

Ausgabe Lausitz **Oktober 2014** Kostenfrei



lausebande

Das Familien- und Elternmagazin

Herbstmesse Cottbus Die Familienmesse vom 10. bis 12. Oktober

Sophie Schütt Interview zu Schwangerschaft, Alkohol und natürlicher Geburt

Pro Lausitz Klartext zu Energiewende und Lausitzer Braunkohle



**Tipps zu
Halloween**
ab Seite 22

Magazin der
**FAMILIEN
BAN.DE**

Sei ein Frosch ...

Ein Ratgeber zu kindlicher Sexualität.



NEUE
FOLGEN

VOLLES PROGRAMM WISSEN!

DEINE TOGGO WISSENSMAGAZINE

TÄGLICH UM 18:45 UHR
NUR BEI **SUPER RTL**



Mehr Infos auf www.toggo.de

TOGGO
VON **SUPER RTL**

Liebe Lausebanden,



das bedeutendste Ergebnis der Brandenburger Landtagswahlen war sicher, dass sich viel zu wenige dafür interessierten. Eine Wahlbeteiligung von nicht einmal 48% spricht für sich. Zu viele scheinen das Vertrauen in die Politik verloren zu haben. Nimmt man das mit der Erkenntnis zusammen, dass Bildung für die Brandenburger wichtigstes Thema war, wird das viele Eltern kaum verwundern. Ob Brandenburger Kitas oder Schulen, wir haben im

Betreuungsschlüssel für die Kleinsten bundesweit die Rote Laterne und Jahrzehnte der Experimente lassen unsere Schulen nicht viel besser aussehen. Auch wenn sie sich jetzt mit Tausendschaften neuer Lehrer überschlagen, wissen wir doch, dass alle großen Parteien über viele Jahre an dieser Misere mitgeschrieben haben. Es wäre zu wünschen, dass in den Kitas endlich mehr Personal und Kompetenz Einzug halten und das Land deutlich mehr in die Bildung unserer Kinder investiert. Das würde in fünf Jahren sicher auch mehr Menschen motivieren, die Politik mit ihrer Stimme zu unterstützen. *Ihr Jens Taschenberger*

Inhaltsverzeichnis

Aktuelles

4 Grußwort Holger Kelch 5 Einfach mal richtig Austoben! / Mucki-Konzert im Staatstheater 6 Von Kranichen und Expeditionen/ Regenwaldschule oder Dschungelcamp 8 Letztes Spielabenteuer/ Auf zum Gleis 3 9 Kehraus in Knappenrode/ Laternenabenteuer 10 Zootag Hoyerswerda/ Premiere im Planetarium/ Kunstmarkt Geisendorf 11 Der kleine Nick/ Impfen schützt 12 Das Jahr100Spektakel/ Zauber und Horror 14 Gesund Staunen 16 Tipps zur Nacht der kreativen Köpfe 22 Spuk & Geister 2014

Titelthema

27 Sei ein Frosch
35 Interview Wolfgang Kindler

Promi-Interview

42 Sophie Schütt: „Mehr Herz und Seele“

Empfehlungen

13 15. Cottbuser Puppenfestspiele
15 Nacht der kreativen Köpfe im CTK
17 Nacht der kreativen Köpfe bei Vattenfall
18 Familienevent: Herbstmesse 2014
20 Auf zu Klassenfahrt & Wandertag
38 Energiewende einfach erklärt
40 Bücherempfehlung

Ratgeber

48 Ernährung nach Blutgruppen
49 Nur kontinuierlich lernen hilft

AUS LIEBE ZUM GUTEN GESCHMACK

seit 1993

KÜCHEN

SABINE GEISLER

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

Liebe Leserinnen und Leser der „lausebande“,



Es freut mich sehr, die Familien in Cottbus und in ganz Südbrandenburg in der ersten Ausgabe unseres regionalen Familienmagazins „lausebande“ nach dem Wahlmonat als künftiger Oberbürgermeister der Stadt Cottbus

begrüßen zu dürfen. Als Vater von vier Kindern hat Familie den zentralen Stellenwert in meinem Leben. Sie ist das wichtigste, die Arbeit das zweitwichtigste – und beide Dinge versuche ich immer zu verbinden, so gut es geht. Ich hoffe für meine Heimatstadt Cottbus, aber auch für meine Frau und meine Kinder, dass mir das auch in der neuen Verantwortung immer gut gelingt.

Diese ganz persönliche Einstellung eröffnet mir natürlich auch einen anderen Blick auf die Familienfreundlichkeit unserer Stadt, die als Oberzentrum auf die gesamte Region Südbrandenburg ausstrahlt. Gute Angebote für Familien in Cottbus kommen auch Ihnen in Peitz, in Burg, in Spremberg oder andernorts in der Umgebung zugute.

Hier lasse ich mich in den kommenden Jahren gern an meinen Wahlversprechen messen. Deshalb habe ich auch kein unüberschaubares Wahlprogramm mit etlichen Punkten aufgestellt, sondern mich auf drei wesentliche Inhalte konzentriert. Ein erfolgrei-

ches Cottbus mit seinen wichtigen wirtschaftlichen Effekten auch für das Umland sowie ein familienfreundliches und lebenswertes Cottbus bestimmen schon zwei dieser drei Inhalte. Beide sind meines Erachtens entscheidend für die Lebensqualität junger Familien.

Dabei ist mir das Miteinander der Generationen wichtig, genauso, wie wir das in unserer Familie leben. Deshalb will ich die Kinder-, Jugend-, Senioren- und Kulturarbeit besonders unterstützen. Hier freue ich mich über alle Anregungen und Hinweise, wo es Dinge zu verbessern gilt oder wo Hilfe notwendig ist. Ganz klar ist meine Vorstellung bei der Grundsanierung der Kitas, Schulen und Sporthallen in Cottbus. Hier werde ich alles daransetzen, dies in den nächsten vier Jahren komplett abzuschließen.

Ein gelebtes Miteinander setzt aber voraus, dass alle mit anpacken. Insofern möchte ich Sie ermuntern, sich für Familien einzumischen und zu beteiligen, genau wie das Familienmagazin „lausebande“ es seit Jahren tut. Sie machen das auch für Ihre Familie und für Ihre Kinder. In diesem Sinne: machen wir unser Zuhause doch gemeinsam noch familienfreundlicher, als es das jetzt schon ist!

Herzliche Grüße,
Ihr Holger Kelch
Designierter Oberbürgermeister der Stadt Cottbus

Unser Titelfotograf: Hochzeiten, Mütter-Models, Porträts ...

Jolie und Quinn (beide 7) knutschen, wie sie es bei den Großen gesehen haben. Doch wie weit darf das Spiel gehen? Kindliche Sexualität ist oft ein Tabuthema, dem wir uns auf dem Titel dieser Ausgabe sehr einfühlsam nähern – und die Kleinen hatten auch wirklich Spaß dabei. Fotografiert hat wie immer Steffen Schwenk, der auch besondere Familienevents oder Hochzeiten mit schönen Fotografien begleitet. Mehr Infos unter www.light-impression.de.



Einfach mal so richtig **Austoben!**

Die Kindertobetage machen in Senftenberg, Cottbus und Hoyerswerda Station!



Die Kindertobetage sind ein Paradies für Kids.

Mit dem Herbst kommen auch wieder die graunasskalten Tage, in denen die Kids der Sommerzeit nachtrauern. Dank Kinderland Böhmen ist zumindest an einigen Tagen Rettung in Sicht: die Kindertobetage bieten viele große und kleine Attraktionen. Klettern, Rutschen, Hindernisrennen,

Rodeo etc., auf den Tobetagen entsteht immer der größte und wildeste Spielplatz der Stadt. In Cottbus am vierten Oktoberwochenende sogar mit ca. 30 Attraktionen auf 3.000 m² Tobefläche in der riesigen Messe-Halle 1. Eltern und Geschwister, Omas und Opas, alle zusammen können diese besonderen Erlebnistage in Familie genießen. Mit Kaffee und Kuchen, Limo und Cola, Würstchen, Suppe, Pommes und Nudeln ist auch die Tobepause organisiert.

Termine der Kindertobetage

- 12.10. Niederlausitzhalle Senftenberg, 14-18 Uhr
- 25.10. Messehalle Cottbus, 14-18 Uhr
- 26.10. Messehalle Cottbus, 10-18 Uhr
- 16.11. Sporthalle WK X Hoyerswerda, 14-18 Uhr

www.kindertobetage.de

Mucki-Konzert im Kammersaalksaal des Staatstheaters



Am 16.10. um 9.30 Uhr ist Mitmachen im Kammersaalksaal Programm! Die Zuhörer, vor allem die 3- bis 5-jährigen, können tanzen, klatschen, hüpfen, stampfen – je nach-

dem, wozu die Musik einlädt. Natürlich soll auch zugehört werden, Ohren und Herzen können genauso „trainiert“ werden wie „Muckis“, die Muskeln. Beim ersten Mucki-Konzert gibt es tolle Kammermusik von MONIUSZKO, CHOPIN und MENDELSSOHN BARTOLDY mit gleich vier Streichinstrumenten.

www.staatstheater-cottbus.de

Matthias Schweighöfer spricht den Kater Thunder

Karoline Herfurth spricht die Maus Maggie

DAS MAGISCHE HAUS

JETZT IM HANDEL ERHÄLTlich

Blu-ray 3D mit auswechselbarem Covermotiv

Prädikat besonders wertvoll FBW

nWave WWW.DASMAGISCHEHAUS.DE [f/DASMAGISCHEHAUS](https://www.facebook.com/DASMAGISCHEHAUS) STUDIOCANAL

Von Kranichen und nächtlichen Expeditionen

Das Natur-Erlebniszentrum Wanninchen hat derzeit Kranich-Hochsaison



Im Herbst herrscht im Natur-Erlebniszentrum Wanninchen wieder Hochbetrieb. Hier wurde nach dem Tagebau die Heinz-Sielmann-Stiftung aktiv und sicherte ehemalige Tagebaulandschaft für den Naturschutz. Heute kann man hier eine Landschaft im Wandel erleben – und im Herbst unzählige Kraniche beobachten. Im Oktober geht es immer mittwochs und samstags ab 17 Uhr mit dem Fernglas zur Beobachtung an den Schlabendorfer See. Höhepunkt ist am 23. Oktober ab 16 Uhr eine Taschenlampenexkursion in den Görlsdorfer Wald mit vielen lustigen Spiel- und Rätselstationen. Der Spaß dauert ca. 1,5 Stunden, kostet pro Kind 3 Euro und eine Taschenlampe sollte nicht vergessen werden. Informationen gibt es unter Telefon 03544 557755 oder E-Mail wanninchen@sielmann-stiftung.de.



Hier können Kinder Natur live erleben!



www.wanninchen-online.de

Herbstferien in Regenwaldschule oder Dschungelcamp

Foto: Biosphäre Potsdam



In der Biosphäre Potsdam ist 365 Tage im Jahr Sommer. Hier haben Kids jede Menge zu entdecken – in den Herbstferien vom 18.10. bis 2.11. sogar mehr denn je. Dann können Kinder in der Regenwaldschule zu Forschern werden. Jeweils zur vollen Stunde starten Experimentierkurse. Dienstags und

donnerstags finden die Kurse nicht statt, dafür gibt es an diesen Tagen ganz neu von 9 bis 14 Uhr Feriencamps für Gruppen aus 5-15 Kindern im Alter von 6-13 Jahren. Die Regenwaldschule kostet pro Kind 1,20 Euro zzgl. Eintritt, das Feriencamp kostet inkl. Verpflegung knapp 60 Euro. Übrigens können Eltern währenddessen beim ausgiebigen Biosphäre-Frühstück entspannen. Das wird von 10-14 Uhr auf einer Terrasse mit Blick über den Tropengarten gereicht und muss zwei Tage vorher angemeldet werden. Anmeldungen sind unter Telefon 0331 550740 möglich.



www.biosphaere-potsdam.de

Tag und Nacht in guten Händen!

- Individuelle Kinderbetreuung/Babysitting
- Abholservice aus Kita/Hort
- Betreuung im Krankheitsfall
- „Zeit für mich – die Ausfahrtstunde“

Ihre Ansprechpartnerin: Sybille Kloss, Tel. 0355 2904851

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
Regionalverband Südbrandenburg
rv.srb@johanniter.de
www.johanniter.de/rv-srb
www.facebook.com/juh.srb



DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben





HALLOWEEN IM PiPaPo

Das PiPaPo verwandelt sich in eine düstere Spielewelt. Inmitten von Blitz, Donner und Nebel spuken auch in diesem Jahr wieder die Gestalten des Schreckens und Gruselns durch die Halle.

Zur Stärkung zaubert unser Küchengollom ein Eckelbuffet mit Getränken, warmen und kalten Speisen und leckeren Desserts. Von diesem könnt Ihr vor Ort so viel essen und trinken bis Ihr platzt.

Gruselt mit uns zusammen durch das PiPaPo und Ihr werdet viel Spaß haben.

Vorverkauf im PiPaPo

Bitte beachten:

Regulärer Betrieb verkürzt von 10 bis 16 Uhr.

Altersempfehlung: ab 5 Jahre

Datum: 31.10.2014

Uhrzeit: 17 - 22 Uhr

Kinder 10,00 €

incl. Buffet 20,00 €

Erwachsener 5,00 €

incl. Buffet 20,00 €

Verkleidung:

Kinder pflicht



WeltVeganTag im PiPaPo

mmmh lecker bei uns wird jeder satt.

Anlässlich des Welt Vegan Tages zeigen wir Ihnen einen kleinen Überblick über vegane Gerichte die wir ständig in unserem Programm führen und dazu einige Besonderheiten.

Vegane Gerichte werden ganz ohne tierische Produkte zubereitet. Keine Butter, kein Ei, natürlich auch kein Fleisch oder Fisch.

Schwer zu glauben, doch ob Sonntagsbraten, Nudeln, Hamburger oder auch Kuchen, alles ist möglich.

Probieren Sie unsere veganen Speisen einfach mal aus. Sie werden es sehen, schmecken und riechen.

Datum: 01.11.2014

Uhrzeit: 10 - 19 Uhr

Externe + interne
Gastronomie



www.worldveganday.org

Auf zum letzten **Spielabenteuer** dieses Jahres!

Auf der Kulturinsel wird der Saisonabschluss traditionell mit dem SPIELUM begangen.



Bevor sich der grüngerigelte Abenteuer-spielplatz auf der Kulturinsel Einsiedel in den Winterschlaf verabschiedet, wird am 18. Oktober zum großen SPIELUM für alle Legendenabenteurer eingeladen. Kleine wie große Kulturinsel-Schatzsucher treiben sich an diesem Tag auf der Kulturinsel herum, der Höhepunkt ist aber das abendliche gänsehauthubbelnde, nackenhaaraufstellende, herzdindiehsehüpfelnde Nachtgeländespiel! Alle Abenteurer werden dann mit einem großen Abschlussfeuer belohnt, das die Wintergeister noch ein Stück hinhalten soll.



SPIELUM – letzte Sause auf der Kulturinsel



www.kulturinsel.de

Herbstferien in Lübbenau? **Auf zum Gleis 3!**



Mädchen und Jungen in Lübbenau aufgepasst! In den Herbstferien ist die Kreativwerkstatt am GLEIS 3 Kulturzentrum Lübbenau immer dienstags bis donnerstags von 10-13 Uhr

geöffnet. Hier kann man sich in unterschiedlichsten Handarbeitstechniken ausprobieren und unter Anleitung das Sticken, Stricken, Häkeln, Nähen an der Nähmaschine und vieles mehr erlernen. Geleitet wird die Kreativwerkstatt seit mehr als 5 Jahren von Christine Flassig, die genau weiß, was die Werkstatt zu bieten hat: „Tolle Materialien liegen bereit. Hosen kürzen, das eigene Handytäschchen kreieren, Kleidung mit besonderen Accessoires aufpeppen – der eigenen Kreativität sind keine Grenzen gesetzt!“. Infos gibt es unter Telefon 03542 403693 oder unter:



www.gleis3.org

FERIEN-
PROGRAMM



365 TAGE SOMMER IM JAHR

BIOSPHERE POTSDAM

GEORG-HERMANN-ALLEE 99 | 14469 POTSDAM

Kehraus in Knappenrode

Markttreiben und spannende Einblicke.



Ein Volksfest rund um Lausitzer Industriekultur

 Am 5. Oktober steht in der Energiefabrik Knappenrode das erste große Herbstereignis an. Zum traditionellen „Kehraus“ gibt es ein buntes Treiben und besonders für Familien ein spannendes Programm, unter anderem mit einem großen Markt mit regionalen Produkten und Handwerk, mit Musik rund um ein großes Feuer, mit Öfen, Briketts und spannenden Sonderführungen durch die Geschichte Lausitzer Industriekultur. Familien können aber auch Rundgänge durch den Tertiärwald unternehmen. Madame Rosa durchstreift das weitläufige Areal, die Draisine fährt auf Lichterfahrten ums Museum. Es gibt Schwein am Spieß, der Schmied aus Terpe schürt das Feuer, Schattentheater und Schornsteinfeger begeistern mit ihren Geschichten.

 www.saechsisches-industriemuseum.de

Laternenabenteuer im Wald

Nachts durch den Märchenwald!



Abenteuerlicher Umzug durch die Nacht

 Mitten im Wald, in den Gehrener Bergen, nur 6 km von Luckau entfernt, liegt die Waldbühne Gehren. Am 17. Oktober ab 17 Uhr werden dort viele kleine Besucher mit ihren Familien erwartet. Einem bunten Treiben im Saal der Gaststätte mit Basteln, Spiel und Spaß folgt um 19 Uhr ein musikalischer Lampionumzug durch die Gehrener Berge. Schon seit vielen Jahren spukt hier ein kleines Gespenst und unterwegs wird auch wieder eine neue Geschichte vom kleinen „Spukgespenst“ erzählt. Wer aufmerksam ist, kann es auf der Wanderung auch entdecken. Danach klingt der Abend bei einem kleinen Lagerfeuer und Stockbrobacken aus. Kinder zahlen 2 Euro, Erwachsene 3 Euro und Lampions sollten unbedingt mitgebracht werden.

 www.waldbuehne-gehren.de

AQUASPHÄRE

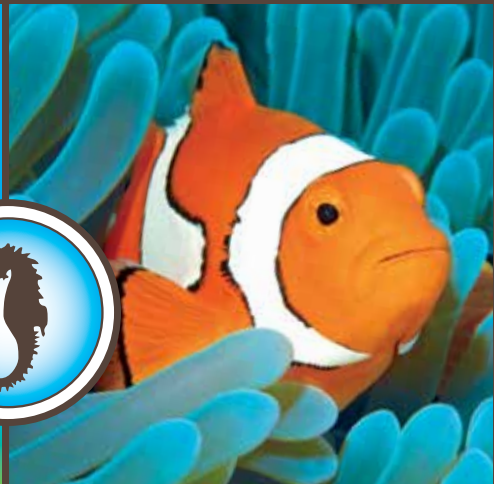
DAS NEUE UNTERWASSER-ERLEBNIS

BIOSPHERE

POTSDAM



WWW.BIOSPHAERE-POTSDAM.DE | T. 0331 - 550 74 0



21. Zootag Hoyerswerda am 3. Oktober

Ab 14 Uhr sind Familien zu einem bunten, tierischen Treiben willkommen.

 Hereinspaziert zum Zootag: Schauen Sie hinter die Kulissen und erhalten Sie einen Einblick in die tägliche Arbeit eines Tierpflegers. An einzelnen Stationen erfahren Sie, was Sie schon immer über den Zoo Hoyerswerda wissen wollten. Wussten Sie zum Beispiel dass einige Fischotter nach der Geburt wasserscheu sind? Viele Interessante Einblicke in die Tierwelt des größten Zoos der Oberlausitz warten auf Sie. Neben altbewährten Attraktionen präsentieren sich auch die einzelnen Zooabteilungen. Wer Interesse an einer Ausbildung zum Tierpfleger hat, sollte sich den Zootag nicht entgehen lassen, denn auch die Azubis stellen sich vor und erklären, wie so eine Ausbildung im Zoo Hoyerswerda ablaufen kann. Bei der Schautierfütterung im Streichelzoo können die kleinen Besucher selbst aktiv werden. Zudem wird es immer wieder viele Spiele und Aufgaben geben und zu gewinnen gibt es da natürlich auch einiges.



Kleiner Tipp: Gehen Sie doch einmal an der neuen Erdmännchen- und Stachelschweinanlage vorbei, vielleicht erblicken Sie schon etwas.

Zootag Hoyerswerda - 3. Oktober 2014, ab 14 Uhr
Schaufütterungen: 14 Uhr Fischotter, 14:20 Uhr Krokodile, 14:45 Uhr Pinguine, 15:15 Uhr Lama & Nandu, 15:30 Uhr Schaufütterung Streichelzoo, 15:45 Uhr Trampeltiere, 16:00 Uhr Pelikane, viele Info-Stationen ab 14 Uhr



www.kulturzoo-hy.de

Premiere im Planetarium

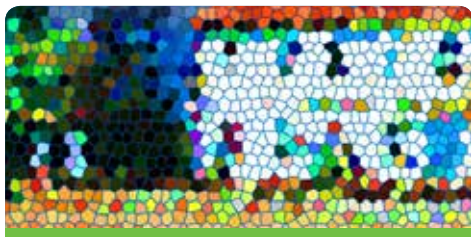


 Der Mond auf Wanderschaft: Dieses Programm gehört zu den Klassikern im Planetarium Cottbus. In den 80er Jahren entstanden, zählte es bis 2012 zum Stammrepertoire des „alten“ Cottbuser Planetariums. Nun wurde die Geschichte für Kinder ab 6 Jahren wieder aufgegriffen. Sie musste etwas entstaubt, der neuen Technik angepasst und völlig neu produziert werden. Als Sonne und Mond, die durch die Sternbilder des Tierkreises wandern, sind die großartigen Cornelia Jahr und Peter Hartmann zu hören. Premiere ist Mittwoch, 15. Oktober 2014 um 15 Uhr, weitere Vorstellungen siehe:



www.planetarium-cottbus.de

Kunstmarkt Geisendorf



 Kunstmärkte gibt es viele – aber der Geisendorfer Kunstmarkt am Tagebaurand ist sicher etwas Besonderes. Am 26. Oktober geben hier von 13 bis 17 Uhr Künstler aus der Region einen Einblick in ihre Arbeit, kommen mit den Besuchern ins Gespräch und bieten ihre Kunstwerke natürlich auch zum Kauf an. Ein spannender Nachmittag mit Kunst und Musik sowie Kaffee und Kuchen im Gutshaus – den man gut mit einem Ausflug in die beeindruckende Lausitzer Bergbaulandschaft verbinden kann. So gibt es Kunst für die Großen und was zum Staunen für die Kleinen.



www.kunstmarkt-geisendorf.de

Kinostart: Der kleine Nick



Mit „Der kleine Nick macht Ferien“ kommt die zweite Verfilmung des Kinderbuch-Bestsellers am 2. Oktober in die Kinos. Ebenso wie seinem Vorgänger gelingt es dem sympathischen Film über Kinder, Sonne, Strand und Ferien den Humor und nostalgischen Lausbuben-Charme der Bücher zu wahren. Eine liebevolle Erinnerung an die Magie der Sommerferien und eine humorvolle Verbeugung vor Kinolegenden wie Alfred Hitchcock und Brigitte Bardot. Eine Hommage an die Kindheit und das Kino, an der nicht nur Kids ihren Spaß haben, sondern auch die großen Leinwandliebhaber.

Impfen schützt ALLE



Mehr zu diesem Thema unter www.lausebande.de

Mit der bevorstehenden Grippezeit steht für viele Familien auch das Impfen an. Wer seine Kinder impft, tut allen Kindern entgegen mancher Schreckensnachrichten Gutes, denn nur ab einer bestimmten Impfquote ist eine Gemeinschaft vor Epidemien sicher. Insoweit leben die Faulen und Unbelehrbaren auf Kosten jener, die vorsorgen. Ausführliche Informationen zu allen Belangen rund ums Impfen und zur Grippezeit 2014/2015 sind auf der Seite www.impfen-info.de zu finden, für die die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung verantwortlich zeichnet.

 www.impfen-info.de

STRUWWELPETER MIT MUSIK

Im „Struwwelpeter“ geht's hart zur Sache. Es werden Dauen abgeschnitten, Kinder ins Tintenfass gesteckt, eins verhungert, eins verbrannt und eins verschwindet samt Schirm auf Nimmerwiedersehen. Dennoch haben seit mehr als 150 Jahren Eltern und Kinder ihr Vergnügen an diesem Buch. Seine abschreckende Wirkung, wenn die vom Autor wirklich je beabsichtigt war, hat der Almanach längst verloren. Die Parteinahme für die, die da gestraft und verspottet werden, die Begeisterung für die Macken der Kinder aber hat er behalten. Neugier, Tagträumerei, Trotz und Nonkonformismus erscheinen heute weniger als Fehler, die durch Erziehung korrigiert werden müssen, denn als ein Potential, das auf dem Weg ins Erwachsenen-dasein verloren zu gehen droht, weshalb sich in all das Lachen über die „Kindermaleure“ immer auch ein gerüttelt Maß an Melancholie mischt ... Genau darauf zielt der „Struwwelpeter“, der als „Skockheaded Peter“ im Großen Haus von einer Schauspiel- und Musikertruppe um Gunnar Golkowski zu neuem Leben erweckt worden ist. Die Theatermacher nutzten die Musicalversion des Kinderbuches, die 1998 die englische Band „The Tiger Lillies“ erfand. In ihr wird die Diskrepanz zwischen kindlichem Alltagsverhalten und existentiellen Strafen auf besonders eindrucksvolle Weise erlebbar; ein Vorzug, den die Cottbuser Schauspieler mit größtem Vergnügen auszunutzen wussten. Entstanden ist, so das kulturradio vom rbb, „bestes Unterhaltungstheater, abgründig und voller Witz“.

SHOCKHEADED PETER

Grusical der Band „Tiger Lillies“ nach dem Kinderbuch „Der Struwwelpeter“ für Familien mit älteren Kindern
So 19.10.2014, 16 Uhr | Großes Haus
Karten im Besucher-Service Tel. 0355 7824 2424



TESTOSTERON TANKSTELLE

Männerfrühstück:
Rührei mit Speck, kleine
Bratwürstchen und
gegrillte Tomate, dazu
Semmel oder Baguette.
- im Oktober nur 7,30 €

Schiller
Das Theatercafé

Ganz große Bühne: **Das Jahr100Spektakel**

Mit neuem Intendanten startet die Neue Bühne Senftenberg ein neues Spektakel!



An dieser Stelle sei allen Eltern einmal ein besonderes Theaterspektakel ans Herz gelegt. Mit einer Dauer von 5,5 Stunden inklusive der Pausen ist es sicher nichts für kleinere Kinder, aber auf jeden Fall eine große Empfehlung. In drei Teilen unternimmt das Spektakel eine Reise durch ein Jahrhundert, durch Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Den ersten Teil genießen alle Besucher gemeinsam, haben beim zweiten Teil dann aber die Wahl zwischen vier verschiedenen Stücken, die parallel an verschiedenen Orten laufen. Im dritten Teil des Abends treffen sich dann wieder alle Zuschauer zum utopischen Liederabend. Wer gut plant, der hat beim zweiten Teil die Auswahl, wer spät kommt, lebt mit der Überraschung. Es gibt in den Pausen auch reichlich Gelegenheiten, das Theatergelände zu entdecken. Dieses Theaterspektakel ist vom 2. Oktober bis zum 1. November in insgesamt 12 Vorstellungen zu erleben. Es wird generell Freitags und Samstags



Eine lange Theaternacht für eher große Besucher

und zusätzlich am ersten und letzten Donnerstag des Monats aufgeführt, Startzeit ist je nach Tag 18 oder 19 Uhr, man schnuppert also bis Mitternacht Theaterluft. Karten gibt es unter Telefon 03573 801286 oder auf der Theater-Internetseite unter:



www.theater-senftenberg.de

Studienkreis
Profi-Nachhilfe für alle!



Gute Noten – gut draufl!

Profi-Nachhilfe vom Studienkreis:
Das ist individuelle Förderung ohne Druck
und in entspannter Lern-Atmosphäre von
der Grundschule bis zum Abitur.

Cottbus, Altmarkt 20, Tel. 0355/3819814
Forst, Cottbuser Str. 35, Tel. 03562/661728
Spremberg, Karl-Marx-Str. 8, Tel. 03563/90014
Guben, Pestalozzistr. 21, Tel. 03561/2300

Anmeldung und Beratung: Mo-Do: 14-17 Uhr

Zauber & Horror im Labor



Im Mitmachmuseum Extavium direkt am Filmpark Babelsberg Potsdam trifft Alchemie auf Wissenschaft. Noch bis zum 31. Oktober können Kids im Labor zu Zauberlehrlingen werden. Kleine und große Besucher zaubern mit Zutaten aus dem Küchenschrank mysteriöse Farbmischungen und lassen eiskalten Dampf über die Tische wabern – ein 30-minütiger Experimentierkurs mit viel Spaß beim Entdecken, Forschen und Verstehen. Als Halloween-Spezial gibt es vom 27. bis 31. Oktober wissenschaftlichen Gruselspaß mit Halloween-Grusel-Experimenten samt erhöhtem Spaßfaktor. Infos unter Telefon 0331 721222 und unter:



www.extavium.de

15. Cottbuser Puppenspielfest

24. bis 26. Oktober im Piccolo Theater Cottbus



Ein Wochenende mit ausgezeichnetem nationalen Puppentheater für die ganze Familie!

