

Ausgabe Lausitz **September 2011** Kostenfrei



lausebände

Das Familien- und Elternmagazin

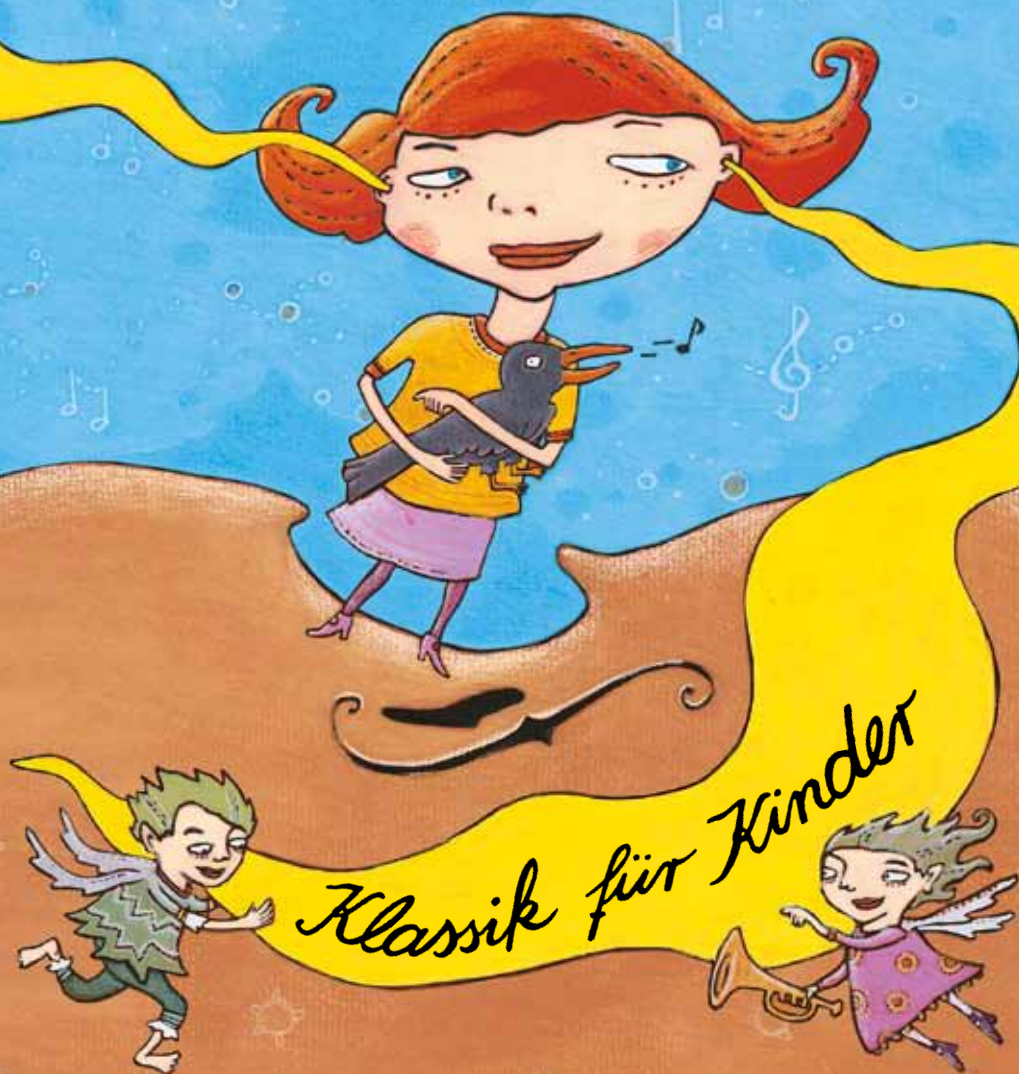
Jeden Tag auf dem Spielplatz Interview mit einer Theaterfamilie
Dreißig Stiftung Die ersten Projekte für Kinder werden angepackt
lausebände Ernährungsworkshop Der Gewinner ist ...



Auf die Schule fertig los!
Vom richtigen Start ins lebenslange Lernen

KULTURradio^{rbb}

104.4



Immer sonntags von 8.04 bis 9 Uhr:

»Klassik für Kinder«

Musikgeschichten und knifflige Rätsel

für wache Ohren

Liebe Lausebanden,



da haben wir uns mit dem Titelthema der letzten Ausgabe aber ganz schön in die Nesseln gesetzt. Lausitzer Badeparadies für den Sommer haben wir empfohlen, nur der Sommer hat leider irgendwo anders stattgefunden. Das kann uns mit dieser Ausgabe nicht passieren, denn die Schule ereilt alle Familien im September – früher oder später. Wie wir unsere kleinen Sprösslinge richtig darauf vorbereiten, was beim Übergang

zur Schule und beim Schulstart zu beachten ist, da habe auch ich als gut trainierter Familienvater beim Schreiben einiges dazu gelernt. Besondere Freude hat bei uns schon im Sommer der Entschluss des Cottbuser Staatstheaters ausgelöst, die in diesem Monat startende Spielzeit unter das Thema „Familie“ zu stellen. Passend dazu haben wir uns mit einer kleinen Theaterfamilie unterhalten. Viel Spaß bei diesen und weiteren Themen auf den folgenden Seiten und einen hoffentlich bunten und gemütlichen Herbst wünscht

Ihr Jens Taschenberger

::

Inhaltsverzeichnis

Aktuelles 4 Grußwort Matthias Platzeck / Mitmachen: Werdet Fan, Titelstar oder Gewinner!
5 Ein wahrlich tierischer Monat
6 Vater werden ist nicht schwer!(?) **8** Familienfreundliches Gesundheitsnetz wächst / Feuerteufel in Knappenrode **9** Angsthasen fürs Theater / Ich werde Feuerwehr ... **10** WildWest in NordOst / fokus-Festival Görlitz / **34.** Spreewaldfest in Lübben **11** Erntefest für Kinder / Familien-Radlertag **12** parentum – Elternmesse / Hi Dad! Kult-Comedy

Titelthema 15 Auf die Schule fertig los!
25 Ein halbes Jahr im Voraus gebucht

Interview 27 Jeden Tag auf dem Spielplatz

Magazin 30 Dreißig Stiftung / Ein neuer Pausenhof für die Spreeschule Cottbus / Delfine für Kevin
32 Der lausebände Ernährungsworkshop
36 Kinder, ihr müsst euch mehr zutrauen

Empfehlungen 32 Bücher für Lausebanden
34 Familienkino **38** Heimkino

Ratgeber 35 Schulweg = Unfallschutz?
39 Jedes Kind ein Zahn? **40** Süßigkeiten oder Salz-Snacks? **41** Nicht die Milchschnitte macht's

Rubriken 42 lausitzDADDY
43 Kursangebote **46** Termine **60** Adressen
62 Kleinanzeigen / Impressum



Tierpark Cottbus

großer Haustierbereich mit Streichelzoo & Spielplatz • täglich Schauütterungen ab 11:30 Uhr
 Bollerwagen kostenfrei • Zooschule nach Anmeldung • täglich 9-19 Uhr (Einlaß bis 18 Uhr)

Tierpark Cottbus . Kiekebuscher Straße 5 . 03042 Cottbus . Tel.: 0355 - 35 55 36 0 . www.zoo-cottbus.de



Liebe Eltern, liebe Kinder und Jugendliche, sehr geehrte Unternehmerinnen und Unternehmer,



die Ferien sind vorbei – und ich hoffe, alle haben sich trotz

des durchwachsenen Wetters gut erholt und viel Kraft für das neue Schul- und Ausbildungsjahr getankt. Dazu passt das Motto dieser neuen „lausebande“-Ausgabe: „Auf die Schule, fertig, los!“ Ein guter Start ermutigt, die neuen Aufgaben gut zu bewältigen. Die Messlatte liegt hoch. Natürlich kann nicht jeder „Einser“ oder „Zweier“ bringen. Das ist nicht das wichtigste Bildungsziel. Ziel ist, jedem Jugendlichen die Chance auf Entwicklung und Perspektive zu geben. Und jeden zu befähigen und zu ermutigen, sich dafür selbst kräftig ins Zeug zu legen.

Jede Anstrengung lohnt: Mehr denn je brauchen wir gut geschulte, gut ausgebildete junge Menschen. Denn bis Ende des Jahrzehnts benötigt die Region Berlin-Brandenburg etwa 360.000 neue Fachkräfte. Besonders das Handwerk – das Fundament der märkischen Wirtschaft – sucht händeringend Nachwuchs. Nie zuvor waren die Aussichten

für Azubis so gut, in Brandenburg in einem zukunftsträchtigen Beruf arbeiten zu können – und damit in der Heimat bleiben zu können.

Bemühen müssen sich alle: Die Mädchen und Jungen um gutes Wissen, das sie in berufliches Handeln umsetzen können, sowie die Unternehmen im Wettbewerb um die besten Azubis und künftigen Fachkräfte.

Das Land unterstützt die Betriebe beispielsweise mit dem „Brandenburger Ausbildungspreis“, den wir bereits im siebten Jahr ausschreiben. Noch bis zum 20. September können sich Unternehmen unter www.ausbildungskonsens-brandenburg.de um einen der acht Preise bewerben, die dann am 20. Oktober 2011 vergeben werden. Ich hoffe, viele sind dabei und signalisieren damit: Wir sichern Qualität und Kontinuität der Ausbildung, weil uns die Zukunft Brandenburgs und seiner Menschen am Herzen liegt! Viel Erfolg!

lw Matthias Platzeck

Matthias Platzeck

Ministerpräsident des Landes Brandenburg

Lausebanden mitgemacht: Werdet Fan, Titelstar oder Gewinner!



Das Titelfoto unserer ersten Herbstausgabe zeigt einen der vielen Schulanfänger unserer Region – der sechsjährige Lio startete im August in Cottbus seinen Schulweg. Sportlich und voller Eifer machte er nicht nur auf

dem Bild deutlich, wie sehr er sich freut, endlich ein Schulkind zu sein. In unserem großen Titelthema finden Eltern viele Anregungen, wie sie auch ihrem Kinde diese (Vor)Freude bereiten und während der Grundschule erhalten können.

Wie Lio können in jeder Ausgabe waschechte Lausitzer zu Titelstars werden. Wie immer rufen wir Sie dazu auf, uns Bilder Ihrer Kleinen oder Familien zu senden. Jedes Titelfoto wird von den Cottbuser Fotografen von www.codiarts.de mit Kindern oder Familien aus unserer Region angefertigt. Oder senden Sie uns Ihre Themenvorschläge oder ganz persönlichen Erlebnisse. Diese können Sie auch in facebook unter www.facebook.de/lausebande mit uns teilen – oder dort viele Erlebnisse gewinnen! ::



www.facebook.de/lausebande



redaktion@lausebande.de

Ein wahrlich tierischer Monat

Im September gibt es besondere Angebote im Tierpark Cottbus und Zoo HOY



Hallo Kinder, wo bleibt ihr? Viele Tiere im Tierpark Cottbus und Zoo Hoyerswerda warten auf euch.



Kinder lieben Tiere und erkennen sich in diesen wieder. Das wird immer wieder spürbar, wenn man mit ihnen gemeinsam einen Tierpark oder Zoo erkundet – und danach zu Hause in Rollenspielen in wilde Savannen- oder Dschungelabenteuer eintaucht.

Im September gibt es gleich mehrere Anlässe für derart „wilde“ Ausflüge. Am 10. September lädt der Tierpark Cottbus bei halben Preisen für Alle(!) zum 3. DAK-Familientag. Kinder können sich beim Schminken in wilde Tiere verwandeln und werden bei einer spannenden Safari durch den Tierpark spielerisch an Themen rund um die Gesundheit herangeführt. Ab 10 Uhr warten allerlei Anregungen auf die kleinen Eroberer. Neben praktischen Ernährungstipps kommt auch die Bewegung bei

Geschicklichkeitsspielen nicht zu kurz. Am Ende winkt den Jungen und Mädchen noch ein waschendes Ranger-Diplom für die Kinderzimmerwand.

Am 17. September lädt dann der Zoo Hoyerswerda im Rahmen des 18. Deutschen Zootags alle kleinen und großen Entdecker ein. Warum sind Fischotter nach der Geburt wasserscheu? Wieso schiebt immer ein Erdmännchen Wache? Wie viel fressen Bären, Tiger & Co.? Diese und viele weitere Fragen werden durch die Tierpfleger und die Zootschule beantwortet. Kinder erhalten an diesem Tag zudem viele spannende Einblicke in den Alltag der Zootiere und deren fleißiger Pfleger. ::

 www.tierparkcottbus.de

 www.hoyerswerda-zoo.de

Kindertanz
mit Marika

Meldet Euch unter
0176/ 62 09 38 40

oder mail@femella-studio.de

www.femella-studio.de

 femella

Alter: ab 4 Jahren

Ort: Femella Studio
Bautzener Str. 13
03046 Cottbus

Tag: Dienstag

Zeit: ab 15 Uhr
nach Alter gestaffelt

Als Familien-Patin im Netzwerk Gesunde Kinder Vater werden ist nicht schwer!(?)



Kleine Hand – Großes Vaterglück



„Schatz, wir sind schwanger!“, so oder so ähnlich haben schon einige Männer die Botschaft erhalten, die unterschiedliche und oft widersprüchliche Reaktionen bei ihnen ausgelöst hat. Auf der einen Seite steht die Freude auf das alles verändernde Ereignis, auf der anderen Seite wächst das Gefühl der Verantwortung. Für Männer ist es jetzt wichtig, sich die Zeit zu nehmen, um sich mit dem Thema Vaterwerden zu beschäftigen, das Lesen entsprechender Bücher aber auch die liebevolle Konstruktion einer Wickelkommode gehören dazu. Um sich auf das Leben zu dritt vorzubereiten, steht der Austausch mit der Partnerin an oberster Stelle, viele Fragen wollen besprochen werden, z.B. die Verteilung der Kinderbetreuung, Hausarbeit und Erwerbstätigkeit. Nicht zuletzt sollten die letzten Monate ungestörter Zweisamkeit genutzt werden, es sich als Paar gut gehen zu lassen und Energie für die Zeit der Geburt und für die Zeit danach zu tanken.

Hieß es in den 80er-Jahren vor dem Kreißsaal noch „Betreten verboten!“ für werdende Väter, ist mittlerweile anerkannt, wie wichtig das gemeinsame Erleben der Geburt für das Paar sein kann. Die Frage welche „Teambesetzung“ ein Paar für die kommen-

de Geburt am günstigsten hält, sollte jedoch individuell, ehrlich und ohne Erwartungsdruck möglichst rechtzeitig besprochen werden. Auch wenn es für viele Männer mittlerweile selbstverständlich ist, die Partnerin zu begleiten, ist dies kein Patentrezept! Wenn Sie befürchten, mit der Geburtssituation nicht zurechtzukommen, ist es wichtig, diese Bedenken ernst zu nehmen und mit Ihrer Partnerin zu besprechen. Ebenso könnte Ihre Partnerin den Wunsch haben, an Ihrer Stelle eine gute Freundin oder eine andere Vertrauensperson unter der Geburt bei sich zu haben. Sprechen Sie miteinander über all Ihre Bedenken und Wünsche, so lässt sich eine passende Lösung für alle finden!

Ein weiterer vorbereitender Schritt auf dem Weg zum Elternwerden kann der Besuch eines Geburtsvorbereitungskurses sein. Neben dem Erlernen von Atem- und Entspannungstechniken findet unter den Schwangeren ein reger Austausch über die Erstaussstattung oder die letzten Vorsorgeuntersuchungen statt. Werdende Väter wissen dabei oft nicht genau, was sie sich erzählen sollen – und wollen. Findet im Kursverlauf Gruppenarbeit ohne Partnerinnen statt, fällt es den Männern erfahrungsgemäß leichter, miteinander in Kontakt zu treten und sich über die Höhen und Tiefen des Vaterwerdens auszutauschen. Die Bildung getrennter Runden kann jederzeit angeregt werden. Oftmals werden im Geburtsvorbereitungskurs Bekanntschaften gemacht, die noch weit über diese Zeit hinaus reichen. Treffen mit anderen Eltern ist auch in der Zeit nach der Geburt eine Möglichkeit der Entspannung und Entlastung – auch für Väter! Haben Sie im Geburtsvorbereitungskurs Kontakte zu anderen Vätern knüpfen können, versuchen Sie, diese am Leben zu halten und auszubauen, denn am besten kann Sie jemand verstehen, der in einer ähnlichen Situation ist!

Der Countdown läuft und der Tag der Tage rückt immer näher. Die Frage, wie man die Partnerin denn nun am besten während der Geburt begleiten kann, rückt für viele Männer immer weiter in den Vorder-



grund. Ein Patentrezept gibt es verständlicher Weise nicht. Die Umstände und das Erleben einer Geburt fallen individuell und sehr unterschiedlich aus. In jedem Fall ist es ratsam, über den Geburtsverlauf und mögliche Komplikationen gut informiert zu sein, um von den Geschehnissen nicht mehr als nötig überrascht zu werden. Wenn Sie Ihre Partnerin bei der Geburt aktiv unterstützen möchten, können Sie dies auf unterschiedliche Weise praktisch und seelisch tun. Dazu kann gehören, die Partnerin zu streicheln oder zu massieren, mit ihr die Wehen zu veratmen, sie je nach Situation aufzumuntern, anzuspornen oder zu beruhigen. Falls Unsicherheiten aufkommen, können auch Hebammen oder Ärzte um Tipps und Informationen gebeten werden. Im Sinne eines Anwalts der gemeinsamen Anliegen kann es für werdende Väter im Falle eines Falles sogar nötig sein, gegenüber dem Personal einer Geburtssituation die Wünsche der Partnerin oder eigene Bedürfnisse durchzusetzen. ::

Hier noch ein paar Tipps für den Inhalt der Geburtstasche eines werdenden Vaters:

- bequeme Anziehsachen, T-Shirts zum Wechseln, Socken
- kleine Stärkung wie Müsliriegel oder Schokolade für Sie und Ihre Partnerin
- Handy oder Telefonkarte
- Telefonnummern von wichtigen Personen
- Massageöl
- CD mit der Lieblings-(Entspannungs)Musik
- Fotoapparat fürs erste Baby-Foto

Buchtipps für werdende Väter:

- Beyer, Lothar: Das Baby-Buch für neue Väter. Was ihr Kind jetzt von Ihnen braucht.
- Mallmann, Helmut W.: Schwangerschaftsratgeber für Männer.
- Pudney, Warwick/ Cottrell, Judy: Das Väterhandbuch zu Schwangerschaft und Geburt.
- Schlenz, Kester: Mensch, Papa! Vater werden- Das letzte Abenteuer. Ein Mann erzählt.

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
Telefon / Fax (03375) 288 -403 / -368
gesunde-kinder@klinikum-ds.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

Netzwerkbüro Senftenberg

Calauer Straße 8, 01968 Senftenberg
Telefon / Fax (03573) 75 - 34 71 / - 34 75

Netzwerkbüro Lauchhammer

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) 89 16 - 41 / - 12
E-Mail heidi.wenzel@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



Familienfreundliches Gesundheitsnetz wächst

DAK begrüßt in der Lausitz bald 10.000sten prosper-Kunden



Beantwortet jede Frage sofort: Annett Wiglosch

„wollen wir unbedingt erreichen. Aktuell schreiben sich monatlich über 150 Menschen aus dieser Region in das Erfolgsmodell ein“.

Prosper bietet den Teilnehmern ein Netzwerk von über 300 Ärzten in der Lausitz. Seit dem 1. Juli 2011 ist nun auch das Gesundheitszentrum in Lauchhammer mit von der Partie. Hier können sich die Versicherten ebenso in das Netzwerk einschreiben lassen, wie bei allen anderen teilnehmenden



Die DAK konnte bundesweit den 30.000sten Teilnehmer am Gesundheitsnetzwerk prosper begrüßen. In der Lausitz wird die Marke dieses Jahr die Marke von 10.000 erreichen. „Dieses ehrgeizige Ziel“ so Marlies Meier, DAK-Regionalchefin in Cottbus,

Hausärzten. Dabei sind auch die Krankenhäuser Spremberg, Spremberg und das CTK in Cottbus. Wer eingeschrieben ist, spart die Praxisgebühr beim Arzt und bei einem Krankenhausaufenthalt die Zuzahlung für die ersten 10 Tage. Voraussetzung ist, dass die Behandlung bei einem Netzarzt bzw. in einem Netzkrankenhaus erfolgt. Da kommen bei Familien bis zu 280,00 € Ersparnis zusammen.

Annett Wiglosch ist regionale Ansprechpartnerin von prosper und hat Antworten auf alle Fragen zum Gesundheitsnetz. Sie informiert, wie die kostenlose Teilnahme auch von Ehepartnern und Kindern funktioniert, oder welcher Hausarzt im Netz aktiv ist. „Wir beantworten jede Frage sofort“, sagt Wiglosch. ::

Annett Wiglosch beantwortet Fragen zu prosper, Telefon: 0355 355169393 oder per E-Mail: annett.wiglosch@dak.de.

 www.dak.de

Feuerteufel in Knappenrode

Ein energiegeladenes Herbstfest für die ganze Familie



Am 18. September herrscht beim 4. Feuerfest und Herbstmarkt in der Energiefabrik Knappenrode ein wahrlich buntes und feuriges Treiben. Ein Herbstmarkt mit über 40 Händlern und Handwerkern bietet regionale Handwerkskunst und kulinarische Überraschungen – von Schmiedekunst bis zur Himmelsbäckerei. Besonders heiß her geht es in einem extra für Kinder (und natürlich Familien) eingerichteten Erlebnisbereich: Dort kann man leckere Stockkuchen backen, Lampions oder Drachen basteln oder Kürbisköpfe schnitzen. Junge Besucher können sich zudem in Trolle, Gnome oder Teufel verwandeln oder mit der Draisine und Ponykutsche auf Erlebnisstour gehen – während Clown Ridl den ganzen Tag für gute Laune sorgt. Große Augen werden die Kleinen ganz sicher beim Fackelumzug und der nächtlichen Feuertanzshow machen – den



Foto: Ralf Hoffmann

Die Feuershow ist ein Highlight des Herbstfestes

Höhepunkt bilden dann noch ein Livekonzert der „Firebirds“ und ein großes Barockfeuerwerk. Der Eintritt ist bis 12 sogar frei, Jugendliche und Erwachsene zahlen nur 2 EUR. ::

 www.saechsisches-industriemuseum.de

Angsthasen fürs Theater

Malwettbewerb des piccolo-Theaters



Am 18. September feiert das Cottbuser piccolo-Theater die Premiere des Puppentheaterstücks „Der kleine Angsthase“. Dazu lädt das Theater alle kreativen Kinder bis 8 zu einem Malwettbewerb ein, der gern von Kitas unterstützt werden kann. Die Werke der Kinder sollen sich mit dem Buch „Der kleine Angsthase“ oder dem Thema Angst im Allgemeinen beschäftigen und das Format A4 haben. Die drei besten Künstler erhalten einen Sonderplatz im Theater und Freikarten. Kunstwerke bis 10.9. einfach senden an: piccolo, Erich-Kästner-Platz, 03046 Cottbus. ::

 www.piccolo-cottbus.de

Ich werde Feuerwehr...

Lebensretter suchen Nachwuchs



»Früh übt sich!« ist eine Mitmachaktion der Jugendfeuerwehr für Mädchen und Jungen ab zehn Jahren, die Lust auf ein spannendes Hobby haben. Neue Freunde kennenlernen, mit ihnen gemeinsame Aktionen planen und jede Menge Spaß haben, lernen zu helfen und moderne Technik entdecken – all das bietet die Jugendfeuerwehr! Die Internetseite zur Kampagne bietet einen kleinen, interessanten Test, viele Infos – und bei Interesse auch den nächsten Ansprechpartner „gleich um die Ecke“. ::

 www.frueh-uebt-sich.org

Dreißig

BACKGENUSS SEIT 1911

100 Jahre
Qualität

Endspurt zu Superpreisen!

Das Jahrhundert-Gewinnspiel der Bäckerei Dreißig mit einem Mercedes als Hauptpreis



Jetzt
mitmachen
und
gewinnen

Die Familienbäckerei Dreißig feiert 100 Jahre Liebe zum Backen – und das mit Traumpreisen im Jahrhundertgewinnspiel! Nur noch bis Ende November haben Sie die Chance auf eine nagelneue Mercedes B-Klasse, eine New York-Reise für zwei Personen, ein Set mit zwei hochwertigen Markenfahrrädern und viele andere Preise. Mitmachen kann man in jeder Dreißig-Filiale: Einfach ein Markenbuch holen und

Marken sammeln. Teilnahmebedingungen und ausführliche Gewinn-Beschreibungen unter: www.baeckerei-dreissig.de.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Das Jahrhundert-Gewinnspiel:
In allen Dreißig-Filialen
Abgabeschluss: 30.11.2011
Auslosung: 10.12.2011
Infos: www.baeckerei-dreissig.de


www.baeckerei-dreissig.de

WildWest in NordOst

First Western Reenactors in Eldorado



Jede Menge Knaller im Herbst: EL DORADO

 Stehen Sie auf richtige Cowboys, starke Motorräder oder dynamische Schlittenhunde? Dann ist der Wild-West-Freizeitpark EL DORADO bei Templin die richtige Adresse! Vom 10.-11.9. gastiert mit den First Western Reenactors dort eine der größten Reenactment Formationen Europas, die gemeinsam mit der Stuntcrew des Freizeitparks historische Ereignisse des Wilden Westens nachstellt: Jesse James, Billy the Kid, Wyatt Earp und ein prickelndes Wild West Feeling inklusive. Am 17. & 18.9. wird dann zum alljährlichen Biker Treffen in den Wilden Westen der Uckermark geladen. Die Main Street wird stauben, die Reifen werden quietschen und die Motoren laut heulen – an diesen beiden Tagen stehen die Bikes im Mittelpunkt, egal ob Harley, Titan oder Moto-Guzzi. Husky Freunde sollten sich das alljährliche Schlittenhunde Treffen am 15. & 16.10. vormerken. ::

 www.eldorado-templin.de

fokus-Festival Görlitz

Breakdance, Streetart und Livemusik



Ein knallbuntes Kunst- Kulturfestival in Görlitz


 Am 10. September präsentiert Görlitz zum sechsten Mal mit dem „fokus festival“ die Vielfalt junger Kunst und Kultur und jugendliches Engagement von beiden Seiten der Meise. Zu sehen, erleben und ausprobieren gibt es auf dem Areal des Alten Schlachthofes, einer Industriebrache im Stadtzentrum, tagsüber bei freiem Eintritt u.a. den Double Trouble Breakdance Contest und einen Workshop der Vita Cola Breakdance-Akademie, ein Funspot-Areal mit Skateboarding, BMX, Bike-Trial, Bike Polo und Parcour, Street Soccer, eine Streetart Session mit Künstlern aus Deutschland, Polen und Mexico, Visuals und Installationen auf dem gesamten Festivalgelände, Workshops von Skateboarding bis Percussion, einen Festivalcampus mit verschiedenen Vorträgen, ein Kinder- und Spieleland, den Markt der Ideen mit Projekten und Initiativen aus der Region sowie jede Menge Musik. ::

 www.fokusfestival.eu



34. Spreewaldfest in Lübben

16.-18. September 2011

 Am dritten September-Wochenende lädt Lübben zum traditionellen Spreewaldfest. Neben einem bunten Markttreiben und einem Bühnenprogramm zu sorbisch/wendischen Sitten und Bräuchen präsentiert das Fest internationale Showstars, Artisten, Comedians, Tanzgruppen, Partybands und viele Musiker. Kleine Festgäste amüsieren sich bei Spiel- und Bastelangeboten im Kinderland oder im Vergnügungspark samt Riesenrad. Am Festsonntag ist die Kahnrundfahrt das Highlight, bei der auch reichlich Süßigkeiten, Spreewaldgurken, Plinse und kleine Präsente für Heiterkeit und Sammelleidenschaft unter den die Ufer säumenden Zuschauern sorgen. ::


 spreewaldstadt-luebben.de

FAMILIENSpielzeit

Erntefest für Kinder




Ein Dorffest mit jeder Menge Kinder-Action

 Spannende Abenteuer auf dem Lande sind beim 8. Brandenburger Dorf- und Erntefest in Dissen-Striesow zu erleben – gerade für Kinder! Die können nämlich selber Brot backen, Störche basteln, ein Feuerwehrauto aus der Nähe bestaunen und an Kinderkirchenführungen teilnehmen. Natürlich gibt es jede Menge Tiere wie Kühe, Pferde, Geflügel, Kaninchen, Schafe zu sehen. Oder wie wäre es mit einer Tour in die renaturierte Spreeaue zu Aueroxen, Wasserbüffeln und Tarpänen? Und dann gibt es noch die wissensreiche Dorfrrallye, bei der tolle Preise winken. Und sicher bleibt auch noch genügend Zeit fürs Ponyreiten, Kinderschminken, für den Streichelzoo und fürs Toben auf der Strohhüpfburg. ::

10. und 11. September, ab 10 Uhr

 www.dissen-striesow.de

Familien-Radlertag

 Am 17. und 18. September laden die Steinitzer Mountainbiker- und Radlertage zu zwei Tagen Sport- und Kultur an den Tagebaurand. Der Sonntag gehört in diesem Jahr ganz der Familie. Er beginnt mit einem zünftigen Radler-Frühschoppen, ab 13 Uhr heißt es wieder Mountainbiken für alle. Neben Tretmobilfahren und Tandemfahrten gibt es ein vielseitiges Bühnenprogramm mit Trialshow, Bauchredner-Show, Musik-Comedy und Live-Musik. Kinder dürfen sich ab 13 Uhr auf verschiedene Aktionen zum Mitmachen freuen: Kreativideen um's Basteln, Entdeckungstouren mit dem Archäotechnischen Zentrum aus Welzow, Drachensteigen, Hüpfburg, Karrussell. Alles zum Anfassen und Mitmachen! ::

 www.steinitz-events.de

DER THEATERSPIELPLATZ

Ein Vormittag mit Oper, Schauspiel, Ballett o. Orchester

Zuhören, Experimentieren, Mitspielen – auf dem Theaterspielplatz des Staatstheaters können sich Kinder (ab 5), Eltern und Großeltern nach Lust und Laune „austoben“! Im Theaterprobenzentrum bieten Künstler und Techniker vier Mal sonntags kleine Konzerte und Programme, Workshops zum Tanzen, Spielen und Musizieren und viele persönliche Begegnungen.

