.

*Liebe ist eine
Komposition, bei der die
Pausen genauso wichtig
sind wie die Musik.*

(Senta Berger)

LÖWE
23.07.-23.08.

Liebe: Am Sonntag geht Ihnen ein Erlebnis unter die Haut. Eine tolle Woche folgt: Fantastische Stunden versüßen Ihnen die Tage.
Gesundheit: Weit und breit keine Beinrächtigung am Sternenhimmel zu beobachten. Sie können richtig unbeschwert zur Tat schreiten.

WASSERMANN
21.01.-19.02.

Liebe: Vorsicht! Sie sind ein Objekt der Begierde: Plötzlich tauchen lauter Verzeher auf. Eine sehr spannende Zeit bricht für Sie an.
Gesundheit: Physisch und nervlich können Sie jetzt einiges wegstecken. Widmen Sie sich guten Gewissens privaten Vergnügungen.

JUNGFRAU
24.08.-23.09.

Liebe: Bei Aufbauarbeiten am Selbstwertgefühl wird Amor Ihnen keine Hilfe sein. Er handelt nach seiner eigenen Art von Humor.
Gesundheit: Kritische Sternkonstellation! Leben Sie die Entspantheit in sich aus und schützen Sie sorgfältig Ihre Schwachstellen.

FISCHE
20.02.-20.03.

Liebe: Sie sind so anziehend, dass es schwer sein wird, die entzückten Herzen abzuwimmeln. Ein Vorteil beim Sympathiensammeln!
Gesundheit: Der gesundheitliche Aufwind wird spürbar. Sie sind zu mancher großen Leistung fähig und jeder Herausforderung gewachsen.

Gesundheits-Service

Schreib's auf!

■ Lassen wir unseren Gedanken freien Lauf, kann das helfen, Dinge wie Pläne oder Vorhaben objektiver zu betrachten. Das bringt einen gewissen Abstand zu Themen, die uns beschäftigen. Außerdem erhöhen wir dadurch unsere Chance, durch das Aufschreiben, unsere Vorhaben auch tatsächlich in die Tat umzusetzen.

Die Schnelllebigkeit in unserem Alltag lässt so oft wenig Platz für längere Konzentrationsstrecken! Statt eines guten Buches werden Tweets gelesen oder kurze Folgen von Serien geschaut. In der heutigen Zeit sorgen ein Vine oder TikTok-Video für einen kurzen Entertainment-Flash und dann wird weitergescrollt. Zudem verhält es sich mit der

Produktion ganz ähnlich: WhatsApp-Nachrichten und Posts werden zunehmend kürzer oder ganz durch Sprachnachrichten ersetzt.

Einen Text von Hand zu schreiben fordert hingegen all unsere Aufmerksamkeit und steigert darüber hinaus die Konzentrations- und Aufmerksamkeitsfähigkeit. Wenn wir bereit sind, uns über einen längeren Zeitraum auf eine Sache zu konzentrieren, kann das positive Auswirkungen haben.

Wir können dadurch Stress reduzieren und sogar in einen der Meditation sehr ähnlichen Zustand gelangen. Natürlich braucht es anfänglich etwas Übung, um eine gute Routine zu schaffen, welche zu unserem

Alltag passt, doch wenn wir in kleinen Schritten voran gehen ist sicherlich ein positiver Aspekt zu spüren.

Wir alle streben gern nach einer gewissen Selbstoptimierung. Wenn wir dem Schreiben mit der Hand eine Chance geben,

besteht vielleicht die Möglichkeit wieder etwas mehr zu uns selbst finden zu können. Das Schreiben hat viele Benefits für unsere seelische Gesundheit.

SW | marcus®



apotheke  aesthetik
von hirschhausen

Ihre Apotheke mit
3 Standorten in Saalfeld

Inhaberin:
Apothekerin Elsa von Hirschhausen e.Kfr.



Herzliche Einladung zum Beratungstag

Volles, glänzendes Haar und schöne feste Nägel sind ein Zeichen für Gesundheit, Schönheit und Wohlbefinden. Doch mit der Zeit werden Haare oftmals immer feiner und Nägel brüchiger, denn die Haar- und Nagelstruktur verschlechtert sich.

Kennen Sie das auch?

Dann lassen Sie Ihre Haarqualität und Haarstruktur durch eine ausgebildete Fachberaterin unter einem speziellen Video-Mikroskop untersuchen und Ihre Nägel durch eine Lupenlampe beurteilen. Auf dieser Basis erhalten Sie wertvolle Pflegetipps sowie Produktempfehlungen für Ihre Haare und Nägel.



Beratungs- & Aktionstag am
07.03.2023
09.00 - 17.00 Uhr
Obere Straße 1a

Vereinbaren Sie jetzt Ihren persönlichen Termin unter:

☎ 03671 / 2163

Bio-H-Tin Angebot

Bio-H-Tin 5mg, 30 Tabletten für 2 Monate
statt 19,49€ nur **15,99€***

*Angebot nur gültig am 07.03.2023.
Nicht mit anderen Rabatten kombinierbar.

**Ihre Haare
+ Nägel im
Blick**

Mit Video-Mikroskop
und Lupenlampe.

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

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

Gute Gründe dafür, warum das Schreiben mit der Hand glücklich machen kann

1. Die Hand – fördert das Begreifen von Dingen, die wir mit den Händen selbst erfasst haben. Manchmal fällt es dadurch leichter, etwas um ein Vielfaches detaillierter zu beschreiben als wenn man es vielleicht nur sieht.
2. Der Geist – Das Schreiben trainiert unseren Geist. Es stärkt die Verbindungen zwischen rechter und linker Gehirnhälfte, denn aus der Sicht unseres Gehirns ist das Schreiben mit Stift auf Papier ganzheitlich anspruchsvoll.
3. Verständnis – Sobald wir einen Stift zur Hand nehmen, setzt dies in unserem Gehirn wertvolle Denk- und Verarbeitungsprozesse frei, welche eine Tastatur nur schwer ersetzen kann.
4. Die Gedanken sind frei – Da wir im Kopf meist nur eine begrenzte Anzahl an Schritten im Voraus erdenken können, ist es gut, wenn wir den Stift zur Hand nehmen, um auf dem Papier unseren Gedanken Raum zu geben.
5. Aufräumen – Der Großteil unserer Gedanken und Sorgen kreist meist um sich ständig wandelnde Aufgaben des Alltags. Mit Listen entlasten wir unseren Kopf und können Erledigtes einfach abhaken.
6. Platz für Neues – Das Schreiben lässt uns gedanklich wandern. Meist ist uns der Anfang ziemlich klar, das Ende jedoch offen.
7. Freiraum – Mit dem Schreiben können wir eine gewisse Gelassenheit erlangen und inneren Frieden finden. Wenn man meditiert, werden die Gehirnnareale stimuliert. Einen ähnlichen Effekt erlangt man durch das Schreiben mit der Hand. Auf diese Weise können wir uns wunderbar vom Seelenballast befreien.
8. Erinnerung – Durch das Schreiben mit der Hand, mit jedem Buchstaben, jedem Wort und jeder Markierung die wir tätigen, hinterlässt dies Spuren, die wir in unserem Gedächtnis besser wieder abrufen können, weil wir uns erinnern. Jede Art des Niederschreibens mit dem Stift auf Papier hat einen positiven, physischen Hintergrund.



NOTDIENSTE

Apotheken



■ Mittwoch, 15.02.

Markt-Apotheke

Markt 21

Saalfeld

Markt-Apotheke

Markt 10

Rudolstadt

■ Donnerstag, 16.02.

Igel-Apotheke

Obere Straße 18-20

Saalfeld

Glocken-Apotheke

Oststraße 3

Rudolstadt

■ Freitag, 17.02.

Apotheke Gorndorf

Rathenaustraße 11

Saalfeld

Schiller-Apotheke

Schwarzburger Chaussee 76

Rudolstadt

■ Samstag, 18.02.

easy-Apotheke

Mittlerer Watzembach 34

Saalfeld

Schloßberg-Apotheke

Friedrich-Ebert-Straße 15

Unterwellenborn/OT Könitz

Apotheke Leutenberg

Hauptstraße 24

Leutenberg

■ Sonntag, 19.02.

Apotheke in der Südstadt-Galerie

Reinhardtstraße 56

Saalfeld

Sonnen-Apotheke

Neue Schulstraße 59 a

Rudolstadt

■ Montag, 20.02.

Maximilian-Apotheke

Ernst-Thälmann-Straße 19

Unterwellenborn

Stadt-Apotheke

Anton-Sommer-Straße 1

Rudolstadt

■ Dienstag, 21.02.

Saale-Apotheke

Könitzer Straße 1d

Kaulsdorf

Trommsdorff-Apotheke

Trommsdorffstraße 2

Rudolstadt

■ Mittwoch, 22.02.

Apotheke von Hirschhausen

Obere Straße 1a

Saalfeld

■ Donnerstag, 23.02.

Saale-Apotheke

Kulmbacher Straße 20

Saalfeld

Apotheke Leutenberg

Hauptstraße 24

Leutenberg

Uhlen-Apotheke

Jenaische Straße 90 d

Uhlstädt

Apotheke Remda

Remdaer Markt 3

Remda

■ Freitag, 24.02.

gesundleben Apotheke Saalfeld

Obere Straße 6-10

Saalfeld

Glocken-Apotheke

Oststraße 3

Rudolstadt

■ Samstag, 25.02.

Apotheke von Hirschhausen

Obere Straße 1a

Saalfeld

Greif-Apotheke

Straße der Dt. Einheit 1f

Bad Blankenburg

■ Sonntag, 26.02.

Gertruden-Apotheke

Blankenburger Straße 1 - 3

Saalfeld

Linden-Apotheke

Jenaische Straße 14

Rudolstadt

■ Montag, 27.02.

Apotheke von Hirschhausen

Melanchthonstraße 34

Saalfeld

Markt-Apotheke

Markt 10

Rudolstadt

■ Dienstag, 28.02.

Apotheke von Hirschhausen

Sonneberger Straße 8

Saalfeld

Glocken-Apotheke

Oststraße 3

Rudolstadt

■ Mittwoch, 01.03.

Apotheke in der Südstadt-Galerie

Reinhardtstraße 56

Saalfeld

Sonnen-Apotheke

Neue Schulstraße 59 a

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

Sicher und selbständig im Alter

Altersgerechten Umbau rechtzeitig angehen

■ **Den Lebensabend zuhause zu verbringen, wer wünscht sich das nicht? Mit Pflegedienst und in einem seniorengerecht ausgebauten Haus/Wohnung gelingt dies vielen Senioren.**

So wurden im Jahr 2021 84 Prozent der rund 5 Millionen Pflegebedürftigen zuhause gepflegt, überwiegend von Angehörigen (63 Prozent) und von ambulanten Pflegediensten (21 Prozent).

Damit Sie sich auch mit den Einschränkungen, die das Alter mit sich bringen könnte, weiterhin in Ihrem Zuhause wohlfühlen und sicher in ihm agieren können, ist es ratsam, sich frühzeitig über altersgerechten Umbau zu informieren. Wichtig sind ausreichend **große Bewegungsflächen**, so dass Sie im Zweifel auch mit einem Rollator mobil sind. Die Eingangstür sollte mindestens 90 Zentimeter breit sein, Zimmertüren um die 80 Zentimeter. Achten Sie darauf, dass es einen Bereich gibt, wo Sie einfach zwischen zwei Gehhilfen wechseln können.

Stufen und Schwellen sollten abgebaut oder mit einem Treppenlift/Rampe versehen werden. Das gesamte Haus sollte auf die körperlichen Maße seines Bewohners angepasst werden, denn bücken, strecken oder irgendwo hochsteigen, um Gebrauchsgegenstände zu erreichen, sind im Alter mitunter nur schwer oder gar nicht mehr möglich. Übrigens bedeutet eine solche ergonomische Einrichtungsweise auch für jüngere Menschen durchaus eine Erleichterung im Alltag.

Wichtig ist auch eine gute **Beleuchtung**, die nicht blenden darf, denn die Stolper- und Sturzgefahr nimmt im Alter zu. Übergänge zwischen Räumen oder Flächen sollten möglichst in Kontrastfarben gestaltet werden. Leichtere Kontraste, die in jüngeren Jahren noch gut wahrgenommen werden, können im Alter nicht mehr klar erkennbar sein. Sollten noch Stufen vorhanden sein, sollten diese gut sichtbar markiert werden.

Zum Thema Sturzprävention gehören auch rutschfeste Bodenbeläge. Der freiliegende Teppich weicht dann lieber einer fest verlegten Lösung.

Damit wichtige Signale auch bei eingeschränkter Sinnesleistung nicht entgehen, sollten nach Möglichkeit zusätzliche unterstützende Elemente angebracht werden. Beispiel hierfür: ein Blinklicht, das aufleuchtet, wenn die Türklingel ausgelöst wird. Die Gegensprechanlage sollte im Sinne der ergonomischen Einrichtungsweise problemlos erreichbar sein.

Besonderes Augenmerk ist auf das **Badezimmer** zu richten, denn hier werden Einschränkungen in der Beweglichkeit besonders schnell zum Problem für Körperpflege und Hygiene. Eine bodengleiche Dusche ist beim altersgerechten Umbau zentrales Element. Die optimale Größe beginnt bei mindestens 120 mal 120 Zentimeter, für Rollstuhlfahrer mindestens 150 mal 150 Zentimeter. Die Sitzhöhe des WCs ist

so zu wählen, dass Sie die Füße auf den Boden stellen können. Rutschhemmende Fliesen, Haltegriffe und Sitzmöglichkeiten sind ebenfalls wichtig, um das Bad im Alter nutzen zu können

In der **Küche** kann mithilfe von unterfahrbaren Arbeitsplatten, umschwenkbaren Türen, höher eingebauten Geschirrspüler und Elektrogeräten, Apothekerschrank zum Ausziehen oder Oberschränken mit Absenkeautomatik erreicht werden, dass das Herausnehmen oder Einräumen aller Dinge im Sitzen erfolgen kann.



DUPIHORN

Treppenlifte & Hebebühnen

- Sitzlifte
- Hausaufzüge
- Plattformlifte
- Plattformaufzüge

Fa. Duphorn | Rudolstadt
03672/42 22 24 | www.duphorn.eu

Wir lassen Sie im Alter nicht allein.

Sie suchen für sich selbst oder für Ihre Angehörigen noch das passende Angebot?

Bei uns sind Sie in guten Händen:

- ambulant betreute Wohngemeinschaften
- Tagespflege
- ambulanter Pflegedienst

LebensPUNKT in Saalfeld

Tel.: 03671/ 4558112

SeniorenCAMPUS in Bad Blankenburg

Tel.: 036741/ 47 558



 **Deutsches Rotes Kreuz**

**Kreisverband
Saalfeld-Rudolstadt e.V.**

UNSERE SCHIER-HÖRGERÄTE



Wir zeigen Ihnen den Weg zu Ihrem persönlichen Hörerfolg – vom umfangreichen Hörtest mit modernsten Messmethoden über die exakte Anpassung der Ohrpass-Stücke bis hin zur individuellen Fachberatung.

SCHIER-BASIC-NULLTARIF

Unsere Einstiegs-Hörgeräte zum Nulltarif.

- ✓ Gutes Sprachverstehen
- ✓ Voll digital

ab **0.-***

SCHIER-BASIC+

Erweiterter Hörkomfort und Funktionsumfang.

- ✓ Einfache Situationserkennung
- ✓ Verbesserte Klangqualität bei Stör- und Windgeräuschen
- ✓ Kabellose Verbindung mit TV und Telefon

ab **99.-**
Aufpreis*

SCHIER-STANDARD

Unsere Preis-Leistungs-Empfehlung.

