

Ausgabe Lausitz **Mai 2015** Kostenfrei



lausebande

Das Familien- und Elternmagazin

Bundesfamilienministerin **Manuela Schwesig** im Interview
Pro Lausitz Jobs, Wirtschaft, Heimat: Jetzt geht es um alles!
Einschulung und Schulstart 2015 Ratgeber für Eltern von Grundschulern

**Pfingsten &
Kindertag**
ab Seite 20

Mitglied der
**FAMILIEN
BAN DE**

LAUSITZ MEDIEN
VERLAGSGRUPPE FÜR
CROSSMARKETING

Puppen-Dr. Pille

Die richtige Wahl bei Schul- & Alternativmedizin

“Zinsen zum Grinsen.”



Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Mit unseren Finanzierungen erfüllen Sie sich Ihren Wunsch von den eigenen vier Wänden. Für Ihr Immobilienkonzept bieten wir Ihnen eine individuelle Beratung aus einer Hand. Ganz gleich, ob Sie den Kauf, Bau oder die Modernisierung einer Immobilie planen. Sichern Sie sich jetzt langfristig niedrige Sollzinsen! Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Liebe Lausebanden,



dieses Editorial widmen wir einer Leserin, die uns mit einem herzlichen Brief wirklich gerührt hat. Edelgard Luckfiel-Koal ist schon 74 Jahre, hat 5 Kinder und 8 Enkelkinder, bei ihr steht die Familie ganz hoch im Kurs. Bei ihrer Tochter bekommt sie immer unsere lausebande in die Hand und freut sich am meisten über die lustigen Erlebnisse des lausitzDADDYS. Auf unsere Umfrage, die wir bereits in der Märzausgabe veröffentlicht haben, schickte sie uns nicht nur eine

super Bewertung, sondern mit einem „weiter so“ auch noch 20 Euro für die Kaffeekasse. Die haben wir für das Team in eine leckere Torte investiert. Viel wichtiger waren uns aber die lieben Zeilen und innigen Worte – eine solche Wertschätzung ist durch keinen materiellen Erfolg aufzuwiegen. Liebe Edelgard, Sie haben uns gezeigt, dass es sich lohnt, soviel Herzblut in dieses Familienmagazin zu legen. Das haben wir auch in dieser Ausgabe getan, die uns hoffentlich wieder gut gelungen ist. Was meinen Sie? Schreiben Sie uns ruhig Ihre Meinung, auch wenn es einmal etwas zu verbessern gilt. *Ihr Jens Taschenberger*

Inhaltsverzeichnis

Aktuelles 4 Grußwort 5 Familiensport Golfen/ Macht Spielstraßen zum Weltspieltag 6 Held des Handwerks/ Zu Fuß zur Schule & Kita 10 Neue Oasen für Erdmännchen & Stachelschweine/ Lutki-Lauf 11 Familienfotos in Nullkommanix hochgeladen 12 Alex, machs noch einmal/ 10. Tag, der aus dem Rahmen fällt 13 FamilienCampus-Kita 14 Ausstellung rund ums Fahrrad/ Theaterpiraten/ Ostwind 2 ab 14.5. im Kino 15 enviaM-Card-Familientag/ Olympiade für Retter 16 Fit fürs neue Schuljahr 20 Kindertag 22 Familienpfingsten

Titelthema 25 Puppen-Dr. Pille 33 Interview Dr. Simone Stolz 34 Interview Prof. Dr. Klaus Linde

Empfehlungen

19 Wanderwegfest Schwarze Pumpe
23 25 Jahre Kulturinsel Einsiedel
40 Merkel & Gabriel: Wir wehren uns!
47 LEX - Die Chance für Existenzgründer

Promiinterview

46 Interview mit Manuela Schwesig

Rubriken

6 Netzwerk Gesunde Kinder
13 Staatstheater 36 Verlosung für Lausebanden
38 Buchempfehlungen 46 lausitzDADDY
48 Kursangebote 50 Termine

AUS LIEBE ZUM GUTEN GESCHMACK

seit 1993

KÜCHEN

SABINE GEISLER

■ Groß Oßnig - direkt an der B97 ■ www.kueche-cottbus.de

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Eltern,



Naturheilkunde ist für die ganze Familie ein wichtiges Thema. Allergien, Hautausschläge, Rücken- und Gelenkprobleme, Kopfschmerzen oder Migräne – viele kennen dies aus dem eigenen Erleben oder aus Gesprächen mit der eigenen Verwandtschaft.

Immer mehr Lausitzer haben erfahren, dass sich hier ein Besuch beim Heilpraktiker lohnen kann, um Hilfe zu finden.

Doch wird es auch immer schwerer, einen Termin bei einem Heilpraktiker zu bekommen, denn auch hier macht sich der demografische Wandel in der Region bemerkbar. Während der Altersdurchschnitt der Bevölkerung weiter nach oben geht und das Gesundheitsbewusstsein wächst, fehlen die Jüngeren, die sich in der Naturheilkunde ausbilden lassen.

Hautnah erlebe ich den steigenden Bedarf an guten Therapeuten in meiner Praxis in Peitz, gleichzeitig Sorge ich mich um den Nachwuchs und bilde nun seit 20 Jahren Heilpraktiker aus.

Was macht ein Heilpraktiker? Das Berufsbild ist wahrscheinlich so vielfältig wie in kaum einem anderen Beruf und reicht von der Homöopathie, Pflanzenheilkunde, der Colon-Hydro-Therapie über die Akupunktur, Chiropraktik, den Schamanismus

bis hin zur Psychotherapie. Verständlich, dass sich viele Familien auf den ersten Blick nur schwer zu recht finden, welcher Heilpraktiker nun der richtige für ein gesundheitliches Problem sein kann. Nicht umsonst sagt man: „Jeder Patient findet seinen Heilpraktiker und jeder Heilpraktiker seine Patienten.“ – Wir in der Region haben uns entschlossen, allen die Suche einfacher zu machen. Gemeinsam mit dem „Allgemeinen Deutschen Heilpraktikerverband e.V.“ und der Heilpraktikerschule „Harmony-power“ haben wir nun schon die 3. Auflage des „Cottbusser Heilpraktiker Verzeichnisses“ herausgebracht. Sollte es auch in diesem Jahr schon wieder vergriffen sein, finden Sie die Onlineversion auf:

www.heilpraktikerverzeichnis-cottbus.de

Mit dem Anliegen, auch allen Familien die Naturheilkunde in unserer Region besser zugänglich zu machen, hat mich die Initiative des Familienmagazins „lausebande“ sehr gefreut, sich diesem Thema einmal ausführlich zu widmen. Ich wünsche allen Lesern viel Spaß beim Lesen dieser Ausgabe und vor allem Gesundheit.

„Alles Gute, Gesundheit und Glück auf“ wünscht

Bernd Schulze

Heilpraktiker

Titelfotograf & Titelmodels: Tolle Kinder- & Familienfotos!



Gleich zwei kleine Heiler waren für die Bilder zum Titelthema dieser Ausgabe unterwegs. Auf dem Cover versucht Milena ihre Puppe mit alternativen Heilmethoden zu retten, während Lieven es im Innenteil als Chefärztin mit der Schulmedizin angeht. Fotografiert hat wie immer Steffen Schwenk, der auch besondere Familienevents oder Hochzeiten mit schönen Fotografien begleitet.

Mehr Infos unter www.light-impression.de.



redaktion@lausebande.de


www.light-impression.de

Light Impression Photography
Portrait- und Familienfotografie

Golfen – ein toller Familiensport

Erlebnistag
3. Mai, 10-17 Uhr



 Golfen ist ein ideales Hobby für die ganze Familie. Man ist in der Natur, kommt ins Gespräch und in Bewegung, dank versetzter Abschläge kann die ganze Familie auch gemeinsam spielen. Zudem ist der Golfsport überhaupt nicht so elitär, wie man oft denkt. Entgegen der landläufigen Meinung sind die ersten Schritte recht unkompliziert. So bietet auch der Lausitzer Golfclub bei Neuhausen/Spree Familien die Möglichkeit, sich einfach mal auszuprobieren. Dazu kann man sich die ganze

Ausrüstung samt Schlägern und Bällen leihen. Ein Paar Sportschuhe und bequeme Kleidung, mehr ist für erste Versuche nicht erforderlich.

Die beste Gelegenheit dazu bietet der Golferlebnistag am 3. Mai von 10 bis 17 Uhr. Hier kann man alles einmal ausprobieren und wird auch noch bestens beraten. Schnuppern können Familien beim Lausitzer Golfclub für 10 € pro Person aber auch jeden ersten Sonntag im Monat von 14 bis 16 Uhr. Bei ausreichender Familiengröße bzw. in größerer, gemeinsamer Runde kann auch ein ganz individueller Schnuppertermin mit dem Golflehrer vereinbart werden. Der große Sport mit dem kleinen Ball vereint Freizeitspaß in der ganzen Familie mit Natur, Technik und Lebensfreude und fördert Kraft, Ausdauer, Koordination, Konzentration und Beweglichkeit. Einfach ausprobieren, Infos gibt es täglich ab 10 Uhr unter Telefon 035605 42332 oder unter www.lausitzer-golfclub.de.

 www.lausitzer-golfclub.de

An alle Lausitzer: Macht Spielstraßen zum Weltspieltag



Am 28. Mai ist Weltspieltag! Aus diesem Grund haben verschiedene Partner eine Aktion ins Leben gerufen, die darauf aufmerksam macht, dass spielende Kinder immer mehr aus dem Stadtbild verbannt werden. Unter dem Motto „Unsere Straße ist zum Spielen da!“ sollen alle Städte und Gemeinden an diesem Tag mindestens eine Straße für spielende Kinder sperren.

Entsprechende Initiativen sollten unterstützt und temporäre Spielstraßen möglichst unbürokratisch genehmigt werden. Zudem sind alle dazu aufgerufen, eine witzige, beispielgebende und öffentlichkeitswirksame Spielaktion durchzuführen. Unter www.weltspieltag.de sind umfangreiche Infos und Aktionsmaterialien zu finden.

 www.weltspieltag.de

Berufliche Neuorientierung?

■ Erzieher/-in

Vorbereitung auf die Nichtschülerprüfung

*Infoveranstaltung jeweils
dienstags um 15:15 h
Ostrower Damm*

Kontakt:
bbw Akademie für Betriebswirtschaftliche Weiterbildung GmbH, Ostrower Damm, 03046 Cottbus
Frau Hantschel ☎ 0355 4869921




Das Familienevent: Werde **Held des Handwerks**

Ein spannender Familientag mit viel Programm am 30. Mai in Großräschen.



Klein und Groß können mit Spaß handwerkeln!


 Geschicklichkeit gefordert, Spaß und Unterhaltung garantiert – am 30. Mai wird Großräschen zum Ausflugsziel vieler Brandenburger Familien. Der dortige Lehrbauhof wird zum Aktionspool für ein Event, dass es in dieser Form noch nicht gegeben hat. Eine spannende Rallye durch Werkstätten und weitere Aktivitäten für Kids, Teens und

Eltern münden in einer spannenden, stündlichen Verlosung. Auf der BB Radio Bühne werden „Helden des Handwerks“ gekürt. Die BB Radio Protagonisten Benni und Handwerker Maik suchen aktiv den Vergleich mit den Besuchern beim „handwerkeln“ und werden das Event vollumfänglich unterhalten. Die Besucher werden durch vielerlei Tanz und Musik Acts unterhalten. Vom Fanfarenzug bis zu Jugendbands ist für jedes anspruchsvolle Ohr Unterhaltung garantiert. Das charmante Helene Fischer Double VICTORIA krönt das Event mit einem Live-Konzert ab 16 Uhr.

Von 12 bis 18 Uhr steigt der große Familientag mit Shows, Action und Spaß für alle! Zwischen den Stationen „nix LEGO – du baust Mauern“, „Dachscharaden (ent-)decken“ und „glanzvoll, kreativ in Szene setzen“ ist für ausreichend kulinarische Stärkung gesorgt. Wer sich oder seinen Kids den Traum des Minibagger- oder Rüttelplatte-Fahrens erfüllen mag, kann sein Talent in den Werkstatt-Rallyestationen beweisen und „Held des Handwerks“ werden.

30. Mai 2015: Lehrbauhof, Werner-Seelenbinder-Straße 24 in Großräschen, ab 12 Uhr

Zu Fuß zur Schule und in die Kita

 Eltern aus ganz Deutschland werden schon jetzt zur Teilnahme an den Aktionstagen „Zu Fuß zur Schule und in den Kindergarten“ zu Beginn des nächsten Schuljahres, zwischen dem 21. September und 2. Oktober 2015, aufgerufen. Im Rahmen der Aktionstage sollen viele konkrete Aktionen

umgesetzt werden. Anmelden können und sollten sich Schulklassen sowie Kindertageseinrichtungen bereits jetzt auf der Webseite:

 www.zu-fuss-zur-schule.de

ERLEBNISWELT
KRAUSCHWITZ
www.badeparadies.com

+++ Kinderparty am 31.05 ab 15 Uhr +++
++ Schaumkanone ++ Ballonmodellieren ++
+++ Happy-Rutsche +++ Glücksrad
++ Schnuppertauchen ++

BADESPASS in der Erlebniswelt!



INKL. MONTAGE

INKL. VERSICHERUNG

SPEICHER READY

„Ist es verrückt, sich Solarenergie nach Hause zu holen?“

Ab 4.990 € zur eigenen Solaranlage. Jetzt attraktive Angebote sichern unter **0800 3 684243**, im enviaM Energieladen und auf enviaM.de/solar



Pflanzen, Blumen & Co – schön anzusehen, aber einige sind sehr giftig!!!



Viele Familien zieht es langsam wieder raus in die heimische Natur und in den Garten. Wenn die Sonne scheint und es ringsherum grünt und blüht, fühlen sich alle wohl. Damit das auch so bleibt, sollten Eltern ihren Garten oder ihre Umgebung regelmäßig auf giftige Blumen und Pflanzen absuchen. Viele der blühenden und wunderschön anzusehenden Blumen sind nämlich für Kinder und auch für Haustiere sehr giftig.

Haben Eltern einen Verdacht oder gesehen, dass ihr Kind giftige Pflanzenteile im Mund hatte, sollten sie dem Kind Wasser ohne Kohlensäure zu trinken geben. Verschluckte Giftstoffe können dadurch eventuell verdünnt werden. Wenn sich das Kind übergibt oder es benommen wirkt, muss aber unbedingt der Notarzt alarmiert werden. Von Nutzen für die Eltern ist es aber auch, die Nummer der Giftnotrufzentrale 030 19240 zur Hand zu haben. Dort können sie sich Rat und Hilfe holen, wenn ein Vergiftungsfall vorliegt. Vergiftungen gehören zu den häufigsten Ursachen für Kinderunfälle.

Es gibt viele giftige Blumen und Pflanzen. Einige sind bekannt, andere nicht. Nicht jeder ist sich jedoch der Gefährlichkeit und Giftigkeit bewusst.

Hier eine Übersicht der 15 giftigsten Pflanzen im Garten:

1. Der Eisenhut gilt als giftigste Pflanze Europas. Er enthält in allen Pflanzenteilen ein toxisches Gift, welches durch die Haut aufgenommen wird. Besonders bei Kindern ist die Aufnahme durch die Schleimhaut sehr gefährlich, wenn sie mit den Blüten spielen. Es kann zu Nesselausschlägen kommen und schon das Verschlucken kleinster Mengen dieser Pflanze führt in der Regel zu Herzversagen und Atemstillstand.

2. Die Blütenblätter der Engelstrompete sind hoch giftig. Schon kleinste Mengen führen zu Erbrechen und Durchfall. Es treten auch Symptome wie motorische Unruhe und Hektik, Sehstörungen und Halluzinationen auf, die auch zum Tod führen können.

3. Der Goldregen, Giftpflanze des Jahres 2012, enthält ein sehr starkes Gift in allen seinen Pflanzenteilen. Deshalb ist es verboten, ihn in der Nähe von Kindereinrichtungen, Schulhöfen und Kinderspielflächen anzupflanzen. Wenn Kinder Teile dieser Pflanze in den Mund nehmen, daran kauen oder an den auffällig leuchtenden Blüten lutschen, setzen schon nach 15 bis 60 Minuten Symptome wie Rachenbrennen und Würgen ein, die bis hin zu Schwindel, Schweißausbrüchen und zum Erbrechen führen können. Auch Halluzinationen und Krämpfe treten auf bis hin zum Tod durch Atemstillstand.

4. Der Stechapfel wird häufig mit der Engelstrompete verwechselt. Der Verzehr dieser Pflanze führt schon bei kleinsten Mengen zu ähnlichen Erscheinungen wie bei der Einnahme von Drogen. Es kommt zu Halluzinationen, Unruhe, Schläfrigkeit und/oder Halluzinationen, Verwirrtheit, Bewusstlosigkeit bis hin zu Selbstverletzungen in einem Rauschzustand. Eine größere Menge (bei Kindern schon 4 bis 5g) führt nicht selten zum Tod durch Atemlähmung.

5. Der Oleander enthält sein Gift in allen Pflanzenteilen, besonders in der Blütezeit. Schon der Kontakt mit den Blättern kann allergische Reaktionen hervorrufen. Es kann zu Herzrhythmusstörungen kommen, die zum Tod führen können.

6. Die Tollkirsche wurde schon in der Vergangenheit als Droge eingesetzt und gehört zu den stark giftigen Pflanzen, die bei Kindern bereits beim Verzehr von drei bis fünf Beeren mit dem Tod enden kann (Erwachsene 10 bis 20 Beeren). Die Haut rötet sich und die Schleimhäute werden trocken. Der Puls beschleunigt und es tritt eine Erweiterung der Pupillen auf. Es folgt ein Zustand von Unruhe, der sich zu Tobsuchtsanfällen steigert und zum Tod durch Koma und Atemlähmung führt.

7. Alle Pflanzenteile der Herbstzeitlosen sind giftig. Das Verschlucken dieser führt zu schwerem Erbrechen, zu Lähmungen und im schlimmsten Fall zu HerzKreislaufversagen.

8. Besonders giftig beim Kirschlorbeer sind die Blätter und der Samen. Diese enthalten Blausäure und können zu Übelkeit und Erbrechen, sowie zu Krämpfen führen. Bei mehr als 10 Samen können Herz- und Atemstillstand eintreten.

9. Der Fingerhut ist hochgiftig. Schon der Verzehr von zwei bis drei Blättern kann tödlich sein.

10. Auch die Eibe gehört zu den giftigen Pflanzen. Giftig sind hier die Nadeln und der Samen.

11. Maiglöckchen sind wunderschön anzusehen und haben in einem kleinen Sträußchen einen angenehmen Duft. Aber auch diese niedlichen Maiglöckchen haben es in sich ... nämlich Gift, und das besonders in den Blüten und Früchten. Kommt man mit ihnen in Kontakt, können Haut- und Augenreizungen entstehen. Durch Verzehr der Pflanzenteile treten Übelkeit, Durchfall und Schwindel auf.

12. Das hübsche Pfaffenhütchen ist ebenfalls stark giftig und kann Übelkeit und Schwindel hervorrufen.

13. Die Herkulesstaude, bekannt auch als Riesenbärenklau ist besonders gefährlich, da sie bei Sonnenlicht und Hautkontakt stark juckende Verbrennungen hinterlässt.

14. Das Bilsenkraut, als angebliche Hexenpflanze, wird mitunter als Droge missbraucht, findet aber in der Heilmedizin seine Anwendung. Besonders die Blätter, schon ab einem halben Gramm, sind hier giftig.

15. Der Samen des Wunderbaumes, auch Rizinusbaum genannt, ist sehr giftig. Leider können sich Vergiftungserscheinungen wie: Brennen in Mund und Rachen und Schädigung von Nieren, Leber, Magen und Darm, sowie Übelkeit, Erbrechen und Krämpfe erst nach Stunden oder sogar Tagen zeigen.

Lokale Netzwerke vor Ort in der Lausitz:

Netzwerk Gesunde Kinder Dahme-Spreewald

c/o Klinikum Dahme-Spreewald GmbH

Köpenicker Str. 29, 15711 Königs Wusterhausen
Schillerstraße 29, 15907 Lübben
kostenfreies Info-Telefon
0800 64546337 (0800 NGKINDER)
ngk-lds@awo-bb-sued.de

Netzwerk Gesunde Kinder Guben

c/o Naemi-Wilke-Stift

Wilkestraße 14 „Haus Elisabeth“
Telefon / Fax (03561) 40 32 - 61 / -25
E-Mail netzwerk@naemi-wilke-stift.de

Netzwerk Gesunde Kinder Spremberg

c/o Albert-Schweitzer-Werk-Familienwerk

Fröbelstraße 1, 03130 Spremberg
Telefon (03563) 52295

E-Mail kindernetz@krankenhaus-spremberg.de

Niederlausitzer Netzwerk Gesunde Kinder

c/o Klinikum Niederlausitz GmbH

Friedensstraße 18, 01979 Lauchhammer
Telefon / Fax (03573) 75 - 34 72 / - 34 76
E-Mail ekib@klinikum-niederlausitz.de

Netzwerk Gesunde Kinder

c/o Paul Gerhardt Werk – Diakonische Dienste Netzwerkbüro Forst.

Robert-Koch-Str. 35, 03149 Forst
Telefon / Fax (03562) 69 - 34 99 / -35 13
E-Mail netzwerk.forst@pagewe.de

Netzwerkbüro Kolkwitz

Am Klinikum 30, 03099 Kolkwitz
Telefon / Fax (0355) 78 40 -877 / -878
E-Mail netzwerk.kolkwitz@pagewe.de

Netzwerkbüro Cottbus

Thiemstr. 111, Haus 45, 03048 Cottbus
Telefon (0355) 46 21 30
E-Mail netzwerk.cottbus@pagewe.de

Netzwerk Gesunde Kinder Oberspreewald

– Lausitz c/o Arbeiterwohlfahrt Regionalverband Brandenburg Süd e.V.

Rudolf-Breitscheid-Straße 24, 03222 Lübbenau
Telefon / Fax (03542) 93 84 - 251 / - 409
E-Mail gesunde-kinder@awo-bb-sued.de

Elbe-Elster Netzwerk Gesunde Kinder

c/o Elbe-Elster Klinikum GmbH


Alte Prettiner Straße, 04916 Herzberg (Elster)
Telefon 03535 49-12 - 71
E-Mail gesunde-kinder@lkee.de

Neue Oasen für Erdmännchen & Stachelschweine

Afrikanischer Thementag zur Eröffnung am 10. Mai im Zoo Hoyerswerda.



Schau mal her: ein toller Erlebnis-Zoo!


 Am 10. Mai wird die neue Erdmännchen- und Stachelschweinanlage im Zoo Hoyerswerda eröffnet. Dazu wird dieser Tag zum afrikanischen Thementag! Ab 14 Uhr wird die neue Anlage offiziell

eingeweiht. Alle Interessierten und vor allem kleine Tierfreunde sind herzlich eingeladen, wenn die neuen Bewohner des Zoos Hoyerswerda ihre WG erkunden. Ab Mitte April ziehen eine neue Erdmännchenfamilie und die im Zoo lebenden Stachelschweine Lina und Walter in ihre tierische WG. Auf gut 200 m² können die neuen Bewohner dann graben, klettern und sich in der Sonne aalen. Für die kleinen Besucher des Zoos gibt es direkt daneben einen Spielbereich mit einer Tunnelröhre, in der sie erfahren, wie so ein Erdmännchenbau von innen aussieht. Die afrikanische Farbgestaltung und die aufwändigen Betonarbeiten vermitteln einen natürlichen Eindruck und man fühlt sich für einen kurzen Augenblick nach Afrika versetzt.

 www.kulturzoo-hy.de

Lübbener Lutki-Lauf und Aktionstag Laufen & Walken



 In den 10. Mai können aktive Lausebanden in Lübben durchstarten. Beim 2. Lübbener Lutki-Lauf geben sich die Teilnehmer auf die Spuren der

sagenhaften Lutkis. Vergnüglich und ohne Zeitmessung stehen das Naturerlebnis und die Bewegung an frühlingsfrischer Luft im Vordergrund. Die Strecken über 7,5 oder 15 km sind für Familien geeignet und können je nach Kondition und Lust gelaufen oder gewalkt werden. Im Ziel warten die Lutkis mit einer Teilnahmeurkunde. Start ist im Sportpark Lübben mit Anmeldung ab 10 Uhr, 10:30 Uhr Start 7,5 km & 15 km Laufen & Walken / Start 3 km-Lauf für das Sportabzeichen. Infos unter:

 www.luebben.de

Ambulante Kinderkrankenpflege: Liebevoller Einsatz im Kinderzimmer

Der ambulante Kinderpflegedienst der Johanniter hilft, dass kleine Patienten in ihrer gewohnten häuslichen Umgebung versorgt und schneller gesund werden. Von der Medikamentenvergabe, Verbandswechsel bis zur Betreuung von intensivmedizinisch zu behandelnden Kindern: Unser examiniertes Pflegepersonal unterstützt Sie in ganz Südbrandenburg.

Wir sind rund um die Uhr für Sie da!  **0355 47746-150**
www.johanniter.de/rv-sbrb

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
Regionalverband Südbrandenburg
Werner-Seelenbinder-Ring 44, 03048 Cottbus




DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben



Familienfotos in Nullkommanix hochgeladen!

Cottbuser Surfen im Vorwahlbereich 0355 jetzt endlich unbeschwert im Internet.

 Boah, ist das schnell, sagt der Zwerg. Und Papa freut sich einfach über die Zeitersparnis und schnelle Ergebnisse. Egal ob Familienfotos hochladen, Musik streamen, Videos herunterladen – all das geht im Vorwahlbereich 0355 jetzt mit bis zu 100 MBit/s! Einfach sauschnell. Am 13. April gingen in Cottbus nämlich die letzten 24.000 Haushalte mit der neuen Vectoring-Technik der Deutschen Telekom an den Start. Der Ausbau begann bereits vor 18 Monaten mit den nördlichen Gebieten von Cottbus und den Ortsteilen Kolkwitz, Glinzig sowie Krieschow und fand nun mit den letzten Stadtteilen wie Ströbitz, Sandow, Dissenchen und Branitz seinen Abschluss. Insgesamt sind jetzt rund 51.000 Haushalte in und um Cottbus breitbandfähig und können ab sofort Anschlüsse mit Geschwindigkeiten bis zu 100 Megabit pro Sekunde (MBit/s) im Download und bis zu 40 MBit/s beim Heraufladen buchen.

Davon profitieren ganz besonders Familien. Ob die Bestellung im Onlineshop eines Babyausstatters oder der Disneyfilm aus der Onlinevideothek – das alles rückt immer mehr in den Vordergrund und macht das teils hektische Familienleben ein wenig leichter. Auch für die Schul- und Ausbildung oder gar die Wei-

terbildung der Elternteile ist das Internet nicht mehr wegzudenken.

Hier bietet das Cottbuser Familienunternehmen faro-com als Partner der Telekom unschlagbare und familienfreundliche Angebote: Bei Kombination von Handyvertrag und Festnetzanschluss wird unter anderem eine Flatrate für das Festnetztelefon freigeschaltet, über die auch Handygespräche in alle deutschen Mobilfunknetze kostenlos werden und somit alle Eltern von pubertierenden Jugendlichen endlich Nachts ohne Ängste vor der nächsten Abrechnung schlafen können.