Los geht's am 11. September: Die Musiker des Philharmonischen Orchesters laden ein! Evan Christ eröffnet um 10 Uhr den Theaterspielplatz mit einem Konzert. Danach können alle Spielplatzbesucher zwischen verschiedenen Angeboten wählen: Entweder besuchen sie einen der vier Musikerworkshops oder sie entscheiden sich für Experimente im Tonstudio. Ballettmeister Dirk Neumann bietet ein Tanztraining an; wer mitmachen will, sollte die Trainingssachen nicht vergessen, so wie jeder, der selbst musiziert, sein Instrument mitbringen sollte, gleichgültig, wie alt er ist!

Zweimal können die Workshops nach jeweils ca. 30 Minuten gewechselt werden, das Angebot reicht von Barockmusik über Harfe bis zur Probe zum 1. Familienkonzert bei Evan Christ. Danach laden Evan Christ und Dirk Neumann zum Abschluss in den Kammermusiksaal ein. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Sonntag, 11.9.2011, 10 – 13 Uhr | Probenzentrum Luisitzer Straße 31, Karten: 6 € Kinder | 8 € Erwachsene mit Kind/erm. | 12 € Erwachsene solo



FRÜHSTART IN FAMILIE

Das Familienfrühstück zur Familienspielzeit: Brötchenkorb, eine Auswahl an herzhaften und süßen Belegen, Kornflakes, Ü-Ei, Hausgemachter Erbeerrquark und frisches Obst mit Schokosauce.

Im September **9.90 €**

geöffnet Mo-Sa 7.30-20 Uhr,
So 8-20 Uhr

Schiller
Das Theatercafé

Direkt am Staatstheater Cottbus

parentum – Die Elternmesse

Diese Messe bietet Eltern gezielte Einblicke in Zukunftsperspektiven für ihre Kinder



Unter der Schirmherrschaft der Bundesbildungsministerin Frau Prof. Dr. Annette Schavan finden am 21. September 2011 an 18 Orten zwischen Flensburg und München, u.a. auch in der Cottbuser Stadthalle, gleichzeitig „parentum“ – Elternabende für die Berufswahl statt.

Eltern üben einen erheblichen Einfluss auf die Berufswahl-Entscheidung ihrer Kinder aus. Das neue Beratungsforum „parentum“ richtet sich deshalb gezielt an Eltern mit dem Ziel, breitgefächerte Informationen zum Thema Berufswahl zu liefern. Im persönlichen Gespräch sowie in verschiedenen Vorträgen können sich Eltern nach ihrem beruflichen Alltag von 17-20 Uhr über die Ausbildungs- und Studienmöglichkeiten für ihre Kinder beraten lassen. Geklärt werden Fragen wie: Welche Voraussetzungen muss mein Kind mitbringen, wie ist die Ausbildung bzw. das Studium aufgebaut, welche Chancen bieten sich danach?

Das besondere Konzept wurde erstmals im vergangenen Jahr erfolgreich getestet und kommt



Eltern erhalten Infos zur Ausbildung ihrer Kinder

jetzt zum ersten Mal auch in unsere Region. Unterschiedliche Ausbildungsbetriebe, Fach- und Hochschulen sowie Beratungsinstitutionen informieren Eltern einen Abend lang über die beruflichen Möglichkeiten ihrer Töchter und Söhne. Hingehen lohnt – für die Zukunft unserer Kinder! ::

 www.erfolg-im-beruf.de/parentum



Caveman wird Papa – Comedy HI DAD! in Cottbus

Hi Dad! Kult-Comedy im Oktober CAVEMAN wird Papa!



Comedy und TV-Star Esther Schweins hat ganze zehn Jahre nach dem Kultstück Caveman das zweite Mal Hand an eine Solo-Comedy gelegt, die berührt, viele anspricht – und vor allem die Lachmuskulatur strapaziert. HI DAD! heißt das Stück, das dort weitermacht, wo die Kult-comedy Caveman aufhört – nämlich beim um Kinder bereicherten Beziehungsalltag. In Cottbus gastiert HI DAD! bereits zum dritten Mal und ist noch immer ein echter Geheimtipp!

Dabei hat die Comedy schon an vielen Spielorten verschiedensten Elterngenerationen die Lachtränen ins Gesicht getrieben. Esther Schweins neue Comedy spart aber auch nicht mit sensiblen, einfühlsamen Momenten. HI DAD! spielt im Oktober in der Alten Chemiefabrik Cottbus – Karten gibt es ab sofort an allen VVK-Stellen. ::

 www.hidad.de



Projektbetreuung:
bbw Akademie
Cottbus



AKTIV FÜR ARBEIT

6 Jahre Aktiv für Arbeit präsentiert

LAUSITZER PERSPEKTIVE?

Aktivierung Arbeitsloser mit Blick auf den Fachkräftemangel.

Öffentliche Podiumsdiskussion

Einleitung: Impulsreferat von Karl Brenke (Deutsches Institut für Wirtschaftsforschung e.V.)



Dr. Hermann Borghorst
(Wirtschaftsinitiative Lausitz)



Karl Brenke
(Deutsches Institut für Wirtschaftsforschung e.V.)



Ursula Klingmüller
(MASF Brandenburg)

14.09.11

**18 Uhr | Haus der
Wirtschaft Cottbus
Inselstraße 24
Eintritt Frei**



Marion Scheier
(Regionsvorsitzende DGB Süd-
brandenburg/Lausitz)



Constanze Malsbender
(Geschäftsführerin Operativ
Agentur für Arbeit Cottbus)



Wolfgang Wenzke
(Regionalgeschäftsführer BVMW
Regionalverband BRB-Süd)



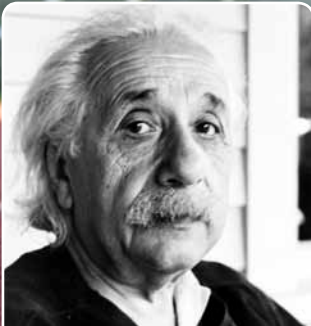
Ralf Jußen
(Moderation RBB)

Davor: Netzwerktreffen ab 17 Uhr

(Partner, Freunde, ehemalige und aktuelle Teilnehmer des Projekts)

Im Projekt Aktiv für Arbeit werden seit 2005 in Cottbus und seit 2010 zusätzlich im Landkreis Spree-Neiße Langzeitarbeitslosen und Nichtleistungsempfängern ohne Altersbeschränkung auf individuellem Weg Berufsperspektiven eröffnet. In diesem Zeitraum wurden in diesem Projekt über 1500 Arbeitsuchende für

den regionalen Arbeitsmarkt aktiviert und über 300 in feste Arbeit vermittelt. Das Projekt nutzen in diesem Jahr so viele Teilnehmer wie nie zuvor und es arbeitet inzwischen als Netzwerk mit vielen Akteuren des regionalen Arbeitsmarktes zusammen.



*„Versuche nicht, ein erfolgreicher,
sondern ein wertvoller Mensch
zu werden.“*

Albert Einstein

Redaktion: Jens Taschenberger (zwei helden) / Fotografie: Harry Müller und Ben Peters (codiarts)

Auf die Schule fertig los!

Vom richtigen Start ins lebenslange Lernen



Im vergangenen Monat haben sich viele kleine Lausitzer das erste Mal samt Schulranzen auf den Weg in die Schule gemacht, während andere inzwischen schon zu den Profis in der Grundschule zählen. Für Kinder, die im kommenden Jahr eingeschult werden, beginnt jetzt die heiße Phase der Vorschulzeit. Es gibt neben der Gesundheit der eigenen Kinder kaum ein Thema, das Eltern so intensiv berührt wie das Lernen, die Vorschule und schließlich der Schulalltag. Dieser Beitrag gibt einen Überblick, wie Eltern ihren Kindern gute Chancen in unserer Bildungsgesellschaft eröffnen können.

Brandenburgs Schulen zählen auch nach aktuellen Studien zu den Schlusslichtern im bundesweiten Bildungsvergleich. Eine Vielzahl an Stundenausfällen, eine überalterte Lehrerschaft, fehlende Pädagogen bzw. Sonderpädagogen – diese Probleme werden von engagierten Eltern viel diskutiert. Viel entscheidender als der Einfluss der Schule ist für den Bildungserfolg der Kinder jedoch der Einfluss der Eltern – das belegen immer

Viel entscheidender als der Einfluss der Schule ist für den Bildungserfolg der Kinder jedoch der Einfluss der Eltern.

mehr aktuelle Studien. Es war in den vergangenen Jahren ein großes Medienthema, das in keinem anderen Industrieland die soziale Herkunft so entscheidend für den Schulerfolg ist wie in Deutschland. Je höher der Bildungsgrad der Eltern, desto größer die Abiturchance der Kinder – selbst wenn Eltern mit geringer Bildung über vergleichbaren Reichtum verfügen, haben deren Kinder statistisch gesehen schlechtere Bildungschancen als Kinder geringverdienender Akademiker. Die genetische Grundausstattung spielt dabei nur eine Nebenrolle. Inzwischen wurden hunderte Studien veröffentlicht, in denen ganz unterschiedliche Merkmale von Familien und Schulen in Bezug zur Schulleistung von Kindern erforscht wurden. In der Regel

war die Effektstärke der Lernbedingungen in der Familie immer deutlicher ausgeprägt als die der Schule oder der natürlichen Veranlagung. Eltern und der elterliche Umgang mit dem Thema Lernen bilden also den entscheidenden Einfluss auf die Schulperspektiven der Kinder. Aus diesem Grund beschäftigt sich dieser Beitrag ausschließlich mit Förderungsmöglichkeiten der Eltern in verschiedenen Entwicklungsstadien bzw. Lernaltern der Kinder.

Hausgemachte Datenautobahnen

Das Gehirn setzt sich aus rund 100 Milliarden Nervenzellen (Neuronen) zusammen, die miteinander wiederum über tausende von Synapsen verbunden sind. Man schätzt deren Summe auf 100 Billionen. Über biochemische bzw. elektrische Ströme bilden sich so weitverzweigte Kanäle, auf denen Informationen weitergegeben werden – sozusagen Datenautobahnen im Gehirn. Bereits ein Neugeborenes hat fast die gleiche Anzahl von Neuronen wie der Erwachsene, diese sind aber noch wenig miteinander vernetzt und klein. Gerade in den ersten Lebensjahren nimmt die Zahl der Synapsen rasant zu, im Alter von 3 Jahren hat ein Kind sogar doppelt so viele Synapsen wie ein Erwachsener. Hieran sieht man, welche Plastizität und Entwicklungsmöglichkeiten das junge Gehirn bietet. Kinder lernen oftmals mit erstaunlicher Leichtigkeit Sprachen oder Instrumente, sind anpassungsfähig und variabel. Dies hängt sicherlich auch mit eben jener weitverzweigten und variablen Struktur des Gehirns zusammen. So entscheidet die Förderung der Kinder in bestimmten Altersabschnitten darüber, welche Verbindungen für welche Kompetenzen aktiviert werden – und ob aus diesen tatsächlich eine Autobahn oder eine Sackgasse wird.

Man spricht in diesem Zusammenhang auch von Entwicklungsfenstern oder sensiblen Phasen. Dies bedeutet nichts anderes, als das in bestimmten Lebensabschnitten das Erlernen besonderer Fähigkeiten im Vordergrund steht, eine be- »

sonders intensive Aktivierung und Vernetzung bestimmter Gehirnregionen erfolgt. In diesen Zeitfenstern reagieren die Nervenzellen besonders intensiv mit dem Aufbau von Vernetzungen auf bestimmte Außenreize wie Sprache, Musik oder räumliche Anregungen. Umgekehrt kann der Aufbau dieser Areale durch mangelnde Stimulation (Vernachlässigung, Traumata, ungünstiges soziales Umfeld, Krankenhausaufenthalt etc.) auch gehemmt werden. Außerhalb der Fenster können diese Fähigkeiten natürlich auch noch erlernt werden, aber mit größerem Aufwand. So schließt sich das Zeitfenster für den Spracherwerb etwa zwischen dem 5 bis 8ten Lebensjahr, das Fenster für die Lesefähigkeit reicht als weiteres Beispiel etwa bis zum 13-15ten Lebensjahr. Der für visuelle Wahrnehmung zuständige Hinterhauptslappen erreicht die höchste Anzahl an Synapsen sogar schon in den ersten Lebensmonaten. Das Wachstum in den Stirnlappen (Aufmerksamkeit, Urteilsvermögen, Planung) ist zwischen dem 3. und 6. Lebensjahr am intensivsten.

Das Neugeborene kommt sozusagen mit einem Computerchip auf die Welt, der genetisch bedingt durchaus unterschiedlich leistungsfähig sein kann. Doch ist dieser Chip enorm entwicklungs-fähig und anpassungsfähig. Vor allem in jungen Jahren entscheidet sich, ob er zum Hochleistungs-chip ausgebaut wird oder eher mittelmäßig bleibt. Der Mensch kommt mit einem möglichen Potential auf die Welt und die Umwelt, das kulturelle, das soziale und vor allem familiäre Umfeld entscheidet dann darüber, wie dieses Potential ausgeschöpft wird. Was in Jahren der frühen Kindheit versäumt wird, kann später – wenn überhaupt – nur noch unter größten Anstrengungen nachgeholt werden.

Aufwärmen in der Vorschule

Eltern wirken in erster Linie indirekt auf den späteren Schulerfolg ihrer Kinder. Dazu zählen die häusliche Atmosphäre, die Lernkultur und das Vorbild der Eltern schon im Kleinkindalter. So zeichnen folgende Charakteristika „bildungsstarke“ Familien (auch nach dem Kleinkindalter) aus:

- qualitativ gute Kommunikation zwischen Eltern und Kindern (Wortschatz, Komplexität, offene Diskussion)
- Befriedigung kindlicher Bedürfnisse nach Geborgenheit, Wertschätzung, Liebe bei gleichzeitiger Unterstützung der Orientierung nach außen (Umwelt, soziale Kontakte)
- Ausstattung des Haushaltes mit Büchern, Zeitschriften, Computern, Lernmaterialien
- das Vorbild der Eltern: Bedeutung von Bildung, Medienkompetenz, kulturelle Aktivitäten etc.
- familiäre Lernkultur mit vielen kognitiven Anregungen wie z.B. Vorlesen, Lernspiele, Experimente, Museumsbesuche
- positive Einstellung zu Lernen und Leistung, zu Kita, Schule und Bildung insgesamt
- motivierende Interaktion mit Kita und Schule, Unterstützung bei Hausaufgaben, hohes Anspruchsniveau
- enger Kontakt zu Erzieherinnen und Lehrkräften

Viele Eltern verstehen unter Förderung der Kinder einen Wochenplan mit diversen Kursen oder Tätigkeiten in Vereinen bei Verlust der Zeit für unbeschwertes Spiel, spontane Kontakte zu anderen Kindern, zum Herumtollen oder Entspannen. Dabei werden Kinder in vielen Institutionen nur einseitig gefördert, z.B. beim Sport motorisch

Kinder- und Jugendnotdienst

☎ 0800-4786111 (kostenfrei rund um die Uhr)



**beraten
schützen
unterkommen**

Erziehungs- & Familienberatung

☎ 0355-5296731 (Damit Ihnen nicht die Luft ausgeht)



**kostenfrei
Auswege finden
Lösungen suchen**



und in der Musikschule musikalisch. Eltern sollten sich gründlich überlegen, ob sie ihr Kind daheim nicht besser – das heißt vor allem ganzheitlicher – fördern können. Es gibt im „ganz normalen“ Familienalltag nämlich viele Lernmöglichkeiten, die kostenfrei genutzt werden können. Die folgende Tabelle zeigt, mit welchen Aktivitäten sich ein drei-

bis sechsjähriges Kind welche Kompetenzen aneignen kann – und stellt nur einen Teil der vielen Möglichkeiten dar, die im Familienalltag zu Hause bestehen.

weiter auf S.19 »

Kompetenzen	Aktivitäten im Familienalltag
<p>Feinmotorik (wichtig für z.B. Erlernen des Schreibens, Kunst- und Werkunterricht)</p>	mit dem Kind malen, sodass es die Stifthaltung der Erwachsenen nachahmen kann; Kind häufig zum Malen und Basteln anhalten, Brotschmieren, Abwaschen und Abtrocknen, Kochen und Backen (Schneiden, Reiben, Ausstechen...), sich selbst Anziehen
<p>Grobmotorik (wichtig für z.B. Sportunterricht, Spielen auf dem Schulhof; gute Sportler erfahren mehr Anerkennung und gewinnen schneller Freunde)</p>	Kinder beim Hausputz und Schneeräumen einbeziehen, Mithilfe bei der Gartenarbeit, Wege möglichst zu Fuß zurücklegen und mit spielerischen Elementen verbinden (nicht auf die Fugen zwischen den Platten treten, auf Mauern balancieren), Schwimmen, gemeinsames Turnen, Bergsteigen, Klettern, „Abenteuertage“ im Wald
<p>mathematische Kompetenzen a) Seriation (Mengen/Längen vergleichen, Reihen fortsetzen, Sortieren) b) Rechenfähigkeit c) räumliche Beziehungen, zeitliche Abfolgen, Richtungen</p>	<p>a) gewaschene Socken sortieren, nach Besitzern sortieren, abzählen, Entfernungen schätzen („Wie viele Schritte bis...“), Bauklötze nach Größe und Farbe sortieren, Mülltrennung</p> <p>b) beim Treppensteigen Stufen zählen („ein Schritt vor – eine Zahl weiter“; Gefühl für Mengen: 3, 12, 20 Stufen), später rückwärts zählen, Abzählen der Finger, der Schritte, der (blauen) Autos usw., Kartenspielen (mit aufgedruckten Zahlen), kleine Summen im Geschäft bezahlen lassen, Taschengeld, Wählen von Telefonnummern, Würfelspiele</p> <p>c) Tisch decken lassen, sich vom Kind auf dem Heimweg führen lassen, Abfolgen erfragen („Was kommt zuerst...“)</p>
<p>sprachliche Kompetenzen (deutlich sprechen, eigene Gedanken formulieren, die Vergangenheitsform bilden können...)</p>	viel mit Kindern reden: Sprache lernt man nur über das Sprechen; zuhören; darauf achten, dass Kinder Gegenstände/Aktivitäten mit dem richtigen Wort bezeichnen und in vollständigen Sätzen sprechen; TV-Konsum beschränken: sonst geringerer Wortschatz, schlechtere Grammatik, weniger Erzählfähigkeit; (offene) Fragen stellen, die längere Antworten verlangen; laute Kinder: Flüsterstunde, „Plappermäuler“: Schweigespiel



Wollen Sie Sicherheit für Ihr Kind?

Ihre familienfreundlichen Versicherungsmakler



**Ihr Kind verdient den besten Schutz!
Kommen Sie zu den Experten!**

Jörg Fiebiger 0176-32963981

(Fachwirt für Finanzberatung)

Fritz Hahn 0172-9230342

(Versicherungsmakler)

Matthias Herden 0160-90533618

(Fachwirt für Finanzberatung)

Thomas Kolz 0171-6804083

(Versicherungsmakler)



Kompetenzen	Aktivitäten im Familienalltag
musische/künstlerische Fähigkeiten	gemeinsam singen, summen, Rhythmen klatschen; auf langen Autofahrten Liederkassetten einlegen und mitsingen (beugt zudem Übelkeit und Müdigkeit vor); Hausmusik; gemeinsames Anhören von CDs, Konzertbesuche (Openair); Malen, Basteln, Tönen usw.; Anregungen sammeln durch Besuche von Museen und Ateliers
Selbstbild und Selbstvertrauen	Dem Kind immer wieder bewusst machen, dass es besondere Stärken und Fähigkeiten hat, dass es etwas Neues gelernt hat und etwas Besonderes geleistet hat; negatives Feedback, Liebesentzug, destruktive Kritik, Beschämen usw. möglichst vermeiden; Kind wann immer gerechtfertigt loben; das Kind auch einmal um Hilfe bitten; Ansichten des Kindes respektieren und das Kind nicht überbehüten; Misserfolge nicht überbetonen, sondern als Chance sehen, aus Fehlern zu lernen
Selbständigkeit (Kind muss in der Schule allein zurechtkommen)	Kind so früh und so viel wie möglich selbst machen lassen (Anziehen, Zähne putzen, Waschen usw.); Aufgaben (und damit Verantwortung) übertragen; dem Kind viel zutrauen (z.B. allein zum Bäcker schicken, wenn ungefährlich)
Gedächtnis/Wissen	Wissensaneignung ermöglichen: geduldig Fragen beantworten, Dinge genau erklären, durch Gegenfragen das Kind anregen, über den Sachverhalt nachzudenken und selbst Antworten zu finden; Auswendiglernen von Liedern und Reimen; Merken der eigenen Adresse, von Telefonnummern usw.; Ausräumen der Spülmaschine; Memory spielen; Kindern einen breiten Erfahrungsraum ermöglichen: Naturerlebnisse, Besuche kultureller Einrichtungen, Ferien auf dem Bauernhof, Ausstattung des Haushalts mit Lupe/Mikroskop/ Fernglas usw.; Sammlungen anlegen; Fernsehen/Internet als Informationsquelle nutzen: öffnet neue Welten, vermittelt Wissen – über Inhalte sprechen; (Bastel-, Experimentier-) Vorschläge aus Kindersendungen aufgreifen; Ausflüge/Reisen bilden: Landschaftstypen, Klimazonen, wichtige Gebäude, Architekturstile, Museen, Denkmäler
Konzentration (wichtig, um dem Unterricht folgen zu können)	Kind in stark ablenkender Umgebung (z.B. Supermarkt) ein bzw. später mehrere Aufträge erteilen; Zahl der Spielsachen im Kinderzimmer reduzieren (und dafür häufiger einzelne Spielsachen austauschen); Kind ermutigen, bei Schwierigkeiten nicht gleich aufzugeben, sodass es Ausdauer entwickelt
Lern- und Leistungsmotivation	eigene Erfahrungen und Erfolge ermöglichen: Kind entwickelt Erwartungshaltung „Hoffnung auf Erfolg“ (besser als „Angst vor Misserfolg“); Gründe für Erfolge und Misserfolge möglichst in (mangelnder) Anstrengung suchen denn in Begabung/Intelligenz
Problemlösekompetenz	bei Problemen mit Kindern besprechen, wie diese gelöst werden könnten: Problem analysieren (was, wie, wo, warum ...?), in kleine, leicht zu bewältigende Aufgaben zerlegen, Prioritäten setzen, Informationen suchen, Brainstorming, Erprobung von möglichen Alternativen; Ratespiele („Was wäre wenn ...?“), Detektivspiele, Bilder vergleichen, Puzzles (System entwickeln, wie man zunächst Puzzle-Teile ordnet); Dinge zerlegen und wieder zusammenbauen, Gebrauchsanleitungen vorlesen und befolgen

Kompetenzen	Aktivitäten im Familienalltag
soziale Kompetenzen (Freundschaft und Anerkennung durch andere als Voraussetzung, sich in der Klasse wohl zu fühlen und sich auf das Lernen zu konzentrieren)	Vorbild der Eltern: soziale Kontakte pflegen, Konflikte verbal lösen, kompromissbereit sein, häufig Kinder einladen, dem Kind Erfahrungen in größeren Gruppen vermitteln (lernen, sich einzuordnen, sich gewaltfrei durchzusetzen, Konflikte zu lösen, fair zu sein, zu kooperieren, Aufgaben gemeinsam zu lösen); Teamfähigkeit entwickeln durch Aufgabenteilung im Haushalt: gemeinsames Kochen, Planung von Festen usw.; Rollenspiele fördern, sich an diesen selbst beteiligen; das Kind anhalten, sich in eine andere Person zu versetzen; Regelspiele (lernen, Regeln einzuhalten, abzuwarten und sich zurückzunehmen)
Sekundärtugenden (erleichtern Anpassung an das System Schule und die Eingliederung in die Klassengemeinschaft, rufen positive Reaktionen bei Lehrern u.a. hervor)	Vorbild der Eltern: anderen Menschen gegenüber höflich, freundlich, taktvoll, hilfsbereit, tolerant usw. sein; Zeitmanagement betreiben; das Kind ausreden lassen, sich bei ihm entschuldigen, wenn man einen Fehler gemacht hat; das Kind zu Pünktlichkeit, Sauberkeit, Ordnungsliebe, Fleiß, Ehrlichkeit usw. anhalten; gutes Benehmen einfordern, klare Strukturen zu Hause schaffen: feste Essens- und Schlafzeiten, Regeln, Verteilung von Aufgaben usw., nicht alle Wünsche des Kindes erfüllen, sodass es Frustrationstoleranz entwickelt

Weitaus bedeutender sind im Kleinkindalter aber die Liebe, Zärtlichkeit und Zuneigung der Eltern. Aber auch ältere Kinder sollten nicht allein auf ihre Leistung reduziert oder mit anderen Kindern verglichen werden, vielmehr sollten Eltern ihr Kind als Individuum mit seinen einzigartigen Charakteristika erkennen. Der Leistungsvergleich erfolgt in Kita und Schule früh genug. Je häufiger und genauer Eltern ihr Kind beobachten, umso besser können sie dessen Schulreife beurteilen. Das Einschulungsalter wurde in den letzten Jahren herabgesetzt, sodass nun schon Fünfjährige in die Grundschule aufgenommen werden können. Dies macht es besonders wichtig, die körperliche, geistige, soziale und gefühlsmäßige Reife eines Kindes

zu bewerten, bevor über seine Einschulung entschieden wird. Da Eltern jedoch dazu neigen, den eigenen „Sprössling“ besonders positiv zu beurteilen, sollte auch die Meinung anderer wichtiger Bezugspersonen eingeholt werden – dazu zählen insbesondere Erzieherinnen, die sowohl über mehr entwicklungsphysiologisches Wissen als auch über den Vergleich zu anderen Gleichaltrigen verfügen. Zudem belegen erste Studien, dass die deutliche Mehrheit der mit fünf Jahren eingeschulten Kinder in späteren Schuljahren mit Problemen zu kämpfen hat. Das europäische Bildungsvorbild Finnland schult Kinder vorwiegend im Alter von sieben Jahren ein. »

Nachhilfe

„Denn schlaue Füchse kommen weiter!“

fuchs



Frühstarter-Bonus
12 Monate lang 12% Rabatt

Nur für
kurze Zeit

Nachhilfe
zu günstigen Preisen.
Ohne Mindestlaufzeit!