- ✓ Hoher Komfort und modernste Technik
- ✓ Wiederherstellung des natürlichen Hörerlebnisses
- ✓ Gute Verständlichkeit, auch bei lauten Hintergrundgeräuschen
- ✓ Hörgeräte mit Smartphone-Bedienung verfügbar

ab **599.-**
Aufpreis*

SCHIER-KOMFORT

Hörkomfort für gehobene Ansprüche.

- ✓ Exzellentes Sprachverstehen auch in anspruchsvollen Hörsituationen
- ✓ Automatische Aktivierung von Hörprogrammen
- ✓ Automatische Lärmunterdrückung
- ✓ Bluetooth für drahtlose Verbindung mit dem Smartphone

ab **1.490.-**
Aufpreis*

SCHIER-PREMIUM

Unsere SCHIER-Hörgeräte der Oberklasse für perfekten Hörkomfort in jeder Situation.

- ✓ Neueste Technik für pure Lebensfreude
- ✓ Perfekte Rundum-Wahrnehmung durch 360-Grad-Richtmikrofone
- ✓ Optimales Sprachverstehen, auch in anspruchsvollen Hörsituationen
- ✓ Exzellenter räumlicher Höreindruck
- ✓ Automatische Aktivierung von Filtern und Hörprogrammen
- ✓ Bis zu 20 Frequenz-Kanäle und 7 Hörprogramme
- ✓ Ausgezeichneter Tragekomfort, nahezu unsichtbar

ab **1.990.-**
Aufpreis*

Saalfeld (07318):

Saalstraße 6 | Saalfeld | Tel.: 03671-2776
Obere Straße 16 | Saalfeld | Tel.: 03671-2629
Rainweg 68 B | Saalfeld | Tel.: 03671-460823

Leutenberg (07318):

Markt 7 | Leutenberg | Tel.: 036734-22788

Neuhaus (98724):

Eisfelder Straße 34 | Neuhaus | Tel.: 03679-7274 70

* Preisangaben: Eigenanteil pro Ohr nach Abzug der Krankenkassenzuschüsse für das Hörgerät, zzgl. 10.- Euro gesetzlicher Zuzahlung als Mitglied einer gesetzl. Krankenkasse unter Vorlage einer gültigen Hörgeräte-Verordnung.



Im **Schlafzimmer** erleichtert ein hohes Bett, das von mehreren Seiten zugänglich ist (für Pflegepersonal) und neben sich genug Platz etwa für Rollstuhl oder Rollator bietet, den Alltag. Im Hinblick auf nächtliche Toiletengänge sorgen Lichtschalter am Bett oder eine Fernbedienung für die Lampe für Sicherheit. Um das An- und Umkleiden zu erleichtern, sollten die Kleiderstangen im Schrank entsprechend der Griffhöhe angebracht werden.

Anbieter halten heute viele Anschauungsobjekte und -räume vor, die individuell besichtigt werden können. Wichtig ist, diese rechtzeitig aufzusuchen und auszuloten, welche Sanierungs- und Modernisierungsmaßnahmen für Sie sinnvoll sind. Lassen Sie sich am besten von Bau- oder Energiefachleuten beraten, um eine optimale Lösung für sich und Ihr Zuhause zu finden. In puncto **Finanzierung** gibt es verschiedene Möglichkeiten: z.B. ein Kredit im Rahmen des Programms „Altersgerecht umbauen“ der Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW). Die KfW fördert grundsätzlich auch mit einem Zuschuss (Barrierereduzierung – Investitionszuschuss), aktuell ist die Beantragung allerdings ausgesetzt.



Auch mit einem Bausparvertrag kann der altersgerechte Umbau finanziert werden. Pflegebedürftige Menschen können Fördermittel und Zuschüsse für bauliche Maßnahmen bei der Pflegekasse beantragen, z.B. für ein Pflegebett, Gehhilfen oder einen Badewannenlift. Häufig erhalten Pflegebedürftige auch einen Zuschuss, wenn sie in eine altersgerechte Wohnung umziehen müssen.

Weitere Informationen finden Sie bei der Verbraucherzentrale unter folgendem Link:

www.serviceportal-zuhause-im-alter.de

Kurzzeitpflege zur Überbrückung

Können Pflegebedürftige vorübergehend nicht zuhause betreut werden, besteht die Möglichkeit der Kurzzeitpflege. Zum Beispiel, wenn nach einem Krankenhausaufenthalt oder einem Unfall für eine Zeitlang eine intensivere Pflege nötig ist. Die Pflegebedürftigen werden dann stationär in einer Pflegeeinrichtung betreut.

Für die Kurzzeitpflege übernimmt die Pflegekasse bei Vorliegen eines Pflegegrads ab Pflegegrad 2 Kosten bis zu einer bestimmten Höhe für die Pflegeleistungen. Die Kosten für

Unterkunft und Verpflegung sind selbst zu tragen.

Es gibt aber Möglichkeiten, unter bestimmten Umständen einen Zuschuss der Pflegekasse nachgezahlt zu bekommen oder bei Bedürftigkeit und noch nicht vorliegendem Pflegegrad einen Antrag beim Sozialamt zu stellen. Die Kurzzeitpflege ist auf 8 Wochen im Jahr begrenzt und ist mit Mitteln aus der Verhinderungspflege kombinierbar.



Zimmer frei!

In der **Seniorenwohngemeinschaft Haus Franziskus** Barfußbergasse 3 in Saalfeld, ist ein Zimmer frei. Wir empfehlen das Haus für Senioren mit eingeschränkter Selbständigkeit, die selbstbestimmt, aber nicht allein leben möchten, von gegenseitiger Hilfe profitieren wollen und gern in Gesellschaft sind.

Info: Veronika Fleck, Tel: 03671 – 5256-3510

Mail: V.Fleck@diakonie-wl.de

www.diakonie-wl.de

Diakonie  diakoniestiftung
weimar bad lebenstein
gemeinnützige gmbh

fischer
sanitätshaus

Hilfsmittel
erhalten Sie bei uns!

SAALFELD · Obere Straße 26 | Tel.: 03671 2307
· Rainweg 68 b | Tel.: 03671 543340

ASB
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

Pflegebedürftigkeit feststellen lassen

Die richtige Vorbereitung auf die Begutachtung

Wer im Alter nicht mehr so kann wie sonst und dadurch beeinträchtigt ist, erhält Leistungen aus der Pflegeversicherung, um gut versorgt zu sein. Wer diese bei der Pflegekasse beantragt, wird im Auftrag derselben durch den Medizinischen Dienst begutachtet, um das Vorliegen einer Pflegebedürftigkeit und zu welchem Pflegegrad einzuschätzen. Je nach Pflegegrad erhält der Pflegebedürftige dann entsprechende Pflegeleistungen. Die Begutachtung erfolgt per Hausbesuch, seit Corona aber auch oft telefonisch. Die GutachterInnen erfragen mittels eines festgelegten Fragenkatalogs Einschränkungen, Probleme und Unterstützungsbedarf im Alltag.

Dabei kommen 6 Lebensbereiche zur Sprache:

- Mobilität
- Verhaltensweisen und psychische Problemlagen
- Kognitive und kommunikative Fähigkeiten
- Selbstversorgung
- Bewältigung von und selbständiger Umgang mit krankheits- und therapiebedingten Anforderungen und Belastungen
- Gestaltung des Alltagslebens und soziale Kontakte

Darüber hinaus werden die Bereiche „außerhäusliche Aktivitäten“ und „Haushaltsführung“ aufgenommen. Diese fließen jedoch nicht in die Bewertung ein.

Vor dem Termin ist es ratsam, wichtige Unterlagen bereitzulegen. So aktuelle Berichte von

Ärzten und Fachärzten oder aus dem Krankenhaus, den Medikamentenplan, Schwerbehindertenausweis sofern vorhanden, Liste der genutzten Hilfsmittel von Brille bis Rollator, oder auch bei schon Vorhandensein eines Pflegegrades die Pflegedokumentation und eigene Notizen über Verlauf der Pflege und Schwierigkeiten.

Es ist durchaus hilfreich, einen Angehörigen oder Pflegeperson bei der Begutachtung an seiner Seite zu haben, um eventuell in der Aufregung vergessene Informationen beizusteuern. Das kann auch helfen, wenn die Fragen oder Antworten als peinlich empfunden werden. Schließlich geht es um Dinge, über die man sonst nur selten mit Fremden spricht. Wichtig ist, realistisch zu bleiben – weder Dinge zu schönem, noch zu dramatisieren.

Mehr Infos und Tipps zur Vorbereitung auf www.verbraucherzentrale.de

Mit dem Altwerden ist es wie mit Auf-einen-Berg-Steigen: Je höher man steigt, desto mehr schwinden die Kräfte - aber umso weiter sieht man.

Ingmar Berman

Wir unterstützen Sie

- im Haushalt
- bei der Betreuung Ihrer Angehörigen



Für Rückfragen stehen wir unter 03671 46340 (von 8-13 Uhr) oder per Mail unter info@oekus.de zur Verfügung

ÖKUS e. V. | Maxhütten Straße 17 | 07333 Unterwellenborn



Diakonie in Rudolstadt und Bad Blankenburg

Wenn ein Angehöriger pflegebedürftig wird, stellen sich plötzlich viele Fragen rund um seine Versorgung.

Die Pflegeberater des Diakonieverein Rudolstadt e.V. helfen Ihnen, die Pflege bestmöglich zu organisieren, zum Beispiel:

- einen individuellen Versorgungsplan erstellen – mit Angaben zum pflegerischen Hilfe- und Unterstützungsbedarf sowie zum Heilmittel-, Hilfsmittel- oder Rehabilitationsbedarf
- Ihnen die Leistungen der Pflegeversicherung erläutern und Sie zur MDK-Pflegegradbegutachtung beraten
- alle notwendigen Maßnahmen einleiten, um individuelle Pflegearrangements zu stabilisieren
- bei der Erledigung von Formalitäten unterstützen, zum Beispiel dem Ausfüllen von Anträgen
- Kontakt zu weiteren an der Versorgung beteiligten Personen und Einrichtungen aufnehmen

Beratungszeiten in der Tagespflege Oberköditz:

Jeden Dienstag von 14:00 – 16:00 Uhr

Telefonische Terminvergabe: 03672 / 437915

Montag – Freitag von 9.00 – 11.00 Uhr und 13.30 – 15.00 Uhr

Tagespflege Oberköditz Diakonieverein Rudolstadt e.V.
Im „Kaiser Günther“ Jenaische Str. 1
Oberköditz 23, 07426 Königsee 07407 Rudolstadt

www.diakonie-rudolstadt.de

Fachzentrum für Treppenlifte



☎ 0 36 77/ 667 4 808

www.Treppenlifte-Ilmenau.de

Sitzlifte • Plattformlifte • Hebebühnen

Unsere Betreuungsteams in den Tagespflegen in Rudolstadt, Bad Blankenburg oder Oberköditz unterstützen pflegende Angehörige.

Tages-
betreuung
in der
Diakonie

Es gibt viele Gründe für ältere, pflegebedürftige Menschen zu uns zu kommen:

- gemeinsame Stunden – raus aus der Einsamkeit
 - individuelle Betreuung durch einfühlsame und engagierte Mitarbeiter
 - vielfältiges und persönliches Tagesprogramm
 - gemütliche Räume – gutes Essen und viel Spaß
- Wir erleben gemeinsam Natur – Bewegung – Sport und Spiel!

Team
Rudolstadt
Frau Krieg
03672-482 5815

Team
Bad Blankenburg
Frau Fuchs
036741-571 130

Team
Oberköditz
Frau Pfistner
036738-610 786

Diakonie 
Altenhilfezentrum

Neues in der Pflege 2023

Seit dem 1. September 2022 gelten bereits höhere Mindestlöhne in der Pflege durch die Tariftreue. Auch 2023 werden die Löhne in Heimen weiter steigen. Zum 1. Mai 2023 werden die Mindestlöhne weiter erhöht. (Pflegehilfskräfte: 13,90 Euro, qualifizierte Pflegehilfskräfte: 14,90 Euro, Pflegefachkräfte: 17,65 Euro). Zum 1. Dezember 2023 gehen die Erhöhungen dann in die zweite Runde. (Pflegehilfskräfte: 14,15 Euro, qualifizierte Pflegehilfskräfte: 15,25 Euro, Pflegefachkräfte: 18,25 Euro). Zusätzlich erhalten Beschäftigte in der Altenpflege mehr bezahlte Urlaubstage.

telt werden, um die fachgerechte Pflege zu erreichen. Pflegeheime geben dafür an, wie viele Bewohner bei ihnen leben und erhalten auf dieser Basis einen "Case-Mix", der die benötigte Personalmenge und Qualifikationen aufzeigt.

Der Prozess der Personalbemessung startet 2023, muss aber erst bis Dezember 2025 in den Einrichtungen etabliert sein. Das Ganze basiert auf einer wissenschaftlichen Studie und soll die ohnehin schon geringen Personalressourcen effektiver nutzbar machen.

SB | marcus®

Im Juli 2023 soll dann die neue Personalbemessung für vollstationäre Pflegeheime starten. Allgemein soll es darum gehen festzustellen, wie viele Mitarbeiter mit welcher Qualifikation zu welcher Zeit an welchen Orten notwendig sind, um die Pflegeziele zu erreichen. Es soll also ein effektiver Personalbedarf ermit-

**KLEINANZEIGEN
KLEINER
PREIS
GROSSE
WIRKUNG**

Dienstzeiten
06:45 - 18:45 Uhr
& 18:45 - 06:45 Uhr

bipg BUNDESWEITE INTENSIVPFLEGE GESELLSCHAFT
ERFAHRUNG AN IHRE SEITE

TEIL DER BUNDESWEITEN INTENSIVPFLEGE GRUPPE

PFLEGEFACHKRÄFTE GESUCHT! (m/w/d)
📍 Katzhütte

Bundesweite Intensiv-Pflege- Gesellschaft mbH

- 👤 Lina Thiele | Recruiterin
- ☎ 0511 12331410
- 🌐 www.bipg.de
- ✉ bewerbung@bipg.de

YourCare

Ihre Premium-Pflegeagentur.