Den Wechsel zwischen den Anbietern oder einfach nur ein Upgrade in das Highspeed-Internet mit Fernseherlebnis machen die kompetenten Fachberater der faro-com Shops in und um Cottbus einfach. Im Shop vor Ort wird geholfen, egal ob bereits Telekom Kunde, bei einem anderen Anbieter oder neu in der Region. Für alle Cottbuser gibt es aktuell beim Wechsel in die neuen Telekom Magenta Zuhause Tarife ein neues Festnetztelefon für das Quasselvergügen in HD-Qualität GRATIS nach Anschaltung vom Shop.

 www.farocomshop.de

Ihr Partner (nicht nur) für Festnetz vor Ort:

In Cottbus jetzt mit bis zu
100 MBit/s Surfen!


competence in communication

Cottbus-Center
Cottbus - Spriegalerie
Cottbus - kleines Kaufland
Elsterwerda im Elster-Center
Forst im Kaufland
Lauchhammer im Marktkauf
Lübbenau im Kaufland
Senftenberg in der Schmiedestraße
Spremberg im Kaufland

PARTNER



MAGENTA ZUHAUSE

M



TELEFONIEREN in HD Voice-Qualität



SURFEN im besten Telekom Netz mit bis zu
50 MBit/s im Download und 10 MBit/s im Upload

nur **34,95 €/Monat***

in den ersten 24 Monaten, danach 39,95 €/Monat*

**ROUTER 24 MONATE
OHNE AUFPREIS
SICHERN!***



FERNSEHEN mit großer HD-Vielfalt und Festplattenrekorder
zubuchbar für nur

9,95 €/Monat*




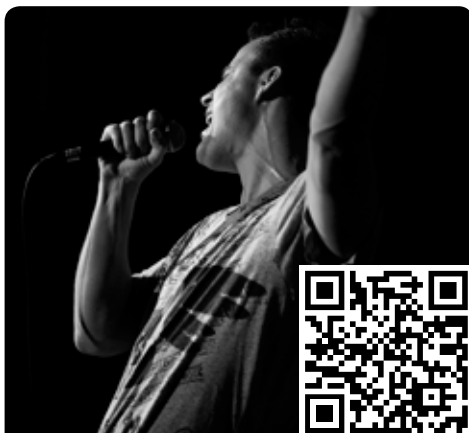
ERLEBEN, WAS VERBINDET.

* Angebot gilt für Breitband-Neukunden bei Buchung eines MagentaZuhause M Pakets bis zum 31.12.2015. MagentaZuhause M kostet in den ersten 24 Monaten 34,95 €/Monat, ab dem 25. Monat 39,95 €/Monat. Der Aufpreis für MagentaZuhause M Entertain (mit TV) beträgt 9,95 €/Monat (inkl. 4,95 €/Monat für den Festplattenrekorder). Voraussetzung ist ein geeigneter Router. Einmalgutschrift in Höhe von 120 € bei gleichzeitiger Buchung eines Endgeräte-Service-Pakets für Speedport W 724V (4,95 €/Monat) bis 17.05.2015. Hardware zzgl. Versandkosten in Höhe von 6,95 €. Einmaliger Bereitstellungspreis für neuen Telefonanschluss 69,95 €. Mindestvertragslaufzeit für MagentaZuhause 24 Monate, für Festplattenrekorder und Speedport 12 Monate. MagentaZuhause M ist in einigen Anschlussbereichen verfügbar. Individuelle Bandbreite abhängig von der Verfügbarkeit. Ein Angebot von: Telekom Deutschland GmbH, Landgrabenweg 151, 53227 Bonn.

Alex, machs noch einmal – und Wieder zu Hause!

Alexander Knappe gibt am 5. und 6.9.2015 wieder Gänsehaut-Konzerte im Theater!

 Am 5. und 6. September setzt Alexander Knappe gemeinsam mit dem Cottbuser Staatsorchester nun schon eine kleine Tradition fort. Im dritten Jahr in Folge sorgt er für ein ganz besonderes Konzertereignis. Das Livekonzert mit Band und Philharmonischem Orchester des Staatstheaters in großer Besetzung und dann noch in der einzigartigen Atmosphäre des Großen Hauses am Schillerplatz ist wirklich ein tolles Gänsehaut-Erlebnis. Im vergangenen Jahr gastierte sogar Johannes Oerding und sang mit Alex ein paar Lieder. Aktuell arbeitet Alex gerade an seinem dritten Album, von dem wir im Herbst sicher auch einen Vorgeschmack erhalten! Wer dabei sein möchte, der sollte sich jetzt Tickets sichern (www.staatstheater-cottbus.de, Kartentelefon 0355 78242424). Auch im vergangenen Jahr waren die zwei Konzerte nämlich recht schnell ausverkauft. Einen Vorgeschmack auf das Live-Happening gibt es mit nebenstehendem QR-Code.




Unser Alex: Lausitzer Junge mit großer Stimme

 www.alexanderknappe.net

Lernzentrum Cottbus: 10. Tag, der aus dem Rahmen fällt

Ein Fest, 3 Jubiläen: 90 Jahre Stadtbibliothek und 95 Jahre Volkshochschule Cottbus.

 Am 9. Mai ist im Lernzentrum Cottbus von 10 bis 14.30 Uhr richtig was los. Zur großen Geburtstagsfeier von Stadtbibliothek und VHS gibt es ein buntes Programm mit Live-Musik, Kaffee und Kuchen, Upcycling und vielen Überraschungen. Es gibt Puppentheater, man kann dem Kleinen Angsthasen begegnen, Kinder finden Spaß beim Basteln und Schminken, alle können günstige Bücher beim Bücherflohmarkt abstauben. Der Eintritt ist frei.



 www.lernzentrum-cottbus.de

Spiel, Spaß & (Ent-)Spannung...



... für die ganze Familie!

Kostenlos und unverbindlich ausprobieren:

- Golf-Erlebnistag am 03. Mai
- Schnupperrunden an jedem 1. Sonntag im Monat

Lausitzer Golfclub e.V.

Am Golfplatz 3
03058 Neuhausen/Spree
OT Drieschnitz-Kahsel

Web: www.lausitzer-golfclub.de



Neu: FamilienCampus-Kita



 Am FamilienCampus Lausitz in Schipkau öffnen am 1. Juni ab 14 Uhr die Pforten für eine neue Kindertagesstätte. Mit der CampusKita wird das örtliche Angebot um einen Krippen- und Kindergarten für Kinder von 0 bis 6 Jahren ergänzt. Die CampusKita mit ihren großen wie modernen Räumlichkeiten bietet ausreichend Platz für individuelle Entfaltungsmöglichkeiten und wird hohen qualitativen Ansprüchen gerecht. Auf drei Hektar Grün ist viel Spielraum zum Toben und Entdecken an der frischen Luft. Eine Gartenanlage mit Kleintieren ist in Planung. Darüber hinaus stehen den Betreuern und Kindern auf dem Campusgelände sowohl eigene abwechslungsreiche als auch vielfältige Bildungs- und Freizeitangebote der Kooperationspartner des FamilienCampus Lausitz wie ein Niedrigseilgarten zum Reinschnuppern und Mitmachen zur Verfügung. Schwerpunkte der pädagogischen Arbeit der CampusKita sind:

- Vermittlung von Grundsätzen elementarer Bildung
- Natur und Umwelt/ Gesundheits- und Ökologierziehung
- gezielte und individuelle Lernförderung
- Musikpädagogik und Kindertheater
- tiergestützte Arbeit/ Erleben mit Tieren
- generationsübergreifende Schnittstellen
- integrative Ausrichtung

Die Eröffnungsfeier ist zugleich ein „Tag der offenen Tür“. Von 14-16 Uhr begrüßt Sie die Leiterin der CampusKita, Frau Christin Wylutzki, und gibt Auskunft über das Kita-Konzept. Interessierte Eltern können sich auch unter Telefon 03573 753660 oder E-Mail christin.wylutzki@klinikum-niederlausitz.de informieren.

Träume zum Mitnehmen

Mit der Phantasie als Fahrkarte können kleine und große Zuschauer am 10. Mai, 15 Uhr in der Kammerbühne eine Reise in das Land der Wünsche und Träume antreten. Zwei ganz besondere „Weltenbummler“ bieten sich dafür als treue Reisebegleiter an und sorgen unterwegs für allerhand Abenteuer: die beiden Pantomimen Bodecker & Neander. Der Schweriner Zauberkünstler Wolfram von Bodecker und der in Paris geborene Alexander Neander lernten sich während des Studiums bei Marcel Marceau in Paris kennen. Nach Welttourneen als Bühnenpartner von Marceau gründeten die beiden ihr eigenes Duo. Sie sind nicht zum ersten Mal in Cottbus, doch zum ersten Mal kommen sie mit einem Familienprogramm. Die kleinen Geschichten, die sie ohne Worte, dafür mit feinem Humor, großen optischen Illusionen, viel Musik und Clownerie und einem kräftigen Schuss Slapstick erzählen, sind heiter, besinnlich und tragisch. So führen die beiden „Meister des Lichts“ ihre Zuschauer unter anderem in den Traum eines weltberühmten Pianisten. Der Musiker lernt dort eine Menge von dem Mann, der ihm die Seiten umblättert. Mit einem asiatischen Märchen zeigen sie eine Traumwelt, in der Tod und Schönheit dicht beieinander liegen. Die Träume des edlen Cyrano de Bergerac kreisen um die Liebe. Ob ihn, den Mann mit dem größten Herzen, aber auch der größten Nase aller Zeit, jemand lieben kann? Mehr als ein Traum, glaubt Cyrano, kann die Liebe nicht sein ... – Jeder Traum, so fanden Bodecker & Neander heraus, strahlt ein besonderes Licht aus. Dieses Licht mit ihrem Publikum zu teilen, ist ihre Absicht. Seien Sie dabei, folgen sie dem Licht, mit der ganzen Familie, am Sonntagnachmittag, im Theater.

Karten gibt es unter www.staatstheater-cottbus.de.



EIN BEERENSTARKES STÜCK


Iced Berry Chocolate:
kühler Mix aus Milch
mit weißer Schokolade,
frischen Waldbeeren und
Eiswürfel – **Im Juni & Juli
nur 3,60 Euro**

Eine tolle Ausstellung rund ums Fahrrad

Lauftrad. Hochrad. Rennrad. – ab 8. Mai im Museum Schloss & Festung Senftenberg



Viele Familienangebote rund ums Rad!

 In diesem Sommer steht die Festung Senftenberg ganz im Zeichen des geliebten Drahtesels – und das auch mit vielen speziellen Events für Kinder. Die neue Ausstellung wird am 8. Mai eröffnet und zeigt mit vielen Raritäten die Kulturgeschichte des Fahrrades. Das Museumsteam hat sich viel für Kinder, Familien und Schulklassen einfallen lassen:

Erlebnistage im Fahrradschloss: Die interaktiven Führungen für Familien vermitteln Kurioses und Wissenswertes aus 200 Jahren Fahrradgeschichte, mit großem Sicherheitstest und Experimenten. Nur am **17.5., 28.6., 18.7., 2.8.** und **6.9.2015** jeweils um 15 Uhr, auf dem Fahrrad-Parcours kann man dann jeweils 14 bis 17 Uhr verschiedene Räder ausprobieren.


Sommerferien – von Hochrädern und E-Bikes: Das volle Fahrradprogramm zum Mitfahren für Ferienkids ab 7 Jahre, Experimentieren & Ausprobieren, nur am **9. und 23.6., 7. und 21.7., 4. und 18.8.2015**, jeweils um 15 Uhr.

Für Kindergruppen und Schulklassen: Zu diesen Angeboten samt Sicherheitstest und Fahrradparcours zum Ausprobieren berät Museumspädagoge Martin Baumgart unter Tel.: 03573 2628 oder eMail martin-baumgart@museum-osl.de.

 www.museum-osl.de

Für kleine Theaterpiraten




 **JENNY HÜBNER GREIFT EIN** – am 17. Mai um 15 Uhr in der NEUEN BÜHNE Senftenberg. Interessierte Eltern und Großeltern erhalten bei dieser Familienvorstellung die Gelegenheit, mit ihren kleinen Schützlingen (ab 5) einen gemeinsamen Besuch im Theater zu erleben. Die spannende Piratenerzählung um Jenny Hübner macht Lust auf mehr Geschichten aus Büchern und Theater. Das Stück mit Hanka Mark in der Hauptrolle dauert ca. 45 min und findet in der Probephase statt. Karten zum Preis von 6,- € für Erwachsene und 3,- € für Kids sind unter der Tel.: 03573 801286 oder an der Tageskasse erhältlich.

 www.theater-sentfenberg.de

Ostwind 2 ab 14.5. im Kino!




 Das große Pferdeabenteuer geht endlich weiter! Mika und Ostwind sind ab 14. Mai zurück auf der Kinoleinwand. In ihrem zweiten Abenteuer stehen der schwarze Hengst und das rothaarige Mädchen erneut vor einer großen Aufgabe und machen diesmal Bekanntschaft mit einem fremden Jungen und einer geheimnisvollen Schimmelstute. Auch Ostwind 2 ist ein großartiges Pferdeabenteuer geworden und wird insbesondere Mädchen vollauf begeistern. Der Film ist bis in die Nebenrollen bestens besetzt und auch Pferdetrainerin und „Pferdeflüsterin“ Kenzie Dysli ist wieder mit von der Partie.

 www.constantin-film.de/kino/ostwind-2/

enviaM-Card-Familientag im Tierpark Cottbus

Eine Familienaktion der enviaM-Kundenkarte, die noch viele weitere Vorteile bietet.

 Inhaber einer enviaM Card dürfen sich in diesem Jahr ganz besonders auf den großen Familientag freuen. Der findet am 6. Juni im Tierpark Cottbus statt – und alle enviaM CARD-Inhaber haben von 9 bis 18 Uhr freien Eintritt! Zu bewundern gibt es an diesem Tag auch die neuen Tiger – und zudem eine exklusive Elefanten-Sonderfütterung. So kommen die Besucher auch ganz nah an die Tiere heran. Das Tierparadies in herrlicher Parklandschaft zwischen Spree und Branitzer Park mit seinen über 1100 Tieren ist für Kinder immer ein Highlight. Der große Haustierbereich mit Streichelzoo und Spielplatz ist bei den Kleinen besonders beliebt. Zusätzlich können sich die kleinen Gäste auf der Hüpfburg austoben und beim enviaM Gewinnspiel vor Ort wartet ein erlebnisreiches Wochenende in Dresden für zwei auf die glücklichen Gewinner.




enviaM-Familientag am 6. Juni, 9-18 Uhr
Tierpark Cottbus
Eintritt frei mit enviaM Card
inkl. Überraschungen und Gewinnspiel

 www.enviam-card.de

Olympiade für Retter!



 Mehr als 1.500 Johanniter aus Deutschland sowie ausländischer Johanniter-Verbände werden am 16. Mai 2015 zum 24. Johanniter Bundeswettkampf in Erster Hilfe im Cottbuser Spreeauenpark erwartet. 40 Mannschaften gehen an den Start, hauptamtliche Rettungsprofis und viele ehrenamtliche Ersthelfer, vor allem Kinder und Jugendliche. Alle deutschen Teams mussten sich bei Landeswettkämpfen für die Teilnahme qualifizieren. Der Bundeswettkampf findet alle zwei Jahre statt. Los geht's 10 Uhr, Ende ist gegen 17 Uhr, Zuschauer sind gern willkommen und dürfen ordentlich anfeuern.

 www.johanniter.de



BAR - RESTAURANT - CAFE

BRUNCH

zum
Muttertag

So., 10. Mai 15

10 - 14 Uhr | 16.9 € p.P.

Sun & Secco

Der Brunch für alle **Girls & Ladies**
zum **Männertag!**

Do., **14. Mai 15** | 10 - 14 Uhr

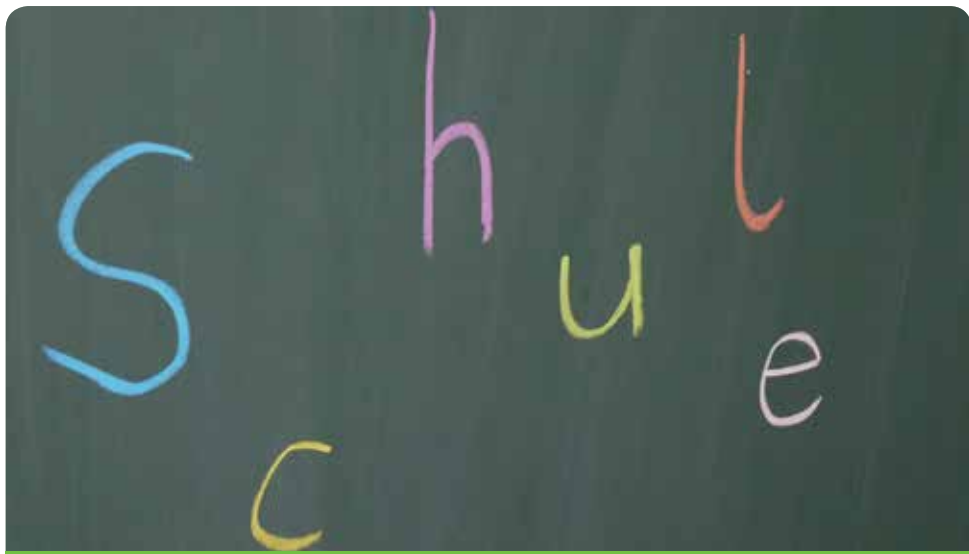
Das Beste:
Prosecco inklusive! **17.9 € p.P.**



www.mosquito.biz | Reservierungen unter: 0355 - 288 90 444

*Ausschank von Prosecco unbegleitet und ausschließlich gläsernt

Fit fürs neue Schuljahr



Im Mai wirkt der Start ins neue Schuljahr am letzten Augusttag noch meilenweit entfernt. Es gibt aber für Eltern schon jetzt die Möglichkeit, viele Dinge vorzubereiten, die etwas Vorlaufzeit brauchen oder die man sonst später in der Hektik vergisst. Besonders bei der Einschulung und dem Übergang in die dritte, die vierte oder siebente Klassenstufe sollten Eltern sich und ihre Kids aus verschiedenen Gründen vorbereiten.

Einschulung und Übergang vierte Klasse

In diesen Jahrgangsstufen spielt der Schulweg eine wichtige Rolle. Bei Erstklässlern hilft ein rechtzeitiges Einüben des Schulwegs gemeinsam mit den Eltern, Sicherheit zu schaffen und alle möglichen Herausforderungen auf diesem Weg gemeinsam kennenzulernen und zu besprechen. Zudem stärkt es bei Kindern die Vorfreude auf die Schule. Der ADAC gibt für einen sicheren Schulweg folgende Tipps:



Meine erste Uhr kaufe ich bei...



Fiedermann Uhren • Schmuck • Tafelsilber

Am Altmarkt 25, 03046 Cottbus,

Telefon: 0355/25114, Telefax: 0355/703348,

Öffnungszeiten: Mo-Fr 9.30-19 Uhr, Sa. 9.30-16 Uhr

www.fiedermann-cottbus.de

Selbstständiges Verhalten: Sofern es die Entfernung erlaubt, sollten Kinder den Weg zur Schule eigenständig zu Fuß meistern. So lernen sie selbständiges Verhalten im Straßenverkehr und Freude an der Bewegung.

Kürzer ist oft nicht sicherer: Nicht immer ist der kürzeste Schulweg auch der sicherste. Es gilt einen Weg zu wählen, der möglichst wenige unübersichtliche Übergangsstellen besitzt. Das Überqueren von Fahrbahnen ist für Kinder besonders gefährlich, da diese Geschwindigkeiten nur schwer einschätzen können. Viele Schulen besitzen bereits Pläne mit geeigneten Routen, fragen Sie nach!

Frühzeitig den Schulweg üben: Eltern sollten mit ihren Kindern den Schulweg frühzeitig üben. Schwierige Stellen und Gefahren lassen sich so erkennen und erklären. In ungewohnten Situationen reagieren Kinder langsamer, umso wichtiger sind deshalb routinierte Verhaltensweisen. Ob ein Kind die Verkehrsregeln verstanden hat, kann durch einen Rollentausch festgestellt werden: Die Kinder spielen den Lehrer und erklären den Eltern das richtige Verhalten auf dem Schulweg. Das bringt Spaß und stärkt die Erinnerung. Indem Eltern im Alltag mit gutem Beispiel vorangehen, lernen Kinder zudem durch Nachahmung.

Auf der Seite des Gehwegs aussteigen: Kinder, die mit dem Auto zur Schule gebracht werden, sollten immer auf der Seite des Gehwegs aussteigen. Wird zudem auf der Straßenseite des Schulgeländes geparkt, entfällt das Überqueren der Fahrbahn.

Für den Übergang in die 4. Klassenstufe wird hingegen das Fahrradfahren immer wichtiger, in der 4. Klassenstufe legen Kinder auch die Fahrradprüfung ab. Wenn Kinder auf dem Fahrrad noch unsicher sind, sollten Eltern besser ein paar Monate vor Start des 4. Schuljahres das Radfahren trainieren. Möglichkeiten für ein reales Verkehrstraining mit entsprechenden Verkehrsschildern und Vorfahrtsituationen bieten Verkehrsgärten, der Cottbuser Verkehrsgarten ist z.B. unter Telefon 0355 861940 erreichbar, hier sollten sich Familien aber zuvor anmelden, da er oft mit Kitagruppen oder Schulklassen ausgebucht ist.

Gemeinsam mit den Eltern können Kinder, die sich auf dem Fahrrad schon sicher bewegen, dann auch den Schulweg per Fahrrad einüben. Achten Sie aber auf die gesetzlichen Bestimmungen:

- Kinder bis 8 Jahren MÜSSEN den Gehweg benutzen (nicht den Radweg!), § 2 Abs. 5 StVO.
- Kinder bis 10 Jahren DÜRFEN den Gehweg benutzen, § 2 Abs. 5 StVO (Achtung: dann ist jedoch Schrittgeschwindigkeit angesagt, sonst gibt's im Falle eines Unfalles Mitschuld!)
- An Kreuzungen und Einmündungen müssen sie absteigen und das Fahrrad herüberschieben! »



Georg Heinsius von Mayenburg- Grundschule

erste private Grundschule
im OSL-Kreis • Platz des
Friedens 5 • 01968 Brieske

Investieren Sie in die Bildung Ihres Kindes: Moderne, technisch gut ausgestattete Klassenräume, jahrgangsstufen-übergreifender Unterricht in kleinen Klassenstärken mit individueller Förderung und zusätzlichen Trainingsstunden, Englisch ab Klasse 1, Spanisch ab Klasse 3, Tanz-Theater- und Karateunterricht, kein Unterrichtsausfall, der Ranzen bleibt unter der Woche in der Schule, gesunde ausgewogene Schulverpflegung mit Frühstücksbuffet und Wahlesen zum Mittag in der farbenfrohen Cafeteria, viel Bewegung an frischer Luft, vielfältige Angebote im Frühhort und am Nachmittag, enge Zusammenarbeit mit den Eltern- all das verdeutlicht unseren ganzheitlichen Ansatz. **Informieren Sie sich über unsere Konzeption, die Gebäude und die Einschulung 2016.**

Ihr Ansprechpartner:

Frau Madlen Schwarz
T. 03573/367599-10

E. madlen.schwarz@schlausitz.de
Interessentenbögen finden Sie
unter: www.schlausitz.de



Beim Üben des Schulwegs per Rad auf Radwegen bzw. Straße muss das Kind also älter als 8 sein!

Einschulung: Grund zum Feiern

Die Einschulung ist für Kinder der Start in einen neuen Lebensabschnitt – und da meist die ganze Familie zusammenkommt, ist sie auch ein großes Familienfest. Das sollten Sie spätestens im Mai ordentlich planen und vorbereiten – denn schließlich feiern auch alle anderen „Einschulungsfamilien“ am gleichen Tag. Egal ob eine Gastronomie oder eine Räumlichkeit gebraucht wird, Unterkünfte für die Verwandtschaft, ob Catering oder Ausstattung für die Feier – vieles ist kurzfristig dann einfach nicht mehr zu haben. Auch die Verwandtschaft sollten Sie spätestens jetzt einladen, denn Schulanfänger sind besonders stolz, wenn die ganze Familie am großen Tag Anteil nimmt.

Wichtig bei den Vorbereitungen ist es, nicht an den eigentlichen „Haupthelden“ des Tages vorbei zu planen. Denken Sie also vor allem an die Kinder, die sollen Spaß haben und sich nicht in der Hinterstube eines Restaurants langweilen. Viele Orte wie der Sportpark Cottbus, das Landhotel Burg, der Barfußpark Burg, Restaurants mit Terrassen und reichlich Grün im Umfeld bieten Möglichkeiten, der ganzen Familie gerecht zu werden und Kindern auch Platz für Bewegung oder Sport- und Spielmöglichkeiten. Immer beliebter sind Mottoparties, in denen die ganze Familie sich einem Thema widmet, das durchaus auch der Schulstarter aussuchen kann.

Übergang 3. und 7. Klasse

In den Klassenstufen 3 und 7 findet in den Schulen ein „Leistungssprung“ statt. In diesen Klassenstufen haben nicht wenige Kinder Probleme, dem anspruchsvolleren Lernpensum zu folgen. Deshalb empfiehlt es sich, in Vorbereitung dieser Klassenstufen schon in den Vormonaten das Wissen der vorangegangenen Schuljahre zu festigen und eventuell vorhandene Wissenslücken zu schließen.

Das gilt insbesondere für den Start in die Erweiterung mit der 7. Klassenstufe, der fast immer auch mit einem Schulwechsel verbunden ist. Oft macht sich bei Kindern schon im 2. Halbjahr der sechsten Klassenstufe Nachlässigkeit breit und auch manche Schule

nimmt es mit dem Lernstoff nicht mehr so genau, da die Entscheidung für die weiterführende Schule schon gefallen ist. Ein Notenabfall ist bei Schülern in diesem Zeitraum nicht selten. Im Gymnasium wird dann aber wenige Wochen später meist von Beginn an ein viel stärkeres Lernpensum abgefordert. Hier sollten Eltern spätestens im Mai mit ihren Kids sprechen und Sorge tragen, dass sie bei der Erweiterung keinen Fehlstart erleiden. Das kann gerade im Gymnasium schnell zu Frust, Lustlosigkeit und einem nachhaltigeren Schulproblem führen. Oft versuchen Eltern das im Nachhinein, manchmal auch mit reichlich finanziellem Aufwand, durch eine Nachhilfe zu korrigieren. Wie so oft gilt aber auch hier: Vorsorge ist besser als Nachsorge.

Für alle: gut markiert

Oft stellen Eltern schon nach wenigen Schulwochen fest, dass einige Schulsachen abhandengekommen sind. Oder die Kinder kommen mit Sachen von Mitschülern nach Hause, weil sie diese mit gleichen oder ähnlichen Kleidungsstücken verwechselt haben. Abhilfe schaffen hier Anbieter, die für alle Gelegenheiten eine persönliche Markierung mit dem Namen und teils auch einem Symbol liefern. Ein gutes Beispiel ist der Onlineshop www.gutmarkiert.de. Hier bekommt man auch Komplett-Sets mit diversen Namensaufbüglern, Textil- und Schuh- und Bügeletiketten oder Aufklebern. So bleibt alles wo es hingehört und kommt auch wieder zu Hause an! Bei den vielen Schul- und Kindersachen ist natürlich auch hier etwas Vorlauf ratsam.