Tel. 0355/49 49 70 44
www.nachhilfefuchs.de
Friedrich-Ebert-Str. 46 - 03044 Cottbus

Der Schulstart

Trotz allem Abschiedsschmerz aus der vertrauten Spielwelt Kita freuen sich die weitaus meisten Kinder darauf, endlich ein Schulkind zu werden. Sie sind neugierig und unvoreingenommen – wollen endlich Lesen und Schreiben lernen. Aber ganz natürlich haben sie auch etwas Angst vor den neuen Räumlichkeiten, der Lehrerein und den anderen Kindern. Kitas und Grundschulen sind gesetzlich verpflichtet, den Kindern den Übergang zu erleichtern. Dies kann geschehen indem

- in Kitagruppen über die Schule gesprochen wird
- relevante Bilderbücher betrachtet werden
- Schulanfänger eine Schule besuchen, evtl. eine erste Unterrichtsstunde nehmen
- Schulanfänger ihre künftige Lehrerin kennen lernen

Aber auch Eltern können den Übergang erleichtern, z.B. indem sie

- nicht negativ über die Schule sprechen, auch wenn sie selbst schlechte Erfahrungen gemacht haben
- nicht mit dem „Ernst des Lebens“ drohen
- Schule als etwas Notwendiges, Sinnvolles, Erfreuliches vermitteln
- an den ersten Tagen ein Kuscheltier mit in die Schule gehen
- Kindern Mut machen, wenn sie ängstlich oder unsicher sind

Sinnvoll ist es auch, mit dem Kind schon vorab seinen späteren Schulweg zu erkunden. Nach etwa einem halben Jahr können Kinder auch allein zur Schule gehen, soweit dieser relativ kurz und ungefährlich ist. Anmerkungen zu einem evtl. notwendigen Kinder-Unfallschutz, über den sich Eltern mit dem Schulweg oft Gedanken machen, finden Sie in unserem Ratgeber auf Seite 35.

Die ersten Meter

Mit der Einschulung delegieren viele Eltern die Bildungsverantwortung gern an die Schule – dabei bleibt der elterliche Haushalt auch in dieser Zeit die entscheidende Determinante für den Bildungserfolg der Kinder. Eltern sollten ihre Kinder also weiterhin gezielt im Erwerb schulischer Lern-

inhalte als auch in ihrer allgemeinen Entwicklung fördern.

Prinzipiell sollten Eltern vor ihrem Kind eine positive Haltung gegenüber der Schule einnehmen und Interesse an den Erfahrungen ihres Kindes in der Schule und an den Lerninhalten zeigen. Da Kinder oft nur sehr kurz auf direkte Fragen antworten, empfehlen sich offene Fragen wie „Was war heute am Spannendsten/Schönsten ...?“. Das Interesse der Eltern beeinflusst auch das Verhalten des Kindes im Unterricht – z.B. durch die Motivation, sich in jeder Stunde so oft zu melden, bis es mindestens einmal aufgerufen wurde. Das fördert sowohl die Konzentration als auch die Selbstüberwindung. Eltern sollten aber auch Interesse an den sozialen Erfahrungen und Erlebnissen ihres Kindes zeigen, dem Umgang mit Klassenkameraden und evtl. Konflikten.

Zu Beginn stehen das Erlernen des Lesens und Schreibens im Vordergrund. Lesen lernt man am besten durch viel Lesen – und hier sind Eltern der wichtigste Begleiter! Wo Bücher zum Familienalltag gehören, da lesen Kinder nachweislich mehr. Vielleiter sind die Bildungsgewinner und haben es in der Schule einfacher, das beweist auch eine aktuelle Studie der Stiftung Lesen. Zudem ist Lesen der Prozess, der am stärksten die schrittweise Informationsverarbeitung im kindlichen Gehirn prägt und somit den Aufbau einer „Wissensdatenbank“ am stärksten begünstigt. Auch beim Schreiben leistet die Unterstützung der Eltern einen maßgeblichen Anteil – z.B. durch Hilfe bei ersten Schreibübungen, aber auch Motivation bei Schreibansätzen abseits des Schulalltags – sei es ein erster Brief, eine Notiz oder SMS an den Vater. Ebenso sollten Kinder darin unterstützt werden, das Lernen zu lernen, also sich selbst Kenntnisse anzueignen. So ist es sinnvoll, Fragen nicht direkt zu beantworten, sondern vielmehr das Kind bei der eigenen Suche nach einer Antwort anzuleiten – ob beim gemeinsamen Durchblättern von Lexika, Büchern oder einer Internetrecherche. Oft reicht schon ein einfaches Experiment. Kinder sind stolz auf das erworbene Wissen und sollten darin bestärkt werden, das Erlernete bei Nachbarn, Verwandten und Bekannten zu „präsentieren“. Nicht zu unterschätzen ist das Lob oder ein Lächeln als Anerkennung eines Lernerfolgs – denn so wird die Informationsaufnahme mit positiven Gefühlen

verbunden. Eltern sollten oft loben – insbesondere Kinder mit Angst vor Misserfolgen können nicht oft genug gelobt werden.

Hier einige Tipps, wie man richtig lobt:

- Lob situationsgerecht und am Leistungsvermögen und Leistungswillen orientiert vergeben
- Lobenswert ist schon das erkennbare Bemühen eines Kindes, unabhängig vom Erfolg
- Beim Lob für abgeschlossene Arbeiten besondere Anstrengungen, Einfälle und zusätzliches Bemühen hervorheben
- auch Teilergebnisse verdienen Lob, wenn das Kind aus zeitlichen oder intellektuellen Gründen die Gesamtaufgabe nicht schafft

Vor allem sollten Eltern ihre Kinder nicht überfordern. Leistungsdruck kann dazu führen, die Lust und Motivation am Lernen zu nehmen und bei Kindern nachhaltige psychosomatische Störungen verursachen. Es ist wichtig, das Kind mit seinen Stärken und Schwächen zu erkennen, sich ein realistisches Bild von seinem Leistungsvermögen zu machen und es so anzunehmen.

Zur allgemeinen und ganzheitlichen Förderung sollten Eltern ihren Kindern helfen, ein positives Selbstbild, Selbstvertrauen, Lernfreude und Leistungsmotivation auszubilden. Viel Anerkennung, Lob und positive Verstärkung sind die richtigen Mittel, materielle Belohnungen wie Süßigkeiten oder Geld sollten vermieden werden. Schulkinder müssen aber auch lernen, vermehrt mit Kritik umzugehen, dabei hilft das Schildern der persönlichen Betroffenheit eines Elternteils („ich bin traurig weil ...“) mehr als bloßes „Meckern“. Keinesfalls aber darf ein Fehler oder Mißerfolg im

schulischen Lernen mit Liebesentzug bestraft werden! Das Kind benötigt nach wie vor Zuwendung in allen Lebensbereichen, es muss sich als ganze Person geliebt und in seiner Familie geborgen fühlen.

Nicht zuletzt spielen auch alltägliche Lebensumstände eine wichtige Rolle – dazu zählen ausreichend Bewegung an frischer Luft (zwei Stunden täglich wären ideal!), eine vitamin-, mineral- und ballaststoffreiche Ernährung (beachten Sie hierzu unseren Ernährungs-Ratgeber auf Seite 40/41) und regelmäßige Schlafenszeiten, die meisten Schulkinder benötigen zwischen 10 und 12 Stunden Schlaf. Ebenso gehören eine Begrenzung der Fernseh- und Medienzeit dazu, Fernsehen sollte z.B. als Belohnung eingesetzt werden und nicht selbstverständlich sein.

Das Heimtraining

Viele Eltern glauben, dass die Hilfe bei den Hausaufgaben ihr zentraler Anteil am Schulerfolg des Kindes ist. Dabei sind viele der vorgenannten Faktoren viel wichtiger: das Vorbild der Eltern, die „Bildungsmacht“ der Familie, die Lebensfreude, Leistungsmotivation und Ausdauer des Kindes, sein Selbstbild und Selbstvertrauen. Aber auch bei den Hausaufgaben können Eltern ihre Kinder ganz gezielt unterstützen. Das fängt schon bei der Schaffung einer passenden Lernumgebung ab, die folgende Aspekte berücksichtigen sollte:

- ein eigener Arbeitsplatz (Schreibtisch)
- keine Spielsachen, nur Schul- & Arbeitsmaterialien
- keine Ablenkung von außen (z.B. Fensterblick auf eine belebte Straße/einen Spielplatz)
- keine Ablenkung durch Geschwister, laute Musik, TV etc. »



SchulOase
www.lub-oase.de

Wir bieten Nachhilfe in allen Fächern der Klasse 1 bis 10. Eine Finanzierung ist auch im Rahmen des Bildungs- und Teilhabepaketes möglich. Wir helfen Ihnen gern bei der Antragsstellung.

KOMPETENZZENTRUM
FÜR ERFOLGREICHES LERNEN IN DER SCHUL-OASE

Ostrower Damm 2 • Cottbus • Tel. 0355 - 43 09 624
www.lub-oase.de • info@lub-oase.de

- leise Entspannungsmusik oder Klassik fördert bei manchen Kindern die Konzentration
- kinder- und entwicklungsgerechter Stuhl und Tisch (auf dem Stuhl sitzt ein Kind richtig, wenn die Knie bei fest auf dem Boden stehenden Beinen einen rechten Winkel bilden)
- ausreichende Beleuchtung, das Licht sollte möglichst schräg von vorn kommen
- gründliche Raumlüftung (Stoßlüftung) vor den Hausaufgaben

- ausreichend Trinken (Kinder lernen dann besser, kein Süßkram, Mineralwasser bevorzugen!)

Grundschüler machen ihre Hausaufgaben in der Regel gern. Eigentlich sollten sie diese auch allein machen, meist helfen die Eltern aber dabei. Wichtig ist dabei für Eltern, dass es bei Hausaufgaben weniger auf das Ergebnis, das Schriftbild oder die Fehlerfreiheit ankommt – viel entscheidender ist der Prozess des Aufgabenlösenden, das selbstän-



Welche Probleme haben Kinder in der Schule am häufigsten?

Viele Kinder haben Angst vor anderen Kindern, vor anderen Lehrern, teilweise auch davor, für die Eltern nicht gut genug zu sein. Außerdem sind die Kinder sehr lebhaft, was fälschlicherweise oft mit ADS oder ADHS diagnostiziert wird. Auf diese Lebhaftigkeit der Kinder haben sich die Schulen noch nicht eingestellt, was zu einem Problem sowohl für die Kinder als auch die Lehrer führt. Außerdem haben die Kinder verschiedene Voraussetzungen. Es gibt Kinder, die die sozialen Kontakte schon gelernt haben, Kinder, die von früh an schon in der Kindergartengruppe isoliert waren, Kinder, die nicht in den Kindergarten gegangen sind, die in bestimmten Wohngebieten schon ihre sozialen Erfahrungen gemacht haben, die überbehüteten Kinder und die Kinder, um die man sich nicht gekümmert hat.

Wie erkennen Eltern, dass ihre Kinder Probleme haben?

Eltern müssen ihre Kinder sehr genau beobachten. Wenn diese keine Lust mehr haben, in die Schule zu gehen, morgens vielleicht Bauchschmerzen haben oder schwer aus dem Knick kommen und wenn sie nicht mehr reden, in der vorpubertären Zeit auch allein sein wollen und weinen usw., dann gibt es definitiv Probleme in der Schule. Ebenso ist der Leistungsabfall ein sicheres Zeichen für Probleme.

Wie können die Eltern dann helfen?

Auf alle Fälle sollten sie dem Kind keine Vorwür-

fe machen, die macht es sich schon selbst genug. Die Eltern sollten das Kind einfach so nehmen wie es ist, zeigen, dass sie es lieb haben und immer reden, reden, reden. Das ist das wichtigste. Man sollte auch sich selbst überprüfen, ob man die eigenen Anforderungen an das Kind nicht zu hoch gesetzt hat. Sollte das Kind gar nichts dazu sagen, empfehle ich den Eltern, in die Schule zu gehen und dort Informationen über das Verhalten des Kindes einzuholen. Lassen Sie sich nicht abwimmeln, sondern bestehen Sie darauf, dass die Pädagogen und evtl. die anderen Schüler Aussagen machen. Wenn alles nichts hilft, sollte man sich Hilfe von Experten holen. Es ist in keinem Fall anzuraten, sich an die Situation und das ungewöhnliche Verhalten des Kindes zu gewöhnen und darauf zu hoffen, dass das normal ist und sich irgendwann legt.

Kann jedem Kind geholfen werden?

Grundsätzlich, wenn man die richtige Hilfe findet, dann kann Kindern immer geholfen werden.

Gibt es Ratschläge für Eltern, gerade jetzt zum Schulanfang, die Sie geben würden?

Die Eltern sollten von Anfang an den Kindern viel zutrauen und auch auf ihre eigene, bereits geleistete pädagogische Arbeit vertrauen. Beobachten Sie in Ruhe das Kind, drängeln Sie es nicht und machen Sie nicht gleich einen kleinen Einstein aus dem Kind.

Sonja Frömter

Lehrerin und Lerntherapeutin

Telefon 0355 - 430 96 24



www.lub-oase.de

dige Arbeiten und Lernen. Helfen Eltern hingegen fortwährend, wird dem Kind die Verantwortung für das Lernen abgenommen und es kann unselbstständig werden und bei ähnlichen Aufgaben in der Schule versagen. Wichtig ist auch die optimale Zeit für die Hausaufgaben herauszufinden, das kann bei jedem Kind unterschiedlich sein. Da sich Schulanfänger selten länger als 15-20 Minuten voll konzentrieren können, empfiehlt sich bei den etwa halbstündigen Hausaufgaben eine kleine Pause. Das Kind kann dann z.B. ein Glas Wasser trinken. Eltern sollten sich in der Nähe des lernenden Kindes aufhalten, sodass sie bei Problemen gefragt werden können. Im Falle einer Frage sollten vorwiegend die Motive dafür geklärt werden:

- hat das Kind keine Lust eigenständig zu arbeiten?
- ist es nur im Moment zu faul, sich mit der Aufgabe auseinander zu setzen?
- glaubt es, die Aufgabe nicht bewältigen zu können?
- hat es schon beim ersten Versuch aufgegeben?

Erst dann sollte man das Kind entsprechend motivieren und auf dem Lösungsweg begleiten. Das Prinzip sollte immer dem Spruch von Maria Montessori entsprechen: „Hilf mir, es selbst zu tun“. Sollte das Kind eine Aufgabe auch mit Hilfe nicht bewältigen können, ist eine Notiz an die Lehrkraft mit einem Hinweis darauf der richtige Weg! Wichtig ist auch, das Kind gelegentlich für das Erledigen der Hausaufgaben zu belohnen – nicht mit Geld oder Süßigkeiten, sondern z.B. mit einem gemeinsamen Spiel. Nach den Hausaufgaben wird schließlich immer die Schultasche für den nächsten Tag gepackt – dies signalisiert „Arbeitsende“.

Startschwierigkeiten

„Schulprobleme“ bieten ausreichend Themen für ein separates Titelthema, weshalb wir hier nur die wichtigsten Aspekte für Schulanfänger reflektieren. Schlechte Noten und Aufmerksamkeitsdefizite sind oft nur der sichtbare Hinweis auf tiefer liegende Probleme. Wichtig ist es deshalb, im ersten Schritt in jedem Fall das Problem zu klären – viel zu oft greifen Eltern allein zum Nachhilfelehrer.

Dabei liegen die Ursachen gerade bei ernsthaften Schulproblemen meist nicht einmal im schulischen Leistungsvermögen des Kindes begründet. Gespräche mit Lehrern und Erziehern bieten hier erste Anhaltspunkte. Bei Verdacht auf Störungen wie Schlaf- und Konzentrationsprobleme, Essstörungen, Suchtprobleme (auch Süßigkeiten können eine Sucht auslösen), psychische Probleme, Lernstörungen wie Lese-Rechtschreibschwäche oder Lernschwäche sollten Fachleute aufgesucht werden. Dazu zählen der Kinderarzt, Hilfsangebote in Kinderzentren, der Schulpsychologe oder der niedergelassene Psychologe. Erst danach sollte gezielt nach Fachleuten gesucht werden, die entsprechende Schwächen oder Störungen therapieren können. Hier sollte man selbst bei der Nachhilfe darauf achten, dass diese über entsprechende Qualifikationen (z.B. bei Legasthenie) verfügt. Bei der Suche nach der passenden Nachhilfe kann folgende Checkliste helfen:

- was wird angeboten und versprochen?
(die schnelle Lösung von Problemen ist immer unseriös)
- welche Methoden sollen zu beschriebenen Zielen führen?

»

sehvermögen

Praxis für visuelle Wahrnehmungsstörungen
Ines Fettke – Fachberaterin für Funktionaloptometrie

- Hilfe bei Lern-/Leseproblemen –
- Hilfe bei Anstrengungsbeschwerden beim Lesen –
- Kinderoptometrie –
- Visualtraining für Kinder –

R.-Breitscheid-Str. 79 · 03046 Cottbus
Tel.: 0160/94 61 58 61 · E-Mail: inesfettke@web.de



Telefon: 0355-2 89 21 64
Fax: 0355-2 89 21 75
Mobil: 0177-7611056
E-Mail: info@logo-motive.net
www.logo-motive.net

Logopädische Praxis Petra Timmer

Sachsendorfer Straße 2 a
03051 Cottbus
OT Groß Gaglow

- sind die Methoden allgemein bekannt und nachvollziehbar?
- werden brauchbare Informationen zum Unterrichtsverlauf gegeben?
- wie groß sind die Unterrichtsgruppen?
- wird auf die Schule/den Lernstoff eingegangen?
- ist der Lehrer oder das Nachhilfeeinstitut im regionalen Umfeld bekannt?
- werden ihre Fragen umfassend und glaubwürdig beantwortet
- über welche Qualifikationen verfügen Lehrer und Coaches und wie wird das belegt?
- gibt es verdeckte Kosten z.B. durch den zwingenden Zukauf von Unterrichtsmaterialien
- prüfen Sie den Vertrag auf merkwürdige Formulierungen, Kündigungsmodalitäten und bestehen Sie auf eine Probezeit

Ideal sind Partner, die auch die Familie unterstützen und neben der Nachhilfe für das Kind die Eltern coachen, damit diese künftig ihrem Kind bei der Problembewältigung helfen können.

Manchmal sind allerdings auch organische Störungen die Ursache – z.B. Probleme beim Hören und Sehen, die erst in der Schule zum Tragen kommen. Gerade bei Lese-/Rechtschreibschwächen empfiehlt sich hier auch der Gang zum Facharzt für Wahrnehmungsstörungen. Oft sind auch Brüche in der Entwicklung wie Umzug, Trennung der Eltern, Misshandlungen, schwere Krankheiten die Ursache. Diese sollten ebenso von Fachleuten therapiert werden – Kinder verfügen wie eingangs geschildert über eine hohe Plastizität im Gehirn, sodass Ärzte viele Störungen therapieren können, bevor sie zu nachhaltigem und dauerhaftem Schaden in der Persönlichkeit eines heranwachsenden Kindes führen. ::

Mehr Informationen?

 www.familienhandbuch.de

 www.eltern.lerntipp.at

 www.eltern.de



Ihr familienfreundlicher Zahnarzt

Zahnärztliche Gemeinschaftspraxis Graichen
Diane und Christina Graichen, Zahnärztinnen



Die Zahnarztpraxis mit Wohlfühlcharakter

Unsere Spezialisierungen:

- Kinderbehandlung
- Angstsprechstunde
- Zahnbehandlung und Prophylaxe für Schwangere
- Laserbehandlungen
- Digitale Röntgentechnik



Gemeinschaftspraxis Zahnärztinnen Graichen

Parkstraße 4a, 03205 Calau, Telefon: 03541/7122674

Mail: zahnaerztinnen.graichen@t-online.de



„Ein halbes Jahr im Voraus ausgebucht“ Interview mit Diplom-Psychologe Ronald Coon

Psychologischer Psychotherapeut und Kinder- und Jugendlichen-
psychotherapeut im Cottbuser Therapiezentrum Priormühle



Die Nachrichten von Depressionen, Lernschwierigkeiten, Mobbing und anderen Problemen schon in der Grundschule nehmen zu – merken Sie das in Ihrer Arbeit?

Depression kommen bei jungen Schülern eher selten vor. Lernschwierigkeiten treten hingegen deutlich häufiger auf. Die Erwartungen des Bildungssystems haben sich der menschlichen Natur noch nicht angepasst. Kinder sind nicht darauf ausgerichtet, den ganzen Tag still zu sitzen. Früher standen Tätigkeiten wie Kühe melken, Eier einsammeln usw. auf dem Tagesplan, bevor die Schule anfang. Heute entfällt dies, die Kinder stehen auf, gehen in die Schule und sollen stillsitzen und sich konzentrieren.

Mit welchen Problemen kommen Eltern vorwiegend zu Ihnen?

Wenn ihr Kind Probleme beim Lernen aufweist und sich den Lernstoff nicht aneignen kann. Das Kind ist vielleicht zurückgestuft worden, weil es zu klein war. Es ist „hibbelig“ und kann keine 45 Minuten stillsitzen. Oft ist unklar, warum das Kind Probleme hat und sich nicht gut fühlt. Oft ist dies dem Bewegungsdrang zu verschulden, der nicht mit dem Bildungssystem vereinbar ist.

Wann ist der richtige Zeitpunkt, einen Psychologen zu Rate zu ziehen, welche Indizien weisen Eltern auf diese Notwendigkeit hin?

Wenn sich Kinder nicht konzentrieren können, sich zappelig fühlen, lustlos oder niedergeschlagen sind, kein Selbstvertrauen haben und ängstlich sind. Auch Wutanfälle, das Nichtverkräften von Trennungen oder wenn sie antriebsarm sind oder keine Freunde finden – das sind typische Symptome, die Kinder beschreiben, wenn sie Probleme haben. Wichtig ist auch herauszufinden, ob sich das Kind am Unterricht beteiligt und wie es sich im Allgemeinen in der Schule verhält. Finden sich hier negative Resonanzen, sollte man Hilfe in Anspruch nehmen.

Wie gehen Sie konkret vor, wenn Sie Kindern und Eltern helfen?

Ich lasse mir von den Eltern die Probleme des Kindes schildern und unterhalte mich dann mit dem Kind. Das geschieht am besten ohne die Eltern, weil die Probleme auch in der Familie liegen können. Dabei gehe ich spielerisch vor und frage z.B., welches Tier sie gern sein würden und wie sich die Familie in der „Rudelführung“ aufteilt. Durch diese und viele weitere Möglichkeiten mache ich mir ein Bild von den genauen Problemen. Sehr wichtig für eine erfolgreiche Therapie ist auch die Zusammenarbeit mit Eltern und Schule.

Es gibt auch Schulpsychologen – welchen Vorteil bietet ein privater Psychologe?

Schulpsychologen sind oft die Feuerwehrstelle, wo die Probleme zum ersten Mal erzählt werden. Sie machen eine sehr gute und wichtige Arbeit, verweisen nach ersten Gesprächen aber meist an niedergelassene Psychotherapeuten. Davon gibt es leider viel zu wenige, in unserer Region sind diese oft ein halbes Jahr im Voraus ausgebucht.

Wo ist bei Schulproblemen der erste Anlaufpunkt?

Wenn die Probleme in der Schule liegen, dann ist dort der erste Anlaufpunkt: Bei Lehrern, Vertrauenslehrern oder eben dem schulpsychologischen Dienst. Auch der Kinderarzt kann weiter helfen. Wenn das Problem schon klar ist, können auch viele spezifische Informations- und Beratungsstellen (für z. B. Essprobleme, Kindesmissbrauch) umfassende Betreuung leisten. Es muss nicht immer der Psychologe sein, es gibt auch die Möglichkeit einer offenen Diagnostik oder eines Trainings z.B. bei Legasthenie. Hier sind Kinder auch beim Logopäden oder anderen Angeboten gut aufgehoben. ::

Kontakt

Therapiezentrum Priormühle
Psychotherapie/Logopädie/
Diagnostik, Ärztehaus/
an der Priormühle 15,
03050 Cottbus, Tel.: 0355/35 73 833

 therapiezentrum-cottbus.de



*„Der Sinn des Lebens ist in
unserem Kleinen zu sehen.“*

Interview: Jens Taschenberger (zwei helden)

Jeden Tag auf dem Spielplatz

Interview mit Schauspieler Kai Börner und Tänzerin Weinina Weilijiang vom Staatstheater Cottbus



Das Staatstheater Cottbus startet am 3. September in eine besondere Spielzeit. Sie steht unter dem Thema „Familie“ – und als ob dies in der vergangenen Saison über- eifrig vorbereitet worden wäre, hat sich am Staats- theater eine kleine Theaterfamilie gegründet. Wir sprachen mit den jungen Eltern Kai Börner und Weinina Weilijiang, die vor zehn Monaten um ih- ren Sohn Nael bereichert wurden, über die bevor- stehende Theatersaison, das Elternsein und den neuen Familienalltag:

Hat es für Sie eine besondere Bedeutung, dass aus- gerechnet die aktuelle Spielzeit des Staatstheaters unter dem Thema „Familie“ steht?

Kai: Es gibt am Theater immer Themen, die oft aus der Gesellschaft kommen und sich als Faden durch die gesamte Spielzeit ziehen. Dadurch ist es für uns eher normal, damit umzugehen. Ich bin zwar in der glücklichen Situation, gerade eine Familie gegründet zu haben, wegen des Spielzeit- temas aber nicht besonders aus dem Häuschen.

Weinina: Ich habe das schon anders empfunden. Ohne Kind wäre das für mich eine normale Spielzeit, aber so ist das für mich schon etwas Besonderes. Wir haben ein Kind und eine Familie – dadurch berührt mich das jetzt mehr und macht es interessanter.

Wie haben Sie eigentlich zueinander gefunden, gibt es eine Hollywood-Story mit Liebe am „Set“?

Kai: Irgendwie schon. Wir haben uns im Theater kennen gelernt.

Weinina: Es war auf einer Weihnachtsfeier am Theater, als wir das erste Mal ins Gespräch kamen. Da ist Kai mit seiner Band aufgetreten und ich fand ihn sehr interessant. Da war aber noch nicht abzu- sehen, das mehr daraus wird.

Kai: ... aber ich war sofort begeistert. Dann sind wir uns öfter begegnet und das habe ich natürlich forciert. Wir hatten dann auch eine Produk- tion zusammen – und so kam eins zum anderen.

Schauspieler sind ja mit dem Klischee behaftet, eher verschrobene, unordentliche und wenig bodenständige Menschen zu sein. War das bei Ihnen auch so?

Kai: Nein. Nach dem Studium war ich nur kurz in Augsburg tätig und dann hat mich Christoph Schroth im Jahr 2000 hierher geholt. Seitdem bin ich hier und glücklicher Cottbuser.

Weinina: Ich bin nach dem Studium nach Cottbus gekommen. Es war mein erstes Vortanzen und da hat gleich alles geklappt.

Wie hat sich Ihr Leben mit der Geburt des Kleinen geändert?

Kai: Alles hat sich geändert. Der Fokus ist ein vollkommen anderer geworden. Vorher habe ich im wahren Sinne des Wortes fürs Theater gelebt. Mit der Familie haben sich die Prioritäten vollkom- men verschoben. Es ist toll, dass es das Theater gibt und es ist ein wunderbarer Beruf. Aber es ist nicht alles.

Wie wirkt sich das auf den Theateralltag aus, man hat ja das Bild vom bis in die Nacht arbeitenden Schauspieler, der sich dann Wein, Weib und Gesang und am nächsten Tag einem späten Früh- stück hingibt?

Kai: Wenn man abends eine große Vorstel- lung wie Faust oder Richard der Dritte gespielt hat, dann ist man auf einem sehr hohen Energielevel. Da kann man nicht um zehn von der Bühne gehen und halb elf im Bett liegen. Da wird man schon zum Nachtmenschen. Es ist oftmals auch so, dass man nach Hause geht und schon Texte für die Pro- be am nächsten Tag lernt. Es ist nicht so, dass wir am Folgetag bis Mittags schlafen können, wir ha- ben in der Regel vormittags die nächste Probe und müssen diese vorbereiten. Das ist harte Arbeit und entspricht überhaupt nicht dem Klischee, das viele im Kopf haben.

»

Ist Ihnen die Umstellung vom klassischen Ballett bzw. Theater auf Babyunterhaltung schwer gefallen?

Kai: Das ist überhaupt kein Problem. Wenn man vom Sinn des Lebens spricht – Künstler sind ja auch immer auf der Suche nach Grenzen und Probieren sich aus – dann habe ich die Antwort gefunden. Der Sinn des Lebens ist in unserem Kleinen zu sehen. Das ist das Schönste, was es gibt. Ich konnte mir das nicht vorstellen und war 100 % auf Theater eingestellt, alles andere musste sich unterordnen. Da ist zuvor auch das Privatleben auf der Strecke geblieben. Familie ist für mich eine ganz neue und wunderbare Erfahrung. Wenn man auf der Bühne steht und das Publikum applaudiert, ist das auch ein Kick und Adrenalinschub. Aber es ist in keiner Weise mit dem Gefühl des Vaterseins zu vergleichen. In meinem bisherigen Leben ging nichts über das Gefühl bei der Geburt.