Professionelles Pflegegrad-Management

- Erst- und Höherstufungsanträge
- Vorbereitung auf Begutachtungen
- Beratung zu Vorsorge und Verfügungen
- Pflegefachliche Stellungnahmen
- Erstellung und Überprüfung von Pflegegutachten

**Legen Sie Ihr Anliegen in unsere Hände.
Wir unterstützen Sie gern.**

☎ +49 36741 738 790

✉ beratung@yourcare.de



www.yourcare.de

Wenn du sehen möchtest, was du selbst schaffen kannst

Botanische Illustrationen - malen stärkt unsere Verbindung zur Natur



■ **Du liebst Pflanzen und Insekten? Besuche Sabine Loos in ihrem Botanischen Atelier unter dem Schlosshain. Lerne Botanische Aquarelle zu zeichnen und entdecke deine künstlerische Kreativität ganz neu.**

Beim Workshop zum Thema Frühlingsblumen bieten sich wunderbar die Blüte einer Narzisse, Tulpe oder die Blüten von Winterlingen an. Dabei ist wichtig, dass die Blütenskizzen, auch für den Anfänger und Interessierten der botanischen Kunst leicht anzufertigen sind, um später auch einen Erfolg in den Händen halten zu können. Im Workshop zum Thema Frühlingsblumen entscheidest du dich für ein Objekt und beginnst dies in mehreren Versuchen zu skizzie-

ren. Am Ende wird die ausgewählte Lieblingskizze mit Wasserfarbe aquarelliert. Zudem lernst du am Workshop-Wochenende in zwei Kursen, à 3 Stunden, einiges zum Skizzieren, fertigst Vorübungen für die Wasserfarben, lernst wichtige Grundlagen für die perfekte Verteilung des Lichts, bekommst wertvolle Tipps zum Mischen von Farben und dem Legen von Schatten. Ziel des Workshops ist es, dass du am Ende des Workshops mit deiner gemalten Frühlingsblume nach Hause gehen kannst. Der Erfolg nach einem Workshop ist vorerst fantastisch, doch wie schön ist es, die eigene Entwicklung zu fördern und mit dem Zeichnen vielleicht auch innere Ruhe, Ausgeglichenheit und ein wertschätzendes Gefühl

gegenüber unserer Natur zu wecken! Pflanzen sind ein wohlthuendes, alternatives, interessantes Objekt zur Meditation und können eine wertvolle Verbindung zu uns selbst schaffen. Der Funke soll um sich greifen, die eigene Kreativität neu zu entdecken oder auch zurückzuholen! „Ich strebe an, donnerstags regelmäßig eine wöchentliche Malgruppe zu etablieren, um die persönliche kreative Entwicklung über einen längeren Zeitraum begleiten zu können“. Gerade Menschen, welche im sozialen Bereich tätig sind, möchte ich mit dieser Alternative einen Anreiz geben, sich bewusst Auszeiten zu gönnen und zudem so vielleicht auch die persönliche, künstlerische Entwicklung für den eigenen Arbeitsbereich

nutzen und einsetzen zu können. Eltern sind ebenfalls herzlich willkommen, denn auch ihr Alltag ist stark von den Bedürfnissen der Kinder abhängig, da bleibt meist nicht viel Luft, um einmal selbst zu verschlafen.“

*Workshop Frühlingsblumen
25./26. März | 01./02. April
Wo: Botanisches Atelier unter dem
Schlosshain, Schillerstraße 46,
07407 Rudolstadt*

**Kontakt: www.sabine-loos.de
info@sabine-loos.de,
Tel. 017684534745**



SWI marcus®



Wir sehen nicht die Dinge, wie sie sind, sondern wir sehen sie, wie wir sind. (Talmud)



■ **Wenn zwei Menschen auf ein Glas schauen, das zur Hälfte mit Wasser gefüllt ist, dann sieht der eine möglicherweise ein halb volles Glas, während der andere ein halb leeres Glas wahrnimmt. Es ist ein und das selbe Glas, doch wird es aus zwei unterschiedlichen Haltungen heraus betrachtet und bewertet.**

Jeder der beiden Menschen hat im Laufe seines Lebens Denk-, Interpretations- und Bewertungsmuster entwickelt, welche seine Wahrnehmungen einfärben und filtern – ähnlich einer Brille mit getönten Gläsern. Dadurch

erscheint dasselbe Glas Wasser in einem unterschiedlichen Licht, worin Kategorien von richtig und falsch ihre Gültigkeit verlieren. Alle Menschen bilden im Laufe ihres Lebens Wahrnehmungsmuster aus, was entscheidend von den Beziehungen geprägt ist, in die sie hineingeboren werden. Vor allem in der Kindheit entstehen grundlegende, innere Strukturen – vergleichbar mit einer Software, die es ermöglicht, die Lebenserfahrungen zu verarbeiten. Wir entwickeln unbewusst für uns nützliche Programme, die wir mit zunehmenden Fähigkeiten weiterentwickeln und verfeinern. Allerdings können wir auch inneren Automatismen begegnen, auf die wir keinen direkten Zugriff haben und die sich nicht einfach umschreiben lassen. Die systemische Arbeit beschäf-

tigt sich mit derartigen Mustern und Programmen als Ergebnis von Beziehungskonstellationen, äußeren Strukturen und Dynamiken, welche den Verlauf einer Entwicklung prägen. Im Fokus steht, wie was oder wer in welchem Kontext aufeinander bezogen ist und was wer braucht, damit Veränderungen realisierbar werden. Mit verschiedenen Methoden werden Wirkzusammenhänge bildhaft und erfahrungsorientiert erkundet, wobei es möglich wird, zu einem Thema Abstand einzunehmen und es einmal aus der Vogelperspektive zu betrachten. Es wird unter anderem untersucht, wie Grenzen und Räume beschaffen sind, welche Rollen und Aufträge bestehen, welche Hindernisse und Ressourcen vorhanden sind und aus welchen inneren Anteilen heraus bestimmtes Verhalten motiviert ist. Die systemische Beraterin Kristin Haustein und die systemische Therapeutin Elisabeth Leder bieten im Saalfelder

Verein Spektrum Herz e. V. über Vorträge, Seminare und Einzelsitzungen, die Möglichkeit, sich über die systemische Arbeit zu informieren und bei Interesse in persönlichen Themen begleiten zu lassen.

In einem Vortragsabend am **05.03. von 16-18 Uhr** werden folgende Themen veranschaulicht:

Einblicke in Paar- und Familiendynamiken:

- Häufige Konflikt- und Verstrickungsmuster
- Kinder im Kontakt mit Konflikten der Eltern, Rollen und Rollenverbiegungen

Wie sich unverarbeitete Familienthemen im Arbeitsleben wiederfinden

- Mögliche Dynamiken im Arbeitskontext

Ort: Am Hügel 6, 07318 Saalfeld

Anmeldung unter:

0160.99082502

Beitrag: Auf Spendenbasis

Das passiert bei einem Todesfall im Ausland

Was wir tun können und wo wir Unterstützung bekommen

■ Fern der Heimat einen geliebten Menschen im Ausland zu verlieren, ist für uns sicherlich nicht nur emotional eine große Belastung. Wenn ein Angehöriger im Ausland verstirbt, bedeutet das für die Hinterbliebenen einen hohen organisatorischen und finanziellen Mehraufwand.

Vorbeugen durch Versicherung Auslandskrankenschutz

Verstirbt die versicherte Person während eines Auslandsaufenthaltes, zahlt die Versicherung, je nach Tarif und Gesellschaft, die Kosten für die Bestattung im Ausland oder übernimmt gegebenenfalls die Betreuung vor Ort. Allerdings gibt es bei den Versicherungsleistungen Unterschiede. Es ist auf jeden Fall ratsam, sich vorher über die tariflichen Gegebenheiten zu informieren. Je nach Tarif werden die Bestattungskosten im Ausland bis zu einer unterschiedlichen Maximalsumme von der Versicherung getragen. Einige Auslandskrankenversicherungen können zudem, alternativ zu den Bestattungskosten im Ausland, auch die Kosten für die Rückführung des Leichnams nach Deutschland beinhalten.

Sterbegeldversicherung/Bestattungsschutzbrief

Die Sterbegeldversicherung oder der Bestattungsschutz-



brief sind Formen der Kapitallebensversicherung, welche zur Absicherung aller anfallenden Bestattungskosten im Sterbefall dient.

Bei der Sterbegeldversicherung geht es zumeist darum, dass im Sterbefall das eingezahlte Guthaben ausgezahlt wird. Der Bestattungsschutzbrief hingegen beinhaltet speziell auf den Todesfall des Versicherungsnehmers ausgerichtete Inhalte und ist auf die Einhaltung der angegebenen Form ausgerichtet. In

diesem Fall sorgt die zuständige Gesellschaft dafür, dass die Leistungen, welche der Versicherte angegeben hat, eingehalten und umgesetzt werden.

Die Höhe der Versicherungssumme wird vom Versicherten selbst festgelegt und kann, beispielsweise, auch die Kosten für die Rückführung eines Verstorbenen aus dem Ausland decken.

Welche Anlaufstellen gibt es?

Zunächst sollte ein Arzt konsultiert werden, der den Tod feststellt. Ist dies bestätigt, muss die jeweilige Behörde des Landes

darüber informiert werden. Die deutsche Auslandsvertretung des jeweiligen Landes, ob Botschaft oder Konsulat, helfen beim Beantragen der Sterbeurkunde bei den Behörden und beim Anfertigen beglaubigter Übersetzungen weiterer Dokumente.

Auch wenn der Verstorbene in Deutschland beigesetzt werden soll, ist es ratsam ein Bestattungsunternehmen im Ausland zu kontaktieren. Warum?



PIETÄT | STIELER & WADENSTORFER
BESTATTUNGEN

Ihr Berater im Trauerfall und bei Vorsorgen · Seit 1990

Rudolstadt Saalfeld Königsee
Saalgasse 7 Alte Gehegstr. 83a Dr-Max-Näder-Pl. 3
☎ 43520 ☎ 530086 ☎ 4950

www.pietat-rudolstadt.de



**Steinmetzbetrieb
Gottlieb Richter**

Inh. Steffen Grigoleit

Munchwitz 12 | 07338 Leutenberg

Telefon 036734 236014

Mobil 0170 4894480

E-Mail: info@steinmetz-grigoleit.de



Restaurierung | Naturstein | Steinmetzarbeiten | Fachplanung/-beratung

Der Leichnam muss hygienisch versorgt werden, was das beauftragte Bestattungsunternehmen übernimmt. Zudem bereitet dieses auch den Rücktransport vor.

Tipp: Neben der Auslandsvertretung können wir uns auch Rat von Organisationen wie Horizont International oder dem Unternehmen Transrep International holen. Diese können den Kontakt zu seriösen Bestattern herstellen und zu Regeln und Kosten beraten. Grundsätzlich sollte man keine Formulare unterschreiben, die man inhaltlich oder sprachlich nicht versteht.

Wie kann der Verstorbene in die Heimat transportiert werden?

Wenn ein Mensch mit deutscher Staatsangehörigkeit im Ausland verstirbt, wird in den meisten Fällen eine Überführung nach Deutschland angestrebt. Dies bedeutet allerdings einen ziemlich großen finanziellen Aufwand. Eine günstigere Alternative ist es, eine Einäscherung im Ausland vorzunehmen und die Urne samt aller erforderlichen Unterlagen im Reisegepäck mit nach Deutschland zu nehmen. Für die Überführung, welcher Art diese aus sein mag, benötigt das Bestattungsunternehmen im Ausland unter anderem die Reisedokumente des Verstorbenen (im Original), eine Kopie der Geburtsurkunde und eine Vollmacht zur Überführung. Ge-



regelt wird das über das Berliner Abkommen und/oder das Straßburger Abkommen.

Für den Transport des Leichnams ist ein mehrsprachiger Leichenpass notwendig, welcher bei der zuständigen Behörde des Landes beantragt werden muss. Zur Ausstellung braucht das Standesamt des Reiselandes unter anderem: die Sterbeurkunde, den Totenschein, eine ärztliche Bestätigung, dass die Rückführung möglich ist und eine Bestätigung des Bestatters über die Einsargung. Das kann mehrere Tage dauern. Außer-

dem muss die ausländische Sterbeurkunde in Deutschland dem zuständigen Standesamt vorgezeigt werden, um somit die deutsche Sterbeurkunde zu beantragen.

Kosten und Übernahme?

Eine genaue Kostenaufstellung ist leider nicht möglich, da dies je nach Land variiert. Dennoch kann man sich auf Folgendes einstellen:

- Finanzierung des Bestattungsunternehmens im Ausland und in Deutschland
- Leichenpass

- Gebühren für die Beschaffung von Dokumenten
- Überführung nach Deutschland. Gerade für die Überführung, bezüglich des Gewichts des Sarges und der kurzfristigen Buchung eines Fluges, können hohe Kosten anfallen. Hierfür ist es unbedingt ratsam vorab mit der Krankenkasse und Versicherung in Kontakt zu treten.

SW I marcus®

**SEIT 1908
GRABMALE KECK**

STEINMETZMEISTER
Clemens Keck

VON HAND GEZEICHNET
UND IN STEIN GEHAUEN ...

07318 Saalfeld
Friedhofstraße 7
Telefon 03671/2723
Steinmetzbetrieb-Keck.de

**BESTATTUNG
Irrgang & Weber** GmbH
(gegenüber Hotel Tanne)

*Wenn auf einmal
alles anders ist.*

*Wenn Sie uns brauchen,
sind wir an Ihrer Seite,
Jederzeit.*

Ratenzahlungen bis 36 Monate für alle Bestattungen möglich!
Saalstraße 36 • Saalfeld • 24h Tel. 03671 - 4 55 92 92
www.bestatter-saalfeld.de • auf Wunsch kostenloser Hausbesuch

Bestattungsinstitut
seit 1990 **Gerald Lange**
Inhaberin: Claudia Lange

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

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

Kostüm anziehen und losfeiern!

Wir sind mittendrin im Fasching

Der Januar war lang und langweilig genug, jetzt im Februar heißt es: Ausgelassen feiern! Lachen bis der Arzt kommt, tanzen, schunkeln, albern sein, tolle Programme der Karnevalsvereine genießen, Freunde treffen und neue Leute kennenlernen ... all das und noch viel mehr ist Fasching!

Bevor die 40-tägige Fastenzeit vor Ostern beginnt, wird noch einmal richtig einer draufgemacht. Und dabei kommen jede Menge Traditionen ins Spiel. Fast alle Bräuche, die im Fasching herrschen, sind Jahrhunderte alt. Zum Beispiel die Büttenrede! Hätten Sie es gewusst: Auch wenn es so klingt, hat die „Bütt“ nicht etwas mit „Bitten“ zu tun, sondern bezeichnete früher ein ovales Fass. Dieses wurde als Rednerpult genutzt, um öffentlichkeitswirksam und gut geschützt vor dem Publikum vom Leder zu ziehen. Oft waren die Redner als Schutzmann verkleidet.

Auch heute noch geht es in der Büttenrede um Politik, Macht, Institutionen, aktuelles Geschehen – Humor als Waffe!

Und woher kommt überhaupt der Begriff „Fasching“? Er bezeichnete früher den letzten Ausschank alkoholischer Getränke vor der Fastenzeit. Na dann Prost! Sein Äquivalent, „Karneval“, widmete sich da eher der festen Nahrung: „carne levare“ heißt soviel wie „Fleisch wegnehmen“, denn Fastenzeit hieß

auch Verzicht auf ebendieses. Stichwort Essen: Als Faschingspeise hat sich der Pfannkuchen durchgesetzt, der in unseren Bäckereien gerade in allerlei Varianten angeboten wird.

Lust auf frische Pfannkuchen?

Dann machen Sie mit bei unserem Gewinnspiel und holen Sie, wenn Sie Glück haben, die Leckereien direkt beim Bäcker ab. Die richtigen Antworten der folgenden Fragen ergeben das Lösungswort. Das Gemeinte darf traditionell bei vielen Faschingsveranstaltungen nicht fehlen.

SB | marcus®



Rätthe seit 1928
Bäckerei · Konditorei
Saalfeld | Kulmbacher Straße 74
Telefon 03671 520804



Stadtmühlenbäckerei Bielert
Pfannkuchen ...
... die leckerste Versuchung zur Faschingszeit ...
Stadtmühlenbäckerei Bielert
Bad Blankenburg Saalfeld Rudolstadt Königsee
... natürlich backen



Gewinnen Sie **PFANNKUCHEN** folgender Bäckereien:

- Bäckerei Wenzel**
Goßwitz, 2 x 5 Pfannkuchen
- Bäckerei & Konditorei Schöler**
Saalfeld, 1 x 10 Pfannkuchen
- Bäckerei Rätthe**
Saalfeld 2 x 5 Pfannkuchen
- Bäckerei - Cafe Wolf**
Volkstedt, 2 x 5 Pfannkuchen
- Stadtmühlenbäckerei Bielert**
Bad Blankenburg, 2 x 5 Pfannkuchen
- Bäckerei Wagner**
Saalfeld, 2 x 5 Pfannkuchen



Bäckerei · Konditorei · Cafe
Schöler
... Zeit zum Genießen
www.baeckerei-konditorei-schoeler.de E-Mail: baeckerei@konditorei-schoeler.de
Telefon: 03671-67580 Anschrift: Geraer Str. 23 in 07318 Saalfeld/Saale



Bäckerei - Cafe
Wolf
VOLKSTEDT
ROSENMONTAG
6-12 UHR GEÖFFNET
Breitscheidstraße 78 · Rudolstadt · Telefon 03672 350339

GEWINNSPIEL

Welche Stadt ist die Karnevalshochburg Thüringens?