**Mach dein
Zuhause glücklich**
Die Geschirr-Kollektion
von Dylan Kendall.
Exklusiv und limitiert,
nur bei uns auf
www.teezeit.de

Wanderwegfest Schwarze Pumpe

Das Vattenfall-Familienfest am 14. Mai ab 9 Uhr.



VATTENFALL 



Das Wanderwegfest vor dem Kraftwerk Schwarze Pumpe ist zu einer der beliebtesten Veranstaltungen für Familien und auch alle weiteren Bewohner unserer Region geworden. Auch im letzten Jahr machten insbesondere die zahlreichen Attraktionen für Kinder das Fest zu einem tollen Event für die ganze Familie.

Los geht's es am **14. Mai 2015** bereits ab **9 Uhr** auf dem Spremberger Marktplatz. Nach einer halben Stunde schwingen sich hier alle auf die Fahrräder. Bei der kleinen Tour können auch Kinder mithalten – sodass alle gemeinsam gegen 10 Uhr auf dem Gelände des Kraftwerkes Schwarze Pumpe ankommen. Natürlich können Familien auch direkt eintreffen. Hier warten viele bunte Angebote auf Kinder, aber auch große Besucher können einiges erleben – eine Auswahl des Programms ist nebenan dargestellt.

Das Fest ist gleichzeitig ein Beweis, wie sehr Wirtschaft und engagierte Bürger Hand in Hand für eine lebenswerte und familienfreundliche Heimat sorgen. So wird das Wanderwegfest in diesem Jahr bereits zum 16. Mal in einer Gemeinschaftsaktion des Fremdenverkehrsvereines „Region Spremberg“ e.V., des Kinder- und Jugendheimes Schwarze Pumpe, der Firma KNAUF, der Hamburger Rieger GmbH Papierfabrik Spremberg und des Kraftwerkes Schwarze Pumpe organisiert.

Zum Programm gehören u.a.:

- ein vielfältiges Kinderprogramm mit Bastelstraße, Hüpfburg und vielen anderen Attraktionen
- ein Quiz mit wertvollen Preisen
- der Besuch des Informationszentrums im Kraftwerk
- der Besuch der Aussichtsplattform Block B des Kraftwerkes (161 m ü. M.)

16. Wanderwegfest Schwarze Pumpe 14. Mai 2015

- 9 Uhr Treff Marktplatz Spremberg
- 9:30 Uhr Abfahrt mit Fahrrädern zum Kraftwerk Schwarze Pumpe
- ca. 10 Uhr Ankomst im Kraftwerk
- bis 16 Uhr Programm
- 16 Uhr Quizauslosung

- Fahrten mit einem amerikanischen Schulbus zur Papierfabrik Hamburger Rieger GmbH
- Fahrten mit einem Bus durch das Kraftwerk und zur Firma KNAUF
- Fahrten mit Oldtimern durch das Kraftwerk
- eine zünftige musikalische Umrahmung
- für eine ausreichende Verpflegung wird gesorgt



www.vattenfall.de

Die Schirmherrschaft der Veranstaltung hat die Bürgermeisterin der Stadt Spremberg, Frau Christine Herntier, übernommen.

Der große Tag für Kinder

So machen Sie den Kinder- zum Familientag

Mehr Kinder-
tagsfeste im
Terminkalender
und auf
lausebände.de



Rund um den 1. Juni ist viel los für die Kleinen – wir haben Tipps, wie der Kinder- zum Familientag wird!



Wussten Sie, dass während des Kalten Krieges der Kindertag in Ost und West zu verschiedenen Terminen stattfand? Im Osten wurde der Internationale Kindertag am 1. Juni gefeiert, im Westen war und ist am 20. September der Weltkindertag, welcher in enger Abstimmung mit der UNICEF begangen wird. Seit der Wiedervereinigung ist der Weltkindertag am 20. September der gemeinsa-

me offizielle Kindertag. Allerdings hält sich im Osten der 1. Juni als großes Fest für die Kleinen sehr hartnäckig. Und das ist auch gut so. Schließlich feiern über 30 Staaten wie China und die USA mit uns am 1. Juni den internationalen Kindertag. Außerdem können wir so gleich zwei Mal im Jahr mit den Kleinen feiern. Was Familien rund um diesen Tag unternehmen können, darüber geben wir hier einen Überblick.

Cowboys & Indianer im Erlebnispark Teichland

31. Mai: Am letzten Maisonntag öffnet der Erlebnispark Teichland seine Türen zu allen Attraktionen und einem großen Familienfest. Im vergangenen Jahr haben hier kleine Piraten gewütet, in diesem Jahr wird sich dem Motto „Cowboys & Indianer“ gewidmet. Vom Rodeo-Bullenreiten über eine Reitschule mit muskelbetriebenen Pferden bis zu einer Wildwest-Hüpfburg ist zusätzlich zu den vielen Attraktionen des Erlebnisparks an die Kids gedacht. Ein absolutes Highlight sind aber die Shows der Kunstreitergruppe Ompah um 11, 14 und 17 Uhr. Sie bieten eine beeindruckende Show mit richtigen Pferden, ein Indianerprogramm mit Indianischer Folklore, Trick-Riding, indianischen Reiterspielen und Tänzen. Einfach toll! Natürlich haben den ganzen Tag auch die Erlebnisangebote von der Sommerrodelbahn über die Rei-

fenrutsche bis zu Minigolf und Monsterrollern geöffnet. Hier können die Kleinen richtig toben, während die Großen auf der Terrasse der Rodelklausen oder im Park entspannen.

 www.erlebnispark-teichland.de

Stadtkindertag in Zoo & Schloss Hoyerswerda

7. Juni: In Hoyerswerda wird der Kindertag traditionell in Zoo und Schloss gefeiert! Von 10 bis 18 Uhr herrscht hier ein buntes Familientreiben mit jeder Menge Spielspaß. In diesem Jahr dürfen sich die Kids auf Riesenkugelhindernisbahn, Hüpfburg, großen Wasser-Matsch-Spielplatz und viele weitere Attraktionen freuen. Zoo und Schloss werden einen Tag lang den größten Spielplatz der Stadt errichten. An unzähligen Ständen können kleine und große Kinder Erleben und Ausprobieren. Dabei bleibt es jedoch

nicht nur beim Basteln und Malen. Wer einmal selbst Rieseisenblasen machen oder über eine Riesenkugelhindernisbahn laufen möchte, ist beim Stadtkindertag genau richtig.

 www.kulturzoo-hy.de

Spreewelten-Kinderfest mit Pinguinen

1. Juni: Die Spreewelten Lübbenau bieten genau am Kindertag ab 15 Uhr nicht nur den kleinen Gästen viel Spiel und Spaß. In den Riesenrutschen kann um die Wette gerutscht werden, ein anderes Spiel gewinnt, wer sich am schnellsten aus dem Strömungskanal befreit. Viele weitere spannende Spiele im und außerhalb des Wassers warten auf Pinguinfreunde. Zudem gibt es tolle Verlosungen und viel Spannendes über die Pinguinbande der Spreewelten zu erfahren.

 www.spreeweltenbad.de

Familienfest im Badeparadies Krauschwitz

31. Mai: Ab 15 Uhr lädt Benno, das Maskottchen der Erlebniswelt Krauschwitz zu einem zünftigen Kinderfest mit Ballonmodellieren, Schatzsuche für die Kleinsten, Schnuppertauchen, Happy-Rutsche, Kinderschminken, Malstrecke, Schaumkanone und Glücksrad in die Erlebniswelt ein. Das ganze Vergnügen ist im normalen Eintrittspreis enthalten! Der Eintritt für Kinder unter 12 Jahren ist nur in Begleitung eines Erwachsenen möglich.

 www.badeparadies.com

Familienfest im IRRLANDIA MitMachPark

30. und 31. Mai: Toller Park mit vielen Mitmachangeboten und dem höchsten Rutschenturm Branden-

burgs! Am Kindertag wird zum bunten Fest geladen – mit dem „Großen Versteckspiel“, tollen Aktionen, vielen, vielen Attraktionen zum Mitmachen und klasse Abenteuern.

 www.irrlandia.com

Weitere Tipps

Kinderspektakulum/ Kulturinsel Einsiedel

viele Überraschungen und wie immer viel Spaß auf dem spannendsten Abenteuerspieplatz-Freizeitpark der Lausitz

www.kulturinsel.de

1.6. Kindertagsfest auf dem Spargelhof Klaitow

Gefeiert wird auf dem ganzen Erlebnis-Bauernhof und in diesem Jahr bekommen alle Kinder ein kleines Geschenk!

www.buschmann-winkelmann.de

1.6. Kinder- und Familientag im Tierpark Cottbus

mit vielen Aktionsständen und Mitmach-Angeboten für Familien vom lokalen Bündnis für Familie Cottbus.

www.zoo-cottbus.de

30. Mai Kindertag im Filmpark Babelsberg

Pünktlich mit Parköffnung um 10 Uhr geht es rund! Diesmal lautet das Motto „Märchenhaftes Kinderfest“. Die Kids stehen im Rampenlicht und viele tolle Erlebnisse sind garantiert. Das komplette Filmpark-Programm mit vier Live-Shows und über 20 Attraktionen wird um zusätzliche Mitmachaktionen erweitert.

www.filmpark-babelsberg.de

1.6. Kindertag in Familie im Irrgarten Kleinwelka

kleine Geschenke, Spiele und Überraschungen für alle Kinder

Weitere Kindertagsfeste siehe Terminkalender und ganz aktuell unter www.lausebande.de



„Einschulung“ für die ganz Kleinen

FamilienCampus LAUSITZ: Platz da - ab 1. Juni 2015!

Die Eröffnungsfeier ist zugleich ein „Tag der offenen Tür“.

Von 14-16 Uhr begrüßt Sie die Leiterin der CampusKita,

Frau Christin Wylutzki, und gibt Auskunft über das Kita-Konzept.

Christin Wylutzki, Leiterin CampusKita

Krankenhausstr. 2 · 01998 Schipkau OT Klettwitz

Telefon (03573) 75 3660

E-Mail christin.wylutzki@klinikum-niederlausitz.de

Informationen und Anmeldeantrag

www.familiencampus-lausitz.de



Pfingsten ganz in Familie!

Jede Menge Veranstaltungen am langen Familienwochenende.



Gartenfestival im Park & Schloss Branitz vom 15. - 17. Mai



Das lange Pfingstwochenende ist auch in diesem Jahr mit etlichen Veranstaltungshighlights bestückt. Ob Familienspaß in der Natur, am Wasser, mit Kultur oder mit Pferden – hier findet jede Familie ein passendes Ereignis. Einige Höhepunkte möchten wir dennoch empfehlen:

Sagennacht in Burg

22.-24. Mai: Nach zwei Jahren Pause erzählt die Spreewälder Sagennacht nun eine neue Geschichte von den Legenden um den Wendenkönig. Dazu hat das Sorbische National-Ensemble die Leitung vom Staatstheater übernommen. Vom 22. bis 24. Mai ist nun der Beginn „Der Verrat – Kapitel 1“ an drei Abenden zu erleben, mit Vorprogramm ein dreistündiges Event, bei dem die Kids doch schon etwas größer sein sollten. Beeindruckend ist auch die nächtliche Kulisse am Bismarckturm!

Pfingsreiten in Forst & Sielow

22.-25. Mai: Gleich zwei große Pfingstturniere bieten kleinen und großen Pferdefreunden ein tierisches Vergnügen. Sowohl in Forst als auch im Cottbuser Ortsteil Sielow sind die Turniere mit einem bunten Rahmenprogramm versehen, das auch für Familien und Kinder viele Überraschungen bereit hält. Beide Turniere ziehen sich über das gesamte Pfingstwochenende.

Steinitzer Pfingstfest

22.-25. Mai: Gleich über vier Tage wird auf dem Steinitzer Sportplatz Pfingsten gefeiert. Los gehts am Freitagabend 18 Uhr mit dem Löschangriff der Feuerwehr, am Samstag folgt das traditionelle Fußballturnier und am Sonntag dann ab 10 Uhr der Familientag, inklusi-

ve Kinderfest mit vielen Attraktionen. An allen Tagen können sich die Kleinen auf Schausteller freuen, für die Eltern gibt es an jedem Abend ein Partyprogramm. Sportplatz Steinitz, Am Sportplatz, Lohsa OT Steinitz

Strandfest Senftenberg

23.-24. Mai: Rund um den Sedlitzer See laden Vereine und Clubs am Pfingstwochenende zum See- und Familienfest ein. Hier kann man einen Ausflug auch mit Wasserspaß verbinden, soweit es das Wetter zulässt. Das zweitägige Seefest beginnt am Samstag mit dem Strandfest auf der Sedlitzer Seite des Sees. Am Sonntag steigt dann das große Familienfest rund um den See mit Aktionen an vielen Orten. Zahlreiche Kinder-Attraktionen, Unterhaltungsmusik, auch Floß- und Bootsfahrten auf dem See und ein vielseitiges Kinderprogramm sorgen für reichlich Abwechslung. Für das leibliche Wohl ist ebenfalls bestens gesorgt.

Sedlitzer See bei Senftenberg

Weitere Tipps

22.-25. Mai: 51. Park- und Blütenfest Kromlau, Azaleen- und Rhododendronpark Kromlau: eines der größten Volksfeste der Region mit großem Markt, wertvollen Oldtimern, jeder Menge Schaustellern und einem großen Garten- und Naturmarkt. Viel Programm auf der Bühne!

23.-25. Mai: große Pfingstums-Feiertagsfeier auf der Kulturinsel Einsiedel

24. Mai: ab 15 Uhr traditionelles Pfingstkonzert im Zoo Hoyerswerda, mit dem Orchester Lausitzer Braunkohle e.V., klassischer Blasmusik sowie modernen Rock- und Pop-Klängen

25 Jahre Kulturinsel Einsiedel

Aufruf zum Fotowettbewerb mit prächtigen Preisen!

PFINGSTUM
23. bis 25. Mai



 Kinder, wie die Zeit vergeht! Zum PFINGSTUM (23. bis 25. Mai '15) feiert die Kulturinsel ihr 25. Jubiläum. Weit über eine Million Gäste durfte sie in dieser Zeit empfangen.

Nun wollen die Inselgeister wissen, was Ihr im Grüngeringelten Abenteuerfreizeitpark im Her der Zentrallausitz so erlebt habt. **Schickt Euer schönstes, aufregendstes, verrücktestes, grüngeringeltestes Foto von Euch auf der Kulturinsel und gewinnt tolle Preise!**

Die drei umhauendsten Einsendungen werden prämiert mit jeweils einer Übernachtung im exklusiven Baumhaushotel. Die Plätze 4 bis 25 erhalten eine Eintrittskarte zum Folklorum-Turisedische Festspiele (4.-6. September 2015). Die besten 25 bunten Bilder werden zum PFINGSTUM im schwarz-weißen Zauberwald ausgestellt.

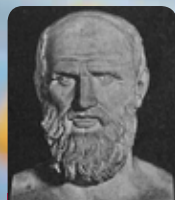
Einsendeschluss ist der 20. Mai 2015.

Schickt Euer Bild an:
Grüngeringelter Abenteuerfreizeitpark
Kulturinsel Einsiedel,
02829 Neißeaue OT Zentendorf
oder per E-Mail an: kultur@kulturinsel.de

Übrigens gelten Eure Fotos auch als Bonus-Eintritts-Gutschein zur Jubiläumsfeier zum PFINGSTUM. Wer nämlich ein Kinder-Foto von sich auf der Kulturinsel mitbringt, darf – egal wie groß er mittlerweile gewachsen ist – zum Kindereintrittspreis in den Park und die nach ausgiebiger Verjüngungskur und mit der Installation neuer ServiceQualität ausgestattete Kulturinsel genießen. Frischhaltekegel und die Verjüngungs-Park-Kur sowie ein rundum verrücktes Programm für Groß und Klein erwarten alle Gäste.



www.kulturinsel.com



*„Auch gar nichts zu verschreiben,
ist zuweilen eine vortreffliche Medizin.“*

**Hippokrates von Kos (460 bis 377 v. Chr.),
griechischer Arzt, Vater der Heilkunde**

Redaktion: Jens Taschenberger, Foto links: Steffen Schwenk (light-impression.de)

Puppen-Dr. Pille – Auf die sanfte Art

Was die Alternativmedizin leisten kann, was die Schulmedizin besser kann.



„Hatschi!“ – Kaum ist die Grippezeit vorbei, kündigt sich auch schon die Pollenzeit an. Ob nun Erkältung oder Heuschnupfen: Wenn die Kleinen leiden, stehen viele Eltern vor der Frage: Antibiotika oder Globuli? Schulmedizin oder Alternativmedizin? Wir wollen Eltern einen Ratgeber an die Hand geben: Welche Möglichkeiten bietet die Alternativmedizin, wo sind ihre Grenzen? Wann sollte (zusätzlich) ein Schulmediziner zu Rate gezogen werden? Welche Verfahren bietet die Alternativmedizin und bei welchen Beschwerden sind sie geeignet? Wirken Homöopathie und Co. tatsächlich oder ist das alles Humbug? Egal für welche Behandlung sich Eltern entscheiden, wichtig ist in jedem Fall: Bei ernstlichen Beschwerden und Erkrankungen sollte immer auch ein Schulmediziner zu Rate gezogen werden.

Was ist Alternativmedizin?

Wer sich mit dem Thema Alternativmedizin etwas tiefer beschäftigt, wird schnell feststellen: Für die unterschiedlichsten Verfahren geistern verschiedene Begriffe durch Bücher und Medien. Es ist die Rede von Naturheilkunde oder Naturheilverfahren, von Alternativmedizin oder komplementärer Medizin. Ihnen allen ist gemein, dass sie in Abgrenzung zur klassischen Schulmedizin verwendet werden. Als Schulmedizin gilt die an den Universitäten gelehrt, in Arztpraxen und an Kliniken angewand-

te und wissenschaftlich nachweisbare Heilkunde. Davon lassen sich Heilmethoden und Verfahren abgrenzen, deren Wirksamkeit wissenschaftlich nur teilweise belegt ist, die häufig auf Erfahrungswissen und natürlichen Wirkstoffen beruhen und die ergänzend zur Schulmedizin angewandt werden. Wir werden im folgenden den Begriff Alternativmedizin verwenden, da er umfassender ist als Naturheilkunde. So gehört beispielsweise die Homöopathie nicht zu den klassischen Verfahren der Naturheilkunde.

Fast allen Verfahren der Alternativmedizin liegt ein ganzheitlicher Ansatz zu Grunde. Sie schauen sich nicht nur die aktuellen Beschwerden des Patienten an. Vielmehr geht einer alternativen Heilmethode zumeist ein ausführliches Erstgespräch zur Anamnese voraus, in der neben den Beschwerden auch die bisherige Krankheitsgeschichte erfragt wird, in dem körperliche Leiden ebenso wie seelische Leiden berücksichtigt werden. Der Therapeut will den Patienten in seiner Gesamtheit und in seiner aktuellen Lebenssituation mit beruflichem und privatem Umfeld erfassen. Erst darauf basierend wird nach einem geeigneten, individuell passenden Heilverfahren gesucht. Stärker noch als die Schulmedizin verlangt die Alternativmedizin Eigenverantwortung vom Patienten, insbesondere von chronisch Kranken. Er selbst soll an seiner Genesung aktiv mitwirken, beispielsweise durch »

Ganzheitliche Regulationstherapie – Betreuung von Freizeit- und Leistungssport

- * Physiotherapie | Osteopathie | Applied Kinesiology
- * Sportphysiotherapie | Sportosteopathie
- * Kinderosteopathie
- * Säuglingsgymnastik | Skoliotherapie
- * Physiotherapie nach BOBATH und PNF
- * Krankengymnastik am Gerät
- * Stochastische Resonanz Therapie SRT
- * Biomechanische Stimulation BMS

Frenzel

Praxis für Physiotherapie, Kinesiologie und Osteopathie

Straße der Jugend 33 | 03050 Cottbus | Telefon 0355 - 47 20 49 | www.physiotherapie-frenzel.de

mehr Bewegung und gesunde Ernährung. Er soll sich mit seiner Krankheit auseinandersetzen und die Wirkung bestimmter Lebensumstände und spezieller Heilverfahren beobachten und durch „richtiges“ Verhalten positiv beeinflussen. Im Idealfall und wo die knappe Zeit dies zulässt, berücksichtigen auch Schulmediziner die Lebensumstände des Patienten. Ein guter Hausarzt wird bei Erkältungsbeschwerden nicht einfach nur Hustensaft und Nasenspray aufschreiben, sondern zu gesunder Ernährung und Bettruhe raten – auch das gehört zu ganzheitlicher Medizin.

Verfahren der Alternativmedizin

Unter die Begriffe Alternativmedizin und Naturheilkunde fallen weit mehr als 100 Behandlungsmethoden, die fast alle Lebensbereiche umfassen. Die Diät oder Massage gehört ebenso dazu wie Wadenwickel und Zwiebelsäckchen, aber auch Akupunktur und Homöopathie. Manche können mit wenig Aufwand und ohne Anleitung zu Hause umgesetzt werden, andere sollten unbedingt von einem Therapeuten oder Arzt begleitet werden.

Die Verfahren der Naturheilkunde basieren auf aus der Natur kommenden Substanzen oder ahmen natürliche Prozesse nach. Sie arbeiten mit den Elementen Licht, Wärme, Kälte, Wasser, Luft und Erde. Zu den „klassischen“ Naturheilverfahren gehören:

Hydrotherapie: Die Hydrotherapie setzt auf die heilende Kraft des Wassers. Mit der Anwendung von Wasser in allen Formen (flüssig, Eis, Dampf) sollen die Selbstheilungskräfte des Körpers angeregt werden. Die Hydrotherapie eignet sich zur Vorbeugung und Abhärtung sowie unterstützend zur Rehabilitation. Zu den typischen Anwendungen zählen Heilbäder, Wickel, Kneipp'sche Güsse, Saunabesuche. Entscheidend ist dabei die unterschiedliche Temperatur des Wassers: kalte und heiße Reize lösen bestimmte Reaktionen im Körper aus. Generell werden kalte Reize eher für akute Beschwerden (z.B. Fieber) und warme Reize eher bei chronischen Beschwerden (z.B. Rheuma) eingesetzt. Gerade bei Kindern sollte man nicht zu starke Reize nutzen, so sollte ein Wadenwickel nicht deutlich kälter als die Körpertemperatur des Kindes sein.

Bewegungstherapie: Zur Bewegungstherapie gehören Massagen und Krankengymnastik, die vor allem bei Beschwerden des Bewegungsapparates auch vom Arzt verschrieben werden. Massagen können eine bessere Durchblutung des Körpers bewirken. Gezielte Übungen können die Beweglichkeit, die Koordination, die Ausdauer und die Muskulatur stärken. Die Bewegungstherapie wird vorbeugend, aber auch zur Behandlung von Krankheiten und zur Rehabilitation eingesetzt.

Ernährungstherapie: Diese Therapieform versucht mit Hilfe bestimmter Ernährung akute Krankheiten (z.B. Durchfall) oder chronische Erkrankungen (z.B. Diabetes, Bluthochdruck) positiv zu beeinflussen. So kann das Weglassen einzelner Lebensmittel oder der verstärkte Konsum bestimmter Lebensmittelgruppen Beschwerden lindern. Diäten gehören ebenso dazu wie das Fasten. Die Ernährungstherapie geht meist einher mit einer klassischen medizinischen Behandlung und sollte von einem Arzt oder Therapeut begleitet werden, um einseitige Ernährung zu vermeiden.

Pflanzenheilkunde: Die Pflanzenheilkunde, auch Phytotherapie genannt, setzt auf die Heilkraft der Pflanzen. Während die Schulmedizin nur mit isolierten Wirkstoffen bestimmter Pflanzen arbeitet, wird bei der Phytotherapie die ganze Pflanze genutzt. Demnach helfen bei bestimmten Beschwerden bestimmte Kräuter – Thymian bei Husten, Johanniskraut bei Depressionen. Die Pflanzenwirkstoffe können in vielen Formen verabreicht werden: Kräutertee, Tabletten, Saft, Salbe, Öl oder Badezusatz. Bestimmte Öle, wie Menthol, sind allerdings für Babys und Kleinkinder tabu. Wegen möglicher Nebenwirkungen und der Frage der Dosierung, sollte ein Experte zu Rate gezogen werden.

Darüber hinaus gibt es weitere Verfahren der Alternativmedizin, die nicht zur engeren Definition der Naturheilkunde zählen:

Bach-Blütentherapie: Diese setzt noch stärker als andere alternative Heilverfahren auf das Gleichgewicht von Körper und Seele. Der britische Homöopath Edward Bach (1896-1936) entwickelte aus Blüten Essenzen für 38 verschiedene Gemütszustände sowie ein Akutmittel aus fünf Essenzen, die

sogenannten Notfalltropfen, die bei akuten Angstzuständen helfen sollen. Die Essenzen sollen negative Stimmungen wie Angst oder Neid beseitigen und dadurch auch körperliche Beschwerden lindern. Bei der Anwendung bei Kindern ist zu beachten, dass die meisten Essenzen Alkohol enthalten.

Osteopathie: Diese Behandlungsmethode setzt auf Heilung durch Berührung. Demnach ist der Körper ein komplexes System, in dem Organe, Muskeln und Gelenke miteinander verbunden sind. Wenn diese Verbindungen gestört sind, kommt es zu Beschwerden. Durch den sanften Druck der Hände und gezielte Griffe sollen Blockaden im Körper gelöst und der innere Selbstheilungsprozess aktiviert werden. Patienten, die den Osteopathen aufsuchen, haben oft Rücken-, Nacken- oder Kopfschmerzen. Bei Kleinkindern kommt die Osteopathie vor allem bei starker Unruhe, bei Verdauungsproblemen und bei häufigem Schreien zum Einsatz.

Ayurveda: Dabei handelt es sich nicht um ein Heilverfahren im eigentlichen Sinn. Vielmehr handelt es sich um 3.000 Jahre alte Heilkunst aus dem indischen Raum mit einer eigenen Philosophie. Ähnlich wie bei der TCM liegt dem Ayurveda-Prinzip ein ganzheitliches Denken zu Grunde, bei dem die Lebensenergie des Körpers eine zentrale Rolle spielt. Demnach wird der Mensch von drei Bioenergien, den sogenannten Doshas, gesteuert: Vata (Kreislauf und Nerven), Pitta (Stoffwechsel und Verdauung) und Kapha (Gelenk und Immunsystem). Jeder Mensch ist durch eine individuelle Zusammensetzung dieser Doshas geprägt. Stress

oder falsche Ernährung können das Gleichgewicht dieser Energien stören und Krankheiten verursachen. Ayurveda bietet mehr als hundert verschiedene Verfahren an, um das Gleichgewicht der Bioenergien wieder herzustellen. Am Anfang einer Behandlung sollte immer zunächst die Anamnese und Diagnostik stehen, dann werden die passenden Verfahren ausgewählt. Zu den Verfahren der Ayurveda-Heilkunst gehören Ölgüsse, Heilpflanzen, Massagen, Yoga und Ernährungstherapien. Angewandt werden sie vor allem bei Schlafstörungen, Kopfschmerzen oder Bluthochdruck, begleitend auch bei schweren Erkrankungen wie Krebs oder Multipler Sklerose.