Sie haben sich auch die Zeit zu Hause mit dem Kind geteilt?

Weinina: Ich war jetzt zehn Monate zu Hause und jetzt nutzt Kai die Zeit bis Weihnachten. Jetzt ist der Mann dran.

Kai: Ich freu mich sehr darauf. Ganz pausieren kann ich aber nicht, weil ich in verschiedenen großen Produktionen mitspiele. Das Theater bringt uns aber großes Verständnis entgegen und hat nicht so viele Produktionen auf den Spielplan gesetzt, in denen ich mitwirke. Ich mache bis Weihnachten aber keine neuen Produktionen und spare auch den Probenstress.

Wie ist es mit dem Vater- und Muttersein – ändert sich der Umgang mit den Rollen, die Sie auf der Bühne spielen?

Kai: Mit Sicherheit. Man weiß jetzt, wovon man spricht und wie es ist, Vater zu sein. Natürlich kann man einen Vater auch ohne diese Erfahrung spielen, für das Unterbewusstsein ist es aber ein Fundus, aus dem man schöpfen kann, wenn man das Gefühl des Vaterseins selbst erlebt hat.

Weinina: Man wird durch diese Erfahrung vor allem reifer.

Bereitet es ihnen Probleme, dass Sie am Theater kaum einen geregelten Tagesablauf realisieren können?

Kai: Bis jetzt war es seit Naels Geburt eher ruhig und wir hatten abends noch nie eine gemein-

same Vorstellung. Das ist trotz meiner Elternzeit ausgerechnet in diesem Monat das erste Mal der Fall. Da müssen wir unser Kind zum ersten Mal abgeben, das beschäftigt uns schon.

Weinina: Ich will gar nicht daran denken. Das wird uns sicher sehr schwer fallen. Wir haben zwar schon darüber gesprochen, aber so richtig ist uns das noch nicht klar, wie das funktionieren soll.

Sie wohnen mitten im Cottbuser Zentrum – soll es jetzt mit Familie nicht mehr Ruhe, Natur oder Grün sein?

Kai: Wir ziehen jetzt um, aber wieder mitten ins Zentrum. Da gibt es aber einen Garten und wir ziehen in den familienfreundlichen ersten Stock. Bislang leben wir ja wie fast alle Künstler, die ich kenne, unter dem Dach. Das mit dem Dach ist bei Künstlern ein Phänomen. Alle Künstler, die ich



Szenenfoto aus dem Ballett von Giorgio Madia „Chopin imaginaire“ mit Weinina Weilljiang



Szenenfoto: Marlies Kross

Szenenfoto „Der Schimmelreiter“ mit Kai Börner

kenne, leben in einer Dachwohnung. Die Hälfte der Bewohner in unserem neuen Haus arbeitet auch am Theater, da kann man sich dann gegenseitig unter die Arme greifen.

Unsere Region ist bundesweit nicht gerade als Paradies für Ausländer verschrien – fühlen Sie als Multi-Kulti-Pärchen sich hier wohl und Zuhause?

Kai: Wir haben keine negativen Erfahrungen gemacht. Wir sind aber auch nicht mehr viel auf solchen Begegnungspunkten wie Diskotheken unterwegs. Ich komme ursprünglich aus Chemnitz und fühle mich in der Lausitz sehr wohl. Das hat zum einen mit der Arbeit an unserem wunderbaren Theaterhaus zu tun. Aber auch das Umfeld spielt eine wichtige Rolle, man ist schnell in der Natur und hat ringsum viele schöne Seen. Mir geht's hier wirklich richtig gut.

Weinina: Ich fühle mich auch wohl in Cottbus. Obwohl ich aus einer Riesenstadt mit drei Millionen Einwohnern stamme. Wir haben hier unsere Freunde und unsere Arbeit. Nur das Flair einer großen Stadt, das fehlt mir schon manchmal. Das merke ich, wenn wir z.B. mal in Hamburg sind. Mein Mann ist da eher ein gemütlicher Mensch.

Kai: Ja, solche Städte wie Berlin und Hamburg machen mich verrückt. Da halte ich es vielleicht ein paar Tage aus, dann wird mir das zuviel. Ich brauche keine verrückte Stadt, das habe ich jeden Tag in meinem Beruf. Da genieße ich es, vor der Tür etwas Ruhe zu finden.

Haben Sie bei Ihrem „Kleinen“ schon gemerkt, ob er eher auf Theater oder auf Ballet reagiert?

Weinina: Er reagiert auf alles. Er ist sehr beweglich und kann sogar schon einen Spagat. Wenn er schreit, dann hat er die Stimme eines Opernsängers. Aber wir lassen ihm alle Zeit, sich zu entfalten.

Merken Sie bei der Beschäftigung mit Ihrem Kind, dass Sie jetzt auch in Büchern und Geschichten empfänglicher für Infantiles sind?


Kai: In unserem Beruf sind wir ja jeden Tag auf dem Spielplatz und können die Dinge immer als Kind betrachten. Das ist bei unserem Zusammensein mit dem Kleinen zu Hause dann nicht anders. Wir singen z.B. sehr viel. Ich mache aus Bildern Lieder mit einer bekannten Melodie und singe über die Zahnbürste oder das Plüschtier. Man wird zum Teil selbst wieder zum Kind.

Wenn Sie sich ein Schauspiel oder anderes Stück für die Familienspielzeit hätten wünschen dürfen, welches wäre das gewesen?

Kai: Der Laden von Strittmatter! Dabei geht es um eine große Familie, es hat mit der Region zu tun – und ich liebe Strittmatter sehr. Zudem ist es ein guter Stoff, der einem Schauspieler viele Möglichkeiten bietet.


Weinina: Wir haben zwei Ballettabende in der Familienspielzeit, auf die ich mich sehr freue, aber ein spezielles Stück würde ich mir nicht wünschen. ::




 Viele Anfragen um Unterstützung haben unsere Stiftung seit ihrer Gründung im Juni dieses Jahres – anlässlich des 100-jährigen Jubiläums unserer Familienbäckerei Dreißig – erreicht. Wir sind freudig erstaunt und begeistert, wie viele Menschen sich in unserer Region in Projekten und Initiativen für unsere Kinder und deren glückliche Zukunft engagieren. Auch im Familienmagazin lausebände wollen wir künftig

regelmäßig über Projekte berichten, in denen sich unsere Stiftung engagiert. Natürlich freuen wir uns über weitere Anfragen und Hinweise zu Projekten und Initiativen, die Kindern vor unserer Haustür helfen und die selbst Unterstützung benötigen. ::

Ihre Petra Dreißig

 www.dreissig-stiftung.de

Ein neuer Pausenhof für die Spreeschule Cottbus


 Die Spreeschule im Cottbuser Zentrum gibt körperlich und geistig behinderten Kindern ein schulisches Zuhause. Seit Jahren entspricht der Pausenhof nicht mehr dem Anspruchsprofil der Kinder. Wenig Möglichkeiten zum aktiven Spiel oder Toben, schlecht nutzbare Wege, eine kaputte Schaukel und ein kaum genutzter Wasserspielplatz bieten den inzwischen sehr bewegungsfreudigen Kindern kaum Abwechslung in der Pause.

Seit drei Jahren sollte umgebaut werden – nun wandten sich Eltern an die Dreißig Stiftung. Gemeinsam mit Stadt, Denkmalschutz, einem tatkräftigen Architekten wurde in kurzer Zeit erreicht, dass noch in diesem Jahr der Umbau startet: Der Pausenhof wird zum Spielparadies mit To-beplatz, gemütlichen Ecken – und die Stiftung wird ein besonderes Spielgerät stiften. Ganz sicher werden hier bald Kinderaugen zum Strahlen gebracht. ::



Delfine für Kevin



 Bitte helfen Sie: Gerade erteilte die Dreißig Stiftung ein Hilferuf. Er betrifft den 13-jährigen schwerst mehrfach behinderten Kevin. Der kleine Junge leidet u.a. unter komplexen Hirnfunktionsstörungen, enormen Entwicklungsverzögerungen, autistischen Zügen, geistiger Behinderung, schwerwiegender Epilepsie mit Resistenz gegen viele Medikamente, schwerer Kommunikations- und Sprachentwicklung und einer cerebralen Bewegungsstörung. Im Winter 2010 konnte Kevin eine delphingestützte Therapie erleben, die enorme Fortschritte brachte. Aber Kevin braucht eine Folgetherapie, um an diese Erfolge anzuknüpfen. Leider fehlen dazu noch 7.500 EUR, die bis zum 9.10.2011 benötigt werden. Die Stiftung sammelt ab sofort für Kevin in den Spendenhäuschen in allen Dreißig-Filialen und auf dem Spendenkonto, die eingehende Spendensumme wird durch die Stiftung verdoppelt. ::

Der lausebande Ernährungsworkshop



Gemeinsam mit dem aid infodienst (www.aid.de) haben wir in den vergangenen Ausgaben unserer lausebande zur Bewerbung um unseren Ernährungsworkshop aufgerufen. Die Auswahl ist unserer kleinen Jury nicht leicht gefallen – aber es gibt einen Gewinner. Die Bewegte Grundschule Cottbus hat nicht nur mit dem von den Kindern gemeinsam gebastelten Obst-Gemüse-Schriftzug „lausebande“ – sondern vor allem mit Inhalten überzeugt. Als einzige Cottbuser Grundschule (und einzige Grundschule unter den Bewerbern) hat sie Ernährungslehre und Gesundheitserziehung fest in der Schulprofilierung verankert. Das hat uns überzeugt – und so wird in diesem Herbst der lausebande-Ernährungsworkshop starten, über den wir fortlaufend berichten. ::



Bewegte Grundschule – gesunde Lausebanden



Wir sprachen anlässlich der Vergabe des Workshops mit Harald Seitz, Pressesprecher des aid infodienst Verbraucherschutz, Ernährung, Landwirtschaft e. V.

Worin besteht eigentlich die Aufgabe des aid?

Unsere Hauptaufgabe ist die Übermittlung von Informationen aus Forschung und Praxis in den Bereichen Landwirtschaft, Lebensmittel oder Ernährung. Das Ziel ist es, praxistaugliche, leicht verständliche Medien anzubieten, die sich an den aktuellen wissenschaftlichen Fakten orientieren. Und das machen wir schon seit 60 Jahren. Das Medienspektrum reicht vom klassischen aid-Heft über DVDs, Unterrichtsmaterialien, Lernspiele und Multimedia-Präsentationen bis hin zu Internetforen, PresseInfos und Fachzeitschriften. Alleine durch unsere Medien zur Ernährungsbildung erreichen wir mehrere 100.000 Kinder in Deutschland.

Deutsche Kinder werden immer dicker, ist der Kampf für gesunde Ernährung aussichtsreich?

Immer mehr Kindern fehlt der Bezug zur Landwirtschaft und zur Herkunft von Lebensmitteln. Auch die Kompetenz für den Umgang mit Lebensmit-

teln und das Wissen um eine gesunde Ernährung schwinden zusehends. Das ist nicht neu und es gibt zahlreiche Projekte, die in der Tat den „Kampf“ gegen zu viele Pfunde aufgenommen haben. Wir setzen gegen die zunehmende „Projektitis“ an Schulen und Kindergärten lieber langfristige Konzepte, bei denen man sich nicht immer wieder neu eindenken muss. Wichtig sind didaktisch erprobte, umsetzbare und vor allem handlungsorientierte Materialien. Allein mit dem Konzept des aid-Ernährungsführerscheins mit 6-7 Doppelstunden in der dritten Klasse haben wir bereits sehr gute Erfahrungen mit über 500.000 Schülern gemacht.


Warum sollten Eltern ausgerechnet den Infos des aid vertrauen?

Der essende Mensch befindet sich oft zwischen Informationsflut und Panikmache. Eine Orientierung für den persönlichen Alltag ist notwendiger denn je. Gerade junge Eltern sind extrem sensibel gegenüber Meldungen zur gesunden Ernährung oder vermeintlichen Gefahren und Risiken für ihr Kind. Viele Informationsanbieter tummeln sich auf dem Markt und konkurrieren miteinander – oft genug, um die Kaufkraft der Eltern auszunutzen. Wir beschränken uns auf Fakten, wissenschaftliche Studien und untermauertes Praxiswissen und geben Hilfen für den Alltag ohne erhobenen Zeigefinger.

Diese Rubrik wird Ihnen von den **HERON Buchhäusern** präsentiert.

Bücher für Lausebanden



 Bücher für Lausebanden stellen wir in Zusammenarbeit mit den HERON-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 offenherzigen Kritik der Kinder ausgesetzt. Die hier empfohlenen Bücher finden Sie übrigens in den HERON-Buchhandlungen Cottbus, Guben, Weißwasser und Lübben in den Kinder- bzw. Jugendfachabteilungen. Das HERON-Fachpersonal zeigt Ihnen gern weitere passende Bücher für jede Altersgruppe. ::



Schnuller sind was für Kleine!
Franziska Gehm
22 Seiten
Lesealter ab 2
7,95 EUR

Peter hat zehn Schnuller und eigentlich braucht er alle unbedingt. Doch einer nach dem anderen geht verloren. Dann ist nur einer übrig, den schenkt er seiner kleinen Schwester. Schnuller sind doch nur was für Kleine!



Lilly (2): Peter macht hui mit ganz vielen Nuckies. Da sind ganz viele Schäfchen. Am Ende hat er nur einen Nuckie, den gibt er dem Baby. Gute Nacht.



Prinzessin Sofie/ Der Frosch im Himmelbett
Franziska Gehm
40 S., Lesealter ab 5
7,90 EUR

Sofie ist sich sicher: Sie ist eine waschechte Prinzessin! Blöd nur, dass ihr niemand glauben will. Mit dem Frosch Fedor unternimmt sie den Prinzessinnen-Test. Ein Buch mit Bildern zum Mitlesen für Kleine.



Neela (4): Ich will gar keine Prinzessin sein. Aber das Buch macht Spaß. Weil ich bei den Bildern auch was sagen darf. Ganz oft habe ich das richtige Wort gefunden.



Die kleine Wolke Cloudette
Tom Lichtenheld
48 Seiten, ab 4
12,99 EUR

Cloudette ist eine sehr kleine Wolke, die viele kleine Freunde hat. Aber manchmal ist sie traurig, weil sie etwas Großes machen möchte, also macht sie sich auf die Suche. Ein liebevolles Bilderbuch über das Kleinsein.



Julian (5): Wirklich toll, die Geschichte. Mir hat am besten gefallen, als die kleine Wolke endlich regnen konnte und die Frösche einen Teich zum Baden bekamen.



Wandelmonster Waldemar
Patrick Wirbeleit
32 Seiten
Lesealter ab 3
12,95 EUR

Waldemar ist ganz und gar, von Kopf bis Fuß verwandelbar. Isst er vom Tisch, wird er zum Fisch. Und nach 'nem Apfel, rot und rund, bellt er laut und ist ein Hund. Ein buntes Bilderbuch zum Mitreimen, -raten & -lachen!



Aaron (6): Das hat mir meine Schwester vorgelesen. Eine kurze Geschichte mit niedlichen Bildern. Ich fand lustig, dass sich das Monster dann in eine Fee verwandelt hat.



Lesepiraten Drachengeschichten
THiLO
64 Seiten,
Lesealter ab 7
6,90 EUR

Aufregung in der Drachenwelt! Ein großer Feuerspuckwettbewerb soll zeigen, wer der Beste ist. Mutig treten die gefährlichen Drachen gegeneinander an. Ein spannender Kampf um den Sieg entbrennt ...



Amadeo (8): Ein niedliches Buch, das man ganz schnell weglieft. Da sind auch kleine Rätsel drin, die haben Spaß gemacht. Ansonsten lese ich aber lieber größere Bücher.



LUTKI

BABYSITTER GESUCHT

Berufliche Verpflichtungen, Weiterbildungen oder einfach nur mal ein Restaurant- oder Theaterbesuch, ein Treffen mit Freunden - das alles geht entspannter mit einer zuverlässigen, verantwortungsvollen und liebevollen Betreuung der Kleinen zu Hause.

Dafür suchen wir Babysitter.
Wir bereiten Sie auf diese Tätigkeit gut vor.



Sie brauchen einen Babysitter?

Wir sind zwar erst im Aufbau des Babysitter-Vermittlens, aber die eine oder andere Hilfe ist schon möglich. Rufen Sie uns doch einfach an.

Interessiert?

Dann nehmen Sie bitte mit uns Kontakt auf. In einem Gespräch stellen wir Ihnen das Konzept vor und sprechen über Ihre Vorstellungen des Einsatzes.

So erreichen Sie uns:

Projekt Lutki – Babysitting
Frauzentrum Cottbus e.V.,
Thiemstr. 55, 03050 Cottbus
Telefon: 0355 / 4838020
E-Mail: projekt.lutki@web.de



Eine familienfreundliche Stadt braucht viele Unterstützungsstrukturen und Menschen, die bereit sind, anderen zu helfen. Alltagsunterstützung durch Nachbarschaftshilfe braucht noch viele Lutkis.

Gefördert durch das Ministerium Infrastruktur und Landwirtschaft und aus dem Europäischen Sozialfond



Schurken überall
Frank Schmeißer
224 Seiten
Lesealter ab 7
12,99 EUR

Diese Aufzeichnungen sind echt total geheim. Es geht ABSOLUT niemanden etwas an, was da drin steht! Sonst ist die Welt in Gefahr! Ein humorvolles Buch mit witzigen Illustrationen für aufgeweckte Kids.



Adrian (10): *Ein super spannendes Buch, das sich schnell liest! Schön, wie Action-Bärbel dem Lehrer einen Streich spielt und alle nachsitzen müssen. Das war cool.*



Ein Versteck im Himmel
Irma Krauss
160 Seiten, ab 10
5,99 EUR

Ein zutiefst berührendes Buch zum Thema Judenverfolgung, welches gut in den Geschichtsunterricht passt. Es ist kompakt und enthält eine wertvolle Aussage, die man jungen Menschen mitgeben sollte.



Kenny (13): *Das ist ein verdammt trauriges Buch. Ich habe viel über eine schwierige Zeit gelernt. Es ist trotzdem gut zu lesen und viele Begriffe werden gut erklärt.*



Mariella Meer-mädchen/Der Felsen der Pinguine
Kathy Reichs
480 S., ab 8
18,99 EUR

Paula, die Hüterin der Pinguine, ist aufgeregt. Seeschwalben haben von einem Eisberg erzählt, der plötzlich in der Antarktis aufgetaucht ist. Bestimmt hat er mit dem Verschwinden ihrer Pinguine zu tun!



Amy (10): *Das Buch hat sich leicht und super schön gelesen. Ich fand besonders toll, dass Tiere eine große Rolle spielen und dass es um Freundschaften geht.*



lausebände zum Mitmachen:

Ihr habt Lob, Kritik, oder Anregung dann freuen wir uns auf eure Briefe!

An: zwei helden UG,
Stadtpromenade 4,
03046 Cottbus

FAMILIENKINO



Wickie auf großer Fahrt 3D

Abenteuer
 Deutschland 2011
 FSK: noch nicht bekannt
 Länge noch nicht bekannt
 Start: 29.09.2011

Der kleine Wickie begibt sich in ein neues Abenteuer und muss seine Führungs-

qualitäten unter Beweis stellen. Als der schreckliche Sven Wickies Vater Halvar entführt, heißt es für den kleinen Jungen, die Häuptlings-Rolle seines Vaters zu übernehmen. Hilfe bei der Anführung der starken Männer, bekommt Wickie von der furchtlosen Svenja. Gemeinsam begibt sich die mutige Truppe auf die Reise zum Kap der Angst, um Halvar aus Svens Fängen zu befreien. Dabei müssen sie stürmische Ozeane, tropische Walküren-Strände und gefährliche Eiswüsten überwinden. Schaffen sie es, Halvar zu retten?



Glee on Tour 3D

Konzert
 USA 2011
 FSK: ab 0 Jahren
 Start: 22.09.2011

14 Schauspieler der mit Emmy und Golden Globe preisgekrönten TV-Serie werden in Glee On Tour – Der Film auftreten. Dies ist ein Mitschnitt der ausverkauften US-Konzerttour des Ensembles, der diesen Sommer während der Tournee gedreht wird. Neben der einmaligen Atmosphäre werden auch besondere Momente mit den einzelnen Charakteren eingefangen.



Prinzessin Lillifee und das kleine Einhorn

Animation
 FSK: ab 0 Jahren
 Start: 01.09.2011

Prinzessin Lillifee wird im Traum vom Einhorn Rosalie aufgesucht und um Hilfe gebeten, da ist Trouble im Feenreich angesagt! Rosalies Baby Lucy ist in der materiellen Welt gelandet, Lillifee soll es zurück zur Mutter bringen. Doch als die gute Fee mit ihren Getreuen im fernen Bluetopia ankommt, schlägt ihnen mitten im Sommer ein eisiger Hauch entgegen.



Roller Girl

Komödie
 USA 2011
 FSK: ab 12 Jahren
 Start: 01.09.2011

Die 17-jährige Bliss Cavendar hat keine Lust mehr auf Langeweile. Eines Tages lässt sie ihrer Begeisterung für punkige Outfits und fetzige Sportturniere freien Lauf und stiehlt sich davon, um einem Rollerderby in Austin beizuwohnen. Dass sie dort gleich mit einer steilen Karriere loslegt, dürfen ihre kleinbürgerlichen Eltern freilich nicht erfahren!



lausebände zum Mitmachen:

Daumen hoch für unsere Facebook-Seite.
 Wir teilen mit Ihnen, was uns gefällt.

www.facebook.de/lausebände



Schulweg = Unfallschutz ? oder: Warum Makler im Kundeninteresse beraten ...

Diesen Ratgeber betreuen die Experten der CBF Beratung Cottbus: Jörg Fiebiger (Fachwirt f. Finanzberatung), Fritz Hahn (Versicherungsmakler), Matthias Herden (Fachwirt f. Finanzberatung), Thomas Kolz (Versicherungsmakler)



Mit dem Schulbeginn sorgen sich viele Eltern um den Schulweg. Wir sprachen mit den Experten von CBF über den Sinn eines Kinderunfallschutzes.

Was ist auf dem Schulweg laut Gesetz ohnehin versichert?

Der Schulweg ist in der gesetzlichen Unfallversicherung versichert. Das betrifft alles, was von außen auf den Körper einwirkt – wie beim Auto- oder Fahrradunfall. Es werden keine großen Einmalsummen ausgezahlt. Bei einer dauerhaften Beeinträchtigung, kommt die gesetzl. Unfallversicherung auf.

Wo sind Lücken, um die sich Eltern sorgen sollten?

Zum einen prüfen gesetzliche Versicherer anders als private, da sie sehr stringent auf den Weg zur Schule abstellen. Es wird auch geprüft, ob der Schaden durch eine Wirkung von außen oder eine ungeschickte Eigenbewegung entstanden ist. Es gibt unter Umständen Riesenzwischenräume im Versicherungsschutz, wenn eine der beiden Bedingungen nicht zutrifft. Ein gutes Beispiel lieferte ein Mandant (Vorgang siehe www.Lebens-Schritte.de), bei dem nach schwerem Sturz die private Versicherung aufkam, die gesetzliche hat hingegen seit sechs Jahren keinen Cent gezahlt.

Welche zusätzliche Absicherung macht Sinn?

Es ist wichtig, neben Schäden durch eine Wirkung von außen in einer privaten Versicherung auch Schäden infolge Eigenbewegung abzudecken. Der Schutz sollte auch 24 Stunden über den Schulweg hinaus greifen. Neben einer Einmalleistung sollte eine Unfallrente eingebaut sein, die im Schadensfall lebenslang gezahlt wird.

Macht der Schulweg allein privaten Unfallschutz notwendig?

Das wäre zu kurz betrachtet. Oft weichen Kinder vom Schulweg ab. Deshalb sollten Eltern den ganzen Tag betrachten – und da sichert die gesetzliche Unfallversicherung nur sehr sparsam ab.

Wo kann ich mich informieren – und was sollte ich beachten?

Möglichkeiten bietet jeder Privatversicherer, der Unfallschutz anbietet. Zu differenzieren ist hier, dass nur wenige Unfallversicherer die Eigenbewegung mit versichern. Umfassende Informationen bietet hier der Bund der Versicherten. Eine gute Beratung gibt es beim qualifizierten Versicherungsmakler, der Preise und Leistungen verschiedener Versicherer unabhängig prüft. Während Versicherungsvertreter die jeweilige Versicherung vertreten, wie das der Name sagt, ist der Makler Sachverständiger und

Sachverwalter für den Kunden. Er sucht das beste Angebot für den Kunden und handelt einen lückenlosen Vertrag aus. Der Makler haftet auch für seine Empfehlung – sodass falsche und fahrlässige Beratung einen Makler im Schadensfall die geschäftliche Existenz kosten kann. Makler arbeiten auf Kundenwunsch auch für ein vergleichsweise geringes Honorar und sind anders als der Vertreter nicht auf einen Versicherungsabschluss angewiesen, können Kunden also ehrlich beraten.

Wie kann ich die Qualifikation eines Maklers prüfen?

Unter www.vermittlerregister.info kann man prüfen, ob man bei einem Versicherungsvertreter oder einem Versicherungsmakler sitzt. Was die Qualifikation angeht, gibt es Abschlüsse, die man erfragen kann. Ausdruck für Kompetenz ist sicher ein vorliegender Abschluss als Fachwirt für Finanzberatung. ::

Weitere Informationen

 vermittlerregister.info

 bunderversicherten.de

Kontakt

CBF Beratung

Gerichtsplatz 1, 03046 Cottbus
Telefon: 0355 - 38 30 505

 info@cbf-beratung.de

 www.cbf-beratung.de

Kinder, ihr müsst euch mehr zutrauen



Für Kinderrechte: Sven Off von der VR Bank



Das sagte auch Joachim Ringelnatz. Am 20. September feiert Cottbus den Weltkindertag 2011 und informiert die kleinen wie großen Bürger über die Rechte der Kleinsten unserer Gesellschaft. Sven Off, Marktbereichsleiter der VR Bank Lausitz eG, berichtet über das Engagement seines Unternehmens für diesen Tag.

Die VR Bank Lausitz eG ermöglicht durch ihre Unterstützung das Cottbuser Programm zum Weltkindertag am 20.9. – warum dieses Engagement?

Als regional verwurzelte Genossenschaftsbank gilt unser Augenmerk und unser Engagement der Entwicklung der Region, in der wir tätig sind und somit auch den Entwicklungschancen der Kinder in dieser Region. Deswegen war für uns die Unterstützung für dieses Projekt sofort klar.

Der Tag steht unter dem Motto „Kinder haben Rechte – Wir Kinder haben etwas zu sagen – Wir bauen die Kinderrechtspielstadt Cottbus“. Wie wichtig finden Sie dieses Thema?

Das Thema ist ein großes und wichtiges Thema. Wir erleben in unserer globalen Welt hautnah, welche großen Interessenkonflikte ausgetragen werden. Leider drohen dabei die Rechte der Kinder sehr schnell an den Rand gedrückt zu werden.

Warum muss man Ihres Erachtens bei uns auf Kinderrechte aufmerksam machen?

Die Kinder nicht nur in Cottbus brauchen starke Partner, um gerade in der heutigen lauten Welt

Gehör zu finden. Sie haben selten die starke Lobby, wie sie in anderen gesellschaftlichen Bereichen üblich ist, um auf ihre Rechte hinzuweisen und sie durchzusetzen.

Was erwartet Kinder und Besucher an diesem Tag?

Die Auseinandersetzung mit Kinderrechten soll an Projektständen stattfinden, an denen sowohl mit den Kindern als auch mit den Erwachsenen über Kinderrechte gesprochen wird. Es ist wichtig, vor allem Erwachsene dafür zu sensibilisieren. Außerdem haben die Kinder aus selbstgestalteten Pappen die „Kinderrechte Spielestadt“ und auch eine „Kinderrechte Rathaushütte“ gebaut. Letztere wird auf dem Stadthallenvorplatz an diesem Tag noch zu Ende gebaut. Weiterhin gibt es viele Mitmachangebote und ein Bühnenprogramm.

Haben Sie selbst auch Kinder?

Ja, ich habe einen vierjährigen Sohn und eine zweijährige Tochter.

Wie gehen Sie mit dem Thema Kinderrechte in der eigenen Familie um?

Auch ich lerne diesbezüglich jeden Tag dazu. Ich ertappe mich manchmal dabei, rein aus der Erwachsenenbrille zu regieren. Man setzt sich manchmal doch zu wenig mit den Rechten der Kinder auseinander. Aber meine Beiden können jetzt schon ganz gut ihre Rechte einfordern.