- X - Ilmenau
- G - Wasungen
- T - Oberwellenborn

Zu welchem Gebäck zählt der Pfannkuchen?

- A - Schmalzgebäck
- I - Buttercremegebäck
- O - Törtchen

Welches Wort bezeichnet KEINEN Pfannkuchen?

- L - Berliner
- S - Krapfen
- R - Spritzkuchen

Wahr oder falsch? Die Tanzmariechen wurden bis weit ins 20. Jahrhundert nur von Männern dargestellt.

- D - Wahr
- C - Falsch

Was veranstaltet der Erfurter Carneval in diesem Jahr statt eines Faschingsumzugs?

- P - Online-Karneval
- E - Ein Fest auf dem Domplatz
- A - Gar nichts

Zur Teilnahme senden Sie bis zum 19. Februar eine E-Mail mit dem Lösungswort und dem Stichwort „Pfannkuchenrätsel“ an gewinnspiel@marcus-verlag.de. Die Gewinner werden telefonisch benachrichtigt, daher bitte die Telefonnummer angeben (sie wird nach Gewinnermittlung sofort gelöscht und es werden keine personenbezogenen Daten gespeichert oder weitergegeben).

Weitere Teilnahmebedingungen auf www.marcus-verlag.de.

Hier sind die Narren los...

...eine kleine Auswahl:

16.02.

- Bad Blankenburg: Weiberfastnacht des BBCC: 20 Uhr, Stadthalle
- Kaulsdorf: Weiberfasching mit dem GBCC: 19.33 Uhr, Bürgerhaus

17.02.

- Königsee: Rockfasching 2023 mit AntiToXin: 21 Uhr, Turnhalle Am Schiefer

18.02.

- Bad Blankenburg: Karneval der Masken: 20 Uhr, Stadthalle
- Kaulsdorf: Fasching mit dem GBCC: Kinderfasching: 15.01 Uhr, Hauptfasching: 19.33 Uhr, Bürgerhaus
- Königsee: Große Prunksitzung 23, 20 Uhr, Turnhalle Am Schiefer
- Lichte: Lichtner Faschingsparty: Motto: Best of der letzten Jahre, 19.11 Uhr, Feuerwehrgerätehaus
- Oberweißbach: Büttenabend des CCO: 19.11 Uhr, Gasthaus „Zur Schenke“

19.02.

- Bad Blankenburg: Kinderkarneval des BBCC: 14 Uhr, Stadthalle
- Königsee: Kinderfasching 2023 beim Unweisen Rat in Königsee: 14.30 Uhr, Turnhalle Am Schiefer
- Gräfenthal: Grafthaler Kinderfasching: 14.30 Uhr, Feuerwehr
- Oberweißbach: Kinderfasching des CCO: 14.11 Uhr, Gasthaus „Zur Schenke“

20.02.

- Bad Blankenburg: Festsitzung zum Rosenmontag: 20 Uhr, Stadthalle
- Königsee: Rosenmontagsparty: 20 Uhr, Turnhalle Am Schiefer



apotheker aesthetik
von hirschhausen

Einladung zum Vortrag

„Komm in Schwung!“

Schüler Salze
für ein besseres Körpergefühl

06. März 2023
17.00 Uhr
Obere Straße 1a

Referentin: Frau Ines Zeh
Schutzgebühr: 3€

Ein Vortrag für alle, die mehr über die Möglichkeiten und die Wirkungsweise von Schüler-Salzen erfahren wollen.

Sichern Sie sich gleich
Ihren persönlichen Platz:

☎ 03671 / 2163



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

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

Frischer Anstrich für Ihr Haus



Im Frühling die Fassade angehen

■ Wenn es langsam wieder wärmer und trockener wird, herrschen gute Bedingungen für einen neuen Fassadenanstrich. Darum ist jetzt der richtige Zeitpunkt, um sich darüber klarzuwerden, was man eigentlich will und was heute alles möglich ist.

So individuell wie seine Bewohner, so individuell kann die Fassade eines Hauses gestaltet werden. Schließlich ist die Fassade das Gesicht des Hauses und kann etwas über die Menschen in ihm aussagen. Neben der Optik sind natürlich die Funktionen der Fassade zu berücksichtigen: Sie schützt vor Witterungseinflüssen von außen und trägt zur Energieeffizienz des Hauses bei. Wind, Niederschläge, UV-Strahlung der Sonne setzt der Fassade zu. Feuchtigkeit durch benachbarte Bäume, Sträucher oder Gewässer kann dazu füh-

ren, dass sich Moos und Algen bilden, so dass Kondenswasser oder Regentropfen an der Außenwand nicht mehr richtig trocknen.

Spätestens wenn sich grüngraue Ablagerungen bilden oder die Farbschicht abblättert, sollte eine Sanierung erfolgen. Vor dem neuen Abstrich muss die alte Fassade genau von diesen Ablagerungen befreit und grundgereinigt werden, außerdem werden lockere Putzteile gelöst und Risse ausgebürstet. Nun geht es ans Gestalterische: Welche Farbe, welches Material darf es sein? Die Auswahl ist groß.

Fassadenfarben schützen zugleich

Moderne Fassadenfarben sehen nicht nur gut aus, sondern bieten oft zusätzliche Funktionen. Sie schützen vor Algen und Pil-

zen, vermeiden die Aufheizung der Fassade, verhindern ein Ausbleichen oder können sogar Schadstoffe abbauen.

Viele verschiedene Farbtöne bieten Acrylatfarben, sie sind gleichzeitig besonders witterungsbeständig. Häufig verwendet, da relativ günstig, sind darüber außerdem Dispersionsfarben, die aus einem Gemisch von Pigmenten, Lösungsmitteln und Bindemitteln bestehen. Auf siliziumhaltigen Fassaden kann Silikatfarbe zum Einsatz kommen, die auch als Mineral- oder Wasserglasfarbe bekannt ist. Sie geht mit dem mineralischen Untergrund eine unlösbare Verbindung ein, dadurch ist sie gut haltbar, witterungsbeständig und farbecht. Viel hängt also vom Untergrund ab – welche Farbe wo eingesetzt werden kann, dazu berät der Profi!

Fassadengestaltung kann aber auch über den Putz vorgenom-

men werden. Dabei kommen verschiedene Putzarten wie Mineralputz, organischer Außenputz, Buntstein-, Reibputz-, Besenputz zum Einsatz. Auch bei dieser Variante geht es darum, die schützende Hülle des Hauses wasserabweisend und energieeffizient zu machen.

SB | marcus®

Zuhause ist da, wo sich das Herz wohlfühlt.

unbekannt

Gerüstbau
 03671 635740
 www.hammerschmidt-gmbh.com
HAMMERSCHMIDT

Ihr Malermeister in Thüringen

Malerhof
 Meisterbetrieb

Malerhof Saalfelderstr. 8 | 07333 Unterwellenborn | OT Könitz

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

Technik trifft Handwerk

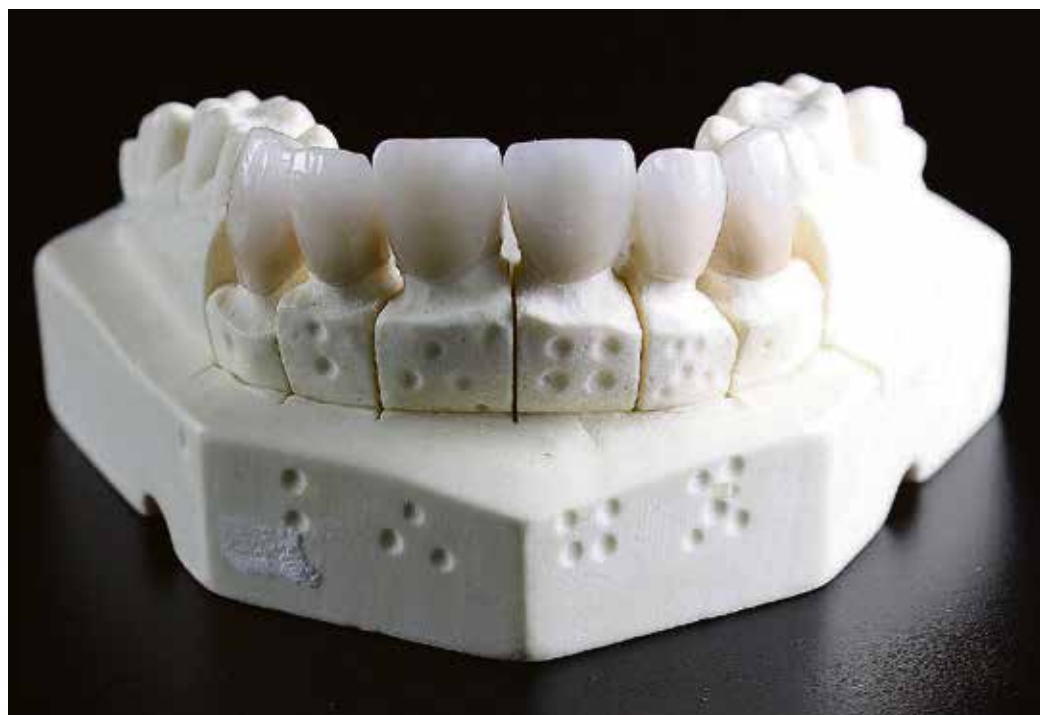
Berufsportrait: Zahntechniker

Der Zahntechniker kümmert sich um Zahnimplantate und fertigt diese in einem Labor an. Sogar ein ganzes künstliches Gebiss, Zahnspangen oder eine Zahnschiene werden am Computer geplant und hergestellt. Prinzipiell fertigt der Zahntechniker sämtliche Produkte für Zähne und Kiefer. Kurzum sorgst man dafür, dass Patienten bei kranken oder fehlenden Zähnen individuelle Ersatzprodukte erhalten.

Was es sonst noch über den kreativ, technischen Handwerksberuf zu erfahren gibt, haben wir einmal für euch zusammengefasst:

Wenn man naturwissenschaftlich und medizinisch interessiert ist, ist der Beruf des Zahntechnikers eine tolle Wahl. Natürlich braucht es dafür auch etwas Geschick und Geduld, denn ein künstliches Gebiss oder ein Zahnimplantat benötigt viele kleine Arbeitsschritte. Außerdem schreit dieser Beruf stark nach Zukunft, denn immer wieder werden neue Technologien und Arbeitsmethoden weiterentwickelt um so noch präziser und individueller arbeiten zu können. Zudem ist die Zahntechnik ein wichtiger Teilbereich der Zahnmedizin, umfasst die vielseitigen Herstellungsverfahren für Zahnersatz und ist ein technisch anerkannter Ausbildungsberuf.

Prinzipiell orientiert sich der Zahntechniker an dem individuellen Zahn- oder Kieferabdruck des Patienten, welchen der Zahnarzt an den Zahntechniker weitergibt. Mit dem Computer und diversen technischen Werkzeug fertigt man passgenaue Teile an. Hier entstehen nicht nur Kieferabdrücke und Zahnimplantate, sondern man kümmert sich auch um die Säuberung und Reparatur von zahntechnischen Produkten, wie beispielsweise abgebrochenen Zähnen oder verbogene Zahnspangen. Darüber hinaus erörtert der Zahntechniker gemeinsam mit Medizinern verschiedene Behandlungsmethoden in einer



beratenden Funktion. Der handwerklich-technische Beruf setzt also auch soziale Kompetenzen und Computerfachwissen voraus. Somit verlagert sich der Beruf im Tätigkeitsbereich der Zahnmedizin immer mehr ins digitale. Denn das Berufsbild befindet sich im starken Wandel, weil auch hier das alltägliche Arbeiten mit dem Computer immer mehr an Präsenz gewinnt.

Ausbildung

Die Ausbildung gehört in Deutschland zu den anerkannten Berufsausbildungen und dauert in den Regel 3,5 Jahre. Unter bestimmten Voraussetzungen kann die Ausbildung auch verkürzt werden. Dabei ist ein guter Realschulabschluss die optimale Voraussetzung. Zudem sind räumliches Vorstellungsvermögen, technisches, physikalisches und mathematisches Verständnis, Sorgfalt sowie Spaß an kleinteiliger handwerklicher Arbeit Voraussetzung.

Ausbildungsinhalte

Beim Beruf Zahntechniker dreht sich inhaltlich alles um Zähne und Kiefer. Deshalb ist anatomisches Wissen grundlegend. Um mit den verschiedenen Materialien wie Keramik, Titan, Gold und

Metall zu arbeiten lernt man während der Ausbildung wie diese gezielt verarbeitet, angewendet und eingesetzt werden. Die Lehre wird mit einer Gesellenprüfung beendet.

Gute Aussichten

Da die Menschheit immer älter wird, steigt auch der Bedarf an Zahnersatzprodukten. Gebraucht wird der Beruf des Zahntechnikers beispielsweise in zahntechnischen Laboren, Laboren von Zahnarztpraxen oder in einer Zahnklinik.

Da der Beruf des Zahntechnikers sehr technisch ist und zudem immer mehr digitalisiert

wird, bestehen hier gute Weiterbildungsmöglichkeiten. Denn die Technik befindet sich im stetigen Wandel und auch die Zahntechnik macht immer mehr Fortschritte in Richtung der Digitalisierung. Weiterbildend kann der Zahntechnikermeister, der Technische Fachwirt, Fachkaufmann/-frau in der Handelswirtschaft und der Ausbilder angestrebt werden. Mit einem Abiturabschluss kann beispielsweise auch Zahnmedizin, Dentaltechnologie oder Medizintechnik studiert werden.

SW I marcus®

Zahntechniker/in gesucht (m/w/d)

Suchst Du eine neue Herausforderung in einem aufgeschlossenen freundlichen Team?

Dann bieten wir:

- abgestimmte flexible Arbeitszeiten
- übertarifliche Bezahlung
- Voll- oder Teilzeitbeschäftigung
- moderne CAD/CAM Technik
- helles, modernes Praxislabor
- regelmäßige Teamevents und vieles mehr

Voraussetzung:

- abgeschlossene Zahntechniker Ausbildung
- Erfahrung in Kombi- und Implantatprothetik

Erwünscht:

CAD/CAM Erfahrung

Haben wir Dein Interesse geweckt? Dann sprich uns an, oder bewirb Dich schriftlich per E-Mail an christian@dr-roever.de.

Unser kollegiales und engagiertes Team freut sich auf Dich!



Laufend in den Frühling

Heineparklauf am 25. März bildet Auftakt in die Saison

■ Als Traditionslauf lädt der Heineparklauf in diesem Jahr wieder Läufer aus dem gesamten Landkreis und darüber hinaus nach Rudolstadt ein. Der ausrichtende Laufclub Rudolstadt (LCR) e.V. sieht ihn so: Einen Lauf in den Frühling, bei dem die Läufer testen können, ob sie fit genug sind für die nun beginnende Laufsaison.

Der Heineparklauf mit seiner ebenen Strecke eignet sich hervorragend als Auftakt für weiteres Kräfteressen und trägt diesem Gedanken Rechnung, indem er erster Ranglistenlauf im Läufer-Sparkassen-Cup als Laufserie im Landkreis ist. Besondere Stimmung, so Uwe Schmidt, 1. Vorsitzender des LCR, entsteht auch dadurch, dass viele Familien teilnehmen. Für die Kinder verschiedener Altersstufen werden verschiedene Läufe angeboten. In den anderen Läufen, wie dem Hauptlauf über 10 Kilometer, messen sich dann mitunter ihre Eltern oder Großeltern. Circa 450 Teilnehmer werden wieder erwartet, darunter auch einige Schüler, so des Gymnasiums Fridericianum oder der

Friedrich-Adolf-Richter-Schule. Die Siegerehrungen werden im Stadion vorgenommen, wo die jeweiligen Läufe auch starten und enden. Die Übergabe des



Fotoquelle: Nicole Ring

Gesamtsiegerpokals des 10-Kilometer-Laufes markiert das Ende der Veranstaltung, das mit circa 14 Uhr angegeben ist.