Traditionelle Chinesische Medizin: Ähnlich wie Ayurveda in Indien basiert die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) in China auf einem eigenen Weltbild. Grundlage ist die Einteilung aller Dinge in die Urkräfte Yin und Yang. Geraten diese aus dem Gleichgewicht, wird der Mensch krank. Eine weitere zentrale Bedeutung hat der Begriff Qi, »



rundum Wohlbefinden

Physiotherapie und Naturheilpraxis
Annett Will

Karl-Liebknecht-Straße 9 03046 Cottbus
Tel.: 0355 473 059 www.rundum-gesund.eu

Weiterbildung
Heilpraktiker



Informieren Sie sich zum

Tag der offenen Tür

30. Mai 2015, 10 - 14 Uhr

10:30 Uhr Infovortrag

berufsbegleitende Studienmodelle



10:00 Uhr und 11:00 Uhr

Schnupperkurs Heilpraktiker und
Heilpraktiker/Psychotherapie

12:00 Uhr VWA-Gastvorlesung

12:00 Uhr Schnupperworkshop und
Informationen zum dualen Studium
für Schüler und Eltern

13:00 Uhr Podiumsdiskussion

Technische Akademie Wuppertal e.V.

Feigestraße 3 · 03046 Cottbus

Tel. 0355 - 630 216 · www.taw-campus.de

der vereinfacht mit „Lebensenergie“ übersetzt werden kann. Wenn diese nicht mehr ungehindert fließen kann, wird die TCM zu Rate gezogen. Einer eingehenden Diagnostik folgt eine individuelle Therapie. Die TCM mit ihrer mehr als 2.000 Jahre alten Tradition kann auf eine Vielzahl an Arzneimitteln und Heilverfahren zurückgreifen. Die in Westeuropa gängigsten sind die Kräuterheilkunde, Heilmassagen wie Tuina, Bewegungstherapie (Tai-Chi, Qigong) oder Akupunktur und Akupressur. Bei der Akupressur werden an speziellen Punkten des Körpers keine Nadeln gesetzt, sondern Druck mit Daumen und Zeigefinger ausgeübt. Laien sollten eine Akupressur erst nach professioneller Anleitung selbst anwenden.

Akupunktur: Bei diesem Heilverfahren der TCM sollen Nadelstiche an bestimmten Punkten des Körpers Heilung und Schmerzlinderung bringen. Die Tradition der Akupunktur geht über 2000 Jahre zurück. Nach alter chinesischer Vorstellung wird der menschliche Körper von Bahnen der Lebensenergie, sogenannten Meridianen, durchzogen. Ist der Energiefluss, das Qi, des Menschen und damit sein inneres Gleichgewicht gestört, können Nadelstiche an bestimmten Punkten entlang der Meridiane dieses Gleichgewicht wieder herstellen. Während der Behandlung werden nach einer kurzen Massage der Einstichstelle meist zwischen 10 und 20 Nadeln gesetzt. Nach 10 bis 30 Minuten werden die Nadeln wieder entfernt. Eine Therapie umfasst in der Regel 10 bis 15 Sitzungen. Besonders beliebt ist die Akupunktur bei Kopf-, Schulter- und Knie-schmerzen, aber auch bei Heuschnupfen und anderen Allergien. Bei Kindern kann die Akupunktur ab etwa acht Jahren eingesetzt werden, dann mit sehr feinen Nadeln.

Schüßler-Salze: Die Biochemie nach Wilhelm Heinrich Schüßler (1821-1898) geht davon aus, dass für die meisten Beschwerden ein gestörter Salzhaushalt des Körpers die Ursache ist. Schüßler war Anhänger der Homöopathie, fand aber die Vielzahl von Wirkstoffen zu unübersichtlich. Stattdessen beschränkte er sich auf zwölf Mineralsalze (auch Funktionsmittel genannt), die den Mineralhaushalt wieder regulieren und so bei bestimmten Beschwerden helfen sollen. Wie bei der Homöopathie werden die Wirkstoffe verdünnt (potenziert)

und in Tablettenform verabreicht. Schüßler-Salze werden häufig bei Zahnungs- und Verdauungsbeschwerden und bei Erkältungen angewandt. Bei schweren Erkrankungen oder bei Nierenproblemen sind sie ungeeignet.

Homöopathie. Die Homöopathie ist eines der am weitesten verbreiteten aber auch eines der umstrittensten Verfahren. Begründet wurde die Homöopathie vom Arzt Samuel Hahnemann (1755-1843). Das Verfahren beruht auf zwei Prinzipien. Erstens: Ähnliches wird mit Ähnlichem geheilt, zweitens: die Heilmittel werden verdünnt bzw. potenziert. Das Ähnlichkeitsprinzip besagt, dass Substanzen, die bei gesunden Menschen bestimmte Symptome hervorrufen, diese Symptome bei Kranken lindern können. Ein Beispiel dafür ist die Zwiebel. Sie bringt die Augen zum Tränen und die Nase zum Laufen. Als homöopathisches Mittel soll sie gegen Schnupfen wirken. Die Heilmittel werden aus Ursubstanzen, wie Pflanzen, Tieren, Mineralien, hergestellt. Diese werden zerkleinert und in einer Alkohol-Wasser-Lösung verdünnt, mindestens im Verhältnis 1 zu 10, wodurch die Potenz D1 entsteht. Dabei gilt: je stärker die Verdünnung, desto höher die Wirksamkeit. Am Ende entstehen sogenannte Globuli. Auch die Homöopathie als Heilverfahren nimmt den Patienten ganzheitlich in den Blick. Die Diagnose beschränkt sich nicht auf einzelne Organe oder Beschwerden, sondern auf den jeweiligen Menschen mit seiner Lebensgeschichte. Jeder Patient bekommt ein individuelles Heilmittel, das speziell auf seine Beschwerden abgestimmt ist. Das homöopathische Mittel soll die Selbstheilungskräfte des Körpers anregen und so zur Linderung oder Heilung von Beschwerden führen.

Kaum ein Verfahren ist so umstritten wie die Homöopathie. Kritiker bemängeln sowohl das Ähnlichkeits- als auch das Verdünnungsprinzip. Gerade letzteres widerspreche jeglichen naturwissenschaftlichen Grundlagen aus Physik, Chemie und Biologie. Bei besonders extremer Verdünnung ist kein Molekül der Wirksubstanz mehr nachweisbar. Homöopathen glauben dennoch an die Wirkung: Die Ursubstanz hat durch das Verschütteln und Verdünnen ihre Information bzw. ihre Energie auf das Wasser übertragen und kann so auf den Körper wirken.

Placebo oder mehr?

Für alle vorgestellten Verfahren gilt: Ihre Wirksamkeit ist nach naturwissenschaftlichen Kriterien nur teilweise oder gar nicht erwiesen. Beide Seiten – Skeptiker und Verteidiger alternativer Heilmethoden – haben „ihre“ Studien, auf die sie verweisen, um die Wirksamkeit zu belegen oder aber zu widerlegen. In einigen Fällen beziehen sich beide Gruppen sogar auf dieselben Studien, interpretieren die Ergebnisse aber völlig unterschiedlich. Für jede Therapieform finden sich Ärzte, Therapeuten und Patienten, die von der Wirksamkeit überzeugt sind. Fast jeder Arzt kann auf erfolgreiche Fälle von geheilten Patienten verweisen. Was die meisten Kritiker eingestehen: Viele Verfahren sind subjektiv wirksam, allerdings gehe diese subjektiv wahrgenommene Wirkung nicht über den Placebo-Effekt hinaus. Ein Placebo ist ein Scheinmedikament, das keinen pharmakologischen Wirkstoff enthält. Es wird beispielsweise in Studien zur Wirksamkeit neuer Medikamente eingesetzt. Wenn nach der Einnahme der gleiche oder ähnliche Effekt eintritt,

wie nach der Einnahme des Wirkstoff-Präparates, spricht man vom Placebo-Effekt. Diese Effekte gibt es tatsächlich, aber ihre Wirkung ist begrenzt. Sie können Symptome lindern, aber keine organischen Schäden heilen.

Während sich also Wissenschaftler, Schulmediziner und Heilpraktiker noch über die Wirksamkeit der jeweiligen Verfahren streiten, hat sich die Alternativmedizin in der täglichen Praxis an vielen Stellen bereits etabliert. Befragungen haben ergeben, dass etwa jeder zweite Patient bereits ein solches Verfahren angewandt hat. Besonders oft wurden Naturheilmittel und Homöopathie genutzt. Im Schnitt gaben 80 Prozent der Befragten an, dass ihnen die Verfahren gut oder zumindest etwas geholfen haben. Auch viele Schulmediziner, Hausärzte wie Kinderärzte, bieten ihren Patienten zusätzlich zu den klassischen Verfahren auch alternative Behandlungsmethoden an. Über die Bundesärztekammer können Ärzte nach entsprechender Weiterbildung Zusatzbezeichnungen erwerben, u.a. »



**Ausbildung in Vollzeit und
Wochenendstudium**
Vereinbaren sie einen Infotermin!

- Heilpraktiker
- HP Psychotherapie
- Gesundheits-/Lebensberater

Förderung möglich!

Harmony power
Die Schulen für Naturheilverfahren



Heilpraktikerschule Harmony Power
Eberswalder Str. 30 • 10437 Berlin
Telefon 030/440 48 480
www.harmony-power.de

Naturheilpraxis Peitz

Spreewaldstraße 10 • 3185 Peitz

BERND SCHULZE
Telefon 035601-30138

Akupunktur, APM n. Penzel,
Wirbelsäulen- und Gelenkbehandlung

BIRGIT TURSKI
Telefon 0355-791069

Reiki-Meisterin/-Lehrerin,
Allergiebehandlung

Ihrer Gesundheit zuliebe

für Chirotherapie, Homöopathie und Naturheilverfahren. Von den 342.000 in Deutschland zugelassenen Ärzten haben 16.000 eine Zusatzbezeichnung für alternativmedizinische Verfahren, das sind fünf Prozent der Ärzte. Weitaus mehr Ärzte wenden alternative Heilmethoden bei Bedarf im Alltag an – das gilt sowohl für niedergelassene Ärzte als auch für Klinikärzte. Darüber hinaus wartet Deutschland mit einer Besonderheit auf: Der Beruf des Heilpraktikers ist in dieser Form international einmalig. Das heute noch gültige Heilpraktikergesetz von 1939 erlaubt neben Ärzten auch staatlich anerkannten Heilpraktikern die Behandlung von Patienten, allerdings mit Einschränkungen z.B. bei Infektionskrankheiten und verschreibungspflichtigen Medikamenten. Heilpraktiker müssen eine Prüfung beim zuständigen Amtsarzt ablegen. Für die vorhergehende Ausbildung gibt es mehrere Möglichkeiten. Verschiedene Bildungsträger bieten unterschiedlich lange Kurse an. Auch das deutsche Arzneimittelgesetz räumt Heilmitteln alternativer Verfahren (z.B. Globuli) einen Sonderstatus ein.

Dass der Wunsch vieler Patienten nach „sanfter Medizin“ vorhanden ist, haben auch die Krankenkassen erkannt. Viele Kassen erstatten alternative Heilmethoden mittlerweile ganz oder anteilig. Für die Krankenkassen, aber auch für viele Mediziner gilt mittlerweile offenbar: Wo die Alternativmedizin nicht schadet und wo ihr Nutzen die Kosten überwiegt, sollte sie auch Eingang in die Behandlung finden. Viele Patienten schätzen sie, weil sie als sanfte Medizin gilt: gut verträglich und weitgehend frei von Nebenwirkungen. Der Patient fühlt sich gut aufgehoben und als Mensch ernst genommen. Häufig wird auch das Argument der zusätzlichen Zeit angebracht. Während Patienten der klassischen Schulmedizin oft sehr viel mehr Zeit in Wartezimmern als in Sprechzimmern verbringen, können sich Alternativmediziner und Heilpraktiker ausreichend Zeit für jeden Patienten nehmen. Häufig finden auch Patienten mit chronischen oder schweren Erkrankungen den Weg zum Heilpraktiker. Sie haben jahrelange Odysseen durch Arztpraxen und Behandlungen mit schweren Nebenwirkungen hinter sich. Die Alternativmedizin kann ihre Krankheiten vielleicht nicht heilen, aber sie kann Nebenwirkungen verringern und Schmer-

zen lindern. Eltern suchen bei Heilpraktikern gern nach einer Alternative zur „chemischen Keule“ für ihre Kleinen. Im Idealfall kann die Gabe von Globuli und Co. sogar die zunehmende Verbreitung von Antibiotika etwas eindämmen.

Wann der Gang zum Schulmediziner erforderlich ist

Was immer Patienten zu einem Alternativmediziner treibt, immer gilt – und da sind sich Schulmediziner und Alternativmediziner einig: Alternative Behandlungsmethoden sollten stets mit dem behandelnden Arzt abgestimmt werden. Gerade bei ernsten Krankheiten können sie begleitend, aber nie alternativ zur klassischen Schulmedizin angewandt werden. Eltern, denen ergänzend zur Schulmedizin, auch alternative Behandlungsmethoden wichtig sind, sollten einen Haus- oder Kinderarzt suchen, der eine Zusatzausbildung zu Homöopathie oder Naturheilverfahren absolviert hat: Eine entsprechende Arztsuche nach Postleitzahl finden Eltern auf diesen Seiten:

Kassenärztliche Bundesvereinigung

 www.kbv.de

Deutscher Zentralverein homöopathischer Ärzte

 www.dzvhae.de

Bundesverband der Kinder- und Jugendärzte

 www.kinderaerzte-im-netz.de

AOK Ärzteverzeichnis

 www.aok-arztnavi.de

Überblick über Alternativmediziner in CB & SPN

 www.heilpraktikerverzeichnis-cottbus.de

Wer bisher keine Erfahrung mit alternativen Heilmethoden hat, sollte sich immer zunächst vom Experten beraten lassen: Das kann über einen Therapeuten, Heilpraktiker, Arzt oder Apotheker passieren. Wer einen geeigneten Heilpraktiker sucht, kann sich zunächst im Bekanntenkreis umhören. Professionelle Heilpraktiker haben eine entsprechende Ausbildung und kommunizieren diese nach außen. Auch die Höhe der Gebühren für die Behandlungsmethoden sollte transparent sein. Vorsicht ist geboten, wenn der Heilpraktiker die Heilung aller Beschwerden verspricht. Das ist unrealistisch und das kann oft genug nicht einmal

die Schulmedizin leisten. Auch sollte man sich zunächst über einige Punkte im Klaren sein: Welches Verfahren ist für mich bzw. meine Kinder das richtige? Welche Beschwerden sollen behandelt werden? Leichte oder schwere? Akute oder chronische? Je nach Beschwerde, sind unterschiedliche Verfahren zu empfehlen. Einige versprechen eine Heilung der Beschwerden, andere können Symptome lindern oder den Heilungsprozess beschleunigen.

Während bei leichten und chronischen Beschwerden Hausmittel oder alternative Behandlungsmethoden eine gute Wahl sein können, sollten Sie in folgenden Fällen mit Ihrem Kind zum Kinderarzt oder ggf. zum Notarzt. Generell gilt: Je jünger das Kind, desto schneller sollte es einem Arzt vorgestellt werden.

- Fieber über 38,5 Grad, das länger als zwei Tage anhält (mit Säuglingen schon eher zum Arzt)
- Unerklärlicher Ausschlag
- Länger anhaltendes, wiederholtes Erbrechen
- Länger anhaltende Bauchschmerzen
- Durchfall, der länger als einen Tag anhält
- Verdacht auf ernste Erkrankungen (z.B. bei Gefahr einer Scharlach-Ansteckung in der Kita)
- Atemnot (schnelles oder flaches Atmen, blaue Lippen)
- Ohnmacht oder Bewusstlosigkeit
- Krampfanfälle, v.a. wenn sie erstmalig auftreten
- Blut im Stuhl oder Urin

- Verbrennungen, die größer als eine Euromünze sind
- Verschlucken von Gegenständen oder Giftigem
- Fremdkörper in Nase oder Ohr
- Schnittwunden, deren Blutung sich nicht von allein stoppen lässt
- Schwere Stürze oder Schlag gegen den Kopf
- Knochenbruch
- Untypisches Verhalten, wie Appetitlosigkeit, Lethargie
- Akuter Schub einer chronischen Erkrankung

Literaturempfehlungen:

Alternativmedizin. Was sie leistet. Wann sie schadet, Dr. med. Michael Prang

Gesund ohne Pillen - was kann die Alternativmedizin?, Simon Singh/ Edzard Ernst

Naturheilverfahren und Homöopathie. Methoden, Krankheiten und ihre Bedeutung, Dr. med. Gunther Seng u.a.

Pillen, Kräuter, Heilsversprechen. Die größten Irrtümer in Schulmedizin und Naturheilkunde, Dr. med. Gabi Hoffbauer

Homöopathie für Skeptiker, Dr. med. Irene Schlingensiepen/ Mark-Alexander Brysch

Homöopathie für Kinder, Sven Sommer

Wickel & Co. – Bärenstarke Hausmittel für Kinder: Sanft und natürlich heilen – die besten Hausmittel für Kinder, Ursula Uhlemayr

Kinderkrankheiten natürlich behandeln, Georg Soldner

»

Erster
Infoabend mit
Kreißsaalführung
06.05.2015
19:00 Uhr



LAUSITZ
KLINIKFORST

Geburtsvorbereitungskurse • Akupunktur • angestellte und Beleghebammen • individuelle Geburtshilfe in familiärer Atmosphäre • Wasserentbindung • Rooming-In • Familienzimmer
Stillberatung • Rückbildungskurse • 24h Facharzt vor Ort

Infoabende - Jeden 1. Mittwoch im Monat um 19:00 Uhr

Lausitz Klinik Forst Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe
Robert-Koch-Straße 35 • 03149 Forst (Lausitz)

Beratung

www.baby-und-familie.de Das Internetportal bietet Eltern Informationen rund um die Themen Schwangerschaft, Krankheiten und Erziehung. Unter dem Stichwort Gesundheit werden Verfahren der Alternativmedizin und ihre mögliche Anwendung bei Kindern vorgestellt.

www.bdh-online.de Der Bund Deutscher Heilpraktiker informiert auf seinen Seiten über Therapieverfahren von Heilpraktikern und bietet eine Suche nach Heilpraktikern nach Postleitzahl an.

www.dhu-globuli.de Auf den Seiten der Deutschen Homöopathie-Union werden Anwendungsgebiete, Heilmittel, Geschichtliches zur Homöopathie vorgestellt. Ergänzend gibt es Informationen zur Anwendung von Homöopathie in der Schwangerschaft und bei Babys und Kindern.

www.familienhandbuch.de In diesem online-Nachschlagewerk finden Eltern Beratung und Hinweise zu zahlreichen Themen rund um Kinder. In der Rubrik Gesundheit gibt es u.a. Tipps zu Homöopathie und Hausmitteln für Kinder.

www.gwup.org Auf den Seiten der Gesellschaft zur wissenschaftlichen Untersuchung von Parawissenschaften sind Skeptiker der Alternativmedizin gut aufgehoben. Die „Skeptiker“ beleuchten einzelne Verfahren kritisch nach wissenschaftlichen Standards und warnen vor Risiken.

www.kinderaerzte-im-netz.de Der Bundesverband der Kinder- und Jugendärzte stellt neben einer Arztsuche Informationen rund um Entwicklung, Vorsorge, Krankheiten und Erste Hilfe bei Kindern und Jugendlichen bereit.

Zusatzinformationen

Diese Krankenkassen in Brandenburg und Sachsen erstatten alternative Behandlungsmethoden:

(1) OK Nordost / (2) OK Plus / (3) Brandenburgische BKK/ (4) IKK classic/ (5) IKK Berlin und Brandenburg/ (6) Barmer GEK/ (7) TK/ (8) DAK Gesundheit/ (9) KKH/ (10) Knappschaft

Homöopathie-Behandlung

Krankenkassen: 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10

Naturheilkundliche Behandlung

Krankenkassen: 5, 6

Naturheilkundliche therapeutische Anwendungen

Krankenkassen: 5

verordnete, nicht verschreibungspflichtige homöopathische Arzneimittel

Krankenkassen: 1, 3, 4, 5, 7

verordnete, nicht verschreibungspflichtige Arzneimittel nach Schüßler

Krankenkassen: 5, 7

Osteopathie

Krankenkassen: 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10

Die Erstattungen erfolgen teils nur anteilig oder unter bestimmten Voraussetzungen. In den meisten Fällen ist die Erstattung auf eine bestimmte Zahl an Therapiestunden und einen Maximalbetrag begrenzt.

Studie zur subjektiven Wirksamkeit von Alternativmedizin



Der jährlich von der Bertelsmann-Stiftung durchgeführte Gesundheitsmonitor befasste sich 2012 u.a. mit dem Thema Alternativmedizin. In einer repräsentativen Studie wurden 2000 Menschen nach ihren Erfahrungen mit Verfahren der Alternativmedizin befragt.

Quelle in beiden Fällen: Gesundheitsmonitor 2012. Naturheilverfahren, komplementäre und alternative Therapien, von Klaus Linde, Martin Buitkamp, Antonius Schneider, Stefanie Joos



„Es ist vor allem dies: sich Zeit nehmen, zuhören ...“

Interview mit Dr. Simone Stolz, Oberärztin an der Kinder- und Jugendklinik des Carl-Thiem-Klinikum Cottbus

Wann würden Sie einem Patienten Verfahren der Alternativmedizin empfehlen? In unserem Klinikalltag ist es oft so, dass die Fragen nach alternativen Therapieoptionen von den Eltern kommen. Wichtig ist für mich, dass die Eltern wissen, dass ich naturheilkundlichen Methoden prinzipiell offen gegenüber stehe und auch wissen möchte, welche ergänzenden Therapien das von mir behandelte Kind erhält. Viele Eltern setzen „pflanzlich“ mit „natürlich“, und „ungefährlich“ gleich, was leider nicht immer stimmt. Empfehlen würde ich naturheilkundliche Verfahren z.B. bei Erkältungskrankheiten, akuten oder chronischen Magen-Darm-Erkrankungen.

Gibt es etwas, was die Schulmedizin von der Alternativmedizin/Naturheilkunde lernen kann? Es ist vor allem dies: sich Zeit nehmen, zuhören und das immer wieder im Verlauf der Therapie. Im Gegensatz zur Erwachsenenmedizin gelingt uns Kinderärzten das sicher schon ganz gut, aber gerade im Klinikalltag nicht immer ausreichend. Aber auch Alternativmediziner sollten von der Schulmedizin lernen und z.B. ihre Mittel und Methoden wissenschaftlichen Tests unterziehen.

Würden Sie sich ein engeres Miteinander von Schulmedizin und Alternativmedizin wünschen? Ja, unbedingt. Der jahrzehntelange Streit von Schulmedizin gegen Alternativmedizin, Altbewährtem gegen Wis-

senschaft und Natur gegen Chemie sollte beigelegt werden. Wir in der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin haben das deutlich gemacht, indem wir 2012 unseren jährlichen Fortbildungstag unter das Thema Alternativmedizin gestellt haben. Inzwischen gibt es auch erste Ambulanzen, in denen Naturheilkundler und Schulmediziner zusammenarbeiten. Ich selbst habe mehrmals mit Naturheilkündern Kontakt aufgenommen, um von ihnen erstellte Therapiepläne zu hinterfragen. Leider habe ich bisher nie erlebt, dass ein Naturheilkundler sich mal bei mir zu einem Krankheitsbild erkundigt hat. Oft wird ja dargestellt, die Schulmediziner wollen von Naturheilkunde nichts wissen. Wir müssen da aufeinander zugehen: Schulmediziner und Naturheilkundler. Schulmediziner müssen offener und neugieriger auf die Naturheilkunde werden und die Alternativmediziner kompromissbereiter.

Was raten Sie als Schulmediziner bei ...

...Fieber: Natürlich sollte Fieber bei einem Kind immer Anlass sein, die Ursache zu ergründen, also eine Diagnostik durchzuführen. Fieber hat oft einen Sinn. So weiß man, dass Temperaturen über 38,5 °C bei viralen Infektionen zu einer Abtötung der Viren führen. Also ist es nicht immer sinnvoll, Fieber unbedingt zu senken. Dies sollte man nur tun, wenn es dem Kind dabei schlecht geht, z.B. kalte Hände und

Füße schmerzen oder das Kind über Kopfschmerzen klagt oder insgesamt im Allgemeinzustand beeinträchtigt ist. Und da stehen auch für einen Schulmediziner physikalische Maßnahmen und nicht Medikamente an erster Stelle. Wadenwickel und Brustwickel (richtig angewandt), kalte Getränke, eine dem Fieber angepasste Bekleidung sind hier wichtig. Bei zusätzlichen Schmerzen und nicht ausreichendem Effekt natürlich auch Nurofen oder Paracetamol als fiebersenkende Medikamente.

... Neurodermitis: Chronische Hauterkrankungen wie Neurodermitis werden immer häufiger und sind oft schwer zu beeinflussen. Wichtig ist auch hier zunächst die Diagnostik: zum Beispiel die Suche nach Nahrungsmitteln, die als Auslöser fungieren oder zu einer Verschlimmerung der Symptome führen. Die Überlegung, ob seelische Konflikte beim Kind einen Neurodermitisschub ausgelöst haben. Zur Basispflege der Haut empfehlen wir feuchtigkeitsspendende, rückfettende Cremes, z.B. harnstoffhaltige Salben. Kühlende Umschläge z.B. mit schwarzem Tee bringen eine zusätzliche Linderung. Aber natürlich haben in der Therapie auch kortisonhaltige [... [online weiterlesen](#)]



„Eine natürliche Brücke“

Interview mit Prof. Dr. med. Klaus Linde, seit 2010 wissenschaftlicher Koordinator am Institut für Allgemeinmedizin der TU München. Er hat jahrelang zum Thema Alternativmedizin und Naturheilkunde geforscht und international dazu publiziert.



Das Thema Alternativmedizin ist sehr komplex. Wo sollten sich Interessierte am besten informieren, wenn sie alternative Methoden zur Schulmedizin ausprobieren möchten? Als Erwachsener würde ich mit meinen Beschwerden zuerst zum Hausarzt gehen und mich zu alternativen Möglichkeiten der Behandlung beraten lassen. Mit Kindern sollte der erste Ansprechpartner immer der Kinderarzt sein. Es muss sichergestellt sein, dass keine wichtige, wirksame Behandlung unterlassen wird. Darüber hinaus kann man sich im Bekanntenkreis umhören, was es dort für Erfahrungen gibt. Wichtig ist vor allem, dass dem Patienten keine unrealistischen Versprechungen gemacht werden und auch die Kosten einer Behandlung, die ja häufig selbst getragen werden müssen, im Rahmen bleiben.

Obwohl die Wirksamkeit vieler alternativer Heilmethoden wissenschaftlich umstritten ist, sind sie sehr beliebt – wie erklären Sie sich das? Dafür gibt es sicher mehrere Erklärungsansätze. Das eine sind die positiven Erfahrungen der Patienten, vielen hat die Alternativmedizin schon geholfen oder aber sie kennen jemanden, dem sie geholfen hat. Zum zweiten werden alternative Verfahren eher bei leichten oder chronischen Beschwerden genutzt, nicht bei akuten, ernststen

Erkrankungen. Bei einer Erkältung beispielsweise kann auch der Schulmediziner nicht viel Konkretes bieten, während die Alternativmedizin viele Möglichkeiten oder zumindest scheinbar Möglichkeiten bietet. Zudem kann ich bestimmte Verfahren wie Bachblüten oder Arnica-Kügelchen unkompliziert zu Hause selbst anwenden. Ein drittes Argument: Die Patienten fühlen sich mit manchen Beschwerden bei der Alternativmedizin eher ernst genommen und besser aufgehoben. Etwas vereinfacht gesagt: Bei der Schulmedizin geht es um die Krankheit, bei der Alternativmedizin um das Kranksein. Da werden die individuellen Beschwerden stärker berücksichtigt, da ist eine Erkältung nicht einfach nur eine Erkältung, sondern geht mit individuellen Symptomen einher und braucht daher nicht einfach nur ein Nasenspray, sondern beispielsweise ein bestimmtes Homöopathikum.