... wenn klein und groß mit Kinderaugen staunen – Hände Hoch!



Zum nunmehr 15. Mal findet das vom Verein der Freunde und Förderer des Puppenspiels und dem Piccolo Theater Cottbus organisierte und ausgerichtete Puppenspielfest „HÄNDE HOCH“ statt. Zehn bemerkenswerte Produktionen für alle Altersgruppen werden kleinen und großen Zuschauern vom Freitag bis zum Sonntag geboten. Puppenspieler aus ganz Deutschland unternehmen

an diesem Wochenende eine Reise in das Reich der Phantasie. Es ist unglaublich überwältigend, welche Stimmungen Puppen und Menschen beim gemeinsamen Spiel auf der Bühne insbesondere auf Kinder erzeugen können. Lassen Sie sich und Ihre Kinder von wunderschönen Puppentheaterinszenierungen verzaubern. Unser Tipp: Karten rechtzeitig unter Telefon 0355 23687 sichern!

Rechtzeitig Karten unter
Telefon 0355 23687 sichern!

Vorstellungen für Kinder!

Sa. 25.10. um 10.00 Uhr

Ritter Rost

für Menschen ab 4 Jahren,
Spielzeit: 50 Minuten
Theater Mensch Puppe Bremen

Sa. 25.10. um 17.00 Uhr

Däumelinchen

für Menschen ab 4 Jahren,
Spieldauer: 45 Minuten
Piccolo Theater Cottbus

Sa. 25.10. um 15.00 Uhr

Was rappelt in der Kiste

für Menschen ab 3 Jahren,
Spielzeit: 40 Minuten
Theater Kaufmann & Co. Berlin

So. 26.10. um 10.00 Uhr

Kannst du pfeifen, Johanna

Das Weite Theater Berlin
für Menschen ab 5 Jahren
Spieldauer: 55 Minuten

So. 26.10. um 11.00 Uhr

Wind im Gummistiefel

für Menschen ab 2 Jahren
Spieldauer: 40 Minuten
Theaterfusion Berlin

So. 26.10. um 16.00 Uhr

Die Bremer Stadtmusikanten

für Menschen ab 4 Jahren
Spieldauer: 60 Minuten
Theater Kerstin Wiese Erfurt

Alle Veranstaltungen im Piccolo Theater Cottbus, Erich-Kästner-Platz
Eintrittspreise für Vormittags- und Nachmittagsvorstellungen:
Erwachsene 8 € / Ermäßigt 6 €, Kinder 4 €

Das ganze Festivalprogramm und
weitere Informationen:

 www.piccolo-cottbus.de

Gesund Staunen!

Nacht der kreativen Köpfe am 11. Oktober



Eine spannende Entdeckertour für die ganze Familie!

Fotos: Thomas Goethe (links), Johannes Kozial (rechts oben), pro!production (rechts unten)



Zur 8. Cottbuser Nacht der kreativen Köpfe dreht sich am 11. Oktober von 19 bis 24 Uhr alles rund um das Thema Gesundheit. Bei unheimlich vielen spannenden Familienangeboten können Kids und Eltern an insgesamt 20 Orten viel erleben, entdecken, erforschen und staunen. Es gibt einzigartige Blicke hinter die Kulissen verschiedenster Cottbuser Institutionen und Unternehmen. Über 170 spannende Programmpunkte mit Experimenten, Vorträgen, Ausstellungen und zahlreichen Mitmach-Aktionen bedienen Entdecker und Forscher jeden Alters. Kinder bis 6 sind frei, Einzeltickets kosten im Vorverkauf 10 Euro, am Abend 12 Euro, Gruppentickets bis 4 Personen im Vorverkauf 25/abends 30 Euro. Der Bus-Shuttle zwischen allen Stationen ist im Eintritt enthalten.

Vorverkauf auf 6.000 Tickets limitiert!

Das ist 2014 NEU: der Vorverkauf wurde limitiert. Wer sicher gehen will, sollte sich deshalb schnellstens Tickets im CottbusService der Stadthalle oder an allen bekannten Vorverkaufsstellen sichern. Noch bequemer geht es per Internet unter www.ndkk.de. Restkarten gibt es am 11.10. an der zentralen Abendkasse im CottbusService (18-23 Uhr) und an folgenden Veranstaltungsorten: BTU/ Campus Sachsen-dorf, Carl-Thiem-Klinikum, Vattenfall.

20 Orte – über 170 Angebote – 1 Ticket

Die Stationen zur Nacht der kreativen Köpfe

1. Brandenburgisches Apothekenmuseum
2. BTU Cottbus-Senftenberg, Campus Sachsen-dorf
3. BTU Cottbus-Senftenberg, Zentralcampus
4. **Carl-Thiem-Klinikum**
5. **Carl-Thiem-Klinikum/Siemens**
6. Chakra Wellness & Fitness
7. DRK Blutspendedienst Nord-Ost
8. Evangelisches Gymnasium
9. Fahrradcenter Lutz Heßlich
10. Familienhaus
11. Feuer- und Rettungswache 1
12. **Gemeinschaftslabor Cottbus**
13. Lausitz Arena/ Lausitzer Sportschule
14. Lebenshilfe Werkstätten
15. Lernzentrum Cottbus
16. Max-Steinbeck-Gymnasium
17. rbb Studio Cottbus
18. Reha Vita
19. Tierpark Cottbus
20. **Vattenfall Europe Mining & Generation**
21. Abschluss: Stadtmauer-Lindenpforte



www.ndkk.de & fb.com/NdkKCottbus

Schlaflos im Klinikum

Das Carl-Thiem-Klinikum ist ein Muss zur NdkK 2014!



Das Carl-Thiem-Klinikum darf bei einer NdkK zum Thema Gesundheit auf keinem Tourplan fehlen!



Während sich die Patienten im CTK gesund schlafen, gibt es für die diensthabenden Mitarbeiter auch zwischen sieben Uhr abends und sieben Uhr morgens viel zu tun: Da werden dringende Laboranalysen angefertigt, im Schlaf-

labor Patienten überwacht, wird die Medizintechnik instand gehalten und in der Notaufnahme ist rund um die Uhr Betrieb. Eine Vorstellung davon erhalten kleine und große Besucher in dieser Nacht an insgesamt 22 Programmpunkten.

Eine Auswahl aus dem Programm des Carl-Thiem-Klinikums:

19.00-24.00 Uhr

Haus 5 / Ebene 1, Raum 5.1.47

Wir durchleuchten (fast) alles! Aktion, Demonstration, Experiment, Familienprogramm, Bringen Sie Ihren Wecker, Ihre Münzen oder Uhren mit und lassen Sie diese röntgen. Kuscheltiere von Groß und Klein werden auch durchleuchtet.

Institut für Radiologie

19.00-24.00 Uhr

Haus 41/ hinter Haus 7/ Leipziger Straße

Augen zu und durch – eine Nacht im Schlaflabor, Demonstration, Gesprächsrunde, Info-stand, Das Schlaflabor bringt Licht ins Dunkel und klärt u.a.

über Schlaf, Schlafstörungen und Schnarchen auf. **III. Medizinische Klinik/ Pneumologie, Erwachsenenenschlaflabor**

19.00-24.00 Uhr

Treff: Neubau / Foyer

Verschaffen Sie sich einen Überblick und erleuchtende Einblicke vom illuminierten Hubschrauberlandeplatz des Klinikums. Schauen Sie von oben auf die beleuchtete Großbaustelle – ein Ausblick, den es so nächstes Jahr schon nicht mehr gibt!

19/20/21/22/23 Uhr

Neubau / Foyer

Zeitreise Unfallchirurgie: Der Fahrradfahrer „Max Durch-

leucht“ alias Ronne Noack muss nach einem schweren Fahrradunfall in das Krankenhaus Cottbus. Genau genommen zweimal, 1914 und 2014. Dabei werden die unterschiedlichen Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten aufgezeigt. Partner: Siemens AG Deutschland

19.30/20.30/21.30/22.30 Uhr

Neubau / Foyer

Schwesternbekleidung im Wandel der Zeit: Eine Modenschau besonderer Art! Dienstbekleidung in medizinischen Berufen durch die letzten Jahrhunderte, vorgeführt von Schülerinnen der Medizinischen Schule.



Aller interessantesten Dinge sind Drei!

Familientipps zur Nacht der kreativen Köpfe.



Ein guter Plan ist wichtig, denn alle Angebote dieser Nacht schaffen Kids & Eltern nicht!



Ein guter Plan ist das halbe Erlebnis, das gilt in der Nacht der kreativen Köpfe viel mehr als sonst. Denn alle 20 Stationen schafft man in der Nacht nicht, mit Kindern schon gar nicht. Deshalb empfiehlt es sich, vorab zwei bis drei Stationen herauszusuchen, die besondere Familienangebote bereithalten. Hier unsere Tourempfehlung:

Start bei Vattenfall

Am besten pünktlich 19 Uhr bei Vattenfall eintreffen, hier gibt es auch Restkarten an der Abendkasse. Nach Artistik- und Lasershow ist gerade für kleine Ballerinas das Kinderballett ein Muss, dann noch schnell mit den Kids den Ernährungsführerschein gemacht, einen CO₂-Cocktail geschlürft und einmal den Blick von der Dachterrasse über das nächtliche Cottbus genießen.

Ausführlicher Zwischenstopp im CTK

Über 22 verschiedene Angebote gibt es in dieser Nacht allein im CTK! Erklimmt den Hubschraubertandem, schaut ins Labor und erhält viele Ein-

blicke in den menschlichen Körper, lässt das Kuscheltier röntgen oder entspannt eine Runde im Schlaflabor. Hier sollte viel Zeit eingeplant werden.

... und dann ab ins Laboratorium!

Im CTK gut eingestimmt, gehts dann weiter nach Sachsendorf, zu einer Nacht ins Laboratorium. Viel Spaß und Erkenntnis bringt der blutdürstige Empfang und das Team hat sich u.a. ein Mitmach-Laboratorium auch für Kids ausgedacht, bei dem eine witzige mikroskopische Rätselstraße Entdecker mit kleinen Preisen belohnt.

Bequem per Bus von Station zu Station

Per Shuttle-Bus geht es für alle mit einem Ticket für diese Nacht kostenfrei von Ort zu Ort. Die Linien fahren im 15-Minuten-Takt. Den Fahrplan finden Sie in den Broschüren, die zur Nacht an allen Stationen ausliegen. Für Planemaxen gibts den Fahrplan auch zum Download unter www.ndkk.de im Bereich „Busshuttle“.



Nachts im Laboratorium

Das einzigartige Labor-Erlebnis **für die ganze Familie, mit Blutdürstigem Empfang, Laborrundgang, Vorsorge-Lounge** und großem **Mitmach-Laboratorium** samt **Rätselstraße** und kleinen Preisen!

Station 12 / Nacht der kreativen Köpfe 2014

Artistik, Gesundheit & mehr

Vielfalt und tolle Familienangebote bei Vattenfall



Artistik & Lasershow, Ernährungsberatung für Kinder, Kinderballett und vieles mehr!



Vattenfall ist traditionell einer der wichtigsten Partner der Nacht der kreativen Köpfe – und einer der familienfreundlichsten oben-drein. Hier finden Kids und Eltern immer ein vielfältiges Programm vor, bei dem es für alle Altersstufen viel zu entdecken gibt. Wie auch immer Ihr Programm in dieser Nacht aussieht, einen ausführlichen Stopp bei Vattenfall sollten Sie auf jeden Fall

einplanen. In diesem Jahr dreht sich auch bei Vattenfall viel um die Gesundheit: von einer Ernährungsberatung für Kinder und Erwachsene über gesunden Schlaf, einen Knigge für richtiges Verhalten bei Erkältungen bis zur Stressbewältigung! Das Programm bietet aber auch Artistik und Kinderballett. Wie in jedem Jahr gibt es auch diesmal von der Dachterrasse einen faszinierenden Ausblick über Cottbus.

Das Programm zur Nacht der kreativen Köpfe bei Vattenfall

jew. 19/20/21/22/23 Uhr

Artistik & Lasershow

mit Artistin Nora Zoller aus der Schweiz, internationale Akrobatik

19-24 Uhr

Ernährungsberatung für Kinder und Erwachsene

Kids können den Ernährungsführerschein machen: mit Ernährungsberaterin Yvonne Schreiber im Kochstudio von Ronny Kuhlmann

jew. 19.30/20/21 Uhr

Kinderballett Vorführung der Ballettschule Werhun zu einem zauberhaften Musikstück

19-24 Uhr

Ballett und Rückenfit! Mobiler Ballettsall mit Ballett-Workshops und Experten-Tipps für einen gesunden Rücken

19-24 Uhr

Erkältet, was nun? Der Knigge für richtiges Verhalten bei Erkältungen mit Expertin Marlis Rhinow

19-24 Uhr

Vattenfall-Schlafkomfort

Gesunder Schlaf, Matratzen im Selbsttest und ein Daumenkino zur Erinnerung

19-24 Uhr

Vattenfall-CO₂-Bar

Leckere Cocktails mit exotischen Zutaten

19-24 Uhr

Ausblick über Cottbus Von der Dachterrasse Cottbus bei Nacht betrachten

Weitere Programmteile

- Stress heilkräftig managen
- Vattenfall und Gesundheit
- Persönlichkeitsmanagement

Vattenfall freut sich auf alle Familien zur Nacht der kreativen Köpfe von 19 bis 24 Uhr!



Das Familienevent: Herbstmesse 2014

NEU: Viele Extra-Angebote für Familien

Vier Themenwelten vom 10.-12. Oktober in der Messe Cottbus



 Die Herbstmesse Cottbus kommt in diesem Jahr mit rundum erneuertem Konzept und vielen Angeboten insbesondere für Familien daher. Dazu wurde ein süßes Maskottchen entwickelt, für das wir gemeinsam mit der Messe nach einem Namen suchen (siehe Seite 19). Mit diesem Maskottchen werden dann alle familienfreundlichen Angebote auf der Messe ausgezeichnet, sodass sie auch schnell und einfach zu finden sind.

In diesem Jahr bietet die Messe auf über 10.000 m² Ausstellungsfläche erstmals gleich vier Themenbereiche, die jeder für sich schon eine Messe wert sind. Dazu kommt mit der **Galerie 4** noch ein Kunst- und Kreativmarkt. In allen Bereichen gibt es tolle, familienfreundliche Angebote:

CottbusBau Gerade Familien mit kleinen Kindern werden durch das Zuhause, Wohnen und Einrichten geprägt. Ein schönes Zuhause sorgt für den richtigen Rahmen, in dem Kinder in Geborgenheit und mit Wohlgefühl aufwachsen können. Dabei wandelt sich das Zuhause mit dem Aufwachsen der Kinder beständig, weshalb Familieneltern wie keine andere Zielgruppe immer wieder wechselnde Ansprüche an das Wohnen haben. Die große Baumesse bietet nicht nur Infos zum Hausbau und zu Energiethemen, sondern

auch zum natürlich Umfeld und für innen viele aktuelle Einrichtungstrends.

Lecker Lausitz Ein riesiger regionaler Erlebnismarkt für kleine und große Feinschmecker! Hier gibt es Frischeprodukte aus der Lausitz von Obst & Gemüse, über Wurst & Käse bis zu Fisch & Fleisch – und das zu Messepreisen. In der Showküche kann man probieren, was die Haubenmeister Leckerer daraus zaubern.

Vital & Co. Diese Sonderausstellung lädt zu einem spannenden Bummeln zwischen Anbietern aus den Bereichen Natur, Umwelt und Wellness. Gesunde und aktive Kinder und Familien können sich hier zu vielen aktuellen Trends informieren.

Chic & Style Der Sonderbereich für kleine und große Prinzessinnen. Hier gibt es die neuesten Mode- und Beautytrends. Von schicken Anziehsachen und Accessoires bis zu stylischen Frisuren und vielfältigen Kosmetikprodukten reicht das Spektrum. Ein Paradies für kleine und große Ladys, während sich die Jungs auf der Baumesse herumtreiben!



HERBSTMESSE COTTBUS 2014

4 Messen, 1 Wochenende

mit Chic & Style, CottbusBau,

LeckerLausitz, Vital & Co.

10. bis 12. Oktober 2014,

Familienkarte nur 10 Euro (2 Erw., bis 3 Kinder)

Öffnungszeiten

täglich 10:00 bis 18:00 Uhr



www.herbstmesse-cottbus.de

Hallo Kids, ich suche einen Namen!



 Hallo! Ich bin das neue Familien-MesseMaskottchen. Ich sehe nicht nur lustig aus, sondern zeige euch ab sofort bei allen Cottbuser Messen, wo für Familien so richtig was los ist. Am 10. Oktober zum Start der Herbstmesse bin ich das erste Mal im Einsatz. Das ist mein großer Tag, denn dann erhalte ich endlich auch meinen Namen!

Lausebanden aufgepasst:

Das neue MesseMaskottchen hat einen wirklich tollen Namen verdient. Gemeinsam mit der Cottbuser Messe suchen wir deshalb nach süßen, ungewöhnlichen, verrückten, unverhofften oder auch ganz augenscheinlichen Namensideen. Schickt Sie uns an redaktion@lausebande.de oder auf unser facebook-Profil unter www.facebook.de/lausebande. Einsendeschluss ist der 8. Oktober. Der Namensgeber wird am 10. Oktober bekanntgegeben und erhält ein tolles lausebande-Überraschungspaket.

Tolle
Überraschung
zu gewinnen

Gern können sich auch Kita- und Hortgruppen beteiligen. Übrigens gibt es unter www.lausebande.de auch eine Ausmalvorlage des neuen MesseMaskottchens.



www.lausebande.de



fb.com/lausebande



MACH DICH SELBSTÄNDIG!

...und gestalte unsere Lausitz!



EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Sozialfonds

Gefördert durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Frauen und Familie aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds und des Landes Brandenburg.

Investition in Ihre Zukunft

lausitz
zukunft
die gründerwerkstatt

www.zukunft-lausitz.de

0355 - 28890790

Auf zu Klassenfahrt & Wandertag!

In diesem Schuljahr soll es was ganz Besonderes sein!

Alle Jahre wieder wird auf der ersten Elternversammlung gefragt, wo die nächste Klassenfahrt oder die Wandertage hingehen sollen. Meist haben die Lehrer auch einen Vorschlag parat – und nicht selten geht es ins immer gleiche Quartier. Für Eltern ist es auch mühselig, gute Angebote zu recherchieren. Aus diesem Grund gibt es ab sofort ein kleines Spezial auf der Startseite unter www.lausebande.de, in dem Sie Angebote für betreute Kinderreisen in den Ferien, Feriencamps, Klassenfahrten und Wandertage finden.



Feriencamp Messe Cottbus am 22. Februar 2015



Sicher kennen Sie die Situation: in der ersten Elternversammlung des Jahres wird wieder nach Zielen für Klassenfahrten oder -ausflüge gefragt. Meist hat der Lehrer schon einen Vorschlag parat, nur wenige Eltern mischen sich ein – und am Ende sind es oft die immer selben Orte für die Kids. Dabei gibt es unheimlich viele spannende Angebote. Leider sind diese nirgends übersichtlich aufbereitet zu finden.

Bitte machen Sie mit!

Das wollen wir ändern. In einem Spezial auf der Startseite unter www.lausebande.de haben wir bereits einige Anbieter für Feriencamps und betreute Kinder- und Jugendreisen zusammengetragen. Diese Übersicht soll jetzt um spannende Ausflugsziele für Klassenfahrten

und Wandertage ergänzt werden. Einige haben wir bereits aufgeführt, würden uns jetzt aber über Ihre Empfehlungen freuen. **Von welcher Klassenfahrt oder welchem Ausflug war Ihr Kind besonders begeistert? Was können Sie aus eigener Erfahrung empfehlen?** Aus allen Hinweisen und dem, was wir selbst herausfinden, stellen wir in der Novemberausgabe unserer lausebande ein Spezial zu Tipps für Klassenfahrten und Wandertage zusammen, das Sie dann auch auf unserer Internetseite finden. Hier können Eltern und Kids dann auch ihre Meinungen zu den jeweiligen Orten posten und so Erfahrungen mit anderen Lausitzer Familien teilen. Auf diesem Weg können Sie im nächsten Jahr ganz sicher mitreden, wenn in der ersten Elternversammlung die immer gleiche Frage gestellt wird. Und Ihr Kind hat den Spaß!

Wir freuen uns auf reichlich Hinweise, gern auch mit Text und Fotos, an: redaktion@lausebande.de, oder als Post an lausebande, Görlitzer Straße 17-18, 03046 Cottbus oder auf unsere facebook-Seite unter facebook.de/lausebande.

Jetzt schon vormerken: Unsere Familienmesse

Am Sonntag, dem 22. März 2015, veranstalten wir in der Cottbuser LausitzArena unsere 2. FeriencampMesse. Diesmal mit erweitertem Programm und zusätzlichen Schwerpunkten auf dem Bereich Klassenfahrten und Wandertage. Der Eintritt wird wieder frei sein, es gibt einen riesigen Aktivbereich und viele, viele Überraschungen. Unser Team nimmt sich auch wieder Zeit und macht die Kids mit tollen Fotos zum Topmodel auf dem Magazincovers.



www.lausebande.de



Gleich anmelden unter
www.bahn.de/anmeldung-newsflash

Mit „Klasse unterwegs“ die Region entdecken

Auf großer Fahrt für kleines Geld mit dem Brandenburg-Berlin-Ticket

Lernen an spannenden Orten: Das ist die Idee von „Klasse unterwegs“. Gemeinsam mit rund 75 Partnern in Berlin und Brandenburg bietet DB Regio Nordost ein abwechslungsreiches Programm für Exkursionen passend zu allen Unterrichtsfächern.

Aktuell gibt es wieder regelmäßige Tipps und Hinweise per E-Mail für spannende Exkursionen in der Region. Der „Newsflash“ enthält aktuelle Informationen zu Projektzielen und Sonderaktionen bewährter Partner. Einfach unter dem angegebenen Link anmelden und immer auf dem neuesten Stand sein.

Ticket-Tipp: Mit dem preisgünstigen Brandenburg-Berlin-Ticket sind bis zu fünf Personen schon für 29 Euro einen Tag im Nahverkehr klasse unterwegs.

Weitere Informationen unter www.bahn.de/klasse-unterwegs.bb

Die Bahn macht mobil.



Spuk & Geister: Halloween 2014

Viele Tipps für süß-saure, schaurige Familien-Ausflüge

Dino-Halloween Klaistow



Passend zu Berlin-Brandenburgs größter Kürbisausstellung gibt es auf dem Erlebnishof Klaistow am 1. November ein schauriges Halloween-Fest mit viel Live-Musik, Kinderdisco und

Rundfahrten mit der Feuerwehr von 15 bis 17 Uhr, ab 17.30 Uhr Laternenumzug mit Start am Naturwildgehege und ab 18 Uhr mit Lagerfeuer samt Stockbrot für Kleine und Gegrilltem für Große. Das Feuerwerk um 20 Uhr wird dann auch die letzten Gespenster verjagen.

 www.buschmann-winkelmann.de

Erlebnisspuk in Teichland



Im Erlebnispark Teichland regieren am 31. Oktober ab 11 Uhr Hexen und Geister. Kids können Kürbisse schnitzen und einen eigenen Lampion basteln oder sich als Hexen und Geister schminken lassen. Ab 13 Uhr erzählt die Märchentante schaurige Märchen, dann folgt eine geniale Halloweenparty und -show mit Retzi. Ab 17.30 Uhr gibts eine Feuer-show mit BRAXA's und abschließend einen Grusel-lampionumzug durch den Erlebnispark.

 www.erlebnispark-teichland.de

Horronächte im Filmpark



Am 18./24./25./31. Oktober und 1. November inszeniert der Filmpark Babelsberg jew. ab 18 Uhr sein Horrorfest, Einlass ist bereits 16 Uhr. Mehr als 150 Zombies, Monster und Mutanten

und weitere Schrecken sind die Zutaten. Der fröhliche Gruselspaß für kleine Besucher und die ganze Familie wird am 31.10. von 10 bis 16 Uhr u.a. mit Kürbis-schnitzen, Kinderkostümparade, Kindermalwettbewerb und Bastelideen wie Monsternmaskenbastelei gefeiert.

 www.filmpark-babelsberg.de

Grusel im Irrgarten



Zu den Geisternächten am 4.10. (17-23 Uhr) und 11.10. (17-23 Uhr) im Irrgarten Kleinwelka sorgen richtige Hexen und Geister für Grusel im Labyrinth. Familien mit ganz kleinen Kindern sollten den 11.10. vormerken, da wird von 17-20 Uhr sanfter gegruselt. Schaurige Geräusche und Skelette im Labyrinth, Spiele und kleinere Shows sorgen für Schrecken – aber traditionell tragen auch viele Gäste mit Kostümen und Einlagen selbst zum Grusel bei.

 www.irrgarten-kleinwelka.de

PiPaPo-Gruselspielspaß



 Am 31.10. lädt auch der Cottbuser Hallenspielfeld PiPaPo von 17-22 Uhr zum lustigen Gruselabend. Dafür wird sich das PiPaPo gespenstisch verwandeln und für einen Abend als düstere

Spielewelt voller Geister erwachen. Inmitten von Blitz, Donner und Nebel spuken die Gestalten des Schreckens und Grusels durch die Halle. Zur Stärkung zaubert der Küchengott ein Ekelbuffet mit Getränken, warmen und kalten Speisen und leckeren Desserts. Karten sollten wegen der begrenzten Kapazitäten im Vorverkauf im PiPaPo gesichert werden (je Erwachsenen mind. 2 Kinder, damit möglichst viele Kinder an der Veranstaltung teilnehmen können)! Der reguläre Betrieb am 31.10. ist verkürzt von 10 bis 16 Uhr.

 www.pipapo-cottbus.de

Tierische Zoo-Halloween



 Am 31. Oktober ab 18 Uhr lädt der gruselig geschmückte Zoo Hoyerswerda zu einem schaurigen Abend, an dem traditionell viele kleine Monster in den Zoo strömen. An Stationen können sie den schaurig dekorierten Zoo erkunden und stoßen immer wieder auf Kurioses und Gruseliges. Besucher sollten gewarnt sein: im „Grusel-Zoo“ wird es wirklich gruselig und an einigen Stellen werden zarte Nerven auf die Probe gestellt. Los gehts um 18 Uhr, Verkleidungen und Laternen sind ausdrücklich erwünscht, die gruseligsten Monster, Hexen oder Dämonen können einen Preis gewinnen. Am 1. November findet ab 18 Uhr zudem das Novemberleuchten statt, ein Laternenumzug durch den ganzen Zoo.

 www.kulturzoo-hy.de

Halloweenparty

31. Oktober von 11 bis 19 Uhr



Kürbisse schnitzen. Hexen schminken. Bastelstraße. Lampions basteln.

13-16 Uhr Schauergeschichten von der Märchentante **15.00 – 17.00 Uhr Halloweenshow mit Retzi** – Bunt Gruselhitsprogramm, Zauberschule, Clownerie und Halloweendisco, **17.30 Uhr Feuershow** mit Braxa's A und **18.00 Uhr Grusel-Lampionumzug**

Was zum Erfahren!

Was zum Erkunden!

Was zum Erleben!

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

Weitere Halloween-Tipps

Halloween in Wormlage: 31. Oktober ab 15 Uhr, Jugendclub und Park in Großbräschen OT Wormlage, Monster, Gespenster und Co. treiben ihr Unwesen.

Ompah-Halloweenfest: 26.10. /31.10. und 1./2.11. (Start 16 Uhr, Einlass ab 15 Uhr), Skadower Gartenstraße Cottbus, Mystische Pferde-Show im Equidrom, Gruselpfad mit Unholden nach der Show, vor der Show Kürbisschnitzen und Stockbrot braten, Platzkapazität begrenzt, Vorverkauf Tel.: 0355/873176

Kinder-Halloween: 31. Oktober ab 15 Uhr, Erlebniswelt Krauschwitz, Kinderfest mit Benno, Ballonmoderieren, Schatzsuche für die Kleinsten, Schnuppertauschen, Kinderschminken und Schaumkanone.

Halloween im Tierpark: Der Tierpark Weißwasser lädt am 31.10. zum Halloweenfest in die Teichstr. 56
Samhain – Germanisches Halloween: 31.10. von 16 - 19 Uhr. Im Achäotechnisches Zentrum Welzow öffnet sich zu Samhain die Unterwelt und die Geister der Ahnen erwachen!

Halloween in der Energiefabrik: Am 31.10. von 16 - 22 Uhr erwachen die Fabrikgeister zum Leben in der Energiefabrik Knappenrode in Hoyerswerda.

Deutsch-polnische XXL-Halloweenparty: Am 31.10. ab 15.30 Uhr Kinderfilm „Das kleine Gespenst“ ab 6 Jahre, danach 17 bis 20 Uhr schaurig-schöne Gruseldisco in der Turmvilla Bad Muskau

Wissenschaftlicher Gruselspaß im Extavium: Vom 27. bis 31.10. lernen Kinder unter wissenschaftlicher Anmeldung, welche Effekte beim Tür-zu-Tür-Wandern Eindruck machen.

Halloweenfahrten mit der Parkeisenbahn Cottbus
Am 24./25./31.10. jew. 17 Uhr gibt es gruselige Geisterfahrten mit der Cottbuser Parkeisenbahn. Tickets nur im Vorverkauf unter Telefon 0355 756170, Kostüme erwünscht, am 31.10. nur für Erwachsene!