Wie feiern Sie den Weltkindertag?

Wir werden natürlich als VR Bank Lausitz eG vor Ort sein und mitfeiern. Am Abend werde ich meinen Kindern eine Geschichte erzählen ...wahrscheinlich von der Feier zum Weltkindertag.

Unterstützt die VR Bank Lausitz eG auch andere Projekte für Kinder und Familien?

Ja, die VR Bank Lausitz eG unterstützt bereits seit Jahren verschiedene Projekte im Kinder- und Jugendbereich. So zum Beispiel das Projekt „Fair bringt mehr“, bei dem es auch um das Thema „Umgang miteinander“ geht. Das ist vor allem bei den sozial schwächeren Mitgliedern unserer Gesellschaft ein wichtiges Thema. ::



Ein **Gemeinschaftsprojekt** der Stadt Cottbus

mit anerkannten Trägern der Jugendhilfe und weiteren engagierten Einrichtungen und Projekten unserer Stadt

STADT COTTBUS
CHÓŠEBUZ



VR Bank
Lausitz eG

WELTKINDERTAG
Kinder haben

Rechte

KINDERRECHTE - RATHAUS - HÜTTE

RATHAUS

20. September 2011

14 - 18 Uhr

Stadthallenvorplatz Cottbus

GESTALTUNG: DERWEHNER.DE

Was passiert an diesem Tag? **Aktionsangebote** auf dem Stadthallenvorplatz mit 28 Marktständen **Kinderkarawane** durch die Spremberger Straße am Rathaus vorbei zum Stadthallenvorplatz, Start: 13:30 Uhr **Bühnenprogramm & Kinderrechtespielstadt**
Im Mittelpunkt wird eine **Kinderrechte-Rathaus-Blockhütte** aus Holz mit vielen Kindern gebaut

HEIMKINO



Dschungelkind

Abenteuer
D 2010
FSK: ab 12 Jahren
124 Minuten
Start: 08.09.2011

Forschertochter Sabine Kuegler ist bei einer Kannibalen-Sippe im Dschungel von West-Papua aufgewachsen. Erst mit 17 Jahren lernte sie die Zi-

vilisation kennen, die für nahezu jeden ihrer deutschen Landesgenossen von Geburt an alltäglich ist. Stattdessen war sie von Kindesbeinen an mit der harschen Wirklichkeit des Dschungellebens konfrontiert, mit der Gefahr durch wilde Tiere und der überlebenswichtigen Notwendigkeit des Tötens. Nach Jahren in Europa leidet sie unter einer gespaltenen Identität, ist hin- und hergerissen zwischen zwei vollkommen verschiedenen Welten. Der Film ist die Leinwandadaption des gleichnamigen autobiografischen Bestsellers.



Arthur

Komödie
USA 2011
FSK: ab 6 Jahren
112 Minuten
Start: 09.09.2011

Der wohlhabende Arthur Bach vertraut auf zwei Dinge: Seinen grenzenlosen Reichtum und sein Kindermädchen Hobson, das ihn bislang aus jedem Schlamassel ziehen konnte. Doch nun haben seine Eltern endgültig die Nase voll von seinem verantwortungslosen Verhalten: Sie drohen ihn zu enterben, wenn er nicht Karrierefrau Susan heiratet.



Mütter und Töchter

Drama, USA 2009
FSK: ab 12 Jahren
122 Minuten
Start: 14.09.2011

Elizabeth, die als Baby zur Adoption freigegeben wurde, ist eine exzellente Anwältin, die mit ihrem Chef ein sexuell aufregendes Verhältnis ohne Liebe anfängt. Als sie schwanger wird, bricht sie die Liaison ab, stirbt bei der Geburt. Die glücklich verheiratete Lucy kann keine Kinder bekommen und darf das Baby von Elizabeth adoptieren.



Winx Club – Das magische Abenteuer

Animationsfilm,
FSK: ab 6 Jahren
Start: 14.09.2011

Für die sechs Feen hat gerade das neue Schuljahr mit einer Begrüßungsfeier begonnen, als die Veranstaltung von drei bösen Urhexen ruiniert wird. Sie wollen dem Lebensbaum seine Kraft entziehen und damit die guten Mächte der Feen an sich reißen. Die sechs Feen müssen sich ihren Feindinnen nun mit vereinten Kräften stellen.



lausebande zum Mitmachen:

Senden Sie uns Ihre Themenvorschläge, Meinungen zu Beiträgen dieser Ausgabe, Bilder von Kindern, Familien oder besonderen Erlebnissen.

Mitmachen ist ausdrücklich erwünscht.

Eine Auswahl der Einsendungen wird in jeder Ausgabe veröffentlicht.

✉ redaktion@lausebande.de



Jedes Kind ein Zahn?

Ein Ratgeber zur Zahnpflege für Schwangere

Unseren Ratgeber zum Thema Zahnpflege betreut:

Diane Graichen (31), Zahnärztin und Mutter einer anderthalbjährigen Tochter aus Calau



Geht wirklich mit jeder Schwangerschaft ein Zahn verloren? Dieser und anderen Fragen sowie dem richtigen Umgang mit der Mundhygiene und Prophylaxe in der Schwangerschaft widmet sich dieser Ratgeber.

Die Wissenschaft hat längst bewiesen, dass der Mineralstoffbedarf des heranwachsenden Kindes aus dem gedeckt wird, was die werdende Mutter täglich

Nachweislich können solche Entzündungen bis zur Frühgeburt führen.

isst und trinkt – es ist ein Irrglaube, das Calcium und Phosphat den Zähnen und Knochen der Mutter entzogen wird. Wenn die Schwangere also auf gute Mundhygiene, mindestens einen Zahn-Check sowie ausgewogene Ernährung achtet, sind bei einer Schwangerschaft keine zahn gesundheitlichen Schäden zu befürchten.

Schwangerschaftsgingivitis

In jeder Mundhöhle leben zahllose Mikroorganismen (Bakterien). Im Normalfall besteht zwischen schädlichen und nützlichen Bakterien ein Gleichgewicht – wird dieses gestört, vermehren sich bestimmte Bakterien explosionsartig. Als Ursachen einer Störung kommen infrage:

- häufiger Zuckerkonsum
- mangelnde Mundhygiene
- verminderter Speichelfluss

In der Schwangerschaft kommt es zu einer Hormonumstellung, die Blutgefäße der Mundschleimhaut werden erweitert, die Schleimhaut wird durchlässiger. Ohne intensive Zahnpflege verursacht der Zahnbelag Zahnfleischtaschen, in die sich Bakterien einnisten. Die Folge: Zahnfleischbluten, die sogenannte Schwangerschaftsgingivitis. Lang anhaltende Entzündungen können irreversible Schäden am Zahn verursachen. Nachweislich können solche Entzündungen bis zur Frühgeburt führen.

Tipps

- Zu Beginn der Schwangerschaft beim Hauszahnarzt vorstellen, um die Gesundheit von Zähnen & Zahnfleisch zu sichern
- Bei Entzündungen ist eine umgehende professionelle Zahnreinigung (PZR) anzuraten
- Auch ohne Entzündung kann eine PZR beider Elternteile das Baby vor Bakterien aus dem elterlichen Mundraum schützen
- Zum Ende der Schwangerschaft Zähne und Zahnfleisch noch einmal vom Zahnarzt untersuchen lassen, wichtig: **Karies ist eine ansteckende Infektionskrankheit**, Babys werden häufig von Menschen

in ihrem unmittelbaren Umfeld infiziert

- Bei notwendigen Zahnbehandlungen das zweite Drittel der Schwangerschaft bevorzugen

Prophylaxe für Schwangere

- möglichst dreimal täglich intensiv Zähne putzen, auch Zahnsaum und Zahnzwischenräume
- eine weiche Zahnbürste verwenden, um das empfindliche Zahnfleisch zu schonen
- Zahnbürste alle drei Monate wechseln
- fluoridhaltige Zahnpasta verwenden
- Zahnseide oder Interdentalbürste für Zahnzwischenräume verwenden
- nicht zuletzt: eine ausgewogene Ernährung

Weitere Infos

 www.zahnwissen.de

 www.lzkb.de

 www.kzvlb.de

 www.zahnrat.eu

Kontakt

Zahnarztpraxis Graichen
familienfreundliche Praxis
Parkstraße 4a, 03205 Calau
Telefon: 03541-2513

 zahnarzt-graichen.de



Süßigkeiten oder Salz-Snacks?

Ein Ratgeber zum Thema Süßigkeiten

Unseren Ratgeber für Ernährung betreut:

Katrin Löder (38), erfahrene Mutter von vier Kindern und Absolventin des Studiengangs Ernährungsberatung an der ILS Hamburg



Jeder fürchtet die letzten Meter bis zur Supermarktkasse. Für Kinder ist es die bunte Welt von Haribo und Co., genauestens positioniert für ihre Augen. All diese Leckereien fallen als „Extras“ in die Gruppe der sogenannten geduldeten Lebensmittel. Unser Körper braucht sie nicht, aber in kleinen Mengen dürfen sie auf dem Speiseplan stehen. Zu den „Extras“ zählen zusätzlich: fettreiches Kleingebäck, Fruchtsaftgetränke, Limonaden, Kinder-Milchprodukte oder süße Brotaufstriche. Allein die Ausgewogenheit der Ernährung macht's! Wichtige ist das Maß des Zucker- und Salzsnackkonsums!

Ist Honig besser als Zucker?

Honig ist nicht empfehlenswerter als Zucker. Er besteht zu 80% aus Zucker, knapp 20% sind Wasser. Vitamine, Mineralstoffe und Enzyme sind nur in Spuren enthalten. Ob Honig, weißer oder brauner Zucker – sie alle zählen zu den „Extras“.

Was steckt in einem Haribobärchen nun Wertvolles für mein Kind? Da hätten wir Zucker, Farbstoffe, Konservierungsstoffe, Glu-

kosesirup, modifizierte Stärke, Gelatine, Säuerungsmittel, Aromastoffe, Geschmacksverstärker usw. – natürlich setzt Zucker das sogenannte Glückshormon Serotonin frei. Mit „Haribo macht Kinder froh“ ist so manches Elternteil davon überzeugt, sein Kind glücklich zu sehen. Bei Nebenwirkungen wie Konzentrationschwäche, Aggressivität, Gewichtszunahme usw. sucht man dann oft nach anderen Ursachen. Das durch Zuckerkonsum frei gesetzte Hormon Serotonin macht glücklich, doch in Obst und Gemüse stecken ebenso Zucker. Diese sind natürlich, nicht chemisch beigesetzt und die Menge der Zuckeraufnahme ist wesentlich geringer.

Süßigkeitenverbot?

Nein, nicht generell. Verbote lassen die bunte Welt der Süßigkeiten nur noch attraktiver erscheinen. Naschen in Grenzen ist erlaubt! Aber es sollte Regeln dafür geben. Portionen sollten möglichst klein sein und nicht vor den Mahlzeiten gegessen werden. Ein absolutes No-Go: Mahlzeiten nie durch Süßigkeiten oder salzige Snacks ersetzen!

Gute Alternativen: Obst (da gibt's auch Getrocknetes zum Knabbern), Milchreis, Grießbrei oder Quarkspeisen, auch Gemüse stillt das Verlangen nach Süßem. Die Verantwortung im Umgang mit den vielen „Extras“ liegt allein bei den Eltern. Wer früh anfängt, seinem Kind ausgewogene Ernährung auch mit Obst und Gemüse schmackhaft zu machen, hat es mit dem „Nein“ am Süßigkeitenregal leichter. Lernen Sie mit ihrem Kind den Umgang mit Süßigkeiten und Snacks, erklären Sie, warum sie nicht zu wichtiger Ernährung gehören. Trösten Sie ihr Kind nie mit Süßigkeiten, sonst verlangt es auch in späteren belastenden Situationen nach Süßem. ::

Infobroschüre



„Das beste Essen für Kinder“ 2,50 EUR; 56 Seiten, übersichtlicher Infos zu ausgewogener Ernährung, die Top-aid-Broschüre für den ersten Überblick



www.aid.de



Der Ratgeber Ernährung wird erstellt mit freundlicher Unterstützung des aid Infodienst Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz e. V., weitere Informationen unter www.aid.de

Nicht die Milchschnitte macht`s

Ratgeber zum Schulbeginn

Passend zum Schulbeginn dreht sich unser zweiter Ernährungsratgeber rund um das Thema gesundes Pausenbrot für Schulstarter und „Grundschulprofis“.



Gute Leistungen in der Schule sind nicht nur eine Frage der Intelligenz. Wichtig ist auch, dass das Gehirn optimal mit Nährstoffen versorgt wird. Das gesündeste Pausenbrot ist ein Brot aus vollem Korn. Kinder mögen Vollkornbrot, wenn es fein vermahlen und saftig ist. Wenn ihr Kind dies ablehnt, geben Sie ihm Sonnenblumen- oder Mischbrot mit. Essgewohnheiten verändern sich im Laufe der Zeit. Gewöhnen Sie ihre Kinder an Vollkornprodukte, hier stecken die meisten

Jedes siebte Kind macht sich morgens mit leerem Magen auf den Schulweg.

wertvollen Nährstoffe drin. Das ist jederzeit möglich, Sie müssen nur konsequent sein! Achten Sie auch darauf, dass der Brotbelag nicht zu üppig ist: Fettarme Käse- und Wurstsorten sind leichter verdaulich, enthalten wichtiges Eiweiß und weniger Kalorien. Gemüse darf immer sein, auf dem Brot oder in der Brotbox. Manche Kinder mögen auch Joghurt oder Quark – eine gute Wahl, denn sie enthalten Calcium, wertvolles Eiweiß und Vitamine.

Achten Sie beim Kauf oder der Zubereitung auf Fettgehalt und Zusatzstoffe. Obst und Gemüse, wichtige Vitamine, Mineralstoffe und sekundäre Pflanzenstoffe, gehören immer in die Brotbox. Am

besten geschnitten, Kinder essen doppelt so viel Obst und Gemüse, wenn es ihnen mundgerecht angeboten wird. Schneiden Sie also Möhren, Kohlrabi, Gurken oder Zucchini in kleine Stifte, Paprika in Streifen. Auch Radieschen oder Cocktailtomaten kommen gut an. Müsliriegel, Kinderjoghurts, Milchschnitten, Knoppers und Co. sind bei Kindern zwar sehr beliebt, aber sie enthalten zu viel Fett, Zucker und zu wenig wichtige Nährstoffe. Sie zählen eher zu den „Extras“, die den Blutzuckerspiegel nur kurz ansteigen lassen. Obst, Gemüse, Vollkorn und Milchprodukte gehen langsam ins Blut, das Gehirn wird somit gleichmäßig und anhaltend mit Energie versorgt. Ihr Kind bleibt länger fit und konzentriert.

Weil aber das beste Pausenbrot nichts bringt, wenn es in der Brotbox bleibt, ist es gut, Kinder beim Speiseplan mitreden zu lassen.

Wichtig: Mit Frühstück auf den Schulweg!

Jedes siebte Kind macht sich morgens mit leerem Magen auf den Schulweg, das ergab eine Forsa-Umfrage unter 1.000 Eltern. Immerhin sagten sechs Prozent der befragten Grundschulleitern, ihren Kindern Geld für Essen mit in die Schule zu geben. Kinder stecken das Geld meist in die beliebten Snackautomaten, die mit Süßigkeiten oder süßen Mixgetränken

voll gestopft sind. Damit stillen sie Durst und Heißhunger nur kurz, bei vielen Kindern folgt durch den Zuckerkonsum Unkonzentriertheit, Aggressivität wird gefördert und einige werden zum Zappelüberflieger.

Weitere Gründe für einen Heimstart ohne Frühstück: keine Zeit, oder Morgenmüdigkeit, Stress zwischen Familienmitgliedern oder vielleicht geht es zu wie in einem Taubenschlag – da kann es einem schon mal den Appetit verschlagen. Doch jedes Kind braucht für den Weg zur Schule und in den ersten Schulstunden einen angefüllten Kohlenhydratspeicher. Es muss nicht viel gegessen werden, aber eine Tasse Milch, Müsli, Joghurt oder Obst/Gemüse tun den wichtigen Anfang. Eine gute Atmosphäre, die Sie vorleben, überzeugt jedes Kind, eine Kleinigkeit zu essen.


Hinweis: Bitte denken Sie auch an das Trinkverhalten Ihres Kindes. Auch während der Schulzeit benötigen Kinder ausreichend Flüssigkeit, das wird oft vergessen.



lausitzDADDY

Innenansichten eines verzweifelten Vaters



 Diese Kolumne widme ich meinem kleinen Sohn, der mich vor den Schrecken der Hausratsversicherung rettete. Genau an dem Tag, als ich erkennen musste, dass die Sache mit Peter Pan und nicht erwachsen werden im Leben eines Hochleistungsvaters nichts verloren hat. Aber eins nach dem anderen:

Viele Väter teilen – da bin ich mir sicher – eine evolutionär veranlagte Orientierungslosigkeit im Haushalt. Oder einfach gereimt: Im Keller und auf dem Dachboden kennen wir uns aus, der Haushalt ist uns ein Graus. Wie Kleinkinder bedürfen wir der Anleitung, wenn es darum geht, herumliegende Sachen, wollmausgroße Staubflusen oder den überquellenden Mülleimer wahrzunehmen und entsprechende Ordnungsmaßnahmen einzuleiten. Wir wissen das. Aber wir geben das ungern zu. Ingeheim denken wir, dass wir all das natürlich auch leisten könnten, wenn wir mehr Zeit im Haushalt verbringen könnten. Diesen Beweis wollte ich in aller Ausführlichkeit abliefern, als meine bessere Hälfte für ein Wochenende zu einem familiären Einsatz ausrücken musste. An einem graunaßkalten herbstlichen Freitag im August verabschiedete sie mich mit dem gleichen besorgten Blick, den meine Mutter vor über drei Jahrzehnten aufsetzte, als ich das erste Mal allein ins Ferienlager fuhr. Als Chef auf Zeit auf unbekanntem Terrain habe ich das und ihre vielen „Anregungen“ natürlich mit

gelassener Miene quittiert und mir insgeheim gesagt, dass sie bei ihrer Rückkehr schon staunen wird – was sie dann auch tatsächlich machte. Jedenfalls nahm ich mir vor, nicht nur die Kinder bestens zu versorgen, sondern nebenbei den gaaaanzen Haushalt zu schmeißen, samt Wäsche, Küche, Wischen, Zahnbürsten abkochen, Silikonfugen schimmelvorsorgend trockenhalten ... ja, ich hatte wochenlang intensiv beobachtet, welche Details zum unendlichen Universum aus Haushaltstätigkeiten gehören.

So startete ich mit Nylonschürze und extra angeschafftem Universal-Swiffer ins Wochenende. Bereits am Freitagabend waren Wohnzimmer und ein Kinderzimmer grundgereinigt. Am nächsten Tag ging es dann mit unseren drei daheim gebliebenen Kindern (der Große weilte vorsichtshalber bei Freunden) auf ein Abenteuer in die nasse Natur. Super Daddy wollte ja den Spagat aus absoluter Kinderbelustigung und perfekter Haushaltsführung demonstrieren. Nach dem Naturabenteuer sollten die Kleinen in die Wanne, davor wurde aus einem Kinderzimmer aber noch Nimmerland. Ich war Captain Hook und jagte meine kleine Wendy samt Peter Pan und Michael durchs Zimmer. Sie konnten nicht entkommen, denn draußen brauste die See und mein Piratenschiff ankerte vor Nimmerland. Als mein Kleiner auf die Toilette musste und kurze Zeit später mit nassen Füßen vor mir stand, war ich über den Realitätsgehalt unseres Spiels verblüfft. Draußen brauste tatsächlich die See – ich hatte vor dem Spiel das Badewasser eingelassen und das beim Eintauchen ins Nimmerland ganz vergessen. So verbrachte ich den restlichen Samstag mit Schadensbegrenzung, entfernte aus Flur und Wohnzimmer das durchfeuchtete Laminat und stürzte im Handumdrehen vom Superdaddy zum Pannenolli ab. Ich hatte natürlich recht, dass meine Frau nach der Rückkehr staunen würde – und wie. Der Wäschekorb war voll, der Haushalt stand Kopf, das Laminat war weg – und ich war fertig. Wenigstens hatten die Kinder eine Menge spannende Abenteuer zu erzählen. ::

Dazu Anregungen/ Hinweise/ Meinungen?

 redaktion@lausebande.de

 www.facebook.de/lausebande

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.



Musikalische Freizeitangebote

Sucht ihr Kind noch ein Freizeitangebot? Dann kommen sie in die Musikschule Hoyerswerda. Fast jedes Instrument kann mit Eintritt in die Schule erlernt werden. Unsere Instrumente wachsen nämlich mit. Außerdem bereitet es Freude, mit anderen gemeinsam zu musizieren, besonders dann, wenn man in einem unserer Orchester mitspielen kann. Bei Konzerten auf der großen Bühne, die die Bretter der Welt bedeuten und wo große Künstler sonst stehen, ist es ein überwältigendes Erlebnis, den Beifall in Empfang zu nehmen.

Musikschule Hoyerswerda

Anmeldungen unter: 03571/209 300,

 www.musikschule-hy.de



Integrative Lerntherapie

Hat Ihr Kind große Probleme beim Lesen, Rechtschreiben oder Rechnen? Kann es sich nicht konzentrieren? Ist auch durch Übung u. Fleiß keine Besserung erfolgt? Wenn der Versagensdruck steigt, können Schulängste, Schulversagen u. seelische Probleme eine Folge sein. Wenn Nachhilfe nicht ausreicht u. ärztliche oder psychotherapeutische Hilfe noch zu früh sind, setzt hier die integrative Lerntherapie an. Therapeutische Hilfe für Kinder, Jugendliche & Erwachsene bei Lese-Rechtschreibschwäche, ADS/AHDS/Hyperaktivität, Konzentrationsstörungen, Rechenschwäche, Lernblockaden, sowie Hochbegabung – Sprechen Sie mit uns!
Schul-Oase, Ostrower Damm 2, Cottbus
Anmeldungen: Telefon 0355/4309624

 info@lub-oase.de



Femella for Kids

Kindertanz mit Marika:

In diesem Kurs wird die Bewegungsfreude der Kinder (ab 4 Jahren) durch rhythmische und räumliche Spiele und Tänze vertieft. Die Kinder unternehmen Fantasiereisen, die die Wahrnehmung schulen und fördern durch spielerisches Improvisieren von Themen aus der kindlichen Welt die Ausdrucksfähigkeit. Bei partnerbezogenen Spielen lernen die Kinder darüber hinaus, Berührungängste abzubauen und Selbstvertrauen zu stärken.

Femella Tanzschule

Bautzener Straße 13, 03046 Cottbus

Anmeldungen: 0176/62093840

 www.femella-studio.de

■ Familie

Brandenburgisches Textilmuseum

Forst (Lausitz)

Sorauer Straße 37, 03149 Forst (Lausitz)

Anmeldung für alle Veranstaltungen

unter: Tel. 03562/97356 oder 03562/ 973574

Künstlerischeres Gestalten aus Stoffen, Termine:

Künstlerisches Gestalten aus Stoffen, Termine:

Montag 9-11 Uhr, Dienstag 14-16 Uhr, Mitt-

woch 13-15 Uhr (kostenfrei)

Familien- und Beratungszentrum Burg

Kurparkstraße 7 a, 03096 Burg (Spreewald),

Tel. 035603/18 95 69

Mittwochs: Familienbasteln 15-17 Uhr

Familientreff „Punkt“

Einrichtung des SOS-Beratungszentrums

Cottbus, Poznaner Str. 1, 03048 Cottbus, Tel.:

0355/525700

Immer montags: Gymnastik pur, 17.15-18.15

Uhr. Angeleitet durch eine ausgebildete Phy-

siotherapeutin bringen Sie Körper und Geist in

Schwung. Immer donnerstags: Töpferkurs

16.00 bis 18.00 Uhr. Unter erfahrener Anlei-

tung entstehen selbstgefertigte Töpferwaren

Brigitte-Reimann-Bibliothek

Dietrich-Bonhoeffer-Str. 6/7

02977 Hoyerswerda, Tel. 03571/456 930,

www.bibliothek-hy.de

Große und kleine Leser - Für zehn Euro im Jahr

können Erwachsene das gesamte Spektrum

der Brigitte-Reimann-Bibliothek in Hoyers-

werda nutzen. Wer einen Partner gleich zur

Anmeldung mitbringt, bezahlt sogar nur fünf

Euro pro Person. Und sogar Jugendliche und

Schüler kommen auf Ihre Kosten, oder besser

auf keine Kosten, denn Schüler und Kinder

unter 16 Jahren zahlen bei uns keine Gebühr.

Also kommt vorbei und lasst Euch durch die

Magie der Buchstaben in eine andere Welt entführen.

■ **Kleinkind**

Eltern-Kind-Zentrum

Hopfgarten 57/58, 03044 Cottbus,
Tel.: 0355-2891271

dienstags: 9-12 Uhr Krabbelgruppe für Kinder zw. 0-3 Jahren mit Eltern und Familienfrühstück, jeden 2. & 4. Mittwoch im Monat: Sportgruppe Klitzklein – für Kinder ab 15 Monaten bis ca. 3 Jahre mit Eltern gibt es kleine Spiel- und Bewegungsangebot im Sportraum des Montessori-Kinderhauses

Familien- und Beratungszentrum Burg

Kurparkstraße 7 a, 03096 Burg (Spreewald),
Tel. 035603/18 95 69

montags: Krabbelgruppe im Sportraum der Kita „Pustelblume“ in Werben 15 bis 16 Uhr, mittwochs: Krabbelgruppe im Sportraum der Gesundheitskita „Lutki“ 10.15-11 Uhr

Paul Gerhardt Werk im Familientreff Kolkwitz

Dorothe Zacharias & Carina Radochla
Am Klinikum 30, 03099 Kolkwitz,
Tel.: 0355/784 08 77

Ab Dienstag, dem 4. Juli 2011 startet die Krabbelkafertgruppe des Paul Gerhardt Werks im Familientreff Kolkwitz. Alle 14 Tage immer von 9-11 Uhr können Kinder von 0-3 und ihre Eltern unter pädagogischer Anleitung einen Vormittag verbringen. Das gemeinsame Spielen wird ergänzt durch kleine thematische Angebote z.B. zum Thema Ernährung, altersgerechte Beschäftigung u. ä.

■ **Kinder**

Eltern-Kind-Zentrum

Hopfgarten 57/58, 03044 Cottbus,

Tel.: 0355-2891271, dienstags: 15.15 Uhr Gemeinsam fit mit Fußball – Eltern-Kind-Sportgruppe, mittwochs: 10-11.30 Uhr Handarbeitsgruppe, freitags: 9 Uhr Eltern-Kind-Spielgruppe

MiA - Mädchentreff

Jede Woche: Offener Computertreff - Montag bis Donnerstag: 15-18 Uhr, Fit for Fun - montags: 16 Uhr, Heut kocht' s im Treff - dienstags: 16 Uhr

AG Kreativ - mittwochs: 15:00 Uhr, AG Trommeln - donnerstags: 17:30 Uhr, Orientalischer Tanz - freitags: 16:00 Uhr (mit Voranmeldung), Kontakt: Tel. 0355-474635,

E-Mail: maedchentreff@onlinehome.de oder www.maedchentreff-cottbus.de

Thai Chi Kurs für Mädchen - Ab dem 5. September 2011 startet am Nachmittag (immer montags) ein neuer

Tai - Chi - Kurs (asiatischer Schattentanz) im MiA - Mädchenprojekt des Frauenzentrum Cottbus e. V. in der Lila Villa. Interessierte Mädchen melden sich bitte telefonisch unter 0355/47 46 35, oder per E-Mail maedchentreff@onlinehome.de oder einfach im Mädchenprojekt in der Thiemstraße 55.