Was ist mit dem Argument, dass sich Alternativmediziner und Heilpraktiker mehr Zeit für den Patienten nehmen? Das halte ich für eine Vereinfachung, Zeit spielt sicher eine wichtige Rolle, aber das allein würde die hohe Verbreitung der Alternativmedizin nicht erklären. Einfach nur lange freundlich miteinander zu reden, wird Beschwerden häufig nicht lindern können. Die

Zeit muss zielführend miteinander verbracht sein; zumindest müssen Patient und Behandler dieses Gefühl haben. Alternative Verfahren können – zumindest behaupten sie das – viele Beschwerden spezifisch einordnen und behandeln, die mit konventionellen Therapien nicht befriedigend angegangen werden können.

Alternativmedizin wird von Kritikern teils als unseriös und grober Unfug bezeichnet. Wie schätzen Sie als Forscher die öffentliche Diskussion ein? Einerseits gibt es die wissenschaftliche Diskussion zwischen Skeptikern und Anhängern. Da verweisen beide Seiten teils auf die gleichen Studien, die sie aber völlig unterschiedlich interpretieren. Grundsätzlich muss man sagen, dass viele gut gemachte Studien in den letzten Jahren keine oder nur kleine Effekte im Vergleich zu Placebobehandlungen gezeigt haben. Ich interpretiere das so, dass viele alternative Therapien nicht oder nur teilweise so funktionieren wie von den Anwendern angenommen. Bei der Akupunktur hat die richtige Punktwahl wohl nur einen kleinen Einfluss, bei der Homöopathie ist zumindest nicht belegt, dass die Mittel selbst wirklich wirken. Vor allem bei der Akupunktur zeigen gleichzeitig große Studien, dass sie in der Versorgung auch im Vergleich zu konventionellen The-

rapien gut funktioniert. Das führt in der Wissenschaft zu Streit: die einen sagen, Akupunktur ist nur Placebo, andere, Akupunktur sei ein besonders wirksames Placebo. Wieder andere sagen, Akupunktur ist sehr wohl spezifisch wirksam, die Wirkmechanismen sind nur deutlich komplizierter als von den Praktikern angenommen. . Trotz der wissenschaftlichen Diskussion hat in der Praxis längst eine Vernetzung von Schulmedizin und Alternativmedizin begonnen. Viele Patienten empfinden alternative Verfahren zumindest subjektiv als wirksam. Viele niedergelassene Ärzte wenden in ihrer täglichen Arbeit Methoden und Verfahren der Alternativmedizin an. Einzelne Verfahren, die belegt sind, können eine natür-

liche Brücke sein zwischen beiden Bereichen.

Im europaweiten Vergleich scheint die Alternativmedizin in Deutschland weiter verbreitet zu sein als in anderen Ländern. Wie erklären Sie sich die relativ hohe Beliebtheit in Deutschland? Das hat zum einen historische Gründe: Viele naturheilkundliche Methoden haben hier eine lange Tradition. Das hat aber auch infrastrukturelle und gesetzliche Gründe. So gibt es den Beruf des Heilpraktikers in dieser Form nur in Deutschland. Und auch dass Mediziner bei der Bundesärztekammer eine Zusatzbezeichnung, z.B. Akupunktur und Homöopathie, erwerben können, spielt da mit rein. Kritiker bemängeln, dass vie-

le Krankenkassen Methoden der Alternativmedizin komplett oder anteilig erstatten. Schließlich sei die Wirksamkeit medizinisch nicht erwiesen. Warum haben die Krankenkassen solche Maßnahmen dennoch in ihren Leistungskatalog aufgenommen? Am Ende stehen die Krankenkassen auch im Wettbewerb und wollen Mitglieder werben. Die Alternativmedizin wird von vielen Patienten offenbar gewünscht und als wirksam wahrgenommen. Wenn die Kosten überschaubar sind und unterm Strich die Vorteile überwiegen, ist das aus meiner Sicht nicht unbedingt falsch. Allerdings sollte das dann auch in Studien kritisch überprüft werden.

Das Familien-Ausflugsparadies im Spreewald



NEU: Adventure Minigolf

18 Spielfelder inmitten der Natur **quer durch die Spreewälder Sagenwelt**. Eintritt für Erwachsene nur 4,50 Euro für Kinder nur 2,50 Euro. Täglich 11-20 Uhr geöffnet.

Ristorante „Il Fienile“



Pizzen aus dem Steinofen, Pasta, mediterrane Fleisch- und Fischgerichte sowie exzellente Weine und Spirituosen aus Italien. Geöffnet täglich ab 12 Uhr.

vis á vis Streichelzoo u.a. mit Ziegen, Schafen, Pferden, Eseln, Emus, Alpakas, Hühnern, Straussen, Meerschweinchen und Hängebauchschweinen

Landhotel Burg/IL FIENILE

- Ristorante Pizzeria



Ringchausee 125 • 03096 Burg im Spreewald • Tel. 035603 64820

Verlosungen für Lausebanden

Tolle Sachen zum Spielen, Zuhören und Anschauen!

1



Gute Nacht Sterne

Prominente lesen und singen Betthupferl für kleine Ohren. Was haben Benno Fürmann, Heike Makatsch, Felicitas Woll, Markus Lanz, Anna

Thalbach und Axel Prahl gemeinsam? Sie alle kennen aus eigener Erfahrung das Schauspiel, das sich allabendlich in unzähligen Kinderzimmern abspielt: „Papa, ich will noch nicht schlafen!“ oder „Mama, liest Du mir noch eine Geschichte vor?“ Und sie alle leisten genau deswegen ihren ganz persönlichen Beitrag zur CD „Gute Nacht Sterne“ von EUROPA Family Music.

Wir verlosen 5 CDs

2



Der kleine Zauberer Wackelzahn

.. und die verlorene Krönigskrone: Oh nein! König Schläfchen hat seine Krone verloren und ohne die kann kein Fest gefeiert

werden. Dabei hatte sich Prinzessin Pustilla schon so darauf gefreut. Zum Glück ist der kleine Zauberer Wackelzahn zur Stelle und versucht, die Krone wieder herzuzaubern. Doch leider geht bis zu dem Zeitpunkt, an dem er seinen ersten Wackelzahn verliert, beim Zaubern häufig etwas schief. So machen sich Zauberer und Prinzessin auf den Weg, um die Krone zu finden. Schaffen sie es rechtzeitig?

Wir verlosen jeweils 5 CDs

3



Tiger, Tatzen & TamTam

Ein Tiger im Haus? – Da ist das Chaos vorprogrammiert! TIGER, TATZEN UND TAMTAM ist ein bezaubernder Spaß für die ganze Familie und bietet schon für die Kleinsten große Unterhaltung. Billy erlebt mit dem niedlichen Rabauken

Luna und seinem Golden Retriever den tierischsten Spaß seines Lebens. Dabei geht es vor allem um reale Themen wie Freundschaft, Ehrlichkeit und die erste kleine oder große Liebe. Ab sofort auf DVD erhältlich!

Wir verlosen 5 DVDs

4



Kati & Mim-Mim.

Jetzt gibt es die beliebte Fernsehserie auch auf DVD. Bei „Kati & Mim-Mim“ dreht sich alles um Kati und ihren ganz besonderen Freund, ihren lila Kuschelhasen Mim-Mim. Den haben ihre Eltern ihr geschenkt – und wann immer

es ein Problem oder eine Herausforderung gibt, wächst er auf Überlebensgröße heran und taucht mit ihr in die magische Fantasiewelt „Mimiloo“ ein. In diesem quetschbunten Traumland bestehen sie gemeinsam mit ihren Freunden viele Abenteuer und finden für jede Herausforderung eine Lösung.

Wir verlosen 3 DVDs



So gewinnen Sie:

Unter www.facebook.de/lausebande einfach unter Angabe der Nummer des Wunschgewinns einen Spruch o. Gruß hinterlassen. Diese Wünsche werden nach Möglichkeit berücksichtigt. Die Gewinner werden wöchentlich ausgelost.



www.facebook.com/lausebande

5



LEGO City Sumpfpolizei

Auf Streife in den Sumpf! In der LEGO City Welt fahnden Polizisten in diesem Jahr in morastigen Gebieten, denn das Klassikerthema Polizei wird neu in-

terpretiert: Mit sieben neuen Sets zieht es sechs- bis zwölfjährige Baumeister in den Sumpf – dort können sie mit modernster Ausrüstung über Recht und Ordnung wachen. Die Polizeiwache im Sumpf bietet anspruchsvollen Bau- und Spielspaß für Kinder mit Sinn für Gerechtigkeit und einem Faible für Motoren. Dank Luftkissenboot, einem Allradgeländewagen, Patrouillenboot und einem Geländemotorrad können sie mit dem Set wilde Verfolgungsjagden inszenieren. Das Banditenversteck im Sumpf verfügt zudem über einen Polizei-Hubschrauber. Details wie ein Alligator, Handschellen, ein Funkgerät und ein roter Kristall beflügeln die kindliche Fantasie, so dass im Rollenspiel die schönsten Gaunergeschichten entstehen können.

LEGO Produkte werden auf der ganzen Welt verkauft und können auch online unter www.LEGO.com entdeckt werden.

Wir verlosen 1 Bausatz



**Erlebnispark
Teichland**

Cowboys & Indianer Kinderfest am 31. Mai 2015

Große und kleine Cowboys & Indianer können ihr Glück beim **Rodeo-Bullenreiten** versuchen, auf Kids warten eine **Reitschule** mit muskelbetriebenen Pferden und eine **Salonhüpfburg**. Die **Ompah-Kunstreitertruppe** zeigt in **3 Shows** ein komplettes Indianerprogramm mit **Indianischer Folklore, Trick-Riding, Indianischen Reiter-spielen und Tänzen**. Das komplette Festprogramm ist wie immer kostenlos.

Große Ompah-Show um 11 Uhr, 14 Uhr und 17 Uhr!

Was zum Erfahren!

Was zum Erkunden!

Was zum Erleben!

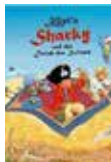
Erlebnispark 1 · 03185 Teichland OT Neuendorf · Telefon: 035601 90 90 23
E-Mail: info@erlebnispark-teichland.de · www.erlebnispark-teichland.de

Bücher für Lausebanden

Hugendubel.de
Die Welt der Bücher



Bücher für Lausebanden stellen wir in Zusammenarbeit mit den HUGENDUBEL-Buchhandlungen in jeder Ausgabe vor. Neben einer kurzen Beschreibung und einer Altersangabe kommen vor allem die kleinen (und schon weniger kleinen) Leser zu Wort, denn alle Bücher werden gelesen bzw. vorgelesen und der offeneren Kritik der Kinder ausgesetzt. Die hier empfohlenen Bücher finden Sie übrigens in den HUGENDUBEL-Buchhandlungen Cottbus, Spremberg, Weißwasser und Lübben in den Kinder- bzw. Jugendfachabteilungen. Das Fachpersonal zeigt Ihnen gern weitere passende Bücher für jede Altersgruppe.



Käpt'n Sharky und der Dolch des Sultans

Langreuter
32 Seiten, ab 3
12,95EUR

Fliegendreck und Spinnenschleim! Sharky und seine Mannschaft haben eine Aufgabe. Im Auftrag des Sultans Suleiman sollen sie dessen Sohn aus dem Land eines verfeindeten Scheichs nach Hause zurückholen. Ein piratenstarkes Abenteuer!



Jack (3): Papa hat mir jeden Abend von Sharky vorgelesen. Ich spiele mit meinen Freunden im Kindergarten auch Sharky und seine Mannschaft. Wir sind starke Piraten!



Kleine Cowboys ganz groß

The BOSSHOS
Seiten: 36
Lesealter: k.A.
9,99 EUR

Boss und Hoss wissen ganz genau, was sie einmal werden wollen, wenn sie groß sind: Cowboys natürlich! Eine wunderbare Kindergeschichte der beliebten Country-Rocker, toll für Kids, aber auch für Große zum Schmunzeln.



Kenny 5: BOSS-HOSS, von denen hören wir die Musik. Eine tolle Cowboygeschichte! Wenn Papa die Musik hört, muss ich gleich an das tolle Buch denken.



Herr Wolke – Lese-Rätsel-Ausmalbuch

div. Autoren
Seiten: 38, ab 7
4,99 EUR

Herr Wolke nimmt die Kinder mit auf eine Reise durch seine Welt. Wir lernen sein Baumhaus kennen – innen und außen. Das alles zum Vorlesen und Ausmalen. Bilderrätsel sorgen für zusätzlichen Spaß und beste Unterhaltung.



Amelie (6): Gleich drei Dinge auf einmal: Malen, Lernen und Rätseln. Das macht Spaß! Ein tolles Heft auch für unterwegs, mit dem man sich die Zeit vertreiben kann.



Ringelgasse 19: Als Willi ein Held war...

Strozyk
24 Seiten, ab 4
9,99 EUR

In der Ringelgasse 19 hält jeder Tag ein neues Abenteuer bereit. Willi wird von der Feuerwehr nach Hause gebracht, Sergej bekommt seine erste Brille und Pia möchte eine Papa-Castingshow veranstalten.



Neela (8): Willi ist ein echter Kumpel und hat nur ganz selten schlechte Laune. Der ist wie ich! Toll, wenn in einem Haus so viele Kinder wohnen.



Maja & Motte: Das verrückte Zwillinge-Geheimnis

Szillat
192 Seiten, ab 9
9,95 EUR

Streit mit der besten Zwillingsschwester der Welt – das ist mordsmies und furchtbar schrecklich! Und alles nur, weil die neue Schule so ganz anders als erwartet ist. Motte kann es nicht fassen...



Shanika (11): Ein witziges und tolles Kinderbuch mit vielen lustigen Illustrationen. Es lässt sich aber auch sehr gut lesen! Mir hat es Spaß gemacht.



Sternengreifer

Lühmann
Seiten: 352
Lesealter ca 10
9,99 EUR

Der 14-jährige Waisenjunge Benedict hat nur einen Traum: Er will Erfinder werden! Sein großes Vorbild ist Henri Giffard, der es geschafft hat, mit einem selbst gebauten Luftschiff in den Himmel zu steigen.



Amadeo(11): „Wenn Träume fliegen lernen“ – endlich mal wieder ein

spannender Wälzer. Trotz der vielen Seiten habe ich das Buch in drei Tagen ausgelesen.



Gryhony 1: Im Bann des Greifen

Peinkofer
Seiten: 224
Lesealter ab 11
14,99 EUR

Ein geheimnisvoller Ring führt Melody zu einem Steinkreis aus uralter Zeit. Hier findet sie einen seltsam geformten Stein – der sich als Ei eines Greifen entpuppt. Schon bald schlüpft Agravain, halb Löwe, halb Adler.



Hanna (11): Ein Buch aus Fantasien und finsternen Gestalten, es lauern

überall Gefahren. Die machen es spannend und man muss bis zum Ende weiterlesen.



Flüchten und Fliegen

Schmitz
Seiten: 224
Lesealter ab 12
12,99 EUR

Den Kölner Dom gibt es zwar noch – und doch ist alles anders. Nur wenige Auserwählte wie Anton und Milena haben das Glück, in einem der Dom-Türme zu leben – und doch schweben sie in Lebensgefahr.



Paul (14): Ein Spiel um Macht, Liebe und den Erhalt eines der letzten

großen Bauwerke der Menschheit. Ein absolut spannender Zukunftsroman!



Familientag

Beweise dein Talent und werde
... Held des Handwerks



30. Mai ab 12 Uhr Großräschen

Werner-Seelenbinder-Str. 12, 01983 Großräschen

ROCKE DIE WERKSTATT RALLYESTATIONEN UND GEWINNE!

- Shows - Konzert - BB-Radio vor Ort -

Aktion & Spaß für die ganze Familie

Victoria
HELENE FISCHER DOUBLE
ab 16 Uhr



5 - 95
Jahre

Merkel & Gabriel: Wir wehren uns!

Die Lausitz macht mobil gegen ihre Abschaltung.

Immer mehr Lausitzer sind stinksauer auf die Bundesregierung und fühlen sich von Bundeskanzlerin Angela Merkel und Wirtschaftsminister Sigmar Gabriel im Stich gelassen. Jetzt machen sie mobil, gegen die Berliner Pläne der übereilten Abschaltung Lausitzer Kraftwerke und damit der ganzen Region. Die fatalen Folgen dieser aktuellen Pläne der Bundespolitik für die Lausitz wären kaum absehbar. Sie könnte schon morgen zur sterbenden Region, zu einer zweiten Brandenburger Uckermark werden. Betroffen wäre nicht nur die Energiewirtschaft, sondern alle Wirtschaftsbereiche der Lausitz, aber auch öffentliche Einrichtungen, die Hochschullandschaft, die gesamte soziale und kulturelle Infrastruktur. Ein Dominoeffekt kann die Region auf das Niveau am Ausgang ihrer hundertjährigen Geschichte als Bergbaurevier zurückwerfen.

Wirtschaftliche Vernunft und energiepolitische Notwendigkeiten spielen im aktuellen Berliner Kalkül keine Rolle mehr. Es geht nur noch um persönliche Interessen auf der Bühne der Welt- oder Bundespolitik. Frau Merkel will als Klimakanzlerin in die Geschichtsbücher eingehen, Sigmar Gabriel macht sich wohl für ein rot-grünes Bündnis zur nächsten Wahl hübsch. Die Lausitz wird als vollkommen sinnloses Opfer dafür in Kauf genommen. Für das Weltklima ist ein Aus der Lausitzer Braunkohle hingegen vollkommen bedeutungslos. Die Ersparnis spielt bei der weltweiten Zunahme an Emissionen überhaupt keine Rolle und im Ausland hält man unsere Energiewende ohnehin für „bekloppt“, niemand folgt uns. Zudem sind Emissionen europaweit geregelt, wenn die Lausitzer Wirtschaft stirbt, wird eben nebenan in Polen oder Tschechien mehr Braunkohle

Siggi bald Kanzler?

Nicht ohne die Lausitz.

Nicht ohne das Revier!

Ein Mann. Ein Wort? Eine Wahl!



**MEINE
STIMME
FÜR'S REVIER**

Ohne Braunkohle stirbt die Lausitz – www.pro-lausitz.de

In den kommenden Ausgaben des Familienmagazins lausebände informiert der Pro Lausitzer Braunkohle e.V. weiter zu diesen Themen.

 www.pro-lausitz.de  www.prolausitzerbraunkohle.de

verstromt (und dort auch das Geld verdient). Die Lausitz ist tatsächlich ein von Merkel und Gabriel rein politisch motiviertes Opfer.

Dabei hat die Lausitz mit ihrer Deindustrialisierung in den 1990er Jahren bereits die Hauptlast bei der Reduktion von CO₂-Emissionen für ganz Deutschland erbracht! Nun sollen wir erneut die Last für das ganze Land tragen. Es reicht, wir müssen uns wehren. Wir müssen alles darauf setzen, dass Berlin sich auf die Menschen

und auf gemachte Zusagen besinnt und endlich auch Vernunft in die deutsche Energie- und Klimapolitik einzug hält. Vor allem muss die Lausitz aber aktiv werden – dazu wird jede Stimme, jede Unterstützung benötigt.

Werden Sie jetzt Teil einer starken Bewegung für unsere Heimat, für die Lausitz. Informationen und Beteiligungsmöglichkeiten finden Sie unter www.pro-lausitz.de.



Interessant?

Noch viel mehr zu Neuigkeiten rund um die Lausitzer Braunkohle und unsere Industrieregion erfahren Sie unter www.pro-lausitz.de.

Wer den Verein unterstützen möchte, findet auf der Internetseite auch alle Möglichkeiten dazu sowie einen Mitgliedsantrag.

„Niemand hat die Absicht, auf Braunkohle zu verzichten“

Angie, nicht schon wieder der Osten!

Dürfen wir deinem Wort vertrauen?

MEINE STIMME FÜR'S REVIER

MEINE STIMME FÜR'S REVIER

Ohne Braunkohle stirbt die Lausitz – www.pro-lausitz.de



„Ich erlebe den ganz normalen Wahnsinn.“

Interview: Jens Taschenberger

„Viel Luft nach oben“

Interview mit Familienministerin Manuela Schwesig



Seit Dezember 2013 ist Manuela Schwesig Bundesministerin für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. Die gebürtige Brandenburgerin hat heute ihre Heimat mit Mann und Kind in Schwerin/Mecklenburg-Vorpommern. Sie ist das jüngste und auf jeden Fall das schönste Mitglied in Merklers Kabinett – und hat sich mit dem Durchsetzen der Frauenquote und weiteren Vorhaben gut in der meist angestaubten Männerriege behaupten können. Aktuell versucht sie, gerade jungen Eltern mit dem Modell der sogenannten 32-Stundenwoche mehr Zeit für die gemeinsame Kindererziehung zu ermöglichen. Wir sprachen mit der sympathischen Bundespolitikerin:

Haben Sie eine kurze Antwort auf die Fragen: Wie steht es um Deutschlands Familien und wie familienfreundlich ist Deutschland?

In Deutschland können wir die Vereinbarkeit von Familie und Beruf noch verbessern. Dafür setze ich mich ein. Ich möchte die Familien hier unterstützen. Die Politik muss dafür die entsprechenden Rahmenbedingungen setzen. Aber auch die Wirtschaft und die Unternehmen haben hier eine Verantwortung. Wenn die Arbeitswelt familienfreundlicher wäre, würden sich mehr junge Männer und Frauen für Kinder entscheiden. Familie wird für sich genommen nicht als Belastung empfunden und Arbeit auch nicht. Aber die Balance hinzubekommen, das ist schwer. Moderne Familienpolitik ist deshalb die Stärkung der Partnerschaftlichkeit. Umfragen zeigen, dass sich das 60 Prozent der Paare mit Kindern unter drei Jahren wünschen, aber nur 14 Prozent können das auch umsetzen. Wir müssen deshalb Vollzeit für Familien neu definieren. In der Rush Hour des Lebens kommt alles zusammen: Kinder kriegen, die Pflege der Eltern organisieren, als Fachkräfte zur Verfügung stehen. Das geht nicht mit Vollzeit für Männer und Frauen, wie wir sie bisher definieren. Männer wünschen sich, ihre Arbeit zu reduzieren, fürchten aber negative Folgen für ihre Karriere. Frauen würden gerne mehr Stunden arbeiten, können aber aus ihren Teilzeitsjobs nicht aufsteigen. Es muss möglich

sein, dass beide Partner statt 40 Stunden nur 32 arbeiten – und zwar, ohne gleich massive Nachteile zu bekommen.

Für Ihren Vorstoß zur sogenannten 32-Stundenwoche für junge Familien gab es viel Gegenwind, wie realistisch ist dieses Vorhaben?

In vielen Unternehmen herrscht eine starke Präsenzkultur. Nur wer ständig präsent ist, gilt als Leistungsträger. Wer mehr Zeit mit der Familie verbringen möchte, wird als Weichei gesehen. Gerade bei Männern ist das oft so. Aber zwischenzeitlich scheinen immer mehr Unternehmen die Zeichen der Zeit erkannt zu haben. Denn den meisten Eltern sind familienfreundliche Angebote genauso wichtig wie die Höhe des Gehalts. Darauf reagieren die Unternehmen nun langsam. Doch trotz dieser insgesamt positiven Entwicklung gibt es noch viel Luft nach oben. Innerhalb des vergangenen Jahres ist die Idee der Familienarbeitszeit auf unglaubliche Akzeptanz gestoßen. Die IG Metall und andere Gewerkschaften haben die Idee der Familienarbeitszeit aufgegriffen. Auch einige Wirtschaftsvertreter, beispielsweise Eric Schweitzer, der Präsident des Deutschen Industrie- und Handelskammertages, sprechen sich dafür aus. Mit dem ElterngeldPlus und der Familienpflegezeit machen wir die ersten wichtigen Schritte. Und ich halte an meiner Idee der Familienarbeitszeit fest.

Sie wollen der „gehetzten Generation“ zwischen 30 und 50 Jahren das Leben zwischen Erziehung der Kinder, Beruf und Pflege der Eltern erleichtern. Sie stecken selbst in dieser Generation, fühlen Sie sich auch oft gehetzt?

Ich erlebe den ganz normalen Wahnsinn, den viele Familien aus ihrem Alltag kennen. Man möchte seinen Job gut machen und Zeit für seine Familie haben. Die Balance zu halten ist nicht immer leicht. Aber es gelingt uns ganz gut, weil mein Mann und ich uns die Erziehungs- und die Hausarbeit partnerschaftlich teilen. Mein Mann hat seine Arbeitszeit reduziert auf 35 Stunden und arbeitet einen Tag von zu Hause. Jeden Sonntag setzen »

wir uns zusammen und organisieren die Woche: Wer holt Julian von der Schule ab, wer bringt ihn zum Sportverein. Wichtig ist für mich, dass auch unsere Eltern ganz selbstverständlich unser Lebensmodell unterstützen. Im Westen müssen sich viele Frauen immer noch rechtfertigen. Das macht alles noch schwerer.

Wer kümmert sich um Ihren Sohn, wenn Sie Politik machen?

Meistens fahre ich mittwochs nach der Kabinettsitzung nach Hause, und hole Julian vom Hort ab, und den restlichen Tag verbringen wir gemeinsam. Dann spielen wir, machen gemeinsam Hausaufgaben, abends lesen wir zusammen. Wenn ich in Schwerin übernachtete, frühstücke ich morgens mit meiner Familie und bringe meinen Sohn dann morgens zur Schule, bevor ich nach Berlin fahre. Ich pendle ziemlich viel – mein Auto ist sozusagen mein rollendes Büro. Zudem versuche ich – wenn keine Termine in Berlin oder im Rest der Republik anstehen – ab und an einen Homeoffice-Tag einzulegen.

Zum politischen Alltag: Aktuell müssen Sie in Ihrer Rolle vor Gericht die sogenannte „Herdrprämie“ verteidigen, die Ihre Vorgängerin mit anderer Parteifarbe einführt und die Sie im Grund Ihres Herzens strikt ablehnen. Wie sehr kann man sich auf dieser politischen Ebene selbst treu bleiben?

Meine kritische Haltung zum Betreuungsgeld ist bekannt, und es wäre jetzt unglaublich, so zu tun, als ob sich das geändert hätte. Das Verfassungsgericht entscheidet ja nicht über eine politische Bewertung dieses Betreuungsgeldes: Macht es jetzt Sinn, das Geld dafür auszugeben oder eher für etwas anderes? Sondern das Verfassungsge-

richt wird entscheiden: Ist dieses Gesetz tatsächlich verfassungsgemäß, hat der Bund zum Beispiel überhaupt die Möglichkeit, solche Gesetze auf den Weg zu bringen? Ich werde dieser Entscheidung nicht vorgehen – kann ich auch gar nicht. Erstmal muss man aber auch anerkennen, dass wir schon eine ganze Menge gemacht haben. Für den Ausbau von Kitas, beim Elterngeld Plus. Und ein Familienpaket, das seinen Namen verdient – etwa durch den höheren Kinderzuschlag. Wir haben für die Alleinerziehenden, die bisher gegenüber Paaren benachteiligt waren, mit der Einigung auf eine Erhöhung des Entlastungsbetrags einen großen Fortschritt erzielt. Da ist also eine ganze Menge auf den Weg gebracht, aber dennoch gibt es noch große Baustellen. Eine ist der Ganztagsausbau von Kitas und Schulen, eine bessere Bezahlung von Erzieherinnen und Erziehern.