Weitere Halloween-Veranstaltungen
im Terminkalender ab Seite 68 und unter www.lausebande.de in der Rubrik „Termine“



Halloweenfahrten

24./25. und 31. Oktober

VEREIN ZUR FÖRDERUNG DER
COTTBUSER PARKEISENBahn E.V.



Informationen und Ticketverkauf am Bahnhof Sandower Dreieck oder unter Telefon 0355 756170 oder per E-Mail parkeisenbahn@cottbusverkehr.de

Start jeweils um 17 Uhr - Karten nur im Vorverkauf!
Lampions bitte mitbringen! Kostüme erwünscht!
Am 31. Oktober nur für Erwachsene!

Wilhelm-Külz-Str. 15 | Mo-Fr 8-19 Uhr, Sa 9-13 Uhr | www.rotec-cottbus.de

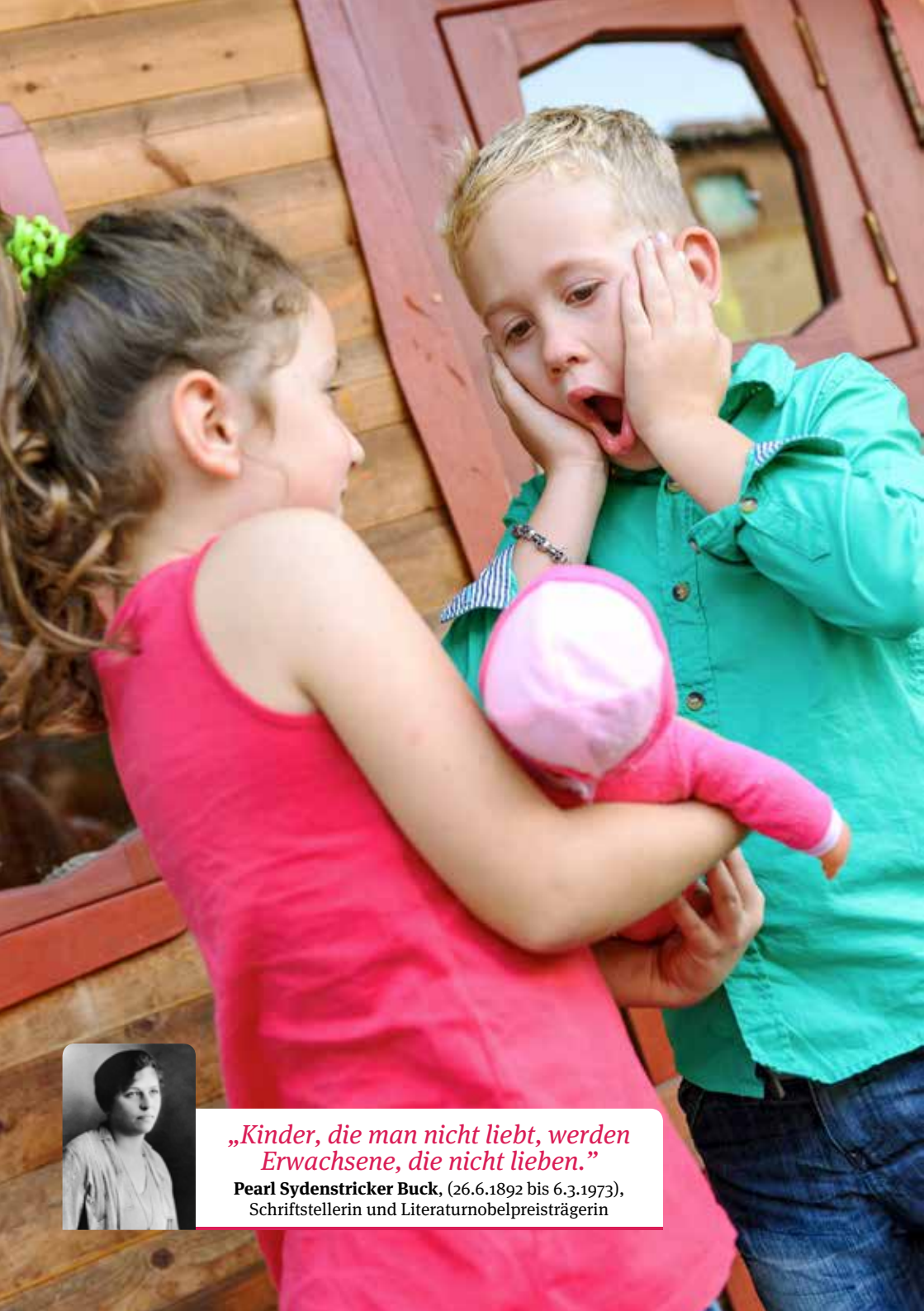
SCHREIBTISCHE UND STÜHLE



für Kinder | ergonomisch | mitwachsend
Made in Germany | günstiger als im Internet

ROTEC Bürotechnik GmbH
Wilhelm-Külz-Str. 15
03046 Cottbus
Tel.: +49 (355) 78071 0
Fax: +49 (355) 78071 11
info@rotec-cottbus.de

DAS GANZE BÜRO
ROTEC



*„Kinder, die man nicht liebt, werden
Erwachsene, die nicht lieben.“*

Pearl Sydenstricker Buck, (26.6.1892 bis 6.3.1973),
Schriftstellerin und Literaturnobelpreisträgerin

Redaktion: Benjamin Andriske, Jens Taschenberger, Fotografie Steffen Schwenk (Foto links)

Sei ein Frosch ...

Ein Ratgeber zu kindlicher Sexualität.

Kindliche Sexualität ist für viele Eltern ein recht sperriges Thema, über das ungern nachgedacht und meist noch viel weniger gerdet wird. Dabei ist die sexuelle Entwicklung ein ganz wichtiger Teil der Persönlichkeitsentwicklung und beginnt schon im Bauch der werdenden Mama. Hier sollten Eltern vom immer noch wirkenden Bild Abstand nehmen, das Kinder unbelastet von sexuellen Gefühlen, Gedanken oder gar Handlungen aufwachsen können. Viele Eltern reagieren verunsichert, wenn sie bei ihren Kindern oder auch bei anderen Kindern einen sexuellen Kontext beobachten – und tun sich schwer damit, solche Situationen richtig einzuschätzen und einzuordnen. Meist greift dann ein Schutzmechanismus, der sich in pauschalen Verboten und Mahnungen äußert. Dieses Verhalten ist meist mit der eigenen Familie begründbar, da es nur in Ausnahmefällen eine Selbstverständlichkeit ist, über kindliche Sexualität zu sprechen. Mit diesem Titelthema wollen wir einen Überblick geben, was Erziehungsexperten für eine gesunde Entwicklung unserer Kinder hinsichtlich kindlicher Sexualität anraten – lassen dabei aber auch praktische Erfahrungen von Eltern nicht unberücksichtigt. Einige der Ratschläge der Experten – was ganz normal für Kinder ist – werden viele Eltern sicher überraschen.

Gesellschaftlich gesehen begegnet uns Sexualität in vielen alltäglichen Situationen und ist in den Medien ein Dauerthema. Das trifft aber nur auf erwachsene Sexualität zu, über die kindliche herrscht viel Unklarheit. Sie scheint ein Tabuthema zu sein. Kinder und Sexualität, das passt in der Vorstellung der meisten Erwachsenen nicht zusammen, da der Begriff Sexualität meist mit Sex assoziiert wird. Dabei greift Sexualität viel weiter – und bezeichnet im erweiterten Sinn alle Verhaltensweisen, Empfindungen und Interaktionen von Lebewesen in Bezug auf ihr Geschlecht. Dazu zählt also schon, wenn dreijährige Mädchen und Jungen in der Kita untereinander geschlechtliche Unterschiede wahrnehmen.

Kindliche Sexualität hat nichts mit der von Er-

wachsenen zu tun, die sich oft auf genitale Reize konzentriert. Babys und Kleinkinder erfahren Lust und körperliche Gefühle auch unvoreingenommen, es wirkt noch kein Bewusstsein für Tabus. Sie können noch nicht zwischen Zärtlichkeit, Schmusen oder genitaler Sexualität unterscheiden. Genauso fremd sind ihnen gesellschaftliche Normen und Schamgefühl. Für ein Kind bedeutet Sexualität, schöne Gefühle zu erfahren – und nicht, Zuneigung zu einem anderen Menschen auszudrücken. Die Entwicklung des eigenen Körpers und damit auch der Sexualität gehört genauso zur Entwicklung des Kindes wie Laufen zu lernen. Hier fangen die Probleme beim Umgang damit aber an, da Eltern Sexualität oft noch mit Unanständigkeit und dem Verlust der Unschuld gleichsetzen. Dabei werden durch Eltern meist nur die vermeintlich negativen Assoziationen herangezogen und nicht das lebensbejahende Gefühl und die Bedeutung für die eigene Identität, die durch Sexualität geprägt ist. Vor allem die gedankliche Gleichsetzung von Sex und Sexualität löst bei Erwachsenen in Bezug auf Kinder Ängste aus. Es fehlt einfach an Wissen, in welchen Entwicklungsphasen des Kindes welches Verhalten normal sein darf und wo Grenzen zu setzen sind – und wie man das vermitteln soll. Deshalb betrachten wir zuerst die Entwicklungsphasen eines Kindes in Bezug auf seine Sexualität.

Phasen der Entwicklung

Sexualität durchzieht das ganze Leben und »äußert sich je nach Alter und Entwicklungsphase unterschiedlich. Das ist auch der Schlüssel, sie nicht als bedrohlich oder verwerflich anzusehen, sondern sie in die jeweilige Phase der Entwicklung einsortieren und damit umgehen zu können.

Bereits im Bauch der werdenden Mutter führen gleichmäßige Bewegungen oder ein Wippen zu einem Wohlbefinden des heranwachsenden Kindes, das bereits mit ersten Erfahrungen seiner eigenen Sexualität einhergeht.

Säuglinge erfahren körperliches Wohlbefinden vor allem dann, wenn ihre Haut als größtes Sinnesorgan gestreichelt wird und sie die Berührungen »

empfinden. Dadurch fühlt sich das Neugeborene angenommen und geliebt und erfährt so gleichzeitig, dass sein Körper etwas Liebenswertes ist. Zusätzlich ist der Mund eine der ersten erogenen Zonen und beim Stillen und Lutschen oder Saugen am Finger macht das Baby seine ersten körperlichen Lusterfahrungen. Dabei kann es schon in den ersten Lebensmonaten bei Jungen zu Erektionen kommen und bei Mädchen zu feuchten Scheiden. Das muss Eltern nicht beunruhigen, sondern ist Ausdruck für das Wohlbefinden des Kindes. Sobald ein Baby gelernt hat zu fühlen und zu greifen, wird nicht nur alles in der nächsten Umgebung angefasst, sondern auch der eigene Körper. Es merkt sich, dass die Berührung der Genitalien bei der Körperpflege angenehm ist und berührt sich auch selbst dort. Dies gehört zur sexuellen Entwicklung des Kindes dazu und Eltern sollten das nicht unterbinden.

Zwischen dem zweiten und dritten Lebensjahr kann das Kind Zusammenhänge herstellen. Mit dem Erlernen der Sprache wird auch die Sexualität vom Entdeckungsdrang beeinflusst. Der Forscherdrang für den eigenen Körper gewinnt an Fahrt, denn Kleinkinder erkennen jetzt bewusst geschlechtliche Unterschiede zwischen sich und anderen Mädchen oder Jungen sowie Männern und Frauen. Sie stellen Fragen nach dem Namen der Geschlechtsteile und wollen wissen, woher die Babys kommen. Die erste Aufklärung des Kindes beginnt in diesem Alter. Auch Selbstbefriedigung ist im Kleinkindalter keine Seltenheit, denn Kinder untersuchen die eigenen Geschlechtsorgane und finden heraus, dass diese stimuliert werden können. Dabei können Kinder durchaus schon eine Form des Orgasmus erleben, ohne dass es etwas mit dem erwachsenen Ziel der sexuellen Ekstase zu tun hat. Sie stimulieren ihre Geschlechtsteile einfach solange, bis sie zufrieden sind. Ein erstes Objekt, das dazu oftmals genutzt wird, ist die Kuscheldecke an der sich Kinder reiben. Auch wenn das Eltern befremden mag, sollte man diese Erfahrung nicht unterbinden und verbieten. Es ist weder schmutzig noch eklig, wenn Kinder auf diese Weise ihren Körper entdecken. Andererseits ist auch vollkommen normal, wenn Kinder sich für eine solche Erfahrung überhaupt nicht interessieren.

Für andere Geschlechter beginnen sich Kinder etwa ab dem dritten Lebensjahr zu interessieren,

diese Phase währt etwa bis zum Schulbeginn. Einerseits untersuchen sie das andere Geschlecht und stellen Fragen, auf der anderen Seite vergleichen sie auch gleichgeschlechtliche Kinder mit sich selbst, um Gemeinsamkeiten festzustellen. Sogenannte Doktorspiele sind dabei ein generationenübergreifendes Mittel unter Kindern, ihren Drang nach Erkenntnissen zu erfüllen. Einfach gesagt, sie ziehen sich nackt aus und untersuchen sich von Kopf bis Fuß und auch im Genital- und Analbereich. Erziehungsexperten beschreiben das als eine ganz normal Entwicklung und Erfahrung. Allerdings ist es wichtig, dass es für solche Doktorspiele klare Regeln gibt:

- sie müssen immer freiwillig sein
- sobald ein Kind sich unwohl fühlt, sollte es das klar formulieren können und das Spiel beenden
- sie sollten nur zwischen gleichaltrigen und gleich entwickelten Kindern stattfinden
- die Kinder müssen die Grenzen kennen und wissen, dass die Genitalien nicht verletzt werden dürfen und z.B. keine Gegenstände eingeführt werden dürfen

Da Kinder in diesem Alter durchaus wissen können, dass das nicht von allen gesehen werden soll, suchen sie sich oft Rückzugspunkte, in denen sie ungestört und unbeobachtet von Eltern oder Erziehern sind. Doktorspiele spiegeln die kindliche Neugier wieder und sind noch nicht mit sexuellem Begehren zu verwechseln. Sie werden genutzt, um das andere Geschlecht zu erkunden und sich abzusichern, dass andere genauso sind wie man selbst. Schöne Gefühle, die dabei entstehen können, stärken das eigene Körpergefühl des Kindes und seine Sinneswahrnehmung. Daher sollten die Spiele unter Einhaltung klarer Regeln auch nicht tabuisiert oder verboten werden. Sind die Unterschiede und Gemeinsamkeiten zum eigenen und anderen Geschlecht einmal klar, ebbt sie von selbst wieder ab. Es ist wie bei vielem im Leben, wird etwas verboten, wird es umso interessanter. Eltern sollten ihren Nachwuchs allerdings darüber aufklären, dass spitze Gegenstände bei „Untersuchungen“ gefährlich sind. Kinder proben in dem Alter auch ihre künftige Geschlechterrolle. Mädchen schwärmen für ihren Vater und finden sich oft umringt von Puppen und familiären Rollenspielen wieder, während Jungs ihren Müttern Heiratsanträge machen, wild sind und sich mit anderen messen wollen.

Viele Eltern wird die Vorstellung der Doktorspiele irritieren. Da Kinder in dieser Altersstufe aber meist in der Kita mit anderen Kindern zusammenkommen, und Eltern hier keinen Einblick haben, erfahren sie in der Regel auch nichts von dieser Entwicklung. Für Kinder sind diese Erfahrungen ein normales spielerischen Verhalten und sie berichten zu Hause nicht darüber, Erzieherinnen tun sich gemeinhin schwer, mit Eltern über kindliche Sexualität zu sprechen. Fürsorgliche Eltern sollten aber das Gespräch mit ihrer Kita suchen und fragen, wie dort mit kindlicher Sexualität umgegangen wird. Ob es klare Regeln gibt und wie die Kinder beaufsichtigt werden. Das sich Kinder oft unbeobachtete Rückzugsorte wie die Toiletten dafür suchen, ist hier auch abzusichern, wie solche gemeinsamen „Ausflüge“ beaufsichtigt werden. Es hilft auch, mit dem Kind unvoreingenommen darüber zu reden. Hier können Eltern auch schnell Warnsignale wahrnehmen, z.B.:

- wenn ein Kind solche Gespräche unangenehm findet und nicht antworten möchte

- wenn ein Kind über Doktorspiele mit älteren Kindern berichtet
- wenn ein Kind von derartigen Spielen berichtet, die es offensichtlich nicht versteht und für die es in der Entwicklung noch nicht weit genug ist

In diesen Fällen sollten Eltern umgehend mit den Aufsichtsberechtigten sprechen und ihr Kind schützen.

Ab der Grundschule ändert sich das Sexualverhalten noch einmal grundlegend. Die Aktivitäten werden zurückhaltender und das Schamgefühl gewinnt die Oberhand. Dazu kommt, dass sich Kinder zunehmend von ihren Eltern abgrenzen und selbstständiger werden. Sie sind in der Lage, ihre Lustbefriedigung zeitlich zu verschieben oder darauf zu verzichten. Das Küsschen beim Gute-Nacht-Sagen oder Zärtlichkeiten weisen sie nun öfter zurück. Kinder necken und provozieren sich untereinander. Obwohl sie sich anziehend und interessant finden, wird das Gegenteil oft ausgedrückt, um Abgrenzung zu symbolisieren. Schule und der Aufbau von Beziehungen zu gleichgeschlechtli- »

**Die lustigste französische Komödie
seit MONSIEUR CLAUDE UND SEINE TÖCHTER!**

**AB 2. OKTOBER
IM KINO!**

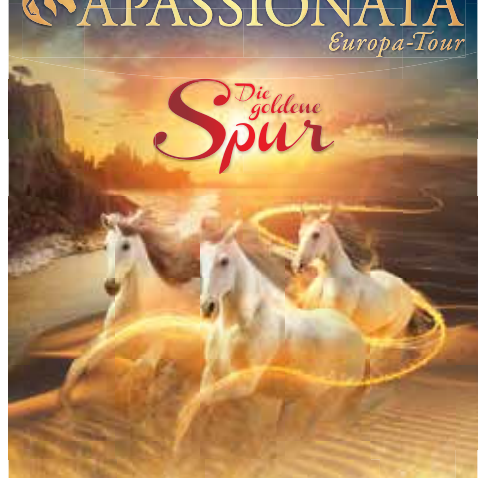


**Der kleine Nick
macht Ferien**

Ein Film von **LAURENT TIRARD**
www.der-kleine-nick-macht-ferien.de

APASSIONATA
Europa-Tour

Die goldene Spur



**01.- 02.11.14 Riesa
SACHSENarena**

www.apassionata.com

chen Menschen gewinnt an Bedeutung. Vorbilder spielen eine wichtige Rolle bei der Interessenverfolgung, Sexualität wird verdrängt und Energie in den Aufbau einer Abwehr gegen den sexuellen Drang investiert.

Mit zwölf Jahren beginnt dann die vorpubertäre Phase. In dieser bekommen Kinder durch die einsetzende Hormonproduktion einen kräftigen Schub und damit die Sexualität einen neuen Aufschwung. War die Sexualität bis zur Pubertät nur auf die eigene Lustbefriedigung gerichtet, kommt nun der Aspekt der Fortpflanzung hinzu.

Unterstützung der Eltern

Sexualerziehung ist nicht mit Aufklärung gleichzusetzen. Es geht um die Unterstützung des Kindes durch die Eltern bei der Entwicklung seiner sexuellen Identität.

Beim kleinen Kind sollten die wichtigen Grundlagen geschaffen werden, ihm eine positive Einstellung dem eigenen Körper gegenüber zu ermöglichen. Die Erfahrung, Nähe und Zärtlichkeit zu empfinden, Anregungen und Erfahrungen mit sich und anderen, lustvolle Erlebnisse und Möglichkeiten, den eigenen Körper kennenzulernen und auszuprobieren, all das sind wichtige Elemente für die Kinder. Wenn es kleinen Kindern an Liebe fehlt, haben sie meist auch Probleme in der Entwicklung ihrer Sexualität. Eltern sollten sich dabei untereinander abstimmen, was sie ihrem Kind vermitteln wollen und welche Einstellung es später zum eigenen Körper haben soll. „Ein Mensch, der seinen Körper von Anfang an als wertvoll erlebt, der Vertrauen in diesen aufgebaut hat, der von seinen Eltern angenommen wurde, der Sinnlichkeit und Zärtlichkeit erfahren durfte, wird Sexualität später anders erleben, als einer, der kaum positive Körpererfahrungen gemacht hat, beschämt oder abgelehnt wurde“, schreibt die Stiftung Kinderschutz Schweiz. Das Risiko für sexuelle Gewalt sinkt deutlich, wenn ein Kind von Geburt an ein unterstützendes, stärkendes und respektvolles Umfeld erlebt. Das Schamgefühl der Eltern spielt dabei eine wichtige Rolle. Sie sollten, sobald ihnen etwas unangenehm ist, es dem Kind auch sagen. So schützt man die eigenen Grenzen und das Kind lernt, selbst später „Nein“ zu sagen: bei Blicken oder Berührungen, die es nicht mag.

Bis zum Vorschulalter ist es völlig in Ordnung, die

Geschlechtsteile mit verniedlichten Begriffen zu besetzen, anstatt sie direkt zu benennen. Manche Eltern lassen schon Kleinkinder von Penis, Scheide oder Vagina reden. Es kann aber befremdlich wirken, wenn Dreijährige mit solchen Worten um sich werfen.

Begriffe für Penis: Nudel, Pipimann, Pullermann, Pimmel, Hans, Pipimax, Schnidelwutz, Gliedchen, Schniepel, Schniedel, Zipfel
Begriffe für Vagina: Schrippi, Vulva, Mumu, Muschi, Blume, Schnecke, Bärchen, Gießkännchen

Eltern sollten die Geschlechtsteile ruhig in die ersten Spiele zur Bezeichnung der Körperteile bei der Körperpflege mit einbeziehen. Ist das Kind in einer Phase angelangt, in der es zu Selbstbefriedigung, teils auch in der Öffentlichkeit, kommt, ist ihre beratende Funktion stark gefragt. Wenn Kinder dazu neigen, sollte man ihnen diese Erfahrungen zugestehen, nur eben nicht im Supermarkt oder der Straßenbahn. Hier können Eltern durch ablenken reagieren und ihrem Kind erklären (bitte unter vier Augen), dass seine Handlungen nichts Verwerfliches sind, nur eben nicht immer und überall. Sie können es mit gutem Benehmen erklären, das macht zwar Spaß, aber andere möchten das nicht sehen. Wenn sie ihm erklären, dass es diese Sachen unbeobachtet machen darf, entwickelt das Kind auch Schamgrenzen, nimmt Rücksicht auf sein soziales Umfeld und bewahrt gleichzeitig die eigene Intimität. Generell gilt, auf die Fragen des Kindes altersgerecht aber offen und ehrlich zu antworten. Dabei ist es auch völlig in Ordnung, wenn das Kind merkt, dass manch intime Frage nicht einfach zu beantworten ist oder sich Eltern damit schwer tun.

Vorbilder sind für Heranwachsende enorm wichtig und die Eltern die direkten Bezugspersonen. Kinder merken, wie sie miteinander umgehen, Zärtlichkeiten im Alltag austauschen und körperliche Nähe genießen. Dadurch lernen sie, dass die eigenen angeborenen sexuellen Bedürfnisse etwas völlig Normales und Schönes sind. Der liebevolle Umgang der Eltern wirkt sich positiv auf die Entwicklung des Kindes und auf spätere Partnerschaften des Kindes aus. Die Frage, ob Kinder die Sexualität ihrer Eltern bemerken sollten, ist auf zweierlei Weise »



Kleine Früchtchen

Tortenkatalog und Informationen in unseren Fillialen:

Schiller – Das Theatercafé

Schillerstr. 50, 03046 Cottbus

Bäckerei Uhlmanns Am Markt 2, 03185 Peitz

www.dieuhlmanns.de

zu beantworten: Einerseits hat jeder das Recht auf die eigene Sexualität, diese sollte nicht verleugnet werden. Der Akt und weitere sexuelle Handlungen an sich sind aber eine intime Angelegenheit. Kinder sollte nicht Augenzeugen beim Geschlechtsverkehr oder anderen Praktiken der Eltern sein. Dazu zählen auch heftige Liebesszenen oder gar Pornos im TV. Diese Handlungen überfordern den Entwicklungsstand eines Kleinkindes. Auf keinen Fall sollt ein Kind den Eindruck gewinnen, dass die elterliche Sexualität eine Abwendung ist. Emotionale Armut lässt Kinder leiden.

Sexualität in Kita und Schule

In der Kita und Schule haben Kinder erstmals andere ständige Bezugspersonen außer ihren Eltern. Erzieher und Lehrer beeinflussen mit ihren persönlichen Werten und Haltungen die Kinder und tragen damit entscheidend zur sexuellen Entwicklung und damit der Persönlichkeitsentwicklung bei. Wichtig ist ein abgestimmtes aber konsequentes Handeln unter allen Erziehern. Rücksichtnahme und die soziale Umgebung spielen hier eine ebenso große Rolle. Eltern sollten deshalb über das Thema kindliche Sexualität und den Umgang damit in ihrer jeweiligen Einrichtung sprechen. Sie sollten den Pädagogen ihre eigenen Vorstellungen mitteilen, aber auch für deren Konzept ein offenes Ohr haben, damit eine gemeinsame Linie gefunden werden kann. Beachten sollten Eltern allerdings, dass die fachliche Verantwortung für die Kinder bei der Kita oder Schule liegt und allgemein verbindliche und für alle umsetzbare Regelungen gefunden werden müssen, die dann auch für alle Kinder gelten können. Erzieher dienen den Kindern als Vorbilder und sollten genauso zeigen, wenn ihnen etwas unangenehm ist, damit Kinder dadurch Grenzen lernen. Greift zum Beispiel ein Junge seiner Erzieherin an die Brust, sollte sie es auch nicht einfach so zulassen, sondern ihm klar machen, dass es unangenehm ist. Die Begrüßungsküsse einer Vierjährigen können von erwachsenen Aufsichtspersonen ebenso freundlich aber bestimmt zurückgewiesen werden. Kinder lernen so grundlegende Aspekte für die Verhinderung sexueller Gewalt, denn sie müssen auch nicht jede Zärtlichkeit erdulden.

Viele Eltern haben heute aufgrund der Arbeitsbelastung den Erziehungsauftrag an Kita und Schule

bzw. Hort abgegeben. Wie wir sehen, findet gerade in dieser Zeit die Entwicklung der kindlichen Sexualität statt. Davor kann man sein Kind in der Gemeinschaft mit anderen Kindern auch kaum schützen. Insoweit hilft es nicht, das Thema wegzuschieben oder die Betroffenheit des eigenen Kindes zu leugnen. Auch wenn es unangenehm ist und Eltern sich hilflos fühlen: reden mit Erziehung und Pädagogen hilft, es ist deren Job und sie nehmen das Thema weniger persönlich sondern beziehen es auf ihre berufliche Tätigkeit.

Vom Doktorspiel zum sexuellen Übergriff

Solange die Doktorspiele in gegenseitigem Einverständnis unter Gleichaltrigen stattfinden, die sich mögen, ist alles in Ordnung. Auch wenn Kinder Geschlechtsverkehr nachahmen, den sie vielleicht in einer Liebszene im Fernsehen gesehen haben, ist noch kein zwingendes Alarmsignal gegeben. Kinder ahmen Verhalten, dass sie nicht kennen oder noch nicht einordnen können, gern spielerisch nach. Erst wenn das häufiger auftritt oder Kinder gegen ihren Willen zum Mitspielen aufgefordert werden, sollten Eltern hellhörig werden und die Ursachen erforschen. Den Kindern muss bewusst sein, dass solche Spiel nur dann erlaubt sind, wenn alle Beteiligten einverstanden sind. Hier hilft es auch, wenn Kinder gelernt haben, ganz klar „nein“ zu sagen, wenn sie etwas nicht möchten. Sie müssen sich im Falle des Zwangs ihren Eltern anvertrauen können, ohne das die Probleme des Kindes auf die leichte Schulter genommen werden oder sofort mit Verboten und Panik reagiert wird. Für diese vertrauensvolle Beziehung tragen Eltern die Sorge.

Vertraut sich ein Kind seinen Eltern in einem solchen Fall an, sollten diese sofort eingreifen, wenn es dem eigenen Kind nicht gut dabei geht, ältere Kinder jüngere ausnutzen oder gar jemand an die Genitalien verletzt. In diesem Fall spricht man klar von sexuellen Übergriffen unter Kindern.

Machtgebaren ist auch schon unter Kindern ausgeprägt und sexuelle Handlungen sind ein Mittel, den Willen über ein schwächeres Kind durchzusetzen. Offiziell sind sexuelle Übergriffe im Über-schwang keine Gewalt. Gerade jüngere Kinder übergehen andere Kinder, die nicht mitspielen oder nicht mehr teilnehmen wollen, um ihre Neugier zu befriedigen. So wird ein Spiel zum Beispiel

einfach fortgesetzt und verletzt so die Grenzen des anderen Kindes. Die Kinder befinden sich in einer Lernphase, können ihre Bedürfnisse noch nicht ausreichend kontrollieren und lernen ihren eigenen Körper gerade erst kennen. Dennoch sind es sexuelle Übergriffe und machen ein Eingreifen erforderlich. Wichtig ist dabei, dass schon verbale Äußerungen sexuelle Übergriffe darstellen. Auch wenn sich Kinder teilweise noch nicht über die Bedeutung von sexuellen Beschimpfungen im Klaren sind, kann es für das beschimpfte Kind ein nachhaltiges Gefühl der Demütigung sein. So können andere Kinder mit Beleidigungen, die die Sexualität betreffen, besonders verletzt werden. In solchen Fällen sollten Eltern mit Pädagogen schnell und klar eingreifen und allen Kindern diese Regeln vermitteln. Stellen sich die Problemfälle nicht ab, sollten Eltern ruhig einen Schritt weiter gehen und sich z.B. beim Jugendamt Hilfe suchen.