Soziokulturelles Zentrum und Kulturfabrik Hoyerswerda e. V

Alte Berliner Straße 26,
02977 Hoyerswerda, Tel: 03571/9749049
www.kufa-hoyerswerda.de

Jeden Montag treffen sich ab 16 Uhr Kinder in unserer Töpferwerkstatt, um sich kreativ zu betätigen. Unter der Leitung von Manja Klimt wird je nach Jahreszeit an den verschiedensten Dingen gearbeitet. Aus Ton entstehen Kerzenständer, Schalen, Schmuck, kleine Skulpturen und vieles andere mehr. Der Fantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt. Gerne kann auch erst einmal ein „Schnuppernachmittag“ gemacht werden. Einstieg ist jederzeit möglich. Für Kindergärten, Schulen und Horte können Projekttag in der Töpferwerkstatt vermittelt werden. Interessenten können sich anmelden bei Katharina Elle unter der Telefonnummer 03571-974-9049. Zeit: Mo 16-17.30 Uhr, Alter: ab 9 Jahre

Kindergeburtsstag im Schloss Hoyerswerda

Wer einen besonderen Geburtstag erleben will, kann dies ab sofort im Schloss Hoyerswerda. Wie wäre es mit einer Reise in die Ritertezeit? Oder ein Barockes Hoffest? Wer sich



Rotter & Maasch

Physiotherapie
bei Hevianna Hebammenpraxis
Breitscheidstraße 79/Cottbus

Gemeinschaftspraxis
für Physiotherapie

Umfangreiche Behandlungsangebote, u. a.:

- Schwangerschaftsgymnastik
- Beckenbodengymnastik
- Mutter-Kind-Turnen
- Wirbelsäulengymnastik
- Manuelle Therapie & Massagen

Asymmetrische Köpfchenform?
Schreibbaby?
Einseitige Köpfchenhaltung?
Spuckkind?
Dreimonats-Kolik?

JETZT NEU: Osteopathische Begleitung für Kinder und (werdende) Mütter

Kerstin Rotter & Simone Maasch
Praxisadresse: K.-Liebknecht-Str. 55,
03046 Cottbus, Telefon: 0355/4949692

Kulturfabrik Hoyerswerda e. V.

Alte Berliner Straße 26,
02977 Hoyerswerda,
T.: 03571/405980
montags: 15 Uhr AG Puppenspiel, 16 Uhr Keramikkurs für Kinder, 16 Uhr Video AG, dienstags: 18 Uhr Percussion & Drums, donnerstags: 16 Uhr Jugendtheatergruppe

Frauenzentrum Cottbus (Lila Villa)

Thiemstraße 55,
03050 Cottbus, T.: (0355)473955, E-Mail: lila-villa-kom@t-online.de oder www.Frauenzentrum-Cottbus.de

lieber gruseln möchte, kann im Geisterkostüm und mit Taschenlampe auf einem nächtlichen Rundgang das Schloss entdecken. Für unsere kleinen Detektive haben wir spannende Rätsel rund um eine verschlossene Schatztruhe vorbereitet. Anmeldungen unter: 03571/457939, www.museum-hy.de

Halloween-Küche für Kinder an der Volkshochschule Hoyerswerda

Wir bereiten euch ein gruseliges Kochvergnügen mit abgehackten Fingern und Wurstglibber. Gemeinsam werden Kürbisse geschnitzt und Gespenster aus Orangen gebastelt. So viel Spuk macht natürlich Hunger. Kürbissuppe und Kartoffelpuffer mit einem Becher Blut (Fruchtsaft) stärken die kleinen Geister für ihre nächste Gruseltour. Anmeldung unter: 03571/600 800 oder www.vhs-hy.de

■ Schwangerschaft & Baby Geburtshaus und Hebammenpraxis „Lichtblicke“ GbR

Geschwister-Scholl-Str.42, 03229 Altdöbern,
Telefon: (035434)12302

Babymassagekurse finden nach Anmeldung und Terminabsprache statt. Ein Kurs besteht aus vier Treffen im wöchentlichen Abstand (meist donnerstags Vormittag) und dauert je 1,5 bis 2 Stunden. Die Kosten erfragen Sie bitte bei der Anmeldung. Die Rückbildungsgymnastik findet jeden Dienstag jeweils um 9 Uhr und 10.30 Uhr statt. Natürlich können Sie die Babys mitbringen.

Geburtshaus Spremberg (Hebammenpraxis Kugelrund)

Freiberufliche Hebammen des Geburtshauses
Dresdener Straße 7, 03130 Spremberg,
Tel.: 03563/600371

Hebammensprechstunden: dienstags von 16-17.30 Uhr. Sie können ab der 12. Woche gern

mit uns Kontakt aufnehmen. Schwangerenyo-ga: Einklang zwischen Körper, Geist und Seele in der Schwangerschaft zu finden
Mo. 17 Uhr bei Voranmeldung, Geburtsvorbereitungskurs: 7 x 120 min - Angebot als Paar-kurs und Frauenkurs

Habammenpraxis Hevianna Andrea Noack & Genia Tchingow

Rudolf-Breitscheid-Str. 79, 03046 Cottbus,
Tel.: 0355-4839105

Geburtsvorbereitungskurse, Schwangeren-gymnastik, Rückbildungsgymnastik, Baby-massage, Stillberatung-Wiegestunde, Mutter-Kind-Turnen, Kurse nach Voranmeldung in der Hebammenpraxis .



Orte für glückliche Kinder

Die Kindertagesstätten des Humanistischen Jugendwerk Cottbus e.V. stellen sich vor:

Kita „Humi-Kids“

Eine „Kita für Sprache und Bewegung“ – so lautet unser Motto. Mit diesem Schwerpunkt möchten wir auf eine positive Persönlichkeitsentwicklung der Kindern hinwirken:

- frühe & gezielte Sprach- und Bewegungsförderung - musikalische Früherziehung und Tanz
- Förderung von Wahrnehmungsfähigkeit, Konzentration, sprachlichem Ausdruck, sozialer Kompetenz
- Erleichterung für berufstätige Eltern durch Zusatzangebote
- Funktionsräumen wie Tanzstudio, Holzwerkstatt, Sportraum und Tobezimmer
- 78 Hortplätze, 38 Kindergarten- und 16 Krippenplätze

Gotthold-Schwela-Str. 68/69, 03044 Cottbus
Tel.: 0355/821026, E-Mail: humi-kids@arcor.de
Öffnungszeiten: Mo-Fr 6-20 Uhr

Kita „Merzdorf“

Eine Kita mit weiträumigem Außengelände in naturnaher Umgebung direkt am Waldrand. „Natur schafft Wissen“ bedeutet für uns neben der Nutzung der naturnahen Lage für Erkundungen und Ausflüge auch die Pflege und Beobachtung unserer neu geschaffenen Nutzgartenecke. Die kleine Ernte wiederum schafft erste Erkenntnisse über die gesunde Ernährung. 16 Kinder in altersgemischter Gruppe von 22 Monaten bis zum Schuleintritt

- Für Kinder ab 4 Jahren 1x wöchentlich Tanzkurs
- 1x wöchentlich musikalische Früherziehung

Merzdorfer Wiesenstraße 2a, 03042 Cottbus
Tel.: 0355/712968, E-Mail: kita.merzdorf@yahoo.de
Öffnungszeiten: Mo-Fr 6-17 Uhr (Keine Schließzeiten!)



Heilpraktikerin
Rosita Tag
Praxis für Logopädie

Marienstraße 4 • 03046 Cottbus
Tel. 0355 - 49 90 86 8 • Mobil 0170-77 60 17 8
www.rositag-tag.de

Do, 1.9.

Cottbus und Umland

■ Dies & Jenes

Bürgernaher Schulgarten der Freien Waldorfschule Cottbus 14:00 | Waldorfschule Cottbus

■ Kino & Kultur

Wunderland der Sterne 15:00 | Planetarium Cottbus

■ Kurse & Workshops

AG Trommeln

17:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

■ Sport & Freizeit

7. Weltmeisterschaft im

Feuerwehrtport

7:00 | Stadthalle Cottbus

Mal- und Zeichenkurs

15.30 Uhr | Gemeindehaus Branitz

■ Treffs & Feste

Krabbelgruppe

9:00 | Jugendtreff „Die 111“

Offener Eltern-Kind-Treff

14:00 | Jugendtreff „Die 111“

Frauenkreis – Gesprächsrunde über Gott und die Welt

14.30 Uhr | Oberkirche Cottbus

Nordsachsen

■ Dies & Jenes

Rock im Hof 16:00 | Christian-Weise-Gymnasium Zittau

Schafütterung im Vivarium

16:00 | Senckenberg Museum für Naturkunde Görlitz

■ Kino & Kultur

Lesungen: Tatort Bautzen

10 Uhr | Steinhaus Bautzen

Spree Neiße

■ Dies & Jenes

Wir weben selbst

14:00 | Fabrik e.V. Guben

■ Sport & Freizeit

Offene Holzwerkstatt

Preis 1,50 € 14:30 Uhr | Kinder- und Jugendfreizeitzentrum (KJFZ) Guben

Spreewald

■ Sport & Freizeit

Irrgarten Spreewaldhof

Lukas 8:00 | Spreewaldhof Lukas Burg

Fr, 2.9.

Cottbus und Umland

■ Kino & Kultur

Führung des Cottbuser

Nachtwächters

20:00 | Altmarkt Cottbus

Theaterkinder spielen Theater

für Kinder 9:30 | Piccolo Theater

■ Sport & Freizeit

Bauspielfeld und Tier-

bereich 14:00 | Aktivspielplatz

Cottbus

7. Weltmeisterschaft im Feuer-

wehrtport 8:00 | Lausitz Arena

■ Dies & Jenes

Zirkus Monaco 16 Uhr und

19 Uhr | Viehmarkt, Cottbus

Mittlere Lausitz

■ Treffs & Feste

18. Folklorum

10:00 | Kulturinsel Einsiedel

■ Dies & Jenes

Mondscheinfahrt mit der

Waldeisenbahn Muskau

Vorbestellung notwendig

Waldeisenbahn Weisswasser

Nordsachsen

■ Dies & Jenes

Görlitzer Sagenspektaculum

mit Schreyhals

20:00 | Görlitz-Information

Rosenhof Kinderreiten

15:30 | Rosenhof Görlitz

■ Sport & Freizeit

Der „Grüne Ring“ - ein unter-

haltsamer Spaziergang

14:00 | Tourist-Information Zittau

Poesie für Kinder: „Ich weiß

nicht, was soll es bedeuten...“

10 Uhr | Steinhaus Bautzen

■ Kino & Kultur

Oase der Ruhe im Elementarium

10 Uhr | Museum der Westlausitz,

Kamenz

■ Dies & Jenes

Stadtführung: 1000 Schritte

durch 100 Jahre Bautzen

14 Uhr | Tourist-Information

Bautzen-Budyšin

Spree Neiße

■ Dies & Jenes

Trödelmarkt 9:00 | Park 7 Forst

■ Treffs & Feste

Teen Fun 17:30 | Fabrik e.V. Guben

Sounds of Hollywood 19:30 |

Hüttenwerk Peitz

Apfelfest 22:00 | Fabrik e.V.

Guben

Zonenrand open air 2011

16:00 | Freilichtbühne Spremberg

Apfelfest 19:00 | Guben

■ Sport & Freizeit

Rätselkönig gesucht

16 Uhr | Kinder- und Jugendfrei-

zeitzentrum (KJFZ) Guben

Spreewald

■ Dies & Jenes

Langer Abend in der Spree-

wald Therme 18:00 | Spreewald

Therme Burg



**Führung mit dem Vetschauer
Nachtwächter** 21:00 | Vetschau

■ **Treffs & Feste**

Straupitzer Freitag

19:45 | Straupitz

12. Lindenfest der Lübbenaubridge 10:00 | Lübbenaubridge

Sa, 3.9.

Cottbus und Umland

■ **Dies & Jenes**

Nachtflohmarkt

15:00 | Messehalle Cottbus

Stadtrundgang mit

Spremberger Turm

10 Uhr | Stadtzentrum Cottbus

Zirkus Monaco

16 Uhr | Viehmarkt, Cottbus

■ **Kino & Kultur**

Zenzi und der Himmels-

stein 15:00 | Planetarium Cottbus

7. Museumnacht 2011 19:00 |

Kunst Museum Dieselkraftwerk

KinOh! „Bad Teacher“ 18:00 |

Stadhalle Cottbus

■ **Sport & Freizeit**

Bauspielbereich

und Tierbereich

10:00 | Aktivspielplatz Cottbus

Haltestellen Sommerfest

14 Uhr | Haltestelle Cottbus,

Strasse der Jugend 94

■ **Treffs & Feste**

6. Brunnenfest 10:00 | Drebkau

Hoffest 9:00 | Flamingo Apotheke

Bauern & Handwerks-

markt 10:00 | Drebkau

Mittlere Lausitz

■ **Sport & Freizeit**

Herbstregatta

11:00 | Senftenberger See

■ **Treffs & Feste**

Rocknacht in der Calauer

Altstadt 20:00 | Calau

Großes Wald-Bahn-Fest

10:00 | Weißwasser, Waldeisen-

bahn Muskau

■ **Dies & Jenes**

Heidetour 65 km Seenlandtour,

7 Std. mit Pause

10 Uhr | Abfahrt/Ankunft: Touris-

teninformation Lausitzerseenland

in Hoyerswerda

Führung durch Hoyerswerdas

Altstadt 10 Uhr | Treffpunkt:

Lausitzer Seenland, Schlossergasse

1, Hoyerswerda

Spree Neiße

■ **Dies & Jenes**

Liedermacher „Liederliesel

und Leichtfuß“

14:00 | Saurierpark Klein Welka

■ **Sport & Freizeit**

Fuß- und Radwanderung

13:00 | Spremberg

Schlagparty zum Appel-

fest 21:00 | Fabrik e.V. Guben

■ **Treffs & Feste**

Hahnrupfen in Turnow

14:00 | Turnow

16. Gubener Apffelfest

3 – 5.9.2011 Guben

Spielplatzfest

14:30 Uhr | Spielplatz DREWITZ,

Janschwalde

Spreewald

■ **Dies & Jenes**

Spreewälder Lichtnächte

17:00 | Lübbenau

■ **Sport & Freizeit**

Ausritt und Kutschfahrt

10:00 | Reiterhof Schmogrow

Feuerfest & Herbstmarkt

17. September 2011

in der **ENERGIEFABRIK
KNAPPENRODE**

14 bis 21.30 Uhr

Live-Musik der 50er & 60er

FIREBIRDS
Live-Blues-70er

Moments of Swing
**Long Street
Orchestra**

Artistik & Feuershow
Flugträumer

■ **Herbstmarkt** mit Handel und
Handwerk aus der Region.

■ **Lausitzer REKORD-Briketts**
zum teuflisch guten Aktionspreis.

■ **Individuelle Beratung** von Ofensetzern.

■ **Kinderspaß** mit dem REKORD-Teufelchen.

■ **Erlebnisführungen** durch die
historische Brikettfabrik und Europas
größte Ofenausstellung.

■ **Heiß und energiegeladen** Feuerjonglage,
Akrobatik, Tanz, Musik und Feuerwerk.

■ **Kulinarische Köstlichkeiten.**

■ **Eintritt für Markt und Museum:**
Erwachsene & Jugendliche 2 Euro,
Kinder bis 12 Jahre frei

Gewinnen Sie
einen Kaminofen!





Neu im September

leckere Honigbären und gefüllte Joghurt-Herzen

Sonderanfertigungen für jeden Anlass möglich!

11. Offene Vereinsmeisterschaft im Zeitfahren Radsport
15 Uhr | Gemeindezentrum Hartmannsdorf, Lübben

■ **Kino & Kultur**

7. Museumsnacht des Landkreises Spree-Neiße
19 Uhr | Heimatmuseum Dissen

Nordsachsen

■ **Kino & Kultur**

Oase der Ruhe im Elementarium, 10 Uhr | Museum der Westlausitz, Kamenz

■ **Dies & Jenes**

Trödelmarkt, 9 Uhr | Wilthener Straße, Bautzen

So, 4.9.

Cottbus und Umland

■ **Dies & Jenes**

22. Große Baby- und Kindersachenbörse

14:00 | Adventgemeinde Cottbus

Stadtrundgang mit

Theaterführung

10 Uhr | Stadtzentrum Cottbus

Zirkus Monaco 11 Uhr und 16 Uhr | Viehmarkt, Cottbus

■ **Kino & Kultur**

Jemand frisst die Sonne

auf 11:00 | Planetarium Cottbus

KinOh! „Bad Teacher“

18:00 | Stadthalle Cottbus

■ **Sport & Freizeit**

Familientag

14:00 | Aktivspielplatz Cottbus

■ **Treffs & Feste**

Mathilda und die Bücherzwerge

10:00 | Stadt- und Regionalbibliothek Cottbus

6. Drebkauer Brunnenfest

mit Kür der Brunnenfee

Im historischen Stadtkern Drebkau

Weinfest in Zielona Gora

10 Uhr | Stadtpromenade, Zielona Gora

Mittlere Lausitz

■ **Sport & Freizeit**

14. Senftenberger Citylauf

9:45 | Senftenberg

19. Skirollerpokallauf

Senftenberg

■ **Treffs & Feste**

Zapfenstreich

17:00 | Amphitheater Senftenberg

Nordsachsen

■ **Kino & Kultur**

Tag der offenen Tür im Theater

Görlitz 11:00 | Theater Görlitz

Familienvormittag „Zu Gast bei

Bruder Vinzenz - einer alten

Sage auf der Spur“

11:00 | Kulturhistorisches Museum

Franziskanerkloster Zittau

Oase der Ruhe im Elementarium

10 Uhr | Museum der Westlausitz,

Kamenz

■ **Treffs & Feste**

Wikingerfestspiele im TRIXI-Dorf

Verkleidet euch als Wikinger und

feiert ein zünftiges Fest!

TRIXI-Park Zittauer Gebirge,

Jonsdorfer Straße 40, 02779Groß-

schönau

Spree Neiße

■ **Dies & Jenes**

Trödelmarkt 9:00 | Park 7 Forst

■ **Treffs & Feste**

Gemeindefest der St. Michael-

Kirche 10:00 | Spremberg

■ **Kino & Kultur**

6. Museumsnacht: Guben und

Gubin unter einem Hut

18 Uhr | Stadt- und Industriemuse-

um Guben, Museumskammer und

„dicker Turm“ Gubin

Mo, 5.9.

Cottbus und Umland

■ **Kino & Kultur**

KinOh! „Bad Teacher“

18:00 | Stadthalle Cottbus

Lord of the Dance 3D

(ab 6 Jahre)

20 Uhr | UCI Cottbus

■ **Sport & Freizeit**

Fit for Fun - Thai Chi 15:00 |

Frauzentrum „Lila Villa“

■ **Treffs & Feste**

Weinfest in Zielona Gora

10 Uhr | Stadtpromenade,

Zielona Gora

Sport für Kinder von 3-4 Jahren

15.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus

Cottbus, Kosten 0,50€

Nordsachsen

■ **Dies & Jenes**

Musikgarten für Babys und

Kinder 15:45 | Hillersche Villa

Zittau

■ **Sport & Freizeit**

Trainingsauftakt WFV-KAW

98 männlich 17:30 | Stadion der

Jugend Kamenz

Begleitetes Malen 15:00 |

Kronenkino Zittau

Spree Neiße

■ **Treffs & Feste**

Hausaufgabehilfe

14:00 | JC Zippel Guben

■ **Sport & Freizeit**

Sportspiele in der TH Europa-

schule 16:30 | Kinder- & Jugend-

freizeitzentrum (KJFZ) Guben



Bitte helfen Sie: Delfine für Kevin! Infos unter: www.dreissig-stiftung.de

Di, 6.9.

Cottbus und Umland

■ Kino & Kultur

KinOh! „Bad Teacher“

18:00 | Stadthalle Cottbus

Das Rübchen

9:30 | Piccolo Theater

Sonne, Monde & Sterne

15:00 | Planetarium Cottbus

Was heißt hier Liebe

18:30 | Piccolo Theater

■ Kurse & Workshops

AG Kochen 15:00 | Frauenzentrum

„Lila Villa“

■ Treffs & Feste

Offener Eltern-Kind-Treff

14:00 | Jugendtreff „Die 111“

Krabbelgruppe

9:30 Uhr | Mehrgenerationenhaus

Cottbus

Weinfest in Zielona Gora

10 Uhr | Stadtpromenade,

Zielona Gora

Eltern-Kind-Gruppe 15.30 Uhr |

Mehrgenerationenhaus Cottbus

Nordsachsen

■ Treffs & Feste

Familienklub 14:00 | Kinder- und

Familienzentrum DOMINO Zittau

Frauenfrühstück 10:00 | Frauen

helfen Frauen e.V. Zittau

Spree Neiße

■ Sport & Freizeit

Töpfern 16:30 Uhr | Kinder- und

Jugendfreizeitzentrum (KJFZ)

Guben

Kreativ: Superchice Ketten

Preis 0,50 € 15:30 Uhr | Kinder- und

Jugendfreizeitzentrum

(KJFZ) Guben

Mi, 7.9.

Cottbus und Umland

■ Dies & Jenes

Computerspaß für Kids und**Teens** 15:00 | URANIA Cottbus e.V.**Blaue Stunde** 16:30 | Planetari-

um Cottbus

Zirkus Monaco

16 Uhr | Viehmarkt, Cottbus

■ Kino & Kultur

Lehrer sollten Nackt nicht tanzen

19:00 | Staatstheater Cottbus

Sonne, Monde & Sterne

15:00 | Planetarium Cottbus

Was heißt hier Liebe

18:30 | Piccolo Theater

KinOh! „Bad Teacher“

18:00 | Stadthalle Cottbus

Das Rübchen

9:30 | Piccolo Theater

Kinderchor

16 Uhr | Oberkirche Cottbus

■ Kurse & Workshops

AG Kreativ 15:00 | Frauenzentrum

„Lila Villa“

■ Treffs & Feste

Handarbeitskaffee

15:00 | Frauenzentrum Cottbus

Familienfrühstück

9:00 | Jugendtreff „Die 111“

Familienfrühstück

10 Uhr | Mehrgenerationenhaus

Weinfest in Zielona Gora

10 Uhr | Stadtpromenade,

Zielona Gora

■ Sport & Freizeit

1. Kindertanzkurs (3-6 Jahre)

15.15 Uhr | Mehrgenerationenhaus

2. Kindertanzkurs (3-6 Jahre)

16.00 Uhr | Mehrgenerationenhaus

Spree Neiße

■ Treffs & Feste

Wii-Nachmittag 15:00 | Fabrik

e.V. Guben

Nordsachsen

■ Sport & Freizeit

Gemeinsam - Kreativkurs für**Mütter und Väter mit Kin-****dern** 15:00 | Kronenkinno Zittau

Spreewald

■ Dies & Jenes

Familienbasteln für groß**und klein** 15:00 | Familien- und

Beratungszentrum Burg

Wildkräuterspaziergang 10:00 |

Spreewälder Kräutermanufaktur

Do, 8.9.

Cottbus und Umland

■ Dies & Jenes

Bürgernaher Schulgarten**der Freien Waldorfschule Cott-****bus** 14:00 | Freie Waldorfschule

Cottbus



Mit freundlicher Unterstützung von



Babyschwimmen

www.lagune-cottbus.de



Zirkus Monaco

16 Uhr | Viehmarkt, Cottbus

■ Sport & Freizeit

Mal- und Zeichenkurs

15.30 Uhr | Gemeindehaus Branitz

Sport für Kinder von 5-7 Jahren

15.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus

Cottbus, Kosten 0,50€

■ Kino & Kultur

TOAST

19:30 | Gladhouse / Oben kino

Was heißt hier Liebe

18:30 | Piccolo Theater

Der Zoowärter

17:30 | Stadthalle Cottbus

Das Rübchen

9:30 | Piccolo Theater

Didi und Dodo im Weltraum

15:00 | Planetarium Cottbus

TOAST 19:30 | Oben kino Gladhouse

■ Kurse & Workshops

AG Trommeln 17:00 | Frauenzentrum

„Lila Villa“

■ Treffs & Feste

Krabbelgruppe

9:00 | Jugendtreff „Die 111“

Offener Eltern-Kind-Treff

14:00 | Jugendtreff „Die 111“

Weinfest in Zielona Gora

10 Uhr | Stadtpromenade,

Zielona Gora

Mittlere Lausitz

■ Kino & Kultur

Jugendkulturtag 2011 10:00 |

Der Würfel e.V., Senftenberg

Nordsachsen

■ Sport & Freizeit

Familienklub 14:00 | Kinder- und

Familienzentrum DOMINO Zittau

Spree Neiße

■ Sport & Freizeit

Spiel und Sport

15:00 | Fabrik e.V. Guben

Offene Holzwerkstatt

Preis 1,50 €, 15:30 Uhr | Kinder-

und Jugendfreizeitzentrum (KJFZ)

Guben

Fr, 9.9.

Cottbus und Umland

■ Kino & Kultur

Der Zoowärter

17:30 | Stadthalle Cottbus

■ Sport & Freizeit

Schnuppertauchen in

Lassow 15:00 | Frauenzentrum

„Lila Villa“

Bauspielbereich

und Tierbereich

14:00 | Aktivspielplatz Cottbus

Kleine Bastelrunde für Kinder

passend zur Jahreszeit

15.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus

Cottbus, Kosten 2,50 €

■ Dies & Jenes

Zirkus Monaco 16 Uhr und 19 Uhr

| Viehmarkt, Cottbus

■ Treffs & Feste

Krabbelgruppe

9.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus

Cottbus

Eltern-Kind-Frühstück

9.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus

Cottbus

Weinfest in Zielona Gora

10 Uhr | Stadtpromenade,

Zielona Gora

Mittlere Lausitz

■ Dies & Jenes

transNATURALE 2011 18:00 |

Theater im Ohr, Bärwalder See

■ Treffs & Feste

Licht-Klang-Fest

9.9. – 11.9.2011

Bärwalder See, Gemeinde Boxberg

Stadtfest Hoyerswerda

10:00 | Hoyerswerda

Nordsachsen

■ Treffs & Feste

Kirmes in Dittelsdorf 19:30 |

Festplatz Dittelsdorf

Löbauer Stadtfest

Altmarkt Löbau

„Zwinger Trio“ Dresden

19.30 Uhr | Bürgerhaus Niesky

■ Dies & Jenes

Comedy, Telök „Einmal bekopt - nie mehr gestoppt“

Best of 20 Jahre

19 Uhr | Stadtbibliothek Niesky

Spree Neiße

■ Sport & Freizeit

Koch- und Backstudio: Pizza

backen Preis 1,50 €

15:30 Uhr | Kinder- und Jugend-

freizeitzentrum (KJFZ) Guben

Spreewald

■ Dies & Jenes

Kunstkahnfahrt zur aquamedia-

ale 7 18:30 | Lübben

Sa, 10.9.

Cottbus und Umland

■ Kino & Kultur

Didi und Dodo im Welt-

raum 15:00 | Planetarium Cottbus

Der Zoowärter

17:30 | Stadthalle Cottbus

■ Dies & Jenes

Zirkus Monaco 16 Uhr und

19 Uhr | Viehmarkt, Cottbus

■ Sport & Freizeit

Gemeindeausflug nach Bad

Muskau, 8 Uhr | Start Oberkirche |

Kosten: 20 €

Anmeldung unter 0355/713108

Internationales Nachwuchstur-

nier im Geräteturnen

10:00 | Lausitz Arena

Bauspielbereich

und Tierbereich

10:00 | Aktivspielplatz Cottbus

4. Cottbuser GWG-Schüler-

Triathlon 10:00 |

Lagune Sport- und Freizeitbad

Tag der Vereine

10:00 | Spreeauenpark

■ Treffs & Feste

14. Cottbuser Töpferfest

10:00 | Oberkirchplatz



Viel Spaß hatten Josef und Sandra beim Planschen im Freibad Spremberg.

Weinfest in Zielona Gora
10 Uhr | Stadtpromenade, Zielona Gora

Mittlere Lausitz

■ **Dies & Jenes**
Tag der offenen Tür - Feuerwehr 10:00 | Senftenberg
7. Lausitzer Mineralienbörse
10:00 | Bergbaumuseum Knappenrode, Hoyerswerda
Flohmarkt 9:00 | Hoyerswerda
Festplatz am Gondelteich

■ **Sport & Freizeit**
5. Hoywoy DAK-Citylauf
Vom Startbogen der DAK durch den Zoo bis zum Schloss auf dem schwarzen Markt
Anmeldung notwendig
13 Uhr | Altstadt Hoyerswerda
Stollenreiten zum Herbstmarkt in Calau
14 Uhr | Calauer Futtermittel- & Bauernmarkt

■ **Treffs & Feste**
Herbstfest auf dem Calauer Bauernmarkt 10:00 | Calau
5. Schlössernacht
im Elbe-Elster-Kreis
Finsterwalder Schloss
Stadtfest-Party zum Stadtfest 22:00 | Kulturfabrik Hoyerswerda e.V.