Sie haben die Frauenquote durchgesetzt. Hat Sie das zum „begehrten“ Ziel für den angestaubten Chauvinismus deutscher Männer gemacht – zumindest erwecken viele Kommentare auf Ihrem facebook-Profil diesen Eindruck?

Ich halte mich damit nicht lange auf. Meine Aufgabe als Frauenministerin ist es, mich für die Belange der Frauen und für Gleichberechtigung einzusetzen.

Gibt es Erfahrungen aus Ihrer Sozialisierung als Mädchen bzw. junge Frau im Osten, von der die Bundespolitik Ihres Erachtens heute lernen sollte?

Natürlich hat mich meine Kindheit in Ostdeutschland auch geprägt. Ich bin so aufgewachsen, dass mein Vater und meine Mutter berufstätig waren und zusammen den Haushalt geschmissen haben. Ich habe mir als Kind darüber keine Gedanken gemacht. Für mich war das immer selbstverständ-

AMPHI THEATER
Sommer 2015



Karten bestellen:
Telefon: (03573) 801-286
Mail: karten@theater-senftenberg.de

Sa, 30.5., 20.00 Uhr
MS MADAGASKAR, PREMIERE
Auf den Wogen der Leidenschaft
Schlagerette von Klaus-Peter Nigey
Fr, 12.6., 20.00 Uhr
Shakespeares sämtliche Werke
(leicht gekürzt) von Adam Long,
Daniel Singer und Jess Winfield,
Deutsch von Dorothea Renckhoff

Sa, 4.7., 20.00 Uhr
AMPHI-PARTY
Wunder gibt es immer wieder
Fr, 10.7., 20.00 Uhr
NIGHT FEVER
- **Nights on Broadway**
The Very Best Of The Bee Gees
Die neue Show!
Sa, 11.7., 20.00 Uhr
GET STONED
Die Rolling Stones Show

Fr, 17.7., 20.00 Uhr
MEN IN BLACK
Let The Good Times Roll
Fr, 14.8., 20.00 Uhr
17 HIPPIES
Live Sommer 2015
Sa, 29.8., 20.00 Uhr
KEIMZEIT
- Auf einem Esel ins All
Das Konzert zur neuen CD
So, 30.8., 20.00 Uhr
OLAF SCHUBERT & FREUNDE
Die Musketiere - Eier für alle

www.amphitheater-senftenberg.de

ausgewählte
Termine

lich. Mein Mann und ich wollen ebenfalls beide berufstätig sein. Freundinnen aus alten Bundesländern mussten hingegen Kämpfe führen, die es für mich nicht gab. Eine Freundin ist nach dem Mauerfall nach München gezogen. Nach der Geburt ihres Kindes wollte sie gerne wieder in ihren Job einsteigen. Sie war völlig fertig, weil sie keine Kinderbetreuung fand. Ich habe das zuerst nicht verstanden, München ist doch eine reiche Stadt, dachte ich. Und wo so viel Reichtum ist, muss es doch auch genug Kitas geben.

Angela Merkel wuchs wie Sie in Brandenburg auf, macht der Ost-Bonus Ihre Rolle in Merkels Kabinett einfacher?

Nein. Frau Merkel und ich haben unterschiedliche Politikstile und Auffassungen zu Themen. Aber ich glaube schon, dass viele Ostdeutsche pragmatischer sind. Ich bin stolz auf meine ostdeutschen Wurzeln. Ich finde es gut, dass ich meine Erfahrungen in Führungsverantwortung einbringen kann.

Was haben Sie sich für die kommenden zwei Jahre Ihrer Legislatur noch vorgenommen?

Unter anderem werde ich ein Gesetz für mehr Lohngerechtigkeit auf den Weg bringen. Obwohl Frauen heute so gut ausgebildet sind wie nie zuvor, stagniert die Lohnlücke zwischen Männern und Frauen bei 22 Prozent. Die Gründe dafür sind bekannt – doch nur, weil die Lohnlücke zu erklären ist, ist sie noch lange nicht gerecht. Wir müssen Lohnungleichheit sichtbar machen. Frauen können nur überprüfen, ob der Grundsatz „gleicher Lohn für gleichwertige Arbeit“ eingehalten wird, wenn die Lohnstrukturen transparent sind.

Die Gleichstellung auf dem Arbeitsmarkt, ein bedarfsgerechtes Angebot an Betreuungsplätzen und flexible Arbeitszeiten sind der Schlüssel, um Familien den Rücken zu stärken.

Wenn Ihnen eine gute Fee oder Angela Merkel drei Wünsche vorbehaltlos finanzieren würde, welche wären das?

Jedes Kind, egal in welcher Familie und in welchem sozialen Umfeld es aufwächst, muss die gleichen Möglichkeiten haben. Es darf nicht von der sozialen Stellung der Eltern abhängen, was aus den Kindern wird, sondern von den Talenten und Stärken der Kinder. 2. Frauen und Männer hätten die gleichen Chancen. Sie können ihr Leben nach ihren Wünschen partnerschaftlich gestalten, gemeinsam und auf Augenhöhe. 3. Gewalt, insbesondere gegen Kinder und Frauen wäre tabu. Jeder hat ein Recht auf ein gewaltfreies Leben. Es lohnt sich, für diese Ziele zu kämpfen.



Foto: JAMES

Manuela Schwesig beim Kita-Besuch in Berlin

Erziehungs- und Familienberatung

☎ 0355-5296731

Kinder- und Jugendnotdienst

☎ 0800-4786111 (kostenfrei rund um die Uhr)



**kostenfrei
Auswege finden
Lösungen suchen**



**beraten
schützen
unterkommen**

lausitzDADDY

Innenansichten eines verzweifelten Vaters



Noch nicht genug gelacht? Alle Kolumnen zum Nachlesen unter www.lausebande.de



Im April bin ich vom Bürohengst zum bekanntesten Seebären am Scharmützelsee geworden. Schuld war ein Familienausflug und wieder einmal mein väterlicher Großmut, wenigstens bei Freizeitunternehmungen das Chefchen unserer kleinen Sippe heraushängen zu lassen.

Alles begann mit den ersten sonnigen Tagen im April und meinem heldenhaften Vorschlag, spontan ein Wochenende an den See zu fahren. Ich hatte ein super Apartment organisiert, mit Blick auf den See, gelegen an einem kleinen Hafen samt Bootsverleih direkt am Seeufer. Als wir das erste mal am Ufer entlang spazierten, tuckerte gerade eine Familie mit einem Motorboot los, und das Söhnchen übernahm sogar das Steuer. Mein Junior bekam große Augen und wollte auch sofort in See stechen. Während meine bessere Hälfte eher skeptisch dreinschaute, erwachte Indiana Jones in mir. Klar, machen wir, das größte Motorboot ist uneres. Tatsächlich durfte man die Motorboote ohne Führerschein fahren. Eine kurze Einweisung vom Chef des Bootsverleihs, mit Hinweis auf Notrufnummer und eine Box mit einem Paddel, falls der Motor mal ausfällt, schreckte uns nicht ab. Frauchen blieb mit unserem Vierbeiner am Ufer, während ich mit den Kids in See stach. Mein Junior übernahm nach der Hafenausfahrt das Steuer und düste quer über den See, nach einer halben Stunde waren wir am anderen Ende angelangt und schauten uns die schicken Villen am Seeufer an. Da so ein Motorboot aber auch einen stolzen Stundenpreis hatte, übernahm ich dann irgendwann das Steuer und wollte schurstracks wieder zurück. Ganz Mann zog ich ein paar scharfe Kurven und Furchen ins Wasser, meine Kids jauchzten – und plötzlich soff der Motor ab. Nix ging mehr, bei zig Startversuchen verstummte das Teil nach einem

kurzen Röhren wieder. Verdammt. Bei der Einweisung hatte uns der Hafenkäptn auf die Notrufnummer hingewiesen, die groß unterm Steuer prangte. „Wenn der Motor mal absäuft und nicht mehr geht, einfach durchrufen, dann hole ich euch ab.“ Und mein Handy war in dem Rucksack, der bei Frau und Hund zurückgeblieben war. Wir waren allein auf See – und Papa war schuld. Mein Junior lehnte sich zurück und sagte mit einem Blick auf die kleine Box „Papa, na dann viel Spaß beim Paddeln“. Das Paddel war winzig. Schon nach 5 Minuten war ich durchgeschwitzt. Wir paddelten am Ufer entlang, als auf einmal zwei Schwäne aus dem Schilf geschossen kamen. Mann, waren die schnell! Ich hatte uns mitten in ein Brutgebiet navigiert. Wie im Comic rotierte ich mit dem viel zu kurzen Paddel auf der Flucht vor den bedrohlich wirkenden Schwänen, angefeuert von meinen beiden Kids. Ausgerechnet in diesem Moment passierte uns ein Fahrgastsschiff mit reichlich Asiaten an Bord, die sofort ihre Kameras zückten und den Hochleistungs-paddler im Motorboot für eine Kuriosität hielten. Das gesamte Oberdeck applaudierte und feuerte mich an. Die Schwäne ließen, von diesem Spektakel verwirrt, schließlich von uns ab.

Nach drei Stunden Paddeln waren wir wieder zurück am Hafen. Zu allem Übel gab es noch eine Strafzahlung, weil das Boot eigentlich schon seit zwei Stunden für andere Gäste reserviert war. Mein Junior handelte aber mit dem Spruch „Wir haben doch gar kein Benzin verbraucht, das hat doch unser cleverer Papa übernommen“ noch 10 Euro Nachlass aus. Ich schleppte mich mit Gummiarmen ins Apartment. Das Wochenende war eigentlich gelaufen.

Bis wir am nächsten Tag zum Frühstück ins Café der Feriensiedlung einliefen und der ganze Saal jubelte. Offensichtlich hatte jemand vom Oberdeck des Fahrgastsschiffes ein Video gedreht und hochgeladen, Titel: „Auf Schwanenflucht“. Über Nacht gab es mehr als 100.000 Klicks und die Feriensiedlung landete im RTL Morgenmagazin. Der Kollege vom ausgebuchten Bootsverleih empfing mich später wie einen guten Freund und stellte unserer Familie einen ganzen Tag kostenfrei ein Tretboot zur Verfügung – in der Form eines weißen Schwans. Die Passanten zückten wieder die Kameras und für meine Kids war ich plötzlich der große Held und Seebär. *Euer lausitzDADDY*

LEX – Die Chance für Existenzgründer

Vattenfall sorgt 2015 für den Sonderpreis „IT-Award“



Die Preisträger des Lausitzer Existenzgründer Wettbewerbs 2014

Ablauf des LEX-Wettbewerbsjahres 2015:

- Start LEX und Seminarprogramm April 2015
- Abgabe der Geschäftspläne 27. August 2015
- Jurysitzung 15. Oktober 2015
- Vorstellung der Nominierten Oktober 2015
- Prämierungsveranstaltung 28. Oktober 2015



Der Lausitzer Existenzgründer Wettbewerb (LEX) startet mit diesem Jahr bereits in seine 12. Runde. Seine Geschichte begann im Jahr 2004, den ersten Preis gewannen damals Gründer aus Cottbus – die Inhaberin des bis heute erfolgreichen Coffeelatte am Altmarkt.

Jetzt sind erneut Lausitzer aufgerufen, sich mit ihren Konzepten für eine Unternehmensgründung, eine Unternehmensnachfolge oder eine Geschäftsfelderweiterung um einen der vier Preise zu bewerben. Die Wirtschaftsinitiative Lausitz (WiL) als Ausrichter lobt insgesamt 10.000 Euro Preisgelder aus. Mit mehreren Neuerungen soll der LEX noch attraktiver werden: Der LEX ist ab sofort auch bei Facebook zu finden und informiert dort regelmäßig über aktuelle Veranstaltungen und Termine. Teilnehmer können

ihre Geschäftspläne ab diesem Jahr auch online einreichen. Um LEX-Teilnehmer in der Gründungsphase noch intensiver zu unterstützen, bietet die WiL in Kooperation mit den Wirtschaftsunioren Bautzen, Cottbus und Görlitz auch im Nachgang zum Wettbewerb eine Betreuung und Beratung an. Zudem wird künftig jedes Jahr ein Sonderpreis ausgelobt. In diesem Jahr wird neben den drei Gründerpreisen in Höhe von 4.000, 2.500 und 1.500 Euro ein Sonderpreis „IT-Award“ für das beste Unternehmenskonzept in der IT-Branche in Höhe von 2.000 Euro ausgeschrieben. Der „IT-Award“ in diesem Jahr wird durch Vattenfall getragen. Die Preisverleihung findet im Rahmen der ersten Lausitzer IT-Messe „Zuse-Expo 2015“ in Hoyerswerda statt.

Teilnahmebedingungen: Der Lausitzer Existenzgründer Wettbewerb richtet sich an Studenten, Hochschulabsolventen, wissenschaftliche Mitarbeiter, Angestellte, Gründer und Unternehmer aller Branchen. Eingereicht werden können Geschäftspläne zur Unternehmensgründung, zur Unternehmensnachfolge oder zur Geschäftsfelderweiterung.

Die Gründung, Nachfolge oder Erweiterung muss in der Lausitz erfolgen und darf höchstens vier Jahre zurück liegen. Die kompletten Bewerbungsunterlagen stehen auf www.wil-ev.de als Download bereit. Abgabetermin für die Geschäftspläne ist in diesem Jahr der 27. August. Teilnehmer für den LEX 2015 melden sich im LEX-Wettbewerbsbüro der WiL:

Kontakt für Interessenten & Bewerber: Wirtschaftsinitiative Lausitz e.V.

Büro Brandenburg: Altmarkt 17, 03046 Cottbus | **Büro Sachsen:** Industriegelände Straße E Nr.8, 02977 Hoyerswerda | **Hotline:** 0355 28913094 | **E-Mail:** a.rudolph@wil-ev.de



5. Mai 2015
Hebammentag
15 Uhr

WIR WOLLEN HEBAMMEN

Am 5. Mai laden Hebammen unserer Region und viele andere Akteure rund um die Geburtshilfe zum großen Aktionstag für Hebammen ins Gladhouse Cottbus. Start der Veranstaltung ist 15 Uhr. Neben vielen Aktionsständen wird es auch ein kleines Rahmenprogramm für Kinder und Familien sowie eine Diskussionsrunde geben. Wir rufen alle Familien auf, den Hebammen an diesem Tag den Rücken zu stärken und sie in ihrem Kampf für eine sichere Zukunft der freien Geburtshilfe zu unterstützen. Die Hebammen Genia Tchingow und Carmen Gennermann, die diesen Tag organisiert haben, möchten sich auf diesem Weg auch bei allen Unterstützern bedanken.

KURSANGEBOTE

Einträge für gewerbliche Kurse und Workshops sind zum Selbstkostenpreis ab 25 € (zzgl. MwSt.) möglich. Alle Informationen dazu unter www.lausebande.de oder Telefon: 0355-2892520. Termine und Veranstaltungen sind ohne Gewähr.



Geburtsvorbereitungskurs

GUT VORBEREITET SEIN!

Der Geburtsvorbereitungskurs begleitet Sie durch die Schwangerschaft und bereitet Sie auf die Wehen und Geburt vor. Alleine das Wissen darum, was bei der Geburt genau geschieht, stärkt das Selbstvertrauen und räumt Ängste aus. Bei Tee und Leckereien können Sie mit anderen werdenden Frauen Gespräche über dieses und jenes in gemütlicher Atmosphäre führen. Auch für werdende Väter!

VORANMELDUNG / TERMINABSPRACHE!

Genia Tchingow 0177 / 63 29 221

Hebammenpraxis HEVIANNA

Rudolf-Breitscheid-Straße 79
03046 Cottbus

Leistungen: Schwangerschaftsberatung und Vorsorge | Geburtsvorbereitung und Geburtsbegleitung | Wochenbettbetreuung | Stillberatung | Rückbildungsgymnastik | Akupunktur und Yoga



Rückbildungskurs

BAUCH, BEINE UND PO!

In der Schwangerschaft und bei der Geburt wird der Beckenboden stark beansprucht. Um die Muskulatur wieder zu stärken kann mit dem Kurs ab der 8. Woche nach der Geburt begonnen werden. Sie lernen spezielle und einfache Übungen kennen und auch Entspannung gehört dazu. Eine Stärkung des Beckenbodens beugt Inkontinenz und Gebärmutterensenkung vor. Babys dürfen dabei sein!

VORANMELDUNG / TERMINABSPRACHE!

Genia Tchingow 0177 / 63 29 221

Hebammenpraxis HEVIANNA

Rudolf-Breitscheid-Straße 79
03046 Cottbus

Leistungen: Schwangerschaftsberatung und Vorsorge | Geburtsvorbereitung und Geburtsbegleitung | Wochenbettbetreuung | Stillberatung | Rückbildungsgymnastik | Akupunktur und Yoga



Babymassagekurs

MIT ALLEN SINNEN FÜR MUTTER UND KIND!

Die harmonische Babymassage ist eine Möglichkeit, optimale physische und psychische Entwicklungsvoraussetzungen für ihr Baby zu schaffen. Sie lernen die theoretischen Grundlagen und Hintergründe der Babymassage kennen. Am Ende werden Sie Ihr Kind am ganzen Körper mit harmonischen und entwicklungsfördernden Massagegriffen verwöhnen können.

VORANMELDUNG / TERMINABSPRACHE!

Genia Tchingow 0177 / 63 29 221

Hebammenpraxis HEVIANNA

Rudolf-Breitscheid-Straße 79
03046 Cottbus

Leistungen: Schwangerschaftsberatung und Vorsorge | Geburtsvorbereitung und Geburtsbegleitung | Wochenbettbetreuung | Stillberatung | Rückbildungsgymnastik | Akupunktur und Yoga

■ Familie

Brandenburgisches Textilmuseum

Forst (Lausitz)

Sorauer Straße 37, 03149 Forst (Lausitz)

Anmeldung für alle Veranstaltungen unter:

Tel. 03562/97356 oder 03562/973574

Kreativzirkel für Erwachsene im Museum -

Künstlerisches Gestalten aus Stoffen

Termine: Montag 9-11 Uhr, Dienstag 14-16 Uhr,

Mittwoch 13-15 Uhr (kostenfrei)

SOS Kinderdorf - Familientreff „Punkt“

Einrichtung des SOS-Beratungszentrums

Cottbus, Poznaner Str. 1, 03048 Cottbus,

Tel.: 0355/525700

Immer montags: Gymnastik pur, 17.15-18.15

Uhr, Kreativabend für alle Muttis und Vatis

17.30-19.30 Uhr

Immer donnerstags: Töpferkurs 16-18 Uhr,

Kreativabend Floristikkurs 17.30-19 Uhr

Familien- und Nachbarschaftstreff – Paul

Gerhardt Werk -Diakonische Dienste- gGmbH,

Am Klinikum 30, 03099 Kolkwitz

mittwochs: ab 10 Uhr Kochaktion

mittwochs: von 16 - 17 Uhr Eltern-Kind-Turnen

im Kolkwitzcenter

donnerstags (14täglich):

ab 16 Uhr Kreatives Arbeiten

Kontakt: Carina Radochla, Tel.: 0355/7840889,

E-Mail: netzwerk-kolkwitz@pagewe.de

■ Kinder

Familien- und Nachbarschaftstreff im

Paul Gerhardt Werk Gerichtsstrasse 1-2,

03046 Cottbus, Tel.: 0355/3804128

Montag: 15-17 Uhr Kinderatelier

Femella Tanzschule

Bautzener Straße 13, 03046 Cottbus,

Anmeldungen: 0176/62093840

Kreativer Kindertanz/ModernerKindertanz:

Mo. 16.45-17.30 Uhr für Kinder von 2 – 4 Jahre

Di. 16-16.45 Uhr für Kinder ab 4 Jahre

Di. 17-18 Uhr für Kinder von 5 – 6 Jahre

Fr. 16-16.45 Uhr für Kinder ab 4 Jahre

Fr. 17-17.45 Uhr für Kinder ab 5 Jahre

Hip Hop; Do. 16.30-17.30 Uhr für Kinder von 8

– 12 Jahre

NATZ e.V. Hoyerswerda

L.-Herrmann-Str. 78A, 02977 Hoyerswerda,

Tel.: 03571/915692

E-Mail: natz@onlinehome.de

Mittwoch: Mineralogie 14.30-17 Uhr,

Mechatronik 16-19 Uhr, Schach 15.30-17 Uhr,

Vivaristik 15-17 Uhr (OFFEN!!)

Donnerstag: Automodellbau 15.30 - 16.30 Uhr

Freitag: technischer Modellbau 14.30 - 16.30

Uhr, Elektronik 14.30 - 16.30 Uhr,

Heimtierpflege 15 – 17 Uhr

Soziokulturelles Zentrum und Kulturfabrik Hoyerswerda e. V

Alte Berliner Straße 26, 02977 Hoyerswerda,

Tel.: 03571/9749049, kufa-hoyerswerda.de

Jeden Montag: 16 - 17.30 Uhr Töpferwerkstatt

für Kinder ab 9 Jahre. Interessenten können

sich bei Katharina Elle anmelden

Tel.: 03571/9749049.

■ Schwangerschaft & Baby academy of music

Sandower Straße 58, 03046 Cottbus,

Tel.: 0355/700800 oder 23384

Donnerstag: Babykurs Max und Mia „Ins Leben

mit Musik“ 9.15-10 Uhr

Geburts Haus und Hebammenpraxis

„Lichtblicke“ GbR Geschwister-Scholl-Str.42,

03229 Altdöbern, Tel.: 035434/12302

Babymassagekurse: finden nach Anmeldung

und Terminabsprache statt (meist donners-

tags Vormittag)

Rückbildungsgymnastik: jeden Dienstag je-

weils um 9 Uhr und 10.30 Uhr statt. Natürlich

können Sie die Babys mitbringen.

Geburts Haus Spremberg

(Hebammenpraxis Kugelrund)

Freiberufliche Hebammen des Geburtshauses

Dresdener Straße 7, 03130 Spremberg,

Tel.: 03563/600371

montags: Schwangeren yoga 18 Uhr

bei Voranmeldung,

dienstags von 16-17.30 Uhr Hebammen-

sprechstunde (ab der 12. Woche)

Geburtsvorbereitungskurs: 7 x 120 min

- Angebot als Paar-Kurs und Frauenkurs



Kröger Gesundheitspassage

Hertzstraße 8 (Gewerbegebiet)

03238 Massen-Niederlausitz

BeckenbodenFit: Training zur Kräftigung von

Becken, Rücken und Hüfte

Freitag, 9.30 - 10.30 Uhr

20.02.- 22.05.2015

Kostenfreie Schnupperstunde am

6.02.15 um 9.30 Uhr

Hebammenpraxis Hevianna

Genia Tchingow - Rudolf-Breitscheid-Str. 79,

03046 Cottbus, Geburtsvorbereitungskurse,

Rückbildungsgymnastik, Babymassage, Still-

beratung-Wiegestunde, Mutter-Kind-Turnen,

Yoga, Kurse nach Voranmeldung in der Heb-

ammenpraxis .

Hebamme Bartoschek

www.hebamme-peitz.de,

Handy: 0162-2876982

Geburtsvorbereitungskurs: immer dienstags

(6 Abenden à 2 Stunden) 18-20 Uhr, beim Fa-

milien- und Nachbarschaftstreff des Paul Ger-

hardt Werkes, Dammzollstraße , Peitz Rückbil-

dungskurs: immer dienstags 9.30 Uhr gern mit

Kind, beim Familien- und Nachbarschaftstreff

des Paul Gerhardt Werkes in Peitz

Krabbelgruppe: immer dienstags 10 Uhr

Musik ist Sprache – kreative Kindertherapie,

Musik- u. Gestalttherapie, Kerstin Koal-Thum-

merer, Straße der Jugend 33, 03050 Cottbus,

Tel.: 0355-49 44 683,

www.musik-ist-sprache.de

Dienstags 10-11 Uhr Musikmäuse 1

Alter: 6-18 Monate

Donnerstags 15.30-16.30 Uhr

Musikmäuse 2 Alter: 1,5-3 Jahre

Spree-Neiße

Eltern-Kind-Gruppe 8 – 12 Uhr | Haus der Familie Guben

Klecksende Künstler – Malen und Basteln 8 – 12 Uhr | Naemi Wilke Stift Guben

Lernstübchen Termin nach Vereinbarung | Haus der Familie Guben

Schulgarten AG 14 Uhr | Familientreff Forst

Töpfern für Kinder 15 Uhr | Haus der Familie Guben

Musikschule 16.45 Uhr | Familientreff Forst

Familiencafé 13 – 17 Uhr | Heilsarmee Guben

Hausaufgabenhilfe 13.30 – 14.30 Uhr | Heilsarmee Guben

Reha-Sport 14.30 Uhr | „Alte Dorfschule Welzow“

Töpfern für Erwachsene 17 Uhr | Haus der Familie Guben

Mittlere Lausitz

Elternberatung und Eltern-Kleinkind-Spielgruppe 15 – 18 Uhr | Mehrgenerationenhaus Lauchhammer

Donnerstag

Cottbus & Umland

Zappektreff 9-10.15 Uhr | Jugendberatungs- & Familienzentrum „Haus Jule“ Cottbus

Frühstücksbrunch für Alleinerziehende (Jeden 3. Donnerstag im Monat) 09.30-11.30 Uhr | Haus der Sozialen Vielfalt e.V.

Kochen leicht gemacht 09.30-12 Uhr | Sachsendorfer Eltern- und Familientreff

Krabbellgruppe 15-16.00 Uhr | Caritas Familientreff Cottbus

Offener Eltern Kind Treff 10.30-18 Uhr | Caritas Familientreff Cottbus

Spielenachmittag (Jeden 4.

Donnerstag im Monat)

14.30-17.30 Uhr | SoVi e.V.

Familienhof im Zentrum 15-18 Uhr | Haus Haltestelle

Hip Hop Tanz (von 7-10 Jahren) 16.30 Uhr | femella Studio Cottbus

Hip Hop Tanz (10-14 Jahren) 17.45-18.45 Uhr | femella Cottbus

Spree-Neiße

Quasselknirpse - Sprachentwicklung 8 – 12 Uhr | Naemi Wilke Stift Guben

Frauenfrühstück (jeden 1.