Gegen sexuelle Übergriffe hilft dann auch eine bewusste Förderung der Selbsterfahrung der Kinder. Dürfen Kinder sich sexuell interessiert zeigen und gibt es eine angemessene pädagogische Begleitung, eignen sich die Kinder ihren Körper und seine Empfindungen an, spüren ihre Grenzen eher und lernen, die Grenzen anderer Kinder zu respektieren. Wo sexuelle Aktivitäten rigoros unterbunden werden, fehlt Kindern dieser Raum – ihre sexuelle Neugier bleibt. Wenn Kinder dieser Neugier trotz Verbot nachgehen, kommt es häufig vor, dass sie andere Kinder unter Druck setzen, sich über sie hinwegsetzen oder zumindest verlangen, dass die anderen Kinder über die Erlebnisse schweigen. Vor Erwachsenen werden diese Verhaltensweisen verborgen und so fehlen auch die Möglichkeiten pädagogischer Einflussnahme. Das ist ein Nährboden für sexuelle Übergriffe! Insofern sollten Eltern ihre Kinder nicht ausschließen, wenn in der Kita sexuelle Aufklärung stattfindet, es könnte sich zu deren Nachteil auswirken.

Was aber zutrifft, ist, dass sexuell aktive Kinder durchaus übergriffiges Verhalten zeigen können, wenn sie noch sehr jung sind und ihr Sozialverhalten sich erst langsam entwickelt. Wenn sie von Erwachsenen hier keine Orientierung erhalten, besteht die Gefahr, dass sich die Übergriffe zu Verhaltensmustern manifestieren.

Beratung suchen

Nicht nur bei Problemen, auch bei Fragen zur Erziehung oder der Auswahl von Freizeiteinrichtungen, können sich Eltern bei verschiedene Fachstellen persönlich oder auch anonym Hilfe suchen. Erste Anlaufstelle ist aber meist das Jugendamt, hier gibt es immer einen Experten mit Kenntnis der kommunalen bzw. regionalen Gegebenheiten, der auch vor Ort eingreifen oder besser bewerten kann. Hier einige Kontakte:

- **Nummer gegen Kummer:** Für Kinder und Jugendliche: Anonymes Kinder- und Jugendtelefon (Mo. - Sa. von 14.00 Uhr – 20.00 Uhr unter der Telefonnummer 0800 – 111 0 333 oder 116 111)
- **Telefonseelsorge** (Telefonnummer 0800 – 111 0 111 oder 0800 – 111 0 222), 24h erreichbar
- **Anonymes Elterntelefon:** 0800 111 0550 Montag bis Freitag 9-11 Uhr und Di. bis Do. 17-19 Uhr
- **Kinder-Notruf-Telefon** (kostenlos) 0800 – 15 16 001, Bundesweite Beratungszeiten sind von Montag bis Freitag 13.30 bis 22.00 Uhr sowie Sa – So von 17.30 bis 22.00 Uhr
- **Jugendamt Stadt Cottbus:** Auf den Seiten des Jugendamtes Cottbus finden Eltern auch Kinder- und Jugendfreizeiteinrichtungen der Stadt sowie freie Träger und Jugendhilfeangebote: Technisches Rathaus, Karl-Marx-Straße 67, 03044 Cottbus, Telefon 0355 612-3515 jugendamt@cottbus.de
- **Jugendamt SPN:** Regionalteam Forst, Sozialer Dienst, Heinrich-Heine-Str. 1, 03149 Forst (Lautsitz), Frau Winzer, Telefon: 0 35 62/9 86-1 51 25
- **Außenstelle Guben,** Gasstr. 4, 03172 Guben, Sozialer Dienst, Ines Bunar, Tel. 0 35 61/68 71-33 09
- **Außenstelle Spremberg,** Am Markt 1, 03130 Spremberg, Sozialer Dienst, Marion Lietz, Telefon: 0 35 63/5 75-51 37
- **Jugendamt OSL:** Dubinaweg 1, (Haus V), 01968 Senftenberg, Frau Miltz, 03573 870 4201
- **Jugendamt Elbe-Elster,** Frau Annett Kruschwitz, SA FuD - Erziehung, Riesaer Straße 19, 04924 Bad Liebenwerda, Telefon: 035341 97-8695, E-Mail: annett.kruschwitz@lke.de
- **Standort Finsterwalde,** Frau Corinna Ziske, SA FuD - Erziehung, Kirchhainer Straße 38a, 03238 Finsterwalde, Telefon: 03531 502-6301, E-Mail: corinna.ziske@lke.de
- **Jugendamt Hoyerswerda,** Bahnhofstraße 9, 02625 Bautzen, Telefon: 03591 5251-51000, E-Mail: jug-amt@lra-bautzen.de

Literatur



Körper und Sexualität

- Entdecken, verstehen, sinnlich vermitteln von Theo Kimmich, Esther Elisabeth Schütz, ISBN 978-3-7152-1054-4

Vielen Eltern, Pädagoginnen und Pädagogen ist es ein wichtiges Anliegen, mit Kindern und Jugendlichen offen über Sexualität zu sprechen. Esther Elisabeth Schütz und Theo Kimmich schlagen einen unkomplizierten und nahliegenden Weg ein: Sie gehen vom Körpererleben und von den Alltagssituationen von Kinder und Jugendlichen aus. Ob es um die Lust am Nacktsein, die erste Periode, den Orgasmus oder um Selbstbefriedigung geht - stets stellen sie die emotionalen Aspekte von Sexualität in den Vordergrund, nähern sich klar und behutsam den Themen an, bleiben aber in der Sache unmissverständlich deutlich. Dazu tragen nicht zuletzt die sachlichen und gleichermassen sinnlichen Illustrationen von Verena Pavoni bei. Ein Buch für Erwachsene, die in ihrem Erziehungsalltag nach einer neuen Sprache für Sexualität suchen, aber auch für Kinder und Jugendliche, die sich in aller Ruhe mit den Veränderungen ihres Körpers und ihren sexuellen Empfindungen auseinandersetzen wollen.



Liebe und Sexualität im Kindes- und Jugendalter

von Jeanne Meijs

ISBN 978-3-8251-7608-2

Liebe und Sexualität werden heute häufig als Synonyme verwendet, «Glück» als Folge von Genuss definiert? für viele junge Menschen ein verwirrendes Dilemma. Deswegen ist die Frage, wie Kindern eine zeitgemäße und wertorientierte Sexuaufklärung vermittelt werden kann, die ihnen eine klare Lebensorientierung ermöglicht, aktueller denn je.



Was Jungs wissen wollen

von Alex Frith (10-12)

ISBN 978-3-473-55143-9

Die einen kommen vom Mars, die anderen von der Venus - und beide Geschlechter haben viele Fragen. Locker und einfühlsam beantworten die Bücher alles, was Mädchen bzw. Jungen über das eigene und das andere Geschlecht wissen wollen. In einer Sprache, die ihnen vertraut ist,

erfahren Jungen alles über die Themen Körper und Hygiene, Gefühle, Stimmbruch, Ernährung, Eltern, Freunde, Liebe, Sex und Mädchen.



Was Mädchen wissen wollen

von Susan Meredith (10-12)

ISBN 978-3-473-55144-6

Mädchen erhalten in diesem Buch viele praktische Tipps zu den Themen Menstruation, Körperpflege, Ernährung und Fitness. Außerdem finden sie offene, klare Antworten und Informationen zu den Themen Gefühle, Eltern, Freunde, Liebe, Sex und Jungen.



Wachsen und erwachsen werden

von Sabine Thor-Wiedemann (8-10)

ISBN 978-3-473-35861-8

Kinder wollen schon früh Genaueres über sich und ihren Körper wissen. Hier erhalten sie unkompliziert Antworten auf ihre Fragen über Mädchen und Jungen, Körper und Gefühle, Liebe, Sexualität, Schwangerschaft und Geburt, Wachsen und Erwachsen werden. Die einfühlsamen Texte machen es Kindern leicht, Sexualität und Gefühle zu verstehen und in ihr Leben einzuordnen. Für Eltern bieten sie die Chance, über das Thema Aufklärung gelassen und humorvoll mit ihrem Kind zu sprechen.



Das bin ich - von Kopf bis Fuß

von Dagmar Geisler (7-9)

ISBN 978-3-7855-5377-0

Jungen spielen nicht mit Puppen, Mädchen raufen nicht - dass das so nicht stimmt, zeigt dieses Buch. Es macht Kindern Mut, so zu sein, wie sie sind. Denn das ist der Grundstein für einen selbstbewussten Umgang mit anderen Menschen und nicht zuletzt auch mit der eigenen Sexualität. Dieses Buch gibt einfühlsame und offene Antworten auf alle Fragen, die Kinder sich zu den Themen Jungen und Mädchen, Männer und Frauen, Sexualität und Schwangerschaft stellen.



„Eine große Unsicherheit“

Interview mit Maria van Os, seit 2002 bei Strohalm e.V., Diplompädagogin



Schwerpunkte in der Arbeit des Strohalm e.V. sind seit einigen Jahren Präventionsprogramme zu sexuellem Missbrauch unter Kindern an Schulen. So bildet der Verein Erzieher und Lehrer aus, wie sie Kinder in ihren Einrichtungen richtig begleiten und stärken können. Der Verein hilft Fachleuten bei Unsicherheiten zum Thema kindliche Sexualität und berät zum richtigen Umgang mit verschiedenen Situationen.

Hat die Problematik kindlicher Sexualität und insbesondere Übergreif unter Kindern in den letzten Jahren an Gewicht gewonnen?

Wir haben in der Arbeit festgestellt, dass es bei kindlicher Sexualität eine große Unsicherheit unter den Lehrkräften und Erziehern gibt. Auch Kinder haben uns in Sprechstunden immer wieder um Rat gebeten. In ganz Deutschland haben wir keine Publikationen, Hilfen oder Ratgeber gefunden und haben das daher selbst in die Hand genommen. Scheinbar wurde das Thema bis dahin nicht als so wichtig angesehen. Bei der Resonanz auf den von unserem Verein erstellten Ratgeber gab es eine große Spanne. Vielen Schulen ist leider der vermeintlich gute Ruf wichtig, da soll nichts nach außen getragen werden. In Kitas gibt es das auch, aber hier werden Eltern schnell aktiv und reagieren meist recht stark, wenn das Thema nicht ernst genommen

wird. Wir haben alles erlebt, von der Verneinung des Themas bis zur Mobilmachung und intensiven Auseinandersetzung. Viele suchen mittlerweile auch Unterstützung und bekommen sie durch auch durch unseren Verein.

Welchen Unterschied gibt es bei kindlicher Sexualität zwischen Kita und Schule?

Die Kinder in der Kita gucken sich an, fassen sich an und ziehen sich aus. Doktorspiele und Vergleiche der Körper kommen öfter vor. Hellhörig müssen Erzieher und Eltern werden, wenn Beschwerden vom Kind kommen. Dann ist es egal, welches Spiel es war. Sobald eine Unfreiwilligkeit vorliegt, läuft es für das Kind in einer Art und Weise ab, die nie okay sein kann. Es muss nicht immer etwas Hochdramatisches sein, aber sobald sich ein Kind unwohl fühlt, muss eingegriffen werden. Die Praktizierung von Erwachsenensexualität unter Kindern ist definitiv eine Grenzüberschreitung, bei der Erwachsene eingreifen müssen. Selbst wenn die eigenen Kinder es bei anderen beobachtet haben, sollten Eltern und Pädagogen aktiv werden. Hier spielt oft Machtgehebe eine Rolle, das sollten Erzieher genau beobachten. Oft werden schwächere Kinder dann zu Spielen dazu geholt, obwohl sie das nicht unbedingt wollen.

Bis wohin sind Doktorspiele und Nachahmung von Erwachsenense-

xualität zu tolerieren?

Solange Kinder es nur imitieren, es nur spielen und Verhalten nachahmen – das ist kindliche Sexualität und in Ordnung. Es hat aber eine ganz andere Qualität, wenn Kinder zum Beispiel versuchen, ihren Penis in Geschlechtsteile eines anderen Kindes zu stecken. Das ist definitiv eine Grenzüberschreitung und nicht mit dem Spielen und Imitieren von erwachsenem Verhalten vergleichbar. Viel schwieriger ist es, die Freiwilligkeit der handelnden Kinder einzuschätzen.

Wie zeigt sich kindliche Sexualität in der Schule?

Die Neugier der Kitakinder ist am größten und sie haben mit Beginn der Schule ihre Schamgrenzen kennengelernt. Sie wissen, was in Ordnung ist und was zum Beispiel in der Öffentlichkeit nicht geht, aber mit drei Jahren noch okay war. Das Interesse an vielen Dingen ist dennoch vorhanden, findet aber mehr im Verborgenen und weniger öffentlich statt. Es geht mehr um Wissenserkenntnis als darum, irgendetwas auszuprobieren. Dadurch ist das Thema in der Schule auch nicht so offensichtlich wie in der Kita. Übergreif sind aber auch schwerer zu bemerken, da Kinder ab dem [... online weiterlesen]

Das ausführliche Interview
lesen Sie in unter
www.lausebande.de

Verlosungen für Lausebanden

Tolle Sachen zum Anschauen, Zuhören und Mitfiebern!

1



Für Hörbuchfans Hörspiel PINOCCHIO

Alle Jahre wieder erfreut uns die Hörspielschmiede „Titania Medien“ mit der Vertonung eines weiteren Kinderbuch-Klassikers. Dieses Jahr wird es die Geschichte um den kleinen liebenswerten Hampelmann und Taugenichts „Pinocchio“ sein, der sich in den Kopf gesetzt hat, ein richtiger Junge zu werden! Die liebevoll inszenierte Hörspiel-Version ist eine tolle Geschichte für die ganze Familie! Erzähler ist der bekannte Schauspieler und Moderator Max Schautzer. VÖ: 16.09.14 bei www.titania-medien.de, Empfohlen ab 8 Jahren, Hörspiel ca. 79 Minuten, 8,99 €. **Wir verlosen 3 CDs**

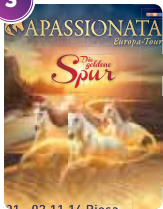
2



Mehr für Hörbuchfans Warum hamstern Hamster?

Ein lustiges Hörspiel für neugierige Kinder ab 3 Jahren: Im Garten, in dem die kleine Schnirkelschnecke Monika Häuschen mit ihrem besten Freund, dem Regenwurm Schorsch wohnt, bricht ein heftiger Streit aus, weil Graugänserich Günter alle Salatblätter für sich reserviert. Beleidigt beschließt Herr Günter, sich draußen auf dem Feld einen neuen Freund zu suchen, der mehr Verständnis für seinen großen Appetit hat. Der hungrige Feldhamster Harry scheint dafür perfekt zu sein. www.monika-haeuschen.de. **Wir verlosen 3 CDs**

3



Für Pferdefreunde Apassionata

Folgt der goldenen Spur! Ein mysteriöses Bild ist der Schlüssel ... In der neuen APASSIONATA-Show „Die goldene Spur“ erwartet ein rätselhaftes Museum zum Leben, wenn waghalsige Trickreiter, winzige Ponys und elegante Dressurhengste ihr Können präsentieren. Ein Meisterwerk aus atemberaubender Reit- und Tanzkunst, bezaubernder Musik und grandiosen Lichteffekten erwartet euch! Alle Infos zu „Die goldene Spur“ gibt es unter www.apassionata.com.

Wir verlosen eine Familienkarte (bis 6 Personen) für eine Vorstellung im März 2015 in Leipzig.

4



Für Bastel- & LEGO-Fans Großes Frachtflugzeug

Am Flughafen von LEGO City® muss das Frachtflugzeug beladen werden! Öffne die Türen des Frachtflugzeugs und hilf den Arbeitern dabei, das Förderband in Position zu bringen. Lade die Kisten auf das Band und belade das Flugzeug! Hole die Goldbarren mit dem Quad, lade sie mit den verstellbaren Gabeln auf den Gabelstapler und fahre sie durch das Flugzeugheck, das du öffnen kannst. Tanke das Flugzeug mit dem Octan™ Laster auf, halte den Funkkontakt zum Tower und starte das Flugzeug für deine nächste Liefertour! Enthält 5 Minifiguren mit Zubehör: Pilot, Fluglotse und 3 Arbeiter. **Wir verlosen 1x LEGO® CITY 60022 „Großes Frachtflugzeug“ im Wert von ca. 90 €**



So gewinnen Sie:

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



www.facebook.com/lausebande

5



Für wissbegierige Kids

Willi wills wissen

Der beliebte Kinderreporter Willi Weitzel beleuchtet Dinge, die wir längst für selbstverständlich nehmen, ohne noch groß über sie nachzudenken. Er zeigt, was und vor allem auch welche Menschen dahinterstecken. Willi ist buchstäblich der Türöffner für die Blicke hinter die Kulissen. In den neuen Doppelfolgen besucht er eine Zahnärztin und einen Augenarzt. Es geht zu einem Sportwagenhersteller in die Entwicklung und Produktion. Außerdem trifft Willi bei einem Oldtimer-Treffen auf ganz seltene Modelle und erfährt Wissenswertes über die Geschichte des Automobils.

Die DVDs „Willi wills wissen – Wer fühlt den Zähnen auf den Zahn?“/ „Wer wirft ein Auge aufs Auge?“ und „Wer macht das Auto mobil?/ Wer fährt auf Oldtimer ab?“ erscheinen am 26.09.14 bei Universal und sind allen wissensdurstigen Kindern ab 5 Jahren empfohlen. Laufzeit je DVD ca. 50. Min., EVP 9,95 €. www.karussell.de

Wir verlosen 3x2 DVDs

ADAC



„Meine Mitgliedskarte ist wie bares Geld – nur spaßiger.“

Einfach vorzeigen und sparen. Bei Freizeit-, Sport- und Kulturangeboten im neuen ADAC Vorteilsprogramm Berlin-Brandenburg.

> Tropical Islands: 15% Rabatt auf das Tagesticket *



ADAC in Cottbus

Spremberger Strasse 5 • 03046 Cottbus
Mo – Fr 9 – 19 Uhr, Sa 9 – 13 Uhr

Telefon: (0355) 486 98 10
ADAC-Cottbus@bbr.adac.de

* Gültig für bis zu 2 Erwachsene und 2 Kinder, nicht in Verbindung mit anderen Vergünstigungen oder Sonderveranstaltungen.

Energiewende einfach erklärt!

Das neue Infoportal unter www.pro-lausitz.de.

Seit August gibt es endlich ein Informationsangebot von Lausitzern für Lausitzer rund um Themen der Energiewende und zur Lausitzer Braunkohle. Der Verein Pro Lausitzer Braunkohle e.V. bietet auf der Internetseite www.pro-lausitz.de auch eine Rubrik, in der Laien endlich einmal ganz einfach erklärt bekommen, worum es eigentlich geht. Im Teil 3 gibt es nun eine sehr ausführliche Betrachtung zur Energiewende und ihren Auswirkungen für die Lausitzer Braunkohle. Hier können Sie den Beitrag komplett lesen: <http://goo.gl/5RI9gV>



Die Energiewende und die Lausitzer Braunkohle



Einer Erklärung und Kritik zur Energiewende folgt eine Betrachtung der verschiedenen Interessen- und Lobbygruppen, bevor auf die heutige Situation der Lausitzer Braunkohle und ihre Möglichkeiten im Rahmen der Energiewende eingegangen wird.

DAS ERFAHREN SIE HIER

- Das steckt hinter der Energiewende
- Warum die Energiewende nicht funktioniert
- Wieso die Öffentlichkeit über die Probleme hinweggetäuscht wird
- Warum ein Ausstieg aus Atom- und Kohle unmöglich ist
- Folgen verschiedener Entscheidungen zur Zukunft Lausitzer Braunkohle

Bitte beachten Sie: Die Darstellungen im Rahmen der Serie „Einfach erklärt“ sind stark vereinfacht und sollen auch Laien ein Verständnis für die aktuelle Debatte um die Energiewende und die Lausitzer Braunkohle ermöglichen. Wir empfehlen zum besseren Verständnis, die Serie beginnend mit Teil 1 und dann logisch aufsteigend zu nutzen.

1. IN EIGENER SACHE

Aufgrund vieler Hinweise und Rückmeldungen wollen wir in Teil 3 noch einmal die Energiewende vertiefen und darauf eingehen, welche Folgen unterschiedliche Entscheidungen zur Zukunft der Lausitzer Braunkohle für die Lausitz, ganz Deutschland und die Welt haben würden. Das bedarf einer entsprechenden Ausführlichkeit. Ab Teil 4 widmen wir uns dann konzentriert ausgewählten Themenfeldern rund um

die Lausitzer Braunkohle wie z.B. Heimatverlust und Umsiedlung, Klimaeffekten und Landschaftswandel. Ebenso möchten wir nochmals darauf hinweisen, dass der Verein Pro Lausitzer Braunkohle e.V. mit der Serie „Einfach erklärt“ kein Expertenwissen vermittelt. Vielmehr bemühen wir uns, allen Menschen sehr komplexe Zusammenhänge um Energie und Lausitzer Braunkohle einfach verständlich zu vermitteln. Wir freuen uns sehr über Kritik und Anregungen und verstehen diese Beiträge auch als Prozess, wir prüfen alle Hinweise und nehmen diese gern auch nachträglich auf, wenn es zum Verständnis beiträgt. Insofern kann es sein, dass Beiträge dieser Serie Ergänzungen oder Korrekturen erfahren.

2. DIE ENERGIEWENDE

Grundsätzlich verstehen die Menschen unter der Energiewende, dass wir in Deutschland unsere Energie künftig nur noch aus umweltfreundlichen Energieträgern gewinnen wollen. Viele meinen, dass wir dabei mit den vielen Windrädern und Solaranlagen auf einem guten Weg sind und haben durch Medienberichte über Forschungsprojekte oder erste Tests auch den Eindruck, dass wir schon bald Energie aus Wind und Sonne speichern und damit auf Atom- und Kohlestrom verzichten können. Aufgrund dieses von Politikern und Medien geschaffenen Meinungsbildes sind bundesweit geschätzt 85% der Bevölkerung für den Ausstieg aus Atom- und Kohlestrom. Leider ist das Meinungsbild falsch und geht meilenweit an den Realitäten vorbei. Ein Ausstieg aus Atom- und Kohlestrom ist schlichtweg unmöglich oder aber mit katastrophalen Folgen für uns verbunden. Zudem sind wir trotz etlichen Milliarden an Kosten bei der Ener-

giewende im Grunde kaum einen Schritt vorwärts gekommen. Der Hauptteil dieser Kosten betrifft dabei die ca. 23 Milliarden Euro pro Jahr für die sogenannte EEG-Umlage. Sie ist durch alle, auch durch die ärmsten Stromverbraucher, zu zahlen und stellt eigentlich eine sittenwidrige Umverteilung des Geldes von unten nach oben dar. So schadet eine Energiewende, die nicht vorwärts kommt, vor allem den Ärmsten in Deutschland. Das die Energiewende tatsächlich ins Nichts führt, beweist die aktuell veröffentlichte Studie von McKinsey, nach der viele Ziele der Energiewende bis 2020 kaum noch erreichbar sind. Wir werden die Gründe für diese Nachricht, die viele erschrecken mag, hoffentlich aber zumindest zum Nachdenken anregt, in diesem Gliederungspunkt darstellen.

2.1. DIE ENERGIEWENDE UND IHRE ZIELE

Die Energiewende ist keine deutsche Erfindung. Schon im 18. Jahrhundert wurde in England über die Endlichkeit der Kohlevorräte und klimatische Spätfolgen fossiler Energieträger diskutiert. Vereinfacht geht es bei der Energiewende darum, fossile und nicht erneuerbare Energieträger wie Erdöl, Erdgas und Kohle sowie Atomenergie durch umweltfreundliche erneuerbare Energieträger wie Windenergie, Sonnenenergie, Meeresenergie, Bioenergie oder Erdwärme, zu ersetzen. Man ging davon aus, dass die erneuerbaren Energieträger quasi unbegrenzt zur Verfügung stehen. Das stimmt leider nicht, sie sind aus technischen und geologischen Gründen nicht unbegrenzt verfügbar. „Bioenergie“ ist z.B. in Deutschland kaum noch steigerungsfähig, da die übrigen Agrarflächen zwingend für die Nahrungsmittelproduktion benötigt werden. Die heute in Deutschland diskutierte „moderne“ Energiewende hat ihre Wurzeln vor allem im Jahr 2000, als mit dem Erneuerbare-Energien-Gesetz (EEG) die ers-

ten staatlichen Förderungen z.B. für Energie aus Solaranlagen und Windrädern festgeschrieben wurden. In diese Zeit fällt auch die Entscheidung zum gestaffelten Atomausstieg.

DIE ZIELE DER ENERGIEWENDE

Ziel der Energiewende in Deutschland ist es, bis zum Jahr 2050 Energie hauptsächlich aus Erneuerbaren Energien oder nachwachsenden Rohstoffen zu beziehen. Damit einher geht das Ziel, den Energieverbrauch durch eine sparsame und effiziente Nutzung der Energie stark zu reduzieren. Im Jahr 2010 beschloss die Bundesregierung, die Treibhausgasemissionen bis 2050 entscheidend zu reduzieren – also sich nach und nach von Kohle, Öl und Gas zu verabschieden. Erst nach der Festlegung dieser Ziele kam es im Jahr 2011 zur atomaren Katastrophe im japanischen Kernkraftwerk Fukushima, dem in Deutschland eine Entscheidung zum vollständigen Ausstieg aus der Atomenergie bis 2022 folgte. Seitdem sind in der deutschen Energiewende folgende Ziele definiert, die offiziell immer noch Bestand haben:

- **Ausstieg aus der Kernenergie bis Ende 2022**
- **Steigerung des Anteils erneuerbarer Energien am Endenergieverbrauch bis 2020 auf 18 Prozent, bis 2030 auf 30 Prozent, bis 2040 auf 45 Prozent und bis 2050 auf 60 Prozent.**
- **Steigerung des Anteils erneuerbarer Energien am Stromverbrauch auf 35 Prozent bis 2020, auf 50 Prozent bis 2030, auf 65 Prozent bis 2040 und auf 80 Prozent bis 2050.**
- **Reduktion der Treibhausgasemissionen bis 2020 um 40 Prozent, bis 2030 um 55 Prozent, bis 2040 um 70 Prozent und bis 2050 um 80 bis 95 Prozent (gegenüber dem Basisjahr 1990).**

[... online weiterlesen]



Interessant?

Weiterlesen können Sie den Artikel unter www.pro-lausitz.de im Bereich „Energie & Kohle“ in der Rubrik „Einfach erklärt“ – oder Sie scannen einfach nebenstehenden QR-Code.

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

Diese Rubrik wird Ihnen von den HUGENDUBEL Buchhäusern präsentiert.

Bücher für Lausebanden

Hugendubel.de
Die Welt der Bücher



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



Pipa Lupina und ihre Baumhausbande

Nuppenney,
Seiten: 36, ab 4
14,95 EUR

Gemeinsam mit ihren Freunden wohnt Pipa Lupina unter dem Blätterdach eines alten, magischen Baumes am Rande von Mutzhausen. Hier ist immer etwas los!



Hort Lindgren 3a:

Die Kinder lieben es, in Büchern zu Blättern. Eine wunderschöne Waldgeschichte mit lustigen Gestalten.



Quentin Qualle – Muräne hat Migräne + Lieder-CD

Carstens/ Kunze
Seiten: 32, ab 4
14,95 EUR

Hans, die Muräne, hat ganz schlimme Migräne. Geschieht ihm recht, denken viele der kleinen Meeresbewohner. Sie haben nämlich große Angst vor den nimmersatten Muränen. Nicht so Quentin Qualle ...



Hort Lindgren 3c:

Die Kinder fanden die Geschichte sehr niedlich. Das Buch ist toll geschrieben und schöne Bilder gibt es auch zu sehen.



Die kleine Gartenbande sorgt für sauberes Wasser

Schmidt
Seiten: 16, ab 2
7,95 EUR

Irgendetwas stimmt mit dem Fluss nicht, denn das Wasser stinkt fürchterlich. Klar, dass die Freunde der Sache auf den Grund gehen. Eine anschauliche Geschichte darüber, wie wichtig es ist, die Natur sauber zu halten.



Lisa (3): *Ich darf auch nichts Schlechtes ins Wasser kippen und auch nichts reinschmeißen. Das sagen meine Eltern immer.*



Mickan ist ganz zufrieden mit sich

Adbage
Seiten: 128, ab 6
12,99 EUR

Mickan ist fast acht und eigentlich ganz zufrieden mit sich. Nur in der Schule ist Mickan ein bisschen stiller als die anderen Kinder und meldet sich auch nicht so gern. Manche Dinge findet sie ziemlich gruselig...



Luna (7): *Manchmal gibt es Tage, die können ganz schön schwierig sein. Ich bin auch ruhiger. Man muss ja nicht immer eine Heldin sein, oder?*



Sternenschweif, 41, Verzauberte Herzen

Chapman
Seiten: 128
Lesealter ab 8
7,95 EUR

Als Laura ihren Freund Paul wiedertrifft, kribbelt es auf einmal so in ihrem Bauch. Was ist bloß los mit ihr? Sternenschweif hat schon einen Verdacht ...