Damit der Heineparklauf gelingen kann, sind das Organisationsteam Läufe und rund 50 LCR-Mitglieder ehrenamtlich im Einsatz, in der Vorbereitung (nahezu parallel zum Fröbelllauf) und ganz praktisch beim

Auf- und Abbau, als Streckenposten oder in der Versorgung. Sie hoffen auf gutes Wetter – „so wie wir es in jedem Jahr hatten!“ Etwa 20 Vereinsmitglieder

laufen auch selbst mit. Mit dem Fröbelllauf am 29. April und dem Schillerstaffellauf am 6. Mai stehen, organisiert vom gleichen Verein, in diesem wie in jedem Frühjahr noch zwei weitere Lauf-Highlights in Rudolstadt auf dem Programm.

Strecken:

9.50 Uhr – 300 m - Bambini (Jahrg. 2018 und jünger) – (ohne Zeitnahme und Platzierung)
10 Uhr – 1 km - U8 / U 10
10.15 Uhr – 3 km - U12 / U 14
11 Uhr – 10 km – U18, U20, Männer/Frauen bis W80 bzw. M85
11.15 Uhr - 5 km - U16 und jedermann ab 16 Jahre

Jetzt anmelden:

www.laufclub-rudolstadt.de/heineparklauf

Die Online-Anmeldung läuft bis 22. März 18 Uhr.

In Ausnahmefällen sind Nachmeldungen vor Ort bis eine halbe Stunde vor Start des jeweiligen Laufes gegen eine Gebühr in Höhe von 5 EUR im Meldebüro möglich.

SB | marcus®

Raumausstatter Saule

– Meisterbetrieb –

SONNENSCHUTZ
GARDINEN
BODENBELÄGE
BERATUNG UND SERVICE

Mobil:
0175 7564857
Fon: 03672 352513
E-Mail: info@boden-saule.de



volksbank-vor-ort.de

Mit uns läuft's.

Morgen kann kommen.

Erreichen Sie Ihre Ziele und verwirklichen Sie Ihre Wünsche mit uns an Ihrer Seite!

Volksbank eG

Gera · Jena · Rudolstadt

☎ 03641 488 884 | 📧 info@volksbank-vor-ort.de

Ausdauer wird früher oder später belohnt - meistens aber später. (Wilhelm Busch)

Wir unterstützen regionale Vereine!

| Zu den Pfarreichen 2 | 07422 Bad Blankenburg
| Telefon: 036741 58680 | info@petrickgmbh.de
| www.petrickgmbh.de

PETRICK

Fasching feiern in Oberweißbach

CCO und seine Tanzgruppen laden ein

■ Seit 53 Jahren feiert der Carneval Club Oberweißbach (CCO) seinen Fasching im Gasthaus „Zur Schenke“ – und so ist auch in diesem Jahr schon alles hier aufgebaut zum ausgelassenen Feiern. Auf der Bühne ist die Dekoration märchenhaft, denn das Motto des Faschingsauftritts im November lautete „Der CCO im Märchenland“. So gut ist sie gelungen, dass das Programm auch im Februar vor ihr stattfinden wird. Ein spritziges Faschingswochenende steht bevor!

Los geht es mit dem **Büttenabend** am 18. Februar. Ab 19:11

Uhr erwartet die Besucher ein ungefähr zweistündiges Programm, bevor sie selbst zum Tanzen und Feiern aufgefordert werden. Alle Tanzgruppen sind im Einsatz: Die Rote Garde der 14/15-Jährigen, die Blaue Garde der etwas Älteren, die eigens einen Showtanz eingeübt haben, die Damengarde und das 18-jährige Tanzmariechen Maja Koch. Am Ende des Programms steht die Vorstellung des Prinzenpaares auf dem Programm, und kurz vorher gibt sich das heiß ersehnte Männerballett die Ehre. Statt einer klassischen Büttenrede gibt es zwischen den Tänzern viel Unterhaltung und

originelle Witze über Politik, Gesellschaft und das Ortsgeschehen. Zum **Kinderfasching** am 19. Februar 14:11 Uhr führen dann drei Clowns durch das Programm. Die kleinen Gäste erleben das Tanzmariechen und die Rote Garde auf der Bühne und dürfen wieder selbst bei vielen Spielen mitmachen – von Eierlaufen bis Klopapiereinwickeln – und natürlich Preise gewinnen.

Auf das Faschingswochenende haben sich der Verein und seine Bühnenaktive schon lange vorbereitet: So proben die jüngeren Tänzer schon seit den Sommerferien, die Männer fan-

gen als Letztes immer erst circa sechs bis acht Wochen vor ihrem großen Auftritt mit ihren Proben an, dann aber umso eifriger.

Karten für die Veranstaltungen gibt es über die Facebook-Seite des CCO sowie an der Abendkasse. Und auch an den Sommerdenkt der Verein schon: Die Termine für die Open-Air-Saison in der Grotte Oberweißbach sind bereits auf der Facebook-Seite publik.



TISCHLEREI
H. Breternitz



- Individueller Möbelbau - Küchen- und Badeinrichtungen
- Laden und Praxiseinrichtungen - Gaststätteneinrichtungen
- Büromöbel - Mansardenlösungen - Massivholzmöbel
- Kinderzimmer - Innenausbau - Fenster - Türen
- Treppensanierungen - Holzfassaden


Meuselbach/Schwarzühle Tel. 036705 / 20 464
Am Kuppenberg 4 - 98744 Schwarzatal Mobil 0171 / 72 93 738
Mail: info@tischlerei-breternitz.de

Elektrohandwerksbetrieb
FÖRTSCH
Meisterbetrieb Oberweißbach

Elektrotechnik • Hausgeräte • Photovoltaik
Als Elektro-Profi garantieren wir Ihnen beste Qualität.

Am Bohmental 3 | 98744 Schwarzatal | Telefon 0 36705 62282

“Pflege- & Gesundheitszentrum”
Oberweißbach GmbH



Manuela Spahn
Geschäftsführung
Dipl. Pflegewirtin (FH)

Am Bohmental 16
98744 Schwarzatal
Telefon: 03 67 05/ 6 30 38
Fax: 03 67 05/ 20 98 38
24 Std.: 0171/ 7 29 37 39
pflegepraxis-spahn@gmx.de

Tagespflegezentrum
“Farrenberg”



Inh.
Manuela Spahn
Dipl. Pflegewirtin (FH)

Farrenbergweg 8
98744 Cursdorf
Telefon: 03 67 05/ 21 71 45
Fax: 03 67 05/ 21 71 49
pflegepraxis-spahn@gmx.de

WEG von ÖL und GAS – heizen mit
SONNE, SCHEIDHOLZ und HOLZPELLETS

besuchen Sie unsere
Erstberatungen!

Solar Wärme
Walther

Termine nach Vereinbarung unter:
Tel.: 036705 / 62418 & 0175 / 4151470
Sonneberger Straße 136
98744 Stadt Schwarzatal • OT-Oberweißbach

Hier sind die Profis am Werk.



Kfz-Service
WICKLEIN
Meisterwerkstatt

Rudolstädter Straße 129 - 98744 Schwarzatal
E-Mail: info@kfz-service-wicklein.de
Telefon 036705/62142

Jeder fünfte Pkw fällt durch



TÜV-Mängelquoten steigen

■ Die technische Sicherheit der Autos auf Deutschlands Straßen hat sich verschlechtert: Im aktuellen „TÜV-Report 2023“ sind bei den Hauptuntersuchungen (HU) der TÜV-Organisationen 20,2 Prozent der geprüften Pkw mit „erheblichen“ oder „gefährlichen Mängeln“ durchgefallen. Dieser Wert ist im Vergleich zum Vorjahresreport um 2,3 Prozentpunkte gestiegen.

Die festgestellten Mängel müssen dann behoben und das Fahrzeug innerhalb von vier Wochen erneut bei der Prüfstelle vorgeführt werden. Die Quote der Pkw mit „geringen Mängeln“ ist mit 1,6 Punkten auf 10,7 Prozent ebenfalls kräftig angestiegen. Corona-Effekte wie weniger Fahrten, eine intensivere Wartung der Fahrzeuge und ein höherer Anteil jüngerer Fahrzeuge in der Statistik hatten zuvor für eine positive Entwicklung gesorgt. Laut den Ergebnissen sind im Untersuchungszeitraum (Juli 2021 bis Juni 2022) 0,05 Prozent der geprüften Pkw als „verkehrsunsicher“ eingestuft worden und mussten sofort stillgelegt werden. In Relation zur Gesamtzahl aller in Deutschland durchgeführten Hauptuntersuchungen entspricht das rund 15.000 Fahrzeugen. Rund 160.000 Fahrzeuge mussten mit „gefährlichen Mängeln“ direkt in die Werkstatt (0,5 Prozent). Das ist der Fall, wenn die TÜV-Sachverständigen beispielsweise poröse Bremsschläuche, stark abgefarbene Reifen oder den Ausfall sämtlicher Bremslichter feststellen.

Die Mängelquoten steigen naturgemäß mit dem Alter der geprüften Fahrzeuge. Generell steigt das Durchschnittsalter der Pkw in Deutschland seit Jahren kontinuierlich an: Aktuell sind 43 Prozent aller Pkw in Deutschland aktuell 10 Jahre oder älter, die Fahrzeuge werden immer langlebiger.

IHRE ERFOLGSGESCHICHTE @AUTO-WELZ

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

Serviceberater – Kfz-Mechatroniker Karosseriebauer – Fahrzeugaufbereiter (m/w/d/x)

Ihr Profil

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

Wir bieten

- > Interessanten und abwechslungsreichen Aufgabenbereich.
- > Sicheres Arbeitsverhältnis mit langfristig ausgelegter Zusammenarbeit.
- > Individuelle Förderung mit vielfältigen Weiterbildungsmöglichkeiten.
- > Attraktive Vergütung mit betrieblicher Altersvorsorge.
- > JOB-RAD, TANKGUTSCHEIN, 30 Tage URLAUB (bei Vollzeit), FREIE WOCHENENDEN, KEINE BEREITSCHAFTSDIENSTE, in Teil- oder Vollzeit

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

AUTOHAUS AN DER BAHNBRÜCKE GMBH

Kulmstrasse 30 a, 07318 Saalfeld

T 03671-460060

info@auto-welz.de

www.auto-welz.de · www.classic-welz.de · www.facebook.com/auto-welz

Wenn es knallt bei Eis und Schnee

Die häufigsten Unfallursachen im Winter

■ Bei Glätte aus der Spur gerutscht oder dem Vordermann aufgefahren: Herrschen schlechte Witterungsbedingungen, kann ein Unfall mit dem Auto schnell passieren. Dabei liegen die eigentlichen Ursachen für Unfälle häufig in der Verantwortung des Fahrers und sind vermeidbar. Zu den häufigsten Unfallursachen zählt der ADAC eine zu geringe Profiltiefe der Reifen – an neuen Winterreifen sollte also nie gespart werden! Thema zu schnell gefahren: Wenn bei Glätte oder Nässe Unfälle passieren, war die Geschwindigkeit meistens nicht angepasst. Auch unzureichend geräumte Straßen können natürlich für Unfälle sorgen. Bevor man sich über den Winterdienst beschwert, sollten Autofahrer allerdings mit dem eigenen Fahrzeug anfangen: Nur ein Guckloch an der Windschutzscheibe freikratzen reicht eben nicht aus für die erforderliche Sicht im Straßenverkehr. Eingeschränkte Sicht und Schnee auf dem Dach, der bei der Fahrt nach unten rutscht, kann für gefährliche Situationen sorgen. Es hilft also nichts, das Auto ist vor der Fahrt vollumfänglich von Eis und Schnee zu befreien. Zu den wintertypischen Unfallursachen kommen solche, die das ganze Jahr über am häufigsten für Schäden sorgen: Fehler beim Abbiegen, beim Wenden, Rück-



wärtsfahren, Verlassen oder Einschwenken in Ausfahrten. Zur Vermeidung von Unfällen gilt grundsätzlich (nicht nur im Winter): Runter vom Gas, Augen auf und das Fahrzeug regelmäßig auf Verkehrssicherheit kontrollieren.

Eine regelmäßige Inspektion von Bremsen, Licht und Scheibenflüssigkeit ist Voraussetzung für sicheres Fahren. Dafür ist Ihre Werkstatt auch und gerade

im Winter da. Wenn doch etwas passiert ist, heißt es kühlen Kopf bewahren und die Kontakt- und Versicherungsdaten mit dem Unfallgegner austauschen. Damit nichts vergessen wird, am besten Europäischen Unfallbericht ausfüllen, er sollte immer griffbereit im Auto liegen. Wenn Personen verletzt sind, es zu einem hohen Schaden kam, gar nicht mit dem eigenen Auto gefahren wurde (z.B. mit dem Firmenwagen), sich abzeichnet dass die Schuldfrage nicht geklärt werden kann oder möglicherweise Alkohol/Drogen im Spiel sind, sollte die Polizei hinzugerufen werden.

Überraschenderweise passieren laut ADAC im Winter weniger Autounfälle als in den Sommermonaten, zumindest solche mit Personenschaden. Das liegt einerseits sicherlich an der erhöhten Umsicht, mit der im Winter gefahren wird und dass Winterreifen und Schneeketten für Sicherheit sorgen; aber auch daran, dass im Winter kaum Motorräder oder Fahrräder als schwächere Verkehrsteilnehmer auf den Straßen unterwegs sind. Viele Menschen lassen das Auto bei Eis und Schnee ohnehin lieber stehen.

SB | marcus®



Hier sind die Profis am Werk.



Kfz-Service
WICKLEIN
Meisterwerkstatt

Rudolstädter Straße 129 - 98744 Schwarzatal
E-Mail: info@kfz-service-wicklein.de
Telefon 036705/62142

Loslassen & wohlfühlen ...

... mit kosmetischen Wellness-Angeboten in deiner Region

■ Wellness kann uns dazu verhelfen wieder innere Ruhe zu finden, Ausgleich zu schaffen und dadurch neue Kraft zu ziehen. Wir stärken damit unsere seelisches Wohlbefinden und unterstützen uns, die Ressourcen welche in unserem manchmal hitzigen Alltag verloren gehen wieder zu füllen.

Ob wir diese Ressourcen in liebevoller Selbstfürsorge nun mit einer kosmetischen Behandlung oder einem neuen trendigen Haarschnitt beim Friseur unseres Vertrauens oder einer Hot-Stone-Massage vervielfältigen wollen, liegt ganz bei uns.

Fakt ist: Das Wellness unseren seelischen Zustand stark beeinflussen kann und wir zudem wieder in ein Wohlgefühl der Entspannung kommen können, ist schon lange kein gut gehütetes Geheimnis mehr.

Entspannende Wellness Angebote finden sich auch in unserer Umgebung. Wellness-Reisen zum Beispiel, beinhalten neben einer wohltuenden Übernachtung im Hotel und einem reichhaltigen Frühstückangebot zu meist auch mindestens eine Massage. Oft können dazu noch weitere Wellness-Anwendungen gebucht, Kräuterwanderungen in der Natur begangen und vielleicht auch Yogapraktiken für inneren Ausgleich erlebt werden.

Oder, wie wäre es mal wieder mit einem wärmenden Saunabesuch! Auch hier kann man mal

so richtig die Seele baumeln lassen und die Vorzüge von wohltuender Wärme genießen.