Nordsachsen

■ **Dies & Jenes**
"Auf der Spur der Wölfe"
10:30 | Erlichthof
"Hase und Igel"
14:00 | Saurierpark Klein Welka
Trödelmarkt
9 Uhr | Muskauer Straße (Parkplatz Aldi), Bautzen
Kamenzer Nachtgeflüster - Erlebnis-Stadtführung mit Nachtgespenstern
20 Uhr | Treff Klosterkirche Kamenz

■ **Sport & Freizeit**
18. Internationaler Bautzener Stadtlauf 10:00 | Bautzen
■ **Treffs & Feste**
Bauernmarkt mit großer Pilzausstellung
Tierpark Zittau
Caritas - 8.Familienrallye:
Alles rollt
14:30 | Görlitz Wilhelmsplatz
Fokus Festival 2011
12:00 | Alter Schlachthof Görlitz

Spree Neiße

■ **Dies & Jenes**
Romantische Nachtführung
19:30 Uhr | Ostdeutscher Rosengarten, Forst
■ **Treffs & Feste**
Progressiv 71 und Faltenrock 20:00 | Fabrik e.V. Guben
Gablenzer Hoffest
10:00 | Neuhausen/Spree
14. Stadtsportfest
9 Uhr | Spremberg
Kultursommer 2010: Titatoma Piano/Vocal-Rhythmus & Blues –
Abend, Eintritt 4 €
20 Uhr | merino, Guben

Spreewald

■ **Dies & Jenes**
8. Brandeburger Dorf- und Erntefest 10:00 | Dissen
7. Luckauer Keller- und Kirchnacht 10:00 | Luckau

So, 11.9.

Cottbus und Umland

■ **Dies & Jenes**
Mathilda und die Bücherzwerge 10:00 | Stadt- und Regionalbibliothek Cottbus
Herbstwanderung mit Überraschung 9:00 | Drebkau
Zirkus Monaco 11 Uhr und 16 Uhr | Viehmarkt, Cottbus

■ **Kino & Kultur**
Der Mond auf Wanderschaft 11:00 | Planetarium Cottbus
Das Rübchen
10:30 | Piccolo Theater
Tag des offenen Denkmals 11:00 | Fürst Pückler Park
Theaterspielplatz
10:00 | Staatstheater Cottbus

■ **Sport & Freizeit**
Musik mit jungen Künstlern 20:00 | Konservatorium
■ **Treffs & Feste**
Weinfest in Zielona Gora
10 Uhr | Stadtpromenade, Zielona Gora

EL DORADO TEMPLIN
DIE WESTERNSTADT
16. April bis 16. Oktober 2011 | 10 bis 18 Uhr
Action, Spaß und Abenteuer
für die ganze Familie
www.eldorado-templin.de

STEINITZER
MOUNTAINBIKER-
UND RADLERTAGE
17./18.9.11

www.steinitz-events.de

»Sport trifft Kultur«



Mittlere Lausitz

■ Treffs & Feste

Tag des offenen Denkmals

Platz des Friedens 10, Calau

Tag des offenen Denkmals

10 Uhr | Finsterwalder Schloss, Finsterwalde

Tag des offenen Denkmals

10 Uhr | Lange Straße 1, Hoyerswerda

Tag des offenen Denkmals bei der Waldeisenbahn

10 Uhr | Weißwasser Bahnhof Teichstraße 8

14. Historisches

Kutschentreffen 12 Uhr | Festplatz Kleinkoschen, Senftenberg

Tag des offenen Denkmals

16 Uhr | Evangelische Peter- und Paul-Kirche Senftenberg

Nordsachsen

■ Kino & Kultur

Tag des offenen Denkmals

10 Uhr | Tourist-Information Löbau

Tag des offenen Denkmals

10 Uhr | Museum der Westlausitz, Kamenz

■ Sport & Freizeit

“Fachwerkkirche Podrosche” 9:00 | Erlichthof

Sonstige Termine

First Western Reenactors

10:00 | El Dorado Templin

Spree Neiße

■ Sport & Freizeit

14. Stadtsportfest

9:00 | Spremberg

Forscherfahrt Nautilus

9:00 | Lübbenaubrücke

■ Treffs & Feste

Trödelmarkt und Sammlerbörse

10:00 | Spremberg

■ Dies & Jenes

Wanderung durch Heide, Wüste und Wildnis

10:00 | Stiftung Naturlandschaften Brandenburg Lieberose

Spreewald

■ Dies & Jenes

Kürbiswochen im Spreewald

20:00 | Festplatz Burg

■ Sport & Freizeit

Die Fischteiche und ihr Artenspektrum

10:00 | Biosphärenreservat Spreewald

■ Treffs & Feste

Tag des offenen Denkmals

10 Uhr | Neuhaus Lübben

8. Brandeburger Dorf- und Erntefest

10:00 | Dissen

Mo, 12.9.

Cottbus und Umland

■ Kino & Kultur

Der Zoowärter

17:30 Uhr | Stadthalle Cottbus

■ Sport & Freizeit

Arbeiten mit Ton – Kleinkeramik

17.30 Uhr | Lila Villa

■ Kurse & Workshops

Fit for Fun - Thai Chi

15:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

■ Treffs & Feste

Weinfest in Zielona Gora

10 Uhr | Stadtpromenade, Zielona Gora

Sport für Kinder von 3-4 Jahren

15.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus Cottbus, Kosten 0,50€

Spree Neiße

■ Sport & Freizeit

Sportspiele in der TH

Europaschule 16:30 Uhr |

Kinder- und Jugendfreizeitzentrum (KJFZ) Guben

Spreewald

■ Dies & Jenes

Forstwoche

10:00 | Glashütte

Di, 13.9.

Cottbus und Umland

■ Kino & Kultur

Der Zoowärter

17:30 | Stadthalle Cottbus

Regenmännchen und Schneeflocke auf Reisen

15:00 | Planetarium Cottbus

Theatergruppe „Kuckucksnelke“

16.30 Uhr | Lila Villa

■ Kurse & Workshops

AG Kochen

15:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

■ Treffs & Feste

Offener Eltern-Kind-Treff

14:00 | Jugendtreff „Die 111“

Krabbelgruppe

9.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus Cottbus

Eltern-Kind-Gruppe

15.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus Cottbus

■ Sport & Freizeit

Modern Dance Kurs

17.15 Uhr | Piccolo Theater

■ Dies & Jenes

Bürgernaher Schulgarten der Freien Waldorfschule

Cottbus

■ Dies & Jenes

Bürgernaher Schulgarten der Freien Waldorfschule

14 Uhr | Freie Waldorfschule

Nordsachsen

■ Kurse & Workshops

Kinderrechte sind Menschenrechte

12.-26.9. Kinderechte-Woche | Kinder- und Jugendhaus Villa Zittau

■ Treffs & Feste

Familienklub

14:00 | Kinder- und Familienzentrum DOMINO Zittau

Frauenfrühstück

10:00 | Frauen helfen Frauen e.V. Zittau

Spreewald

■ Dies & Jenes

Faszination Vogelzug

9:00 | Lübben

Mi, 14.9.

Cottbus und Umland

■ Dies & Jenes

Computerspaß für Kids und Teens

15:00 | URANIA Cottbus e.V.

■ Kino & Kultur

Zenzi und der Himmelsstein

15:00 | Planetarium Cottbus

Der Zoowärter

17:30 | Stadthalle Cottbus

Kinderchor

16 Uhr | Oberkirche Cottbus

„Pücklers Garten“ – Eine Wanderung durch den Branitzer Park

16.30 Uhr | Planetarium

■ Kurse & Workshops

AG Kreativ 15:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

■ Treffs & Feste

Familienfrühstück

9:00 | Jugendtreff „Die 111“

Familienfrühstück

10 Uhr | Mehrgenerationenhaus

■ Sport & Freizeit

1. Kindertanzkurs (3-6 Jahre)

15.15 Uhr | Mehrgenerationenhaus

2. Kindertanzkurs (3-6 Jahre)

16.00 Uhr | Mehrgenerationenhaus

Spree Neiße

■ Sport & Freizeit

Kreativ: Spinnenartist

Preis 0,50 €

15:30 Uhr | Kinder- und Jugendfreizeitzentrum (KJFZ) Guben

Nordsachsen

■ Sport & Freizeit

Gemeinsam - Kreativkurs für Mütter und Väter mit Kinder

15:00 | Kronenkinno Zittau

Spreewald

■ Dies & Jenes

Familienbasteln für groß und klein 15:00 | Familien- und Beratungszentrum Burg
Wildkräuterspaziergang 10:00 | Spreewälder Kräutermanufaktur

Do, 15.9.

Cottbus und Umland

■ Kino & Kultur

Mit Professor Photon durchs All 15:00 | Planetarium Cottbus
 ■ **Kurse & Workshops**
AG Trommeln
 17:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“
 ■ **Treffs & Feste**
Offener Eltern-Kind-Treff
 14:00 | Jugendtreff „Die 111“

Krabbelgruppe 9:00 | Jugendtreff „Die 111“

■ Sport & Freizeit

Mal- und Zeichenkurs
 15.30 Uhr | Gemeindehaus Branitz
Sport für Kinder von 5-7 Jahren
 15.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus Cottbus Kosten 0,50€

■ Dies & Jenes

Bürgernaher Schulgarten der Freien Waldorfschule Cottbus
 14 Uhr | Freie Waldorfschule

Mittlere Lausitz

■ Sport & Freizeit

Wüstchenlauf 14:00 | Finsterwalde
 ■ **Treffs & Feste**
Kinder- und Jugendfilmfest
 „Fremde Länder, fremde Welten“
 15.9. – 21.9.2011
 Kulturfabrik Hoyerswerda

Nordsachsen

■ Sport & Freizeit

Familienklub 14:00 | Kinder- und Familienzentrum DOMINO Zittau
Frauen unterwegs, Radtour
 9:00 | Frauen helfen Frauen e.V. Zittau

Spree Neiße

■ Dies & Jenes

Wölfe in der Region
 19:00 | excursio Welzow
 ■ **Sport & Freizeit**
Offene Holzwerkstatt
 Preis 1,50 €, 15:30 Uhr | Kinder- und Jugendfreizeitzentrum (KJFZ) Guben
 ■ **Treffs & Feste**
Schulfest und Einweihung
 der Mehrzweckhalle an der Mosaik-Grundschule
 15 Uhr | Mosaik-Grundschule Peitz

Fr, 16.9.

Cottbus und Umland

■ Sport & Freizeit

Bauspielbereich und Tierbereich 14:00 | Aktivspielplatz Cottbus
Kleine Bastelrunde für Kinder
 passend zur Jahreszeit
 15.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus Cottbus, Kosten 2,50 €
 ■ **Treffs & Feste**
Krabbelgruppe 9.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus Cottbus
Eltern-Kind-Frühstück 9.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus Cottbus
4. Branitzer Bürgerfest - Oktoberfest 19:00 | Cottbus Branitz

Musik
 Springen
 Turborutschen
 Spiele
 Wettkämpfe

**Ferien
 Spiele** im Oktober
 vom 04.10. bis 14.10.

Freizeit- und Freizeitbad

Freizeitbad LAGUNE
 Sielower Landstr. 19
 03044 Cottbus
 Tel. 0355 510 40 01 10

Cottbus

5,50

für Kinder bis 16 Jahren

Tageskarte
 inkl. einer Portion
 Pommes Frites + Sauce

jeweils Mo. bis Fr.
 von 10.00 bis 18.00 Uhr
 (jedoch nicht am 03.10.)



Nordsachsen

■ Treffs & Feste

Nieskyer Stadtfest 16.-18.9.

10:00 | Zinzendorfplatz Niesky

Spreewald

■ Kino & Kultur

Bildhauersymposium

Spreewaldatelier

20:00 | Lübbenabrücke

■ Treffs & Feste

Spreewaldfest in Lübben

16. - 18.9. | Lübben

Lübbenauer Künstlerwoche

16.9. - 25.9.2011

Infos: www.spreewaldatelier.de

03542 403692, Lübbenau

■ Dies & Jenes

**Führung mit dem Vetschauer
Nachtwächter**

21 Uhr | Eingang Wendische Kirche,
Vetschau

Sa, 17.9.

Cottbus und Umland

■ Dies & Jenes

Flohmarkt

9:00 | Viehmarkt Cottbus

4. Baby- und Kindersachflohm-

markt 12:00 | Flugplatzmuseum

■ Sport & Freizeit

Bauspielbereich

und Tierbereich

10:00 | Aktivspielplatz Cottbus

6. Steinitzer Mountainbike-

und Radlertage 17. - 18.9.

10:00 | Drebkau

Babyschwimmen
www.lagune-cottbus.de



■ Treffs & Feste

4. Branitzer Bürgerfest

10:00 | Cottbus Branitz

Mittlere Lausitz

■ Treffs & Feste

F60 Under Water 20:30 | Besu-

cherbergwerk Lichterfeld - F60

Tanz um die Erntekrone 20:00

| Calau

Hoffest in Schwarzkollm

10 Uhr | Dorfplatz Schwarzkollm

Feuerfest & Herbstmarkt

14:00 | Bergbaumuseum

Knappenrode Hoyerswerda

■ Dies & Jenes

Führung durch

Hoyerswerdas Altstadt

10 Uhr | Treffpunkt Lausitzer

Seenland, Schlossergasse 1,

Hoyerswerda

Nordsachsen

■ Kurse & Workshops

“Auf der Spur der Wölfe“

10:30 | Erlichthof

■ Treffs & Feste

17. Bautzener Herbstchorsin-

gen | Tourist-Information Bautzen

■ Kino & Kultur

Schmochtitzer Bühne: Konzert

19.30 Uhr | Bischof-Benno-Haus

Schmochtitz, Bautzen

■ Dies & Jenes

“Hase und Igel“ 14:00 | Saurier-

park Klein Welka

Sonstige Termine

Bikertreffen 10:00 | El Dorado

Templin

Spree Neiße

■ Sport & Freizeit

Sportfest der Jugendfeuer-

wehren 10:00 | Peitz

Geführte Fahrradtour zur Cott-

buser Ostsee 9:00 | Stadthalle

Cottbus

7. Lauf um den Sprember-

ger Stausee 10:00 | Stausee

Spremberg

22. Kanu-Biathlon

20:00 | Bootshaus Spremberg

■ Treffs & Feste

18. Deutscher Zootag

14:00 | Zoo Hoyerswerda

■ Kino & Kultur

Kabarett Sündikat

Erleben Sie den ganz normalen

Wahnsinn in Politik und Wirtschaft

und vor allem die Menschen, die

uns diesen Wahnsinn bescheren.

Eintritt 15 €

20 Uhr | Werk Zwei, Guben

■ Dies & Jenes

Auf den Spuren der Wölfe

10:00 | Stiftung Naturlandschaften

Brandenburg Lieberose

Spreewald

■ Kino & Kultur

Krimi auf dem Kahn 19:30 |

Festplatz Burg

■ Kurse & Workshops

Apfelwerkstatt 10:00 | Spreewäl-

der Kräutermanufaktur

■ Treffs & Feste

Burger KunstGenuss 16:00 |

Festplatz Burg

Kartoffelernte wie früher

Vorgeführt vom Heimat- und

Trachtenverein Burg

11 Uhr | Ringchausee/ Nähe

Spreewaldmosterei Jank/ Gemüse-

feld Baronick

Spreewaldfest in Lübben

16. - 18.9. | Lübben

So, 18.9.

Cottbus und Umland

■ Dies & Jenes

Mathilda und die Bücherzwe-

ge 10:00 | Stadt- und Regionalbib-

liothek Cottbus

■ Kino & Kultur

Theaterbrunch im DKW 10:30 |

Kunst Museum Dieselkraftwerk

Auf der Suche nach dem Mann

im Mond 11:00 | Planetarium

Cottbus

Der kleine Angsthase

15:00 | Piccolo Theater

■ Sport & Freizeit

Familihtag

14:00 | Aktivspielplatz Cottbus

Exkursion zum Tag des Geo-

tops: Der Lavadom im Triebischtal

10 Uhr | Museum der Westlausitz

Kamenz

Mittlere Lausitz

■ Kino & Kultur

Michel bringt die Welt in

Ordnung 15:30 | Turmvilla Bad

Muskau

■ Treffs & Feste

Festveranstaltung zum Welt-

kindertag 14:00 | Senftenberg

Nordsachsen

■ Kino & Kultur

Das tapfere Schneiderlein

15:00 | Theater Görlitz

■ Treffs & Feste

9. Schäfer- und Wollmarkt

Stargast: Linda Feller

9 Uhr | Festscheune Reichenbach

Haselbachtal

Nieskyer Stadtfest

10 Uhr | Niesky

Spreewald

■ Kurse & Workshops

Blütenwerkstatt 9:00 | Spreewäl-

der Kräutermanufaktur

■ Sport & Freizeit

31. Spreewaldlauf

10 Uhr | Sportplatz „Völkerfreund-

schaft“, Lübben

■ Treffs & Feste

Spreewaldfest in Lübben

16. - 18.9. | Lübben

Mo, 19.9.**Cottbus und Umland**■ **Kurse & Workshops**

Fit for Fun - Thai Chi 15:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

■ **Treffs & Feste**

Sport für Kinder von 3-4 Jahren
15.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus Cottbus, Kosten 0,50€

Spree Neiße■ **Sport & Freizeit**

Sportspiele in der TH Europa-
schule 16:30 Uhr | Kinder- und
Jugendfreizeitzentrum (KJFZ)
Guben

■ **Kino & Kultur****Klassik für Kinder**

Ein Streichquartett, was ist das?
Eintritt Kinder 6 – 12 J. 5 €, ab 13 J.
15 €, 20 Uhr | Werk Zwei, Guben

Nordsachsen■ **Dies & Jenes**

Musikgarten für Babys und
Kinder 15:45 | Hillersche Villa
Zittau

■ **Sport & Freizeit**

Begleitetes Malen 17:00 |
Kronenkino Zittau

Di, 20.9.**Cottbus und Umland**■ **Kino & Kultur****Der kleine Angsthase**

9:30 | Piccolo Theater
Didi und Dodo im Welt-
raum 15:00 | Planetarium Cottbus

■ **Treffs & Feste****Weltkindertag**

13:00 | Stadthalle Cottbus

Offener Eltern-Kind-Treff

14:00 | Jugendtreff „Die 111“

Krabbelgruppe

9.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus
Cottbus

Eltern-Kind-Gruppe

15.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus
Cottbus

■ **Dies & Jenes****Bürger naher Schulgarten** der

Freien Waldorfschule Cottbus
14 Uhr | Freie Waldorfschule

Spree Neiße■ **Sport & Freizeit****Töpfern**

16:30 Uhr | Kinder- und Jugend-
freizeitzentrum (KJFZ) Guben

Nordsachsen■ **Kino & Kultur****Das tapfere Schneiderlein**

10:00 | Theater Görlitz

■ **Treffs & Feste**

Familienklub 17:00 | Kinder- und
Familienzentrum DOMINO Zittau
Frauenfrühstück 10:00 | Frauen
helfen Frauen e.V. Zittau

Mi, 21.9.**Cottbus und Umland**■ **Dies & Jenes****Computerspaß für Kids und**

Teens 15:00 | URANIA Cottbus e.V.

■ **Kino & Kultur****Der kleine Angsthase**

9:30 | Piccolo Theater

Jemand frisst die Sonne

auf 15:00 | Planetarium Cottbus

Kinderchor

16 Uhr | Oberkirche Cottbus

Lehrer sollten Nacht nicht tan-

zen 19:00 | Staatstheater Cottbus

■ **Kurse & Workshops****AG Kreativ**

20:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

■ **Treffs & Feste**

Familienfrühstück 9:00 |
Jugendtreff „Die 111“

Familienfrühstück

10 Uhr | Mehrgenerationenhaus

Handarbeitskaffee

17 Uhr | Lila Villa

Spree Neiße■ **Sport & Freizeit****Kreativ: Herbststürschild**

Preis 0,50 €

15:30 Uhr | Kinder- und Jugend-
freizeitzentrum (KJFZ) Guben

Nordsachsen■ **Kino & Kultur**

Das tapfere Schneiderlein 10:00
| Theater Görlitz

■ **Sport & Freizeit****Gemeinsam - Kreativkurs für**

Mütter und Väter mit

Kindern 15:00 | Kronenkino Zittau

Mittlere Lausitz■ **Treffs & Feste****Märchenkongress 2011**

„Heimliche Helfer – unheimliche
Begleiter“, 21.9. – 25.9.2011

Öffentliche Veranstaltungen: 22.9.,
23.9., 25.9.2011, Senftenberg

Spreewald■ **Dies & Jenes****Wildkräuterspaziergang** 10:00 |

Spreewälder Kräutermanufaktur

Familienbasteln für groß

und klein 15:00 | Familien- und
Beratungszentrum Burg

Do, 22.9.**Cottbus und Umland**■ **Dies & Jenes**

Was man so hören kann - Von
der Stille zur Musik 15 Uhr u. 17.15
Uhr | Kindercampus BTU Cottbus

■ **Kino & Kultur****Der kleine Angsthase**

9:30 | Piccolo Theater

Sonne, Monde & Sterne

15:00 | Planetarium Cottbus

■ **Kurse & Workshops**

AG Trommeln 17:00 | Frauenzen-
trum „Lila Villa“

■ **Treffs & Feste**

Krabbelgruppe 9:00 | Jugendtreff
„Die 111“

Offener Eltern-Kind-Treff 14:00 |
Jugendtreff „Die 111“

■ **Sport & Freizeit****URANIA-Tour:** Unterwegs im

Elbe-Elster-Land

Ab 8 Uhr | Start Urania Cottbus

Mal- und Zeichenkurs

15.30 Uhr | Gemeindehaus Branitz

Sport für Kinder von 5-7 Jahren

15.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus
Cottbus, Kosten 0,50€

Mittlere Lausitz■ **Kino & Kultur****Märchenkongress 2011**

Theateraufführung Rumpelstiel-
chen, 19:30 Uhr | Neue Bühne
Senftenberg

Spree Neiße■ **Sport & Freizeit****Offene Holzwerkstatt**

Preis 1,50 €

15:30 Uhr | Kinder- und Jugend-
freizeitzentrum (KJFZ) Guben

Fr, 23.9.**Cottbus und Umland**■ **Sport & Freizeit****Bauspielbereich****und Tierbereich**

14:00 | Aktivspielplatz Cottbus

Kleine Bastelrunde für Kinder

passend zur Jahreszeit

15.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus
Cottbus, Kosten 2,50 €

■ **Treffs & Feste**

Krabbelgruppe 9.30 Uhr | Mehr-
generationenhaus Cottbus



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

Eltern-Kind-Frühstück

9.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus Cottbus

Fest zum Herbstanfang 15:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

Mittlere Lausitz

■ Kurse & Workshops

Kreativnachmittag 16:30 | Turmvilla Bad Muskau

■ Kino & Kultur

Märchenkongress 2011

Erzählabend an sieben Erzählorten in der Innenstadt
20 Uhr | Senftenberg

Nordsachsen

■ Sport & Freizeit

Kreativnachmittag „Korb-flechten“ 16:30 | Obermühle Krauschwitz

■ Treffs & Feste

X. Blasmusikfest

10 Uhr | Bautzen und Umland

Spree Neiße

■ Dies & Jenes

Auf zur Hirschbrunft

18:00 | Stiftung Naturlandschaften Brandenburg Lieberose

Spreewald

■ Kurse & Workshops

3. Kranichcamp für Kinder 16:00 | Luckau

Sa, 24.9.

Cottbus und Umland

■ Kino & Kultur

Zenzi und der Himmelsstein 15:00 | Planetarium Cottbus

Peter und der Wolf

15:00 | Piccolo Theater

18. internationales Orgelfestival 20:00 | Oberkirchplatz

„Pücklers Garten“ – Eine Wanderung durch den Branitzer Park
16.30 Uhr | Planetarium

■ Sport & Freizeit

Bauspielbereich und Tierbereich 10:00 | Aktivspielplatz Cottbus

■ Treffs & Feste

„Cottbus Feiert“ 3 Jahre

Blechen Carré
22:00 | Cottbus Blechen Carré

13. Lausitzer Bauernmarkt 10:00 | Stadthalle Cottbus

Mittlere Lausitz

■ Sport & Freizeit

VOBAFU-Sportfest

Friedrich-Ludwig-Jahn-Stadion, Hoyerswerda

■ Treffs & Feste

Tag der offenen Tür

Chemie erleben
10-16 Uhr | BASF Schwarzheide

13. Hausfest 10:00 | Brigitte Reimann Bibliothek Hoyerswerda

Nordsachsen

■ Sport & Freizeit

Geisternacht im Irrgarten

Kleinwelka 19:00 | Irrgarten Klein Welka

■ Treffs & Feste

Natur- und Fischerfest in der

Erlichthof-Siedlung Riet-schen 9:00 | Erlichthof

Herbstfest und Lagerfeuer am

Berzdorfer See | Berzdorfer See

X. Blasmusikfest 10 Uhr |

Bautzen und Umland

Oktoberfest 20 Uhr | Hotel Stadt

Dresden, Kamenz

Tanz in den Herbst 20.30 Uhr |

Schützenplatzhalle, Bautzen
Eintritt 5€

■ Kino & Kultur

17. Bautzener Herbstchorsingen
Lausitzer Chöre singen an verschiedenen Orten der Stadt.

Innenstadt Bautzen

■ Dies & Jenes

„Hase und Igel“

14:00 | Saurierpark Klein Welka

Spree Neiße

■ Dies & Jenes

Mitternachtsshopping

17:00 | Forst

Wanderung und Radwanderung

13:00 | Spremberg

Herbstlauf der FfW

10:00 | Groß Schacksdorf

„Von Antik bis Neu“

10:00 | Spremberg

■ Sport & Freizeit

61. Herbst - Slalom am „Weißen Wehr“ 10:00 | Bootshaus

Spremberg

■ Treffs & Feste

7. Historischer Töpfer-

markt 10:00 | Spremberg

Spreewald

■ Dies & Jenes

7. Brandenburgischer Gesundheitstag Festplatz Burg

Flohmarkt

9:00 | DDR Museum Burg

■ Kino & Kultur

Museumsnacht mit Filmmacht

„Verliebt in die Liebe“

17 Uhr | Museum Schloss Lübben

■ Kurse & Workshops

Pilzwerkstatt 10:00 | Spreewäl-

der Kräutermanufaktur

So, 25.9.

Cottbus und Umland

■ Dies & Jenes

Mathilda und die Bücherzwerge 10:00 | Stadt- und Regionalbibliothek Cottbus

■ Kino & Kultur

Wunderland der Sterne

11:00 |

Planetarium Cottbus

Peter und der Wolf 15:00 |

Piccolo Theater

Schneeweißchen und Rosen-

rot 16:00 | Kammerbühne

■ Treffs & Feste

Lausitzer Bauernmarkt

10 Uhr | Innenstadt Cottbus

Mittlere Lausitz

■ Treffs & Feste

Kinderfest mit Benno in der

Erlebniswelt Krauschwitz 15:00

| Erlebniswelt Krauschwitz

ZooFest zum 20jährigen

Jubiläum des Vereins Zoofreunde

9:00 | Zoo Hoyerswerda

■ Kino & Kultur

Märchenkongress 2011

Ökumenischer Gottesdienst
9:15 Uhr | kathol. Peter- und Paul-
Kirche Senftenberg

Spree Neiße

■ Treffs & Feste

Weinbergfest 14 Uhr | Grano am
Weinberg, Guben

Familiensonntag 14:30 Uhr |

Werk Eins und merino, Guben

Jubiläumskonzert 16:00 | Forst

Glasmarkt 10:00 | Glashütte

■ Dies & Jenes

Stadtführung

durch den Stadtpark

TNB 2 €, Anmeldung erwünscht
10 Uhr | Treff: Touristeninformation
Guben

Nordsachsen

■ Treffs & Feste

X. Blasmusikfest

10 Uhr | Bautzen und Umland

■ Kino & Kultur

Konzert - „Kammerkonzert“

16 Uhr | Stadttheater Kamenz

Spreewald

■ Kurse & Workshops

Kürbiswerkstatt 10:00 | Spree-
wälder Kräutermanufaktur

■ Treffs & Feste

Herbstkonzert mit dem Frauen-
chor, 17 Uhr | Wendische Kirche,
Vetschau

Mo, 26.9.

Cottbus und Umland

■ Kino & Kultur

Unendliche Weiten

9:30 | Planetarium Cottbus

■ Kurse & Workshops

Fit for Fun - Thai Chi 15:00 |

Frauenzentrum „Lila Villa“

■ Treffs & Feste

Lausitzer Bauernmarkt

10 Uhr | Innenstadt Cottbus

Sport für Kinder

von 3-4 Jahren
15:30 Uhr | Mehrgenerationenhaus
Cottbus, Kosten 0,50€

Mittlere Lausitz

■ Dies & Jenes

Gesundheitswoche

20:00 |
Naturwissenschaftlich-Technisches
Kinder- und Jugendzentrum - NATZ
e.V. Hoyerswerda

Nordsachsen

■ Dies & Jenes

Musikgarten für Babys und

Kinder 15:45 | Hillersche Villa

Zittau

■ Kino & Kultur

Mit allen Sinnen – Die barriere-

freie Stadtführung

Görlitz-Information

■ Sport & Freizeit

Begleitetes Malen

17:00 | Kronenkino Zittau

Spree Neiße

■ Treffs & Feste

Hausaufgabehilfe

14:00 | JC

Regionaler Familiennachmit-

tag „Erntedank“ 15:30 | Forst

Familiensonntag

14:30 Uhr | merino, Jugendclub

Zippel, Guben

■ Sport & Freizeit

Herbstradeln, Startgebühr 2 €

10 Uhr | Veranstalter: Gubener Rad-
sportverein und Tourismus Guben
e.V., Guben

Sportspiele in

der TH Europaschule

16:30 Uhr | Kinder- und Jugend-
freizeitzentrum (KJFZ) Guben



Deutschlands größter Irrgarten lädt alle
Neugierigen zu einem abenteuerlichen Besuch ein.