Neela (7): *Ich liebe Sternenschweif, da träumt man beim Lesen schon mit. Die Bücher von Sternenschweif lassen sich immer gut lesen.*



**Samba Kicker -
Die magischen
Schuhe von
Pelé Lenk**
Seiten: 112, ab 8
6,99 EUR

Die WM 2014 in Brasilien – und die Samba-Kicker befinden sich im Fußballfieber! Doch als die magischen Schuhe des Weltstars Pelé plötzlich aus einer Ausstellung gestohlen werden, gerät das ganze Land in Aufruhr ...



**D. Pape schlägt
zurück: Band 2.
Origami-Yoda-
Roman**
Seiten: 160, ab 10
7,99 EUR

Dunkle Zeiten haben begonnen. Die McQuarie-Schule wird von der Dunklen Seite der Macht heimgesucht: D. Paper! Erschaffen von Harvey, der Origami-Yoda noch nie austehen konnte. Darth Paper bricht einen Streit nach dem anderen vom Zaun.



**Der Zauberland
von Applecross**
Baccalario
Seiten: 224
Lesealter ab 10
12,95 EUR

Finley McPhees Leben verläuft ziemlich eintönig, bis die Lilys plötzlich in Applecross auftauchen und ihren geheimnisvollen Laden eröffnen. Von da an geschehen eine ganze Menge merkwürdiger Dinge ...



Louisa (9): *Ein spannendes Buch. Ich wusste garnicht, dass Fußball so spannend sein kann. Obwohl, die WM war ja auch sehr spannend.*



Amadeo (11): *Band 1 habe ich auch schon gelesen. Schade, dass die Bücher immer so dünn sind. Die sind so lustig!*



Gustav (10): *Für so manch einen wäre das Grund genug, schnell das Weite zu suchen. Ich natürlich nicht, dafür bin ich zu neugierig.*

scook

Die neue Online-Plattform für Lehrer und Schüler



Mit der Onlineplattform scook investiert der Schulbuchverlag Cornelsen in die digitale Zukunft der deutschen Schulen und bietet Schulbücher ab sofort auch digital an. Der Vorteil für Schüler und Eltern ist immens. Für die meisten deutschen Schülerinnen und Schüler ist der Umgang mit Smartphone und PC heute völlig selbstverständlich. Vielen deutschen Schulen fehlt es aber bislang an der technischen Ausstattung, um die digitale Welt auch in den Unterricht zu holen. Deshalb hatten die Schulbuchverlage bisher auch wenige digitale Materialien im Angebot. Ein klassisches Henne-Ei-Problem, dem die Cornelsen Schulverlage jetzt ein Ende bereiten. Cornelsen sorgt für den Durchbruch bei der Entwicklung digitaler Schulbücher, indem zukünftig alle erscheinenden Schul-

bücher als ein Paket mit Buch und E-Book verkauft werden. Damit geht der Schulbuchverlag in einem ersten großen Schritt in Vorleistung und stellt auf dem offenen Onlineportal scook unter www.scook.de zum Start über 300 eingeführte und zertifizierte Lehrbücher der Cornelsen Schulverlage für alle Bundesländer, Fächer und Klassen in digitaler Form zur Verfügung. Die Lizenz zur Nutzung des Angebots erhalten Lehrer und Schüler automatisch mit dem Kauf des gedruckten Schulbuches. Mehrkosten entstehen durch die Onlinenutzung nicht. scook ermöglicht es jedem einzelnen Lehrer, sich – ohne Investition seiner Schule oder des Schulträgers – mit seiner Klasse rund um das Schulbuch digital zu vernetzen und damit zu arbeiten. Ganz unabhängig davon, ob ein ganzes Lehrerkollegium schon soweit ist, eine solche Technik einzusetzen oder eine ganze Schule dies tun möchte, wird mit scook der Einstieg sehr erleichtert. Jeder Lehrer kann ab sofort selbst wählen, ob er das eingeführte Schulbuch digital oder „analog“ benutzt. Dabei versteht sich scook als eine offene Plattform. Zum Start sind bereits Partner wie bettermarks, FWU und Papagei TV mit ihren Inhalten dabei. In einer späteren Ausbaustufe wird Microsoft als Technikpartner den Lehrern ein Office 365-Paket zur kostenlosen Nutzung zur Verfügung stellen. Das Angebot an digitalen Büchern und die Verzahnung von Buch und zusätzlichem Unterrichtsmaterial werden laufend erweitert. Bereits zum Schulstart wurde auch eine Lehrer-Schüler-Kommunikation ermöglicht.

www.scook.de



Interview: Jens Taschenberger (zwei helden)

„Mehr Herz und Seele“

Interview mit Schauspielerin Sophie Schütt



Sophie Schütt zählt zu den bekanntesten Gesichtern im deutschen Fernsehen. Aktuell begegnet Sie uns auf vielen Großflächenplakaten zu einer Kampagne gegen Alkohol in der Schwangerschaft. Wir sprachen mit der TV-Schönen, die gerade selbst schwanger ist und zum Ende dieses Jahres ihr zweites Kind erwartet:

Hallo Frau Schütt, Ihr Motiv zur Kampagne gegen Alkohol in der Schwangerschaft ist aktuell mehr denn je zu sehen, erahnen Sie einen Grund dafür?

Ich freue mich sehr, dass Sie diesem Thema Aufmerksamkeit schenken. Ich finde es nach wie vor notwendig, dass die Kampagne sichtbar ist und für Aufklärung sorgt.

Mit Ihrer aktuellen Schwangerschaft hat das nichts zu tun?

Von der Seite habe ich das noch gar nicht betrachtet. Es kann aber durchaus sein, dass man den Promi-Bonus für noch mehr Aufmerksamkeit nutzt ...

Die Kampagne wurde im Mai 2012 gestartet und zählt heute zu den 10 wichtigsten Kampagnen Deutschlands, warum?

Sie ist so wichtig, weil sie viel weiter greift und nicht nur mit schwangeren Frauen zu tun hat. Es geht um unsere Zukunft, um künftige Generationen, um die Menschen, die heranwachsen. Wir wollen den kleinen Menschen die bestmögliche Gesundheit mitgeben. Das geht nur, wenn wir die Frauen besonders in der Schwangerschaft unterstützen – und da geht es bei weitem nicht nur um soziale Problemfälle. Schwangere kommen gerade bei gesellschaftlichen Ereignissen oft in Erklärungsnot. Da sagen andere: „Komm, heute kannst du ein Gläschen trinken“, gerade wenn dieser oder jener Erfolg gefeiert wird oder aus einem anderen Grund ein besonderer Tag ist. Als Schwangere muss man sich oft rechtfertigen, wenn man nichts trinkt und steht damit allein. Dabei ist es für viele so schon schwer genug, sich an der Saftschorle festzuhalten, wenn alle anderen anstoßen. Umso wichtiger finde ich eine Kampagne, die

einen anderen Umgang unterstützt. Man sollte jeder Schwangeren gleich die tolle Saftschorle anbieten – oder besser noch, in solchen gesellschaftlichen Runden mit schwangeren Frauen gänzlich auf Alkohol verzichten.

Gab es für Sie auch persönliche Gründe, der Kampagne Ihr Gesicht zu geben?

Ich versuche in den Dingen, für die ich mich einsetze, authentisch zu bleiben. Ich habe selbst auf vielen Ereignissen erfahren, dass Alkohol immer positiv und gesellschaftstauglich dargestellt wird. Wenn eine schwangere Frau strikt auf Alkohol verzichtet, wird sie in manchen Situationen als langweilig abgetan. Das finde ich tragisch. Es halten sich auch überkommene Weisheiten, nach denen ein oder zwei Gläser die Woche sogar hilfreich sein sollen. Dem will ich etwas entgegen setzen.

Wie gehen Sie damit um, wenn eine schwangere Frau in Ihrem Umfeld Alkohol konsumiert?

Ich bin noch nicht in diese Situation gekommen. Es ist schwer zu sagen, wie ich mich verhalten würde. Es steht mir nicht zu, über einen anderen Menschen zu richten. Aber ich würde mir den Mut wünschen, sie in einer solchen Situation anzusprechen, wenn auch ganz liebevoll. Sie kann es ja genießen, aber vielleicht schaut sie sich einmal die Homepage unserer Kampagne an. Das Thema ist den Frauen nicht egal und wenn sie sich falsch verhalten, hat das in der Regel immer mit Unwissenheit zu tun. Deshalb ist Aufklärung so wichtig. Für mich ist ebenso wichtig, dabei nett und lieb mit den Menschen umzugehen und nicht den Moralfinger zu heben.

Hat die Kampagne in den gut zwei Jahren auch eine messbare Veränderung erreicht?

Ja, ich habe zumindest das Gefühl. Ich werde oft persönlich auf die Kampagne angesprochen. Sie erreicht viele Frauen, die vorher dachten, ein Gläschen ist schon okay. Diese Frauen lernen dazu. Momentan lebe ich in Südafrika und sehe die Probleme hier. Durch Unwissenheit und schlechte Schul- »

bildung kennen die Frauen die Auswirkungen von Alkohol in der Schwangerschaft noch viel weniger. Ich habe viele geschädigte Babys in Krankenhäusern gesehen. Das ist furchtbar.

Hat sich diese Erfahrung auch auf Ihre Arbeit als Schauspielerin ausgewirkt, wird da statt Feiersekt auch mal eine Schütt-Schorle gereicht?

Ja, absolut. Das ist eigentlich auch unabhängig von der Branche. Wenn es um berufliche Treffen geht, sind Getränke meist kostenfrei. Dann neigen Menschen dazu, das ein oder andere Glas mehr zu trinken. Ich finde es falsch, dass man Alkohol in beruflichen Zusammenhängen für selbstverständlich hält, denn bei solchen Treffen handelt es sich schließlich um Arbeitsveranstaltungen.

Sehen Sie es als Widerspruch, dass die Kampagne vom Premiumspirituosenhersteller Pernod Ricard finanziert wird?

Ganz im Gegenteil. Viele wischen das vielleicht mit dem Modewort „green washing“ weg. Dabei nehmen sie eine große Verantwortung wahr. Sie verkaufen Alkohol, machen aber klar, dass sie ihn nicht an Minderjährige verkaufen und auch Schwangere davor schützen wollen. Sie unterstützen eine Bewusstseinsveränderung, die heute immer mehr greift. Ich finde das sehr gut und unterstütze das gern.

Sie sind seit wenigen Wochen schwanger, verbieten Sie sich tatsächlich bis zum Ende dieser Zeit selbst das kleinste Gläschen Sekt?

Ja. Ich finde es auch leichter, komplett zu verzichten. Viele Studien zeigen, dass man nie sagen kann, welche Schäden wann in der Schwangerschaft durch wieviel Alkohol ausgelöst werden können. Deshalb wird auch dazu geraten, komplett darauf zu verzichten, denn schon geringe Mengen können Schäden anrichten. Viele Frauen können in der Schwangerschaft auch bestimmte Sachen nicht riechen, ich finde z.B. den Geruch von Wein gerade ganz widerlich. Da hilft einem auch die Natur. Was ich aber mache: ich trinke Saftschorlen und andere Getränke aus schönen Weingläsern. Man muss ja nicht immer aus Kindergläsern trinken, nur weil man keinen Alkohol trinkt.

Bei der Geburt Ihrer ersten Tochter hatten Sie die Erfahrung der Kampagne noch nicht, waren Sie damals trotzdem schon so konsequent?

Ja, genauso. Die ersten drei Monate war mir jeden Tag übel, das war diesmal nicht anders. Da konnte ich den Geruch von vielen Dingen nicht ertragen, und dazu zählte auch Alkohol. Mein Instinkt hat mir aber auch gesagt, es wegzulassen. Ich würde Alkohol nie in die Babyflasche tun, dann gehört es auch nicht in meinen Körper, wenn das kleine Leben darin heranwächst.

Nach der Geburt Ihres ersten Kindes, sozusagen auf dem Höhepunkt Ihrer TV-Karriere, haben Sie eine lange Drehpause eingelegt. Wie schwer fällt so ein zeitweiliger Abschied von der großen Bühne?

Das war extrem einfach! Ich liebe meinen Beruf und hatte davor über lange Jahre sehr viel gearbeitet. Ich brauchte die Pause für mich, auch ganz unabhängig von dem neuen Lebensabschnitt als Mama. Für mich ist es aber auch unheimlich wichtig, mit dem eigenen Kind viel Zeit zu verbringen, wenn es noch so klein ist. Deshalb war es so einfach und hat mir auch sehr gut getan.

Was halten Sie eigentlich von Müttern, die nach wenigen Wochen vollkommen durchtrainiert wieder im Rampenlicht stehen?

Ich tue mich mit solchen Frauen sehr schwer. Wenn es für sie selber stimmig ist, dann ist es toll und ich wünsche ihnen auch viel Glück. Aber sie vermitteln, gerade weil sie in der Öffentlichkeit stehen, allen anderen Frauen ein schreckliches Gefühl. Mutter oder Vater zu werden, bedeutet einen großen Eingriff in das Leben eines Menschen. Die Mutter ist dabei mit der Geburt und dem Stillen natürlich viel stärker eingebunden. Mir liegt es eher am Herzen, dass Frauen sich diesen natürlichen Instinkten hingeben und sich die Zeit dafür zu nehmen. Viele Frauen setzen sich aber unter Druck und versuchen, das alles nebenbei zu machen. Sie wollen gut aussehen, Geld verdienen, Erfolg haben und nebenher auch noch gute Mutter sein. Sie kämpfen mit selbst auferlegten Ansprüchen, die durch falsche Vorbilder zu Stande kommen. Auch deshalb sind es oft die Frauen, die mit Depressionen kämpfen. Ich würde eher Frauen unterstützen, die sich Zeit für ihr Baby nehmen und die nicht zu viel von sich zu erwarten. Weder vom eigenen Körper, noch vom Baby, von der eigenen Mutterrolle oder der Beziehung. Eine Geburt verändert das Leben und das braucht seine Zeit. Es ist okay, wenn eine Frau drei Monate später eben nicht

so aussieht, als müsse sie sich auf dem Laufsteg präsentieren.

Sie leben in Südafrika, wo die meisten europäischen Familien Bedienstete haben. Wird Ihre Tochter im kleinen Kreis oder mit Bediensteten multikulti erzogen?

Das Klischee stimmt. Die meisten Frauen, mit denen ich hier zu tun habe, sind auch europäische Frauen und haben Nannys. Das ist aber nicht mein Ding. Ich find es wichtig und schön, für meine Tochter da zu sein. Meine Tochter ist jetzt drei und geht mehrmals die Woche zur Play School. Da werden ganz viele andere Kinder von ihrer Nanny abgeholt. Meine Tochter sagte mir vor Kurzem: „Mama, haben wir ein Glück, wir haben uns immer und brauchen keine Nanny“. Das war sehr süß.

Sie wirken in den aktuellen Bildern auf Ihrer Homepage auch sehr ausgeglichen und glücklich, macht das die viele Sonne in Kapstadt?

Das hört sich immer toll an, in Kapstadt zu leben.

Für uns war es damals eine bewusste Entscheidung, da mein Mann Felix hier einen tollen Job bekommen hatte. Ich wollte sowieso eine Pause einlegen und mir Zeit für unsere Tochter nehmen. Die Kinder sind schnell größer und bauen dann auch eigene Beziehungen und Freundschaften auf. Dann kann ich auch wieder mehr an mich denken. Auch das ist eine tolle Erfahrung, mal nicht so egoistisch zu sein.

Sie haben Ihren Mann auch in Südafrika kennengelernt, im Vorfeld der Fußball-WM 2010. Hat Fußball also ihr Leben verändert?

Absolut und immer wieder, und das schon als ich 14 war. Damals habe ich mein Schulpraktikum beim ZDF-Landesstudio gemacht und da bin ich in eine Truppe mit einem der besten deutschen Sportreporter, Rolf Töpfer, reingerutscht. Die nahmen mich immer zum Fußball mit. Da habe ich die Spiele ganz nah am Spielfeldrand gesehen und auch Spieler kennengelernt. Das fand ich unheimlich spannend und es hat meine Fußballliebe geprägt, die »

Das Werbemotiv zur Kampagne gegen Alkohol in der Schwangerschaft



Sophia Schmitt:
Schwangerschaft

„Sag' Nein zu Alkohol während der Schwangerschaft. Deinem Baby zuliebe.“

Jedes Jahr kommen in Deutschland ca. 4.000 Babys auf die Welt, die durch Alkohol während der Schwangerschaft dauerhaft geschädigt sind. Darum: Verzichte auf Alkohol, wenn Du schwanger bist. www.mein-kind-will-keinen-alkohol.de


MEIN KIND WILL KEINEN ALKOHOL

bis heute besteht. Jede WM ist seitdem etwas ganz Besonderes und nachdem wir sie in Deutschland hatten, war das noch intensiver. Felix und mich verbindet das auch. In einem WM-Jahr lernten wir uns kennen und im nächsten WM-Jahr erwarten wir schon unser zweites Kind. Das ist aufregend.

Wünscht sich Ihr Mann nach dem Töchterchen jetzt einen kleinen Stürmerstar?

Als großer Fußballer und Fußballfan war der Wunsch bei ihm sicher mal da. Nachdem er jetzt aber mit unserem Mädchen tolle Erfahrungen hat, ist das für ihn bestimmt genauso verlockend.

Nach der ersten Babypause haben Sie dann wieder sehr intensiv gearbeitet und auch viel in Deutschland gedreht, ist da überhaupt ein normales Familienleben möglich?

Ja, es war auch nicht zu viel Arbeit. Es war mir wegen meiner Tochter wichtig, nicht mehr als zwei oder drei Filme pro Jahr zu machen. Felix hat sich im ersten Jahr auch komplett von seinem Beruf freigegeben. Das war toll, er war immer mit dabei. Das werden wir jetzt sicher nicht wieder so machen können. Für das erste Kind war es aber toll. Wir konnten immer zusammen sein. Da war ich auch bei der Arbeit immer sehr entspannt, weil meine Familie immer in der Nähe war, meistens auch am Filmset. Mir ist wichtig, dass wir ein normales Familienleben und einen normalen Alltag haben.

Gehen Sie die Sache jetzt beim zweiten Kind noch ruhiger an?

Das erste halbe Jahr nach der Geburt machen wir Pause und ich möchte mich auf unser Baby konzentrieren können. Es gibt schon Gespräche für einen



Sophie Schütt mit ihrem Mann Felix und ihrer gemeinsamen Tochter

Filmdreh ab nächstem Sommer. Wenn es uns soweit gut geht und das Baby gesund ist, dann hätte ich auch große Lust, das zu machen. Aber das geht nur mit der Unterstützung der Familie.

Sie unterstützen auch die Aktion für Hebammen in Deutschland. Wenn Sie im Advent Ihr zweites Kind erwarten, bevorzugen Sie selbst eine natürliche Geburt oder doch eher den bequemerem Kaiserschnitt?

Es ist für mich ein großes Anliegen, Frauen an ihre Instinkte zu erinnern. Der gesunde und natürliche Geburtsprozess ist wichtig und dazu brauchen wir Hebammen. Aber wir verlieren ihn langsam. Das ist nicht nur traurig für die gebärende Frau, sondern es stecken auch viele Gesundheitsaspekte für die Zukunft des kleinen Menschen dahinter. Leider haben wir Frauen oft den Glauben daran verloren, dass unsere Körper das allein leisten können. Wir hätten uns aber auf der Welt nicht so vermehrt, wenn wir das nicht könnten. Ich glaube einfach daran, dass der Körper weiß, wie er schwanger wird, wie ein Baby wächst – und dass er dann auch weiß, wie ein Baby zur Welt kommt. Das hat wenig mit dem Kopf und mit Bewusstsein zu tun. Die Erfahrung der Geburt kann auch sehr positiv sein, wenn die Frau eine gute Unterstützung hat. Dazu muss sie sich sicher und geborgen fühlen. Die Realität sieht aber anders aus. Heute ist die Geburt oft zu einem schweren medizinischen Eingriff geworden. Das macht Mütter und Kinder krank. Für mich war die erste Geburt sehr traumatisch. Ich habe lange gebraucht, mich davon zu erholen. Damals wollten ständig Ärzte eingreifen. Ich habe mich sehr unwohl und unsicher gefühlt, auch wenn ich immer dachte, ich bekomme das trotz intensiver Schmerzen selbst hin. Alle halbe Stunde stand da jemand vor mir und wollte einen Kaiserschnitt machen oder mir eine Rückenmarkspritze geben, dann lag das Kind nicht gut und dann wurde geredet, dass es so nichts wird. Man bekommt durch andere Angst, und wenn man Angst hat, öffnet und entspannt man sich nicht. Deshalb plane ich es für meine zweite Geburt komplett anders. Ich habe soweit eine gesunde Schwangerschaft. Und wenn das so bleibt, möchte ich nur eine Hebamme sehen und weit und breit keinen Arzt.

Sie sind in diesem Jahr auch 40 geworden, für viele Frauen das blanke Grauen. Hat das für Sie eine Bedeutung?

Das ist witzig. Mein Motto war eher: Endlich 40! Ich finde das ein tolles Alter, noch besser als 30. Körperlich geht noch alles, man weiß aber schon, wer man ist und wo man steht. Mir geht es so gut wie nie zuvor. Jetzt bekomme ich mit 40 noch ein Kind. Ich kenne auch Menschen, die sind 25 und wirken wie 65, während andere 65-jährige leuchtende Augen wie ein Teenager haben. Auch wenn es viel mit Gesundheit zu tun hat, ist Alter doch sehr relativ.

Wirken sich Alter und zweite Schwangerschaft auch auf die angebotenen Rollen in TV und Film aus, also weg von der Romanze hin zum „Muttertier“?

Das fände ich für mich spannend, wenn es diese Entwicklung nehmen würde. Das wäre ja auch wesentlich authentischer. Wir dürfen aber hoffentlich auch mit 40 oder 60 noch romantisch sein. Insofern hoffe ich, dass ich meinem Lieblingsgenre nicht „Auf Wiedersehen“ sagen muss und trotzdem weiter romantische Filme machen darf. Aber wenn sich meine Filmfiguren mit mir ändern, fände ich das schön. Insofern wären Familiencomedy und mehr Familienalltag schon passend.

Letzte Frage noch mit einem Blick auf Ihr gesellschaftliches Engagement: Wenn Sie drei Wünsche frei hätten, wie würden Sie die Welt verbessern?

Wenn jeder versucht, seine kleine Welt etwas positiver zu gestalten, wäre schon viel geholfen. Dazu zählt ein toleranter Umgang und dass jeder seine Meinung haben darf. Die Welt braucht auch mehr Liebe. In unserer Gesellschaft zählen meist nur Körper und Geist. Wir müssen wahnsinnig schlau sein, gut aussehen, immer gut drauf sein und viel leisten, die Kinder müssen mit fünf Jahren schon zwei Sprachen sprechen. Wir laufen ständig im Hamsterrad. Das ist nicht der Sinn des Lebens, das macht uns auf Dauer unglücklich. Gerade wir in der Öffentlichkeit müssen dazu stehen, dass das Leben nicht immer einfach ist und wir auch Unterstützung brauchen. Wir sollten uns entspannen und nicht denken, wir müssten immer mehr sein, als wir sind. Wir müssen im Alltag wieder mehr über Herz und Seele sprechen. Wir brauchen glückliche kleine Menschen, die anfangen, ihren Weg in der Welt zu finden. Das klingt jetzt sehr pathetisch, aber genau das wäre mir wichtig.

Danke für das sympathische Gespräch.



Alternative Ernährungsformen

Teil 5: Ernährung nach den vier Blutgruppen

Unseren Ratgeber für Ernährung betreut Katrin Löder

Der Ratgeber Ernährung wird erstellt mit freundlicher Unter-

stützung des aid Infodienst Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz e. V.



 Dr. James D' Adamo hat in den achtziger Jahren die Ernährung nach den vier Blutgruppen begründet. Er beobachtete an mehreren naturheilkundlichen Kliniken, dass einige Patienten die verordnete vegetarische und fettarme Kost gut vertrugen und andere die Verordnung nicht vertrugen. Er bestimmte die Blutgruppen der Patienten. Die Beobachtungen zeigten: Patienten mit der Blutgruppe A vertrugen eine eiweißreiche Nahrung mit viel Fleisch eher schlechter, während Patienten mit Blutgruppe O eine Kost mit viel tierischem Eiweiß gut vertrugen.

Die Bedeutung der Blutgruppen

Mittels genetischer Untersuchungen in der Archäologie wurden die Blutgruppen mit der menschlichen Entwicklungsgeschichte und der Ernährung wie folgt in Zusammenhang gebracht:

Blutgruppe O Hier begann die Frühgeschichte des Menschen vermutlich in Afrika. Die Urmenschen ernährten sich von Pflanzen, Raupen, Maden und erbeuteten Tieren. Auf der Suche nach neuen Jagdgründen zogen Gruppenverbände nach Europa und Asien.

Blutgruppe A Zwischen Asien und dem Mittleren Osten entwickelten die Menschen eine landwirtschaftliche Lebensweise. Nutztiere wurden zum Zweck der Fleisch- und Milchgewinnung ge-

halten. Die Nahrung bestand vorwiegend aus den landwirtschaftlichen Erzeugnissen.

Blutgruppe B Diese entwickelte sich im Hochland des Himalaja (dem heutigen Pakistan und Indien). Hier stand die Viehhütung im Fordergrund. Die Ernährung bestand in erster Linie aus Fleisch und Milchprodukten. Als einige der Volksgruppe weiter nach Asien vordrangen, entstanden zwei voneinander getrennte Menschentypen mit der Blutgruppe B. Die neuen Vertreter betrieben Reisanaubau (im heutigen China, Indien und Südostasien).

Blutgruppe AB Sie ist die Jüngste und entstand durch Durchmischung der europäischen Völker, die die Blutgruppe A hatten, mit den einwandernden östlichen Völkern. Die Blutgruppe AB kombiniert die Qualitäten von A und B.

Lektine Zwischen den Blutgruppen und unser Ernährung besteht laut Adamo ein Zusammenhang, die sogenannten Lektine. Es sind spezielle Eiweißstoffe, die in Lebensmitteln vorkommen und dort eine verklebende Eigenschaft haben. Viele dieser Lebensmittel (Lektine) haben nun Oberflächeneigenschaften, die den „Antennen“ der Blutgruppen (man nennt die Struktur der Blutgruppen Antennenanlage – bestehend aus Zuckermolekülen) so ähnlich sind, dass es zu Abwehrreaktionen des Immunsystems kommen kann.

Blutgruppen & Nahrungsmittel

Blutgruppe O Der Jäger und Urmensch: Diese Menschen fühlen sich am wohlsten, wenn sie tierische Eiweiße zu sich nehmen und sich viel bewegen.

Blutgruppe A Die ersten Vegetarier: Für die Menschen mit eher empfindlichem Magen-Darm-Trakt ist eine vegetarische Ernährung bekömmlich.

Blutgruppe B Der Nomade: Diese Menschen sind ausgeglichen und haben ein starkes Immunsystem. Sie vertragen die meisten Lebensmittel gut und verzehren gerne Milchprodukte.

Blutgruppe AB Der Rätselhafte: Der AB-Typ besitzt eine chamäleonhafte Anpassungsfähigkeit. Er hat einen empfindlichen Verdauungstrakt und ein sehr gut funktionierendes Immunsystem. Die Empfehlungen für die Nahrungsaufnahme sind sehr umfangreich und Stress und Gewicht spielen dabei auch eine große Rolle.

Beurteilung

Die Erkenntnisse sind rein hypothetisch und nicht wissenschaftlich nachgewiesen. Hinzu kommt, dass Lektine nur in sehr geringen Mengen in die Blutbahn aufgenommen und eine Verklumpung von Blutzellen äußerst unwahrscheinlich ist.





Nur kontinuierlich lernen hilft Ratgeber zur Nachhilfe für Schüler

Erik Hantusch, Vater von einem Kind,
Leiter des Nachhilfeinstituts Studienkreis Cottbus



„Warum schaffe ich es einfach nicht?“ fragt sich David, 10 Jahre zum wiederholten Mal. Die erste Klassenarbeit in Mathe ist geschrieben und wieder hat er nur eine „knappe Vier“ geschrieben. Dabei ist er nach den Ferien hoch motiviert gestartet und kann sich nicht erklären, woran es diesmal gelegen haben könnte. Studienkreis-Inhaber Erik Hantusch kennt sich mit diesen Problemen aus.