In den Kosmetikstudios der Stadt erleben wir angenehme Gesichtsbearbeitungen bei melodischen Klängen, wärmende Fußbäder oder Massagen aller Art, je nachdem, was das eigene Herz begehrt oder braucht. Auch Verschönerungsangebote wie Permanent Make Up, gehören dazu! Denn, wenn wir ehrlich zu uns sind, schenken wir unserem eigenen Selbstwertgefühl auch damit ein Strahlen nach Außen.

So auch beim Friseur... Wellness bedeutet auch, sich um sein eigenes Ich Gedanken zu machen. Wir möchten uns auch äußerlich sichtbar Wohlfühlen und das funktioniert doch wunderbar mit einer frischen Farbe auf dem Kopf oder einem Haarschnitt der zu uns passt und unsere Persönlichkeit bestens unterstreicht, oder? Die Angebote hierzu sind in unserer Region sehr vielfältig und für jeden einzelnen ist garantiert das richtige dabei.

Nur Mut und auf zu liebevoller Selbstfürsorge ganz im Zeichen von Wellness und seelischer Gesundheit.

SW | marcus® ■



Kosmetikbehandlung
Fußpflege



Chic

Friseurgenossenschaft Saalfeld von 1959

Unsere neue Kollegin Luna Sachse freut sich auf Sie. Lassen Sie die Seele bei einer Kosmetikbehandlung baumeln oder laufen Sie nach einer Fußpflege wie auf Wolken.

Friseurgenossenschaft „Chic“ eG.
Gorndorfer Str. 28
07318 Saalfeld

Tel.: 03671/ 641587

Holen Sie sich Ihren Wohlfühltermin!

frisör
Karin

Stauffenberg-Straße 78 | Saalfeld/Gorndorf ☎ 03671 613506

Natürlich schön mit Permanent Make-Up



Nahezu jede Frau wünscht sich morgens ein perfektes und strahlendes Aussehen. Die tägliche Schmink-Prozedur ist da manchmal schon etwas lästig. Und dann ist der mühsam projizierte Schmink-Akt meist um die Mittagszeit schon wieder verfliegen, dabei scheint es uns, als wären wir gerade erst aufgestanden. Wie schön wäre es, morgens perfekt geschminkt aus dem Haus zu gehen und fahle Lippen, dünne Augenbrauen oder einen verschlafenen Blick gegen einen dauerhaft perfektionierten Look einzutauschen, dem selbst ein spontaner Regenschauer nichts anhaben kann.

Wer beim Stichwort Permanent Make-Up jetzt an dicke, eintönige Balken über dem Auge und unnatürlich aussehende Lippenkonturen denk, kennt definitiv nur Negativbeispiele!

Denn wenn die Behandlung professionell von statten geht, ist die kosmetische Pigmentierung eine tolle Sache. Es macht das tägliche Schminken überflüssig und sitzt den ganzen Tag so, wie es sitzen soll. Egal ob wir im Fitnessstudio schwitzen, mit den Kids die Wasserrutsche hinunter sausen oder einen entspannten Saunabesuch planen, die Beauty-Behandlung lässt uns immer perfekt aussehen, so wie wir es uns selbst wünschen und unterstreicht unsere natürliche Schönheit immer und überall.

Ein weiterer Pluspunkt: Permanent Make-Up kann vielen Menschen, Männern wie Frauen, dazu verhelfen sich nach längerer Krankheit wieder schön zu fühlen. Zum Beispiel, wenn nach einer Chemo-Behandlung die Augenbrauen nicht mehr nachwachsen, geben pigmentierte Brauen dem Gesicht wieder ihre alte Kontur zurück.

Permanent bedeutet dabei nicht, dass das Make-Up für immer bleibt, wie beispielsweise beim Tattoo, da die mineralischen und synthetischen Farbpigmente prinzipiell nur in der obersten Hautschicht pigmentiert werden. Durch die ständige Erneuerung der Haut verblasst

das Permanent Make-Up mit der Zeit. Im Normalfall und bei guter Pflege hat man ungefähr 2 - 5 Jahre etwas davon. Was also bedeutet, dass man bei der Entscheidung für den dauerhaften Look keine Angst haben muss. Auch ist die tatsächliche Haltbarkeit vom Hauttyp, der individuellen Hauterneuerung, dem Lebensstil und der Anwendungsstelle abhängig.

SW I marcus®



Ch. Krafft

KOSMETIK & MICROPIGMENTATION

Permanent Make Up

Harmonische Kontur und dezente Farbe

Kennen Sie das auch?

Jahrelanges Zupfen hat Ihre Augenbrauen aus der Form gebracht und es sind Lücken entstanden? Ungeschminkt wirken Ihre Augen müde und glanzlos, die Lippen blass und konturlos?

Micropigmentation – die feine Art des Permanent Makeup



kosmetik-krafft.de

Christine Krafft
Institut für Kosmetik & Micropigmentation

Bahnhofstr.2
07318 Saalfeld
Telefon 03671 / 617 98 13

FRISEUR team  **WAGNER**

Gesucht in Voll-oder Teilzeit
Friseur (m/w/d)

Bewerbung an: jenswagnerhairstyle@gmail.com oder jenswagnerhairstyle@gmail.com oder Friseur Wagner | Blankenburger Straße 4
07318 Saalfeld, Tel. 03671 6270603

Kosmetik & Fußpflege
Beate Schneider

Unterm Breiten Berg 3
07318 Saalfeld

Telefon 0171 3819305
Terminvereinbarung erwünscht



Ihre Einladung zum Einsteigen.

Jetzt Hyundai Wunschmodell sichern!

Leasing mtl. ab:

74,95 EUR¹



Fahrzeugaufbildungen zeigen ggf. aufpreispflichtige Sonderausstattungen gegenüber nachfolgenden Angeboten und sind kein Teil davon.

Die Gelegenheit ist günstig: Entdecken Sie bei uns attraktive Angebote für Ihr Hyundai Wunschmodell. Vom kompakten City-Flitzer i10, bis zu unserem vielseitigen Erfolgs-SUV TUCSON, ist bestimmt auch Ihr Traumwagen dabei. Die Fahrzeuge überzeugen durch ihre umfangreiche und moderne Ausstattung in Sachen Komfort, Konnektivität und Sicherheit. Lassen Sie sich jetzt bei einer Probefahrt begeistern in einer unserer Filialen, wir freuen uns auf Sie!

Muster-Angebot für Hyundai Kilometerleasing: Hyundai i10 Select, 1.0 SELECT Benzin Schaltgetriebe, 49 kW (67 PS)¹

Fahrzeugpreis	14.785,00 EUR
Einmalige Leasing-sonderzahlung	2.999,00 EUR
Laufzeit	36 Monate
Gesamtlauflistung	30.000 km
Überführungskosten	990,00 EUR
Barzahlungspreis	13.888,01 EUR
Gesamtbetrag	6.687,20 EUR
Effektiver Jahreszins	4,68 %
Gebundener Sollzinssatz p. a.	4,58 %

Leasingrate mtl.:

74,95 EUR¹

Kraftstoffverbrauch nach NEFZ in l/100 km: innerorts 5,3; außerorts 4,1; kombiniert 4,5. CO₂-Emissionen nach NEFZ kombiniert: 104 g/km; CO₂-Effizienzklasse C. Kraftstoffverbrauchs- und CO₂-Emissionswerte nach realitätsnäheren WLTP-Werten: kombiniert 5,4 l/100 km; CO₂-Emission kombiniert: 122 g/km.²

Muster-Angebot für Hyundai Kilometerleasing: Hyundai i20 Connect & Go, 1.0 T-GDI Benzin Schaltgetriebe, 74 kW (100 PS)¹

Fahrzeugpreis	19.750,00 EUR
Einmalige Leasing-sonderzahlung	4.999,00 EUR
Laufzeit	36 Monate
Gesamtlauflistung	30.000 km
Überführungskosten	1.090,00 EUR
Barzahlungspreis	19.888,00 EUR
Gesamtbetrag	10.010,12 EUR
Effektiver Jahreszins	4,68 %
Gebundener Sollzinssatz p. a.	4,58 %

Leasingrate mtl.:

108,92 EUR¹

Kraftstoffverbrauchswerte in und CO₂-Emissionswerte nach realitätsnäheren WLTP-Werten: Kurzstrecke 7,2 l/100 km; Stadtrand 5,3 l/100 km; Landstraße 4,7 l/100 km; Autobahn 5,9 l/100 km; kombiniert 5,6 l/100 km; CO₂-Emissionen kombiniert: 127 g/km. CO₂-Effizienzklasse D.²

Muster-Angebot für Hyundai Kilometerleasing: Hyundai i30 Connect & Go, 1.0 T-GDI Benzin Schaltgetriebe, 88 kW (120 PS)¹

Fahrzeugpreis	23.350,00 EUR
Einmalige Leasing-sonderzahlung	6.999,00 EUR
Laufzeit	36 Monate
Gesamtlauflistung	30.000 km
Überführungskosten	1.090,00 EUR
Barzahlungspreis	23.488,00 EUR
Gesamtbetrag	12.403,96 EUR
Effektiver Jahreszins	4,68 %
Gebundener Sollzinssatz p. a.	4,58 %

Leasingrate mtl.:

119,86 EUR¹

Kraftstoffverbrauch nach NEFZ in l/100 km: innerorts 6,3; außerorts 4,9; kombiniert 5,4. CO₂-Emissionen nach NEFZ kombiniert: 123 g/km; CO₂-Effizienzklasse B. Kraftstoffverbrauchs- und CO₂-Emissionswerte nach realitätsnäheren WLTP-Werten: kombiniert 6,2 l/100 km; CO₂-Emission kombiniert: 141 g/km.²

Muster-Angebot für Hyundai Kilometerleasing: Hyundai TUCSON Select, 1.6 T-GDI Benzin Schaltgetriebe, 110 kW (150 PS)¹

Fahrzeugpreis	30.690,00 EUR
Einmalige Leasing-sonderzahlung	5.999,00 EUR
Laufzeit	36 Monate
Gesamtlauflistung	30.000 km
Überführungskosten	1.090,00 EUR
Barzahlungspreis	28.777,00 EUR
Gesamtbetrag	12.485,04 EUR
Effektiver Jahreszins	3,99 %
Gebundener Sollzinssatz p. a.	3,92 %

Leasingrate mtl.:

149,89 EUR¹

Kraftstoffverbrauch nach NEFZ in l/100 km: innerorts 7,6; außerorts 5,5; kombiniert 6,3. CO₂-Emissionen nach NEFZ kombiniert: 144 g/km; CO₂-Effizienzklasse C. Kraftstoffverbrauchs- und CO₂-Emissionswerte nach realitätsnäheren WLTP-Werten: kombiniert 7,0 l/100 km; CO₂-Emission kombiniert: 159 g/km.²

Auto Müller GmbH & Co. KG

Dörfles-Esbach · Kronach · Saalfeld · Neustadt/Orla · Auerbach/Vogtland
info@automueller.de · www.automueller.de



5 JAHRE Garantie ohne Kilometerlimit*

gesetzlicher MwSt., Angebote gültig bis 31.03.2023. ² Die angegebenen Verbrauchs- und CO₂-Emissionswerte wurden nach dem vorgeschriebenen WLTP-Messverfahren ermittelt und ggf. in NEFZ-Werte umgerechnet. Unter hyundai.de/wltp erhalten Sie weitere Informationen zu den Kraftstoffverbrauchs- und CO₂-Emissionswerten nach dem realitätsnäheren Prüfverfahren WLTP (Worldwide harmonized Light vehicles Test Procedure).

* Sämtliche Informationen zum Umfang der Herstellergarantie finden Sie unter: www.hyundai.de/garantien. ¹ Ein unverbindliches Leasingbeispiel der HYUNDAI Finance, ein Geschäftsbereich der Hyundai Capital Bank Europe GmbH, Friedrich-Ebert-Anlage 35-37, 60327 Frankfurt am Main. Verbraucher haben ein gesetzliches Widerrufsrecht. Verpflichtung zum Abschluss einer Vollkaskoversicherung. Kostenpflichtige Sonderausstattung möglich. Überführungskosten in Höhe von 990,00 EUR für den Hyundai i10 und 1.090,00 EUR für den Hyundai i20, i30 und TUCSON enthalten. Alle Preise inkl. ² Die angegebenen Verbrauchs- und CO₂-Emissionswerte wurden nach dem vorgeschriebenen WLTP-Messverfahren ermittelt und ggf. in NEFZ-Werte umgerechnet. Unter hyundai.de/wltp erhalten Sie weitere Informationen zu den Kraftstoffverbrauchs- und CO₂-Emissionswerten nach dem realitätsnäheren Prüfverfahren WLTP (Worldwide harmonized Light vehicles Test Procedure).



WIR SUCHEN DICH

für die Beratung, Planung & Verkauf
unserer Küchen sowie Zubehör!

- > angenehmes & familiäres Betriebsklima
- > Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten
- > familienfreundliche Arbeitszeiten
- > leistungsabhängige Vergütung

Wir freuen uns über deine Bewerbung
per Post oder Mail an

m.matthaes@matthaes-kuechen.de
Garnsdorfer Straße 6 | 07318 Saalfeld



MATTHÄS
KÜCHENSTUDIO



MUKI-BASAR

Second-Hand-Basar für Kinder
im Stadtteilzentrum (Gorndorf)



Frühjahr und Sommer Dinge rund ums Kind

Keine Unterwäsche, Strümpfe, Strumpfhosen!
(max. 50 Kleidungsstücke, davon max. 3 Paar Schuhe)

Kundennummernvergabe ab 20. Februar:

über Internetseite: www.muki-saalfeld.de
(Es werden maximal 50 Nummern vergeben.)

Annahme:

Samstag, 4. März 2023 / 9.00–15.00 Uhr

Verkauf:

Sonntag, 5. März 2023 / 9.00–13.00 Uhr

Ausgabe:

Sonntag, 5. März 2023 / 19.00–20.00 Uhr

*Nicht abgeholter Erlös, Kleidung oder Gegenstände werden gespendet.
Bei Verlust oder Beschädigung der Ware keine Haftung.*

Weitere Infos: www.muki-saalfeld.de

Hallo Ihr da draußen,

wir, das ist eine Gruppe von Müttern, die sich vor etwa 30 Jahren erstmals einmal wöchentlich zu einer Mutter-Kind-Veranstaltung getroffen haben. Begonnen hat es mit einem Treffen zum gemeinsamen Frühstück und Erfahrungsaustausch untereinander.

Gebrauchte Kinderkleidung wurde schon damals untereinander getauscht. Doch auch Kinderwagen, Autositze, Kinderspielzeug – zu teuer, um nur einmal benutzt zu werden. So ist die Idee von unserem Basar entstanden.

In der heutigen Zeit spricht man vom Nachhaltigkeitsprinzip. Welches Kind trägt seine Sachen ab? Also haben wir es uns zur Aufgabe gemacht, getragene Kinderkleidung, die 2x im Jahr abgegeben werden kann, im Auftrag der Händler abseits von Onlineplattformen zum Kauf anzubieten. In der katholischen Kirche hat alles angefangen. Das sprach sich im Städtedreieck schnell herum und immer mehr Familien wollten dabei sein.

Bald reichte der Platz nicht mehr aus und wir zogen in das Kinderfreizeit Zentrum nach Gorndorf. Neue ehrenamtliche Helfer kamen hinzu.

Jährlich gab es einen Frühlings- und Herbstbasar mit Kaffee und Kuchen. Doch auch außerhalb dieser Zeit wurden gemeinsam mit den Familien Ausflüge, Weihnachtsfeiern und Kinoveranstaltungen wahrgenommen.

Onlineplattformen, Internethandel, Anonymität - das war gestern.