Geöffnet bis 31. Oktober täglich von 9 – 18 Uhr
Infos unter: Telefon 035932 20575 oder online unter
www.irrgarten-kleinwelka.de



Geisternächte im Irrgarten Kleinwelka
am 24.09. und am 01.10. 2011.

„CAVEMAN für Fortgeschrittene“
(NABURGER MORGENPOST)
VON ESTHER SCHWEINS

HiDad!
mit
Endlich
Papá

„Dieses Baby hat das Zeug zum Kult“ *Bad Hamburg*
„Ein brillantes Vergnügen“ *Das Online-Zeitung*
„Das Publikum lach sich scheckig“ *Bildzeitung*
„Grandiose Ein-Mann-Show“ *Das Online-Zeitung*
„Zwerchfell erschütternd“ *TV*

AM 5. NOV 20 UHR ALTE CHEMIEFABRIK
UND 6. NOV 18 UHR www.alte-chemiefabrik.de
Tickets: 0335-754244 *Ort: Cottbus / Event: Badkloster - alle lok. YPS Stellen*

Di, 27.9.

Cottbus und Umland

■ Kino & Kultur

Auf der Suche nach dem Mann im Mond 15:00 | Planetarium Cottbus

■ Unendliche Weiten

9:30 | Planetarium Cottbus

■ Kurse & Workshops

AG Kochen 15:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

■ Treffs & Feste

Offener Eltern-Kind-Treff

14:00 | Jugendtreff „Die 111“

Krabbelgruppe

9:30 Uhr | Mehrgenerationenhaus Cottbus

Lausitzer Bauernmarkt

10 Uhr | Innenstadt Cottbus

Eltern-Kind-Gruppe

15.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus Cottbus

■ Sport & Freizeit

Modern Dance Kurs

17.15 Uhr | Piccolo Theater

■ Dies & Jenes

Altstadtrundgang mit Besteigung

Spremberger Turm

10 Uhr | Stadtzentrum

Bürgernaher Schulgarten der Freien Waldorfschule

Cottbus

14 Uhr | Freie Waldorfschule

Mittlere Lausitz

■ Kino & Kultur

KuFa-Jugendtheatergruppe

„Machtspiel“ - Ein Stück zum Thema Ausländerfeindlichkeit und Zivilcourage

27.9. – 29.9.2011

Ab 19 Uhr | Kulturfabrik Hoyerswerda

■ Treffs & Feste

Fest der sorbischen Poesie

Sorbische Schriftsteller und ihre Gäste aus vier Ländern lesen und diskutieren mit Schülern

9 Uhr | Lessinggymnasium

Hoyerswerda

Nordsachsen

■ Treffs & Feste

Frauenfrühstück

10:00 | Frauen helfen Frauen e.V. Zittau

Familienklub

Kinder- und Familienzentrum DOMINO Zittau

Spree Neiße

■ Sport & Freizeit

Tagesradtour 9:00 | Spremberg

Mi, 28.9.

Cottbus und Umland

■ Dies & Jenes

Computerspaß für Kids und Teens

15:00 | URANIA Cottbus e.V.

■ Kino & Kultur

Regenmännchen und Schneeflocke auf Reisen

15:00 | Planetarium Cottbus

Unendliche Weiten

9:30 | Planetarium Cottbus

Kinderchor

16 Uhr | Oberkirche Cottbus

Orgelkonzert für Kinder

17 Uhr | Oberkirche Cottbus

■ Treffs & Feste

Familienfrühstück

10 Uhr | Mehrgenerationenhaus

Lausitzer Bauernmarkt

10 Uhr | Innenstadt Cottbus

Handarbeitskaffee

15 Uhr | Lila Villa

■ Sport & Freizeit

1. Kindertanzkurs (3-6 Jahre)

15.15 Uhr | Mehrgenerationenhaus

2. Kindertanzkurs (3-6 Jahre)

16.00 Uhr | Mehrgenerationenhaus

Nordsachsen

■ Sport & Freizeit

Gemeinsam - Kreativkurs für Mütter und Väter mit Kindern

15:00 | Kronenkino Zittau

■ Dies & Jenes

Die Apotheke zu Löbau

14 Uhr | Handwerksmuseum Löbau

Eintritt 2€, erm. 1€

Spree Neiße

■ Sport & Freizeit

Kreativ: Vogelscheuchen

Preis 1 €, 15:30 Uhr | Kinder- und Jugendfreizeitzentrum (KJFZ)

Guben

Spreewald

■ Dies & Jenes

Wildkräuterspaziergang

10:00 | Spreewälder Kräutermanufaktur

■ Kino & Kultur

Berliner Puppenbühne

„Der kleine Eisbär“, Eintritt 5 €, ermäßigt 4 €, 16:30 Uhr | Wappensaal Schloss Lübben

■ Treffs & Feste

Familienbasteln für groß und klein

15:00 | Familien- und Beratungszentrum Burg

Do, 29.9.

Cottbus und Umland

■ Kino & Kultur

Die Wilde Farm

10:00 | Weltspiegel

Mit Professor Photon durchs All

15:00 | Planetarium Cottbus

Zenzi und der Himmelsstein

20:00 | Planetarium Cottbus

■ Kurse & Workshops

Frustlos schön

15:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

AG Trommeln

17:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

■ Treffs & Feste

Offener Eltern-Kind-Treff

14:00 | Jugendtreff „Die 111“

Familienfrühstück

9:00 | Jugendtreff „Die 111“

Krabbelgruppe

9:00 | Jugendtreff „Die 111“

Lausitzer Bauernmarkt

10 Uhr | Innenstadt Cottbus

Frauenkreis – Gesprächsrunde

über Gott und die Welt

15.30 Uhr | Oberkirche Cottbus

■ Sport & Freizeit

Mal- und Zeichenkurs

15.30 Uhr | Gemeindehaus Branitz

Sport für Kinder

von 5-7 Jahren

15.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus Cottbus, Kosten 0,50€



■ Dies & Jenes

Was ist mit mir los?

19:00 | Stadt- und Regionalbibliothek Cottbus

Spree Neiße

■ Sport & Freizeit

Spielenachmittag

15 Uhr | Jugendclub Zippel, Guben

Deutsch-Polnische Kinderküche im Rahmen der interkulturellen Woche

16:30 Uhr | Kinder- und Jugendfreizeitzentrum (KJFZ) Guben

■ Treffs & Feste

Herbstbuntes Lebenscafé für verwaiste Eltern

19 Uhr | Evangelisches Gemeindehaus, Forst

■ Dies & Jenes

Kulturnachmittag „Asyl in Buntanien“

Planspiel, bei dem Schüler des Lessing-Gym. 10 Uhr | Kulturfabrik Hoyerswerda

Fr, 30.9.

Cottbus und Umland

■ Kino & Kultur

Unendliche Weiten 9:30 |

Planetarium Cottbus

■ Sport & Freizeit

Bauspielbereich

und Tierbereich

14:00 | Aktivspielplatz Cottbus

Kleine Bastelrunde für Kinder

passend zur Jahreszeit

15:30 Uhr | Mehrgenerationenhaus

Cottbus, Kosten 2,50€

■ Sport & Freizeit

Pianoabend

20:00 | La Casa de Puto

■ Treffs & Feste

Krabbelgruppe 9.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus Cottbus

Eltern-Kind-Frühstück 9.30 Uhr |

Mehrgenerationenhaus Cottbus

Lausitzer Bauernmarkt

10 Uhr | Innenstadt Cottbus

■ Dies & Jenes

Führung des Cottbuser

Nachtwächters

20 Uhr | Altmarkt Cottbus

Spree Neiße

■ Sport & Freizeit

Spielenachmittag

15 Uhr | Jugendclub Zippel, Guben

Raus in die Natur

16:30 Uhr | Kinder- und Jugendfreizeitzentrum (KJFZ) Guben

XXXII. Forster Langstreckentag,

5. Dieter-Gieschke-Gedenklauf

17 Uhr | Stadion am Wasserturm

Mittlere Lausitz

■ Dies & Jenes

Nächtliche Parkführung 20:30 |

Muskauer Park

Babyschwimmen

www.lagune-cottbus.de



NUR
7,20
ein Erwachsener
und ein Baby
inkl. Babysauna

Jeden **Mittwoch**
von **9 - 11 Uhr**

ADAC

young generation

- schnelle Identifizierung Ihres Kindes durch Mitgliedskarte
- kostenloses Karten-Material für den Unterricht
- diverse Vorteilsprogramme



Wir schenken Ihnen Sicherheit für Ihre Kinder

Der beitragsfreie ADAC-Jugendclub mit kostenloser Mitgliedskarte für alle Kinder von 0 bis 17 Jahre

Beantragen Sie noch heute die kostenlose Kinderkarte.

ADAC Berlin-Brandenburg e.V., Email: adac-service@bbr.adac.de, Tel. (0 30) 86 86 - 0
03046 Cottbus, Spremberger Straße 5, Tel. (03 55) 38 30 604
01968 Senftenberg, Am Neumarkt 6, Tel. (0 35 73) 79 45 35

Adressen

Einträge von gewerblichen Service-, Beratungs- und Veranstaltungsadressen in das Adressverzeichnis kosten 25 € (zzgl. MwSt.) im Jahr. Mehr dazu unter www.lausebande.de oder Telefon: 0355-2892520

■ Baby-Kinderausstattung

Kinder Outlet & Second-Hand

Sielower Landstr. 68, 03044 Cottbus; Tel.: (0355) 8781811

Spiele Max AG Baby

+ Spielzeug Paradies Babyausstattung, Karl-Liebkecht-Str. 136, 03046 Cottbus, T.: (0355) 2 90 41 08-0

■ Beratung & Hilfe

Albert-Schweitzer-Familienwerk Brandenburg e.V.

Amtsgericht Cottbus
Tel./Fax: (03563) 59 41 94
E-Mail: sozialakademie@asf-brandenburg.de

Caritas

Straße der Jugend 23, 03046 Cottbus, Tel.: (0355) 23 105
E-Mail: Regionalstelle@caritas-cottbus.de

Caritas-Regionalstelle Görlitz

Wilhelmsplatz 2, 02826 Görlitz
Tel.: (03581) 42 00 20,
www.caritasgoerlitz.de

Caritas-Regionalstelle Görlitz

-Dienststelle Hoyerswerda-
Ludwig-van-Beethoven-Straße 26,
02977 Hoyerswerda
Tel.: (03571) 97 92 56
E-Mail: regionalstelle@caritas-hoyerswerda.de

Caritas-Regionalstelle

Senftenberg

Bahnmeistergasse 6,
01968 Senftenberg
Tel.: (03573) 26 98
Internet: www.caritas-regionalstelle-senftenberg.de

Deutscher Kinderschutzbund

Ortsverband Cottbus e.V.
Sielower Straße 10, 03044 Cottbus

Tel.: (0355) 4304740

www.kinderschutzbund-cottbus.de

Deutsches Rotes Kreuz



Familien- und Schwangerschaftsberatung, Wehrpromenade 2, 03042 Cottbus, Tel.: (0355) 427771

Diakonisches Werk

Niederlausitz e.V.

Feldstraße 24, 03044 Cottbus
Tel.: (0355) 8777611

Eltern-Kind-Zentrum

Hopfengarten 57/58, 03044 Cottbus, Tel.: (0355) 2891271

Erziehungs- und Familienberatungsstelle

Hopfengarten 57, 03044 Cottbus, T.: (0355) 86 17 85

Evangelische Brüder-Unität

„Haltestelle“, Straße der Jugend 94, 03046 Cottbus, T.: (0355) 4946782

Frauzentrum Cottbus e.V.

Thiemstraße 55, 03050 Cottbus
Tel.: (0355) 473955 E-Mail:
frauzentrum-cottbus@t-online.de

Glücksmomente –

Zentrum für Primäre Prävention, Elternschule & Trageladen
Briesener Str. 24, 03046 Cottbus
Tel.: (0355) 8691953

www.gluecksmomente-cottbus.de

Jugendhilfe Cottbus gGmbH

Erziehungs- und Familienberatungsstelle, Thiemstraße 41, 03050 Cottbus, Tel.: (0355) 5296731
Internet: www.jhcb.de

Naemi-Wilke-Stift

Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, Erziehungs- und Familienberatungsstelle
Ehe / Partnerschafts- und Lebensberatung, Wilkestr. 14, 03172

Guben, Tel. (03561) 403-219

Paul Gerhardt Werk

Geschäftsstelle Cottbus
Gerichtsstraße 1-2, 03046 Cottbus
Tel.: (0355) 38041-0
Fax: (0355) 38041-19
Internet: www.pagewe.de
E-Mail: info@pagewe.de

Schul-Oase

Ostrower Damm 2, 03046 Cottbus
Tel.: (0355) 4309624
Email: info@lub-oase.de

SOS - Beratungszentrum

Erziehungsberatungsstelle
Poznaner Str. 1, 03048 Cottbus
Tel.: (0355) 525700

Sozialpsychologische

Beratungsstelle für Schwangere und Familien, Am Turm 14, 03046 Cottbus Tel.: (0355) 4947991

Väterinitiative Berlin-Brandenburg e. V.,

Dostojewskistraße 10, 03050 Cottbus, T.: (0355) 5291215

Evangelische Familien- und Erziehungsberatungsstelle

Geschwister-Scholl-Straße 12, 15907 Lübben

Landkreis Dahme-Spreewald

Amt für Jugend, Sport und Freizeit
Beethovenweg 14, 15907 Lübben
Tel.: (03546) 20-1730, E-Mail:

Jugendamt@dahme-spreewald.de

pro familia

Reyersbachstr. 5, 01968 Senftenberg, Tel.: (03573) 794930
E-Mail: senftenberg@profamilia.de

■ Hebammen

Bartoschek, Sandy

03185 Peitz, Tel.: (0162) 2876982
E-Mail: hebamme_sandy@gmx.de

Bartsch, Cornelia,

Gaglower Str. 14, 03051 Cottbus
Tel.: (0355) 535159
E-Mail: connybartsch@gmx.de

Bulke, Corinna, Preschener Dorfstr. 17, 03159 Neiße-Malxetal
Tel.: (035600) 30052

Hebamme Corina Bulke

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

Hebammenpraxis „Hevianna“

R.-Breitscheid-Str. 79, 03046 Cottbus, Tel.: (0355) 4839105
Hebammenpraxis Kugelring
Dresdnerstr. 7, 03130 Spremberg
Tel.: (03563) 600371, E-Mail:
Hebammen-spb@freenet.de

Stenzel, Heike

03172 Guben, Tel.: (03561) 2894
Mail: hebamme_heikestenzel@web.de

Tchingow, Genia

E-Mail: Genia-tchingow@web.de

■ Freizeit & Sport

Besucherbergwerk F60

Bergheider Straße 4, 03238 Lichterfeld, Tel.: (03531) 60800
Internet: www.f60.de

Erlebniswelt Krauschwitz

GmbH, Görlitzer Str. 28, 02957 Krauschwitz, Tel.: (035771) 61020

E-Mail: info@badeparadies.com

Fabrik e.V. Presse

Mittelstraße 18, 03172 Guben
Tel.: (03561) 43 15 23

Internet: www.fabrik-ev.de oder
www.werkeins.net

Femella Tanzschule

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

Freizeitpark Löschchen

Löschener Dorfstr. 33, 03116 Drebkau OT Löschchen

Tel.: (035602) 21908
www.freizeitparkloeschen.de

Irrgarten Kleinwelka

02625 Bautzen OT Kleinwelka
Tel.: (035935) 2 05 75

www.irrgarten-kleinwelka.de

Kletterwald Lübben

Hartmannsdorfer Str. 27 c, 15907 Lübben (Spreewald)

Tel.: (0176) 96302216

E-Mail: info@kletterwald-luebben.de, Internet: www.kletterwald-luebben.de

„Kulturfabrik Hoyerswerda

e.V., Alte Berliner Straße 26,
02977 Hoyerswerda
Tel.: (03571) 40 59 80
E-Mail: info@kufa-hoyerswerda.de

Kulturinsel Einsiedel 1

02829 Neißeau OT Zentendorf
Tel.: (035891) 491-15

Internet: www.kulturinsel.de

Miniaturenpark Kleinwelka

02625 Bautzen, OT Kleinwelka

Am Saurierpark 3

Tel.: (035935) 2 33 10

Internet: www.miniaturenpark.de

Piccolo Theater Cottbus

Erich Kästner Platz, 03046 Cottbus

Tel.: (0355) 23687

www.piccolo-cottbus.de

Prima-Abenteuer

Alte Poststraße 1 B, 03058 Neu-

hausen/Spree OT Klein Döbbern

Tel.: (03563) 60 52 37

www.prima-abenteuer.de

Saurierpark

Am Saurierpark 1, 02625 Bautzen

OT Kleinwelka, T.: (035935) 30 36

Internet: www.saurierpark.de

Sport- und Freizeitbad Lagune

Cottbus, Sielower Landstrasse 19,

03044 Cottbus, Tel.: (0355) 49 49

84 10, www.lagune-cottbus.de

Spreewelten Sauna- und

Badeparadies Lübbenau

Alte Huttung 13, 03222 Lübbenau
Tel.: (03542) 894160

E-Mail: info@spreewelten-bad.de

Stiftung SPI/NL. Brandenburg FZZ Bergschlösschen

Bergstraße 11, 03130 Spremberg

Tel.: (03563) 2395

E-Mail: spreemberg@stiftung-spi.de

Tierpark Cottbus, Kiekebuscher

Straße 5, 03042 Cottbus

Tel.: (0355) 3555360

E-Mail: zoo@cottbus.de

Zoo Hoyerswerda

Am Haag 20, 02977 Hoyerswerda

Tel.: (03571) 456450

E-Mail: zoo@hoyerswerda-stadt.de

■ Gesundheit & Wellness:

Blut- u. Plasmaplazentrum

Cottbus, Straße der Jugend 113

03046 Cottbus, 0355 357597-0

Physiotherapie und Naturheil-

praxis Annett Will

K.-Liebknecht-Str. 9, 03046 Cottbus

Tel.: 0355-473059

annettwill@aol.com

Praxis für Logopädie Rosita Tag

& Heilpraktikerin Rosita Tag

Marienstraße 4, 03046 Cottbus

Tel.: (0355) 4990868

Internet: www.rosita-tag.de

SMILE - Praxis für Ergotherapie

Bahnhofstraße 65, 03046 Cottbus

Telefon: 0355 - 288 63 784

Email: kontakt@ergo-smile.de

■ Lernen & Bildung

Archäotechnisches Zentrum

Welzow, Fabrikstraße 2, 03119

Welzow, Tel.: (035751) 28224

E-Mail: info@atz-welzow.de

Internet: www.atz-welzow.de

Cottbuser Initiative Waldorfpädagogik

e.V., Schule – Kita – Hort

Leipziger Straße 14,

03048 Cottbus, Tel.: (0355) 473242

Internet: www.waldorf-cottbus.de



NachhilfeFuchs, Friedrich-Ebert-

Str. 46, 03044 Cottbus

Tel. 03055/49 49 70 44

Raumflugplanetarium Cottbus

Lindenplatz 21, 03042 Cottbus

Tel.: (0355) 713109

www.planetarium-cottbus.de

Stadt- und Regionalbibliothek

Cottbus, Berliner Str. 13/14

03046 Cottbus, Tel.: 0355/38060-15

www.bibliothek-cottbus.de

URANIA Cottbus e.V.

Bildungs- u. Begegnungsstätte

Friedrich-Ludwig-Jahn-Str. 13

03044 Cottbus, Tel.(0355) 25881

www.urania-cottbus.de

■ Sonstiges

Haus der Familie e.V.

Goethestraße 93, 03172 Guben

Telefon: 03561 6851-0

Fax: 03561 6851-25

info@haus-der-familie-guben.de

www.haus-der-familie-guben.de

Brigitte-Reimann-Bibliothek

Diétrich-Bonhoeffer-Str. 6/7

02977 Hoyerswerda

03571/456 930

info@bibliothek-hy.de

Musikschule Hoyerswerda

Lausitzer Platz 4

02977 Hoyerswerda

03571/ 209 300

info@musikschule-hy.de

Stadtmuseum und Schloss

Hoyerswerda, Schloßplatz 1

02977 Hoyerswerda

03571/457 930

info@museum-hy.de

Volkshochschule Hoyerswerda

Lausitzer Platz 4

02977 Hoyerswerda

03571/600 800

info@vhs-hy.de

Spreewaldfest in Lübben

16. - 18.09.2011

Bunte Bühnenprogramme, Traditionelles Handwerk und Brauchtum, Spreewälder Spezialitäten, Sport- und Spielangebote, Vergnügungspark, Partybands, Trödelmarkt, Höhenfeuerwerk, Spreewaldrevue, Kahnkorso u.v.m.

Stargast: Frank Zander

www.luebben.de



KLEINANZEIGEN

■ Suche & Biete

Wir bieten Nachhilfe von der Grundschule bis zum Abitur, zu günstigen Preisen ohne Mindestlaufzeit!

www.nachhilfefuchs.de, 0355/49497044, Friedrich-Ebert-Str. 46, 03044 Cottbus

Biete 1 x Windeln ÖKO-MOLTEX Gr. 6 (16-30 kg) + **1 x Feuchttücher** – alles OVP zum Verkauf für 5 EUR an. Tel. 0355-797246

Verkaufe große Wickeltischauflage - Kiefer Massiv + Gummi-Unterlage. Echte Tischlerarbeit. 105 x 77,5 x 25 cm. Optimal zum Aufsetzen auf (Schreib-)Tische! Der Vorteil der Auflage ist die große Stabilität & dass man das Kind LANGE darauf wickeln kann. 40 EUR, Fon 0355-797246.

Biete 2 Betten: 1. 90x200 cm mit Lattenrost von IKEA in Weiß, 2. 1,40 x 200 cm aus Echtholz ohne Lattenrost, auseinander gebaut, sofort abholbar, Preis nach Vereinbarung. Mehr Infos unter Tel: 0355/702028.

Biete diverse coole Kindersachen für Jungen. Größe: 104 – 116. Tel: 0355/4946908 Autorennbahn nicht mehr ganz funktionsstüchtig als Ersatzteillager abzugeben. raabauke@t-online.de

Ruhessel von IKEA aus Rattan mit Metallfüßen NP: 99 EUR, für 70 Euro zu verkaufen. Selbstabholung. Telefon: 0355/861875, AB.

Festliches weinrotes Kleid mit Petticoat und silberner Hello Kitty Stickerei auf der Brust, Größe: 122, von H&M, 15 Euro, Tel: 0355/861875, AB

DDR-Rollschuhe, größenverstellbar mit grünen Lederriemen, 8 Euro, Tel: 0355/861875, AB

Kombi-Puppenwagen von Baby Born, rosa, sehr gut erhalten und liebevoll bespielt, mit Tragetasche und als Sportwagen zu nutzen. 25 Euro, Tel: 0355/702028.

Autoschale von Baby Born, für 10 Euro abzugeben. Tel: 0355/702028.

Tausche MC Donalds Music Hunde gegen Pokemon Figuren. Tel: 0355/4946908.

Wippe in Mondform gelb für 10 Euro abzugeben. (bespielt) Tel: 0355/702028

HABA Spiel „Schildi Strandkröte“ – Spielesammlung mit Kullerkröte. Das Spiel fördert Feinmotorik, Auge-Hand-Koordination sowie freies Spiel. Spielplan beidseitig bespielbar. Ab 4-99 Jahre, wie neu für 15 Euro. Tel: 0355/861875.

HABA Spiel „Lorelamm“. Ab 5 Jahre, gebrauchter Zustand, 6 Euro. Tel: 0355/861875.

Biete ab sofort bis 08/2012 Tiefgaragenparkplatz im Citypoint, Tel. 0176-52226853.

Verkaufe metallic schwarzen Familienkombi Mitsubishi Lancer 2.0, Bj: 2004, TÜV/AU: 06/2013, 64TKm, Autogas, weitere Infos unter: 0163/3656782.

■ Grüße & Küsse

Hallo Schatzi, alles alles Liebe zu deinem Geburtstag und einen wunderschönen Tag, wünscht dir deine lausebande!!!

August/September 2011 November

lausebande

Das Familien- und Elternmagazin

Jedes Trauer- und Spielplatz-ereignis ist ein Trauerereignis. Diebstahl-Stiftung Die besten Projekte für Kinder werden angeregt. lausebande Ernährungsworkshop Der Gewinner ist...



Auf die Schule fertig los!
Vom richtigen Start ins lebenslange Lernen

IMPRESSUM

Herausgeber & Verlag

zwei helden UG (haftungsbeschränkt)
Stadtpromenade 4, 03046 Cottbus
Telefon / -fax: 0355 - 289252-0 / -22
www.zweihelden.de, info@zweihelden.de
Geschäftsführer: *Jens Taschenberger*
(V.i.S.d.P.)

Projektleitung: *Melanie Schreiber*
Redaktion: *Annette Raab, Katrin Löder, Antje Wienhold, Jörg Becker, Annett Will, Romy Rettinghaus, Janett Scheck, Jens Taschenberger* redaktion@lausebande.de
Terminredaktion: *Romy Rettinghaus*
termine@lausebande.de
Anzeigenleitung: *Melanie Schreiber*
Telefon: 0355/289252-23
E-Mail: ms@zweihelden.de

Anzeigen: *Annette Raab*
Anzeigenpreisliste: Nr. 1/2011 vom 17.2.2011
Satz/Layout Büro 68, *Heiko Jaehnisch*
www.buero68.de

Titelfoto codiarts, *Harry Müller/Ben Peters*
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

2011 by zwei helden UG (haftungsbeschränkt)
Nachdrucke sind – auch auszugsweise – nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages gestattet und honorarpflichtig.
lausebande erscheint jeweils am Monatsanfang. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder wird keine Gewähr übernommen. Rücksendungen oder die Verantwortung sonstiger Zuschriften kann nur erfolgen, wenn ausreichend Porto beiliegt.
www.lausebande.de



Ihre Kleinanzeige? Rubriken: Unterricht & Nachhilfe, Suche & Biete, Grüße & Küsse, Wohnen & Leben, Babysitter & Betreuung, Dies & Das. Senden Sie per E-Mail an:

kleinanzeige@lausebande.de

Die Veröffentlichung bleibt der Redaktion vorbehalten.

FAMILIENSPIELZEIT 2011/2012

MUSIK-THEATER-FAMILIENANRECHT

Entdecken Sie gemeinsam mit Ihren Kindern
die phantastische Welt des Theaters und der Musik!

Ballett

HARLEKIN von Giorgio Madia

So 27.11.2011 16 Uhr | Großes Haus

Oper

HÄNSEL UND GRETEL von Engelbert Humperdinck

Sa 17.12.2011 18 Uhr | Großes Haus

Familienkonzert

DER FEUERVOGEL von Igor Strawinski

So 1.4.2012 11 Uhr | Großes Haus



STAATSTHEATER
COTTBUS



Anrechtspreis für 3 Vorstellungen insgesamt

	PGr. A	PGr. B	PGr. C	PGr. D	Vorteil*
Erwachsene	46 €	42 €	38 €	34 €	bis 50 %
Kinder	18 €	16 €	14 €	12 €	bis 68 %

*gegenüber dem zu zahlenden Freiverkaufspreis | Änderungen in der Vorstellungsfolge vorbehalten

Chemie, die verbindet.

Tag der offenen Tür 24.9.2011

BASF Schwarzheide GmbH

Erleben Sie bei Werksrundfahrten und Anlagenbesuchen unseren modernen Produktionsstandort hautnah. Erfahren Sie bei Vorträgen und Experimenten mehr über das Element Wasser. Feiern Sie bei Spiel und Unterhaltung mit uns das Internationale Jahr der Chemie.

10.00 bis 16.00 Uhr

Werksgelände der BASF in
Schwarzheide, Eingang TOR 2
Schipkauer Straße 1

 **BASF**
The Chemical Company