Kontinuität zählt

„Es ist wichtig, langfristig und konstant zu lernen. Oft sind die Schüler kurz vor einer Arbeit oder direkt nach den Ferien hoch motiviert, lernen ganz viel und ganz schnell auf einmal. Die Lücken des vergangenen Schuljahrs oder Verständnisprobleme werden dabei nicht aufgearbeitet“, berichtet Herr Hantusch über seine langjährigen Erfahrungen. „Bleibt der Erfolg aus, wissen sie allein nicht mehr weiter.“

Handeln, bevor es zu spät ist

„Eine stabile Verbesserung der Noten braucht Zeit, deshalb ist es für

uns auch so wichtig, dass die Kinder und Jugendlichen über einen längeren Zeitraum und gezielt lernen. Bei uns lernen sie gemeinsam mit anderen und unter Anleitung qualifizierter Lehrkräfte – in einer kleinen Lerngruppe oder im Einzelunterricht. Das fördert die Motivation und führt auf Dauer zum Erfolg.“

Lernen will gelernt sein

„Jedes Kind ist anders. Ganz klar, dass jedes auch anders lernt. Aus diesem Grund ist bei uns die Vermittlung von Lernstrategien ein fester Bestandteil des Nachhilfeunterrichts“, betont Erik Hantusch. „Am Anfang der Nachhilfe steht ein intensives Beratungsgespräch. Dabei werden gemeinsam mit dem Kind, den Eltern und bei Bedarf mit dem Fachlehrer Mittel und Wege festgelegt, die helfen, aus der Misere herauszukommen. Am Ende haben die Schülerinnen und Schüler wieder Spaß am Lernen und können die weitere Schullaufbahn selbstständig meistern.“

Kinder können mitentscheiden

Der Studienkreis darf sich „Ser-

vice-Champion 2013“ nennen. Dies ist das aktuelle Ergebnis von Deutschlands größtem Service-Ranking, das jährlich von der Service Value GmbH in Kooperation mit der Tageszeitung DIE WELT und der Goethe Universität Frankfurt durchgeführt wird. Gegenwärtige und ehemalige Kunden von neun Unternehmen der Nachhilfebranche wurden gefragt, ob sie einen sehr guten Service erlebt hätten. Dabei schnitt der Studienkreis bei seinen Kunden am besten ab und erhielt dafür das Siegel „Service-Champion Nr. 1 der Nachhilfeanbieter“.

Wo gibt es weitere Informationen?

Eine weitere gute Information: der Studienkreis ist in unserer Region gut vernetzt und immer in Ihrer Nähe. Besuchen Sie uns in einem unserer Studienkreise in Cottbus, Forst, Spremberg und Guben oder rufen Sie ganz unverbindlich an: Studienkreis Filialen in

- Cottbus: Telefon 0355 3819814
- Forst: Telefon 03562 661728
- Spremberg: Telefon 03563 90014
- Guben: Telefon 03561 2300

Kontakt

Studienkreis Cottbus

Altmarkt 20, 03046 Cottbus

T: 0355 3819814

M: info@studienkreis-cottbus.de

Beratungszeiten Mo-Fr 14 bis 17 Uhr

www.studienkreis.de

lausitzDADDY

Innenansichten eines verzweifelten Vaters



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

 Die Rache von Kindern kann schon sehr subtil sein. Vor allem, wenn sie langsam Richtung Pubertät steuern und aus einst unschuldigen Lämmern auch mal freche Bengel werden. Diese Erfahrung musste ich jetzt mit meinem Junior machen.

Auslöser war ein Vorspiel in seinem Zimmer. Das lag einmal wieder voller Lego-Sachen, angeblich wollte er das Lego-Movie nachbauen und brauchte ganz unbedingt alle diese Lego-Bausteine und hatte sie nach seiner Schilderung auch alle fein sortiert. Auf dem Boden sah es aus wie eine einzige Soljanka aus Plastikbergen. Die Durchgänge zwischen den einzelnen Haufen waren so schmal, dass Junior wie ein Storch umherstellen musste, wenn er ein Teil suchte. Meine bessere Hälfte hatte mich geschickt, ich soll für Ordnung sorgen und mich einmal durchsetzen und nicht immer nur der Held sein, der stundenlang mitbastelt. Ich könne ja auch mal konsequent sein und soll das nicht immer ihr überlassen. Also bat ich meinen Junior aufzuräumen. Er diskutierte aber, wie lange er zum Sortieren gebraucht hat und dass er nie wieder so eine Ordnung hinbekommt und ich damit die ganze Lego-Welt kaputt mache. „Aha, sortieren ist also wichtig?“, fragte ich ihn. „Ja, siehst du doch“, moserte Junior zurück. Zehn Minuten später war ich wieder im Zimmer und stellte ihm zwölf Kisten hin, die mit „weiß“, „grau“ und allen weiteren Legofarben beschriftet waren sowie eine Kiste für Figuren, eine für Kleinteile und eine für Sonderteile, die sich weder Farben, noch Figuren oder Kleinteilen zuordnen lassen. Freudestrahlend teilte ich ihm mit, dass ich die Kisten extra für ihn gebastelt habe und er nun nie wieder Teile suchen muss, weil er sie ordentlich nach Farben und Funkti-

on ablegen kann. Ich glaube, die Liebe zu Lego hielt sich in den kommenden drei Tagen bei ihm sehr in Grenzen. Meine bessere Hälfte lobte mich für diesen pädagogisch wertvollen und hinter sinnigen Einsatz – und ich war stolz wie Bolle auf einen meiner seltenenacherziehungserfolge.

Die Freude währte ganze sieben Tage. Wir sind gerade mit der Firma umgezogen und am folgenden Wochenende trugen wir meine letzten Kisten mit Ordnern und Unterlagen ins neue Büro. Mein Junior half mit und lugte anschließend sehr interessiert in die Kisten. „Mama, was ist denn das alles?“. Meine bessere Hälfte murmelte was von Papas Kram, von dem er sich nicht trennen kann. Ich verfiel gleich in die übliche Abwehrpose und sagte, das ist alles sortiert und ganz wichtig und ich würde das garantiert noch irgendwann brauchen. „Aha, sortieren ist also wichtig?“, fragte mein Junior mit einem seltsam strahlenden Blick. Er verschwand auf der Stelle mit meiner besseren Hälfte und eine halbe Stunde später kamen sie mit zwei Riesenkisten voller leerer Ordner aus dem Bürohandel zurück. Mister Lego hatte zurückgeschlagen und seine Rache war schrecklich. Freudestrahlend teilte er mir mit, dass er mit Mama extra neue Ordner geholt hat, damit ich alle wichtigen Unterlagen endlich so ablegen kann, dass ich sie künftig immer gleich finde, wenn ich sie so unbedingt brauche. Meine bessere Hälfte beglückwünschte mich zu meiner Bumerang-Pädagogik und erstickte jeden Abwehrversuch im Keim. „Da musst du schon mit gutem Beispiel vorangehen“. Eine ganze Woche Spätschichten folgten, in denen ich anschließend von Locher und Klarsichthüllen träumte. Ich fühlte mich wie Aschenputtel.

Als ich endlich fertig war, präsentierte ich stolz mein Regal mit den super sortierten Unterlagen, was meine Frau wirklich faszinierte. Mein Junior verlor schnell das Interesse und schaute sich lieber youtube-Videos auf meinem Rechner an. Plötzlich kam er aber freudestrahlend zu uns: „Mama, du wirst nicht glauben, was ich entdeckt habe“. Ich hatte vergessen, den Explorer zu schließen und er war auf das Chaos aus in fünf Jahren angelegten Ordnern auf meinem Server gestoßen. Jetzt werde ich mit dieser Kolumne wohl ein halbes Jahr aussetzen müssen ...

Euer lausitzDADDY



Käpt'n Balduin

Tagebuch eines watschelnden Silberrückens

Wir sind Weltmeister, und vor allem wir Pinguine. Hat das eigentlich jemand mitbekommen, dass wir in diesem Jahr Deutschlands Orakel Nummer Eins waren? Kein wabbriger Oktopus und kein schielendes Opossum und auch diese grauen Landriesen aus dem Cottbuser Tierpark nicht – nein, die Spreewelten-Pinguinbande ist bis zum Titel durchmarschiert! Ist ja auch kein Wunder, wir haben das im Blut. Deshalb laufen wir hier auch jeden Tag im traditionellen schwarz weiß auf, genau wie einst Beckenbauer & Co. Aber vor dem Turnier ist nach dem Turnier und als Kapitän im Pinguingehege bin ich sozusagen der Erbe Philipp Lahms und Schweinsteigers Mentor. Für die nächste WM habe ich bei McDonalds schon eine Petition eingereicht, dass statt der burgerfressenden Kids endlich mal meine durchtrainierte Watschelbande beim Einlauf ins Stadion die Fußballjungs an die Hand, äähm Flügel, nimmt. Für Nachwuchs habe ich auch gesorgt. Wie schon im vergangenen Jahr hat der Chef wieder ein Chefchen gemacht. Der kleine Racker trägt wie ich rechts die grüne Junior-Kapitänsbinde und ist schon drei mal aus dem Gehege ausgebrochen. Der hat sich einfach zu oft die Pinguine aus dem Trickfilm Magadaskar angeekelt. Seitdem darf er bei Daki nur noch „Findet Nemo“ gucken und wird belehrt, wie gefährlich es draußen ist. In den letzten Wochen haben wir sowieso einen ganz schönen Budenkoller bekommen. Unser Pinguinland wurde nämlich aufgehübscht und dafür zur Hälfte gesperrt. Ich habe auch immer nachgeschaut, ob die das alles richtig machen. Drüben im großen Planschgehege für die Zweibeiner wurde auch viel herumgewerkelt, da ist jetzt auch ein riesiger Tempel für uns Pinguine errichtet worden. Na ja, wir haben diese Menschen ja studiert, die haben ihren Gottheiten schon immer gehuldigt. Vielleicht geht das hier mal als die Höhle von Balduin in die Geschichtsbücher ein. Zeus, Thor und der ganze Quatsch ist ja von gestern, heute sind wir Pinguine die Weltmeister. Kein Wunder, dass sich für einen Guinness-Weltrekord 325 Menschen in Pinguin-Kostümen versammelt haben. Das war erst der Anfang meiner Zukunftsvision: die unendlichen Spreewelten! Aber seid sorglos, die Macht ist stark in Balduin und Balduin ist mit euch. *Euer Käpt'n Balduin*

Unter Pinguinen – Folgen 1-8

Jetzt gibt es auf youtube schon 8 Folgen der Serie „Unter Pinguinen“, in der letzten wurden die jungen Pinguine im Zeitraffer gechipt. Einfach auf youtube „Unter Pinguinen“ suchen und anschauen!

Die Pinguinbande der Spreewelten

BALDUIN (grün rechts) & DAKMAR (grün links), PAUL (weiß rechts) & TILLY PÜNKCHEN (rot links), POLLY (gelb links) & PAPAGENO (rot rechts), CHRISTINE (weiß links) & VOLT (schwarz rechts), KITTY TUPF (blau links) & RONALD (blau rechts)

Die Juniorbande: LAUSI (lila rechts), Luna (grau links), Alex von H (grau rechts), Gwenduline-Pingeborg (lila links)

Großes Entenrennen am 5. Oktober

Kleine und große Badgäste schicken ihre quietschgrünen Enten ins Rennen – und das Plastikentchen mit der größten Ausdauer gewinnt und beschert seinem Besitzer einen tollen Preis. Mit dem Eintrittspreis ins Bad erhält jeder Gast automatisch eine nummerierte Ente und somit seine Startberechtigung für das große Entenrennen im Strömungskanal der Spreewelten.

Nacht des Schreckens am 31. Oktober

Ab 18 Uhr spuken in den Spreewelten verummte Gestalten in düstere Ecken und leeren die Besucher das Gruseln.

Kontakt

Spreewelten-Bad Lübbenau
Telefon 03542 8941-60

Alle Balduin-Kolumnen unter www.lausebande.de



QR-Code zur facebook-Seite

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

 www.spreewelten-bad.de



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.



Neugierig auf mehr Wissen?

Planen Sie eine Rückkehr in den Beruf? Haben Sie die Absicht, sich schrittweise in ein völlig neues Arbeitsgebiet einzuarbeiten? Interessieren Sie sich für ausgewählte Themen kaufmännischer oder gewerblich-technischer Berufe? Dann sollten wir uns kennenlernen – als regionaler Bildungspartner stehen wir Ihnen zur Seite – von einer individuellen Bildungsplanung bis zur praxisnahen Umsetzung – gemäß unseres Leitmotivs: Wir bringen Weiterbildung auf den Punkt.

Eurojobcenter Cottbus

Gerhart-Hauptmann-Str. 15

Süd 9, 03044 Cottbus

Telefon: 0355 383473

E-Mail: cottbus@eurojobcenter.net

 www.eurojobcenter.net



Kleine Ballerinas gesucht...

Magdalena Werhun, Diplom-Tanzpädagogin und Balletttänzerin unterrichtet Kindertanzgruppen und Erwachsene und sucht noch Zuwachs bei den 6-7 Jährigen und 11-12 Jährigen. In der Ballettschule profitieren die Kids von der Ausbildung Magdalena Werhuns an der renommierten Palucca-Hochschule für Tanz. Mit viel Einfühlungsvermögen gibt sie ihr Wissen an die kleinen Ballerinas weiter. Informationen zu den Kursen gibt es unter Tel. 0173 5920176 und auf der Homepage oder direkt in der Ballettschule Ewald-Haase-Straße 13 in Cottbus. Die Tanzschule präsentiert sich auch zur Nacht der kreativen Köpfe am 11. Oktober bei VATTENFALL.

Ballettschule Werhun

Diplom-Tanzpädagogin Magdalena Werhun

Ewald-Haase-Straße 13, 03044 Cottbus

Tel. 0173 5920176

E-Mail: tanz@magdalena-werhun.de

 magdalena-werhun.de



Sind Sie musikalisch?

Praktisch schon vor der Geburt sollte für jedes Kind die musische Bildung beginnen. Neugeborene werden mit einem komplett vernetzten Gehirn geboren und sind sofort aufnahmefähig für Einflüsse, die mit Geräuschen, Melodie und Rhythmus verbunden sind. Nur so können sie ihre Muttersprache erlernen. Musik wird vom Gehirn wie Sprache verarbeitet. Wenn nicht alle Nervenverbindungen im Gehirn benötigt werden, entwickeln sie sich zurück. Deshalb ist es sehr wichtig, so früh wie möglich mit der Musikalisierung zu beginnen. Spätestens ab dem 4. Lebensjahr sollten Sie mit der musikalischen Ausbildung Ihres Kindes nicht mehr länger warten. **Noch ist der Einstieg in neue Kurse für die frühkindliche Bildung möglich, die im September begonnen haben.**

Academy of Music Sandower Str. 56 - 58

03046 Cottbus, Telefon: 0355 700 800

E-Mail: info@academy-of-music.de

 www.academy-of-music.de

■ Familie

Brandenburgisches Textilmuseum

Forst (Lausitz)

Sorauer Straße 37, 03149 Forst (Lausitz)

Anmeldung für alle Veranstaltungen unter:

Tel. 03562/97356 oder 03562/ 973574

Kreativzirkel für Erwachsene im Museum -

Künstlerisches Gestalten aus Stoffen

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

Mittwoch 13-15 Uhr (kostenfrei)

SOS Kinderdorf - Familientreff „Punkt“

Einrichtung des SOS-Beratungszentrums

Cottbus, Poznaner Str. 1, 03048 Cottbus,

Tel.: 0355/525700

Immer montags: Gymnastik pur, 17.15-18.15

Uhr, Kreativabend für alle Muttis und Vatis

17.30-19.30 Uhr

Immer donnerstags: Töpferkurs 16-18 Uhr,

Kreativabend Floristikkurs 17.30-19 Uhr

Familien- und Nachbarschaftstreff – Paul

Gerhardt Werk -Diakonische Dienste- gGmbH,

Am Klinikum 30, 03099 Kolkwitz

mittwochs: ab 10 Uhr Kochaktion

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

im Kolkwitzcenter

donnerstags (14tägig):

ab 16 Uhr Kreatives Arbeiten

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

E-Mail: netzwerk-kolkwitz@pagewe.de

■ Kinder

Familien- und Nachbarschaftstreff im Paul Gerhardt Werk

Gerichtsstrasse 1-2, 03046 Cottbus,
Tel.: 0355/3804128

Montag: 15-17 Uhr Kinderatelier

Femella Tanzschule

Bautzener Straße 13, 03046 Cottbus,
Anmeldungen: 0176/62093840

Kreativer Kindertanz/Moderner Kindertanz:

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

Di. 16-16.45 Uhr für Kinder ab 4 Jahre

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

Fr. 16-16.45 Uhr für Kinder ab 4 Jahre

Fr. 17-17.45 Uhr für Kinder ab 5 Jahre

Hip Hop: Do. 16.30-17.30 Uhr für Kinder von 8 – 12 Jahre

Juks e. V.

Am Priograben 53, 03048 Cottbus

Tel.: 0355-4302603, mittwochs: Kunst-AG,
16.30 bis 18.00 Uhr (mit Anmeldung)

NATZ e.V. Hoyerswerda

L.-Herrmann-Str. 78A, 02977 Hoyerswerda,
Tel.: 03571/915692

E-Mail: natz@onlinehome.de

Mittwoch: Mineralogie 14.30-17 Uhr,

Mechatronik 16-19 Uhr, Schach 15.30-17 Uhr,
Vivaristik 15-17 Uhr (OFFEN!!!)

Donnerstag: Automodellbau 15.30 - 16.30 Uhr

Freitag: technischer Modellbau 14.30 - 16.30

Uhr, Elektronik 14.30 - 16.30 Uhr,

Heimtierpflege 15 – 17 Uhr

Soziokulturelles Zentrum

und Kulturfabrik Hoyerswerda e. V

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

Jeden Montag: 16 - 17.30 Uhr Töpferwerkstatt
für Kinder ab 9 Jahre. Interessenten können

sich bei Katharina Elle anmelden

Tel.: 03571/9749049.

Variété Fantastique e.V.

Bautzener Str. 53, 03050 Cottbus,

Anmeldung: 0170-5863279,

Probestunde kostenlos!

Artistik: Dienstag: 17:30 – 19:00 Uhr,

alle Altersgruppen

Donnerstag: 16:00 – 17:30 Uhr, ab 5 Jahren

Donnerstag: 17:30 – 19:00 Uhr,

alle Altersgruppen

Tanz:

Dienstag: 14:30 – 15:15 Uhr, ab 5 Jahren

Mittwoch: 18:00 – 20:00 Uhr, ab 12 Jahren

Schauspiel:

Montag: 16:30 – 18: Uhr, alle Altersgruppen

■ Schwangerschaft & Baby academy of music

Sandower Straße 58, 03046 Cottbus,

Tel.: 0355/700800 oder 23384

Donnerstag: Babykurs Max und Mia „Ins Leben
mit Musik“ 9.15-10 Uhr

Hat Ihr Kind häufig Ohr-Infekte?

Häufige Mittelohr- und Atemwegsinfekte sind bei vielen Kindern völlig normal und kein Grund zur Sorge. Wenn bei Ihrem Kind die Mandeln oder Polypen infolge eines chronischen Infekts entfernt werden mussten und es außerdem schon einmal einen Leisten- oder Nabelbruch hatte, könnte die seltene Krankheit Morbus Hunter (Mukopolysaccharidose Typ II) die Ursache sein. Weitere Symptome, die auf die seltene Erkrankung hindeuten, sind

ein vorgewölbter Bauch,
steife Gelenke und Ver-
haltensauffälligkeiten.
Häufig entwickeln die

*Typische Gesichtszüge
eines Jungen
mit Morbus Hunter:
eingesunkene Nasen-
wurzel, buschige
Augenbrauen und Haare*



Kinder typische Gesichtszüge. Wegen eines Enzymmangels kann der Körper Stoffwechselprodukte nicht abbauen. Deshalb sammeln sie sich in Zellen und stören deren Funktion. Wegen der, wenn einzeln auftretend, nicht besorgniserregenden Anzeichen wird die Krankheit oft erst sehr spät erkannt.

Mehr Informationen erhalten Sie über Shire unter www.morbus-hunter.info oder über die Gesellschaft für Mukopolysaccharidosen e.V. (www.mps-ev.de).



Zu den frühen Symptomen eines Morbus Hunter zählt ein Nabelbruch (siehe Foto) und/oder ein Leistenbruch – eine Vorwölbung in der Leistengegend (Übergang vom Bauch zum Oberschenkel).

Sie wollen Ihren Kurs auch hier veröffentlichen? Tel.: 0355 2892520 oder E-Mail redaktion@lausebande.de

Geburtshaus und Hebammenpraxis

„Lichtblicke“ GbR Geschwister-Scholl-Str.42,
03229 Altdöbern, Tel.: 035434/12302

Babymassagekurse: finden nach Anmeldung
und Terminabsprache statt (meist donnerstags
Vormittag)

Rückbildungsgymnastik: jeden Dienstag je-
weils 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

montags: Schwangeren yoga 17 Uhr
bei Voranmeldung,

dienstags von 16-17.30 Uhr Hebammen-
sprechstunde (ab der 12. Woche)

Geburtsvorbereitungskurs: 7 x 120 min

- Angebot als Paar-Kurs und Frauenkurs

**Habammenpraxis Hevianna Genia Tch-
gow** - Rudolf-Breitscheid-Str. 79, 03046

Cottbus, Tel.: 0355/4839105 - Geburtsvor-
bereitungskurse, Schwangerengymnastik,
Rückbildungsgymnastik, Babymassage, Still-
beratung-Wiegestunde, Mutter-Kind-Tur-
nen, Kurse nach Voranmeldung in der Heb-
ammenpraxis .

Hebamme Bartoschek

www.hebamme-peitz.de,
Handy: 0162-2876982

Geburtsvorbereitungskurs: immer dienstags
(6 Abenden à 2 Stunden) 18-20 Uhr, beim Fa-
milien- und Nachbarschaftstreff des Paul Ger-
hard Werkes, Dammzollstraße, Peitz Rückbil-
dungskurs: immer dienstags 9.30 Uhr gern mit
Kind, beim Familien- und Nachbarschaftstreff
des Paul Gerhard Werkes in Peitz

Krabbelgruppe: immer dienstags 10 Uhr

Musik ist Sprache – kreative Kindertherapie,
Musik- u. Gestalttherapie, Kerstin Koal-Thum-
merer, Straße der Jugend 33, 03050 Cottbus,
Tel.: 0355-49 44 683,

www.musik-ist-sprache.de

Dienstags 10-11 Uhr Musikmäuse 1

Alter: 6-18 Monate

Donnerstags 15.30-16.30 Uhr

Musikmäuse 2 Alter: 1,5-3 Jahre

femella

Aerial Hammock

Eine fließender Übergang von Schwerelosigkeit, Ele-
ganz, Akrobatik und weiblicher Schönheit warten
auf euch in diesem Kurs. Lernt bei uns mit
dem Tuch zu arbeiten – die Balance, die
Kraft und die Ausstrahlung in Einklang zu
bringen. Wir bieten euch sowohl Kur-
se für absolute Anfänger, als auch für
Fortgeschrittene Tuchakrobaten an.

Lasst euch verzaubern & spürt wie sich
der Körper im Tuch bewegen kann.

Bautzener Str. 13 | 03046 Cottbus
Tel. 0176/ 62 09 38 40
www.femella-studio.de



PD
cottbus

WIR BIETEN AN:

SELBSTVERTEIDIGUNG KURS FÜR FRAUEN

ANMELDUNGEN UNTER:

Steig ein und fühl dich fit! - im JaSi Kursstudio, deinem Profi für Fitness, Balance und Selbstschutz in Cottbus. Bei uns bist du kein anonymes Mitglied, sondern stehst individuell im Mittelpunkt unseres Denkens und Handelns. Trainiere mit uns heute für ein besseres Morgen. Dank unserer kompetenten Kursleiter können wir auch Menschen mit Einschränkungen des Stütz- und Bewegungsapparates erfolgreich unterstützen. Genieße Deine wertvolle Freizeit bei uns und erlebe Dich neu. **Anrufen, Kennen lernen, Mitmachen. Wir freuen uns auf Dich!**

JANE
☎ 0173 - 59 00 383
@ jane.garfield@web.de

Unsere Kurse:

Rückenfit

Bauch-Beine-Po

Pilates

Power Yoga

Frauen Selbstverteidigung

Zumba/Rehasport

WO?

03046 COTTBUS . KARL-LIEBKNECHT-STRASSE 102
Bürogebäude an der August-Bebel-Straße / Gelände der alten Keksfabrik

Regelmäßige Termine

Montag

Cottbus & Umland

Montagsfrühstück

10-12 Uhr | Sachsendaorfer Eltern- und Familientreff

Familienhof im Zentrum

mit Frühstücksbuffet

09-12 Uhr | Haus Haltestelle

Kochaktion 10 Uhr | Familien- und Nachbarschaftstreff Kolkwitz

Familien theater

(Jeden 1. und 3. Montag)

Jugendberatungs- & Familienzentrums „Haus Jule“ Cottbus

Kreativer Kindertanz

(von 2,5 – 3,5 Jahre) 16.45-17.30 | femella Studio Cottbus

Marikas – Kindertanzakademie

(4 – 5 Jahre) 17 – 17.45 Uhr | Familientreff des PaGeWe

Schwangeren Frühstück

(jeden ersten Montag im Monat) 9:30 – 11:30 Uhr | Caritas Familientreff („Die 111“)

Krabbelgruppe Zappeltreff

10-11:30 Uhr | Jugendberatungs- & Familienz. „Haus Jule“ Cottbus

Familienküche

(1. und 3. Montag im Monat) 16:30-18:30 Uhr | Jugendberatungs- & Familienzentrums „Haus Jule“ Cottbus

Spreewald

Babymassage 14 Uhr | Physiotherapie der Spreewaldklinik Lübben

Krabbelgruppe

Sportraum der Kita „Pustelblume“ 15 – 16 Uhr | Werben

Hausaufgabenhilfe

13.30 – 15.30 Uhr | Familien- und Beratungszentrum Burg/Spreewald

Mittlere Lausitz

Babyschwimmen 14 - 15.30 Uhr |

Schwimmhalle Finsterwalde

Schülerhausaufgabenhilfe

15 – 17 Uhr | Mehrgenerationenhaus Südtreff Hoyerswerda

Spree-Neiße

Eltern-Kind-Gruppe 8 – 12 Uhr |

Haus der Familie Guben

Spiel und Spaß mit kleinen

Strolchen 8 – 12 Uhr | Naemi

Wilke Stift Guben

Kinderaerobic

14.30 Uhr | Haus der Familie Guben

Hausaufgabenhilfe

14 Uhr | Fabrik e.V. - Zippel Guben

Hausaufgabenhilfe

13.30 – 14.30 Uhr | Heilsarmee Guben

Kindertanzen

15.30 – 16.30 Uhr & 16.30 – 17.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus Forst

Familiencafé

13 – 17 Uhr | Heilsarmee Guben

HIP HOP DANCE

17 Uhr | „Alte Dorfschule Welzow“

Dienstag

Cottbus & Umland

Krabbelkäfergruppe 9-11 Uhr |

Familien- und Nachbarschaftstreff Paul-Gerhard-Werk Kolkwitz

Krabbelgruppe 9-12.30 Uhr |

Eltern Kind Zentrum Cottbus

Familienfrühstück

10 – 12 Uhr | Familien- und Nachbarschaftstreff

Paul-Gerhard-Werk Cottbus

Hausaufgabenstunde

13-16 Uhr | Haus der Sozialen

Vielfalt e.V. Cottbus

Elterncafé

14-17 Uhr | Eltern Kind

Zentrum Cottbus

Tischtennis

15 Uhr | SandowKahn Cottbus

Offener Eltern Kind Treff

10.30-18 Uhr | Caritas Familientreff Cottbus

Seepferdchenkurs (ab 4 Jahre, mit Anmeldung) 14.30-15.30 und 15.30-16.30 | Lortz Sportz (im Raddison Blu Hotel)

Elter-Kind-Gruppe

15.30 – 16.30 Uhr | SOS Kinderdorf Familientreff „Punkt“ Cottbus

Kreativer Kindertanz

(von 4-6 Jahre) 16.45-17.30 |

femella Studio Cottbus

Entspannungsgruppe

10-11:30 Uhr | Jugendberatungs- & Familienzentrums „Haus Jule“

Cottbus

Kreativwerkstatt (14tägig

dienstags) 15:30-17:30 Uhr |

Jugendberatungs- & Familienzentrums „Haus Jule“ Cottbus

Spree-Neiße

Eltern-Kind-Gruppe 8 – 12 Uhr |

Haus der Familie Guben

Krabbelgruppe mit Brunch

9-10 Uhr | Mehrgenerationenhaus Forst

Eltern-Kind-Gruppe

8 – 12 Uhr | Haus der Familie Guben

Krabbelgruppe

10 Uhr | Familien- und Nachbarschaftstreff Peitz

Lernstübchen

Termin n. Vereinbarung | Haus der Familie Guben

Nachhilfe

15.30 – 17 Uhr |

Mehrgenerationenhaus Forst

Hoppsassa und Trallala

– Musik und Bewegung 15 – 18 Uhr |

Naemi Wilke Stift Guben

Familiencafé

13 – 17 Uhr | Heilsarmee Guben

Hausaufgabenhilfe

13.30 – 14.30 Uhr | Heilsarmee

Guben

Chorprobe

18 Uhr | „Alte Dorfschule Welzow“

Spreewald

Babyschwimmen 9-10.30 Uhr |

Spreewelten Bad Lübbenau

Stillcaffee

10-12 & 13-15 Uhr |

Spreewaldklinik Lübben

Lesemäuse

(2. und 3. Klasse)

14.45 – 15.45 Uhr | Familien- und

Beratungszentrum Burg/Spreewald

Mittlere Lausitz

Babyschwimmen

9 – 10.30 Uhr | Schimnhalle

Finsterwalde

Frühstückstreff für junge

Muttis 9 - 12 Uhr | Mehrgenerationenhaus Südtreff Hoyerswerda

Mittwoch

Cottbus & Umland

Familienfrühstück 9.30 – 12.30

Uhr | Caritas Familientreff Cottbus

Baby- und Kleinkindtreff

09.30 – 12 Uhr | Sachsendorfer

Eltern- und Familientreff

Kochaktion

Ab 10 Uhr |

Familien- und Beratungszentrum

Paul-Gerhard-Werk Kolkwitz

Spiel- und Sportnachmittag

15-17 Uhr | Familien- und

Beratungszentrum Paul-Gerhard-

Werk Cottbus

Russische Eltern-Kind-Gruppe

16. - 17.30 Uhr | Haus Diakonie

Niederlausitz Cottbus

Familienhof im Zentrum

15-18 Uhr | Haus Haltestelle

Eltern-Kind-Turnen

16-17 Uhr | Kolkwitzcenter

Boxen

15 Uhr | SandowKahn Cottbus

Russische Eltern-Kind-Gruppe

16 - 17.30 Uhr | Haus Diakonie

Niederlausitz Cottbus

Spreewald**Krabbelgruppe**

10.15 – 11 Uhr | Sportraum der Gesundheitskita „Lutki“ Burg

Mittagessen im Familientreff

11-13 Uhr | Familien- und Beratungszentrum Burg/Spreewald

Babyschwimmen

9 – 10 & 10-11 Uhr | Bewegungsbad der Physiotherapie Spreewaldklinik Lübben

Familienbasteln

15 – 17 Uhr | SOS Kinderdorf – Familien- und Beratungszentrum Burg

Theaterkidsclub

16 – 17 Uhr | Bunte Bühne Lübbenau

TheaterJugendClub

18 – 19.30 Uhr | Bunte Bühne Lübbenau

Spree-Neiße**Eltern-Kind-Gruppe**

8 – 12 Uhr | Haus der Familie Guben

Klecksende Künstler – Malen

und Basteln 8 – 12 Uhr | Naemi Wilke Stift Guben

Lernstübchen

Termin nach Vereinbarung | Haus der Familie Guben

Schulgarten AG

14 Uhr | Familientreff Forst

Töpfern für Kinder

15 Uhr | Haus der Familie Guben

Musikschule

16.45 Uhr | Familientreff Forst

Familiencafé

13 – 17 Uhr | Heilsarmee Guben

Hausaufgabenhilfe

13.30 – 14.30 Uhr | Heilsarmee Guben

Reha-Sport

14.30 Uhr | „Alte Dorfschule Welzow“

Töpfern für Erwachsene

17 Uhr | Haus der Familie Guben

Mittlere Lausitz**Elternberatung und Eltern-Kleinkind-Spielgruppe**

15 – 18 Uhr | Mehrgenerationenhaus Lauchhammer

Donnerstag**Cottbus & Umland****Zappektreff**

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

Krabbelgruppe

09-12 Uhr | Sandow Kahn

Frühstücksbrunch für Alleinerziehende (Jeden 3. Donnerstag im Monat)

09.30-11.30 Uhr | Haus der Sozialen Vielfalt e.V.