Nach der langen Coronazwangspause haben wir wieder richtig Lust mit euch zusammen zu starten.

Unser Frühlingsbasar kann stattfinden und wir freuen uns, wenn Ihr dabei seid.

Auf Ausbildungsplatzsuche im Internet

Welche Webseiten bringen mich weiter?

■ Wer die Wahl hat, hat die Qual. Wer kennt schon alle der über 300 in Deutschland anerkannten Ausbildungsberufe, geschweige denn hat eine Vorstellung, was sich wirklich dahinter verbirgt? Das Internet als Allheilmittel hilft in seiner Unübersichtlichkeit auch nicht unbedingt weiter. Es sei denn, man kennt die richtigen Seiten. Hier eine kleine Auswahl von Webseiten mit übersichtlichem Angebot und starken Suchfunktionen. Manche bieten sogar eine Praktikums- und/oder Ferienjobbörse mit an, Vordrucken für den Lebenslauf für die eigene Bewerbung und vieles Nützliche mehr...

Azubi.de

Den Einstieg in diese Seite bildet ein 60-sekündiger Test zum Herausfinden, welche Ausbildungs-

berufe auf den Nutzer passen könnten. Die Ausbildungsplatzbörse kann nach vielen Kriterien durchforstet und gefiltert werden. Auch für unsere Region stehen zahlreiche Ausbildungsplatzanzeigen bereit. Die Seite stellt außerdem beliebte Ausbildungsberufe, beliebte Karrierefelder oder beliebte Ausbilder vor und gibt zahlreiche Karrieretipps, von Vorstellungsgespräch über Steuererklärung bis zu Gehältern. Hilfreich: Sie stellt auch kostenlose Vorlagendateien für die Bewerbung bereit. Gezielt ausgewählt, wird ein Beruf und die dazugehörige Ausbildung per Steckbrief vorgestellt, ein kleiner Test am Ende ermöglicht herauszufinden, ob er zum Nutzer passt. Ähnlich wie die Seite azubi.de funktioniert auch azubiyo.de vom gleichen Anbieter. Mit dem azubiyo-What-

sapp-Stellenalarm kann man sich neue Stellen, die auf eine vorher getätigte Suche passen, aufs Smartphone schicken lassen. Interessant für Lehrkräfte: Hier können sie kostenlose Schüler-Arbeitshefte und Kopiervorlagen zum Thema Berufsorientierung bestellen. Bewerbungsvorlagen gibt es hier genauso wie auf azubi.de. Auch interessant: Die Praktikumsbörse und Erfahrungsberichte.

azubi-plus.de

Diese Seite bietet neben der klassischen Ausbildungsplatzsuche, die nach Ausbildungsbeginn, Stadt und Beruf angepasst werden kann, etwas für alle die Podcasts lieben. Ob Servicethemen wie „Auslandspraktikum während der Ausbildung“ oder ganz konkrete Unternehmen, die ihre Ausbildungen vorstellen: Hier gibt's was auf die Ohren. Die Seite orientiert nicht nur zum Thema Ausbildung, sondern auch zum Studium, listet

Studiengänge und Studienorte auf, informiert zur Finanzierung und Auslandsstudium. Auch zur Bewerbung finden sich zahlreiche Tipps, inklusive downloadbarer Bewerbungsunterlagen. Per Steckbrief werden einzelne Ausbildungsberufe vorgestellt, ergänzt um kleine „Hättest du's

gewusst“ rund um das Berufsfeld (z.B. bei Kaufmann zu Verkehrssicherheit – wann fuhr der erste ICE?). Mit einem Stärkentest innerhalb dieses Steckbriefs kann man sofort herausfinden, ob man sich grundsätzlich für das Berufsbild eignet. Praktisch: Per Whatsapp-Beratung kann man sofort alle Fragen zu einem Beruf oder der Berufsorientierung ans Team stellen und erhält wochentags innerhalb von 24 Stunden eine Antwort.

Berufenet.arbeitsagentur.de

Diese Seite der Arbeitsagentur bietet Informationen über Berufe und Ausbildungen, die



Kontakt

Landessportschule
Bad Blankenburg
Wirbacher Straße 10
07422 Bad Blankenburg
Telefon: 036741 620
info@sportschule-bb.de

Wir bilden aus

- Fachkraft für Gastronomie
- Hotelfachmann/-frau
- Koch
- Fachkraft für Restaurants und Veranstaltungsgastronomie (m/w/d)



Wir stellen ein und bilden aus!

MALER Tapezierer m/w/d

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

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



STAHLWERK THÜRINGEN



STAHL, der deine AUSBILDUNG trägt!

Du bist motiviert, zielorientiert und hast Interesse an einem anspruchsvollen und abwechslungsreichen Ausbildungsberuf?

Wir suchen engagierte junge Menschen, die ihre berufliche Entwicklung in der Stahlwerk Thüringen GmbH beginnen und den weiteren Erfolg des Unternehmens mitgestalten möchten.

Bewirb dich jetzt für eine
duale Ausbildung zum
**Elektroniker für
Betriebstechnik** (m/w/d)



Sende deine Bewerbung mit Lebenslauf, aktuellen Zeugniskopien sowie Praktikumeinschätzungen (falls vorhanden) schnellstmöglich an:

Stahlwerk Thüringen GmbH
z. Hd. Frau Maren Hopfe
Kronacher Straße 6 • 07333 Unterwellenborn
oder per PDF an: maren.hopfe@stahlwerk-thueringen.de

WEITERE
INFOS
HIER >>



www.stahlwerk-thueringen.de

man von A-Z, nach Berufsfeldern, Tätigkeitsfeldern, Studienfeldern oder Themen wie etwa MINT-Berufe suchen kann. In der erweiterten Suche kann man die Angebote auch nach Beamten- oder Militärlaufbahnen, besonders kurze Ausbildungen, Ausbildungen für Menschen mit Behinderung, Meisterausbildungen, Studiengängen uvm. filtern. Zu jedem Berufssteckbrief gibt es einen „Blick in die Zukunft“ mit Themen, die das Berufsfeld aktuell oder bald beschäftigen und verändern könnten. Zugangsvoraussetzungen, Ausbildungsinhalte, Tätigkeit, Perspektiven/Karrierechancen werden ausführlich dargestellt. Zu einigen Berufen gibt es kurze Videos mit Erfahrungsberichten aus dem Portal Berufe.tv.

Saalecareer.de

Auf dieser regionalen Börse der Wirtschaftsagentur Saalfeld-Rudolstadt wird man in Sachen Jobs und Ausbildung, aber auch Ferienjob, Praktikum, duales Studium fündig. Plus Firmen, die sich als Betreuer für Seminarfach- und Projektarbeiten anbieten! Ausbildungsplätze können nach Branche und Unternehmen gefiltert werden. Mit einem Klick landet man auf der Website des Unternehmens und kann von dort aus mit der Bewerbung starten. Da die Stellenangebote alle regional sind, fallen die Angebote für eine Branche/Berufsfeld noch übersichtlich aus und es lohnt sich, sie einmal alle durchzuscrollen. So kommt man manchmal auf Ideen und Ausbildungen, die man vorher noch gar nicht im Blick hatte...

Handwerk.de

Wer ins Handwerk gehen will, ist hier genau richtig. Mit verschiedenen Checks (Berufe-Filter/Berufe-Checker) erst einmal vorsondieren, welcher Handwerksberuf passen könnte (auch per Checker-Bot in deinem Messenger, z.B. Whatsapp, auf dem Smartphone). Dann auf den Einzelseiten zu den Berufen erst einmal einen Überblick gewinnen. Videos und Erfahrungsberichte von Berufsinvidern vertiefen den Eindruck und beantworten schon viele Fragen. Dann geht's direkt weiter zu den offenen Lehrstellen. Ansprechpartner zur Ausbildungsberatung in einzelnen Regionen kann man auf der Seite genauso recherchieren wie Ausbildungs-

und Bewerbungstipps (inklusive gezielten Infos für Studienabbrecher, die sich fürs Handwerk interessieren).

jobcenter-slf-ru.de/jugendberufsagentur

Auf der Internetseite des Jobcenters Saalfeld-Rudolstadt finden sich wichtige Informationen zur Ausbildungsfinanzierung, Beratungsstellen, staatliche Hilfen (Informationen auch auf ukrainisch verfügbar). Natürlich wird man von hier aus auch auf die Ausbildungsplatz- und Stellenbörse geleitet. Darüber hinaus gibt es mit der Unterseite der Jugendberufsagentur ein ganz neues Angebot, das sich nicht nur auf den bloßen Aspekt der Vermittlung in eine Ausbildungsstelle konzent-

riert. Denn oft stehen der Ausbildung Problemlagen entgegen, die erst einmal angegangen werden müssen. Deshalb ist das Team der Jugendberufsagentur da für Fragen wie: Probleme in der Schule, Schulabschluss in Gefahr, wie weiter nach der Schule, ich komme nicht zu Hause nicht mehr klar, Auszug von Zuhause. Zusätzlich hilft sie natürlich auch beim Finden von Ausbildungs- und/oder Studienplatz und berät zu finanzieller Unterstützung. Auf der Website finden sich die Kontaktdaten, darüber hinaus aber auch hilfreiche Blogeinträge und Termine zu Telefon- oder Onlineangeboten zur Berufsorientierung.



JAHN

Du bist teamfähig, sorgfältig, zuverlässig und hast Interesse am Werkstoff Holz?

QUALITÄT MIT TRADITION

Maßarbeit nach Ihrem Wunsch mit unserer Erfahrung

Dann bewirb dich bei uns und absolviere in unserem Unternehmen eine qualifizierte, fördernde und fordernde 3-jährige

BERUFSAUSBILDUNG als TISCHLER/IN

mit besten Entwicklungs- und Weiterbeschäftigungsmöglichkeiten.

JAHN GmbH | Hermann-Petersilge-Str. 13 | 07422 Bad Blankenburg
Tel. 03 67 41 / 35 50 | Fax 03 67 41 / 3 55 11 | Mail info@jahn-bb.de | www.jahn-bb.gmbh

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

„Assistierte Ausbildung“ statt Abbruch

Mitunter läuft die Ausbildung nicht so wie gedacht. Die Ausbildungsinhalte sind komplexer oder die Eingewöhnung im Betrieb fällt schwer. Wenn die Ausbildung auf der Kippe steht, sollten sich sowohl Jugendliche als auch Betriebe qualifizierte Hilfe holen: Nachhilfe-Unterricht inkl. sozialpädagogische Begleitung bei Bedarf. Dabei erläutern und vertiefen erfahrene Pädagogen noch einmal die Ausbildungsinhalte und helfen so gezielt das Ausbildungsziel zu erreichen. Selbstverständlich

wird bei Bedarf auch auf die Zwischen- oder Abschlussprüfung vorbereitet, auch bei Prüfungsangst. Die sogenannte „Assistierte Ausbildung“ erfolgt in Lerngruppen und wird für Nachwuchskräfte in einer betrieblichen Ausbildung, egal welches Alter, Beruf oder Ausbildungsjahr, von der Agentur für Arbeit finanziert. Mehr Infos: Berufsberatung: Tel. 0800 4 5555 00 oder Jena.Berufsberatung@arbeitsagentur.de.

SB I marcus®



**Bauzentren
i & M Mobau Bauer**
Saalfeld | Rudolstadt | Königsee

WIR BILDEN AUS: (m/w/d)

**Kaufmann für Groß- und Außenhandelsmanagement
Schwerpunkt Großhandel**

Fachkraft für Lagerlogistik

**bewerbung@mobau-bauer.de
www.mobau-bauer.de**

Folge uns auf:  

**JETZT
BEWERBEN!**

Baugeschäft Reiner Eisoldt
E-Mail: eisoldt.bau@t-online.de

**Wir suchen Verstärkung für
unser Team in Vollzeit und
bilden im Baugewerbe aus.**

**Eisoldt Bau- und
Projektmanagement GmbH**

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

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 643228 • info@jakusa-dach.de

Thüringer Elektromotorenwerk Renke & Müller GmbH

Für den zukunftsorientierten Ausbau unseres Unternehmens suchen wir dich für eine Ausbildung als

Elektroniker m/w/d für Maschinen und Antriebstechnik

Deine Hauptaufgabe wird es zukünftig sein, dir all das Wissen zur Herstellung von elektrischen Spulen und Drahtwicklungen sowie Elektromotoren anzueignen und dein Können erfolgreich in der Praxis einzusetzen. Ferner gehören zu deinen Aufgaben, die Montage, Inbetriebnahme und Instandsetzung von elektrischen Maschinen und Antriebssystemen. Die 3,5-jährige Ausbildung findet regional, überwiegend am Standort Saalfeld statt.

Was erwartest du bei uns?

- individuelle Unterstützung in der Ausbildung durch erfahrenes Fachpersonal
- beste Übernahmekancen nach erfolgreich bestandener Prüfung
- zukunftsorientierte und interessante Beschäftigung
- angemessene Ausbildungsvergütung
- geregelte Arbeitszeiten und angenehmes Betriebsklima eines mittelständischen Unternehmens
- gute Aufstiegs- und Entwicklungsmöglichkeiten sowie weiterführende Qualifizierung

Was solltest du mitbringen?

- handwerkliche Grundfähigkeiten und das Interesse an handwerklicher Tätigkeit
- Interesse an elektrotechnischen und mechanischen Abläufen
- Koordinations- und Vorstellungsvermögen
- gute Noten in naturwissenschaftlichen Fächern (Mathe und Physik)
- gute Noten in naturwissenschaftlichen Fächern (Mathe und Physik)

Deine Bewerbungsunterlagen sendest du bitte an die Firma Thüringer Elektromotorenwerk Renke & Müller GmbH, Hüttenstraße 12, 07318 Saalfeld.

Bei Fragen stehen wir dir telefonisch unter der Rufnummer: 03671/2633 oder per E-Mail: info@renke-mueller.de zur Verfügung.



„Influencer“ jetzt in Jobbörse gelistet

Der Traumberuf vieler Jugendlicher... und Vorbilder gibt es viele. Jetzt hat die Berufsbezeichnung „Influencer“ Einzug in die erste Jobbörse gehalten.

Auf JOBOO! können Unternehmen und Bewerber direkt nach dieser Jobkategorie suchen. Eine anerkannte Ausbildung zum Influencer gibt es allerdings (noch) nicht.



SCHLOSSEREI & METALLBAU
WAGNER



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

Raumausstatter Saule – Meisterbetrieb –

Wir suchen zur Festanstellung (unbefristet)

Fußbodenlegerhelfer m/w/d

Fußbodenleger m/w/d

Führerschein erwünscht.

Mobil:

0175 7564857

Fon: 03672 352513

E-Mail: info@boden-saule.de

Führen Sie gern ein Team und überzeugen durch einen zuverlässigen Arbeitsstil?

Sie schätzen die Flexibilität eines unabhängigen Familienunternehmens und wollen uns helfen unsere regionalen Kunden mit moderner Elektronik zu begeistern?

Wir bieten Ihnen:

- arbeiten nur 36 Stunden an 4 Tagen in der Woche
- ohne Auswärtsübernachtung
- eine faire Bezahlung
- moderne Betriebsausstattung
- betriebliche Altersvorsorge
- Arbeitskleidung mit Wäscheservice
- und Erfolgsprämien

Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung!

Elektrotechnik Baum GmbH & Co. KG

Oststraße 44a | 07407 Rudolstadt

☎ 03672/8296760

✉ info@elektrotechnik-baum.de

Mehr erfahren Sie unter

🌐 www.elektrotechnik-baum.de



Wir brauchen Elektroniker für Energie und Gebäudetechnik m/w/d

- als Bauleiter/Obermonteur
- als Monteur
- als Servicetechniker für Klein- und
- Reparaturaufträge
- als Auszubildender

So wird der Schulstart rückenfreundlich

Tipps für Ranzen- und Möbelkauf

■ In diesen Tagen steigt die Aufregung bei den Vorschulkindern – und bei ihren Eltern! Nun heißt es, langsam aber sicher den neuen Lebensabschnitt vorzubereiten. Dazu gehören auch einige Kaufentscheidungen. Eine der wichtigsten betrifft den richtigen Schulranzen.