Donnerstag im Monat)

9 Uhr | Heilsarmee Guben

Babytreff 9 – 10.30 Uhr | Kita Grünschnabel Spremberg

Eltern-Kind-Gruppe 8 – 12 Uhr | Haus der Familie Guben

Lernstübchen Termin nach Vereinbarung | Haus der Familie Guben

Mittagessen 12 – 13 Uhr | Mehrgenerationenhaus Forst

Familiencafé 13 – 17 Uhr | Heilsarmee Guben

Hausaufgabenhilfe 13.30 – 14.30 Uhr | Heilsarmee Guben

Maleratelier 15 Uhr | Haus der Familie Guben

Offener Spielenachmittag 15 – 17 Uhr | Mehrgenerationenhaus Forst

Bauch-Beine-Po & Co 18 Uhr | „Alte Dorfschule“ Welzow

Spreewald

Frühstücksbrunch für Groß und Klein 9.30-12 Uhr | Familien- und Beratungszentrum Burg/Spreewald

Kindersport (von 4-6 Jahren) 15-16 Uhr | Turnhalle Werben

Informationsabend im Kreissaal (Jeden 2. Dienstag) 20 Uhr | Kreissaal Spreewaldklinik Lützen

Mittlere Lausitz

Klein- und Kleinstkindschwimmen 16.15 – 17.30 Uhr |

Schwimmhalle Finsterwalde

Frühstückstreff für junge Muttis 9-12 Uhr | Mehrgenerationenhaus Südtreff Hoyerswerda

Mal- & Zeichenzirkel 14-täg. 17 Uhr | „Alte Dorfschule“ Welzow

Krabbellgruppe 15.30 – 17 Uhr | Mehrgenerationenhaus „Ilse“ Großbräschen

Freitag

Cottbus & Umland

Ganztags Offenes Haus mit wechselnden Angeboten Familien- und Beratungszentrum Paul-Gerhard-Werk Cottbus

Krabbellgruppe 9 – 11 Uhr | Eltern Kind Zentrum Cottbus

Familien-Mittagessen 9 – 13 Uhr | Caritas Familientreff Cottbus

Kochen & Backen 15.30 Uhr | SandowKahn Cottbus

Familienhof im Zentrum 15-18 Uhr | Haus Haltestelle

Väterkrabbellgruppe 15-18 Uhr | Haus Haltestelle Cottbus

Schnuppersportkurs 16 Uhr | PiPaPo Hallenspielplatz Cottbus

Kreativer Kindertanz (von 3,5 – 4,5 Jahre) 17-17.45 Uhr

Trampolin springen (ab 8 Jahre) 18-18.45 Uhr | femella Studio

Spree-Neiße

Fitness für Muttis 09.30 Uhr | „Alte Dorfschule Welzow“

Musikschule 12.45 Uhr | „Alte Dorfschule Welzow“

Familie Raupen Nimmersatt - Familienfrühstück 8 – 12 Uhr | Naemi Wilke Stift Guben

Familienfrühstück 9.30 Uhr | Haus der Familie Guben

Kinderdinner 14.30 Uhr | Haus der Familie Guben

Flötenkreis (nach Absprache) 15 Uhr | Familientreff Forst

Kleinkindschwimmen (14-tägig in jeder ungeraden KW) 16.30-18.30 Uhr | Schwimmhalle Forst

Spreewald

Babyschwimmen 9-10.30 Uhr | Spreewelten Bad Lübbenau

Kindersport (von 3 – 4 Jahre) 16.30 – 17.30 | Turnhalle Burg

Samstag

Cottbus & Umland

Kinderreiten 10-12 Uhr | Reitstall Sielow

Spree-Neiße

Babyschwimmen 10-12 Uhr | Schwimmhalle Forst

Spielnachmittag 13.30-16 Uhr | Schwimmhalle Forst

Mittlere Lausitz

1. Gruppe Babyschwimmen 9-10 Uhr | Lausitzbad Hoyerswerda

2. Gruppe Babyschwimmen 9.30-10.30 Uhr | Lausitzbad Hoyerswerda

Kleinkindschwimmen 10.15-10.45 Uhr | Lausitzbad Hoyerswerda

Sonntag

Cottbus & Umland

Kinderreiten 10-12 Uhr | Reitstall Sielow

Keramik-Café (mit Voranmeldung) 15 – 18 Uhr | Keramikwerkstatt Möbert (jeden 2. und 4. Sonntag)

Familienbrunch 11.30-13 Uhr | Lindner Congress Hotel / Restaurant Primo Cottbus

Familiensonntag (Jeden 1. Sonntag im Monat) 14-17 Uhr | Lagune Cottbus

**NEUE BÜHNE
SENFTENBERG**
Tag der offenen Tür
1. Mai ab 13 Uhr
Eintritt frei



Familien-Frühlingsfest
mit buntem Programm
und vielen Attraktionen
auch für Kinder

www.theater-senftenberg.de

Fr, 1.5

Sa, 2.5

Spreewald

■ **Treffs & Feste**

**Maifest an der
Slawenburg Raddusch**
10:00 | Slawenburg Raddusch
BronzeZeitGeist
10:00 | Bismarckturm in Burg

Nordsachsen

■ **Sport & Freizeit**
FUNKELORUM

10:00 | Kulturinsel Einsiedel

Mittlere Lausitz

■ **Sport & Freizeit**

**Dampfzüge zum
„Tag der Arbeit“**
10:00 | Waldeisenbahn Muskau
Tag der offenen Tür
13:00 | Neue Bühne Senftenberg
**Langer Saunabend
- Blütentraum**
19:00 | Erlebnisbad Wonnemar Bad
Liebenwerda
■ **Kino & Kultur**
Das Tierreich
15:00 | Neue Bühne Senftenberg
50. Musikfesttage
Hoyerswerda
18:00 | Lausitzhalle Hoyerswerda

Spree-Neiße

■ **Treffs & Feste**
Spremberger Maifest
9:00 | Spremberg
■ **Sport & Freizeit**
Von der Kohle zum Strom
11:00 | excursio Bergbautourismus
**Walzer & Co - Das Tanzvergnü-
gen im WerkEins**
19:30 | Fabrik e.V.

Cottbus & Umland

■ **Sport & Freizeit**
Sport und Spiel
10:00 | Familienhaus der Jugend-
hilfe Cottbus
■ **Kino & Kultur**
Tonfilmschlager und Schnulzen
19:30 | Theaterscheune Ströbitz
Uwe Steimle: Heimatstunde
19:30 | Staatstheater Cottbus -
Großes Haus
Das Cottbus-Projekt
19:30 | Kammerbühne

Mittlere Lausitz

■ **Sport & Freizeit**
Frühlingsdampf
10:00 | Waldeisenbahn Muskau
■ **Kino & Kultur**
Elvis, der King und ich
19:30 | Neue Bühne Senftenberg

**50. Musikfesttage Hoyers-
werda** 19:30 | Lausitzhalle
Hoyerswerda
Felix Meyer & Erik Manouz
21:00 | Kulturfabrik Hoyerswerda e.V.

Nordsachsen

■ **Sport & Freizeit**
FUNKELORUM
10:00 | Kulturinsel Einsiedel

Spreewald

■ **Treffs & Feste**
Maifest an der Slawenburg
Raddusch
10:00 | Slawenburg Raddusch
■ **Kurse & Workshops**
Glasmosaiki selbst fertigen
10:00 | Gläserne Werkstatt

Außerhalb

**Führung „Tier- und Pflanzen-
welt der Tropen“**
15:00 | Biosphäre Potsdam

So, 3.5

Nordsachsen

■ **Sport & Freizeit**
FUNKELORUM
10:00 | Kulturinsel Einsiedel

Außerhalb

Klaistower Spargelfest
10:00 | Spargel- und Erlebnishof
Klaistow

Mittlere Lausitz

■ **Sport & Freizeit**
Frühlingsdampf
10:00 | Waldeisenbahn Muskau
■ **Kino & Kultur**
Drum Circle
15:00 | Kulturfabrik Hoyerswerda e.V.
**50. Musikfesttage Hoyers-
werda** 15:00 | Lausitzhalle
Hoyerswerda

envia MITGAS
Freizeitspaß

Die enviaM CARD mit Spar-
vorteilen und Aktionstagen
für die ganze Familie.
www.enviaMCARD.de

VORWEG GEHEN

Das Tierreich

17:00 | Neue Bühne Senftenberg

Spree-Neiße

■ **Sport & Freizeit**
Golferlebnistag
10:00 | Lausitzer Golfclub
■ **Treffs & Feste**
Spremberger Maifest
11:00 | Spremberg

Spreewald

■ **Kurse & Workshops**
**Spreewälder Kräutermanu-
faktur: Die 10 wichtigsten
Wildkräuter**
14:00 | Heimatmuseum Dissen

Cottbus & Umland

■ **Kino & Kultur**
Hoffmanns Erzählungen
19:00 | Staatstheater Cottbus -
Großes Haus
DAS COTTBUS-PROJEKT
19:00 | Kammerbühne
Hoffmanns Erzählungen
19:00 | Staatstheater Cottbus -
Großes Haus
**all you need is love! Das
Beatles - Musical**
19:00 | Stadthalle Cottbus

Mo, 4.5

Cottbus & Umland

■ **Sport & Freizeit**
Tanzkurs 16:00 | Familienhaus der
Jugendhilfe Cottbus



Die Spreewelten haben eine neue Homepage: www.spreeweltenbad.de

Käpt`n Balduin

Tagebuch eines watschelnden Silberrückens

Seit Anfang April spielt sich Papageno, diese Flitzpiepe, hier auf wie der Husain Bolt der Pinguinwelt. Nur weil er mit seiner Polly im zweiten Jahr hintereinander der Erste mit Nachwuchs war. Wäre ich bei dem ein Ei, ich würde auch als erster aufgeben. Polly miefst und Papageno ist ein Spinner, der dreht ständig am Rad. Kein Wunder, dass seine Pateneltern mit Radreisen zu tun ab. Wenn die zwei ständig auf einem drauf sitzen, macht man sich natürlich schneller aus der Schale. Bei Daki und mir gabs hingegen Mozart und Haydn in der Bruthöhle. Unsere Eischale habe ich mit höherer Algebra und den Grundlagen der Genetik beschrieben und mit Sprotenöl eingecremt, damit sie schön weich bleibt. Sie kennen ja sicher den Spruch aus unserer Pinguinwelt „Harte Schale, weicher Kern“. Das bedeutet nichts anderes, als dass bei einer harten Schale der Vogel, der mal rauskommt, ganz weich im Hirn ist. Wir haben natürlich alles richtig gemacht und seit 9. April wieder geballte Chef-DNA am Start! Getarnt im grauen Plüschgefieder bereite ich Balduin Junior jetzt auf seine Mission vor. Da können die Pinguine aus Madagaskar abdanken, die rauchen wir doch locker in der Pfeife. Unsere Mission ist ganz klar die Pinguinisierung des Landes. Den Beginn machen wir in unserem Heimatort Lübbenau. Der wird gerade 700 Jahre alt und verbringt schon die Hälfte seines Lebens mit einem kalten Fisch im Stadtwappen. Dabei bin ich der Patenpinguin der Stadt. Die denken ja immer, das wäre umgekehrt. Papalapapp. Jedenfalls wird unsere Pinguinhochburg von einem tragnen Schuppenträger präsentiert! Auch Cottbus nebenan hat so ein kaltes Schalentier als Botschafter, das nur rückwärts krabbelt. Passt ja. In Brandenburg siehst nicht besser aus. Oder haben Sie hier schon mal einen roten Adler gesehen? Da war bestimmt mal irgendein Künstler auf Droge oder hatte eine Flasche Absynth zuviel. Egal, auf jeden Fall ist hier in den Stadtwappen und Herzen der Menschen jede Menge Platz für hochintelligente Importe, die nicht umsonst nach dem großen Naturforscher Humboldt benannt wurden. Ab Juni werde ich mit meinem Junior von der Spree aus die Welt erobern, und einst wird man sich von den Pinguinen erzählen, die in die unendlichen Spreewelten eintauch-

ten und viele Abenteuer bestanden. Oh, jetzt ruft Daki schon wieder aus der Höhle, ich soll Windeln wechseln. Naja, jeder fängt mal klein an. *Euer Käpt`n Balduin*

Die Pinguinbande der Spreewelten
 BALDUIN (grün rechts) & DAKMAR (grün links),
 PAUL (weiß rechts) & TILLY PÜNKTCHE (rot links),
 POLLY (gelb links) & PAPAGENO (rot rechts),
 CHRISTINE (weiß links) & VOLT (schwarz rechts),
 KITTY TUPF (blau links) & RONALD (blau rechts)
 KÖNIGIN LUISE (schwarz links) & DON JUAN (gelb rechts)
Die jungen Erwachsenen: LAUSI (lila rechts) &
 GWENDULINE-PINGEBORG (lila links); LUNA (grau links) &
 ALEX VON H (grau rechts)
Junior: Flocke (weiß/gelb/rot rechts)

2. Mai: Spreewelten Fest
 Die Pinguine feiern zusammen Geburtstag – und alle Kids können mitfeiern! Zur großen feuchtfröhlichen Party sind alle Pinguinfans herzlich eingeladen. Von 11.30 Uhr bis 17 Uhr gibt es Kinderanimation, Gewinnspiele, Bastelstraßen und Spannendes rund um die kleinen Spreewelten-Bewohner.

1. Juni: Spreewelten Kinderfest
 Ab 15 Uhr wird der Kindertag mit einem unterhaltsamen Programm und Kinderanimation mit lustigen Spielen, tollen Verlosungen und Spannendem rund um die Pinguine gefeiert. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Kontakt
 Spreewelten Bad Lübbenau
 Telefon 03542 8941-60

Alle Balduin-Kolumnen unter www.lausebande.de

QR-Code zur facebook-Seite
Achtung: Wir verlosen jeden Monat auf facebook.de/lausebande einen Familienbesuch samt Pinguinfütterung! Folgt den Spuren der Pinguine.

www.spreeweltenbad.de

Don Juan
 Herzensbrecher





Di, 5.5

Cottbus & Umland

■ Sport & Freizeit

Spieletreff

14:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ Treffs & Feste

Wir wollen Hebammen!

15:00 | Gladhouse / Obenkino

■ Kino & Kultur

DAS COTTBUS-PROJEKT

19:30 | Kammerbühne

Spree-Neiße

■ Sport & Freizeit

Freie Angebote

14:00 | Fabrik e.V.

Mi, 6.5

Spree-Neiße

■ Dies & Jenes

6+ Ein Lernprojekt für Schüler der 6. Klassen.

8:30 | Fabrik e.V.

Der gute Ton

18:00 | Archäotechnisches Zentrum (ATZ) Welzow

Das ATZ töpft!

18:00 | Archäotechnisches Zentrum (ATZ) Welzow

■ Kino & Kultur

Kabarett Die Oderhähne

19:00 | Fabrik e.V.

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Licht, Licht

9:30 | Piccolo Theater

Augen im All

16:30 | Planetarium Cottbus

Was heißt hier Liebe

18:30 | Piccolo Theater

Nora oder Ein Puppenhaus

19:30 | Kammerbühne

BREAK EVERY - TINA The Rock Legend

19:30 | Stadthalle Cottbus

■ Sport & Freizeit

Zirkustreff mit Harlekids

18:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Offener Jonglage-Treff

20:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Spreewald

■ Dies & Jenes

Die 10 wichtigsten Wildkräuter

14:00 | Spreewälder Kräutermarktnaufahrt

Mittlere Lausitz

■ Kino & Kultur

Mit Professor Photon durchs Weltall

15:00 | Planetarium Senftenberg

50. Musikfesttage Hoyerswerda m 19:30 | Lausitzhalle Hoyerswerda

Do, 7.5

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Licht, Licht

9:30 | Piccolo Theater

Von Fröschen, Sternen und Planeten

15:00 | Planetarium Cottbus

Was heißt hier Liebe

18:30 | Piccolo Theater

■ Sport & Freizeit

Tischtennis im Saal

15:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Mittlere Lausitz

■ Kino & Kultur

Romeo und Julia

10:00 | Neue Bühne Senftenberg

Spree-Neiße

■ Sport & Freizeit

Freie Angebote

14:00 | Fabrik e.V.

Fr, 8.5

Mittlere Lausitz

■ Sport & Freizeit

Familientag

10:00 | Erlebnisbad Wonnemar Bad Liebenwerda

■ Kino & Kultur

50. Musikfesttage Hoyerswerda

19:30 | Lausitzhalle Hoyerswerda

GlasBlasSing Quintett

19:30 | Neue Bühne Senftenberg

15.–17. Mai Garten festival Park & Schloss Branitz

Spree-Neiße

■ Dies & Jenes

Ausstellung rund ums Fahrrad

14:00 | Schloss & Festung Senftenberg

■ Treffs & Feste

Schülerdisko mit DJ Age Key

19:00 | Forster Hof

Cottbus & Umland

■ Sport & Freizeit

Nähkurs

15:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Einradtraining mit Harlekids

16:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ Dies & Jenes

Café Käthe geöffnet

15:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Sa, 9.5

Spree-Neiße

■ Dies & Jenes

Vogelbörse auf dem Flugplatz Drewitz

8:00 | Flugplatz Drewitz

Mittlere Lausitz

■ Dies & Jenes

Trödelmarkt Hoyerswerda

9:00 | Hoyerswerda Festplatz am Gondelteich

■ Kino & Kultur

Lachen verboten!

19:30 | Neue Bühne Senftenberg

Keine Ahnung wohin?

Lauseplätze durchstöbern unter www.lausebande.de

Spreewald

■ Treffs & Feste

Radduscher Hafenfest

10:00 | Naturhafen Raddusch

Bahnhofsviertelfest am GLEIS 3 und Spreeweltenbahnhof

14:00 | Lübbenaubücke / Gleis 3

1. Vetschauer Musiknacht

18:00 | Vetschau

■ Kurse & Workshops

Glasmosaik selbst fertigen

10:00 | Gläserne Werkstatt

■ Dies & Jenes

Vogelführung zur Stunde der Gartenvögel

10:15 | Freilandmuseum Lehde

Cottbus & Umland

■ Treffs & Feste

90 Jahre Stadtbibliothek

10:00 | Stadt- und Regionalbibliothek Cottbus

■ Sport & Freizeit

Sport und Spiel

10:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ Kino & Kultur

Offene Probe der Oper

10:00 | Staatstheater Cottbus - Großes Haus

25 Jahre Antenne Brandenburg - Das Konzert

19:30 | Stadthalle Cottbus

Windhunde und Turteltauben

19:30 | Kammerbühne

Schwanenseele

19:30 | Staatstheater Cottbus - Großes Haus

Deutschland – Wunder und Wunden

19:30 | Kammerbühne

Kammerkonzert: In anderem Licht

20:00 | Kunstmuseum

Dieselkraftwerk

Außerhalb

Führung „Aquasphäre - Vom Dschungel in die blaue Welt der Ozeane“

15:00 | Biosphäre Potsdam

Kaya Yanar - „Around the World - Wenn Kaya eine Reise tut“

20:00 | Filmpark Babelsberg

So, 10.5

Mittlere Lausitz

■ Dies & Jenes

Trödelmarkt Hoyerswerda

9:00 | Hoyerswerda Festplatz am Gondelteich

■ Sport & Freizeit

Männertag – dein Tag in der Munterwasserwelt

10:00 | Erlebnisbad Wonnemar Bad Liebenwerda

Neue Oasen für Erdmännchen & Stachelschweine

14:00 | Zoo Hoyerswerda

■ Kino & Kultur

Die Physiker

16:00 | Neue Bühne Senftenberg

André Herzberg

19:30 | Neue Bühne Senftenberg

Nordsachsen

■ Sport & Freizeit

„Bitte Lächeln ...“ der Fotospaß zum Muttertag

10:00 | Saurierpark Kleinwelka

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Licht, Licht

10:00 | Piccolo Theater

Jemand frisst die Sonne auf

11:00 | Planetarium Cottbus

Bodecker & Neander: Träume zum Mitnehmen

15:00 | Kammerbühne

Peer Gynt

16:00 | Staatstheater Cottbus - Großes Haus

Peter Kamenz und seine Goldenen Egerländer

17:00 | Stadthalle Cottbus

Holt die Bücher aus dem Feuer

18:00 | Piccolo Theater

Der dressierte Mann

19:00 | Theaterscheune Ströbitz

Der dressierte Mann

19:00 | Theaterscheune Ströbitz

Spreewald

■ Treffs & Feste

Radduscher Hafenfest

10:00 | Naturhafen Raddusch

■ Sport & Freizeit

2. Lübbener-Lutki-Lauf und Aktionstag Laufen & Walken für Alle

10:00 | Sportpark Lübben

■ Kino & Kultur

Mama ist die Beste!

15:00 | Bunte Bühne Lübbenau

Orchesterkonzert mit dem „Schmöckwitzer Kammerorchester“

17:00 | Paul-Gerhardt-Kirche Lübben

Spree-Neiße

■ Dies & Jenes

Archäologische Radwanderung mit Steinzeitimbiss

14:00 | Archäotechnisches Zentrum (ATZ) Welzow

Mo, 11.5

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Holt die Bücher aus dem Feuer

10:00 | Piccolo Theater

■ Sport & Freizeit

Tanzkurs

16:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ Dies & Jenes

Grenzen setzen und konsequent sein

19:00 | Stadt- und Regionalbibliothek Cottbus



Di, 12.5

Mittlere Lausitz

■ Kino & Kultur

Anne Frank, Tagebuch

9:00 | Neue Bühne Senftenberg

Anne Frank, Tagebuch

11:00 | Neue Bühne Senftenberg

Die Herkuleskeule

19:30 | Lausitzhalle Hoyerswerda

■ Treffs & Feste

OUT! - Gefangen im Netz

12:15 | Neue Bühne Senftenberg

Spree-Neiße

■ Sport & Freizeit

Freie Angebote

14:00 | Fabrik e.V.

Cottbus & Umland

■ Sport & Freizeit

Spieletreff

14:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ Kino & Kultur

Der weise alte Mann mir den Sternenaugen

15:00 | Planetarium Cottbus

Smjese zakazane (Lachen verboten)

15:00 | Kammerbühne

Smjese zakazane (Lachen verboten)

19:30 | Kammerbühne

Spreewald

■ Treffs & Feste

Großes Kinderfest

14:00 | Stadtbibliothek Calau



■ **Kino & Kultur**

Unsere Radreise durch Asien
19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

Mi, 13.5

Cottbus & Umland

■ **Kino & Kultur**

Konzert für Minis
9:30 | Kammernusiksaal im Probenzentrum des Staatstheaters Cottbus

Didi und Dodo im Weltraum

15:00 | Planetarium Cottbus

Gräfin Mariza

19:30 | Staatstheater Cottbus - Großes Haus

NICOLE

20:00 | Stadthalle Cottbus

■ **Sport & Freizeit**

Zirkustreff mit Harlekids

18:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Offener Jonglage-Treff

20:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Spreewald

■ **Kurse & Workshops**

Die 10 wichtigsten Wildkräuter

10:00 | Spreewälder Kräutermannafaktur

Spree-Neiße

■ **Sport & Freizeit**

Feuerfitzer

17:00 | Fabrik e.V.

Mittlere Lausitz

■ **Kino & Kultur**

Die Antigone des Sophokles

19:30 | Neue Bühne Senftenberg

Do, 14.5

Außerhalb

Das große Indianertreffen

10:00 | El Dorado - Die Westernstadt

Pub-Nacht

19:30 | Filmpark Babelsberg

Mittlere Lausitz

■ **Sport & Freizeit**

Dampfzüge zu Christi Himmelfahrt

10:00 | Waldeisenbahn Muskau

Nordsachsen

■ **Treffs & Feste**

Bierradlum

10:00 | Kulturinsel Einsiedel

Spreewald

■ **Dies & Jenes**

Stary lud - Begegnung mit dem alten Volk

13:00 | Heimatmuseum Dissen

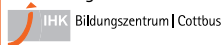
Himmelfahrt

14:30 | Gaststätte Raunigk Gehren

Forschen mit Luft

Workshop am
9.6. | 9–16 Uhr

Haus der kleinen Forscher
Anmeldung: 0355 365 2707



Cottbus & Umland

■ **Sport & Freizeit**

Tischtennis im Saal

15:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ **Kino & Kultur**

Der dressierte Mann

19:30 | Theaterscheune Ströbitz

Der dressierte Mann

19:30 | Theaterscheune Ströbitz

Spree-Neiße

■ **Sport & Freizeit**

Mutter-Kind Nachmittag mit Buffet

15:00 | Fabrik e.V.



Fr, 15.5

Außerhalb

Das große Indianertreffen

10:00 | El Dorado - Die Westernstadt

Cottbus & Umland

■ **Kino & Kultur**

Von Fröschen, Sternen und Planeten

11:00 | Planetarium Cottbus

Carmen 19:30 | Staatstheater

Cottbus - Großes Haus

Es geht nicht um Bananen, es geht um die Wurst

19:30 | Kammerbühne

DIETER NUHR

20:00 | Stadthalle Cottbus

■ **Treffs & Feste**

Gartenfestival Park & Schloss Branitz

12:00 | Fürst Pückler Park Cottbus

■ **Dies & Jenes**

Café Käthe geöffnet

15:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ **Sport & Freizeit**

Nähkurs

15:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Einradtraining mit Harlekids

16:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Nordsachsen

■ **Treffs & Feste**

Vogelscheuchen- und Stroh-puppenfest

14:00 | TRIXI Park Zittauer Gebirge

Spreewald

■ **Kino & Kultur**

Weiberlist Macht Männerlust

19:30 | Bunte Bühne Lübbenau



Sa, 16.5

Cottbus & Umland

■ **Dies & Jenes**

Trödelmarkt SELGROS Cottbus

9:00 | SELGROS Cottbus

■ **Sport & Freizeit**

Olympiade für Retter!

10:00 | Spreeauenpark Cottbus

Sport und Spiel

10:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ **Treffs & Feste**

Gartenfestival Park & Schloss Branitz

10:00 | Fürst Pückler Park Cottbus

■ **Kino & Kultur**

Der Mond auf Wanderschaft

15:00 | Planetarium Cottbus

TABALUGA und die Zeichen der Zeit

16:30 | Planetarium Cottbus
Schwanenseele

19:30 | Staatstheater Cottbus -
Großes Haus

Mittlere Lausitz

■ Sport & Freizeit

Lange Saunanacht

10:00 | Erlebniswelt Krauschwitz

■ Kino & Kultur

Tschick

19:30 | Neue Bühne Senftenberg

Außerhalb

Das große Indianertreffen

10:00 | El Dorado - Die Westernstadt

Spreewald

■ Kurse & Workshops

Glasmosaik selbst fertigen

10:00 | Gläserne Werkstatt

15.—17. Mai
Garten
festival
Park &
Schloss
Branitz

So, 17.5

Cottbus & Umland

■ Dies & Jenes

Trödelmarkt SELGROS Cottbus

9:00 | SELGROS Cottbus

■ Treffs & Feste

Gartenfestival Park & Schloss Branitz

10:00 | Fürst Pückler Park Cottbus

■ Kino & Kultur

Didi und Dodo im Weltraum

11:00 | Planetarium Cottbus

Büffel im Schlafrock

19:00 | Kammerbühne

Konzert junger Künstler

19:00 | Staatstheater Cottbus -
Großes Haus

Außerhalb

Das große Indianertreffen

10:00 | El Dorado

- Die Westernstadt

Führung „Schmetterlinge der Tropen“

11:00 | Biosphäre Potsdam

Spreewald

■ Dies & Jenes

Internationaler Museumstag 2015 „MUSEUM.GESELLSCHAFT. ZUKUNFT.“

10:00 | Museum Schloss Lübben

Stary lud - Begegnung mit dem alten Volk - Familientag zum Museumstag

13:00 | Heimatmuseum Dissen

■ Kino & Kultur

Gartengeflüster – Mit dem Fernsehgärtner unterwegs

16:00 | Bunte Bühne Lübbenau

Spree-Neiße

■ Sport & Freizeit

Aktionstag im Archäotechnischen Zentrum Welzow

11:00 | Archäotechnisches Zentrum
(ATZ) Welzow

Mittlere Lausitz

■ Kino & Kultur

Jenny Hübner greift ein

15:00 | Neue Bühne Senftenberg

Mo, 18.5

Mittlere Lausitz

■ Kino & Kultur

Tschick

10:00 | Neue Bühne Senftenberg

Die Antigone des Sophokles

18:00 | Neue Bühne Senftenberg



Sparspaß

Mit der enviaM CARD
bis zu 50 % bei rund
1.000 Partnern sparen.
www.enviaMCARD.de

VORWEG GEHEN

Spree-Neiße

■ Dies & Jenes

Wie kommen eigentlich die Buchstaben ins Buch?