Kochen leicht gemacht

09.30-12 Uhr | Sachsendorfer Eltern- und Familientreff

Kreativangebot (ab 3 Jahre)

10-11 Uhr | Jugendberatungs- & Familienz. „Haus Jule“ Cottbus

Krabbelgruppe

9.30-12.30 Uhr | Caritas Familientreff Cottbus

Offener Eltern Kind Treff

10.30-18 Uhr | Caritas Familientreff Cottbus

Spielenachmittag (Jeden 4. Donnerstag im Monat)

14.30-17.30 Uhr | Haus der Sozialen Vielfalt e.V.

Malwerkstatt für Kinder & Jugendliche

14.30-18 Uhr | Jugendberatungs- & Familienzentrum „Haus Jule“ Cottbus

Familienhof im Zentrum

15-18 Uhr | Haus Haltestelle

Hip Hop Tanz (von 7-10 Jahren)

16.30-17.30 Uhr | femella Studio Cottbus

**STOLZ.
WIE
ZELLERS.**

Mehr Raum für Ihr Familienglück.
Mit unserem niedrigsten
Darlehenszins aller Zeiten.



Raus aus der Miete, rein ins Eigenheim. Mit Wüstenrot Bausparen – mehr unter **www.wuestenrot.de**

Ideal Bausparen Tarifvariante Finanzierer (C/F 1,35 %), Beispiel: Bausparsumme 43.000 € – Nettodarlehensbetrag 30.000 € – Sollzinssatz gebunden (fest) 1,35 % p.a. – Abschlussgebühr 430 € – Kontogebühr 9,20 € p.a. – Effektiver Jahreszins 1,74 % ab Zuteilung



wüstenrot

Wünsche werden Wirklichkeit.

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

Entspannungsmalen für Erwachsene 18.30-20 Uhr |
Jugendberatungs- & Familienzentrum
„Haus Jule“ Cottbus

Spree-Neiße

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

Frauenfrühstück (jeden 1. Donnerstag im Monat)

9 Uhr | Heilsarmee Guben

Babytreff 9 – 10.30 Uhr |
Kita Grünschnabel Spremberg
Eltern-Kind-Gruppe 8 – 12 Uhr |
Haus der Familie Guben

Lernstübchen Termin nach Vereinbarung | Haus der Familie Guben

Mittagessen 12 – 13 Uhr |

Mehrgenerationenhaus Forst

Familiencafé

13 – 17 Uhr | Heilsarmee Guben

Hausaufgabenhilfe 13.30 –
14.30 Uhr | Heilsarmee Guben

Maleratelier

15 Uhr | Haus der Familie Guben

Offener Spielenachmittag

15 – 17 Uhr | Mehrgenerationen-
haus Forst

Bauch-Beine-Po & Co

18 Uhr | „Alte Dorfschule“ Welzow

Spreeewald

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

Kindersport (von 4-6 Jahren)

15-16 Uhr | Turnhalle Werben

Informationsabend im Kreissaal (Jeden 2. Dienstag) 20 Uhr |
Kreissaal Spreeewaldklinik Lübben

Mittlere Lausitz

Klein- und Kleinstkindschwimmen 16.15 – 17.30 Uhr |
Schwimmhalle Finsterwalde

Frühstückstreff für junge

Muttis 9 -12 Uhr | Mehrgenerationen-
haus Südtreff Hoyerswerda

Mal- & Zeichenzirkel 14-täg.

17 Uhr | „Alte Dorfschule“ Welzow
Krabbelgruppe

15.30 - 17 Uhr | Mehrgenerationen-
haus „Ilse“ Großbräsenchen

Freitag

Cottbus & Umland

Ganztags Offenes Haus mit wechselnden Angeboten

Familien- und Beratungszentrum
Paul-Gerhard-Werk Cottbus

Krabbelgruppe 9 – 11 Uhr |
Eltern Kind Zentrum Cottbus

Familien-Mittagessen 9 – 13
Uhr | Caritas Familientreff Cottbus

Seepferdchenkurs (ab 4 Jahre, mit Anmeldung) 14.30-15.30 und

15.30-16.30 | Lortz Sportz
(im Radisson Blu Hotel)

Kochen & Backen

15.30 Uhr | Sandow Kahn Cottbus

Familienhof im Zentrum

15-18 Uhr | Haus Haltestelle

Väterkrabbelgruppe 15-18 Uhr |
Haus Haltestelle Cottbus

Schnuppersportkurs 16 Uhr |

PiPaPo Hallenspielfeld Cottbus

Kreativer Kindertanz

(von 3,5 – 4,5 Jahre) 17-17.45 Uhr

Trampolin springen (ab 8 Jahre)

18-18.45 Uhr | femella Studio

Spree-Neiße

Fitness für Muttis 09.30 Uhr |

„Alte Dorfschule Welzow“

Musikschule 12.45 Uhr | „Alte

Dorfschule Welzow“ **Familie**

Raupe Nimmersatt -

Familienfrühstück 8 – 12 Uhr |

Naemi Wilke Stift Guben

Familienfrühstück

9.30 Uhr | Haus der Familie Guben

Kinderdinner 14.30 Uhr |

Haus der Familie Guben

Flötenkreis (nach Absprache)

15 Uhr | Familientreff Forst

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

Spreeewald

Babyschwimmen 9-10.30 Uhr |
Spreeewelten Bad Lübbenau

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

Samstag

Mittlere Lausitz

1. Gruppe Babyschwimmen

9-10 Uhr | Lausitzbad Hoyerswerda

2. Gruppe Babyschwimmen

9.30-10.30 Uhr | Lausitzbad
Hoyerswerda

Kleinkindschwimmen

10.15-10.45 Uhr | Lausitzbad
Hoyerswerda

Sonntag

Cottbus & Umland

Kinderreiten

10-12 Uhr | Reitstall Sielow

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

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

Familiensonntag (Jeden 1.

Sonntag im Monat)

14-17 Uhr | Lagune Cottbus

KEHR AUS

SONNTAG 5.10.

12 – 20 Uhr
Wir feiern den
goldenen Oktober!

Ernst-Thälmann-Straße 8 | 02977 Hoyerswerda/Knappenrode
www.SAECHSISCHES-INDUSTRIEMUSEUM.de

ENERGIEFABRIK
KNAPPENRODE
LANDTUM BRÄNNHUTEN

Mi, 1.10**Cottbus & Umland****■ Kino & Kultur****Jemand frisst die Sonne auf**
1:00 | Planetarium Cottbus**SHOCKHEADED PETER**11:00 | Staatstheater Cottbus -
Großes Haus**Reise durch die Galaxis:****Milliarden Sonnen** 16:30 |
Planetarium Cottbus**■ Dies & Jenes****Lausitzer Bauernmarkt 2014**
10:00 | Altmarkt Cottbus**Nordsachsen****■ Kino & Kultur****Die Bremer Stadtmusikanten**
10:00 | Theater Görlitz - Apollo**Spreewald****■ Dies & Jenes****5. Wannincherer Kranichwo-**
che 10:00 | Naturparkzentrum
Wanninchen**Do, 2.10****Cottbus & Umland****■ Dies & Jenes****Lausitzer Bauernmarkt 2014**
10:00 | Altmarkt Cottbus**■ Kino & Kultur****PEER GYNT** 19:30 | Staatstheater
Cottbus - Großes Haus**Spreewald****■ Dies & Jenes****5. Wannincherer Kranichwo-**
che 10:00 | Naturparkzentrum
Wanninchen**■ Sport & Freizeit****Kranich-Safari** 14:00 | Natur-
parkzentrum Wanninchen**www.
fantastische-
abenteuer.de****Mittlere Lausitz****■ Dies & Jenes****Variété-Circus Rolandos**10:00 | Hoyerswerda Festplatz am
Gondelteich**■ Kino & Kultur****Mit Professor Photon durchs****Weltall** 15:00 | Planetarium
Senftenberg**Das Jahr100 Spektakel**

19:00 | Neue Bühne Senftenberg

Dietmar Wischmeyer: Deutsche**Helden** 20:00 | Lausitzhalle
Hoyerswerda**Spree-Neiße****■ Kurse & Workshops****Filz Workshop** 16:00 | Branden-
burgisches Textilmuseum**■ Treffs & Feste****Oktoberfest mit Blasmusik und****Liveband** 17:00 | Festungsturm
in Peitz**Oktoberfest in Peitz**

18:00 | Festungsturm in Peitz

F60 Herbstbeat mit Kotte und**Kotte** 19:00 | Besucherbergwerk
Lichterfeld - F60**Fr, 3.10****Spreewald****■ Dies & Jenes****5. Wannincherer Kranichwo-**
che 10:00 | Naturparkzentrum
Wanninchen**■ Treffs & Feste****19. Entedankfest** 10:00 |
Höllberghof Langengrassau**■ Kino & Kultur****Auf einmal wird der Mücke**
schlecht ... 19:30 | Bunte Bühne
Lübbenau**Außerhalb****Kürbis- und Kastanienfest**

10:00 | Irrlandia - Der MitMachPark

Tag der deutschen Einheit11:00 | Spargel- und Erlebnishof
Klaistow**Mittlere Lausitz****■ Dies & Jenes****Variété-Circus Rolandos**10:00 | Hoyerswerda Festplatz am
Gondelteich**■ Sport & Freizeit****Herbstdampf**

10:00 | Waldeisenbahn Muskau

■ Treffs & Feste**Weinfest** 15:00 | Schloss Doberlug**■ Kino & Kultur****Das Jahr100 Spektakel**

18:00 | Neue Bühne Senftenberg

Nordsachsen**■ Sport & Freizeit****Einheitsfeierei**

10:00 | Kulturinsel Einsiedel

Fahrttag bei der Parkeisenbahn**Görlitz** 10:00 | Görlitzer Oldtimer
Parkeisenbahn**■ Treffs & Feste****Zootag Hoyerswerda**

14:00 | Zoo Hoyerswerda

Cottbus & Umland**■ Dies & Jenes****Lausitzer Bauernmarkt 2014**

10:00 | Altmarkt Cottbus

■ Kino & Kultur**Wie einst im Mai**

19:30 | Theaterscheune Ströbitz

WAS IHR WOLLT 19:30 | Staats-
theater Cottbus - Großes Haus**Ferne Welten - Fremdes Leben?**

20:00 | Planetarium Cottbus

U2-Musik-Show

21:30 | Planetarium Cottbus

Spree-Neiße**■ Treffs & Feste****Patricia Vonne** 21:00 | MANITU -
Erlebnissgaststätte Forst**Sa, 4.10****Außerhalb****Kürbis- und Kastanienfest**

10:00 | Irrlandia - Der MitMachPark

Führung „Schmetterlinge**der Tropen“** 15:00 | Biosphäre
Potsdam**First Western Reenactors** 17:30

| El Dorado - Die Westernstadt

Mittlere Lausitz**■ Dies & Jenes****Variété-Circus Rolandos**10:00 | Hoyerswerda Festplatz am
Gondelteich**■ Sport & Freizeit****Herbstdampf**

10:00 | Waldeisenbahn Muskau

■ Kino & Kultur**Der neugierige Thomas geht**
auf Weltreise 10:30 | Planetarium
Senftenberg**Mit Professor Photon durchs****Weltall** 14:30 | Planetarium
Senftenberg**Das Jahr100 Spektakel**

18:00 | Neue Bühne Senftenberg

Nordsachsen**■ Sport & Freizeit****Fahrttag bei der Parkeisenbahn****Görlitz** 10:00 | Görlitzer Oldtimer
Parkeisenbahn**Geisternacht im Irrgarten**

17:00 | Irrgarten Kleinwelka

■ Treffs & Feste**Geisternacht**

19:00 | Irrgarten Kleinwelka

Cottbus & Umland■ **Dies & Jenes****Lausitzer Bauernmarkt 2014**

10:00 | Altmarkt Cottbus

Cottbuser Nachtlohnmarkt

15:00 | Messehalle Cottbus

■ **Kino & Kultur****LA TRAVIATA** 19:30 | Staatstheater

Cottbus - Großes Haus

ROCK LEGENDEN

20:00 | Stadthalle Cottbus

■ **Treffs & Feste****HERBST- SCHLAGERCREME**

21:00 | Alte Chemiefabrik

Spreewald■ **Dies & Jenes****5. Wannincher Kranichwo-****che** 10:00 | Naturparkzentrum

Wanninchen

■ **Treffs & Feste****Nacht der Kürbisgeister**

18:00 | Bismarckturm in Burg

Spree-Neiße■ **Dies & Jenes****Von der Kohle zum Strom**

11:00 | excursio Bergbautourismus

So, 5.10**Spreewald**■ **Sport & Freizeit****ENTENRENNEN IN DEN SPREE-****WELTEN** 10:00 | Spreewelten■ **Dies & Jenes****5. Wannincher Kranichwo-****che** 10:00 | Naturparkzentrum

Wanninchen

Qigong zur Kranichzeit 15:00 |

Naturparkzentrum Wanninchen

■ **Kino & Kultur****Loveboatmelodien**

19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

Nordsachsen■ **Sport & Freizeit****Fahrttag bei der Parkeisenbahn****Görlitz** 10:00 | Görlitzer Oldtimer

Parkeisenbahn

Cottbus & Umland■ **Dies & Jenes****Lausitzer Bauernmarkt 2014**

10:00 | Altmarkt Cottbus

■ **Kino & Kultur****Didi und Dodo im Weltraum**

11:00 | Planetarium Cottbus

1. Familienkonzert

11:00 | Staatstheater Cottbus -

Großes Haus

Sein oder Nichtsein

19:00 | Staatstheater Cottbus -

Großes Haus

Außerhalb**Kürbis- und Kastanienfest**

10:00 | Irrlandia - Der MitMachPark

First Western Reenactors 12:00 |

El Dorado - Die Westernstadt

Mittlere Lausitz■ **Sport & Freizeit****Herbstdampf**

10:00 | Waldeisenbahn Muskau

■ **Treffs & Feste****Erntedankfest**

11:00 | Drochower Landhof

Kehraus in Knappenrode

Energiefabrik Knappenrode

Mo, 6.10**Cottbus & Umland**■ **Kino & Kultur****Der besondere Film zur****Heinrich-Zille-Ausstellung**

20:00 | Weltspiegel

Di, 7.10**Cottbus & Umland**■ **Kino & Kultur****Nathans Kinder**

10:00 | Kammerbühne

Der weise Mann mir den**Sternenaugen**

15:00 | Planetarium Cottbus

Carmen 19:30 | Staatstheater

Cottbus - Großes Haus

Spreewald■ **Kino & Kultur****Dass nichts bleibt, wie es war**

... 19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

Mi, 8.10**Cottbus & Umland**■ **Kino & Kultur****Domröschen**

9:30 | Piccolo Theater

Nathans Kinder

10:00 | Kammerbühne

SCHULKONZERT: LEGENDÄRE**FILMMUSIK AUS 50 JAHREN**

11:00 | Staatstheater Cottbus -

Großes Haus

Didi und Dodo im Weltraum

15:00 | Planetarium Cottbus

Ferne Welten - Fremdes Leben?

16:30 | Planetarium Cottbus

SHOCKHEADED PETER

19:30 | Staatstheater Cottbus -

Großes Haus

Spree-Neiße■ **Dies & Jenes****Aus dem Koffer geplaudert**

19:00 | excursio Bergbautourismus

Do, 9.10**Cottbus & Umland**■ **Kino & Kultur****Domröschen**

9:30 | Piccolo Theater

SHOCKHEADED PETER

10:00 | Staatstheater Cottbus -

Großes Haus

Von Fröschen,**Sternen und Planeten**

15:00 | Planetarium Cottbus

Tschick 19:00 | Piccolo Theater**Spree-Neiße**■ **Kino & Kultur****Island durch die 3D- Brille**

19:00 | Fabrik e.V.

Mittlere Lausitz■ **Kino & Kultur****Vortrag und Lesung: Die****Felsenwüste der Sahara** 19:00 |

Kulturfabrik Hoyerswerda e.V.

Bodo Wartke - „Klaviers-**delikte“** 20:00 | Lausitzhalle

Hoyerswerda

Fr, 10.10**Außerhalb****Oktoberfest** 10:00 | Spargel - und

Erlebnishof Klaislow

Biosphäre macht Kinderwis-**sen: Abenteuerbericht aus dem****Dschungel Brasiliens**

17:00 | Biosphäre Potsdam

BIOSPHÄRE MACHT KINDERWIS-**SEN** 17:00 | Biosphäre Potsdam**Piratenfest**

19:30 | Filmpark Babelsberg

Cottbus & Umland■ **Dies & Jenes****HerbstMesse Cottbus**

10:00 | Messehalle Cottbus

■ Kino & Kultur

Reise durch die Galaxis: Milliarden Sonnen 16:30 | Planetarium Cottbus

Die Ratten 19:30 | Staatstheater Cottbus - Großes Haus

MILONGA 20:30 | Piccolo Theater

Pink Floyd - „The Dark Side of the Moon - Rock-Musik-Show“ 21:30 | Planetarium Cottbus

Spree-Neiße

■ Treffs & Feste

Kids Fun 17:00 | Fabrik e.V.

■ Dies & Jenes

1. Peitzar Karpfenwochen - Mondscheinteeführung 19:30 | Hüttenwerk Peitz

Spreewald

■ Dies & Jenes

Moonlightshopping im Einkaufszentrum Kolosseum 18:00 | Kolosseum Lübbenau

■ Kino & Kultur

Verhörte Hörer

19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

Mittlere Lausitz

■ Kino & Kultur

Das Jahr100 Spektakel

19:00 | Neue Bühne Senftenberg

Sa, 11.10

Nacht der kreativen Köpfe
11. Oktober

20 Orte – 1 Ticket!
Vorverkauf unter:
www.ndkk.de

Spree-Neiße

■ Dies & Jenes

Vogelbörse auf dem Flugplatz
Drewitz 8:00 | Flugplatz Drewitz

Kohle, Sand und Bergmanns-hand 11:00 | excursio Bergbautourismus

■ Treffs & Feste

4. Gubener Appelball

19:00 | Fabrik e.V.

SIX 21:00 | MANITU - Erlebnisgaststätte Forst

Mittlere Lausitz

■ Dies & Jenes

Trödelmarkt Hoyerswerda

9:00 | Hoyerswerda Festplatz am Gondelteich

Ausbildungsmesse 10:00 |

Niederlausitzhalle Senftenberg

Ausbildungsmesse 2014 10:00 |

Niederlausitzhalle Senftenberg

■ Kino & Kultur

Das Jahr100 Spektakel

18:00 | Neue Bühne Senftenberg

■ Treffs & Feste

Soul-Party mit Sunny & The

Heatwaves 21:00 | Kulturfabrik Hoyerswerda e.V.

Cottbus & Umland

■ Dies & Jenes

Trödelmarkt

9:00 | Viehmarkt Cottbus

Herbstmesse Cottbus

10:00 | Messehalle Cottbus

Nacht der kreativen Köpfe

19:00 | Cottbus

■ Kino & Kultur

Conni - Das Musical

16:00 | Stadthalle Cottbus

Tschick 19:00 | Piccolo Theater

MINIMAL PIECES & PURCELL

PIECES 19:30 | Staatstheater

Cottbus - Großes Haus

Bißfied im Schlafrock

19:30 | Kammerbühne

Nordsachsen

■ Treffs & Feste

Bodos Kürbistage

10:00 | Saurierpark Kleinwelka



“Familienkutsche”
als Neu- oder Jahreswagen oder
junge Gebrauchte aller Fabrikate

**AUTOHAUS
FRAHNOW**
... der Weg lohnt sich

Peitz
Am Kreisverkehr
Cottbuser Straße 12 B
Tel.: 035601 373-0

Cottbus
Richtung Sielow
Limberger Str. 2
Tel.: 0355 290 132-0

www.frahnnow.com info@frahnnow.com

Irrgarten Kleinwelka . Am Saurierpark 2
02625 Bautzen . Tel.: 035935 - 21575
www.irrgarten-kleinwelka.de



GEISTERNACHT

Zu Beginn der dunkleren Jahreszeit
öffnet der Irrgarten Kleinwelka seit
nunmehr über zehn Jahren auch nachts
seine Tore und lädt zu einem schau-
nigen Spektakel – der Geisternacht.



PROGRAMM:

- Hexenbesenweitwurf auf der Wiese
- Gruselspiele in der Irrgartenmitte
- Schaurige Speisen und Getränke
- **DAS PSYNATORIUM** lernt selbst
den ganz Mutigen das Gruseln.



TERMINE:
04.10. UND 11.10.2014



Geisternacht für Familien

17:00 | Irrgarten Kleinwelka

■ Sport & Freizeit

Fahrtag bei der Parkeisenbahn

Görlitz 13:30 | Görlitzer Oldtimer Parkeisenbahn

Außerhalb

Piratenfest

19:30 | Filmpark Babelsberg

So, 12.10



Außerhalb

Frühstück mit Kasper 8:00 | Spargel- und Erlebnishof Klaitow
„REISE DURCH DIE WELT DER TROPISCHEN GEWÜRZ- UND NUTZPFLANZEN“ 11:00 | Biosphäre Potsdam

Mittlere Lausitz

■ Dies & Jenes

Trödelmarkt Hoyerswerda
 9:00 | Hoyerswerda Festplatz am Gondelteich

■ Kino & Kultur

Als der Mond zu Schneider kam
 10:30 | Planetarium Senftenberg

■ Kurse & Workshops

Drum Circle 15:00 | Kulturfabrik Hoyerswerda e.V.

■ Treffs & Feste

Kindertobetag 14:00 | Niederlausitzhalle Senftenberg

Cottbus & Umland

■ Dies & Jenes

Trödelmarkt

9:00 | Viehmarkt Cottbus

HerbstMesse Cottbus

10:00 | Messehalle Cottbus

Architekturführung durch das

Große Haus 10:00 | Staatstheater

Cottbus - Großes Haus

■ Treffs & Feste

20. Plastmodellbauausstellung

10:00 | Flugplatzmuseum Cottbus

■ Kino & Kultur

Dornröschen

10:30 | Piccolo Theater

Jemand frisst die Sonne auf

11:00 | Planetarium Cottbus

Wie einst im Mai

16:00 | Theaterscheune Ströbitz

Diven zu Gast im Großen Haus

| **Meret Becker: Deins & Done**

19:00 | Staatstheater Cottbus - Großes Haus

Nordsachsen

■ Treffs & Feste

Bodos Kürbistage

10:00 | Saurierpark Kleinwelka

Drachenfest im TRIXI-Dorf

15:00 | TRIXI Park Zittauer Gebirge

■ Sport & Freizeit

Fahrtag bei der Parkeisenbahn

Görlitz 10:00 | Görlitzer Oldtimer Parkeisenbahn

Spreevald

■ Kino & Kultur

Lillis Gaumenkitzel

16:00 | Bunte Bühne Lübbenau

Mo, 13.10

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Tschick 10:00 | Piccolo Theater



Di, 14.10

Außerhalb

Zauberei für Kinder mit Torsten

Pahl aus Dresden 10:00 | Bunte Bühne Lübbenau

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Das Geheimnis der Wolfs-

schlucht 11:00 | Kammerbühne

Jemand frisst die Sonne auf

15:00 | Planetarium Cottbus

Tschick 19:00 | Piccolo Theater

Spreevald

■ Kurse & Workshops

Mode-Workshop für Jugendliche mit Designerin Sarah

Gwiszcz 14:00 | Lübbenaubücke / Gleis 3

■ Kino & Kultur

„Alarm im Zirkus“ – ein DEFA-

Film von 1954 19:30 | Bunte

Bühne Lübbenau

Mi, 15.10

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Der Mond auf Wanderschaft

15:00 | Planetarium Cottbus

Die ALMA-Planetariumsshow

16:30 | Planetarium Cottbus

Tschick 19:00 | Piccolo Theater

Nathans Kinder 19:30 | Kam-

merbühne

Spree-Neiße

■ Kurse & Workshops

Das ATZ spinnt 17:00 | Archäotechnisches Zentrum (ATZ) Welzow

Do, 16.10

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

MUCKI-KONZERT 9:30 | Kammermusiksaal im Probenzentrum des Staatstheaters Cottbus

Tschick 10:00 | Piccolo Theater

Didi und Dodo im Weltraum

15:00 | Planetarium Cottbus

Jürgen von der Lippe

20:00 | Stadthalle Cottbus

■ Treffs & Feste

Purple Schulz - SO IST DAS LIVE!

20:00 | Alte Chemiefabrik

Mittlere Lausitz

■ Kino & Kultur

Die AMIGOS

19:30 | Lausitzhalle Hoyerswerda

Fr, 17.10

Spreevald

■ Sport & Freizeit

Laternenabenteurer im

Märchenwald

17:00 | Waldbühne Gehren

■ Kino & Kultur

Musikalische Zeitreise

19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Tschick 19:00 | Piccolo Theater

Drei mal im Leben

19:30 | Kammerbühne

„Zu Gast in der TheaterNative

C-“Wie halte ich mir einen

Mann! „Andrea Kulka und Herr

Lehmann“

19:30 | Theater Native C

Olaf Schubert & Freunde

20:00 | Stadthalle Cottbus

Mittlere Lausitz**■ Kino & Kultur****Das Jahr100 Spektakel**

19:00 | Neue Bühne Senftenberg

Jürgen von der Lippe

20:00 | Lausitzhalle Hoyerswerda

■ Dies & Jenes**Mit Käpt'n Nemo in 80 Tagen um die Welt" Familienabend**

19:00 | Brigitte Reimann Bibliothek

Nordsachsen**■ Kino & Kultur****Sweeney Todd**

19:30 | Theater Görlitz - Apollo

Sa, 18.10**Cottbus & Umland****■ Dies & Jenes****Trödelmarkt SELGROS Cottbus**

9:00 | SELGROS Cottbus

■ Kino & Kultur**Von Fröschen, Sternen und Planeten** 15:00 | Planetarium Cottbus**Der weise Mann mir den Sternenaugen**

16:30 | Planetarium Cottbus

Wie einst im Mai

19:30 | Theaterscheune Ströbitz

Die Ratten 19:30 | Staatstheater

Cottbus - Großes Haus

„Achtung Deutsch ! Komödie“

19:30 | Theater Native C

KAMMERKONZERT: TIEFEN-**RAUSCH** 20:00 | Kammersmusiksal im Probenzentrum des Staatstheaters Cottbus**Mittlere Lausitz****■ Kino & Kultur****Die Rettung der Sternfee**

Mira 10:30 | Planetarium

Senftenberg

Mit dem Abrafaxen durch Raum und Zeit

14:30 | Planetarium Senftenberg

Das Jahr100 Spektakel

18:00 | Neue Bühne Senftenberg

Jürgen von der Lippe

20:00 | Lausitzhalle Hoyerswerda

■ Dies & Jenes**Kabarett mit Torsten Sträter**

20:00 | Kulturfabrik Hoyerswerda

Nordsachsen**■ Treffs & Feste****Spielum**

11:00 | Kulturinsel Einsiedel

■ Sport & Freizeit**Fahrttag bei der Parkeisenbahn****Görlitz** 13:30 | Görlitzer Oldtimer Parkeisenbahn**Außerhalb****Schokoträume für Groß und Klein** 15:00 | Biosphäre Potsdam
Horrornächte 2014

18:00 | Filmpark Babelsberg

Spreewald**■ Sport & Freizeit****Kranichbeobachtungen am Schlabendorfer See** 16:30 |

Naturparkzentrum Wanninchen

■ Treffs & Feste**Halooevenfest in Lehde**

20:30 | Lehde

Spree-Neiße**■ Dies & Jenes****Langer Gubener Altstadtssam-**

tag 18:00 | Guben

Weinverkostung in der alten**Hütte** 18:00 | Fluplatz Welzow**John Campbelljohn** 21:00 |

MANITU - Erlebnisgaststätte Forst

■ Treffs & Feste**WerkEins Party mit DJ IBIZA43**

23:00 | Fabrik e.V.