Er soll das Kind durch seine Grundschulzeit täglich begleiten und muss daher ganz besonderen Anforderungen genügen. Natürlich sollte die Optik dem Kind so gefallen, dass es seinen Schulranzen mit Stolz und gerne trägt. Für die Eltern maßgeblich ist jedoch seine Rückenfreundlichkeit.

Der falsche Schulranzen kann den Kinderrücken schädigen. Denn: Je schwerer der Schulranzen ist, desto stärker werden die Bandscheiben, insbesondere im unteren Rücken, belastet und die Krümmung der Wirbelsäule kann zunehmen. Dies kann Rückenschmerzen, sogar chronische, schon in jungen Jahren verursachen.

Geringes Leergewicht und eng am Rücken anliegend

Da mit Büchern, Federmappe und Heften einiges an Gewicht im Schulranzen zusammen-

kommt, sollte das Eigengewicht so gering wie möglich sein. Früher galt: Maximal zehn Prozent des Körpergewichts des Kindes sollte der Ranzen beim Tragen wiegen. Dieser Wert gilt als veraltet, da neuere Forschungen wie die Saarbrücker Schulranzenstudie belegen, dass nicht allein die Schwere ausschlaggebend ist und das Tragen eines schwereren Ranzens sogar die Rumpfmuskulatur stärken kann. Die Aktion Gesunder Rücken e.V. empfiehlt für Schulranzen folgende Kriterien:

- maximal 1,5 kg Leergewicht bei 15 Litern Volumen
- Tragegurte mindestens 4 cm breit, ausreichend gepolstert und leicht zu verstellen
- sinnvolle Aufteilung der Fächer zur Lastverteilung
- seitliche Erhöhung am Rückenteil
- atmungsaktive Rückenpolsterung
- rutschhemmendes Material und fester Sitz am Körper
- stabiler Boden für sicheres Abstellen des Schulranzens

Idealerweise sollte der Schulranzen eng am Rücken liegen und die Rückwand des Ranzens sich der Wirbelsäulenform anpassen. Die Oberkante sollte am Schulter- und die Unterkante

am Beckengürtel abschließen. Da jeder Kinderrücken anders ist – die Länge des Rumpfes unterscheidet sich von Kind zu Kind, manche Kinder haben ein Hohlkreuz, andere ziehen die Schultern nach vorne usw. – ist eine Beratung im Fachhandel nur zu empfehlen.

Schulranzen richtig tragen und packen

Ist der richtige Schulranzen gefunden, sollte er auch korrekt getragen werden. Ein absolutes No-Go ist das Tragen nur über einer Schulter, das belastet Wirbelsäule und Bandscheiben und hebt die Wirkungsweise des ergonomischsten Schulranzens schlichtweg auf. Augenmerk sollte auch der richtigen Tragehöhe gelten, die mit dem Wachstum des Kindes immer wieder zu überprüfen ist. Die Gurte sind dementsprechend immer wieder nachzuziehen. Beim Ranzenpacken ist darauf zu achten, dass schwere Bücher nah an den Rücken gehören, damit das Hauptgewicht von ihm



getragen wird und keine Fehlhaltungen entstehen. Leichtere Sachen wie die Federmappe füllen den Ranzen nach vorne hin auf.

Rückenwohl mit Schreibtisch & Co.

Spätestens mit der Einschulung halten Schreibtisch und Schreibtischstuhl Einzug ins Kinderzimmer. Damit Ihr Kind zuhause rückschonend seine Hausaufgaben erledigen kann, gibt es auch hier einiges zu beachten. Ergonomische, also körpergerecht konstruierte, Kindermö-

Wir suchen SIE als **VERKÄUFER** (m/w/d) in Teil- oder Vollzeit (27–37,5 Std.) in **Saalfeld**.

Wir bieten:

- Einen spannenden Arbeitsplatz mit viel Kundenkontakt
- Regelmäßige Schulungen und Weiterbildungen
- Erfolgsorientierte Prämien und attraktive Mitarbeiterattrahenten
- Einen guten Teamzusammenhalt
- Selbstständige und eigenverantwortliche Tätigkeit

Bitte schicken Sie Ihre Bewerbung an:
job@matratzen-concord.de

Ansprechpartnerin:
Grit Bierbaum | +49 178 4498929

**MATRATZEN
CONCORD**

PHYSIOTHERAPIE JANETTE RICHTER



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

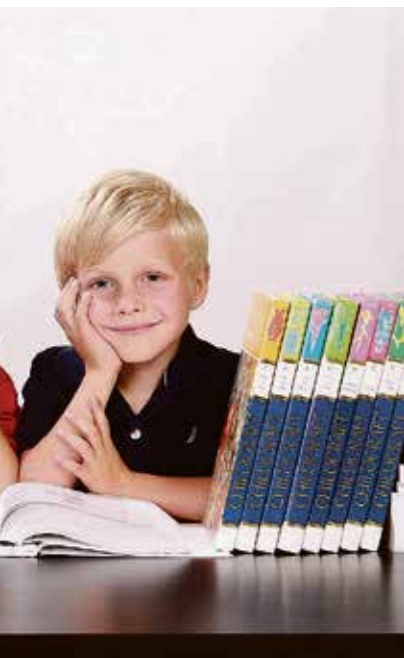
Sonneberger Str. 1 | 07318 Saalfeld

Tel. 03671 62 97 860 | www.gelenkspiel.de

0176 32418391

Yoga für Kinder.

In spielerischer Geschichtenform verbunden mit Freude am Bewegen. | 10x 1h = 130,- € | ab 5 Jahre
Mittwoch ab 16:30, in Remda Teichel



bel sind in vielen Ausführungen und Varianten erhältlich. Zum Beispiel als stufenlos höhenverstellbarer Schreibtisch. Dieser wächst sozusagen mit dem Kind mit und an ihm kann es auch einmal im Stehen arbeiten.

Denn: Das häufige Wechseln der Position (Sitzen/Stehen/Gehen) ist wichtig, um Rückenschmerzen vorzubeugen! Idealerweise lässt sich die Tischplatte sogar neigen, denn das verhindert, dass sich das Kind zu sehr über den Tisch beugt und dabei die Wirbelsäule krümmt.

Individuelle Einstellungsmöglichkeiten sind auch beim Schreibtischstuhl das A&O. Die Sitzhöhe sollte so justiert sein, dass das Kind den Boden mit

beiden Füßen fest berührt und beim Sitzen zwischen Ober- und Unterschenkel ein offener Winkel unter 90 Grad entsteht. Der Hebel zur stufenlosen Höhenverstellung sollte leicht erreichbar sein. Je größer die Spannweite der Sitzhöhen-Einstellung, desto länger hat das Kind Freude an ihm.

Stühle, die auf das Körpergewicht des Kindes eingestellt werden können, sorgen für höheren Sitzkomfort. Bei der Rückenlehne scheiden sich die Geister: Viele Experten empfehlen beim Schreibtischstuhl ganz auf eine Rückenlehne zu verzichten, damit die Kinder beim Sitzen in Bewegung bleiben. Andere plädieren für ergonomische Rückenlehnen, die sich der Krümmung der Wirbelsäule anpassen lassen. Auf jeden Fall sollte eine Rückenlehne in Höhe und Neigung verstellbar sein. Armlehnen sind nicht unbedingt nötig, können sogar dazu führen, dass die Kinder in ihrer Haltung verkantet. Die Sitzfläche sollte möglichst konvex geformt sein, dann nimmt man automatisch eine aufrechte Position ein und vermeidet den Rundrücken. Eine Alternative ist das konvexe Sitzkissen. Wichtig ist auch, dass der Schreibtischstuhl fest steht und kippstabil ist. Ob mit Rollen, Gleitern oder mit festen Stuhlbeinen, ist zweitrangig.

Für gesunden Schlaf

Da die Schuleinführung in vielen Familien auch der Anlass ist, das

Kind in ein größeres und/oder neues Bett umziehen zu lassen, gilt dem Matratzenkauf besonderes Augenmerk. Grundschul Kinder benötigen 10 – 11 Stunden Schlaf pro Nacht – viel Zeit, die sie gesund verbringen sollen! Eine Matratze mit mittlerem Härtegrad bietet für normalgewichtige Kinder ab sechs Jahren eine optimale Unterstützung. Punktelastische Eigenschaften wie bei einer Kaltschaummatratze sind darüber hinaus vorteilhaft für Rücken und Schlaf.

Die Matratze sollte schadstofffrei sein (zertifiziert mit OEKO-TEX Standard 100) und atmungsaktiv, denn das macht sie weniger anfällig für Staub, Milben und Schimmel.



SB | marcus®

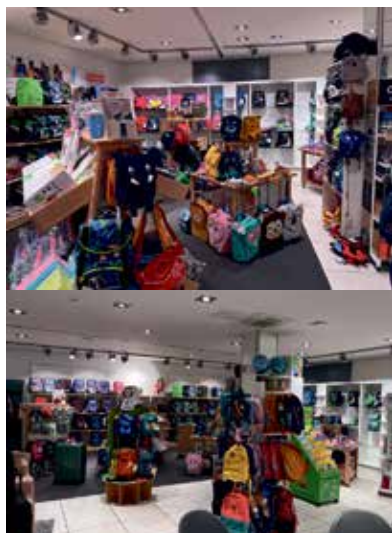
Nach über 30 Jahren voller Leidenschaft für den Beruf und Engagement übergebe ich meine Praxis.

Ein großes Dankeschön an all meine langjährigen Patienten & Patientinnen und meinen Mitarbeitern/-innen.

Ich wünsche dem jungen Team nur das Beste für die Zukunft.

Praxis für Physiotherapie Jördens

Praxis: Telefon 036741 2434
Straße d. Deutschen Einheit 2 | Bad Blankenburg



Ihr Schulranzen

Fachmarkt Erfurt
Anger 43
Tel. 0361 21178888

Fachmarkt Nordhausen
Bochumer Straße 161
Tel. 03631 980884

Unser Wunsch ist, dass jedes zukünftige Schulkind den Ranzen trägt, der zu ihm passt. Nicht jeder Schulranzen passt auf jeden Rücken. Unser Fachpersonal achtet auf Rückenfreundlichkeit, Gewicht und Passform. Nehmen Sie und Ihr Kind sich Zeit für eine Ranzenberatung und buchen Sie rechtzeitig einen Beratungstermin in einer unserer Filialen unter obenstehenden Telefonnummern. Wir führen sämtliche namhaften Schulranzen- und Schulrucksackhersteller von der 1. bis zur 13. Klasse. Für den Schulalltag gibt es alles was gebraucht wird wie Füller, Stifte, Schreib- und Rechenhefte und vieles mehr. Natürlich werden bei uns im Fachgeschäft viele andere Taschen, Koffer und Rucksäcke für die Freizeit angeboten.

Thematische erweitern saisonal unser Sortiment.

Ihr Dietmar Künzel und Team.

Ein Baby macht die Liebe stärker, die Tage kürzer,
die Nächte länger, die Ersparnisse kleiner und ein
glücklicheres Zuhause.

Hallo Baby

Neugeborene der Thüringen Kliniken Saalfeld.



Mara Hempe

🕒 18.01.2023, 02:25 Uhr
📏 2980 g 📏 49 cm



Dariush Omari

🕒 30.01.2023, 21:24 Uhr
📏 3932 g 📏 55 cm



Evelin Nikabadze

🕒 03.02.2023, 13:48 Uhr
📏 3130 g 📏 49 cm



Mohamed Huseyin

🕒 02.02.2023, 01:36 Uhr
📏 2985 g 📏 48 cm



Fatma Öztürk

🕒 26.01.2023, 03:58 Uhr
📏 2870 g 📏 50 cm



Marie Engelhardt

🕒 25.01.2023, 21:48 Uhr
📏 3158 g 📏 50 cm

DIREKTER LINK –
KREISSAAL UND WOCHEN-
STATION DER THÜRINGEN KLINIK



VON ELTERN FÜR ELTERN

„Finger weg“, „Nein, hab ich gesagt“, „soll das kaputt gehen“, „lass das!“

Naaa ... kennt ihr das auch? Ich selbst habe mich, als meine Tochter noch klein war, oft dabei erwischt. So richtig wohl gefühlt habe ich mich damit, mein Kind permanent im Auge zu behalten, damit ja nichts zu Bruch geht oder sie nicht mal versehentlich die Nase in die Steckdose stecken, nie. Denn, wenn ich mir vorstelle das jemand so mit mir gesprochen hätte, wäre ich mit der Zeit wohl ziemlich frustriert und traurig. Kein schönes Gefühl so ausgebremst zu werden, oder? Da habe ich im Internet etwas Interessantes gefunden: **Die Ja – Umgebung!**

Natürlich gibt es sinnvolle „Neins“, nämlich immer dann, wenn Gefahren im Raum stehen (Steckdosen, Herd...) Dinge, die man anderen Menschen nicht zufügen darf (Hauen, beißen) oder Besitzverhältnisse („Nein, das kannst du jetzt nicht einfach nehmen, das ist das Auto von Vincent“). Grenzen geben dem Zusammenleben einen gewissen Rahmen, allerdings sollten die angegebenen Grenzen nicht einengen oder bremsen. Wir können beim „Nein“ sagen allerdings nicht davon ausgehen, dass unsere Kinder verstehen, was gefährlich, empfindlich oder zerbrechlich ist. Kinder machen

niemals etwas kaputt um uns zu ärgern. Daher ist es auch kontraproduktiv zu schimpfen. Stellen wir empfindliche Dinge in die Reichweite unserer Kids, liegt das in unserer Verantwortung!

Tipps für die Ja – Umgebung

- begib dich auf Augenhöhe deines Kindes und checke die Umgebung. Stelle geliebte, zerbrechliche oder für das Kind spannende Gegenstände außer Reichweite
- Schaffe Sicherheit, damit sich dein Baby oder Kleinkind ungehindert in der ganzen Wohnung frei bewegen kann
- sind Treppen, Steckdosen gesichert? Putzmittel und Medikamente verschlossen? Kabel außer Reichweite? Schubladen!
- Faustregel: Alles was durch eine Toilettenpapierrolle passt, ist kein Babyspielzeug!

Seit wir bei uns Zuhause eine Ja-Umgebung geschaffen hatten, war der Alltag viel entspannter und harmonischer. Diese wertvolle Erfahrung habe ich auch bei meinem zweiten Kind umgesetzt und ich freue mich nun diese Erfahrung mit euch zu teilen.

SW I marcus®



50 € Startguthaben

Herzlichen Glückwunsch zur Geburt

Zum Start ins Leben
schenken wir Ihrem
Nachwuchs bei der
Eröffnung eines
X-tra-Young-Kontos
50 € Startguthaben.

Bis zu 150 € Prämie gibt es zusätzlich
bei Abschluss von Vorsorgeverträgen.



Kreissparkasse
Saalfeld-
Rudolstadt



**Darum kümmern sich
meine Vertrauensleute!**
Von Reiserücktritt bis Reiseschutz.

Jens Voigtländer

Schloßstraße 15
07318 Saalfeld/Saale
Telefon 03671 528460
info@voigtländer.lvm.de

Günter Matuschek

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

Mirko Hentschel

Mühlenstraße 18
07407 Rudolstadt
Telefon 036743 22368
info@hentschel.lvm.de

Birgit Geyer

Gräfenthaler Straße 2
07330 Probstzella
Telefon 036735 70491
info@geyer.lvm.de