10:00 | Stadtbibliothek Guben

Cottbus & Umland

■ Sport & Freizeit

Tanzkurs

16:00 | Familienhaus der Jugend-
hilfe Cottbus

Di, 19.5

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Die Prinzessin bin doch ich

9:30 | Piccolo Theater

Mucki-Konzert

9:30 | Kammersmusiksaal im
Probenzentrum des Staatstheaters
Cottbus

Papagenos Zauberflöte

11:00 | Kammerbühne

Von Fröschen, Sternen und Planeten

15:00 | Planetarium Cottbus

■ Sport & Freizeit

Spieletreff

14:00 | Familienhaus der Jugend-
hilfe Cottbus

Mittlere Lausitz

■ Kino & Kultur

Die Antigone des Sophokles

10:00 | Neue Bühne Senftenberg

50. Musikfesttage Hoyers- werda

19:30 | Lausitzhalle Hoyerswerda

Spree-Neiße

■ Sport & Freizeit

Freie Angebote

14:00 | Fabrik e.V.

Spreewald

■ Kino & Kultur

Weiberlist Macht Männerlust

19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

Mi, 20.5

Spreewald

■ Dies & Jenes

Schülerveranstaltung -Wasser- und Märchenwelten-

9:30 | Bibliothek Lübbenau

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Die Prinzessin bin doch ich

9:30 | Piccolo Theater

Die ALMA-Planetariumsshow

16:30 | Planetarium Cottbus

Die rote Zora und ihre Bande

19:00 | Piccolo Theater

■ Sport & Freizeit

Zirkustreff mit Harlekids

18:00 | Familienhaus der Jugend-
hilfe Cottbus

Offener Jonglage-Treff

20:00 | Familienhaus der Jugend-
hilfe Cottbus

Mittlere Lausitz

■ Treffs & Feste

OUT! - Gefangen im Netz

10:00 | Neue Bühne Senftenberg

■ Kino & Kultur

Odysseus

10:00 | Neue Bühne Senftenberg

Mit Professor Photon durchs Weltall

15:00 | Planetarium Senftenberg

Spree-Neiße

■ Kurse & Workshops

Kindertagsparty in Neuendorf

17:00 | Archäotechnisches Zentrum (ATZ) Welzow

Do, 21.5

Mittlere Lausitz

■ Kino & Kultur

Odysseus

10:00 | Neue Bühne Senftenberg

■ Treffs & Feste

OUT! - Gefangen im Netz

10:00 | Neue Bühne Senftenberg

Spree-Neiße

■ Sport & Freizeit

Freie Angebote

14:00 | Fabrik e.V.

Kohle, Sand und Bergmannshand (Schnuppertour)

15:00 | excursio Bergbautourismus

Cottbus & Umland

■ Sport & Freizeit

Tischtennis im Saal

15:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ Kino & Kultur

Der weise alte Mann mir den Sternenaugen

15:00 | Planetarium Cottbus

Die rote Zora und ihre Bande

19:00 | Piccolo Theater

Frida Kahlo

19:30 | Kammerbühne

Fr, 22.5

Cottbus & Umland

■ Sport & Freizeit

45. Pfingstturnier

10:00 | Reiterhof Sielow

Nähkurs

15:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Einradtraining mit Harlekins

16:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ Dies & Jenes

Café Käthe geöffnet

15:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ Kino & Kultur

Der Raum

19:00 | Piccolo Theater

Ballett-Gala 2015

19:30 | Kammerbühne

Shockheaded Peter

19:30 | Staatstheater Cottbus - Großes Haus

Weißt du, welche Sterne stehen...?

20:00 | Planetarium Cottbus

Mittlere Lausitz

■ Treffs & Feste

Steinitzer Pfingstfest

10:00 | Sportplatz Steinitz



■ Kino & Kultur

Shakespeares sämtliche Werke (leicht gekürzt)

19:30 | Neue Bühne Senftenberg

Nordsachsen

■ Treffs & Feste

51. Park- und Blütenfest

Kromlau 17:00 | Azaleen- und Rhododendronpark Kromlau

Spreewald

■ Kino & Kultur

Spreewälder Sagenacht

19:30 | Bismarckturn in Burg

Weiberlist Macht Männerlust

19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

Sa, 23.5

Spreewald

■ Kurse & Workshops

Glasmosaik selbst fertigen

10:00 | Gläserne Werkstatt

■ Kino & Kultur

Spreewälder Sagenacht

19:30 | Bismarckturn in Burg

Nordsachsen

■ Treffs & Feste

Pfingstumsfeierei

10:00 | Kulturinsel Einsiedel

51. Park- und Blütenfest

Kromlau

14:00 | Azaleen- und Rhododendronpark Kromlau

Cottbus & Umland

■ Sport & Freizeit

Sport und Spiel

10:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

45. Pfingstturnier

10:00 | Reiterhof Sielow

■ Kino & Kultur

Papagenos Zauberflöte

18:00 | Kammerbühne

Der Raum

19:00 | Piccolo Theater

Tonfilmschlager und Schnulzen

19:30 | Theaterscheune Ströbitz

Mittlere Lausitz

■ Sport & Freizeit

Pfingstdampf

10:00 | Waldeisenbahn Muskau

■ Treffs & Feste

Steinitzer Pfingstfest

10:00 | Sportplatz Steinitz

■ Kino & Kultur

Die Physiker

19:30 | Neue Bühne Senftenberg

Spree-Neiße

■ Sport & Freizeit

Von der Kohle zum Strom

11:00 | excursio Bergbautourismus

Kohle, Sand und Bergmannshand

14:00 | excursio Bergbautourismus

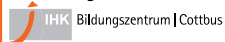
Kohle, Sand und Bergmannshand

17:00 | excursio Bergbautourismus

Forschen mit Luft

Workshop am 9.6. | 9–16 Uhr

Haus der kleinen Forscher
Anmeldung: 0355 365 2707



Außerhalb

Führung „Reise durch die Welt der tropischen Gewürz- und Nutzpflanzen“

15:00 | Biosphäre Potsdam

So, 24.5

Nordsachsen

■ Treffs & Feste

51. Park- und Blütenfest

Kromlau 10:00 | Azaleen- und Rhododendronpark Kromlau

Pfingstumsfeierei

10:00 | Kulturinsel Einsiedel

Mittlere Lausitz

■ Treffs & Feste

Steinitzer Pfingstfest

10:00 | Sportplatz Steinitz

■ Sport & Freizeit

Pfingstdampf

10:00 | Waldeisenbahn Muskau

■ Kino & Kultur

Elvis, der King und ich

16:00 | Neue Bühne Senftenberg



Cottbus & Umland

■ Sport & Freizeit

45. Pfingstturnier

10:00 | Reiterhof Sielow

■ Kino & Kultur

Serenade in Branitz

17:00 | Fürst Pückler Park Cottbus

Spree-Neiße

■ Sport & Freizeit

5. Großer Pfingstpreis der**Volksbank Spree-Neiße eG**

14:00 | Rad- und Reitstadion Forst (Lausitz)

**Kohle, Sand und Bergmanns-
hand (Schnuppertour)**

16:00 | excursio Bergbautourismus

Spreewald

■ Kino & Kultur

Spreewälder Sagennacht

19:30 | Bismarckturm in Burg

Mo, 25.5

Nordsachsen

■ Treffs & Feste

51. Park- und Blütenfest**Kromlau**

10:00 | Azaleen- und Rhododendronpark Kromlau

Pfingstumsfeieri

10:00 | Kulturinsel Einsiedel

■ Sport & Freizeit

Pfingstkonzert

14:00 | Tier- und Kulturpark Bischofswerda



Mittlere Lausitz

■ Sport & Freizeit

Pfingstdampf

10:00 | Waldeisenbahn Muskau

Außerhalb

Pfingstbrunch

10:00 | Biosphäre Potsdam

Cottbus & Umland

■ Sport & Freizeit

Tanzkurs

16:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ Kino & Kultur

Serenade in Branitz

17:00 | Fürst Pückler Park Cottbus

Sonnenallee 19:30 | Staatstheater Cottbus - Großes Haus

Di, 26.5

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Die Prinzessin bin doch ich

9:30 | Piccolo Theater

Der Mond auf Wanderschaft

15:00 | Planetarium Cottbus

Der Raum

19:00 | Piccolo Theater

■ Sport & Freizeit

Spieltreff 14:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Mi, 27.5

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Die Prinzessin bin doch ich

9:30 | Piccolo Theater

Didi und Dodo im Weltraum

15:00 | Planetarium Cottbus

**Weißt du, welche Sterne
stehen...?**

16:30 | Planetarium Cottbus

Der Raum

19:00 | Piccolo Theater

Sei dennoch unverzagt |**Gespräche mit meinen Großel-
tern Christa und Gerhard Wolf**

19:30 | Kammerbühne

■ Sport & Freizeit

Zirkustreff mit Harlekids

18:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Offener Jonglage-Treff

20:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Mittlere Lausitz

■ Treffs & Feste

OUT! - Gefangen im Netz

9:30 | Neue Bühne Senftenberg

■ Kino & Kultur

Das Tierreich

18:00 | Neue Bühne Senftenberg

Spreewald

■ Dies & Jenes

**“Mücke Mia auf Tour - Kinder
entdecken Lübbenau“**

9:30 | Bibliothek Lübbenau

**Stary lud - Begegnung mit dem
alten Volk**

11:00 | Heimatmuseum Dissen

■ Kurse & Workshops

Die 10 wichtigsten Wildkräuter

10:00 | Spreewälder Kräutermanufaktur

Do, 28.5

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Die Prinzessin bin doch ich

9:30 | Piccolo Theater

**Von Fröschen, Sternen und
Planeten**

15:00 | Planetarium Cottbus

Der Raum

19:00 | Piccolo Theater

Tonfilmschläger und Schnulzen

19:30 | Theaterscheune Ströbitz

**Le Sacre du Printemps. Früh-
lingsweihe**

19:30 | Kammerbühne

**Ich habe Bryan Adams
geschreddert**

19:30 | Staatstheater Cottbus - Großes Haus

■ Sport & Freizeit

Tischtennis im Saal

15:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Mittlere Lausitz

■ Treffs & Feste

OUT! - Gefangen im Netz

11:50 | Neue Bühne Senftenberg

■ Kino & Kultur

Das Tierreich

18:00 | Neue Bühne Senftenberg

Spree-Neiße

■ Sport & Freizeit

**Kohle, Sand und Bergmanns-
hand (Schnuppertour)**

16:00 | excursio Bergbautourismus

Fr, 29.5

Mittlere Lausitz

■ Sport & Freizeit

Familientag

10:00 | Erlebnisbad Wonnemar Bad Liebenwerda



lausebände zum Mitmachen:

Termine für den nächsten Monat?
Jetzt an termine@lausebände.de senden!
Veröffentlichung kostenfrei
(Die Auswahl ist der Redaktion vorbehalten)

termine@lausebände.de

■ Kino & Kultur

Odyssee

10:00 | Neue Bühne Senftenberg

■ Treffs & Feste

OUT! - Gefangen im Netz

11:50 | Neue Bühne Senftenberg

Spreewald

■ Dies & Jenes

Die Jagd in der Vorgeschichte

15:00 | Heimatmuseum Dissen

Stary lud - Zeitreise in das

slawische Mittelalter

15:00 | Heimatmuseum Dissen

■ Kino & Kultur

PolkaBEATS Festival – Kultur-

zentrum GLEIS 3

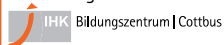
17:00 | Bunte Bühne Lübbenau

Forschen mit Luft

Workshop am
9.6. | 9–16 Uhr

Haus der kleinen Forscher

Anmeldung: 0355 365 2707



Cottbus & Umland

■ Sport & Freizeit

Nähkurs

15:00 | Familienhaus der Jugend-

hilfe Cottbus

Einradtraining mit Harlekids

16:00 | Familienhaus der Jugend-

hilfe Cottbus

■ Dies & Jenes

Café Käthe geöffnet

15:00 | Familienhaus der Jugend-

hilfe Cottbus



■ Kino & Kultur

Nora oder Ein Puppenhaus

19:30 | Kammerbühne

Reise durch die Galaxis: Milliar-

den Sonnen

20:00 | Planetarium Cottbus

Sa, 30.5

Spreewald

■ Dies & Jenes

Trödelmarkt am Bismarckturn

Burg

9:00 | Bismarckturn in Burg

Stary lud - Zeitreise in das

slawische Mittelalter

11:00 | Heimatmuseum Dissen

■ Kurse & Workshops

Spreewälder Kräutermanufak-

ture: Erdbeere

10:00 | Spreewälder Kräuterman-

ufaktur

Glasmosaik selbst fertigen

10:00 | Gläserne Werkstatt

Außerhalb

Märchenhaftes Kinderfest

10:00 | Filmpark Babelsberg

9. Beelitzer Spargellauf

10:00 | Spargel- und Erlebnishof

Klaistow

EL DORADO Horse Games

12:00 | El Dorado - Die Western-

stadt

Mittlere Lausitz

■ Treffs & Feste

Deutsch-polnisches Parkfest

und Parkplausch am Garten-

tisch

10:00 | Muskauer Park

XXL Kinderdisko

17:00 | Turmvilla Bad Muskau

■ Kino & Kultur

Musikschulen öffnen Kirchen

12:00 | Großbräschen

Cottbus & Umland

■ Sport & Freizeit

Sport und Spiel

10:00 | Familienhaus der Jugend-

hilfe Cottbus

Filzkurs mit Frau Ratzki

15:00 | Familienhaus der Jugend-

hilfe Cottbus

■ Kino & Kultur

TABALUGA und die Zeichen

der Zeit

15:00 | Planetarium Cottbus

Windhunde und Turteltauben

19:30 | Kammerbühne

Schwanensee

19:30 | Staatstheater Cottbus -

Großes Haus

Max Goldt: Schade um die

schöne Verschwendung!

19:30 | Theaterscheune Ströbitz

Spree-Neiße

■ Kino & Kultur

Ein Sommernachtstraum

- Theaterstück frei nach

Shakespeare

16:00 | Fabrik e.V.



So, 31.5

Spreewald

■ Dies & Jenes

Trödelmarkt am Bismarckturn

Burg

9:00 | Bismarckturn in Burg

Stary lud - Zeitreise in das

slawische Mittelalter

11:00 | Heimatmuseum Dissen

■ Kino & Kultur

Rumpelkammer

16:00 | Bunte Bühne Lübbenau

TATORT Bunte Bühne

20:15 | Bunte Bühne Lübbenau

Mittlere Lausitz

■ Sport & Freizeit

37. Esterlauf in Bad Lieben-

werda

9:00 | Bad Liebenwerda

■ Kino & Kultur

Das literarische Frühstyxsei

10:30 | Kulturfabrik Hoyerswerda

e.V.

■ Treffs & Feste

Kinderfest mit Benno

15:00 | Erlebniswelt Krauschwitz

Spree-Neiße

■ Sport & Freizeit

Cowboys & Indianer im Erlebnispark Teichland

10:00 | Erlebnispark Teichland

Familiensonntag

14:30 | Fabrik e.V.

Außerhalb

Führung „Exotische Tier- und Pflanzenwelt“

11:00 | Biosphäre Potsdam

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Der Mond auf Wanderschaft

15:00 | Planetarium Cottbus

Licht, Licht

15:00 | Piccolo Theater

Büffel im Schlafrock

19:00 | Kammerbühne

Tosca

19:30 | Staatstheater Cottbus - Großes Haus

Mo, 1.6

Nordsachsen

■ Treffs & Feste

„Kleine ganz groß“ – Kinder- tag im SPK

9:00 | Saurierpark Kleinwelka

Kinderspektakulum

10:00 | Kulturinsel Einsiedel

Außerhalb

Kindertagsfest

10:00 | Spargel- und Erlebnishof Klaitow

Cottbus & Umland

■ Treffs & Feste

Familientag im Tierpark Cottbus

11:00 | Tierpark Cottbus

Mittlere Lausitz

■ Treffs & Feste

Neptunfest

14:00 | Lausitzbad Hoyerswerda

■ Sport & Freizeit

Kindertag in deiner WONNE-MAR Wasserwelt

14:00 | Erlebnisbad Wonnemar Bad Liebenwerda

Di, 2.6

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Licht, Licht

9:30 | Piccolo Theater

Von Fröschen, Sternen und Planeten

15:00 | Planetarium Cottbus

Tosca

19:30 | Staatstheater Cottbus - Großes Haus

Mi, 3.6

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Der Mond auf Wanderschaft

9:30 | Planetarium Cottbus

Didi und Dodo im Weltraum

15:00 | Planetarium Cottbus

Die ALMA-Planetariumsshow

16:30 | Planetarium Cottbus

Tonfilmschlager und Schulzen

19:30 | Theaterscheune Ströbitz

Spree-Neiße

■ Dies & Jenes

Die Kraft der Wildkräuter

17:00 | Archäotechnisches Zentrum (ATZ) Welzow

Fr, 5.6

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Schwanenseele

19:30 | Staatstheater Cottbus - Großes Haus

Do, 11.6

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Deutschland – Wunder und Wunden

19:30 | Kammerbühne

Sa, 20.6

Spree-Neiße

■ Treffs & Feste

Spectaculum in Forst

10:00 | MANITU - Erlebnisgaststätte Forst

So, 21.6

Spree-Neiße

■ Treffs & Feste

Spectaculum in Forst

10:00 | MANITU - Erlebnisgaststätte Forst

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Schwanenseele

19:00 | Staatstheater Cottbus - Großes Haus

Forschen mit Luft

Workshop am
9.6. | 9–16 UhrHaus der kleinen Forscher
Anmeldung: 0355 365 2707

IHK Bildungszentrum | Cottbus

Die Striche des Wassermann Lischko • 01. bis 05. Juni 2015 • Theaterführung

Freiland
Lehde
Museum

Entdeckt mit dem Wassermann die Geheimnisse des Wetters!
Termine: Mo, 01.06. bis Fr, 05.06. jeweils 9 Uhr, 11 Uhr, 14 Uhr
Für Kinder ab 3 Jahren, Anmeldung: Tel. 03542-871508,
mareike-breuer@museum-osl.de, www.museums-entdecker.de

■ Beratung & Hilfe

Anja Gehrke-Huy

Dipl. Sozialpäd./Trauerbegleiterin
Briesener Str. 24, 03046 Cottbus
Tel: 0355/29022656
Parkstraße 7, 03149 Forst,
Tel. 03562/693380
gehrke-huy@freenet.de

Deutscher Kinderschutzbund

Ortsverband Cottbus e.V.
Sielower Straße 10, 03044 Cottbus
T (0355) 4304740

kinderschutzbund-cottbus.de

Deutsches Rotes Kreuz

Familien- und Schwangerschafts-
beratung, Ostrower Damm 2,
03046 Cottbus, T (0355) 427771

Demokratischer Frauenbund

LV Brandenburg e.V.

Beratungsstelle für Schwangere und
Familien, Am Turm 14, 03046 Cottbus
T/F: (0355) 4947991

E-mail: dfb.bst.cb@web.de

Jugendhilfe Cottbus GmbH

Erziehungs- und Familienbera-
tungsstelle, Am Spreuefer 14/15,
03044 Cottbus, T (0355) 5296731
www.jhcb.de

Logopädische Praxis

Rosita Tag, Marienstraße 4,
03046 Cottbus, T (0355) 4990868
www.rosita-tag.de

Logopädische Praxen

Dipl.-V./ Logopädin

Verena Klatt, Uhländstraße 53
Tel.: 0355/4309650
Sielower Chaussee 3A, 03050
Cottbus, Tel.: 0355/869 09 28
www.logopaedie-klatt.de

Netzwerk Gesunde Kinder Cottbus

Paul Gerhardt Werk -Diakonische
Dienst- e-GmbH
Thiemstraße 111, 03048 Cottbus
T. (0355) 462130

Paul Gerhardt Werk

Geschäftsstelle Cottbus, Familien-
und Nachbarschaftstreff
Gerichtsstraße 1-2, 03046 Cottbus

T (0355) 38041-0 o. 38041-28

E-Mail: elerentreff-cottbus.

mitarbeiter@pagewe.de

www.pagewe.de

Paul Gerhardt Werk

Familien- und Nachbarschaftstreff
August-Bebel-Straße 29, 03185
Peitz, T (035601) 803385
familientreff-peitz@pagewe.de
www.pagewe.de

Schuldnerberatung in Cottbus,

BV Hoffnung e.V.

kostenlose Schuldnerberatung
Calauer Str. 70, 03048 Cottbus
T (0355) 290 20 436
info@cottbus-schuldnerberatung.de
www.schuldnerberatung.de

■ Hebammen

Bartoschek, Sandy

Spreewaldstraße 36, 03185 Peitz
T (0162) 2876982
E-mail: hebamme_sandy@gmx.de
www.hebamme-peitz.de

Hebamme Corina Bulke

Cottbuser Str. 41b, 03149 Forst
T (0174) 9794709

Stenzel, Heike

03172 Guben, T (03561) 2894
hebamme_heikestenzel@web.de

■ Freizeit & Sport

Bunte Bude

Laasower Dorfstraße 29
(am Hofladen), 03226 Vetschau OT
Laasow, Tel. 0170-8821037
www.susanankruse.de

Femella Tanzschule

Bautzener Str. 13, 03046 Cottbus
T (0176) 62 09 38 40

PIPaPo Spiel Spaß Sport GmbH

Welzower Str. 26, 03048 Cottbus,
T (0355) 289 20 37,
E-Mail: info@pipapo-cottbus.de,
www.pipapo-cottbus.de

Sport- und Freizeitbad Lagune

Cottbus, Sielower Landstrasse 19,
03044 Cottbus, T (0355) 49498410
www.lagune-cottbus.de

Spreewelten Sauna- und Badeparadies Lübbenau

Alte Huttung 13, 03222 Lübbenau
T (03542) 894160

E-mail: info@spreewelten-bad.de

Stiftung SPI/NI. Brandenburg
Lausitzbad Hoyerswerda, Am
Gondelteich 1, 02977 Hoyerswerda,

T (03471) 469580,
info@lausitzbad.de,

www.lausitzbad.de

Erlebniswelt Krauschwitz

GmbH, Görlitzer Str. 28, 02957
Krauschwitz, T (035771) 61020,
info@badeparadies.com,
www.badeparadies.com

■ Gesundheit:

Blut- u. Plasmazentrum Cott-
bus, Straße der Jugend 113, 03046
Cottbus, T (0355) 357597-0

Heilpraktikerin Rosita Tag

Marienstraße 4, 03046 Cottbus
T (0355) 4990868, rosita-tag.de
Ganzheitliche Physiotherapie
Eva Gierth, Burgstr. 21, 03046
Cottbus, T (0355) 477 97 97,
www.physiotherapie-cottbus.com

Physiotherapie und Naturheil-

praxis Annett Will
K.-Liebknecht-Str. 9, 03046 Cottbus
T (0355) 473059

E-mail: annettwill@aol.com

■ Lernen & Bildung

Archäotechnisches Zentrum

Welzow, Fabrikstraße 2, 03119
Welzow, T (035751) 28224
E-mail: info@atz-welzow.de
www.atz-welzow.de

Musik ist Sprache

Schmellwitzer Straße 44, 03044
Cottbus, T. (0355) 4944683, E-Mail:
kerstinkoal@gmx.de

Musikschule Hoyerswerda

Lausitzer Platz 4,
02977 Hoyerswerda
T (03571) 209300
E-mail: info@musikschule-hy.de

Stadtmuseum und Schloss

Hoyerswerda, Schloßplatz 1,
02977 Hoyerswerda

T (03571) 457930

E-mail: info@museum-hy.de



IMPRESSUM

HERAUSGEBER & VERLAG

zwei helden UG (haftungsbeschränkt)
Görlitzer Straße 17-18, 03046 Cottbus
Telefon / -fax: 0355 - 289252-0 / -22
www.zweihelden.de, info@zweihelden.de
Geschäftsführer: Jens Taschenberger (V.i.S.d.P.)
Redaktion: Annette Raab, Katrin Löder,
Jens Taschenberger
redaktion@lausebände.de
Terminredaktion: Leo Löder
termine@lausebände.de
Anzeigenleitung: Jens Taschenberger
Telefon: 0355/289252-20
E-Mail: jto@zweihelden.de
Anzeigenpreliste: Nr. 1/2011 vom 17.2.2011
SATZ/LAYOUT Büro 68, Heiko Jaehnisch
www.buero68.de

Titelfoto www.light-impression.de

DRUCK Druckzone, Cottbus

VERTRIEB Eigenvertrieb im Verlag zwei
helden, kostenfrei an ca. 400 Auslagestellen
in Cottbus, Burg, Lübbenau, Lübben, Forst,
Guben, Spremberg, Senftenberg, Weißwasser,
Hoyerswerda usw.

COPYRIGHT 2014 by zwei helden UG
(haftungsbeschränkt)

Nachdrucke sind – auch auszugsweise – nur
mit schriftlicher Genehmigung des Verlages
gestattet und honorarpflichtig.
lausebände erscheint jeweils am Monatsan-
fang. Namentlich gekennzeichnete Beiträge
geben nicht unbedingt die Meinung der Redak-
tion wieder. Für unverlangt eingesandte
Manuskripte und Bilder wird keine Gewähr
übernommen. Rücksendungen oder die Beant-
wortung sonstiger Zuschriften kann nur erfol-
gen, wenn ausreichend Porto beiliegt.
www.lausebände.de

lausebände ist Mitglied der familienban.de



MITGAS



Tierisches Vergnügen

Am 06. Juni können sich enviaM CARD-Inhaber von 9 bis 18 Uhr über freien Eintritt in den Tierpark Cottbus und eine Elefanten-Sonderfütterung freuen. Zusätzlich können sich die kleinen Gäste auf der Hüpfburg austoben und beim enviaM Gewinnspiel vor Ort wartet ein erlebnisreiches Wochenende in Dresden für zwei auf die glücklichen Gewinner.

06.06.2015, Tierpark Cottbus

Kiekebuscher Straße 5

03042 Cottbus

www.tierparkcottbus.de

Freier
Eintritt für
enviaM CARD-
Inhaber



enviaM CARD jetzt kostenfrei bestellen
unter Telefon 0800 3 070809.

VORWEG GEHEN



AB 14. MAI IM KINO

OSTWIND 2

Bundesfamilienministerin **Manuela Schwesig** im Interview
Pro **Lausitz Jobs**, Wirtschaft, Heimat: Jetzt geht es um alles!
Einschulung 2015 Ratgeber für Eltern der diesjährigen ABC-Schützen

Das Familien- und Elternmagazin

lausebände



Ausgabe Lausitz Mai 2015 kostenfrei