**www.
fantastische-
abenteuer.de**

So, 19.10**Mittlere Lausitz****■ Kino & Kultur****Wintermärchen 1** 15:30 | Kulturfabrik Hoyerswerda e.V.**Marianne Birthler liest und erzählt aus ihrem Leben**

18:00 | Neue Bühne Senftenberg

Cottbus & Umland**■ Dies & Jenes****Trödelmarkt SELGROS Cottbus**

9:00 | SELGROS Cottbus

■ Kino & Kultur**Der Mond auf Wanderschaft**

11:00 | Planetarium Cottbus

SHOCKHEADED PETER

16:00 | Staatstheater Cottbus - Großes Haus

Frida Kahlo

19:30 | Kammerbühne

„Achtung Deutsch ! Komödie“

19:30 | Theater Native C

Spree-Neiße**■ Dies & Jenes****1. Peitzer Karpfenwochen - Ornithologische Teichführung**

9:00 | Hüttenwerk Peitz

■ Sport & Freizeit**Klettertag im Hochseilgarten Talsperre Spremberg**

14:00 | Hochseilgarten Talsperre Spremberg

Spreewald**■ Kino & Kultur****Operette zum Kaffee** 16:00 |

Bunte Bühne Lübbenau

■ Sport & Freizeit**Kranichbeobachtungen am****Schlabendorfer See** 16:30 |

Naturparkzentrum Wanninchen





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

Nordsachsen

■ Sport & Freizeit

Fahrttag bei der Parkeisenbahn

Görlitz 10:00 | Görlitzer Oldtimer
Parkeisenbahn

Mo, 20.10

Nordsachsen

■ Treffs & Feste

Kunterbunter Ferienspaß

mit Bodo 10:00 | Saurierpark
Kleinwelka

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Jemand frisst die Sonne auf

11:00 | Planetarium Cottbus

Didi und Dodo im Weltraum

15:00 | Planetarium Cottbus

Spreewald

■ Sport & Freizeit

Kranichbeobachtungen am

Schlabendorfer See 16:30 |

Naturparkzentrum Wanninchen

Di, 21.10

Außerhalb

Feriencamp in den Herbstferi-

en 9:00 | Biosphäre Potsdam

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

DAS MOOSWEIBLEIN

9:30 | Kammerbühne

Däumelinchen

9:30 | Piccolo Theater

Von Fröschen, Sternen

und Planeten

11:00 | Planetarium Cottbus

Der weise Mann mir

den Sternenaugen

15:00 | Planetarium Cottbus

DAS MOOSWEIBLEIN

15:00 | Kammerbühne

MINIMAL PIECES & PURCELL

PIECES 19:30 | Staatstheater

Cottbus - Großes Haus

Nordsachsen

■ Treffs & Feste

Kunterbunter Ferienspaß

mit Bodo 10:00 | Saurierpark

Kleinwelka

Spreewald

■ Sport & Freizeit

Ferienspaß in der

Kreativwerkstatt GLEIS 3

10:00 | Lübbenaubücke / Gleis 3

Kranichbeobachtungen am

Schlabendorfer See 16:30 |

Naturparkzentrum Wanninchen

■ Kurse & Workshops

Mode-Workshop für Jugend-

liche mit Designerin Sarah

Gwiszcz 14:00 | Lübbenaubücke

/ Gleis 3

■ Kino & Kultur

da capo 19:30 | Bunte Bühne

Lübbenu

Mi, 22.10

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Däumelinchen

9:30 | Piccolo Theater

Didi und Dodo im Weltraum

11:00 | Planetarium Cottbus

Der Mond auf Wanderschaft

15:00 | Planetarium Cottbus

Weißt du, welche

Sterne stehen...?

16:30 | Planetarium Cottbus

Büffel im Schlafrock

19:30 | Kammerbühne

Nordsachsen

■ Treffs & Feste

Kunterbunter Ferienspaß

mit Bodo 10:00 | Saurierpark

Kleinwelka

Spreewald

■ Kurse & Workshops

Töpfern wie die alten Lusizi -

Ein Ferienangebot für Kinder

10:00 | Niederlausitz-Museum

Luckau

Mode-Workshop für

Jugendliche mit Designerin

Sarah Gwiszcz 14:00 | Lübbenaubücke

/ Gleis 3

■ Sport & Freizeit

Ferienspaß in der Kreativ-

werkstatt GLEIS 3 10:00 |

Lübbenaubücke / Gleis 3

Kranichbeobachtungen am

Schlabendorfer See 16:30 |

Naturparkzentrum Wanninchen

Mittlere Lausitz

■ Kino & Kultur

Der neugierige Thomas

geht auf Weltreise 10:30 |

Planetarium Senftenberg

Der neugierige Thomas

geht auf Weltreise 10:30 |

Planetarium Senftenberg

Musels Fahrt zur Erde 14:30 |

Planetarium Senftenberg

Eine unterhaltsame Reise

durch die Nacht 16:00 | Planeta-

rium Senftenberg

Neue Lausitzer Philharmonie

„Rausch“ 19:30 | Lausitzhalle

Hoyerswerda

Spree-Neiße

■ Kurse & Workshops

Der nächste Frühling kommt

bestimmt 15:00 | Archäotechni-

sches Zentrum (ATZ) Welzow

Do, 23.10

Außerhalb

Feriencamp in den Herbstferi-

en 9:00 | Biosphäre Potsdam

Cottbus & Umland

■ Kino & Kultur

Däumelinchen

9:30 | Piccolo Theater

Spatzenkino 9:30 | Weltspiegel

Der Mond auf Wanderschaft

11:00 | Planetarium Cottbus

Der Mond auf Wanderschaft

15:00 | Planetarium Cottbus

„Achtung Deutsch ! Komödie“

19:30 | Theater Native C

Nordsachsen

■ Treffs & Feste

Kunterbunter Ferienspaß

mit Bodo 10:00 | Saurierpark

Kleinwelka

Spreewald■ **Sport & Freizeit**

Ferienspaß in der Kreativwerkstatt GLEIS 3 10:00 | Lübbenaubücke / Gleis 3
Kranichbeobachtungen am Schlabendorfer See 16:30 | Naturparkzentrum Wanninchen

Mittlere Lausitz■ **Kino & Kultur**

Mit Professor Photon durchs Weltall 15:00 | Planetarium Senftenberg

Fr, 24.10**Nordsachsen**■ **Treffs & Feste**

Kunterbunter Ferienspaß mit Bodo 10:00 | Saurierpark Kleinwelka

Halloweenfahrten
 24./25./31. Oktober

Cottbuser Parkeisenbahn
Cottbus & Umland■ **Sport & Freizeit**

Halloweenfahrten 10:00 | Parkeisenbahn Cottbus

■ **Kino & Kultur**

Der weise Mann mir den Sternenaugen 11:00 | Planetarium Cottbus
NORA ODER EIN PUPPENHAUS 19:30 | Kammerbühne
WAS IHR WOLLT 19:30 | Staatstheater Cottbus - Großes Haus

Romeo und Julia - Liebe und Tod in der Küche

20:00 | Piccolo Theater

Der Hexenjäger

21:30 | Piccolo Theater

Spreewald■ **Sport & Freizeit**

Kranichbeobachtungen am Schlabendorfer See 16:30 | Naturparkzentrum Wanninchen

■ **Treffs & Feste****Herbstfest am GLEIS 3**

18:00 | Lübbenaubücke / Gleis 3

Schlachtfest 19:00 | Gaststätte Raunigk Gehren

■ **Kino & Kultur****Die Weiber sind schuld**

– drum lasst sie uns preisen
 19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

Außerhalb**Horronächte 2014**

18:00 | Filmpark Babelsberg

Mittlere Lausitz■ **Kino & Kultur****Das Jahr100 Spektakel**

19:00 | Neue Bühne Senftenberg

Sa, 25.10**Spreewald**■ **Dies & Jenes****Trödelmarkt Luckau**

9:00 | LaGa - Park in Luckau

14. Lübbenaauer Musiknacht

21:00 | Lübbenau/Spreewald

■ **Sport & Freizeit**

Kranichbeobachtungen am Schlabendorfer See 16:30 | Naturparkzentrum Wanninchen

24. Film Festival Cottbus
 4. – 9.11.2014 Festival des europäischen Films
 Festival of European Cinema

KINDERFILM PROGRAMM

>>> www.filmfestivalcottbus.de

15. Kindertobetag Cottbus

kostenfreie Parkplätze

25. Oktober 2014 14-18
26. Oktober 2014 10-18

Messe - Vorparkstr. 3

Kinderland Böhmen

mit McDonald's

Halloweenfahrten
24./25./31. Oktober



Cottbuser Parkeisenbahn

Cottbus & Umland

■ **Sport & Freizeit**

Halloweenfahrten

10:00 | Parkeisenbahn Cottbus

15. Cottbuser Kindertobetage

14:00 | Messehalle Cottbus

■ **Kino & Kultur**

Ritter Rost 10:00 | Piccolo Theater

Der Mond auf Wanderschaft

15:00 | Planetarium Cottbus

Was rappelt in der Kiste

15:00 | Piccolo Theater

Die ALMA-Planetariumsshow

16:30 | Planetarium Cottbus

Däumelinchen 17:00 | Piccolo Theater

Don Quijote 19:30 | Piccolo Theater

GRÄFIN MARIZA 19:30 | Staatstheater Cottbus - Großes Haus

Drei mal im Leben 19:30 | Kammerbühne

Der Wolf und die 7 Geißlein

21:00 | Piccolo Theater

■ **Treffs & Feste**

GlobalStrezz 2014

22:00 | Alte Chemiefabrik

Spree-Neiße

■ **Treffs & Feste**

“Großer Fischzug“ (Abfischen)

10:00 | Hüttenwerk Peitz

FREAK OUT - Die Soul und Funk Party

20:00 | Fabrik e.V.

■ **Dies & Jenes**

Kohle, Sand und Bergmanns-

hand 14:00 | excursio Bergbau-

tourismus

Nordsachsen

■ **Treffs & Feste**

Kunterbunter Ferienspaß

mit Bodo 10:00 | Saurierpark

Kleinwelka

Außerhalb

Horronächte 2014 18:00 |

Filmpark Babelsberg

Mittlere Lausitz

■ **Kino & Kultur**

Das Jahr100 Spektakel

18:00 | Neue Bühne Senftenberg

■ **Treffs & Feste**

20 Jahre Kufa, u.a.m.

DiscoBalls aus Prag 21:00 |

Kulturfabrik Hoyerswerda e.V.

So, 26.10

Außerhalb

Frühstück mit Kasper 8:00 |

Spargel - und Erlebnishof Kliaistow

Drachenfest 10:00 | Spargel -

und Erlebnishof Kliaistow

FÜHRUNG „EXOTISCHE TIER- &

PFLANZENWELT“ 11:00 | Biosphäre Potsdam

Spreewald

■ **Dies & Jenes**

Trödelmarkt Luckau

9:00 | LaGa - Park in Luckau

■ **Sport & Freizeit**

Kranichbeobachtungen am

Schlabendorfer See 15:30 |

Naturparkzentrum Wanninchen

■ **Kino & Kultur**

Eberhard Hertel – Voll im

Leben 16:00 | Bunte Bühne

Lübbenau

Spree-Neiße

■ **Treffs & Feste**

“Großer Fischzug“ (Abfischen)

10:00 | Hüttenwerk Peitz

Familiensonntag

14:30 | Fabrik e.V.



15. Kindertobetag
Kinderland Böhme Cottbus

Cottbus & Umland

■ **Sport & Freizeit**

15. Cottbuser Kindertobetage

10:00 | Messehalle Cottbus

■ **Kino & Kultur**

Kannst du pfeifen, Johanna

10:00 | Piccolo Theater

Wind im Gummistiefel

11:00 | Piccolo Theater

Jemand frisst die Sonne auf

11:00 | Planetarium Cottbus

Die Bremer Stadtmusikanten

16:00 | Piccolo Theater

Die Ratten 19:00 | Staatstheater

Cottbus - Großes Haus

„Deutsch um jeden Preis,“

19:30 | Theater Native C

Nordsachsen

■ **Treffs & Feste**

Kunterbunter Ferienspaß

mit Bodo 10:00 | Saurierpark

Kleinwelka

Mittlere Lausitz

■ **Kino & Kultur**

Schwein gehabt (DDR, 1988)

19:00 | Neue Bühne Senftenberg

Mo, 27.10

Nordsachsen

■ **Treffs & Feste**

Kunterbunter Ferienspaß

mit Bodo 10:00 | Saurierpark

Kleinwelka

Cottbus & Umland

■ **Kino & Kultur**

Der Mond auf Wanderschaft

11:00 | Planetarium Cottbus

Von Fröschen, Sternen und

Planeten 15:00 | Planetarium

Cottbus

Spreewald

■ **Sport & Freizeit**

Kranichbeobachtungen am

Schlabendorfer See 15:30 |

Naturparkzentrum Wanninchen

Di, 28.10

Außerhalb

Feriencamp in den Herbstferi-

en 9:00 | Biosphäre Potsdam

Cottbus & Umland

■ **Kino & Kultur**

Konzert für Minis 9:30 | Kam-

mermusiksaal im Probenzentrum

des Staatstheaters Cottbus

Didi und Dodo im Weltraum

11:00 | Planetarium Cottbus

Der weise Mann mir den Ster-

nenaugen 15:00 | Planetarium

Cottbus

GRÄFIN MARIZA 19:30 | Staats-

theater Cottbus - Großes Haus

Spreewald

■ **Sport & Freizeit**

Ferienspaß in der Kreativ-

werkstatt GLEIS 3 10:00 |

Lübbenaubücke / Gleis 3

Kranichbeobachtungen am

Schlabendorfer See 15:30 |

Naturparkzentrum Wanninchen

■ **Kurse & Workshops**

Mode-Workshop für Jugend-

liche mit Designerin Sarah

Gwiszcz 14:00 | Lübbenaubücke

/ Gleis 3

A close-up photograph of a violin and its bow, positioned diagonally across the frame. The violin's body is a warm, reddish-brown wood, and the bow is made of light-colored wood with dark hair. The background is a soft, out-of-focus white.

20. rbb-Konzert sorbischer Musik

mit Schülerinnen, Schülern,
Absolventinnen und Absolventen
des Cottbuser Konservatoriums

am 9. November 2014

Beginn: 17 Uhr

im Saal des
Cottbuser Stadthauses
am Erich-Kästner-Platz

**20. rbb-konzert
serbskeje muziki
z młodymi wuměłcami**

dnja 9. nowembra 2014

zachopjeńk: 17 góz.

w zalu měšćańskego doma
w Chóšebuzu

Moderation | moderacija:
Anne Holzschuh
und Christian Matthée

rbb[®]

RUNDFUNK BERLIN-BRANDENBURG

Kino & Kultur

Die Ente bleibt draußen!

19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

Nordsachsen

Treffs & Feste

Kunterbunter Ferienspaß

mit Bodo 10:00 | Saurierpark Kleinwelka

Mittlere Lausitz

Kino & Kultur

Die Rettung der Sternenefee

Mira 10:30 | Planetarium Senftenberg

Mi, 29.10

Nordsachsen

Treffs & Feste

Kunterbunter Ferienspaß

mit Bodo 10:00 | Saurierpark Kleinwelka

Mittlere Lausitz

Kino & Kultur

Musels Fahrt zur Erde

10:30 | Planetarium Senftenberg

Mit dem Abrafaxen durch

Raum und Zeit

14:30 | Planetarium Senftenberg

Mit Professor Photon durchs

Weltall 16:00 | Planetarium

Senftenberg

Cottbus & Umland

Kino & Kultur

Von Fröschen, Sternen und

Planeten 11:00 | Planetarium

Cottbus

Didi und Dodo im Weltraum

15:00 | Planetarium Cottbus

ARSEN UND SPITZENHÄUBCHEN

19:30 | Staatstheater Cottbus -

Großes Haus

„Deutsch um jeden Preis.“

19:30 | Theater Native C

Spreewald

Kurse & Workshops

Mode-Workshop für Jugend-

liche mit Designerin Sarah

Gwiszcz 14:00 | Lübbenaubücke

/ Gleis 3

Sport & Freizeit

Kranichbeobachtungen am

Schlabendorfer See 15:30 |

Naturparkzentrum Wanninchen

Do, 30.10

Außerhalb

Feriencamp in den Herbstferi-

en 9:00 | Biosphäre Potsdam

Spreewald

Sport & Freizeit

Ferienspaß in der Kreativ-

werkstatt GLEIS 3 10:00 |

Lübbenaubücke / Gleis 3

Kranichbeobachtungen am

Schlabendorfer See 15:30 |

Naturparkzentrum Wanninchen

Kurse & Workshops

Mode-Workshop für Jugend-

liche mit Designerin Sarah

Gwiszcz 14:00 | Lübbenaubücke

/ Gleis 3

Nordsachsen

Treffs & Feste

Kunterbunter Ferienspaß

mit Bodo 10:00 | Saurierpark

Kleinwelka

Cottbus & Umland

Kino & Kultur

Jemand frisst die Sonne auf

11:00 | Planetarium Cottbus

Der Mond auf Wanderschaft

15:00 | Planetarium Cottbus

„Zu Gast in der TheaterNative C

- Dr. Jörg Vogel - Einmal Sex pro

Jahr“ 19:30 | Theater Native C

GRÄFIN MARIZA 19:30 | Staats-

theater Cottbus - Großes Haus

Spree-Neiße

Kurse & Workshops

Filz Workshop 16:00 | Branden-

burgisches Textilmuseum

Treffs & Feste

Halloweenparty 18:00 | Berg-

schlösschen Spremberg

Kino & Kultur

Kabarett & Satire Gunnar

Schade 19:00 | Fabrik e.V.

Mittlere Lausitz

Kino & Kultur

Das Jahr100 Spektakel 19:00 |

Neue Bühne Senftenberg

Fr, 31.10



Mittlere Lausitz

Treffs & Feste

Halloween

9:00 | Tierpark Finsterwalde

Kinder Halloween

15:00 | Erlebniswelt Krauschwitz

Tierischer Zoo-Halloween

18:00 | Zoo Hoyerswerda

Kino & Kultur

Das Jahr100 Spektakel

18:00 | Neue Bühne Senftenberg

Dr. Mark Benecke On Tour 2014

19:00 | Kulturfabrik Hoyerswerda

Nordsachsen

Treffs & Feste

Ferienspaß mit Bodo 10:00 |

Saurierpark Kleinwelka

Große Halloween-Party 14:00 |

Tier- und Kulturpark Bischofswerda

Außerhalb

Kinder-Halloween 2014

10:00 | Filmpark Babelsberg

Halloween-Kürbisse 16:00 |

Spargel- und Erlebnishof Klaistow

Horror Nächte 2014

18:00 | Filmpark Babelsberg

Wild West Halloween-Party

19:00 | El Dorado - Die Western-

stadt

Cottbus & Umland

Sport & Freizeit

Halloweenfahrten

10:00 | Parkeisenbahn Cottbus

Halloween im PiPaPo

17:00 | PiPaPo Cottbus

Kino & Kultur

Sein oder Nichtsein

19:30 | Staatstheater Cottbus -

Großes Haus

Spree-Neiße

Treffs & Feste

Halloweenparty

11:00 | Erlebnispark Teichland

Dies & Jenes

1. Peitzer Karpfenwochen -

Vortrag 19:00 | Hüttenwerk Peitz

Spreewald

Treffs & Feste

Halloween-Party im Kulturhof

am GLEIS 3 15:30 | Lübbenaubü-

cke / Gleis 3

Sport & Freizeit

ABEND DES SCHRECKENS

18:00 | Spreewelten

Kino & Kultur

Der verstimmte Elefant

19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

Keine Ahnung wohin?

Lauseplätze durchstöbern unter

www.lausebande.de

DENNO FÜRMANNN FRITZI HABERLANDT SAMUEL FINZI WOLFRAM KOCH MADESHIDA BRENNICKE FABIAN BUSCH ALEXANDER SCHEER
 JULE BÖWE MARGARITA BROICH LIANE FORESTIERI RENÉ DUMONT JÖRG WITTE ROLF ZACHER UDO SCHENK



QUATSCH

und die Nasenbär-Bande



PREVIEW IM WELTSPIEGEL COTTBUS
2.11.2014 um 16 Uhr (Kinostart 6.11.2014)
 Karten & Infos unter Telefon 0355 / 4949497
 und www.weltspiegel-cottbus.de

Ein Film von VEIT HELMER



SOUNDTRACK MIT MUSIK VON JIMMYE EMMETT

■ Beratung & Hilfe

Anja Gehrke-Huy

Dipl. Sozialpäd./Trauerbegleiterin

Tel: 03562/693380

Fax: 03562/693381

gehrke-huy@freenet.de

Glücksmomente –

Zentrum für Primäre Prävention,

Elternschule & Trägeladen

Briesener Str. 24, 03046 Cottbus

T (0355) 8691953

www.gluecksmomente-cottbus.de

Jugendhilfe Cottbus gGmbH

Erziehungs- und Familienbera-

tungsstelle, Thiemstraße 41, 03050

Cottbus, T (0355) 5296731

www.jhcb.de

Logopädische Praxis

Rosita Tag, Marienstraße 4,

03046 Cottbus, T (0355) 4990868

www.rosita-tag.de

Logopädische Praxen

Dipl.-V./Logopädin

Verena Klatt, Umlandstraße 53

Tel.: 0355/4309650

Sielower Chaussee 3A, 03050

Cottbus, Tel.: 0355/869 09 28

www.logopaedie-klatt.de

Netzwerk Gesunde Kinder

Cottbus

Paul Gerhardt Werk -Diakonische

Dienste- gGmbH

Thiemstraße 111, 03048 Cottbus

T. (0355) 462130

Paul Gerhardt Werk

Geschäftsstelle Cottbus, Familien-

und Nachbarschaftstreff

Gerichtsstraße 1-2, 03046 Cottbus

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

E-Mail: elterntreff-cottbus.

mitarbeiter@pagewe.de

www.pagewe.de

Paul Gerhardt Werk

Familien- und Nachbarschaftstreff

August-Bebel-Straße 29, 03185

Peitz, T (035601) 803385

familientreff-peitz@pagewe.de

www.pagewe.de

■ Hebammen

Bartoschek, Sandy

Spreewaldstraße 36, 03185 Peitz

T (0162) 2876982

E-mail: hebamme_sandy@gmx.de

www.hebamme-peitz.de

Hebamme Corina Bulke

Cottbuser Str. 41b, 03149 Forst

T (0174) 9794709

Stenzel, Heike

03172 Guben, T (03561) 2894

hebamme_heikestenzel@web.de

■ Freizeit & Sport

Bunte Bude

Laasower Dorfstraße 29

(am Hofladen), 03226 Vetschau OT

Laasow, Tel. 0170-8821037

www.susannekruse.de

Femella Tanzschule

Bautzener Str. 13, 03046 Cottbus

T (0176) 62 09 38 40

PIPaPo Spiel Spaß Sport GmbH

Wetzower Str. 26, 03048 Cottbus,

T (0355) 289 20 37,

E-Mail: info@pipapo-cottbus.de,

www.pipapo-cottbus.de

Sport- und Freizeitbad Lagune

Cottbus, Sielower Landstrasse 19,

03044 Cottbus, T (0355) 49498410

www.lagune-cottbus.de

Spreewelten Sauna- und

Badeparadies Lübbenau

Alte Huttung 13, 03222 Lübbenau

T (03542) 894160

E-mail: info@spreewelten-bad.de

Stiftung SPI/NL Brandenburg

■ Gesundheit:

Blut- u. Plasmazentrum Cott-

bus, Straße der Jugend 113, 03046

Cottbus, T (0355) 357597-0

Heilpraktikerin und Logopädie

Rosita Tag

Marienstraße 4, 03046 Cottbus

T (0355) 4990868, rosita-tag.de

Ganzheitliche Physiotherapie

Eva Gierth, Burgstr. 21, 03046

Cottbus, T (0355) 477 97 97,

www.physiotherapie-cottbus.com

Physiotherapie und Naturheil-

praxis Annett Will

K.-Liebknecht-Str. 9, 03046 Cottbus

T (0355) 473059

E-mail: annettwill@aol.com

■ Lernen & Bildung

Archäotechnisches Zentrum

Welzow, Fabrikstraße 2, 03119

Welzow, T (035751) 28224

E-mail: info@atz-welzow.de

www.atz-welzow.de

Cottbuser Initiative Waldorfpä-

dagogik e.V. Schule – Kita – Hort

Leipziger Straße 14, 03048 Cottbus

T (0355) 473242

www.waldorf-cottbus.de

Musik ist Sprache

Schmellwitzer Straße 44, 03044

Cottbus, T. (0355) 4944683, E-Mail:

kerstinkoal@gmx.de

Musikschule Hoyerswerda

Lausitzer Platz 4,

02977 Hoyerswerda

T (03571) 209300

E-mail: info@musikschule-hy.de

Stadtmuseum und Schloss

Hoyerswerda, Schloßplatz 1,

02977 Hoyerswerda

T (03571) 457930

E-mail: info@museum-hy.de



IMPRESSUM

HERAUSGEBER & VERLAG

zwei helden UG (haftungsbeschränkt)

Görlitzer Straße 17-18, 03046 Cottbus

Telefon / -fax: 0355 - 289252-0 / -22

www.zweihelden.de, info@zweihelden.de

Geschäftsführer: Jens Taschenberger (V.i.S.d.P.)

Redaktion: Annette Raab, Katrin Löder,

Jens Taschenberger

redaktion@lausebände.de

Terminredaktion: Leo Löder

termine@lausebände.de

Anzeigenleitung: Jens Taschenberger

Telefon: 0355/289252-20

E-Mail: jt@zweihelden.de

Anzeigenpreisliste: Nr. 1/2011 vom 17.2.2011

SATZ/LAYOUT Büro 68, Heiko Jaehnisch

www.buero68.de

Titelfoto www.light-impression.de

DRUCK Druckzone, Cottbus

VERTRIEB Eigenvertrieb im Verlag zwei

helden, kostenfrei an ca. 400 Auslagestellen

in Cottbus, Burg, Lübbenau, Lübben, Forst,

Guben, Spremberg, Senftenberg, Weißwasser,

Hoyerswerda usw.

COPYRIGHT 2014 by zwei helden UG

(haftungsbeschränkt)

Nachdrucke sind – auch auszugsweise – nur

mit schriftlicher Genehmigung des Verlages

gestattet und honorarpflichtig.

lausebände erscheint jeweils am Monatsan-

fang. Namentlich gekennzeichnete Beiträge

geben nicht unbedingt die Meinung der Re-

daktion wieder. Für unverlangt eingesandte

Manuskripte und Bilder wird keine Gewähr

übernommen. Rücksendungen oder die Beant-

wortung sonstiger Zuschriften kann nur erfol-

gen, wenn ausreichend Porto beiliegt.

www.lausebände.de

lausebände ist Mitglied der familienban.de

WIR BRINGEN BILDUNG AUF DEN PUNKT

Ihr
Bildungspartner



Offene Seminare
Firmen Seminare
Geförderte
Weiterbildungen
Einzel- und
Teamtraining
Individualcoaching

☎ 0355 383473 ✉ cottbus@eurojobcenter.net

Entdecke Neues im Lausitzbad

Willkommen in den Wasser Wohlfühlwelten

Entfliehe dem nasskalten Herbstwetter und genieße einen wunderschönen Badetag im Lausitzbad.

Während draußen die Regentropfen an die Fensterscheiben klopfen, kannst du bei sommerlichen Temperaturen in unserer Wasserwelt toben.

Deine Eltern können ihre Bahnen im Sportbecken ziehen, auf dich warten viele Abenteuer: Du bezwingst das grüne Monster und brichst alle Geschwindigkeitsrekorde, Der Strömungskanal gibt Dir den richtigen Schwung,

Kennst du schon unseren Wasserspielplatz mit Spritzkanonen?

Die kleinen Piraten planschen bei wohligen 30 Grad Wassertemperatur und vergnügen sich auf dem Piratenschiff.

Wir freuen uns auf Dich im Lausitzbad!

Neu im Bad:
Rutsche
„grünes
Monster“




Lausitzbad
Hoyerswerda

Am Gondelteich 1 • 02977 Hoyerswerda
03571 469580 • www.lausitzbad.de



Wünsche erfüllen und
die Familie absichern.

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Mit der R+V-KapitalPolice haben Sie und Ihre Familie die Sicherheit, dass Ihr gemeinsames finanzielles Ziel erreicht wird - auch wenn Ihnen etwas zustößt. Wir beraten Sie gern.

R+V DIE VERSICHERUNG
MIT DEM PLUS.

VR Bank Lausitz eG
Meine Volksbank Raiffeisenbank

